



**ZÁMEK KOZEL**  
Cestování Plzeňskem

**JAK SE ŽIJE**  
Vozíčkáři ve Švýcarsku

**LODNÝN 2012**  
Ohlédnutí za paralympiádou

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE

4/2012

Poštovní poukázka

# VOZKA

Soutěž  
o iRobot Roomba

14. prosince 2012

MAGAZÍN O ŽIVOTĚ A PRO ŽIVOT NA VOZÍKU

Ročník XV.



František Fux: koukat na vláčky ho baví i v dospělosti – str. 46

## Šťastné narozeniny, pane Hawkingu!

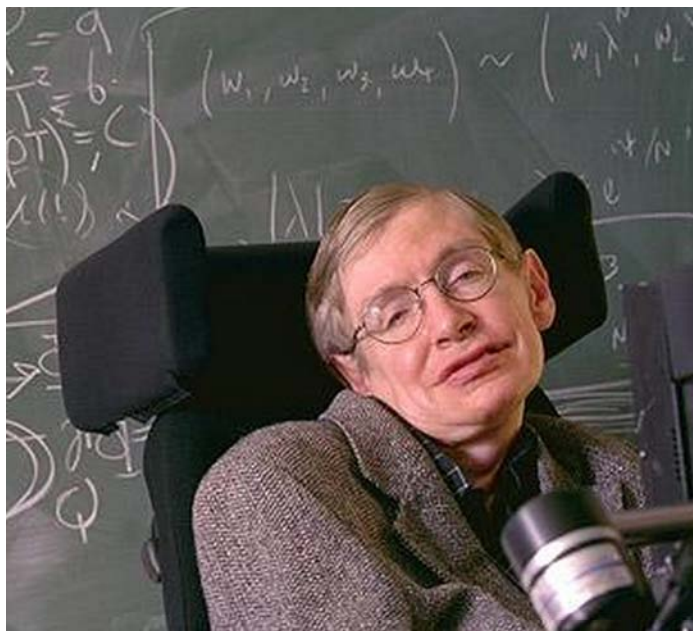
Jeden z nejznámějších vědců a zároveň vozíčkářů na světě – Stephen William Hawking – oslaví 8. ledna jedenašedesát let. A přesně před půl stoletím mu lékaři předpovídali dva až tři roky života... To když mu diagnostikovali (krátce před svatbou) amyotrofickou laterální sklerózu (ALS), která se projevuje postupným rozkladem nervových buněk, jež řídí pohyb svalů, zatímco mozek zůstává nedotčen. Na chorobu neexistuje žádný lék.

### Žije navzdory lékařským předpovědím

Průznaky choroby se u Stephena Hawkinga poprvé objevily, když se zapsal na univerzitu v Cambridge (1963). Ztratil rovnováhu na schodech a spadl, přičemž si poranil hlavu. Postupně pak přišel o vládu nad pažemi, nohama i hlasem. Od roku 1968 se pohybuje na vozíčku a od roku 1985 s okolním světem komunikuje jen pomocí speciálního počítače. Hlas ztratil poté, co se během návštěvy vý-

zkumného centra CERN v Ženevě nakazil zápalom plic. Důsledkem byly akutní potíže s dýcháním, které se daly vyřešit jedině pomocí tracheotomie. Kvůli ní ale Stephen Hawking přišel o schopnost mluvit. Ke komunikaci začal používat hlasový syntezátor, který měl „americký přízvuk“. Podle jeho vlastních slov se mu tento hlas líbil natolik, že se s ním ztotožnil a používal ho téměř dvacet let. V současné době má přístroj VoiceText od společnosti NeoSpeech.

Když se jeho první ženy Jane reportéři ptali, proč se rozhodla vzít si muže, kterému byly předpovězeny tři roky života, odpověděla: „Byla to doba obav z atomové války, takže vyhlídky na krátký život jsme měli všichni“.



Fenomenální vědec Stephen Hawking

Foto: www.dailytech.com

Oproti předpovědím doktorů Stephen Hawking žije dodnes, má tři děti, jedno vnouče a stále se aktivně podílí na vědeckém výzkumu i veřejných přednáškách. V letech 1965–1970 pracoval na základních zákonech, kterými se řídí vesmír. Jeho spolupráce s Rogerem Penrosem (londýnská Birkbeck College) vyústila na začátku 70. let v rozpracování teorie Velkého třesku. Pokračování na str. 44

## Módní přehlídky boří bariéry

Návštěvníci Obchodního centra Europark Štěrboholy v Praze mohli 20. října zhlédnout akci **Módní přehlídky boří bariéry**. Modelky Eliška Bučková, Linda Bartošová, Muž roku 2009 Martin Zach a další modelky a modelové z řad vozíčkářů předvedli exkluzivní přehlídku návrhárek Dominiky Sedláčkové a Martiny Nevařilové. Večerem provázeli režisér a producent Václav Marhoul a herečka Vilma Cibulková. Odpolední módní přehlídky moderovali Iva Vavřínová a Tomáš Fíla. Hudební zážitek divákům připravilo houslové duo Femme2Fatale. Akce měla charitativní rozměr. Obchodní centrum Europark zdvojnásobilo zisk z prodeje kalendářů a tomboly, vybíralo se dobrovolné vstupné. Celkový výtěžek pro občanské sdružení **Česká asociace paraplegiků – CZEPA** byl 98 228 Kč.

Alena Jančíková, Hana Sixtová, CZEPA



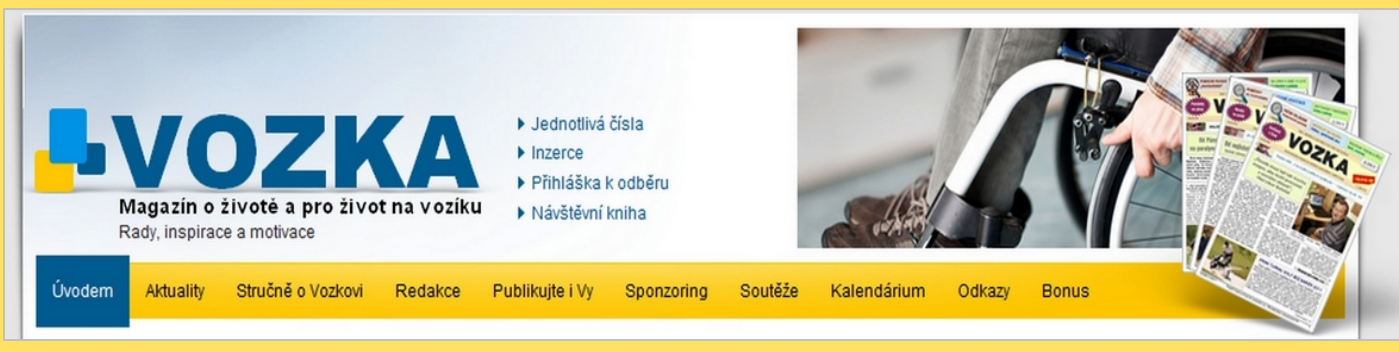


# Magazín pro vozíčkáře VOZKA má nový web

**Vozíčkáři se k informacím svého magazínu dostanou nejen prostřednictvím „papírového“ časopisu, ale konečně i on-line.**

Nové webové stránky magazínu Vozka, časopisu pro vozíčkáře z celého Česka, jsou na adrese [www.vozka.org](http://www.vozka.org). Přání čtenářů, aby se k informacím, které jim usnadňují a zpříjemňují život, dostávali on-line, má konečně svou podobu ve webu, který s každým dalším vydaným číslem bude obsahovat výběr těch nejzajímavějších článků z jednotlivých tematických bloků. Web je určen nejen čtenářům tištěného Vozky, ale i dalším zájemcům o problematiku života lidí s těžkým tělesným postižením. Aktualizaci stránek provádí přímo redakce Vozky.

Na stránkách najdete nejen informace o aktuálním čísle magazínu Vozka, ale i pravidelný týdenní zpravodajský přehled z ČR, průběžnou čtenářskou i komerční inzerci, informace o historii a současnosti magazínu Vozka, návštěvní knihu, ankety, přihlášku k odběru, kalendárium, odkazy na důležité instituce a organizace a stáhnout si můžete i užitečné obsahy tří ročníků a jednotlivá čísla z předchozího ročníku magazínu Vozka. Součástí menu je i bonusová stránka, kde najdete odkazy na zábavné flash hry, zajímavé powerpointové prezentace nebo naučná videa.



## 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.**



Zdarma k úpravě - bezpečnostní značení autoskel VIN kódem - leptání - statisticky snižuje pravděpodobnost krádeže vozidla o 90%

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](http://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, Štětkeň, 387 51,  
provoz: +420 383 393 249, mobil: +420 606 613 239, url: [www.jpservis.eu](http://www.jpservis.eu), e-mail: [info@jpservis.eu](mailto:info@jpservis.eu)



Letem světem

Portál o čekacích dobách

Stránky [www.cekacidyby.cz](http://www.cekacidyby.cz) nabízí přehled, jak dlouho se kde čeká na jednotlivé zákroky či speciální vyšetření v nemocnicích. Uvedené čekací doby jsou maximální čekací dobou pro danou nemocnici pro neakutní zákroky. V přehledu jsou zákroky, u kterých je čekací doba většinou delší než 2 měsíce. Vyhledávání je možné podle krajů a podle druhu zákroku. Během pár minut tak zjistíte, kde vám například v nejkratší době vymění kyčelní kloub.

ČSOB Bankou bez bariér

Lidé s handicapem – vozíčkáři a lidé se sluchovým postižením (garantem Konto Bariéry) – vyhodnotili pro rok 2012 v rámci jedenáctého ročníku ankety Fincentrum Banka roku jako **Banku bez bariér** Československou obchodní banku. Na druhém místě skončila Česká spořitelna a třetí Komerční banka. Celkem bylo hodnoceno 6 největších retailových bank ve všech krajích ČR. ČSOB zabodovala hlavně službou eScribe, neboli simultánním přepisem mluvené řeči pro klienty se sluchovým postižením. I když se v přístupu k osobám s postižením situace na bankovním trhu hodně zlepšila, dvojice minulých vítězů, ČSOB a Česká spořitelna, si od zbylých hodnocených bank udržuje odstup. Stále je ale co zlepšovat, hlavně v přístupnosti poboček vozíčkářům.

Jak na úhrady za drahou léčbu

Stává se že zdravotní pojišťovna zreviduje a posoudí léčbu pacienta jako nepotřebnou či neúčinnou, poté odmítne nemocnici takovou léčbu uhradit. Pacient i lékař se však domnívají, že je léčba potřebná a její ukončení by pacienta poškodilo. Jde zejména o drahé léky, používané v tzv. centrech specializované péče, např. pro pacienty s roztroušenou sklerózou, zhoubnými nádory, revmatoidní artritidou a dalšími onemocněními. Jak v takové situaci postupovat? Návod zpracoval JUDr. Ondřej Dostál z Platformy zdravotních pojištěnců ČR. Soubor ke stažení: [www.helpnet.cz/data/articles/down\\_59135.pdf](http://www.helpnet.cz/data/articles/down_59135.pdf).

Výplaty důchodů beze změn

Důchod pobírá v ČR celkem 2 855 623 důchodců, a to 2 337 480 starobních důchodů, 440 421 invalidních (invalidita I., II. a III. stupně) a 704 645 důchodů pozůstalostních (vdovských, vdoveckých a sirotčích). Způsob výplaty důchodů se nemění. Prostřednictvím tzv. sKarty se důchody nevyplácí ani vyplácet nebudou.

Vozíčkáři jsou s cestováním vlaky ČD spokojeni

Dvě stovky vozíčkářů se zúčastnilo výzkumu Českých drah o spokojenosti s cestováním vlakem. Podle výsledků jsou spokojeni tři čtvrtiny z nich. Jako velký problém vidělo cestování vlakem 6 % dotázaných vozíčkářů. Nejvíce si respondenti přáli nasazení většího počtu bezbariérových vozů (České dráhy letos uvádějí do provozu několik desítek nových bezbariérových vozidel). Objevovalo se i přání cestovat bez nutnosti objednávky přepravy. Prostor pro další zlepšení služeb vidí cestující na vozících také ve zvýšení komfortu bezbariérových vozů, funkčnosti plošin a školení personálu, který jim může na cestě pomoci.

Portál pěších Podvou.cz



Pražské chodníky jsou děravé, dopravní značení nepřesné, město je plné bariér. Občané proto založili internetový „portál pěších“ k podpoře pohybu pěšky po městě <http://podvou.cz>. Jednou z praktických služeb této iniciativy je projekt **Město pod dohledem**, který slouží občanům Prahy k nahlášení připomínek a problémových oblastí, například díry v chodníku nebo nepřehledné situaci při přechodu přes místní komunikaci. Bohužel, ne všechny vznesené dotazy občanů se setkávají s odezvou. Mezi ty nejpálčivější problémy pražského chodce, rodiče s kočárkem či vozíčkáře patří úzké chodníky a stále se zmenšující prostor, který vymezuje budova na jedné a kolona aut na druhé straně, parkující auta zpola či zcela na chodníku nebo dopravní značení a reklamní cedule uprostřed prostoru pěších. Ty jsou těžko překonatelné zvláště pro lidi se sníženou pohyblivostí

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ .....	1–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY .....	8–9
ZAMĚSTNÁVÁNÍ .....	9–10
VZDĚLÁVÁNÍ .....	10–12
ZDRAVOTECHNIKA .....	13–23
ASISTENČNÍ PES .....	20–22
ZDRAVOTNICTVÍ .....	24–27
KULTURA .....	27–32
SPORT .....	32–38
CESTOVÁNÍ, POBYTY .....	39–44
LIDÉ, VZTAHY .....	44–50
LITERÁRNÍ DÍLNA .....	49
BYDLENÍ .....	50–53
MOTORISMUS .....	54
DOPRAVA .....	55–56
PORADNA .....	57–60
VOLNÝ ČAS .....	60–65
INZERCE, VZKAZY, TIRÁŽ .....	66

SOUTĚŽ O ROBOT. VYSAVAČ .....	13
VAŘÍME .....	53
ERGOTERAPIE PRO RADOST .....	63
KVÍZ .....	64

Přílohy

BAREVNÁ REKLAMNÍ PŘÍLOHA  
PENĚŽNÍ POUKÁZKA + INSTRUKCE

Osobnosti

**Bakule František**, (17. 5. 1877 – 16. 11. 1957): Český pedagog. Působil na základních a speciálních školách. Ředitel Jedličkova ústavu pro tělesně postižené a Školy pro vojíny – invalidy v Praze, kde vybudoval 21 dílen, mj. pro košíkářství, truhlářství a knihvazačství. Ústav se stal dílnou o mimořádném objemu produkce a kvalitě i školou v jednom. Každé z dětí s tělesnou vadou mělo svůj pracovní stolek na míru. Zdůrazňoval nutnost vést děti s postižením k soběstačnosti.

Z myšlenek moudrých

„Není důležité člověku, aby žil dlouho, ale aby člověk byl uspokojen svým způsobem života a šťasten svým konáním. Je-li v tomto štěstí člověka obsažen i kousek štěstí jiných, pak je život krásný.“

MUDr. Rudolf Jedlička

# VLOŽENÁ PENĚŽNÍ POUKÁZKA



Je určena pro úhradu za rok 2013:

- **předplatného magazínu VOZKA**
- **členských příspěvků OOV** (platí jen členové Ostravské organizace vozíčkářů)

Pokud jste ještě neuhradili tyto závazky za roky minulé, můžete tak učinit rovněž touto poukázkou!

## Údaje do pravé části poukázky vpisujte VELMI ČITELNĚ!!!

- V rubrice „Zpráva pro příjemce“ je předtištěn účel platby. Pro předplatné Vozky je předtištěno VOZKA, pro platbu členských příspěvků Ostravské organizace vozíčkářů (platí jen členové OOV) je předtištěno OOV.
- Za příslušný účel platby **napište částku v korunách, kterou na tento účel posíláte.** Např. VOZKA 160, případně OOV 100).
- Do rubriky „Variabilní symbol“ napište **Vaše telefonní číslo.**

### Pokud jste předplatné za r. 2013 uhradili již dříve a jinak, nyní neplaťte!

- Předplatné magazínu VOZKA

Vzhledem ke zvyšujícím se nákladům na výrobu Vozky a nízkým dotacím je od roku 2013 roční předplatné zvýšeno na:

## 160,- Kč

Pro odběratele ze Slovenska (doporučujeme zaslat hotovost v obálce):  
200,- Kč

### Předplatné uhrad'te prosím do 1. 3. 2013!

- Členský příspěvek OOV (platí jen členové Ostravské org. vozíčkářů)  
100,- Kč

**Předplatitelům, kteří zasílají větší než minimální částky,  
upřímně děkujeme!**

## Platby můžete uhradit převodem z účtu:

- **Nové (!!!) číslo účtu:** 256261415/0300
- **Variabilní symbol:** Vaše telefonní číslo
- **Specifický symbol:**
  - **předplatné magazínu VOZKA:** 201
  - **členský příspěvek OOV** (platí jen členové OOV): 101
  - **platba předplatného i člen. příspěvků:** 201101
- **Zpráva pro příjemce:** příjmení a jméno odběratele Vozky

*Ostravská organizace vozíčkářů, o. s.*

## Handicapovaní čtenáři v Děčíně mají rozšířené obzory

Nová knihovna v Děčíně je tak trochu kontroverzní stavba – někteří ji přijímají s nadšením, jiní s kritikou, ale přesto láká zástupy čtenářů. Podle Zlaty Houškové, vedoucí oddělení vzdělávání Národní knihovny České republiky, je postavená podle nejmodernějších trendů.



Oproti staré budově je nová knihovna **bezbariérová**, takže ji mohou využívat i lidé s handicapem. „Já už v knihovně nebyl spoustu let, protože jsem se do ní neměl s vozíkem jak dostat,“ řekl nyní spokojený vozíčkář Aleš Černošous. Přesto ale, z jeho pohledu, našel na nové budově drobné nedostatky.

„Je třeba škoda, že se nedostaneme s vozíky kvůli vysokému schodu na terasu u hlavní půjčovny. Ovšem třeba toalety jsou naprosto vyhovující. Dokonce jsou oddělené zvlášť pro muže a ženy, což u nás nebývá příliš zvykem,“ dodal. O uvedeném problému vedení knihovny už ví a hodlá se s ním obrátit na architekta, který knihovnu projektoval.

### Novinkou kurz tvůrčího psaní a e-knihy

Na všechny návštěvníky, tedy i na vozíčkáře, čekají v knihovně nejen tradiční čtenářská oddělení, ale také jazykové, počítačové, výtvarné a hudební kurzy. Úplnou novinkou je pak kurz tvůrčího psaní nebo e-knihy, které jsou dostupné pro čtenáře knihovny bezplatně. Pro zájemavost, Češi mají o knihovny zájem: loni je navštívilo 22 milionů čtenářů.

(di)

*Foto: www.decin.cz*

**Kontakt a další informace:** Městská knihovna Děčín, příspěvková organizace, Karla Čapka 1441/3, 406 55 Děčín I, e-mail: info@dcknihovna.cz, tel.: 412 530 976, www.dcknihovna.cz.

Otevírací doba: Hlavní půjčovna – Po, Út, Čt, Pá 9–20 h, St 12–20 h, So 9–13 h, Ne 13–17 h.



## Představení nové plošiny provázela třídní hymna

V kadaňské základní škole Na Podlesí zpřístupňují vozíčkářům prostory už od roku 2002, kdy sem nastoupila první handicapovaná dívka. Škola zakoupila jednu plošinu, aby se žačka dostala do třídy.

„Do jídelny nebo do odborných učeben ale musela Alice zdolávat schody plazením nebo s pomocí spolužáků, což bylo nedůstojné. Škola se proto rozhodla investovat do dalších bezbariérových úprav,“ říká ředitel ZŠ Zdeněk Hosman.

Postupně pak ve školní budově ze sedmdesátých let vznikly nájezdové rampy ke vchodu u parkoviště, byl upraven přístup na toalety a zřízeny plošiny na schodištích. Tu poslední, za 375 000 korun, zde instalovali v říjnu, za pomoci grantu ČEZ.

Slavnostní představení nové plošiny doprovázely tóny hymny 2. B. Do této třídy „Oveček“ totiž patří i Tomášek Vorel, upoutaný od malička na vozík v důsledku dětské obrny. Schodišťová plošina, umožňující přístup do prvního patra školního pavilonu A, mu zajistí bezproblémový vstup do školní družiny. „Domluvili jsme se s třídní učitelkou, že v čase, kdy mají spolužáci tělocvik, může Tomášek relaxovat v herně družiny, kde je k dispozici i lůžko,“ říká Tomášková maminka Petra.

Její syn však nebude jediný, kdo plošinu využije. Páták Vašek Malhaus sice není na vozíku, ale má velmi sníženou pohyblivost. Do družiny chodí pravidelně, a proto i jemu plošina hodně pomůže. Kromě toho se tak základní škola Na Podlesí stala první kompletně bezbariérovou v Kadani.

(di)

Foto: ZŠ na Podlesí



Tomášek poprvé na schodišťové plošině

## Nová bezbariérová stezka ve Vizovicích

Klub českých turistů slavnostně v září otevřel další ze svých bezbariérových tras. Tentokrát ve Vizovicích. Trasa je dlouhá 5,5 km a celková délka s propojkami je něco málo přes 7 km při převýšení 124 m. „Vizovická černá“ je jako první vozíčkářská trasa v ČR vybavena také „tagglisty“ (cedulky s kódy) a tak někteří vozíčkáři s chytrými telefony využili tuto vymoženost k získání informací vsedě.



Trasa vede nejbližším okolím Vizovic a je osazena lavičkami a mapovými tabulemi, které návštěvníky seznámí s přírodními zajímavostmi a krásami Vizovicka. Vydat by se na ni měli spíše fyzicky zdatní jedinci v doprovodu asistentů nebo osoby využívající terénní elektrické vozíčky. Stezka vede převážně po místních komunikacích s asfaltovým povrchem, kde je minimální silniční provoz.

Na stezku se dostanete například u železniční stanice Vizovice, nebo u autobusové zastávky Vizovice-náměstí.

Projekt Klubu českých turistů „Turistika pro všechny“ tak úspěšně pokračuje. Od jeho zahájení v roce 2008 již byly zpřístupněny tyto trasy:

- 2009 – první trasa v Mariánském údolí na okraji Brna,
- 2010 – dvě trasy v okolí Lutové u Jindřichova Hradce,
- 2011 – jaro: trasa kolem Boleveckého rybníka v Plzni, podzim: dvě trasy v Hradci Králové,
- 2012 – v červnu trasa v Praze 5 v okolí metra Hůrka a Lužiny.

**Kontakt a další informace:** Klub českých turistů, Revoluční 1056/8a, 110 05 Praha 1, poštovní adresa: PO BOX 37, 110 05 Praha 1, tel.: 251 610 181, kct@kct.cz, www.kct.cz.

(hk)

## Den zvířat v hodonínské zoo

Počasí jako na objednávku, bohatý program a patnáct set dětí i dospělých – to byl Den zvířat v hodonínské zoo, kombinovaný se Dnem zdraví. Velkým zážitkem zde mimo jiné byly ukázky výcviku a dovedností asistenčních psů, s nimiž do zoo přijeli manželé Bendovi z brněnské Ligy vozíčkářů.

„Cvičíme psy pro všechna postižení a onemocnění, kromě zrakových. U našeho stánku mohli zájemci komunikovat se psy, diskutovat o jejich výchově i výcviku a ti nejdůležitější si vyzkoušeli, jaké to je, když člověk sedí na vozíku a s něčím mu pomáhá pes,“ říká Ivan Benda, majitel zlatých retrívrů, dvouleté fenky Ebi a osmičletého Indyho. Přinést ovladač, klíče nebo pomoci se svlékáním oblečení – to pro ně není žádný problém.

Na dětské i dospělé návštěvníky také čekaly soutěže se zvířecí tematikou, poznávací aktivity nebo třeba i měření tlaku a tuku. K dispozici byla poradna Ligy vozíčkářů, zájemci si mohli vyzkoušet aspoň na chvíli život na vozíku. Hodně živo bylo rovněž u poradny ratíškovického mykologa Václava Koplíka, který připravil bohatou výstavku hub, často i s velmi vzácnými exempláři.

„Mezinárodní den zvířat se slaví čtvrtého října na počest Svatého Františka z Assisi, který byl patronem a ochráncem zvířat. Naše zoo se k této akci připojila již po šesté,“ sdělila mluvčí hodonínské Zoologické zahrady Bohuna Mikulicová. „V pestrém programu se představil také Lamaklub a naši chovatelé s ukázkou výcviku lam krotkých.“

Kromě brněnské Ligy vozíčkářů se na celé akci podílelo mimo jiné Centrum pro rodinu a sociální péči Hodonín.

(di)

Foto: www.denik.cz



Sundat čepici je pro asistenčního psa hračka, zvládne totiž i náročnější úkony

## Černá kronika

### S promilemi přes koleje

Navzdory výstražné signalizaci se pokusil na konci října padesátiletý vozíčkář rychle přejet přes železniční přejezd v Českém Těšíně na Karvinsku. Osobní vlak jej porazil, po pádu z invalidního vozíku šťastlivec utrpěl jen tržnou ránu na hlavě. U přejezdu fungovala zvuková i světelná signalizace, ale invalida ji nerespektoval. Ukázalo se ale, že byl opilý. Přístroj na dechovou zkoušku se zastavil na hodnotě 1,63 promile.

### Drama v Houstonu

Jednorukého a jednohého muže na invalidním vozíku zastřelil letos v září policista v americkém Houstonu. Šlo prý o sebeobranu. Invalida policistovi vyhrožoval a agresivně mával nějakým kovovým předmětem – bylo to psací pero. Policii zavolal správce domu s tím, že invalidní muž tropí výtržnosti. Muž na přivolané policisty najížděl vozíkem, hrozil jim a snažil se jednoho z nich bodnout. Podle vyjádření policie policista nevěděl, že kovový předmět, kterým se muž oháněl, je pero. Ve strachu o svou i kolegovu bezpečnost proto tasil zbraň.



### Viděl, že mě srazí, a ještě přidal!

To tvrdí vozíčkář, který se začátkem října v Bratislavě nevyhnul srážce s červeným Peugeotem 206. Podle 38letého Petra se najednou na něj vyřítí vůz řízený mladým řidičem. Náraz invalidu odhodil několik metrů, při pádu si poranil obě ruce a hlavu. Řidič po střetu ani nezastavil. Na chodníku zůstaly stopy krve a hromady rozbitého skla.

### Zůstal jí jen invalidní vozík

Letos v září řešili policisté případ mladé ženy na invalidním vozíku, která si pronajala v Horní Bečvě domek, kde pobývala několik měsíců se svým 31letým přítelem z Frýdku-Místku. Když se po nějakém čase od přítele odstěhovala, nevezala si s sebou kupodivu nic.

Všechny své věci a řadu cenností v domku ponechala s tím, že jí je tehdy už bývalý přítel doveze. Nestalo se a přítel se vůbec neozýval. Žena tak přišla o televizor, notebook, pračku, ledničku, fotoaparát, obývací stěnu, kuchyňský stůl a další věci včetně osobního auta. Nakonec se žena dozvěděla, že je její bývalý přítel ve vězení za jinou trestnou činnost. Byl to nenapravitelný recidivista.

### Řidič senior srazil invalidu

Koncem září vyjžděli dopravní policisté k nehodě do Zubří, kde 89letý řidič ve Škodě 120L srazil šestatřicetiletého muže na invalidním vozíku. Řidič chyboval při odbočování vlevo, když přehlédl jedoucího muže na elektrickém vozíku. Postižený muž utrpěl naštěstí jen lehké zranění. Senior neměl platný posudek o zdravotní způsobilosti k řízení motorových vozidel.

### Přijel na návštěvu, ale skončil v cele

Napadl invalidního důchodce, troufal si na policisty a poškodil služební vozidlo. To vše má na starosti 32letý cizinec, který byl v srpnu na návštěvě v Morovicích. Muž po předchozím požití alkoholu napadl invalidního důchodce, udeřil jej několikrát do obličeje. Když starší pán upadl na zem, útočník do něj ještě kopal. Poté z místa odešel. Zraněného ještě před příjezdem policejní hlídky převezla rychlá záchranná služba do kroměřížské nemocnice. Morkovičtí policisté mezi tím ve spolupráci s obyvateli obce našli samotného útočníka. Při služebním zákroku se bránil, bouchal do služebního vozidla, vykopal skleněnou výplň zadních dveří, poškodil vnitřek auta a na laku způsobil rýhy a promáčkliny. Škoda je předběžně vyčíslena na dvacet tři tisíc korun. Mimo to agresor dokonce zaútočil i na policistu. Následně byl za přítomnosti psovoda a kroměřížské hlídky převezen na záchytnou stanici. Odtud putoval do policejní cely.

### Zlodějčci okrádají vozíčkáře

Neznámý nenechavec využil v polovině září v mléčném baru v Českých Budějovicích imobility 76letého cizince a z invalidního vozíku mu odcizil koženou tašku s uloženými doklady, kreditními kartami, finanční hotovostí a léky, vše ve výši 55 000 korun.

Podobně postupoval další zlodějček, který řádl tentokrát v listopadu v obci Čtyři Dvory na Českobudějovicku. Ten ukradl 26letému muži z invalidního vozíku černou látkovou brašnu s uloženými doklady, finanční hotovostí a mobilním telefonem, vše za 3 000 korun.

### Politik se mstil invalidovi

Antonio Piazza, dnes už bývalý šéf odboru bydlení ve městě Lecco na severu Itálie, se přes svůj nesouhlas musel s veřejnými funkcemi rozloučit, když v návalu vzteku na ulici propíchal pneumatiky na autě tělesně handicapovaného muže. Nepříliš vtipně se hájil tím, že šlo o technickou chybu...

Incident se stal letos v srpnu poté, co Piazza se svým vozem značky Jaguar zaparkoval na místě vyhrazeném pro invalidy. Pak ale na místo dorazil ochrnutý Giuseppe Scuderi a Piazza požádal, aby své auto přeparkoval. Strhla se hádka, postižený muž zavolal policii, politik musel odjet a navíc ještě vytáhnout z kapsy 80 eur na zaplacení pokuty. Bohužel to tak nenechal, vrátil se a nožem propíchal pneumatiky na Scuderiho renaultu. Piazza má z ostudy kabát, přesto se chlubil, že parkovací místo pro invalidy používal už asi tři roky.

### Beznohý „psychopat“ skončil na ulici



Matku málem ubil k smrti, holčičku o berlích shodil ze schodů, napadal i personál v léčebně. Nyní se dvaadvacetiletý Michal Mihály ocitl na prostějovské ulici.

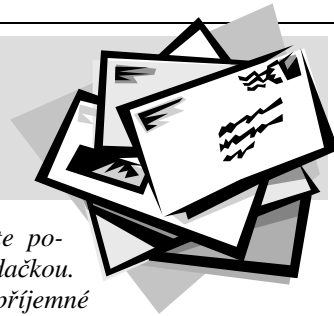
Rodákovi z Kuřimi lékaři po těžkém porodu amputovali obě nohy, zároveň má poškozenou páteř a trpí psychickými problémy. Umí se chovat slušně, ale bývá i vulgární a velice agresivní. Přibližně rok žil u své přítelkyně v domě na ulici Újezd v Prostějově. Soužití s ním však bylo pro ostatní obyvatele domu nesnesitelné. Majitel mu tedy do domu zakázal vstup.

Nabíledni je tedy otázka, jak je možné, že Michal Mihály takové ataky bez nohou zvládá? „Využívá moment překvapení, a když vás ochromí, jeho zlost nezná mezí. Jeden z jeho útoků na mě začal tím, že mě z odrazu stáhl za halenku a současně udeřil vařečkou do obličeje. Tím mi přerazil nos a než jsem se vzpamatovala, obličej jsem měla úplně rozbitý. Zachránila mě dcera, která Michala silou praštila přes ruce lžící na boty,“ svěřila se se svými šílenými zkušenostmi jeho matka, Jitka Cibulková.

*Zdroj: Novinky, Právo, Mediafax, Deník, Prostějovský večerník*

*Připravila: (bf)*

# Napsali jste nám



## Majetkové poměry

Zdravím do redakce,

dnes mám dovolenou a sháním podklady k majetkovým poměrům celé naší rodiny. Protože kluk má nárok na kompenzační pomůcku – auto. Sháním podklady k životním pojištěním, stavebnímu spoření, do šperků nevím zda napsat i ty šmuky od dětí, když byly malé. Do starozžitností napíšu asi toho mojeho a on zase mě. To je takový hnus a zhovadilost...

Jsem neskutečně nazlobená, co na tom, že ombudsman tohle uznal jako nezákonné, a že všeci ze sociálky budou vědět, co máme doma. Připadám si, že sepisuju soupis věcí pro zloděje. Jen ho vyvěsit na facebook. Jak to, že naši vládcové tohle nemusí dělat, mají miliony v nejrůznějších krabicích a my co žijeme s podprůměrných mezd či důchodů...

Připadám si, jako bychom byli prašiví. Není lepší nemakačenkům, alkoholikům a darmožroutům, co dávky naháží do herních automatů??? Kurňa, proč nás stát trestá za to, že se staráme, dřeme od nevidím do nevidím, a pak sedíme doma na prdeli. V tomto státě to asi opravdu nelze zvládnout (jak říká má kolegyně v práci) ve střízlivém stavu...

Já se omlouvám, mě vždycky při té úřednické mašinerii chytne taková depka, už aby tu bylo zase léto se slunkem.

Mějte se moc pohodově a hezký den.

Alena Heryánová

## Vážený pane (ex)ministře!

Vážený pane ministře Drábku,

Vaše vyjádření o „prasatech v žitě“ mne hluboce uráží! Nejde jen o formu, ale i o obsah. Myslím že takovéto prohlášení přestoupilo únosnou míru i od člověka jemuž arogance není cizí! Vzhledem k tomu, že jako důchodce pracuji, nedostal jsem se k hranici chudoby, ale jako prasce v žitě si rozhodně nežiji. Ve svých téměř 69 letech stejně jako po celý svůj život jsem pravidelně „dobrovolně odevzdával“ a i nyní odevzdávám státu daně, pojištění a jiné finanční atributy. Nepřipadám si tedy, že bych tedy svou existenci ohrožoval státní rozpočet! Jen bych si dovolil podotknout, že v roce 1993 bylo tři sta třicet miliard, které tvořily důchodový účet, předvedeno do státního rozpočtu a byly použity k sanaci bank. Byly někdy vráceny zpět? Zajisté nikoliv!

Takže skutečně bychom si my důchodci mohli žít jako prasata v žitě – nebyť politického establishmentu, který zcela

nestydatě s penězi, které jsme na důchod šetřili, takto naložil!

Takže v souvislosti s tímto bych si Váš výrok mohl vysvětlovat jako arogantní vyjádření hulváta, za které by v civilizovaných společnostech politik byl nucen odstoupit. Pokud tedy nejste AROGANTNÍ HULVÁT, zajisté odstoupíte! Pokud nikoliv, pak jste! Píši toto jako otevřený dopis, který poskytnu médiím, i když ne zcela pevně věřím v jeho otištění.

MUDr. Jan Flaška, odborný ženský lékař, Chomutov

Podařilo se, pane doktore! Arogance pana Drábka dostihla...

## Věřím, že bude líp

Vážená redakce,

před čtyřmi měsíci jsem si obnovoval mobilitu a žádal prodloužení průkazu ZTP, který mi skončil k 30. 10. 2012. Úřednice tvrdila, že mám být v klidu a klidně můžu odjet do lázní, že za tu dobu se to vyřeší a bude na mé jméno vyrobená sKarta a druhá ZTP karta. Samozřejmě v tom našem bordelu nic nefunguje, žádnou kartu nemám, parkovací místo za domem mi propadlo a už mi přišlo upozornění, že mám doložit průkaz ke slevě na pevnou linku s internetem, který mám zdarma. Kašlu na to, nic už nevyřizuju, podal jsem žádost, parkuju načerno a seru na to. Tak jsem znechucený tady tím systémem.

Ale jinak jsem stále optimista a věřím, že bude líp...

Luděk Trombala

## Nebát se ozvat!

Vážená redakce,

srdčně Vás zdravím a zasílám přílohu s vyjádřením Všeobecné zdravotní pojišťovny, která byla doručena manželům Čížovým na základě žádosti, kterou jsem Vám odeslala. Jak je vidět, tak člověk se nemá vzdávat a hlavně se nemá bát jít za svým cílem. Jsem ráda, že revizní lékař pochopil, že zamítnutí žádosti manželům Čížovým odůvodněné tím, že jejich stav je neměnný, bylo nevkusné, i když zákon tuto formulaci připouští.

Zasílám Vám rovněž informace o ozdravném centru Ještěrka, kterou provozuje ostravská SAREZA. Centrum slouží postiženým a imobilním pacientům a nachází se v Ostravě – Bartovicích, ul. Za Ještěrkou 629/1. Tento objekt zahrnuje kromě plaveckého bazénu prostory pro různé aktivity a také masáže. Do bazénu

se dostanete pomocí normou sedačkou.

Velmi příjemné jsou vnitřní masážní trysky po obvodu bazénu. Personál tohoto zařízení je úžasně vstřícný a věnuje se postiženým hostům s péčí. Zaslouží si velkou pochvalu.

Jana Palicová

## Důsledky změn v sociální oblasti

Vážená redakce,

před několika měsíci jsem se dostal do obtížné situace kvůli svému handicapu. Jsem od narození tělesně postižený, mám zkrácené horní končetiny v důsledku dětské mozkové obrny. Pro lidi, jako jsem já, je obtížné vlastními silami zabezpečit si osobní hygienu. Mě ji zajišťují pečovatelské pracovníky, ale ty ke mně nedocházejí ve večerních hodinách, kdy se tato situace pro mě stává neřešitelnou.



Můj problém mohl vyřešit elektronický bidet, chtěl jsem proto požádat úřad práce, aby mi poskytl příspěvek na zvláštní pomůcku, ale k mému zděšení jsem zjistil, že ze změnami od letošního roku se na tuto pomůcku příspěvek nevztahuje. Na bidet mi nemohla přispět ani zdravotní pojišťovna, protože jej nemá ve svém seznamu. Žádanou pomůcku jsem mohl mít již před několika lety, když jsem bydlel v Hrabyni v sociálním domě, jenže můj spolubydlící to nechtěl, tak jsem od toho ustoupil. Poslední možností pak bylo oslovit nadace. S pomocí Centra pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje, o. s., a díky příspěvkům Nadace J&T, Výboru dobré vůle, Konta Bariéry a sponzorskému daru firmy Easy Clean se nám podařilo shromáždit částku nutnou k zakoupení elektronického bidetu. O firmě Easy Clean jsem se dozvěděl, když jsem si udělal soukromý výlet do Šternberka. Potom měli zástupci firmy prezentaci v Hrabyni v Charitním centru svatě Kláry.

S výrobkem jsem velice spokojený a doporučil bych jej všem lidem s postižením. Kdyby potřebovali poradit a pomoci, mohou se obrátit na Poradnu pro osoby se zdravotním postižením Moravskoslezského kraje (více na [www.czp-msk.cz](http://www.czp-msk.cz)).

Otto Pokorný, Litultovice u Opavy

# Jak se žije vozíčkářům ve Švýcarsku

## Zástupci Života bez bariér opět na zkušené v zahraničí

Perfektní organizace, efektivní spolupráce a sdílení informací, disciplína – takové byly dojmy z další studijní návštěvy zástupců občanského sdružení **Život bez bariér** ve Švýcarsku. V rámci sub-projektu „Výměna zkušeností a dobré praxe v oblasti integrovaného přístupu k péči o pohybově postižené pro zlepšení kvality jejich života“ financovaného z Fondu Partnerství, Programu Švýcarsko-české spolupráce, navštívili zástupci sdružení švýcarské kantony **Thurgau** a **Bern**. Cílem bylo získat nové poznatky z oblastí poskytování sociálních služeb, ochrany práv handicapovaných a zaměstnávání zdravotně postižených.

### Pro Infirmis

Velkým přínosem pro poznání systému sociálních služeb určených pro zdravotně postižené žijící ve Švýcarsku byla schůzka se zástupcem švýcarské Národní rady p. Christianem Lohrem. On sám, byť těžce tělesně postižený, se zasadil o schválení průlomového zákona, který upravuje podmínky pro poskytování finančního příspěvku osobám se zdravotním postižením, s jehož pomocí si budou moci sami financovat sociální a další služby dle svého výběru.

