

Sledujeme pro Vás:

Přístupnost zoo
pro vozíčkáře

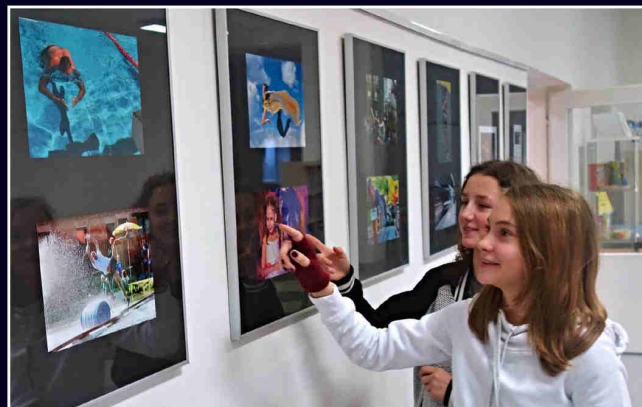
Pavel Carbol:

Aktivita je moje droga

Alessandro Capocchetti:

Zachycuji krásu každé osoby, kterou fotím

VOZKA ZOOM 2018



Fotosoutěž o 5 000 Kč

Loňské fotosoutěže **VOZKA ZOOM** s podtitulem **Život v pohybu** se úspěšně zúčastnilo 13 autorů, kteří do naší redakce zaslali celkem 58 fotografií. Deset nejlepších jsme pak vybrali na putovní výstavu. Ta začala vernisáží na Krajském úřadu Moravskoslezského kraje, poté ji viděli návštěvníci olomouckého Centra aplikovaných pohybových aktivit a celý únor byla k dispozici čtenářům v knihovně v Ostravě-Vítkovicích, odkud nyní poputuje do různých koutů naší vlasti.

Tyto fotografie si můžete pochopitelně prohlédnout i na webových stránkách www.vozka.org.

Zároveň zahajujeme třetí ročník fotosoutěže **VOZKA ZOOM 2018** s podtitulem **Momenty života**, opět ve spolupráci s Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci, konkrétně s jejím Centrem aplikovaných pohybových aktivit.

Pravidla fotosoutěže a podmínky účasti

1) Soutěžící mohou zasílat do každé kategorie maximálně pět snímků na e-mailovou adresu: sefredaktor@vozka.org.

Všechny fotografie splňující pravidla soutěže budou zveřejněny na webových stránkách magazínu VOZKA: www.vozka.org.

Uzávěrka soutěže je 31. srpna 2018. Snímky vyhodnotí odborná porota a **vítěz získá 5 000 korun**.

2) Zaslané fotografie přijímáme v digitálních formátech jpeg nebo tiff, v rozlišení minimálně 300 DPI, do maximálního formátu A4.

Snímky musejí být označeny: „Fotosoutěž VOZKA ZOOM 2018 – Momenty života“. Dále musí obsahovat jméno, příjmení a datum narození autora. Fotografie musí vyhovovat etickým normám a zákonům České republiky.

Soutěžící zodpovídají za to, že k fotografiím mají jasná autorská práva a že mají řádně vypořádána práva třetích osob, tedy osob zobrazených.

3) Organizátorem soutěže je redakce magazínu VOZKA. Veškeré zaslané fotografie se po skončení soutěže stávají majetkem organizátora, který si vyhrazuje právo snímky využívat a prezentovat s uvedením autora. Organizátor si rovněž vyhrazuje právo změnit pravidla soutěže.

© Copyright 2018 | Všechna práva vyhrazena



Fakulta
tělesné kultury
Univerzita Palackého
v Olomouci



Katedra aplikovaných pohybových aktivit FTK UP v Olomouci

Rádi fotografujete? Máte snímky v „šuplíku“? Zašlete je do fotosoutěže VOZKA ZOOM 2018 a pochlubte se nejen svým známým!



Letem světem

Moderní léčba pomáhá těžce nemocným

Coby revmatické choroby obecně označujeme stavy spojené s bolestí kloubů a svalů, k nimž se řadí ještě některá postižení kůže a pojivové tkáně. V revmatologii došlo v nedávné době k ohromnému posunu v léčebných možnostech. Rok 2017 byl výjimečný vysokým množstvím nově schválených léčiv. Počátkem třetího tisíciletí se první biologické přípravky dostaly k nemocným a změnily reálný dopad těchto onemocnění na pacienty. Jde o léčbu revmatoidní artritidy, Bechtěrevovy choroby či psoriatické artritidy. Autoimunitní revmatické choroby mohou postihnout i mladého člověka a během několika let způsobit invaliditu. A naštěstí právě nejhůře postiženým revmatikům pomohly moderní biologické léky nejvíce.

Na Matýska vyšlápli přes milion

Poslední květnovou sobotu se konal už šestý ročník charitativního výstupu na Sněžku. Letos se šlo pro malého Matýska a výstup trhnul hned několik rekordů – počtem účastníků (přes 2 000), prodaných benefičních triček (3 200) i celkovou vybranou sumou. Na Matýska a další handicapované děti se akcí Nadačního fondu KlaPeTo podařilo vybrat neuvěřitelných 1 105 000 korun.

Pomozte kampani Prožít stáří důstojně

Pro nemocného nebo unaveného člověka je nejdůležitější odpočinek v pohodlné posteli. Nejcitelněji to vnímají senioři, dlouhodobě nemocní lidé upoutaní na lůžko. Cílem kampaně *Prožít stáří důstojně* je zajistit finance na obnovu polohovacích postelí v domovech pro seniory Charity Ostrava. Cena kvalitní polohovací postele s matrací je 25 000 Kč a obnovu by potřebovalo celkem 30 postelí s matracemi. Svoji případnou pomoc můžete nejsnadněji uskutečnit využitím dárcovského portálu Darujme.cz. Podporu je možné poskytnout také na konto povolené veřejné sbírky Charity Ostrava, číslo účtu 17000277/0100. Více v článku na str. 5.

Benefiční Koncert pro IMPULS

Na 13. ročníku benefičního Koncertu pro IMPULS v pražském kostele Sacre Coeur zazněla Schumannova a Dvořákova klavírní kvinteta v podání předních českých hudebníků – violistky Kristiny Fialové, houslistů Evy a Radima Krestových, violoncellisty Petra Nouzovského a klavíristy Martina Kasíka. Svým umem tak podpořili pacienty s roztroušenou sklerózou. Celý výtěžek koncertu 395 980 Kč poputuje na zajištění psychoterapeutické péče pacientů. Bližší informace o koncertu a Nadačním fondu IMPULS najdete na www.nfimpuls.cz.

Ministerstvo zdravotnictví spustilo portál patientských organizací

Jeho součástí je mj. databáze patientských organizací, která poslouží pacientům a jejich blízkým či pečujícím osobám. Ministerstvo zde zveřejňuje i aktuální informace o Pacientské radě, jejímž prostřednictvím jsou pacienti zapojováni do tvorby zdravotnických politik. Do budoucna by portál měl sloužit i k dalšímu vzdělávání patientských organizací. Budou tady vzdělávací materiály, e-learningové moduly, webináře, záznamy ze seminářů a další nástroje, které mohou patientské organizace využít pro svůj další rozvoj. Informace budou dostupné i lidem se zrakovým postižením využívající asistivní technologie. V plánu je jejich přeložení do českého znakového jazyka. Stránky nového portálu najdete na <https://patientskeorganizace.mzcr.cz>.

Víte, co je SunBall?



SunBall je interaktivní rehabilitační zařízení vyvinuté pro fyzioterapii a ergoterapii využívající vizuální zpětné vazby. Nabízí zábavný způsob terapie, při níž dochází ke zlepšení celkové stability trupu, koordinace cílených a zautomatizovaných pohybů i rozvoje svalové síly. Žádaný pohybový projev je řešením herního úkolu, systém tedy zároveň využívá a propojuje pohybové, psychické a kognitivní funkce. SunBall najde své uplatnění u paraplegiků i tetraplegiků.

(bf)

Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ	3–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY	8–16
VZDĚLÁVÁNÍ.....	17–20
ZDRAVOTECHNIKA	21–25
ZDRAVOTNICTVÍ	29
KULTURA	30–37
SPORT	38–45
DOPRAVA	46–47
CESTOVÁNÍ, POBYTY	48–55
PORADNA	56–61
LIDÉ, VZTAHY	62–69
HISTORIE	70
VOLNÝ ČAS	70–73
ČTENÁŘSKÁ INZERCE, TIRÁŽ	74

EKOCESTRUM ČAPÍ HNÍZDO	12
NOVINKY VE ZDRAVOTECHNICE ..	22
ZOO A VOZÍČKÁŘI	50
ROZHOVORY	8, 32, 34, 62
HUMOR	61, 67, 69

Přílohy

- PŘIHLÁŠKA DO SOUTĚŽE REKORDY HANDICAPOVANÝCH HRDINŮ 2018 (leták)

Víte, že...

... vývoj léků v neurologii je extrémně rizikový? Zkoumá se přes tisíc léčiv, projde jich ale jen zlomek...

■ Neurologických onemocnění v populaci přibývá – a jsou tak logickým terčem zájmu farmaceutického průmyslu. Bohužel jde ale také o oblast velmi rizikovou, kde velká část klinických studií skončí nezdarem. Třeba u roztroušené sklerózy je dnes arzenál léků podstatně pestřejší, než byl někdy před dvěma desítkami let. Díky tomu mohou pacienti, kteří se včas dostanou do péče odborníků, v naprosté většině žít kvalitní život.

■ Roztroušená skleróza: účinnější léky = větší rizika: Po době temna, což bylo do 90. let, přišly první biologické léky a pak v rychlém sledu monoklonální protilátky, což je hit současné medicíny, první orální preparáty a další monoklonální protilátky. V současnosti se očekává, že se na trh v Česku dostanou další dva zajímavé preparáty, ocrelizumab a cladribine.

■ Staré preparáty (interferon beta, glatiramer acetát) přitom stabilizují kolem 30 procent pacientů, středně účinné léky kolem 50 procent pacientů a neúčinnější přípravky 60 až 70 procent pacientů.

Editorial

VOZKA slaví dvacetiny



Když na začátku března 1998 vychází první číslo VOZKY – jako šestistránkový dvouměsíční informační zpravodaj pro ostravské vozíčkáře v nákladu 400 kusů – nikdo z Ostravské organizace vozíčkářů ani tehdejších čtenářů nepředpokládal, že se z něj stane sedmdesátistránkový čtvrtletník, který bude rozeslán do celé republiky. A jak „šel čas“, jeho zakladatel Petr Dzido pracuje na zpestřování a rozšiřování obsahu až do roku „velkých změn“ – 2005. Číslo 1 vychází poprvé s barevnou obálkou, cena tisku se tím rapidně zvyšuje, přichází první redaktorka Veronika Maschková. Spolupracuje s VOZKOU do konce roku, pak odchází studovat do Prahy... Na třetím čísle spolupracuje nová redaktorka – Hana Klusová a od čísla 5 se redakce rozšířila o další dva redaktory – Pavla Ploháka a Jiřího Muladiho. V roce 2008 se novým vedoucím vydání stává Pavel Plohák, který tím přebírá značnou část prací šéfredaktora. Novou posilou je Blanka Falcníková, redakce tak má nyní pět členů. V roce 2012 spouští VOZKA svou webovou stránku. Společná práce všechny baví...



A je tomu tak dodnes. To už má redakce pouze tři členy, šéfredaktorem a vedoucím projektu je od roku 2015 Pavel Plohák, velkou oporou je stále Petr Dzido, stejně jako třetí do party Blanka Falcníková. VOZKA vychází od konce roku 2017 (č. 4) celobarevně v nákladu 1 100 kusů. Čtenost magazínu je něco okolo 4 000, webové stránky mají aktuálně přes 11 000 unikátních návštěv měsíčně. A k tomu facebookové stránky...

„Nikdy jsme nedělali nějaké velké plány dopředu a všechna rozhodnutí byla záležitostí celé redakce. Vše nějak plyne samo, akorát dáváme větší prostor našim externím redaktorům, jejichž příspěvky ‚ze života‘ mají čtenáři nejraději. Píší v naději, že sdílení radostí i peripetií obyčejného dne přispěje k uvolnění čtenářů od všech těch věčných otázek po smyslu života, života s postižením a ‚příčin‘ všeho, co se jim v životě děje,“ říká šéfredaktor Pavel Plohák.

**Děkujeme Vám, naši věrní čtenáři,
za stálou přízeň!**

Redakce

CZEPA vybrala do programu peer mentoringu 14 uchazečů

Česká asociace paraplegiků – CZEPA připravuje start projektu „Peer mentoring – aktivizační program pro vozíčkáře s poraněním míchy a jejich pečující“. Zkušení vozíčkáři s poškozením míchy budou poskytovat pomoc a poradenství novým klientům se spinálním poškozením, jejich rodinám a blízkým. Asociace vybrala 14 vozíčkářů (mužů i žen) do vzdělávací části projektu. Vzdělávání proběhne v období duben–září 2018. Vozíčkáři vybraní na pozice peer mentorů začnou s novými vozíčkáři pracovat od září 2018.

V průběhu ledna probíhalo výběrové řízení na pozici budoucích peer mentorů. Z přihlášených 33 vozíčkářů z celé republiky bylo vybráno sedm žen a sedm mužů. Výběr byl těžký, všichni uchazeči byli velmi kvalitní. Kapacita projektu asociaci nedovolila přijmout do programu více jak 14 z nich. Všechny vybrané čeká důkladné proškolení rozdělené do pěti týdenních bloků po 40 hodinách se zaměřením na sebezkušenostní výcvik, psychologii – komunikaci, spinální problematiku a sociálně právní oblast. První blok školení proběhl už v druhé polovině dubna.

Co je peer mentoring?

Peer mentoring funguje na principu sdílení vlastních zkušeností. Mentorem je vozíčkář, který je delší dobu po poškození míchy a je na postižení dobře adaptován. Pomáhá jako průvodce v nové životní si-

tuaci vozíčkáři, který je krátce po vzniku zdravotního postižení. Peer mentor a nový vozíčkář by měli být stejného pohlaví, podobného věku a odpovídající diagnózy (para/tetraplegie). Bude pracovat také s rodinnými příslušníky a blízkými nových vozíčkářů.

Peři budou spolupracovat s odbornými guaranty (sociální pracovník, psycholog, spinální specialista), kteří jim budou kdykoli k dispozici ke konzultaci. Odborní guaranti mohou také přebírat klienty, poskytovat odborné konzultace přímo jim (např. při výběru kompenzačních pomůcek, bezbariérových úpravách, při potřebě psychologické pomoci v případě složitějších sociálně právních problémů). Peer mentoři budou vedeni koordinátorem, který jim bude poskytovat stálou podporu. Budou absolvovat supervize.

Od září pak mentoři začnou pracovat s novými vozíčkáři. Vyhledávat je budou hlavně na spinálních a spinálně rehabilitačních jednotkách. Jedná se o pilotní realizaci projektu, tuto službu u nás spinálními pacientům zatím nikdo neposkytoval. Projekt podpořil Evropský sociální fond ČR, Operační program Zaměstnanost.

Zdroj a foto: CZEPA
(red)



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Pomozte Prožít stáří důstojně a podpořte Charitu Ostrava



Pro nemocného nebo unaveného člověka je nejdůležitější odpočinek v pohodlné posteli. Nejcitelněji to vnímají seniři, dlouhodobě nemocní lidé a lidé upoutaní na lůžko. Cílem kampaně *Prožít stáří důstojně* je zajistit finance na obnovu polohovacích postelí v domovech pro seniory Charity Ostrava.

Charita Ostrava se dlouhodobě zaměřuje na zkvalitňování podmínek poskytovaných služeb, a proto hledáme možnosti, jak obnovit již nevyhovující postele v našich domovech pro částečně a plně imobilní seniory. Rádi bychom zajistili důstojné prožívání stáří pro uživatele pobytových sociálních služeb Charitní dům

sv. Alžběty (zařízení pro přechodný pobyt seniorů) a Charitní dům sv. Václava (domov pokojného stáří).

Polohovací postele

Jednou z podmínek kvalitní péče je možnost využití elektrické polohovací postele, výškově stavitelné s antidekubitní matrací, která zajistí pohodlí, komfort a péči potřebnou pro uživatele služeb s ohledem na jejich zdravotní stav.

Cena kvalitní polohovací postele s matrací je 25 000 Kč. Obnovit bychom potřebovali v rámci obou domovů pro seniory celkem 30 postelí s matracemi. Proto budeme rádi, když nám pomůžete. Svoji případnou pomoc můžete nejnaději uskutečnit využitím dárcovského portálu Darujme.cz. Podporu je možné poskytnout také na konto povolené veřejné sbírky Charity Ostrava, číslo účtu: 17000277/0100 a uvedením poznámky „Prožít stáří důstojně“.

K vami poskytnuté podpoře vám v případě zájmu vystavíme Potvrzení o přijetí bezúplatného plnění (daru) nebo s vámi uzavřeme darovací smlouvu. Celou výši bezúplatného plnění je možné odečíst od vašeho daňového základu a snížit tak daň z příjmu. **DALŠÍ INFORMACE: Martina Krhutová, telefon: 739 323 933, martina.krhutova@charita.cz.**



Pohled do pokoje s polohovací postelí v Charitním domě sv. Václava

Kronika

Palec nahoru i dolů

Chce pro vozíčkáře více svobody



Zdroj: lajk.iprima.cz



Ortopedické vozíky vypadají už několik dekád téměř stejně. Přitom většina technologií se od té doby dramaticky zlepšila. Novozélandská firma Ogo se s tím rozhodla něco udělat. Její zakladatel Kevin Halsall vynalezl nový typ elektrického vozíčku, který dá lidem s postižením více svobody. K jeho ovládání není zapotřebí rukou, směr jízdy určíte podle naklánění se na sedačce. K tomu postačí břišní svaly, což lékařům také udělalo radost. A po výměně kol je možné ve vozíku jet i v náročném terénu, třeba v písku.

Mezi hosty se pohybuje na vozíku

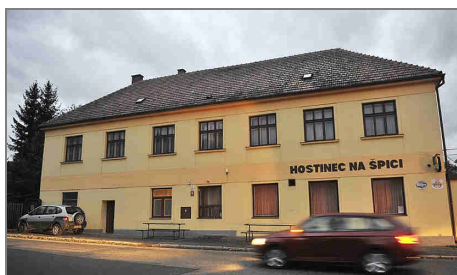


Foto: idnes.cz



Hospodu ve Strážku na Žďársku provozuje paní Bohumila Vonešová – hostinská na vozíčku. Štamgasti do jejího podniku chodí rádi. Bohumila je bývalá zaměstnankyně Jednoty Velké Meziříčí. V pohostinství od 70. let minulého století pracovala, v 90. letech si pak restauraci pronajala a kolem roku 2000 celou nemovitost odkoupila. Ve svém životě už přišla o mnohé. Před pár lety i o nohu a nyní se na vozíku hbitě proplétá mezi stoly a komunikuje s místními štamgasty.

„Nemohla bych bez téhle práce být. A taky: chlapi jsou na mě zvyklí a já na ně. Je s nimi dobrá spolupráce,“ usmívá se hostinská. „V létě prodávám nejvíce

tady z výdejního okýnka. Lidi sedí venku u stolu, a když je hodně prázdných sklenic, vždycky někdo vstane a přinese mi je sem,“ vysvětluje.

Invalida se tahal s metrákovým vozítkem



Stokilový vozík tahal několik let do schodů ke svému bytu Angličan Gwynfor Jones. Přestože by na invalidní podpoře a tvrdil, že nedokáže vyjít tři schody nebo ujit třicet metrů bez hole, měl smůlu – vyfotili ho. O dávky v hodnotě 50 000 korun měsíčně přišel. Jones přestal pracovat v roce 2009 po zranění kolena. Bývalý řidič nákladáku tvrdí, že si prošel různými zdravotními problémy, které mu znemožňují mít normální zaměstnání, včetně šesti infarktů a jedné mrtvice. Není to jediný případ, kdy došlo ke zneužití dávek, v Británii se takhle ročně utratí 1,2 miliardy liber.

