



TIP VOZKY:

Pomůcky pro ovládání PC

MOTORISMUS:

Úprava Volkswagenu Caravelle

CESTOVÁNÍ:

Vozičkáři na Colours a GP Brno

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE • WWW.VOZKA.ORG

3/2014

Vybíráme vozík

VOZKA

Malíř Petr Šrámek
slaví šedesátku

15. září 2014

MAGAZÍN O ŽIVOTĚ A PRO ŽIVOT NA VOZÍKU

Ročník XVII.



Ilona Mazalová: Lidé s postižením nám umožňují být lepšími – str. 58



- **POVÍDÁNÍ S KATKOU VLKOVOU O ILEOCYSTOPLASTICE A ANDĚLÍCH**
- **KULTURISTA NA VOZÍKU DANIEL MINSTER**
- **CESTOVÁNÍ VOZÍČKÁŘŮ PO ŽELEZNICI**

Foto: (di)



Kompletní sortiment francouzské firmy **SOJADIS** (Elektronické ovládání plynového pedálu, Multifunkční ovladače na volant, ...)
Nakládání a kompletní řešení přepravy invalidních vozíků 1-180 kg! od profesionálů **Harmar AMERICA'S LIFT LEADER**
Laminované a 3D samolepky - Individuální výroba samolepek a polepů vozidla

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

www.jpservis.eu

+420 606 613 239

Kompletní úpravy automobilů pro tělesně postižené osoby
Odvoz vozidla k úpravě a zpět je zajišťován vlastním odtahovým speciálem po celé ČR
17 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, e-mail: info@jpservis.eu
Oficiální partner zajišťující přestavby vozů pro program **OPEL HANDYCARS**



Úpravy aut pro invalidy



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

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



IROA-HDC s.r.o.

Lodžská 808,

181 00 Praha 8

Telefon: 233 552 309, 283 852 945

e-mail: iroa@volny.cz

internet: www.iroa.cz





Letem světem

Seznamka pro zdravotně znevýhodněné

Sdružení TULIPAN spustilo internetovou seznamku pro osoby se zdravotním znevýhodněním nesoucí název „K sobě blíž“. Lidé s handicapem nebo i zdraví si zde mohou najít kamaráda, přítele či partnera. Seznamka funguje na www.ksobeb.liz.eu.

Manuál pro zaměstnávání OZP

Nejen manuál pro zaměstnávání OZP, ale i 26 dalších zajímavých výstupů přinesl projekt Sociální pilíř konceptu společenské odpovědnosti firem ve vztahu k zaměstnanosti OZP na volném trhu práce. Na stránkách projektu: <http://www.helpnet.cz/aktualne/manual-pro-zamestnavani-o-zp-na-volnem-trhu-prace/> se můžete dozvědět další informace.

Nový web nabízí novinky ze soc. oblasti

Nezisková organizace Konfederace sociálních služeb ve spolupráci s ministerstvem práce a sociálních věcí provozuje webové stránky zaměřené na sociální práci a informace ze sociální oblasti. Online se tak můžete dozvědět užitečné informace a aktuality z oblasti sociální práce, sociálních služeb a dalších odvětví. Web najdete na adrese www.socialnino.vinky.cz/.

Filatelisté podpořili Konto BARIÉRY

Era a Poštovní spořitelna si nechaly u příležitosti 130. výročí založení poštovního bankovníctví u České pošty vydat vlastní poštovní známky. Část těchto cenin věnovaly Kontu Bariéry na podporu lidí s handicapem. Jelikož unikátní známky nelze volně koupit, zájem filatelistů byl opravdu velký. Nadace nakonec za prodej známek získala celkem 150 tisíc korun.

MŠMT dalo více peněz na asistenty pedagogů

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vyšlo vstříc požadavkům ředitelů škol a podpořilo financování asistentů pe-

dagogů pro děti, žáky a studenty se zdravotním postižením a pro děti, žáky a studenty se sociálním znevýhodněním na rok 2014.

Asistenti pedagogů budou v období září až prosinec 2014 podpořeni částkou o 20 milionů vyšší než v roce 2013, přičemž celková částka činí pro celý letošní rok 165 milionů korun.

Změny v dotačním řízení pro poskytovatele sociálních služeb

Vzhledem k tomu, že financování sociálních služeb přechází kompletně do plné pravomoci krajů, bude systém žádostí poněkud pozměněn. Novela zákona o sociálních službách, která ještě nebyla schválena Poslaneckou sněmovnou ČR, určuje procento z objemu dotačních prostředků MPSV ČR pro jednotlivé kraje. Kraje tak budou znát objem prostředků pro dotační řízení, a protože vláda ČR uvolní více finančních prostředků, měly by uspět všechny žádosti, které budou v souladu se zákonem a metodikou jednotlivých krajů.

Osmimetrová horolezecká stěna vozíčkáře lákala

V areálu OC Nová Karolina v Ostravě se v sobotu 23. srpna uskutečnil „Outdoorový den napříč handicapem“. Cílem akce byla motivace handicapovaných k aktivnímu a plnohodnotnému životu a také bourání bariér mezi zdravotně postiženými a širokou veřejností. Desítky účastníků si mohly nejen zasoutěžit, ale především vyzkoušet řadu aktivit, mezi nimiž nechyběly handbike, veslařský тренаžér, тренаžér běžeckých lyží, horolezecká stěna, laserová střelnice, jízda zručnosti na ortopedickém vozíku a další disciplíny pro simulaci různých druhů handicapů. Reportáž z akce přineseme v příštím čísle Vozky.

Praha podpoří přepravu lidí s postižením

Rada hl. m. Prahy schválila navýšení účelových prostředků na přepravu zdravotně postižených osob o téměř tři a třičtvrtě milionu korun. Společnost ROPID tak bude moci ještě do konce tohoto roku zvýšit dostupnost služby. V současné době tuto speciální službu zajišťuje celkem 12 mikrobuseů s odbornou asistencí, kdy část asistentů pomáhá tělesně postiženým i během přípravy na cestu v jejich domovech. Klienti si ji musí předem objednat. Více podrobností o službě je k dispozici na: http://www.ropid.cz/bezbarier/mikrobusey-na-objednani-od-1.7.2011_s229x1005.html/.

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	1–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY	8–10
ZAMĚŠTNÁVÁNÍ	11–13
VZDĚLÁVÁNÍ	14
ZDRAVOTECHNIKA	15–24
ZDRAVOTNICTVÍ	25–27
BYDLENÍ	25
KULTURA	28–32
SPORT	33–38
CESTOVÁNÍ, POBYTY	39–45
DOPRAVA	46–50
MOTORISMUS	51–55
VZTAHY, LIDÉ	55–59
PORADNA	50, 60–63
ZAJÍMAVOSTI	64
VOLNÝ ČAS	65–69
INZERCE, VZKAZY, TIRÁŽ	70

KOMPENZ. PROSTR. K POČÍTAČI ..	16
VYBÍRÁME ORTOP. VOZÍK	20
ILEOCYSTOPLASTIKA	26
VOZÍČKÁŘI NA AKCÍCH	28, 34
VOZÍČKÁŘI VE VLACÍCH	46–48
VOLKSWAGEN CARAVELLE	51
ROZHOVORY	12, 26, 56

Přílohy

BAREVNÁ REKLAMNÍ PŘÍLOHA

Osobnosti

Doc. MUDr. Václav Smetana (* 15. 11. 1934): Český lékař specializující se v oboru ortopedie a vysokoškolský pedagog. V letech 1990–1999 byl přednostou Ortopedické kliniky 2. lékař. fakulty Univerzity Karlovy a Fakultní nemocnice v Motole. Je jedním ze zakládajících členů Svazu tělesně a zrakově postižených sportovců (1969), Mezinárodního paralympijského výboru a paralympijského hnutí.

V r. 1947 utrpěl úraz levé dolní končetiny, po němž mu byl amputován bérce. Jako aktivní sportovec se podílel na zakládání organizací pro postižené a zapojil se do paralympijského hnutí. V r. 1976 se stal členem Mezinárodní organizace pro rehabilitaci invalidů při UNESCO. Získal dvě stříbrné medaile v plavání a jednu ve volejbalu na světových sportov. hrách. Mimo jiné vypracoval pravidla volejbalu pro sportovce s tělesným handicapem.

Z myšlenek moudrých

*Musíš věřit v sama sebe,
abys věřil v ostatní.*

Neznámý autor

Editorial

Život je posvátný



Pokud je zřejmé, že se matce narodilo postižené dítě, zákon by měl umožnit lékařům, aby bez svolení rodičů rozhodli o ukončení života takového novoro-

zence.

V Časopise zdravotnického práva a bioetiky to napsal člen vědecké rady ministryně práce a ředitel Ústavu sociální práce při Univerzitě v Hradci Králové Miroslav Mitlöhner. A vzbudil tím značný rozruch.

Osobně rozumím matkám, které jdou v podobných případech na potrat, nebo dají těžce zdravotně postižené dítě do ústavu. Při svém duchovním vzdělání nesouhlasím, ale rozumím. Nicméně pan Mitlöhner šel hrubě přes čáru, když navrhoval, aby o životě a smrti rozhodoval lékař – tedy někdo, koho se taková událost vůbec nedotýká. Prý by to bylo v zájmu zdravé společnosti, jenže to je blud. Přesněji řečeno, platilo by to pouze v případě, že bychom chtěli budovat společnost se zvířecí morálkou, tedy společnost silných a bezohledných jedinců, čili společnost ne-lidskou.

Je navíc zvláštní, že pan Mitlöhner má ve svých osmaosmdesáti letech takovou životní filosofii. Vůbec mu totiž nedochází, že kdyby se společnost začala řídit tím, co on hlásá, pak je jen otázkou času, kdy přijde někdo jiný, jenž tuto filosofii posune ještě dál: když ukrátíme život důchodcům, bude společnost také zdravější a zbude jí „větší krajíc“...

Při vši bídě této filozofie je ovšem nutno přiznat, že pan Mitlöhner zdaleka není ve svých názorech osamělý – stačí se podívat na internetové diskuse okolo jeho materiálu. Náš pedagogický a ekonomický systém totiž vychovává lidi k vrcholnému sobectví: pravda, láska a morálka jsou dokonce vysmívané pojmy...

Není tedy divu, že odtud je už jen krůček k obecně zoufalé neúctě před životem. Přestože život je posvátný a v žádném případě není samozřejmostí.

Jiří Muladi

Pozvánka pro členy OOV na valnou hromadu

Srdečně vás zveme na valnou hromadu Ostravské organizace vozíčkářů (OOV), která se bude konat jako obvykle v jídelně bezbariérového Domu s pečovatelskou službou (DPS) na Horymírově ulici v Ostravě-Zábřehu, a to dne **16. října 2014 ve 14 hodin.**



Program

- Zahájení.
- Volba mandátové a návrhové komise.
- Zpráva o plnění plánu činnosti a finančního plánu za rok 2013 a 1.–8. měsíc období roku 2014.
- Zpráva kontrolní a revizní komise za rok 2013.
- Volba správní rady pro volební období 2014–2018.
- Seznámení s návrhem stanov vzhledem k novému občanskému zákoníku a hlasování o jejich platnosti.
- Plán činnosti a finanční rozpočet na rok 2015.
- Diskuse.
- Schválení návrhu usnesení.
- Závěr.

Těšíme se na vaši bohatou účast!

Správní rada

**VOZKA
na internetu:**

www.vozka.org

**Váš časopis
Váš web**

Sdružení Handicap Žatec nabízí zajímavé kurzy zdarma

Handicap Žatec je občanská poradna a sdružení v okrese Louny poskytující tři registrované sociální služby a další aktivity zdarma. Jedná se o **sociálně aktivizační službu, odborné sociální poradenství a zajištění terénních služeb. Půjčování kompenzačních pomůcek** se hradí dle ceníku. Sdružení pracuje se seniory, osobami v krizi a s lidmi s handicapem.

Sdružení nabízí volná místa v zajímavých kurzech s individuálním přístupem, vhodných pro všechny. Jedná se o **Základy práce na PC a internetu, Základy šití, Výuku práce na hrncířském kruhu, Tvůrčí dílnu – keramiku, pletení z papíru, ubrouskovou metodu nebo malování na sklo.** Výuku vedou fundovaní lektori. Kurzy jsou vhodné pro lidi s postižením a seniory.



Začít můžete kdykoliv

Zájemcům se věnuje celý tým organizace, od vedení přes sociálního pracovníka a pracovníky v sociálních službách až k vystudovaným lektorům. Každý kurz je „šitý“ na míru konkrétnímu člověku. Schůzky jsou zpravidla jednou týdně.

Kontakt a další informace: HANDICAP Žatec, o. s., Nám. Svobody 150, 438 01 Žatec, vchod z ulice Jiráskova, tel.: 415 714 277, 724 740 420, handicap-zatec@seznam.cz, www.handicap-zatec.cz.

*Miroslava Rozvoralová
HANDICAP Žatec, o. s.
(hk)*

Vozičkáři závodili v olomouckých Smetanových sadech ve štafetě



V Olomouci se letos, stejně jako každý rok, konal běžecký půlmaratón. A protože málokterý vozičkář zvládne ujet tolik kilometrů a olomoučtí vozičkáři neradi zůstávají pozadu, vymysleli si vozičkářskou štafetu, kterou by zvládl každý. Teda nejen vymysleli, oni i v polovině června uspořádali **první ročník olomoucké vozičkářské štafety**. Šlo o ujetí 200 metrů na mechanickém vozíku. A to snad zvládne každý, zvláště pokud nezáleží na času, za který tuto vzdálenost zdolá...

Pracovníci spolku **Trend vozičkářů Olomouc** přivezli dva mechanické vozíky a kdokoliv si na ně mohl sednout a ujet vyznačených dvě stě metrů po krásné Kaštanové aleji ve Smetanových sadech.

Štafety se zúčastnilo kromě samotných vozičkářů z Olomouce a okolí i mnoho zdravých lidí (dětí i dospělých), aby si

vyzkoušeli, jaké to je překonat 200 metrů jenom za pomoci rukou. Mnozí z nich byli velice překvapeni, že ačkoliv se tato trasa jela po absolutně rovném, vyasfaltovaném chodníku a v krásném prostředí, nebylo to zas až tak lehké, jak se na první pohled mohlo zdát...

Prvního ročníku vozičkářské štafety se zúčastnilo přes dvě stě lidí a pokud by ji neukončil déšť, jistě by jich bylo ještě víc. Vozičkáři a zaměstnanci spolku Trend vozičkářů Olomouc se dohodli, že tuhle akci za rok zopakují a jestli bude takový zájem jako letos, bude se štafeta konat každý rok. Už teď všechny srdečně zvou na druhý ročník vozičkářské štafety. O přesném termínu vás budeme včas informovat.

Věra Schmidová



Bezbariérový autobus Klubu invalidních dobrodruhů

Pro své aktivity zejména v oblasti turistiky a sportu si plzeňský **Cestovní klub KID (Klub invalidních dobrodruhů)** zakoupil **bezbariérový zájezdový autobus** (zvedací plošina pro vozičkáře, možnost kotvení vozíků), jehož kapacita a uspořádání umožňuje včetně zavazadel převážet účastníky zájezdu v řadě variant – od varianty 36 lidí na sedadlech plus dva lidé na ortopedických vozících až po variantu 20 lidí na sedadlech plus 12 lidí na vozících.

Klub KID nabízí využití této služby i ostatním neziskovým organizacím a spolkům, a to za cenu 27 Kč/km bez ohledu na počet účastníků zájezdu. Po vzájemné dohodě si nezisková organizace může od klubu KID autobus také **zapůjčit i s řidičem, např. na celý rekondiční pobyt**.

Kontakt ohledně možného využití autobusu na tel. čísle 608 708 726.

Více informací lze najít na webových stránkách klubu www.ckkid.cz.

Miroslav Valina
Foto: archiv autora



Napsali jste nám



Dobré duše...

Milá redakce, vzpomněla jsem si na příhodu, kterou mi popisovala kamarádka Eva (50) z České Skalice. Je na ortopedickém vozíku, doma na mechanickáku, venku používá tzv. skútr. Nedávno si udělala s kamarádkou, která je taky na vozíku (el.) výlet do Ratibořic. Když se odpoledne vracely zpátky, kus cesty musely jet po silnici. A co čert nechtěl – chytíl je obrovský slejvák. Nebylo kam se schovat, jen rychle ujíždět po silnici a pak snad někde cestou najít skrýš... Najednou řidiči, kteří je míjeli (resp. spolujezdci), jim po-dávali pláštěnky – takové ty na kolo, takže šup přes vozík a paráda. Obě z toho byly paf... Aniž by někoho žádaly, zkrátka jely po silnici a stalo se.

Tyto dobré duše se pochopitelně nepředstavily, takže jim ani nelze poděkovat. Poslala jsem tedy aspoň mejlík podobného znění do regionální pobočky Českého rozhlasu v Hradci Králové. Podobné zprávy mě vždy hodně potěší, a proto se o ně nedokážu nepodělit.

Bohumila Fleyberková, Praha

Dlouhodobá péče

Dne 13. 8. 2014 se v Praze uskutečnil seminář s dlouhým názvem **Možnosti dlouhodobé a přímé péče – pozice ČR v EU**. Semináře se jako posluchači zúčastnili ředitelé a sociální pracovníci různých organizací nabízejících **dlouhodobou péči především pro seniory**. Důležité je právě pro ně využívat zbytkových i mentálních dovedností seniorů. Pro mě byla zajímavá informace, že seniory máme udržovat v jejich mentálním světě. Pokud senior mluví o své mamince a chce se vrátit k ní, určitě mu nezpůsobíme šok zprávou, že jeho maminka je už spousta let mrtvá. Jeho počínající stařecká demence totiž může stejné téma přinést i třikrát denně.

I pro zdravého člověka by bylo strašně slyšet špatnou zprávu třikrát denně. Co teprve nemocný a starý člověk. Lepší je zeptat se, jaká je jeho maminka a nechat ho povídat. Starý člověk dokázal za svůj život spoustu skvělých věcí a také díky němu jsme na světě my, další generace. Starý člověk má právo dožít svůj život důstojně a v klidu a naše generace má povinnost se o to postarat.

Velkým tématem byla také **dlouhodobá péče o nemocné děti a děti s postižením**. Především jsme řešili rodiče a hlavně matky, které o tyto děti pečují. Rodiče jsou totiž v produktivním věku, ale kvůli péči o potomka nemohou vykonávat svoje

zaměstnání. Svoji finanční situaci a také syndrom vyhoření řeší brigádami. Zkrátka špatně placená práce, ale hlavně mimo domov, mezi jinými lidmi. Práce ale musí být časově flexibilní.

Podobné zkušenosti mám také já se svými asistenty. Není možné být dlouhodobě zavřený v mém světě, v mém bytě, v mém životě. Asistent mě může klidně milovat, ale pokud mu neumožním odejít třeba na krátkou dobu, jeho láska se záhy mění v nenávist. Ideální řešení vidím v tom, mít více asistentů, svého miláčka nebo partnera pustit ven třeba vykonávat jinou, lépe placenou práci. Zlepšíme tím svoji finanční situaci a také si zajišťujeme delší život. Miláček zbavovaný svobody by mě totiž mohl „jen tak omylem a fakt náhodou zlikvidovat“.

Navrhuji tedy dávat velký důraz na volnost všem lidem kolem OZP a také vymyslet jejich pracovní uplatnění podle vzdělání a profese.

Monika Henčlová

Nedej se!

Do redakce nám napsal pan Robert Giemza: „Prosím vás, kde se mam obrátit, když mi chtějí odebrat průkaz ZTP/P a dát jen TP? Mám o 11 cm kratší nohu, mám po čtyřech operacích kyčle, stejně mi nakonec kyčel vyndali a při tom znehýbnili koleno. Nemohu ho ohnout. Je mi 36 let. Nikdo nyní můj zdravotní stav neposuzoval, dělali to od stolu...“

Poradili jsme mu odvolání proti rozhodnutí a aby se obrátil na OSSZ a informoval zároveň soc. odbor obce. Pan Giemza neváhal a poslal doporučený dopis s příslušnými doklady o jeho zdravotním stavu na MPSV ČR.

Po bezmála třech měsících se pan Giemza dočkal nového rozhodnutí. Píše: „Jen ve zkratce: vyhověli mi, zdravý rozum zvítězil. Byla druhá komise, kdy jsem měl vyjádření od dalších lékařů nezávisle na sobě. Ted' vidím, že bojovat o svá práva má smysl, ale není to lehké. Jsem ale věřící, tak jsem se modlil o sílu, protože jinak bych se na to vykašlal...“

Den smyslového vnímání

Chci se se čtenáři Vozky podělit o zajímavou zkušenost, kterou jsem udělal na jedné z českokrumlovských základních škol. Každý rok kolem Dne dětí tam totiž žáci I. stupně mají výlety, soutěže, divadlo a různé akce. Ale ani žáci II. stupně nepřijdou zkrátka a tento den oslaví trochu jinou výukou (vím, že už měli Den barev, Den hudby...). Letos vyučující zvolili **Den smyslového vnímání**. Je známo, že je-li

jeden ze smyslů potlačen, více se rozvine nějaký jiný. Žáci si mohli z 21 stacionářů vybrat osm, která chtěli během dopoledne více poznat – např. optické klammy, Mariottovy obrázky, Snellenovy optotypy, zornicový efekt, rozlišování barev, pachů, chutí i zvuků, odezíraní za růž, tanec podle zvuků se zavázanýma očima, pachovou stopu a daktyloskopii (ukázky s pracovníkem policie), poznávání předmětů podle hmatu, hmatové domino, Braillovo písmo...

Každý ze zdravé populace jistě měl někdy možnost vyzkoušet si, jaké to je, když něco nejde, když jsme něčím omezení. No a tahle skutečnost byla právě to, co mě přivedlo na myšlenku do školy zajet a nabídnout jim své omezení, přestože že mé postižení není smyslové – jsem nemluvící vozíčkář. Za tímto účelem škola vypůjčila mechanický vozík z nemocnice a žáci si vyzkoušeli, jak překonávat překážky (třeba obrubníky), vyjet a sjet kopec a také jaké to je, nechat se vézt a spolehnout se, že asistent ví, jak s vozíkem manipulovat, aby se nic nestalo.

Mně ale více zaujala možnost vyzkoušet, jak mi budou žáci rozumět. Jak jsem už naznačil, nemohu mluvit, takže se dohodneme psaním, mám na vozíku připravenou tabulku s abecedou. K ruce jsem dostal dvě báječné dívky z devátého ročníku. Připravil jsem si krátkou instrukci o svém postižení řeči a čekal na reakce dětí. Pak jsem začal psát otázky na svou tabulku. Některé děti pochopily hned, některé se chtěly se mnou domluvit, a proto se moc snažily, no a pro některé je způsob této komunikace velmi obtížný. Dokonce jich i pár odešlo, protože byly bezradné. Vstřícnější a empatictější byla děvčata.



Úplně mě dostaly dvě dívky ze šesté třídy, které ke mně přistupovaly jako dospělé. Jejich vyzrálý pohled na postižení a empatické chování bylo pohlazením a nadějí, že v mladé generaci vyrůstají báječní lidé.

Michal Pospíšil

Černá kronika

Výkop do obličejů kvůli dvěma stravenkám

Česká Lípa zažila počátkem srpna drama na jedné z tamních ulic. Někdo tam napadl vozíčkáře, kopnul ho přímo do obličejů. Muži si nejdřív nadávali, a pak došlo i k fyzickému útoku. Vozíčkáře se zastal jeho doprovod. Video se záznamem celého incidentu vyvěsil na portál YouTube kolemjdoucí. Už ho viděly téměř tři tisíce lidí a mnozí z nich jsou jím dost pohoršení zejména z toho důvodu, že podle nich měl autor videa zasáhnout a pomoci vozíčkáři. Natočený záznam má v rukou policie. Případ totiž může souviset s oznámením sedmadvacetiletého vozíčkáře, který ohlásil, že byl okraden svým kamarádem. Měl mu odcizit dvě stravenky. Podle pozdějších výpovědí oba muži před tím prosili před Kauflandem o jídlo. Dostali po dvou stravenkách, vozíčkář si je uložil do baťůžku. Když po nějaké době zjistil, že mu stravenky chybí, obvinil z krádeže svého známého.

Sledovala ohňostroj a skončila v přehradě

Na pěkný červnový večer naplněný sledováním ohňostroje na brněnské přehradě z paluby lodě Dallas se těšila mladá žena na ortopedickém vozíku. Místo sledování ohňové show, těsně před tím, než se nad hladinou rozzářily barvy, sjela i s vozíkem z paluby lodě do vody. Nezraněnou se jí posádce lodi a společenstvem okamžitě podařilo dostat zpět na palubu. Vozík byl podle všeho nedostatečně zabrzděný a projel nezajištěným otvorem v zábradlí. Žena sice skončila pouze v mírném šoku na palubě, ovšem elektrický vozík v hodnotě sto tisíc korun skončil na dně přehradu.

Invalida odevzdal protitankovou minu



Protitanková mina, ilustr. foto: KVH (Klub vojenské historie)

Berounské obvodní policejní oddělení bylo v srpnu svědkem ne tak časté události. Na služebnu se dostavil vozíčkář, který policistům v rámci zbraňové amnestie

odevzdal protitankovou minu. Kvůli potenciálnímu nebezpečí byla budova Územního odboru a Městského úřadu Beroun evakuována. Poté, co policejní pyrotechnik zjistil, že protitanková mina nemá rozněcovač, byla evakuace ukončena. V rámci amnestie policisté od občanů nezjišťují, kde a jakým způsobem k odevzdané zbraně, střelivu nebo municii přišli. Odevzdané zbraně jsou následně podrobeny znaleckému zkoumání.

Vypátrali vozíčkáře během pár minut. U piva

Na tísňovou linku 158 zavolala počátkem srpna osmasedmdesátiletá žena, že se jí ztratil její invalidní jednapadesátiletý syn, u kterého je zrovna pár dní na návštěvě. Odjel ze svého bytu na ortopedickém vozíku před dvěma dny, mobilní telefon nechal doma a jeho osobní auto zůstalo zaparkované na stále stejném místě před domem. Policisté nelenili a začali pátrat, kde by pohřešovaný muž mohl být. Zanedlouho zoufalé matce oznámili, že našli jejího ztraceného syna u souseda v garáži, kde osmačtyřicet hodin popíjel pivo a nechtělo se mu vrátet domů.

Skrutá kamera je přivedla k soudu

Obvodní soud pro Prahu 6 v půli srpna odročil na říjen kauzu natáčení klipu pro Konto Bariéry, při kterém herci Petr Čtvrtníček a Jan Potměšil v policejních uniformách – ale jako lidé s tělesným postižením – zastavovali řidiče. Jeden z nich netušil, že jde o natáčení a dostal infarkt. Život mu zachránila resuscitace členem štábu ČT. Soud chce mimo jiné vidět scénář natáčení schválený Českou televizí. Bude projednávat také výslech poškozeného muže, který se z hlavního líčení už podruhé omluvil. Čtvrtníček, Potměšil, režisér klipu Tomáš Svoboda a producent Jiří Kounický byli ve zrychleném řízení nepravomocně odsouzeni na půl roku až rok s podmíněným odkladem na dva roky za poškození cizích práv a přisvojení pravomoci policie. Jejich obhájce podal proti trestnímu příkazu odpor, bude tedy nařízeno veřejné líčení.

Nabouraný vozíčkář se dočkal svých peněz

Jiří Stross (33) v dubnu nepojištěnou Oktávii v Praze naboural do Renaultu Twingo vozíčkáře Miroslava Vaňka (27). Vozíčkáři Stross slíbil, že auto opraví. Bohužel ale přestal komunikovat, vůz nevracel a teprve po člácích v médiích invalidu odškodnil. Zaplatil mu třicet tisíc korun za odkoupení Renaultu. Vaněk si poté zakoupil ojetý Seat.

Nicméně tím pro Strosse věc asi nekončí – o vše se začala zajímat nejen policie, ale vzhledem k v době nehody nepojištěné Oktávii také Česká kancelář pojistitelů, která hodnotí sjednání povinného ručení až 30 minut po nehodě jako neplatné a podvodné.

Chci parkovací kartu, řekla a vytáhla nůž



Ivana Maříková u soudu Foto: Blesk

Kvůli posudkové lékařce nedostala Ivana Maříková (53) parkovací kartu pro invalidy. Problém se rozhodla řešit útokem na doktorku v její kanceláři se slovy – píchnu tě do jater, koukej posudek změnit, nebo tě zabiju. Klatovský soud proto letos v dubnu ženu potrestal čtyřletou podmínkou. Maříková trest ihned přijala, za útok na úřední osobu jí totiž hrozilo až 12 let vězení.

Při projednávání útočnice tvrdila, že má vysoký krevní tlak, silné astma, je diabetička a že má veliké bolesti páteře. Šla se prý lékařky zeptat, proč nemá na kartu nárok. Ta měla odpovědět, že nemá na ni čas. Maříkové se prý udělalo špatně a na útok si nepamatuje. Lékařka se psychicky zhroutila a není schopná chodit do práce.

Policista shodil vozíčkáře na zem

Policista v americkém státě Indiana shodil z elektrického ortopedického vozíku muže, kterého spolu se svými kolegy zadržel na ulici. O pětadvacetiletém vozíčkáři dostali hlášení, že má u sebe střelnou zbraň a pohybuje se v blízkosti školy. U muže ale našli pouze nůž, o němž prohlásil, že ho má na svou obranu. Když z místa zadržení chtěl odjet, najel elektrickým vozíkem jednomu z policistů na nohu. Ten zareagoval tak, že do vozíčkáře strčil, vozík se převrátil a muž spadl na silnici.

Případ se odehrál loni v říjnu, policie ve městě Lafayette ale nedávno zveřejnila video natočené z policejního vozu. I když vozíčkáře zatkl pro podezření z útoku na veřejného činitele, byl později propuštěn. Velitelství policie se vyjádřilo, že reakce policisty byla reflexivní a použil příliš velkou sílu.

Zdroj: ČTK, youtube.com, idnes.cz, novinky.cz, Právo (bf)

Jedličkův ústav v Liberci slaví 100 let od svého založení



Součástí oslav libereckého Jedličkova ústavu bylo i vystoupení tamní hudební kapely „Rachot Band“

Foto: Zdeňka Jechová

Liberecká „Jedličkárna“ na sto let určitě nevypadá. K dnešní tváři dospěl ústav pro lidi s nejrůznějšími typy postižení skrze bohatou historii. Hned na začátku své existence patřil tehdejší Domov pro zmrzačené k nejmodernějším ústavům v Evropě. Po první světové válce sloužil zejména válečným invalidům a v dalších letech se do něj opět vrátili nemocné děti.

Postupně začaly v prostorách ústavu vznikat i učební obory a mladí lidé měli šanci vyučit se i řemeslům jako mechanik, švec či brusič. Pak zařízení prošlo různými změnami, v roce 1945 se stalo pobočkou Jedličkova ústavu v Praze a jeho rozvoj pokračoval zejména v šedesátých a devadesátých letech minulého století. Ústav se stal otevřeným a vstřícným místem, kde se klientům poskytují individuální služby. Jak říká dnešní ředitel Jedličkova ústavu Mgr. Vladimír Ptáček: „Cílem nás všech je naučit zdravotně postižené stát na vlastních nohou za podpory, která se v posledních letech zaciluje ke konkrétním potřebám. Posilujeme tak sebedůvěru ve vlastní sílu každého jedince už třeba tím, že jej učíme pohybovat se v neznámém prostředí samostatně a statečně“.

Oslavy probíhají od začátku roku

U příležitosti sta let „Jedle“ připravili zdejší zaměstnanci řadu akcí. Už začátek

roku byl ve znamení zajímavého odborného semináře. Následoval ples pro bývalé a současné zaměstnance, kde na 150 účastníků potvrdilo, že jde o opravdu velkou rodinu.

S jarem přišla doba sportování a turnajů v odvětvích, která zvládnou hravě i lidé na vozíčku. Místní Sportovní oddíl Jedlička je velmi aktivní.

„Překvapil nás také zájem lidí, kteří přišli na Tvořivý den v Centru denních služeb,“ říká Zdeňka Jechová, vedoucí Domova pro osoby se zdravotním postižením – Domu E. „Máme totiž i své vlastní výtvarné dílny, kde šikovné ruce našich klientů malují na hedvábí, tvoří nádherné barevné obrazy a vyrábějí keramická díla. Takový anděl muzikant anebo domky našišato jako z pohádky mají opravdu své kouzlo a duši. Mnohá díla jsou k vidění na dalších doprovodných výstavách ve městě Liberci.“

Řadě lidí na vozíčku se podařilo z Jedličkova ústavu odejít do vlastního bydlení poté, co se v ústavu naučili základním dovednostem pro život. „O tom všem na našich akcích informujeme a těší nás zájem i podpora lidí, kteří se mnohdy diví, co všechno jsou naši klienti schopni zvládnout,“ doplňuje Zdeňka Jechová.

„A my jim na to říkáme – chce to sílu, odvahu a vytrvalost. O to větší je pak naše radost, když mladý člověk přechod do běžného života zvládne.“

Maraton akcí, které doprovázejí oslava sta let existence Jedličkova ústavu v Liberci, korunoval zářijový celodenní program s názvem „Sto let na Lužické“. Představila se v něm hudební kapela Rachot Band, písničkář Jan Kryl, liberecké kapely, ale třeba i zajímavý projekt s názvem Živá knihovna. Prodávaly se výrobky klientů z výtvarných dílen a jako upomínky byly k dispozici malé sazeničky jedličky.

„Účastníci akce zde neviděli žádnou stoletou unavenou stařenku, ale zařízení, které má chuť a elán jít dopředu rychlým krokem mladice,“ uzavírá Zdeňka Jechová.

Kontakt a další informace: Jedličkův ústav, příspěvková organizace, Lužická 920 / 7, 460 01 Liberec 1 – Staré Město, tel.: 485 218 111, info@ju-lbc.cz, www.ju-lbc.cz.

(di)



JÚ Liberec, Dům E Foto: www.ju-lbc.cz

Jak se mi žije v Centru sociálních služeb Hrabyně

Lucie Blažková

Podle mého názoru existují dva možné přístupy k situaci.

První, ten horší, je, že život tady by se dal charakterizovat slovy: jednotvárnost, pasivita, stereotypy...

Vnímání: nuda, prázdné chodby, nedobré jídlo, špatně fungující „sociálka“, rehabilitace, jídelna-kuchyně, staniční a samozřejmě vedení...

Druhý přístup, ten je lepší. Život tady lze charakterizovat a prožívat takto: pestrost, aktivita... Což takhle ocenit snahu „sociálek“ a staniční o pomoc při řešení nejrůznějších problémů? Ocenit to, že se tu pořádají zajímavé akce, koncerty...

Co se týká kuchyně – všichni máme své připomínky, na vedení spadá největší díl zodpovědnosti. Je ale moc snadné ukázat prstem a říct: Vy za to můžete!

Na oddělení rehabilitace a vodoléčby se starají o zlepšení či alespoň udržení zdravotního stavu, co se týče pohyblivosti – šlape se na motomedu, posílují končetiny, provádí nácvik chůze... Dělají, co umí, ale ono hodně záleží na spolupráci člověka s postižením. Co se týká vodoléčby, k dispozici jsou vířivky na ruce a nohy, je tady vodní masážní postel atd.

A abych nezapomněla, v jedné budově sídlí všichni lékaři specialisté a nepřetržitá zdravotní služba...

Nechci zapomenout ani na potřebné profese, jako jsou recepční, údržbaři, pradelny, švadleny nebo uklízečky.

Můj život tady? Ne, nejsem tady doma, ale mám tu své zázemí, snesitelné podmínky k životu, mám kde spát, mám co jíst. Žiji v hezkém prostředí, i když v ústavu. Je tu i pěkná okolní příroda a květinový park.

Chtě nechtě beru v úvahu to, že jsem na vozíku, mám ochrnuté levostranné končetiny a špatně vidím. Úplně samo-

statného života bych prostě nebyla schopna a tady v CSS je mi lépe, i když vím, že jsem tady zřejmě na „doživotí“...

Někdo tvrdí, že je to tu drahé – no tak jistý komfort něco stojí, ne?

A co se týká negativní kritiky? Každý má právo se ozvat, mám ale takové své motto: „Co se doma uvaří, má se doma sníst...“

Děkuji za péči všem – zejména MUDr. Markétě Dobré a Mgr. Přemyslu Mikolášovi. Bez nich bych tu už nejspíš nebyla...

Červenec 2014

Anděl strážný: staniční sestra Lenka K.

Žiju v CSS Hrabyně už asi pět let. Jsem na třetím patře osmipatrové budovy. Jmenuji se Lucie.

Můj život byl jednoho dne v troskách... Nechtělo se mi žít. Proč bych tedy měla žít? Pro koho? Kvůli čemu?

Děti, žijící asi 500 km ode mě, v západních Čechách, bez jakéhokoli kontaktu se mnou; „hnusné“ sms od dcery, syn, ten aspoň neublížoval. Sporadické informace o nich. Rodiče, kteří mě sice velmi podporovali, ale citově nechápali... Skoro žádní přátelé. Špatný zdravotní stav (jsem na vozíku, mám ochrnuté končetiny, špatné vidění, časté úzkosti, deprese...)

Dost důvodů k sebevraždě, nemyslíte? Psycholog i psychiatricka se mnou měli „plné ruce práce“

Jenže každý odborník z oblasti psychiatrie nebo psychologie dobře ví, že když se sebevrah rozhodne k tomuto sobeckému činu, nikdo a nic jej nezastaví. (viz moje milovaná Ivetka Bartošová, i když tam svou roli sehrál asi i alkohol...).

Ani jsem si v tu chvíli neuvědomova-

la, že bych ublížila třeba svým rodičům. Protože – jak se říká – „nejhorší pohled je pohled rodičů do hrobu vlastního dítěte“. I když si ne ve všem rozumíme, mám je ráda. Pořád platí, že jsou to moji rodiče.

Taky bych neudělala dobrou vizitku svému psychologovi a své psychiatrice. Oba je mám ráda, a proto jsem to taky asi neudělala.

To jsem se tak jednoho „krásného“ dne rozhodla pro ukončení mého trápení tady. Chtěla jsem skočit ze šestého patra. Samozřejmě bez padáku... Dnes už ani nevím, kdy to bylo. Možná na podzim.

Protože mi dokonale „hráblo“, vyjela jsem z našeho pokoje, bydlíme tam dvě, neučesaná, neumytá, jen tak v pyžamu na zmiňované šesté patro. Měla jsem chvíličku na přemýšlení. Mám nebo nemám? Najednou jsem „stála“ sama před velkým rozhodnutím – BÝT, ČI NEBÝT?

A to doslova. V mém rozhodování mě vyrušila Lenka K., která zrovna vyšla ze své kanceláře. Řekla mi: „Lucko, vy jste si asi spletla patro...“ Asi si myslela, že chci na zdravotní oddělení, které je ve čtvrtém patře. Já jsem ale dobře věděla, co chci. A najednou... „Asi ano,“ odpověděla jsem a jakoby nic jsem si jela na „zdravotní“ pro injekci Apaurinu.

Asi jsem byla v nějaké psychické krizi... Lenka K. vůbec netušila, jak mi v té chvíli vlastně pomohla!

Až po čase, když už jsem na tom byla psychicky lépe, jsem jí všechno řekla. Nevím, jak se cítila. Dlužím Vám, Lenko, velký dík...

Teď, třetího srpna, když to píšu, jsem docela v pohodě. Ale nevím, jestli mi zas někdy „nehrábně“...

Srpen 2014

Ilustr. foto: www.usphrabyne.cz



Pohled na komplex CSS Hrabyně



Pohled na část ubytovacího pokoje klienta CCS

CZP MSK poskytuje osobní asistenci a bezbariérovou dopravu

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o.p.s. (CZP MSK) poskytuje **osobní asistenci** lidem s chronickým onemocněním, zdravotním postižením či se sníženou soběstačností z důvodu vysokého věku. Osobní asistence je poskytována v přirozeném domácím prostředí, aby se při jejím výkonu cítili uživatelé příjemně a bezpečně. K uživatelům osobní asistenti přistupují individuálně podle toho, jaké mají potřeby a osobní cíle. Klientům nabízíme např. pomoc při osobní hygieně, při zajištění stravy, výchovné, vzdělávací a aktivizační aktivity a mnoho dalšího. Osobní asistenti se účastní vzdělávacích kurzů a neustále zdokonalují své kvality.

Službu osobní asistence Centrum poskytuje v pěti okresech, a to v **Ostravě, Frýdku-Místku, Bruntále, Opavě a Novém Jičíně.**

Individuální bezbariérová doprava

Službu individuální bezbariérové dopravy mohou využít osoby, které jsou zdravotně postižené, mají chronické onemocnění nebo osoby se sníženou soběstačností z důvodu věku. Službu poskytujeme také osobám, které jsou držiteli průkazu ZTP nebo ZTP/P a seniorům nad 64 let. Osoby, které se stanou imobilními krátkodobě v důsledku nehody či choroby, mohou službu taktéž využít. Bezbariérovou dopravu nemůžeme zajistit dětem do 24 kg nebo mladším 8 let, osobám duševně a mentálně postiženým, které nemají zajištěný doprovod.



Převrava je poskytována v **okrese Ostrava**. V ojedinělých případech lze dopravu poskytnout do sousedních okresů.

Bližší informace: Centrum pro zdravotně postižené o.p.s., Bieblova 3, 702 00 Ostrava, asistenceov@czp-msk.cz, tel.: 596 115 318, www.czp-msk.cz.

Ing. Simona Balázsová
CZP MSK, Ostrava



Běh pro Paraple aneb Každá noha dobrá

V neděli 8. června se v Letenských sadech v Praze úspěšně uskutečnil 15. ročník Běhu pro Paraple. Účast byla rekordní, návštěvníci závodili v běhu volným stylem na 100 metrů, běželi narozeninový běh na 4 km nebo si přišli poslechnout koncert Jaroslava Uhlíře s kapelou, Tomáše Kluse a kapely Čechomor. Výtěžek z akce činí půl milionu korun a bude celý využit na činnost a služby poskytované Centrem Paraple. Obecně prospěšná společnost Centrum Paraple pomáhá již dvacátým rokem lidem ochrnutým po poškození míchy následkem úrazu nebo onemocnění v průběhu života a jejich rodinám překonat těžkou životní situaci a najít cestu dál. Další informace najdete na www.paraple.cz.

Foto: Tomáš Lisý (výřezy)

Projekt Výzev se nebojíme

Změnil se jim svět, a přesto se nebojí...

Zahraniční zkušenosti se zaměstnáváním lidí na vozíku. Srovnání s ČR

Listina základních práv a svobod zaručuje osobám se zdravotním postižením právo na zvláštní pracovní podmínky, na zvýšenou ochranu zdraví při práci, na zvláštní ochranu v pracovních vztazích, na pomoc při přípravě k povolání, na spravedlivou odměnu za práci a nakonec i právo na uspokojivé pracovní podmínky.