Měli jsme tu čest navštívit kantonální sídlo organizace **Pro Infirmis** a „nahlédnout pod pokličku“ fungování této největší oborové organizaci poskytovatelů služeb a aktivit pro zdravotně postižené ve Švýcarsku. Organizace radí a pečuje ročně až o 100 000 osob se zdravotním postižením a jejich rodinných příslušníků a její nabídka zahrnuje odborné sociální poradenství, chráněné bydlení, transport, asistenční služby a další oblasti.

### Práce lidí s postižením

Navštívili jsme organizaci Bruggli, která zaměstnává a zprostředkovává zaměstnání a školní praxi téměř 700 handicapovaných. Firma produkuje vlastní výrobky, poskytuje služby v oblasti informatiky, logistiky, tisku, gastronomie a další. Od ředitele firmy jsme se dozvěděli, že ve Švýcarsku je v současné době pouze 2,8 % nezaměstnaných (zdravých i postižených dohromady) a práce zdravotně postižených tak nejenom významně přispívá k uspokojení poptávky na trhu práce, ale její morální rozměr považuje naprostá většina firem za významný přínos pro zodpovědné naplnění své společenské role.



Manipulátor pro přesun vozíčkáře z vozíku na speciální sedačku na plachetnici

### Jachtařem může být i vozíčkář

Velký dojem na nás udělala také návštěva organizace **Ilgenpark**, neboť svoji činností přispívá k sociální integraci těch osob, kteří kvůli svému těžkému postižení nenachází pomoc u jiných, pro tento účel zřízených subjektů.

Ke špičkovým rehabilitačním zařízením ve Švýcarsku patří **Klinika Zihlschlacht**, kde nám byly předvedeny způsoby rehabilitace určené pro osoby po těžkých úrazech.

V průběhu našeho pobytu u Bodamského jezera jsme se stali první skupinou, která měla možnost otestovat **speciální sedačku určenou k řízení plachetnic osobami zdravotně postiženými**. Tyto speciálně upravené plachetnice patří organizaci **Sailability**, která umožňuje provozovat jachtařský sport osobám s těžkým fyzickým i mentálním postižením.

### Bern

Od Bodamského jezera pokračovala naše studijní cesta do města **Bernu**. Prezentovala kanceláře **Égalité Handicap** nám představila činnost organizace, která má za cíl zajistit dostatečnou právní ochranu osob se zdravotním postižením a zabránit jejich diskriminaci ve všech oblastech života.

Setkali jsme se také s vedoucím kanceláře, která působí při švýcarském par-

lamentu, a jejíž činnosti podporují rovný přístup osob se zdravotním postižením k veřejným službám, veřejné dopravě, veřejné infrastruktuře a také k nabídce vzdělávacích, sportovních, kulturních a dalších institucí veřejného života.

Poznali jsme systém zajišťující péči a služby pro osoby se zdravotním postižením, jenž je ve Švýcarsku provázaný, efektivně fungující a reagující na skutečné potřeby handicapovaných. Nabyli jsme tak dojmu, že tamní lidé žijí v právním státě, kde legislativa zajišťuje všem rovná práva a příležitosti.

### Konference v Nové Pace

Všechny tyto poznatky a zkušenosti budou prezentovány v **únoru 2013**, kdy se v **Centru bez bariér v Nové Pace** uskuteční závěrečná konference projektu, v jejímž průběhu budou moci pozvaní zástupci švýcarských a českých organizací a dalších subjektů působících v oblasti péče a služeb pro osoby se zdravotním postižením zhodnotit stávající praxi týkající se života zdravotně postižených v obou zemích.

Tímto bychom chtěli poděkovat švýcarským partnerům, organizaci **Pro Infirmis** a **Égalité Handicap**, za pečlivě připravený program. Na financování celého projektu se podílí také Město Nová Paka a Královéhradecký kraj.

Jitka Fučíková, o. s. Život bez bariér



## Benefice: Vystoupení vozíčkářů sklidilo aplaus ve stoje

„Po tanečním vystoupení dětí na vozíku jsem byla opravdu dojatá. Bylo to něco úžasného,“ říká Lenka Koutná z Jablonce nad Nisou, která se na konci září zúčastnila v městském divadle **benefičního představení pro Hospicovou péči svaté Zdislavy**. Benefici podpořili také umělci Petra Janů a Vlastimil Harapes. Vystoupil i dětský pěvecký sbor Vrabčáci. Potlesk celého hlediště ve stoje pak sklidilo už zmíněné taneční vystoupení vozíčkářů z Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí z Jablonce nad Nisou, s názvem „**Sny nemají hranice**“.

„Večer věnovaný hospici a hospicové péči jsme uspořádali ve spolupráci s některými organizacemi poskytujícími sociální služby v našem kraji. Chtěli jsme tak nejen získat další finanční prostředky pro hospicovou péči, ale rovněž poděkovat všem, kteří v této oblasti pracují. Jejich úsilí si velmi vážíme,“ komentoval krajský radní Pavel Petráček.

Hospicová péče sv. Zdislavy, o.p.s., vznikla v květnu roku 2009. Poskytuje **domácí hospicovou péči, odlehčovací služby, odborné sociální poradenství,**



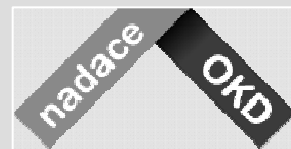
**půjčovnu zdravotnických pomůcek** a také zajišťuje program **Dobrovolnické služby**.

Domácí hospicová péče není dosud zařazena do sazebníku zdravotních pojišťoven. Hospicová péče svaté Zdislavy je

organizací neziskovou a její provoz je proto hrazen z darů právnických a fyzických osob a především z grantů každoročně vyhlašovaných Libereckým krajem na podporu hospicové péče v regionu.

(di); foto: [www.denik.cz](http://www.denik.cz)

## Krnovská CHRPA má jako první na severu Moravy ochrannou známku Práce postižených



**Sociální firma CHRPA, která v Krnově vyrábí bytové doplňky i dárkové a reklamní předměty, provozuje zahradnictví a veřejné toalety, získala jako první moravskoslezská nezisková organizace ochrannou známku Práce postižených v rámci vládního programu Česká kvalita. Organizace zaměstnává 23 lidí, z toho 19 se zdravotním postižením. „Firmy, které si u nás objednejí reklamní předměty nebo zahradnické služby, nyní mají jistotu, že jejich peníze jdou opravdu na podporu zaměstnávání handicapovaných lidí,“ vysvětlil význam ochranné známky šéf Chrpy Petr Světlík.**

„Prošli jsme přísným auditem, který se zaměřil na etiku našeho podnikání, počet handicapovaných zaměstnanců i jejich pracovní podmínky,“ dodal Světlík, jehož sociální firma je součástí Slezské diakonie.

Jedním z hlavních partnerů Chrpy je **Nadace OKD**, která krnovskou sociální firmu podpořila granty převyšujícími 700 tisíc korun. První z nich byl na rozjezd zahradnictví, druhý na pořízení laserové

gravírky, díky níž chráněná dílna rozšíří svůj program o řezání nebo gravírování laserem.

Stejně jako finance jsou pro neziskovou organizaci podnikající na otevřeném trhu důležité kontakty. „A právě proto si aktivit Nadace OKD tolik ceníme. Nabízí nám totiž účast na mnoha akcích pro veřejnost, letos jsme se například zapojili na Colours of Ostrava a dalších festivalech do programu Zážítky bez bariér, kde se prezentovaly i další chráněné dílny,“ řekl Světlík.

Chrpa vznikla před čtyřmi lety, v té době měla 8 zaměstnanců a vyráběla pouze omezené množství reklamních a dárkových předmětů. Od té doby se ztrojnásobil počet zaměstnanců a výrazně rozšířil výrobní sortiment. „Handicapované lidi dnes nechce téměř nikdo zaměstnávat. Snažíme se naši činností všem dokázat, že i tyto osoby jsou pro společnost přínosem a pracovat nejen chtějí, ale také umí,“ dodal Světlík.

Nadace OKD, která se zaměřuje především na rozvoj moravskoslezského re-

gionu, má podporu pracovní integrace handicapovaných jako jedno ze svých hlavních celorepublikových témat. Za poslední dva roky podpořila několik desítek chráněných dílen částkou přesahující 15 milionů korun. Získala za to mimo jiné prestižní Cenu VIA BONA.

Vladislav Sobol  
mluvčí Nadace OKD



*Za čtyři roky v Chrpě vzrostl počet zaměstnanců se zdravotním postižením z pár lidí na 19*

# Handicapovaní studenti se brání vymahačům

## Msta těch, kterým se zabránilo v odporném podnikání?

Před dvěma lety oslovil handicapovaného Jakuba Hamadu (tehdy osmnáctiletého) obchodní zástupce firmy IFP s nabídkou snadného přivýdělku. Jakub během desetiminutového setkání podepsal vše, co mu předložil. „Rekl, že když přivedu další lidi, budu jejich ředitel,“ vzpomíná Jakub.

Tímto způsobem se zástupcům firmy podařilo přesvědčit i 14 jeho spolužáků ze Střední školy F. D. Roosevelta pro tělesně postižené v Brně. Až po čase všichni zjistili, že ve skutečnosti se upsali mimo jiné k tomu, že budou měsíčně platit dva tisíce korun na investiční životní pojištění. Pokud ne, musejí proplatit směnku na 48 000 Kč, jinak jim hrozí exekuce. Případ začala řešit Střední škola pro zdravotně postižené v Brně, ale i média.



Podvedený Jakub Hamada, foto: ČT Brno

Petr Konvalinka, zástupce ředitelky, k tomu říká: „Šlo, s prominutím, o sofistikované svinstvo. Vedle té životní pojistky byla ještě smlouva na půjčku krytá bílankou na nevyplněnou částku.“

Nakonec se díky nátlaku školy, společnosti Help i médií podařilo veškeré smlouvy zrušit. Přijel sám šéf firmy pan Tichý a začaly se vracet smlouvy i směnky, které se ve škole komisionálně skartovaly.

„Vypadalo to nadějně – že jsou z toho studenti vyvázaní a že všechno je v pořádku,“ zavzpomínal Petr Konvalinka.

### Pomsta?

Podvedeným studentům se ulevilo a vše se zdálo být vyřešené. Jenže po

dvou letech přišla některým z nich výzva, aby vymahačské společnosti Altea Europe zaplatili skoro 20 000 korun za dva roky starou podepsanou směnku, kterou prý společnost odkoupila.

„Vnímám to jako mstu těch lidí, kterým se zabránilo v odporném podnikání a oni si nechali pár smének od některých žáků,“ říká Petr Konvalinka.

Ve vyjádření společnosti Altea Europe spol. s r. o. stojí: „Naše společnost dala každému z dlužníků možnost věc řešit mimosoudně snížením dlužné částky, popřípadě splátkovým kalendářem. Na dlužníky, kteří své platební povinnosti ignorují, jsme ze zákona povinni podat žalobu a této elementární povinnosti jako inkasní agentura dostojíme.“

### Nekalé praktiky IFP

Výzva „zaplat, nebo tě dáme k soudu“ přišla i Daniele Hamadové. „Máme zaplatit skoro 20 000 Kč za směnku, která vlastně už nemá existovat. Budeme se bránit.“

Za zmínku stojí, že společnost IFP nemá na finančním trhu zrovna dobrou pověst. Česká národní banka jí uložila šestimilionovou pokutu za používání nekalých obchodních praktik a porušování zákona o pojišťovnictví.

Stovky podvedených sduzuje občanské sdružení Help. Všichni teď spoléhají na společnou takzvanou záporčí žalobu na firmu IFP, která je u Krajského soudu v Brně. Připojila se k ní i Jakubova maminka.

(di)

### Okénko do historie: Mafiáni



Al Capone – symbol americké mafie 20. let 20. století

Kdo byl:

## Rudolf Jedlička



MUDr. Rudolf Tomáš Jedlička (20. 2. 1869 – 26. 10. 1926). Český lékař a mecenáš. Zakladatel samostatné české rentgenologie a radiologie a léčebné rehabilitace. Proslul především v oboru kostní a břišní chirurgie a jako vynikající operatér i diagnostik.

Stal se 1. přednostou II. chirurgické kliniky Univerzity Karlovy v Pražském sanatoriu v Podolí (dnešní Ústav pro péči o matku a dítě), jehož stavbu navrhl a z velké části sám financoval. Byla nejmodernější nemocnicí té doby, její výstavba trvala pouhé tři roky.

Jedlička byl štedrým mecenášem s hluboce lidským přístupem a zájmem o sociální problémy. Smyslem jeho práce vždy bylo – pomáhat druhým.

Na počátku 20. století byl v Čechách založen „Spolek pro léčbu a výchovu rachitiků a mrzáků“. Cílem spolku byl vznik instituce, která poskytne postiženým dětem péči, ve které se bude prolínat léčba, výchova, všeobecné vzdělání a odborná praktická příprava na povolání. V roce 1911 se předsedou tohoto spolku stal Jedlička a již v dubnu 1913 ústav zahájil činnost v nádvorním domečku u objektu čp. 13 na Vyšehradě. Časem se ústav rozrostl o další budovy. Finanční náklady vnitřního zařízení ústavu v jeho počátečním stadiu nesl právě Jedlička a také později významně přispíval na jeho provoz. Svou vilu v Novém světě v Harrachově odkázal dětem z Jedličkova ústavu. Nakonec harrachovská vila sloužila předlistopadovému parlamentu a slouží též instituci polistopadové.

(dz)

Zdroj: [www.nadaceju.cz](http://www.nadaceju.cz)

## Nové knihy



### Svět dětské mozkové obrny



**Miroslav Kudláček,**  
200 str., 285 Kč, Portál.

Autor zasvěcuje čtenáře do spletitého světa DMO, nabízí historický pohled na postižení, klasifikaci forem DMO, představuje dvě nejčastější rehabilitační metody a především dává nahlédnout do osobní zkušenosti života s tímto postižením na pozadí konkrétních příběhů.

Život s postižením dětskou mozkovou obrnou má mnohá úskalí. Od formy DMO a včasnosti určení diagnózy se odvíjejí konkrétní překážky na cestě k samostatné a soběstačné existenci. Komplikovanost určení diagnózy, nároky kladené rehabilitací a vyrovnávání se s vlastním postižením zatěžovaným stigmatizací tuto cestu často znesnadňují. Vzhledem k vrozené povaze onemocnění DMO člověk s tímto postižením postupně rozpoznává jeho jednotlivé projevy a důsledky pro život ve společnosti.

### Změňte mozek, změňte tělo



**Daniel G. Amen,**  
463 str., 279 Kč, Ikar.

Jak zhubnout, vylepšit stav kůže, paměť a imunitu, snížit stres i krevní tlak? Jak posílit vůli, aby člověk lépe udržel zvolenou dietu a cvičební program? Podle studií doktora Amena právě špatné fungování určitých mozkových oblastí nese vinu za to, že se nepřinutíme jít cvičit nebo přestat s přejídáním. Autor srozumitelně vysvětluje, jak mozek funguje a co se děje, když některá jeho část nepracuje správně. Zaměřuje se na snižování váhy a ukazuje, jak se optimálně stravovat, aby mozek prospíval a nevolal po nevhodných potravinách, po nichž se tloustne. Příloha obsahuje doporučené potravní doplňky i test, z něhož se čtenář dozví, na které oblasti mozku by měl soustředit pozornost.

### Změňte mozek, změňte život – Fascinující pohled do lidské mysli



**Daniel G. Amen,**  
399 str., 259 Kč, Ikar.

Mozek je hardware duše – lidé se nemohou stát tím, kým by chtěli, pokud jejich mozek nepracuje správně. Na jeho fungování závisí, jsou-li šťastní, jestli se cítí úspěšní či naopak se zapojují do společnosti. Díky specifické metodě trojrozměrného zobrazování získal autor jako lékař neurolog a psychiatr velké množství informací o tom, jak mozek funguje, a také o možnostech, jak jeho výkon zefektivnit, a dokonce zabránit budoucím onemocněním.

### Rychlé meditace pro zklidnění těla a mysli – Jak meditovat kdykoliv a kdekoliv



**Harrison Eric,** 160 str., 219 Kč, Grada.

Autor přibližuje rychlý způsob, jak uvolnit tělo i mysl – během chůze, při jídle, při práci nebo když třeba čekáte, cestujete...

Připadá vám, že nemáte čas na zklidnění? Kniha nabízí desítky „bleskových meditací“, které netrávají déle než pět minut a které pomohou rychle se zbavit stresu. Můžete je praktikovat v podstatě kdekoliv a kdykoliv. Tato meditační cvičení jsou velmi účinná a snadno se je naučíte.

### Nová DVD

Fyzioterapeutka **Zdeňka Faltýnková** připravila spolu s agenturou EkoSprint další dvě DVD, kdy radí vozíčkářům, jak efektivně cvičit své tělo svépomocí. Jsou to druhé díly DVD **Co můžeš pro své tělo udělat sám** a **Rehabilitační pomůcky v domácnosti paraplegika**. Připomeňme si i obsah prvních dílů:

- **Co můžeš pro své tělo udělat sám I. (rok vydání 2010):** Soubor cviků realizovatelných v domácím prostředí a nezbytných pro udržení fyzické kondice a funkčního potenciálu vozíčkáře. Cvičení je prováděno formou autorehabilitace bez cvičebních pomůcek.

- **Co můžeš pro své tělo udělat sám II. (2012):** Pokračování souboru cviků.

- **Rehabilitační pomůcky v domácnosti paraplegika I. (2012):** Návodná cvičení s využitím základních rehabilitačních pomůcek finančně dostupných pro každého para i tetraplegika (malé i velké míče, pružné tahy, čocky, rehabilitační válce) a použitelných pro domácí rehabili-

taci. Vždy je vhodné předváděné cviky konzultovat s fyzioterapeutem.

- **Rehabilitační pomůcky v domácnosti paraplegika II. (2012):** Pokračování souboru cvičení.

Zájemci si je mohou osobně vyzvednout v kanceláři České asociace paraplegiků (po dohodě také na akcích asociace). Zájemce o zaslání poštou hradí dobříčkou poštovné. Kontakty na konci stránky.

### Edukační materiály CZEPA

- **Jak na to doma (brožura).**

KZS Fyzioterapie míšních lézí při UNIFY ČR ve spolupráci se Svazem paraplegiků, 33 str., vydal UNIFY ČR.

Při profesní organizaci fyzioterapeutů UNIFY ČR vznikla v roce 2004 klinická zájmová skupina Fyzioterapie míšních lézí zastoupená iniciátorkou této publikace paní Zdeňkou Faltýnkovou. Tato skupina si dala mimo jiné za cíl vydávat tematické edukační materiály pro klienty s poškozením míchy, ale i další zájemce s pohybovým omezením, kteří jsou nuceni k pohybu používat vozík.

Tato první brožura obsahuje témata: polohování, strategie asistovaných a samostatných přesunů, MOTomed v rehabilitační praxi a doma, vertikalizace – stoj s využitím pomocných prostředků, zásady správného výběru vozíku a nastavení kvalitní postury sedu. Brožura je celobarevná a její součástí jsou fotografie návodných ukázek a příkladů z praxe.

- **Asistující osoba v roli cvičitele (DVD).**

Základní pasivní cvičení k udržení funkční kloubní pohyblivosti, protahování svalů s tendencí ke zkrácení a k ovlivnění nežádoucí spasticity. Cvičení jsou popsána způsobem, že je může s klientem poškození míchy i dalších závažných onemocnění pohybového aparátu provádět v domácím prostředí asistující osoba – laik.

- **Kůže – přítel nebo rizikový faktor (DVD).**

Cílem edukačního filmu je upozornit na nejruznější příčiny vzniku dekubitů a poskytnout informace o preventivních opatřeních. Film je určen jak samotným klientům – vozíčkářům a jejich blízkým, tak pracovníkům pečovatelských a sociálních služeb.

**Kontakt:** Česká asociace paraplegiků, Ovčáráská 471/1b, 108 00 Praha 10 - Malešice, tel. 775 980 952, e-mail: cze-pa@cze-pa.cz, www.cze-pa.cz.

(bf)

**Zajímá Vás některá z knih a chcete ušetřit? Zajímejte se o nejbližší bezbariérovou knihovnu ve Vašem okolí**



## Odvážné profese předvedly svůj um dětem

Stalo se již tradicí, že první zářijový pátek je na naší **Základní škole pro tělesně postižené v Opavě** věnován akci **Ochrana člověka za mimořádných situací**. Letos tomu nebylo jinak. Zázemí nám již poněkolkáté poskytli vodní skauti v čele s panem Daliborem Zemanem v přístavu Poseidon.

Na děti čekalo 12 stanovišť: záchranná služba, hasiči, městská policie, první pomoc, dopravní výchova, evakuační zavazadlo, protidrogová prevence, environmentální výchova, test všeobecných znalostí a nakonec i stanoviště s možností plavby na pramicích pod dohledem zkušených vodáků.

Novinkou byla účast Armády ČR, která s námi již dvakrát spolupracovala na naší olympiádě pro tělesně postižené. Děti vojáky se zbraněmi a vysílačkami přivítaly s obrovským nadšením. Vojenské auto navíc obsahovalo speciální nástavbu – rušič STAR-V, který chrání posádku auta před nástražnými výbušnými systémy odpalovanými na dálku.

Dalším nováčkem na akci byla Policie ČR. Děti si např. mohly vyzkoušet odebrání otisků prstů nebo dechovou zkoušku

na přítomnost alkoholu. Velkým lákadlem byl i služební pes.

Celá akce se opět velmi vydařila. Děkujeme všem, kteří se na akci podíleli!

*Jitka Jelínková,  
ZŠ pro tělesně postižené v Opavě  
na Dostojevského ulici*



## Vozičkáři z Trutnova v unikátní tvrzi

**Dělostřelecká pevnost Stachelberg funguje pro veřejnost již 20 let. Cílevědomou dobrovolnou prací zde byl postupně vytvořen rozsáhlý areál, který obnáší řadu vojensko-historických zajímavostí. Přišli se sem podívat i členové trutnovského Klubu vozičkářů se svými přáteli.**

„Náš výlet směřoval za poznáním české historie, respektive období před Mnichovskou dohodou,“ říká jednatel tohoto klubu Jan Roček. „Ujal se nás člen Občanského sdružení Stachelberg Miroslav Kejzlar. Než jsme dojeli k hlavnímu bunkru, zastavil se s námi na třech místech a povyprávěl o zákulisí pevnostního opevnění v pohraničí. Připomněl, že po domluvě s Francií se při budování pevnosti kopírovali plány Maginotovy linie. A mohli jsme si prohlédnout i pevnostní lehký a těžký kulomet,“ dodal Jan Roček.

Vojensko-historická expozice je umístěna v pěchotním srubu T-S 73, jediném vybetonovaném objektu na pevnosti. Jde o unikátní bunkr, který svojí kubaturou betonu (3 177 kubíků) představuje jeden ze tří největších pěchotních srubů československé pevnostní výstavby.

Je zde také zachycena výstavba stálého opevnění z let 1935–1938, budovaného především proti hitlerovskému Německu. Důležitou součástí výstavy, která obnáší řadu moderně řešených panelů s bohatou fotografickou a výkresovou dokumentací, jsou i modely pevnostních objektů a zbraní. Vrcholem je pak unikátní plastická ukázka stachelberské tvrze o rozměrech 8 krát 2,5 metru.

Expozici si návštěvníci prohlížejí samostatně, což trvá přibližně 30 minut.

(di)

Foto: [www.denik.cz](http://www.denik.cz)



# iRobot pomáhá

Společnost iRobot je světovým lídrem v oblasti robotiky a již 22 let vyrábí roboty pro průmysl, americkou armádu a NASA. Tyto dlouholeté zkušenosti společnost iRobot úspěšně přenesla i do segmentu robotů pro úklid domácnosti. Prvním takovým robotem byla Roomba, která je díky patentovanému systému orientace iAdapt a třířázkovému systému sběru nečistot prokazatelně nejlepším robotickým vysavačem na světě. O kvalitách těchto robotů svědčí i mnohá ocenění, z těch českých je to například:

- Výherce testu robotických vysavačů časopisu dTEST
- Vítěz poháru konstruktérů Robotforum.cz
- Produkt roku 2010 a 2011 dle portálu Heureka.cz

Domácí roboti společnosti iRobot byli vyvinuti k tomu, aby pomáhali a usnadňovali lidem život. Robotické vysavače iRobot Roomba tento úkol plní již ve více než 8 milionech domácností po celém světě. Víme, že usnadňovat život je důležité zejména u lidí se zdravotním postižením, proto naše společnost Certus Mercatus, s.r.o., přichází s projektem **iRobot pomáhá**. Cílem tohoto projektu je usnadnit



úklid domácnosti zdravotně postiženým lidem prostřednictvím nejnovějších technologií. V rámci projektu **iRobot pomáhá** nabízíme lidem se zdravotním postižením **jedinečnou slevu 20 % na robotické vysavače iRobot Roomba**.

K využití této nabídky stačí navštívit naše stránky na adrese [www.irobot.cz](http://www.irobot.cz), vybrat si robota podle svých potřeb a na e-mailovou adresu [objednavky@mercatus.cz](mailto:objednavky@mercatus.cz) zaslat objednávku spolu s ofoceným průkazem TP, ZTP nebo ZTP/P. Robot bude následně zaslán na adresu držitele průkazu. V případě jakýchkoliv dotazů se majitel robota může obrátit na naši zákaznickou infolinku na čísle 840 111 220. Záruční servis navíc zahrnuje bezplatný svoz robota z bytu majitele a jeho opětovné doručení do vlastních rukou.



Robotické vysavače iRobot Roomba se snadno používají a jsou nenáročné na údržbu. Péči o ně proto zvládne prakticky každý. Například pro lidi na vozíčku je snadné Roombu zvednout ze země, protože váží pouze 3,6 kg, a navíc má madlo, za které se dá velmi dobře uchopit. Pro ještě větší pohodlí lze použít dálkové ovládání. Roomba měří 9 centimetrů na výšku, proto může být umístěna v dokovací stanici pod jakýmkoliv standardně profilovaným nábytkem. Většina robotů iRobot Roomba má funkci odloženého úklidu, která umožňuje naprogramovat robota tak, aby uklízel ve dnech a časech, které majiteli nejvíce vyhovují.

**Na poli robotických vysavačů nemají roboti společnosti iRobot ve světě konkurenci.**

**Mediálními partnery projektu iRobot pomáhá jsou Konto BARIÉRY Nadace Charty 77, časopis MŮŽEŠ, Liga vozíčkářů, časopis VOZÍČKÁŘ a magazín VOZKA.**

## Vozkova čtenářská soutěž o robotický vysavač iRobot Roomba 780

### Podmínky soutěže:

1. Soutěže se mohou zúčastnit pouze předplatitelé magazínu Vozka, kteří mají uhrazeno předplatné na rok 2013.
2. Robotický vysavač iRobot Roomba 780 s příslušenstvím v ceně 14 489 Kč získá výherce, který bude vylosován z došlých správných odpovědí na otázku:

### Kdy bylo poprvé použito slovo robot?

- a) V r. 1920 spisovatelem Karlem Čapkem v jeho vědeckofantastickém dramatu R.U.R. (zkratka z Rossumovi univerzální roboti),
- b) v roce 1940 Rusoameričanem Issacem Asimovem v jeho devítidílném románu Já Robot.

Odpovědi zasílejte pouze na korespondenčním lístku nebo pohlednici **do 11. ledna 2013** na adresu: Redakce magazínu Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30. Jako odpověď uveďte „iRobot – písmeno odpovědi“. Vyhodnocení soutěže proběhne v únoru 2013. Výherci bude výhra zaslána společností Certus Mercatus, s.r.o., v co nejkratším termínu po vyhodnocení soutěže.

# GENNY: geniální vozítko vlastnostmi převyšující elektrický vozík

Osobní transportér Segway se stává čím dál populárnější. Jeden jeho model, s názvem Genny, však už slouží i handicapovaným lidem.

„S nápadem využít segway pro vozíčkáře přišel italský vozíčkář Paolo Badano. Jako paraplegik chtěl vytvořit takový vozík, který umožní handicapovaným co nejsvobodnější pohyb,“ řekl při představení vozíku zástupce firmy Segway Michal Kroutil.

Paraplegik Zdeněk Kirch ujel na Genny na dva tisíce kilometrů a pochvaluje si ho: „Vozík sice vznikl pro paraplegiky, ale využít jej mohou dokonce i kvadruplegici. Stačí se podívat třeba na Paolův facebook a uvidíte, kdo všechno na Genny jezdí.“

## Genny má řadu výhod

Neobyčejně pohyblivý vozík je se svými 67 cm šířky vhodný pro jízdu dopravními prostředky. V pohodě se vejde jak do tramvaje, tak do autobusu. Navíc je schopný sjet i z obrubníku. Může jezdit bahnem, v lese i na kočičích hlavách a šterku. Se zimními pneumatikami to jde dokonce i na sněhu. Je lehčí než většina elektrických vozíků a skladná. Při řízení má vozíčkář stále jednu ruku volnou, takže může venčit psa nebo třeba telefonovat... Kromě toho, Genny nelze ukrást. Aktivně se brání, když ho chcete posouvat – tlačíte-li ho, jde proti vám, a když ho táhnete, jde od vás. Zároveň má zabudovaný GPS GSM systém, který vždy sdělí, kde Genny zrovna je.

## Bezkonkurenční, ale drahý

Zdeněk Kirch projel kus Itálie a vyzkoušel si Genny i v Praze. Testovací trasou byla jízda z Podskalí na Vyšehrad



Zdeňku Kirchovi se Genny osvědčil i při jízdách Prahou Foto: www.praha.eu

a zpět. „Vyzkoušel jsem všechno – handbike, elektrický vozík nebo mechanický vozík. Musím říci, že Genny je bezkonkurenční v tom, že se s ním dostanete na místa, kam to běžně nejde. Miluju kolo a teď jezdím s manželkou na místa, kam jsme spolu kdysi jezdili na kole. Nikdy jsem nevěřil, že se tam po úraze ještě někdy podívám,“ uvedl.

Cena Genny se pohybuje kolem 380 tisíc korun. V porovnání s elektrickými vozíky je to až třikrát více. Jednání se zdravotními pojišťovnami budou zřejmě velmi dlouhá, a tak se společnost Segway snaží rozvinout spolupráci s nadacemi a dalšími organizacemi, které by mohly vozíčkářům pomoci.

### Technické parametry Genny:

- maximální rychlost: 20 km/h,
- maximální užitečné zatížení: 95 kg,
- rozměry: výška 67 cm, šířka 67 cm, délka 67 cm,
- celková hmotnost: 75 kg,
- pohon: dvě saphio lithium-iontové baterie,
- dojezd: až 38 km v závislosti na terénu a stylu jízdy,
- motor: dva střídavé bezkartáčkové servomotory DC,
- kola: 35 cm termoplastická kola vyztužená skleněnými vlákny,
- pneumatiky: velikost 48 cm, odolné proti perforaci,
- sedadlo: nastavitelná výška od 50 cm do 58 cm,
- opěradlo a opěrka na nohy přizpůsobitelné podle potřeby,
- světlost podvozku: 9 cm.

Důležitou složkou konstrukce Genny je bezpečnost. Transportér Genny je zkonstruovaný tak, aby uživatel nebyl v žádném okamžiku vystaven nebezpečí převrnutí či pádu v případě poruchy. Transportér je řízen inteligentní sítí senzorů a jeho technologie registruje změnu terénu i postavení těla jezdce stokrát za vteřinu.

(di)

Zdroj: [www.praha.eu](http://www.praha.eu)

Neoznač. foto: [www.gennymobility.com](http://www.gennymobility.com)



Pouhá dvě kola zajišťují lepší průchodnost přírodním terénem než elektrický vozík

## Segway Genny Více informací:

- [www.gennymobility.com/czechrepublic/Genny.aspx](http://www.gennymobility.com/czechrepublic/Genny.aspx)
- [www.italybysegway.com](http://www.italybysegway.com)



# Lůžka jako z kosmického programu

Novinky firmy Proma Reha

První lůžko na světě, které má nosnost 500 kg a umožňuje oboustranný boční náklon ložné plochy – to byl unikátní exponát, se kterým na největší evropský veletrh zdravotnické techniky a farmacie MEDICA v Düsseldorfu přišla česká společnost Proma Reha „Naše exkluzivní lůžko TITAN usnadňuje péči při léčbě proleženin a hygienických úkonech nepohyblivých pacientů,“ vysvětluje ředitel společnosti Radek Jakubský.

Čela Titanu slouží jako přídatné postraníce při bočním náklonu, takže zvýšenou měrou chrání pacienta před pádem. Lůžko má zároveň **elektronickou ochranu proti nechtěnému polohování a obsahuje i snadnou funkci vstávání a sedání**. Panel s plně grafickým LCD displejem a podsvícením pak sestřičkám usnadní manipulaci při nočních službách. Celé lůžko je vybaveno vážícím systémem s řadou měřících a monitorovacích funkcí. „Titan vymýšlel tým konstruktérů a designérů, kteří naslouchali potřebám obsluhujícího personálu,“ sděluje Jakubský.

## Lůžko EXCELLENT a sprchovací lehátko LS-2100

Další novinkou, představující pokrok ve zdravotnictví, je **nemocniční lůžko EXCELLENT**. Jeho nerezová konstrukce umožňuje centrální sterilizaci a dezinfekci v automatických myčkách s teplotou vody až 60 °C. Navíc má speciální povrchovou úpravu, zamezující nežádoucím odleskům. Lůžko obsahuje širokou nabídku volitelného vybavení a splňuje požadavky pro intenzivní péči.

Třetí novinkou, usnadňující péči o pacienta, je **plně elektricky ovládané sprchovací lehátko LS-2100**. Díky výkonnému akumulátoru umožňuje celodenní užívání bez dobíjení. Podélné a příčné naklápění ložné plochy lehátka pak usnadňuje mytí pacientů ze všech stran. Lehátko je tak pohodlné pro pacienty a zároveň ušetří spoustu každodenní námahy personálu.

**PROMA REHA** z České Skalice je výhradně českou společností, která oslovuje nové trhy. „Působíme v Polsku,



*Lůžko Titan se sklopenou nožní částí pro snadné vstávání a sedání*

Rusku, Spojených Arabských Emirátech, Saúdské Arábie, Itálii, Portugalsku, Rumunsku, Bulharsku i v jiných zemích. Na veletrhu MEDICA jsme nejen dobře reprezentovali naši zemi, ale také jsme uzavřeli několik zajímavých kontraktů a výhradních zastoupení pro další teritoria,“ uzavírá Radek Jakubský.

(di)

## ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ HANDICAPOVANÉ



Předváděcí jízdy

### Vyrábíme a montujeme:

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

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

### TŘÍKOLKY PRO DOSPĚLÉ

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

**Možnost náhradního plnění.**



Informace:

**META Plzeň s.r.o.**

Hřbitovní 31, 312 00 Plzeň

tel: 377 686 725

E-mail: [metaplzen@volny.cz](mailto:metaplzen@volny.cz)

[www.metaplzen.cz](http://www.metaplzen.cz)



# Konference „Pomůcky pro život spinálních pacientů“

Kaplan Vítězslav Vurst: Donekonečna se člověk může ptát – proč? Ale...

„Chceš-li moje postižení, daruji ti své parkovací místo,“ zaznělo v šotu, který si bral na mušku bezohledné chování řidičů vůči vozíčkářům, a za který Česká asociace paraplegiků (CZEPA) získala Cenu úřadu vlády. Šot byl jedním z příspěvků na odborné konferenci s tématem „Pomůcky pro život spinálních pacientů“. Tato listopadová akce proběhla v sále nově zrekonstruovaného bezbariérového hotelu Belaria v Hradci nad Moravicí, v rámci celoživotního vzdělávání lékařů i nelékařských zdravotnických pracovníků. Uspořádala ji CZEPA, ve spolupráci se Spinální jednotkou Fakultní nemocnice Ostrava a KZS (klinické zájmové skupiny) Fyzioterapie míšních lézí při UNIFY ČR. (Výtěžek z konference byl použit na nákup nových mechanických vozíků pro Spinální jednotku FN Ostava.)

Úvodní slovo patřilo význačným specialistům v oboru Prof. MUDr. Peterovi Wendsche, CSc. a primáři Spinální jednotky FN v Motole MUDr. Jiřímu Křížovi.

## Přítrž předsudkům

Českou asociaci paraplegiků (dříve Svaz paraplegiků) a její dvacetileté působení pak představila Alena Jančíková, ředitelka CZEPA. „V současné době jsme nastavili takovou strategii, abychom se

maximálně přiblížili asociacím vozíčkářů ve vyspělých zemích, jako jsou Švýcarsko, Velká Británie či Norsko. Věřím, že docílíme toho, aby se do povědomí veřejnosti i vládních úředníků již nevrátily zkrácené představy a předsudky o životě vozíčkářů,“ uvedla.

Ze statistických údajů vyplývá, že každý týden se stane úraz či jiné poškození míchy čtyřem lidem v ČR a ti, po ochrnutí, setrvávají zbytek života na vozíku. Získávání odborných zkušeností je pro léčbu a rehabilitaci vozíčkářů samozřejmě podstatné. Například špatně nastavené pomůcky při sportovních aktivitách mají za následek zkrácené svaly, skoliózu, bolestivé stavy kloubů a dekubity. Oproti tomu specifický proces dýchání v rámci respirační fyzioterapie má léčebné účinky.

A podle zdravotní specialistky Zdeňky Faltýnkové jde v plnohodnotném životě vozíčkáře nejen o oblasti bezbariérového domácího i pracovního prostředí, dobře vybraný a nastavený vozík nebo antidekubitní polštáře, ale také o sociální vztahy, pohybovou aktivitu a sebekontrolu.

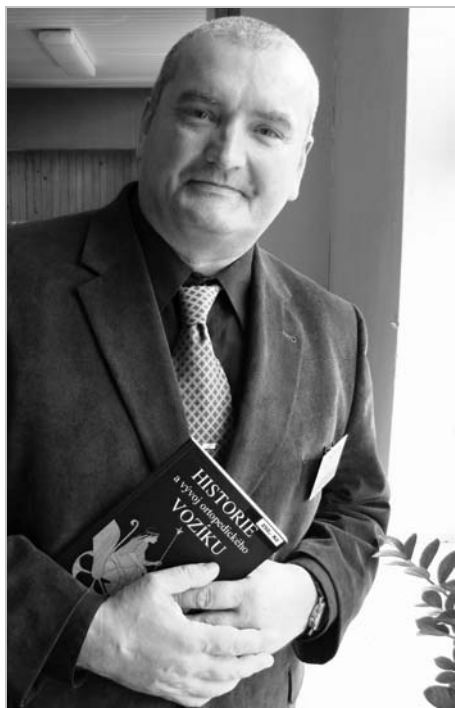
## Hodnoty pro život

Nemocniční kaplan Vítězslav Vurst B.Th pak v přednášce Hodnoty pro život (nejen) spinálních pacientů řekl: „Donekonečna se člověk může ptát: Proč? Ale tu otázku je třeba obrátit a klást ji jinak:



Alena Jančíková, ředitelka České asociace paraplegiků

Jaký postoj k tomu zvolím, co s tím budu dělat? Kam nasměruji své úsilí – a to navzdory tomu, že se stalo, co se stalo? To nás staví před úkol moudře se rozhodnout a realizovat své rozhodnutí tváří v tvář neustále se měnící situaci. Podněcovat spinální pacienty k přijetí nové výzvy je, dle mého názoru, stejně důležité, jako vytvářet nové pomůcky pro



S historií a vývojem ortopedického vozíku seznámil přítomné Ing. Petr Šika a zároveň zde pokřtil svoji stejnojmennou knihu



Konferenci doplňovaly výstavy pomůcek pro život spinálních pacientů, např. ortopedických vozíků, antidekubitních podložek, rehabilitačních prostředků a pomůcek pro kvadruplegiky. K vidění byly i handbiky (na snímku), lyžařské prostředky, speciálně upravený automobil a nejmodernější mobilní prostředek pro vozíčkáře Segway Genny

usnadnění života. Smysl života je totiž jiný termín pro naši orientaci. Pomáháme v tom, abychom se neutopili v močálu sobectví, lenosti a planých řečí.“

## Příspěvek na péči

Na konferenci zazněla i úskalí problematiky příspěvku na péči:

### 1. oblast sociální

- sociální šetření provádí pouze sociální pracovník,
- sociální pracovník není ergoterapeut,



Mgr. Eva Chaloupková přednášela o vlivu hodnoty bazálního metabolismu a hladiny krevního cholesterolu na život lidí s poškozenou míchou

- jedině multidisciplinární tým (socio + ergo + další odbornost) adekvátně zhodnotí a posoudí všechny základní životní potřeby,
- klient je hodnocen pouze v domácím prostředí – není brán ohled na jeho „fungování“ mimo domov a aktivity v rámci vrstevnické skupiny,
- předsudky sociálních pracovníků (např. sociální pracovníce na šetření u dg. paraplegie + amputace pravého předloktí: „V okolí se povídá, že chodíte o berlích.“)

### 2. oblast zdravotní

- posudkový lékař rozhoduje od stolu – žadatel není osobně přítomen,
- lékař rozhoduje pouze na základě lékařských zpráv – některé jsou neaktuální,
- lékař nevyžaduje dílčí (doplňující) vyšetření,
- neznalost diagnózy v praxi (jak žadatel funguje v běžném prostředí),
- z praxe: u tetraplegiků standardně není uznána potřeba komunikace.