Charitativní závod vyhrál švédský vozíčkář



Foto: Red Bull Media House



Už popáté se běžec profesionałové, amatéři i sportovci s postižením vydali na trať globálního charitativního závodu Wings for Life World Run. Více než 100 000 registrovaných běžců uběhlo přes 930 000 kilometrů. Svým výkonem ohromil svět zejména švédský vozíčkář Aron Anderson, který překonal největší vzdálenost ze všech letošních účastníků. Od Austrálie po Kolumbii, od Velké Británie po Kazachstán. V letošním ročníku ojedinělé akce se vybraly více než tři miliony eur.

Aron Anderson se na svém vozíku dostal na metu neuvěřitelných 89,85 kilometrů. „Byl jsem hrozně unavený, ale snažil jsem se do toho jít až na doraz. Říkal jsem si, že se tím možná vybere ještě o kousek větší množství peněz a dokážeme ještě

o trochu víc. Všechno mě bolí, ale pocit mám skvělý!“ svěřil se po doběhu dojatý Anderson.

Do sousedního Německa se vydal i jeden z českých ambasadorů závodu Zbyněk Sýkora. „Tím, že tam bylo víc než deset tisíc lidí, tak to bylo opravdu velké. Po celý závod panovala úžasná atmosféra,“ říká Sýkora. „Olympijský stadion v Mnichově je obrovský a stejně byl plný lidí. Trasa byla navíc perfektně připravená pro vozík. Žádné kostky, štěrk nebo tramvajové koleje, jen pěkný asfalt. Do toho se parádně vydařilo počasí, takže vyšlo vlastně všechno,“ vychutnával si svůj druhý ročník Zbyněk.

Výtěžek celé akce putuje na konto organizace specializující se na výzkum léčby poranění míchy.

Odstupte, volají paralympijští šampioni. Výzvu podepsaly desítky handicapovaných sportovců



Odchod šéfa Českého paralympijského výboru (ČPV) Ondřeje Sejpy a také výkonné předsedkyně Aleny Erlebachové. Nic menšího nežádají desítky bývalých i aktivních sportovců s postižením, kteří se rozhodli podepsat otevřený dopis, jímž vyzývají Výkonné grémium ČPV k jejich odvolání. Viní je přitom z údajného neřešení dlouhodobých problémů českého paralympijského sportu.

„Paralympijský, deaflympijský sport se v České republice nachází ve stavu vážné krize!“ píše se v dopise, který zveřejnili jeho autoři na Facebooku. „Je bez koncepce, bez systému, bez metodiky, bez marketingu a jen s minimálními finančními prostředky...“

Výzvu k odvolání obou vrcholných funkcionářů podepsalo už více než čtyřicet sportovců včetně paralympijských medailistů, mistrů světa i Evropy, ale i trenérů a začínajících reprezentantů. Mezi signatáři nechybí například zlatý medailista z paralympijských her v Pekingu David Drahonínský, šestinásobný paralympijský šampion Jiří Ježek nebo aktuální mistr světa a pětinasobný paralympijský medailista Jan Povýšil.

„Má to obrovskou váhu, že tam jsou velká jména. Ovšem největší váhu má to, že se poprvé většina reprezentantů ozvala jednotně. Kritika od jednotlivců tu byla již delší dobu a nyní se rozhodli sjednotit se. Hlavním problémem ČPV je nekonceptnost. Není zde žádná vize do budoucna, nefunguje nábor nových talentů, propagace sportovních akcí a sportovců s handicapem je minimální. Výbor prostě nefunguje jako moderní organizace,“ sdělil Aktuálně.cz Jan Povýšil.

Napsali jste nám



Cestování osob se zdravotním postižením po roce sledování

Vážené čtenáři a redakce, když jsem téměř před rokem psal ohledně cestování osob se zdravotním postižením (OZP) převážně po železnici, neměl jsem ani tušení, jakého pokroku se během roku 2017 dosáhne. Takže začnu prvně dopravou železniční...

Pravda, velmi často jsem využíval na koridoru Ostrava–Praha přepravce Leo Express (LE) pro komfort a jednoduchou rezervaci přepravy pro vozíčkáře. Jenže tento přepravce přestal pro mě být svým způsobem prioritní, protože jízdní rády mi jednoduše nesedí na přípoje domů. Tak jsem začal hledat náhradu. A našel. Do Prahy mám jasno, z Prahy do Opavy také. Možná nemusím psát, že se jedná o vlaky IC 513 a 514 Opava. Je pravdou, že jsem tento vlak nemohl využívat až do Opavy, protože mě zvedací plošina ve vagónu Bbdgme236 nebyla schopná vyložit, natož naložit. Asi není určená pro uživatele elektrických vozíků. Nosnost těchto zvedacích plošin je 300 kg, což je sice skvělé, ale je nepřipustné, aby i přes tuto nosnost byla často poruchová. Ve vlaku IC Opava jsem tuto plošinu mohl plně využít jen jedenkrát!!! Zní to nepochopitelně, ale je to fakt. Na poslední cestě, kterou jsem v roce 2017 absolvoval do Prahy jsme jeli dva vozíčkáři – já na elektrickém vozíku a pan Mgr. Langer z Olomouce na mechanickém vozíku. Jeho plošina vyložila, ale mě – bohužel – ne. Přitom vážím i s vozíkem cca 200 kg. Je to určitě velký problém, nad kterým by se měly České dráhy (ČD) zamyslet.

Stejný problém je i u souprav City Elefanty. Zde je zvedací plošina jen na nosnost 250 kg. A co když bude chtít cestovat tímto vlakem uživatel elektrického vozíku, který váží i s vozíkem trochu více? Prostě směla, i když má přepravu objednanou. Návrh by byl, ale zda na to ČD přistoupí, toť otázka. Stačí mít ve výbavě skládací nájezd jako má flotila Leo Express. Jak jednoduché, že?

Ale nebudu jen kritický, musím i pochválit. Například jsem také cestoval z Pardubic do Hradce Králové. Tam jezdí souprava RegioPanter, který má jednoduchou skládací rampu a dost místa pro vozík. Ale také tolik vozíčkáři kritizované SC Pendolino udělalo pokroky: více místa pro vozík s možností přesednutí na klasické sedadlo. Z vlastní zkušenosti mohu říct, že je to hned příjemnější cestování. Jen ta

rezervace místa, to by mohly ČD ještě zlepšit. V dnešní době je právě in online rezervace a poté třeba i potvrzení přepravy cestujícím 24 hodin před plánovanou cestou (LE).

Než uzavřu část „železniční“, chtěl bych jen informovat o tom, že vlakové nádraží Opava východ už konečně vlastní mobilní plošinu.

V další části bych vám rád napsal něco o přepravních společnostech provozujících autobusovou dopravu v regionech Opavska a Ostravska. Nikomu asi nemusím představovat společnost TQM - holding s.r.o. Opava a Arriva Morava z Ostravy. Přestože obě společnosti zajišťují osobní přepravu a vlastní nízkopodlažní vozy, jsou přece jen rozdílné – v ochotě k jednání. Zatímco přepravní společnost TQM komunikuje, odpovídá na korespondenci a jedná, u společnosti Arriva Morava je to pravý opak. Nejedná. Když se vrátím do přelomu roků 2016 a 2017, podařilo se vyjednat se společností lepší podmínky pro cestování vozíčkářů hlavně na trase Opava–Hrabyně RÚ a dál. V roce 2017 se podařilo vyjednat navýšení spojů na lince 900271 Opava–Hrabyně–Ostrava, Svinov (vlak. nádraží), dále se podařilo navýšit další spoje garantující přepravu imobilních cestujících, a to díky navýšení počtů nových autobusů Iveco Crosway, nízkopodlažních vozů, které doplňují starší vozy značky SOR.



Nájezd do bus Iveco Crosway společnosti TQM

O dalších linkách se dál nebudu rozepisovat, protože je jich opravdu hodně, jen to, že změny dostala i linka 900263 mám připravenou žádost o navýšení spojů garantujících přepravu na linkách pro směr Opava–Vítkov. Ale abych opět nebyl příliš kritický, musím napsat, že i jednání se společností Arriva Morava má své první vlaštovky: po urgenci na KÚ MSK, odboru dopravy, mi došla domů odpověď, ve které se píše (cituji):

„Dalším Vaším požadavkem bylo navýšení počtu garantovaných spojů s bezbariérově přístupným vozidlem v jízdním řádu linky 910286 využívanou vozíčkáři a také dalšími cestujícími s omezenou schopností pohybu. Po důkladném prověření všech možností a projednání uvedeného se společností KODIS a dopravcem ARRIVA MORAVA a.s. provozujícím předmětnou linku, bude na uvedené lince nově zavedeno osm garantovaných bezbariérových spojů, které budou v jízdním řádu linky 910286 označeny symbolem vozíčku, který označuje spoj s bezbariérově přístupným vozidlem, konkrétně se jedná o spoje 1, 13, 21, 49, 6, 10, 32 a 56. Tato změna jízdního řádu bude provedena k nejbližšímu termínu celostátních změn jízdních řádů veřejné linkové osobní dopravy vyhlášených ministerstvem dopravy, a to k 10. 12. 2017.“

Takže milí čtenáři vidíte rozdíly, kdo komunikuje a komu se někdy nechce. Ale za sebe jsem moc rád, že se konečně něco hnulo a že i společnost Arriva Morava udělala něco pro cestování imobilních cestujících směrem na Ostravu. Pevně věřím, že další jednání budou a že díky novým nízkopodlažním vozidlům budou přibývat na linkách spoje, které budou více a bez problémů přepravovat imobilní cestující. Samozřejmě je to svým způsobem i výzva pro vás čtenáře VOZKY, aby i vy jste vyvinuli iniciativu a ve svém regionu si zajistili taktéž bezproblémovou přepravu.

No a závěrem bych se rád vrátil ještě jednou na železnici a také k přepravci RegioJet a jeho klamavé reklamě v přepravě imobilních cestujících. RegioJet přepravuje vozíčkáře, kteří mají vozík do max. hmotnosti 300 kg a šíře 60 cm. Ale když běžela během roku 2017 reklama, kdy do vagónu nakládali paní se skútem pro invalidy, společnost si asi neuvědomila, že se nejedná o ortopedický vozík. Šíře takového skútru se nedá s šedesáticentimetrovým vozíkem vůbec srovnat. Přijde mi to docela zvláštní...

A jelikož společnost RegioJet posílá jeden spoj do Prahy přes Opavu a jeden zpět přes Opavu do Ostravy, budu se snažit zjistit více a třeba i za cenu rezervace přepravy do Prahy...

Váš Pavel Carbol

A jaké zkušenosti s životem na vozíku máte Vy? Napište nám do VOZKY na sefredaktor@vozka.org

Havířov má první republikové Centrum pro rodinné pečující

Primátorka Jana Feberová: Řada věcí se dá zvládnout slušností a vstřícností

Před pětáctyřiceti lety, v září 1973, mohli lidé v Havířově vidět výstavu květin, které se zúčastnily různé zahradnické podniky a spolky z celé republiky. Její součástí byla přehlídka zahradnických dovedností nebo akce Havířov v květech. Pamětníci vzpomínají na květinové korzo v podobě 17 alegorických vozů vyzdobených zahradníky a aranžéry z Prahy, Bratislavy a Havířova. Součástí průvodu byly tři hornické dechovky, taneční vystoupení folklórní skupiny závodního klubu Dolu Hlubina, selská svatba v kočárech a několik tanečních skupin. Konec průvodu tvořila pánská jízda na koních...

„Tuto tradici se nám podařilo udržet dodnes,“ říká Jana Feberová, primátorka města Havířova. „A protože letos také slavíme sté výročí založení Československé republiky, účastníci průvodu a akce Havířov v květech 2018 v polovině června byli v dobových kostýmech. Samozřejmostí byl bohatý doprovodný program až do večerních hodin, ohňostroj i floristické soutěže: dvacet květinových soch na téma Století české pohádky. A za zmínku určitě stojí, že tady rovněž vystoupil Ondřej Havelka s jeho Melody Makers, vokální kvarteto 4TET, Markéta Konvičková s kapelou, Rock&Roll Band Marcela Woodmana a také legendární skotská rocková skupina Nazareth.“



Tato kytice je od srdce a primátorka Jana Feberová ji dostala jako poděkování od jedné občanky Havířova

• **Celá akce Havířov v květech – České století se vám podle ohlasu zúčastněných velmi povedla. Ale teď už se zeptáme na to, jak se v Havířově daří investicím pro občany?**

Nerada bych, aby to vyznělo jako vychloubání, ale myslím, že se nám povedlo

ve spolupráci s koaličními partnery udělat pro občany docela dost. K těm větším akcím patří například rozšíření hřbitova včetně smuteční obřadní síně a podjezd vedle nádražní budovy. Dále pokračujeme v cyklostezkách na Těrlickou přehradu a uhradíme projektovou dokumentaci



Nové Centrum pro rodinné pečující

v rámci Mikroregionu Žermanické a Těrlické přehrady na cyklostezku až na Žermanickou přehradu. Opravujeme chodníky a řešíme parkovací místa, což je velký problém, protože když se stavěl Havířov, nikdo nepočítal s tím, že rodina bude mít třeba dvě auta. Dále chceme vybudovat v příštím roce mezibloková hřiště a na ulici Lázeňské vyroste areál volnočasových aktivit, kde nezapomínáme ani na naše seniory a lidi s postižením. Postavíme Domov pro osoby se zvláštním režimem, opravujeme základní školy, což jsou položky v řádech desítek milionů korun.

• Kapacity domovů pro seniory jsou nedostatečné a rodinní příslušníci většinou zpočátku netuší, co péče o seniory v domácím prostředí obnáší. Od letošního dubna ale v Havířově zahájilo činnost Centrum pro rodinné pečující. Můžete k němu říci pár slov?

Jsem moc ráda, že se toto centrum podařilo na začátku dubna otevřít. Přestože je Havířov nejmladším městem České republiky, mladí lidé, kteří sem v roce 1955 přišli, postupem času zestárlí a nyní – stejně jako jiná města a obce – řešíme problém s místem v pobytových zařízeních pro seniory. Lidé, kteří se o své blízké starají sami v domácím prostředí, si zaslouží pomoc a podporu. Sociální služby města Havířova fungují skvěle a věřím, že nové centrum, které sídlí na Moskevské ulici, je v dobrých rukou.

Projekt reaguje na situaci mnohých rodin, které se často v současném modelu služeb obtížně orientují a pečující jsou zahlceni řadou informací od jednotlivých poskytovatelů sociální i zdravotní péče.

Mnohdy si neví rady, jak vhodně celou péči organizovat, a přitom si zachovat dostatek fyzických i duševních sil. Řešením pro pečující rodiny budou nově Centra pro rodinné pečující (www.rodinnipecujici.cz), jejichž hlavním cílem je udržet zdravotně znevýhodněné a seniory v domácím prostředí a propojit péči rodiny s formální pomocí sociálního a zdravotního sektoru. Celý projekt je financován ze státního rozpočtu a evropských fondů. Centra v Havířově a Uherském Brodě takto získala podporu téměř 10 milionů korun.

• Mezinárodní věhlas dodal Havířovu velký turnaj v boccii...

Ano, ten turnaj byl třídní a s mezinárodní účastí – zúčastnilo se ho na sedm desítek boccistů z Česka, Slovenska, Polska a Ukrajiny. Letošní ročník měl pořadové číslo 19 a odehrál se v naší Městské sportovní hale. Organizátorem turnaje je Handicap sport club Havířov, který už tradičně podporujeme. Turnaji jsem udělila záštitu. Sportovci společně se svými asistenty, rozhodčími a organizačním týmem zaplnili halu v rekordním počtu téměř 180 účastníků.

Chtěla bych pro naše občany také vyřešit bezbariérový vstup na nástupiště v budově vlakového nádraží. Jednání s generálním ředitelem SŽDC už proběhlo a budeme v tom pokračovat.

Havířovští zastupitelé také schválili pořízení nových automobilů, které budou ke své činnosti využívat Sociální služby města Havířova. Budou sloužit k přepravě seniorů, osob se sníženou schopností pohybu a lidí s tělesným postižením. Po-

řízení automobilů bude spolufinancovat Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR.

• Jaké vlastnosti podle vás musí mít úspěšná primátorka?

Tato funkce je především o práci s lidmi – takže slušnost, spravedlnost, rozvážnost... A přitom všem je důležité: nepovyšovat se. Začínala jsem jako pedagožka na hornickém učilišti a právě slušností se dala řada věcí zvládnout. Když dnes oddávám svatby, leckdy se ke mně hlásí mí bývalí studenti, což potěší... A taky jde o to uznávat i jiné hodnoty než jenom peníze. Například jsme podpořili nadační fond Pavla Novotného z Chlebičova, jemuž byl v roce 2009 diagnostikován zhoubný nádor. Fond se věnuje onkologicky nemocným pacientům. Když jsem v rámci toho přišla pomáhat jako dobrovolník do Havířovské nemocnice, získala jsem jakousi vyrovnanost a dobrý pocit v nitru. Ale o tom se dost těžko hovoří...

Já bych to uzavřela tím, že lidé v Havířově jsou ve velké většině vstřícní, rádi tu bydlí a pro mě je potěšením pro ně pracovat.

(di), (red)

Jana Feberová pracovala jako učitelka fyziky na Střední škole technických oborů v Havířově – Šumbarku. Žije v havířovské městské části Bludovice. Jako členka ČSSD byla v roce 2014 zvolena zastupitelkou města, v červnu 2016 náměstkyní primátora pro sociální rozvoj a 19. prosince 2016 primátorkou města Havířova, kterou je dosud.



Primátorka Mgr. Jana Feberová, předseda České asociace pečovatelské služby PhDr. Jindřich Kadlec (vlevo) a ředitel Sociálních služeb města Havířova Ing. Milan Černý přestřihli pásku nově vzniklého Centra

EPPka pomohla k realizaci dobročinných projektů v hodnotě 61 milionů korun

Třetí narozeniny oslavila na počátku května mobilní aplikace EPP – Pomáhej pohybem. Projektu Skupiny ČEZ a Nadace ČEZ, který pomáhá dobré věci a zároveň veřejnost motivuje k pohybu, blahopřály osobnosti českého sportu.

Už třetím rokem provází závodníky nejen na ČEZ Jizerské 50, na oranžové logo EPP narazíte rovněž na letních festivalech a dalších kulturních či sportovních akcích. Unikátní propojení měření pohybu a podpory dobročinných projektů v aplikaci EPP – Pomáhej pohybem představila poprvé Skupina ČEZ s Nadací ČEZ na začátku května 2015 u příležitosti zahájení MS v ledním hokeji v Praze. Hokejoví fanoušci tak byli první, kdo si mohli během zápasů aplikaci zdarma stáhnout a připsat první body pro dobrou věc.