Projekt „Výzev se nebojíme“ právě vstoupil do své třetí třetiny. Nositel projektu – brněnské ParaCENTRUM Fenix – projekt realizuje za podpory Evropských fondů. Partnery projektu jsou obdobné organizace na Slovensku, ve Slovinsku, Dánsku a Nizozemsku. Projekt řeší podmínky pro zkvalitňování služeb pro cílovou skupinu a rozšiřování informovanosti zaměstnavatelů při zaměstnávání osob na vozíku.

„Jako jeden z aktuálních úspěchů projektu jmenuji zahraniční dotazníkové šetření. Získali jsme tak nejen cenná data, ale i inspirující příběhy lidí na vozíku, kteří jsou ve své práci nepostradatelní,“ říká Ing. Blanka Marušincová, MSc, koordinátorka projektu. Příběhy si můžete přečíst na www.overcome.cz.

„V českém dotazníkovém šetření kladně hodnotím 127 úspěšně navrácených dotazníků. Zmíním i Pilotáž, kterou jsme zahájili dle plánu v lednu 2014. Na reprezentativním vzorku klientů v ní testujeme metody pro zvýšení jejich potenciálu zaměstnatelnosti. Následovat bude jejich hodnocení a uplatnitelnost v České republice“ dodává Blanka Marušincová.

Slovensko

Na Slovensku (5,4 mil. obyvatel) je podpora zaměstnávání občanů se zdravotním postižením řešena v zákoně o službách zaměstnanosti (slovenský zákon č.5/2004Z. z.) a jeho osmá část pojednává o podmínkách poskytování jednotlivých nástrojů aktivních opatření na trhu práce (AOTP) pro občany se zdravotním postižením. Záměrem tohoto aktivního opatření je podpora cílené přípravy na pracovní uplatnění, umístění a setrvání na otevřeném trhu práce.

Na druhé straně je v zákoně pamatováno i na příspěvky na zřízení chráněné dílny nebo chráněného pracoviště, které poskytuje úřad práce zaměstnavateli. Délka zachování místa je 2–3 roky. Zákon stanovuje i řadu dalších příspěvků, např. pro OSVČ, na obnovu vybavení, činnost



Graf znázorňující rozdíly v získávání práce u respondentů z ČR a partnerských zemí

asistenta atd. Při přiznávání jednotlivých dávek se na Slovensku navázalo na příjem daného jedince, tím se snížila motivace lidí pracovat. Raději zůstávají na sociálních dávkách a jsou na tom finančně stejně i bez práce. Ti nejschopnější pak situaci řeší tím, že si zřídí živnost a ve výdajích umožní veškeré příjmy. Pak nemají ze své činnosti žádný zdanitelný příjem, který by jim snižoval nárok na výplatu sociálních dávek.

Slovinsko

Ve Slovinsku (5 mil. obyvatel) je problematika zařazování postižených do pracovního procesu nevyhovující a velmi nešťastná. V rámci řešení nárůstu nezaměstnanosti bylo v minulých letech stanoveno, že pokud pobíratel plného invalidního důchodu začne pracovat, je mu výplata důchodu pozastavena a k obnovení jeho vyplácení dojde, pokud ztratí schopnost pracovat nebo o zaměstnání přijde. Tím přestala převážná část postižených pracovat, až na několik výjimek s nadprůměrným výdělkem na manažerských postech. Naopak rodinní příslušníci začali být evidováni jako osoby poskytující danému handicapovanému člověku osobní asistenci, za což pobírají od státu příspěvek. Sice se podařilo snížit počet osob evidovaných jako nezaměstnané, avšak došlo k velkému nárůstu výdajů ze sociálního systému.

Dánsko

V Dánsku (cca 5,5 mil. obyvatel) je situace jiná. Na národní úrovni již 90 let zastřešuje jedna organizace všechny postižené, je to DPOD (Disabled Peoples Organisations in Denmark). Pod ní pracují jednotlivé zájmové organizace zastupující 35 druhů postižení. Díky této koncepci a dostatku finančních prostředků se podařilo dosáhnout bezbariérového prostředí jak pro osoby s omezenou mobilitou, tak pro nevidomé nebo neslyšící. Bezbariérovost bylo plně dosaženo v celé infrastruktuře včetně veřejné dopravy i ve všech institucích a objektech veřejné vybavenosti.

V Dánsku není jako u nás rozdělena zdravotní a sociální péče, ale vše je řešeno komplexně z jedné složky v úrovni místní samosprávy. Finanční podmínky pro práci závisí na bohatství regionů, kde zájmové organizace působí, nyní zaznamenávají problémy s přerozdělováním prostředků. Dánské organizace v minulosti odmítly zákonnou povinnost zaměstnávat určité procento lidí s postižením jako pozitivní diskriminaci a nyní v situaci ekonomické krize a sociálních úspor se situace postižených významně zhoršila. Žádná úroveň postižení nevytváří automaticky nárok na invalidní důchod. Každý člověk je posouzen z hlediska schopnosti pracovat a je zařazen ▶

do některé ze tří možných kategorií. Například na plný invalidní důchod musí být člověk totálně ležící, jinak musí nějakou formou pracovat, od úrovně pracovní rehabilitace přes 10 hodinový týdenní úvazek až po 20 hodinový úvazek (plný úvazek je v Dánsku 32 hodin týdně). Vedle této povinnosti neexistuje zákonná povinnost postižené zaměstnávat, což v době vzrůstu nezaměstnanosti situaci lidí s handicapem zhoršuje.

V programu podporovaného zaměstnávání je sice zařazeno více jako 65 tisíc lidí s tělesným handicapem a dalších 15 tisíc má určenu povinnost částečného pracovního zařazení, odpovídající práci ale nemohou sehnat. Pokud však postižený odmítne využít nabídnuté pracovní uplatnění a nezařadí se do aktivního života ani doplňováním vzdělání, rekvalifikací nebo činností v neziskovém sektoru, je mu snižována i výše příspěvku na zakoupení kompenzačních pomůcek, včetně příspěvku na pořízení a provoz automobilu s tím, že veřejnou dopravu má přizpůsobenou.

Na druhé straně je nutné informovat o **dvou národních rehabilitačních centrech pro postižené po poranění páteře a míchy**, kde klienti zůstávají dle potřeby čtyři měsíce až jeden rok. Personál mimo zdravotní a rehabilitační péče s každým klientem a jeho rodinou plánují program pro jednotlivé fáze péče dle celkové situace pacienta, řeší se potřeba domácích úprav, stanovují se nutné pomůcky atp. Taktéž začínají s pacientem a jeho rodinou hovořit a řešit další život ve smyslu návratu do původní práce, práci v jiném oboru, dle potřeby vhodnou rekvalifikaci anebo studium. Začínají komunikaci se zaměstnavateli.

Jak je to u nás?

V Česku je **zákonná úprava obdobná jako na Slovensku, tedy s povinností zaměstnavatelů zaměstnávat osoby s handicapem. V obou zemích však chybí aktivní práce se zdravotně postiženým** tak, aby i tato stránka života byla řešena již v průběhu jeho léčení a aby po ukončení hospitalizace a rehabilitace mohl návazně začít dle svých podmínek pracovat. Současně zaměstnavatelé nemají dost informací o potřebách postižených a povinnosti je zaměstnávat se vyhybají, a to jak z důvodu neznalosti, tak i z nepřiměřené obavy z komplikací při úpravách pracoviště.

Povinnost zaměstnávat je pak firmami velmi často obcházena institutem tzv. „náhradního plnění“, kdy jako práce lidí s postižením byly často v minulosti vykazovány velmi diskutabilní činnosti, např. přefakturace dodávání kancelářských potřeb... Proti tomuto obchá-

zení zákona se začalo již v průběhu posledních tří let něco dělat, ale bez velkého úspěchu. Každý zdravotně postižený se musí tedy snažit sám...

Analýza podmínek zaměstnávání postižených v **Nizozemsku** bude zpracována v návaznosti na setkání s partnery projektu, které se uskuteční koncem srpna v městečku De Rijp u Amsterdamu.

K ideálu daleko

Uvedené příklady ukazují, že u žádného z partnerů projektu Výzev se nebojíme nejsou podmínky pro zaměstnávání postižených po úrazu páteře ideální. **Zahraníční zkušenosti a podrobná identifikace faktorů, které dosud brání českým osobám se zdravotním postižením zvýšit svou zaměstnanost, nám umožňují navrhnout opatření, která by měla přispět k jejich vyšší zaměstnatelnosti.** Odborná publikace pro cílovou skupinu i pro zaměstnavatele přispěje ke zlepšení současného stavu postižených osob na vozíku na trhu práce.

Jednotlivá témata chceme komunikovat u kulatého stolu v říjnu tohoto roku se zástupci státní správy, samosprávy i zaměstnavatelů a připravit následně pro konferenci ESCIF (European Spinal Cord Injury Federation), která se bude konat v květnu 2015 u nás v Brně. Zaměstnávání postižených bude jedním z hlavních témat konference.

*Ing. Dana Wendscheová, Ph.D.
místopředsedkyně Rady o.s.
ParaCENTRUM Fenix*

Rozhovor Vozky se zástupci projektu

• **Z grafu vyplývá, že Úřad práce ČR je v oblasti zajišťování práce zdrav. postiženým totálně neúspěšný. Jak si to vysvětlujete?**

Role hraje více faktorů najednou. Zprv v ČR existuje „tradice“ získávání práce přes známé, a to i u většinové populace. A zadruhé ÚP neslaví úspěchy ani při zprostředkování práce běžným nezaměstnaným. Nezaměstnaných je tolik, že pracovníci úřadu fungují spíše jako sběrači žádostí. Úřad snad může pomoci při zajišťování rekvalifikačních kurzů, ale celkově nemá na aktivní politiku zaměstnanosti potřebné finance, alespoň se tak tváří (na jednotlivých krajských pobočkách se situace může samozřejmě lišit).

ÚP je rovněž institucí, která vyplácí příspěvky na péči a další dávky pro ZP (a tato činnost vážně méně než hledání práce). Pracovníci úřadu neznají specifika problematiky jednotlivých postižení (např. dva lidé na vozíku mohou mít s ohledem na příčinu své disability zcela rozdílné potřeby...). Z toho vyplývá, že často

neumí se ZP pracovat, tzn. nabídnout adekvátní práci, poradit či motivovat.

• **Spolupracujete formálně ale i fakticky s Národní radou zdravotně postižených v ČR (NRZP)? Rada je respektována vládou ČR a svou praktickou činností se snaží ovlivňovat zákony a sociální legislativu ve prospěch ZP.**

Ano, spolupracujeme a jsme členy NRZP, ale k jejímu fungování máme určité výhrady. Nebudeme je specifikovat...

• **Vaše organizace jako nositel a realizátor projektu je zaměřená na „páteřáky“, tedy klienty s postižením míchy. Proč otázku zaměstnávání řešíte jen v tomto „segmentu“ ZP, když tento problém je komplexní a týká se všech ZP?**

ParaCENTRUM Fenix je organizace, jejíž cílovou skupinou jsou lidé po úrazu páteře a míchy či po získaném onemocnění míchy. Toto má uvedeno i ve stanovách. Zajišťuje tedy komplexní služby pro svoji cílovou skupinu a díky její znalosti můžeme služby poskytovat na vysoké odborné úrovni. V projektu spolupracuje také se zahraničními organizacemi, které mají stejnou cílovou skupinu. Problémy těchto lidí máme, oni sami jsou např. zaměstnanci ParaCENTRA Fenix.

Každá cílová skupina má svá specifika, např. se dost podstatně liší potřeby diabetiků a potřeby lidí po spinálním traumatu... My třeba neznáme podrobně potřeby nevidomých a možnosti, které pro ně nabízí dnešní technika. I v zahraničí to takto funguje. ESCIF (European Spinal Cord Injury Federation) sdružuje zástupce organizací lidí po spinálním traumatu z 25 členských zemí, na kongresech jsou delegáti jednotlivých organizací s mobilitou na vozíku. I v partnerském Dánsku je organizace lidí žijících po spinálním traumatu, která hájí zájmy své cílové skupiny. Tato organizace je členem ESCIF a její členka je i předsedkyně ESCIF. Jako jedna z mnoha organizací je členem zastřešující organizace, která pracuje v národním měřítku. Tato organizace ponechává všem jejich specifika a současně zobecňuje poznatky jednotlivých cílových skupin. My jsme členem NRZP. A je úkolem NRZP zajišťovat a prosazovat obecné potřeby všech lidí s disabilitou.

• **Proč je okruh států spolupracujících na projektu tak nízký? Často se hovoří o Švédsku jako o vzoru vyspělého sociálního státu, proč v projektu není zastoupeno?**

Zahraníční partneři jsou organizace, se kterými se setkáváme při práci v ESCIF. Rada z nich spolupracuje na jiných národních a mezinárodních projektech. Právě švédská organizace velmi aktivně připravovala a následně realizovala v ESCIF mezinárodní projekt o bakteriích MRSA

a ESB (ParaCENTRUM Fenix oslovilo všechny spinální jednotky s prosbou o zapojení se do tohoto projektu). Probíhaly a probíhají další projekty z různých oblastí života po spinálním traumatu. Každá organizace má své pracovní kapacity a určitý počet lidí, který je schopen tyto mezinárodní úkoly řešit, protože musí zůstat potenciál na běžnou každodenní práci ve vlastní organizaci.

Participující státy byly vybírány dle dvou hledisek – Slovensko a Slovinsko má obdobný systém jako je v ČR, Dánsko a Nizozemsko jsou státy s vyspělým systémem sociální péče a podpory osob z naší cílové skupiny. Vícečetné partnerství by nebylo vzhledem k rozsáhlosti projektu a počtu aktivit možné technicky zvládnout – pracovní setkání, osobní kontakty s partnery atd.

Zaměstnávání lidí po spinálním traumatu bude nosným tématem kongresu European Spinal Cord Injury Federation v květnu 2015 v Brně. Na něm zazní i konkrétní informace z některých dalších států Evropy i prostřednictvím zástupců členských organizací (ParaCENTRUM Fenix je řádným členem ESCIF od roku 2009).

• **Nemáte pocit, že když už se ve veřejných sdělovacích prostředcích prezentují ZP jako pracující, tak spíše jen v řemeslných profesích, jako je např. košíkářství, výroba keramiky a podobně? Odpovídá to skutečnosti?**

My tento pocit nemáme. Myslíme si, že ZP mají uplatnění v různých typech zaměstnání. Fotografie z keramické dílny může být vnímána explicitněji než např. práce IT technika u PC (PC používáme všichni každý den, výsledky jsou „nehmatatelné“ oproti hrnku nebo košíku).

ZP se „zajímavějším“ povoláním se třeba nemají potřebovat prezentovat v médiích a chtějí zůstat spíše v anonymitě. Mohou mít obavy, že jim bude záviděno nebo bude jejich práce spojována s vysokými výdělky, a to ovlivní výši pobíraných dávek, důchodu apod. Nebo si zkrátka nepřejí, aby jejich zdravotní postižení bylo rozebíráno veřejně a spojováno s jejich prací (že by snad mohl vzniknout dojem, že práci dostali kvůli svému handicapu...).

Jsou země, kde se očekává, že se člověk dle svých možností aktivně zapojí do života společnosti a také jednotliví lidé cítí potřebu pracovat. Například ve Švýcarsku pracuje cca 60 % lidí po spinálním traumatu. V takové společnosti není potřeba mediálně zdůrazňovat, že někdo pracuje. Je to bráno jako samozřejmost i u lidí s různým typem disability.

Ptal se: Petr Dzido

Odpovídaly: Mgr. Monika Janírková, asistentka projektu pro sociální otázky, MUDr. Lia Vašíčková, projektová specialista na SCI



Klient a člen ParaCENTRA Fenix pracující jako servisní technik ve firmě dodávající kompenzační pomůcky

České úřady práci lidem s postižením nedávají, zjistila NRZP ČR

NRZP ČR po sedmi letech uskutečnila nové dotazníkové šetření o míře zaměstnávání osob se zdravotním postižením (OZP) na jednotlivých ministerstvech. Nebylo to ale vůbec jednoduché. „Krajské úřady nám prakticky téměř neodpověděly,“ uvedl předseda rady Václav Krása. Ze čtrnácti krajů údaje zaslaly pouze tři. Ani ministerstva neposkytla úplná data.

Zákon č. 435/2004 Sb. ukládá všem zaměstnavatelům kromě Hasičského záchranného sboru a Policie ČR zaměstnávat 4 % OZP. Toto procento povinného zaměstnávání OZP mohou plnit i tzv. náhradním plněním, to je odběrem výrobků a služeb od zaměstnavatelů, kteří zaměstnávají více než 50 % těchto osob. Pokud toto procento neplní, jsou povinni odvést sankční platbu, a to ve výši 2,5násobku průměrné mzdy za 1.–3. čtvrtletí kalendářního roku, v němž povinnost plnit povinný podíl OZP vzniká.

Z uvedeného srovnání jednoznačně vyplývá, že došlo k **dramatickému poklesu zaměstnávání OZP jednotlivými ministerstvy. Státní orgány téměř rezignovaly na snahu vytvářet vhodné pracovní podmínky pro zaměstnávání těchto osob a raději odvedou sankci.** Tato sankce musí být uhrazena z prostředků určených na platy zaměstnanců. Podle průzkumu národní rady odvedla ministerstva v roce 2013 sankce ve výši 19 milionů. O šest let dříve to přitom bylo jen 1 100 000 korun.

V ČR je v evidenci ÚP evidováno přibližně 61 tisíc uchazečů o zaměstnání se zdravotním postižením. Toto číslo je však velmi nepřesné, protože ÚP nezařazuje jako uchazeče o zaměstnání osoby, které pobírají invalidní důchod 3. stupně, mimo evidenci jsou další desítky tisíc, které de facto rezignovaly na hledání jakéhokoliv zaměstnání a žijí pouze ze svých invalidních důchodů.

Náš sociální systém upřednostňuje invalidizaci osob se zdravotním postižením před vyvinutím maximálního úsilí na vytvoření vhodných pracovních podmínek pro osoby se zdravotním postižením. Část osob se zdravotním postižením programově neshání zaměstnání, protože se bojí, že jim bude odebrán anebo snížen invalidní důchod. Systém podpory zaměstnávání osob se zdravotním postižením potřebuje podle NRZP ČR zásadní systémovou změnu.

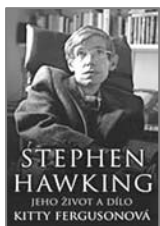
TZ NRZP ČR, red

NAŠE TIPY

Knihy, CD, DVD, internet



Stephen Hawking – Jeho život a dílo



Fergusonová Kitty, 416 str., 311 Kč, Nakladatelství Práh.

Autorizovaný životopis jedné z nepozoruhodnějších postav současnosti, navíc průvodce teoretickou fyzikou řečí normálních smrtelníků. České vydání lektoroval Jiří Grygar.

Stephen Hawking je jednou z nejpozoruhodnějších postav současnosti. Tento cambridgeský génius si získal celosvětové renomé jako brilantní teoretický fyzik a navíc se stal velkým zdrojem inspirace pro každého, kdo byl svědkem jeho vítězství nad postižením. Toto je Hawkingův životní příběh očima Kitty Fergusonové, která se při psaní mohla spolehnout na pomoc samotného Hawkinga a jeho blízkých spolupracovníků. Kniha přináší pestrý obraz Hawkingova dětství, srdceryvných počátků jeho boje s postižením motorického neuronu během prvního roku postgraduálního studia na Cambridgi, sílícího mezinárodního věhlasu a dlouhých let osobního boje o přežití a snahy vědecky pochopit vesmír. V neposlední řadě shrnuje a laikovi vysvětluje vědecké teorie, kterými se Hawking zabýval.

Tělesné postižení jako fenomén i životní realita



Diskursivní pohledy na tělo, tělesnost, pohyb, člověka a tělesné postižení.

Novosad Libor, 168 str., 259 Kč, Portál.

Kniha se zabývá otázkami, co je lidské tělo, čím je dáno „jáství“ a jak spolu souvisí tělesnost, pohyb a transcendence, v čem spočívá tělesná jinakost a z jakých hledisek je nazírána, jak a čím definujeme normu, stigma, odlišné tělo a tělesné postižení. Naznačen je vývoj tzv. studií postižení (disability studies), terminolo-

gie, postojů k osobám s tělesným postižením i jejich inkluze. Čtenář zde nalezne pasáže o efektivní komunikaci a koordinované rehabilitaci, o překážkách, které musí lidé s tělesným postižením řešit apod.

Autor působí jako poradenský speciální pedagog, sociální pracovník i jako VŠ učitel, lektor a konzultant v oblasti pomáhajících profesí.

KUSUDAMA – Dekorace z papíru



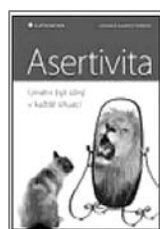
Svobodová Marta, 108 str., 264 Kč, Zoner Press.

Autorka v knize představuje techniku jednoho z mnoha druhů origami.

Čtenář se naučí poskládat z papíru krásné květinové koule nebo z jednotlivých kvítků vyrobit kytičku, dekoraci do bytu, výzdobu na sváteční stůl, šperky či roztomilou postavičku. KUSUDAMA může sloužit jako výzdoba i pro různé významné životní události, jako je svatba, narozeniny, dětská párty atd.

Tato kniha je určena pro dospělé, kteří rádi tvoří, ale i pro všechny šikovné děti. Kapitoly jsou řazeny podle jednotlivých technik a jejich obtížnosti. Část knihy tvoří galerie výtvorů, které vás budou inspirovat.

Asertivita – Umění být silný v každé situaci



Potts Conrad a Potts Suzanne, 208 str., 269 Kč, Grada Publishing, a. s.

Není potřeba vyvíjet nátlak, abyste dosáhli toho, co chcete. Existují jednoduché způsoby, jak se prosadit. Publikace poradí a na příkladech ukáže, jak jednat asertivně, vybaví praktickými nástroji a technikami ke zvládnutí celé řady situací v práci i osobním životě. Zajímá vás, jak získat na pracovišti respekt, který si zasloužíte? Jak vyjít s rodinou, přáteli a sousedy? Pak je to kniha pro vás.

Nemocnice – Místo, které znám



Hämmerle Susa, Trapp Kyrima, 24 str., 59 Kč, Grada Publishing, a. s.

Připravte své dítě na situace, do kterých se dostane nebo může dostat. Knížka přináší spolu

s obrázky jednoduchý text o tom, jak se v určitých situacích chovat a co od nich čekat. Např. s tím, jak to chodí ve školce, u dětského lékaře, v zubní ordinaci i v nemocnici. Úspěšně vysvětlit pomáhají obrázky, jednoduchý příběh, se kterým se děti mohou ztotožnit i řada úkolů, jež se v knize plní. Mohou si také prohlédnout průřez nemocnicí a poznat, co všechno se v ní skrývá.

Ó, sladké stáří



Dienstbier Zdeněk a Procházková Zdenka, 176 str., 199 Kč, Radix.

Ve své publikaci navazuje prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., čestný předseda Ligy proti rakovině Praha, na svou předchozí úspěšnou knihu Průvodce stárnutím aneb Jak ho oddálit, tentokrát ve spolupráci s českou herečkou, bývalou manželkou Karla Högera, Zdenkou Procházkovou.

Oba autoři zobecňují vlastní zkušenosti z života a konfrontují je se znalostmi oborů gerontologie a geriatrie. S nadhledem a humorem, ale i hlubokým pochopením pro zdravotní i psychické problémy starší či nejstarší generace se zabývají jednotlivými skupinami nemocí ve stáří a pokoušejí se upozornit zejména své vrstevníky na rizika a problémy stárnutí a doporučit jim, jak se těmto problémům ve stáří alespoň trochu úspěšně bránit.

Stáří a smysl života



Ondrušová Jiřina, 170 str., 200 Kč, Karolinum.

Téměř každý člověk si opakovaně pokládá otázky směřující ke smysluplnosti lidského bytí, k významu lidského snažení, a mnohdy i ve vztahu ke konečnosti vlastního bytí.

Mohou to být otázky spojené s přirozeným vlastním bilancováním v různých obdobích života. Současné pojetí stáří, jeho nahlížení z různých společenských a věkově nastavených odrazů může zrcadlit nejen náš vlastní postoj, ale také postoj okolí. V návaznosti na potřebu pozitivního vnímání stáří v souvislosti se společenskou propojeností, založená na hodnotě člověka a jeho právech, stojí před významným úkolem.

Odborně důsledně pojatá publikace Jiřiny Ondrušové přináší i množství osobních příběhů (kazuistik).

(bf)

Publikace si rovněž můžete vypůjčit ve Vaší nejbližší bezbariérové knihovně

Výstaviště Černá louka Ostrava zve na výstavu ŽIVOT BEZ BARIÉR

Jak aktivně trávit důchodový věk? Jak usnadnit a zpříjemnit seniorům život? Jak pomoci handicapovaným vést plnohodnotný život? Jaké změny a úpravy vyžaduje zdravotní omezení? Jaké jsou novinky na trhu s pomůckami pro zdravotně znevýhodněné osoby?

Odpovědi na tyto a další otázky najdete na výstavě **Život bez bariér**. Cílem výstavy je pomoci lidem s různými druhy postižení, a to jak zdravotními, tak společenskými a přispět tak ke zlepšení života, integrace do společnosti ve všech sférách jejich činnosti.

Třetí ročník výstavy **Život bez bariér** se koná ve dnech **10.–12. 10. 2014** na **Výstavišti Černá louka v Ostravě**. Najdete zde pestrou nabídku firem poskytujících sociální a asistenční služby, úpravy bydlení, vozidel, možnosti trávení volného času a cestování. Uvidíte praktické ukázky pomůcek pro seniory a handicapované, např. schodolezy nebo sportovní kočárky pro oblíbené venkovní aktivity, jako jsou turistika, cyklistika, jogging či on-line brusle, kočárky a vozíky určené pro děti a dospívající a jiné kompenzační pomůcky. Můžete si nechat vyšetřit sluch, nechat si poradit od specialistů na výživu nebo navštívit stánek Knihovny města Ostravy pro handicap. Ta se zaměřuje na zrakově, mentálně i sluchově postižené.

Připraven je také bohatý doprovodný program plný přednášek na různá témata, např. Jak se žije seniorům, Bezpečnost seniorů, Bezbariérová dovolená v Česku,



Zdravá výživa aj. Návštěvníci mohou shlédnout ukázkou výcviku vodicích a asistenčních psů, canisterapie, ale také vystoupení tanečního souboru senierek Jiřinky z Paskova, hudební vystoupení Trigon Band, tradiční romský tanec a moderní taneční kreace latinskoamerického stylu dětí Taneční skupiny Společně – Jekhetane nebo Taoistické tai chi™ vnitřní umění pro zdraví.

Výstava **Život bez bariér** bude probíhat souběžně s výstavou o bydlení **Tepl**

domova, kde budou prezentovány novinky a trendy z oblasti stavebnictví, vytápění, vybavení interiérů a exteriérů.

Dalším příjemným zpestřením je výstava **Kreativ**, která je určena všem, kteří rádi tvoří a mají rádi originální výrobky – bižuterii, keramiku, oblečení, doplňky apod. Letos nově se uskuteční také výstava kreativního pečení **Sladké pečení**. V rámci vstupního na výstavu **Život bez bariér** tak budete moci navštívit další tři výstavy.

Otevírací doba: 10.–11. října 10–18 hod., 12. října 10–16 hod.

Vstupné: dospělí 70 Kč, důchodci, děti, studenti, ZTP 50 Kč. Hromadný vstup pro školy (minimálně 20 osob) 20 Kč.

Na Vaši návštěvu se těší Ostravské výstavy, a.s.

Text, foto z akce v r. 2013:

Výstaviště Černá louka

Kontakt, info: www.cerna-louka.cz



Kompenzační prostředky pro ovládání počítače lidmi s těžkým těles. handicapem (zejména kvadruplegiky)

Vozka v tomto čísle představuje kompenzační prostředky a programy pro ovládání počítače (PC) lidmi s těžkým tělesným postižením, které nabízí olo-moucké občanské sdružení PETIT.

Informační a komunikační technologie (ICT) umožňují mnoha lidem s postižením prožít plnohodnotnější život. Základním předpokladem je však jejich zpřístupnění. V tomto článku vám představíme možnosti **alternativního ovládání počítačů pomocí speciálních zařízení**. Zde popisované pomůcky jsou určeny především pro lidi s těžkým tělesným postižením – s poruchou hybnosti horních končetin a kvadruplegiky. Žádná z uvedených pomůcek není hrazena ze zdravotního pojištění, ale na všechny lze získat až 90% příspěvek od Úřadu práce ČR na základě zákona 329/2011 Sb.

Základní pravidla

Při volbě alternativního zařízení je vhodné navrhnout jen ty nejnütnější úpravy. Raději podporujeme používání standardnějšího zařízení, často i v případě obtížnějšího ovládání. Při zpřístupnění ICT nelze opomíjet i funkce Usnadnění integrované do používaného operačního systému PC. Pro výběr alternativního zařízení neexistuje žádný univerzální recept, vždy musíme vycházet z individuálních potřeb a schopností konkrétního člověka.

Náhrady za standardní myš

Ovládání počítače pomocí myši způsobuje často potíže i začátečníkovi bez postižení. Proto je náhrada za myš při motorickém postižení velmi častá. Nejjednodušším řešením je ovládání PC pomocí myši zcela vyloučit a ovládat počítač výhradně pomocí klávesnice (například menu Ovládací panely – Možnosti usnadnění: Myš klávesnicí). Některé typy tělesného postižení však znemožňují i používání standardní klávesnice a je nutné využít virtuální (softwarové) klávesnice v kombinaci s myš, jindy je vyloučení ovládání pomocí myši nežádoucí.

Alternativní myši

■ Trackbally

Při použití trackballu samotné zařízení zůstává stabilní – pohybujete jen koulí. Tento způsob ovládání je pro mnohé uživatele s motorickými problémy výhodný

z toho důvodu, že k přesunu kurzoru myši potřebují mnohem menší rozsah pohybu ruky než při práci se standardní myš. Kouli trackballu lze rozpohybovat jen prsty, zatímco ruka je ve stabilizované poloze. Trackball používají i lidé, kteří díky svému handicapu nemohou používat k ovládání PC horní končetiny a pohybují s koulí prostřednictvím nohy nebo tváře. V některých případech je tento systém vhodné doplnit externími spínači pro snadnější klikání a některé modely trackballů jsou vybaveny konektory pro jejich připojení.

Lze využít jak levné trackbally, původně určené jako ergonomické pomůcky pro běžné uživatele, tak i trackbally určené speciálně pro lidi s motorickým postižením.

Trackbally mají různou velikost koule. Při určitém zobrazení platí, že pro motorické postižení většího rozsahu je vhodnější větší koule. Trackball lze doporučit pro většinu lidí postižených DMO, umožňuje jim ovládat myš i v případě zvýšeného napětí svalů horních končetin.

Levné trackbally (kolem 1 000 Kč): MarbleMouse, Kensington Orbit TrackBall.



MarbleMouse



Kensington Orbit TrackBall

Dražší, speciální trackbally (2 500–5 000 Kč): BigTrack, KidTrack.



BigTrack



KidTrack

■ Joystickové myši

I v tomto případě zůstává zařízení ve stabilní poloze, uživatel hýbe s pákou joysticku a tím posouvá kurzor myši do požadované polohy. Pro tento účel nelze použít standardní joystick určený pro počítačové hry – je nutné použít joystick, který umí simulovat pohyb myši. Ovládat kurzor myši pomocí joysticku lze opět i pomocí nohou nebo hlavy.

Některé typy joysticků jsou vybaveny konektory pro připojení externích spínačů a často jsou dodávány i s alternativním designem páky. Joysticky s oblibou vyžívají lidé používající motorový vozík, který často ovládají podobným zařízením.

Vhodné joystickové myši (kolem 8 000 Kč): Roller Joystick, Optima Joystick.



Roller Joystick. Je vhodný především pro klienty s malou zručností, motorickými

problémy, třesem paží, křečovitostí, poškozením hybnosti ramene, šlach prstů, se syndromem karpálního tunelu. Je vybaven třemi barevně odlišenými tlačítky, které simulují kliknutí levým nebo pravým tlačítkem a funkci klikni a táhni.



Optima Joystick

Myši ovládané bez použití horních končetin

Tento způsob ovládání je vhodný zejména pro ty uživatele, kteří nejsou schopni vůbec ovládat horní končetiny (například při úplném ochrnutí). Pro takto těžce tělesně postižené uživatele jsou pak tyto náhrady za myš, ve spojení s virtuální klávesnicí zobrazenou na monitoru, často jedinou možností přístupu k počítači.

■ Ovládání pomocí pohybů hlavy

Pro bezchybné využití těchto zařízení je nutný bezproblémový pohyb hlavy. Princip těchto zařízení je ten, že pohyb hlavy nebo reflexního bodu připevněného na hlavě sleduje standardní webová nebo speciální infra kamera umístěná na monitoru počítače. Pohyb hlavy (reflexního bodu) se vyhodnocuje a převádí se na pohyb kurzoru myši.

Standardní klikání lze nahradit několika způsoby:

- speciálně definovanými klávesami na klávesnici (nevhodné pro těžce postižené),
- externími spínači připojenými ke speciální kameře,
- hlasovými povely (při nainstalovaném programu na hlasové ovládání PC),
- programem umožňujícím automatické klikání (DwellClick).

Zařízení pro ovládání PC pohyby hlavy (9 000–30 000 Kč): SmartNAV AT/EG, Tracker Pro.



SmartNAV 4 EG

■ Ovládání pomocí pohybů očí

Tento způsob ovládání řeší například původní český přístroj **I4Control** vyvinutý na ČVÚT v Praze. Mohou jej využít především lidé s velmi těžkým tělesným postižením bez jakýchkoliv motorických schopností. Při určitých typech postižení bývají okohybné svaly jedněmi z posledních svalů, které může člověk s těžkým tělesným postižením vědomě ovládat. Kamera umístěná na obrubě dioptrických brýlí sleduje pohyb oka (zornice) a prostřednictvím řídicího modulu jej převádí na pohyb kurzoru myši. Klikání je simulováno zavřením oka. Se systémem I4Control se dodává zjednodušené vstupní prostředí – mřížkové menu a několik původních virtuálních klávesnic.

Zařízení pro ovládání PC pohyby oka (kolem 45 000 Kč): I4Control, EyeGaze.



I4Control

■ Ovládání pomocí pohybů rtů

I při těžkém tělesném postižení často zůstávají svaly štěrbiny ústní hybné. Díky těmto svalům je možné ovládat speciální zařízení, které převádí velmi malý tlak rtů na pohyb kurzoru myši. Pomocí dechu nebo stiskem rtů či jazyka se provádí klik levým nebo pravým tlačítkem, dvojklik či funkce klikni a táhni (Drag&Drop).

Zařízení pro ovládání PC pohyby rtů (kolem 60 000 Kč): IntegraMouse, MouthMouse (systém byl představen ve Vozkovi č. 3 roč. 2013, pozn. red.).

Náhrady za standardní klávesnici

Klávesnice je pro ovládání počítače téměř nezastupitelná. **Jediná v současnosti existující možnost, jak zcela nahradit klávesnici pro plnohodnotný přístup k počítači je diktování a ovládání PC pomocí hlasu.** Existují však i další možnosti, jak standardní klávesnici nahradit a umožnit i těžce tělesně postiženým lidem používat počítač.

Alternativní klávesnice

Všechny níže popsané klávesnice lze doplnit plexisklovým krytem s otvory pro všechny klávesy, který zabraňuje nechtěnému stisku kláves, a tak umožňuje psát i lidem s těžkou poruchou motoriky (spasticita, svalová atrofie). Kryty jsou snímatelné, takže na klávesnicích lze psát i bez krytu.

■ Klávesnice s většími klávesami

Ze speciálních klávesnic jsou nejobvyklejší ty s velkými klávesami. Nejčastější jsou rozměrově dvojnásobné klávesy oproti standardním – tj. 2 × 2 cm. Těchto klávesnic je u nás dostupných několik typů, většinou v různém barevném provedení. Barevné rozlišení kláves umožňuje lepší orientaci na klávesnici, černo-bílý či černo-žlutý potisk je zase vhodný pro uživatele se zrakovou vadou. Tyto klávesnice nemají numerickou část, díky tomu jsou rozměrově podobné standardním klávesnicím.

Další variantou jsou klávesnice MID, které mají klávesy velké 4 × 4 cm a mohou obsahovat i numerickou část. Nevýhodou klávesnic MID je jejich rozměrnost a hmotnost.

Příklady levnějších klávesnic (kolem 2 000 Kč): Clevy, Jumbo.



Clevy



Jumbo (různá barevná provedení)

Příklady dražších klávesnic (6 000–12 000 Kč): BigKeys, MID Medium / Big.



BigKeys



MID Medium

■ Mikroklávesnice

Mikroklávesnice mají klávesy polo-
viční oproti standardní klávesnici. Větší-
nou jsou bez numerické části. Tyto sku-
tečnosti umožňují zmenšit rozměr klá-
vesnice až o polovinu. Kompaktní kláves-
nice používají lidé, kteří mohou používat
jen jednu ruku, uživatelé se svalovou
dystrofií a malým rozsahem pohybu nebo
lidé píšící pomocí ústní tyčinky či hlavo-
vého ukazovátko.

Příklad speciální mikroklávesnice (ko-
lem 1 500 Kč): Ultra Compact Keyboard.



Ultra Compact Keyboard

Lze použít i klávesnice dodávané jako
doplňky k tabletům.

■ Programovatelné klávesnice

Tyto klávesnice lze přizpůsobit indi-
viduálním potřebám každého uživatele,
a to jak z hlediska rozložení kláves, tak
i nastavením síly dotyku na klávesnici,
rychlosti odezvy kláves atp. Pro klávesni-
ci je možné využít některou z dodávaných
standardních šablon, popř. pomocí speci-
álního software vytvořit vlastní šablony
s libovolným počtem a rozložením kláves.
Klávesnice jsou dotykové (senzorové)
a lze je ovládat nejen prstem, ale i jinou
částí těla, případně pomocí hlavových
ukazovátek nebo ústních tyčinek.

Příklady programovatelných klávesnic
(12 000–20 000 Kč): IntelliKeys, Helpi-
Keys.



IntelliKeys

■ Klávesnice pro psaní jednou rukou

Tyto klávesnice jsou určeny pro uživa-
tele, kteří nemohou požívat obě ruce.

V zásadě jsou tři typy těchto kláves-
nic. První typ obsahuje všechny klávesy,
které jsou zpravidla rozloženy do ergo-
nomického tvaru (Maltron). Druhý typ
obsahuje jen třetinu až polovinu kláves –
ke všem znakům pak lze přistupovat přes
funkční klávesy (Frog). Poslední typ
obsahuje jen několik kláves a různé znaky

se píší stisknutím kombinace jednotlivých
kláves (CyKey).

Příklad klávesnice pro jednu ruku (ko-
lem 15 000 Kč): Maltron One Hand Key-
board.



Maltron One Hand Keyboard, provedení
pro levou ruku

Virtuální (softwarové) klávesnice

Virtuální klávesnice jsou softwarové
klávesnice zobrazené na monitoru. Tyto
klávesnice používají lidé, kteří mohou
ovládat počítač jen pomocí náhrady za
myš, tedy především lidé bez schopnosti
ovládat horní končetiny. Lze využít stan-
dardní **Klávesnici na obrazovce** systému
Windows (menu Ovládací panely – Usnad-
nění přístupu – Centrum usnadnění), která
však nepřináší žádnou zvláštní přidanou
hodnotu.

Při použití speciální softwarové klá-
vesnice (Click-N-Type) je možné vytvořit
vlastní klávesnici pomocí návrháře klá-
vesnic, využít možností alternativního
ovládání (Skenování, Autoklik), nebo inte-
grovaného slovníku. Některé náhrady za
myš (I4Control, FaceMouse) mají vlastní
virtuální klávesnice, které umožňují speci-
ální funkce při psaní. Například u frek-
venční klávesnice jsou všechny znaky
uspořádány podle jejich četnosti a jsou ze
středu klávesnice dostupné maximálně na
pět pohybů. Predikční klávesnice, vytvo-
řená na základě dosud napsaných písmen
a za pomoci vestavěného slovníku, nabízí
nejčastější slova a tím zrychluje psaní
textu.

Virtuální klávesnice se využívají i při
práci s dotykovými monitory nebo table-
ty, kdy lze psát dotyky prstu nebo pomocí
speciálního hlavového ukazovátko přímo
na obrazovce počítače.

Další možnosti ovládání PC

Níže uvedené způsoby rozšiřují mož-
nosti přístupu především lidem s velmi
těžkým tělesným postižením, kteří nejsou
schopni žádného nebo velmi omezeného,
pohybu končetinami.

■ Hlavová ukazovátko, ústní tyčinky, tužky

Prostřednictvím hlavových ukazová-
tek nebo ústních tyčinek mohou psát na

klávesnici i lidé neschopní ovládat horní
končetiny. Hlavové ukazovátko je upnuto
na hlavě pomocí speciální čelenky. **Vyža-
duje poměrně velký rozsah pohybu
hlavy.** Ústní tyčinky mají obvykle tvaro-
vaný náustek. Při jejich použití není po-
třebný takový rozsah pohybu hlavy –
uživatel je usměřuje i pohyby rtů. Oba
typy ukazovátek vyžadují práci s vhodnou
klávesnici, která je uchycená do poloho-
vacího držáku.

Uživatelům se zhoršenou motorikou
horních končetin může při ovládání klá-
vesnice pomoci tužka nebo specificky
tvarovaná tyčinka, připevněná k ruce po-
mocí rukavice nebo s jiným speciálním
uchopením.

Hlavové ukazovátko (cca 6 000 Kč):
HeadPointer.



HeadPointer

■ Ovládání pomocí spínačů

Pomocí externích spínačů ovládají po-
čítač lidé s velmi těžkým tělesným posti-
žením. Takto lze ovládat jen speciálně
přizpůsobené programy, a to jak jedno-
účelové aplikace (1Klávesou, Média počí-
tá), tak i speciální prostředí (The Grid2),
ve kterých lze využívat počítač komplex-
ně (surfování, multimédia...). Spínače lze
používat i jako doplňkové zařízení pro
simulaci stisku těžko dostupných kláves,
nebo klávesových zkratk (Shift, Alt,
Ctrl...).

Pro připojení spínače k počítači je
nutný adaptér, což je rozhraní (interface),
k němuž se na jedné straně připojují spí-
nače, druhá strana je pak připojena, ob-
vykle přes USB, k počítači. Adaptér při-
děluje každému připojenému spínači
jednu konkrétní klávesu, takže stisk spí-
nače odpovídá stisku určité klávesy na
klávesnici. Adaptéry jsou různých typů –
lze k nim připojit dva nebo více spínačů,
jejich funkce je buď jednoznačná (obvyk-
le Mezerník a Enter), nebo se dá změnit
nastavením v ovládacím programu.