Jiří Muladi



Primář Spinální jednotky FN v Motole MUDr. Jiří Kříž v popředí snímků z putovní výstavy světoznámého fotografa Roberta Vana s názvem NeOdhalení



**LUDVÍK ALEŠ s.r.o.**

## 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](mailto:upravyvozidel@seznam.cz)**

**Web: [www.upravyvozidel.cz](http://www.upravyvozidel.cz)**

**GPS: 49°38'14.12"N 18°21'17.05"E**

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



## Moderní technologie je nutno přiblížit i seniorům

Podle Českého statistického úřadu bude v naší populaci rapidně narůstat počet osob s věkem nad 65 let: oproti dnešním patnácti procentům to bude v roce 2055 dvojnásobek. Budou mezi nimi i lidé se sníženou pohyblivostí. Tito občané se však rozhodně necítí být „odepsaní“. Studie ukazují, že šedesát procent seniorů holduje nějakému hobby, zatímco cestování i výlety má ráda pětina z nich a deset procent sportuje.

### Populární internet

Důležitým koníčkem je internet, jehož popularita mezi seniory i handicapovanými stále roste. Desetina z nich pracuje s počítačem každý den a čtyři procenta přes internet nakupují (pro srovnání – v Polsku je to okolo třiceti procent). Kromě toho, podle výzkumu agentur Opinion Windows a OMD Czech Generace 50 plus, je tato věková skupina připravena investovat do kultury, rekreace, zdraví, dovolených s komplexními službami a darů příbuzným. Tomu ale většinou neodpovídá nabídka produktů a služeb v marketech. Ostatně, když už se vyrábějí pro seniory moderní technologické přístroje, mívají obvykle jedno společné – bývají nepochopitelně nemoderní a s odfláknutým designem.

### Jde to i jinak

Mimořádně dobrým příkladem, jak i seniorům na vozíku zjednodušit sžití s moderním dotykovým telefonem, je **bezkontaktní čipová technologie (NFCT)**. K telefonu jsou přibaleny speciální kartičky vybavené NFCT čipem a na nich různé úkony a funkce. Stačí kartičku přiložit k telefonu a dostanete se třeba k nastavení budíku, volání, fotoaparátu, SMS zprávám, k různým aplikacím nebo na internet. Uživatel tedy zvládne potřebné úkony vždy a bez závislosti na cizí pomoci. Zároveň je na druhé straně kartičky popsán standardní způsob obsluhy, takže senior se může úkony postupně naučit i bez kartiček. Zatím jde bohužel jen o koncept britského studia Vitamins Design, ale vzhledem k jeho spolupráci s firmou Samsung by se tento nápad mohl brzy rozšířit.

### Guruové a Celebrio

Správnou cestu představují rovněž koncepty dvou českých operátorů, mobilních telefonů: Vodafone a O2. **Na prodejních zaměstnali speciální pracovníky, kteří pomohou s nastavením telefonu nebo třeba přenesením kon-**



*Výhod personálního počítače, „chytrých“ telefonů a dalších moderních technologií využívá stále více seniorů. Pro ty se zdravotním postižením mají tyto výdobytky navíc charakter významných kompenzačních pomůcek*

**taktů.** Přestože je služba „Vodafone expertů“ nebo „O2 Guru“ určena všem, využívají ji nejvíce právě senioři a handicapovaní lidé.

Ryze českým nápadem, který přibližuje moderní technologie seniorům a handicapovaným, je pak **webový operační systém Celebrio**, jenž slaví i mezinárodní úspěchy. Je jednoduchý, intuitivně se ovládá a vše zálohuje na cloudové servery. Uživatel se tedy nemusí bát, že něco udělá špatně a přijde o data nebo o práci. Určen je především pro tablety a lze díky němu snadno využívat e-mail, videohovory, hledat předpověď počasí i denní zpravidajství nebo sledovat webovou televizi.

### První vlašťovky

Co se týká nakupování, zvláště v období svátků mohou zazářit příklady vstřícného přístupu vůči seniorům a handicapovaným, jež uvedly do praxe některé zahraniční obchodní řetězce. Tak třeba německé supermarkety Kaiser nabízejí **nouzová tlačítka pro přivolání pomoci v případě náhlé zdravotní indispozice**. Tesco v Británii má podobné prodejny, kde navíc staví na **širokých uličkách, pomalé hudbě a protiskluzovém povrchu podlahy**.

Bohužel v Česku zatím najdeme pouze první vlašťovky tohoto typu. Ale například **lupy na vozíky pro pohodlnější čtení etiket instaloval řetězec drogerií dm drogerie markt s.r.o.** „Nemáme sice přesné informace o podílu seniorů a handicapovaných, kteří lupy využívají, ale

z provozu můžeme potvrdit, že tento prvek zákazníky zaujal. Pozitivní ohlasy máme také na sociální síti facebook“ uvedla Eva Vaněčková, PR manažerka firmy.



*Lupa fy Wanzl, která má pobočku v Hněvotíně u Olomouce*

(di)

### Internetové stránky pro důchodce a seniory:

- <http://www.tretivek.cz/>
- <http://www.sedesatka.cz/>
- <http://www.svetsestioru.cz/>
- <http://www.seniortip.cz/>
- <http://www.padesatpetplus.cz/>
- <http://www.zdravy-senior.cz/>
- <http://www.seniorweb.webnode.cz/>
- <http://www.veselysenior.cz/>
- <http://www.strankyproseniory.cz/>
- <http://www.pecujdoma.cz/>
- <http://www.vstupujte.cz/>
- <http://www.seniorum.cz/>
- <http://www.aktivniseniory.cz/>

# Schodolezy

**MOŽNOST PŘÍSPĚVKU  
ÚŘADU PRÁCE**

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



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

## PÁSOVÝ SCHODOLEZ S NEJJEDNODUŠŠÍ MANIPULACÍ



## KOLEČKOVÝ SCHODOLEZ S NEJVĚTŠÍM DOJEZDEM A SNADNOU OBSLUHOU PRO TOČITÁ SCHODIŠTĚ



**BEZPLATNÁ NEZÁVAZNÁ NÁVŠTĚVA,  
VYZKOUŠENÍ A PORADENSTVÍ**

Zvedání a přesun  
s lehkostí motýla

**solift**  
specialista na zvedání a přesun

Rudé armády 646/47  
683 01 Rousínov

Tel.: +420 734 579 989

info@solift.cz  
www.solift.cz

Volejte zdarma 800 888 783 | [www.solift.cz](http://www.solift.cz)



# Ti psi jsou prostě skvělí!

• Superden v Helppes • Adélka a Heidy z Pomocných tlapek



## V Motole promovali čtyřnozí studenti

Karel Gott se na Superdni Helppes stal patronem asistenčního psa Montyho. A kdo že je pes, který si zasloužil patrona takového formátu? Monty je asistenční pes „NA TŘETÍ“. Jeho paníčkami se stala trojice jedenáctiletých slečen, které jsou upoutány na invalidní vozíček a pochází ze čtyřčat.



Šéfka Helppesu Zuzana Daušová

V polovině září se v areálu výcvikového centra neziskové organizace Helppes na Plzeňské ulici v Praze 5 slavilo. A že bylo co oslavovat. Nejenže se uskutečnila, v Motole již pověstná, promoce jedenácti čtyřnohých absolventů Vysokého Učení Helppsího, katedry Asistenčních psů, ročníku 2011/2012, ale občanské sdružení Helppes při té příležitosti oslavilo své jedenácté narozeniny. Byl to prostě Superden.

Promující asistenty a jejich novopečené majitele – lidi s postižením – přišla podpořit spousta VIP osobností z hudební, filmové ale i politické scény.

Patrony nových asistenčních psů se stali Karel Gott, Jan Fischer, Marta Kubišová, Barbora Nesvadbová, Lenka Filipová, Debby, Václav Vydra, Jan Čenský, Miro Žbirka, David Huf a Filip Renč. Mezi dalšími významnými hosty byli starostka městské části Praha 6 Marie Kousalíková a místostarosta Prahy 5 – JUDr. Petr Lachnit.

V rámci bohatého programu účastníci viděli také dvě netradiční ukázky výcviku asistenčních psů. V jedné z nich se představil mj. i **malý knírač, který byl jako první v ČR vycvičen unikátní originální metodou pro šestiletou diabetičku** a v druhé ukázce se dokonce představila i **vodičí kobyłka Katrijn**, která veřejnosti dokázala, že i koníka je možné naučit asistenčním prvkům, jako je podávání

různých předmětů, pomoc při svlékání či rozepínání zipu.

Veronika Paldusová

## Kontakt a další informace:

Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o.s., Mikovcova 9/531, 120 00 Praha 2 nebo výcvikový areál Plzeňská ulice, 150 00 Praha 5-Motol, tel.: 603 769 864, info@helppes.cz, www.helppes.cz.

## Moje asistentka je pěkný pes a umí pomoci s praním

Když se zamyslím, co bylo prvním impulsem k tomu, abych uvažovala o asistákovi, tak asi můj nevidomý kamarád. Když jsem v roce 2008 ochrnula a skončila na vozíku, tak se mě právě tehle kamarád ptal, jestli jsem neuvažovala o asistenčním psovi, že by mi určitě pomohl. Sice jsem věděla, že takoví psi existují, ale do té doby mě fakt nenapadlo o tom uvažovat i přesto, že jsem psy měla vždycky ráda. Takže jsem si sedla k internetu a začala hledat bližší informace. Našla jsem si dvě společnosti, které mě zaujaly. Po prvních emailech a po získání referencí jsem se rozhodla pro Pomocné tlapy. Pak jsem od Pomocných tlapek obdržela odpovědi mé otázky a také informace, co je třeba k získání asistenčního psa udělat. Takže jsem si sedla s mámou ke kávi a probrala s ní svůj nápad. K mému překvapení mi to odkývala, takže jsem vypsala papíry, poslala je a čekala, až na mě přijde řada a vyberou mi toho pravého čtyřnohého parťáka. A že to bylo dlouhé čekání. Od poslání prvního dotazníku k prvnímu secvičení uběhl rok a půl.

Po roce jsem šla na pohovor, kde jsme probrali co a jak a několik měsíců na to mi volal trenér Petr, že už mi vybrali vhodného psa. Byla jsem šťastná jak blecha a nemohla se dočkat, až se se svou budoucí parťáčkou seznámím. Z Petra se mi podařilo vymámit, že je to černá labradorka, zbytek mělo být překvapení. Z webové stránky Tlapek jsem vyloučila, že to bude buď Gabka, Bora nebo Heidy. No a po dvou týdnech mě brácha dovezl do Třemošné, kde jsem se seznámila s Heidy. Hned jsme si padli do oka a myslím, že i secvičování nám šlo dobře. To nejtěžší ale mělo teprve přijít. Musela jsem se s Heidy ještě asi na čtyři týdny rozloučit. Byly to opravdu nekonečné dny, ale o to krásnější bylo naše opětovné setkání.



Karel Gott se při předávání asistenčních psů organizace Helppes stal patronem Montyho. Ten bude pomáhat dvěma trojčatům na vozíčkách



Myslím, že si mě Heidy i pamatovala, protože mě přivítala jako starou známou. Po týdnu jsme složily zkoušky a mohli jet domů. Pár dní jsme ještě trénovali s trenérem u nás doma. Pak už to bylo jen na nás.

Můj život to velmi obohatilo, a to nejen o skvělou pomoc s podáváním věcí. Protože, když vám jako vozíčkáři spadne desetkrát za den něco na zem, je to fakt k vzteku! V tomhle je pro mě Heidyne prostě nepostradatelná. I otvírání dveří, sundávání ponožek nebo bot je pro mě velkým přínosem. Neocenitelnou pomocí pro každou ženu je vytažení prádla z pračky, což je fakt k nezaplacení. A věšení prádla už taky není noční můra, protože mi vždycky tak polovina věcí popadá na zem. Díky Heidyne je to spíš zábava, protože už jen vidět její radostný výraz, když jdeme vytažovat prádlo z pračky, mi hned zvedne náladu. Dokonce už nemám takový strach chodit po městě za tmy jako dřív, což je asi spíš psychologický efekt poněvadž Heidy není zrovna obranář.

Když je mi ouvej, stačí se podívat do těch jejích velkých hnědých očí a hned je mi líp. Někdo by mohl říct, že mít psa je i trochu přítěž, ale pro mě je to hlavně velká pomoc. S Heidy je teď spousta věcí daleko snazších a díky ní jsem zase o něco méně závislá na pomoci lidí, za což jsem vděčná nejen Heidy, ale také všem, kteří přispěli k její výchově a výcviku.

*Adéla Sikorová a Heidy*



*Adéla Sikorová a její labradorka Heidy*

**Kontakt a další informace:**

Sídlo společnosti: Pomocné tlapky o. p. s., V. Kratochvíla 1073, 332 02 Starý Plzenec, Hana Pirnerová – ředitelka společnosti, tel.: 724 279 599, info@pomocnetlapky.cz, www.pomocnetlapky.cz.

# Půjčovna kompenzačních pomůcek 3P

**Pomůcka - Pomoc - Podpora**



Občanské sdružení **3P, o. s.**, funguje především jako půjčovna kompenzačních pomůcek. Půjčit si zde můžete **polohova-**

**cí lůžka, antidekubitní matrace, klozetová křesla, chodítka, mechanické i elektrické vozíky.** Kompletní katalog pomůcek spolu s půjčovním řádem a ceníkem najdete na webových stránkách sdružení: [www.3P-os.cz](http://www.3P-os.cz). Mechanický vozík dostanete půjčit za 25 Kč za den, elektrický za 45 Kč.

Sdružení zajišťuje rovněž **přepřevu osob a dovoz pomůcek, kondiční cvičení, jógu, výuku počítačů a anglického jazyka.** Další službou je dvakrát do měsíce bezplatná právní poradna. Sídlo sdružení je bezbariérové, má rampu a v nutném případě i ližiny.

**Kontakt a další informace:** Půjčovna kompenzačních pomůcek sídlí na ulici Wuchterlova 11, 160 00 Praha 6, tel.: 724 654 007, 736 509 866, 736 509 864, 3P.poradna@email.cz, [www.3P-os.cz](http://www.3P-os.cz).

Provozní doba: Po, Út, St 8–12, 13–17, Čt 8–12, 13–15, Pá dle domluvy na tel.: 724 654 007 (p. Kůstka).

**Bezplatná právní poradna** na stejné adrese, termíny jsou vždy uvedeny na webových stránkách. Tel.: 654 007, 736 509 866, 736 509 864.

(hk)



## Moje asistentka je pěkný pes...

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

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

**Pomocné tlapky o.p.s.,**  
V. Kratochvíla 1073, 332 02 Starý Plzenec,  
Tel.: 724 007 779, info@pomocnetlapky.cz  
[www.pomocnetlapky.cz](http://www.pomocnetlapky.cz)



**Co vedlo lidi s těžkým tělesným handicapem k tomu, aby v červnu v areálu výcvikového centra občanského sdružení Helppes v Praze 5 – Motole změřili své síly?**



Majitelé asistenčních a vodicích psů se totiž střetli na 8. ročníku Mistrovství ČR ve výkonu vodicích psů a 3. ročníku Mistrovství ČR ve výkonu asistenčních psů. Smyslem nebylo pouze soutěžit, ale také možnost setkat se s lidmi s různými handicapem, kteří mají stejné potřeby a zájmy, a představit práci asistenčních a vodicích psů nejširší veřejnosti.

**Obr. 1:** Státní hymna nakonec zazněla na počest Mistryně ČR ve výkonu asistenčních psů Hany Černé z Prahy a její Goldenky Aeshlie Golden Paradise Valley (vlevo) a Mistryně ČR ve výkonu vodicích psů Marie Biedermannové a její labradorky Almy Chuchelský háj (nahore)

**Obr. 2:** Bohumil Sokol se psem Ralfem ve speciální části soutěže asistenčních psů. Jedním z volitelných cviků bylo sundání brýlí

**Obr. 3:** Petr Bystroň s fenkou Ditou ve speciální části soutěže asistenčních psů – podání upadlého předmětu

**Obr. 4:** Soutěžící, kteří už odsoutěžili, využili chvilku volna ke canisterapii

Veronika Paldusová, Helppes o.s., [www.helppes.cz](http://www.helppes.cz)

# Oblek X1 pro astronauty i paraplegiky

## Dostane lidi z ortopedických vozíčků?

Speciální robotický oblek pro astronauty vyvíjí americký Národní úřad pro letectví a vesmír (NASA) spolu s dalšími vědeckými týmy. Cílem tohoto projektu je umožnit astronautům cvičení během dlouhodobého pobytu v kosmu a také jim usnadnit pohyb na jiných planetách. Oblek však zároveň pomůže paraplegikům, protože jim poskytne schopnost vstát z vozíčku a opět chodit.

Postroj obleku X1 přebírá řadu technologických řešení z projektu humanoidního kosmického Robonauta a nasadí se na záda i na nohy. Konstrukci, která obepíná nohy, tvoří deset kloubů, přičemž čtyři z nich, určené ke kyčlím a kolenům, jsou motorizované.

Při dlouhých letech budou pro posádku mimořádně důležitá dvou až tříhodinová tělesná cvičení každý den, aby si udržela pevnost kostí a zabránila ochabování svalů. „Dosavadní kondiční stroje představují zhruba 900 kilogramů nákladu, což je pro omezený prostor kosmické lodě nevhodné. Oproti tomu oblek X1 váží jen necelých 26 kilogramů,“ uvedl Nick Radford, který má v NASA na starost výzkum humanoidních robotů.

Jeho tým začal vyjednávat o vyslání obleku X1 na Mezinárodní vesmírnou stanici, kde by novinku prověřila posádka orbitálního komplexu. Zároveň NASA spolupracuje s institutem, který oblek testuje na malém počtu paraplegiků. „Sním o dnu, kdy dostanu lidi z invalidních vozíčků,“ dodal Nick Radford.

Kéž by se tento sen vyplnil co nejdříve.

(di)

Foto: NASA



Robotický oblek X1 by mohl dovolit vstát vozíčkářům z křesla. Je jedním z mnoha příkladů využití kosmických technologií v civilní praxi



Postroj obleku X1 se nasadí na záda a na nohy



Na fotografii ze zkoušky robotického obleku bez vnějšího zakrytí lze vidět, že se jedná o složité mechanicko-elektronické zařízení

Potřebujete koupit  
nebo prodat  
kompenzační  
pomůcku?

## Navštivte



Jako užitečné se jeví nové webové stránky [www.ztpbazar.cz](http://www.ztpbazar.cz) v případě, že chcete prodat nebo koupit kompenzační pomůcky, vyměnit si s ostatními zkušenosti z jejich používání nebo najít si brigádu či osobní asistenci. Tento bazárek je projektem, který přežije jen díky uživatelům, kteří jej začnou využívat. Vkládání inzerátů je **zdarma a bez nutnosti jakékoliv registrace!**

Najdete zde rubriku pro prodej a nákup použitých ale i nových pomůcek pro lidi se zdrav. postižením, jako jsou všechny typy ortopedických vozíčků, speciální kočárky pro děti s postiženími, postele mechanické i elektrické, koupelnový program a doplňky, zvedací zařízení a systémy, rampy a plošiny pro nájezd do automobilu, automobily pro řidiče se zdrav. postižením apod. Web nabízí také prostor pro vaši diskusi.

Tvůrci webu nabízejí rovněž informace o tom, kdo může pomoci s financováním drahé pomůcky – odkazy na nadace a občanská sdružení.

**Kategorie inzerátů:** Ort. vozíky mechanické, ort. vozíky elektrické, speciální kočárky, zvedací zařízení a rampy, postele a matrace, koupelna a hygiena, osobní asistence, práce – brigády, auto-moto, ostatní.

(hk)



# 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 ledačos 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)



## „Vaše“ nemocnice

Každý pacient má právo zvolit si zdravotnické zařízení, kde bude hospitalizován. Nemá však nárok na výběr nemocnice, do níž jej převezme zdravotnická záchranná služba. Je nutné vědět, zda ve zvoleném zdravotnickém zařízení provádějí vyšetření či výkony, které pacient potřebuje podstoupit. Zajímejte se o kvalitu poskytované zdravotní péče, počty provedených zdravotních výkonů, názory ostatních pacientů. Také váš praktický lékař vám jistě doporučí nemocnici, s níž

má dobré zkušenosti. Je-li nemocnice kvalitní, má národní či mezinárodní akreditaci nebo se o ni alespoň uchází. To, jak nemocnice přistupuje k pacientům, zda je informuje nebo zapojuje do rozhodování o léčbě, poznáte také podle toho, zda zveřejňuje na svých stránkách výsledky výzkumu zaměřeného na spokojenost pacientů, popř. má dokonce certifikát „Spokojený pacient“ udělovaný ministerstvem zdravotnictví.

Mohou vám být užitečné i informace od lidí z vašeho okolí, kteří v nemocnici byli. Navštivte zvolenou nemocnici osobně, všimněte si, zda je tam čisto, jak se chová personál, požádáte-li o nějaké informace.

Pokud se chystáte na konkrétní výkon, můžete si na stránkách projektu [www.hodnoceni-nemocnic.cz](http://www.hodnoceni-nemocnic.cz) porovnat výsledky hodnocení všech pracovišť, na kterých se tento výkon provádí a které se zapojily do projektu „Kvalita očima pacientů“ ([www.kvalitaocimapacientu.cz](http://www.kvalitaocimapacientu.cz)). Pacienti na každém lůžkovém oddělení zdravotnického zařízení hodnotí celkem 50 indikátorů kvality, které tvoří osm dimenzí kvality lůžkové péče.

## Co si vzít s sebou

Nezapomeňte na doklad totožnosti a průkaz pojištěnce, starší záznamy o svém onemocnění (kopie lékařských zpráv) – lékař z nich lépe a rychleji získá informace o vašem zdravotním stavu, seznam aktuálně užívaných léků.

## Co si raději nebrat

Rozhodně si neberte větší množství peněz a cenností, šperky, kreditní karty nebo cennou elektroniku. Nemocnice ručí za odložené věci, ale jen za ty, které se obvykle do nemocnice přinášejí. Nepočítejte s tím, že zdravotnické zařízení převezme odpovědnost za vyšší sumy peněz a cenností, pokud si je neuložíte do trezorů k tomu určených.

## Příjem

Ve většině případů je pacient přijímán na základě doporučení registrujícího lékaře nebo ambulantního specialisty. Nastanou samozřejmě situace, kdy jste nuceni přijet do nemocnice akutně, bez doporučení lékaře. Přijímající lékař vás seznámí s důvodem přijetí a plánem zdravotní péče v průběhu hospitalizace. Vyšetří vás a bude se ptát na vše, co se týká vašeho aktuálního zdravotního stavu, co přesně vás do nemocnice přivádí a jaké nemoci

jste prodělali. A vy se nebojte ptát na vše, co vás zajímá.

Přijímací sestra vás odvede na pokoj, seznámí vás s chodem oddělení. Dodržujete-li speciální dietu, můžete požádat o setkání s nutričním terapeutem (dietní sestra).

Pokud vás nemocnice vybavila identifikačním náramkem, nesnímejte jej po celou dobu hospitalizace. Oblečení pacientů se dle zvyklostí konkrétní nemocnice ukládá do šatny nebo do skříní přímo na pokoji pacientů.

## Informace zdravotníkům

Zdravotníky informujte o lékové, potravinové či jiné alergii, jíž trpíte. Zvláště pokud se mění personál, raději upozorňujte znovu. Zdravotníky dále informujte o všech užívaných lécích. Bez vědomí personálu sami žádné léky neužívejte.

Je důležité, aby měl personál informace o tom, co zvládnete z hlediska sebeobsluhy (při pohybu, osobní hygieně, jídle, při vstávání, používání toalety, oblékání apod.). Upozorněte na svá další omezení, zvyky a potřeby, aby ošetřující personál počítal s asistencí, pokud je nezbytná.

## Co nesmíte

Respektujte zákaz kouření v objektu nemocnice s výjimkou míst k tomu určených. Alkoholické nápoje není vhodné konzumovat v průběhu hospitalizace, z tohoto důvodu je i zákonem upraven zákaz prodeje alkoholických nápojů ve zdravotnickém zařízení.

Pokud si s sebou do nemocnice vezmete mobilní telefon, respektujte zákaz používání mobilních telefonů v blízkosti některých přístrojů či provozů. Při telefonování berte ohled na ostatní pacienty.

## Ubytování v nemocnici

Pokud chcete využít možnosti nadstandardních podmínek ubytování, ptejte se hned při příjmu, zda taková možnost existuje. Nadstandardní pokoj je zpravidla jednolůžkový a je vybaven televizorem, někde ledničkou či internetovou přípojkou. Personál by vám měl předložit oficiální ceník.

Pokud jste si nadstandard neobjednali a pokud není k dispozici jiný volný pokoj, platba za ubytování na nadstandardním pokoji po vás nesmí být požadována.

## Hospitalizace dítěte

Před plánovanou hospitalizací se informujte u registrujícího praktického lékaře



ře pro děti a dorost na požadované dokumenty a nezbytné osobní věci, které je třeba si vzít s sebou do nemocnice.

Při příjmu dítěte se požaduje předložení průkazu totožnosti zákonného zástupce a legitimace zdravotní pojišťovny, u níž je dítě pojištěno.

## Práva dítěte

Dítě má právo být hospitalizováno spolu s doprovodem. O přijetí a umístění doprovodu však rozhoduje zdravotnické zařízení. Pobyt doprovodu dítěte ve věku do šesti let hradí zdravotní pojišťovna, u které je pojištěno doprovázené dítě. Pobyt doprovodu dítěte staršího šesti let je hrazen ze zdravotního pojištění jen se souhlasem revizního lékaře. Není však ještě zaručeno, že doprovodu bude přiděleno lůžko na oddělení. Rozhodnutí lékaře o tom, zda doprovod bude nebo nebude přijat na lůžko, nijak neomezuje právo dítěte na přítomnost doprovodu a právo doprovodu na přítomnost u dítěte. I doprovod, který k hospitalizaci přijat nebyl, má právo s dítětem mladším osmnácti let v nemocnici zůstat, a to v souladu s provozním řádem nemocnice.

Dítě má právo být hospitalizováno spolu s dětmi, nemá být přijímáno na oddělení dospělých.

Dítě má právo být informováno o poskytnuté zdravotní péči, a to přiměřeným způsobem s ohledem na věk a úroveň rozumového chápání.

## Práva zákonných zástupců dítěte

Zákonní zástupci mají právo být plně informováni o tom, co se s jejich dítětem děje, včetně úplného poučení, nahlížení do zdravotnické dokumentace, pořízení výpisů, opisů nebo kopií této dokumentace.

Vyšetřovací a léčebné výkony u dítěte se provádějí se souhlasem zákonného zástupce. Výjimku představuje neodkladné provedení výkonu nezbytného k záchráně života nebo zdraví dítěte, kdy tento výkon bude proveden, i když s ním zákonní zástupci nebudou souhlasit.

Při propuštění požadujete zprávu o propuštění, včetně návrhu dalšího léčebného postupu pro registrujícího lékaře, informujte se o potřebě kontrol v případě dobrého zdravotního stavu i v případě jeho zhoršení. Při propuštění má dítě nárok na vybavení léky na tři dny, stejně jako dospělý.

## Průběh hospitalizace

**Informovaný souhlas** existuje jako **předpokládaný** (pacient nedá najevo svůj nesouhlas), **ústní** (provede se záznam do zdravotnické dokumentace), **písemný** (pacient poté, co je zdravotnickým pra-

covníkem informován o navrženém zdravotním výkonu a možných rizicích a jsou mu zodpovězeny všechny dotazy, podepisuje tzv. informovaný souhlas).

Podpisem informovaného souhlasu se zdravotnický personál nemůže zbavit odpovědnosti za případné pochybení při poskytování zdravotní péče. Písemný informovaný souhlas pacient podepisuje vždy před operací, zdravotním výkonem či vyšetřením, při nichž mohou nastat závažné komplikace. Jde o poměrně obsáhlý text, musí však být srozumitelný laikovi. Zdravotnický pracovník vás musí informovat o účelu a povaze poskytované zdravotní péče a každého zdravotního výkonu. Musí také podat informaci o jeho důsledcích, alternativách a rizicích. Zdravotnický personál musí brát ohled na aktuální zdravotní stav pacienta, jeho věk a rozumovou vyspělost, a tomu přizpůsobit podání informace. Dříve udělený souhlas můžete vždy odvolat.

Můžete odmítnout provedení zdravotního výkonu, o čemž následně podepíšete tzv. **reverz**, který obsahuje poučení o možných následcích neprovedení výkonu. O navrženém zákroku musí pacienta vždy informovat lékař a pacienta nelze nutit k podpisu informovaného souhlasu. Pokud odmítnete podepsat, a přesto zdravotní výkon nebo operaci požadujete, provede se o tom zápis do zdravotnické dokumentace.

Operátér vysvětlí důvody výkonu, nastíní možnosti řešení a rizika. Zároveň by měl sdělit předpokládanou délku pobytu v nemocnici po operaci, průběh po operaci a prognózu návratu do pracovního procesu, případně omezení v běžném způsobu života.

Pokud by operace způsobila nějaká omezení nebo by byla potřeba dalšího léčení či užívání léků, měli byste se o všech těchto skutečnostech dozvědět před operací. Ptejte se na to, zda existuje neoperační alternativní řešení a jaké výhody má řešení, které vám v nemocnici nabídli. K povinností lékaře náleží vysvětlit všechna rizika výkonu, který podstupujete.

V případě, že je ohrožen váš život, a jste-li v bezvědomí nebo z jiného důvodu nemůžete vyslovit souhlas s poskytováním zdravotní péče, může být život zachraňující výkon proveden bez vašeho souhlasu.

**Pozor! Při jakémkoliv výkonu platí dvojnásob: Stále potvrzujte svoji identitu, hlaste své plné jméno, příjmení a rok narození.**

## Autotransfuze

Jedná se o předoperační odběr krve, kdy před plánovaným výkonem pacientovi, pokud to jeho zdravotní stav dovolí, odeberou několik jednotek krve (1 jed-

notka = 500 ml krve), jež jsou mu pak aplikovány zpět během operace.

Před operačním výkonem musí vždy proběhnout také rozhovor anesteziologa s pacientem. Ten se ptá na předchozí a současné choroby, na užívané léky, alergie, alkohol, návykové látky, průběh předchozí anestezie (komplikace při anestezii, obtížná intubace, alergie na anestetika, nevolnost po anestezii apod.), předchozí podání krevních derivátů a případné komplikace. Informovaný souhlas s podáním anestezie taktéž náleží k platným součástem zdravotnické dokumentace.

Opět se ptejte na cokoli, např. jaké možnosti anestezie existují a který typ je pro vás nejvhodnější. S anesteziologem můžete konzultovat svou léčbu bolesti po výkonu.

Ze zákona máte stejný nárok na kvalitní a dostupnou zdravotní péči jako každý jiný pojištěnec, který se účastní systému veřejného zdravotního pojištění v České republice. Neodkladná péče musí být poskytnuta ihned. Na některé typy plánovaných výkonů však může existovat tzv. **čekací listina**, výkon nemůže být proveden ihned.

Hlavními důvody čekacích dob na výkony jsou na prvním místě kapacitní omezení pracoviště, na druhém pak limitace úhrad výkonů zdravotnickému zařízení zdravotními pojišťovnami. Pokud je čekací doba neúměrně dlouhá, žádejte vysvětlení u své zdravotní pojišťovny. Některé nemocnice mají na webových stránkách vyvěšen elektronický kalendář, kde je možné sledovat termín své operace.

## Léky v nemocnici

Nezapomeňte si do nemocnice vzít seznam trvale užívaných léků. Během hospitalizace nemocnice odpovídá za podání veškerých léků – tedy i těch, které užíváte dlouhodobě a nemají souvislost se současným pobytem.

**Nezapomeňte:** Žádné léky **neberte sami**, bez vědomí zdravotníků.

Léky **smí samostatně podávat k tomu kvalifikovaný zdravotnický pracovník** – lékař, zdravotní sestra.

Léky **musí sestra podávat z původního balení přímo na pokoji**.

Ptejte se, jaké léky vám sestra přináší.

Ptejte se, proč tyto léky dostáváte.

Máte právo na informace o lécích, které vám byly naordinovány, a jejich případných vedlejších účincích. Tyto informace žádejte po svém ošetřujícím lékaři.

(Pokračování příště)

Zdroj: Ministerstvo zdravotnictví ČR  
Připravila Blanka Falcňíková

## Rádce pacienta ke stažení:

[www.mzcr.cz/KnihaBezpeci/dokumenty/radce-pacienta\\_5016\\_2416\\_18.html](http://www.mzcr.cz/KnihaBezpeci/dokumenty/radce-pacienta_5016_2416_18.html)

# Za vším stojí nezdolná chuť žít

## Unikátní operace zachránila ženě život

Nepohyblivé lidi na vozíčku občas postihují záněty kostí, dekubity, otláčeni-ny, které začnou hnisat a jsou zdro-jem infekce. Právě to postihlo Renatu z Krnovska, kterou před osmadvaceti lety upoutala autonehoda na invalidní vozík. A její stav se zhoršoval.

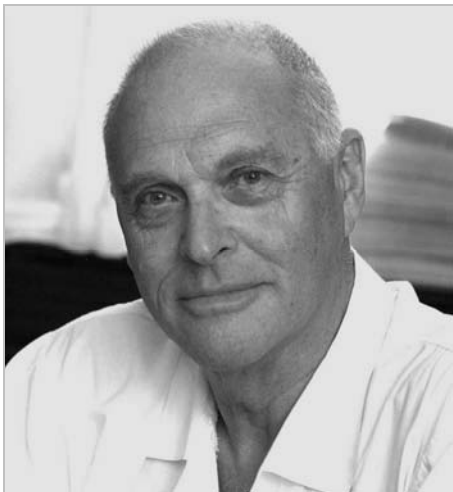
„Bolesti jsem neměla, v těch místech bylo tělo ochrnuté. Ale hrozila celková sepse,“ vzpomíná Renata na těžké období. Hrozilo, že se infekce rozšíří a dostane celkovou otravu. Byla vlastně jen otázka času, kdy k tomu dojde. Proto se na doporučení známých obrátila na chirurga **Yifruna Assefu** v Bruntále. Ten jí po vyšetření navrhl radikální řešení, amputaci celé poloviny těla v oblasti nad pánví.

### Operace bud', anebo...

„Začaly se u ní vytvářet obrovské de-fekty a zánět kostí. Jeden převaz trval třeba hodinu. Nebyla jiná cesta než ampu-tace ve výšce L 4 až 5 – a ty provádí jen profesor Antoš v Praze Na Bulovce,“ popsal závažný stav pacientky doktor Yifru Assefa.

V tu dobu žili v České republice jen tři lidé po tak unikátní operaci. (Poprvé byla provedena v roce 1961 v Americe a na celém světě ji přežilo asi sedmdesát lidí.) Operace se provádí jen u pacientů, kde už není jiná cesta, u kterých selhaly všechny ostatní možnosti a jejichž tělo je napadeno infekcemi.

Jedinou nemocnicí ve střední Evropě, kde tyto operace provedli, je pražská nemocnice Na Bulovce a všechny zákroky zde dělal tým profesora Františka Antoše. Trup se rozpůlí na dvě části. Všechny svaly, tepny, cévy se musí odříznout, podvázat, a udělat také umělé vývody pro vyměšování. Podstatné však



Profesor František Antoš



Paní Renata a bruntálský chirurg Yifru Assefa

je, že pacient musí mít nezdolnou chuť žít. A tu Renata měla.

„Sehnat profesora Antoše však byl nadlidský úkol. Sestřička u toho strávila několik dní,“ řekl Yifru Assefa. A když se konečně podařilo sehnat profesora Antoše po telefonu, zbývalo to nejtěžší: obhájit nevyhnutelnost náročné operace. „Začal se mě vyptávat na řadu věcí, ale připravil jsem se na to, měl jsem vše prostudované, takže na všechny otázky byla odpověď okamžitá. Ptal se také, jestli pacientka ví, do čeho jde.“

Profesor Antoš nakonec potvrdil Assefovy závěry: radikální operace je jediná šance, jak zachránit Renatě život. Ale než došlo k vlastní operaci, několikrát ještě jela do Prahy. Byla seznámena se dvěma lidmi, kteří už měli operaci za sebou. „Dlouho jsme o tom diskutovali i s profesorem Antošem a doktorem Assefou. Těšila jsem se, až nebudu muset dělat ty převazy ráno a večer,“ svěčila se Renata, která před hlavní operací podstoupila několik přípravných zákroků.

### S elánem do života

„Operace trvala devět hodin. Byla to asi ta nejzávažnější, jakou jsem kdy v životě viděl. Nevím, jestli ještě někdy při něčem podobném budu. Chvilí jsem držel háky a hlavně jsem pozoroval práci i nezdolnou energii profesora Antoše. Jakoby ani necítil únavu,“ složil Assefa hold profesoru Antošovi.

Renata je první ženou v České republice po tak náročném lékařském zásahu.

„Tahle operace mi zachránila život. Je to skvělý pocit. Já ještě nejsem tak stará, abych tady už nebyla,“ říká Renata. Má v sobě nezdolný optimismus a životní elán. A také, což je důležité, má oporu mezi svými nejbližšími.

Bydlí v rodinném domku s příbuznými, a když potřebuje pomoc, je vždy někdo nablízku. Maminka, sestra, přítel její sestry, synovci, neteře. Odmítá se trápit otázkou, co by kdyby a že vše mohlo být jinak, nebýt autonehody v patnácti letech. Zastává názor, že nad rozlitym mlékem se nebrečí.

### Úřední šiml vítězí

„Člověk se s tím nesmíří nikdy, ale zvykne si a naučí se všechno dělat na vozíku. Když nedosáhnu na hrníček, tak si vytáhnu jiný nástroj a hrníček si podám,“ konstatuje Renata.

Co se týká zdravotního postižení, je zařazena do třetí nejtěžší kategorie ze čtyř. „Nechápu, proč nedostala čtvrtou kategorií. Kdo jiný by to měl dostat, když ne ona po takové operaci,“ podivuje se doktor Assefa.

Ačkoliv se nyní její stav podstatně změnil, nemůže žádat stát o podporu na nějaké úpravy v domku. Jako vozíčkářka totiž dostala podporu na stavební úpravy před šesti lety a o tuto pomoc může žádat vždy co deset let... Jak je vidět, úřední šiml je u nás živen velmi dobře.

Zdroj: Šumperský a Jesenický deník (di)

# Nové možnosti v léčbě důsledků diabetu

Malá prasklina na patě byla u Anny Julinové spouštěčem mnohem závažnějších zdravotních problémů – důsledků



Paní Anna Julinová se svým ošetřujícím lékařem MUDr. Emilem Záhumenským  
Foto: MDM centrum ve Zlíně

jejího onemocnění diabetem. Ty vyústily v prognózu amputace nohy v bérce. Naštěstí se po dohodě s ošetřujícím lékařem podrobila mj. **nové léčebné terapii MDM**, která je v ČR používána tři roky, ale ve světě ji znají přes čtyřicet let.

## Neinvasivní fyzikální terapie

MDM terapie (Mesodiencefalická modulace) je metoda fyzikální léčby, která upravuje a harmonizuje poruchy způsobené funkčními i orgánovými chorobami. Jde o neinvasivní elektrofyziologickou stimulaci centrálního nervového systému, konkrétně mezimozku, terapeutickými proudovými impulsy. Nemocný impulzy nijak nevnímá, proto je **lze aplikovat i ambulantně**. Podle informací MUDr. Emila Záhumenského z MDM centra Zlín podstoupilo v letošním roce terapii přes 120 diabetiků trpících bolestivou formou diabetické neuropatie. Přes 80 procent udává výrazné zlepšení zejména nočních bolestí dolních končetin, úpravu spánku a neklidu nohou.

Metoda MDM má **pozitivní a dlouhodobý účinek i při léčbě pacientů s poruchami způsobenými omezenou**

**funkcí nebo selháním mikrocirkulace v tkáních**. A tak, jak dodává MUDr. Záhumenský, pomáhá v kombinaci se standardními metodami léčby i k **hojení chronických ran**.