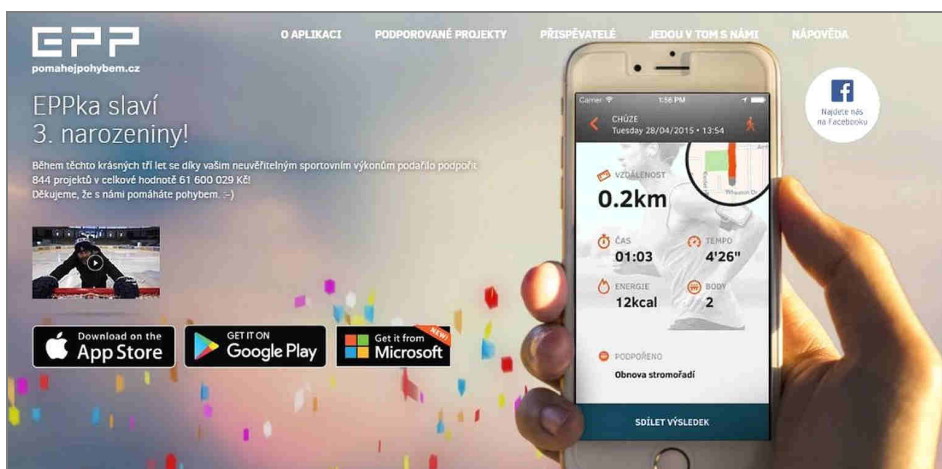
„I dnes si ji můžete zapnout na procházce, při běhu, jízdě na kole či na koni. Během tří let existence aplikace jsme počet vnitřních i venkovních pohybových aktivit navýšili na 26 včetně jízdy na handbiku či ortopedickém vozíku. Kromě údajů o rychlosti, vzdálenosti, kaloriích a trase generuje aplikace i body, které může každý věnovat na podporu jednoho z aktuálně nabízených projektů, namátkou třeba na výsadbu alejí, odstranění bariér ve školách nebo volnočasové aktivity pro lidi s handicapem. Pokud se bodová kapacita u projektu naplní, a to se dosud daří téměř sto procentně, projekt finančně podpoříme,“ popisuje princip aplikace manažer Nadace ČEZ Daniel Novák.

Narozeninová statistika

„EPPka“, jak ji běžně uživatelé nazývají, vykázala ke dni svých třetích narozenin (2. 5. 2018) následující statistiku:

- Podpořila 844 projektů v celkové hodnotě 61 600 029 Kč.
- Celkový počet spálených kalorií byl 1 596 296 146 (kcal).
- Pohybové aktivity trvaly 3 135 173 hodin a 18 minut.
- Celková překonaná vzdálenost činila 15 096 424,06 km.

S šířením povědomí o EPPce pomáhá Nadaci ČEZ řada ambasadorů nejen z oblasti sportu, kteří aplikaci při tréninku sami používají. Někteří z nich se proto rozhodli pro osobní gratulaci. V narození



Internetová stránka mobilní aplikace EPP – Pomáhej pohybem

novém videu na facebookovém profilu EPP – Pomáhej pohybem či na microsite www.pomahejpohybem.cz vystupují například hokejista Jaromír Jágr a hokejový klub Rytíři Kladno, vítězný tým volejbalistů VK ČEZ Karlovarsko, handicapovaný lyžař a paralympik Pavel Bambousek, youtuber Martin Rota a další.

„EPPce se stále daří zábavnou a nenucenou formou zapojovat veřejnost do pomoci potřebným a přitom ji motivovat k aktivnímu trávení volného času. Mám radost z každého projektu napříč republikou, který jsme společně s uživateli EPPky pomohli realizovat. Mé díky patří i všem ambasadorům, kteří našemu pro-

jektu od počátku věří, jedou v něm a pomáhají s námi,“ uvedla ředitelka Nadace ČEZ Michaela Ziková.

Více o aplikaci EPP – Pomáhej pohybem

Aktuální a již úspěšně podpořené projekty včetně cílových částek a stavu bodů můžete sledovat na stránkách www.pomahejpohybem.cz nebo www.nadacecez.cz. Stažení aplikace, její používání i generování bodů je zdarma, k jejímu používání není nutné datové připojení. To vyžaduje aplikace pouze v případě, kdy chce uživatel přiřadit získané body některému z aktuálně nabíze-



Patronem mobilní aplikace EPP – Pomáhej pohybem je paralympijský vítěz a mistr světa v cyklistice Jiří Ježek

Jizerská
50

EPP
pomáhejpohybem.cz



Aplikace EPP – Pomáhej pohybem provází i závodníky Jizerské 50

**UŽ TŘI ROKY
POMÁHÁTE POHYBEM!**



844 PROJEKTŮ

Přesně tolik dobročinných organizací a iniciativ jste během uplynulých tří let s aplikací EPP podpořili.

61 MILIONŮ

Krásná částka, kterou jste vysportovali a my předali potřebným!



380X KOLEM ZEMĚ

Celkem 15 218 694 kilometrů jste urazili při používání EPPky. Pokud byste se vydali kolem Země, obešli byste ji 380krát - kolem rovníku.

360 LET

Se zapnutou aplikací EPP jste strávili 3 162 963 hodin. To je v součtu neuvěřitelných 360 let!



ných projektů nebo k načtení stránky s novinkami. Aplikace je optimalizována pro mobilní telefony s operačními systémy Apple iOS, Android a Windows Phone od verze 8.1. Používání aplikace je buď anonymní, nebo s registrací prostřednictvím e-mailu či účtu na Facebooku.

*Nadace ČEZ
(red)*

**Realizaci projektu VOZKA
podporuje Nadace ČEZ**

NADACE ČEZ

Senioři z bohumínské Cesmíny dostanou nový zahradní altán

Senioři z bohumínského Domova Cesmína už brzy otestují nový zahradní altán. Ten bude třikrát větší než původní pergola, která už dosloužila. Do výstavby zastřešeného posezení vloží město téměř 800 tisíc korun. Slavnostní otevření plánovali pracovníci domova na červen.

„Všichni se už na nové zahradní posezení těší. Rozlohou bude větší než to původní a zároveň k němu povedou nové přístupové chodníky. Pojme tak mnohem více seniorů, i těch, kteří už jsou trvale upoutáni na lůžko a se kterými pečovatelské vyjíždí v letních měsících ven na zahradu. Navíc bude zastřešené, takže budou moci zůstat venku i v případě, když se zhorší počasí a začne pršet. V minulosti se museli rychle přesunovat zpět do budovy,“ říká ředitelka městského Centra sociálních služeb Anna Oršulíková, pod které starobohumínský domov spadá.

Vznikající zahradní altán má 73 metrů čtverečních a tvar písmene „L“. Je ze dřeva, povrchová glazura bude mít barvu kaštanu a střecha dostane černý šindel. Uvnitř altánu se pamatuje i na osvětlení a elektrické zásuvky.

„Senioři se už nemohou dočkat, až si užijí letní grilování pod střechou. A když někdo z nich dostane chuť na kávu nebo čaj, bude možné jim je uvařit přímo v altánku,“ dodává Anna Oršulíková. Kromě vzniku nového posezení se úprav dočká i zdejší zahrada, relaxační zóna a zároveň se částečně rozšíří i tamní zpevněné plochy.

*Lucie Balcarová
tisková mluvčí Města Bohumín
Foto: Pavel Čempěl*



Práce v Ekocentru Čapí hnízdo je mým koníčkem



Výprava vozíčkářů a jejich asistentů míří do Bistra U Čápa v Ekocentru

Jsem Ostravačka, ale jen duší, temperamentem a asi stále trochu přízvukem. Má tělesná schránka trvale bydlí ve Středočeském kraji a pracuje již osmým rokem na jednom z nejkrásnějších míst České republiky, fakt. Když autem vyjedete (třeba) z Prahy směrem na České Budějovice, tak už kousek po sjezdu z dálnice D1 (za což jsou téměř všichni řidiči vděční) projíždíte kolem Benešova, Konopiště a blížíte se k hranici České Sibiře, po levé straně před městečkem Olbramovice se vám otevře pohled na upravený komplex staveb s devítihektarovým rybníkem a cihlovým komínem bývalého lihovaru, na kterém je touhle dobou nebývale živo... Už asi víte, že. Právě totiž míváte mediálně slavný komplex Čapí hnízdo (na komíně hnízdí čapí již od roku 1947).

Ekocentrum

Na ploše necelých 100 hektarů je velmi citlivě zasazen do krajiny hotel s restaurací, krásným spa nebo chcete-li wellness (výstižné české slovo mě nenapadá, ale „harmonie těla a ducha“ celkem sedí), bazény a kongresovými prostorami. A samozřejmě i multifunkční halou ve tvaru čapího hnízda (vlastně jízdárnou, ale třeba i prostorem pro rauty, prezentace a kon-

certy) a nově i devítijamkovým golfovým hřištěm.

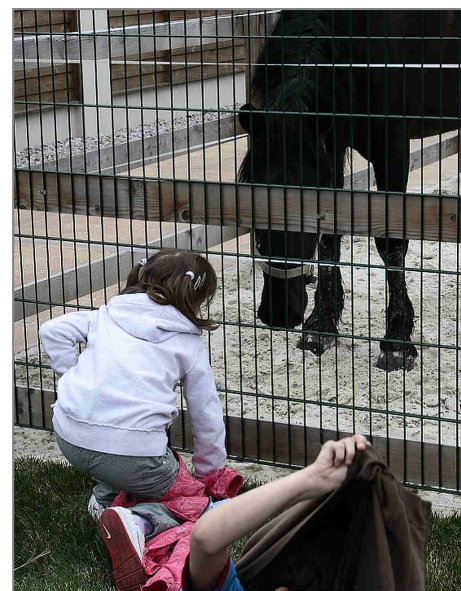
Na tuto část navazuje agroprovoz se stájemi, stodolami a pastvinami pro velká hospodářská zvířata a Ekocentrum, v jehož Labyrintu potkáte zástupce u nás žijících, ale trvale hendikepovaných zvířat, a také exotických zvířat, která mají své výběhy a ubikace vedle Lanového hradu. Musím říct, že klokani i lemuři si na radostný výskot dětí z „Lanáče“ zvykli překvapivě brzy.

O hotelu, spa a kongresu nebo golfu moc psát nechci, protože mám to štěstí, že pracuji v části, kde to fakt „žije“ – v Ekocentru Čapí hnízdo. Začala jsem tady působit před téměř osmi lety jako lektor. A nyní jako, hmmm, jako co? Já vlastně ani nevím. Prostě se snažím, aby všichni, kdo k nám do Ekocentra přijedou, odcházeli s příjemnými pocity, obohaceni o zážitky a informace a nejlépe s touhou se zase někdy vrátit. Aby zvířata, o která se staráme, byla, v rámci svých možností, zdravá, v pohodě a dobré náladě. A tohle vlastně můžu říci i o kolektivu kolegů, se kterými již dlouhá léta spolupracuji (doufám, že si to nevysvětlí špatně...).

Ekocentrum má totiž již od roku 2011 otevřeno nejen pro veřejnost, ale i pro školy a organizace, které si u nás mohou objednat termín a přijet na výlet, s výuko-

vým programem nebo jen s lektorovanou procházkou mezi zvířaty, a klidně i s obědem a štrúdlím (tady se vlastně říká „zavin“).

Za sezonu, kterou máme vždy od začátku dubna do konce října, nás navštíví řádově desetitisíce lidí – malých a mladých, starších, ale i starých, zdravých i nemocných, a také trvale hendikepovaných. Jezdí k nám organizace a školy z okolí, ale čím dál častěji i z opačného konce republiky (třeba i mí Ostraváci).





Vozíčkáři z Jedle

Mám takový zvláštní zážitek z výletu, který k nám pořádal Jedličkův ústav z Prahy. Přijelo k nám autobusem asi 20 lidí různého věku a postižení se svým doprovodem – mladými lidmi, kteří ochotně tlačili vozíky po našich kamenných a dřevěných chodnících, po trávě či písku, a pokud bylo potřeba, rádi zopakovali slova lektora, která někdo neslyšel.

Na našem hospodářském dvorku s miniprasátky, ovčemi, kozami, slepicemi a králíky propuklo to správně nadšením (i když s vozíky, obzvláště s těmi těžkými

elektrickými, se v písku, který na dvorku máme, moc jezdit nedalo). Ale všechno, co neuteklo, bylo vydatně hlazeno, drbáno a láskyplně mačkáno, a dokonce i očicháváno. Tak nějak mi v paměti utkvěl (ono už je to pár let) obrázek slepého kluka na vozíku, kterému jsme dali na klín našeho Honzika (zakrslý králík). Slovy se totiž klučinovo nadšením a výraz blaha při opatrném hlazení jemného kožíšku králíka ani nedá popsat...

Když už (s vydatným zpožděním – tolik zajímavého se prostě za tu „chvilku“ nedá stihnout) se skupina měla vydat na cestu zpět, pan řidič zjistil nějakou

malou závadu na autobuse; myslím něco s hydraulikou zdviže na vozíky. Naši „návštěvníci“ to vzali naprosto s klidem a na technickém dvoře, kde autobus parkoval, si udělali „malý piknik“. Takže před stájami byly zaparkované vozíky a naši kladrubáci nestačili ze svého venkovního výběhu koukat na ten nezvyklý „šrumeč“. Závadu se za asistence našich kluků z údržby povedlo asi po půl hodině odstranit a všechny vozíky bezpečně dostat do autobusu. Zamávali jsme a další den byl za námi. A takových dní máme spoustu. Vysvětlujeme malým „školkovým“ dětem, že ten strakatý kůň na pastvě sice taky žere trávu, ale není kráva. Těm větším tyto informace ještě trochu rozvedeme do podrobností, se středoškolačky vedeme téměř fundované polemiky o výhodách či nevýhodách jednotlivých plemen masného skotu. A třeba jedna městská babička až do svého pokročilého důchodového věku netušila, že kráva od býka se fakt nepozná podle toho, jestli má či nemá rohy.

Koňáci

„Koňáci“ a ti, co by jimi chtěli být, ale chybí jim možnosti a příležitosti, si samozřejmě také přijdou na své. Během jednoho z výukových programů jim naši jezdcí předvedou ukázky drezury, parkuru, ale třeba i to, jestli má kůň zpátečku. Kdo se nebojí, může si i sáhnout, a to nejlépe s respektem. S respektem k živému tvoru, a například i k naší živé kulturní památce – ceremoniálnímu karosierovi – starokladrubskému bělouši s kohoutkovou výškou téměř 185 cm a váhou necelých 700 kg; nebo si pohladit minihorse Missinku, která má v kohoutku o jeden metr méně a neváží ani 100 kg.

Vodní svět

Velký úspěch sklízí také „výukáč“ o vodě, rybách a živočišných ve vodě a kolem vody žijících, o melioracích, přírodních meandrech Konopištského potoka, který svojí údolní nivou tvoří přirozenou hranici areálu. Z již zmiňovaného devítihektarového nebesáku – rybníka Slavnič – vytéká Zahradnický potok, který byl naopak revitalizován. Co všechna ta slova znamenají a jestli ryby ví, co jsou to rybí pásma, se děti dozvídají venku v přírodě a tam, kde si vše mohou osahat, prohlédnout a třeba i očichat.

Tak a teď jsem zjistila, že „přetahují“ – takže jen jedna věta na konec: Mám to štěstí, že patřím k těm, které práce baví a vidí v ní smysl.

Tak třeba někdy nashle!

PS: Můj politický názor nemá s tímto článkem vůbec nic společného.

Simona



Pardubice žijí nejen abilympiádou

Mapa bezbariérovosti,
program studijní asistence pro studenty s postižením na Univerzitě Pardubice
a skvěle revitalizované Tyršovy sady

Pro letošní 26. národní abilympiádu sice organizátoři zvolili tradiční dějiště, tj. Tipsport arenu, i obvyklý květnový termín, přesto se lišila v jedné zásadní skutečnosti. Dvoudenní 26. ročník národní přehlídky pracovních i volnočasových schopností a dovedností osob se zdravotním postižením se totiž konal ve čtvrtek sedmnáctého a v pátek osmnáctého.

Slavnostní zahájení se uskutečnilo za přítomnosti Jany Hanzlíkové, náměstkyně ministryně práce a sociálních věcí, Martina Charváta a Jakuba Rychteckého, primátora města Pardubic a jeho náměstka pro sociální politiku, zdravotnictví, školství, sport, kulturu a cestovní ruch, Jaroslava Menšíka, starosty Úřadu městského obvodu Pardubice 1 (v tomto obvodu akce proběhla) a Úřad práce Pardubice zastupovala Pavlína Králová. Součástí ceremoniálu bylo i složení slibu soutěžících a rozhodčích: tento důležitý akt provedly dlouholeté účastnice Pavla Indrová a Zdeňka Morchová.

Největší zájem byl o fotografování

Každý abilympionik starší 15 let se mohl přihlásit do dvou soutěžních disciplín z celkového počtu 35 vyhlášených. Nakonec se v 17 uskutečněných soutěžích (v porovnání s minulým ročníkem odpadla malba na hedvábí) představilo 81 soutěžících z celé republiky, vícekrát nastoupilo 21 abilympioniků.

Největší zájem projeвили o fotografování (byla to jediná soutěž mimo místo konání) – zúčastnil se maximální počet 12 soutěžících, v návrhu plakátu jich nastoupilo 11, v keramice 10, suché květiny aranžovalo devět abilympioniků. Primát nejpočetnější reprezentace – 12 soutěžících – měla speciální škola pro neslyšící z Hradce Králové, z obchodní akademie z Janských Lázní jich přijelo devět.

Abilympionikem roku je Jan Wenemoser

Loňský neoficiální titul nejúspěšnějšího abilympionika zopakoval Milan Ševčík. Po jedné „zlaté“ a „stříbrné“ dřevěné medaili získaly Pavla Indrová a nováček Jana Marková. Pavel Stibůrek a Vladimír Zrna obohatili svoji sbírku abilympionických ocenění o dva „bronzky“. Mezi čtyř-



Škola Svítání zpestřila program abilympiády bubenickou show Milma Jua

mi soutěžícími, kterým rozhodčí udělili čestné uznání, byli tři nevidomí. Jan Wenemoser z Ledče nad Sázavou, výborný fotograf i elektromechanický montér, získal za svoje dlouholeté výkony titul Abilympionik roku. Organizátoři znovu ocenili i Dobrovolníka roku – letos to byl Jaromír Kincl.

Výstava Kreativ

Poutavý doprovodný program lákal svým obsahem po oba dny. Líbila se zhruba hodinová beseda s „komičáckým“ a „pohádkovým“ režisérem Zdeňkem Troškou. Nechyběly ani každoroční stálice: výstava Kreativ s nabídkou výrobků osob se zdravotním postižením nebo různá taneční či hudební vystoupení. Diváčky velmi přitažlivé byly také barmanská show, kouzelnické vystoupení nebo ukázky výcviku policejních či canisterapeutických psů.

Jako správný se nakonec ukázal „krok do neznáma“, premiérová Burza zaměstnavatelů osob se zdravotním postižením. Na této akci, připravené společně s Úřadem práce Pardubice, mohly zaměstnavatelské subjekty nejen prezentovat svoji činnost, ale případně najít nového šikovného handicapovaného pracovníka.

Poděkování

Na organizaci abilympiády se vždy velmi významně podílí svým chvályhodným sponzorským přístupem řada partne-

rů z mnoha oborů podnikání, ale i z měst a obcí nejen z Pardubického kraje. Každoroční hlavními partnery jsou město Pardubice a Pardubický kraj. Záštitu přijali ministryně práce a sociálních věcí Jaroslava Němcová, hejtman Pardubického kraje Martin Netolický, pardubický primátor Martin Charvát a Jan Švejdar, ředitel Krajského ředitelství Policie Pardubického kraje.

Velké poděkování si pochopitelně zaslouží také dobrovolníci, rozhodčí i všichni ostatní, kteří se na úspěšném průběhu 26. národní abilympiády podíleli.

Zdroj: Česká abilympijská asociace, z.s.
(red)

Foto: (pp)



Abilympiáda – vyšívání

Mapa bezbariérovosti

Na Mapovém portálu Magistrátu města Pardubic najdete téma Bezbariérovost a mapu bezbariérovosti vybraných objektů ve městě, které tvůrci člení do kategorií, vždy se zobrazením seznamu hodnocených objektů. Můžete hledat také podle názvu objektu (stačí zadat neúplný název). Mapu najdete na http://mapy.pardubice.eu/MyCity/bez_bariery.

Podrobné hodnocení je k dispozici v tabulce s informacemi v detailu objektu, který se zobrazí po kliknutí na položku seznamu. Mapování a vyhodnocování přístupnosti objektů provádí Česká abilympijská asociace, z.s., – *Poradenské a konzultační středisko bezbariérovosti* (<http://www.caaos.cz/naseaktivity/konzultace-bezbarierovosti>).