Typy spínačů, které lze pro tento způ-
sob ovládání použít, jsou velmi rozmani-
té. K dispozici jsou velmi malé mikrospí-
nače vyžadující jen lehký dotyk, které
jsou určeny pro uživatele s těžkou svalov-
ou ochablostí, velká tlačítka o průměru
až 15 cm, spínače do dlaně i spínače, kte-
ré lze ovládat vdechem a výdechem. Tla-

čítka lze ovládat různými částmi těla, často se ovládají pomocí hlavy. Ke správnému uchycení a polohování spínačů lze využít protismykové podložky, příchytky na suchý zip, polohovací držáky atp.

Příklady spínačů (1 000–5 000 Kč): Buddy Buton, BigRed Twist Switch, PalPad Switch, Grasp Switch.



BigRed Twist Switch

Příklady adaptérů (2 000–5 000 Kč): Simple Switch Box, MultiSwitch.



Simple Switch Box



MultiSwitch

■ Dotykové obrazovky

Dotykový monitor (touchscreen) může zcela nahradit myš i mechanickou klávesnici. Styl práce s dotykovou obrazovkou je vlastně simulace práce s myší – poklepnem prstu na monitor se přesouvá kurzor myši. U multidotykových monitorů je možné ovládat různé aplikace pomocí více dotyků najednou (zvětšování obrázků). Použití dotykového monitoru osobami s tělesným postižením je podmíněno dobrou motorikou horních končetin a schopností správné koordinace očí s rukou. V případě těžkého postižení lze dotykovou obrazovku využít při ovládnání pomocí hlavového ukazovátko nebo ústní tyčinky. Kapacitní dotykové monitory vyžadují přímý dotyk prstem nebo speciálním perem – stylusem.

V současné době jsou velmi populární **tablety**, což jsou v podstatě ultrapřenosné kompaktní počítače vybavené dotykovou obrazovkou, většinou kapacitní. Dalším trendem jsou **dotykové monitory**, do nichž je **zabudován kompletní plnohodnotný počítač (All-In-One PC)**.

Dotyková zařízení nabývají na významu i pro těžce tělesně postižené lidi především díky novým vlastnostem operačních systémů, které například umožňují ovládat vybrané programy jediným dotykem kdekoli na ploše monitoru (iOS 7).

■ Podpěrky a držáky

Při práci s počítačem je dobré využít různé ergonomické pomůcky. Velmi účelné jsou podloketní podpěrky (Ergorest, Wasp Wrist Rest Set), které nejen uvolňují zádové svalstvo, ale především poskytují potřebnou podporu v případě svalové ochablosti. Držáky spínačů a dalších zařízení umožňují polohování a tím i jejich bezproblémové používání. Pomocí držáků lze k nim přichycené zařízení upevnit přesně do té pozice, jakou uživatel potřebuje, a to s jistotou, že se používaný přístroj nepohne.

Příklad podpěrky (2 000–5 000 Kč): Ergorest.



Ergorest

Příklad držáku (kolem 6 000 Kč): Universal.



Držák Universal

Software pro ovládání PC

Níže uvedené programy se využívají jednak při zjednodušeném ovládnání počítače pomocí externích spínačů, jednak jako na jakémkoliv zařízení nezávislé programy.

■ Ovládání počítače hlasem

Pomocí programů rozpoznávajících řeč lze částečně nebo úplně ovládat počítač, a tak nahradit myš i klávesnici. Další programy pak slouží k diktování textu a jejich prostřednictvím lze diktovat dokumenty podobně, jako se píše na standardní klávesnici.

Jednodušší programy umí porovnat dříve nahrané zvuky se zvukem, který právě zazněl a vykonat k němu přiřazenou akci. Sofistikovanější software (MyVoice)

porovnává datově uložený text s právě vysloveným slovem a provede příslušnou akci. Diktovací programy (MyDictate, NewtonDictate) pak pracují s rozsáhlými databázemi slov ve všech tvarech a v nich vyhledávají slovo nebo větu, které byly právě vysloveny.

Programy pro ovládání PC hlasem (7 000–30 000 Kč): MyVoice, MyDictate, NewtonDictate.

■ Programy se zjednodušeným ovládním

Tyto aplikace jsou přizpůsobené zjednodušenému ovládnání, například pomocí jediného spínače. Jsou to různé výukové programy, popř. zjednodušený textový editor. I když jejich používání není tak snadné jako pomocí myši nebo klávesnice, zpřístupňují lidem s těžkým tělesným postižením výuku, vzdělávání, poznání i komunikaci.

Pro snadnější ovládání počítače slouží i speciálně vytvořená prostředí, která lze ovládat pomocí několika kláves nebo třeba jen jediným tlačítkem. Tyto programy zastupují některé funkce systému, jako je pracovní plocha, spouštění aplikací, přístup na web, posílání mailů, spouštění hudby, filmů nebo prohlížení obrázků. Kromě zjednodušeného ovládnání lze některá prostředí dynamicky měnit, popř. mohou mít navíc další užitečné funkce, jako je ovládání skeneru, hlasového průvodce, RSS čtečky atp.

Program ovládaný jedním spínačem (zdarma): 1Klávesou.

Zjednodušené rozhraní operačního systému (kolem 20 000 Kč): Dolphin Guide.

■ Freeware programy (pro Windows)

Existuje celá řada programů, které jsou k dispozici zdarma, přesto jsou jejich funkce užitečné a mohou výrazně zjednodušit lidem s postižením přístup k počítači. Jedná se například o tyto programy:

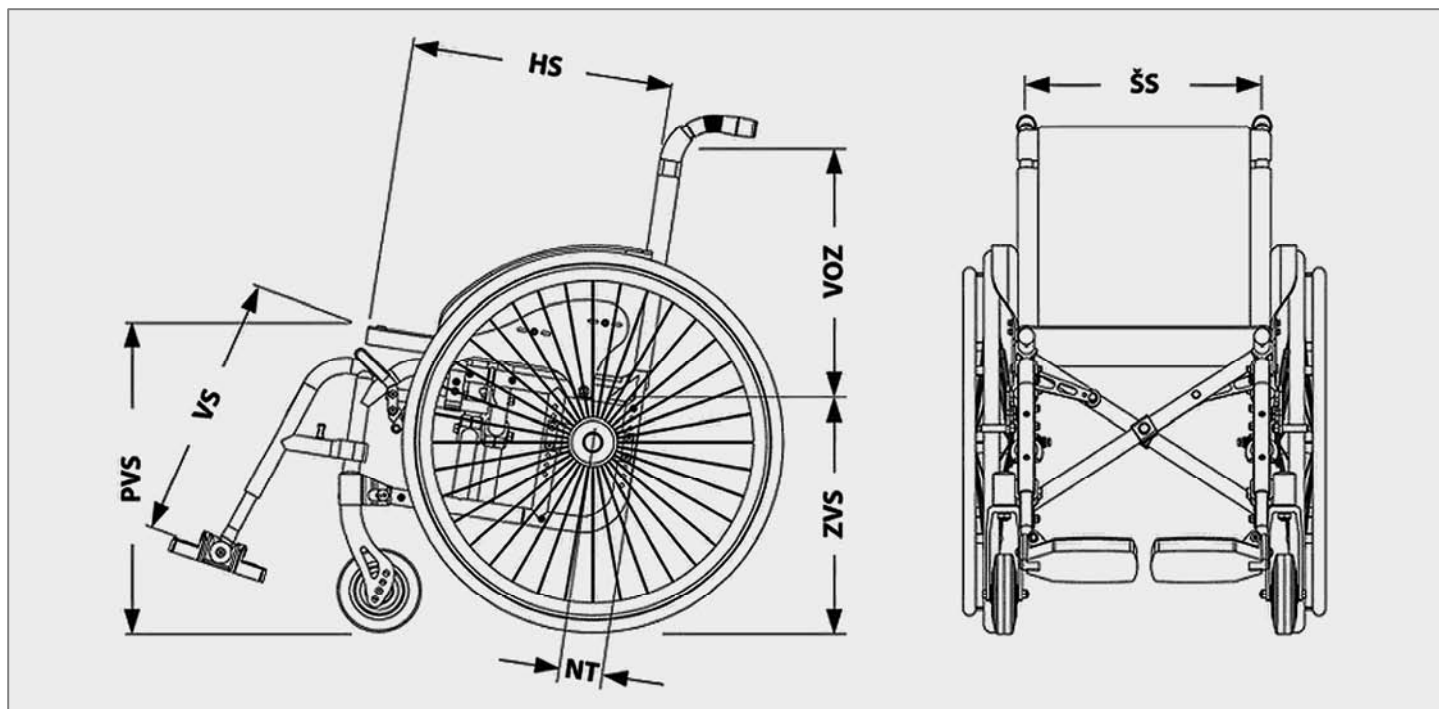
- JetVoice – software pro hlasové ovládání PC na jednoduché úrovni.
- Click-N-Type – virtuální klávesnice s možností automatického klikání nebo skenování, s možností vytvořit si klávesnici podle vlastního návrhu.
- Usnadnění – náhrada za myš ovládaná jedinou klávesou.
- DwellClick – automatické klikání vybraným tlačítkem myši.
- FaceMouse, eViacam – myš ovládaná pohyby obličeje.

Všechny představené pomůcky i programy si lze prohlédnout i objednat u o. s. PETIT.

Kontakt a další informace: PETIT HW-SW, Řepčinská 82, 779 00 Olomouc, petit@petit-os.cz, www.petit-os.cz.

Jiří Menšík, PETIT
(dz) (pp)

Vybíráme ortopedický vozík



Určení správných rozměrů (mechanického) vozíku

Pozn.: Některé informace jsou platné i při výběru vozíku elektrického.

Šířka sedu (ŠS)

Vzdálenost mezi postranicemi a kyčlí uživatele by měla být cca 1–2 cm na obou stranách (orientačně můžete změřit pomocí dlaní rukou).

Hloubka sedu (HS)

Vzdálenost mezi trubkou zádové opěrky:

Mezi předním okrajem sedačky a podkolenní jamkou by měl být prostor cca 5–6 cm (orientačně můžete změřit pomocí 3–4 prstů). Příliš krátký sedák neposkytne správnou oporu sedacím partiím.

Úhel sedu

Rozdíl mezi zadní výškou sedačky (ZVS) a přední výškou sedačky (PVS):

Mezi výškou zadního a předního okraje sedačky standardně doporučujeme rozdíl cca 4–6 cm a podle potřeby přizpůsobit také úhel opěrky zad (závisí na diagnóze a pocitu komfortu a stability uživatele).

Výška opěrky zad (VOZ)

Vzdálenost mezi zadním okrajem sedačky a horním okrajem opěrky zad:

Nedoporučuje se, aby opěrka zad byla vyšší než dolní spojnice lopatek, ideálně 2 cm pod lopatkami (závisí na diagnóze a pocitu komfortu a stability uživatele).

Pozn.: Nezapomeňte, že pokud pacient sedí na sedáku / antidekubitní podložce, reálná výška opěrky zad se sníží!

Vzdálenost stupaček (VS)

Vzdálenost mezi předním okrajem sedačky a zadním okrajem stupačky:

Stupačka by měla být nejméně 5 cm nad podlahou a dolní část stehen by neměla být odlehčena (jinak se zvýší tlak na sedací hrboly) ani příliš stlačena.

Pozn.: nezapomeňte, že máte-li boty, reálná vzdálenost stupačky se zvýší. Pata bývá také většinou ještě za zadním okrajem stupačky.

Nastavení těžiště (NT)

Vzdálenost mezi osou trubky zádové opěrky a středem zadního kola:

Čím je tato vzdálenost menší, tím je vozík stabilnější proti převrácení, ale o něco málo je ztížena ovladatelnost a naopak.

Pozn.: U uživatelů s amputací dolních končetin doporučujeme pomocí adaptéru těžiště posunout osu kola až za osu zádové opěrky.

Jak správně vybrat ortopedický vozík

Při výběru typu ortopedického vozíku je dobré se zaměřit na požadavky, které máme na jeho používání.

Nejdůležitější parametry, na které bychom se měli zaměřit:

- 1. Nosnost vozíku** = hmotnost uživatele.
- 2. Šířka sedáku** – nejdůležitější rozměr

při výběru vozíku. Se sedákem s minimálními mezerami bude vozík nepohodlný. S příliš širokým sedákem bude vozík hůře ovladatelný, zbytečně široký (horší průjezd mezi zárubněmi apod.), zbytečně těžký (horší manipulace) a může způsobit deformity trupu.

3. Hmotnost vozíku – čím těžší vozík, tím horší je manipulace s ním, zejména při nakládání do osobního automobilu.

4. Rychlospojka kol – umožňuje rychlou demontáž zadních kol, což je důležité zejména při nakládání do osobního automobilu. Kola se sundají lehce bez nářadí pouhým stiskem na jeho osku. Při opětovném nasazení se kolo na osce zaaretuje automaticky.

5. Možnost složení vozíku (skládací rám) – výhodné zejména pokud vozík převážíme v osobním automobilu.

6. Nafukovací nebo plná kola – plná kola jsou bezúdržbová, nemusí se hustit a nehrozí píchnutí duše. Komfort jízdy je však o něco horší, zejména na hrbolatém povrchu, protože tato kola nepruží stejně dobře jako nafukovací. Je tedy důležité, kde a kým bude vozík používán.

7. Další příslušenství – např. brzda a vysouvací trubky zádové opěrky pro doprovod (pro uživatele, kteří nejsou schopni vozík sami ovládat), stabilizační kolečka proti překlopení vozíku dozadu, držák na francouzské hole apod.

S využitím a svolením zdroje:
www.distrimed.pomucky.cz

připravil: (dz)

Kluk, se kterým si osud škaredě zahrál

Sympaťák na vozíku: Jarda Tvarůžka

Jardu a jeho přítelkyni Káju jsem poznala na jaře v hudebním klubu Boomerang na Stodolní ulici. Byli tak usměvaví jako náš společný kamarád Ital Lilo, ze kterého sicilské slunce přímo sálá. Řeč byla hlavně o koních, kteří Jardovi dávají radost a také naději, že se jednoho dne stane zázrak a jeho nohy přece jen budou chtít napodobit chůzi koně, který má krok stejně symetrický jako člověk.

Brutální přepadení

Jedné říjnové noci roku 2010, když se vracel autem domů, se Jarda stal obětí brutálního útoku narkomana, jehož následkem skončil na vozíčku. Delikvent mu nejdříve rozkopřel okno a pak i dveře u auta. Jarda ho sice zpacifikoval teleskopickým obuškem, ale na chvíli ztratil balanc a na zemi utržil nespočet kopanců do zad s fatálními následky. Policie dorazila až za půl hodiny, když už delikvent dávno uprchl. Nebyl nikdy dopaden...

Jarek zůstal ležet na mrznoucí zemi a dvě hodiny necítil nohy. Jeho tělo totiž nebylo schopno nijak reagovat. Následovala dvouměsíční nemocenská, kdy se střídaly dny lepší a horší. Někdy „vypínala“ levá noha dole, postupně došlo na obě. Jarda podstoupil operaci v Městské nemocnici Ostrava a chodil o francouzských holích. Doufal, že se vše spraví. Diagnóza zněla: skloubení dvou obratlů, utlačení ploténky, z níž vytekl gel, který zaškrtil míchu.

A pak přišel den nejhorší. Tehdy si musel zavolat záchranku a podstoupit další operaci, tentokrát v Olomouci u doc. Hrabálka, kde byl již dříve na konzultaci. Naděje, že po operaci bude vše jako dřív, byla minimální. Přesto do toho šel. Zázrak se ale nekonal a po operaci ho už nohy neposlouchaly vůbec. Přišlo období rehabilitace a vyrovnání se s osudem...

Hrabyně vs. Kladruby

„Nesrovnatelné! To absolutně nemůžeš porovnávat. Rozdíl úplně ve všem. Je to 1 : 1 000 000,“ rozohnl se Jarek, když přijde řeč na rehabilitační zařízení v Hrabyni a Kladrubech. „Rozdíl je až tak markantní, nejen v oblasti profesionální péče či přístupu k pacientům, v prostředí, ale i v přístupu kuchařek či uklízeček!“

Kladruby založil v roce 1932 doktor Schiller se svou ženou. Za okupace sloužilo sanatorium jako vojenská nemocnice Wehrmachtu. Tragickým paradoxem se nakonec stalo, že dr. Schiller byl v roce

1942 popraven a celá jeho rodina mučena v koncentračních táborech jako příslušníci nežádoucí židovské rasy.

Hrabyně je betonový moloch z komunistické éry, který měl jeden cíl – zavřít a schovat postižené před zraky zdravé a prosperující populace generace údernických let. Podle Jardy tato atmosféra zde ve své podstatě dost dlouho přetrvávala.

Unikátní robot Eksoskeleton

Kladruby nabízejí spoustu novinek v oblasti rehabilitace a fyzioterapie. Jarda se tam rád vrací. „Taková suchá vodní masáž je úžasná. A od jara jsou také jediným zařízením, které vlastní a pracuje s vynálezem moderní technologie – robotem Eksoskeletonem. Ten pomáhá nechodícím znovu na nohy. Česko ho má jako první země ve střední a východní Evropě. Skoro za 5 milionů korun ho koupil nadační fond Regi Base, který se stará o postižené válečné veterány, hasiče a policisty,“ říká Jarda.

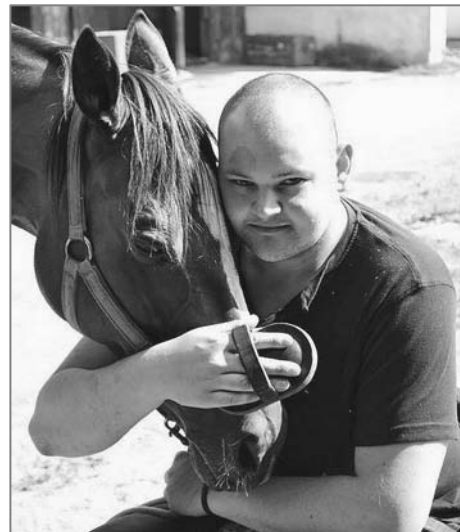
Robot tak pomůže mnoha postiženým splnit si sen – znovu začít chodit. Stimuluje mozek, aby se znovu naučil řídit chůzi. Mělo by to postiženému pomoci „vpravit“ novou stopu do mozku, která byla porušena při úraze. Eksoskeleton se začal využívat v rehabilitaci teprve před několika lety. Původně to byl čistě armádní projekt, který měl vojákům umožnit nosit větší zátěž. V Kladrubech pomáhá lidem s poraněním páteře a po mozkové mrtvici. Na internetových stránkách RÚ Kladruby (www.rehabilitace.cz) najdete spoustu novinek ze světa vědy a vývoje v medicíně, které Jarek pravidelně studuje, a proto je stále „v obraze.“

A jakožto laika mně napadne souvislost mezi Kladruby a kladrubským běloušem, krásným to koníkem. Přičemž mě Jára ihned šetrně napomene, že ten slavný hřebčín leží v úplně jiných Kladrubech, a to v Kladrubech nad Labem. A tak se dostáváme k největší Jardově zálibě – koním.

Koníci a focení

„Kůň je jako člověk. Vnímá, poznává, a pak někoho k sobě pustí, jiného zase ne. Být u koní je také útek od reality všedního dne. Přijdeš na jiné myšlenky, pomáháš s hřebelcováním, sleduješ krmení, péči, výcvik...“

V Equicentru v Hrabové Na rozvodí se věnují mj. také hipoterapii. Jízda na koni pomáhá vyvíjet nové nervové dráhy v míše, a to pomocí stimulace – tj. masáží



svalů.

„Nejvíce se mi líbí friský kůň. A moc rád koně také fotím,“ rozplývá se nad vzpomínkou na „své“ koníčky Jarda.

Focení je jeho velká záliba. Pořídil si Nikon D3100, bádá nad všemi jeho možnostmi a zkouší je v praxi. Nejraději fotí kamarádky na koních, všechno živé, dynamické, prostě v pohybu, ale také přírodu nebo portréty.

ÚMOb Ostrava-Jih má co zlepšovat

Když se s Jarkem loučím, ptám se, jestli vůbec existuje něco, co ho štve.

„Je to okolí mého bydliště. Tato část Ostravy – Zábřeh – není příliš bezbariérově dobře upravena. Jsou tady špatné chodníky, bez nájezdu, takže se všude musím potýkat s patníky. Nová kolečka mám odřená a sjetá už po dvou měsících. V zimě tady neodklízí sněh z chodníků, v létě zase po sekání trávy často po sobě nechávají rozježděnou hlínu a trávu na chodníku,“ stěžuje si Jarda. Moc by si přál, kdyby se postoj úřadu k bariérám i úklidu veřejných prostranství tak rozlehle části Ostravy brzy zlepšil.

Hana Klusová

Foto: archiv Jarka Tvarůžky



Cviky pro unavené oči

Cviky vhodné pro oči se nazývají **oční jóga**. Její každodenní praktikování může pomoci předejít oční únavě a přispěje k zachování dobrého zraku.

Na oči klademe čím dál větší nároky. Zároveň je vystavujeme mnoha škodlivým vlivům, např. prašnému prostředí, klimatizovanému vzduchu, hormonální léčbě a také dalším lékům, v neposlední řadě přeháníme práci či zábavu s počítačem.

Při práci s počítačem **přestáváme mrkat a naše oči přicházejí o přirozený slzný film**. Suché oko se může projevovat pálením či řezáním očí, zarudnutím, tlakem za očima, pocitem cizího tělesa v oku nebo světlolachostí.

Několik minut nás může zbavit potíží

Před samotným cvičením se nejprve uvolněte a protáhněte. Cviky provádějte plně soustředění a bez brýlí.

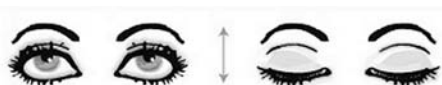
Rozcvičení: Zavřete oči a kývejte hlavou dopředu, dozadu, ze strany na stranu a kolem dokola. Tím si uvolníte ztuhlou krční páteř a necháte oči odpočinout. Intenzivnější uvolnění spodní části krční páteře dosáhnete kroužením ramen, a to nejprve směrem dozadu, potom dopředu. Cvičení opakujte alespoň 15× v každém směru.



Očima nahoru a dolů: Pohybuje oči-



ma pomalu nahoru (pohled k nebi) a dolů. Zopakujte 10×.



Očima do stran: Pohybuje očima z jedné strany na druhou. Hlavu mějte pořád v klidné přímé poloze. Na každou stranu se dívejte až tak daleko, jak je to možné. Opakujte 10×.

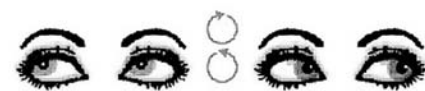


Očima do úhlopříčky: Nejdříve pohybujte očima šikmo do levého dolního rohu, poté do pravého horního rohu. Opakujte 10×.



Kroužení očima: Nejprve kroužte oči-

ma na jednu stranu, opakujte 5× a poté na druhou se stejným počtem opakování.



Pokud během výše uvedených cviků zavřete oči, budete si zároveň masírovat i oční bulvu.

Ostření: Natáhněte před sebe ruku, ve které držíte svisle tužku. Zaostřete na horní konec tužky a ruku pomalu přibližujte. Pořád mějte zaostřeno na tužku.



Obdobně můžete pohledem přecházet z tužky vzdálené od očí asi třicet centimetrů na libovolný předmět ve větší vzdálenosti (nejméně pět metrů), například strom za oknem. Zaostřete oko na tužku, pak na vzdálený předmět. Vše 10× opakujte. Potom na několik vteřin zavřete oči a proveďte celý postup ještě jednou. Cvi-

Šálí vás zrak? Ne, to jen vozíčkáři chrání svá stání před zneužitím...



Problémy s parkováním řeší vozíčkáři po celém světě. Běžní řidiči si bohužel neuvědomují problémy, které svým chováním působí lidem s handicapem. Jedna ze zajímavých kampaní, které se snaží na tuto problematiku upozornit, proběhla v Lisabonu. Jaký názor na špatné parkování máte vy? (hk)

čení provádějte rychle, ale důkladně, aby si oční bulva i čočka na podobnou činnost zvykaly.

Abeceda: Několikrát opište očima do prostoru před sebou velké tiskací H. Pohyb začněte vlevo dole a končete vpravo dole. Obdobně postupujte i v případě písmena A.

Obálka: Tento cvik je založen na opísování tvaru poštovní obálky. Nejprve se podívejte očima co nejvíce nahoru doleva, pak doprava dolů, doprava nahoru a nakonec doleva dolů. Jako při všech cvičích se snažte pohybovat pouze očima, hlava zůstává na místě. Po několika opakováních změňte směr pohybu očí a začněte vlevo dole.

Centrální fixace: K tomuto cvičení, které pomáhá ke zjasňování zraku, budete potřebovat psaný text. Zaměřte se na jedno slovo na řádku a soustřeďte na něj svůj pohled. Po chvílce soustředění oči zavřete a představujte si, že je slovo výraznější než zbytek textu. Po chvílce (asi 20 vteřin) oči otevřete a celý postup několikrát opakujte po dobu 3–5 minut.

Po cvičení: Na závěr celého cvičení nezapomeňte oči opět uvolnit. Přiložte na ně dlaně tak, aby oči zakrývaly, ale nedotýkaly se jich. Ujistěte se, že nikdy neprochází světlo. Snažte se myslet na pozitivní události a maximálně se uvolnit. Toto cvičení by mělo trvat alespoň tři minuty.

S principy oční jógy přišel americký lékař William H. Bates již na přelomu devatenáctého a dvacátého století. Jeho poznatky se ovšem mezi odborníky neseťkaly s pochopením. Dr. Bates trpěl zvláštní formou ztráty paměti. Dvakrát tak zmizel beze stopy. Až po usilovném pátrání se jeho první manželce podařilo zjistit, že pracuje v Londýně v Charing Cross Hospital jako asistent. Když se vydala do Evropy, aby ho přivedla zpět, nic z uplynulých týdnů si nepamatoval a po dvou nocích v hotelu Savoy zmizel znovu. Než se objevily další stopy, jeho žena zemřela. Jak se William Bates vrátil do New Yorku, aby pokračoval ve své práci, nebylo nikdy zcela objasněno.

Dr. Bates doporučoval nenosit brýle pokud možno vůbec. Dnes lékaři s tímto přístupem nesouhlasí, protože nenosit brýle při děletrvajících obtížích může přinést řadu problémů jako bolest hlavy, pocity pálení a řezání, bolesti za očima apod. Každopádně doporučujeme najít si čas na protažení očí. Rozdíl uvidíte!

Další informace naleznete na <http://www.samoleceni.cz/ocni-joga>, <http://www.vasrak.cz/pece-o-zrak/ocni-cviky/>.

(bf)

Okénko do historie



Elektrická lenoška aneb Postačí starati se pouze o dobré mazání

Osobitý půvab má téměř stoletá předchůdkyně elektrického vozíku: je to elektrická lenoška vyráběná anglickou firmou Carters. Dobový komentář: Trojkolek poháněných ručně buď kývavým pohybem páky směrové nebo rukojeťmi používají nyní hojně osoby ochromené. Aby se odstranila namáhavá práce ruční, připojily některé továrny na vozík motorek, umístěný za zadními koly trojkolky, což však vyžaduje, aby řídící osoba měla aspoň povšechnou znalost motoru; mechanismus hnací nutno pak stále čistiti. Elektromotor má výkon pouze ¼ koňské síly, baterie je akumulátorová, umístěná pod sedadlem a má kapacitu 35 ampérhodin. Jedno nabití postačí pro jízdu 35 až 40 km. Ve vozíku jsou kontrolní přístroje, na nichž lze stále zjišťovat stav baterie. Přirozeně nelze tímto vozíkem dosáhnouti značnějších rychlostí, což však zcela postačí pro účely, pro něž je vozík určen. Dále nutno vytknouti způsob zavěšení, který byl obzvlášť prostudován pro nemocné, a upozorniti na samočinnou brzdu pásovou, jež začne působiti, když se motor zastaví...

Zdroj: www.Bejvalovo.cz; (di)

Když se myslí i na dětskou zábavu



Foto: Loren Worthington

Jedinečnost a profesionalita jsou pro Helppes prioritou



Helppes, jako jediná organizace svého v ČR a jako první ze zemí tzv. bývalého východního bloku, dokázal splnit podmínky nejvyšších mezinárodních standardů v poskytování služeb tohoto druhu a získal akreditaci mezinárodních odborných organizací, sdružujících poskytovatele těchto služeb – Assistance Dogs Europe a Assistance Dogs International.

Mimo mezinárodní akreditace, kterou získal Helppes na základě vysokého hodnocení své práce nejen s klienty, kterým sociální službu poskytuje, ale také díky odpovídající špičkové úrovni a vybavení výcvikového areálu, práci s dobrovolnými spolupracovníky a hlavně práci se psy získal Helppes také významná ocenění v ČR. Mimo jiné získal **Cenu veřejnosti** v ocenění Neziskovka roku 2013 a obdržel od Nadace rozvoje občanské společnosti osvědčení pro **Zdravě řízenou NNO 2013**.

Zuzana Daušová, ředitelka Helppes, to řekla na předávání ocenění Neziskovka roku 2013 naprosto přesně: „Ocenění, které jsme převzali, je pro nás velmi významné, protože i díky němu víme, že svou práci děláme na velmi vysoké úrovni, kterou ocenila nejen odborná hodnotící komise, ale také veřejnost.“

V čem je Helppes tak jedinečný? Je to nejen ve vysoké kvalitě poskytovaných služeb, ale také v tom, jaké je schopen pro lidi s postižením realizovat projekty a akce. Např. v květnu pořádal již **5. ročník Mistrovství ČR ve výkonu asistenčních psů**, což je vrcholná soutěž, která nemá obdoby na celém světě. Bylo velmi složité vymyslet hodnotící systém pro jednotlivé výkony asistenčních psů. Každý pes je totiž cvičen přesně na míru člověku s určitým handicapem, takže umí různé prvky asistence a pomáhajících cviků přesně dle potřeb svého majitele. Po několika letech se to, díky usilovné práci Zuzany Daušové, podařilo a právě pro velmi vysoké nároky na pořádání i hodnocení soutěžních týmů je tato soutěž stále jedinou svého druhu na světě.

Memoriál vodící fenky Kány

Letos poprvé se podařilo na každoročním rekondičně integračním pobytu pro klienty Helppes uspořádat závod v **obedienci** (poslušnosti). V ČR byla takováto soutěž pro lidi s postižením uspořádána poprvé, navíc ve spolupráci s největší odbornou organizací pro výcvik psů v ČR

– Českým kynologickým svazem.

V pátek 15. srpna 2014 se konal závod v kategorii OB-Z (obedience – začátečníci). Memoriál pořádala obecně prospěšná společnost Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené ve spolupráci s Klubem speciálního výcviku ČKS 943 Helppes.

Soutěžilo 11 týmů psovod-pes. Unikátnost soutěže spočívala v tom, že 9 týmů bylo ve složení – osoba s těžkým handicapem (5 vozíčkářů, 1 klučina s Aspergerovým syndromem, 1 slečna s diabetem, 1 slečna po DMO chodící o dvou berlích a 1 maminka těžce postižené holčičky) a jejich psí pomocník.

Závodu se dokonce zúčastnila i jedna „celebrita“ – **goldenka Stella** (Call Me Stella Rusty Love) Karla a Ivany Gottoových, která jako jediná splnila zkoušku OB-Z na známku „výborně“. Fenku vedla Zuzana Daušová, která ji manželům Gottoovým cvičí. Zuzana startovala kromě Stelly ještě se svým belgickým ovčákem Usíkem (Usaf de Alphaville Bohemia). Stella a Usík obsadili 1. a 2. místo. Oba se ale „bedny“ vzdali ve prospěch Helppských asistáků...

Z asistenčních psů byl na 1. místě labrador Bertík s Evičkou Janovskou, kteří se letos v květnu stali Mistry ČR ve výkonu asistenčních psů 2014. Na druhém místě skončila Květa Krčmařová s labradorem Plaxem a na místě třetím Hana Černá s goldenkou Aeshlie Golden Paradoxe Halley.



Vítězka soutěže Eva Janovská se svým Bertíkem

Velké poděkování si zaslouží rozhodčí Bc. Petra Rohlenová i stevardka Iveta

Skalická, které měly výborný přístup k soutěžícím. Obě byly velmi mile překvapeny výkony asistenčních psů a jejich majitelů. Bylo jim sice předem sděleno, že se jedná o závod, kterého se budou účastnit lidé s postižením, ale že to budou mnohdy handicapu až tak závažné, to prý nečekaly.



Hana Černá a Aeshlie Golden Paradise Valley 2

Bylo velmi zajímavé sledovat spolupráci asistenčních psů a jejich psovodů – lidí s handicapem při soutěži. Ta motivace byla ohromná a výsledky byly skvělé. Zkoušku OB-Z splnili všichni soutěžící, tři z nich dokonce na známku velmi dobrá.

Veronika Paldusová,
PR manažerka projektů

Helppes

Obecně prospěšná společnost Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené jako jediná profesionální nezisková organizace svého druhu v České republice, která je registrovaným poskytovatelem sociálních služeb a je držitelem mezinárodní akreditace, integruje osoby s různým druhem a stupněm zdravotního postižení do společnosti a kolektivu, navrácí je do aktivního života, zařazuje je do vzdělávacího či pracovního procesu, rozšiřuje jejich možnosti při sebeobsluze a pomáhá jim tak získat větší soběstačnost, nezávislost, sebevědomí, svobodu a bezpečí. To vše díky projektu **Pomoc přichází na čtyřech tlapkách** – pomocí speciálně vycvičených asistenčních, signálních a vodících psů. Více informací na www.helppes.cz.

A jak se žije u Vás? Napište nám o tom – do Vašeho Vozky...

Rehabilitace by měla bavit

Očima Moniky Henčlové

Vloni jsem ve Vozkovi psala, že *rehabilitace musí trochu bolet*. Zapomněla jsem ale zdůraznit, že **rehabilitace hlavně musí bavit**. Jakmile se i těžké cvičení stane stereotypem, přestane vás bavit, přestanete se při něm koncentrovat a tělo přestane podávat slibované výkony. Od bolesti jsem přešla k užívání. Výsledky jsou markantní a navíc s úsměvem. Nebudu ale tvrdit, že je to bez bolesti, ale bolest už není primární...

Rehabilitace začíná ve sprše. Na stropním zvedáku mě asistent přiveze až do koupelny, kde na mě čeká spousta gumových kachniček. Koupací sestřička se už naučila pouštět na mě hodně teplou vodu. Voda začne téct po vlasech, obličejí a ramenech, tělo se prohřívá a všechny křeče se uvolní.

Potom je potřeba rychle mě utřít a obléknout a může začít masírování a protahování. Po hodině takového cvičení jsem už unavená. Stačí mi hodina odpočinku a můžu rehabilitovat nanovo. Tentokrát jsem v rukou fyzioterapeutky, která pracuje tzv. Vojtovou metodou. V daném okamžiku to vypadá, že mi jen tak mačká určité body na těle, ale v noci a hlavně druhý den musím dávat fyzioterapeutce za

pravdu. Aktivují se svaly a fakt to trošku bolí.

Nejsem žádná hrdinka, takto pracuji jen tři dny v týdnu a ty čtyři zbývající mi celý člověk připomíná svou existenci. Už jsem skoro nemluvila a teď si zazpívám i písničku. Nebudeme mluvit o melodii, ale je poznat, že zpívám a lidé už nemají potřebu mě zachraňovat jako při záchvatu dušnosti.

Zkrátka raději cvičte a jakkoliv se hýbejte, i když vám doktor řekne, že jste ležák v paliativní péči. Já se s tímto zaškatulkováním prostě nesmím...



Metodika hodnocení bariér v domácím prostředí

Monika Henčlová

V Emauzském klášteře v centru Prahy se v červnu uskutečnilo už 3. kolo školení na téma „**Metodika hodnocení bariér v domácím prostředí**“. Seminář organizovala Česká asociace ergoterapeutů ve spolupráci s ILA, s. r. o. Ergoterapeuti se „učili“ v domácnostech osob se zdravotním postižením odhalit a hlavně správně definovat bariéry. Celé hodnocení probíhá individuálně, tedy v domácnosti konkrétní OZP.

Je to poprvé v českých dějinách, co se vytvořil jasně definovaný systém popisu a hodnocení bariér v domácnosti. Ergoterapeut po objektivním i subjektivním vyhodnocení celé situace může ke spolupráci přizvat architekta. Jistě vás, stejně jako mě, trápí otázka, kde na to vzít finanční prostředky. I toto Metodika řeší a může vám nabídnout seznam příslušných nadací.

Mnohem lepší je však využít pomoci ergoterapeuta, který by měl být schopen zkombinovat finanční pomoc patřičných úřadů i nadací a vše přímo ušít na míru potřebám klienta.

Řešme důležité věci

Jako osoba s těžkým tělesným postižením jsem musela připomenout **potřeby našich osobních asistentů**. Sedím na vozíku, ale do bytu se dostanu přiměřeně širokými dveřmi. Asistent to vše vidí tak, že do bytu vede příliš ostrá zatáčka, a navíc na úzkém prostoru. Musí mě tedy tlačít na vozíku do bytu a zároveň dávat pozor, aby mi o záručně dveří neulomil chodidla.

Moje postel je dost široká a pohodlná. Co ale žádá asistenta, když mě má přebalit nebo polohovat?



Povídání o ileocystoplastice a andělich

Následkem autonehody byla Kateřina Vlková před patnácti lety trvale upoutána na ortopedický vozík. „Chůze na malou“ je u vozíčkářů docela velkým tématem a u žen ještě větším než u mužů. Paní Kateřina měla závažné urologické problémy, a když intenzivně hledala lékařskou pomoc, dostala se až k MUDr. Janu Doleželovi v Masarykově onkologickém ústavu v Brně.

„Docent Doležel mě přijal s velkým pochopením a navrhl mi operaci na zvětšení kapacity močového měchýře a vytvoření cévkovacího vývodu na břicho,“ uvádí Kateřina Vlková. „Okamžitě jsem souhlasila a po předoperačním vyšetření ve Fakultní nemocnici v Ostravě jsem jako třetí žena v republice tuto operaci podstoupila. Na adresu nemocničního personálu pak chci říci, že mi věnoval superpéči, za což jsem také mnohokrát poděkovala. Bylo to v roce 2010 a od té doby se mi až neuvěřitelně změnil život k lepšímu,“ říká paní Kateřina.

Vývod je naprosto spolehlivý a k vyprazdňování používá paní Kateřina pánské cévky (asi čtyřicet centimetrové), občas i lubrikační gel. „Oproti tomu, kdy jsem vlastně nikam nemohla, se nyní mohu svobodně rozhodnout k návštěvě čehokoli a kamkoli – stačí pak jen najít koutek v ústraní.“



Vývod a cévka



Katka u vypalovací pece

Když selže léčba medikamenty

Pana doc. MUDr. Jana Doležela, Ph.D., primáře a vedoucího chirurgického a urologického programu týmu Masarykova onkologického ústavu, jsme se zeptali na pár otázek.

• **Jak zní odborný název operace, kterou jste prováděli paní Kateřině Vlkové?**

Je to ileocystoplastika močového měchýře. Přeloženo do češtiny to znamená šití záplaty z tenkého střeva do tohoto

orgánu. Takový zákrok se dělá v případě poškozených či špatně fungujících močových měchýřů, například u přerušných močových měchýřů, například u přerušných močových měchýřů, například u přerušných močových měchýřů. Celá operace se provádí na střevení a močovém traktu, přičemž paní Vlkové jsme udělali ještě cévkovací vývod na břicho, a to kvůli snadnějšímu vyprazdňování.

• **Použít si při operacích hudbu?**

Když jsou dlouhé, tak ano. U paní Vlkové trvala operace osm hodin. Takže ano...

• **Jaké máte výsledky ve srovnání se světem?**

Zrovna tento druh operací není nijak četný, děláme dvě až tři ročně. Ale jinak za rok provedeme více než 70 operací nádorů ledvin, 140 operací močového měchýře včetně kompletních cystektomií s vytvořením jeho náhrady a 130 operací prostaty. V České republice navíc provádí naši urologové nejvíce robotických operací ročně a v celosvětovém měřítku se pohybuje mezi prvními dvaceti centry.

• **V jakých případech je ileocystoplastika močového měchýře nejvhodnější?**

Doporučuji ji pokaždé, když selže medikamentózní léčba. A z praxe vnímám, že by se u nás měla dělat častěji než dosud. Výsledky těchto operací usnadňují



Primář Jan Doležel (uprostřed) a jeho tým

pacientům život – kromě jiného, od toho tady jsme.“

Andělé v mnoha podobách

Souběžně s upoutáním na ortopedický vozík dostala Kateřina Vlková i nový impuls k seberealizaci.

„Poprvé jsem se s hlínou setkala v roce 1999 v Hrabyni. V rámci rehabilitačních procedur tam byla také keramická dílna, kam jsem moc ráda chodila. Ovšem rehabilitace skončila a s ní na čas i kontakt s hlínou. V roce 2008 jsem pak dostala pec na vypalování od keramika Mirka Monsbergera – a jako by začal můj nový život...“

V té době se mi hodně líbili andělé, takže i můj první kousek byl anděl. Vůbec se mi nepodařil a celý popraskal. Poté následovala řada pokusů a omylů. Mé znalosti o výrobě, barvení a výpalu nebyly žádné, takže jsem se musela učit a hledat veškeré informace o výrobních postupech. Nejspíš i proto se dodnes těším na každé otevření pece, jestli je vše v pořádku a podle mých představ...“

Andělé jsou i nyní „stěžejním výrobním programem“ paní Kateřiny.

„Ten první pokus mě neodradil a každého anděla tvořím jako originál – akorát jim nedělám obličej. Nějak mi to k nim nesedí a myslím, že se tak dává větší prostor lidské fantazii. Dokonce jsem už vytvořila i těhotného anděla.“

Podoby andělů jsou na první pohled velmi zajímavé. A tak trochu připomínají sochu Ježíše v Riu...

„Tak to mě nenapadlo. Ale je fakt, že mě to do Ria jaksi táhne, asi jsem tam v minulém životě byla. Nicméně, spokojuji se se strážnými anděly a myslím, že každý z nás by jednoho měl mít doma...“

Jiří Muladi



Andělé paní Kateřiny

Co je svalová dystrofie?

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

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

Činnost naší organizace můžete podpořit zasláním DMS.