V současné době je diabetikům v České republice k dispozici 7 MDM Center v Plzni, v Praze, ve Zlíně, v Hradci Králové, Mariánských Lázních, Novém Městě nad Metují a nově v Sanatoriích Klimkovice v Ostravě. V listopadu se připravuje otevření nového MDM Centra v Sedlčanech. Více informací o metodě MDM včetně dalších vyjádření pacientů i lékařů k terapii pro diabetiky naleznete na adrese: [mdmcentrum.com](http://mdmcentrum.com).

Zdroj: MDM Centrum  
(bf)

**Diabetická neuropatie** je jednou z nejčastějších komplikací diabetu. Jen v České republice jí trpí okolo 300 tisíc diabetiků. Má za následek různé zdravotní problémy včetně bolestí dolních končetin, pálení, křečí atd. Často navíc končí amputací. Doposud neexistují účinné léky, které by problém zcela vyřešily.

# Obrazy v srdci a srdce v obrazech Karla Gotta

*Uklizený dvůr i práh,  
hospodyňky v zástěrách,  
jídel plný stůl, chuť marcipánu,  
v slánce pepř a sůl, a víno ve džbánku.*

*Vládne všude mír a řád,  
lidé lidem přijdou přát,  
snítka pro štěstí a ubrus bílý,  
tak nechme bolesti a posedme chvíli,  
Jsou svátky...*

Přes Vánoce patří tato píseň Karla Gotta k nejhranějším. Ale Karel Gott není jen našim nejslavnějším zlatým slavíkem, je také výtvarníkem – a člověkem s citlivým srdcem.

## Maluju, jen když mám chuť

„Za spásný ostrov, kde se můžu oddat meditacím a kde svoji duši uklidňuji odlišným tvořivým projevem, než je zpěv, považuji ateliér. Jiný jde třeba do kostela a nemusí být nutně silně věřící. Zajde si jenom do oázy klidu, ze které, když se rozhlédne, vidí svět venku úplně jinak...“

říká Karel Gott o své výtvarné tvorbě.

„Profese zpěváka mne zatím živí dobře, mohu si tedy dovolit malovat to, co cítím, co odpovídá mým vizím, pocitům a představám. Netlačí mě čas. Maluju, jen když jsem nabitý chutí zaznamenat nějaký svůj nápad. Proto klidně namaluji Monu Lisu podle Leonarda da Vinciho, jak si sedla do kavárny ke skleničce vína...“

## Charitou se nechlubí

Svémi charitativními akcemi se Karel Gott nijak nechlubí, ale když v neziskové organizaci Helpes promovalo letos v září jedenáct čtyřnohých absolventů Vysokého Učení Helppsího, katedry Asistenčních psů, stal se patronem jednoho z nich: Montyho. Jeho paničkami se stala trojice jedenáctiletých slečen na ortopedických vozících, které pocházejí ze čtyřčat.

A mimo jiné, autogram Karla Gotta zaujímá čestné místo i ve sbírce Zdendy Kmocha, o němž píšeme na jiném místě.

(di)



Karel Gott na svém autoportrétu



Výřez z jednoho z obrazů Karla Gotta

# Kde nejen baví, ale i pomáhá hudba

## Benefice pro Kaňku: Festival „Nohama na zemi“

Tisícovka návštěvníků hudebního festivalu „Nohama na zemi“ nechtěla účinkující pustit z pódia. Takový úspěch měla listopadová akce v Českých Budějovicích, zaměřená na pomoc handicapovaným lidem – Centru Kaňka. Vystoupily zde kapely The Duffs, Colectiv, Fast food Orchestra, Bezpařtyboty a Tlustá Berta. Svou energii a profesionalitu nezištně přetavily v solidní finanční částku, která pomůže dětem se zdravotním postižením.

Kromě hudby čekala na návštěvníky festivalu jedinečná možnost vyzkoušet si život z perspektivy vozíčkáře. „Chtěli jsme, aby lidé zažili na vlastní kůži, co znamená být vozíčkářem. Mimo jiné každý, kdo si šel koupit pivo, potřeboval malé štafličky, aby na ně dosáhl, a když šel na záchod, také musel překonávat určité bariéry,“ uvedl organizátor festivalu Lukáš Pöchmann. Pro ty, kteří si chtěli otestovat zdolávání překážek přímo z kolečkového křesla, byla připravena překážková dráha, kterou využili zejména školáci.

O Dětský půlden plný soutěží, disciplín a kulturních vloček se postarali stu-



dentů z pedagogické fakulty, herci, hudebníci a umělci. Na festival byl vstup zdarma a pohybovalo se na něm také dvaadvacet dobrovolníků z řad studentů Gymnázia a Střední zdravotnické školy v Táboře s pokladničkami veřejné sbírky. Peníze z ní jsou určeny na odstranění bariér v Centru pro tělesně postižené Kaňka. Účastníci festivalu nakonec přispěli necelými patnácti tisíci korunami, devět tisíc korun „přihodily“ i kapely.

Nadšení a chuť pomoci, které se nesly napříč festivalem Nohama na zemi, byly

důkazem toho, že lidé se chtějí a umí bavit i pomáhat, navzdory celkové atmosféře v naší společnosti.

### Houslista Ivan Ženatý pro Kaňku

Na letošní veleúspěšný festival „Nohama na zemi“ naváže v březnu příštího roku benefiční koncert Kaňky, na který se podařilo získat houslového virtuosa Ivana Ženatého. Koncert proběhne v Tábořském divadle Oskara Nedbala 16. března 2013 v 19 hodin pod záštitou komorního orchestru Bolech Města Táboře.

Mistr Ivan Ženatý je hudební pedagog na Vysoké hudební škole Carla Marii von Webera v Drážďanech. Odborná kritika, posluchači i hudební kolegové ho považují za nejvýznamnějšího českého houslistu současnosti. V České republice koncertuje pouze několikrát do roka. Proto je benefice Kaňky velkou kulturní událostí.

(di, hk)

Foto: [www.kanka.info](http://www.kanka.info)



Na své si přišli jak lidé s handicapem, tak jejich asistenti

### Centrum Kaňka

Centrum Kaňka je areál, ve kterém mají své sídlo nestátní neziskové organizace Občanské sdružení volnočasových a terapeutických aktivit, Kaňka o.s. a Základní škola a Mateřská škola a poskytovatel sociálních služeb, Kaňka o.p.s.

Centrum zajišťuje jedinečný model sociálních služeb, vzdělávání a volnočasových aktivit v rodinném prostředí s vysoce odborným personálem, moderním vybavením, osobním přístupem, širokým rozsahem metod a terapií a ochotou pomáhat.

**Kontakt:** Helsinská 2731, 390 05 Tábor, e-mail: [budilova@kanka.info](mailto:budilova@kanka.info), tel.: 734 100 558, [www.kanka.info](http://www.kanka.info).



# Bohdan Bláhovec a jeho poezie v ringu

## Při Slam Poetry vytváří z handicapu přednost

Studuje čtvrtým rokem dokumentaristiku na FAMU a žije v Praze. V českém literárním prostředí se stal průkopníkem moderní básnické performance tzv. **Slam Poetry** (z angl. slam – úder). Je několikanásobným vítězem národních kol této strhující show, která vznikla v USA na přelomu 80.–90. let 20. století. V rámci vystoupení Slam Poetry umělec improvizuje přímo na pódiu. Na publiku pak je, zda autora vypíská, nebo mu pomůže najít další rým. Bohdan vystupuje i v zahraničí, nejraději v Německu. Vždy se od něj očekává hlasitý politicko-společenský komentovaný žert v afektované rovině. Je to trochu divadlo, takže člověk může říct cokoli beztrestně před sebou i před kýmkoli jiným.

V současné době připravuje svůj absolventský film a věnuje se pořádání Slam Poetry workshopů pro lidi ze sociálně znevýhodněných prostředí. Na fakt, že je sám svým způsobem znevýhodněný, vás upozorní chůze, poznamenaná dětskou obrnou.

### Handicap beru do hry

Velkou roli při slamování hraje samo tělo. „Beru jej do hry, ať už vědomě – shazují ho v textech, nebo nevědomě – slamuju, najednou při nějakém kroku zaškokrtnu a téměř spadnu, v tu chvíli mě mé tělo vrátí zpět, ukotví. Na druhou stranu se celý život snažím, aby handicap nebyl to první, co za mě mluví. Ale u slamu, kdy tělo je součástí slov, to nejde. Z handicapu tak vytvářím přednost, což je trik, který mě vlastně baví. Když přijede do New Yorku, Stockholmu nebo Německa ukoktaný, ukulhaný export z východního bloku, tak svou improvizací, kterou diváci vždycky nějak chytí, zaujme,“ říká Bohdan.

V současnosti připravuje námět na svůj absolventský film, který bude o penězích. Loni natočil film, který si věnoval jako dárek. „Je o baráku, který byl dříve stacionářem pro postižené děti a já jsem tam strávil část dětství. Po revoluci se z něj stal salon thajských masáží. Je to vlastně dokumentární muzikál, kde tancují lidé s handicapem a zpívají postavy, které nikdy nezpívaly. Mám z toho filmu radost, protože mě osvobodil. Mohl jsem ze sebe tiše vykřičet dětské trauma, které pro mě bylo ztělesněné tímhle domem. V jeho prostoru jsem byl do důsledků konfrontovaný s tím, že se ode mě nic nečeká, že jsem postižený člověk a mám naplnit obraz postiženého člověka. Tohle



Bohdan Bláhovec při vystoupení

Foto: Karolína Demelová

jsem si odmítal připustit a ve filmu jsem si o tom spolu se zúčastněnými zazpíval.“

„...a celý takový oblečený nýmandi. Říkaj dospělý, že jenom děti – v nahotě – maj smysl v hodnotě. Těkám a čekám, že udělám striptýz za deset bodů... néé, pomalu, ale jistě néé. Já chci vidět a už je na čase, třeba svlečenýho Nečase.“

Ale vážně, žhnu tím.... nudím... chci vidět v rámci někdejšího disentu, ty lidi v parlamentu jak se svlečou... a čouhá jim to!... z bot... a je to sláma! a já jsem slam a jsem tu s váma!“

### Je to vůbec ještě báseň?

Vedle improvizace, kdy má autor v hlavě jen kostru textu, existují také texty pečlivě doma připravené. „Klasická poezie je však mnohem koncentrovanější a hlubší. To, co naopak dělám já, je, že přijdu, otevřu kanál a sázím. Jdu do risku. Během těch tří minut to občas na chvíli poeticky zajiskří, ale je mi jasné, že kdybych hned po skončení přepsal svůj text na papír, tak bude fungovat slabá desetina. Zatímco na živo v interakci s divákem to v dané situaci funguje skvěle. Ale to mě právě na slamu nejvíc baví! Tohle zvláštní setkání jedince a davu. V ideálním případě právě vzniklý text už nemá být opakován ani zaznamenán. Je to jen pro těch pár hlav, které tam v tu chvíli jsou. Text se rodí a zaniká na jevišti a nikdy potom už nemá mít žádnou platnost.“

„Kdo je tu a kdo tu není. Zdáni, realita nebo pouze snění. Je či není. Na pódiu

stojí borec Bohdan Bláhovec... věc-věc veřejná... republika... hlas publika a rady si neví, ví či neví... výt či nevýt... být či nebýt. Dát beat... jako Rytmus, být porotcem – tím cenným v soutěži pro děti... ti... tikat, tikat tikat... říkat dál ty slova, říkat stará, říkat nová, říkat stará, říkat znova – má vina – made in China... a stále na východu, má vina – made in China – stále nenacházím shodu, stále je to na východu...“

Bohdan byl v roce 2007 jediným českým delegátem na Mezinárodním literárním festivalu v Berlíně. „Slamoval jsem zčásti v němčině, zčásti v angličtině a češtině. Největší strach jsem měl z verše „Ich bin nicht Hitler/ ich bin hitmaker./ Hey Jude/ Hey jude/ co bylo včera, doufám, že nebude“. Říkal jsem si, můžu si vůbec dovolit hříčku na tohle téma? Můžu vůbec vyslovit to jméno nahlas? Ale byl to nejsilnější moment vystoupení. V mém šíleném strachu to vyslovit a ve strachu publika to slyšet a nahlas se zasmát – to byla najednou obrovská porce svobody.“

Do Německa se rád vrací. Kombinuje češtinu s angličtinou, němčinou nebo prvky lokálního jazyka, podle toho, ve které zemi vystupuje. Témata jsou univerzální. O euru, schengenském prostoru, Evropské unii či historických traumatech.

Hodně invence a svobody, Bohdane!

Zdroj: [www.lidovky.cz](http://www.lidovky.cz),  
[www.litenky.cz](http://www.litenky.cz)

Zpracovala: Hana Klusová

**Průkopník Slam Poetry v Česku**

# Galerie UMÚN

## Umělci malující ústy a nohama

Steven CHAMBERS, ANGLIE



Steven Chambers se narodil s ankylozou, vzácným postižením, při kterém se vůbec nevyvinou pažní svaly a klouby na nohou jsou silně ztuhlé.

Většinu svého mládí pobýval v nemocnicích. Pak se ale jeho matka rozhodla pečovat o chlapce sama, trávít hodiny masírováním jeho těla a vytrvalým každodenním cvičením. Steve tak mohl začít navštěvovat školu jako normální děti, kde přirozeně začal používat ústa pro uchopení tužky a postupně se u něj probudily umělecké ambice. Po škole byl přijat na výtvarnou akademii a svým úsilím se vypra-

coval k členství v MFPA (Mouth and Foot Painting Artists).

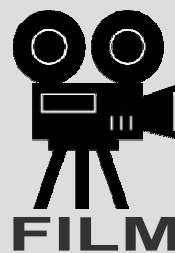
Steve žije od 90. let se svou ženou Jo a čtyřmi dětmi v Norfolku, blízko pobřeží, kde se může věnovat rybaření, jeho celoživotní vášni. Z jeho krásných maleb se radují lidé na celém světě.



Zimní náměstí

Zdroj: [www.vdmfk.com](http://www.vdmfk.com)  
Přeložila Hana Klusová

**Máte zájem o pomoc a podporu při výuce malování ústy nebo nohama?** Kontaktujte UMÚN – Nakladatelství umělců malujících ústy a nohama, Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30, tel. 485 161 712, [umun@umun.cz](mailto:umun@umun.cz), <http://www.umun.cz>



## Přednosta

(The Station Agent)

Náplast

na blbou náladu

Společnost mlčenlivých kolejí považuje za bezpečnější než společnost lidskou – napadá mě, když tak přemýšlím o americkém nezávislém snímku **Přednosta** z roku 2003.

Tricetiletý Fin McBride (skvěle ztvárněný Peterem Dinklagem) je samotář a nade vše miluje vlaky. Po nedobrych zkušenostech z minulosti se dobrovolně izoloval od okolí, které především zajímá jeho trpasličí vzrůst. Finovi ale zcela změnil život nečekané dědictví v podobě mechem obrostlé budovy léta nepoužívané železniční zastávky na venkově v New Jersey.



Jeho novou samotu naruší příjezd užvaněného Joea (Bobby Cannavale), majitele pojízdné kavárny, a tak trochu potrhle malířky Olivie (Patricia Clarkson). Fin byl dosud zvyklý fungovat tiše a nenápadně, to je bohužel vzhledem k jeho „neobvyklému“ vzrůstu prakticky nemožné, protože neustále přitahuje pozornost. Postupně Fin přichází, a někdy trochu bolestně, na to, že „samota je snesitelnější, když jsou na ni tři“. Brouzdají spolu po kolejích, mlčky si povídají, naslouchají sami sobě.



Film je režijní prvotinou Thomase McCarthyho. Nečekejte strhující děj plný zvrátů, akcí, bouřlivých emocí nebo hlubokých myšlenek. Přináší „jen“ hodinu a půl obyčejného života obyčejných lidí na obyčejném místě. Thomas McCarthy vykreslil úžasnou atmosféru zapadlé železniční stanice, stejně jako charakteristiku tří samotářů, kteří tiše křičí o pomoc a hlasitě mlčí. Film s humorem a lidskostí, citlivě vypravuje o samotě, předsudcích, přátelství a osudech jednotlivých aktérů. Je to milý příběh obohacený zvláštním kouzlem osobnosti herce Petera Dinklagea.



Nemohu než souhlasit s názorem, že Přednosta je dokonalou náplastí na blbou náladu, dokáže zabrnkat na to, co je v nás lidské... Když se tak na film díváte, musíte připustit, s jakou noblesou se hlavní hrdina příběhu dokáže vyrovnat se svým handicapem.

#### Ke stažení na:

- <http://www.ulozto.cz/hledej/?q=prednosta%202003>
- <http://thepiratebay.se/search/The%20Station%20Agent/0/99/0>

Blanka Falcníková

**Přednosta (v originále The Station Agent, Station Agent – festivalový název), USA, 2003, 88 min.**

**Režie:** Thomas McCarthy. **Hrají:** Peter Dinklage, Patricia Clarkson, Josh Pais, Michelle Williams, Richard Kind, Bobby Cannavale, Lynn Cohen, John Slattery, Paula Garcés, Jeremy Bergman, Joe Lo Truglio.

# Poezie z Vašeho pera

*Jana Maksoudová*

## *Pepík*

*Pepík jenom doma sedí,  
život už ho nebaví,  
jenom smutně z okna hledí,  
vozik pod ním rezaví.*

*Po úrazu práci nemá,  
co s vozíkem na střese?  
Žádný kámoš, žádná ženská...  
vždyť se stěží učeše!*

*Televizní vysílání  
je společníkem jediným,  
jednoho dne pomohla však  
dokumentem nevinným.*

*Pepík zahlédl tam psíky,  
taky různé dětičky,  
psíci dveře otvírali,  
nosili jim botičky.*

*Trenér potom povyprávěl,  
co pes umí, dovede,  
přidal číslo telefonní,  
Pepa ví, co provede.*

*Přijali ho, všichni milí,  
ukázali obrázky,  
dotazníky vyplnili,  
položili otázky.*

*Pak se měsíc s týdny minul,  
Pepa k Plzni vyráží,  
po zkouškách a po promoci  
retrívra si odváží.*

*Co se stalo, jaká změna,  
od soboty k pondělí?  
Pepa je jak vyměněný,  
samý úsměv, veselí.*

*Copak, že už není morous?  
Jaký zázrak stal se dnes?  
Z jeho splínu vytáhl ho  
věrný asistenční pes.*

**Autorka: maminka chlapce na vozíku,  
který má asistenčního psa.**



*Hana Klusová*

## *(bez názvu)*

*Místo prstů stonky trávy,  
vlasy zlehka proplétáš.  
Ve věku, kdy nešílí se lehce  
stejně cítíš, dýcháš  
doufáš dál.*

## *(bez názvu)*

*Mraky se stáhly  
kříž věrně v poli stojí  
od nepaměti  
v dlaních prach  
a v žilách svěcenou vodu.*

## *Finská*

*U botnického zálivu  
teskno je na duši.  
Pravěké kameny co nepromluví  
ledové moře omývá.  
Daleko na sever, každý je sám  
po větru domů  
runový vzkaz posíláš.*



## *Ostravě*

*Bydlím ve smutném městě  
za hradbami hor.  
Kterou stranou se vydat,  
kde minu svůj bol?*

## *V září*

*Bezová šťáva, šípkový med  
nastydlou rukou, přetáčíš stránku  
podzim je na dohled.  
K slunci mračíš se  
natahuj sebe.  
Na podzim končívá  
co zdálo se věčné.*

**Autorka: redaktorka magazínu Vozka.**

## Robert Vano NeOdhalení

Světově uznávaný fotograf **Robert Vano** vytvořil černobílé fotografie mužů a žen ochrnutých po poškození míchy. Snímky, na kterých nepoznáte, že tito mladí lidé mají podle segmentu poranění míchy ochrnuté nejen svaly dolních končetin, trupu nebo i rukou, ale také porušené funkce vnitřních orgánů. Ve spolupráci s Českou asociací paraplegiků (CZEPA) připravil Vano z těchto fotografií i unikátní **kalendář pro rok 2013**.

V říjnu proběhla v **OC Europark Štěrboholy** pod názvem „NeOdhalení“ výstava těchto fotografií, kde se zároveň prodával kalendář. Výstava byla zakončena módní přehlídkou (píšeme o ní na titulní straně), na které byl kalendář pokřtěn.

„S modely a modelkami na vozíku se mi pracovalo velmi dobře, byla to příjemná a milá spolupráce,“ řekl Vano.



Fotograf Robert Vano druhý zleva



Foto z kalendáře Roberta Vana

Koupí kalendáře na rok 2013 (rozměr 68 × 36 cm) za pouhých 290 Kč podpoříte činnost CZEPA. Objednávky: cze-  
pa@cze-  
pa.cz, tel.: 775 980 952.

(red)

## Letošní ročník Českého poháru ve stolním tenisu vozičkářů vyvrcholil v Brně

Stolní tenisty na vozíku čekalo v Českém poháru 2012 celkem 7 turnajů. Začínalo se v dubnu v Klatovech, následovala klání v Mohelnici, Liberci, Chebu, Praze, Pardubicích a finále se odehrálo, už tradičně, za zelenými stoly v Brně. Z původně plánovaného rozpisu vypadla letos z organizačních důvodů Lomnice nad Popelkou. Celkem 49 hráčů z původně 52 přihlášených bojovalo o vítězství i poslední body do celkového hodnocení ČP.

Nad brněnským finále (už jedenáctým ročníkem tohoto turnaje), které se dalo díky účasti stolního tenisty Martina Barbierika z nedaleké Myjavy nazvat mezinárodním, převzal záštitu primátor statutárního města Brna Roman Onderka. Ten věnoval prvním třem v každé kategorii krásné poháry. Turnaj sledovali i poslanci Parlamentu České republiky, zástupci magistrátu a městských částí.

### Vítězi Stefanu, Svobodová a Hudeček

Nejvyšší kategorii A vyhrál bez ztráty bodu **Michal Stefanu** z SK Nové Město nad Metují, druhá skončil René Tauš a třetí Jaroslav Hadrava.

Kategorii B vyhrála **Markéta Svobodová** z TJ Invaklub Loštice. Není to nová

hráčka, jen ze slečny Páralové se stala mladá paní Svobodová – je vidět, že manželství jí opravdu svědčí. Stříbrný skončil **Stanislav Navrátil** a bronzový **Ladislav Vintrlík**.

V kategorii C si vítězství vybojoval **Vratislav Hudeček** z SKV Ostrava, druhý skončil **Miloš Tesař** a třetí **Pavel Bosák**.

### Celkové výsledky

Český pohár ve stolním tenisu vozičkářů za rok 2012 v kategorii A vyhrál **Karel Zmrzlý**, v kategorii B **Stanislav Navrátil** a kategorii C ovládl s plným počtem bodů ze všech pěti započítávaných turnajů ostravský stolní tenista **Vratislav Hudeček**.

Letos byl předán ještě jeden pohár, a to pro nejmladšího účastníka. Čtrnáctiletému **Borisi Trávníčkovi** ho věnoval SK Moravia Brno. Boris v celoročním hodnocení získal v kategorii C třetí místo a příští rok postupuje do vyšší kategorie B.

Příští ročník bude opět začínat v dubnu v Klatovech. Přejeme všem hráčům, jejich fanouškům i všem čtenářům časopisu *Vozka* krásné a radostné Vánoce, v novém roce pevně zdraví a vše dobré.

*Realizační tým SK Moravia Brno*



Foto vítězů turnaje skupina A: uprostřed M. Stefanu, po jeho levici druhý R. Tauš a stojící starosta V. Krásný, po jeho pravici třetí J. Hadrava a stojící poslanec J. Husák.



# Češi na paralympiádě nezklamali

Paralympijský Londýn nadchl stejně jako olympiáda



„Dál, výš, rychleji“ jsou hesly i sportovců s handicapem

Foto: EPA

Letošní paralympijský rok skončil pro českou výpravu úspěšně. A to hned z několika pohledů. Za samotný úspěch je možné považovat fakt, že čeští paralympionici na sportoviště v Londýně vůbec odjeli, vzhledem k ohrožené účasti českého týmu kvůli sporům v zákulisí sportu handicapovaných. Nicméně – konec dobrý, všechno dobré. A tak se po dvoutýdenním sportovním klání (29. 8. – 9. 9. 2012) vrátili Češi z města nad Temží s hlavou nahoru.

„Dívejte se ke hvězdám, ne dolů k nohám,“ slyšeli prostřednictvím hlasového syntezátoru účastníci paralympijských her a diváci po celém světě při zahajovacím ceremoniálu 14. paralympiády od slavného vozíčkáře – astrofyzika Stephena Hawkinga.

Během dvanáctidenního sportovního svátku handicapovaných bojovalo v jednadvaceti sportovních odvětvích na 4 200

sportovců ze 165 zemí včetně šestačtyřicetičlenné české výpravy o 1 509 medailí. Jedenáct z nich získali čeští sportovci. O divácká místa na stadionech byl podobný zájem jako během předcházející olympiády. Okusit elektrizující atmosféru přišly 2 miliony 700 tisíc diváků.

Českou vlajku přivezl na plochu Olympijského stadionu, který při zahajovacím ceremoniálu zaplnilo 62 000 diváků včetně britské královny Alžběty II., paraplegik a nyní už pětinasobný paralympionik Rostislav Pohlmann.

## Jedenáct medailí pro české paralympioniky

„Medaile v takovéto konkurenci vždy visí hrozně vysoko, ale Česká republika se tu se svými výkony neztratila, jedenáct medailí je velký úspěch,“ komentoval českou účast vedoucí paralympijské výpravy Roman Suda s tím, že Češi se zú-

častnili šesti sportovních odvětví a z pěti nakonec přivezli medaili. Získali **jednu zlatou, šest stříbrných a čtyři bronzové medaile**. Jediné zlato získal cyklista **Jiří Ježek** v silniční časovce na 24 kilometru. Se svými jedenácti medailemi je Jiří Ježek nejúspěšnějším cyklistou v historii paralympijských her.

## Přehled českých medailí

**Zlato:** Jiří Ježek (silniční cyklistika – časovka C4).

**Stříbro:** Radim Běleš (atletika – hod kuželkou F31/32/51), Rostislav Pohlmann (atletika – hod diskem F57/58), Jiří Ježek (dráhová cyklistika – stíhací závod C4), David Drahonínský (lukostřelba W1), Radek Procházka, Leoš Lacina (boccia BC4), Tereza Diepoldová (silniční cyklistika – časovka C1-3).

**Bronz:** Jan Povýšil (plavání – 50 m volný způsob S4), Eva Berná (atletika –

vrh koulí F37), Jiří Bouška (silniční cyklistika – časovka C4), David Vondráček (silniční cyklistika – závod s hromadným startem T1-2).

České reprezentanty bylo nejvíce vidět při cyklistických závodech. David Vondráček získal bronzovou medaili při silničním závodě tricyklů. „Je to super, má první paralympiáda a hned medaile, jsem úplně nadšený,“ jásal cyklista, který tak navázal na své kolegy na kole – zlatého Jiřího Ježka, stříbrnou Terezu Diepoldovou a bronzového Jiřího Boušku.

Pozadu nezůstali díky kompletní sadě medailí ani atleti. Plavec Jan Povýšil nakonec vytoženou medaili taky získal, dosáhl na bronz. Stříbrné medaile vybojovali v boccie Radek Procházka s Leošem Lacinou a šlo o jediný týmový úspěch českých sportovců. Není možné také nezpomenout na stříbro lukostřelce Davida Drahonínského. Ten měl sice ambice obhájit zlato z Pekingu, i tak byl ale se svým výkonem spokojen.

## Skvělí organizátoři

Rozdíly mezi paralympijskými a olympijskými hrami se stále více zmenšují. Na těch londýnských si navíc handicapovaní sportovci pochvalovali výjimečně nádhernou atmosféru. „Bylo vidět, že Londýn a celá Británie paralympiádou žila. Když vidíte na večerním atletickém programu v půl desáté večer devadesát tisíc diváků na stadionu... Opravdu smekám. Organizátoři tu odvedli veliký kus práce,“ komentoval atmosféru šéf české reprezentace Roman Suda.

„Je to úžasná zkušenost, být na stadionech a vidět tak nadšené davy. A para-

lympionici, ti nemají čas zabývat se tím, co nejde. Posouvají hranice toho, co jde,“ popsal své pocity Philip Craven, předseda Mezinárodního paralympijského výboru. Rozdíl se tak pomalu stírají i ve sledovanosti obou her. Čím více diváků, tím větší zájem médií a tím více sponzorů. Zájem o vstupenky byl rekordní – prodalo se jich 2,5 milionu.

„Takovou sportovní horečku a zápal jsem ještě nikdy nezažil. Místní říkali, že paralympiáda pro ně byla zajímavější než olympiáda,“ řekl Suda. Přenosy z paralympiády byly distribuovány do více než stovky zemí světa. V samotné Británii odvysílala televize Channel 4 více než 150 hodin přímých přenosů.

Děkujeme Londýně! Za čtyři roky se sejdem v brazilském Riu.

## Češi v Londýně startovali, ale...

Mezinárodní paralympijský výbor (IPC) na základě urovnání sporů v českém paralympijském hnutí zrušil vyloučení Česka z této organizace a podmínil tuto skutečnost závazkem české strany se dohodnout na řešení (Memorandum o porozumění) a tvorbou nových stanov paralympijského hnutí.

**Napětí mezi jednotlivými organizacemi handicapovaných sportovců u nás ale úplně nepolevilo.** V rámci Českého paralympijského výboru (dále ČPV) existují momentálně dvě názorové skupiny. Navíc jedna z hlavních stran sporu – Český svaz tělesně postižených sportovců (dále ČSTPS) je stále spíš pouze formálním členem organizace.

Podle tiskového mluvčího ČPV Pavla

Lukeše je situace v současnosti taková, že sportovci se všemi druhy handicapu mají své zástupce v ČPV a všichni mají také stejnou možnost podílet se na rozhodování a jeho činnosti. Tedy i na čerpání finančních prostředků ze státního rozpočtu určených na sport handicapovaných. „Signatáři Memoranda se zavázali nejpozději do 31. 12. 2012 společně vytvořit a přijmout nové stanovy vycházející z připravované nové struktury ČPV. Nejpozději do konce roku mají také dva dosud samostatné svazy tělesně handicapovaných sportovců vytvořit novou, jednotnou organizaci,“ upřesnil Lukeš s tím, že nové stanovy právníci už dokončují. „Jako nejsložitější se jeví vytvoření nové, jednotné organizace tělesně postižených sportovců. Představitelé dvou stávajících svazů už projednali několik variant, zatím se ale nepřiklonili ani k jedné z nich“ dodal Lukeš. Ono totiž nejde jen o to, nastavit nová pravidla, ještě je nutné dořešit nějakým smysluplným způsobem věci z minulosti – např. otázky případných finančních odškodnění a dalších sporných bodů mezi jednotlivými aktéry.

## Dovětek

Při přípravě textu jsem se obrátila s prosbou o vyjádření na všechny tři ve sporu angažované strany – ČPV, ČSTPS i na Českou asociaci tělesně handicapovaných sportovců (ČATHS). Zástupce ČPV odpověděl obratem, z ČSTPS přišla omluva kvůli pracovnímu vytížení, reakce z ČATHS do uzávěrky Vozky nepřišla.

Zdroj: ČTK, ČPV, Novinky.

Blanka Falcnková



David Drahonínský

Foto: <http://isport.blesk.cz>



Jiří Ježek

Foto: <http://isport.blesk.cz>



# 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](mailto:iroa@volny.cz)

internet: [www.iroa.cz](http://www.iroa.cz)



## Mountain Trike

The all terrain wheelchair company

[www.mountaintrike.cz](http://www.mountaintrike.cz) - [www.mountaintrike.co.uk](http://www.mountaintrike.co.uk)



### ...nadčasový terenní vozík



**Jsme rádi venku...**



Výhradní zastoupení pro ČR - Tomáš Hejzlar - Prodloužená 262, 547 01 Náchod  
Tel.: 608 030 345 - E-mail: [hejzlar@seznam.cz](mailto:hejzlar@seznam.cz)



# Stropní zvedáky

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

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



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



## Proč zvolit naše stropní systémy:

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



**BEZPLATNÁ NEZÁVAZNÁ NÁVŠTĚVA,  
PROJEKT A PORADENSTVÍ**

Volejte zdarma 800 888 783  
[www.solift.cz](http://www.solift.cz)

**solift**  
specialista na zvedání a přesun

Rudé armády 646/47  
683 01 Rousínov

Tel.: +420 734 579 989

[info@solift.cz](mailto:info@solift.cz)  
[www.solift.cz](http://www.solift.cz)



# Spustili jsme ho!

## Můj vozík. Váš web.

Získávejte užitečné informace, rady, video návody, termíny událostí, údaje o vozících.

[www.muivozik.cz](http://www.muivozik.cz)

Pojďte na stránky [www.muivozik.cz](http://www.muivozik.cz) a stáhněte si zdarma oblíbenou příručku **Průvodce chytrého vozíčkáře**. S výbornými ohlasy si ji přečetli již stovky vozíčkářů, terapeutů, asistentů či rodičů... S největší pravděpodobností pomůže i Vám.



Quality for life



## INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL

- Úpravy sedaček
- Dětské otočné sedačky
- Nájezdové rampy
- Přesedací zařízení
- Zvedací zařízení
- Nakladače invalidních vozíků

**INVA CAR**



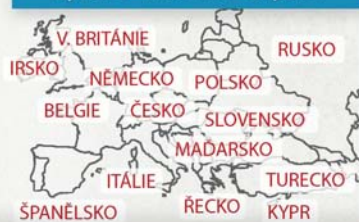
**Ricon**  
A Wabtec company  
Elektrohydraulické zdviže  
Výhradní zastoupení pro Českou  
a Slovenskou republiku



**INVARCAR, s.r.o.**  
Průmyslová 464,  
387 11, Katovice

Tel.: 00420 383 388 186, 00420 383 326 027  
Mobil: 00420 775 677 603  
Fax: 00420 383 388 185  
Web: [www.invarcar.cz](http://www.invarcar.cz) Email: [info@invarcar.cz](mailto:info@invarcar.cz)

výroba - montáž - export



**ROHO**



*antidekubitní podložky a matrace*

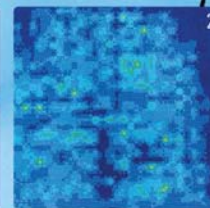
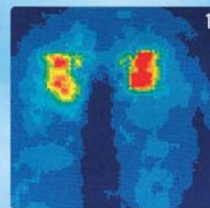
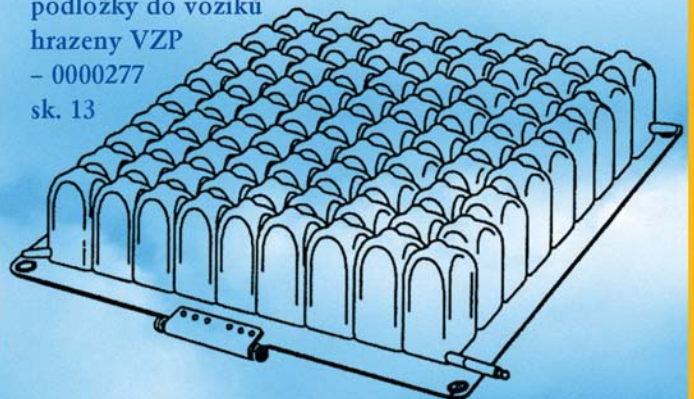
*zamezují vzniku proleženin a napomáhají při jejich léčbě.*

podložky do vozíků

hrazeny VZP

- 0000277

sk. 13



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

Dováží: CZ. TECH Čelákovice, a.s.

Stankovského 1200/46, 250 88 Čelákovice

tel.: 326 993 844, fax: 326 993 845, e-mail: [roho@cztech.cz](mailto:roho@cztech.cz)

[www.roho.cz](http://www.roho.cz)



Jméno a příjmení .....

Adresa .....

Kontakt (telefon, e-mail) .....

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

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

Podpis.....

## Karta Handy Card pro hendikepované zdarma

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

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

Více informací najdete na [www.carclub.cz](http://www.carclub.cz), [www.handycard.cz](http://www.handycard.cz), [www.ceskapojistovna.cz](http://www.ceskapojistovna.cz)

**Zákaznické centrum tel.: 739 306 714, e-mail: [info@carclub.cz](mailto:info@carclub.cz)**



Generální partner





## Paralympijské zajímavosti

### Bývalý terorista sbíral medaile

Pětapadesátiletý plavec, Španěl Sebastian Rodríguez byl odsouzen k 84 letům vězení, přesto si z Londýna odvezl dvě stříbrné medaile a jeden bronz – v závodech na 200 a 50 metrů volně. Rodríguez byl jako člen krajně levicové teroristické skupiny GRAPO v roce 1985 odsouzen za zapojení do vraždy Rafaela Padury, šéfa tehdejší konfederace podnikatelů. Osud si ale pohládal a jeho cesta na paralympijské stupně vítězů začala právě ve vězení, kde následkem zdravotních potíží z dobrovolného hladovění přišel o nohu. V roce 1994 byl Rodríguez, který je upoután na invalidní vozík, podmínečně propuštěn a před pěti lety dokonce i navzdory protestům Padurovy rodiny španělskou vládou očištěn. Celkově Španěl ve své sportovní kariéře od roku 2000 získal 15 paralympijských medailí.

### Mučení jako doping?

Olympijské i paralympijské hry byly pod důkladným dohledem dopingových komisářů. Sportovci byli testováni na nejrůznější zakázané látky. Na paralympiádě se ale kromě chemikálií testoval i takzvaný boosting – umělé vyvolání bolesti, které stimuluje tělo handicapovaného sportovce. Může jít o sezení na ostrém předmětu, těsné omotání nohy drátem či provazem, ale také daleko drsnější metody, jako je třeba záměrné nevyprazdňování močového měchýře nebo elektrické šoky. To všechno může tělesně postiženým sportovcům, především vozíčkářům, pomoci k lepším výkonům. Záměrné vyvolání bolesti či napětí v určité části těla spočívá ve zvýšení srdečního tepu a tím i krevního tlaku. Toho do-

sáhnou zdraví sportovci běžně zvýšenou fyzickou námahou, ale sedící vozíčkáři tuto možnost nemají. Tyto praktiky zakázal Mezinárodní paralympijský výbor (MPV) v roce 2004, a přestože je nepovažuje za plošně rozšířené, snaží se kontrolovat, zda bolesti jako tělesného stimulatoru sportovci nezneužívají. Umělé zvýšení tlaku pomocí boostingu může totiž mít katastrofální následky – vyústit může i v srdeční infarkt nebo mrtvici.

### Medailový rekord

Rekord v počtu získaných medailí z paralympiád drží Ragnhild Myklebustová z Norska, která na zimních paralympijských hrách 1988, 1992, 1994 a 2002 získala v severském lyžování dohromady 22 medailí, z nichž 17 bylo zlatých.

### Žralok jako motivace?

Jihoafriický plavec Achmat Hasiem se k rychlým časům motivuje zvláštním způsobem. „Snažím se představit si, že jsem v oceánu a dohání mě čtyři a půl metru dlouhý bílý žralok,“ popisuje. Bronzová medaile dokazuje, že drsná motivace funguje. Hasiem přišel o pravou nohu při útoku žraloka, který napadl jeho mladšího bratra při společném tréninku na záchranářské zkoušky. Hasiem žralokovu pozornost odpoutal, zaplatil za to ztrátou nohy. „Není to nic v porovnání s tím, že jsem mohl ztratit bratra. Teď se z toho snažím dostat to nejlepší,“ nelituje třicetiletý plavec.

### Šťastné číslo?

Volejbalistka v sedě Martine Wrightová nosí na dresu šťastnou sedmičku. Právě sedmý den v červenci 2005 jí však obrátil život naruby. Předchozí večer oslavovala přidělení pořadatelství olympijských her Londýnu, další den zaspala do práce. Do vagonu metra skočila na poslední chvíli zavírajícími se dveřmi. Byl to jeden ze spojů, který si vybrali za



Na čtyři roky v brazilském Riu...

cíl teroristé pro útoky, při nichž zahynulo 52 lidí. Wrightová vyvázla s těžkým poraněním a přišla o obě nohy. „Vždy budu tvrdit, že jsem ten den byla jednou z těch šťastných,“ řekla agentuře AP devětatřicetiletá Britka.