Univerzita Pardubice: Program studijní asistence pro zdravotně postižené studenty



Uvažujete o studiu na fakultách Univerzity Pardubice, třeba v příštím roce, a potřebujete studijního asistenta? Studijní asistence je souhrn úkonů a služeb poskytovaných studentům s postižením při jejich studijních, příp. dalších aktivitách souvisejících s pobytem na vysoké škole.

Kdo je studijní asistent a co dělá?

Je to student (dobrovolník), který je ochoten pomoci studentovi s postižením při některých činnostech jako je pohyb a orientace v univerzitním kampusu, obstarávání běžných záležitostí spojených se studiem apod. Konkrétní náplň asistence se odvíjí od dohody studenta s jeho asistentem.

Asistenční službu na Univerzitě Pardubice organizačně zastřešuje Centrum ALMA, kde také může student s postižením o přiřazení asistenta požádat.

Jaké jsou požadavky na studijního asistenta?

Každý, kdo uvažuje o službě studijní asistence studentovi s postižením, by měl být ochotný pomáhat, být zodpovědný (je třeba dodržovat smluvené termíny, postupy, služby, aktivity apod.), být ochotný učit se novým poznatkům (zejména v rámci přípravy na asistenci) a také fy-



Výstava Kreativ

zicky zdatný (zvláště některé úkony při studijní asistenci u osob s těžkým pohybovým postižením vyžadují dobrou fyzickou kondici).

Pokud uvažujete o zapojení do studijní asistence na základě dohody se studentem, který asistenci potřebuje, můžete se zapojit některými z následujících způsobů a forem:

- doprovod při příchodu na univerzitu a při pohybu po ní (od zastávky MHD, z kolejí do školy a zpět, po areálu univerzity, do města apod.),
- asistence při výuce a aktivitách souvisejících s výukou (pomoc při přednáškách a cvičeních, zajištění přepisu, nahrávky, kopírování přednášek, pomoc s vyřizováním záležitostí na studijním oddělení apod.),
- asistence při dalších aktivitách (sport, exkurze, návštěva knihovny aj.).

Studijní asistenci můžete vykonávat dlouhodobě (např. na semestr, akademický rok), krátkodobě (několik týdnů), příp. jednorázově (v určité dny, na vybrané přednášky, akce).

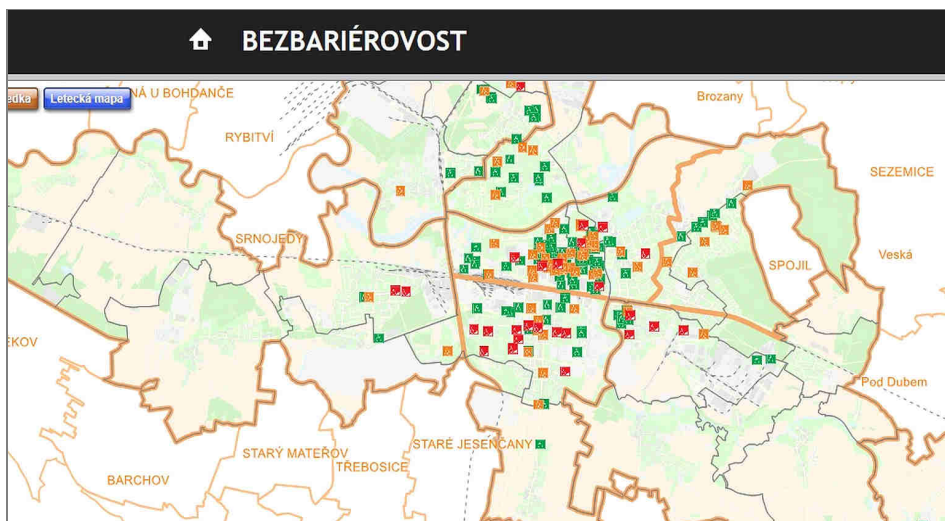
Poskytování asistence studentovi s postižením je činností dobrovolnou. Přináší pocit prospěšnosti a vědomí smysluplně stráveného času, rozvíjí etické a morální chování a hodnoty jednotlivců.

Příprava studijního asistenta

Potřeby jednotlivých studentů s postižením a tedy i nároky na asistenta závisí na zdravotním stavu a kondici studenta s postižením i dalších podmínkách – např. rozvrhu výuky, ubytování na kolejích, způsobu dojíždění aj.

Jiné požadavky a potřeby má student s postižením zraku, jiné student tělesně postižený, pohybující se např. na vozíku, a jiné student nedoslýchavý, neslyšící nebo ohluchlý.

Na poskytování kvalitní asistenční služby je třeba budoucí asistenty připravit, a to zejména s ohledem na druh a stupeň postižení studenta, u něhož bude asistenci vykonávat. Příprava studentů pro asistenční službu zahrnuje základní seznámení s problematikou pohybové, zrakové nebo sluchové postižených. ▶



Mapa bezbariérovosti na mapovém portálu Magistrátu města Pardubic



Program studijní asistence pro zdravotně postižené studenty – ilustrační foto

O vhodnosti studia se informujte

Podmínky pro studium a pobyt na vybraných studijních oborech a fakultách se postupně zlepšují, nicméně doporučujeme vhodnost oboru, náplň a obsah studia i možné uplatnění absolventa předem konzultovat na příslušné fakultě (např. s děkanem pro studijní záležitosti), a to ještě před podáním přihlášky ke studiu.

Pro ubytování jsou k dispozici **bezbariérové pokoje s vlastním sociálním zařízením** na pavilonu C vysokoškolských kolejí v Pardubicích – Polabinách. Doporučujeme si je prohlédnout a zjistit konkrétní vybavení a podmínky. Bezbariérovost univerzitního kampusu včetně kolejí si můžete prohlédnout z domu prostřednictvím **virtuální prohlídky**.

Přítomnost asistenta při studiu není podmínkou, můžete studovat i bez něj. Pokud již svého osobního asistenta máte,

je samozřejmé, že vám může být k dispozici on.

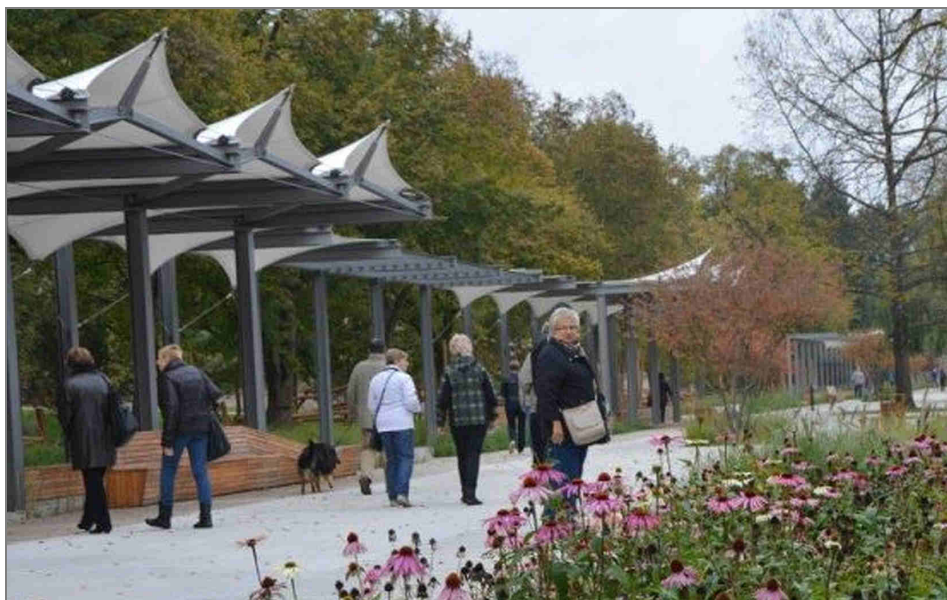
Kde se dozvíte více informací o studijní asistenci?

Chcete se jako student zapojit do studijní asistence nebo budete asistenta potřebovat?

Kontaktujte Centrum ALMA nebo Informační a poradenské centrum Fakulty ekonomicko-správní, které shromažďují nabídky služby studijní asistence, požadavky studentů s postižením, vedou evidenci těchto služeb a jsou k dispozici studijním asistentům i studentům, kteří asistenci potřebují.

Kontakty: Univerzita Pardubice, Studentská 95, 532 10 Pardubice 2, telefon přes ústřednu 466 036 111.

Centrum Alma (CA), PaedDr. Zdenka Šándorová, Ph.D., telefon 466 03 6623, 6481; 466 036 481, e-mail alma@upce.cz.



Revitalizované Tyršovy sady

Informační a poradenské centrum, Fakulta ekonomicko-správní, Ivana Veselá (vedoucí), telefon 466 036 454, e-mail: ipc.fes@upce.cz.

Informační a poradenské centrum, Fakulta filozofická, Martina Kleinová, tel. 466 036 224, ipc.ff@upce.cz.

Referát pro vzdělávání a záležitosti studentů, Mgr. Ivana Švecová (vedoucí), tel. 466 036 649, ivana.svecova@upce.cz.

Správa kolejí a menzy, Mgr. Eva Macháně (vedoucí kolejí), telefon 466 036 253, eva.machane@upce.cz.

Zdroj: Univerzita Pardubice

Tyršovy sady jsou Stavbou roku 2017 Pardubického kraje

„O revitalizaci Tyršových sadů se léta jen hovořilo. Před obnovou byl park v podstatě územím, kterému se lidé spíše vyhýbali. Nebylo zde právě bezpečno a byl více průchozím územím a sídlem bezdomovců, než místem k relaxaci,“ říká primátor Pardubic Martin Charvát.

„Dnes jsou Tyršovy sady zase místem vyhledávaným všemi generacemi, parkem přátelským, bezbariérovým a bezpečným. Revitalizaci oceňují i odborníci,“ dodal primátor Charvát.

Parkový komplex v bezprostřední blízkosti centra města slouží po většinu roku lidem nejen k procházkám a relaxaci, ale i k poznávání a zábavě. Na zpevněné promenádě již zdomácněly různé výstavy a kulturní akce, živou učebnicí se stala i alej k zámku, v níž byly ponechány části starých stromů, ve kterých přežívá kolonie chráněných páchníků hnědých. Na projížďkách je tam vidět stále více vozíčkářů.

„Když jsme rekonstrukci parku připravovali, naráželi jsme na odpor různých ochránců přírody. V něčem jsme se s odpůrci shodli a našli řešení, v něčem ne. Stále jsem přesvědčen, že naše řešení bylo správné. Parku po více než 80 letech existence hrozil zánik a revitalizaci potřeboval. Jeho současnost ukazuje, že se nám podařilo z něj vytvořit příjemný veřejný prostor pro relaxaci, odpočinek i kulturní aktivity v samém srdci Pardubic. Park, který nám mnozí závidějí,“ řekl zastupitel František Brendl, který jako náměstek primátora revitalizaci parku připravoval.

Pardubický projekt revitalizace Tyršových sadů a podzámeckého parku uspěl v konkurenci 52 staveb z celé České republiky přihlášených do soutěže Stavba roku 2017.

Zdroj: www.pardubice.eu

A co je nového u vás? Napište do VOZKY!

Vozíčkář na „električáku“: Co studovat a jak se pracovní uplatnit?

Zuzana Bárová

Mladý klient měl možnosti zaměstnání nastíněné už od sociální pracovnice z Centra Paraple v Praze. Ta ho směřovala na pracovní rehabilitaci. A tak využil konzultaci s konkrétní pracovnící úřadu práce v blízkém městě. Z hodinového rozhovoru byl nakonec vcelku zklamán.

„Nic nového jsem se nedozvěděl,“ řekl později. Tak to mě hodně udivilo. Klient měl zkrátka pocit, že mu sociální pracovnice jen zopakovala to, co už věděl.

Učit se, učit se, učit se

Vyšší nebo vysokoškolské studium či rekvalifikační kurzy uchazečů o zaměstnání jsou podmíněny ukončením středního vzdělání. Sociální pracovnice navrhla klientovi přihlásit se do nedaleké praktické školy. Ale co s ní? „Budu kuchař nebo zahradník?“ Se svým handicapem nic podobného nezvládne.

Další jeho úvahy vedly k Obchodní akademii v Janských Lázních. Vůbec jsem o ní – v souvislosti se studiem pro postižené – neslyšela. Klient mi zevrubně poreferoval, že je v ní možné vzdělávat se, být tam ubytovaný a využívat služeb osobní asistence. Sám bez pomoci nemůže zůstat...

Klienta nadchla také možnost vyzkoušet si prakticky 14 dní diagnostického pobytu přímo v akademii v Janských Lázních. Uvažovala jsem: Jaké je to pro dospělého „studenta“, když je vytržen na pět let ze svého sociálního prostředí? Jak se vyrovná s požadavky školy, bydlením v internátu, novými lidmi a zážitky? Jaké to pro něj bude bez každodenního kontaktu s rodinou a přáteli? Nakonec dospěl k rozhodnutí, že je to pro něj nejlepší řešení. Kdy jindy začít studovat než v mladém věku?

Škola Olgy Havlové v Janských Lázních

Na webových stránkách školy je napsáno: Obchodní akademie, odborná škola a praktická škola Olgy Havlové v Janských Lázních poskytuje střední vzdělávání žákům s tělesným postižením a souběžným postižením s více vadami. Ve škole probíhá také zájmové vzdělávání ve středisku volného času. Žáci mohou využít poradenskou službu ve speciálně pedagogickém centru, být ubytováni na internátu a stravovat se ve školní jídelně.

Tuto ojedinělou střední školu pro tělesně postižené zakladatelé vybudovali

v blízkosti lázní v letech 1992–1994. Dne 16. září 1994 byla škola slavnostně otevřena za účasti paní Olgy Havlové. Ve zcela bezbariérovém objektu jsou učebny, kabinety, vstupní hala, aula, rehabilitační oddělení, Speciálně pedagogické centrum, bazén, tělocvična, jídelna, oddechový prostor a garáže.

Škola umožňuje zájemcům o vzdělávání týdenní nebo dvoutýdenní diagnostický pobyt, jehož lze využít např. při rozhodování před podáním přihlášky. Žák je v průběhu pobytu ubytován v internátu, denně navštěvuje výuku dle rozvrhu vybrané třídy a účastní se libovolných volnočasových aktivit dle vlastního výběru.

Diagnostický pobyt žákům umožňuje seznámit se s prostředím školy, vyhodnotit svoje možnosti a vhodnost vybraného oboru. Dále se žáci zapojují do denního režimu školy a zvyknou si na pobyt v internátu bez přítomnosti rodiny. Také si tady mohou najít nové přátele, připravit se na život v kolektivu, pochopit nároky pedagogů a seznámit se s nimi.

Tolik o škole a studiu mladého člověka na elektrickém vozíku. A teď práce...

Sociálně terapeutické dílny

V místě bydliště mohl klient pracovat ve společnosti Rolofol a. s. Je to jediný český výrobce Lldpe fixačních fólií pro ruční i strojní balení. Klient by do této společnosti musel dojíždět. Pracoval by zřejmě na pozici vrátného čtyři hodiny denně. V průběhu našeho rozhovoru zazněla pro mě velice neobvyklá informace: „Budu tam spát.“ Kroutila jsem hlavou, že ve svém věku už by mohl vědět, že je potřeba v jakékoli firmě především *pracovat*. Na odpočinek má dostatek času doma! Klient si opět dělal legraci...

Další doporučená sociálně terapeutická dílna byla spíše pro ženy – Effatha Nový Jičín. Slezská diakonie v ní má čtyři dílničky pro osoby se zdravotním postižením. Nabízí v nich pracovní terapeutické aktivity: textilní – korálkové, košíkářské – tkalcovské – dřevařské, keramické – drátenické a zahradnické. Tato dílna ovšem nemá bezbariérový přístup...

Neobvyklá možnost práce doma na 3D tiskárně

Zajímavé rozhodnutí klienta o naplnění dnů příštích padlo koncem dubna. „Koupím si 3D tiskárnu a budu vyrábět plastové výrobky.“ Osobní asistentka kladla



Ilustrační foto

mnoho otázek na konkrétní požadavky na tuto, pro ni zatím málo probádanou činnost. V televizi sice viděla několik reportáží o výrobě různých výrobků na 3D tiskárně, ale nejjednodušší práce to zřejmě nebude. Zeptala se: „Co se dá na té tiskárně vyrobit?“ „Všechno – různé součástky i celé letadlo!“ „Aha, takže vy si vyrobíte celé letadlo i s pilotem?“ divila se osobní asistentka. Jaký biologický materiál použijete na svaly a kosti?“ Klient se už jenom smál, že takové nápady může mít opravdu jenom jeho asistentka.

Sám nakonec uznal, že je třeba hlavně zjistit rozměry požadovaných výrobků – objednávaných na zakázku zákazníky na internetu. To musí dělat někdo znalý. Jsem z Tatry zvyklá na technické výkresy, ale přesto mě klient trpělivě poučoval: „Do tiskárny je nutné zadat ‚výkres‘ – jak říkáte – ve 3D provedení. A pak se použije jeden z deseti různých pevných plastových materiálů.“

Klientovy i moje myšlenky se ubíraly různými směry. Původně chtěl pracovat, aby si vydělal. Nyní chce, aby měl z vykonané práce a konkrétního výrobku *dobry pocit*. Až s touto prací doopravdy začne, bude se cítit naplněný a užitečný. Až se naučí výborně programovat na 3D tiskárně, kvalitně vyrábět a expedovat výrobky – třeba si i vydělá! Pro začátek mu bude stačit, když se mu investice do tiskárny vrátí.

První ústavní škola v Evropě oslavila 110. narozeniny

Poznejte historii i současnost škol Hamzovy léčebny

Pravděpodobně první ústavní škola Evropy oslavila 15. dubna své 110. výročí od otevření.

„S jakým asi pocitem mohli bychom propustit svěřence svého na prahu takřka nového samostatného života, když by neuměl číst, psát, počítat, když by neměl toho, čím nás vyzbrojuje výchova rodinná i školská? Co by si počal, na koho by nařikal mladý ten člověk?“

A citujme prof. MUDr. Františka Hamzu dále: „Kolik je škol ústavních? A kde jsou? Bývají úzkostlivě a nevhodně připjaty k osnově veřejných škol národních, jsou porušeny školou z nouze, která nepřihlíží ke zvláštním potřebám a poměrům dětí skrofulózních (*onemocnění krčních uzlin tuberkulózního původu – pozn. red*). Je přece přirozenou přípravou k osnově ústavní školy pro děti skrofulózní, poznati závady chorobou způsobené a závady domácí výchovy dětí skrofulózních. Teprve na základě těchto vůdčích poznatků můžeme se těšiti, že v ústavní škole správně poznáme děti a že pochopíme, čeho je zvláště třeba, abychom dítě skrofulózní uměli vychovati a vyučiti.