Jednorázové heslo ve tvaru: **DMS AMD**

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

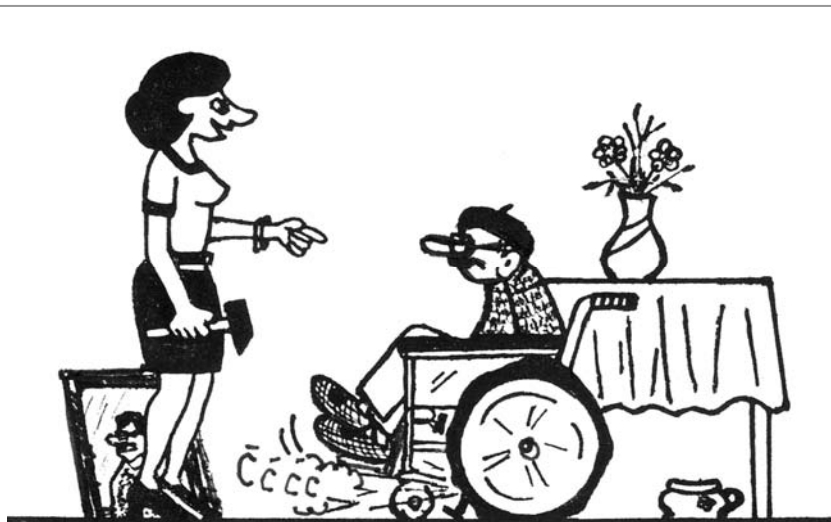
DMS odešlete na číslo: **87 777, SMS je 30,- Kč, AMD bude připsáno 27,- Kč** z každé SMS, službu zajišťuje Fórum dárců.

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

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



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



Dědečku, neviděl jsi tady někde skobu?

Milan Linhart

Vozičkáři si letošní Barvy pochvalovali

Ohlédnutí Hanky Klusové za festivalem Colours of Ostrava 2014

Ať už se o festivalech tvrdí cokoliv, např. že kapely tam mají špatné ozvučení, někomu se nelíbí opilá mládež potloukající se všude kolem, nedostačující hygiena, chudé zázemí apod., nic z toho neplatí pro **Colours of Ostrava**. Jako jeden z největších a nejdůležitějších hudebních festivalů u nás splňuje veškerá kritéria pro zařazení mezi nejlepší evropské festivaly.

Letos přišlo neskutečných 40 000 lidí. Padl rekord, a to i ten teplotní, neboť v neděli bylo opravdu takové vedro, že i kapela z Austrálie, kde jsou zvyklí na ledacos, prohlásila, že je tu „ale sakra horko“...

Nádherný areál

Unikátní prostor Dolní oblasti Vítkovic, kde se celá akce koná, je prostě dechberoucí. Evropská technická památka, obří továrna, kde z dob plamenů, kouře a těžké dřiny z dob průmyslové revoluce i časů ocelového srdce republiky zůstal monument zaplněný lidmi, hudbou, iluzí a nezapomenutelnými zážitky. Nyní je to prostor budoucnosti, kultury a vzdělávání.

Klobouk dolů před pořadateli a všemi pracovníky festivalu. Zajistit perfektní chod 15 pódíí, mega koncertního sálu v plynojem, občerstvit desítky tisíc návštěvníků, přichystat stanové městečko, zajistit dopravu nebo dostatečný počet „toiek“ – to chce tým opravdových profíků. Navíc festival plánuje svůj rozsah i služby stále do budoucna zvětšovat a zlepšovat. Povrch se bude dále zjemňovat a jedinečné prostředí továrenských



Industriální prostředí Dolních Vítkovic – kulisa festivalu

Foto: M. Theuer, www.colours.cz (výřez)



Francouzská kapela Tamboři z Bronxu

Foto: Colours of Ostrava

rour zase o něco více blyštít. Neuvěřitelné...

Fest'ák jako vyšitý, bezBar ale chyběl

Pobyt na festivalu znamená v první řadě užít si báječnou hudbu ze všech koutů světa, nechat se unášet novými vjemy a zážitky, těšit se na všechno to festivalové jídlo a pití. Zkrátka prožít čtyři dny mimo všední realitu. Taková malá dovolená a potěšení všech smyslů. Kromě tradičních klobásek, guláše, langošů a placek všeho druhu, tun úžasného asijského jídla i sushi, si na své přišli i vegetariáni a vegani. Novinkou byl stánek KFC či Burger King, překvapením pro mnohé nabídka švýcarské pochoutky – sýru Raklet. Kokosové mléko teklo proudem přímo z kokosu, pochutnat jste si mohli na tropickém ovoci, italská pizze, tureckém kebabu nebo na slovenských haluškách. A toho piva všude kolem! Jen **bezBar**, což je unikátní putovní bar, ve kterém obsluhují vozičkáři, letos chyběl...

Hlavní hvězdy festivalu

Festival dává velký prostor zajímavým českým osobnostem, umělcům, literátům a taky filmům. K tomu všemu vybuodoval speciální pódia jako Radegast Czech Stage (angl. pódium), Poetry Stage nebo ve spolupráci s multikinem Cinestar, také

Cinestar Stage. Úspěch měla Diskuzní scéna časopisu Reflex nebo Scéna České televize.

Colours je také festivalem s největším počtem zahraničních hvězd – nadchli nesmrtelný Robert Plant, roztomilá francouzská zpěvačka ZAZ, krásná Emiliana Torrini (Italka z Islandu), moderní britpop kapela Bastille, elektronické kapely z Dánska Trentemoller a Mo. Vynikající byli američtí depkaři The National, staří bardi jako Seasick Steve, Charles Bradley nebo John Grant, jejichž životní příběhy jsou jako vystřiženy z tuláckých knih Jacka Kerouacka. Ti všichni jsou důkazem toho, že nepřízeň osudu lze přepřát. Jen v nás musí být víra, že to dokážeme...

Za vším hledej sílu vůle

První velkou kapelou, která festival ve čtvrtek v podvečer odstartovala, byli **Tamboři z Bronxu**. Je to parta sedmnácti Francouzů, kteří vypadají jako uprchlíci z Bastilly. Mlátí do posprejovaných plechových sudů, svlékají se do půl pasu, jsou potetovaní, někteří bezzubí, s vizáží divokou až neurvalou... Ale předvedli strhující bubenickou show, kterou hypnotizují davy po celém světě.

Jejich příběh je stejně silný jako jejich vystoupení. Jako parta nezaměstnaných koncem 80. let kdesi v průmyslové čtvrti (podobné Vítkovicím) začali z dlouhé chvíle bubnovat na sudy od nafty, které

našli na skládce, protože na ty opravdové neměli. No a dnes tito „dělníci bez práce“ nastoupili dráhu světově uznávaných bubeníků, kteří doprovázejí kapely Korn, Sepulturu nebo také Roberta Planta.

Věrný návštěvník festivalu má rád oldies



Antonín Hora z Opavy je věrný fanda oldies – Pink Floyd, Led Zeppelin či Black Sabbath jsou jeho šálkem kávy. Festival za 13 let existence vynechal pouze dvakrát. A jeho letošní favorit? „Jednoznačně Robert Plant!“ neváhá Tonda s odpovědí.

Zpěvák legendárních Led Zeppelin ohromil, a to i mladé publikum. Tento pětadesátiletý bard předvedl všem, že věk je opravdu jen číslo. Nositel Řádu britského impéria a několika cen Grammy, jeden z největších žijících zpěváků a hudebníků působil při vystoupení mocným a uhrančivým dojmem, obklopen kapelou velkých osobností světové hudby od afro-amerických bluesmanů až po zkušené kytaristy či elektroniky. Předvedl rock 21. století kombinující všechny hudební styly...

Holky zářící barvami duhy

Jitka je studentka VŠB-TU Ostrava. Na festival přijela s kamarádkami z Uherského Hradiště, kam hned následující víkend děvčata plánovala odjet na Letní filmovou školu.

Jitka je také hráčkou ragby v týmu Lions z Frýdku-Místku. Festival a jeho bezbariérové prostředí si velmi pochvalovala. Nejvíce si užila koncert ZAZ a českých Chinaski. Holky se v davu nedaly přehlédnout – těch barev, kterými zářily!

Sluníčko Katka



Katka z Ludgeřovic působila jako to nedělní sluníčko. A stejně vás zahřejí i její krásné obrázky malované prsty. Najdete je na stránkách <http://kacule84.webnode.cz/produkty>.

O vozíčkáře bylo královsky postaráno

V nedělním odpoledni, kdy už teploty dosahovaly tropických výšin a kropicí vůz ochlazoval sluncem znavené milovníky hudby (a krom toho dokázal vykouzlit ohromnou duhu...), jsme si dali sraz s koordinátorkou projektu **Colours bez bariér** Monikou Macháčkovou a řidičem bezbariérového taxi Radkem Hozou.

O projektu jsme psali v minulém čísle Vozky (str. 29).

Bezbariérovou dopravu zajišťoval už druhým rokem vůz **ALDIO Ostravské organizace vozíčkářů** a byl natolik vytížen, že letos musel zajistit druhý vůz pan Fiedler ze **Školy naděje** z Frýdku-Místku. Plně naložený vůz přepravil čtyři vozíčkáře i s doprovody. A jezdilo se od 11 hodin dopoledne a končilo až někdy k ránu. Vše klapalo bez problémů. Mimostravští spali nejčastěji v hotelu Vista, Clarion, Merkur a na kolejích VŠB. Letošní ročník byl rekordní také v počtu návštěvníků z řad vozíčkářů – bylo jich 500!

Celou přepravu perfektně organizovala koordinátorka a dispečerka Monika Macháčková, která nám sdělila, že pro příští rok jsou v plánu další úpravy areálu festivalu, které ještě více usnadní vozíčkářům pobyt na festivalu. Půjde o vylepšení terénu, více úseku pokrytých gumovými pásy s předností pro ZTP, přehlednější orientace a značení v celém areálu. Také by měli mít lidé s postižením přednost u pokladen. Letos došlo ke zjednodušení evidence při objednání místa ve stanovém městečku i parkovací plochy pomocí etiket, které byly zasílány e-mailem.

Tým Colours of Ostrava myslel opravdu na všechno. V areálu byla např. i **dobíjecí místa pro vozíčkáře na elektrickém vozíku**. Stačilo vzít si s sebou nabíječku.

Festival Colours of Ostrava 2014 je za námi a my se se všemi hudebními fanoušky a festivalovými fajnšmekry těšíme na ten příští! Děkujeme všem, kdo se o Barvy starají!

Neoznačené foto: Hanka Klusová



Jitka se svými kamarádkami

Galerie UMÚN

Umělci malující ústy a nohama

Hironori Koshoji, JAPONSKO



Hironori si poranil krční páteř při hodině tělocviku, když mu bylo 16 let. Spadl při gymnastickém cvičení a tělocvičnu opouštěl ochrnutý od ramen dolů.

Na radu svého terapeuta se pokusil o první obrázky malované ústy. Malování se od té doby stalo jeho vášní. Již za dva roky po nehodě získal stipendium od Svazu umělců a malbě se intenzivně věnuje od roku 1981. Na začátku tvorby se soustředil na karikatury malované tužkou. Později se začal zajímat o další malířské techniky: oleje a akvarely. Pravidelně bral lekce u jednoho akademického malíře. V průběhu let se podílel na několika velmi úspěšných výstavách v Japonsku.

čal zajímat o další malířské techniky: oleje a akvarely. Pravidelně bral lekce u jednoho akademického malíře. V průběhu let se podílel na několika velmi úspěšných výstavách v Japonsku.

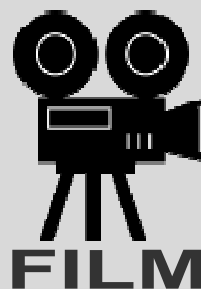


▲ Zasněná, olej 50 x 60 cm

◀ Japonský motiv, pastel (výřez)



Zdroj: www.vdmfk.com
Přeložila Hana Klusová



Příběh

Alvina Straighta (The Straight Story)

Poutavá road movie pro celou rodinu

Obyčejný lidský příběh podle skutečné události vyprávěný režisérem Davidem Lynchem je krásným filmem z roku 1999. A nejen to, podle mého názoru je to ta nejlepší road movie, ale velmi, velmi lidská, neuvěřitelně poutavá, která zahřeje u srdce.

V dnešní době, kdy nám média předkládají svět plný násilí, krve a zlých lidí, je film poselstvím, že lidská duše neumřela. Lynch spolu s hlavním hrdinou v podání Richarda Farnswortha udělali příběh plný citu a lidskosti, na který se krásně kouká a ještě líp se poslouchá. Tou nejvyhrocenější scénou filmu je situace, kdy Alvin sjede s traktůrkem z kopce... Přesto nelze od filmu odejít, protože držíte hlavnímu hrdinovi palce od začátku až do konce.

Dějově jde o úsměvné drama o zcela obyčejném starším vdovci s chatrným zdravím, který žije se svojí dcerou Rose (Sissy Spaceková), okolím považovanou za prostoduchou. Alvin se od ní dozvídá, že jeho bratr Lyle měl záchvat mrtvice. Alvin bratra neviděl po jejich hádce celých deset let a zhoršující zdraví jej donutí vážně uvažovat o tom, že by ho navštívil. Bratr bydlí v sousedním státě vzdáleném 600 km. K chůzi ale musí Alvin používat dvě hole. Pro slabé oči a stáří již nevládní řidičák, autobusem jet odmítá, a tak se začátkem září vydává za úžasu spoluobčanů a dcery na dlouhou cestu prostřednictvím sekačky na trávu, za níž je zapojen přívěs.

Snímek vznikl na základě skutečných událostí, které se odehrály v roce 1994 během putování třiasedmdesátiletého Straighta z Laurens v Iowě do Mt. Zion ve Wisconsinu. Cestu několika stovek mil uskutečnil na zahradním traktůrku značky John Deere a trvala více než šest týdnů.

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

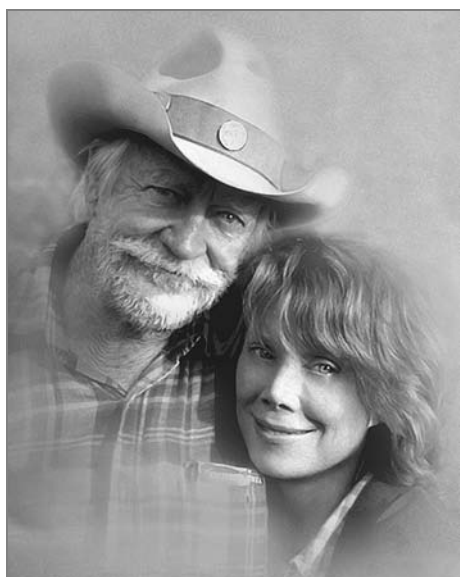
Vynikající představitel Alvina Richard Farnsworth (1920–2000), bývalý kas-kadér, se pro tuto roli naposledy vrátil na filmové plátno. O rok později – 6. října 2000 ukončil dobrovolně svůj život výstřelem z pistole. Farnsworth trpěl během natáčení kvůli postupující rakovině velkými bolestmi. Roli přijal kvůli obdivu ke skutečnému Alvinu Straightovi.

Jeho výrok – „Tohle je film, na který s hrdostí vezmete své děti“ – přesně charakterizuje atmosféru snímku.

Snímek je dostupný na: <http://www.ulozto.cz/xXhB7ES/pribeh-alvina-straighta-1999-avi>.

Blanka Falcníková

Příběh Alvina Strigha (The Straight Story). Drama / Životopisný / Dobrodružný / Road movie, Francie / Velká Británie / USA, 1999, 112 min. Režie David Lynch, kamera Freddie Francis, hudba Angelo Badalamenti. Hrají: Richard Farnsworth, Sissy Spacek, Joseph A. Carpenter, Everett McGill, Harry Dean Stanton, Kevin P. Farley, Tracey Maloney, Donald Wiegert, Anastasia Webb, Jim Haun.



Poezie z Vašeho pera

Johana Lucie Malardová O lásce

*Když láska schází
a ty nevíš kudy se dát,
v zádech tě mrazí
a nemáš chuť se smát.*

*Když lásku poznáš,
volnost ti dává,
city hned získáš,
anděl na pozdrav křídly ti mává.*

*Když láskou žiješ,
sílu pak máš,
špínu světa lehce smyješ
a pomlouvám vale dáš.*

*Lásku jsi našel,
víru v ní máš,
poklad jsi objevil,
každý cíl teď dáš.*

*Láskou teď záříš,
příroda tě láká,
zdraví si vážíš,
pozor, venku se smráká.*



Johana Lucie Malardová Zákonná láska

*Láska a zákon?
To nejde k sobě,
žít bez zdraví a bez peněz,
to raději hniť v hrobě.*

*Když ale láskou sílíš,
problémy snadněji sdílíš,
oči tvé prozradí,
co vlastně vadí.*

*Zákon je láskou?
Kdo to řekl?
Neví, co mluví,
snad aby si klekl.*

*Jen on mě má rád,
jen on je můj kamarád.
Nežaluje – jen miluje.
Láska má je zákon!*



Johana Lucie Malardová Vzpomínka na Ivetu

*Tvůj krásný vlas,
tvůj něžný hlas neuslyším více,
protože dohasla tvoje svíce...
Co chceš, chtěla bych ti dát,
jenže co teď můžu?
Snad jen klid ti přát...
Tvůj úsměv mi schází, strachy schovávám
se v mlázi.
Ráda tě mám, když vlastně nevím,
kdo může za tvou smrt?*

*Kdo nepřál ti sílu?
Kdo udělal tvým životem škrt?
Kdo vzal ti víru?
Kdo za to všechno může?*

Toho strhala bych z kůže...



Ne ruka, to duše maluje

Malíř Petr Šrámek slaví šedesátku novou výstavou

Jeden z nejvýznamnějších českých handicapovaných malířů Petr Šrámek vystavuje své obrazy v Městském divadle Jablonec nad Nisou, o. p. s. Výstava „Ne ruka, to duše maluje“, kterou spolupřádají Nakladatelství UMÚN a jablonecké divadlo, byla zahájena 13. září, v den umělcových šedesátin a bude přístupná v době divadelních představení do 29. října 2014.

Petr Šrámek bude osobně přítomen zahájení výstavy. Vstup je zdarma.

Pokud Petra a jeho obrazy ještě neznáte a přijmete pozvání na výstavu, budete potěšeni jeho životním optimismem. Práci jeho nefunkčních rukou převzaly nohy, dar řeči, který mu byl také odepřen, byl nahrazen pozorovací schopností a optickou pamětí. Jeho obrazy jsou na velmi vysoké technické a umělecké úrovni. Velice často návštěvníci nevěří, že obrazy jsou dílem takto postiženého člověka.

Kontakt a další informace: Městské divadlo Jablonec nad Nisou, o. p. s., Liberecká 5/1900, 466 01 Jablonec nad Nisou, tel.: 483 320 595, e-mail: pokladna@divadlojablonec.cz, www.divadlojablonec.cz.

Stránky Petra Šrámka: <http://petrsramek.webnode.cz>

Stránka o Petrovi a galerii jeho obrazů – Nakladatelství UMÚN: <http://www.umun.cz/?petr-sramek,18>.



Petr Šrámek maluje nohama

Nakladatelství UMÚN s.r.o.

Nakladatelství UMÚN s.r.o. působí v České republice od roku 1993. Jeho hlavní náplní je vyhledávání umělců s tělesným postižením malujících ústy a nohama a poskytnutí podpory těmto malířům. Mimo jiné zprostředkovává kontakt umělců s Celosvětovým sdružením, které posuzuje uměleckou úroveň jejich tvorby.

Nakladatelství vydává tvorbu malířů malujících ústy a nohama v podobě reprodukcí v kalendářích, na práních, do-



Petr Šrámek na vernisáži jedné ze svých výstav

pisních papírech a mnoha dalších výrobcích. Z nich sestavuje kolekce pro jarní a vánoční nabídky, které rozesílá poštou. Z jejich prodeje jsou pak financovány honoráře a stipendia pro malíře, výstavy jejich tvorby a jiné projekty na podporu osob s těžkým zdravotním postižením.

Práce spojená s expedicí a přípravou nabídek je zajišťována sezónně i za spolupráce lidí s tělesným postižením a to konkrétně z Domova a centra aktivity v Hodkovicích nad Mohelkou, ÚSP Rybníček v Litovli, Ústavu sociálních služeb v Děčíně IV., ÚSP Domov Tereza v Benešově u Semil a Občanského sdružení pro pracovní a sociální rehabilitaci drogově závislých Advaita v Nové Vsi u Chrástavy. Na přípravě zásilek se dále podílejí lidé žijící samostatně v bezbariérových bytech v Petýrkově ulici v Praze 4.

Z prostředků získaných prodejem zásilek jsou financovány výrobní a provozní náklady, v závislosti na úspěšnosti činnos-

ti podporuje Nakladatelství UMÚN také sociální projekty OÚSS Domova a centra aktivity v Hodkovicích nad Mohelkou, kde žije pan Petr Šrámek, který maluje nohama. Tyto peníze nejsou použity jen pro jeho osobu, ale i pro potřeby všech postižených, kteří žijí v péči jmenovaného ústavu. Obdobně je tomu i v ÚSP Rybníček v Litovli, v ÚSP Domov Paprsek v Olšanech u Šumperka, u občanského sdružení Asociace pro osobní asistenci se sídlem v Chrástěanech u Prahy.

Nakladatelství přispívá i na individuální přepravu lidí s tělesným postižením speciálními mikrobusem v Praze. Rovněž finančně podporuje Národní radu zdravotně postižených České republiky.

Kontakt a další informace: Nakladatelství UMÚN s.r.o., Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30, tel.: 485 161 712 (od 9 do 16 hodin), e-mail: umun@umun.cz, www.umun.cz.

UMÚN s.r.o., (pp)

Z Ameriky přišla nabídka k profi „vozmanům“

Kulturista na vozíku Daniel Minster

Po návratu z Mistrovství Evropy v kulturistice, které se letos konalo ve španělské Santa Susanně, dostal vozíčkář Daniel Minster zajímavou nabídku od „duchovního otce“ profesionální kulturistiky vozíčkářů Nicka Scotta: přestup mezi profesionály.

„Opravdu mne to zaskočilo,“ reagoval Daniel Minster. „Osobně se považuji za jakousi rychlokvašku v tomto odvětví. Nicku Scottovi jde patrně o rozšíření řad profesionálních kulturistů – vozíčkářů s cílem udělat zámožské profi závody pestřejšími. Nicméně si této nabídky velmi cením. Bohužel hlavní a neřešitelnou překážkou v mé nynější životní situaci jsou finance. Mám čtyřčlennou rodinu a už samotná příprava na mistrovství České republiky a následně ME ve Španělsku se znatelně projeví na rodinném rozpočtu. Takže si nedovedu představit přípravu na profi závody a vycestování do USA, kde probíhá většina těchto závodů. Co se sponzorů týče, ti se zrovna do tohoto sportu nehrnou.“

Daniel ale sleduje profesionální scénu vozíčkářů hlavně přes sociální síť. „Většinu závodníků mám v přátelích a tak díky jejich příspěvkům, týkajících se například přípravy i samotných závodů, získávám rovněž přehled o dění v profesionální kulturistice vozíčkářů. Mám mezi těmito borci také vzor, je jím Johnny Quinn, který má stejné poranění míchy jako já – v oblasti hrudníku.“

Osudná nepozornost kvůli telefonu

Daniel se na vozík „dostal“ po auto-nehodě. Jel nevhodnou rychlostí po namrzlém povrchu vozovky a navíc se plně nevěnoval řízení, protože mu došla sms a telefon zapadl mezi sedadla. Jednou rukou ho hledal, auto se ale mezitím dostalo do protisměru. Když to Daniel zjistil, zbrkle trhnul volantem, auto dostalo smyk, vylétlo z cesty do příkopu, který auto vymrštil. Následoval 32,5metrový let a pak pět kotoulů přes střechu. Daniela našli o dvě hodiny později. Náhodou kolem místa nehody projížděl pán s dcerou a všiml si slabě svítících světel v poli.

V pražské Ústřední vojenské nemocnici mu lékaři sdělili diagnózu – rozdrčení desátého hrudního obratle s následným přerušením míchy. To ještě Daniel netušil, čím vším si projde, než si vůbec sedne na vozík. Přišly problémy s dýcháním, se



Daniel Minster na mistrovství Evropy 2014

stabilitou, neuměl se přetočit na posteli, natož si na ni sednout. Další čtyři měsíce absolvoval různé spinální procedury a pomalé zvykání si na ortopedický vozík. V té době mu byla velkou oporou rodina, hlavně manželka.

Dnes už je to osm let od nehody a na vozíku jezdí jako drak. „Někdy si říkám, že jsem se s ním narodil,“ dělá si legraci Daniel.

Kulturistika je styl života

„Humor miluju a obzvlášť černý humor. Je takový pepřejší a od doby, co jsem na vozíku, si jej mohu dovolit používat. Tedy alespoň si myslím, že si jej mohu dovolit šířit a že tím nikomu neškodím, když si střílím ze sebe samotného. Ono to i zlehčuje přístup druhých k mé osobě. Mně to tedy nevaří,“ vysvětluje Daniel.

A jak se dostal ke kulturistice? „Někdy v osmnácti jsem chodil cvičit do podomácku vybaveného sklepa v paneláku. V té době nebyl internet, ale velký

ohlas zažívaly časopisy jako Fitplus, Kulturistika, Svět kulturistiky, no prostě bylo z čeho čerpat vědomosti i inspiraci. Takže z toho plyne, že necvičím jen poslední tři roky, ale dá se říct, že rekreačně cvičím od osmnácti. Tedy s menší pauzou kolem mé autonehody, ale poslední tři roky se jí věnuji naplno, jak jen to jde. Je pro mne vším,“ říká Daniel.

Dneska si vůbec nepřipouští, že je na vozíku, prostě dojede do fitka s tím, že si odcvičí, co potřebuje.

„Kulturistika je nádherný sport, i když s tím zařazením do sportu hodně bojuje. Je to styl života nebo spíše kultury těla. Kulturistika je o odříkání, disciplíně, zdokonalování sebe sama. Je to běh na dlouhou trať, kdo jednou okusil vzít činku do ruky, už nebude chtít jinak. Odměnou mu bude dokonalá postava a pocit, že pro sebe něco udělal. Přeju všem, ať se jim podaří dosáhnout vysněných cílů!“

Zdroj: <http://kulturistika.ronnie.cz/>
(di)

Svátek milovníků rychlých kol je pro další roky zřejmě zachráněn

Grand Prix ČR Brno 2014

Reportáž Hany Klusové

Ještě v červnu visel nad konáním Grand Prix ČR v Brně velký otazník. Tolik diskutované finance nutné k udržení ČR v kalendáři světového šampionátu se nakonec našly a slavný závod se pojede i v roce 2015.

Automotodrom Brno (AMD) se i přes vysokou návštěvnost zmíněného sportovního podniku, kdy okruh přes celý víkend navštíví téměř čtvrt miliónu diváků, potýká s finančními problémy, které letos na jaře vygradovaly konfliktem s ministerstvem školství a Autoklubem České republiky, akcionářem Masarykova okruhu. Ti vinili vedení okruhu ze špatného hospodaření. Ministerstvo, díky úspěšnému vyjednávání s hejtmanem Jihomoravského kraje Michalem Haškem, nakonec přispělo na konání závodu 20 milióny korun, ale žádá pro příští rok záruky a přesné podklady o rozpočtu, návštěvnosti či financování. Sám Michal Hašek chce pro další roky prosadit vznik speciálního zákona o podpoře sportu, který by financování Grand Prix Brno řešil dlouhodobě. Město si totiž tuto jedinečnou sportovní událost právem zaslouží. Jednak proto, že jeho závodní historie je předlouhá, bohatá a důležitá. Ale také má enormně pozitivní ekonomický dopad.

Brno Grand Prix potřebuje

Brněnské hotely a další podnikatelé jsou za zachování Grand Prix rádi. V době jejího konání hlásí vždy stoprocentní vytíženost. Mnoho hostů do Brna jezdí už desítky let a mnozí pak zůstávají i déle.

V Brně se závodí od třicátých let 20. století a město mělo vždy své čestné místo v dějinách motorsportu. Jen kolika pamětními deskami a náhrobními kameny se slavnými jmény je lemována původní stará trať, vedoucí po místních komunikacích. Tak třeba tragická smrt německého motocyklového závodníka Hanse Baltisbergra v roce 1956 zasáhla spisovatele Bohumila Hrabala, který tragédii přihlížel jako divák, tak, že napsal emotivní povídku „Smrt pana Baltisbergra“.

Za myšlenkou vybudování prvního závodního okruhu stála legendární závodnice Eliška Junková. Nechala se inspirovat německým Nürburgringem, kde nešťastnou shodou okolností zahynul její manžel Čeněk, a to ve voze Bugatti při Velké ceně Německa v roce 1928. Nynější Masarykův okruh byl vybudován v letech 1985–87.



Pohled na Masarykův okruh

Foto: oficiální stránky automotodrombrno.cz

Naši mezi nejlepšími jezdci světa

Domácí barvy hájili jezdci Karel Abraham (MotoGP), Jakub Kornfeil, Karel Hanika (Moto3) a Martin Gbelec (Red Bull Rookies Cup). Všem chlapcům se zadařilo a dojeli závod do cíle.



Český závodník Karel Abraham

Foto: Michal Kohout, www.motorkari.cz

Změny jsou třeba, ale...



Bezbariérová přírodní tribuna C, tzv. Stadion, je po tři dny obsypána davy fanoušků Foto: Michal Kohout, www.motorkari.cz

Vozičkář Jiří Kisinger, který pracuje pro tým Jakuba Kornfeila, by toho na Masarykově okruhu spoustu změnil, tedy co se bezbariérovosti týče. Ne všechny úpravy by však z hlediska bezpečnosti situaci prospěly.



Jiří Kisinger

Foto: Hana Klusová

Manažerka tiskového střediska AMD Tamara Hanáková k tomu dodává, že například rampu do podchodu vedoucího pod trať nelze do budoucna vůbec umístit, a to právě z bezpečnostních důvodů. Podchod bývá především při ukončení závodů přeplněn davy lidí, kteří se potřebují z areálu co nejrychleji dostat. Je v něm nedýchatelno a vskutku narváno. Proto mají vozičkáři přesně vyhrazená pohodlná místa, kde také velmi blízko tratě parkují. Závod si užijí a předejdou veškerým rizikům. Jde o přírodní tribuny – například tzv. Stadion, který navíc skýtá jeden z nejhezčích pohledů na trať. Závodníci zde sjíždí zatáčkami z kopce dolů. Jsou velmi dobře

vidět a navíc jsou zde nainstalovány velkoplášné obrazovky.

Brno – mezník letošní sezóny

Nad kralováním mladičkého Španěla Marca Marqueze, který v této sezóně dokázal vyhrát deset závodů z deseti, se v Brně zatáhla mračna. Vyhrál jeho krajan a týmový kolega Dani Pedrosa na Hondě. Druhý skončil Jorge Lorenzo s Yamahou a třetí také s Yamahou miláček davů Valentino Rossi. Ten Brno miluje a krásný český okruh uprostřed lesů miluje Valentina. Svě první vítězství v celé téměř dvacetileté kariéře slavil právě zde, a to v roce 1996. Po dvou neúspěšných sezónách v týmu Ducati se vrátil do Yamaha a poprvé v kariéře letos vyměnil šéfmechanika, což byl krok sice riskantní, ale vyplatil se. Pětatřicetiletý borec se k odchodu nechystá a bojovat o titul chce dál, byť s kluky o 15 a více let mladšími, pro které byl už v jejich dětství legendou.



Trio vítězů Foto: oficiální stránky okruhu

Velká cena v Brně svou polohou na jihu Moravy a složením publika evokuje tak trochu časy starého Rakouska-Uherska. Sjíždí se sem nejen naši fanoušci, ale také mnoho motoristických nadšenců z Rakouska, Itálie, Slovinska, Polska, Slovenska nebo Německa. Tomu také odpovídá skladba komentátorů přímo na závodní věži. Kromě hlasu našeho spíkra a fotografa Martina Straky z Ostravy byl posilou týmu kolega z německého Sachsenringu Bernd Fulke a Ital Federico Filippi. Ti také chvílemi hovořili anglicky a hlavně velmi vzrušeně, protože na trati se ustavičně něco dělo.

Závody jako dárek

Míša Klimeš s tatínkem si zpřijemnilo léto vůní benzínu. Nejdřív dostal Míša k narozeninám dárek – výlet do Prahy na motoristickou show slavné britské partičky Top Gearu. To mělo pro letošek stačit... Show v pražské O2 aréně dvojici fandů z Jihlavy tak nabudila, že neodolala zajet si také na závody do Brna. Táta má rád Valentina Rossiho a doma se těší z Jawy 350. I když už to s vyjížděkami není jako dřív, kdy nebyl takový provoz a parta kamarádů motorkářů pravidelně vyrazila na tuzemské cesty. Přesto rád na

vše vzpomíná a občas se samozřejmě projede. Míša zase obdivuje Marca Marqueze a jeho fenomenální úspěchy.



Míša s tatínkem Foto: Hana Klusová

Bob Šoun prostě jede...

Bob (Bohouš) je v paddocku velkých cen jako doma. Má zde spoustu kamarádů, a to ne ledajakých, ale přímo šampionů a manažerů týmů. Jeho největším přítelem je již pár let Ital Lucio Cecchinella – bývalý šampion a držitel traťového rekordu v Brně v kategorii 125 cm. Bohouš byl jeho hostem i letos.



Bob s Marcem Marquezem, ten letos v Brně dojel 4. Foto: Bobův archiv

Na obědě v týmu LCR Honda mu ukázal fotku z dob, kdy pokořil rekord okruhu, a to Lucia natolik potěšilo, že Boba za odměnu povozil po okruhu na skútru. A že to byla jízda!

Na jaře měl Bob zase šanci proletět se nad okruhem ve vrtulníku. Boba potkáte v paddocku s maminkou a oba jsou to velcí pohodáři, kteří už závodění zcela propadli. Časem by proto rádi přidali i nějakou tu zahraniční trofej. Láká je výlet do Německa na Sachsenring, který leží blízko Drážďan. Ale oba ví, že takový výlet bude po všech stránkách náročný. Bohouš žije v Praze a letos dokončí bakalářské studium na Metropolitní univerzitě, obor Mediální studia. Jeho snem je stále

práce v závodním týmu. Což vzhledem k jeho zajímavým přátelům v paddocku není vůbec nemožné...



Bob s Valentinem Rossim, Brno 2014 Foto: Bobův archiv

Sergio Fontti, kluk z Říma

Sergio je také věrným návštěvníkem Brna. Nedostane se zde sice úplně každý rok, ale jeho facebook hýří závodními fotkami po celou sezónu. Vždyť v jeho rodné Itálii se jedou hned dva závody v sezóně. Brno je ale natolik mezi fandy i samotnými jezdci oblíbené, že podniknout cestu do moravské metropole Italům stojí za to.



Sergio Brno miluje. Na fotce s Danim Pedrosou, vítězem letošní Velké ceny Foto: Sergiův archiv



Sergio fandí italské Ducati Foto: Sergiův archiv

Sergio pracuje na částečný úvazek v počítačové firmě. Kromě motorek sleduje rád fotbal, Formuli 1 a reality show. Rád vaří a jí, no jo – italská kuchyně – kdo by si na ni nepošmáknul!? Letos na jaře se Sergiovi dostalo velké cti, když se ve Vatikánu zúčastnil setkání s papežem Františkem. Ten mu osobně poželal. Sergio na to dodnes vzpomíná s upřímným dojetím.

Opel Cyklo Handy Maraton 2014 prověřil závodní týmy i organizátory



Ve dnech 30. 7. – 3. 8. 2014 se konal II. ročník Opel Handy Cyklo Maratonu, který pořádalo občanské sdružení Cesta za snem. Tento závod je výzvou pro zdravé i handicapované.

Cyklistický maraton smíšených družstev měl za úkol projet 24 rehabilitačními ústavami, spinálními jednotkami a zařízeními pečujícími o pacienty s postižením napříč Českou a Slovenskou republikou. Trasa přesně stanovena nebyla, jen průjezdní body. Podmínkou účasti byl alespoň jeden člověk s postižením v týmu a ujetí stanoveného počtu 2 222 kilometrů v limitu max. 111 hodin.

Každý z 30 závodních týmů byl současně patronem vybraného pacienta s postižením pohybového aparátu, pro kterého bude v září 2014 uspořádán občanským sdružením Cesta za snem ve spolupráci se společností OPEL CS zážitkový víkend.

Fakultní nemocnice Ostrava (FNO) se bohužel jako tým závodu nezúčastnila – jedna aktivní účast byla ale zajištěna spolujízdou (kterou mohl kdokoliv vytvořit během celého závodu) vedoucí fyzioterapeutky Bc. V. Novotné na části trasy na Jižní Moravě. Spinální jednotka (FNO) byla jako 13. průjezdní bod. Stanoviště bylo viditelné u vrátnice v části VIP, kde byl zajištěn stan s občerstvením. Týmy dojížděly postupně během pátečního odpoledne až do sobotní sedmé hodiny ranní a po celou dobu byla zajištěna služba. Akutně byl ošetřen jeden vozíčkář na oddělení neurochirurgie a další člen jiného týmu po pádu na kole.

I přes nepřízeň počasí během průjezdu bylo příjemné vidět cyklisty a týmy při-



jíždět – i přes znatelnou únavu – v dobré náladě a s humorem. Poznávali jsme v nich nejen naše bývalé pacienty a kolegy z jiných pracovišť, ale také nové lidi nejrozličnějších profesí a s různou zdravotní limitací. Výsledkovou listinu a motivaci k účasti (třeba aktivní...) na dalším ročníku naleznete na www.111hodin.cz.

Poděkování patří všem, kteří se za

FNO podíleli na organizaci a zajištění hladkého průběhu závodu – děkujeme za podporu vedení NCH kliniky, staniční sestře A. Macíkové, P. Slaninové a P. Vavrečkové, týmu rehabilitace Bc. R. Sedlářkové, Mgr. Z. Guřanovi a Mgr. K. Sýkоровé.

*A. Macíková, Z. Guřan
FNO*



Napříč Slovenskem bez omezení

První srpnovou neděli přivítalo centrum Košic handicapovaného **Petera Káčera** po jeho heroickém výkonu: za týden zvládl na tříkolce trasu 450 kilometrů z Bratislavy do Košic. Akci nazvanou **Napříč Slovenskem bez omezení** (s podtitulem **Káčer na trojkolce**) sám vymyslel a podnikl ji na podporu deseti handicapovaných lidí, s cílem vybrat peníze na jejich finančně náročnou léčbu. Peter Káčer se narodil s dětskou mozkovou obrnou. Jako motoristický fanoušek se rozhodl vytvořit projekt pro handicapované děti. Patnáct let pak organizoval motoristicko-vědomostní soutěže „Rallye – Cesta do života“, což je zároveň program stejnojmenného občanského sdružení na Slovensku i v České republice. V roce 2010 dokončil studium na fakultě managementu Univerzity Komenského a od ledna 2012 vede Nadaci televize TA3.

(di)



Rozjed'te se s námi

vývoj, konstrukce, výroba, montáž

Doporučíme vhodnou značku a typ automobilu s ohledem na vaše potřeby.
Spojíme Vás s nejbližším dealerem značky vozu, případně doporučíme autosalon dle našich zkušeností (denně se u nás vyskytují nové vozy všech značek z celé ČR).
Zajistíme Vám speciální autoškolu s upravenými vozy.
Máme vlastní odtahovou službu.
Zajistíme náhradní vůz s ručním ovládním.
Upravíme Váš vůz nejlepším možným způsobem.

JOSEF HURT, Bambousek 664, 281 26 Týnec nad Labem
Tel. / mob.: +420 321 781 363 / +420 608 977 274
E-mail: info@rucniovladani.cz
www.rucniovladani.cz

Zastoupení pro Slovensko
Tel.: +420 608 977 274, e-mail: malina@rucniovladani.cz



Web magazínu pro vozíčkáře

VOZKA

Novinky ze života a pro život
na vozíku:

www.vozka.org

Váš časopis
Váš web



Moje asistentka je pěkněj 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 Pízenec,
Tel.: 724 007 779, info@pomocnetlapky.cz
www.pomocnetlapky.cz



NON-HANDICAP

18. ROČNÍK VÝSTAVY PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ



PRAGOMEDICA

36. ROČNÍK ZDRAVOTNICKÉHO VELETRHU

22. - 24. 10. 2014

Výstaviště Praha - Holešovice

www.incheba.cz

✂



NON-HANDICAP

22. - 24. 10. 2014

Výstaviště Praha - Holešovice

NA POKLADNĚ VYMĚŇTE ZA VOLNOU
VSTUPENKU. Platí pouze po vyplnění.

Firma

Jméno a příjmení

E-mail

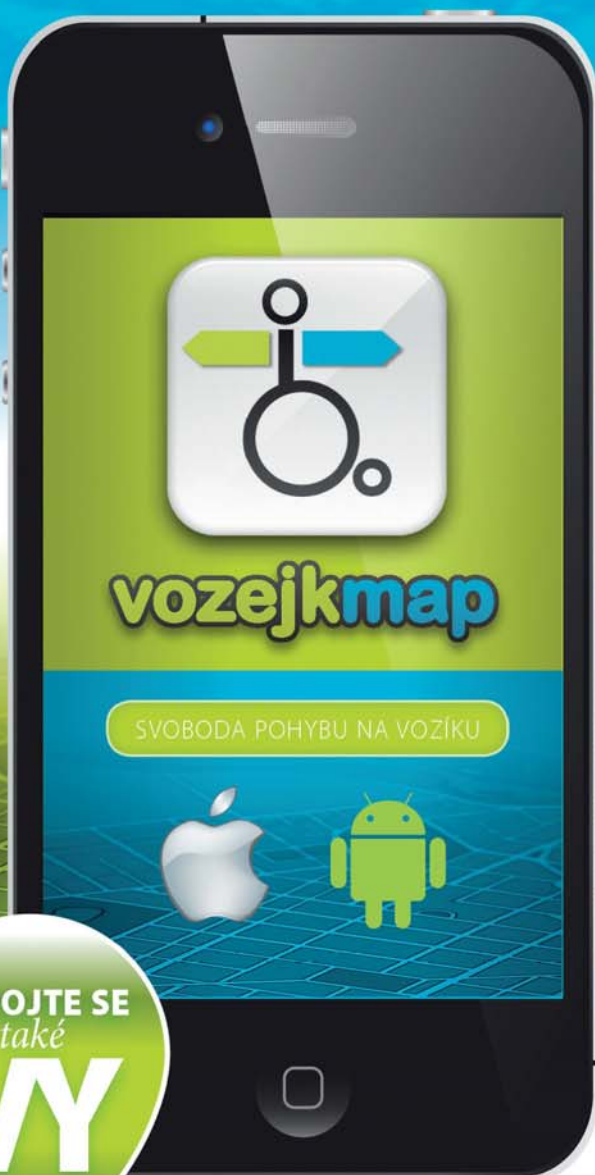
Web

Organizátor: INCHEBA PRAHA spol. s r.o., Areál Výstaviště 67, 170 90 Praha 7 • Holešovice • T 220 103 304 • E non-handicap@incheba.cz • W www.incheba.cz/non-handicap

V souladu s § 7 zákona č. 480/2004 Sb. poskytují souhlas s využitím uvedených údajů pro účely rozeslání obchodních sdělení
elektronickou poštou společností INCHEBA PRAHA spol. s r.o.