(bf)

## Komentář

### Pro Hrad je to málo?



Bilance paralympijských výkonů? V Londýně se českým sportovcům bezesporu dařilo. Předchozí paralympijské vystoupení v Pekingu a tehdejší výkony paraspportovců (27 medailových úspěchů) prostě nelze srovnávat. Letos si handicapovaní sportovci kromě cenných zkušeností nebo vylepšených osobních výsledků vezou sadu jedenácti medailí – o jednu více, než kolik tady získali olympionici. Ti ale dostali ještě další medaile – od prezidenta Václava Klause. Na Hrad bylo pozváno celkem deset českých reprezentantů. „Jsme na vás hrdí a pyšní. Pečlivě jsme vás sledovali a drželi jsme vám palce,“ řekl sportovcům prezident Klaus. A možná i slzu zamáčkli... Jistě se rádi připojíme k poděkování – výkony olympioniků jsou obdivuhodné.

Ovšem z mého pohledu jsou minimálně stejně obdivuhodné výkony našich paralympioniků. A těm se poděkování z Hradu nedostalo. Proč? Můžeme si zaspekulovat: Na Hradě o konání paralympiády nevěděli, nebo – na Hradě se domnívají, že paralympijské sportovci nejsou ti praví, skuteční sportovci, se kterými je třeba se přátelit a oslavovat. Nebo jim na Hradě došly medaile. Ať je důvodem, co chce – je to špatný signál společnosti. A už nebudu spekulovat o jeho dopadu. Jen si dovolím všem sportovcům, kteří překonávají zdravotní handicap, poděkovat a vyslovit jim svůj obdiv – ať už přivázejí medaile, nebo ne...

Blanka Falcníková



Radost z vítězství nad soupeři, ale i nad sebou samým

Foto: Reuters

# Přežil vlastní smrt, dnes sportuje na handbiku

## Boris Trávníček se chystá na kariéru v basketbalu

Nehoda, která od základů změnila čtyřčlenné rodině Trávníčkových život, se stala loni v červnu na židovském hřbitově v Rousínově. Třída s tehdy třináctiletým Borisem se tam vypravila na hodinu dějepisu. Neopatrný pohyb spolužáka ale znamenal, že se na Borise zřítil pultunový náhrobek. Kámen poranil míchu, ledviny a játra, rozdrtil dva obratle a způsobil otevřenou zlomeninu nohy. Chlapec přežil jen díky rychlému zásahu lékařů.

„Doktor nám nejprve řekl, že Boris bude jen ležet. Že je tam velký rozsah zranění na páteři a že bude moci hýbat jen horními končetinami a trochu hrudníkem,“ vzpomíná na šokující zprávu chlapcova matka Kristína. Jenže nejčernější prognózy lékařů se naštěstí nevyplnily. Po více než půl roce v nemocnici a léčebně specializované na pacienty s pohybovým postižením dnes Boris tráví většinu dne na vozíku.



S pomocí sbírky se podařilo vybrat dostatek peněz, aby si mohl koupit handbike. „Chtěl bych poděkovat Kontu Bariéry i všem lidem, kteří mi na kolo přispěli,“ vzkázal štědrým dárcům hoch.

### Od fotbalu ke stolnímu tenisu, plavání a rybaření

Díky speciálnímu ručnímu kolu může znovu i přes svůj handicap vyrazit s rodiči

a kamarády ven. Kromě toho jezdí na rehabilitace a každé ráno navíc cvičí i na speciálním přístroji doma. „Rehabilitace je na celý život, jak jednou začne, tak už nesmí přestat cvičit,“ ví chlapcova matka.

To ostatně Boris, který se sportu věnoval od malička, nemá v úmyslu. Naopak se snaží znovu začít aktivně žít i se svým handicapem. Udělal si rybářský lístek a pravidelně jezdí s tátou do bazénu plavat. V léčebně navíc začal hrát stolní tenis.

„Uvažuji také o basketbalu. Hraje se v něm evropská liga, a až budu větší, tak bych to chtěl zkusit,“ říká. Jeho největší vášní byl donedávna fotbal, v němž to dotáhl do druhé nejvyšší ligy žáků a pravidelně se účastnil i krajských, republikových a mezinárodních akcí.

Přestože se s neštěstím, které rodinu postihlo, Trávníčkovi zčásti vyrovnali, udělat tlustou čáru za loňskou událost nemohli. Policie, která případ vyšetřovala, totiž obvinila třiašedesátiletého učitele Jana Vágnera, jenž třídu na hřbitov vzal, z těžkého ublížení na zdraví z nedbalosti. Případ se dostal k vyškovskému okresnímu soudu, který v neveřejném zasedání uložil Janu Vágnerovi podmíněčný trest.

„Učiteli však nemáme nic za zlé, za nic nemůže. Dokonce jsme podepsali petici, aby nebyl trestně stíhaný,“ uzavírá Petr Trávníček.

(di)

Foto: [www.internetpomaha.cz](http://www.internetpomaha.cz)



# S obřím míčem mohou sportovat i vozičkáři

## Kin-ball: Nezáleží na výšce ani na síle



V pilotní škole Českého svazu kin-ballu

Foto: [www.kin-ball.cz](http://www.kin-ball.cz)

**Kin-ball. Nový kolektivní sport, který vznikl na univerzitě v Quebecu a do České republiky přišel před dvěma roky. Má úžasnou přednost: při utkání nezáleží ani na výšce, ani na svalech a zahrát si mohou i vozičkáři.**

„Poprvé jsem to viděl ve Francii. Jedná se o relativně mladý sport, a přesto se v něm koná i mistrovství světa,“ říká Martin Paur, předseda Českého svazu kin-ballu. Hra podporuje nejen pohybovou aktivitu, myšlenku fair play, ale i kolektivního ducha. „Pro srovnání, třeba fotbal i hokej má své sólisty, na které ostatní spoluhráči hrají. Soupeřící mužstvo zase nasazuje (někdy i obětuje) hráče, aby bránili ve hře těmto sólistům. Pro mnohé tak kolektivní sportovní hry představují, namísto uvolnění napětí, jenom další stres. Podobné tendence jsou v kin-ballu vyloučené.“



Hra je přímo závislá na spolupráci všech členů týmu. Kin-ball ze své podstaty vylučuje vyhraněný individualismus, hru na jednoho hráče, nebo na potlačení jiného hráče. Zároveň se v týmu uplatní sportovci s nejrůznějšími fyzickými dispozicemi. „Kin-ball navíc představuje vynikající přípravu pro ostatní sporty. Podle výzkumu Univerzity v Alabamě je každý člen týmu v pohybu nejméně 72 procent herního času, což je ze všech kolektivních her daleko nejvíc,” doplňuje Martin Paur.

## Pravidla kin-ballu

Hra nevyžaduje dlouhé školení (po desetiminutovém představení si lze zahrát).

Zdi, podlaha, strop a jakýkoliv pevný objekt v tělocvičně jsou hranicemi hřiště. Velikost hřiště se může lišit v závislosti na rozměrech tělocvičny, ale **nesmí být větší než 21,4 metru krát 21,4 metru**.

Míč používaný při kin-ballu **musí být značkový míč OMNIKIN**, který má 1,22 metru v průměru a musí být uznán jako oficiální míč **Mezinárodní kin-ballové federace** (3,8 milionu účastníků, především z USA, Kanady, Japonska, Belgie, Francie, Švýcarska, Španělska, Německa, Dánska a Malajsie).

Každý tým je tvořen **nejméně čtyřmi a nejvíce osmi hráči, hlavním trenérem, jeho asistentem a instruktorem**. Na hřišti **musí být po celou dobu čtyři hráči z každého týmu**.

Hra kin-ball se skládá ze **sedmi period, z nichž každá trvá 7 minut** (čas se může lišit pro mladší hráče nebo neoficiální hru).

**Cílem je odehrát míč tak, aby jej tým na příjmu nechytí a míč se dotkl země. Hrají ale tři týmy, takže ten, kdo odpaluje balón, zakřičí barvu týmu, který má balón chytit a úderu do míče vždy musí předcházet slovo „OMNIKIN“, (např. OMNIKIN, černá).**

Hra je vhodná pro terapii, rehabilitaci, fitness, pro školy i sportovní kluby, stejně jako pro vozíčkáře.

## Česká kin-ballová vizitka

V naší republice se kin-ball začal hrát v březnu 2011, kdy vznikla první pilotní škola – dnes je pilotních škol sto osmdesát a **Český svaz kin-ballu** má sídlo v Hradci Králové.

První mezinárodní turnaj **Inter G Cup** se uskutečnil v říjnu 2011.

(di)

## Kontakt

### Český svaz kin-ballu

Sídlo: Vážní 400, 503 41 Hradec Králové, tel.: 495 215 115, e-mail: info@kin-ball.cz, www.kin-ball.cz/kin-ball-pro-handicapovane.

# „Rychlé nohy“ z Frymburku pomáhají vozíčkáři

## „Honza fandí nám, my fandíme Honzovi“

Před narozením prodělal **Jan Urban** z Frymburku u Lipenského jezera dětskou mozkovou obrnu a je odkázaný na invalidní vozík. Přesto dokáže i s takovým handicapem sportovat – a se skvělými výsledky. V bocii získal **tříkrát titul mistra republiky** a několikrát skončil „na bedně“. Zúčastnil se také dvakrát mistrovství Evropy.

Výsledky, které by mu mohl leckdo závidět, se zdály být v současné době minulostí. Honzovi totiž chybí finance na dost drahou sportovní výstroj. A to dokonce v době, kdy se mu nabídla šance trénovat děti. Pomocnou ruku mu však nabídl fotbalový oddíl FC Šumava Frymburk, jemuž Honza dlouhodobě fandí. Pod heslem „Honza fandí nám, my fandíme Honzovi“ uspořádali fotbalisté při domácích zápasech veřejnou sbírku mezi hráči i diváky a výtěžek hodlají věnovat právě na další sportovní činnost cílevědomého vozíčkáře.



Jan Urban je mistrem republiky v boccie



Jan Urban mezi „svými“ fotbalisty (výřez)

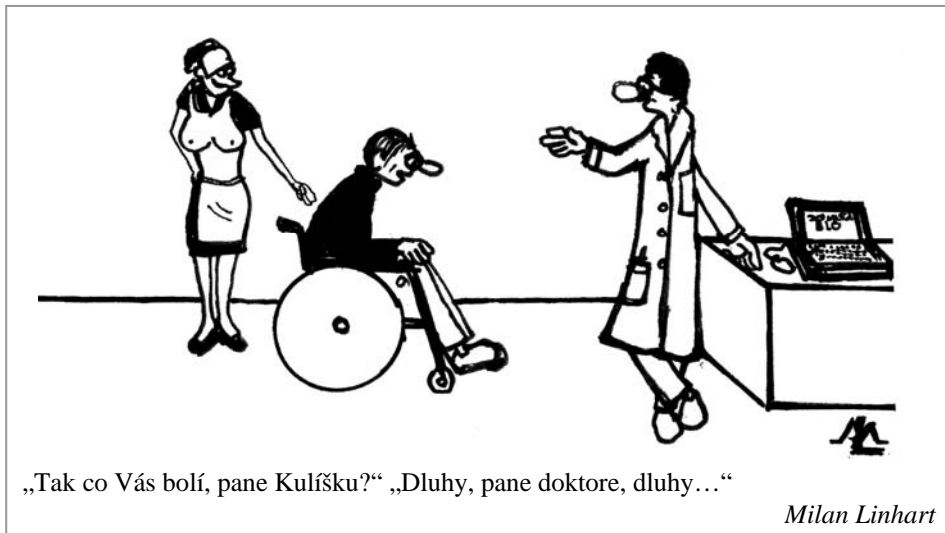
## Pomoc pokračuje

„Nečekal jsem to a celý fotbalový oddíl mě opravdu potěšil. Moc jim děkuji a jsem šťastný, že se mi snaží takovým způsobem pomoci,“ říká Jan Urban. „Vážím si toho.“

Václav Tomka, organizátor sbírky a frymburský fotbalista k tomu dodává: „Děkujeme všem za podporu a teď náš oddíl čeká další etapa. Společně jsme se s hráči dohodli, že obejdeme frymburské podnikatele, firmy i neziskové organizace s prosbou, aby se přidali a Honzovi také přispěli k možnosti sportovat i trénovat děti. Chceme zároveň oslovit co nejvíce fotbalových oddílů pomocí emailů s výzvou, ať se ke sbírce připojí.“

(di)

Foto: archiv FC Šumava Frymburk



„Tak co Vás bolí, pane Kulíšku?“ „Dluhy, pane doktore, dluhy...“

Milan Linhart

# Na havířovském turnaji v boccie soutěžil rekordní počet startujících

Paralympijský sport **boccia** se těší velkému zájmu vozíčkářů. Na říjnový turnaj **Help klubu v Havířově** přijel rekordní počet dvaatřiceti startujících z různých míst Moravy a Slezska. Turnaj se konal už poosmé.

„S účastí i průběhem turnaje jsem velmi spokojená. Soutěžících každým rokem přibývá a zároveň chci vyzvednout přátelské prostředí, jež tu vládlo. Poděkování samozřejmě patří všem, kteří nám při organizování pomáhali – hlavně družině mladých lidí pod vedením Martina Kučery,“ uvedla Jiřina Nevrlá, předsedkyně Help klubu. Součástí turnaje bylo i regionální kolo 3. ligy v boccie s účastí devíti hráčů. Ze sedmi borců v kategorii BC2 postup do druhé ligy vybojoval havířovský svěřenec Roman Sajdak a ze dvou v kategorii BC3, ve které hráči hrají se spoluhráčem a s pomocí rampy, zvítězil Josef Meyer z Ostravy.

## Vítězem Jiří Svojanovský

Dvoudenní zápolení v Městské sportovní hale skončilo s těmito výsledky:

1. Jiří Svojanovský (Ostrava),
2. Michal Koutný (Olomouc),
3. Tomáš Byrtus (Český Těšín),
4. Sandra Hučíková (Havířov).

Nejmłodším účastníkem byl ani ne

šestiletý Adam Olšaník z Ostravy, čerstvě ověněný titulem největšího sympaťáka.

Přestože se jedná o turnaj, kde je vždy doslova cítit absolutní soustředění sportovců, všichni se tady setkávají hlavně kvůli dobré náladě. Potvrdil to i Michal Koutný, jenž obsadil druhé místo. „Já jsem tady počtvrté,“ řekl. „Poznal jsem tu mnoho dobrých lidí, a proto se sem rád vracím.“ V rámci celé akce se uskutečnilo také školení pro hráče a rozhodčí nebo beseda s naším nejlepším reprezentantem v boccii Radkem Procházkou.

Milovníci boccie se v Havířově setkají opět na jaře 20. a 21. dubna.

(di), (bf)

Foto: Josef Taláš

**Boccia** (boča) je sport pro ty, kteří jsou kvůli svému tělesnému postižení odkázáni na ortopedický vozík. Jedná se o modifikaci klasických her (bocce, boules, pétanque, lawn bowling).

V roce 1984 se boccia stala paralympijským sportem a v roce 2008 ji provozovali sportovci s postižením ve více než 50 státech. Boccia je jedním ze tří paralympijských sportů, jež nemají protějšek v programu letních olympijských her.

**Více na: [www.boccia.xf.cz](http://www.boccia.xf.cz)**



Vlevo Radek Procházka – stříbrný medailista z paralympiády v Londýně, vpravo Adam Olšaník – nejmladší hráč turnaje oceněný titulem Sympaťák turnaje



Zápas Veroniky Sedláčkové s Jiřím Svojanovským, pozdějším vítězem. Jeho spoluhráčem je jeho tatínek



Havířovský Milan Lučný při zápase v základní skupině

# Bezbariérovost na úřadech v Moravskoslezském kraji? Žádná sláva

Přinášíme na konkrétních příkladech některých měst v MSK kraji, jak probíhají jednotlivé projekty rušení bariér ve veřejných budovách či městských částech.

## Frenštát pod Radhoštěm

Zejména u soukromých subjektů se handicapovaní obyvatelé a návštěvníci Frenštátu pod Radhoštěm mohou setkat s až nepřekonatelnými bariérami, ale ne jenom tam.

„Žádný projekt zaměřený na bezbariérovost jsme nedělali, ale provedli jsme v minulých letech dotazníkovou akci na bezbariérovost ve městě,“ uvedla starostka Zdeňka Leščištinová. „Velký problém jsme měli například nedávno u sídla úřadu práce, kam se po sociální reformě přestěhovalo místo pro výplatu dávek. Ale bude se to tam řešit,“ dodala s tím, že více problémů s bariérami je u objektů, které nejsou v majetku města.

## Kopřivnice

V Kopřivnici přistoupili k úpravám hlavní trasy a jejího blízkého okolí před dvěma lety. Došlo k **rekonstrukci obou chodníků po stranách komunikace 2. třídy, která je tzv. páteřní**. „Upraveno bylo také šest stávajících přechodů. Nově vybudovány pak byly další čtyři přechody pro chodce, a to ve smyslu bezbariérových úprav, včetně slepecké reliéfní dlažby a bezpečnostního nasvětlení těchto přechodů,“ sdělila kopřivnická tisková mluvčí Lucie Petříčková. „Pro kompletní dokončení cele této trasy podle Analýzy bezbariérovosti města Kopřivnice je potřeba upravit ještě pět stávajících přechodů. Čtyři v okolí křižovatky Obránců míru s ulicemi Školní a Francouzskou a jeden přechod přes ulici Záhumenní u České spořitelny,“ doplnila.

## Příbor

Tady by vozíčkáři hledali výtah nebo speciálně upravené rampy na městském úřadě marně. Ne že by město na vozíčkáře vůbec nemyslelo, ale zatím se žádný projekt nepodařilo dotáhnout do konce. Jak říká Jaroslav Šimíček, vedoucí odboru investic a správy majetku: „Co se týká radnice, na tu už byly zpracovány tři návrhy na doplnění budovy o výtah, ale zatím se bohužel ani o jedné variantě definitivně nerozhodlo. Proto nyní, když potřebuje některý občan na vozíčku něco na úřadě vyřídit, musí zazvonit na speciální zvonek a vyčkat na osobu, která mu pomůže.“

Naprosto soběstačně však mohou handicapovaní navštívit piaristický klášter. „Tam už dva roky funguje výtah, díky kterému se může veřejnost dostat do všech prostor,“ poznamenal Jaroslav Šimíček.

## Jak je to v Bílovci

V tomto městě realizují projekt **Bílovec bez bariér** dvanáctým rokem. Bezbariérové chodníky a přístupy do veřejných budov oceňují nejen vozíčkáři, ale také maminky s dětmi. Začalo se **kompletní bezbariérovou úpravou Slezského náměstí a městské památkové zóny**. Poté následovalo vybudování výtahu v budově městského úřadu v ulici 17. listopadu. Projekt otevřel cestu tělesně postiženým k osobnímu vyřízení náležitostí zejména na sociálním a živnostenském úřadu, na matričním úřadu a podobně. Změnami prošlo také množství chodníků v centru i mimo něj a v dalších úpravách zde budou pokračovat.

## Nový Jičín

Tady by neměl být pro vozíčkáře problém vyřídit si nejrůznější úřednické záležitosti. **Radnice na náměstí i nedaleký městský úřad v ulici Divadelní totiž disponují bezbariérovým přístupem i výtahem**. Handicapovaní se tak dostanou všude, kam potřebují. V rámci rozsáhlé rekonstrukce, která proběhla v loňském roce, **je bez bariér také Středisko volného času Fokus**. Kromě nových učeben výtvarné výchovy, keramiky, výpočetní techniky, kuchyňky se děti i dospělí dočkali také modernizace sociálního zařízení. **Na vozíčkáře se ale myslelo rovněž při budování Návštěvníckého centra na Masarykově náměstí. Zde jsou také k dispozici nájezdové rampy i výtah**, a tak o bohatou expozici, připomínají kloboučnickou historii Nového Jičína, nejsou ochuzení ani handicapovaní.

## Odry

Odry se snaží získat dotaci na projekt **Páteřní bezbariérová trasa**. Především na jeho hlavní část, úsek mezi zdravotnickým střediskem a Masarykovým náměstím. Zatím město získalo doporučení k financování od Vládního výboru pro zdravotně postižené občany, což znamená, že lze na vybudování této bezbariérové trasy žádat o dotační prostředky příslušné instituce. „V současné době jsme

podali žádost o dotaci na Státní fond dopravní infrastruktury, a to na obnovu chodníků a přechodů na trase Zdravotnické středisko – Masarykovo náměstí a také na přechod pro chodce v ul. Zámecké – ul. 1. máje,“ vysvětlil starosta Oder Pavel Matuší. Až se podaří realizovat zmíněné bezbariérové úpravy, začne se s dalšími úseky, a to z Klubu Zvoneček ke zdravotnickému středisku a od náměstí k Dому Odry. „Navrženy jsou i další trasy, které by měly být budovány jako přípojené. Ostatní trasy budou realizovány v návaznosti na získání dotačních prostředků, nebo je postupně uhradíme ze zdrojů města,“ uzavřel starosta Matuší.

## Studénka

Tady s bezbariérovostí teprve začínají. Ve městě sice existuje několik upravených přechodů či nájezdů na chodníky a komunikace, ale podle slov obyvatel i radnice to stále není ono. „Něco udělané je, ale není toho moc. Upravili jsme nějaké chodníky a přechody, v současné době se ale snažíme získat dotace, abychom v úpravách mohli pokračovat,“ sděluje Jan Marák, vedoucí odboru rozvoje města.

Ani přístup na radnici není pro vozíčkáře zrovna ideální. „Zatím jsme na tom špatně, k žádným úpravám jsme se nedostali, i když na ně myslíme,“ dodává Jan Marák a pokračuje: „Činnosti, které občané nejvíce potřebují, jsme přestěhovali do přízemí. Každopádně máme už nyní zpracovanou projektovou dokumentaci, která by bezbariérovost našeho úřadu měla zabezpečit. Jen na ni najít peníze.“

Podobně jako ve Studénce jsou na tom také například ve Štramberku. Ani tam zatím prostory městského úřadu nejsou pro vozíčkáře nijak zvlášť upraveny.

*Zdroj: Novojičínský deník, (di)*



# Zámek Blansko

## Nově a bez bariér

Město Blansko letos realizovalo projekt dokončení obnovy a zatraktivnění zámku. Pamatováno bylo také na vozíčkáře. Stavební práce probíhaly jak ve vnitřních, tak ve vnějších prostorách zámku. Byla komplexně obnovena celá fasáda nádvoří, dlažba a kašna na nádvoří, nová je kanalizace, došlo k odvlhčení zdva dvorních fasád. Součástí projektu je i zřízení nových expozic ve sklepních prostorech a v části přízemí severního křídla zámku. Bezbariérově je upraven přístup do stávajících expozic ve druhém nadzemním podlaží.

### Tajná chemická laboratoř

Díky stavebním úpravám nádvoří byly náhodně objeveny sklepní prostory, které byly v letech 1959–1969 zazděny. Po jejich adaptaci tak byla v listopadu slavnostně otevřena fiktivní laboratoř pojmenovaná podle barona Karla Ludwiga von Reichenbacha. Baron byl významný chemik, geolog, metalurg, přírodovědec, průmyslník a filozof žijící na přelomu 18. a 19. století. Je úzce spjat s dějinami blanského kraje. Je znám jako objevitel výrobků z dehtu – parafínu, pittakalu (prvního syntetického barviva) a fenolu.



Sál s dřevěným ostěním a kazetovým stropem, chlouba rodu Salmů



Krásně opravený zámek

Při slavnostním otevření se návštěvníci stali svědky několika chemických pokusů a mohli si např. odlít různé předměty z parafínu. Zhlédli dobová hudební vystoupení v kostýmech – představily se v nich různé historické osobnosti spojené s Blanskem.

### Co říká historie

Blansko, poprvé zmiňované roku 1141, bývalo majetkem olomouckého biskupství. Stál zde lehce opevněný dvorec a od konce 13. stol. hrad Blansek. Poté zde Vilém z Miličina postavil tvrz, která se postupným vývojem proměnila v dnešní zámek. Od roku 1573 Blansko náleželo Žalkovským ze Žalkovic, kteří na sklonku 16. století pozdně gotickou tvrz přestavěli na renesanční zámek.

Za třicetileté války zámek postupně chátral a často měnil své majitele. Těmi nejznámějšími byli Lvové z Rožmitálu. Poté se novými majiteli stal slezský šlechtický rod Gellhornů, který zámek na sklonku 17. století rozšířil a přestavěl v barokním slohu. Za jejich éry zámek vzkvátal, postavili zámeckou kapli a zahájili prosperující železárenskou výrobu. Poté byl zámek prodán hraběti Antonínu Salmovi-Reifferscheidtovi. Za Salmů, kteří panství drželi až do jeho zestátnění na základě Benešových dekretů v roce 1945, byl zámek v 19. stol. upraven empírově a novorenesančně. Byl využíván jako letní sídlo. Úpadek zámku nastal po roce

1945, kdy byl adaptován na byty a částečně na sýpku. K jeho rehabilitaci došlo v 60. letech, kdy byl zrekonstruován. Od té doby zde sídlí muzeum.

### Slavní i bohatí

V průběhu 18. a 19. století na zámku žila řada osobností. Kromě rakouského vědce barona Karla Ludwiga to byla např. i první manželka pozdějšího anglického krále Viléma IV. Karolina Meineke von Linsingen. Dále lékař Jindřich Wankel, objevitel slavného archeologického nálezů v Býčí skále a zakladatel prvního blanského muzea, jazykovědec a spisovatel Josef Dobrovský, malíř Josef Mánes a jiní. Ve zdech zámku vznikaly plány na založení Františkova muzea, dnešního Moravského zemského muzea v Brně.

Zámek je otevřen celoročně. V době od dubna do října: úterý až neděle od 9 do 17 hodin, od listopadu do března v úterky až pátky od 9 do 17 hodin. ZTP a ZTP/P mají prohlídku expozic za 15 Kč.

**Kontakt:** Zámek Blansko, Zámek 1, Blansko, muzeum@blansko.cz, tel: 516 417 221.

Zdroj: [www.blansko.cz](http://www.blansko.cz),  
[www.muzeum-blansko.cz](http://www.muzeum-blansko.cz),  
[www.castles.cz](http://www.castles.cz)

Zpracovala: Hana Klusová

**Do zámku na vozíku**



# Návštěva Prahy byla pro některé z Rosky Ostrava splněným snem

Na podzimní třídní návštěvu Prahy jsme se dlouho připravovali. Zajistit např. bezbariérový hotel pro šest imobilních účastníků výletu byl úkol nelehký. Pomohl nám portál „Hotel – rezervace“ ([www.hotel-rezervace.cz](http://www.hotel-rezervace.cz)), jehož pracovníci nám vhodný hotel nakonec našli. No a my se pustili do přípravy cesty a programu našeho zájezdu.

Nejdříve jsme samozřejmě objednali bezbariérový autobus, zjišťovali program pražských divadel, trasu různých prohlídek atd. Zajímali jsme se o to, jaké jsou možnosti získat finanční podporu k pokrytí nákladů na bezbariérový autobus. Ten nám měl být k dispozici po celou dobu zájezdu. Dále bylo nutno zjistit, jak dostupné jsou jednotlivé památky imobilním účastníkům, kde najdeme bezbariérové toalety apod. Z bohaté nabídky pražských divadel nás nejvíce lákala možnost vidět muzikál *Aida* v divadle Karlín. Vstupenky se nám nakonec podařilo objednat. No a pak už zbývalo zajistit průvodce a vyřídit povolení k vjezdu do chráněné památkové zóny. Při zařizování těchto věcí jsem se setkala s maximálním pochopením a vstřícností jednotlivých pracovníků z magistrátu Prahy 1.

Finanční částku na pokrytí provozu autobusu se nám podařilo zajistit díky štědrosti společností AVEMAR a TEVA, za což jim patří naše velké poděkování.

## Konečně v Praze

Bohužel, podzimní virózy a střešní chřipky skolily i některé naše členy, takže se museli z vytouženého zájezdu odhlásit. Cesta po dálnici probíhala bez problémů a plynule. Po pěti hodinách jsme dojeli do našeho cíle: **Top hotelu Praha**. Tento moderní hotel má pro vozíčkáře připraven **sedm velmi prostorných dvoulůžkových pokojů**, i další ubytovací prostory nám plně vyhovovaly. Snídaně formou bohatého rautu jen doladila naší spokojenost s tímto hotelem.

Po snídani jsme se za krásného počasí vydali našim autobusem na komentovanou prohlídku Prahy, samozřejmě s průvodkyní. Celou prohlídku jsme ukončili na Pražském hradě, prošli jsme či projeli všechna nádvoří, chrám Svatého Víta, zhlédli výměnu hradní stráže a kochali se krásným výhledem na přilehlé zahrady a velkou část Prahy. Na tomto historickém místě jsme si na památku pořídili několik hromadných fotografií. Celý tento den byl zakončen krásnou tečkou – večer-



*Výprava před chrámem Svatého Víta*

ním představením muzikálu *Aida* v divadle Karlín. Všichni zúčastnění byli při cestě zpátky na hotel plni příjemných zážitků.

## Splněný sen

Další den nám opět přálo počasí, navštívili jsme Karlův most, došli na Kampu a tam se rozešli na individuální procházky Prahou.

No a nastal čas odjezdu, poslední pohled na Prahu, nástup do autobusu a vyrážíme směr D1. Po zastávce na výborný oběd v restauraci „U Raušů“ ve Velké Bíteši se vracíme domů do Ostravy spokojeni a s příjemnými zážitky.

Všem se nám splnil opravdu velký sen, vždyť někteří z nás byli naposledy v Praze před 20 lety. Zjistili jsme, že je ještě hodně míst v Praze, které stojí za to poznat, takže snad příště znovu na viděnou v našem hlavním městě. Všem lidem s handicapem to můžeme jednoznačně doporučit.

*Nad'a Nováková, Roska Ostrava*



# Cesta kolem světa bez rodičů a za jeden prázdninový týden

Děti ze ZŠ pro tělesně postižené na Dostojevského ulici a z Klubu přátel tělesně postižených dětí v Opavě, se nemohly dočkat letních prázdnin. Díky finanční sbírce opavského **Rotary clubu**, se podařilo realizovat první tábor pro děti s handicapem.

Pobyt se uskutečnil druhý červencový týden v areálu Bohemaland ve Zlatých Horách. Vybráno bylo 33 dětí všech věkových kategorií, z toho 9 vozíčkářů, dětí s kombinovaným postižením, či autismem.

## Velká dobrodružství

Celotáborová hra „Cesta kolem světa“ provedla děti jednotlivými světadíly. Program byl velmi pestrý. V Evropě se děti zúčastnily olympijských her, vyráběly pizzu z přírodnin, stavěly Eiffelovu věž... V Asii ošetřovaly zraněného horolezce v Himalájích, kreslily čínské znaky, malovaly mandaly, zkoušely nabrat rýži hůlkami nebo navštívily Zlatorudné mlýny. Velké dobrodružství čekalo děti v Austrálii při zkoumání nedaleké jeskyně Na Špičáku, večer pak patřil talentům v soutěži Zlatohorský slavík, která objevila spoustu nadějných talentů (Karle, třes se!).

Další den se z dětí stali Američané. Indiáni je naučili střílet z luku, zlatokopové hledat zlato, vyrobily si indiánské čelenky a lapače snů. Dokonce přijela



*V Egyptě cestovatelé mumie nenašli, tak si je vyrobili ze svých kamarádů*

country kapela Karavana a pod vedením Přemysla Večerka zahrála k tanci. Předposlední den strávily děti v Africe. Po vyluštění různých šifer se musely vypořádat s nelehkými úkoly: doplazit se pouští pro vodu, vytvořit z kamaráda mumii pomocí toaletního papíru, vyrobit náhrdelník pro faraona atd.

Příjemným zpestřením byla návštěva organizátora sbírky a člena Rotary clubu pana Břetislava Tůmy. Zahrál dětem na kytaru a naučil je novou písničku.

## Nadšené děti

Pro většinu dětí byl tento tábor prvním delším odloučením od rodičů. Byli jsme mile překvapeni, jak dobře to všichni zvládli. Na dětech bylo vidět nadšení a už teď se ptají, zda pojedeme příští rok znovu.

Tábor by nebyl možný bez finančního zajištění od Rotary clubu Opava, přítom-

nosti 14 asistentek (studentek Slezského gymnázia v Opavě), a organizační pomoci ředitelky MŠ Eliška Bc. Hany Paterkové, Mgr. Vandy Tomové a Jitky Večerkové ze ZŠ pro tělesně postižené. Všem moc děkujeme!

*Mgr. Pavla Hoppová, Jitka Jelínková  
Foto: archiv školy*



*V Americe se děti učili přírodním dovednostem Indiánů*



# Lovecký zámek Kozel

Bezbariérová perla jižního Plzeňska

Jen opravdu málo historických památek v Čechách, na Moravě a ve Slezsku má pro vozíčkáře otevřenou náruč do takové míry, jako tomu je v případě loveckého zámku Kozel u obce Štáhlavy, deset kilometrů jihovýchodním směrem od Plzně (exit 73, resp. 76 na dálnici D5). To ale není zdaleka jediný důvod, proč bychom si výlet na zámek v krajině mezi legendárním Starým Plzencem a jihozápadním předhůřím Brd neměli nechat ujít. Kozel totiž – a rozhodně právem – patří k vůbec nejatraktivnějším a nejčastěji navštěvovaným památkám Plzeňského kraje.

Klasicistní, z převážné části jednopodlažní zámek stojí na jižním svahu vrchu Bor, uprostřed rozsáhlého parku nad řekou Úslavou. Archeologické nálezy v těch místech prokazují osídlení už v době předkeltské, keltské i staroslovanské. Ostatně i sám název zámku odkazuje k dobám, kdy podle pověsti právě tady staří Slované obětovali bohům v čase jarní rovnodennosti kozla. Zámek Kozel se ovšem z kontextu vesměs barokních českých a moravských zámeckých staveb nevyvíká jenom svým poněkud excentrickým názvem, ale především svou ojedinělou, vytříbeně jednoduchou klasicistní architekturou. Do téhle podoby ho nechal vystavět v období mezi lety 1784–1789 Jan Vojtěch Černín, nejvyšší lovcí království českého a stoupenec myšlenek návratu k přírodě, kterými během 18. století okouzli Evropu francouzský filozof a spisovatel Jean Jacques Rousseau. V duchu Rousseauovy filozofie byl tedy (pro významného a movitého šlechtice) zámek Kozel „prostým“ venkovským sídlem a přístřeším pro Černínovy hosty při lovcích v okolních lesích.

## Atmosféra přirozenosti a lásky k životu

Na architekturu zámku tak kromě domácí stavitelské, řemeslné a umělecké tradice měly výrazný vliv i prvky francouzského stylu z období vlády Ludvíka XVI. A díky tomu, že se tu zdejší původní vybavení interiérů značnou měrou dochovalo, máme možnost si právě na Kozlu o tomto pojetí letních sídel a loveckých zámků šlechty na přelomu 18. a 19. století vytvořit poměrně ucelenou představu. Návštěvníkovi tady před očima ožije atmosféra aristokratických lovců, loveckých hostin, plesů, ale i divadelních představení, knihoven, zahrad, salonů a ložnic



Zámek Kozel uprostřed parku nad řekou Úslavou

Foto: Zbyněk Holeček

zdobených s noblesou, duchaplností, s citem a důrazem na přírodní motivy, přirozenost a lásku k životu ve všech jeho projevech, radostech a podobách.

Zámecký areál tvoří čtyřkřídlá přízemní hlavní budova kolem obdélníkového vnitřního nádvoří, zvnějšku doplněná o dvě dvojice dalších staveb – kapli Svatého Kříže s jízdnou a lokajnu s konárnou. K zajímavým prvkům patří zámecké divadlo, jedno z mála dochovaných divadel tohoto typu a stáří, vybudované počátkem 19. století z maštale pro nejoblíbenější koně zámeckého pána. V interiérech pak vedle uměleckých děl, dekorací a dobového nábytku určitě stojí za pozornost např. keramická, rostlinnými motivy zdobená klasicistní kamna, ve kterých se topilo zvenčí, z nádvoří, aby služebnictvo svým počínáním nerušilo vznešenou společnost a její počínání uvnitř...

## Skoro vše bez bariér

Jedním z projevů takto pojaté architektonické koncepce jednopodlažního venkovského šlechtického sídla je mimo jiných i zmíněná bezbariérovost – což jistě nebyl záměr tehdejších aristokratických stavebníků, nicméně dnes a nejen z pohledu vozíčkáře se jedná o skutečnost kvitovanou s povděkem. Když k tomu připočteme, že během rekonstrukce zámku byla stavba dovybavena nájezdovými

rampami pro snadné překonání i těch nemnoha zde se vyskytujících nízkých schodů a především pak bezbariérově přístupnými toaletami s dobře řešenou úpravou pro vozíčkáře, dá se shrnout, že areál zámku je dnes kompletně bez bariér a pohybovat se po něm může vozíčkář i bez doprovodu jak v exteriérech, tak v interiérech, včetně jízdnou, kde se konají výstavy a koncerty, a včetně kaple, kde probíhají bohoslužby, koncerty a svaatební obřady církevní i civilní. Pokud tedy zatoužíte uspořádat svatbu v noblesním, romantickém, a přitom zcela bezbariérovém prostředí, bude lovecký zámek Kozel rozhodně dobrá volba.

Co se týká prohlídky zámku, bezbariérové jsou v plném rozsahu (s výjimkou prvního patra jízdnou) oba návštěvnícké okruhy – *Zámek i Jízdná* – a také zdejší cukrárna *Café Kozel* a restaurace *Podzámčí*.

Návštěvníkům se zdravotním postižením je navíc umožněno parkovat nikoli na parkovišti, které se nachází mimo areál, nýbrž na tzv. vnitřním parkovišti přímo v areálu zámku.

Za milou pozornost pak lze pokládat například to, že si zde vozíčkáři mohou na požádání dobít baterie elektrického vozíku, že si zrakově postižení mohou přečíst texty o zámku v Braillově písmu, sluchově postižení mají k dispozici výklad ve znakové řeči atd.

## Přírodní krajina okolo

Zámek je obklopen rozsáhlým, bezmála čtyřicetihektarovým přírodně krajinářským parkem, jehož součástí tvoří Lopačecký rybník. Základ nynější podoby parku ovšem položil až místní zámecký zahradník, ale zároveň i fotograf, kreslíř, archeolog a geometr František Xaver Franc, který tu působil ve druhé polovině 19. století ve službách tehdejšího majitele zámku, hraběte Valdštejna. Rovněž cesty v parku jsou zpevněné (dlažba, sypaný



Interiér zámku Kozel Foto: Jan Gryc

jemný štěrk) a sjízdné pro vozíčkáře – jen v jeho okrajových partiích je nutno brát zřetel na svažující se terén. Nejedno vozíčkář s dobrodružnější povahou si potom zřejmě neodpustí „výšlap“ po nově otevřené 2km dlouhé naučné stezce **Okolo Kozlu**. Stezka vede místními lesy po zpevněném štěrkovém povrchu, ale i po cestách méně bezpečných, avšak s pomocí asistence (a s trochou odvahy) sjízdných na mechanickém i elektrickém vozíku, a to včetně dvou dřevěných lávek, po kterých tu budeme muset překonat místní vodní toky. Na sedmi informačních tabulích se pak cestou v malebné a romantické zalesněné krajině dozvíme mnohé o zdejší přírodě, nebo např. i o pověstech, záhadách a nadpřirozených bytostech, spjatých s okolím zámku.

V parkové krajině kolem zámku Kozel můžeme navštívit také nedaleký zábavně sportovní a relaxační areál **Pohoda**, umístěný téměř na samém břehu řeky Úslavy a nabízející mj. dráhy pro minigolf, kuželničky (dráhový i závěsný), stoly venkovního stolního tenisu, dětské hřiště nebo občerstvení v altánu. V nedaleké obci má bezbariérový přístup ještě zdejší **Bezejmenná čajovna**, která nabízí též ubytování, ovšem pouze v patře. Za nejbližším skutečně bezbariérovým ubytováním se tak musíme vydat zhruba 15 km

odtud, do čtyřhvězdičkového hotelu Primavera na jihovýchodním předměstí Plzně.

## Individuální bezbariérová doprava

V Plzni a na Plzeňsku se ale můžeme ubytovat i jinde – a pro toho, kdo nemá možnost použít k dopravě vlastní auto pak jistě přijde vhod informace, že si v Plzni lze pro tento účel objednat službu **individuální bezbariérové dopravy** a přijet si zámek prohlédnout ve voze firmy, která zde tuto službu provozuje (dispečink tel. 603 466 123). Na závěr tak jen zopakují znovu to, co bylo napsáno už na začátku – že v návštěvě zámku Kozel a vychutnání jeho krás nemůže s trochou dobré vůle nikomu zabránit prakticky žádné postižení...