Pak i osnova učebná – pokud je vůbec možno ji upravit – bude účelná a škola dle této osnovy bude plnit svůj požehnaný úkol. Vychovávat a vzdělávat děti skrofulózní může pouze škola zvláště k tomu účelu upravená. Sestavit osnovu této je prací mnohonásobně obtížnou, v době naší dosud nemožnou. V některých evropských ústavech jsou sice školy pro děti skrofulózní, ale jsou někde jen pokusem více méně zdařilým. Nepostačí opírat se při každém takřka kroku o odborné poznání lékařské a pedagogické, ač bez obojí této opory ani krok ku předu nemůžeme učiniti. Nezbytné jest, aby všechno snažení naše o účelnou osnovu bylo trvale opravováno a upravováno zkušeností, školskou výchovou dětí skrofulózních získanou. Zkušenosti takové těžce se sbírají u případů jednotlivých, při soukromém vyučování; snáze ovšem v ústavní škole dětí skrofulózních.“

Nadčasové myšlení Františka Hamzy

„Je to téměř neuvěřitelné, že? Tyto myšlenky zveřejnil František Hamza již rok po založení ústavní školy v Luži, tedy v roce 1909 ve studii Školská výchova dětí skrofulózních,“ říká MUDr. Václav



Děti ve třídě při letošní výtvarné soutěži

Volejník, CSc., ředitel Hamzovy odborné léčebny pro děti a dospělé v Luži-Košumberku (dále HL). „Právě vědomí odpovědnosti vůči svým svěřencům vedlo Františka Hamzu k otevření první ústavní školy v Evropě. Byl si velmi dobře vědom nutnosti vzdělání svých svěřenců a myšlenku zavést školní výuku se pokoušel realizovat již od založení sanatoria. Fakticky se mu to zdařilo až po sedmi letech existence zařízení.“

Dne 7. dubna 1908 získal František Hamza od c. k. Okresní školské rady ve Vysokém Mýtě povolení ke zřízení dvou zatímních tříd, náležejících k obecné škole v Luži. Po splnění předepsaných podmínek, které byly stanoveny pro vy-

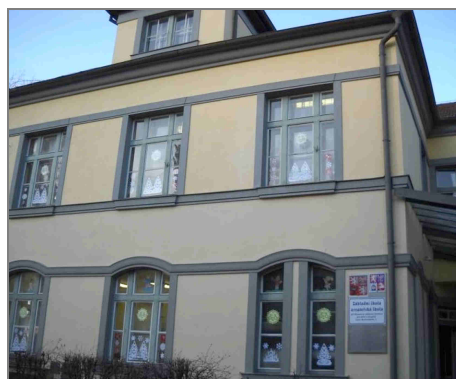
dání povolení, byla 15. dubna 1908 zahájena výuka pro školní rok 1908/1909. Řídícím učitelem se stal Josef Votroubek, druhou učitelkou Jana Lhotanová a správcem školy František Citta.

„Tento unikátní typ školy neměl doposud nikde obdoby,“ vysvětluje Václav Volejník. „Výuka probíhala ve dvou třídách, k ležícím pacientům vyučující docházel s malou přenosnou tabulí, chodil od lůžka k lůžku a vše znovu a znovu opakoval. Dívčí třída byla ve školní dvoraně na Košumberku, chlapecká ve velice místnosti domu za hlavní budovou v lužské části.“

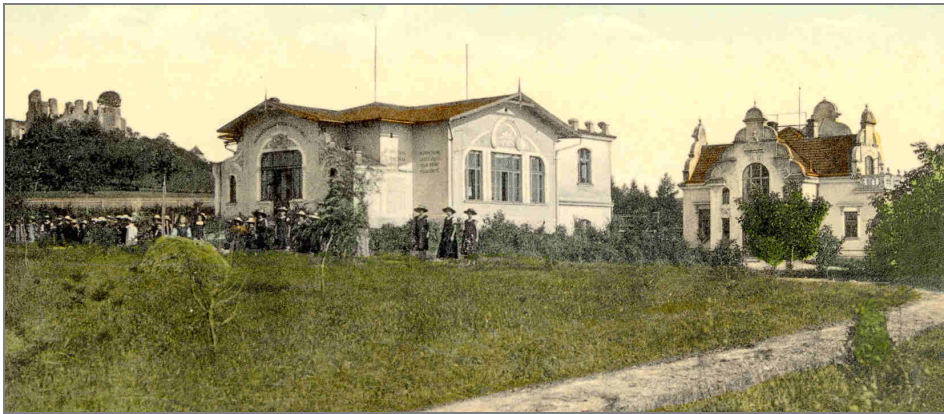
Škola získává svůj statut

Od 4. května 1912 bylo c. k. Zemskou školní radou povoleno, aby se dvě pomocné třídy, zřízené za dob soukromé léčebny, přeměnily od září v samostatnou dvoutrídň obecnou školu. Škola tak konečně získala svůj statut a byla právně ustavena. Její název zněl „Pomocné třídy při Královském českém zemském jubilejním ústavu pro skrofulózní děti v Luži“.

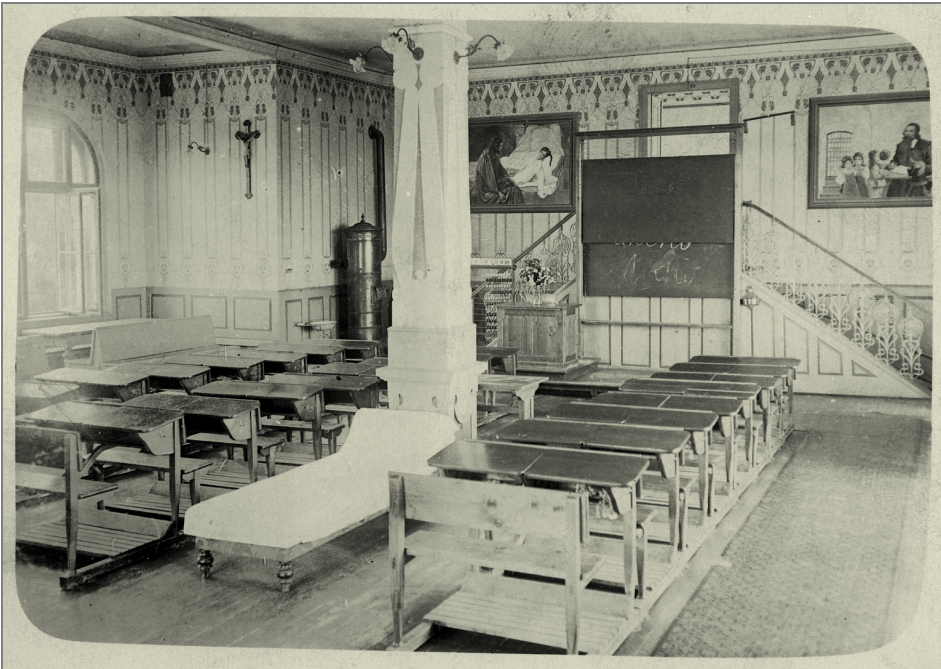
Řídícím se stal lužský učitel Josef Votroubek, místo druhého učitele obsadil Václav Svatek. Ještě téhož roku zřídili také místo duchovního správce, kterým se stal místní farář Jan Dudek. V červenci



Současná školní budova



Historická fotografie sanatoria v Luži-Košumberku



Historická fotografie dvorany, ve které byla školní třída



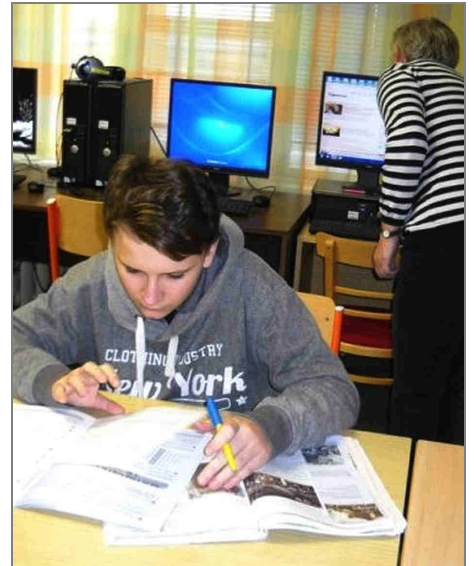
Historická fotografie výuky dětí na čerstvém vzduchu

roku 1913 se podařilo školu rozšířit – vznikla třetí třída pro slabomyslné děti.

Multifunkční učebny a výuka s počítači

Součástí dnešní moderní školy jsou Mateřská škola, Základní škola a Základní škola speciální při HL. Základní a mateřská škola se nachází v areálu léčebny – hlavní budovu školy najdete v pavilónu L, další učebny jsou v pavilónech M a E.

Ve škole se vyučují děti a žáci, kteří jsou na léčebném pobytu v HL. Výuka probíhá v souladu s požadavky kmenové školy – aby žáci po návratu z léčení neměli problémy s návazností ve výuce. Škola má nové a moderně vybavené třídy, multifunkční učebny s počítači a data projekto-rem. Kvalifikovaní učitelé při výuce využívají řadu speciálních pomůcek. Velký důraz kladou na individuální přístup k dětem a žákům, přihlížejí k jejich aktu-



V počítačové učebně

álnímu zdravotnímu stavu a přizpůsobují mu tempo a metody výuky. Během pobytu se děti a žáci účastní řady mimoškolních aktivit, projektů i soutěží.

Všichni si pochvalují přátelskou atmosféru po celou dobu pobytu, která jednoznačně přispívá k léčebnému procesu. Sounáležitost jedné velké rodiny lékařů, rehabilitačních pracovníků, učitelů, pacientů a žáků – i když přirozeně vytvořená na krátký čas – dokáže divy.

Jana Zavřelová, DiS.
(red)

Foto: archiv HL



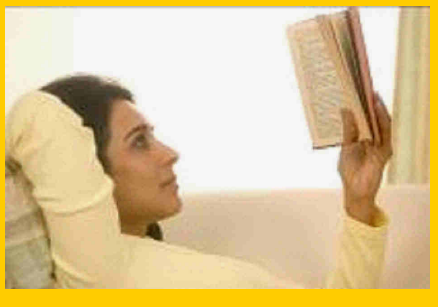
HAMZŮV ROK 2018

150. VÝROČÍ NAROZENÍ
prof. Dr. FRANTIŠKA HAMZY

„Je radostné stopovati, jak ústavní školou sjednocuje se duševní život mládeže vychované a nevychované v poměrech nejrozličnějších. Škola ústavní patrně to poznává a umí nejlépe závady ty odstraňovati. Do téže školy, do téhož oddělení, do téže třídy přicházejí děti různého věku dle toho, jak dosavad prospěly duševně. Vedle žáka šestiletého usedá žák mnohem starší, úplně duševně zanedbaný, žijící až dosud bez školské výchovy. Děti takové přísluší dosud škole, byť i překročily 14. rok věku svého. Škola pro děti skrofulosní stará se též o děti, jež dosud nejsou starší 14 let, jež doma chodily do škol měšťanských, středních atd. Škola ústavní přihlíží k mládeži oslabené, přerozmanitě churavé. Pestrý ten obraz jsme již na jiném místě nakreslili. Život a rozvoj ústavní školy nelze oddělovati od ústavního domova, s nímž mnohonásobně a nerozlučně je spjata.“ (MUDr. František Hamza, 1909)

NAŠE TIPY

Knihy, CD, DVD, internet



Mohou neurovědci číst naše myšlenky?

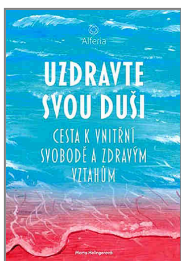


Od detektoru lži po neuromarketing.

Barbara J. Sahakian, Julia Gottwald, 156 str., 265 Kč, Portál (2018).

Kniha přináší srozumitelně podané poznatky, které z oblasti neurovědeckého výzkumu pronikly do společenské diskuse. Umíme odhalit lhaní? A co si s tím počít z hlediska práva? Máme v mozku zakódovaný rasismus? Morálku? A co neuromarketing – mohou nás marketingoví odborníci díky znalosti mozku ovládat? Je možné obsah mozku v podstatě přečíst? A zbývá nám vůbec něco víc než slepě následovat nervové procesy? Autoři staví podobné úvahy na pevnou půdu současného výzkumu a srozumitelně vysvětlují zásadní experimenty počátku tisíciletí a společenské otázky, které z nich vyplývají. Činí tak věcně a kriticky – čtenáře neinfikují svými názory, ale vybavují informacemi pro vytvoření vlastních závěrů.

Uzdravte svou duši



Cesta k vnitřní svobodě a zdravým vztahům.

Marta Helingeroová, 168 str., 199 Kč, Alferia (2018).

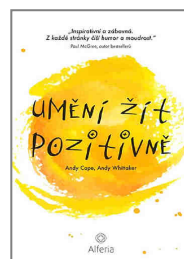
Knižka pomáhá zorientovat se v životní situaci, nezdravých vztazích a destruktivním chování. Ukáže vám, jak své zkušenosti využít pro svůj růst. Pozitivní přístup k sobě samému neznamená vidět jen to dobré, ale umět se vypořádat s nejrůznějšími obtížemi a situacemi, se kterými se na cestě ke zdravému a naplněnému životu setkáváme. Přestože sami se sebou trávíme více času než s kýmkoli jiným, míváme problém se v sobě vyznat. Nejčastějšími překážkami

při snaze o odhalení našeho pravého já bývají komunikační stereotypy, navyklé vzorce myšlení, psychické bloky, začarované kruhy či uzamčené třinácté komnaty. Naše stará nevyřešená zranění, slepé skvrny, které nám brání spatřit sebe sama.

Zkušená psycholožka vám v této knize odhalí, jak si k sobě vybudovat zdravý vztah, jak najít pozitivní přístup k sobě samému a získat přirozenou sebejistotu a sebeúctu.



Umění žít pozitivně



Šest jednoduchých zásad, které vám změni život.

Andy Cope, Andy Whittaker, 208 str., 249 Kč, Alferia (2018).

Chcete-li mít úžasný život, být úspěšní a šťastní, nemusíte se stát někým jiným. Stačí zjistit, co vás těší a v čem vynikáte, a pak to dělat častěji. Publikace je nabitá radami, příběhy ze života, citáty, laskavým humorem i zásadními otázkami, které vás přimějí zamyslet se nad vaší prací, vztahy a životem. Objevíte své silné stránky, naučíte se, jak naplno využívat své schopnosti, zjistíte, kterým směrem byste se měli posunout, a uděláte první kroky ke své úžasné budoucnosti.



Možnosti fyzioterapie v léčbě roztroušené sklerózy

Vydal kolektiv autorů pod vedením doc. PhDr. Kamily Řasové, Ph.D., z Kliniky rehabilitačního lékařství 3. LF UK a FNKV v Praze (2017).

„Roztroušená skleróza (RS) je nemoc, u které dosud neumíme léčit její příčinu. Nezastupitelnou roli v rehabilitaci nemocných s RS má fyzioterapie. Nemůže nemoc vyléčit, ale může výrazně zpomalit její progresi, ovlivnit její projevy a zlepšit kvalitu života. Proto jsme připravili tuto knížku, jejímž cílem je informovat o možnostech fyzioterapie. Měla by vám pomoci se onemocnětí RS aktivně postavit,“ říká o knize Kamila Řasová.

Knihu si můžete bezplatně objednat na emailové adrese: o.husek@seznam.cz.



Příručka pro chlapy diabetiky

O sexu, otcovství a dalších důležitých věcech. Autorkou je Prof. MUDr. Kateřina Štechová, Ph.D., z Interní kliniky FN v Motole.

Sexuální problémy diabetiků – tabu, kterému se věnuje odvážná publikace. Připravit o radost z jídla, potěšení ze sexu nebo způsobit problémy s reprodukcí. I to dokáže cukrovka. Publikace vznikla díky

podpoře projektu STK pro chlapy a společnosti Sanofi. Knihu autorka představila na mezinárodní diabetologické konferenci v Luhačovicích.

Cukrovku mají lidé tendenci podceňovat. Pokud se však nezačne včas léčit, může pacientovi velmi nepříjemně i zkrátit život. A fakt, že o mnohých problémech, které s sebou nemoc přináší, se nemocní dlouho stydí mluvit, situaci ještě zhoršuje. Jedním z těchto problémů jsou právě mužské sexuální dysfunkce. Tabuizované téma je v příručce pojaté vtipně a velmi srozumitelně.



Terapie sdílením



Ester Geislerová, Josefina Bakošová, 304 str., 349 Kč, Listen (2018).

Za projektem Terapie sdílením, aktuální internetovou senzací, stojí kreativní dvojice Ester Geislerová a Josefina Bakošová. Před několika měsíci vystavily na svých sociálních sítích několik mrazivých a zároveň cynický úsměv vzbuzujících vět, kterými se jistý muž rozešel s jejich kamarádkou. Toto malé gesto spustilo lavinu: během následujících týdnů jim čtenáři začali posílat své rozchodové věty a hashtag „terapie sdílením“ se stal doslova kultovním.

Kniha je věrným obrazem autentického prostředí internetových chatů a messengerů, kde se dnes tak často odehrávají trpké konce vztahů. Sebrané věty fungují opravdu jako svébytná terapie; při četbě a úlevném smíchu si člověk rád připomene, že tak zle na tom přece jen ještě není. Kniha je doplněna texty obou autorek, esejí mediálního teoretika Tomáše Dvořáka, osobními fotkami, vzkazy a dalšími materiály Ester a Josefíny.



Šinrin-joku, japonské umění lesní terapie



Jak vám stromy pomohou najít zdraví a štěstí.

Dr. Qing Li, 320 str., 379 Kč, Pragma (2018).

Lesní terapie je současný trend trávení času v lese pro zlepšení fyzické i psychické pohody. Praxe je velmi jednoduchá – můžete objímat stromy, chodit naboso po trávě nebo jenom vědomě a intenzivně dýchat čistý vzduch.

(red)

Dům bez knih je jako tělo bez duše.

Julius Zeyer

Nastavení a konfigurace kompenzační pomůcky pomocí internetu na dálku

Handicapovaní lidé, kteří používají takzvané inteligentní kompenzační pomůcky ostravské společnosti Benetronic s.r.o., jako jsou například počítačové myši ovládané ústy, nyní mohou u nejnovějších verzí využít možnosti nastavit konfiguraci těchto zařízení pomocí internetu na dálku. Firma tuto unikátní technologii – první svého druhu v ČR – představila novinářům.

Jeden z klientů firmy, Jiří Jambor z Hustopečí nad Bečvou, už na dálku pomůcky nakonfiguroval několika dalším lidem, kteří kvůli úrazu nebo nemoci nedokážou hýbat rukama. On sám trpí svalovou atrofií a dokáže jen mírně hýbat hlavou. Díky zařízení si dokáže obstarat řadu běžných činností. Pomůcky pak může klient ovládat ústy, jazykem, dechem, dotykem nebo třeba hlasem.

„Já osobně pro svoji potřebu nejlépe využívám hlasové ovládání, to je pro mě úplně nejjednodušší. Pro ovládání počítače používám ústní tyčinku, takže díky ní jsem prakticky většinu dne online,“ řekl Jiří novinářům. Zařízení mu umožňuje být samostatnější, i když úplně sám doma zůstat nemůže.

„Nemusím třeba volat mamku, aby mi přepnula televizi. Když sedím na vozíku, jsem u počítače a ovládám domácnost z něho, ale když ležím na posteli, počítač u sebe nemám a ovládám vše hlasem,“ vysvětlil Jirka.



Kybernetik Petr Uličný z Ostravy s projektem Chytré pomůcky pro handicapované vyhrál 1. ročník inovační soutěže StartUp Harvest v r. 2014. Desetiletou praxi v oboru dnes využívá pro vývoj kompenzačních pomůcek nastavitelných přes internet.

Foto: ČTK/Jaroslav Ožana – repro www.tyden.cz



Václav Herzinger (vpravo) komunikuje s třídvacetiletým Jirkou z Hustopečí nad Bečvou (na monitoru) pomocí zařízení MouthMouse Intelligent

Foto: Právo – repro www.facebook.com/mouthmouse.cz

Podle kybernetika Petra Uličného, který pomůcku vyvinul, lze touto technologií ovládat prakticky veškeré běžné domácí zařízení – televizi, rádio, větrák, světlo, klimatizaci nebo třeba vrata garáže. Pomůcka podle něj ulehčuje život nejen samotným klientům, ale i jejich rodinám.

„Ve chvíli, kdy člověk získá více samostatnosti a nezávislosti tím, že si mnoho rutinních činností realizuje sám, tak i rodina nebo zdravotnický personál mají více času na odbornou péči,“ řekl Uličný. Možnost nastavení zařízení na dálku je podle něj obrovská výhoda.

„Představte si, že vám zavolá někdo přes skype nebo pošle SMS, že má kvůli změně zdravotního stavu jiné pohybové možnosti a že chce nastavit něco třeba mnohem citlivěji. Provedete to jednoduše na dálku, takže člověk získá znovu větší samostatnost. Maminky, babičky ani zdravotnický personál nemusí číst návody.“

Pomůcka navíc umožní vytvořit sociální síť klientů bez ohledu na jejich diagnózy a zdravotní stav.