INCHEBA
EXPO PRAHA



ZAPOJTE SE
také

WY

Mobilní aplikace pro chytré telefony a webové rozhraní nabízí mapu, navigaci a informace o bezbariérových místech v celé ČR i v zahraničí. Umožní Vám naplánovat si cestu tak, abyste se nedostali do potíží a mohli cestovat samostatně. Pomůže najít například nejbližší bezbariérovou kavárnu či WC. Data zadávají a ověřují samotní vozíčkáři.

www.vozejkmap.cz

- Stažení zdarma
- Možnost aktivně se podílet na obsahu. Data mohou vkládat všichni uživatelé
- Vyhledávání nejbližších bezbariérových míst
- Navigace do místa určení
- Vkládání dat přes mobilní telefon s využitím GPS (samo určí, kde se právě nacházíte)
- Vkládání dat přes webovou stránku
- Veškerá data jsou dostupná i na www.vozejkmap.cz
- Obsahuje fotografie míst, hodnocení, komentáře, kontakty
- Informace o typu bezbariérového přístupu, dostupnosti bezbariérového WC a parkoviště pro vozíčkáře
- Ověření dat administrátorem - vozíčkářem
- Filtrace dat



**Nadace
Vodafone
Česká republika**



ŠKODA



CZEPA
ČESKÁ ASOCIACE
PARAPLEGIKŮ



Nejširší nabídka elektrických vozíků předních světových výrobců na českém trhu k vidění a vyzkoušení v předváděcím centru v Hradci Králové. Předvedení a zaměření je možné dle dohody i ve Vašem bydlišti.

KITE

KÓD ZP: 0135331/sk.07
plně hrazen ZP

Proč KITE?

- bezkonkurenční DST technologie = horizontální a vertikální odpružení
- bezpečnější a komfortnější jízda
- anatomicky tvarované komfortní sedadlo
- velká škála příslušenství a doplňků



PUMA

KÓD ZP: 0135324/sk.07
plně hrazen ZP

Proč PUMA?

- navržen pro velmi náročné uživatele
- funkčnost, komfort a dokonalý design
- FTSS systém = pomoc při zachování směru jízdy
- velká škála příslušenství a doplňků
- ocenění za design výrobku 2013
- ocenění reddot za design výrobku 2012
- ocenění za výrobní design 2011



Velká nabídka elektrických skútrů pro všechny Vaše požadavky - od základních „městských“ až po „terénní“ pro náročné uživatele.



Proč COLIBRI?

- novinka mezi „mikro“ skútry
- výběr z mnoha barev
- rychlost 6 km/h
- jednoduše rozložitelný pro převoz bez použití nářadí – systém LiteLock
- ocenění reddot za design výrobku 2014
- antikorozní úprava



NOVINKA COLIBRI



Cena: 29.890,- Kč
S tímto kupónem máte nárok na 10% slevu na tento skútr!
Akce platí do 30.9.2014



Jana Masaryka 1713, 500 12 Hradec Králové, Tel.: +420 495 220 684, E-mail: sivak@sivak.cz

www.sivak.cz

paha@sivak.cz, ostrava@sivak.cz



GENERALI Survival 2014 – 24hodinový outdoorový víceboj sportovců s handicapem i bez něj

Letošní závod, který se konal 13. až 14. 6., byl tradičně tvrdý, naštěstí se mu ale vyhnuly katastrofy, které jej provázely ve dvou předešlých ročnících. Konal se ve středisku Akademie múzických umění v Poněšvicích poblíž Hluboké nad Vltavou, zúčastnilo se jej celkem 76 závodníků, z toho devět vozíčkářů. Závodníci absolvovali noční i denní pádlování na klidné vodě, plavání v bazénu i v tekoucí vodě, náročný slalom na divoké vodě, orientační závod na kole i bez něj, in-line brusle, lezení po stěně a další technické disciplíny, jako jsou golf, lukostřelba, slack-line (provazochodectví) nebo vysoké lanové překážky. Výsledky závodu včetně fotografií a dalších podrobností naleznete na www.generalisurvival.cz.

Volejbal sedících Paralympijský sport opět u nás

Už jste slyšeli o volejbalu sedících? Že ne? Na paralympijských hrách je tento sport již od roku 1980, v naší republice se obnoví po několikaleté pauze již příští měsíc, a to i díky volejbalovému týmu SK Kometa Praha.

Hlavními rozdíly oproti volejbalu stojících jsou velikost hřiště, výška sítě, možnost blokování podání a pochopitelně pohyb na hřišti. Na hřišti se hráči pohybují pomocí klouzání po palubovce. Výhodou je, že nepotřebují žádné speciální pomůcky. Tento sport se tedy hraje výhradně v hale.

Na základní úrovni, na které bude fungovat i tento projekt, je volejbal sedících otevřený všem zájemcům. Nemusí se jednat pouze o lidi s amputacemi dolních končetin. Přidat se může každý, kdo je schopen pohybu po zemi bez cizí pomoci. Například lidé s kratší dolní končetinou, sníženým svalovým tonem nebo se skoliózou páteře. Ovšem i zájemci z řad bez jakéhokoli handicapu nemají dveře zavřené.

Představení sportu spolu s prvním tréninkem proběhne **6. 10. 2014 od 18 hodin v ZŠ Na Šutce** – Na Šutce 440/28, Praha 8. Všichni zájemci o tento sport jsou vítáni. Tréninky budou následně probíhat každé další pondělí ve stejný čas na stejném místě. Aktuální informace k tréninkům a bližší představení sportu naleznete na oficiálních webových stránkách projektu www.volejbalvsede.cz.

Přijďte si vyzkoušet dynamický a nekontaktní sport plný zábavy, který si mohou užít lidé s postižením i bez něj. Těšíme se na Vás!

*Za organizační tým
Kristýna Kútová a Martin Kalfař*



Jak jsme hráli pétanque při superúplňku

Humorné (sportovní a společenské) příběhy slasti života se nevzdávajícího vozíčkáře



Historicky první hrací den **Ligy pétanque pro seniory** je za námi. Co přinesl?

Každý z týmů má za sebou pět zápasů a nikdo nezůstal bez bodu. Na prvních třech

místech průběžného pořadí jsou družstva sestavená ze zkušených hráčů Kulové osmy a za nimi možná trochu překvapivě Praha 13. Příliš se zatím nedařilo oběma týmům z Prahy 1, i když hrají na svých domovských hřištích. Za očekáváním zatím zůstává i tým Meta Praha 6. Dvě a tři vítězství uhrála družstva KSŘ (Klubu Seniorů Řepy) z Prahy 17, dobře si zatím vede smíšený tým Wild Card.

Velké horko bylo velmi náročné pro všechny účastníky, naštěstí alespoň příjemně foukal větřík od Vltavy. Hlavní barman Karel byl v neustálé permanenci a za celý den připravil desítky litrů domácích bezinkových, okurkových a pomerančových limonád. K jídlu bylo osm kilo kuřecích řízečků, šopský salát a párky. Za celý den se nezastavil ani překapávací kávy. Byl to prostě velmi vydařený den, také plný zajímavých příběhů...

Například toho o paní Dáše, která nemůže ze zdravotních důvodů bez doprovodu chodit, ale jakmile dostane do ruky kouli na pétanque, není k udržení...

Nebo ten o panu Cinnerovi, který si přišel ráno v klidu, jen tak, přečíst noviny do parku. A pak v dálce zaslechl hlášení, že tým Wild Card je pouze ve třech a hledá čtvrtého. Přihlásil se a s nepřečtenými novinami se domů vrátil až kolem šesté hodiny...

Tým Wild Card má ještě jedno prvenství – je složen ze čtyř hráčů a každý z nich je odjinud – z Prahy 1, 6, 10 (průkopníci je paní Ivana Nováková) a z Únětic!

Další hrací den byl v neděli 24. srpna a ten měl rozhodnout o tom, které čtyři týmy postoupí do semifinále, která se budou konat v sobotu 27. září na Střeleckém ostrově. Přijďte se podívat!

(Pozn. – my hráli samozřejmě už od rána, nikoli až při viditelném superúplňku Měsíce – Češi ho mohli pozorovat v neděli 10. srpna od 20.09 do pondělních 6.38 hodin...)

Ligové kolo očima hráčky – paní Ludmilky

Členové SenSenu KSŘ, hráči pétanque, se přihlásili na historicky první se-



Účastníci prvního kola Ligy pétanque pro seniory, vpravo na vozíku ambasador SenSen KSŘ Pepa Procházka

niorský turnaj na Praze 1, pořádaný na perfektním hřišti v Lannově ulici na nábřeží Vltavy. Pod vedením našeho ambasadora a zároveň kapitána našeho B družstva Josefa Procházky, zvaného prostě Pepa, jsme na svatého Vavřince vyrazili z Řep k Vltavě. Družstvu A velel Alois Řezník, řečený Lojza nebo alias Matyas.

Bylo nádherné počasí a obloha bez mráčku slibovala, že tentokrát dopadne turnaj lépe nežli ten předchozí v Radotíně. V Radotíně bylo zpočátku také krásně, ale po 1. kole zápasů se nebe zatáhlo a turnaj byl pro silný déšť přerušeno.

Celý den bylo nebe modré a sluníčko nádherně svítilo. Na kopuli střechy nedalekého Ministerstva průmyslu a obchodu ČR Na Františku důstojně vlála česká vlajka. Ta našemu seniorskému zápolení dodávala patřičnou slavnostnost. Hřiště Lannova je umístěno v centru Prahy na nábřeží Ludvíka Svobody s nádherným výhledem na Hradčany.

Mezi jednotlivými hřišti na pétanque na pískových cestách v parku jsou travnaté plochy s růžemi, které nyní v létě jsou v plném květu. Je vidět, že zahradníci tam opravdu pilně pracují. Liga pétanque se hrála v nádherném prostředí, sešlo se na ní přes 60 seniorek a seniorů z deseti družstev, které hrají pétanque.

Turnaj tradičně perfektně organizoval a moderoval pan Petr Fuksa. Přítomen byl i pan Pešout, první náš učitel pétanque, který je velmi ostříleným a zkušeným hráčem a také trenérem hráčů v Praze 13 – Stodůlkách.

I když pořadatelé psali, že pití a občerstvení bude zajištěno, nikdo z nás netušil, že se mezi jednotlivými koly budou podávat hromady kuřecích řízků, bohaté zeleninové mísy, obrovské mísy s vinnými hroznými a švestkami. K obědu

podávali teplé párky s čerstvým a velmi chutným domácím chlebem a hořčicí nebo kečupem. Podávala se i káva a neustále se doplňovaly džbány s osvěžující limonádou s plátky citronů a snítky máty. Pořadatelé šli tak daleko, že pro seniory připravili i pivo a to jak alko, tak nealko. Po obědě se na stolech ještě objevil plech s rybízovým koláčem. Moc času na odpolední klid ale nebylo. Po obědě šlo opět všech deset družstev hrát závěrečné čtvrté a páté kolo.

Po odehrání posledního zápasu jsme poděkovali našim hostitelům a pořadatelům. Odvedli opravu veliký kus práce. Připravili nám senzační den. Přestože tramvaje v době prázdnin v nedělním odpoledni nejezdí často, měli jsme i v tom obrovské štěstí. Spojte s na sebe skvěle navazovaly a my byli v Řepích dřív, než jsme si stačili říct všechny své postřehy ze zápasů, poznatky o soutěžících, které už mnozí z nás, díky turnajům, začínáme znát křestními jmény.

Celý sváteční den byl korunován superúplňkem, který se nad Prahou zpočátku upejpací schovával mezi slabou oblačností, ale potom se přeci jen rozzářil v plné parádě na čisté obloze. Astronomové tvrdí, že tehdy byl Měsíc nejbližší planetě Zemi – vzdálen jen 358 000 km –, a proto svítí o 15 % více než normálně. Říká se, že úplňk zesiluje emoce a superúplňek obzvlášť. Má možná na svědomí i naše silné, velmi pozitivní dojmy a pocity z celého dnešního nádherného společenského a sportovního dne. Takové léto si dáme líbit!

Další informace o průběhu Ligy najdete na www.lpps.cz.

*Josef Procházka
ambasador Klubu Seniorů Řepy, klubu
přítel aktivního pohybu a rozumu*

Kapři tábor byl tentokrát plný pašovaného alkoholu

Sportovní klub Kapři – OKNA Jindřichův Hradec sdružuje ve svém oddílu nejen handicapované sportovce, nýbrž i řadu dobrovolníků, bez nichž by nemohl existovat. Svým kamarádům z řad postižených osob pomáhají při plaveckém výcviku a soutěžích, při cestách na závody a absolvují s nimi i pobyt na letním táboře, jímž vrcholí sezóna. Na začátku letošního července si Kapři užívali táborování v **Pluhově Žďáru**, byli tam deset dní.

Nápad

„Na úplném začátku byl před pár lety cíl – naplnit alespoň část letních prázdnin dětem, které nemají tolik možností a příležitostí. Těm, kdo s menším či větším



Retro oblečení ve stylu filmu „Někdo to rád horké“



Mafiánský chorál

handicapem většinu prázdninových dní tráví doma s rodiči, někdo občas u babičky. Umožnit jim to, co mají zdravé děti úplně běžně. Opustit na pár dní domov, stát se na chvíli někým jiným, zažít něco, co se ve všedních dnech nezažívá. A z druhé strany nechat oddechnout i rodiče, kteří celý rok pracují, starají se, cvičí s nimi, prostě pečují o své ratolesti,“ takhle popsala dobrovolnice Michaela Jůnová (maminka syna Adama – vozičkáře) důvod, proč Kapři začali táborové pobyty organizovat.

Tematické tábory

Tábor je každoročně jinak zaměřen, ale místo je stejné – Pluhův Žďár. Obec sousedící s krásným pohádkovým vodním zámek Červená Lhota. Zámek je však

také v Pluhově Žďáru a ten se spolu s celou obcí každoročně těší na příjezd Kapřů...

Ves rok co rok pobytem sportovců ožívá, do akcí, které pořádají, se zapojují (nejen) místní obyvatelé. Tematicky byly tábory věnovány nejprve Vikingům, pak tvrdému vojenskému drilu, v dalším roce se na jednom místě sešli Indiana Jones, praotec Čech a Limonádový Joe. Čtvrté setkání se uskutečnilo v uvolněném duchu hippies.

Mafiáni

Letošní táborový sraz měl mafiánské téma inspirované filmovou legendou „Někdo to rád horké“. Do familiárně zvaného „Pluháče“ se sjely gangy z Ameriky, Itálie a Ruska, aby tam rozjely černý obchod s pašovaným kuřivem a alkoholem. Do svých řad pasovaly nováčky mafiánského řemesla, veselily se v diskotékovém rytmu s DJ Gizzym – Gríšou Orljanskim, objímaly se s nebezpečnými škrtiči ze zoo Větrovy, nechaly se unášet africkými rytmy souboru Iyasa Inkululeko Yabatsha ze Zimbabwe, v Žirovnici navštívily divadelní představení C. K. Polní maršálek. S údivem si také poslechly vystoupení nevidomého klavírního virtuóze Petra Mottla a na závěr křepčily při rocku kapely Crash z Českých Budějovic.



Odolali jsme nebezpečnému škrtiči



Roman Pišný

Druhé narozeniny lipenské Stezky korunami stromů aneb Setkání s The Tap Tap

O Stezce korunami stromů i o hudebním seskupení lidí s různým handicapem se již psalo v mnoha novinách a časopisech. Já bych chtěl být osobnější a vyznat se čtenářům Vozky z lásky k Šumavě a upřesnit můj vztah k The Tap Tap.

U příležitosti 2. výročí otevření Stezky korunami stromů (20. 7. 2014) se konala oslava, na níž zahrála a zazpívala hudební skupina The Tap Tap, vystoupily Tety s vzdušnou akrobacií na šálách a Slávko-va kejklířská skupina – kejklírky žonglovaly, vyfukovaly bubliny bublifukem a chodily na chůdách. Po celém bezbariérovém areálu procházeli lišák Fox a kapitán Lipánek, kteří se s návštěvníky ochotně fotografovali.

Milovaná Šumava

Tenhle kout naší země, tím koutem ale myslím celou Šumavu, mám velmi rád. V korunách stromů jsem byl několikrát a věřte, že je na co koukat v každé roční době. Zřejmě se nikdy nenasytím pohledů z výšky (nám vozíčkářům docela vzácná skutečnost) a nepřestanu obdivovat konstrukční řešení celé cesty. **S povděkem kvituji instalování plošiny na samý vrchol věže, odkud je nejlepší rozhled, protože cesta pro vozíčkáře dříve končila právě těsně pod vrcholem.** Snad stojí za zmínku, že Lipensko je se všemi radovánkami, atrakcemi a projekty k handicapovaným velmi vstřícné.



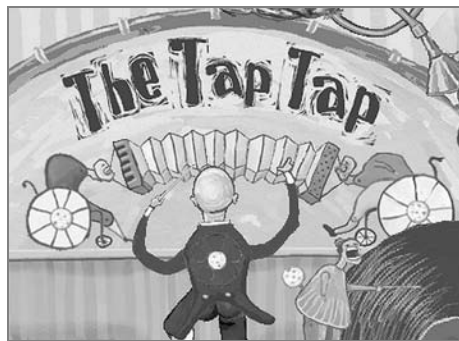
Na vyhlídkovou terasu lipenské Stezky se nyní dostane i vozíčkář



Autor článku (zcela vpravo) s hudební skupinou The Tap Tap na terase stezky

Vzpomínky na Jedli

Druhým impulsem k opětovnému výletu na Stezku byl fakt, že u příležitosti oslav vystoupí skupina The Tap Tap. Prožil jsem totiž devět studijních let v pražském Jedličkově ústavu, a tak bylo jasné, že budu mít příležitost neplánovaně se setkat se známými z Jedle. Setkání bylo prima. Pořád jim to báječně ladí, hraje i zpívá – Jana, Jitka a Jirka, hlavní zpěváci, by si nezadali s kde jakou superstar. Profesionální projev moderátora Ládi si všechny podmanil a kapelník Šimon Ornest nemá pod palcem jen taktovku, i nezavěšený musí nutně nabývat dojmu, že obsáhne úplně všechno.



Ilustr. obr.: www.thetap.cz (výřez)

Po koncertě se všichni vypravili na vrcholek Stezky, kde se fotilo, poskytovaly se rozhovory a já mohl zažít maličký odlesk slávy The Tap Tap. Hlavně jsem si uvědomil, s jakými báječnými lidmi jsem svého času v Praze studoval. Ještě večer se mi hlavou nesly vzpomínky na student-

ská léta a míchaly se se zážitky tohoto slunného letního dne.

Michal Pospíšil

Foto: archiv M. Pospíšila

Bezbariérová stezka

Otevřením Stezky korunami stromů Lipno v červenci 2012 byla významně rozšířena nabídka projektu **Lipno bez bariér**. Stezka je bezbariérová, a tak se na chodník vedoucí mezi korunami stromů a na 40 metrů vysokou vyhlídkovou věž může podívat skutečně každý. Jen na Lipně si tak mohou jak handicapovaní, tak třeba i rodiče s kočárky užívat jedinečné výhledy na lipenské jezero a jeho široké okolí. Při dobrých klimatických podmínkách bývají vidět dokonce i Alpy.

V rámci akcí s názvem Den s handicapem mají jeho účastníci a doprovod vstup na Stezku korunami stromů zdarma, v rámci dne Lipno bez bariér pak mají vstup zdarma všichni, kteří se prokáží průkazkou ZTP/P. Jinak mají lidé s handicapem zvýhodněné vstupné, více na www.stezkakorunamistromu.cz/vstupne/.

Více o projektu Lipno bez bariér naleznete zde www.lipno.info/lipno-pro-handicapovane/.

Rezervovat bezbariérové ubytování či ubytování vhodné pro rodiny s malými dětmi můžete na www.lipno.info/ubytovani/ nebo můžete kontaktovat Infocentrum Lipno na infocentrum@lipno.info.

www.stezkakorunamistromu.cz, (red)

DMO Pobyty trávily část léta v Lučanech nad Nisou

Chcete u nás pracovat jako osobní asistenti? Budeme jen rádi!



Sedm červencových dní plných zábyvy, poznání a hudby – to byl letní pobyt sdružení DMO POBYTY. Zúčastnil se ho rekordní počet 19 klientů, a to premiérově v severních Čechách, v Lučanech nad Nisou.

Týden začal občasnými přeháňkami, což ale nikomu nevadilo – po tři dny jsme měli k dispozici profesionální fyzioterapeutku, která s klienty rehabilitovala pomocí Vojtovy metody. Dále klienti mohli ve vnitřních prostorách hotelu využívat tělocvičnu, kde probíhala léčebná tělesná výchova individuálně zaměřená na každého z nich. Velmi příjemnou byla také solná jeskyně, sauna či vířivá vana. Po tři odpoledne pak klienti společně tvořili obraz, který později dostal název „Pestrobarevný pobyt“. Bude předmětem podzimní dražby v Mladé Boleslavi.

Atraktivní program

Prostředí v okolí Lučan nad Nisou přímo vybízelo k úterní **stopované do Smržovky**, se sladkou odměnou na konci akce.

Ve čtvrtek ráno jsme se sjednaným autobusem přepravili do Liberce, kde jsme navštívili unikátní **science centrum iQLANDIA** (www.iqlandia.cz). Svět vědy a techniky nadchl nejen klienty, ale i jejich asistenty.

Páteční dopoledne jsme strávili v **Hasičském záchranném sboru Libereckého kraje – Stanici Jablonec nad Nisou**, kde nám sympatičtí profesionální hasiči představili své povolání, vyzkoušeli jsme si hasičský zásahový oblek, včetně zakoupené helmy, a téměř každý z klientů využil možnosti rozhlédnout se z ko-

še vysokozdvížné plošiny, a to až ve výšce čtyřiceti metrů nad zemí. Odpoledne jsme vydali na **Ještěd**, kde většina klientů i asistentů byla vůbec poprvé.

Poslední den našeho pobytu byl v znamení hudby. Polovina klientů vyrazila do Liberce na **festival Benátská!**, kde jsme se primárně snažili oslovit nové potenciální asistenty. Druhá polovina zamířila do **liberecké zoo**.

Potřebujeme asistenty

„Mám v hlavě spoustu dalších plánů, ale vše je závislé na tom, kolik se podaří sehnat od sponzorů peněz a také kolik se nám podaří zajistit asistentů. Přibývají nám klienti s těžkým postižením, kdežto nových asistentů se nám hlásí podstatně méně,“ posteskla si Katka Maxová, předsedkyně sdružení DMO POBYTY.

Celá parta DMO POBYTY se znovu sejde už v listopadu, a to na tradičním lázeňském pobytu ve Vrážích u Písku.

„Zatím však bohužel nemohu účast na něm nabídnout novým klientům, protože nám schází asistenti, jejichž práce je zvláště v lázních nenahraditelná. Pokud byste měli zájem nám přispět nebo zkusit práci dobrovolného asistenta, budeme moc rádi. Ano, mluvím pořád o penězích a asistentech, ale je to opravdu důležité. Bez peněz a bez asistentů prostě žádný náš pobyt uskutečnit nejde,“ říká Katka.

Kontakt a další informace: DMO Pobyty, o. s., Táborská 965, Mladá Boleslav 293 01, Kateřina Maxová – mob.: 731 964 784, katka.maxova@dmopobyty.cz, www.dmopobyty.cz, facebook: <https://www.facebook.com/pages/DMO-POBYTY-os/117218165021296>.

Bc. Lucie Novotná a Kateřina Maxová



Evropou Bez Bariér

Expedice handbikerů Brémy–Gibraltar 2013

Závěrečná část reportáže Radka Krupy

Krise v týmu přišla dříve, než jsme čekali

Krizové dny jsme měli hned druhý večer, tam jsme se někteří pohádali, ale tím se situace uklidnila, vyčistilo se ovzduší a my začali opravdu racionálně uvažovat. Stejně se domnívám, že celá hádka byla způsobena naší únavou z cesty na start cyklistické části expedice v Dangastu. Naštěstí jsme měli v týmu super „kouče“ Ondru Ješinu, který má velké zkušenosti ze své průvodcovské profese, kterou si jako učitel na VŠ v letních prázdninách přivydělává, takže vše ukočíroval. Navíc pak byl hlavní vedoucí silou pro cyklistickou část expedice.

Ondra předpokládal další ponorku kolem 5.–7. dne. Ovšem mýlil se, do odjezdu první skupiny dobrovolníků jsme naopak byli všichni hodně *happy*. Soužití s druhou skupinou dobrovolníků ale už tak pohodové nebylo... Ale i tohle byla skvělá životní a sportovní zkušenost. Všichni handbikeři jsme se nakonec shodli na tom, že jsme za tuto zkušenost velmi rádi!

Těch zážitků z cest!

Začnu jedním z horších... Velmi špatný pocit jsme měli v jednom velmi lev-



Radost u cíle – Gibraltarského majáku

ném belgickém kempu, jež svou kvalitou a sestavou ubytovaných lidí byl v přímé úměře k ceně ubytování. Tento špatný pocit byl pak druhý den z rána umocněn,

když přímo vedle našeho ležení v obytném přívěsu zemřel přes noc člověk. Tento člověk pocházel z národnostní belgické (i celoevropské) cikánské menšiny a proto příjezd jeho pozůstalých v nás vyvolal pocity viny, že si snad mohou začít myslet, že v tom máme prsty. Naštěstí onen člověk zemřel přirozenou smrtí (pokud nepokládáme za viníka alkohol), ale i tak, po dojezdu policie jsme na nic nečekali a vyrazili na další úsek naší poutě Evropou.

Parádním zážitkem pro nás všechny byla ohleduplnost řidičů po celé evropské trase. A pak chování lidí, kteří k nám byli většinou velmi přívětiví a třeba někteří majitelé kempů nám doslova vycházeli vstříc. Bylo často poznat, že si cení aktivních zdravotně postižených lidiček. Překvapilo nás, že i v západní Evropě nejsou handbiky příliš známé.

Na všechny udělaly dojem Pyreneje a stáda ovcí, které tam ošetřují louky v chráněném území...

Pro mne osobně bylo velkým zážitkem perfektní vybavení některých kempů ve Francii a Španělsku. A pak neskutečně horké dny ve Španělsku, na které nejsme zvyklí. Tady bych ale mohl žít, neboť teplo velmi miluji.

Teta Matěje Kužílka (handbikera z Ko-
přivnice), která žije už 17 let na jihu Špa-



Pyrenejské serpentine nám daly zabrat. Michal ukrajuje kus z 45km stoupání do sedla



Společné večeře – chvíle odpočinku, uvolnění a čas na vyprávění denních zážitků

nělska, nám řekla, že teplota 45 °C v poledne a na přímém slunci představuje ve Španělsku chladné léto. Celkem běžně je v letních měsících kolem jižního pobřeží o 10 °C více.

Plány na další projekty už máme

Některé jsou prozatím sice tajné, ale některé mohou prozradit. S celým týmem handbikerů absolvujeme v příštím roce (2014, pozn. red.) propagační expedici – štafetu Okolo Slovenska – na podporu vzniku nových dobrovolných sběrných míst pro organizaci Kola pro Afriku (www.kolaproafriku.cz).

Pak bychom rádi projeli Šumavu – to bude jízda, při které pojedeme všichni najednou a vše si povežeme s sebou. Bude se jednat asi o týdenní akci. A do toho

určitě podnikneme nějaké víkendové výlety a opět se zúčastníme ultramaratonu – 24hodinové jízdy dvojic okolo Lichnova.

V roce 2015 chceme uskutečnit opět velmi náročný podnik, v této chvíli velmi tajný, bude mít ale opět charitativní podtext. Měl by trvat minimálně měsíc a pojedeme na handbicích daleko za oceánem. Doufáme, že budeme všichni v kondici a osobní pohodě a že se nám na něj podaří získat potřebné finanční prostředky.

Poděkování

Na závěr bych rád poděkoval všem dobrovolníkům, členům doprovodného týmu pod vedením Renáty Staňkové, dále pak Jarce Stavovské, Katce Marečkové, Petře Ištukové, Ondrovi Ješinovi, Lucii Ješinové, Radce Bartoňové, Sašovi Ge-

bauerovi, Vojtovi Zuchnickému, Honzovi Staňkovi a Kamile Dolbové, bez kterých by vozíčkáři Luděk Benada, Michal Šmíd, Matěj Kužílek, Mirek Večeřa a Radek Krupa jezdili jen „kolem komína“ ...

Děkujeme!!!

Děkují také všem sponzorům, firmám a společnostem, které pomohly expedici dojet až do Gibraltar. Děkujeme Nadaci Kousek po Kousku, děkujeme všem drobným dárcům a pomocníkům, Janě Heřmanové, Čarodějnicí, Vítkovi Rychlému, Radimovi Závodnému, Martině Hrubé z Dolní Lhoty, Tomáši Krupovi a panu Benadovi.



Nekonečné kilometry ubíhají ve dvojicích lépe. V Pyrenejích bojují Mirek a Vojta



Motýlí kukly? Nikoli: naše výprava si takového open air přespávání užila každou noc



Autor článku Radek Krupa

Konec seriálu

Ohlédnutí

Boženy Šimkové



Jizerská 50 pokaždé jinak

Jizerské hory jsou nejseverněji položeným pohořím České republiky. Prostírají se mezi Krkonošemi a Lužickými horami a jejich severovýchodní část s nejvyšší horou (Wysoka Kopa 1 126 m n. m.) zasahuje na polské území. Nejvyšším vrcholem české strany je Smrk (1 124 m n. m.), nadmořské výšky přes 1 000 m dosahuje ještě řada dalších vrcholů.

Nejen v zimním čase se dá na protkané síti značených tras absolvovat padesátka kilometrů... Centrální část Jizerských hor má charakter náhorní roviny, síti udržovaných lyžařských stop a v létě cyklostezek můžete projíždět podle svého gusta mezi osadami, horskými chatami a přírodními raritami bez velkého úsilí a námahy. Otevřené planiny nabízejí nádherné výhledy do krajiny.

Terén cyklotras je téměř luxusní i pro vozíčkáře. V uplynulém roce jsem byla svědkem úžasného výkonu dvojice Pražáků, kteří bydleli na pokoji vedle nás v bezbariérovém penzionu Bismark v Bedřichově. Paní na mechanickém vozíku měla něco okolo padesátky, její doprovod byl o něco mladší. Každý den absolvovali nějakou trasu.

Paní s minimem pomoci sama absolvovala denní výjezdy po značených i neznáčených trasách pro vozíčkáře. Nejvíce za jeden den ujela cca 50 km na trase Bedřichov–Knajpa (kiosk pod vrcholem Jizery) a zpět. Klobouk dolů! Na závěr pobytu byli oba horským sluncem opáleni jako od moře...

Mnohokrát jsme s mužem tento kraj i bezbariérový penzion Bismark navštívili, přirostl nám totiž k srdíčku. Potkáváme tam už i více vozíčkářů. Jizerské hory jsou nádherné.

Šťihlejší parkovací místa



O prostoru pro ortopedický vozík vedle osobního auta se vám může na parkovišti před nákupním střediskem Kaufland v Ostravě-Zábřehu pouze zdát. Původní dvě prostorná místa záhadně zešťihlela na čtyři...

Regina pomáhá Elefantu

Při mém letošním, prázdninovém putování po železnici můžu závěrem napsat, že klasické lyžiny „vyhrály“ nad složitou moderní technikou v novodobé vlakové soupravě Elefant. Po mnoha technických problémech Elefantu s plošinou pro vozíčkáře se ukázalo jako jednoduché řešení zapůjčení lyžin z vlakové soupravy Regina (pokud byla přítomná ve stanici)...

Ještě mě mile překvapila jedna cesta rychlíkem ve velmi starém typu vlaku, který měl inovován pouze interiér. Plošina sice musela překonat značný výškový rozdíl, ale fungovala. Průvodčí jsem popovídala své předešlé zkušenosti s Elefantem a ona řekla: „Nám přišlo hlášení, že pojedete, tak jsme plošinu předem vyzkoušeli!“ Skvělý nápad!

Neočekávejte. Netěšte se z toho, co bude. Nepředstavujte si. Jedině tak se můžete těšit z toho, co je, a ne být zklamáni. Anebo se těšte, očekávejte a představujte si, ale nestěžujte si a neřivte se, že jste zklamáni a že nic není dle vašich představ...

Dobré zprávy z Klubu českých turistů



V roce 2008, při příležitosti 120. výročí svého vzniku, založil **Klub českých turistů** veřejnou sbírku na podporu turistiky zdravotně handicap. spoluobčanů. Takto získané finanční prostředky byly použity na **značení turistických tras pro vozíčkáře**. Projekt je stále otevřen, takže pokud ve svém okolí znáte vhodnou lokalitu pro vytvoření turistické bezbariérové trasy, obraťte se na organizátory KČT, nejlépe e-mailem na adresu kct@kct.cz. Celkem je otevřeno osm tras v rámci celé republiky.

První trasa: Brno – Mariánské údolí

Jedná se o vůbec první značenou trasu z roku 2009. **Začátek i konec trasy je na parkovišti a konečně autobusu MHD č. 5 Mariánské údolí v Líšni.** Od informační tabule pojedete proti proudu říčky po asfaltové cestě. Dostanete se k prvnímu rybníku U Kadlecova mlýna a k občerstvení U borovice. Za rybníkem přejeďte přes hráz na levý břeh. U směrovek je první možnost ukončit cestu a pokračovat zpět na parkoviště – asi 6,5 km. Můžete jet také dál, vlevo a proti proudu. Po 1,5 km dojedete k restauraci Muchova bouda, odkud je ze zahrádky krásný výhled na okolní krajinu. Pak se můžete vrátit zpět po značené trase spolu s modrou až na parkoviště u zastávky MHD, což je nějakých 11 km. Trasu si můžete také prodloužit o další 4 km – od Muchovy boudy se vydáte k poslednímu rybníku u rozcestníku Říčky – koupaliště. Tady asfaltová silnička končí a vracíte se zpět.

Trasa v okolí Třeboně

Druhá trasa vznikla v Chlumu u Třeboně, u osady Lutová. Tady je křižovatka několika cyklostezek a také **bezbariérové ubytování v penzionu Vyhlička**. Trasu si pomáhali vytvořit sami vozíčkáři, protože předběžně dávali tipy hlasováním na internetu. Trasa vede k pomníku operní pěvkyně Emy Destinové, k Novořecké baště nebo třeba rybníku Starý hospodář.



Rozcestník tras pro vozíčkáře

Foto: web KČT

Seznam tras a mapky ke stažení

Podrobné mapky jednotlivých tras si můžete prohlédnout a vytisknout z internetových stránek KČT (www.kct.cz).

Třetí trasa je **Ostende – Malý Bolevec – Plzeň**, čtvrtá trasa je v **Městských lesích Hradec Králové**, pátá stezka je v **Praze 13**, šestou je **Vizovická Černá**, sedmá trasa byla otevřena loni v **Kladru-bech** a poslední zatím v **Hrabyni**.



Vizovická Černá – odpočinek po stoupání

Více informací na: <http://www.kct.cz/cms/turistika-pro-vsechny>.

(hk)

Literární dílna

Vzpomínky na léto

Věra Schmidová

Marek zajel se svým vozíkem k oknu. Opřel se lokty o parapet a na chvíli se zahleděl do dálky. Domů se vrátil teprve před pár dny a připadalo mu to jako celá věčnost. Najednou měl pocit, že to, co prožil, byl jen sen.

Venku přšelo a vítr si pohrával se spadanými listy, honil je sem tam po prázdné ulici. Podzim. Nevládný, mokrý, studený...

Zavřel teda raději oči a ve vzpomínkách se vrátil na pláž. Nikdy ho moře nelákalo, nikdy by tam dobrovolně nejel. Ale rodina mu ten zájezd na doporučení jeho lékaře koupila. Prý mu ten slavný vlhký vzduch pomůže na průdušky. Nedovedl si představit, co tam jako vozíčkář bude dělat. Nesnášel písek, nesnášel horké léto. A už vůbec nesnášel se smažit na slunci. Nakonec, po dlouhém přemlouvání, jel.

Z hotelu měl příjezd po vyasfaltovaném chodníčku až k pláži. To mu úplně stačilo. Sám přesuny nezvládal a všude a pořád chodit s maminkou, to se mu v jeho sedmadvaceti letech zdálo trochu hloupé. A už jenom představa toho, že bude celé hodiny ležet v písku na slunci jako kuře v troubě a grilovat se vedle maminky, v něm vzbuzovala přímo hrůzu...

Každý den dopoledne si ale zajel až na konec vyasfaltovaného chodníku, nechal si tam přinést kafe, zavřel oči a poslouchal šum moře. To se mu vcelku líbilo. Ještě nebylo horko, lidé ještě dospávali, všude klid. Pikolík byl ochotný, hned jak Marek dorazil na svoje místo, přinesl kafe, podal mu ho až do ruky a rychle zmizel.

Až jednoho dne se namísto pikolíka objevila dívka. Nebo spíš jen dívka. Malá, drobná s černými kukadly, neurčitého věku: „Na!“ řekla, podala mu šálek s kávou a beze slova si mu sedla k nohám. Celou dobu tam jen tak nehnutě seděla,

hlavu opřenou o kolena a mlčela.

Když chtěl později odjet, vyskočila, uchopila ručky vozíku a i přes jeho odpor ho odvezla zpět do hotelu. Na recepci mu vyzvedla klíče: „Na,“ řekla a už s ním ujížděla ke dveřím jeho pokoje. Tam mu klíče sebrala, odemkla, otevřela a opět zmizela...

Na druhý den se to vše opakovalo, na třetí zas a pak den za dnem, bez jediné změny. Za celé dopoledne mu řekla dvakrát „na“ a jinak mlčela a choulila se u jeho nohou.

V den odjezdu jí koupil čokoládu a čekal na ni a na kávu na pláži.

Když mu ji podala, trochu neohrabaně ji chytil za ruku: „Na!“ a vtiskl jí do ruky tabulku čokolády. Oči jí zaplnily slzy.

„Já?“ zeptala se. Přikývl. „Já?“ zeptala se opět a ukázala na sebe. Zase přikývl. V té chvíli jí slzy začaly stékat po tvářích. Rozbalila čokoládu, ale pro jistotu se zeptala ještě jednou: „Já?“

Markovi nezbylo, než znovu přikývnout. Jedla rychle, do úst si dávala velké kusy, jako by se bála, že si to rozmyslí. V té chvíli litoval, že nekoupil čokolády dvě. Tak aspoň vzal svůj hrnek s kávou a podal jí ho: „Na.“ Když zjistila, že není prázdný, zarazila se. Ukázal jí, ať si ho dá k ústům a napije se.

„Já?“ Nechápala. Přikývl. Napila se tedy. Pak si mu opět sedla k nohám...

Když ho odpoledne nakládali do autobusu, uviděl ji, malou drobnou dívku, jak zapřažená jako oslík táhne vozík s nákladem. V té chvíli pochopil, proč mu celé dny sedávala u nohou a proč se tak strašně divila, když jí on – pán – dal čokoládu a kávu.

Jak tak na ni myslel, napadla ho otázka: co je lepší? Sedět za sychravého počasí někde sám v bytě, nebo žít sice v teple, na slunci, mezi lidmi, ale v podstatě sám a jako oslík znát jenom těžkou práci... ■



Cestujících s handicapem ve vlacích přibývá, České dráhy zjednodušily objednávky a upravují vozidla

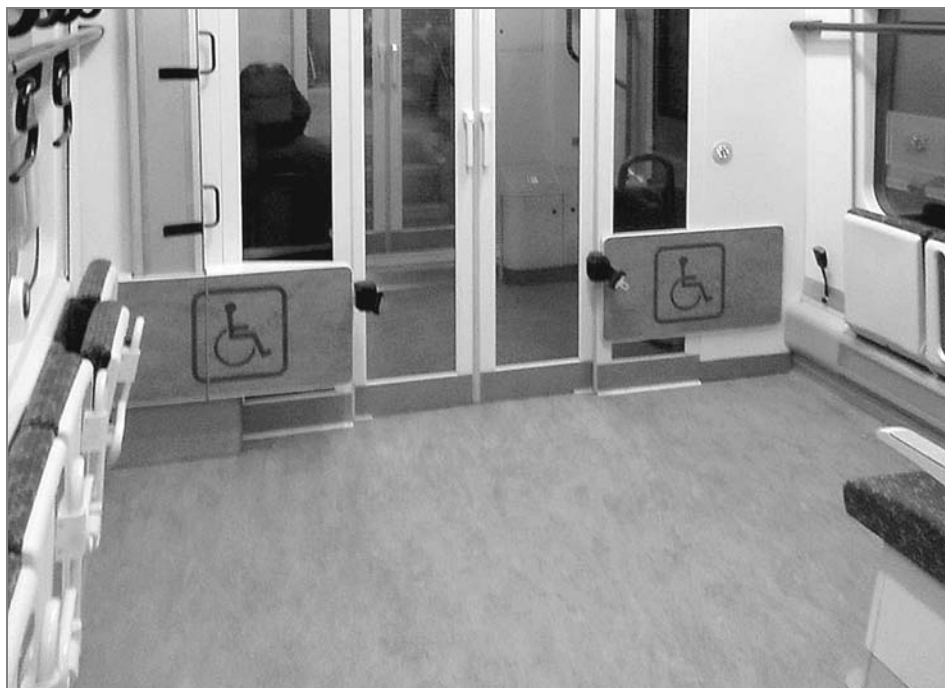
Přes 2 350 handicapovaných cestujících již využilo objednávkový systém na webu ČD, který národní dopravce spustil loni v prosinci. V případě, že cestující potřebuje asistenci personálu, může si přepravu objednat z domova. Díky tomuto zjednodušení a díky větší nabídce pravidelných bezbariérových spojů se počet předhlášených přeprav za první pololetí meziročně výrazně zvýšil.

„Handicapovaní si na tuto novinku velmi rychle zvykli. Zhruba 70 % objednaných přeprav je dnes realizováno přes internet,“ říká Michal Štěpán, náměstek generálního ředitele ČD pro osobní dopravu. „Z nedávného průzkumu vyplývá, že skoro 60 % oslovených handicapovaných zákazníků s námi cestuje až šestkrát do roka, dalších 30 % dokonce až čtyřikrát měsíčně. Jako jeden z mála dopravců, kteří tyto služby poskytují, proto cítíme závazek podmínek pro cestování lidí s omezenou pohyblivostí dál zlepšovat.“

Potřeba hlásit přepravu předem vyplývá z platné legislativy – nejen ze Smluvních přepravních podmínek ČD, ale je řešena i nařízením Evropského parlamentu a rady (ES) 1371/2007 o právech a povinnostech cestujících v železniční dopravě. „Důvodů je hned několik. Je potřeba ověřit vhodnost vybraných spojů, odzkoušet zdvihací zařízení, případně ho přesunout. Někdy musíme do vlaku zařadit jiný vůz,“ vysvětluje důvody Nad'a Bludňovská z Českých drah, která má přepravu osob s omezenou schopností pohybu a orientace na starost. „Může se také stát, že je vůz obsazený jinými cestujícími na vozíku a další přepravu v tomto vlaku již nelze realizovat. I naši zaměstnanci by měli předem vědět, že povežeme handicapovaného cestujícího, který vyžaduje asistenci, aby přeprava proběhla bez problémů a výstup nebo nástup v co nejkratším čase. V mnoha stanicích je dnes omezený počet zaměstnanců a plošiny pro vozíčkáře mohou z bezpečnostních důvodů obsluhovat jen někteří speciálně proškolení zaměstnanci s příslušným platným průkazem pro obsluhu plošin.“

Přibýlo bezbariérových vozů

České dráhy provozují téměř 600 jednotek a vozů, které jsou přístupné pro vozíčkáře. V loňském roce se rozšířily bezbariérové soupravy hlavně v souvislosti s dodávkou zcela nových klimatizovaných a nízkopodlažních souprav Re-



Prostor pro vozíčkáře v nízkopodlažní soupravě RegioShark

gioPanter a RegioShark. Díky tomu mohly České dráhy zvýšit počet bezbariérových spojů v JŘ 2014 na 4 404.