Miroslav Valina

**Kontakt:** Zámek Kozel, 332 03 Štáh-lavy 67, tel.: 377 969 040, info@zamek-kozel.cz, www.zamek-kozel.eu.

Další informace o turistických cílech na Plzeňsku najdete v autorově knize **Kam bez bariér – Plzeňsko**, kterou vydalo v tomto roce nakladatelství CPress, součást společnosti Albatros media, a.s.

# Šťastné narozeniny, pane Hawkingu!

## Neposlechl doktory a vydal se putovat vesmírem

*Pokračování ze str. 1*

V roce 1975 učinil Hawking svůj největší objev. Popsal chování černých děr, které mohou vznikat na konci života hvězd. Navázal na teorie R. Penrose a doplnil je o tzv. kvantové vypařování



Stephen Hawking jako malý chlapec

černých děr, které se označuje jako Hawkingův efekt. Z černé díry by mělo podle něj vycházet gama záření a rentgenové záření, což může za určitých podmínek vést až k jejímu zániku.

## Astrofyzik se zálibou v ironii a sarkasmu

Profesor Hawking je držitelem řady vědeckých ocenění a členem mnoha významných učených společností, mimo jiné britské Královské vědecké společnosti (Royal Society of Sciences, od roku 1974), Papežské akademie věd (od 1986) a Národní akademie věd Spojených států (National Academy of Sciences).

Počet jeho vědeckých publikací se blíží ke dvěma stům a vyznačují se tím, že ačkoli jsou vesměs odborné, jsou částečně populárně-naučné a srozumitelné i ne zcela zasvěcenému čtenáři.

Vzhledem k zálibě v ironii a sarkasmu se Stephen Hawking také podílel na různých krátkých výstupech v televizních hrách a skečích, kde sám hostoval. Zahrál si například v seriálu Star Trek, ve svém

vozíku přestavěném na vrtulník se objevil i v seriálu Simpsonovi, v seriálu Futurama byl členem přísně tajné skupiny starající se o zachování kontinua časoprostoru.



Stephen Hawking a jeho první žena Jane



Letos ztělesnil sebe sama v páté sérii kultovního seriálu Teorie velkého třesku, v epizodě Hawkingovo vybuzení. Jeho syntetizovaný hlas je také součástí skladby „Keep Talking“ od britské rockové skupiny Pink Floyd. A na adresu své spisovatelské kariéry prohlásil: „Prodal jsem více knih o fyzice než Madonna o sexu.“

## Zájem o DNA i mozek vědce

Z neznámého důvodu nemoc u Stephen Hawkinga postupuje pomaleji než ve většině podobných případů. Ředitel londýnského centra pro nervová onemocnění Ammar Al-Chalabi s kolegy analyzuje vědce DNA a porovnává ji s DNA jiných pacientů. Snaží se zjistit, zda je jeho nemoc nějak výjimečná, či zda existuje nějaká genetická změna, která by Hawkingovo dlouhé přežití vysvětlila (s tím, že poznatky by se daly použít pro jiné pacienty).

„Neznám nikoho, kdo s touto chorobou tak dlouho přežil. Je to neuvěřitelné,“ říká Ammar Al-Chalabi a neurolog Rup Tandan z Vermontu přitakává: „Je nezvyklé, aby podobní pacienti přežívali desítky let, navíc bez vážných problémů.“

Americký vědec Philip Low zase studuje mozkové vlny Stephen Hawkinga. Podle serveru BBC News chce vytvořit zařízení, které by snímalo jeho mozkovou aktivitu a převádělo ji na slova, což by umožnilo astrofyzikovi lépe komunikovat s okolním světem. Jak nemoc postupuje, profesor totiž stále hůř a hůř ovládá svou tvář i možnost mluvení. Nyní díky přístro-



Stephen Hawking dnes

žům dokáže říci asi jedno slovo za minutu. Philip Low tvrdí, že objevil způsob, jak zachytit i vysokofrekvenční vlny, které obvykle odstíní lebka. Tyto signály by pak bylo možné převést na slova.



Stephen Hawking ve stavu beztlíže ve speciálním výcvikovém leteadle

## Vozík mu aktivity neomezuje

Stephen Hawking pořád sedí ve svém vozíku, ale jeho mozek jede na plné obrátky a vesmír je mu malý. Když po třiceti letech odstoupil z funkce profesora matematiky na Cambridgeské univerzitě, prohlásil: „Budeme-li mít štěstí, budeme brzo schopni odpovědět na některé z nejzažších otázek týkajících se vesmíru a naší existence“.

Před pěti lety zažil na trenážeru stav beztlíže. Jak sám řekl: „Pořád zůstává spousta věcí, které bych se chtěl dozvědět.“ Proletěl se i balónem a chtěl by se také podívat do kosmu (s čímž se ale vzhledem k jeho zdravotnímu stavu dá těžko počítat).

Při zahájení letošní paralympiády v Londýně dostal nabídku, aby přivítal atlety z celého světa. Zhostil se toho s tímto poselstvím: „Ať má člověk život sebesložitější, vždy může udělat něco, v čem uspěje. Tak i paralympiáda poskytuje příležitost atletům k tomu, aby na jejich poli dosáhli významných výsledků. Proto společně oslavme obdivuhodnost, přátelství a respekt.“

## Proslulé bonmoty

V poslední době astrofyzik Stephen Hawking varuje před pokusy kontaktovat mimozemské civilizace: „Existují. Ale raději jim nevolejme,“ sděluje.

K tomuto tématu se váže i jeho další výrok: „Mému matematickému mozku se již na základě dostupných číselných údajů zdají úvahy o mimozemském životě naprosto logické. Skutečnou otázkou však zůstává, jak budou vetřelci vypadat.“

Roku 2010 prohlásil, že je možné cestovat časem, ale jenom dopředu, a že by tak bylo možné, aby se obydčila v té době již zničená planeta.

Kvantovým fyzikům kdysi adresoval poznámku: „Když slyším o Schrödingrově kočce, beru do ruky pušku.“

A co si myslí o posmrtném životě? „Na mozek se dívám jako na počítač, který přestane fungovat, když se porouchá některá z jeho součástek. Pro rozbité počítače však neexistuje žádné nebe, ani posmrtný život.“

V narážce na Einsteinův výrok, že *bůh nehraje v kostky*, ovšem uvedl: „Bůh nejenže v kostky hraje, ale občas je hází i tam, kde je nikdo nemůže vidět.“

V neposlední řadě prosvištěla médii i tato profesorova slova „Místo toho, abychom říkali, že vesmír byl stvořen a že možná jednou zanikne, měli bychom jen říkat: Vesmír je.“

## Vzor lidského ducha

Vědecká hodnota uvedených bonmotů je jistě velmi diskutabilní, a kdyby je prohlásil kterýkoli maturant, nejspíš by po nich ani pes neštěkl. Ostatně, dnes už je velmi těžké rozlišit, nakolik pocházejí od samotného Stephen Hawkinga a nakolik od týmu lidí, který se stará o něho i jeho popularitu. Vědec se totiž během času (kterému ve svých dílech věnuje značnou pozornost) stal svéráznou popovou hvězdou fyziky. A v doprovodu svých asistentek byl několikrát spatřen i v nočních klubech. „Zeptal jsem se, zda se chce bavit o vesmíru, nebo zda si chce prohlížet dívky,“ vzpomíná majitel londýnského klubu Stringfellow. „Řekl jen: dívky...“

Stephen Hawking prostě není suchar. Ale jeho nejdůležitější přínos, jak pro vozíčkáře, tak vlastně pro všechny lidi, tkví v něčem jiném: je vzorem toho, že i když je tělo upoutáno na vozík, lidský duch není ničím omezen a jeho mysl dokáže plovat vesmírem.

Šťasné narozeniny, pane Hawkingu!

Jiří Muladi  
Foto: internet

**Hawking – vědecká celebrita**

# František Fux

Spoluzakladatel Rehaprotexu, cestovatel, odborník na bezbariérovou dopravu, milovník přírody



**František Fux**, rodák z Veselí nad Moravou, je velký cestovatel. Není proto divu, že jeho velkou láskou jsou mašinky. Už jako dítě vydržel celé hodiny sedět na nádraží a koukat na vláčky, což mu vydrželo až do dospělosti. Protože jej však postihla dětská obrna a navíc od roku 1992 zůstal po autonehodě zcela upoután na vozík, ve své zálibě to nedotáhl dál než na koukání se. Přesto se mu jeho nádražácký sen splnil. Když se otevíral brněnský Olympia Park (nákupní a zábavné centrum), zjistil, že jeho součástí bude i modelová železnice. Nedočkavě sledoval postup prací, mluvil s modeláři, vyzvídal novinky a ochomýtal se kolem tak dlouho, až zjistil, že je možné stát se platným členem modelářů i přesto, že nemá mašinku ani ručičky natolik zdatné, aby si sám nějakou složil. František zaplatil členské příspěvky a těšil se, že bude moci být u toho.

## Jak se stal panem „Cviklístkem“

A podařilo se! Bylo sice nutné upravit pro vozík vstup na perónky, přičemž Františkovi pomohly jeho zkušenosti ohledně bezbariérovosti. Ne nadarmo je **odborným konzultantem pro bezbariérovou výstavbu**. A dokonce se našla i práce. Nejdřív pomáhal prodávat lístky, později postoupil dokonce na výpravčího-průvodčího. To byl pan Franta teprve ve svém živlu! Nafasoval brašnu a štípací kleštičky a vyjel na perónek. Kontroloval pasažéry, rovnal dětičky, aby seděly správně, a hlavně štípal jízděnky. Chťic nechtíc se tak stal atrakcí – průvodčím na vozíčku. To bylo něco pro děti! Ty nejvíc zajímalo, co má ten pán s nožičkami a proč jezdí na vozíčku. Dokonce ve

svých bystrých hlavinkách vymyslely pro Františka i kuriózní pojmenování – „pan Cviklístek“.

## Spoluzakladatel Rehaprotexu a předseda sdružení Svět bez bariér

Po zhlédnutí internetové fotogalerie pana Františka, která se vám otevře po kliknutí na odkaz: [www.skodna.rajce.idnes.cz](http://www.skodna.rajce.idnes.cz) získáte dojem, že je stále na cestách, plný sil a optimismu. Však také mezi jeho koníčky patří i hudba, příroda a vůbec vše krásné, co život nabízí. Putuje po moravských hradech a zámcích, rád si posedí s přáteli, navštěvuje kulturní a divadelní akce, happeningy, absoluuje pobyty v termálních lázních nebo výlety na olomouckou Floru. Uchvátí ho i pohled na krásně rozkvetlý balkón, kde se dá v létě relaxovat.

O to vše se s vámi fanda Jarka Nohavici, ale také od roku 2010 předseda **občanského sdružení Svět bez bariér** (seznamuje veřejnost s problémem bariér jak v oblasti komunikace zdravých s postiženými, tak i v oblasti stavebních a dopravních a především přispívá radou i pomocí při jejich odstraňování), rád podělí.

V letech 1992 a 1998 František kandidoval do parlamentu ČR za Hnutí důchodců za životní jistoty jako nezávislý. Je rovněž spoluzakladatelem mezinárodní výstavy **Rehaprotex**, která se na brněnském výstavišti konala každoročně, nyní nově co dva roky (*letos není, bude až v květnu 2013, pozn. red.*). Stál u zrodu akce „Pro náš úsměv“ na BVV a „Dnů zdravotně postižených“ na Floře Olomouc. Je organizátorem různých akcí pro lidi se zdravotním postižením. Snad největšího ocenění se mu dostalo tím, že byl navržen na prestižní cenu Olgy Havlové v roce 1996.

## Objevte „virtuální“ svět Františka Fuxe, stojí za to

František vede také skvělý „virtuální“ život. Spravuje webové stránky, které také sám vytváří a kde se dočtete snad všechno o něm samotném, jeho zážitcích z cest nejen z okolí Brna, jeho nápadech, tipech a radách. **Pro vozíčkáře jsou opravdu nabitě informacemi všeho druhu a vyplatí se je sledovat.** Jsou to: [www.frantafux.estranky.cz](http://www.frantafux.estranky.cz).

## Jak cestovat vlakem

„Po větších městech jako je Brno, Praha, Ostrava nebo Olomouc aj. se dá bez problémů cestovat hromadnou dopravou, která je z části přizpůsobená vozíčkářům. Po ostatních koutech naší vlasti, pokud nemáte vlastní auto, se dá cestovat snad jen vlakem,“ říká František Fux

„Kdykoliv se rozhodnu, že se někde pojedou podívat vlakem, tak se na tuto cestu musím řádně připravit. Nejprve se podívám na stránky ČD ([www.cd.cz](http://www.cd.cz)), kde se dozvím nejnovější informace o tom, zda v úseku, kam chci cestovat, není naplánovaná výluka. Zjistím, jestli je v určité stanici plošina, kterou mne pracovníci ČD naloží a vyloží. Tuto službu si můžete přes internet objednat. Já osobně dávám přednost osobnímu jednání přímo na centru ČD. K tomu si ale musíte připravit několik informací – vaše iniciály, číslo ZTP/P, číslo vlaku, kterým budete chtít cestovat, přesný čas atd. Je to uvedeno na jejich webových stránkách. No a pokud máte od ČD vše potvrzeno, musíte se dostat minimálně 20 minut před odjezdem vlaku do tranzitu a nahlásit se,“ vysvětluje František Fux na svých stránkách. Najdete tam i zážitky z konkrétních cestovatelských tras pana Františka, takže se můžete dobře připravit a vyzkoušet si je.



František Fux na cestách

Zpravovala: Hana Klusová

# Lovec autogramů Zdeněk Kmoch uhnal i Gerarda Depardieua

„Mám velkou radost. Získal jsem společnou fotku s Gerardem Depardieuem a autogram s osobním věnováním, ke kterému mi namaloval srdíčko propíchnuté šípem. Je to pro mě zážitek roku,“ říká Zdeněk Kmoch – vozičkář a vášnivý sběratel autogramů.

Na začátku setkání Zdenky, kterého dětská mozková obrna upoutala na invalidní vozík, s filmovou hvězdou Gerardem Depardieuem, byl e-mail Českolipskému deníku. „Jmenuji se Zdenka, jsem vozičkář, velký sběratel autogramů a setkat se s Gerardem Depardieuem, to je můj obrovský sen. Nevíte o něm náhodou něco bližšího? Moc prosím...“

## Setkání u českolipského hotelu Morris

Setkání s hercem se redaktoři Českolipského deníku pokusili Zdenkovi zprostředkovat při lovu fotografií na bývalém vojenském letišti v Hradčanech, kde filmaři letos natáčeli záběry příběhu podle románu Victora Huga. Ale dostat se ke známé hvězdě světového formátu přes hradby z produkcí a osobních asistentů není vůbec snadné. Nepomůžou ani známosti s lidmi od filmu – ti jsou totiž vázáni přísnými smlouvami o mlčenlivosti.

„Nemáme s tím problém,“ říká nakonec francouzský zástupce produkce, „ale musí to schválit Gerardův osobní asistent.“ A po splnění řady podmínek se tak stalo.



*K celebritám formátu Gerarda Depardieua není tak snadné se dostat. Se Zdeňkem Kmochem však slavný francouzský herec strávil příjemnou čtvrt hodinku*

Unavený francouzský herec dorazil večer z celodenního natáčení, vyskočil z mercedesu a nejspíš plánoval po anglicku zmizet v hotelu Morris, kde byl v České Lípě ubytovaný. Ale ve skupince lidí, kteří stáli kousek od hotelu a chtěli autogram, čekal už i Zdenka s rodinou. A Gerard Depardieu splnil slib: zamířil přímo k němu, potřásl mu rukou a objal ho.

„Ať se o něm píše, co chce, není to žádný morous, je úžasně milý. Zdenku objímal, poklepával mu po ramenu a nechal se s ním fotit. Bylo to velmi příjemných patnáct minut,“ popsala Ivana Kmochová, Zdenkova maminka.

## Výjimečný sběratel

Doplňme, že dvaadvacetiletý Zdenka Kmoch z Nového Boru je mezi sběrateli autogramů opravdu formát. V jeho sbírce, čítající několik stovek autogramů, je kromě českých herců, zpěváků či režisérů také řada světových jmen – Luis de Funés, Alain Delon, Tom Cruise nebo Michael Jackson. „Jsem jediný v republice, kdo má podpis amerického herce Johna Malkoviche. Získal ho pro mě herec Jan Budař,“ zdůrazňuje Zdenka hodnotu své sbírky.

(di)

Foto: Archív Zdeňka Kmocha



*S americkým hercem Tomem Cruisem*



*S herečkou Jiřinou Bohdalovou*

# Špatně chráněný parking pro invalidy

## Humorné příběhy slastí života se nevzdávajícího vozíčkáře

Zimu s mrazem a hlavně se sněhem na chodnících a cestách nemá ráda drtivá většina vozíčkářů. Sám, bez pomoci, nedojezu ani na uklizeném a posypaném chodníku do obchodu vzdáleném jen tři sta metrů. Několik centimetrů měkkého a solí rozbředlého sněhu pod předními malými kolečky vás směřuje někam, kam jet vůbec nechcete. Přejíždět navíc silnici, přes kterou opravdu musíte, je nejlepší na prošlapaném přechodu pro chodce. Ale i tam se nejdříve musíte poprat s nahnoutou hromadou sněhu od protahovacích pluhů údržby silnic. To vše se dá zvládnout jen se silnou dvounohou pomocí a stejně ještě musíte jet vozíkem pozadu.

Pokud si namočíte od tající sněhové břechky rukavice (používám kožené), obruče vám pak v ruce klouzají a vy jedete jako hlemýžď. Ruce vám neskutečně mrznou a ta jedna lidská síla za vámi si myslí, že se pěkně flákáte. Doporučuji vřele vzít si na delší cestu do batůžku ještě aspoň dvojce rezervní rukavice nebo si objednat na zimu silikonový potah úchopové obruče. Ta pohoda, když se dostanete konečně do teplem vyhřáté tramvaje či autobusu a vyměníte si promočené rukavice za ty velmi příjemné suché, se nedá ani popsat. Je to lahoda, pane Jahoda! Pokud neudržíte všechny končetiny v teple, klepete se jako ten malý ratlík, když se jde v zimě před náš dům s radostí vyvenčit. Já jsem si loni pořídil už zmíněné silikonové potahy a je to paráda. Moje „karpály“ mě na 150 % přežijí!

Mám veliké štěstí, že bydlím s manželkou v asistenčním domě v Praze 6 – Řepích. Máme tam nádhernou bezbariérovou garáž pro 25 osobních automobilů. Dříve jsem v zimě ven vůbec na vozíku nejezdil. Byla to zabíračka nejen pro mě, ale hlavně pro můj doprovod. Teď jezdím velmi rád ven z výborné suché garáže a s opatrnou řidičkou manželkou. Když napadne sníh, nasedám v garáži do našeho autíčka ze suché podlahy a také tam i vysedám jako na jaře či na podzim. Jezdil jsem moc rád do nákupního centra na Černý Most, kde jsem při nákupech najezdil stovky metrů, pěkně v teple a v suchu. Navíc jsem se dostal mezi lidi a mohl si nakoupit, co jsem zrovna potřeboval. Navíc, jako bonus, jsem si pěkně protáhl kostru. Po takovém zimním výletu na čerstvém vzduchu jsem vždy usnul jako mimino už při prvním večerním filmu.

Co mi v zimě vadí, je kvalita parkování. Každý řidič, který jezdí v zimě autem nakupovat, chce celkem logicky zaparko-

vat co nejbližší vchodu do obchodu. Horší je, že při našem příjezdu jsou většinou ta nejbližší místa už obsazená. Hlavně ti hodně prachatí „řidiči bez zábran“ zaparkují i na těch několika málo místech, vyhrazených jen a jen speciálně pro invalidy. Copak zdravý chlap nemůže zaparkovat někde jinde? Co potom má dělat invalida? Na stáních pro invalidy stojí téměř vždy auta drahých značek, jako jsou BMW, Peugeot, Audi, Mercedes a další. Jejich řidiči jsou sobci, drzouni a hulváti! A to jsem velmi slušný...

„Kde dneska zaparkujeme Amorku?“ ptal jsem se své ženy. Zanádlavala si a objížděla znovu velké parkoviště ve Zličíně. Doufali jsme v alespoň jedno volné stání pro vozíčkáře. Houby! Vše bylo obsazeno – a zase drahými auty. No ale my museli někde vysednout, když jsme potřebovali nutně nakoupit. Zajeli jsme na vzdálenější parkoviště, asi sto metrů od obchodu, kde byla volná dvě stání vedle sebe. To abych bezpečně vylezl ven na vozík.

Manželka vyndávala vozík z kufru do sněhové břechky, když najednou vedle zaparkovalo auto s celou rodinkou. Vystupování pro nás skončilo. Na obyčejném stání není počítáno s širším místem na vystoupení vozíčkáře, označené parkovací místo pro vozíčkáře je zhruba o metr širší. A tak žena s nadávkami naložila vozík zpátky do kufru a jeli jsme se znovu podívat okružní jízdou na zaplněné stání pro invalidy, zda se neuvolnilo místo. Neuvolnilo.

Připravil jsem si digitální foťák, že si těch pět hříšníků na stání pro invalidy vyfotím. Než jsem to stačil udělat, řekla mi žena velmi důrazně: „Schovej rychle foťák! Jeden zdravý lenochod přichází k autům!“ Sledoval jsem asi stodvacetkilového urostlého chlapa, jak se vrací s cigaretou v puse a s malou taškou v ruce. Cigaretku před svým velkým autem zahodil na zem, zkušeně ji zašlápl a konečně, k mé velké radosti, vlezl do auta a vycouval. Logo vozíčkáře v autě neměl ani náhodou. Konečně jsme zaparkovali a spokojen vystoupili. Vytáhl jsem foťák a chystal se všechna parkující auta na stání pro invalidy vyfotit. Můj úmysl mi ale žena opět rozmluvila: „Vykašli se, prosím tě, na to! Je kosa! Hod' sebou, ať jsme co nejdříve v teple! Nějaký debil se vrátí, uvidí tě, jak mu fotíš auto, rozbije ti foťák a ještě ti přidá na cestu pár facek!“

Poslechl jsem, uložil foťák do pouzdra, ale stejně mi to nedalo. Prohlédl jsem

si všechna přední skla parkujících aut a pak i ta zadní. Žádné logo vozíčkáře jsem nenašel. Žena se mi smála: „Zbytečně ses v tom sněhu namáhal! Viděl si někdy někde nějakého vozíčkáře, co má auto za milion? Já tedy ještě ne! To jsou bouráky pracháčů, kterým vše projde. Když už by ho nějaký „polda“ tady nebo jinde náhodou chytil, tisícovka to spraví!“

Když jsem pak byl v únoru v Parapleti na rehabilitačním pobytu, problém zimního parkování jsme s kluky a holkami na vozíku párkrát probírali. Měli v zimě při nákupech naprosto stejnou zkušenost jako já. Fascinoval mne a velmi i potěšil jeden kluk, který má bratra u policie, s kterým bydlí v rodinném domě. Ví tudíž, kdy jeho brácha slouží, takže když vidí na nějakém parkovišti na stáních pro vozíčkáře zase parkovat nějakého troubu, zavolá mu. Bráška nelení, přijede a na dotýčeného si počká. Nějakou tu tisícovku vždycky vybere. Pozná to potom i na prémiech.

Držím policii palce, ať nás opravdu chrání a v zimě pomáhá vozíčkářům na parkovištích. Tím pádem si nebudou muset někteří policisté přivydělávat nelegální práci pro filmaře nebo si dokonce přivydělávat trestnou činnost. Už se těším na letošní zimu, že se policie bude více věnovat kontrole parkovišť. Že nejen já, ale i všichni ostatní vozíčkáři opravdu kdykoli zaparkují tam, kde jediné můžeme – na vymezeném stání pro invalidy.

Napadlo mě hříšně, že v době internetu a digitálních fotoaparátů by nebylo těžké nafotit na stání pro invalidy všechna ta auta, co tam bez logy vozíčkáře parkují a poslat je mejly na policii. Ta má registr všech vozidel a může si každého řidiče pozvat, ať doloží, zda má v rodině někoho tělesně postiženého s průkazkou ZTP nebo ZTP/P. Pokud nedoloží nic, tak má smůlu a zaplatí za přestupek pokutu. Je to jednoduché a prosté.

Jsem ale trochu pesimista. Naši policisté nás sice mají chránit a pomáhat nám – na parkovištích pro invalidy ale sami velmi často parkují. Na internetu je takových úsměvných fotek pro obveselení národa velmi mnoho.

Co naplat!?

Josef Procházka





# Texty z Vaší literární dílny a jiné

## Vánoce přicházejí

Ten krásný čas vánoční u mě začíná již 1. prosince. Letošní rok však začal poněkud netradičně. Ještě v posteli jsem Dobrušku (tak říkám osobní asistentce) požádala o výrobu adventního věnce a dalších okras do bytu k oslavě narozenin Ježíška. Výraz v jejích očích byl jasný – adventní věnec nebude, byt maximálně vyčistí, avšak rozhodně nenazdobí.

Smutek a zklamání ve svém srdci jsem obratně skryla a zachovala se jako správný manažer – pokud nechceš dělat výzdobu, samozřejmě tě nebudu nutit, běž ale nastudovat recept na vánoční perníčky!

Bylo mi jí trochu líto, neměla holka moc na vybranou, možnosti však dostala, nemůže si tedy stěžovat na špatné zacházení.

V každé rodině existuje recept na ty nejlepší perníčky. Míchání koření na ně připomíná alchymistickou dílnu na výrobu kamene mudrců. Já to vyřešila zakoupením kypřicího prášku do perníku. Potom stačí přidat vejce, mléko, cukr, mouku a med a hňácat a hňácat.

Druhý den jsme zapnuly troubu, vytáhly formičky a daly se do práce. Za pár hodin jsme se s Dobruškou těšily ze stáda losů, medvědů, lišek, veverek, ježků a šneků. Bonusem navíc byla nádherná vůně v celém bytě. Jako hudební doprovod nám totálně nevánočně zahrál Xindl X a Jarek Nohavica. Místo první svíčky na adventním věnci si Dobruška zapálila cigaretu.

Moje dvě psí holčičky samozřejmě chtěly ochutnat vánoční cukroví. Musíte však uznat, že ani dva bišonci na jednoho perníkového medvěda prostě nestačí.

*Monika Henčlová*

## Vánoční

Kamil si pozorně prohlížel vánoční stromky. Hezky jeden po druhém. Popojížděl na svém ortopedickém vozíku sem a tam, bral je do ruky, zkoumal jejich výšku, barvu, čerstvost...

Po půlhodinovém hledání k němu přistoupil mladý prodavač: „Mohu vám nějak pomoci? Poradit?“ Kamil se zarazil. „Nevím. Možná. Chci ten nejkrásnější.“ „Jistě. Jak vysoký? Jak široký?“ „To je jedno,“ říká Kamil. Prodavač znejistěl. To se mu ještě nestalo. Začal teda stromky sám přebírat a ty nejhezčí dával bokem, aby je muži na vozíku mohl ukázat.

„Smrček, nebo jedličku? Nebo borovičky?“ Kamil krčil rameny. Nevěděl, co říct. „Jaký máte stojan? S nádobkou na vodu,

nebo bez?“ „Nemám stojan,“ řekl tiše. „Aha. Vy ho věšíte na strop, že? To je teď v módě. Bydlíte v paneláku?“ Vozíčkář přikývl: „Jo, v centru. Ale stromek nevěším.“ Tajně doufal, že se ho už prodavač přestane vyptávat., když mu už všechno řekl. Opak byl ale pravdou. „Moc se omlouvám, ale potom nechápu... a nevím, co vám vybrat, co vám poradit. Můžete mi, prosím, vysvětlit, co teda s tím stromečkem děláte?“ „Nic.“ Prodavač překvapeně zvedl obočí. „Stojí v koutě jen tak, opřený o zeď.“ A po chvíli smutně dodal: „Holý, bez ozdob.“ Prodavač se už nechtěl dále vyptávat.

Muž na vozíku jako by si přečetl jeho myšlenky. „Jsou přece vánoce, stromeček mít musím. A proč ho neozdobím?“ Zhluboka se nadechl: „Chtěl jste se na to zeptat, že? Všichni jsou na to zvědaví.“ Nečekal na odpověď a pokračoval: „Nemám pro koho. Žiji sám. Úplně sám. Koupím si stromek, postavím ho do kouta, otevřu si láhev vína, sednu si ke stromečku...“ nedokončil. Do očí se mu začaly tlačit slzy. Raději rychle otočil svůj vozík a odjížděl směrem k autobusové zastávce. Mladý prodavač za ním ještě chvíli hleděl, potom vybral ten nejhezčí stromek a postavil ho bokem.

Na druhý den měl v obchodě volno. Vrátil se tam, aby koupil jiný – malý a už ozdobený stromeček. Potom ještě láhev vína, krabici chlebiček a zajel do centra. Chtěl najít toho pána na vozíku, který žije sám. Jak to udělá, ale nevěděl.

Měl štěstí, potkal ho. „Jedu za vámi. Něco jsem vám přinesl.“ Kamil na něho vy-třeštil oči. „Mně?“ Nechápal. „Co? A proč?“ Mladík se usmál: „Stromeček přece. A už ozdobený! A ještě chlebičky víno.“ Když uviděl překvapený výraz ve tváři muže na vozíku, dodal: „Jsou přece Vánoce!“

*Věra Schmidová*

## Na vozíku s psími kamarády



Ahoj podobně raněným. Rád se podělím o radost i radu, že se psy je život

veselý. Po úraze při motokrosu jsem zůstal na vozíku a byl věčně na hraně s psychikou. A tak nápad pořídit si psy na sebe nenechal dlouho čekat. Mám celkem dva – westfika Maxe a německého ovčáka Ronyho. Max je starší, ale už jako štěně mi pěkně zatápněl. Jsem kvadruplegik a mé ruce i nohy byly okousány jako kus klacku. V obýváku zřídil madla na sedačce, maminy pantofle roztrhal na cucky. Rád je, asi jako každý pes, venku a vše prozkoumává a hrabe v zemi, kde může. Když jdeme třeba k lékaři a Max zůstane doma s mamčou, při našem příjezdu nám z radosti zatančí lambádu. Kouzelný je i tehdy, když ležím na lůžku. To si ke mně vyleze přes křeslo a odpočíváme společně. Taky mě hlídá, když cvičím. Na návštěvě u sestry zase umí hezky provětrat slepice. Má rád i sestřiny fenky – jedenáctiletou černou labradorku Desinku a čivavu Stázinku, té jsou teprve tři měsíce. Senzačně si také hraje s neteřinkami.

Na naší zahradě, kde máme našeho druhého psa Ronyho, Maxík rád lehává na cestě a pozoruje dění okolo, zkrátka chce mít přehled. Rony už je dvouletý, ale blbnou spolu jako malí kluci. Rony na zahradě hlídá, Max žije s námi v panelovém domě. V létě na zahradě spíme a při teplém počasí je oba koupeme. Mamču pak rozzlobí, když čistí vlítnou do jahod, jsou to prostě rošťáci. Rony je teď habán, je moc srandovní, když na něj mluvíme – neuvěřitelně při tom kroutí hlavou.

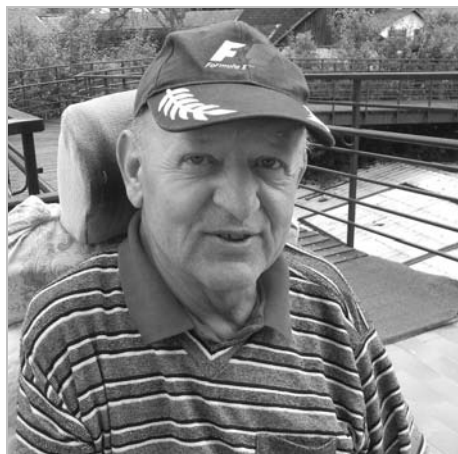
Když jedeme k zvěrolékaři na očkování, oba jsou ve voze jak diví a v ordinaci je vždy haló. Dostanou včelku a jedem domů. V zimě chodí převážně za Ronym tatík, aby ho vyvenčil a dal mu najíst.

Max miluje spaní a teploučko, ale když jde někdo po chodbě, v okamžiku je vzhůru a letí ke dveřím a vyštěkává. Mimo chodem, oba pejsci jsou pěkní labužníci. Maxík, když má na něco chuť a honí ho mlsna, sedne si u špajzu, kde má mamka schované jeho chuťovky. Maxík je taky rád ve společnosti, musíme ho všude brát s sebou. Když ho mamka venčí, je velmi zvědavý. Občas se mamka zastaví se sousedkami na kus řeči, on vedle ní sedí jak přišitý a poslouchá jak Kelišová.

Z mé postele, kterou mám u okna, zase čučí na sídliště a jakmile uvidí nějakého pejska, vrčí a štěká na něj. Když jedeme s mamčou na delší dobu na rehabilitaci, při příjezdu domů je pokaždé velké vítání. Život s nimi je zkrátka moc fajn.

*Jarda Sklenář, Žatec*

## Kamarád Jirka odešel



Jirku Šanderu jsem poznala na zámečku v Habrovanech, kam ráda jezdívám. Pro mě je to ostrůvek klidu a pokoje.

Stejně tak na mě působil i Jirka. V mládí měl zánět mozkových blan a tato nemoc způsobila, že skončil na elektrickém vozíčku s minimálním pohybem palce levé ruky. Tím vozík ovládal. Jirka byl velký mužský. I přes svou nemoc se aktivně zapojoval do všeho kolem sebe. Ale o tom nechci psát.

Jirka každoročně organizoval „svůj“ rekondiční pobyt. Staral se o vše, co bylo nutné zařídit. Mluvil tiše, klidně. Nikdy jsem ho neslyšela zvýšit hlas. Byl to frajer, v tom dobrém slova smyslu. Měl krásné oči. Tančili jsme spolu. Jirka na mě zespodu koukal těma svýma očima, které se mi zdály smutné. Takové psí. Mám pejska, takže vím, že psí oči nejsou nic hanlivého.

Jednou jsem si zahrála s Jirkou šachy. Nebyla jsem pro něho šachový partner. Šachy neumím. Jirka byl slušný, nechtěl mě odbýt a tak si přisedl k šachovému stolku zády. Hrál se mnou z paměti. Já vejrala na šachovnici, táhla svými i jeho figurkami a tahy mu hlásila. No – vyhrál.

Trpělivost. To byla vlastnost, kterou jsem na Jirkovi obdivovala. Jak on byl trpělivý. Nikdy mi nevynadal, když jsem něco dělala velmi pomalu a nedařilo se mi. A že já umím překážet.

Nerada jsem mu dávala napít. Třáslý se mi ruce při pomýšlení, že toho chlapa poleju. Jirka to věděl. Já ho tolikrát odbyla, že mu nepůjdu dělat doprovod. To jsem nezvládla. Vždycky jsem ale s obdivem pozorovala, jak nese svůj nelehký životní úděl.

S Jirkou jsem se rozloučila ve Zbyšově u Brna. Jurášku, mám tě moc ráda a chybíš mi.

Mila Kristová,  
Prostějov

## Sprchová vanička pro paraplegiky



*Do malého prostoru koupelny se hodí zvýšená rohová sprchová vanička. Vozíčkář se sprchuje sedíc na přistavené sedací ploše*

Při řešení sprchového místa v nové koupelně jsem si přála takové řešení sprchy, aby celá procedura sprchování probíhala s příjemným pocitem, rychle a hlavně bezpečně. Také jsem si přála pohodlné a také bezpečné umývání nohou a především chodidel s možností mít nohy ponořené libovolnou dobu ve vodě.

Pokud se posadím na sprchové sedátko ve sprchovém koutu řešeném standardně dle obecných předpisů, visí mi nohy dolů bez možnosti je opřít. Nemožu se totiž dostatečně předklonit, trup mě v předkloněné poloze neudrží, riskuji tedy pád. V takové sprše si nohy omývám dodatečně na vozíku s pocitem „náhradního řešení“. Zároveň mi šlo o maximální jistotu při přesezení vozík – sprcha.

Sprchová vanička na obrázku tento můj problém úspěšně vyřešila.

### Parametry

Výška líce vaničky od podlahy 500 mm odpovídá výšce sedačky vozíku. Typ vaničky je Sabina 900 × 900 s hloubkou 270 mm, se zaobleným rohem pro snadné manévrování vozíkem kolem vaničky.

Sprcha je umístěna podle dosahových možností uživatele. Tady to je 600 mm od rohu sprchového místa a 500 mm vysoko od líce vaničky.

Vanička má být odsazena 100 mm od protilehlé stěny. Tento odskok zde realizován nebyl a proto při užívání chybí.

Přistavená plocha – místo pro přesezení ve výšce stejné jako líc vaničky – je široká 300 mm. Celková šířka 350 mm pro sezení je zcela postačující.

Přemístování jsem záměrně zvolila pro kolmé přistavení vozíku. Odklopím

stupačky, aby vozík mohl být nejbližší. Nejprve mám vozík dále od líce vaničky, rukama zdvihnu nohy a umístím je do vaničky, potom popojedu vozíkem těsně k vaničce a za pomoci madla přeseďám na přistavenou plochu (šířka 300 mm). Tam se také sprchuji. Pro ochranu proti přetékající vodě je vhodné užívání závěsu nebo alespoň odnímatelné zářezky (dřevěný hranolek se zaoblenými hranami o rozměrech 400 × 50 × 50 mm, na jehož spodní ploše je nalepena guma znesnadňující jeho posunutí).

Přesezení z vaničky na vozík kolmo umístěný je snadné, nohy zůstávají ve vaničce. Po přesezení s vozíkem kousek couvnu tak, aby se nohy natáhly a byly opřené lýtky o okraj vaničky. Takto je bezpečně mohu vytrít i mezi prsty a následně ošetřit. Potom nasadím stupačky a uložím na ně nohy.

S vozíkem, který má stupačky neodnímatelné, se těžko přibližuje kolmo k líci vany. V takovém případě více vyhovuje boční přesezení. Aby se vozíčkář mohl na tuto přesezení plochu přemístit bočně, musí být vana posunuta doprava o dalších minimálně 600 mm tak, aby ještě bylo vytvořeno místo pro velká kola vozíku za přistavenou přesezení plochou za lícem zadní stěny sprchového koutu. Přesezení plocha se tak prodlouží z 300 na minim. 900 mm.

Na způsob přesezení vozík – sprcha (vana) je nutné pamatovat již při plánování koupelny. Manipulační prostor pro vozík před vaničkou musí být za předpokladu kolmého přesezení široký nejméně 1 200 mm.

Jitka Kadlecová

# Vaše chytré tipy pro bezbariérové bydlení

## Kuchyňská linka s výsuvnými pracovními deskami, šuplíky a kontejnerem



Dnes uvádíme příklad praktické bezbariérové kuchyňské linky, zejména její spodní části. Dlouholetý vozíčkář Luboš z Brna si ji navrhnul sám podle svých letitých zkušeností.

„Sklopné police v horních skříňkách jsem zavrhl hned na začátku podle hesla *Kam nedosáhnu sám, tam nelez,*“ komentuje Luboš fakt, že do horních skříňek se nedostane. „Vše pro moji potřebu mám ve spodních skříňkách a to nahoře je královstvím mé partnerky,“ dodává.

Naprostu spokojen je s výsuvnými pracovními plochami, které se dají jednotlivě, podle potřeby, vysunout ze zásuvek těsně pod kuchyňskou deskou. Má je také ve spízi nad dvěma spodními kontejnery a jen lituje, že na vysunovací polici neumístil také mikrovlnou troubu a manipulační prostor pod ní.

„Za naprostu klíčové v mé kuchyni považují to, že pokud na vozíku zajedu

k plotně nebo ke dřezu, dosáhnu i na ostatní plochy, které jsou pro jedno či druhé pracoviště potřebné,“ vyzdvihuje Luboš klady řešení této kuchyňské linky. Kromě dispozičního řešení linky to umožňují také vysunovací šuplíky, pojízdný kontejner se zásuvkami a pracovní plochou a přídatné úzké police nad kuchyňskou deskou.

Praktické jsou také elektrické zásuvky na více místech nad kuchyňskou deskou.

Luboš si pochvaluje i vysunovací růžici vodovodní baterie, se kterou se dá voda napouštět přímo do hrnce na plotně sporáku (sporák preferoval plynový, protože spotřeba plynu je podstatně levnější než elektřina), a těší se na finální stav, až bude mít namontováno ještě osvětlení pracovní plochy.

A co na fotografii není vidět, pouze popíšeme: nalevo od kuchyňské linky je úzký stravovací stůl vytvořený z desky na

jedné straně opřené o konzolu na zdi a na druhé, blíže k lince, podepřené jednou podpurnou kovovou nohou (na fotografii je vidět kousek oblého okraje stolu). Mezi stolem a částí linky s mikrovlnou troubou a myčkou nádobí je průjezd na balkon, samozřejmě bezbariérový.