„Umožňuje nastavení zařízení na dálku třeba na základě vlastní zkušenosti. Někdo má například roztroušenou sklerózu a je ve spojení s někým, kdo je na tom podobně. Pak mu může poslat nastavení, které už má vyzkoušené,“ uvedl Petr Uličný.

Václav Herzinger z Přerovska, který po úrazu ochrnul a rukama téměř nemůže hýbat, si pochvaluje rychlost, s jakou se šzil s ovládáním zařízení.

„Vlastně ovládám počítač jako když jsem byl zdravý. Pracuju pro jednu spo-

lečnost, kdy obvolávám a sháním sponzory pro dobročinnou organizaci, pro kterou pracuji,“ řekl Herzinger, který je nyní na odlehčovacím pobytu v Duhovém domě v Ostravě. Uvedl, že na počítači díky ústní myši zvládá prakticky vše.

„S touhle myší jsem se setkal už na začátku, když se mi stal úraz. Padla mi do oka a od té doby ji používám pořád, i několik hodin denně,“ dodal Václav.

A jak si můžete pomůcky vyzkoušet? Zavoláte firmu Benetronic na telefonní číslo 603 383 282, domluvíte se na termínu v rámci cestovního harmonogramu specialisty, který se pohybuje po ČR a SR. Ten vás potom navštíví doma nebo kdekoli jinde podle domluvy. S pomůckami se tak snadno seznámíte, a navíc s odborným výkladem.

Podrobnější informace, audia i videa najdete na internetových stránkách www.ustnimys.cz nebo www.benetronic.cz.

Petr Uličný, (red)



Jiří ovládá techniku domácnosti ústy

Foto: www.facebook.com/mouthmouse.cz

Některé novinky v kompenzačních pomůckách a zdravotnických prostředcích

Co je nového v sortimentu kompenzačních pomůcek u nás?
Oslovili jsme nejznámější výrobní firmy a distributory,
aby vám někteří z nich předvedli své vychytávky,
které nachystali pro své zákazníky v posledním období.

**Seznamte se s novými aktivními mechaničáky,
„těžkotonážním“ vozíkem do 250 kg
nebo odlehčeným strojem s brzdami pro doprovod.
Nebo s novinkami v ručním ovládní auta.
Objednat si můžete i nový moderní zvedák k bazénu
nebo mobilní sprchovací lůžko.**

MEYRA ČR s.r.o.

Inovované aktivní vozíky

■ **Aktivní invalidní vozík SMART S 2.370** s odklopnými a odnímatelnými podnožkami má výrazně inovovaný a optimalizovaný skládací systém a minimální rozměry ve složeném stavu. Novinkou je oválný profil trubky s přepážkou uvnitř, což snižuje hmotnost vozíku při zachování stability. V přední části rámu je výztuha pro vyšší pevnost a zabránění deformace při nárazu. Velmi snadné nastavení úhlu koleček umožňuje nový způsob uchycení vidlic předních koleček.



■ **Aktivní invalidní vozík SMART F 2.360** s integrovanými podnožkami před-

stavuje perfektní kombinaci nízké váhy, stability a přesného ovládní. Brzdy můžete ovládat s extrémní lehkostí a díky novému systému brzd je zajištěn bezpečný přesun uživatele z vozíku a na vozík. Vybrat si můžete i poháněcí a řídicí kola v novém designu.



■ **Aktivní invalidní vozík UNICO** s pevným rámem zúženým v přední části poskytuje dobré aerodynamické vlastnosti a napomáhá uživateli držet kolena v přirozené poloze u sebe. Vozík má lehký rám vyrobený z kvalitní hliníkové slitiny a lze ho vyrobit v široké škále barev. U tohoto vozíku si můžete objednat vybavení nadstandardním příslušenstvím.

■ **Aktivní invalidní vozík ONE** s pevným rámem speciálně rozšířeným v před-

ní části poskytuje uživateli kolem kolena větší pohodlí. Rám je navíc ochráněn textilní ochranou v základní verzi. Těžiště vozíku lze nastavit velmi jednoduše.



Aktivní invalidní vozík UNICO



Aktivní invalidní vozík ONE

■ **Dětský aktivní invalidní vozík AMIGO** má velmi lehký rám z hliníkové slitiny, která se používá v leteckém a kosmickém průmyslu. Zadní i přední kola se dají jednoduše upravit do požadované polohy. Stupačka 3D je velmi inovativní – může se nastavit úhlově, nahoru-dolů a dopředu-dozadu. Vozík může mít výškově nastavitelná madla pro doprovod.



Spořilov, tel.: 272 661 334, e-mail: meyra@meyra.cz, www.meyra.cz.



ORTIKA CZ s.r.o

**Mechanické vozíky
Bischoff & Bischoff**

Mechanické vozíky a chodítka společnosti Bischoff & Bischoff čtenáři VOZKY určitě znají. Jsou cenově přijatelné, a přitom velmi odolné a bezpečné. Od počátku letošního roku dodává tyto výrobky na český trh právě naše společnost. Bischoff & Bischoff je jedním z předních výrobců zdravotnických a kompenzačních pomůcek v Evropě. Jeho sortiment pomáhá lidem vést aktivní a nezávislý život s důrazem na bezpečnost a komfort.

ORTIKA CZ s.r.o. – díky svým prodejnám v největších městech ČR – zajistí lepší dostupnost sortimentu, množství odborných poradců a autorizovaného servisu po celé ČR.

■ Předností nadměrného mechanického vozíku Econ XXL s nosností až 250 kg a s brzdami pro doprovod je jeho šířka, která nemá na trhu srovnání. Dodáváme ho v šířkách sedáku 60, 65 a 70 cm pro pohodlný sed všech klientů. Celková šířka vozíku je tedy 82, 87 a 92 cm. Jeho nosnost je 35 kg. Nastavitelná výška opěrky je 46–53,5 cm. Výhodou jsou i plná bezúdržbová kola.

■ Z opačné strany spektra můžeme nabídnout odlehčený vozík Pyro Start plus s brzdami pro doprovod. Jeho celková hmotnost je 14,2 kg, šířka sedáku 37, 40, 43, 46 a 49 cm. Výška sedáku v přední části je 50 a v zadní části 47,5 cm. Nastavitelná výška opěrky je 42 a 44 cm. Adaptér posunu těžiště je v základní výbavě bez příplatku, stejně jako možnost snížení těžiště. Rovněž má plná bezúdržbová kola.



Mikroskútry do interiéru i pro jízdu venku

■ **Revoluční elektrický mikroskútr iGo** je vhodný především do interiéru. Jeho kompaktní rozměry umožňují poloměr otáčení na místě 50 cm. Ovládání mikroskútru iGo pomocí joysticku je intuitivní a velmi jednoduché. Možnost rozložení do tří dílů usnadňuje transport v osobním autě. Mikroskútr iGo vyhrál ocenění Zlatý Rehaprotex 2017.



■ **Čtyřkolový elektrický skútr ELGO/M XXL** je určen především pro jízdu venku. Jedná se o XXL provedení s vyšším výkonem motoru a s nosností až 200 kg. Rychlost skútru je 15 km/h. Skútr je vybaven předním nákupním košíkem, bezpečnostním pásem, kompletním osvětlením včetně blikáčů, zpětným zrcátkem, bezpečnostními kolečky a elektromagnetickou brzdou.

Kontakt na dodavatele: MEYRA ČR s.r.o., Hrusická 2538/5, 141 00 Praha 4 –



Prozatím ho hradí všechny zdravotní pojišťovny vyjma VZP, která je zatím v jednání.

Také jej hradí všechny pojišťovny kromě VZP, která hradí pouze variantu bez brzd pro doprovod.

Více informací o sortimentu a kontakt na dodavatele:

- Praha (vestibul nemocnice s poliklinikou CLINICUM a. s.), Sokolovská 304, 190 61 Praha 9, tel., fax: 266 006 206, vydejnapraha@ortika.cz.
- Brno (areál Vojenské nemocnice), Zábrdovická 3, 636 00 Brno, tel., fax: 973 445 639, vydejnbrno@ortika.cz.
- Olomouc (naproti obchodního domu Koruna), Pekařská 14, 779 00 Olomouc, tel., fax: 585 242 405, vydejnaolomouc@ortika.cz.

HURT s.r.o.

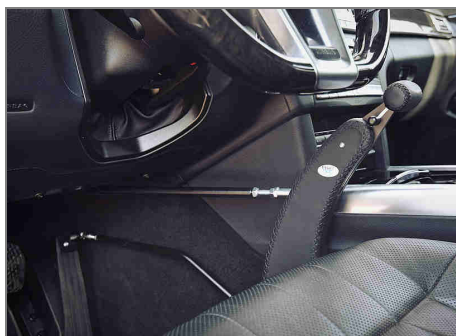
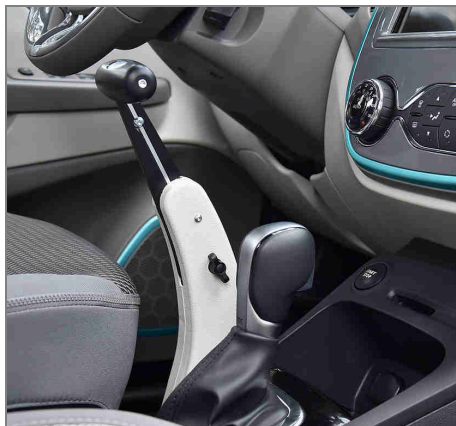
**Ruční ovládání auta
MERO 3**

■ Jde o ruční ovládání brzdy a plynu v základním provedení na mechanické bázi. Páku nabízíme v mnoha variantách, některé jsou zcela nové. Plyn může být ve všech variantách ovládán elektronicky, takže je k tomu potřeba jen velmi malá síla – pohyb páčky směrem k sobě nebo otáčením. Na páku můžeme nainstalovat elektronické ovládání základních funkcí vozidla (blinkry, stěrače, klakson...). Každá páka obsahuje aretaci brzdy.

Novinkou je nabídka rukojeti v několika provedeních s různými možnostmi aretace brzdy. Můžete si vybrat dvě délky páčky plynu. Zcela nově nabízíme barevná provedení páky a madel potažených luxusní kůží.

Kontakt na výrobce a dodavatele: HURT s. r. o., Bambousek 664, 281 26 ►

Týnec nad Labem, info@rucniovladani.cz, tel. 321 781 363, www.rucniovladani.cz.



Solift, s.r.o.

Zvedáky a mobilní sprchové lůžko

■ Novinkou Soliftu je **stropní zvedák Oxford Elera**, který poskytuje obrovskou variabilitu od umístění až po nosnost. Zdobí ho moderní design, různé nosnosti (100, 150, 200, 227 a 284 kg), rychlá instalace do stropů, zdí i sádkartonových nebo dřevěných stěn. Má více variant kolejnic a zataček a patří mezi certifikované zdravotnické prostředky.

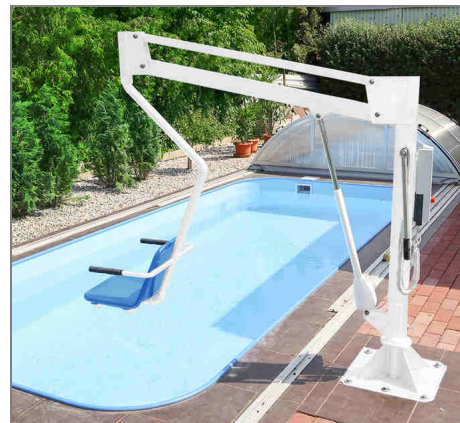
■ **Mobilní sprchové lůžko Soline Marco** nabízí výhodu velkého rozsahu zvedání a nosnosti v kombinaci s ergonomií, designem a provedením. Může mít elektrický nebo hydraulický pohon. Má nosnost 240 kg, k výběru jsou tři celkové délky – 2190, 2040 a 1790 mm. Celková šířka je 780 mm, výškový rozsah zdvihu 470 mm. Objednat si můžete funkci náklonu ložné plochy.



■ **Bazénový zvedák Soline Tiby** nabízí elektrickou nebo hydraulickou verzi, která umožňuje v případě osazení základny k více bazénům jednoduchý přesun zvedáku mezi nimi či v případě zimy pohodlné uskladnění. Výhodou je možnost individuální výroby a rozměrů podle požadavků zákazníka i osazení nad nebo pod terén. Vybrat si můžete sedačku, hrazdičku pro závěsy nebo kleště.

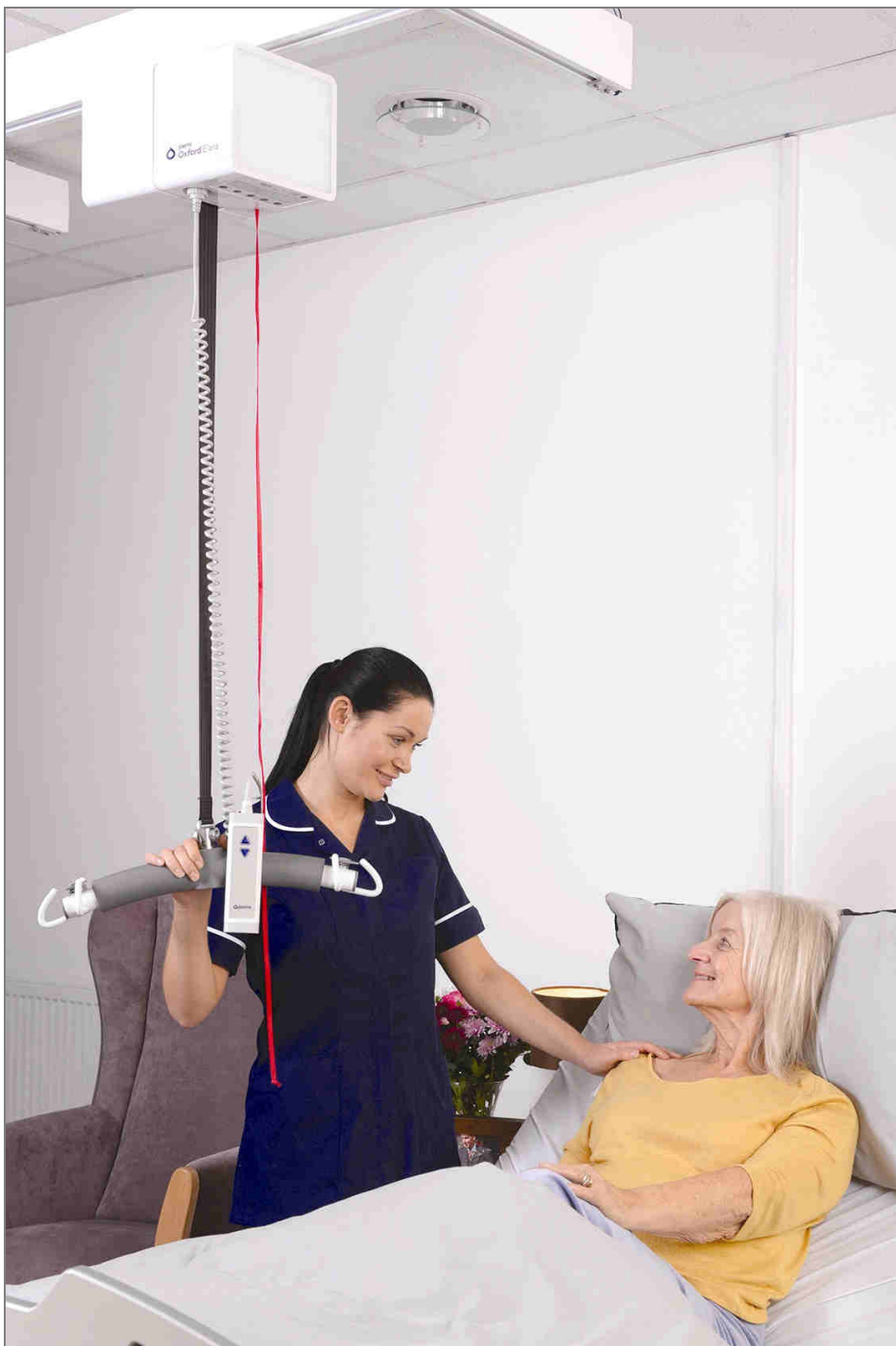
Má nosnost až 160 kg, nerezovou lakovanou konstrukci a jednoduše se ovládá. Rovněž patří mezi certifikovaný zdravotnický prostředek.

Kontakt na dodavatele: Solift, s.r.o., centrála a sídlo společnosti – Čechyňská 353/8, 602 00 Brno, tel. (zdarma): 800 888 783, info@solift.cz, www.solift.cz.



Bazénový zvedák Soline Tiby

Ve spolupráci s uvedenými firmami připravila redakce VOZKY



Stropní zvedák Oxford Elera



- Katetr vhodný pro děti, ženy a muže určený k intermitentní močové katetrizaci
- Ihned k použití díky potažení hydrofilním gelem
- Snadné zavádění díky novému bezdotykovému systému
- Nezalámuje se, je snadno složitelný
- Diskrétní pouzdro součástí každého balení

Actreen® Hi-Lite

Užijte si léto a cestování
s novou generací močových katetrů

B. Braun Medical s.r.o. | Divize OPM | V Parku 2335/20 | 148 00 Praha 4 | Česká republika
Tel. +420-271 091 111 | info@bbraun.cz | www.bbraun.cz

Kalpe

Český výrobce pohybových léčebných přístrojů

Motren



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, podpoří trávicí soustavu i lymfatický systém a omezí další bolestivé symptomy.

Financování přes nadace nebo na splátky bez navýšení!



Motren Duo 1

Pronájem pohybových léčebných přístrojů a motodlah **od 50,-Kč/den**, rotopedů pro rehabilitaci od 35 Kč/den

- **záruční doba 3 roky** = záruka české kvality
- vyzkoušení přístroje **zdarma** po celé ČR a SR
- **nejnižší ceny** rehabilitačních přístrojů na trhu

- výroba rotopedů s tradicí **od roku 1990**
- **profesionální** záruční i pozáruční **servis**
- **rychlé dodání** přístrojů a rotopedů

- **individuální úpravy** dle přání
- **široká** nabídka příslušenství
- tisíce spokojených zákazníků



Výroba, prodej, půjčovna, poradenství a servis pro ČR a SR: KALPE - U Rakovky 1794, 148 00 Praha 4 - Kunratice
www.kalpe.cz email: kalpe@volny.cz tel: +420 737 289 277 +420 737 289 275 Facebook a YouTube: Kalpe.reha

Hurt 



PROFESIONÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL OD VÝROBCE

WWW.RUCNIOVLADANI.CZ

HURT s. r. o.

Bambousek 664

281 26 Týnec nad Labem

Česká republika

Tel.: +420 608 977 274 / +420 321 781 363

E-mail: info@rucniovladani.cz

www.facebook.com/rucniovladani

Poradce pro Moravskoslezský kraj - tel. 724 314 876

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



ROHO

Antidekubitní podložky a matrace
zamezují vzniku proleženin
a napomáhají při jejich léčbě.

Podložky do vozíků jsou
hrazeny VZP kód
- 0000277
sk. 13



Dodává:
CZ. TECH -
Čelákovice, a.s.
Stankovského 1200/46,
250 88 Čelákovice
tel.: 326 993 844, fax: 326 993 845
e-mail: roho@cztech.cz, www.roho.cz





NOVINKA

Pohon invalidního vozíku HURT-e
Rychlost, skladnost, jednoduchost
Jedinečný způsob pohybu

www.HURT-e.cz

HURT s. r. o.
Bambousek 664
281 26 Týnec nad Labem
Česká republika
Tel.: +420 321 781 363 / + 420 608 977 274
E-mail: info@rucniovladani.cz
www.facebook.com/rucniovladani

Prodejce pro Moravskoslezský kraj - 1. tel. 724 314 876, 2. tel. 725 763 361
Prodejce pro Zlínský a Olomoucký kraj - tel. 736 617 416
Prodej prostřednictvím prodejců vozíků KURY

INVA CAR ÚPRAVY VOZIDEL PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ






**Otočné sedačky, nakladače invalidních vozíků,
nájezdové rampy, hydraulické zdviže, přisedací zařízení,
kotvení invalidních vozíků, nástupní schůdky a další...**

INVACAR, s.r.o. Průmyslová 464, Katovice, 387 11, CZ
Tel.: 383 388 186, mobil: 775 677 604
E-mail: info@invacar.cz, www.invacar.cz

Race Xtreme – terénní handbike s dopohonem



Handbike do těžšího terénu Race Xtreme s elektrickým dopohonem od Italského výrobce Maddiline má vyšší světlost než obvyklé silniční handbiky. To umožňuje i snadnější přesedání z vozíku. Širší pneumatiky i zpřevodování ručního pohonu umožňují bezproblémovou průjezdnost terénem.