České dráhy disponují dvěma základními skupinami vozidel, která jsou přístupná pro vozíčkáře.

■ Jednou z těchto skupin jsou nízkopodlažní vozidla, kterých je více než 400. Jedná se o elektrické a motorové jednotky s výškou podlahy nástupního prostoru ve výšce moderních vysokých nástupišť, tedy cca 550 mm nad kolejnicí. Pro nástup a výstup vozíčkáře do těchto vozidel je nutné překonat jen několikacentimetrovou mezeru mezi nástupišťem a podlahou vozidla. Díky tomu v mnoha případech cestující vozíčkář ani nepotřebuje asistenci dopravce a nemusí svou cestu předhlásovat.

■ Další skupinu o téměř 200 vozidlech tvoří vozy s podlahou v klasické výšce a nástup, resp. výstup, je zajištěn prostřednictvím plošin, které jsou buď přímo součástí vozu, nebo se využívají mobilní plošiny na nástupišťích. Těch České dráhy postupně v uplynulých letech nakoupily 93 a fungují v 82 stanicích.

ČD se přizpůsobují trendu ve vývoji kompenzačních pomůcek

„Modernizované, multifunkční, klimatizované vozy pro dálkovou dopravu, které jsme začali na pravidelné spoje na-

sazovat letos na jaře, mají vlastní plošinu. Právě tu ale chceme na základě podnětů zákazníků upravit. Stejně tak interiér vozu určený pro vozíčkáře. Reagujeme tak na skutečnost, že stále více z nich má elektrický vozík. Ten je těžší a širší,“ říká Michal Štěpán.

„Plošina by mohla mít například zábranu proti sklouznutí vozíku do mezery mezi ní a vlakem. Nabízí se také možnost natočit plošinu v otevřené poloze o 15 stupňů, čímž mezera prakticky zmizí. Pro vozíčkáře je to i psychologický moment,“ doplňuje Václav Krása, předseda Národní rady osob se zdravotním postižením. „Stejně tak bychom ocenili odstranění dvou sklopných sedadel v oddílu pro handicapované, abychom měli více místa pro pohyb na elektrickém vozíku. Dopravce nám slíbil i úpravu dveří a některých ovládacích tlačítek.“ Dodatečné úpravy v 60 vozech přijdou řádově na několik milionů korun. První třicetka by měla být hotová do roka.

Podobné úpravy, které vyplnou z běžného provozu a z měnících se potřeb zákazníků, provádí České dráhy průběžně. Jednou z nich je i doplnění zvukového naváděcího zařízení pro nevidomé a slabozraké do příměstských vlaků (např. City Elephant).

Mgr. Radek Joklík
vedoucí tiskového oddělení ČD
(red)

Foto: www.vagonweb.cz

Na Bezdrůžické lokálce už cestují i vozíčkáři

Další možnost bezbariérového cestování vozíčkářům, ale i cyklistům, rodinám s dětmi v kočárkách, seniorům a vlastně všem cestujícím přichystal Plzeňský kraj, když ve spolupráci s plzeňským organizátorem veřejné dopravy POVED objednal u Českých drah **nízkopodlažní spěšný vlak Krasíkov**, který od 21. června letošního roku po celou turistickou sezónu až do 4. října vozí cestující každou sobotu z Plzně do Bezdrůžic a zpět.

Je to příslovečná první vlašťovka – první výsledek nového programu zpřístupňování veřejné dopravy na regionálních železničních tratích v Plzeňském kraji lidem s omezenou schopností pohybu. Program je součástí Krajského plánu vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období 2013–2018, který v loňském roce schválilo zastupitelstvo Plzeňského kraje.

Do Konstantinových Lázní

Trat' Bezdrůžické lokálky vede krásnou romantickou krajinou se zříceninami hradů Švamberk a Gutštejn, zážitkem je jízda po železničním mostě vysoko nad hladinou vodní nádrže Hracholusky.

V první řadě jde ale o možnost bezbariérové přepravy z Plzně do Konstantinových Lázní – jediných lázní v Plzeňském kraji. Zde se navíc od loňského roku léčí také pacienti s nemocemi a poruchami pohybového ústrojí a pacienti po úrazech či po složitých chirurgických a ortopedických zákrocích.

To potvrzuje MUDr. Stanislav Zajíček, ředitel léčebného úseku společnosti Léčebné lázně Konstantinovy Lázně: „Jedná se o choroby jako revmatoidní artritida, Bechtěrevova nemoc, artrózy, stavy po implantacích kloubních náhrad, operacích páteře či traumatologických



zákrocích. Lázně disponují balneoprovozem, krytými bazény pro rehabilitaci a za pozornost určitě stojí i nové wellness centrum.“

Chybí bezbariérové stanice

Právě s ohledem na možnost dlouhodobých, ale i krátkodobých, např. víkendových léčebných, rekondičních a wellness pobytů je důležité, aby mezi Plzní a Konstantinovými Lázněmi fungoval bezbariérový železniční spoj, který by co nejdříve měl jezdit také o dalších víkendových dnech a pokud možno se v blízké době stát spojem každodenním.

Je ale třeba zmínit jeden velký problém, a to stav železničních zastávek na téhle i na ostatních regionálních tratích

nejen v Plzeňském kraji. Na všech se bezbariérové stanice vyskytují spíš výjimečně – což je škoda – zvláště když ve vozovém parku Českých drah narůstá podíl nízkopodlažních vozů, ale vozíčkář je kvůli bariérovosti nástupišť může využívat jen s obtížemi.

K tomu dodává Ing. Petr Náhlík, zástupce ředitelky POVED: „Nespornou výhodou při bezbariérových úpravách nástupišť na jednokolejných tratích, jako je Bezdrůžická lokálka, jsou nízké náklady na provádění těchto úprav, které sestávají z pravidla jen ze zvýšení a zpevnění hrany nástupiště a bezbariérového napojení nástupiště na místní komunikace. Když se ale vrátím zpět k bezbariérovému vlaku Krasíkov, ten bude v této fázi projektu vyjíždět každou sobotu ze stanice Plzeň hlavní nádraží v 8.56 a do Bezdrůžic bude přijíždět v 10.02. Poté bude po celý den vozit cestující na trati Bezdrůžické lokálky a večer v 18.12 znovu vyjede z Bezdrůžic do Plzně a do stanice Plzeň hlavní nádraží bude přijíždět v 19.25.“

Miroslav Valina
Foto: Miroslav Klas



Více informací o cestování s vozíkem lze najít na webových stránkách autora www.valina.cz nebo v autorově knize **Kam bez bariér**, kterou v roce 2012 vydalo nakladatelství Albatros.

Jak je to s cestováním vozíčkářů po železnici

Pohled zkušených cestovatelů – manželů Krajíčkových z Jihlavy

Podle Iva a Ivany Krajíčkových z o. s. AVAZ a Rady seniorů města Jihlavy je cestování vozíčkářů po české železnici stále problematické. České dráhy v prosinci 2011 odebraly z běžného řazení garantovaných spojů dle jízdního řádu k rekonstrukci vozy BDbmsee, BDhmsee, a to bez předchozího projednání s vedením NRZP a bez adekvátní náhrady. Rekonstruováno má být 64 vozů, „nový“ vůz byl k „vidění“ 30. 1. 2014, a to bez možnosti srovnání s vozem slovenským. Podle manželů Krajíčkových to vše svědčí o selhání Memoranda o spolupráci ČD a NRZP podepsaném za období generálního ředitele ČD p. Bazaly.

Nevyhovující velikost kupé včetně vjezdu

V rekonstruovaných vozech Bbdgmeec 236 se zjistil neodpovídající prostor v kupé pro dva vozíčkáře – vejde se pouze jeden, napříč, a jde-li o přátele či manžele jako v případě Krajíčkových, musí druhý z partnerů přebývat na chodbě, v prostoru pro balíky. Ve starých vozech cestovali manželé společně v kupé. Příčinou jsou úzké dveře pro bezpečné zatočení (vjetí) z chodby do kupé a výška prahové lišty.

Navíc ovládání světel a klimatizace nade dveřmi je zcela mimo dosah cestujícího na vozíku. Je tím pádem odkázán na asistenci. (Řešením by bylo zavést bezdrátové dálkové ovládání). Kupé je osazeno zásuvkami 220 V určených pro nízkoenergetické přístroje jako mobil či notebook. Pro vozíčkáře odkázané na pohyb s elektrickým ortopedickým vozíkem je v případě děle trvajících cest prio-



STADLER – přívětivá vlaková souprava i pro vozíčkáře – pro regionální dopravu

Foto: archiv IK

ritní zásuvka s možností dobíjet akumulátory při jízdě ve vlaku. Umožní jim to po opuštění vlaku bezproblémové cestování v cílovém místě.

Co se velikosti kupé týče: Je třeba uvažovat s potřebou manipulace se všemi typy schválených ortop. vozíků, tj. bezpečné najetí dvou vozíků do kupé s umístěním podélně, a to už je vlastně počítáno s odejmutými podnožkami. V této verzi provedení kupé to pro většinu typů vozíků není proveditelné. A to zdaleka ne každý je zdravotně schopen bez podnožek setrvat delší dobu jízdy. (Velkoryse prostorné

kupé mají vozy BDsheer Slovenských drah, proč to nejde u nás?)

Navrhované řešení odejmout obě sedadla z dvojice na pravé stěně zlepšilo situaci na délku 153 cm, přičemž 150 cm je předepsaný průměr vepsaného kruhu při projektování v architektuře minimálních prostor, jako jsou WC, koupelna či prostor před výtahem (prostor pro pohyb jedné osoby na vozíku). Ale v kupé to mají být dvě osoby na vozíku. Bude-li potřebovat vozíčkář u okna na WC, musí ten vedle vyjet až za WC do prostoru pro balíky. Toto silně poddimenzované kupé si žádá radikálnější řešení.

Jaké jsou možnosti:

- Odstranit všechna sedadla v kupé. Najetí, vyjetí a pobyt dvou vozíků v kupé je tím prakticky vyřešen.
- Odstranit nad ponechanými třemi sedadly poličku a zrcadlo, sedadla bez opěrky hlavy na svislých lištách fixovatelně posuvná vzhůru, prostor pro dva vozíky se tak v případě potřeby také zcela uvolní.
- Stávající trojici sedadel nahradit pneumatickými (nafukovacími). Po vypuštění vzduchu nezabírají téměř žádný prostor.
- Stávající trojici sedadel nahradit lamelovými, kdy při zvednutí sedáku se jeho lamely zaklopí do mezer mezi lamelami opěradla a složené sedadlo bude zabírat délku i méně než 10 cm.



Vůz BDsheer Slovenských drah – s velmi prostorným a pohodlným kupé pro vozíčkáře

Bezbariérové WC je malé

Oproti starým vozům je méně prostorné. Některá tlačítka jsou mimo praktický dosah osoby na vozíku. Je třeba upravit polohu madla u WC při okně. Madlo sloužící jako zarážka přebalovacího pultu by se mělo zrušit a nahradit obdobným provedením závěsu na principu výklopných dveří s rohovým ukotvením do obou stěn pro záruku únosnosti. Původní madlo krátí zajetí vozíku vedle WC mísy.

Velkoplošné dveře

Tyto dveře zamrzaly i při uplynulé mírné zimě. Co tak je např. dovybavit el. odporovou dráhou s teplotním čidlem pro automatické vyhřívání eliminující lidský faktor?

Rampa

Po dosednutí na nástupiště Hl. nádr. Praha (zde jsou po rekonstrukci dle nejnovějších norem) rovnoběžně s vlakem je nájezdová hrana těsně při hraně nástupiště. Na starších nástupištích s nerovnou hranou může rampa přesahovat přes hranu nad kolejiště. Ve všech případech nelze vyloučit pád vozíku jednou stranou do kolejiště. Výhoda oproti starým typům – při zatočení rampy do a z vozu vozíčkář projede i s vodorovně nataženými podnožkami. Pohonová jednotka pro zdvihání dimenzována dříve na 220, nyní na 320 kg, poradí si i s těžkými vozíky. Dle osobních zkušeností pana Krajíčka (cca 20 jízd) se poruchovost této rampy blížila 50 %. Personál je ale poučený, znalý obsluhy a také ochotný.



Při otevření dveří se současně vyklopí rampa pode dveřmi a překlene mezeru mezi hranou nástupiště a prahem dveří vlaku

Kdo za to může?

Způsob odebrání vozů a výsledek rekonstrukce dosud prostorově vyhovujícího vozu by si měla vyžádat zjištění



Vůz BD sheer Slovenských drah – bezbariérová toaleta (nevyhovují pouze svíslá nesklopná madla)

(trestní) odpovědnosti u konkrétních kompetentních osob fyzických i právnických. Jedná se o peníze daňových poplatníků a také o čas, kdy vozy nesloužily a neslouží (slouží, ale velmi špatně...) cestujícím.

Většinou se nedaří ani dodatečné objednání vozu pro konkrétní trasu dálk. spoje tam i zpět, a to ani tam, kde dříve byl uvedený vůz garantován.

„V létě 2012, půl roku po zahájení rekonstrukce 64 vozů, jsem provedl v jeden den porovnávací test rekonstruovaného vozu pro Slovenské dráhy i České dráhy. Slovenský **BDsheer** vzešel z provozovny ve Vrútkách v letech 1996–2001. Krom svíslých nesklopných madel na bezb. WC nejsou k němu prakticky podstatné podmínky. Oslovil nás především nebývale prostorným kupé, kam by se vešli i čtyři vozíčkáři. Český, co se týče prostorů a systému pro imobilní, zcela propadl. Je velmi skličující, že ČD nedokázaly alespoň toto prostorové řešení převzít,“ říká pan Krajíček. Pro ČD provedla rekonstrukci jedna trnavská firma. Zakázku prý provedla striktně dle zadání českého objednatele.

Nedostatky nikdo neřeší, říká Ivo Krajíček

„Před i po rekonstrukci trpí ČD nedostatkem náhradních vozů schopných přepravovat imobilní cestující. V případě poruchy buď jako náhradu zařadí vůz služební BDs bez bezb. WC, nebo jsem také zažil i to, že nedá náhradu vůbec žádnou. Není-li jiný spoj, je to na nocleh, ale kde na to vzít čas a peníze?“ rozčiluje se p. Krajíček.

V ČR zcela také **chybí velkoprostorové úpravy vozů pro větší skupiny vozíčkářů** s pouze sklopnými sedadly při obvodových stěnách a nejlépe s bezb. WC na obou koncích.

Panu Krajíčkovi vadí i **nevyvážené osazení vhodných vozů pro vozíčkáře**

na všech dálkových spojích. Minimálně jeden spoj mezi krajskými městy a Prahou tam a zpět by měl být standardem.

Za skandální považuje p. Krajíček to, že vozy odebrané z garantovaných řazení na dálkových spojích nejsou vráceny obratem ani po dokončení rekonstrukce všech 64 vozů, a to ani po třech letech pro jízdní řád na r. 2014.

Současné **rekonstrukce nástupišť neprobíhají vždy na úroveň 550 mm nad temenem kolejnice**, což se např. stalo při rekonstrukci stanice Žďár n. Sázavou na podzim 2012. Nástupiště je sice s novým povrchem, ale chybí cca 10 cm do úrovně 550 mm – tedy jednoúrovňového nástupu či výstupu mezi vlakem a nástupištěm. Při dodržení výšky 550 mm není třeba používat nakládací rampu vč. obsluhy, což snižuje náklady na přepravu vozíčkářů. Dle informací p. Krajíčka se nejedná o jedinou nevhodně provedenou rekonstrukci v ČR.

Po odvolání p. Bc. Jiřího Nohovce z GŘ ČD došlo podle p. Krajíčka k razantnímu propadu přístupu a kvality i rozvoje služeb poskytovaných zdravotně postiženým cestujícím. „Pan Nohovec prosazoval bezbariérovost architektury i kolejových vozidel osobní dopravy, prováděl i školení personálu ČD, jak komunikovat a pomáhat zdravotně postiženým při jejich cestách. Osobně jezdil řešit problémy a spory mezi ZP cestujícími a personálem stanic či průvodčích ČD až do míst jejich bydliště. Každý jsme nahraditelný, ale u p. Nohovce si tím nejsem zcela jist. Jeho nasazení a zápal pro věc byly často nad rámec pracovního úvazku. Ne nadarmo obdržel od NRZP Cenu Mosty,“ říká Ivo Krajíček. Např. p. Krajíčkem iniciovaný a p. Nohovcem prosazený nákup mobil. plošin pro naložení (vyložení), především vozíčkářů do (z) vlaku pro celou ČR byl zastaven gen. ředitelem ČD p. Ing. Žaludou ve fázi, kdy byly již přidělovány na stanice obcí s přenesenou působností státní ▶

správy a na turisticky atraktivní místa. Doplnění plošin do výše jmenovaných obcí je přitom zcela nezbytné

A co Pendolino? „Souprava SC Pendolino je schopna přepravit vozíčkáře. Jde-li ale o dva mechanické vozíky i el. ortop. vozíky včetně instalovaných podnožek, nastává zásadní problém s prostorem – neprojde totiž vozík s občerstvením,“ vyjadřuje se Ivo Krajíček k možnosti cestování vozíčkářů tímto rychlovlakem.

A co ostatní dopravci?

RegioJet p. Jančury nemá žádnou rychlíkovou soupravu, v níž by byl řazen vůz s prostorem a bezb. WC pro vozíčkáře. To nevyřeší ani dovybavením slibnými nakládacími rampami. Vozíčkáři mohou být pouze na chodbě, striktně odmítá cestující na el. ortop. vozíku. „Pan Jančura věděl, když kupoval použité dosluhující vozy v zahraničí, že pro budoucnost dopravy v EU a pro zde nastolené trendy, kde TP, ZTP, ZTP/P jsou akceptovány jako součást společnosti s právem cestovat i tímto systémem, tyto vozy vyhovovat nebudou. Považujeme za selhání kompetentních orgánů poskytujících licence k provozování veřejné železniční dopravy, že s takovou kolejovou technikou toto oprávnění získal,“ říká Ivo Krajíček.

Jediný rychlíkový spoj v ČR, se kterým mají vozíčkáři pohodlné cestování, je souprava **LEO Express**. Je nízkopodlažní, má vlastní rampu, dostatečný prostor pro vozíčkáře během cesty ihned vedle nást. dveří a prostorné bezb. WC dostupné širokou uličkou. Cestování dvou vozíčkářů vedle sebe přes uličku je zcela bezproblémové, více vozíčkářů za ztížených podmínek možné, ale nelegální. V soupravě expresu ale není zvlášť vyčleněné

místo na pojízdné kazety s občerstvením. Při nástupu a výstupu vozíčkáře nutno kazety odsunout mimo prostor manipulujícího vozíku. Personál ve snaze rychle vyhovět objednávkám cestujících s kazetami a občerstvením manipuluje často v méně než příjemné blízkosti vozíčkáře.

Připomínky vzneseny, co bude dál?

Prezentace a praktické předvedení rekonstruovaného vozu **Bbdgme 236** se konalo 25. 6. 2014 za přítomnosti zástupců GR ČD (p. náměstek Ing. Štěpán...), NRZP (p. předseda Bc. Václav Krása), Pražské organizace vozíčkářů (p. Ing. Málková, vedoucí projektu Přes bariéry). a byl proveden záznam připomínek od uživatelů. Byl rovněž prezentován nový formulář objednávání cest s ČD (od nového jízdního řádu pro r. 2014), p. náměstek Štěpán např. uvedl, že do konce r. 2014 dle vyhodnocených připomínek ČD dopraví 30 vozů z odebraných 64, poté zbytek za celkem 16 mil. Kč.

Manželé Krajíčkoví uvedli pro Vozku řadu osobních zkušeností z cestování vlaky ČD, ale pro nedostatek prostoru se jim budeme spolu s příspěvkem dalších cestujících vozíčkářů věnovat v příštím čísle našeho magazínu.

Na závěr uvádíme aktuální vyjádření pana Krajíčka: „Původně mi dle nového objednávkového formuláře ČD k cestování vozíčkářů byly zaslány zprávy o schválení, či zamítnutí cesty. Nyní již delší dobu nic. Musím opakovaně volat na ČD, zda se mnou počítají, či ne...“

Svobodný pohyb všem!

Zdroj: Ivo a Irena Krajíčkoví, Jihlava,
Neoznačené foto: www.vagonweb.cz

(red)



WC pro vozíčkáře v soupravě LEO Express

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

Znovuzavedení institutu osoby zdravotně znevýhodněné

Prezident ČR podepsal v nedávné době novelu zákona o zaměstnanosti, která znovu zavádí pojem „osoba zdravotně znevýhodněná“ (dále OZZ). Tento akt je skvělou zprávou pro mnoho osob se zdravotním postižením, jejichž zdravotní stav není natolik závažný, aby jim byl přiznán invalidní důchod, přesto jsou však omezeny svým zdravotním postižením v hledání vhodného zaměstnání či potřebují z důvodu zdravotního stavu nějaké specifické pracovní podmínky. Zákon stanoví, že u osob, kterým dosud platí institut OZZ, jsou nadále těmito osobami, a to do doby, do které jim byl institut OZZ přiznán. To znamená, že pokud osobě byl stanoven institut OZZ do doby například 30. 6. 2015, tak tento statut jí platí i po 1. 1. 2015.

Jinak o institut OZZ je možné žádat již od 1. 8. 2014 na OSSZ. Samotný institut a výhody s tím spojené pak začnou platit od 1. 1. 2015.

K čemu vlastně institut OZZ v praxi je? Pokud ho osoba získá, může na ni zaměstnavatel čerpat příspěvek na mzdu až ve výši 5 000 Kč měsíčně. Zároveň může po dvanácti měsících požádat o příspěvek na režijní náklady ve výši 1 000 Kč. Zároveň jsou tyto osoby podle zákona o zaměstnanosti „osobami se zdravotním postižením“, proto pokud je zaměstnavatel zaměstná, plní si každoroční „povinné procento“ zaměstnaných osob se zdravotním postižením a může si uplatnit taktéž daňové úlevy.

Výše uvedené výhody tedy nejsou pro držitele institutu OZZ přímo finančně prospěšné (nejedná se o dávku), ale spíše umožňují získání zaměstnání za zajímavých podmínek pro potenciální zaměstnavatele.

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

(red)

Úprava vozu Volkswagen Caravelle aneb Jak jsem si zjednodušil život

Pavel Badač

Od útlého dětského věku jsem postižen svalovou dystrofií pletencového typu a můj zdravotní stav se stále pozvolna zhoršuje. Před čtyřmi lety bylo nezbytné udělat bezbariérové úpravy našeho staršího rodinného domku. Nyní mám vyhovující přístup do domu (svislá plošina v opláštění Z 400, fa Altech – doporučuji) i patřičně upravené sociální zařízení. Bylo však ještě zapotřebí dořešit vhodný způsob mé přepravy.

Touha po větší soběstačnosti

Mám řidičské oprávnění skupiny B a zvládnu řídit auto s automatickou převodovkou. Do poloviny minulého roku jsem jezdil se starším kombíkem Opel Astra. Nemohl jsem ovšem cestovat sám, potřeboval jsem vždy někoho, kdo by mi skládal mechanický ortopedický vozík do kufru vozu. **Nemám totiž dostatek svalové síly k tomu, abych se mohl v ne rovném prostředí pohybovat na mechanickém vozíku bez pomoci.**

Vyhledal jsem na internetu firmy zabývající se úpravou vozů pro handicapované. Nejvíce se mi zalíbila varianta úpravy dodávky Volkswagen Transporter, kdy člověk může za pomoci zvedací plošiny nastoupit do auta bočními posuvnými dveřmi ze strany spolujezdce. Následně se buď přesune na elektricky posuvné a nastavitelné sedadlo řidiče, nebo si nechá sedačku řidiče vyndat a zajede si za volant přímo s vozíkem. Mně spíše vyhovuje první alternativa. Navíc – se zachováním sedačky může v případě potřeby či přání řídit vůz i zdravý člověk. Na tomto celkovém typu úpravy mě mj. lákalo i to, že zůstane v Transportéru zachována třetí řada sedadel (to znamená pět míst).

Úprava Caravelly

Zbývalo vybrat typ plošiny, která by vydržela bezporuchově sloužit po dobu deseti let. Plošina Fiorella F300 byla na trhu novinkou a vypadala celkem dobře. Pak jsem však na YouTube objevil ukázkou s upraveným Transporterem, do něhož se zboku nastupuje pomocí **kazetové plošiny připevněné pod podvozkem.**

V běžné nabídce úprav, které nabízejí pro invalidy české firmy, jsem toto řešení nenalezl. Plošina zaujala především tím, že složená nezabere místo v autě. Zápor pak bylo zejména snížení světlé výšky vozu (cca na 14 cm) a zřejmě i vyšší



Autor článku na plošině svého upraveného vozu

náchylnost k poškození vlivem povětrnostních vlivů a nečistot na silnici. Případně nahromaděné nečistoty se ale zmáknou pravidelnou údržbou. A plošinu, jakož i automatické otevírání dveří, lze řídit dálkovým ovládním. Paráda...



Dálkově ovládaná plošina se vysouvá z kazety pod podlahou

Nákup vozu a montáž plošiny

Oslovil jsem pět našich firem s dotazem, zda by mi byly schopny a ochotny u nás neobvyklou úpravu provést. Uspěl jsem ve dvou případech: JP Servis ze Štěkne u Strakonice a API ze Slapu u Tábora. Jejich cenové nabídky byly celkem podobné, ale API je mému domovu blíže o hodinu cesty, navíc má zastoupení v Moravskoslezském kraji.

Koupi vhodného vozu s automatickou převodovkou mi ulehčila nedávná změna podmínek v poskytování příspěvku na pořízení auta (bez této navýšené podpory od Úřadu práce bych si nemohl koupit ucházející dodávku dovolit).

Z pražského autobazaru AC Dodávky jsem tedy koupil **Caravellu z roku 2007**, kterou přes zimu zrovna významně zlev-

nili. Navíc se auto prodávalo s možností odpočtu DPH. Jenže... Caravellu jsem koupil s půlroční propadlou STK, čehož jsem si všiml až doma. Vůbec by mě nenapadlo, že vám bude někdo schopný prodat vůz bez STK, aniž by vás na tuto skutečnost upozornil. Dále se zjistilo, že bude potřeba udělat repas turba. Jak se pak přibližovala zima, objevil jsem ještě, že netopíme. I kdybych však na zmíněné nedostatky přišel už v bazaru, i tak bych do toho nejspíše šel – u každé ojetiny vždycky najdete něco...

Peníze, které mi byly vráceny za DPH, jsem všechny musel dát do celkové opravy vozu, mám teď ovšem takřka půl nové dodávky! Snad chvíli vydrží bez poruch.

Auto jsme z Prahy po zakoupení převezli rovnou na úpravu do společnosti API u Tábora. Zároveň jsme tam vyložili i můj elektrický vozík Storm 3, aby se mohlo všechno hned vyzkoušet a vzájemně sladit. Než všechno přišlo (plošina z Itálie, sedadlo ze Švédska) a než se provedla montáž, zabralo to asi dva měsíce. API se ale o vše potřebné postarala a zajela s vozem i na stanici technické kontroly.

Kotvení vozíku

Po předání upravené Caravelly se ukázalo ještě pár much. Například na původně plánované kotvení vozíku nezbylo dost místa. Vyřešilo se to provizorně v rámci možností a vzhledem k mým schopnostem – vozík v autě poutám pomocí dvou ►

řetězů, které jsou uchyceny za držadla opěradel zadní řady sedadel. Nedělá mi to příliš problém. Akorát to možná trochu vypadá nezvykle a snad i legračně. Ale co. Vozík mám zajištěn, nelítá za jízdy v autě a v případě nehody (nedej Bože...) snad řetězy dostatečně zadrží cca stokilogramový pojízdný kolos. Takto přivázaný vozík těsně vedle zadní lavice sedadel ovšem znemožňuje využívat dvou z těchto sedadel pro bezpečnou přepravu pasáží. Pokud chcete tedy často cestovat v pěti lidech, bude zřejmě nutné kotvení vyřešit nějakým pohodlnějším způsobem. Mně při případném výletu v pěti lidech vozík zakotví zdravý člověk řetězy v místě u bočních dveří.



S el. vozíkem parkuji mezi sedadly zády ke stěně (řetězy s karabinou na koncích pro ukotvení leží na sedadle vlevo)

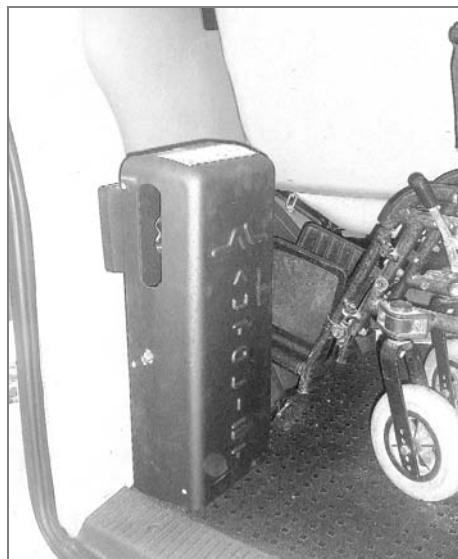
Posuvné boční dveře

Neméně důležité pak bylo správně dořešit automatické zavírání bočních dveří. Společnost Ricon, která celý tento dveřní systém dodala, podcenila podle mě nutnou sílu pružiny u dveří: byla příliš měkká, a tak se brzy vytahala a celý systém byl nefunkční. I to se však po pár neúspěšných pokusech nakonec podařilo zdárně dořešit. Popravdě ale řečeno, zdá se mi celý tento zmíněný systém Riconu na jednadvacáté století poměrně zastaralý. Zajímalo by mě, jaké s tímto máte případně zkušenosti vy! Každopádně bych se před další podobnou úpravou více zabýval i jinými možnostmi automatického otevírání bočních dveří.

Plošina

Ta zatím slouží bez problémů. Nosnost se uvádí 300 kg – doporučuji však v případech vyšší zátěže manévrovat s plošinou při nastartovaném motoru, aby se příliš rychle nevyšťavila baterka. Kdyby člověk někdy na plošině v důsledku technických problémů uvízl, spustí jej bezpečně druhá osoba pomocí nouzové manuální pumpy, která je namontována v kufru auta. Uvnitř auta je pak navíc i pevně zabudovaný elektrický ovladač.

Ten ovšem prakticky nevyužívám, neboť s plošinou a dveřmi manipuluji pomocí dálkového ovládání.



Nouzová pumpa pro ovládání plošiny je v kufru auta, kde se vejde i mechanický vozík

Nástup do auta

Na plošinu se najíždí kolmo zepředu, při vjíždění do auta je potřeba trochu sklonit hlavu. V autě na vozíku musím mít také malinko hlavu skloněnou. Abych si mohl na vozíku sednout s narovnanými zády, muselo by být tak o cca 3 cm prostoru ke stropu více. Nijak zvlášť mě to při přesezení a běžném chvilkovém pohybu v autě ale neomezuje. Na dlouhé cestování na vozíku by to však jistě nebylo.

Sedadlo řidiče



Přesezení z el. vozíku na sedačku řidiče

Skvěle zatím funguje posuvné, otočné a elektricky nastavitelné sedadlo řidiče. Na jeho opěradlo jsem si nechal přidělat i měkčené boční držení trupu a sklopné opěrky. Posed je teď ještě více pohodlnější a za volantem se cítím bezpečně. Manipulace se sedadlem je velmi jednoduchá,

a to prostřednictvím tří malých páček ovladače, který je umístěn na pravém boku křesla. Sedačku si natočíte dle potřeby a po přesunu si s ní lehce zajedete za volant. Zde si pohodlně nastavíte vzdálenost od řízení a vyhovující výšku sedu k bezpečnému ovládání pedálů.



Otočné sedadlo řidiče uvnitř vozu

Baterka má co dělat

V zimním období bude možná trochu problém s baterkou. Ta je přece jen veškerou tou technikou značně namáhána. Polovinu nakládacího procesu logicky musíte absolvovat jen s energií z baterie, pokud zrovna sebou nemáte člověka, který by vám vždy před nastoupením nastartoval či po vystoupení naopak vypnul motor. V létě je to v pohodě, zato v zimě bude asi nutné (zejména při kratším popojíždění) dát tak jednou za měsíc baterku dobít. U rodinného domku to však není až tak velké omezení, dá se nabíjet přímo pod kapotou.

Jízdní vlastnosti

K řízení auta nepotřebuji ruční ovládání. Dostačuje automatická převodovka, zvládám šlapat na pedály. Posilovače jsou dostatečně účinné, a to ještě více, než jsem měl v osobáku. To mě moc potěšilo a významně přispělo k tomu, že se za volantem cítím naprosto skvěle a bezpečněji než v předchozím voze. Díky elektricky seřiditelnému sedadlu si vždy lehce nastavím pohodlnou polohu. Doladit si jí teď zvládnou dokonce i přímo za jízdy. Vyvýšený posed v dodávce poskytuje výborný přehled nad dopravní situací. Zvýšené opatrnosti se však musí dbát před přechody pro chodce. Několikrát se mi už stalo, že se z levé strany „schoval“ chodec

nebo cyklista za levý sloupek čelního skla.



Prostorná kabina řidiče

Dvaapůllitrový turbodiesel o výkonu 96 kW poskytuje dostatečnou sílu i zrychlení. Na můj vkus je sice trochu hlučnější, ovšem těžko lze čekat „piánko“ od motoru, který má již oficiálně naběháno přes 190 000 km. Spotřeba se odhadem v průměru pohybuje běžně kolem 10 litrů. Při spíše kratším popojíždění a se zapnutým topením nebo klimou to je asi o tři litry více. Kvůli montáži plošiny se musela vyměnit běžná nádrž za upravenou, která má trochu menší objem. Cca 500 km na nádrž ovšem s autem jistě hravě ujedete.

Plošina přidělaná na spodku podvozku snížila světlou výšku na cca 14 cm. Na „kros“ po polních cestách to opravdu není, ale na obavy o plošinu při ježdění po běžných silnicích také ne.

Při montáži tohoto typu plošiny je však určitě na místě zvolit raději kratší karosářskou variantu dodávky. S tou prodlouženou o 40 cm by vzhledem k většímu rozvoru už možná leckdy mohly nastat na silnicích horké chvíle (zvýšené přechody, hlubší frézování při opravě vozovky atd.). Mně rozhodně stačí ten můj kratší, asi pětimetrový plechový mazel. I vzhledem k celkovému manévrování a především parkování ve městech. To může být často taky docela oříšek.

K výstupu je potřeba cca 2 metry volného místa od bočních dveří. Raději i 2,5 metru, pokud máte rozměrnější vozík a nechtějí se vám navíc oddělovat stupačky. Na plošinu se totiž najíždí kolmo zepředu. Snažím se vždy nejprve vyhledat boční parkovací místa, abych nezabral zbytečně prostor ostatním.

Každopádně doporučuji vozit na bočních dveřích tabulku s upozorněním, že tudy nastupuje vozíčkář, který potřebuje odstup nejméně 2, 2 metru...

Cena

Je zřejmé, že taková úprava bude něco stát. Jen plošina pod podvozek vyjde cenově se vším všudy asi dvojnásobně draž, než například zmíněná Fiorella, která se skládá do auta. Podle mých dostupných informací ale nepatří zrovna Fiorella k nejspolehlivějším.

Celková cena mé úpravy se vyšplhala

na 430 000 Kč. Auto jsem koupil za 289 000 včetně DPH. Jsou to všechno velké sumy, nicméně s dnešní podporou státu není takové bezbariérové řešení mobility až tak nereálný sen. Na auto jsem obdržel příspěvek ve výši 165 tisíc a úpravu (zvláštní pomůcku) mi ÚP uhradil z devadesáti procent celkové ceny. Navíc mi finančák vrátil DPH. S takovou celkovou podporou se dá vše dobře pořídit za vlastních 150–200 000 Kč. Jistě tedy člověk nemusí patřit zrovna mezi desetinu majetnějších obyvatel, aby si to vše mohl dovolit.

Shrnutí

Mnou popsání bezbariérové řešení mobility jistě nebude vyhovovat každému. Jestli vás to však zaujalo a myslíte si, že zrovna dodávka s kazetovou plošinou pod podvozkem by i pro vás bylo to pravé řešení, není se čeho obávat! Dle mých dosavadních zkušeností (cca 1 rok užívání) ho mohu vřele doporučit.

Můj život po realizaci této úpravy auta získal naprosto jiný rozměr. Doslova jsem si ulehčil a významně zkvalitnil život. Svoboda nabytá tím, že si mohu s sebou lehce převézt elektrický vozík, je k nezaplacení! Jednoduše se teď více postarám sám o sebe, zajedu k lékaři, do obchodu, na úřad, k holiči, za přáteli, prostě kamkoliv chci. Vyřídit si to vše nebylo lehké a chtělo to trpělivost. Přineslo to určité starosti, stálo to energii, čas a samozřejmě dost peněz. Ale vyplatilo se.

Stručný přehled úpravy auta

Vůz k úpravě

- Volkswagen Caravelle r. v. 2007, 2,5 TDi 96 kW s automat. převodovkou
- Cena celkem s DPH: 289 000 Kč

Úpravy

- Plošina Autolift F900
- Automatické otevírání bočních dveří Ricon, dálkové ovládání
- Posuvné elektrické sedadlo BEV
- Cena celkem s DPH: 430 000 Kč

Odpočty ceny:

- Vratka DPH z kupní ceny auta
- Příspěvek ÚP na pořízení auta: 165 tis. Kč
- Příspěvek ÚP na úpravu auta: 90 % z ceny za úpravu

Plošina Autolift F900, specifikace

- Nosnost: 300 Kg
- Hmotnost: 140 kg
- Elektrický systém: 12/24 V
- Max. tlak hydrauliky: 180 bar
- Plocha, hl × š: 1 200 × 800 mm
- Max. výška zdvihu: 850 mm
- Výška kazety (zásuvky): 90 mm
- Nouzový ruční pohon

Celkové hodnocení upraveného vozu

Klady:

- + Vyhovující úprava na míru
- + Plošina nezabere místo v autě
- + Zachováno 5 sedadel
- + Snadné nastavení vhodné pozice za volantem
- + Účinnost posilovačů řízení
- + Skvělý rozhled z dodávky
- + Dostačující výkon motoru

Zápory

- Snížená prostupnost terénem
- Větší náchylnost plošiny k poškození
- Vyšší cena náhradních dílů a servisu auta
- Parkování
- Nevzhledné automatické otevírání bočních dveří
- Hlučnost motoru
- Vyšší spotřeba paliva
- Neekologický provoz

Prohlédněte si a osobně odzkoušejte můj vůz

■ Na to, jak plošina funguje, se můžete podívat na videu podobné úpravy jiného Transporteru. Stačí do vyhledávače na YouTube (nebo do internetového vyhledávače) napsat:

Mobilcenter Zawatzky – Kassettenlift.

■ Přímý odkaz je zde:

<https://www.youtube.com/watch?v=aFjiSk9g1BU>.

■ Po telefonické domluvě si lze také přijet prohlédnout přímo upravenou dodávku ke mně domů. Je možno také přijet s autem za vámi, pokud bydlíte v Moravskoslezském kraji a budete ochotni přispět na naftu.

■ Případné dotazy rád zodpovím e-mailem: PavelBadac@seznam.cz nebo telefonicky na 777 683 308 (T-Mobile, stačí prozvonit).

Poděkování

Děkuji moc všem těm, kteří mi umožnili takto realizovat mou bezbariérovou dopravu.

Především děkuji našim úřadům, které pořízení auta a jeho úpravu z převážné části financovaly.

Rodině děkuji za spoluúčast na financování, za celkovou podporu mého záměru a pomoc s vyřízením.

Děkuji společnosti API za úpravu vozu, zvláště pak jmenovitě panu Vladimírovi Ondráčkovi, výjezdnímu technikovi firmy, který vždy ochotně a rychle přijel dořešit, co bylo třeba.

Díky vám všem za významné zkvalitnění mého života!

Foto: archiv autora

Rozruch okolo automatické spojky firmy API

Doporučení: montáž a opravy nechat odborníkům

Na redakci Vozky se obrátil vozičkář – „matador“ – Josef Fučík ohledně automatické spojky od firmy API s.r.o. Slapy.

Je z občanského sdružení Život bez bariér v Nové Pace, které zakoupilo do mikrobuse na přepravu vozičkářů právě automatickou spojku API. „Máme s ní od počátku neskutečné problémy“, uvedl J. Fučík. „Pořád nefunguje a nedokázali nám ji uvést do funkčního stavu ani u montážní firmy, ani u výrobce. Postupně jsme se dozvěděli, že podobné problémy mají i další uživatelé tohoto výrobku a že jsme asi pěkně naletěli. Nechceme hlavně, aby se někdo další z postižených napálil, jako my.“

Automatická spojka API – Autoclutch

Zde je vyjádření firmy API k situaci, o které píše p. Fučík:

Rádi bychom uvedli na pravou míru negativní zvěsti o kvalitě naší automatické spojky ze strany pana Fučíka. Předem naší reakce považujeme za nezbytné zmínit několik zásadních skutečností. Úpravu vozidla panu Fučíkovi prováděla jiná firma, nikoliv API CZ s.r.o., a to již před čtyřmi lety. Je nutné také vysvětlit stav automatické spojky, když nás pan Fučík žádal její opravu. Elektroinstalace ovládní spojky ve vozidle byla v naprosto katastrofálním stavu s celou řadou nestandardních zásahů ze strany pana Fučíka...