*Petr Dzido*

**Máte zajímavě bezbariérově řešenou kuchyňskou linku, kancelářský stůl nebo cokoli jiného? Inspirujte ostatní vozíčkáře!**

**Pošlete do Vozky několik fotografií, krátký popis, na ostatní se Vás doptáme.  
Kontakt: Pavel Plohák, vedoucí vydání Vozky,  
tel.: 737 238 933,  
e-mail: P.Plohak@seznam.cz**

# O štěstí, které chodí kolem chalupy s vozíčkářem

„Důvod, proč jsme si pořídili druhou chalupu, je prozaický. Náš syn Honzík je upoután na invalidní vozík. Pro jeho bezproblémový pohyb je nutný rovinný prostor bez terénních bariér. První chalupa, ač jsme se jí snažili maximálně přizpůsobit Honzíkovi potřebám, přece jen stojí v horách – tedy v prudkém kopci,“ uvádějí manželé Markéta a Roman. Současně dodávají, že další, pro ně důležitou předností Velkých Losin jsou místní lázně, kam jejich chlapec každoročně jezdí na měsíc na léčení.

„Bereme to tak, že jsme si vyzkoušeli život v místním prostředí, navázali jsme tady kontakty a opravili jsme stavení, které by jinak možná spadlo. Dnes do něj jezdí naši přátelé, kteří mají podobně postižené děti, takže chalupa slouží dobré věci. U opravy druhého stavení jsme už věděli, s kým z okolí můžeme spolupracovat,“ uvádějí majitelé.

## Rekonstrukce? Pro Romana opravdové potěšení

Chalupu ve Velkých Losinách kupovali v roce 2007, když byla v dost zoufalém stavu. Rozpadlá střeška, shnilý krov, žádné základy, vlhké zdi. Uvnitř byla pouze obytná světnice s kuchyní a vedle dětský pokoj. Koupelna byla stará, nevyhovující. Rozvody vody sice udělaný byly, ale studna byla nefunkční a voda netekla.

„Pustit se do opravy starého domu, který má duši, bylo mým opravdovým potěšením,“ přiznává Roman, profesí stavební inženýr, odborník na diagnostikování staveb a současně soudní znalec se specializací na stavební materiály. Navíc

má vlastní firmu, která se zabývá rekonstrukcemi historických objektů, stejně jako realizací i dodávkami zateplovacích systémů. Je pochopitelné, že produkty, které při práci používá a se kterými obchoduje, vyzkoušel při rekonstrukci obou vlastních chalup.

„Nejtěžší je vždy vymyslet energetické zásobování domu. Díky mému profesnímu vědění jsem věděl, jak na to,“ konstatuje chalupář. „Zvolil jsem kombinaci centrálního vytápění kachlovými kamny se dvěma tepelnými výměnkami, z nichž je teplý vzduch rozveden do všech místností včetně podkroví, a elektrického topení v podlaze. To je instalováno v celém přízemí domu. Díky tomu jsou všechny obvodové stěny přirozeně odvlhčovány a zahřívány a v chalupě je nádherně sucho a bez dodatečných vodorovných izolací.“

K pohodlí přispívá kromě průmyslného vytápění s nenáročnou obsluhou i to, že se majitelům podařilo splnit i ostatní požadavky na řešení dispozice: bezbariérový přístup a pohyb v domě, dostatek úložných prostor, žádné zbytečné chodby ani zákoutí, snadná údržba. Přestože se v chalupě nyní nacházejí čtyři ložnice, obývací pokoj a dvě koupelny, srdcem domu zůstala kuchyň.

„To je důležité,“ míní chalupář. „Rodina se přirozeně táhne za vůněmi kuchyně.“ Aby bylo u stolu a okolo něj dost místa i pro pohyb Honzíka na vozíčku, je právě kuchyň se čtyřiceti čtverečnými metry největší místností.

Na všechno dřevo v interiéru, to znamená stropy, schodiště a stropní obklady v podkroví, byla použita vosková mořidla, přírodní oleje a rozehrátý pravý včelí vosk, který byl do dřeva zaleštěn speciál-

ními žíněnými kartáči. Díky tomu dřevo vypadá staře a má matný povrch.

## Štěstí nevězí v chalupě, ale v lidech okolo

V zařízení místností se normálu vymyká koupelna v přízemí. Je přizpůsobena potřebám invalidního chlapce. Vstupuje se do ní širokými skládacími dveřmi a sprchový kout je řešen atypicky. „Klasický sprchový kout je pro vozíčkáře komplikací,“ vysvětlují rodiče Honzíka, „proto jsme nechali čtvrtinu koupelny vyspádovat a nad ní umístili sprchovou hlavici. Takto ji můžeme využít jako otevřený sprchový kout, kde chlapec může sedět na vhodné plastové židli. Přemístit jej pak na vozík je mnohem snazší.“ Pro přesun chlapce do vany je k dispozici elegantní a jednoduchý stropní závěsný systém. V koupelně je samozřejmě také vyhřívaná podlaha, což urychluje úklid. Voda z ní sama rychle mizí.

Úpravy v ostatních místnostech si vlastně ani neuvědomujeme. Absence prahů, široké uličky kolem nábytku, to vše je příjemné i pro všechny ostatní. Stejně tak bezbariérový terén zahrady. I tady se Honzík bez jakýchkoliv potíží dostane k venkovnímu posezení u krbu, nebo třeba až k plotu či za vrata.

A jaké je závěrečné vyznání Markéty a Romana? „Víte, chalupu jsem stavěl pro Honzíka, aby měl kde žít. A on je tady šťastný. S manželkou si však uvědomujeme, že štěstí nevězí v této chalupě, ale hlavně v dobrých lidech, kteří bydlí kolem nás a kteří nám pomáhají.“

*Zdroj: novinky.cz (di)*





## Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



Pokrm, jejichž příprava vozičkáři nezabere moc práce a námahy. Uvítáme, když svými recepty přispějete i Vy!

### VÁNOČNÍ CUKROVÍ Pečené i nepečené VÁNOČNÍ VANILKOVÝ PUNČ

Ve vánočním čísle Vozky vám poradíme, jak si snadno připravit sladké pochutiny, které nejen ozdobí naše stoly a stolky, ale samozřejmě i potěší chuťové pohárky.

#### Masarykovo vánoční cukroví

Toto cukroví je moc dobré a hlavně ho zvládne připravit opravdu každý. Nečeká nás žádná titěrná práce.

**Potřebujeme:** 170 g lískových oříšků, 300 g hladké mouky, 200 g másla, 100 g moučkového cukru, 1 žloutek, cukr na obalení.



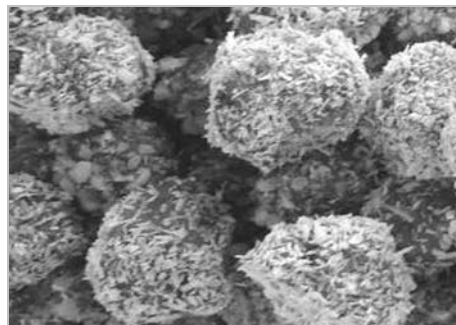
**Postup:** Celé lískové oříšky pražíme na plechu při 210 stupních Celsia asi 10 minut. Poté promneme v utěrce a namočíme na půl hodiny do horké vody. Ostatní suroviny smícháme, oříšky lehce obalíme v hladké mouce a vmícháme do těsta. Vytvarujeme 4 válečky o průměru 3–4 cm, zabalíme do potravinářské fólie a necháme ztuhnout v lednici nejlépe přes noc. Poté válečky krájíme ostrým nožem na půl centimetru tenké plátky, pokládáme na pečicí papír a pečeme na 180 stupňů 9–10 minut (dorůžova). Ještě teplé obalujeme v moučkovém cukru.

Pokud se neradí věnujete dost náročné přípravě různých těst, můžete si pořídit těsta hotová (chlazená) nebo se uchýlit k suchým směsím (např. Dr. Oetkera). Z nich vykouzlíte vánoční cukroví snadno a jednoduše.

#### Nepečené cukroví

**Potřebujeme:** 100 g másla, 100 g moučkového cukru, 120 g rozdrobených piškotů, 100 g kokosu a něco navíc na obalení kuliček, 2 lžičce kakaa, 1 lžička rumu, vanilkový cukr, oříšky apod.

Nepečené cukroví patří k těm opravdu jednoduchým. Piškoty smícháme s mletými oříšky (jsou k mání v supermarketech), přidáme kakao, máslo, cukr, rum a tvarujeme kuličky nebo úly či košíčky. Zdobíme podle chuti a fantazie cukrovým bílkem, mletým kokosem, hrozkami, čokoládou nebo jinými pochutinami.



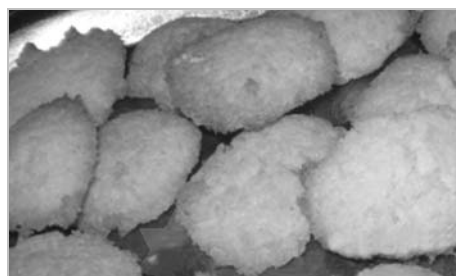
Pokud vás ani tento jednoduchý postup nenadchne, můžete si koupit směs na nepečené cukroví, která obsahuje základ na kakaové těsto. K němu přidáte jen máslo.

#### Kokosky či pusinky

**Postup:** Vaječné bílky našleháme mixérem na hustý sníh. Moučkový cukr rozdělíme na dvě dávky. Jednu přidáme do sněhu z bílků a ušleháme nahusto. Druhou dávku moučkového cukru smícháme s kokosem, pokapeme citronem a zlehka vmícháme do sladkého sněhu.

Pokud chceme dělat pusinky, kokos nepřidáváme. Máslem vymastíme plech (nebo použijeme pečicí papír) a lžičkou na něj klademe malé kopečky připravené hmoty. Plech vložíme do trouby předehřáté na mírnou teplotu (130–150 °C) a velmi zvolna pečeme, dokud kokosky nezrůžoví.

Nechceme-li se zdržovat přípravou sněhu, můžete si v obchodě koupit bezmála hotovou směs na kokosky, do níž jen přidáme tři bílky, zamícháme a těsto na lahodné a křehké kokosky je hotové.



#### Linecké cukroví

Doporučujeme připravit si linecké cukroví slepované marmeládou o velikos-

ti, jakou si rodina přeje nebo jakou vám vaše tvořivost dovolí. Konečný produkt lze různě zdobit – čokoládou, cukrovým bílkem apod.

Linecké těsto si můžeme koupit chlazené, pak ho stačí jen rozválet, vykrájet kolečka či jiné tvary a péct podle návodu. Nebo koupíme směs Bábovka Dr. Oetkera, s níž si snadno poradíme.



#### Vanilkový punč pro klidný večer u stromečku

**Nápoj:** balíček pudingu s vanilkovou příchutí, 75 g cukru, balíček vanilkového cukru, litr mléka, vanilkový lusk, 100 ml rumu.

**Ozdobení:** šlehačka, skořicový cukr.



**Příprava:** Smícháme pudingový prášek s cukrem, vanilkovým cukrem a třetinou litru mléka. Vanilkový lusk podélně rozřízneme, vyškrábneme z něj dřev (černá zrníčka) a zamícháme do pudingové směsi. Neseženeme-li vanilkový lusk, použijeme vanilkový extrakt. Je k dostání v supermarketu nebo si ho můžete objednat na internetu. Zbylé mléko přivedeme k varu, vmícháme připravenou pudingovou směs a za stálého míchání vaříme asi minutu. Vypneme sporák, už nevaříme a přidáme rum. Nápoj nalijeme do předehřátých šálků nebo sklenic, ozdobíme kopečkem šlehačky a posypeme skořicovým cukrem.

*Dobrou chuť a požehnané Vánoce přeje Blanka!*

# Autoškola pro osoby s tělesným handicapem

Pořízení si řidičského průkazu je pro člověka s handicapem důležitým krokem k vlastní mobilitě. Pohodlné cestování je pro něj dnes v některých regionech stále dost problematické. Ruší se speciální autobusové spoje, cestování vlakem na vozíku má stále své mouchy.

Mobilita je tedy pro tyto osoby velké téma. **Samostatně** cestovat, navštěvovat přátele nebo si jednoduše vyřídit záležitosti všedního dne, to je dnes díky technickému pokroku možné i pro osoby s tělesným postižením. Speciálně upravená vozidla jsou nejen praktická, ale dopřávají řidiči i radost z jízdy.

V našem rodinném podniku už 12 let nabízíme **výcvik autoškoly, poradenství a úpravy pro tělesně handicapované**. Naši kvalifikovaní učitelé, např. paní Přibilová s více než třicetiletou praxí, vás rádi doprovodí na cestě k získání tak důležité mobility. Díky přátelské rodinné atmosféře a individuálnímu přístupu ke každému klientovi je absolvování řidičského výcviku v autoškolě velmi příjemné. Neslibujeme vám zázraky, ale poctivě absolvovaný kurz. Každý žák naší autoškoly je po absolvování výcviku schopen

zvládnout základní situace v každodenním provozu. Jízdy se provádějí za všech možných běžných dopravních situací, včetně hustého městského provozu města Plzně.

Výcvik probíhá na **speciálně upravených vozidlech vybavených ručním ovládním a dalšími individuálními úpravami dle konkrétní potřeby**.

Díky unikátní konstrukci si můžete zkusit až z **pěti možností ovládní brzdy a plynu** (mechanických i elektronických systémů) v jednom automobilu.

Další možnosti jako automatická převodovka, elektronická spojka, prodloužená pedálů až o 35 cm pro osoby menšího vzrůstu, infraovladač pro řízení jednou rukou, široký výběr volantových nástavců, levý plynový pedál s automatickou převodovkou, bezklíčové zapalování a startování, nožní ovládní přepínačů a další individuální úpravy jsou u nás samozřejmostí.

Za tyto možnosti, včetně úprav na míru se nic nepřiplácí. **Aktuální cena kurzu skupiny B je 8 500 Kč. Výcvik v autoškolě není podmíněn následnou instalací ručního ovládní. V případě potřeby**



*Vozidla jsou vybavena pěti druhy ručního ovládní*

**je možné zajistit také ubytování a stravování.**

Bude nám ctít, když si na cestě k vaší mobilitě zvolíte **autoškolu JENČOVSKÝ**.

*Ing. Pavel Jenčovský*

#### Kontakt:

Firma Jenčovský, provozovna: Na Roudné 161, 323 00 Plzeň, tel.: 604 233 164, tel./fax: 377 523 987, info@jenca.cz, www.jenca.cz.

## Platební automat na parkovišti je problém

### Neměli by mít vozíčkáři stání na parkovištích zdarma?

Příliš vysoký platební automat na parkovišti před **břeclavským vlakovým nádražím** znamenal pro vozíčkáře velký problém – k otvoru na vzhazování mincí totiž nedosáhli. Zaplatit ale museli, protože jinak by je závory nepustily ven. Břeclavský deník na tyto komplikace upozornila Kristina Tučková z Týnce, která je na vozík upoutaná už tři roky. Spěchala na vlak, ale nezbylo jí nic jiného, než požádat o pomoc ochotného kolemjdoucího. S tím se však nehodlala smířit.

Nyní tyto obtíže alespoň zčásti vymizely. Provozovatelé parkoviště totiž zavleli **dobíjecí platební karty**, jejichž vlastníci při úhradě parkovného nemusejí automat použít. Dokonce nemusejí ani vystoupit z auta. „Abonentní karta funguje na podobném principu jako třeba dobíjení kreditu na mobilní telefon. Kartu u nás vydáme za poplatek dvě stě korun, což je vratná kauce,“ popsala systém Petra Rajsiglová, asistentka firmy, která provozuje parkoviště. Dobíjecí karta slouží při vjezdu na parkoviště k otevření závor. Při odjezdu se z ní odečte částka

odpovídající době parkování a závory zase automaticky pustí řidiče ven. Vozíčkáři tak už nezůstanou na parkovišti uvězněni.

#### Řešením je stání zdarma

Kristina Tučková sice takovou snahu provozovatelů parkoviště vítá, přesto se jí zvolené řešení nezdá ideální. „Jsem ráda, že se aspoň něco změnilo. Nicméně člověk, který bude odjinud než z Břeclavi, kartu mít většinou nebude,“ namítla a doporučovala třeba možnost zaplatit lístek pomocí SMS zprávy. „Podle firmy, která nám automaty dodávala, by ale platit přes mobilní telefon v našem případě nešlo. Terminály pro to nejsou uzpůsobené. Proto nám byla doporučena varianta s abonentními kartami,“ vysvětlila Petra Rajsiglová.

Na většině ostatních parkovišť s platebním automatem ale vozíčkáři v Břeclavi problém s placením parkovného nemají: díky **vyhrazenému stání zdarma**. Bez závor. „Stačí mít příslušný průkaz za sklem auta,“ říká Petra Šimová, vedoucí

břeclavské pobočky společnosti Activ Parking. Ta v Břeclavi zaštiťuje asi šest-



*Při instalování platebního automatu na vozíčkáře nebrali zřetel*

náct set parkovacích míst. Vida, jak je to jednoduché...

(di)

**Máte podobné zkušenosti s parkováním? Napište nám o tom do Vozky! Na: P.Plohak@seznam.cz**

# Tři čtvrtiny vozíčkářů jsou spokojeny se službami ČD, nejčastěji žádají další bezbariérové vozy

Většina vozíčkářů, kteří se zúčastnili průzkumu kvality služeb, je spokojená se službami Českých drah. V oblasti nákupu jízdenek a přístupu personálu k vozíčkářům je spokojeno přes 90 % účastníků anket. Vozíčkáři se v průzkumu vyjádřili nejčastěji pro zvýšení počtu bezbariérových vozů. České dráhy se snaží tomuto přání vyjít vstříc a letos uvádějí do provozu několik desítek nových bezbariérových vozidel. Od prosince zavedou další dvě bezbariérové rychlíkové linky.

Tři čtvrtiny vozíčkářů vyjádřilo spokojenost také s pohodlím během cesty, způsobem objednávky přepravy nebo s čistotou a pořádkem ve vlaku. Větší výhrady s cestováním vlakem mělo jen 6 % vozíčkářů.

V oblasti zlepšování služeb se nejvíce vozíčkářů vyjádřilo pro rozšíření provozu bezbariérových vozů (23 %) a často se také objevovalo přání cestovat bez nutnosti objednávky přepravy. Prostor pro další zlepšení služeb vidí cestující na vozících také ve zvýšení komfortu bezbariérových vozů, funkčnosti plošin a školení personálu, který jim může na cestě pomoci.

## Nová a modernizovaná vozidla

České dráhy vozíčkářům vycházejí vstříc. Jen letos uvedou do provozu několik desítek nových a modernizovaných vozidel, která jsou přístupná a vybavená



Jednotka RegioShark (na snímku interiér) je jednou z několika desítek nových a modernizovaných vozidel, která jsou přístupná a vybavená pro komfortní cestování vozíčkářů

pro jejich komfortní cestování. Jde například o jednotky **RegioPanter**, **RegioShark**, řídicí vozy typu **Bfhpvee** označované jako „sysel“, ale i z dřívějšíka známé **CityElefanty**, **Regionovy** nebo vozy **Stadler**. Díky tomu se rozšíří v jízdním řádu 2013 počet bezbariérových spojů včetně dvou rychlíkových linek Olomouc – Přerov – Břeclav – Brno a Ústí nad Labem – Lysá nad Labem – Kolín.

Do průzkumu se zapojilo téměř 200

vozíčkářů, kteří v minulých 12 měsících využili služeb ČD. Více než čtvrtina z nich cestuje vlakem až čtyřikrát do měsíce, přes polovinu z nich pak využívá vlak pro své cesty dvakrát až šestkrát ročně. Nejčastěji využívají dálkové spoje (rychlíky, expresy, EuroCity). Ve 45 % využívají vlaky při cestách na výlety, za kulturou nebo za sportem a téměř ve třetině případů cestují za rodinou nebo přáteli.

## O společnosti České dráhy, a.s.

České dráhy patří k předním železničním dopravcům v rámci Evropské unie. V roce 2011 využilo jejich spoje 166 milionů cestujících a jejich počet stále roste.

Zákazníci pozitivně vnímají probíhající změny v kvalitě poskytovaných služeb. Společnost uvede letos do provozu téměř 200 nových nebo modernizovaných vozů, lokomotiv a jednotek. K úplným novinkám patří elektrické jednotky RegioPanter, motorové jednotky LINK a pokračovat budou i dodávky motorových vozů RegioShuttle RS1.

V dálkové dopravě probíhá modernizace osobních vozů i nákup nových vysokorychlostních souprav railjet.

Mgr. Petr Štáhlavský,  
tiskový mluvčí ČD, a.s.



Interiér vozu Stadler RS1 139

# Neuvěřitelné putování vlakem do Ostravy na výstavu (paradoxně) Život bez bariér

František Fux (vozičkář), Jana Beránková (doprovod)

V Brně se letos nekoná Rehaprotex, a tak se Ostraváci rozhodli, že místo něj uspořádají v říjnu na výstavišti Černá louka něco podobného. Tak jsme se tam jeli podívat...

O přepravu vlakem jsme požádali správně s předstihem, ale ještě pár dní před stanoveným termínem jsme nevěděli, zda pojedeme, nebo ne. Došel nám totiž e-mail, že je v požadovaném spoji problém s připojením vozu pro přepravu vozičkáře. Ptali se nás, zda nám nebude vadit, že cestu dlouhou 2,5 hodiny absolvujeme v hytláku (*žel. služební vůz pro přepravu balíků a zavazadel, pozn. red.*). Nu což, tak jsme jim to odkejvali, hlavně že pojedeme!

## Cestujeme mezi balíky

Na nádraží jsem se nahlásili a že si ještě odskočíme. Než jsme se vrátili, byl vlak přistaven ve stanici a na nástupišti nachystaná plošina k nakládání, samozřejmě u hytláku. Tak nás naložili, tedy klasicky – jako balík.

Uvnitř jsme marně hledali nějakou židli pro doprovod. Naštěstí jsme byli na takovou eventualitu připraveni a vezli jsme si vlastní skládací stoličku (viz foto). Potud se nám zdál průběh normální



Jana Beránková jako doprovod vozičkáře sedící spící v hytláku – služebním vagónu. Ještě že měla vlastní židličku

a běžný... Divit jsme se začali, až došel vlakvedoucí cvikat lístky a hrozně se divil, proč nejsme naloženi v kupé pro vozičkáře... A stejně se pak divili v Přerově, kde přistupovali naši přátelé na vozičku. No tak je šoupli k nám, bylo nám aspoň veseleji!

Na hlavním nádraží v Ostravě nás vložili a převedli přes koleje. Vydali jsme se na tramvajovou zastávku, abychom se dostali na výstaviště, a opět se vloudila chybička – na chodník k zastávce nevedl žádný nájezd. Kolega na vozičku si ale všiml, že v rohu u budovy k chodníku prskl někdo kydanec betonu, takže se na vlastní nebezpečí a s trochou štěstí dal použít k nájezdu.

## Cestující v tramvaji ví více než řidička tramvaje

Překvapení pokračovala – zdejší tramvaje nemají elektricky vysouvací plošinu, ale manuální vyklápěcí. No dobře, na to jsme zvyklí z brněnských trolejbusů, tak co. Přesto jsme koukali jako diví – řidička si hodila na záda batoh se svými osobními věcmi a při odchodu pečlivě zamkla oba zámky do kabiny!

Další překvapení nás čekalo, když nám řidička sdělila, že vlastně ani neví, které stanice jsou bezbariérové, kde tedy můžeme snadno vystoupit a dostat se na výstaviště. Ještě že nám poradili ochotní spolucestující! No nic, na zastávku jsme dojeli bez problémů a řidička nás opět za stejných „bezpečnostních“ opatření z tramvaje vysadila – asi nebude v Ostravě dvakrát bezpečno...

Na výstaviště jsme dorazili bez nějakých komplikací a byli velice mile překvapeni kvalitou i rozsahem výstavy. Je pravda, že pomůcek pro handicapované tam zase tak moc nebylo, ale doprovodný program a stánky chráněných dílen byly na vysoké úrovni, moc se nám to líbilo. Potkali jsme se i s přáteli, takže to byl příjemný den.

## Abychom mohli vystoupit, musela vlaková četa posunout celý vlak

Další suprové zážitky na nás čekaly opět až na zpáteční cestě. Na nádraží jsme se dostali v pohodě, ale nádraží samotné



Cestování vozičkáře vlakem: barevná teorie se prala s šedivou praxí

Foto: internet

příliš vybavené pro vozičkáře není – WC pro vozičkáře je například v patře bez možnosti bezbariérového přístupu! To vám hlava nebere. Navíc ten problém s převáděním přes koleje na nástupiště! Ochota personálu taky nic moc... Stejně jako prostředí – špína a šed'.

Na nástupišti začalo opět dohadování, zda nás mají naložit do hytláku, nebo bude přistaven vůz pro vozičkáře. Podle našeho názoru měla jet zpět stejná souprava jako ráno a tudíž tam tento vůz měl být zařazen. Tranzitní četa ale trvala na svém, že jí nebylo nic nahlášeno, takže nás šoupnou opět do hytláku... My ale trvali na svém, paní z čety si to ověřila a světe div se – měli jsme pravdu! Jeli jsme tedy pohodlně až do Přerova, kde jsme se dozvěděli, že tam musíme vystoupit. Tranzit prý máme nahlášený jen do Přerova a navíc je hlášený jenom jeden vozičkář. Protestovali jsme, že zde má vystupovat pouze náš kamarád s doprovodem a my že jedeme dál až do Brna. Povedlo se! Nechali nás ve vlaku.

Cesta rychle uběhla a my se chystali na výstup v Brně. Co čert nechtěl – vlak byl dlouhý a náš vagón zastavil právě u nádražní budky, takže o nějakém bezpečném použití plošiny se nedalo ani mluvit.

Takže jsme zase čekali, až vystoupí všichni cestující a až posunovači s vlakovou četou posunou celý vlak, abychom mohli vystoupit.

A tak: Sláva nazdar výletu, nezmokli jsme, už jsme tu...



# RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

poradenství **BEZ BARIÉR**  
Ostravské organizace vozíčkářů

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



Odstraňování architektonických bariér a rady ze života na vozíku

## Kontaktní osoby:

Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

### • telefony:

596 914 660 (11–14 h, po–pá)

596 131 202 (14–16 h po–pá)

• e-mail: poradnaoov@seznam.cz

• http://bariery.xf.cz

### • adresa pro korespondenci

Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

• osobní kontakt (nutná 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., Projekční kancelář oliprodeje zdravotních pomůcek Tomáš Vlček.

## S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Bezbariérový přístup a parkující auto

Co myslíte, může takhle zaparkovat člověk vědomě? Nebo to prostě udělá řidič, který nevnímá své okolí? Pak to ale není řidič, ale ňouma... Snad tam ale ne-

bude stát trvale a budova bude opět přístupná.



Že by rampa???

Přístupnou ale v žádném případě nelze nazvat budovu, která je sice hrdě označena symbolem vozíku, ale překračuje jak příčný, tak podélný sklon, nemluvě o šíleném zakřivení.



Jiný pohled

Nápis na zdi hlásá mimo jiné „bezbolestná liposukce mražením tukových buněk“. Měl by tam být dodatek „bonus pro vozíčkáře“, protože pokud někdo samostatně zdolá „tento rádo by bezbariérový“ přístup, určitě mu zmrzne úsměv na rtech, ztuhne čelist“ a kdoví co ještě.

Foto, text: (mf)

## Co možná nevíte

Názory veřejnosti na estetiku a funkčnost nového obchodního centra v Ostravě **Forum Nová Karolína** se velmi různí.

Dle mého názoru jednu pozitivní věc pro vozíčkáře a lidi s těžkým tělesným postižením přinesla.



Je to nová **tramvajová zastávka Karolína** na ulici 28. října (u finančního úřadu). Je to po tramvajové zastávce Důl Jindřich druhá tramvajová zastávka, která

splňuje všechna kritéria pro bezbariérovost.



Foto, text: (mf)

## Nezapomeňte!

S účinností od 1. 10. 2012 došlo ke spojení agendy příspěvku na péči, příspěvku na mobilitu, příspěvku na zvláštní pomůcky a průkazu pro osoby se zdravotním postižením.

Uvedené dávky budou vyřizovány dle příslušných správních obvodů na dvou pracovištích, a to:

- správní obvod Moravská Ostrava a Přívoz, Hrušov, Muglinov: na ulici 30. dubna 3130/2d (4. poschodí),
- ostatní správní obvody: na ulici Husova 7 (3. poschodí).

Tolik zpráva z Úřadu práce.

Chápu, že sjednocení agendy je prospěšné. Dovolím si však jednu poznámku. Doposad to bylo tak, že si vozíčkáři mohli většinu příspěvků vyřídít sami na pobočce magistrátu na ul. 30. dubna.

Budova na Husově ulici ale není přístupná všem, zejména ne osobám na elektrických vozíčkách. Jelikož se jedná o objekt v Městské památkové zóně Moravská Ostrava, musí se bariéry překonávat nájezdovými ližinami nebo šikmými schodišťovými plošinami. Lidem na mechanických s tím ochotně pomůže přístupným zvonkem přivolaná osoba. S elektrickým vozíkem nebo s vozíky nadměrných velikostí si ale neporadí. Brání tomu jak nosnost šikmé schodišťové plošiny, tak manipulační prostory, které z technických důvodů nelze lépe řešit.

Zvážil toto vůbec někdo?!

Dotyčný úřad jsme oslovili a čekáme na odpověď.

Připravil: Mirek Filipčík



# 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

### Lázeňská péče od 1. 10. 2012

Dne 3. 8. 2012 byla ve Sbírce zákonů zveřejněna nová vyhláška č. 267/2012 Sb., která stanovuje indikační seznam pro lázeňskou péči pro dospělé, děti i dorost.

**Vyhláška je účinná od 1. 10. 2012.** O konkrétních změnách vás bude informovat váš praktický nebo odborný lékař.

### Změkčení sociální reformy od 1. 12. 2012

Dne 1. 10. 2012 podepsal prezident ČR novely několika zákonů tzv. sociální reformy. Novely jsou pozitivního charakteru, znamenají „změkčení“ některých ustanovení jednotlivých zákonů. Novely nabyly účinnosti 1. 12. 2012. Čeho se změny především týkají?

#### 1. Příspěvek na mobilitu také pro osoby v pobytových zařízeních.

Příspěvek na mobilitu, dle zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, nebyl 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. Nyní už by osoby, kterým jsou poskytovány pobytové sociální služby, 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 není součástí novely zákona.

#### 2. Nahrazení „výpůjčky“ zvláštní pomůcky příspěvkem na pomůcky.

Další novinkou je zrušení **výpůjčky zvláštní pomůcky**, kterou taktéž upravoval výše uvedený zákon. Prostředky na

pomůcky jako je schodolez, stropní zvedací systém, schodišťová plošina a schodišťová sedačka se poskytují žadatelům v rámci příspěvku na zvláštní pomůcku. Maximální výše příspěvku je stejná, tedy 350 tisíc Kč, s výjimkou schodišťové plošiny, na kterou by se mohl poskytovat příspěvek až ve výši 400 tisíc korun. Pokud by člověk čerpal příspěvek konkrétně na schodišťovou plošinu, zvýší se mu i nynější limit čerpání příspěvků na zvláštní pomůcku, tedy na 850 tisíc korun za 60 kalendářních měsíců.

Nepříliš pozitivní je informace, že příspěvek na schodišťovou plošinu může být poskytnut pouze v případě, že odstranění bariéry nepůjde dosáhnout prostřednictvím schodolezu. Navíc pokud člověk žádá o příspěvek na schodišťovou plošinu, schodišťovou sedačku nebo stropní zvedací systém, musí úřadu práce doložit alespoň dva návrhy řešení odstranění bariér.

#### 3. Opětný souběh rodičovského příspěvku s příspěvkem na péči.

Důležitou novinkou je opětovná možnost souběhu rodičovského příspěvku a příspěvku na péči. O rodičovský příspěvek je nutné písemně požádat na příslušném úřadu práce v místě bydliště nejdříve k datu účinnosti této novely (1. 12. 2012).

#### 4. Zvýšení příspěvku na péči pro děti od 4 do 7 let věku na III. a IV. stupni.

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

Lucie Marková, Dis.,

Poradna pro život s postižením Ligy vozíčkářů,

lucie.markova@ligavozic.cz

## Projekt Domov bez bariér zdarma vyhledá bezbariérové bydlení

Pražská realitní kancelář **Ulice Reality** zprostředkovává prodeje, pronájmy, výkupy nemovitostí i vyplacení exekucí, zajišťuje profesionální právní servis vždy s advokátní nebo notářskou úschovou. Specializuje se na oblast Prahy a Středočeského kraje.

Projekt **Domov bez bariér** ale zajišťuje jako **bezplatnou službu na celém území ČR**, pro všechny zájemce z řad tělesně i těžce tělesně postižených. Cílem projektu je **poskytnout zájemcům konzultaci a vyhledání nemovitosti, včetně zprostředkování prodeje jejich stávajícího bydlení, právních služeb i zápisů na katastrálních úřadech.**

### Bezplatné služby, individuální přístup

V současné době je nabídka nemovitostí na realitním trhu o mnoho větší než poptávka, proto se prodávající (většinou realitní kanceláře) snaží nabídku poněkud „přikrášlit“ a nabízejí nemovitosti jako bezbariérové. Skutečnost ale často bývá jiná. V lepším případě je dům sice bezbariérový, bytová jednotka už ne. Přestavba a úpravy bývají komplikované. Podobná situace je i s rodinnými domy. Pro tělesně postiženého člověka je vyhledání vhodného bydlení duševně i fyzicky náročné. Projekt Domov bez bariér se snaží tyto problémy eliminovat a nabízí bezplatně tyto služby:

- bydlení vytipuje na základě požadavků klientů s přihlédnutím k druhu postižení a zdravotnímu stavu,
- osobně prověří na místě, zda jsou údaje o prodávané nemovitosti správné,
- zjistí, zda je nemovitost vhodná jako bezbariérová, popř. jaké jsou možnosti „upravitelnosti“ na bezbariérové bydlení,
- pořídí foto a video dokumentaci nemovitosti i jejího okolí.

Klient má poté na základě těchto zjištěných skutečností jistotu, že cesta na prohlídku jeho nového potencionálního domova nebude zklamáním. Projekt se snaží soustředit do jednoho místa co nejširší nabídku a poptávku s individuálním přístupem ke klientům a jejich rodinám.

**Kontakt:** Viktor Polášek, Ulice Reality s.r.o., Dopravní 500, 104 00 Praha, tel.: 777 555 504 (v případě dotazů stačí poslat sms Domov bez bariér, p. Polášek zavolá zpět), polasek@ulicereality.cz, www.ulicereality.cz.

Viktor Polášek,  
(red)

**VSP**

Vy se ptáte...,

...Poradna NRZP  
v ČR odpovídá.

## Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením

### Otázky a odpovědi

#### Zaměstnání

Chci se zeptat na to, jestli musí zájemce o zaměstnání či nový zaměstnanec předkládat rozhodnutí o ID? Jde mi o to, zda se zaměstnavatel dozví na jakou diagnózu je ID vystaven. Když jsem např. neprozřetelně zmínila problémy s astmatem (dosud ne ID), sdělili mi, že mě i přes předběžnou domluvu neberou.

Zaměstnanec, kterému je přiznán ID, je **povinen** tuto skutečnost oznámit svému zaměstnavateli. Zaměstnavatel však nemá právo vědět, jak vysoký důchod je, a na jakou diagnózu byl přiznán. Stačí tedy přinést potvrzení z ČSSZ, OSSZ nebo MSSZ, kde bude uvedeno, že ta a ta osoba pobírá ID v tom a tom stupni. Pokud si nebude zaměstnavatel jistý, zda může zdravotně postiženou osobu zaměstnat na určité pozici, když nezná její diagnózu, musí si vyžádat vyjádření lékaře závodní preventivní péče. Tedy, pokud lékař konkrétní práci schválí, zaměstnavatel nemá oprávnění zjišťovat, na co konkrétní osoba získala ID..

*PhDr. Leoš Spáčil  
Poradna NRZP ČR v Brně*

#### Příspěvek na péči pro dítě

Pročítám si často vaše odpovědi, u otázky 2 124 uvádíte: U dětí ve III. a IV. stupni závislosti se do věku sedmi let navyšuje příspěvek na péči (PnP) o 2 000 Kč (pokud již tato částka není navýšena o 2 000 Kč z důvodu nízkého příjmu). To znamená, že pokud má dítě IV. stupeň ZTP/P, máme automaticky nárok na navýšení PnP o 2 000 Kč?

Ano, pokud jde o dítě do sedmi let (u starších tomu tak není), tak od 1. 12. 2012 vám úřad práce automaticky PnP navýší. Dle informací MPSV není nutné o toto navýšení žádat. Jde o novelu zákona 108/2006 Sb., kterou provedl zákon č. 331/2012 Sb.

*Mgr. Radka Pešlová  
Poradna NRZP ČR v Brně*

#### Příspěvek na úpravu bytu

Můj dědeček měl schválený příspěvek na úpravu bytu (výstavba bezbariérové koupelny a záchodu). Byla mu vyplacena záloha a o doplatek si bohužel zažádal až po datu 1. 1. 2012 (jelikož úpravy byly dokončeny mezi vánočními svátky, což na úřadech většinou nikdo nebývá). Přišlo mu však sdělení, že z důvodu změny zákona mu doplatek peněz již nebude vyplacen. (V platnost vstoupil zákon č. 329/2011 Sb. a tím pádem vyhláška MPSV ČR č. 182/1991 Sb. přestala platit). Zajímalo by mě, zda lze peníze vymáhat, jelikož v uzavřené dohodě není zmínka o nároku na změnu ze strany poskytovatele a ani jsme neobdrželi žádné upozornění před výše zmíněnou změnou. Ze strany mého dědečka byly podmínky dodrženy. S příslibenými penězi se počítalo. Je v tomto případě možné peníze nárokovat?

Paragraf 38 odst. 9 zák. č. 329/2011 Sb. uvádí, že nevyčerpané dávky do 31. 12. 2011 zanikají. Přesto bych doporučovala proti danému rozhodnutí podat odvolání a následně žádost o přezkum a žádost o prominutí tvrdosti zákona. Přezkum ani prominutí tvrdosti zákona není nárokový, ale je to maximum, které pro danou situaci můžete učinit.

*Mgr. Radka Pešlová  
Poradna NRZP ČR v Brně*

#### Prodloužená rodičovská dovolená

Jsem s mladší dcerou na rodičovské dovolené, která mi bude končit v únoru. U naší starší dcery (4 roky) nyní diagnostikovali genetické postižení. Pochopila jsem, že podle novely zákona bude od ledna opět možné požádat si o prodlouženou rodičovskou dovolenou až do sedmi let věku dítěte, nebo si zažádat o PnP. Zajímá mě, zda si teď můžu požádat o PnP a potom případně přejít na prodlouženou rodičovskou? Nebo musím vyčkat do konce „řádné“ dovolené bez PnP a požádat si o prodloužení potom? Také by mě zajímalo,

jak je to potom s výší příspěvků (chápu že u PnP to záleží na stupni postižení, ale jak je to u té prodloužené rodičovské, nevím). Je potom stále plátcem zdravotního a sociálního pojištění stát?

Zákonem č. 331/2012 Sb., který platí od 1. 12. 2012, nebyla vrácena sedmiletá varianta rodičovského příspěvku, ale existují následující možnosti:

- Jen u rodičovského příspěvku do 4 let věku dítěte lze současně čerpat i PnP. A limit vyčerpání rodičovského příspěvku za celou dobu péče je 220 000 Kč. PnP není krácen a není krácen ani rodičovský příspěvek.

- U dětí ve III. a IV. stupni závislosti se do věku sedmi let navyšuje PnP o 2 000 Kč (pokud již tato částka není navýšena o 2 000 Kč z důvodu nízkého příjmu). Doporučuji tedy požádat o PnP a podle toho v jakém stupni bude přiznán, tak bude moci být navýšen.

- Do věku 10 let dítěte je vám doba péče započtena do důchodu – při péči o dítě v jakémkoliv stupni závislosti (tedy jakýkoliv PnP). Nad 10 let jen pokud je II. a vyšší stupeň.

Zdravotní pojištění z důvodu péče o postižené dítě je hrazeno státem stejně jako zápočet do důchodu. Navíc u dvou dětí do 15 let je tu možnost hrazení státem až do tohoto věku. Vždy je ale potřeba každou změnu hlásit na zdravotní pojišťovnu a dobu péče nahlásit i na Českou správu sociálního zabezpečení (až budete žádat o důchod).