Rám ve volitelné barvě je vyroben z lehké hliníkové slitiny a může být zkonstruován na míru. Zádová opěrka je plynule nastavitelná.

Podélně nastavitelná sedačka o šířce 38,5, 40,5, nebo 42,5 cm má antidekubitní provedení s prodyšným a omyvatelným potahem.

Převody umožňují 11 rychlostí. Konfigurace ozubených kol a přesmykače řazení jsou volitelné z několika variant. Provedení Shimano XT, Shimano Ultegra, Sram X9 nebo Sram X0 – dle vlastního výběru. Přední kolo je opatřeno ultralevou diskovou brzdou, k dispozici je i parkovací brzda.

Handbike má přídatný elektropohon o výkonu 250 nebo 750 W.

Opěrky nohou jsou podélně nastavitelné. Rukojeti mají anatomické provedení a mohou být i ve variantě pro kvadruplegiky.

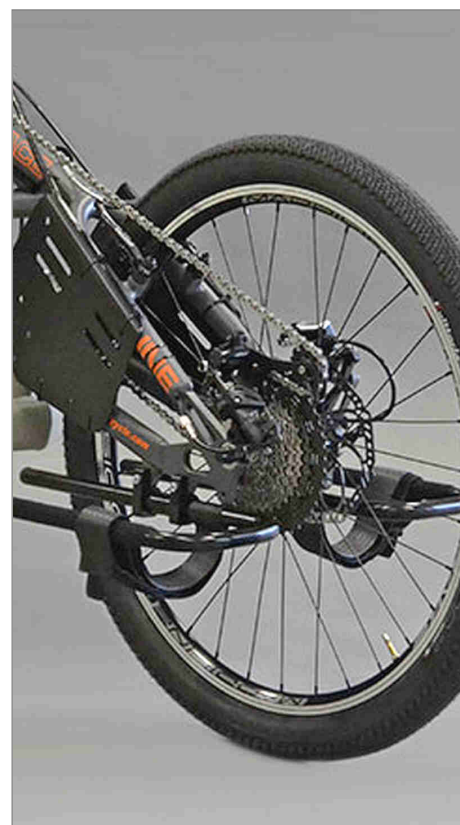
Rychloupínací kola mají bezdušové pneumatiky s terénním vzorkem na ráfcích z černého eloxovaného hliníku.

Handbike je vybavený cyklopočítačem Garmin 520, držákem lahve, signalizační vlaječkou a soupravou pro opravu pneumatik.

Výrobce: firma MADDILINE, Verona, Itálie, info@maddilinecycle.com.

(dz)

Zdroj: www.maddilinecycle.com



Mí tři muži ve svěracích kazajkách

Zuzana Bárová

To bylo tak. Jednou, jako každý pracovní den, jsem oblékala svého klienta vozíčkáře s míšní lézí. Občas ho nemohu „napasovat“ do užšího trička a tak jsem podotkla: „Jste jak ve svěrací kazajce.“ „Jsem v ní už léta,“ pronesl smutně. Taky mě to hned napadlo – denně se o muže na elektrických nebo ortopedických vozících starám.

Zlepšování „na všech frontách“

Jaké jsou jejich životy? Co jim jejich „svěrací kazajka“ umožňuje? Co jim naopak vzala? Osobně se k minulosti moc nevracím, protože se nedá změnit. Občas klientovi připomenu: „Co se dá zlepšit, má se zlepšit.“ Ať už je to hybnost končetin, sebeobsluha, vztahy a hlavně *komunikace*. Kamarádka trefně poznamenala, že je to moje mantra, a má pravdu. Beztoho, aniž si lidé vyjasní svá očekávání a potřeby, těžko mohou dospět k nějaké shodě.

Jako osobní asistentka své klienty občas „doháním k šílenství“ tím, že se ptám opakovaně na stejné věci. Prošla jsem více než sto domácností a v nich žil stejný počet klientů, o které jsem se starala různě dlouhou dobu. Všichni měli nějaké rodinné příslušníky – od pravnoučat, vnoučat, dětí, partnerů přes rodiče až po prarodiče. Také vzpomínali spolužáky, spolupracovníky, přátele, sousedy...

„Milá asistentko, ty si s tím porad, vše si zapamatuj a hezky si s námi o nich povídej! Ideálně, když budeš znát všechna jejich jména, věk, co dělají, kde a s kým bydlí, jak často chodí na návštěvy, jak...“

Budoucnost vozíčkáře v páru

Ale zpět k mým výše položeným otázkám. Zním mnoho vozíčkářů, kteří se se svým postižením naučili dříve či později žít. Začali studovat, našli si vhodnou práci, bezbariérové bydlení a zakotvili v trvalém partnerském vztahu. Někteří si pořídili i potomky. Jeden z mých klientů často uvažoval o tom, že je pořád sám. S kolegyní probírali, že by stačilo, kdyby si mohl psát e-maily s nějakou kamarádkou. Na elektrickém vozíku ze svého bytu vyjždí jen na kontroly k lékařům. Nabídla jsem mu k přečtení článek *Spustila se unikátní seznamka pro handicapované* ze Zpravodaje Centra pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje č. 4/2017. Klient si ho přečetl a po kolegyni nedávno vzkázal: „Ještě nejsem ženatý!“ Těší mě, že vše bere s humorem, i když je v hybnosti všech končetin velice omezený.

Opravdu udělal obrovský pokrok ve svých úvahách – směrem k opačnému pohlaví. Třeba si ke korespondenci, na zmíněných stránkách, najde nějakou milou „kopretinku“.

Člověk je tvor společenský

Další „svěrací kazajka“ má u jednoho seniora zcela odlišný ráz. Jako mladý sportovec vyhledával společnost a hodně cestoval. Po úraze je upoután na mechanický vozík a odmítá „vycházet“ ven. Jistě, není to jednoduché pohybovat se na čtyřech kolech, když člověk bez problémů celý život běhal, skákal a chodil. Ale k čemu vede sociální izolace? Kolik přináší klientovi a jeho rodině klidu a spokojenosti? Všichni někoho potřebujeme a záleží jen na nás, jestli pro to *sami* něco uděláme.

Vztahy, vztahy, vztahy! Nevím, jestli někteří klienti uvažují, jak moc se nás – asistentek i asistentů – někdy dotýkají jejich životy. Trávíme hodiny, dny, týdny, měsíce i roky s postiženými a seniory. Navazujeme s nimi pracovní vztahy. Někdy jsme si s konkrétními klienty bližší, s jinými vzdálenější, ale vždy se chceme domluvit a naplňovat společně sestavené individuální plány osobní asistence. Asistence je od slova *asistovat* – ne dělat vše za klienty! Ale také očekáváme, že v bytě (pro nás na *pracovišti*) budou klidné podmínky. Přispívá to k pohodě všech zúčastněných.

Občas se v bytech klientů vyskytnou „veselí“ rodinní příslušníci. Pak se setkáváme s dobře míněnými radami, jak co dělat a nedělat. Někteří dokonce s nadšením zasahují do průběhu osobní asistence. Jindy jsme svědky různé komunikace mezi klienty a jejich blízkými. Ta může klienty rozveselit, potěšit, motivovat, ale i rozrušit či rozesmutnit. Občas to má podobný účinek i na empatické asistentky a asistenty...

Míšní léze

V úvodu zmiňovaný klient je „ve svěrací kazajce“ po autonehodě. Končetiny má „spoutané“ tak silně, že potřebuje ke svému životu něčí ruce a nohy 24 hodin denně... V publikaci *Cesta k nezávislosti po poškození míchy*, kterou vydal Svaz paraplegiků – Centrum Paraple, je mimo jiné uvedeno: „K poškození míchy (míšní lézi) dochází nejčastěji při poranění páteře následkem úrazu. Mícha prochází jednotlivými obratli a při jejich zlomení, roztržení nebo vzájemném posunutí může dojít

k různě závažnému poškození míchy. To pak vede ke ztrátě citlivosti a ochrnutí svalů pod úrovní poškození. Nejčastější příčinou poranění páteře a míchy jsou automobilové nehody. Dále to mohou být úrazy při jízdě na kole či motocyklu, pády z výšky, skoky do mělké vody, sportovní úrazy, pracovní úrazy a jiné.

Když dojde k poškození míchy, informace o tom, co tělo cítí pod poškozenou oblastí, se nemohou dostat do mozku. Také informace, které mozek vysílá, nemohou projít poškozenou částí míchy ke svalům a ovlivnit jejich pohyb. Jaké jsou následky poškození míchy záleží na výši segmentu poranění a na tom, zdali je poranění úplné nebo částečné. Nejširší důsledky ovlivňuje také mnoho jiných faktorů jako např. věk, osobnost, konstituce těla, pohlaví, rodinné zázemí, sociální postavení, vzdělání a finanční zabezpečení...“

Psychická podpora a pomoc okolí

Tato publikace dále popisuje, co klienti s míšní lézí dennodenně potřebují. Je to podpora rodiny a přátel, přijetí do své komunity. Potřebují získat pocit, že mohou vést hodnotný život. Dále potřebují porozumět tomu, co se stalo a jaké to má důsledky pro jejich tělo. Potřebují zjistit, které věci zvládnou udělat sami a ke kterým potřebují pomoc druhých. K tomu, aby klienti zvládli svou citovou a emoční reakci po poškození míchy, je třeba sáhnout až na dno svých sil, najít si další cíle, jejichž dosažení je motivací. Všechno vyžaduje čas...

Klienti s poškozením míchy se mohou zařadit do rodinného života, stýkat se s přáteli, chodit do školy, pracovat a být aktivní a užiteční nejen v komunitě, kde žijí.

I silné sevření kazajky jednou povolí

Tři dospělí muži a tři svěrací kazajky. Každý z nich se narodil v jiné době a patří do jiné věkové kategorie. Prožili zcela odlišné zážitky, mají různé zkušenosti a vyrovnávali se se svým postižením ve svém životě úplně jinými způsoby. Přesto věřím, že se z toho silného sevření jednou „vymaní“ a nenechají se omezovat svým nemocným tělem. Vždyť i tak mohou prožít život, který je v rámci možnosti každého z nich naplněný a svým způsobem i krásný...

Vyrazte na hudební festival Colours of Ostrava

Bezbariérový festival proběhne 18.–21. 7. 2018 v unikátním industriálním areálu ostravských Dolních Vítkovic. Nabídne na 21 venkovních i krytých scénách přes 350 programových bodů

„V rámci projektu Colours bez bariér, který pořádáme již poosmé, jsme si letos připravili řadu novinek, a to především pro návštěvníky se zrakovým a sluchovým postižením. Patří mezi ně například praktická příručka v Brailleově písmu, hmatový plán areálu či speciální přenosný 3D model Auly Gong pro nevidomé. Návštěvníci se sluchovým postižením se mohou těšit na vybrané přednášky a koncerty českých i zahraničních kapel s tlumočením do znakového jazyka,“ říká ředitelka festivalu Zlata Holušová.



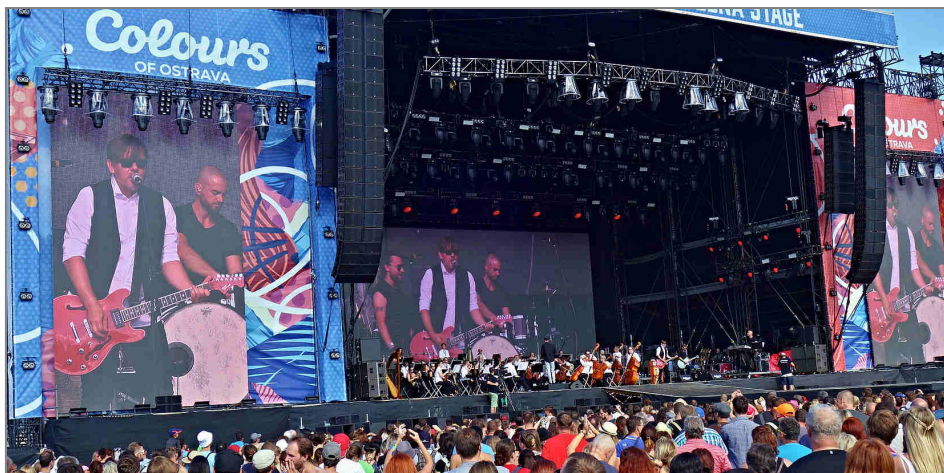
Stejně jako v minulých letech nabízí pořadatelé již standardně řadu výhod pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P – jako jsou například zvýhodněná cena vstupenky, u ZTP/P doprovod zdarma, zprostředkování bezbariérového ubytování, možnost objednat si zdarma asistenta, který poskytne servis při pohybu v areálu. I v letošním roce nabízí přepravu osob po Ostravě bezbariérovými automobily, tzv. BB TAXI (včetně ALDIA, dopravní služby Ostravské organizace vozíčkářů).

„Návštěvníci se zdravotním nevýhodněním s průkazem ZTP a ZTP/P si navíc mohou rezervovat parkovací místo před areálem i v našem stanovém městečku,“ uvádí Zlata Holušová.

A kdo patří k hlavním potvrzeným jménům? Jsou to N.E.R.D, Kygo, Jessie J, London Grammar, Grace Jones, Joss Stone, George Ezra, Paul Kalkbrenner, Cigarettes After Sex, Kaleo, Future Islands, Beth Ditto, Ziggy Marley, Mura Masa, Aurora, Caexico, Seasick Steve, GusGus, Jon Hopkins (live), Nathaniel Rateliff & The Night Sweats, HVOB, Algiers, Jacob Banks, Lucky Chops atd.

Organizátoři festivalu se mohou pochlubit i tím, že Colours of Ostrava se na podzim 2017 dostal do desítky nejlepších největších festivalů v prestižní anketě European Festival Awards.

Projekt Colours bez bariér je realizován za podpory České průmyslové zdravotní pojišťovny.



Přehled služeb a novinek pro účastníky s postižením

Nižší vstupné

Možnost zakoupení čtyřdenní vstupenky na festival za zvýhodněnou cenu 650 Kč pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P; vstupenky si můžete koupit pouze v místě konání festivalu na samostatně pokladně Colours bez bariér umístěné u hlavního vchodu na festival. Na jeden průkaz ZTP dostanete pouze jednu zvýhodněnou čtyřdenní vstupenku a na jeden průkaz ZTP/P pouze jednu zvýhodněnou čtyřdenní vstupenku včetně doprovodu zdarma. Pořadatelé akceptují i průkazy ZTP a ZTP/P jiných členských států EU.

Novinky pro návštěvníky se sluchovým postižením

Objednat si můžete asistenta, který ovládá základy znakového jazyka (tato služba je zdarma). Vybrané přednášky a besedy diskusního fóra Meltingpot budou přepisovány nebo tlumočeny do českého znakového jazyka a vybrané koncerty českých a zahraničních kapel budou tlumočeny i do uměleckého znakového jazyka. Všechny budou v informačních materiálech a na webových stránkách označeny piktogramem pro neslyšící osoby.

Novinky pro návštěvníky se zrakovým postižením

Možnost objednat si předem asistenta, který je speciálně proškolený pro doprovod nevidomých a slabozrakých (tato služba je zdarma). Praktická příručka pro zdravotně znevýhodněné návštěvníky vy-

de letos poprvé i v Brailleově písmu. Novinkou je rovněž hmatový plán areálu pro nevidomé s vyznačením všech festivalových scén. Ve foyer Auly Gong, kde probíhá prodej vstupenek na představení v Gongu, si můžete půjčit za vratnou zálohu 200 Kč 3D hmatový model Auly Gong; je lehký a přenosný.

Rezervace bezbariérového ubytování

Využít můžete rezervaci bezbariérového ubytování v ostravských hotelích s bezbariérovými pokoji. Jeho kapacity jsou ale omezené, přednostně proto budou vyřizovány dříve došlé žádosti. Náklady na ubytování si každý hradí sám. Uzávěrka pro rezervaci je 7. července 2018.

Bezbariérové stanové městečko vedle festivalového areálu

I letos nabízí pořadatelé návštěvníkům bezbariérové ubytování ve festivalovém kempu u areálu Colours of Ostrava. Bude tam vyčleněn prostor speciálně určený pro zdravotně znevýhodněné návštěvníky s průkazem ZTP a ZTP/P, kde mohou zdarma využít 20 postavených stanů. Každý z nich je pro dvě osoby. Dalších 20 míst je k dispozici pro postavení vlastního stanu – opět zdarma a k tomu 20 parkovacích míst zdarma. Kapacita stanového městečka je omezená a je předem nutná rezervace stanu, místa pro postavení vlastního stanu i parkovacího místa. Uzávěrka pro rezervaci míst ve stanovém městečku je 17. července 2018. Na základě rezervace bude zdravotně znevýhodněným návštěvníkům vystaven a e-mailem odeslán voucher s čárovým kódem. Při vstupu do stanového městečka je nutné se kromě

vouchery prokázat i platným průkazem ZTP nebo ZTP/P.

Pro držitele voucheru organizátoři festivalu zajistí zvýhodněnou vstupenku za 650 Kč přímo v kempu, zdravotně znevýhodnění návštěvníci tak nemusejí kvůli jejímu nákupu navštívit speciální pokladnu Colours bez bariér u hlavního vchodu na festival. Bez rezervace předem (bez voucheru) nelze zdravotně znevýhodněným návštěvníkům garantovat ubytování v kempu.

Rezervace parkovacích míst

Na parkovišti vedle festivalového areálu vyčlenili organizátoři pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P 50 parkovacích míst zdarma. Na parkovišti v kempu vyčlenili deset parkovacích míst zdarma. Uzávěrka pro rezervaci míst na parkování je 17. července 2017. Na základě rezervace bude zdravotně znevýhodněným návštěvníkům vystaven voucher s čárovým kódem a zaslán e-mailem; po vytištění jej bude voucher opravňovat k parkování. Na místě se kromě voucheru bude muset opět prokázat i platným průkazem ZTP nebo ZTP/P. Bez rezervace předem (bez voucheru) nebude mít možnost v areálu zaparkovat.

Doprava v rámci města Ostravy bezbariérovým taxi (tzv. BB TAXI)

K dispozici bude doprava pouze v rámci města Ostravy a jeho příměstských částí, které jsou součástí MHD Ostrava. Využít můžete jízdy na festival pouze v době jeho konání do 17 hodin; objednávky předem na telefonním čísle +420 732 253 505, kontakt bude aktivní od 10. července 2018. Pro jízdy z festivalu bude sloužit speciální zastávka BB TAXI u hlavního vchodu do areálu s vlastním jízdním řádem; v pravidelných hodinových intervalech v době od 19 do nočních dvou hodin budou od areálu vyjíždět dvě bezbariérová vozidla BB TAXI, která zdravotně znevýhodněné návštěvníky zavezou do hotelu, na vlak nebo do místa bydliště v rámci města Ostravy. Cena bezbariérové přepravy v rámci tří městských zón:

- **ZÓNA I.** (Vítkovice, Moravská Ostrava a Přívoz, Mariánské Hory a Hulváky) – 20 Kč / jedna osoba / jedna jízda;
- **ZÓNA II.** (Slezská Ostrava, Ostrava-Jih, Nová Ves, Poruba, Třebovice, Svinov, Martinov, Pustkovec) – 30 Kč / jedna osoba / jedna jízda;
- **ZÓNA III.** (Michálkovice, Radvanice, Bartovice, Hrabová, Nová Bělá, Stará Bělá, Proskovice, Polanka nad Odrou, Krásné Pole, Plesná, Lhotka, Petřkovice) – 40 Kč / jedna osoba / jedna jízda.