Navíc pan Fučík přijel do naší firmy s požadavkem na opravu automatické spojky zcela nečekaně, a uvedl nás tak do opravdu nepřijemné situace. Byli jsme nuceni odvolat našeho mechanika z jiné rozpracované zakázky, abychom panu Fučíkovi vyhověli. Ačkoliv to pro nás znamenalo ztrátu, panu Fučíkovi jsme vše seřídili, jak požadoval, a od nás bez problémů odjel s funkčním zařízením, o čemž svědčí i citace jeho emailu, který nám zaslal pár dní po provedené opravě: „*Nejprve děkuji za servisní zásah v pondělí ráno. Mohu díky tomu zase řídit, čímž jsem nezávislý a mohu pracovat. Dojeli jsme dobře. Spojka fungovala jako nikdy za těch najetých 5 000 km.*“

Byli jsme zklamáni přístupem pana Fučíka, když odmítl provedenou opravu zaplatit a vědomě začal šířit negativní zvěsti o naší firmě. Za kvalitou svých výrobků a provedených služeb si stojíme. Abychom udrželi dobrou pověst naší firmy, byli jsme nuceni obrátit se na práv-

ního zástupce. Načež byly vzniklé pohledávky uhrazeny.

Vždy se snažíme našim zákazníkům vyjít vstříc, bohužel v některých případech nemůžeme všem přáním vyhovět. Zejména, dojde-li k **neprofesionálním zásahům do zařízení ze strany zákazníka**, jako tomu bylo v případě pana Fučíka. Věříme, že všichni spokojení uživatelé automatické spojky API, kterých je v současné době více než 800, jsou dostatečnou zárukou naší kvality.

Závěrem bychom chtěli připomenout, že je nezbytné, aby montáž zařízení, stejně jako seřízení eventuální závady, byly provedeny vždy pouze odborníkem. Neváhejte nás v případě potřeby kontaktovat, jsme tu pro Vás.

*Ing. Miroslav Bartoš
ředitel API CZ s.r.o.*

*Slapy 136, 391 76 Slapy u Tábora
www.apicz.com*

Amatérské zásahy znamenají rizika

Pro lepší orientaci v této problematice jsme také požádali o vyjádření Radomíra Krupu z Ostravy. Svého času byl smluvním mechanikem firmy API, který prováděl montáž ručního ovládní a sám měl auto vybavené spojkou API. „Měl jsem

s ní velice dobré zkušenosti,“ sdělil p. Krupa. „Po dobu pěti let, kdy jsem s ní najel 120 tisíc km, mi fungovala bezvadně. Ale musím taky potvrdit, že za problémy s elektronickou spojkou mohou samotní uživatelé, pokud zasahují do její elektroniky. Pak se nemohou divit, že jim nefunguje.“

Dnes má p. Krupa auto vybavené **automatickou převodovkou a pohybové handicapovaným řidičům velmi doporučuje, aby si pořizovali pouze taková auta**. Pak už zbývá jen vybavit auto ručním ovládním plynu a brzdy (s mechanickými převody na plynový a brzdový pedál) a řidič tak má mnohem menší starosti s ručním řízením. Zároveň odpadá nutnost ručně řadit rychlosti, jakož i opravy eventuálních poruch elektroniky poloautomatické spojky.

Poznámka redakce

Sortiment aut vybavených automatickou převodovkou se postupně rozšiřuje, ale ke každému automobilu tato alternativa neexistuje. Zejména se to týká těch menších, se slabšími motory, o starších ojetinách nemluvě. Ovšem každý solidní úpravce vozidel pro tělesně postižené vyrábí či dodává i elektronicky ovládanou spojkou.

Zpracoval Jiří Muladi, (dz)



Automatická spojka API – Autoclutch

Jak se parkuje v nemocnicích? Bída, říkají lidé s postižením...

Zaznamenali jsme v redakci opakované stížnosti vozíčkářů na potíže spojené s parkováním v areálu Fakultní nemocnice Ostrava. Konkrétně se jedná o nedostatek parkovacích míst pro handicapované a někdy dokonce o obsazení těchto míst řidiči bez parkovacího průkazu pro osoby se zdravotním postižením (O7). O vyjádření k této situaci jsme požádali náměstka ředitele pro techniku a provoz FN Ostrava Ivo Zolnerčíka.

„Vycházíme z toho, že provoz vozidel v našem areálu řeší vnitřní směrnice FNO, a to v souladu se zákonem č.361/2000 Sb. Naši zaměstnanci jsou povinni dodržovat ustanovení tohoto předpisu a jeho porušení má za následek sankce ze strany zaměstnavatele. Vážnější dopravní přestupky pacientů, návštěvníků i zaměstnanců pak řešíme ve spolupráci s Městskou policií Ostrava. Parkoviště jsou vybudována na základě řádné projektové dokumentace, podléhají kolaudaci a musí tedy splňovat veškeré podmínky stanovené zákonem. Kromě toho, Fakultní nemocnice Ostrava nemá v tomto ohledu vlastní standardy, takže v areálu platí obecná pravidla silničního provozu. A naší snahou v dohledné době je vybudovat další parkovací místa včetně parkovacích míst pro vozíčkáře.“

Tomáš Oborný, mluvčí ostravské nemocnice k tomu dodává: „Parkování zdarma pro handicapované je zde samozřejmostí. Jinak se v areálu nemocnice platí 20 Kč za půl hodiny, prvních 30 minut je zdarma a každý návštěvník, který vjede do areálu, může bezplatně z areálu odjet. Maximální cena za 24 hodin parkování pak je 300 Kč.“



FNsP Ostrava, přední vstup do polikliniky: Na objem návštěv pacientů s tělesným handicapem je u nejméně vyhrazených míst

pro vozíčkáře, která jsou navíc nedostatečně široká. Na ploše jsou ještě vyhrazená místa pro sanitky a taxi



Situace není lepší ani na dvou parkovištích u zadního vchodu do polikliniky, jako je například toto, kde dochází k častějšímu zneužívání jen několika vyhrazených míst pro vozíčkáře



Zcela tristní je situace na parkovišti u vstupu do lůžkové části – velmi malý počet míst, která jsou navíc zneužívána řidiči vozů, které tam nemají co dělat...

A jak to s parkováním vypadá například v pražských nemocnicích? Ve Fakultní nemocnici Motol mohou handicapovaní parkovat zdarma stejně jako v Thomayerově nemocnici. Pro úplnost dodejme, že to, zda a kolik se za parkování platí, závisí plně na zřizovatelích jednotlivých parkovišť a neexistuje žádný zákon, který by nařizoval provozovat parkoviště pro handicapované zdarma.

Postihy za špatné parkování jsou tedy plně v kompetenci policie, nikoli zřizovatelů parkovišť. Nezbyvá než se obrnit trpělivostí a konkrétní dopravní přestupek nahlásit policii.

(di)

Tomovi k narozeninám

Mirek Filipčík



Tomáš v Beskydech

Letos ti končí koncovka u věku CET – teď už opravdový dědku, budeš si muset zvyknout na SÁT a mít v popředí věku pětku.

Vážím si toho, co děláš, jaký jsi a tvého přátelství moc, takže čau vole, hodně zdraví, pohody, štěstí a nejednu propaň noc!



Tomáš s Tobiáškem, dědeček s vnoučkem

Foto: Dáša Filipčíková

Chvála Životu, jeho Zdroji, a pokoj nám všem

Pavel Badač: Bud' me sami za sebe. Na nic netlačme...

„Je tomu už deset let, co jsem učinil rozhodnutí nepapat zvířátka. Mimo jiné mě k tomu vedla zvědavost, jaké zdravotní dopady bude na mě mít takové stravování,“ říká vozičkář a spoluzakladatel občanského sdružení FREE WILL Pavel Badač, jenž od dětství trpí svalovou dystrofií.

„Zajímalo mě především to, jaký vliv bude mít na mé svaly vyřazení příjmu bílkoviny získávané z masa. Jak je známo, častým argumentem proti vegetariánství je to, že právě ‚masitá‘ bílkovina je nezbytná pro naše pevné zdraví a celkově dobrý vývoj organismu. Svalová dystrofie je navíc přímo zapříčiněna deficitem skupiny svalových bílkovin, které tělo postiženého buď neumí vyrobit vůbec, nebo to dokáže jen v nekvalitní míře. Podle lékařů se tyto potřebné bílkoviny dají stravou ovlivnit jen málo, přesto mi vegetariánství nebylo doporučováno.

Takže na začátku změny mého stravovacího režimu jsem určité obavy měl, ale nestalo se nic dramatického. Asi před dvěma roky jsem si zaexperimentoval i s vitariánstvím (syrová strava), ovšem po rychlém úbytku mé již tak dosti chabé váhy jsem toho zanechal.“

• Jak tedy hodnotíte celkový výsledek?

Zdravotní stav se mi zhoršuje dále, ale jistě ne rychleji, než mým přátelům s podobným typem onemocnění, kteří stále konzumují maso. Můj ‚výzkum‘ však беру s rezervou. Je potřeba si uvědomit, že na průběhu nemoci se podílí mnoho faktorů, od konkrétních typů a podtypů nemocí až po celkový denní režim nemocného. Každopádně si troufnu říct, že vegetariánství neznamená riziko ani pro lidi, kteří mají svalovou dystrofii. V souladu s tím, co jsem zatím vyzkoušel u mě, nic nenasvědčuje tomu, že bych se mýlil. A rozhodně jsem přesvědčen, že vegetariánství není zdravotně škodlivé lidem, kteří jsou jinak celkově zdraví.

• Proč jste se stal vegetariánem?

Důvody uváděné ve prospěch vegetariánství jsou trojí: etické, zdravotní a ekologické. Jde především o to, jakou chceme mít celkovou podobu světa, ve kterém žijeme. Věřím, že vegetariánství dokáže odstranit z životů nás všech velké utrpení a spoustu rozličných problémů. Pokud se nám líbí současný stav na naší planetě, nic neměňme. Jestliže nám ale nevyhovuje,

přizpůsobme si svět k naší spokojenosti a změňme jej. A právě úprava stravy je jednou z významných oblastí, kterou můžeme způsobit rychlý posun v mnohém. Bud' me my sami tou změnou, kterou chceme vidět ve společnosti, a snažme se být ve všem příkladem.

Zároveň však rozumím těm, kterým bezmasá strava nevyhovuje. Neignorujme zcela potřeby těla. Naslouchejme mu. Rozhodně nedoporučuji dělat něco jen podle toho, jak to dělají, případně po nás přímo vyžadují, druzí. Ať už jde o stravování nebo třeba i náboženství, společenskou konvenci, přání rodiny, partnera... Bud' me sami za sebe. Na nic netlačme... Respektujme duchovní úroveň a z toho plynoucí touhy a rozhodnutí druhých. Každý je pro Život stejně důležitý, ať už je na jakémkoliv stupni Poznání.

• Na facebookovém profilu uvádíte, že se rád věnujete duchovní literatuře, například Bhagavadgítě. Jak jste se k ní dostal?

Bhagavadgítu mám jako dárek od kamaráda ze střední školy, z doby, kdy jsem byl tzv. intenzivně duchovně hledající. Zajímalo mě, jak jiní lidé nahlíží na věci mezi nebem a zemí, jaký mají názor na Boha a smysl života. V této knize jsem objevil mně jakoby povědomou, blízkou moudrost, se kterou velmi souzním. Například Krišna v Gítě říká: „Upří svou mysl na mě, nejvyšší osobnost božství, a nech u mě spočinout veškerou svou inteligenci. Tak budeš bezpochyby stále žít u mne.“ Ztělesněný Bůh zde připomíná, jak je důležité napojení lidí na svůj Zdroj, z kterého všichni a vše pochází. Vneslo by to na Zem více pokoje, kdybychom se častěji niterně zaměřili na tuto všeprostupující tvůrčí sílu a snažili se Ji blíže poznat, ať už např. pomocí modlitby, mantry, tiché koncentrace či jiné formy meditace – včetně chvalozpěvu nebo třeba život oslavného tance. Po dostatečném opětovném „naladění“ by lidé více prozírali, otevřeli svá srdce a rozšířili mysl. Počali by na Zemi projevovat božské vlastnosti, které jak věřím, jsou našim potenciálem čekajícím na rozvinutí.

Bhagavadgíta je ovšem jen jednou z inspirujících duchovních knih, které mě zaujaly a ovlivnily. K mým nejoblíbenějším pak dále patří např. Evangelia přinášející všem jasné a důležité poselství Ježíšovo, jehož naplnění může jako jediné „spasit“ svět. Doporučení tohoto Mistra zní ve zkratce: MILUJ...!



• Žijeme převážně v tzv. konzumní společnosti, ale občas se už lze setkat i s plakáty „Kéž jsou všechny bytosti šťastné“ nebo „Člověk je bohatý pouze tím, co rozdává“. Co si o tom myslíte?

Momentálně jsem právě v takové životní etapě, kdy opravdu vnitřně bohatnu jedinečně tehdy, když dávám a sdílím své duchovní a materiální bohatství s ostatními. Není pro mě nic hodnotnějšího, než když můžu někomu udělat radost, pomoci mu udělat jeho život ještě krásnější, a přinést tak kousek štěstí na Zem, vykouzlit úsměv na líci živé bytosti! Je potěšující, že přibývá lidí, kteří to vidí podobně jako já. Je mnoho případů, kdy jsou někteří schopni dát bližnímu svému opravdu hodně. Nasazují pro ně život nebo se dokážou altruisticky rozdělit i o část sebe a věnují například ledvinu. To jsou pro mě hrdinové. Ovšem počítá se samozřejmě každé dobro, nejen to „velkočinné“! Rozdělme se třeba s ostatními o desátek svého majetku nebo dávejme druhým „pouhý“ častý úsměv, když si více už opravdu dovolit nemůžeme. Každý dle svých možností.

• Umí Vás projevy konzumní společnosti naštvat?

Odešla Jana Hrdá

Nekrolog

Spíše než naštvání se občas neubráním jakémusi smutku, když vidím sílicí moc ortodoxních náboženství a násilí celkově. Pak si ale řeknu, že se to jistě brzy obrátí k lepšímu, i nevědomí lidé jednou více prožou. Nemůžeme se přece zlobit na žáka druhé třídy základní školy, že neovládá látku třídy deváté. Zkrátka ještě do této vývojové etapy nedorostl. Ale to utrpení, provázející proces růstu, to opravdu bolí na duši. Můžeme však mít jen soucit, být příkladem a ukazovat, že existuje jiná cesta řešení našich odlišností a sporů, než je cesta násilí. Nelze přece odstranit problémy stejnou energií, kterou vznikly. Pak jen msta stíhá mstu a je zde věčný útrpný koloběh. Soustředme se tedy především na to hezké v životě a těšme se z každého dne. Buďme vděční za každou minutu prožitou spolu s našimi milovanými blízkými zde na krásné planetě. Snášejme své dennodenní křížky na bedrech hrdinně s vědomím, že z nás udělají lepšího soucitnějšího člověka a že i přes naše bolístky stojí za to tady být.

• Zkusil jste něco takového vysvětlit „nevěřícím Tomášům“?

Na to musí každý přijít sám – a není to těžké, stačí, aby se člověk dobře díval kolem sebe a uměl dát věci do souvislostí. Nedávno jsem četl příběh Jeanne Calmentové, která se přes všechny své neduhy v podobě kouření, pití portského a jedení čokolády dožila úctyhodného věku 122 let. Její recept na zdraví a dlouhověkost však není nijak zázračný: stačí pozitivně myslet, radovat se z každé maličkosti, nestresovat se a s ničím si nedělat těžkou hlavu. Ostatně – stále více vědců přiznává, že většina chorob má psychosomatické příčiny, tedy že nejde jen o geny a vlivy z prostředí, ale že důležitým článkem problému je právě psychika.

Těžce se žije člověku, který uznává jen svou osobnost a styl „urvi, co můžeš“, a jak lehce se žije tomu, kdo užívá vše krásné ne na úkor druhých, nýbrž spolu s nimi, a s vědomím, že je vše, jak má být. Vždyť každý si zaslouží prožívat důstojný, kvalitní a plný život. A je to dosažitelné. Dokonce pro to nemusíme dělat ani nic velkého. Stačí jen vzájemně o sebe dostatečně pečovat a trochu se o vše rozdělit. Nebojme se, na světě je dostatek všeho pro všechny.

• Máte nějaké krédo?

Ano, mám: Všichni spočíváme v bezpečné a Láskyplné náručí moudrého Stvořitele, ať už Ho nazýváme jakkoliv. V Jeho očích jsou všichni stejně hodnotní a dojdou u Něj milosrdenství jakožto bezpodmínečně milované děti. To je mé poznání, o které se rád dělím.

Chvála Životu, jeho Zdroji, a pokoj nám všem...

Jiří Muladi



Zemřela Jana Hrdá, žena hrdá nejen jménem. Jejím odchodem ztrácí hnutí osob se zdravotním postižením jednu z nejvýznamnějších osobností. Byla úžasným člověkem. Co vše i přes svůj zdravotní stav zvládla v soukromí a jak mnoho pomohla a pomáhala všem osobám se zdravotním postižením! Sama po autonehodě v roce 1982 zůstala ochrnutá na většinu těla, desítky let mohla pohybovat jen hlavou a omezeně jednou rukou. Přesto – nebo snad právě proto – dokázala zavést v Česku systém osobní asistence a zlepšit tak kvalitu života lidí s postižením. Její osobní příběh je výjimečný. Proto tady v mnoha směrech zůstává nadále s námi všemi...

Za svou práci dostala v roce 1995 Cenu Olgy Havlové. Byla to silná žena, i přes své zdravotní postižení byla velmi aktivní, pracovala jako lektorka, inspektorka kvality sociálních služeb, předsedkyně Asociace pro osobní asistenci, místopředsedkyně Národní rady osob se zdravotním postižením ČR, byla členkou Vládního výboru pro zdravotně postižené občany.

Víra pro ni nebyla jen pózou – jejím největším přítelem i pomocníkem byl Bůh. Díky němu se srovnávala se svým těžkým životem, jeho žádala o radu a od něj získávala podporu. Říkávala, že nejvíce jí pomohlo, že uvěřila v Boha: „Přišlo to v roce 1985 během nejhorší krize a víra mi pomohla jít dál. V mém životě se objevilo něco, co zůstává a na co se můžu spolehnout. Lidé jsou smrtelní, omylní a nespolehliví a můžu jim to odpustit.

Stejně jako sobě.“ Byla to krásná žena, tělesně, mentálně a zejména duchovně. O tom, že se snažila řídit svůj život do posledního okamžiku, svědčí i kouzelné oznámení o vlastním úmrtí. Zní radostně, vyznačuje z něj Boží přítomnost a její odanost Bohu.

OZNÁMENÍ

23. žalm

S radostí Vám oznamuji, že Hospodin, můj Bůh, ukončil mou klopotnou službu v těle a dovolil mi, abych je opustila a spočinula v Jeho slávě. Prosím, poděkujte se mnou Pánu Ježíši, že mne spasil, že za mne vylil svou drahocennou krev, kterou mne vykoupil pro Boží království!

Jsem doma! Jsem tam, kde jsem toužila být v nekonečných hodinách, kdy každá minuta narůstá sama sebou. Jsem doma! Jsem v bezpečí, jsem tam, kde není slz ani trápení. Plakala jsem, ale nyní jsem potěšena. Hladověla jsem a žíznila, ale teď vím, že spravedlnost opravdu existuje. Tolik jsem chtěla mít čisté srdce, abych mohla uzít Boha, a Pán Ježíš mi je očistil a já Mu hledím tváří v tvář!

Radujte se se mnou! Plesejte a jásejte, protože spása je naše!

Jana Hrdá

Paní Ing. Jana Hrdá zemřela dne 5. srpna 2014. Nepřála si žádné rozloučení ani pohřeb. Rodina to respektovala.

Redakce Vozky

Nejlépe Janu vystihla její dcera a moje přítelkyně: „Bůh musel mámu posadit na vozík kvůli bezpečnosti nás ostatních. Kdyby totiž máma chodila, svět by se kvůli ní točil rychleji a my obyčejní lidé bychom s planety vypadli.“

Přesně taková Jana byla, i přes své postižení – nezadržitelná, nespoutatelná... Všem nám budeš chybět, Janinko.

Monika Henčlová

...Jana Hrdá byla především maminka, sestra a babička. Tyto role zvládala navzdory svému postižení tak, že jsme mnohdy zapomněli, že má nějaká omezení...

*Děkujeme za všechno!
Kateřina Pincová, dcera*

Lidé s postižením nám umožňují být lepšími...

ILUŠKA

Ilona Mazalová nachází „zázraky Života“ každý den

Dobrosrdečnost a dobročinnost má Ilona Mazalová v krvi. Už její dědeček s babičkou vychovali kromě svých šesti dětí i pět nalezců. A neměli vždycky lehké časy. Jako nejbohatší sedlák v obci Rybí, který ale nechtěl do družstva, skončil její dědeček ve vězení, s cejchem doživotního zákazu vstupu do Rybí. Zbytek rodiny se pěšky přestěhoval do vedlejší Skotnice.

„Paradoxně druhý můj dědeček byl vysokým krajským funkcionářem KSČ,“ vzpomíná Ilona Mazalová. „Život někdy předvádí neuvěřitelné kotrmelce... Vždyť i já jsem v minulém režimu pracovala jako referentka dodavatelsko-odběratelských vztahů v Tatře Kopřivnice. Dnes jsem referentkou vnějších vztahů města Kopřivnice – a ve stejné budově.“

Copak jsem nějaký kripl?

Paní Ilona má dva syny a „vyvdanou“ dceru. Když chtěla svého času skončit s mateřskou dovolenou, jaksi z hecu se přihlásila na konkurz redaktora Českého rozhlasu Ostrava. Z 670 uchazečů vybrali právě ji. Práci si pochvalovala, ale po čtyřech letech chtěla, kvůli dětem, „blíže domů“. Proto se přihlásila do Kopřivnických novin, kde byla přijata jako redaktorka. A v této pozici šla na tehdejší druhý ročník Sportovních her zdravotně postiže-



ných dětí a dospělých napsat reportáž.

„Do té doby jsem se s vozíčkáři prakticky nesetkala – najednou tu byli, navíc v mimořádné koncentraci. Udělalo to na mě hluboký dojem. A ‚dorazil‘ mě Olda Brantl, který se na mechanickém vozíku

pohyboval doslova po centimetrech. Když jsem se ho zeptala, proč nemá elektrický vozík, opáčil mi s humorem sobě vlastním: ‚Copak jsem nějaký kripl?‘ Takové hrdinství jsem nečekala. Okamžitě jsem měla knedlík v krku a zbytek dne jsem probulila. Až na závěrečné večerní zábavě, snad po šestém rumu, to přestalo...

Hned druhý den jsem se rozhodla, že budu vozíčkářům pomáhat, a zašla jsem za Petrem Douskem, zakladatelem a organizátorem Sportovních her zdravotně postižených. To byl onen pověstný drápek – pak už se mé kontakty s vozíčkáři rozjely lavinovým způsobem. Od ‚píár‘ přes zájezdy až po osobní asistenci pro ně dělám vše.“

Příběhy plněné radostí

Ilona Mazalová má za sebou patnáct let aktivního horolezectví a vodáctví. Takže pro ni nebylo nijak složité umožnit vozíčkáři, jenž se s vodáctvím rezignovaně rozloučil, sjet Vltavu za pomoci kamarádů – načež on dal dohromady partu, která se vodáctví dále věnovala. Jiného vozíčkáře, introverta, osobně vozila na tréninky košíkové tak dlouho, až se „otrkal“. Následně se dostal s košíkovou i do zahraničí.



S Evou Lehoťákovou v Krupině

„Ty největší překážky nejsou v nohách, ale v hlavách,“ říká paní Ilona. „Ve slovenské obci Krupina mám kamarádku na vozíku Evu Lehořanovou. Žije v domově důchodců, letos má šedesát let a je nejmladší ze sourozenců. Rodina se s ní stýká, ale ona jim nechce být na obtíž, takže k nim nejedí. Proto jsem ji tam vzala sama a bylo vidět, že jsou všichni rádi. Ovšem s výtkou: ty k nám nepřijedeš, ale když tě dotlačí Moravačka, tak ano?...“

Když do Kopřivnice zavítali vozíčkáři z partnerského francouzského města Trappez, Ilona Mazalová pro ně připravila program, který mimo jiné obsahoval i jízdu lanovkou na Pustevny.

„Pro Francouze to byl mimořádný zážitek: napřed jel vozík, který má jinak každý vozíčkář téměř jako součást těla, a za ním chlap v naprosto nezvyklé výšce – třeba pěti metrů. Navíc, když po cestě viděli paragliding, ptali se, zda i ten bude součástí programu. Nebyl...“

Husarským kouskem pak lze nazvat ocenění dlouholeté předsedkyně Asociace zdravotně postižených Ireny Kučerkové Křišťálovým kamínkem.

„Vůbec o ničem jsem nevěděla,“ vysvětluje paní Irena. „Ilona mi namluvila, že do ostravského Domu kultury Vítkovic jedeme oslavit moje narozeniny. Když jsem pak uviděla slavnostní atmosféru a vozíčkáře, tvrdila, že je to kvůli výstavě. Potom mě znenadání dotlačili na pódium a mně se rozbušilo srdce a rozklepal vo-

zík. Vůbec jim nedošlo, že i z radosti a překvapení může člověka taky klepnout pepka...“

Sonda do soukromí

Manžel Ivan jí říká Iluško. Občas však s povzdechem dodává, že ona si ho začne pořádně všimát patrně až tehdy, když on sám bude na vozíku.

„Přesně 6. 6. 2006 se díval na televizi, přičemž to datum tenkrát využilo hodně párů ke svatbám. Pak se ke mně otočil a suše oznámil, že zná lepší datum: 7. 7. 2007. Já se podruhé vdávat nechtěla, ale on řekl, že na to, abych se s tím srovnala, mám jeden rok, jeden měsíc a jeden den. A bylo to... Tenkrát vůbec nevěděl, o co u vozíčkářů jde. Ovšem dnes, když k nám přijede návštěva – a že jich jezdí dost – už myslí ‚po vozíčkářsku‘. Navíc mou vytíženost na různých akcích nese hrdinně.“

Kromě rodinného zázemí paní Ilonu nabíjí pozitivní energií i sport. Je členkou Klubu přátel Červeného kamene, což znamená, že stokrát za rok musí v přírodě zdolávat převýšení 300 metrů. Celkem už absolvovala 2 235 těchto výstupů.

„Čistá hlava, adrenalin, sladká únava – a když v zimě jedu po lopatce dolů, to je také parádní zážitek,“ usmívá se. S takovou fyzickou se pak nebojí ani padesátikilometrového nočního přechodu Lysá hora – Javorník. Ze sedmi set lidí byla letos desátá nejstarší, přičemž sto jich nedošlo a sto nechala za sebou s časem 10 hodin a 15 minut.

Handicapovaní nás vychovávají

Jsou ale chvíle, kdy stále usměvavá Ilona Mazalová poněkud zvážní.

„Byla jsem vychována v ateistickém prostředí a v pubertě mi leckdy přišlo až k smíchu různé ohánění se Bohem. Ovšem pozoruji na sobě, že čím jsem starší, tím jsem pokornější a myslím, že nějaký Osud, Bůh, nebo prostě něco nad námi opravdu je.“

Jistě, Ježíšek roznášející dárky je pro mě jako Bůh dodnes těžko představitelný, ale kdo je jen trochu vnímavý, ten může záznaky života a důkazy jakési síly, která vše ovlivňuje, nacházet každý den.

A kdo by se chtěl při svém zdravím považovat nad lidi s handicapem? Nikdo nemůže vědět, zda ho někdy nepotká něco podobného... Navíc nás lidé s postižením potřebou pomoci vlastně vychovávají – doslova umožňují ostatním, aby byli lepšími lidmi...“

Jiří Muladi



Na Baťově kanále s Irenou Kučerkovou.



S vozíčkářkou Irenou Kučerkovou po předání Křišťálového kamínku v roce 2012



Ilona je velmi schopná organizátorka

VSP

Vy Se Ptáte...,

**...Poradna NRZP
v ČR odpovídá.**

Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením

Otázky a odpovědi



Příspěvek na zakoupení motorového vozidla

Máme devítiletého syna s těžkým mentálním a zdravotním postižením, odkázaný je na celkovou péči druhé osoby, sám není schopen žádného úkonu. Nechodí a bez opory nesedí. Podali jsme na místně příslušném ÚP ve Frýdku-Místku, žádost o příspěvek na zakoupení mot. vozidla (31. 3. 2014). Syna všude vozíme denně, bez auta se neobejdeme. Na základě této žádosti nám bylo dne 17. 7. 2014(!) vydáno rozhodnutí o přiznání příspěvku ve výši 150 000 Kč a to z důvodu, že náš příjem přesáhl čtyřnásobek živ. minima na osobu (jsme čtyři). Shodou okolností moje kolegyně se podobně postiženým dítětem na jiném ÚP podávala tutéž žádost, která jim byla do měsíce a půl vyřízena bez nutnosti vyjádření posudkového lékaře, jelikož se jedná o dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav. Příspěvek jim přiznali ve výši 200 000 Kč (příjmy rodiny mají podobné jako my, přičemž toto vůbec není v jejich rozhodnutí zmíněno...).

Je možné, že každý úřad postupuje jinak – že nemají stejné kritéria hodnocení pro všechny? Je šance při odvolání na přiznání celé dávky? A proč se nepatří, jaké máme výdaje? Je toto spravedlivé? Navíc mám dojem, že nebyla ani dodržena zák. lhůta pro vyřízení žádosti (u posudkového lékaře byla žádost 45 dnů).

Dovolím si odpovědět na dotaz od konce, kde se tážete na lhůtu pro vyřízení příspěvku. Zákonná lhůta pro vyřízení příspěvku činí 30 dnů, ke kterým se může přičíst dalších 30 dnů, pokud úřad potřebuje zjistit některé další údaje a skutečnosti. K těmto 60 dnům se přičítá dalších 45 dnů, které má na posouzení posudkový lékař. Z toho plyne, že maximální doba pro vyřízení příspěvku na pořízení motorového vozidla by neměla přesáhnout 105

dnů. Uvedená doba ovšem platí jen tehdy, pokud nedojde k přerušení řízení. Pokud úřad přeruší řízení, pak se doba 105 dnů prodlužuje, než je řízení opět obnoveno. Doba přerušení řízení není nikde zákonem stanovena.

V případě stanovení výše příspěvku uvádím normativní instrukce MPSV, které k vašemu dotazu uvádí:

Způsob stanovení výše příspěvku na zvláštní pomůcku (motorové vozidlo) je upraven odlišně od jiných pomůcek. Výše příspěvku na zvláštní pomůcku (motorové vozidlo) se stanoví s přihlédnutím:

- k četnosti a důvodu dopravy,
- k příjmům osoby a příjmům osob s ní společně posuzovaných podle zákona o životním a existenčním minimu,
- k celkovým majetkovým poměrům dle zákona o pomoci v hmotné nouzi.

Posloupnost uvedených kritérií (četnost dopravy, příjem, sociální a majetkové poměry) dovozuje jejich význam pro stanovení výše dávky. V případě dítěte musí vzít v potaz krajská pobočka taktéž § 4 zákona, tedy, že orgán příslušný k rozhodování o dávkách je povinen při rozhodování o nároku na dávku a její výši vždy sledovat dosažení nejlepšího zájmu dítěte.

Četnost a důvod dopravy hodnotí krajská pobočka dle následujících posloupností (nejdůležitější důvody, které budou mít pozitivní vliv na výši dávky, jsou uvedeny odshora):

8. Doprava do zaměstnání, školy, předškolního zařízení, zařízení sociálních služeb apod. – v zásadě „každodenního“ charakteru.

9. Doprava do zaměstnání, školy, předškolního zařízení, zařízení sociálních služeb apod., která nemá charakter každodenní, ale jde např. o dopravu do týdenního stacionáře apod.

10. Obstarávání nákupů a dalších osobních záležitostí, návštěvy lékaře vyplývající z dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu (nikoli v důsledku běžné nemoci) apod. – alespoň 1× týdně.

11. Doprava uvedená v bodě 3 realizovaná v menší intenzitě a doprava související s volnočasovými aktivitami (výlety, návštěvy příbuzných apod.).

Příjem se hodnotí dle zákona o životním a existenčním minimu. Obecným pravidlem je, že se zvyšujícím se příjmem „klesá výše dávky“. Nicméně na otázku příjmu je třeba pohlížet poněkud komplexněji. Krajská pobočka nemůže přijmout automatické pravidlo, že čím nižší příjem, tím vyšší dávka, a to zejména tam, kde je výše příjmu natolik malá, že reálně neumožní efektivní využívání motorového vozidla či je v logickém rozporu s uváděnou četností dopravy.

Celkové sociální a majetkové poměry se hodnotí dle zákona o pomoci v hmotné nouzi. Při hodnocení celkových sociálních a majetkových poměrů se krajská pobočka zaměří na další vlastněná a užívaná motorová vozidla. V dané souvislosti může krajská pobočka také brát v potaz, kdo motorové vozidlo, na které je žádán příspěvek, řídí a kdo ho bude (k jakým účelům) dále využívat. Stejně tak může vzít v potaz cenu vozidla, které má být zakoupeno, a možnost uplatnění vrácení daně z přidané hodnoty osobám se zdravotním postižením.

Odkaz na zákon o pomoci v hmotné nouzi neznamená, že by osoba byla „nucena“ prodávat majetek apod. Provázanost obou zákonů je pouze vodítkem pro posouzení, jaké jsou celkové sociální a majetkové poměry konkrétní osoby.

Maximální výše příspěvku na zvláštní pomůcku (motorové vozidlo) činí 200 000 Kč. Přiznání dávky v této částce by mělo být spíše výjimkou; dávka v maximální výši by měla být přiznána pouze v odůvodněných případech. Vždy by mělo jít pouze o osobu, u které je četnost dopravy na úrovni dopravy do zaměstnání, školy, předškolního zařízení, zařízení sociálních služeb apod. – v zásadě „každodenního“ charakteru.

Stanovení výše příspěvku je nezbytné posuzovat vždy individuálně s ohledem na konkrétní situaci žadatele a na dobu, po kterou je příspěvek poskytován.

Z uvedeného je zřejmé, že pokyny pro přiznání příspěvku jsou nastaveny pro všechny krajské úřady stejně.

*PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně*



Příspěvek na podporu zaměstnávání osob se ZP

Jsem invalidní, a to i když jsem se překlopila do starobního důchodu. Chtěla jsem si přivydělat. Jako invalidu by mě zaměstnali. Jako invalidu se starobní penzí zřejmě ne. Může zaměstnavatel požádat o příspěvek na podporu zam. osoby se ZP? Jak a kde?

Žádost o příspěvek na podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením poskytuje ÚP ČR, kde k tomu mají patřičné formuláře.

Dle toho, co uvádíte, se však domnívám, že ve vašem případě na uvedený příspěvek již nebudete mít nárok. Důvod najdete v zákonu o důchodovém pojištění a zákonu o zaměstnanosti. Zákon o zaměstnanosti v § 78 říká, že příspěvek nelze poskytovat na zaměstnance se zdravotním postižením za čtvrtletí, ve kterém byl zaměstnanec, který je osobou se zdravotním postižením, poživitelem starobního důchodu.

Zákon o důchodovém pojištění v § 38 říká, že pojištěnec má nárok na invalidní důchod, jestliže nedosáhl věku 65 let nebo důchodového věku, je-li důchodový věk vyšší než 65 let, a stal se invalidním.

Z uvedeného je tedy zřejmé, že pokud jste dosáhla věku pro odchod do starobního důchodu, tak již nejste považována z pohledu zákona o zaměstnanosti za osobu se zdravotním postižením, ale za starobního důchodce. Dle zákona o zaměstnanosti pak již tedy nesplňujete podmínku, že nejste poživitelem starobního důchodu, a proto na příspěvek nebudete mít nárok.

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně



Nárok na komplexní lázeňskou péči

Mám nárok na komplexní lázeňskou péči, když mám endoprotézy obou kyčelních kloubů – první před čtyřmi lety, druhou od září 2013? Po druhé operaci se léčím zatím ambulantně.

Lázeňskou péči musí pacientovi doporučit na základě zdravotního stavu jeho ošetřující lékař, a to specialista – neurolog, ortoped nebo rehabilitační lékař. Na základě tohoto doporučení pak registrující praktický lékař (nebo ošetřující lékař při hospitalizaci) podá řádně vyplněný návrh na lázeňskou péči ke schválení na smluvně a místně jemu příslušné regionální pracoviště ZP pro správu agendy léčebné rehabilitační péče. Revizní lékař posoudí

oprávněnost nároku na úhradu z prostředků veřejného zdravotního pojištění, zejména podle podmínek indikačního seznamu.

V případě, že to zdravotní stav pacienta prokazatelně vyžaduje a jsou splněny všechny platnými právními předpisy stanovené podmínky pro úhradu, je návrh na lázeňskou péči revizním lékařem potvrzen pro požadovaný nebo příslušný typ péče. Revizní lékař totiž může v odůvodněných případech místo navrhované komplexní lázeňské péče schválit úhradu příspěvkové formy lázeňské péče, u které je z veřejného zdravotního pojištění hrazena veškerá předmětná zdravotní péče (zdravotní služby), pacient si ale hradí ubytování a stravování.

Z uvedeného je tedy zřejmé, že **nárok na komplexní lázeňskou péči není na základě konkrétní diagnózy, ale je na posouzení revizního lékaře.**

PhDr. Leoš Spáčil
Poradna NRZP ČR v Brně



Příjemce zvláštních dávek

Moje dcera (18 let) je těžce zdravotně postižená a poněvadž nezvládá ani podpis, nemůže tím pádem přebírat důchod. Prozatím nebyla zbavena svéprávnosti a proto mi ČSSZ navrhla, že si mám na obecním úřadě požádat o vyřízení příjemce zvl. dávek. Zajímalo by mě, zda tím příjemcem mohou být já, popř. někdo z rodiny.

Pracovnice CSSZ vám poradila dobře. **Zvláštní příjemce důchodu** je rychlou a jednoduchou formou řešení podobné situace, bývá jim nejčastěji rodinný příslušník – rodič, manžel či dítě.

Do budoucna ovšem budete muset řešit omezení svéprávnosti u soudu. Ve vašem případě se nabízí **institut zastoupení členem domácnosti**, pokud s vámi dcera žije. Další možností je pak **nápmoc při rozhodování**, pokud s vámi dcera nežije. Obě tyto varianty musí být schváleny soudem. Soud posuzuje především projev vůle posuzované osoby. To tedy znamená, že jen v případě, že by vaše dcera nesouhlasila s vaším zastoupením, soud by určil jiného opatrovníka.

Mgr. Jana Bendová
Poradna NRZP ČR v Brně

* * *

Poradna NRZP

Na otázky do Vozkovy poradny NRZP odpovídají pracovníci poradny Národní rady osob se zdravotním postižením ČR, regionálního pracoviště pro Jihomoravský kraj.

Na poradnu se mohou obracet se svými dotazy:

- osoby se zdrav. postiž.,
- senioři,
- rodiče dětí se zdrav. postiž.,
- opatrovníci osob zbavených způsobilosti k právním úkonům,
- rodinní příslušníci,
- ostatní pečující osoby,
- další skupiny uživatelů soc. služeb.

Témata otázek, ve kterých poradna bezplatně poradí:

- příspěvek na péči,
- dávky státní sociální podpory,
- dávky a výhody pro zdravotně postižené,
- důchody,
- uzavírání a kontrola smluv o poskytování sociální služby,
- zbavení právní způsobilosti,
- věcí související se sociálním zabezpečením.

Kontakty:

☎: 542 214 110, 542 214 111,
SKYPE: poradnabrno
✉: poradnabrno@nrzp.cz
www.poradnazp.cz, www.nrzp.cz

Prac. doba: po, st: 8.30–12, 12.30–17 h; út, čt, pá: 9–12 h.

Adresa pro osobní návštěvy: Cejl 892/32 (u zastávky Körnerova), 602 00 Brno. (1. patro). Plně bezbar. přístup (výtah u zadního vchodu do budovy).

Pracovní doba: po, st: 8.30–12, 12.30–17 h; út, čt, pá: 9–12 h.

Poradci:

Vedoucí poradny Mgr. Radka Pešlová – právnická, poradce Mgr. Eliška Škrancová, poradce PhDr. Leoš Spáčil.

Poznámka redakce Vozky:

Kontakty na poradny v kraji JČ, PLZ, ÚST, LIB, PAR, VYS, JM, OL a MS jsme zveřejnili ve Vozkovi č. 3/2011 (www.vozka.org/odkazy-v-hlavice/jednotliva-cisla/2011/). Nalézt je můžete také na webových stránkách NRZP – www.nrzp.cz.



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 (14–16h po–pá)

• e-mail: poradnaov@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, městské obce Ostrava-Jih, Poruba, Moravská Ostrava a Přívoz, Vítkovice, Hrabovka, Krásné Pole, Plesná, Lhotka, Stará Bělá, Michálkovice a Radvanice a Bártovice, Nadace rozvoje zdraví, Stavební firma Procházka s.r.o., Projekční kancelář Ing. Milan Blasbalg, Zprostředkování prodeje zdravotních pomůcek Tomáš Vlk.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Vstup do zdravotnického zařízení

Co k výše uvedené fotografii říct. Je na vašem zvážení, zda naleznete odvahu a po tomto – opravdu nevím, jak tento monument nazvat – vyjedete či sjedete. Já to jednou zkusil a podruhé bych to v žádném případě neopakovával. Navíc má tento útvar klopení do stran, takže zpět je lépe jet větší rychlostí, abyste nesklouzli na uprostřed vedené schody či jinde a riskovali naražení stupaček dole do chodníku.

Text, foto: (mf)

S foťákem „bezbariérovou“ dovolenou

Nejspíše jsem problematikou bezbariérového užívání staveb deformován jak svou profesí, tak i tím, že se pohybuji na ortopedickém vozíku.

Cestou na dovolenou se totiž nekočím jen krajinou a přírodou, ale tak nějak po očku pozoruji, jak jsou provedeny nové chodníky a pochozí plochy. Správně provedené mě uklidní, špatně provedené zarmoutí...

Co mě však jistě dokáže vytočit, jsou zbytečně provedené paskvily, které zamezí přístup do jinak vcelku bezproblémově provedeného objektu. Na prvním obrázku vidíte vcelku dobrý nájezd, který vás zavede ke vstupu do místního obecního úřadu Malenovice.



Pak ale dojedete ke dveřím s cca patnácticentimetrovým stupněm. Raději to nebudu komentovat, protože objekt úřadu jeví známky nedávné rekonstrukce.



Druhý obrázek je z blízkého letiště místního aeroklubu Frýdlant nad Ostravicí. Všechny nás při návštěvě tohoto místa potěšilo, že u veřejného WC je i kabina s bezbariérovým WC.

Radost nás – pět vozíčkářů na elektrických vozících – však přešla při pohledu dolů, kde se nacházel více jak desetimetrový stupeň. Co na to říct? Snad že stavitelé neuvažují, popř. ani nechtějí uvažovat, protože jinak by k takovým situacím nemohlo docházet.

Někde to nejde, někde to ale naštěstí jde. Na Pustevnách je veřejné WC s přístupnou bezbariérovou kabinou bez překážek, navíc je čisté.