*Mgr. Radka Pešlová  
Poradna NRZP ČR v Brně*

**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

# Centrum Paraple oslavilo osmnáctiny

Již od roku 1994 pomáhá obecně prospěšná společnost Centrum Paraple lidem ochrnutým po poškození míchy následkem úrazu nebo onemocnění v průběhu života a jejich rodinám překonat těžkou životní situaci a najít cestu dál.

Prezident správní rady Zdeněk Svěrák říká: „To, že si česká veřejnost dokázala postavit Centrum Paraple, pro mě znamená, že není tak sobecká, jak se zdá z denního tisku. Dokud udržíme Paraple, nevěšme hlavu.“

Centrum Paraple poskytuje klientům poradenství, sociálně rehabilitační pobyty, pořádá pro ně sportovní kurzy, vzdělávací PC kurzy, kurz Zdravý životní styl, program Máma-táta na vozíku, výtvarné víkendy a mnoho dalšího. Centrum Paraple, vybudované a provozované díky sbírkám na Konto Paraple, sídlí a poskytuje své služby v Praze-Malešicích.

„Paraple je teprve v dospělém věku. Vždycky, když se něco takového začne budovat, je tam spousta energie, nadšení a taky je to něco nového, co všechny baví. Daleko těžší je pak vydržet, protože z počátečního nápadu, který se zrodil víceméně na koleně, je dnes organizace s mnoha zaměstnanci a také s mnoha starostmi. Ale jak se píše v Písmu, chce to vytrvat v dobrém až do konce“ říká Marek Eben, člen správní rady.

Členy správní rady jsou: Zdeněk Svěrák (prezident, spoluzakladatel o.p.s.), Marcel Sural (místopředseda), Marek Eben, Pavel Kolář, Jiří Kříž, David Lukeš, Jiří Pácal, Pavel Pařko a František Vyskočil. Členy dozorčí rady jsou Jaromír Krpálek, Robert Bárta a Doubravka Svobodová.

Hlavními partnery jsou: Česká televize, Český rozhlas, Škoda Auto a.s., Trigema a.s., Vinné sklepy Lechovice s.r.o., T-Mobile Czech Republic a.s., Era, ŠKOFIN s.r.o., Advokátní kancelář Vyskočil, Krošlák a spol., Nadační Fond AVAST.

## Historie Centra Paraple

■ **Prosinec 1993:** Schůzka v Praze – Měcholupech, Zdeněk Svěrák a další osobnosti byli požádáni o pomoc při vybudování centra na pomoc vozíčkářům s poškozením míchy. V lednu 1994 Zdeněk Svěrák přichází s myšlenkou vybudovat společně Centrum Paraple.

■ **Květen 1994:** Z pražské sokolovny v Žitné ulici vysílala Česká televize se Zdeňkem Svěrákem Dobročinnou akademii. Zdeněk Svěrák se jejím prostřednictvím poprvé obrátil na veřejnost s žádostí o podporu Centra Paraple.



Pohled na vstupní část budovy Centra Paraple

■ **Říjen 1994:** Zdeněk Svěrák společně s Olgou Havlovou slavnostně otevřeli poradenské a rehabilitační centrum pro vozíčkáře po poškození míchy – Centrum Paraple. V pronajaté části přízemí budovy bývalých jeslí v Praze 10, v Ovčáрске ulici, se začalo budovat pracoviště respektující klienta a reagující na jeho individuální, specifické potřeby.

■ **V roce 1998** se podařilo pro činnost Centra Paraple získat budovu jeslí do vlastnictví.

■ **V letech 1998 až 2000** probíhala přestavba budovy pro potřeby Centra Paraple. Vybudovalo se nové rehabilitační i kancelářské zázemí, 9 pokojů s 20 lůžky a 6 přistýlek, kavárna, bazén, dílna a klubovna pro klienty spojená s PC učebnou.

■ **V roce 2009** bylo přistavěno k budově nové křídlo a přibýlo dalších 5 pokojů s 11 lůžky a 5 přistýlek, velká tělocvična, dílna na úpravu a opravy pomůcek a údržbu domu, posilovna, samostatná PC učebna, konzultační místnosti, sklady a další místnosti.

■ **Duben 2010:** Slavnostní otevření dostavěné budovy, která nově nabízí celkem 14 pokojů s kapacitou 31 lůžek a 11 přistýlek.

■ **Srpen 2010:** Oficiálně zaregistrována obecně prospěšná společnost Centrum Paraple, o.p.s., založena společně zakladateli Zdeňkem Svěrákem a občanským sdružením Svaz paraplegiků.

## Centrum Paraple v roce 1994 a Centrum Paraple dnes

Po svém otevření v roce 1994 pracovalo Centrum Paraple na 160 m<sup>2</sup> a zaměstnávalo čtyři pracovníky. V činnosti pomáhal jeden muž v civilní službě, dále studenti, brigádníci a dobrovolníci. Denně

se na ambulantní rehabilitaci, konzultacích apod. vystřídal několik vozíčkářů, mnozí další se na Centrum Paraple obraceli telefonicky a písemně. Několikrát v roce Centrum pořádalo týdenní sociálně-rehabilitační pobyty na různých místech České republiky, v pronajatých, pokud možno málo bariérových rekreačních zařízeních. To byla jediná možnost, jak pracovníci Centra se svými klienty mohli strávit několik dní, lépe poznat jejich situaci, potřeby, možnosti a přání, systematictěji s nimi pracovat a motivovat je k další práci na sobě.

V roce 2012 pracuje Centrum Paraple na ploše větší než 2 600 m<sup>2</sup> a zaměstnává více než padesát pracovníků na pracovní smlouvu, v nočních a víkendových službách se střídají externisté, při některých aktivitách pomáhají dobrovolníci. V Centru Paraple je denně až 30 vozíčkářů, z toho na sociálně rehabilitačním pobytu 15, na respitním čtyři, na vzdělávacím kurzu nebo celodenní rehabilitační ambulanci pět až šest vozíčkářů. Dalším klientům pracovníci Centra radí telefonicky, e-mailem, půjčují jim pomůcky, připravují pro ně různé informační materiály, rozesílají bulletin.

V Centru Paraple pracují v přímé práci s klienty lékař, sociální pracovníci, psychologové, fyzioterapeuti, ergoterapeuti, sportovní terapeuti, instruktoři, zdravotní sestry, ošetřovatelky, osobní asistenti – sanitáři, technici a další.

Kateřina Jungbauerová,  
Centrum Paraple

**Kontakt a další informace:** Centrum Paraple, o.p.s., Ovčárská 471, 108 00 Praha-Malešice, tel.: 274 771 478, paraple@paraple.cz, www.paraple.cz.



# První výcvikový sraz psovodů s handicapem

První výcvikové setkání psovodů s handicapem proběhlo v překrásném prostředí v Chlumu u Třeboně. Na akci se sjelo třináct psovodů s devíti psy. Pejsci se hromadně proběhli ve výcvikovém areálu a i přes chladné říjnové počasí si mohli zaplavat. Po oficiálním uvítání jsme dostali časový harmonogram, nový zkušební řád a dokumentaci na celý víkend. Večer pak proběhla prezentace s video-projekcí, kde jsme všechny seznámili s cílem našeho projektu – zasvětit zúčastněné do nejrůznějších kynologických disciplín vhodných pro psovody s handicapem, aby zvládali správně komunikaci a spolupráci se psem. Sešla se nás skvělá parta, takže jsme spolu živě diskutovali až do ranních hodin.

## Náročný výcvik

V sobotu jsme se pustili do ostrého výcviku, probdělala noc kupodivu nikomu nevadila. Zkoušeli jsme nové výcvikové metody – někteří se učili používat clicer (klikáčka s nastavitelným klikacím tónem využívá podmíněné reflexní reakce psů na známý zvuk, pozn. red.), jiní zase apertování, proběhl nácvik pachových prací a k večeru začalo cvičení volné disciplíny – tunel překážky.

Jelikož nám počasí příliš nepřálo a napadl sníh, výuka probíhala v chatě, kde bylo krásně teploučko. Večer jsme u čaje a kávičky shrnuli zkušenosti z celého dne a věnovali se diskuzi. Na závěr jsme si pustili film a tak jsme zakončili sice náročný, ale překrásný den.

## Neděle – závodní den

Některá ranní ptáčata ještě před snídaní vyrazila na procházku s pejsky po krás-



Pejsek je obohacím života

ném okolí. Pár vodomilů se vrhlo do rybníčku a zaměstnali tak své páníčky vytíráním smáčených kožíšků. Po snídani přijel pan rozhodčí a seznámil nás s průběhem závodů. Každý ze soutěžících si vylosoval pořadí, ve kterém půjde do závodu a taky disciplíny, které bude předvádět. Závod probíhal v chatě na velké chodbě. Závodů se zúčastnilo šest psovodů a sedm psů. Ti, kteří zrovna nesoutěžili, se mohli v tichosti dívat na ostatní. Jiní závodníci trénovali venku. V průběhu celého závodu se psi chovali vzorně. Atmosféra byla úžasná, žádná nervozita, pouze slzičky štěstí psovodů, kteří byli spokojeni s výkony svých psích mazlíčků. Výherci získali mnoho darů, medailí a pohárů. Všichni jsme odjížděli domů s úsměvem na tváři a těšili se na další společné setkání. Budou na stejném místě a v termínech, které najdete na našich internetových stránkách [www.psi-partaci.cz](http://www.psi-partaci.cz) nebo [www.psovodishandicapem.4fan.cz](http://www.psovodishandicapem.4fan.cz).

## Výsledky

První místo v celkovém závodě získaly **Zdeňka Koldová s labradorkou Týnou**, druhé místo obsadily **Bohdana Vondrová s labradorkou Viki** a na třetím místě skončili **Ladislav Tomm s flat coated retrievčím Viki**.

V disciplíně Nejlepší poslušnost byly nejlepší **Bohdana Vondrová s labradorkou Viki**. Nejukázněnějším psem ve frekvenci se stal americký pitbulteriér **Rasty** s páníčkem **Jaromírem Bilusecem**. Nejlepší speciální cviky na překážkové dráze předvedly **Zdeňka Koldová s labradorkou Týnou**.

## Soutěžila i postižená fenečka nebo psí seniorka

Každý psovod potvrdí, že práce s pejskem je skvělá **příležitost k přirozené rehabilitaci a obohacení života**. Nutí člověka čelit novým výzvám i třeba za cenu modřin a krkolomných pozic. Přesto je to velká zábava. Akce se zúčastnili psi pomocníci (asistenční, vodící, signalizační) i psí mazlíčci bez speciálního druhu výcviku. Pejsci malí i velcí, psi společnější, lovečtí i zástupci bojových plemen. Někteří pejsci byli sami postižení. Jedna fenečka přišla o oko a má trvalé poškození mozku, ze kterého vyplývají její poruchy chování. Cvičila také psí seniorka – jedenáctiletá fenka, která se s nadšením učila nové kousky, jako třeba překonávání překážek a probíhání tunelem. Závodit mohou prostě úplně všichni.



Snímek z jedné ze soutěží

## Skvělé zázemí a nová přátelství

Všichni byli překvapeni krásou místa, kde se setkání uskutečnilo. Četné rozlehlé rybníky lemovaly krajinu zahalenou v krásném podzimním kabátku. Ty barvy byly úžasné. Spokojeni jsme byli i s ubytováním v rekreačním středisku Lesák v Chlumu u Třeboně. Větší pokoje umožňovaly snadný pohyb na vozíku. Ocenili jsme i dostatek praktických skříněk a poliček na odkládání nezbytností a hlavně bezbariérové toalety. Obědy připravoval jeden z účastníků (na vozíčku). Zaslouží si obrovskou pochvalu, protože stihl cvičit i skvěle navařit pro třináct osob. V sobotu to byla svíčková s knedlíky a v neděli rajská. Snídaně a večeře byly bohaté.

Díky srazu jsme získali nová přátelství, obohatili se o nové zkušenosti a povzbuzení do života. Příjemně jsme strávili čas s našimi psími partáky, kteří byli nakonec lehce unavení.

Johana Biluseacová  
(hk)



Vítěznou fotografií podzimní fotosoutěže se stala Nikol a Cora

# Píšete? Zúčastněte se soutěží

„Napiš, co je život“ a „Internet a můj handicap“

## Napiš, co je život

Občanské sdružení **Dobré místo**, provozovatel portálu [www.lidemezilidmi.cz](http://www.lidemezilidmi.cz), vyhlašuje publicisticko-literární soutěž pro osoby se zdravotním postižením. Autor vítězného díla bude moci v případě svého zájmu získat pracovní místo jako redaktor tohoto portálu. Na další autory, kteří se v jednotlivých kategoriích umístí na prvních třech místech, čekají věcné ceny.

Webový portál **Lidé mezi lidmi** se zaměřuje na život a problémy lidí se zdravotním postižením a současně jim dává možnost se na webu realizovat, ať už psaním článků, blogu nebo zveřejněním uměleckých děl. Portál vznikl na jaře 2012 v rámci projektu „Další vzdělávání zdravotně znevýhodněných v oblasti redakčních prací a public relations a jejich začlenění na trh práce“. Tento projekt získal dotaci Evropského sociálního fondu.

„Touto soutěží chceme dát lidem se zdravotním postižením impuls k tomu, aby se vyjádřili k dnešní situaci, ať už na základě své vlastní zkušenosti nebo zkušenosti lidí ze svého okolí a současně uplatnili svůj publicistický nebo literární talent,“ říká šéfredaktor portálu Mgr. Josef Gabriel.



Soutěžní příspěvky lze zasílat do 3 kategorií:

- **Příběh** – osud člověka se zdravotním postižením,
- **Názor (blog)** – co si myslím o sociální reformě,

- **Tvorba** – umění slova (básně, povídky, fejetony a další literární útvary).



Do soutěže může autor přihlásit **maximálně tři příběhy v každé kategorii**. Délka jednoho příběhu nesmí přesáhnout **5 000 znaků i s mezerami**. Jeden autor může obelst soutěž příspěvkem do všech kategorií (Příběh, Názor i Tvorba).

Všechny příspěvky, které se v jednotlivých kategoriích umístí na prvním až desátém místě, budou uveřejněny na zdravotně-sociálním portálu Lidé mezi lidmi ([www.lidemezilidmi.cz](http://www.lidemezilidmi.cz)).

Příspěvky zasílejte na adresu: [soutez@lidemezilidmi.cz](mailto:soutez@lidemezilidmi.cz).

## Podmínky soutěže

Soutěžít mohou účastníci bez omezení věku a zdravotního stavu, ale výherce může být jen osoba se zdravotním postižením (pracovní místo může získat jen osoba s invalidním důchodem bez ohledu na stupeň).

Příspěvky lze zasílat elektronicky v textovém souboru (formát \*.doc, \*.docx, \*.rtf, \*.txt, \*.odt) na adresu [soutez@lidemezilidmi.cz](mailto:soutez@lidemezilidmi.cz). V souboru je nutno uvést název díla, kategorii, do které je dílo zasláno, jméno, příjmení, adresu, telefon a email.

Autor nejlépe hodnoceného díla získá pracovní místo v občanském sdružení Dobré místo. Získání místa je pro výherce dobrovolné. Nelze kompenzovat jakoukoliv jinou finanční či hmotnou náhradou.

Soutěžní příspěvky lze zasílat **do 30. 1. 2013**.

Porota zasedne v období 1.–28. 2. 2013 – její složení bude upřesněno.

Zaslané příspěvky, které se umístily na 1.–10. místě na základě hodnocení poroty, budou uveřejněny na webu [www.Lidemezilidmi.cz](http://www.Lidemezilidmi.cz) v příslušných rubrikách dle tématu.

Autor příspěvku dává zasláním díla do soutěže souhlas s jeho zveřejněním na webu [Lidemezilidmi.cz](http://Lidemezilidmi.cz), případně v dalších spolupracujících médiích.

Uveřejnění článku na webu nepřináší autorovi nárok na honorář.

## Internet a můj handicap

**BMI sdružení vyhlásilo devátý ročník literární soutěže o internetu, telefonu a zdravotním postižení Internet a můj handicap.**

Na účastníky devátého ročníku této soutěže čekají zajímavé ceny – mobilní telefon a dvakrát USB modem s tříměsíčním bezplatným připojením k internetu od společnosti Telefónica Czech Republic, tablet Megatech od společnosti 100MEGA Distribution, programy Zoner Photo Studio od firmy ZONER software, třem soutěžícím vytiskne fotoobraz společnost Digitální studio ([www.tisk-fotografie.cz](http://www.tisk-fotografie.cz)), knihy věnuje nakladatelství Portál. Další ceny budou ještě upřesněny.

## Podmínky soutěže

Soutěžní práci opatřenou poštovním i elektronickou adresou je třeba poslat v elektronické podobě nejpozději **do 17. února 2013** na adresu [info@helpnet.cz](mailto:info@helpnet.cz). Přihlášením do soutěže vyjadřuje autor souhlas s tím, že jeho dílo může být bezplatně zveřejněno ve sborníku konference INSPO, na portálu [Helpnet.cz](http://Helpnet.cz) a popřípadě v dalších médiích, kterým budou nejlepší příspěvky poskytnuty.

Soutěžní práce může mít rozsah **maximálně 600 slov**. Autoři by v ní měli vyjádřit na základě vlastní zkušenosti, jak jim internet nebo telefon pomáhá vypořádat se se zdravotním postižením. Při hodnocení se bude přihlížet jak k literární úrovni textu, tak k obsahové zajímavosti. Do soutěže nebudou přijaty práce, které byly přihlášeny v předcházejících ročnících, jejich autoři se však mohou zúčastnit soutěže s novým příspěvkem.



Vyhlášení výsledků soutěže a předání cen vítězům se uskuteční **na konferenci INSPO v sobotu 16. března 2013 v Kongresovém centru Praha**, kam budou pozváni všichni soutěžící.

(red)

Ilustrační foto – MS Office

# Ergoterapie pro zdraví i pro radost

## A zase jsou tu Vánoce...

Kromě cukroví, kapra nebo bramborového salátu patří k Vánocům také stromeček, dárky a přáníčka. Ve vánočním Vozkovi vám poradíme, jak své dárky a přáníčka docela jednoduchým způsobem „zabalit“.

### Krajkové balíčky a krabičky

I maličkost, kterou chceme naše blízké v době vánoční potěšit, může ke svému novému majiteli putovat v krásném a zajímavém obalu. V papírnictví jsou k mání papírové krajkové podložky různých tvarů i velikostí. Pokud vám vaše schopnosti, možnosti nebo nedostatek času (jak už to v předvánočním čase bývá...) nedovolí vyrobit si své vlastní dárkové obaly, máte v těchto obchodech dostatečný výběr balíčků a krabiček různých úprav, barev a velikostí.

Pokud se rozhodnete pro krabičku vyrobenou vlastníma rukama, kupte si ještě **jednobarevný balicí papír** – doporučuji výraznější barvy, aby papírové krajky vynikly. Pak si ještě připravte **lepidlo, nějakou stuhu, nůžky a kancelářskou děrovačku**. Dárek zabalte do balicího papíru nebo vložte do již připravené krabičky. Kulatou krajkovou podložku přeložte na čtvrtinu, čímž vytvoříte „vějíř“. Do jeho rohu udělejte děrovačkou díru, kterou protáhnete stuhu a uvážete na dárek. Další možností je přilepit papírovou krajkovou podložku lepidlem.



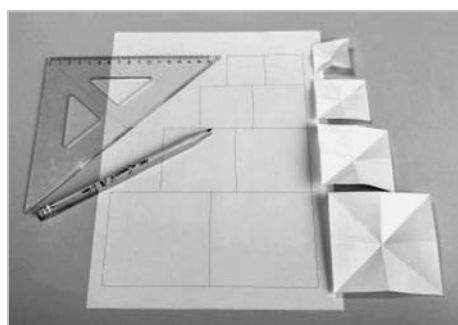
### Vánoční přáníčka

#### Skládání stromeček

K vytvoření většiny přáníček budete potřebovat: **obyčejný bílý papír (např. ten do tiskárny), barevnou čtvrtku,**

**nůžky, lepidlo, tužku a pravítko.**

Na čtyřpatrový stromeček, který ozdobí vánoční přáníčko, si připravte dva čtverce z bílého papíru různých velikostí (budou tvořit „větve“). Největší čtverec bude tvořit základu stromečku. Další čtverce vždy postupně zmenšete, vždy o čtvrtinu předchozí velikosti. Čtverce vystříhnete a přeložte na polovinu v obou směrech, otočte a přeložte po obou úhlopříčkách. Po dvou protilehlých stranách zahněte papír dovnitř tak, abyste dostali vodorovnou základnu.



Nalepte papírové „větve“ na vnitřní stranu přáníčka od nejmenšího čtverce, a to vždy dvě stejně velké vedle sebe na každou jeho stranu. Větší „větve“ před nalepením lehce zasuňte do těch menších, už přilepených. Tím sestavíte stromeček.



**Přání látkové nebo s barevným papírem**



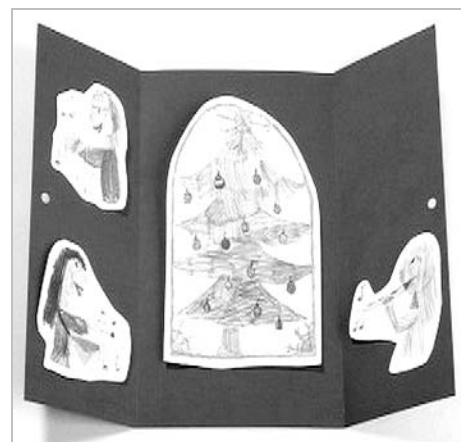
K vytvoření přáníčka potřebujete: **čtvrtku barevného papíru, barevný papír s jednoduchým motivem nebo**

**bavlněnou látku s barevným motivem, vykrajovátko na cukroví nejrůznějších tvarů (hvězdy, stromky, kapříky apod.), lepidlo, nůžky, tužku.**

Podle vykrajována obkreslete příslušný tvar a vystříhnete. Čtvrtku tužšího papíru přehněte a na vnější stranu nalepte vystřížené tvary.

#### Roztomilá přání s dětskými obrázky

K vytvoření přáníčka potřebujete: **výkresy namalované dětmi, čtvrtku, lepidlo, děrovačku, stužku a nůžky.**



Tato přání můžete připravit společně s dětmi – mají velkou radost, když se na této činnosti mohou podílet. Na výkresy namalujte obrázky s vánočními motivy, dejte pozor na to, aby byly úměrné velikosti přání. Pak je vystříhnete. Papír na přáníčko rozměříte na čtvrtiny a krajní díly přeložte. Vytvořte kompozici, která se vám bude líbit, a nalepte vystřížené motivy z výkresu. Doprostřed obou překlápacích stran udělejte děrovačkou otvor, do kterého přivažte stuhu na zavázání přáníčka.

#### A ještě jeden tip

Pokud se vám do výroby přáníček nechce, můžete kdykoli sednout k počítači a poslat přátelům **přání přes internet**. Je to jednoduché, ale trochu to postrádá ono slovy nezachytitelné kouzlo, které k nám vánoční doba přináší.

Odkazy, z nichž lze přání poslat:

- [www.pecemenavanoce.cz/poslani-pohlednice/12-pohlednice-12/](http://www.pecemenavanoce.cz/poslani-pohlednice/12-pohlednice-12/)
- [www.poslat-prani.cz/](http://www.poslat-prani.cz/)
- [www.ecards.cz/](http://www.ecards.cz/)
- <http://.prej.cz/>
- [www.pranicka.albi.cz/](http://www.pranicka.albi.cz/)
- <http://.pranicka.net/>
- [www.postcard.cz/](http://www.postcard.cz/)

Zdroj: Internet

Připravila: Blanka Falcňáková

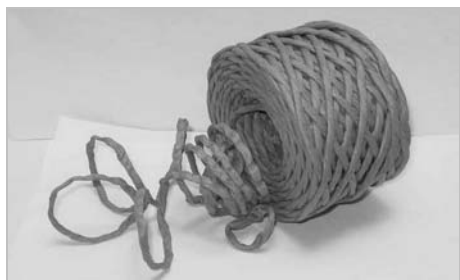
# Kvíz

## Vánoční zvyky

K Vánocům se váže spousta pověstí a mýtů někdy až z pohanských dob, kdy se uctíval hlavně zimní slunovrat a nejdelší noc v roce. Spousta zvyků ale souvisela s péčí o hospodářství a také s tím, aby se všem členům rodiny vedlo v dalším roce dobře nebo aby se konečně ta naše Bára vdala. Dnes vás z některých známých, ale i už zapomenutých zvyků a trochy historie vyzkoušíme...

### 1. Stůl je třeba obtočit provazem, aby

- a) se v době štědrovečerní večeře nerozjely plnému stolu nohy pod tíhou jídla
- a) do stavení nevníkli zloději
- b) od stolu nikdo neodešel



### 2. Vejce snesená 25. prosince

- a) se celý rok nekazí
- b) mají dva žloutky
- c) mají kouzelnou moc



### 3. Na Štědrý den se nesmí práť, protože

- a) to přináší smůlu
- b) se prádlo nevypere nikdy dobře
- c) se prádlo brzy roztrhá



### 4. Podle tradice mělo být na štědrovečerním stole

- a) třináctero pokrmů
- b) sedmero pokrmů
- c) devatero pokrmů



### 5. Magickou moc měl ubrus pokrývající stůl. K čemu se tento ubrus využil?

- a) na jaře z něho hospodář rozseval obilí
- b) ustlal se novomanželům do postele, aby měli syna
- c) hospodyně si do něho po večeři utřela tvář, aby měla stále mladistvou tvář

### 6. Na Štědrý den se nemají čistit stáje. Proč?

- a) dobytek by pak slintal
- b) dobytek by ztratil plodnost
- c) dobytek by pak kulhal



### 7. Večeře se začínala a končila modlitbou. Proč?

- a) protože to řekl pan farář
- b) vzpomínalo se jí na zemřelé členy rodiny
- c) kvůli Ježíškovi narozeném v jesličkách

### 8. Někde vařili polévku s dlouhými nudlemi, aby

- a) ženám rostly krásné vlasy
- b) mělo žito dlouhé klasy
- c) měli dlouhý život

### 9. Zbytky jídla byly zakopány do země, aby

- a) byla úrodná
- b) je nesežral pes
- c) sousedi záviděli



### 10. Když hospodyně připálí vánočky,

- a) dostane od hospodáře výprask
- b) po celý rok nebudou mít sladké mlsání
- c) bude o vánocích stonat



### 11. Jmelí bývalo považováno za posvátné už za dob keltských druidů. Léčivé účinky jmelí uznává i moderní věda, obsahuje totiž látky snižující krevní tlak a roztahující cévy. Jmelí má mít kouzelné účinky, například:

- a) způsobí, že se lidé v jeho blízkosti chtějí políbit
- b) působí jako ochrana proti ohni a zábrana v přístupu čarodějnicím a zlým duchům
- c) když se jím revmatik každý den šlehá, přejdou ho bolesti



### 12. První český Betlém byl první nejen v Čechách, ale i v celé střední Evropě. Představili ho veřejnosti

- a) jezuité v roce 1560 v kostele sv. Klimenta v Praze
- b) řeholníci v klášteře nedaleko Nové Bystřice v roce 1507
- c) jeptišky z chrámu v Panenském Týnci v roce 1120



Správné odpovědi: 1b, 2c, 3a, 4c 5a, 6c, 7b, 8b, 9a, 10c, 11b, 12a

Připravila Blanka Falcníková  
Foto: internet



Datum	Akce, místo	Pramen - str.	Pořádá, informace
<b>OPAKUJÍCÍ SE AKCE</b>			
celoročně	<b>Rehabilitační 14denní pobyty pro ZP děti s rodiči</b> , 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	<b>Koncerty České komorní filharmonie</b> . Kongres. sál, hotel Crowne Plaza Prague. Vozíčkáři + doprovody „volňásky“	Vozka 10/4 – 3	Jarka Franková, Pražská org. vozíčkářů, 224 827 210; 736 485 859.
2x týdně	<b>Plavání jako sport i rehabilitace</b> , bazén SOU pro těles. postiž. mládež, 17. Listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3 – 48	KONTAKT bB, Petr Musálek, 724 220 417
pondělky	<b>„Pondělky bez handicapu“</b> – bezplatné uvolňovací masáže pro děti s postižením, Ostrava-Mar. Hory.	Vozka 10/4 – 30, 11/1 – 34	Masérna na dlani Mariánky, 732 885 182, info@masernanadlani.cz
úterky	<b>Basketbal</b> – 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	<b>Florbal na mech. vozících</b> – 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	<b>ELIM - Klub seniorů</b> , ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
čtvrtky	<b>Vozíčkářské ragby</b> , tělocvična VSZŠ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
celoročně	<b>TJ Baník Ostrava, sportování s postižením</b> – 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.	<b>Klub Prosaz – Klub pro těles. postiž. a přátele</b> , Komunitní centrum sv. Prokopa, Praha 5	Vozka 10/4 – 74	Sdružení Prosaz, www.prosaz.cz
třetí čtvrtky v měsíci	<b>Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro mladé</b> 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	<b>Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro děti</b> 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
<b>JEDNORÁZOVÉ AKCE</b>			
<b>Rok 2013</b>			
30. 1.	<b>Napiš, co je život</b> – publicisticko-literární soutěž pro osoby se zdravotním postižením – uzávěrka přihlášek	Vozka 12/4 – 62	O. s. Dobré místo, soutez@lidemezilidmi.cz, www.lidemezilidmi.cz
17. 2.	<b>Internet a můj handicap</b> – literární soutěže o internetu, telefonu a zdravotním postižení – uzávěrka přihlášek	Vozka 12/4 – 62	BMI sdružení, info@help-net.cz
20. a 21. 4.	<b>Turnaj v boccie</b> , Havřífov	Vozka 12/4 – 38	Help klub Havřífov, www.sgyhma.cz
14.–17. 5.	<b>Veletrh REHAPROTEX</b> , přehlídka kompenzačních, protetických, ortopedických a rehabilitačních pomůcek, poskytovatelů sociál. služeb, nezisk. nestátních organizací a chráněných dílen. Výstaviště Brno	Vozka 12/3 – 4	Výstaviště Brno
2013	<b>Celoroční akce AZP Kopřivnice</b> (Asociace zdravotně postižených) – sledujte na <a href="http://azp.webnode.cz">http://azp.webnode.cz</a>	Vozka	AZP Kopřivnice, <a href="http://azp.webnode.cz">http://azp.webnode.cz</a>
2013	<b>Celoroční akce o. s. JITRO Olomouc</b> – sdružení rodičů a přátel postiž. dětí – sledujte na <a href="http://www.jitro-olomouc.cz">www.jitro-olomouc.cz</a>	Vozka	JITRO, <a href="http://www.jitro-olomouc.cz">www.jitro-olomouc.cz</a> , 585 425 781
2013	<b>Celoroční akce Spolku Trend Vozíčkářů Olomouc</b> – sledujte na <a href="http://www.trendvozickaru.cz">www.trendvozickaru.cz</a>	Vozka	Trend Vozíčkářů Olomouc, 585 431 984, 582 777 702, <a href="http://www.trendvozickaru.cz">www.trendvozickaru.cz</a>
2013	<b>Celoroční akce a pobyty rodinného centra Dům rodin Smečno</b> (pro děti se spinální svalovou atrofií) – sledujte na <a href="http://www.dumrodin.cz">www.dumrodin.cz</a>	Vozka	Dům rodin Smečno, <a href="http://www.dumrodin.cz">www.dumrodin.cz</a> , 312 547 075
2013	<b>Sportovní aktivity Sportovního klubu vozíčkářů Praha</b> (floorball, orientační závod, stolní tenis, lyžování, potápění, outdoor) – sledujte na <a href="http://www.skvp Praha.org">www.skvp Praha.org</a>	Vozka	SKV Praha, predseda@skvp Praha.org, <a href="http://www.skvp Praha.org">www.skvp Praha.org</a>
2013	<b>Sportovní aktivity Sportovního klubu vozíčkářů Ostrava</b> (stolní tenis) – sledujte na <a href="http://www.skvostrava.cz">www.skvostrava.cz</a>	Vozka	SKV Ostrava, <a href="http://www.skvostrava.cz">www.skvostrava.cz</a>

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**

Uveďte 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,
- Nadace OKD

**OSTRAVA!!!**

# INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na web. stránky OOV: [www.vozka.org](http://www.vozka.org)

## PRODEJ

• Prodám v dobrém stavu elektrický skútr Anytour 4014. Pořízen 7/2010, garážován, max. rychl. 40 km/h, lehce ovladatelný. Bezvadný stav. Pův. cena 64 900,- Kč, nyní 40 tis. Kč. Tel. 732 419 060 (Ostrava-Hošťálkovice).

• Prodám zimní komplet (4x) kol R15 – 195/65 pneu Matador, plechové disky. Najeto 8 tis. km. Cena 5 tis. Kč. E-mail: [imobil.jezek@seznam.cz](mailto:imobil.jezek@seznam.cz), mobil: 604 785 325.

• Prodám do tvaru V skládací sklopnou celohliník. rampu Kvistberga BGR 23. Původně zabudována v zadních dveřích automobilu. Ovladač na kabelu. Šířka cca 800 mm, rozevřená délka 2 220 mm, složená výška 1 200 mm. Nosnost 400 kg. Užíváno 5 let pouze pro naložení a vyložení vozíčkáře do vozidla. Vše plně funkční. Napájeno z elektrické sítě automobilu. Možno instalovat i na nakládací rampy budov. Důvod prodeje: změna vozidla. Cena: 15 tis. Kč. Kontakt: e-mail: [imobil.jezek@seznam.cz](mailto:imobil.jezek@seznam.cz), mobil: 604 785 325.



• Prodám Škodu Fabii sedan 1.4, Comfort (benzín), 16 V, 55 kW, r. v. 2001/09, 58 tis. km, červená rallye, velmi dobrý stav. 1. majitel, servis. knížka, garážováno. Automat, 2x el. okna, centrální, 2x airbag, posilovač říz., nastav. volant, zámeček řad. páky, před. mlhov., autorádio + mp3 s SD kartou, děl. zad. sedadla. Tuning za cca 60 tis. Kč: alu kola, tón. skla, 2 zad. spoiler, konc. laděný výfuk, před. světlomety Angel Eyes chrom, nerez doplňky aj. Úprava pro ZTP občany: ruční plyn + brzda (vlevo), otoč. sedačka s el. posuvem, nadstavec na volant a ruční brzdu, 4bod. stabiliz. pásy. K autu: 4 zimní a 4 celoroč. kola (plech), origin. před. světlomety. Cena dohodou. Kontakt: Břetislav Blabla, 747 67 Hrabyně 207/3, mobil 776 806 875, email: [blabla.b@tiscali.cz](mailto:blabla.b@tiscali.cz).



## DAROVÁNÍ

• Kdo daruje, případně levně prodá, osobní automobil vozíčkáře k převozu k lékařům? Nabídněte: Sýkorová Marie, Jívavská 65, Šternberk, tel. 731 939 879.

## SEZNÁMENÍ

• Žena 62/170 pečující o invalidního syna hledá kamaráda/kamarádku – spřízněnou duši – z Prahy. Řidič. průkaz vítán, ale není podmínkou. Tel.: 737 356 688, 235 362 046.

## PRÁCE

• Prosím čtenáře o kontakt na firmu, která zadává domácí práci – montáže kulíčkových per. Jsem na invalid. vozíku, mám 2 malé děti a ráda bych pracovala, co mohu. Děkuji. Pavla Lišková, 569 35 Mladějov na Moravě č. p. 28, mob.: 605 368 581.

# VOZKA

## hledá dopisovatele z celé ČR

- jednotlivce mladé, starší i seniory
- rodiče, učitele, vedoucí
- z organizací osob s těžkým tělesným handicapem
- z organizací služeb pro osoby s těžkým tělesným handicapem
- z místních samospráv

## VOZKA se zajímá o oblasti:

- vzdělávání a zaměstnávání
- trávení volného času (společenské, sportovní, kulturní), zájmové činnosti
- bydlení
- cestování, turistiky
- motorismu
- sociálních služeb, zdravotnictví aj.

## VOZKA se zajímá o Vaše zkušenosti s handicapem

- ve všech oblastech společenského i osobního života
- problémy, starosti, radosti
- rady, zkušenosti, nápady a inspirace

## Kontaktujte nás:

Redakce 2 magazínu VOZKA,  
Pavel Plohák, Dolní 87,  
700 30 Ostrava 30,  
tel.: 595 545 083,  
[P.Plohak@seznam.cz](mailto:P.Plohak@seznam.cz)

# VOZKA

o Vás, pro Vás, s Vámi

# VOZKA

Magazín  
o životě  
a pro život  
na vozíku

Rady,  
inspirace  
a motivace

[www.vozka.org](http://www.vozka.org)

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů, o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz), tel. 596 786 353, ICO: 66933579 ■ Magazín Vozka, č. ú.: 256261415/0300; internet: [www.vozka.org](http://www.vozka.org) Redakce 1 – objednávky, inzerce (šéfredaktor, grafika, sazba, hospodaření, marketink): Ing. Petr Dzido (dz), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174 (10–18 h.); [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz) ■ Redakce 2 – vedoucí vydání, styk s dopisovateli (redaktor, korektor): Pavel Plohák (pp), tel.: 595 545 083, [P.Plohak@seznam.cz](mailto:P.Plohak@seznam.cz), Dolní 87, 700 30 Ostrava 30 ■ Redaktoři: Blanka Falcníková (bf), Hana Klusová (hk), Ing. Jiří Muladí (di) ■ Stálí dopisovatelé: Miroslav Filipčík (mf), Josef Procházka, Mgr. Milan Linhart ■ Technická spolupráce: Tomáš Dvořák, Radan Freiberg, Marie Báňová ■ Náklad 1 300 ks ■ Vychází 4x ročně v Ostravě ■ Cena předplatného: (minimálně) 160 Kč/rok ■ Registrace: MKČR E 12818 ■ Tiskne Repronis, Ostrava ■ Distribuci pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele Česká pošta, s. p., Postservis, Poděbradská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810, -811, -813. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobecnými obchod. podmínkami pro předplatitele ■ Články (podepsané i zkratkou) nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ Vyhrazujeme si právo redakčně upravit externí příspěvky, nevyžádané rukopisy a snímky nevracíme ■ Vydáno za finanční podpory: Ministerstva zdravotnictví ČR, Statutárního města Ostrava **OOSTRAVA!!!**, 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; Centrum 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.



## NEJVYŠŠÍ KVALITA A ŠPIČKOVÝ DESIGN



### RUČNÍ OVLÁDÁNÍ **COMPACT a CLASSIC**



- Škoda Fabia nebo Porsche Cayenne - stejná cena ručního ovládání.
- Cena ručního ovládání COMPACT a CLASSIC je u všech typů vozidel **39 900 Kč** včetně montáže i DPH.
- Montážní sady do cca 350 typů vozidel.
- Montáž lze provést na počkání u zákazníka nebo v autosalonu.



### NOVINKA PRO ROK 2013

## CLASSIC II.

- Vylepšený moderní design, který se optimálně hodí do interiéru nových vozidel.
- Větší prostor v interiéru - ovládací páka RO o 20% tenčí než u stávajícího modelu.
- Nové vysoce kvalitní oplastování.
- Zjednodušené sklápování při nepoužívání.
- Splňuje přísné požadavky OEM.

## NABÍZÍME:

- Ruční ovládání, úpravy řízení
- Otočné sedačky, úpravy pro nastupování
- Nakládání invalidního vozíku
- Úpravy pro přepravu osob na invalidním vozíku
- Individuální úpravy



### **L** Autoškola pro tělesně postižené

- Výcvik a kondiční jízdy na upravených automobilech pro autoškolu, vybavených ručním ovládáním včetně individuálních úprav.
- Možnost individuální úpravy pro konkrétní potřebu, velký výběr nástavců na volant a dalších pomůcek k řízení.
- Individuální přístup ke každému zakazníkovi.
- Bezbariérové ubytování s možností využití rehabilitace a jiných služeb.

Provozovna:

Fa. Jenčovský, Na Roudné 161, 301 00 Plzeň, GSM: 604 233 164, tel./fax: 377 523 987, info@jenca.cz, www.jenca.cz



# Svoboda pohybu.

## Nájezdová FLEXI RAMPA

Snadná přeprava vozíčkáře.

- Jednoduchým pohybem lze rampa sklopit do roviny
- Žádné omezení zavazadlového prostoru
- Rychlá montáž



Úpravy vozidel bez omezení



Naším cílem je zlepšení života handicapovaných lidí a jejich plnohodnotné zapojení do života. Proto z každé zakázky přispíváme na konto bariéry.

pro více informací volejte na: **381 278 043**  
nebo navštivte naše internetové stránky