Text, foto: (mf)

Rekonstruovaný podchod

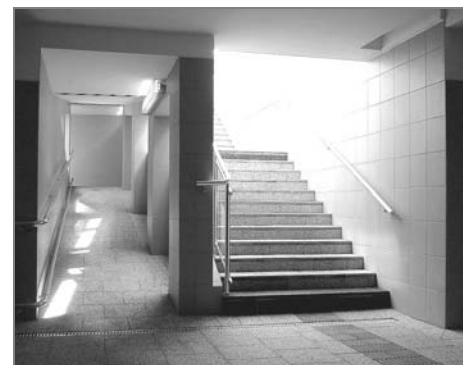


Zvláštní upozornění

Tato značka u nově rekonstruovaného podchodu u zastávek Hrabůvka kostel vyvolala u některých těžce tělesně postižených zděšení. Pokusím se zdůvodnit její účel.

Zrekonstruované nájezdové rampy překračují povolený sklon. Byly totiž zřízeny v době, kdy platily jiné předpisy.

Bohužel se vždy najde jedinec, který na to poukáže a trvá, dle mého názoru, na nesmyslné instalaci šikmých schodišťových plošin. Aby se nemusela provádět velmi finančně náročná investice mnoha šikmých schodišťových plošin tak jako v jiných podchodech, byl tento podchod označen výše uvedenou značkou.



Pohled z podchodu na východ k tramvajové zastávce

Na vysvětlenou lze konstatovat, že šikmá schodišťová plošina neřeší bezbariérové užívání staveb pro řadu vozíčkářů, chodce o berlích, seniory a rodiče s kočárky, nehledě na to, že stávající šikmé schodišťové plošiny jsou v jiných podchodech nevyužívány. I tak je však třeba provádět běžnou údržbu a opravy částí znehodnocených vandaly.



Pohled na východ z podchodu směr kostel

Za rekonstrukci podchodu patří velký dík Úřadu městského obvodu Ostrava-Jih. Všem vozíčkářům a tělesným postiženým užívání podchodu doporučuji, jen počítejte s prudšími nájezdy.

Foto, text: (mf)

Co možná nevíte

V nedávné době byl přesunut výdej a výměna označení motorového vozidla osoby zdravotně postižené do budovy, kde sídlí Magistrát města Ostravy – Oddělení dopravně správních činností, Oddělení evidence silničních vozidel – na ulici 30. dubna 635/35.

Parkovací průkaz O7 se vydává osobám, kterým byly přiznány mimořádné výhody 2. a 3. stupně (průkaz ZTP, ZTP/P) s výjimkou osob, kterým tyto výhody byly přiznány z důvodu úplné nebo praktické hluchoty.

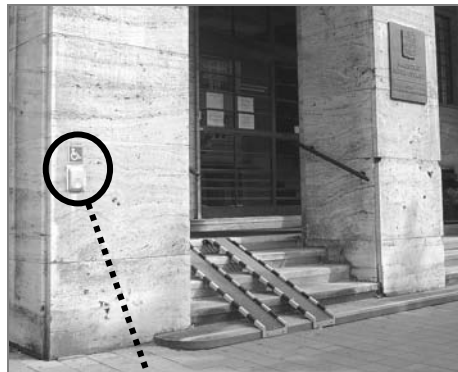
Jaké doklady je nutné mít s sebou:

- občanský průkaz,
- průkaz mimořádných výhod (ZTP, ZTP/P),
- 1 ks aktuální fotografie 35 x 45 mm,
- původní označení motorového vozidla,
- zákonný zástupce – rodný list zdravotně postiženého dítěte,
- opatrovník – listinu opatrovníka nebo rozhodnutí o ustanovení opatrovníka, zástupce – soudem schválené zastoupení členem domácnosti,
- zmocněnec za osobu, která není na základě lékařského vyjádření schopna podpisu – notářsky ověřenou plnou moc.

Žádný formulář není k výdeji nebo výměně označení motorového vozidla

k dispozici. Správní ani jiné poplatky nejsou stanoveny.

Chci vás ale upozornit na vstup do budovy: vedle schodiště u hlavního vstupu se nachází **signalizační zařízení s piktoqramem symbolu vozku**.



Hlavní vstup do budovy



Zařízení pro přivolání pomoci

Vyčkejte příchodu ostražky budovy, která zajistí vaši přepravu přes boční sjezd pro motorová vozidla zadním traktem budovy a dále výtahem do příslušného podlaží.



Vrata k bočnímu sjezdu

Je třeba si uvědomit, že budova se nachází v městské památkové zóně, takže úpravy přístupu byly realizovány dle možného stavebně-technického řešení a úřadu památkové péče. V době realizace úprav také platily jiné předpisy pro bezbariérové užívání staveb. V blízkosti objektu se nacházejí dvě vyhrazené stání pro těžce zdravotně postižené.

Jako určitý bonus vidím **přednostní odbavení těchto klientů s co nejmenší**

čekací dobou a ochotu strážní služby pomoci.

Na závěr chci upozornit na to, že **nájezdy na schodišti nejsou v žádném případě určeny pro přepravu osob na ortopedických vozících**, ale pro přepravu rodičů s kočárky, jak je vidět na výše fotografii.

Foto, text (mf)

Připravil Mirek Filipčík

Colours of Ostrava bez bariér přívětivý pro vozíčkáře

Letos jsem se opět zúčastnil hudebního festivalu Colours of Ostrava v areálu Dolní oblasti Vítkovic. Využil jsem možnosti služby BB taxi, kdy na zavolání vozily vozidla s hydraulickou plošinou zdarma držitele průkazu ZTP/P na festival (v rámci Ostravy).

Služba fungovala bez chybičky i v nočních hodinách, kdy nejezdí nízkopodlažní spoje MHD, delší čekání při odjezdu po koncertech bylo pochopitelné, protože letošní rok se festivalu zúčastnilo o 100 % víc vozíčkářů než loni – pořadatel uvádí počet 500.



Colours bez bariér 2014

Pořadatelé a majitel areálu udělali letos hodně práce, vznikla jakási asfaltová třída, takže loňská struska před hlavním pódiem se změnila ve zpevněnou plochu, kde se dalo celkem slušně pohybovat na vozíku i samostatně.

Jediné místo, kde potřeboval vozíčkář při pohybu pomoc, bylo šterkem vysypané prostranství před pokladnami. Velmi jsem ocenil možnost zapůjčit si proti vratné záloze 100 Kč klíč k bezbariérovým WC. Ta byla celkem slušně rozmístěna po celém areálu, WC pro vozíčkáře je i v koncertní síni GONG. Osobně si myslím, že takový servis pro vozíčkáře není na žádném festivalu v republice ani v Evropě, což mi potvrdili i kolegové vozíčkáři z celé republiky, které jsem na festivalu potkával. Organizátorům za to děkuji!

Tomáš Dvořák

Zajímavá věda

Prostor má zákony, které vědci ignorují



(Pokračování
z minulého čísla)

Jednorozměrný prostor (přímku) umí lidské oko vidět jedině tehdy, když je „oblečená“ do trojrozměrných atomů kreslící hmoty. Totéž platí o ploše: pokud není vyplněná trojrozměrnými atomy hmoty, nemůžeme ji vidět.

Ovšem do hry tady vstupuje i další fakt. Jak známo, přímku lze do plochy vložit libovolně mnoha směry. Jinak řečeno, co je jednorozměrné, to hladce proniká dvojrozměrným prostorem, ale naopak to udělat nelze – plocha se do přímky nikdy nevrátí. Stejný vztah pak platí i mezi dvojrozměrnou plochou a trojrozměrným tělesem. (Dvojrozměrné subjekty ve fyzice jsou energie a měří se v joulech.)

Čtyř i vícerozměrné velebudy

Teoretičtí fyzikové rádi používají příklady toho, jak my, trojrozměrní, jsme na tom oproti hypotetickým dvojrozměrným panáčkům o mnoho lépe. Tak třeba nakreslenému Rumcajsovi bychom dokázali „shora“ vygumovat jeho vklady v trezoru, aniž by on chápal, co a jak se stalo... Podobně by si s námi prý mohly zahrávat bytosti čtyř i vícerozměrné. Jenže to je jeden z velebudů teoretických vědců. Přidané rozměry nejenže subjektům nedávají více svobody, ony je naopak svazují.

Vždyť ze skutečností, které jsme si dosud uvedli, jasně vyplývá tento zákon prostoru: Subjekty s nižším počtem rozměrů mohou pronikat skrz subjekty s vyšším počtem rozměrů a ovlivňovat je – naopak to není možné. Jasným důkazem toho je i fakt, že naše trojrozměrná těla jsou smýkána silami a energiemi, ať už vlastními, nebo cizími, a doslova jsou nucena se jim přizpůsobovat. Takže kdyby existovaly subjekty s vyšším počtem rozměrů než tři, my bychom jimi dokázali libovolně pronikat a manipulovat s nimi.

Výkvět nebo plevel vědy?

Když fyzikové vycházejí z rovnic teorie relativity a chtějí je propojit s fyzikou kvant, objevuje se jim různý počet nekonečen. Nad tím se sice pozastavují, ale ne kvůli tomu, aby zjišťovali, co je v teorii nesmyslné. Oni prostě přidávají počet rozměrů do teorie, takže nekonečna se jim vykrátí. A je vymalováno: když nesouhlasí teorie s realitou, je nutno realitu přizpů-

sobit teorii... Tímto způsobem vznikl jedenácti-rozměrný vesmír v moderní teorii strun, který je však úplným žabařem proti následným teoriím, třeba i s šestadvaceti rozměry. Přitom všichni teoretičtí fyzikové a kosmologové nenesou za své práce ani špetku zodpovědnosti a pasují se do samozvaného výkvětu lidské inteligence. A přestože v realitě nemohou své teorie vůbec nijak dokázat, mnozí tito vědci (spíš domněnkáři) paradoxně upírají existenci Bohu s tím, že ho přece nikdo nevidí a vědeckými experimenty není zjištěitelný...

Nahý císař i jeho dvořané

Všechno, čeho se za posledních sto let jenom dotkla teorie relativity, skončilo v bažině záhad. Někteří fyzikové sice leckdy prohlašují, že jakákoli elektronika (a zejména GPS) funguje právě díky objevům Einsteinových a návazných teorií, jenže to není pravda. Veškeré fyzikální zákony v mikro i makrosvětě fungují doslova **navzdory** tomu, jak špatně je teoretické moderní fyziky vykládají. Za všechen příklad si můžeme uvést zrovna GPS.

Když 22. 2. 1978 vyslali Američané první navigační satelity na oběžné dráhy, jejich chyba při určování polohy narostla během dne o jedenáct kilometrů. Teoretičtí fyzikové tvrdí, že to bylo kvůli tomu, že atomové hodiny v satelitech nebyly relativisticky upraveny. Ale kde byl tenkrát jediný ze statisíců relativistů, který by dopředu řekl, jak je zapotřebí hodiny seřídit? Vždyť nikdo z nich neumí sehnat ani přesná data do hodně složitých (jakož i absurdních) Einsteinových rovnic. Proto se hodiny v satelitech GPS dolaďují jinými výpočty a empiricky.

Další fakta do mozaiky

Vše, co existuje, má vlastní čas. Je to zákon, který platí také u rozměrů, ovšem nekonečno zde drží určitou výjimku. Nemá ani jeden celistvý rozměr, zato má něco jako jeho zárodky, střípky, nebo potenciál. Rozměr nekonečna zkrátka není uspořádán v jednoznačný celek. To je důvod, proč nekonečno nelze změřit ani v jednom rozměru (nekonečně velkém, či malém).

Kromě fyziků i matematikové by si v exaktní vědě měli udělat pořádek. Například bod totiž nemá rozměr, rovnoběžky se neprotínají v nekonečno a na číselné ose nebo za desetinnou čárkou nikdy nemůže být nekonečný, nýbrž pouze libovolný počet čísel.

Příště o systému prostoru bez záhad...

Jiří Muladi

Experimentální robotický exoskeleton



HAL (Hybrid Assistive Limb – hybridní pomocný úd) pro osoby se zdravotním postižením vyvíjejí univerzitní pracovníci v japonském městě Tsukuba už dvacátým rokem. Současný model HAL-5 je schopen zvedat

a nosit předměty až pětkrát těžší, než by dokázal člověk v běžných podmínkách. To může pomoci nejen handicapovaným lidem, ale třeba i zdravotnímu personálu, záchranářům nebo pohybu zdravých osob při vyšších zátěžích.

Čech vymyslel záplaty kostí. Pro byrokraty je zločinec

Nápad Davida Salomona z brněnského výzkumného centra CEITEC otevírá cestu k šetrnější léčbě zlomenin, zánětů nebo kostí poničených rakovinou. Svůj objev, ke kterému došel v Nizozemsku, nyní testuje v Česku. Práci mu však komplikuje zdejší byrokracie. „V Česku existuje spousta průběžných kontrolních mechanismů, ale administrativa s nimi spojená je občas dost složitá a zatěžující. Všechno musíme zdůvodňovat. Na vědce se mnohdy pohlíží jako na potenciální zločince,“ říká Salomon.

V čem jsou záplaty kostí průlomové? Dosud se pacientům transplantovala vlastní kostní tkáň, což je traumatizovalo a neumožňovalo to přesně rekonstruovat původní tvar. Novým trendem je vytvoření materiálu, který de facto prolne živou tkáň. Právě o to se Salomon s kolegy z Německa, Švédska, Španělska, a dokonce i z Číny pokouší. Vytvářejí mikroskopické keramické granulky a ladí jejich přesný tvar. Prášek těchto mikrogranulek pak lékaři vloží na poškozené místo a nechají je, ať ho opraví. Větší části poškozených kostí pak mohou časem tisknout třeba na 3D tiskárnách.

Salomon přišel s nápadem, aby se do mikrogranulek udělal otvor. Připomínají tak vlastně korálky. Tento kanálek umožňuje průchod živin a bude využitelný také pro dopravování léků. Nápad vytvářet korálky není až tak převratný, jde především o to, aby vědci zvládli vyrábět granulky levně a ve velkém a aby byly dobře použitelné v praxi. Výzkumný projekt je tříletý, jeho celkový rozpočet je v přepočtu 60 milionů korun.

Připravte se na Halloween!



Halloween je anglosaský lidový svátek, který se slaví **31. října**, den před Svátkem všech svatých. Děti se oblékají do strašidelných kostýmů a chodí od domu k domu s tradičním pořekadlem „Trick or treat – Koledu, nebo vám něco provedu“ a koledují si o sladkosti (v USA je typické pomalování automobilů, dveří, zubní pasta na dveřích..).



Vozík – drak – dal tvůrci jistě zabrat. Ale výsledek je ohromující!



Flintstoneovi – vozík z doby kamenné a roztomilá rodinka

Halloween vznikl z předkřesťanského keltského svátku Samhain – obdoby našeho Nového roku. Tradičními znaky Halloweenu jsou vyřezané dýně se svíčkou uvnitř, kterým se říká jack-o'-lantern, dále čarodějky, duchové, černé kočky, košťata, oheň, příšery nebo kostlivci. Typickými barvami jsou černá a oranžová. Hitem jsou také různé žertovné kostýmy a masky.



Král na svém oři se veze se vši důstojností



Potápěč v kleci se žralokem

Alegorické vozíky: velká zábava i podíváná

Že mají vozíčkáři všude po celém světě smysl pro humor, dokládají fotografie z amerického blogu <http://blog.amsvans.com/>, který mimo jiné přináší celou řadu seriózních informací a novinek z oblasti života na vozíku.

Když jde ale o zábavu, fantazii se meze nekladou...



Králík v kouzelnickém klobouku



Správná halloweenská party se bez DJ neobejde. Zhotovení mixážního pultu nevypadá zase tak náročně

Zdroj i foto: <http://blog.amsvans.com/>

(hk)

Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



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

Teplé (podzimní) večeře pro vás nebo vaši návštěvu



Dnes jsme pro vás připravili několik levnějších, ale hlavně na přípravu jednoduchých receptů pro teplé večeře. A navrch jeden (skoro) sladký zákusek. Tipy, které dnes předkládáme, lze využít také jako pohoštění pro návštěvy.

Zapečené palačinky se špenátem

Potřebujete: špenát, anglickou slaninu, tvrdý sýr. Na palačinky: vajíčko, mouku, mléko a sůl.

Postup: Uvařte si špenát, jak jste zvyklí. Osobně upřednostňuji lehkou verzi přípravy špenátu, kdy vejce, mléko a jíšku zaměním za 2–3 měkké sýry. Pak usmažte klasické palačinky. Do zapékací misky vymazané máslem naskládejte vedle sebe zatočené palačinky plněné špenátem. Zasypte na kostky nakrájenou a osmaženou anglickou slaninou a vrstvou tvrdého sýra (lze použít i nivu). Dejte zapéct do trouby, aby sýr udělal zlatou kůrčičku.



Knedlíkové překvapení

Potřebujete: knedlík, kečup, cibuli, plátkový sýr, měkký salám či šunku (junior, dietní...), sůl, pepř, hladkou mouku, vejce a strouhanku na trojobal, párátko.

Postup: Knedlík nakrájejte na tenčí plátky, každý z jedné strany potřete kečupem. Na okečupovaný plátek knedlíku dejte plátek sýra, kolečko cibule, kolečko nebo dvě salámu, opět sýr a přiklopte druhým namazaným plátkem knedlíku. Spojte párátky a obalte v trojobalu (i dvakrát, aby sýr nevytekl do rozpáleného oleje). Smažte ve fritáku nebo v kastroli ve větším množství oleje. Je možné konzumovat s přílohou nebo jen „tak“, jídlo je dosti syté.

Místo knedlíku můžete použít plátky chleba, je nutné se ale zbavit okrajů. Zajímavá je také verze „jednohubky“, je sice trochu náročnější na přípravu, ale mohou potvrdit, že má úspěch. Použijte na kolečka nakrájené „gumové“ rohlíky (ty, které už máme chvíli doma v sáčku) a pak je vrstvíte stejně jako u knedlíků.

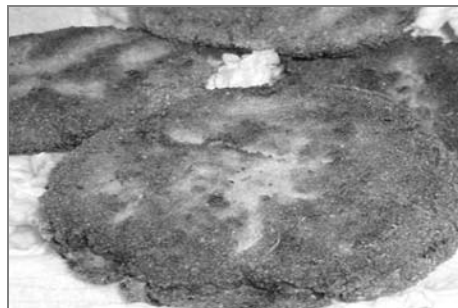


Karbanátky z tvarohu

Potřebujete: 1 tvaroh, 2 vejce, 150–200g gothaje (nebo jiné měkké uzeniny nahrubo nastrované), 2–4 stroužky česneku, 1 lžičce vegety nebo jiného koření, sůl, pepř, strouhanku a olej na smažení.

Postup: Vše mimo strouhanky smíchejte, podle hustoty těsta dosypte strouhanku, aby bylo akorát pro vykrajování lžící. Tvořte placičky, ještě trochu doobalte ve strouhance a usmažte.

Jsou skvělé s bramborovou kaší, ale i s chlebem či salátkem. Pokud vyrobíte malé placičky, pak je lze podávat jako jednohubky.



Brambory se zeleninou a masem pečené v balíčcích z alobalu

Potřebujete: 8 brambor (na 4 porce), 2 papriky, 2 cibule, 1 celý česnek, 12 žampionů, 1 klobásku, 1–2 kusy kuřecího (vepřového) masa, sýr a příp. další dobrotky podle chuti.

Postup: Vše nakrájejte na menší kous-

ky, osolte, okořeňte, omastěte olejem. Z role alobalu utrhnete 4 kusy velikosti pečicího plechu. Všechny suroviny kromě sýra rozdělte do balíčků, brambory dolů, maso nahoru. Poté připravte další kusy alobalu a balíčky zabalte i shora a přeneste na plech. Pečte na 180–200 stupňů asi 3/4 hodiny, dokud se vše nepropeče a nezměkne. Potom odkryjte horní kusy alobalu, položte plátky sýra a krátce zapéčte. Recept lze samozřejmě připravit i na celý plech. Nicméně takové samostatné porce jsou velmi oblíbené, navíc, každý z rodiny si může přidat či ubrat ingredience podle svého.



Veka podle pulců

Potřebujete: 1 veku, 200 g nastrovaného dietního (či jiného měkkého) salámu, 3 nastrované sýry primátor (gouda), 3 ušlehaná vejce a česnek podle chuti.

Postup: Vše smíchejte a vzniklou hmotu namažte na nakrájenou veku. V předehřáté troubě zapékejte 10 minut.



Plněné meruňky

Potřebujete: 4 až 8 větších meruněk (podle počtu porcí, které chcete připravit), žervé (lučinu), nivu a nastrované vlašské ořechy.

Postup: Omyté meruňky přepulte a naplňte krémem smíchaným z nivu, žervé a nastrovaných vlašských ořechů. Navrch můžete ozdobit ještě čtvrtkou vlašského ořechu. Hosté si toto pohoštění budou pochvalovat zejména spolu s vychlazeným bílým vínem...



Inspirace: chytrazena.cz, mimibazar.cz

Dobrou chuť přeje Blanka!

Ergoterapie pro zdraví i pro radost

Zapomeňte na podzimní splíny...

*Podzim si koupil malovánky, pastelky
a barvičky,
bílou míchá na beránky, hnědou barví
zajíčky.
Stromy někde natřel rudě, jinde celé
ze zlata,
vybarvené listí pouští z větví rovnou
do bláta.*

(autor neznámý)

Podzim je důležité roční období, připravuje přírodu na zimní odpočinek po té spouště práce, kterou měla s pučením a dozráváním. Podzim je také obdobím, kdy se příroda nádherně vybarvuje, jako by nám chtěla dokázat, že je to ona, kdo vymýšlí všechny barvy světa. Neváhejme a využijme toho – vyjděme do parků a lesů nasbírat tu barevnou krásu! To nejbarevnější listí můžeme využít k výzdobě bytu, chalupy nebo jakýchkoli prostor, kde nám krása udělá radost.

Ozdobte si okna a nebojte se dalších dekorací

Přemýšlím, zda se najde člověk, který nikdy nesebral ze země nebo neutřhl ze stromu list, jen tak, aby si ho prohlédl zblízka, pokochal se jeho barvou a strukturou. Řada z nás pak v hodinách výtvarné výchovy s listím různě pracovala. Možná máte stejné pocity jako já – za



málo peněz hodně muziky. Taková krása a zdarma, jen se sehnout a vybrat, co za tvary a barvy se nám líbí...

Existuje mnoho způsobů, jak si pomocí listů zkrášlit byt. Jak už jsem uvedla, dekorace z listů jsou levné, ekologické a přirozeně vypadající. Listím můžete vyzdobit stůl, u kterého obědváte, jednotlivé listy můžete zavěsit na lustr či lampičku, obalit s nimi svíčku, vytvořit

z nich ozdobný závěs a ten pak zavěsit nad krb nebo na schodiště či okenní parapet. Také je možné listím zkrášlit prostírání, vytvořit vlastní nápadité kompozice. Například kamarád Zibby z Prostějova si vyrobil **podzimní záclonu** (viz foto).

Věvec z podzimního listí na stůl či na dveře

Postup je docela jednoduchý.

Na tvrdý papír nebo karton obkreslíte podle talíře kolečko, podle menšího talíře prostředek a vystříhnete. Nasbírané a lehce prosušené listí postupně lepíte na karton, nejlépe lepidlem Herkules nebo silikonovou pistolí. Postupně přidáváte listí na sebe, pak také přilepíte podle vlastní fantazie další dekorace – kousek kůry, větvičku, šípky, mašličku ze slámy aj. Zvládnou to i malé děti...

*Inspirace: living.cz, mimibazar.cz,
Zibby*

Připravila: Blanka Falcníková



Kvíz

Vojna není kojná...



Nejprve se **omlouváme čtenářům** Vozky za špatné označení odpovědí na otázky z minulého kvízu (Vozka č. 2, str. 64). Správné označení není číselné, nýbrž písmenné: A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, K, L, M, N, O, P, Q, R, S, T. Děkujeme za pochopení.

V tomto čísle Vozky je kvíz nasměrován na aktuální dění kolem možnosti zavést opět povinnou vojenskou službu. Mluví o tom politici a nechávají si na toto téma dělat výzkumy veřejného mínění. Podle nich je této myšlence nakloněna více než polovina dotázaných. Nechme ale budoucnost budoucnosti a zamysleme se trochu nad „pověstnou“ vojenskou hantýrkou...

Co se na „vojně“ myslí, když se řekne:

1. Atombordel

- Výraz ze školení mužstva, kdy se hodnotí dopady nasazení zbraní hromadného ničení.
- Oblečení – ochrana proti zbraním hromadného ničení.
- Druh vojenské šikany, kdy si vojáci vzájemně dělají nepořádek ve věcech.



2. Atomkaše

- Druh vojenské šikany, kdy si vojáci vzájemně dělají nepořádek ve věcech a navrch vysypou potraviny.

- Součást vojenského přidělu – menáže, který je neidentifikovatelné podoby a vojáci ho vyhazují z okna, kde se rozprskne na všechny strany.
- Jídlo vojáka – hrachová kaše nebo kaše z bramborového prášku.

3. Bagr

- Lžíce vojáka.
- Zkratka – bojový asistenční geostatický radar (odolný vůči ořesům).
- Vojenské bojové vozidlo s grádem (raketometem).

4. Banány

- Povinné fasování a konzumace speciálně pro vojsko vyrobeného vitamínu B (žluté barvy a podlouhlého tvaru, ze kterého se nejprve musel sloupnout obal).
- Cvičně granáty (žluté makety), kterými vojáci nacvičovali přesnost hodů.
- Vojenské pyžamo (díky jasně žluté barvě).



5. Bidlo (točit bidlo)

- Mít službu na zvlášť nepohodlném místě v okolním terénu.
- „Druhé patro“ vojenské dvojpostele, spát nebo odpočívat na horním lůžku.
- Čištění ucpaného WC, kdy se musí latrína dlouhým drátem „prošťouchnout“.

6. Jukebox

- Druh šikany (zavřený ve skříní musí zpívat).
- Z dřívějšího politického školení mužstva – důstojník, který přednáší věci politické.
- Vojákovy oblíbené písničky nahrané na nějakém nosiči (kazeta do magnetofonu) nebo sepsané v bloku.

7. Metro

- Zákusek jako součást nedělního oběda – když nebyl moc chutný, vojáci ho vraceli tajně pod stoly ke kuchyni, kde se hromadil jako vzkaz kuchaři.
- Šikana – plazení pod postelími, mezi nimi se hlásí stanice.
- Hlídky – služba vojáka, která je zaměřená na sklepní prostory.

8. Půlitr

- Vysoké vojenské boty.
- Označení vojáků, kteří byli v polovině vojenské služby.

- Druh šikany – vojáci na opuštěném museli donést alkohol, nejčastěji půlitr alkoholu.



9. Salám

- Označení vojáka zařazeného do služby v kuchyni.
- Nezájem.
- Balíček z domova.

10. Výbrus

- Vysoké ostříhání většinou nového vojáka.
- Označení pro poddůstojníka, který se vytahoval na vojáky.
- Dotaz na to, kolik už má voják odslouženo.



11. Mít zabrzděný kýbl

- Být hloupý, nechápavý.
- Trest vojáka – nemožnost opustit kasárna.
- Při úklidu musí voják postavit kýbl do rohu místnosti, jinak ho každý může převrhnout.



Odpovědi: 1b, 2c, 3a, 4c, 5b, 6a, 7b, 8a, 9b, 10a, 11c

Připravila Blanka Falcníková
Foto: internet

Datum	Akce, místo	Pramen - str.	Pořádá, informace
OPAKUJÍCÍ SE AKCE			
úterky	Basketbal – tréninky, hala SŠED (Stř. škola elektr. a dřevozprac.), Frýdek-Místek, (je zde i bazén).	SKV FM	SKV FM, Zdeněk Šnajder, 607 531 417, zdeneksnajder@centrum.cz
úterky, čtvrtky	Florbal na mech. vozících – tréninky, hala Středního odboru učiliště pro handicap. mládež, 17. listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3 – 31; 06/4,5 – 22	Abak Pepino Ostrava, www.fbcostrava.cz, 603 362 127, Petr.Koutny@fbcostrava.cz
středy	ELIM - Klub seniorů , ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
čtvrtky	Vozíčkářské ragby , tělocvična VSZŠ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
celoročně	TJ Baník Ostrava, sportování s postižením – tréninky, soutěže: volejbal, tenis, stolní tenis, kuželky.	Vozka 11/4 – 48	Zájemci se mohou hlásit předsedovi klubu p. Kožušníkovi, 732 937 989.
čtvrtky 17–19 h.	Klub Prosaz – Klub pro těles. postiž. a přátele , Komunitní centrum sv. Prokopa, Praha 5	Vozka 10/4 – 74	Sdružení Prosaz, www.prosaz.cz
třetí čtvrtky v měsíci	Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro mladé od 15 do 35 let se zdrav. postiž., Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@prorodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
první pátek v měsíci	Integrační klub BRÁNA – setkání v klubu pro děti od 7 do 15 let se zdrav. postiž., Syllabova 19, Ostrava-Zábřeh	CRSP	Centrum pro rodinu a sociální péči, brana@prorodiny.cz, 552 301 408, 774 244 081
1×/měsíc (Paraple); víkendy (Plzeň)	Taneční workshopy pro vozíčkáře . Paraple Praha; Plzeň.	Vozka 14/2 – 4	HenrichovaM@seznam.cz, www.skvp Praha.org /tanec, www.vozejkov.cz
9–6 měs. Po–Pá: 6–8, 18–20 h. So: 9–13 h.	Bazén s bazénovým zvedákem . Areál Střední školy prof. Zd. Matějčka, Ostrava-Poruba.	Vozka 14/2 – 4	Bazén: tel. 596 909 276
JEDNORÁZOVÉ AKCE 2014			
V průběhu roku	Celoroč. akce AZP Kopřivnice	Vozka	AZP Kopřivnice, http://azp.webnode.cz
V průběhu roku	Celoroč. akce o. s. JITRO Olomouc – sdružení rodičů a přátel postiž. dětí	Vozka	JITRO, www.jitro-olomouc.cz, 585 425 781
V průběhu roku	Celoroč. akce Spolku Trend Vozíčkářů Olomouc	Vozka	Trend Vozíčkářů Olomouc, 585 431 984, 582 777 702, www.trendvozickaru.cz
V průběhu roku	Celoroč. akce a pobyty centra Dům rodin Smečno (pro děti se spinální svalovou atrofií)	Vozka	Dům rodin Smečno, www.dumrodin.cz, 312 547 075
V průběhu roku	Celoroč. sportovní aktivity Sport. klubu vozíčkářů Praha – www.skvp Praha.org	Vozka	SKV Praha, predseda@skvp Praha.org, www.skvp Praha.org
V průběhu roku	Celoroč. sportovní aktivity Sport. klubu vozíčkářů Ostrava (stolní tenis)	Vozka	SKV Ostrava, www.skvostrava.cz
4.–30. 9., každý čtvrtek 15–17 h	Výstava Nakladatelství UMÚN , Minigalerie Odolena Vo-da	Vozka 14/1 – 22	Nakladatelství UMÚN / 603 268 206
6. 10. od 18 h	Volejbal sedících – představení sportu spolu s prvním treninkem, ZŠ Na Šutce 440/28, Praha 8	Vozka 14/3 – 37	SK Kometa Praha, www.volejbalvsede.cz
13. 9.–29. 10.	Výstava Nakladatelství UMÚN – Petr Šrámek , Městské divadlo, Jablonec nad Nisou	Vozka 14/3 – 32	Nakladatelství UMÚN, www.vozka.org
10.–12. 10.	Život bez bariér – výstava . Souběž. výstava: Tepl domova a Kreativ . Výstaviště Čer. louka Ostrava		Černá louka, http://www.cerna-louka.cz/vystavistecernalouka/akce/
11. 10.	IV. Handicap Rock Fest , Ranč Šídlovák	Vozka 14/1 – 35	CK KID, www.ckkid.cz
16. 10., 14 h	Valná hromada Ostravské organizace vozíčkářů (OOV) , Dům s pečovat. službou, Horymýrova ul., Ostrava-Zábřeh	Vozka 14/3 – 4	OOV, 596 786 353
20.–26. 10.	Dramatický kurz , Třemošná u Plzně	Vozka 14/1 – 13	Dům Exodus, Třemošná u Plzně
22.–24. 10.	Non-Handicap – 18. specializovaná výstava pro zdravotně postižené; Areal Výstaviště, Praha-Holešovice	Vozka 14/2 – 17	Incheba Praha, 220 103 304, 725 733 481, http://www.incheba.cz/non-handicap
31. 10.	Halloween – anglosaský lidový svátek	Vozka 14/3 – 65	
8. 11.	Pyžamový bál , s kapelou Country Kid, sál RDS TOTEM v ulici U Jam v Plzni (v sousedství klubovny CK KID)	V 2014/1 – 35	CK KID, www.ckkid.cz
13. 12.	Mikulášský bowling , místo konání v jednání – pravděpodobně klub Ěčko v Guldenerově ulici v Plzni	V 2014/1 – 35	CK KID, www.ckkid.cz
27. 12.	Povánoční zpívání – předsilvestrovské setkání všech kamarádů, Zruč	V 2014/1 – 35	CK KID, www.ckkid.cz

Informace jsou přebírány jednorázově z uvedených zdrojů a není záruka jejich aktualizace

Pozvěte ostatní vozíčkáře na Vaše akce! Zašlete informace do Vozkova Kalendária!

Magazín VOZKA je vydáván a financován také za podpory:

- Ministerstva zdravotnictví ČR
- Statutárního města Ostravy
- Nadace OKD
- Městs. obv. Ostrava-Vítkovice a Mar. Hory a Hulváky

OSTRAVA!!!

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na webu Vozky www.vozka.org

PRODEJ

- Prodám Peugeot 308 SW 1.6, 120 km, automat, r. v. 12/2008, 51 tis. km, 1. majitel, servis.



knížka, pravidel. servis. Jako nový. Ruč. ovlád. na pravou ruku (brzda), nebo bez něj. Klima, 6 airbagů, ABS, rádio s CD, dálk. centrál. zamyk., imobiliz., zamyk. řadicí páky, el. ovlád. okna a zrcátek, 3 samostat. zad. sedadla, proskl. střecha atd. + komplet. zimní obutí. Garážován, v zimě málo jetý. Zavazadl. prostor i pro přepravu el. vozíku. Cena dohodou. Kontakt: r.folvarsky@telecom.cz, tel.: 603 491 727.

- Prodám os. vůz Ford Fusion, r. v. 2008, 27 tis. km, kompl. ruční ovládání



Quido-simplex (páčkový plyn, pák. brzda, elektron. spojka). Info: tel.: 737 540 302, 553 711 652, Opava, frasenk@centrum.cz, Skype: frasenk.

- Prodám Peugeot 406 2.0i HDi, r. v. 2002, automat, 213 tis. km. Úprava pro vozíčkáře: plyn, brzda, otoč. sedačky, odsouv. zad. dveře, jeřábek v zavazadl. prostoru. TK do r. 2015. Klima, vyhřív. zrc., el. stahov.



všech oken, radio + CD, dálk. centrál. zamyk., 4 airbagy, děl. zad. sedadla atd. Cena dohodou. Kontakt: tel.: 732 457 457.

- Prodám Peugeot 207 1.4, automat, r. v. 8/2009, 31 tis. km, 1. majitel, servisní knížka, pravidelný servis.



Klima, 6 airbagů, ABS, rádio s CD, dálk. centrál. zam., el. ovl. okna, tempomat aj. + komplet. zimní obutí. Ruč. ovlád.: vlevo na volantu (Klečka) brzda – plyn. Rozměr. zavazadl. prostor. Cena dohodou. Brno venkov. Kontakt: tel.: 607 804 175, e-mail: kellnerova.irena@gmail.com.

- Prodám el. vozík Sunrise Medical Rumba. V záruce, nejetý z důvodu těžkého onemocnění.



Š. sedu 40–46 cm, nosnost 125 kg, gel. bater., skládací, poloměr otáč. 85 cm,

max. výška překážky 10 cm, max. rychl. 6 km/h, celk. váha 75 kg, š. ve slož. stavu 39 cm, celk. délka 107 cm, hl. sedu 43 cm, výška sedu 49 cm. Pův. 65 tis. Kč, nyní za 50 tis. Kč. Kontakt: Zlín, e-mail: scekotova@seznam.cz, tel.: 577 439 709.

KOUPĚ, PŘÍP. DAROVÁNÍ

- Kdo by prosím levně prodal nebo daroval dámské inkontinenční vložky TENA, event. TENA Super. Množství předepsané lékařem je pro mne bohužel velmi nedostatečné... Děkuji za pomoc. Poštovné uhradím. SMS na 605 025 176.
- Koupím mechanický invalid. vozík o nosnosti 120 kg s šířkou sedáku 45 cm a antidekubitní podložku. Kontakt: O. Staněk, Fryčovice 22, tel. 727 935 664.

Přihláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- telefonicky: - tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h,
- e-mailem: sefredaktor@vozka.org (redakce)
- více informací: www.vozka.org

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

- Roční předplatné: minimálně 160,- Kč/rok/4 čísla. Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel.
- Číslo účtu pro platbu: 256261415/0300,
- specifický symbol: 201
- variabilní symbol: VAŠE TELEFONNÍ ČÍSLO
- zpráva pro příjemce: „VOZKA“, „Jméno a město předplatitele“
- Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

BYTY

- Mám zájem o pronájem bytu, popř. bytu v rodinném domě s bezbar. úpravou, popř. s možností této úpravy v okolí Olomouce. Kontakt: tel. 731 939 879.

RŮZNÉ

- Kdo daruje čivavu, srnku nebo jorkšira? Volejte na tel. č. 731 939 879.

VZKAZY

Tvořte s námi Vašeho Vozku. Příspěvky o životě a pro život na vozíku zasílejte na: **Pavel Plohák – vedoucí vydání:** P.Plohak@seznam.cz, tel.: 595 545 083

VOZKA

Magazín o životě a pro život na vozíku

Rady, inspirace a motivace

www.vozka.org

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů o. s., Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, ICO: 66933579 ■ Magazín Vozka, č. ú.: 256261415/0300; internet: www.vozka.org Redakce 1 – objednávký, inzercí (šéfredaktor, grafika, sazba, hospodaření, marketink): Ing. Petr Dzido (dz), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174 (10–17 h); dzidopetr@volny.cz ■ Redakce 2 – vedoucí vydání, styk s dopisovateli (redaktor, korektor): Pavel Plohák (pp), tel.: 595 545 083, P.Plohak@seznam.cz, Dolní 87, 700 30 Ostrava 30 ■ Redaktoři: Mgr. et Mgr. Blanka Falcníková (bf), Ing. Jiří Muladi (di), Hana Klusová (hk) ■ Stálí dopisovatelé: Miroslav Filipčík (mf), Josef Procházka, Michal Pospíšil, Věra Schmidová, Monika Henčlová, PhDr. Miroslav Valina, Mgr. Milan Linhart ■ Technická spolupráce: Tomáš Dvořák, Marie Báňová ■ Náklad 1 200 ks ■ Vychází 4× ročně v Ostravě ■ Cena předplatného: (minimálně) 160 Kč/rok ■ Registrace: MKŘ 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 ■ Zařazování příspěvků je výhradně na rozhodnutí redakce. Redakce si vyhrazuje právo redakčně upravit externí příspěvky. ■ Vydáno za finanční podpory: Ministerstva zdravotnictví ČR, Magistrátu města Ostrava **OSTRAVA!!!**, Nadace OKD, Městs. obvodů Ostrava-Vítkovice a Mar. Hory a Hulváky aj.

Magazín VOZKA je adresně distribuován do všech krajů ČR: lidem s těžkým tělesným handicapem (TTH) – rodičům dětí s TTH, organizacím poskytujícím služby TTH lidem; Centřům a poradnám pro TTH občany, na kontaktní pracoviště rehabilitačních ústavů, do školských zařízení pro výuku dětí a mládeže s TTH, dále veřejnosprávním institucím, zabývajícím se problematikou občanů s TTH, firmám, poskytujícím služby občanům s TTH, do hlavních knihoven ČR aj.

Ocenění redakce: Výroční cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravotně postižených, Stříbrný kamínek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodajskou a publicistickou činnost, Cena novinářů redakce zpravodaje Ostravská radnice a Centra pro komunitní plánování Moravskoslezského kraje za šíření informací o životě seniorů a zdravotně postižených.

ROHO



antidekubitní podložky a matrace

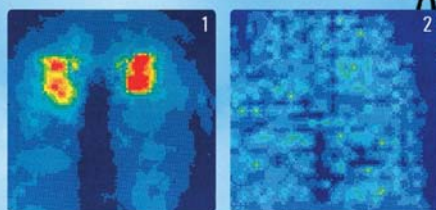
zamezují vzniku proleženin a napomáhají při jejich léčbě.

podložky do vozíků

hrazeny VZP

- 0000277

sk. 13



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

Dovází: CZ. TECH Čelákovice, a.s.

Stankovského 1200/46, 250 88 Čelákovice

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

www.roho.cz

INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL

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

INVA CAR



Elektrohydraulické zdviže
Výhradní zastoupení pro Českou
a Slovenskou republiku



výroba - montáž - export



INVACAR, 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.invacar.cz Email: info@invacar.cz

Motren

Český výrobce pohybových léčebných přístrojů **Kalpe**



Rotren Solo

Pasivní, asistované a aktivní cvičení dolních a horních končetin pro dospělé i děti od 3 let

V nabídce **16 typů profesionálních přístrojů pro pohybovou rehabilitaci končetin!**

Léčba s přístroji Motren - Rotren snižuje výskyt a intenzitu spasmů, zlepšuje pohyblivost končetin, podpoří krevní oběh včetně srdce, zvětší objem svalů a omezí další bolestivé symptomy.



Motren Duo 1

Pronájem pohybových léčebných přístrojů a motodlah od 55 Kč/den, rotopedy pro rehabilitaci od 35 Kč/den!

Záruční doba 3 roky = záruka kvality, rychlé dodání přístrojů. Nejnižší ceny na trhu! Přístroje od 7 985 Kč.

Vyzkoušejte přístroj zdarma v pohodlí Vašeho domova. Nově v nabídce přístroje speciálně pro paraplegiky!

Rehabilitační půjčovna pohybových léčebných přístrojů, motodlah a rotopedů.



Výroba, prodej, půjčovna a servis pro ČR a SR: KALPE - Ke Kapličce 193, 252 41 Dolní Břežany - Praha západ
email: kalpe@volny.cz tel: +420 241 910 688, +420 737 289 275 www.kalpe.cz Facebook a YouTube: Kalpe.reha



**Život
bez bariér.**

**Automobily
bez bariér.**



Pobočky API jsou rozmístěny po celé ČR.

Ve všech pracují vozíčkáři, kteří Vám dokáží poradit nejen s úpravou vozidla.

- ✓ **Montáž úpravy automobilu v místě bydliště.**
- ✓ **Speciální slevové akce s automobilkami.**
- ✓ **Jediní výrobci v ČR s certifikací pro celou EU.**



www.APICZ.com

API CZ, s.r.o. | Slapy 136, 391 76 Slapy u Tábora | T: +420 381 278 043 | info@apicz.com