Asistenti Colours bez bariér

Asistenty jsou dobrovolníci, kteří usnadňují zdravotně znevýhodněným návštěvníkům pohyb po areálu, dělají jim doprovod a jsou jejich společníky a průvodci programem. Letos si můžete nově rezervovat asistenta, který ovládá základy českého znakového jazyka, návštěvníci se zrakovým postižením si nově mohou rezervovat asistenta speciálně proškoleného pro doprovod nevidomých.

Upozorňujeme, že naši asistenti neposkytují osobní asistenční služby v sociální oblasti (zajištění stravování, hygieny apod.). Jsou organizováni prostřednictvím informačního centra Info Point Colours bez bariér a nonstop linky projektu Colours bez bariér +420 731 932 768, kde se zájemci o asistenční služby registrují. Asistenti se po festivalovém areálu pohybují v tričkách s označením Asistent Colours bez bariér. Tato služba je bezplatná.

Speciální vybavení a zařízení určené lidem na ortopedickém vozíku

■ **Pokladna Colours bez bariér** u hlavního vstupu na festival – zvýhodněné vstupenky lze zakoupit pouze na této pokladně (s výjimkou ubytování v kempu);

■ **zvláštní vstup pro ZTP a ZTP/P návštěvníky** u hlavního vchodu na festival, kde budou přednostně odbavováni;

■ **uzamykatelná bezbariérová WC** (každý držitel průkazu ZTP a ZTP/P obdrží na Info Pointu Colours bez bariér vlastní klíček za vratnou zálohu 100 Kč);

■ **bezbariérové tribuny** (jedna s místem vyhrazeným pro vozičkáře, druhá plně k dispozici pouze zdravotně znevýhodněným návštěvníkům);

■ **bezbariérová WC a výtahy ve všech zpřístupněných budovách v areálu** (Aula Gong, STC, Důl Hlubina);

■ **bezbariérovou sprchu** můžete využít v budově návštěvnického centra DOV

(vedle vysoké pece), pouze pro ZTP a ZTP/P návštěvníky, otevírací doba 19.–22. července od 8 hodin až do uzavření areálu.

Praktická příručka s mapou

Pořadatelé vydávají speciální mapu festivalového areálu, kde najdete zvýrazněná všechna místa určená speciálně pro ZTP a ZTP/P návštěvníky (bezbariérová WC, tribuny, výtahy, sprcha, stanové městečko, parkoviště, stanoviště BB TAXI). Mapa, která vychází v českém i anglickém jazyce, je doplněna o praktické rady, které se mohou těmto návštěvníkům hodit. Nově dostanete tuto praktickou příručku i v Brailleově písmu a novinkou je rovněž hmatový plán areálu pro nevidomé s vyznačením všech festivalových scén. Příručka s mapou bude dostupná zdarma v Info Pointu Colours bez bariér a na speciální pokladně Colours bez bariér.

Informační centrum Colours bez bariér

Od 15. května funguje kontaktní e-mailová adresa a info linka Colours bez bariér +420 731 932 768. Na uvedených kontaktech můžete získat všechny potřebné informace týkající se projektu Colours bez bariér a jejich prostřednictvím rezervovat popsané služby.

Telefonní kontakt pro rezervaci bezbariérové přepravy BB TAXI je +420 732 253 505 a bude aktivní od 10. července 2018. V době konání festivalu Colours of Ostrava bude navíc před hlavním vchodem do areálu umístěno informační centrum Info Point Colours bez bariér, kde lze získat veškeré aktuální informace.

Sledujte průběžně internetové stránky festivalu www.colours.cz, některé informace mohou pořadatelé ještě před jeho začátkem aktualizovat.

Zdroj: www.colours.cz
(red)



Alessandro Capocchetti: Snažím se zachytit krásu každé osoby, kterou fotím

O věčném optimismu, kráse obyčejných lidí a kampani Models of Diversity

Italský fotograf Alessandro Capocchetti se narodil s velice vzácným Gollop-Wolfgangovým syndromem, kterým trpí asi 200 lidí na světě. Znamená absenci prstů, některých nervů či chybějící kůži. Narodit se s takovou vadou na malé italské vesnici nebyl žádný med. Ale Alessandro to nevzdal. I přesto, že mu chybí pravá noha, stal se z něj profesionální fotograf. Fotí lidi s tělesným postižením a podporuje kampaň Models of Diversity, která se snaží prosadit, aby lidé akceptovali modely a modelky s tělesným postižením.

• **Jak vzpomínáte na své dětství? Muselo být nesnadné...**

Přestože jsem se s Gollop-Wolfgangovým syndromem už narodil, měl jsem hezké dětství a dostal tu správnou výchovu, která mě připravila na to, že v životě budu muset čelit mnohým obtížím a překážkám. Měl jsem dobré kamarády, a pokud mě někdo urážel nebo mi nadával, stáli při mně a srovnali ho. Od malička jsem se snažil být v čele a mít kolem sebe přátele. To otec mě naučil, že musím k životu přistupovat optimisticky a užít si ho naplno. Měl jsem v mládí několik krušných chvil, ale otec mě vždycky podporoval a stál při mně.

• **Místo pravé nohy máte protézu. Musel jste si ji platit?**

Protézu mi zaplatilo naše zdravotní pojištění, ale funguje to tak, že pokud bych chtěl nějakou modernější a dražší, musel bych si ji zaplatit. Pojištění mi hradilo jen základní zdravotnickou pomůcku. Ale rád bych měl nějaký model avantgardní technologie.

• **Proč jste se stal fotografem? Co vás na této profesi lákalo?**

Miluji obrazy a představitost, v každém snímku vidím jiný příběh nebo okamžik, který se dá zvětšit na fotografii. Potkal jsem jednoho fotografa, jehož práce mě uhranula, a nadobro jsem tomu propadl. Začínal jsem s klasickou zrcadlovkou a fotil na film – líbila se mi ta svoboda vyjádření – fotograf prostě může jednoduše zvětšit svůj objekt na fotce. Každá z nich představuje můj pohled na věci, lidi či události. Svou práci miluji a myslím, že tohle je zvláště pro focení velice podstatné, protože to důležité je často očím skryté, ale srdce se oklamat nedá.



Fotograf Alessandro Capocchetti





• **Někdo fotí krajiny, jiní akty nebo portréty. Jak jste na tom vy?**

Rád fotím přirozenou krásu obyčejných lidí. A snažím se přenést na fotografii emoce z každého objektu, který fotím. Chci zvýraznit, kdo to je a co je na něm tak unikátního, co ho dělá jedinečným. To mě dostalo až ke kampani Models of Diversity.

• **V jejím rámci se snažíte objevit modelky a modely s tělesným postižením?**

Models of Diversity je společenská kampaň, která podporuje rozdílnost a bojuje proti diskriminaci na poli módního průmyslu. Vznikla v Londýně díky modelce Angel Sinclair. Já v ní pracuji od roku 2010. Všichni v této kampani pracujeme zdarma. Velmi často mě modelky samy kontaktují s tím, že by chtěly do kampaně přispět. Jindy vidím hezké děvče s velkým potenciálem stát se modelkou. Kontaktuji ji a nabídnu spolupráci. V kampani plánujeme hodně různorodých akcí, ale velice důležité je to, abychom naše

modelky dostali na proměnné mola velkých módních přehlídek. Jde nám o to, aby lidé viděli krásu i v rozdílnosti.

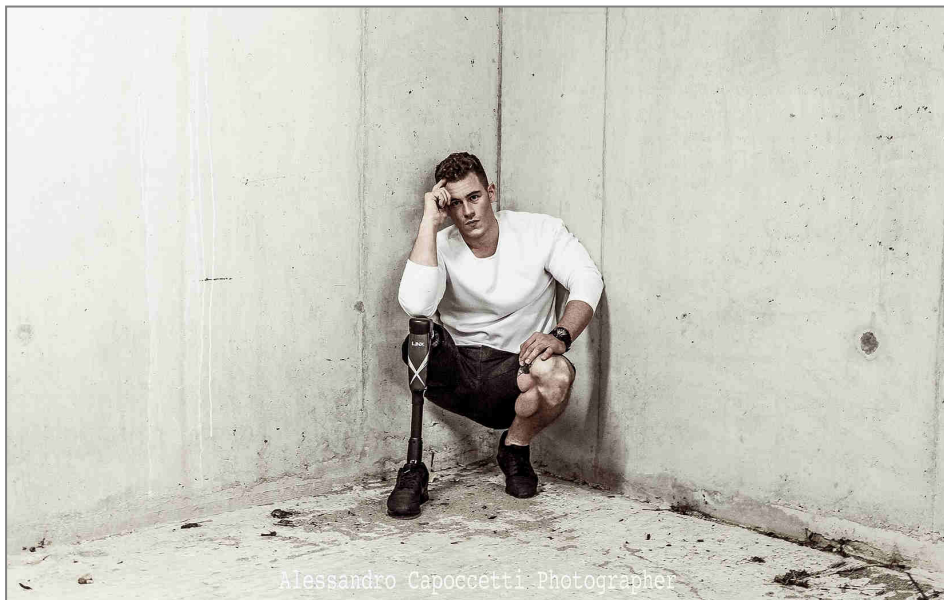
• **Top modelky drží nejrůznější diety, používají moderní make-up a vypadají dokonale – jako panenky Barbie. Co si o tom myslíte?**

S kampaní Models of Diversity hledáme modelky rozdílného věku, pěkně zaoblené, černé či tělesně postižené. Já osobně nemám rád zakrývání vad nějakým retušováním, ale dobrý make-up je pro focení velice důležitý. Před vlastním focením si dlouho s modelkami povídám, protože je pro mě důležité objevit jejich jedinečnou krásu, abych ji potom mohl přenést na fotku.

• **Je pravda, že občas používáte svoji protézu místo stativu?**

Ano, to je pravda, protéza se dá různě upravovat, takže vždycky mám po ruce vhodný stativ.

• **Když jste v kampani začínal, setkal jste se třeba s nepochopením?**



Abych řekl pravdu, tak ani ne. Hodně lidí oceňuje naši práci a je stále více těch, kteří obdivují naše modelky a učí se vidět obrazy a krásu v rozdílnosti místo v klasickém stereotypu. Během své práce jsem se samozřejmě setkal s různými překážkami, ale myslím si, že to, co mi pomáhá všechny překonávat, je to, že mám vůli žít život naplno. Víte, když jste pro něco fakt zapálení, jako já pro tuhle práci, tak se vám i ty největší překážky zdají jako malé nicotnosti. Hodně podstatné je pro mě vidět věci optimisticky a nikdy neztrácet humor. Já jsem ze svých nedostatků udělal svoji silnou stránku: lidem se líbí moje fotky i způsob, jak se stavím k potížím. To mě posiluje a posouvá dál a dál.

• **Takže berete fotografování jako poslání?**

Živím se sice jako profesionální fotograf, ale pracuji zdarma pro společenské kampaně a pro humanitární účely. Poslání



ním kampaně Models of Diversity je změnit tvář modelingu a módního průmyslu. Po profesionálních modelkách se vyžaduje, aby byly dokonalé, měly sebejistotu, byly profesionálky a některé mají dokonce herecké zkušenosti nebo ambice. Ale tohle nejsou vlastnosti, které by měla v sobě každá žena, a přesto může být dobrou modelkou, protože má svoji přirozenou krásu. A o to nám jde. Ukázat krásu lidí všech ras, tvarů či velikosti bez ohledu na věk. Podle mě by modelka neměla být jen obyčejný prázdný panák, ale měla by se umět vyjadřovat a komunikovat gesty, výrazem a pohybem těla.

*S Alessandrem Capoccettim rozmlouvali
Eva Csölleová a Vítek Formánek*

Foto: archiv Alessandra Capoccettiho

Galerie UMŮN – Umělci malující ústy a nohama

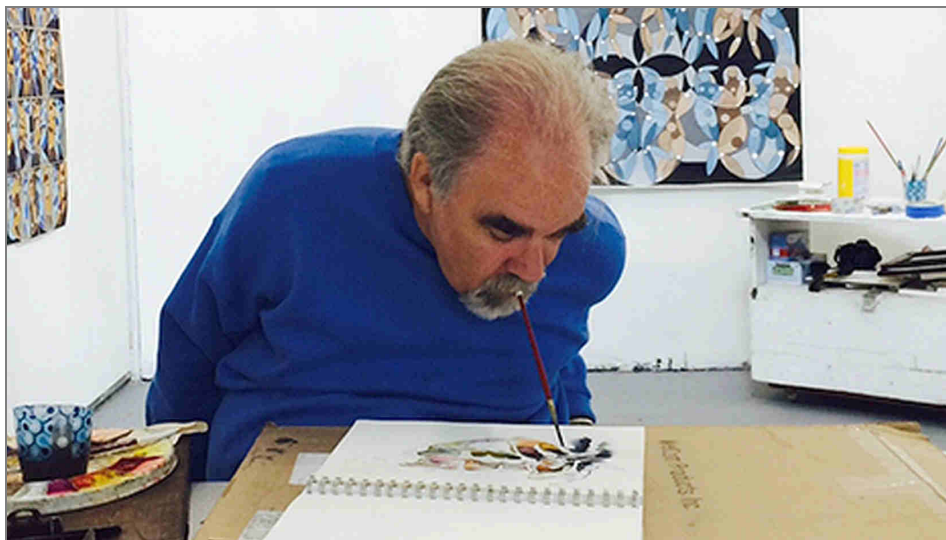
Brom Wikstrom: Život je takový, jaký si ho uděláme, ať jsme zdraví, nebo tělesně postižení

O Bromu Wikstromovi jsme se dozvěděli úplnou náhodou. Zaujalo nás, že se zúčastňoval aktivně protiválečných demonstrací na konci 60. let, že projezdil Ameriku jako černý pasažér na nákladních vlacích, že se setkal s ikonou pop-artu Andy Warholem a ani přes celkové ochrnutí po hloupé nehodě to v životě nevzdal a žije naplno dál.

• Amerika na konci 60. let, válka ve Vietnamu, o život přichází John Fitzgerald Kennedy a Martin Luther King – to bylo docela výbušné období?

Dospívat na konci 60. let bylo velice vzrušující. Co si pamatuji, je hlavně to, že doznívala akutní hrozba nukleární války a totálního zničení, což nám připomínaly každodenní nácviky při vyhlášení fiktivního atomového poplachu. Můj otec byl v armádě jako záložák a jeho bratr padnul ve 2. světové válce, takže neustálá přítomnost armády a války byla u nás doma na denním pořádku. Protiválečné protesty se konaly ve stejnou dobu jako černošské hnutí a já jsem byl zapletený do obou těchto aktivit. Většina protiválečných demonstrací, jichž jsem se zúčastnil, proběhla pokojně, ale občas jsem byl samozřejmě svědkem nějakého násilí. Jakmile však došlo k zabití studentů Národní gardou na akci v Ohio, demonstrace se staly více militantní. Pamatuji si, že jsem třeba byl mezi těmi demonstranty, kteříablokovali dopravu na státní dálnici. Zásah policie jsme museli čekat, ale vyhnul jsem se zatčení a začal se věnovat více ilegální formě protestu. Například nočnímu vylepování plakátů či publikování anonymních článků ve školním undergroundovém časopise. Měl jsem štěstí, že jsem nemusel narukovat do armády, protože v té době bylo k dispozici více branců.

Vyrůstal jsem v Seattlu, což je rodné město Jimiho Hendrixe a Bruce Lee, a já měl určitý pocit hrdosti. A ačkoliv jsem nikdy nehrál na žádný nástroj, aktivně jsem se zapojil do místního kulturního hnutí a vášnivě rád navštěvoval koncerty, festivaly a setkání umělců v městských parcích nebo na školních kolejích. Můj otec měl sice pravicové názory, ale hodně fandil modernímu jazzu. K mým uším se tak dostala hudba Milese Davise a jiných progresivních umělců. To se mi hodilo



Brom Wikstrom předvádí svou techniku malování

později, když pak zaplavilo rádia disco. Poslouchal jsem tehdy jazz a reggae.

• Vypadá to, že jste měl dobrodružného ducha, nejdříve jste hledal indiánské artefakty na Aljašce, pak jste žil v rozpadlých budovách a cestoval po Spojených státech na nákladním vlaku jako tulák...

Žil jsem nedaleko železniční tratě a viděl často tuláky, jak se zahřívají u ohně blízko kolejí a dělají si o to málo, co měli. Tehdy velmi využívanou metodou cestování bylo stopování. Já jsem z důvodů bezpečnosti vždycky dbal na to, abych měl s sebou společníka. Krátké cesty uvnitř státu mě dodaly jistotu a odvalu, abych se vydal na ty delší. A pocit svobody byl velice povznášející, člověk si na něj rychle zvykl. Několik mých kamarádů cestovalo podobně, přičemž jeden z nich měl otce zaměstnaného u drah. No a ten mě zasvětil do cestování na nákladních vagoncích. Technicky vzato to bylo ilegální, ale pokud se jeden choval diskrétně, tiše a evidentně nehledal něco, co by mohl ukrást, nebo by obecně dělal potíže, bylo poměrně snadné se rozhodnout naskočit na vlak, který jel žadáným směrem. Prostě se našel prázdný vagon a jelo se. To se všechno změnilo v roce 1975, kdy se železnice zhroutily. Přijala se taková opatření, že už prostě nešlo takto dál cestovat. Stopování bylo v pohodě, pokud se stopující choval slušně, rozdělil se o to, co měl, a případně přispěl na benzín. Já osobně jsem potkal na cestách spoustu skvělých lidí, zůstával jsem v hip-

pie komunitách a přijímal příležitostnou práci, jako bylo třeba trhání ovoce.

• A pak to jednou skončilo...

Tehdy jsem bydlel několik měsíců v New Orleansu. Jednou jsem se rozhodl jít si zaplavat k řece Mississippi na místo, které jsem dobře znal. Domníval jsem se, že vím, kde je mělčina a kde hloubka. Rozběhl jsem se a místo abych do řeky vstoupil, skočil jsem... Jenže tam byla naneštěstí mělčina, takže následoval náraz hlavou snad o kmen stromu na dně. Okamžitě jsem ztratil vládu nad tělem. Kdyby kamarád stojící na břehu nerozpoznal nebezpečí, ve kterém jsem se ocitnul, určitě bych zemřel.

Federální systém sociálního zabezpečení byl v té době – díky bohu – velmi dobrý, a tak veškerou moji rehabilitaci pokryla pojistka. Dokonce jsem měl nárok na invalidní důchod a jiné finanční benefity, které mi pomohly uhradit náklady za osobního asistenta. Ten za mnou denně docházel domů. Léčení trvalo celý rok, protože se přidaly zdravotní komplikace. Měl jsem zranění v krku – kvůli špatné péči, které se mi zprvu dostalo. Nebyl jsem totiž dobře přikurtován k posteli, takže jsem spadl a dýchací trubice, kterou jsem měl přidělanou ke krku, se odlomila. Prošel jsem si klinickou smrt. Viděl jsem teplé světlo, do kterého jsem se vydal... Byla to krásná zkušenost, která se mnou zůstala. A myslím, že po návratu do života to byla právě ona, která mě přiměla pomáhat druhým, nemocným dětem a tělesně postiženým.

• **Jaké byly podmínky pro lidi s tělesným postižením v USA na počátku 70. let? Existovala nějaká centra pro stejné postižené lidi, kam jste chodil, nebo jste byl ponechán svému osudu a lidé na vás na ulici koukali jak na zjevení?**

Seattle je velice progresivním městem v postoji k vozíčkářům. Už na počátku 70. let byla většina městských autobusů vybavena rampou a obrubníky měly vjezdy. A reakce lidí? Směsice lítosti a zvědavosti. Velmi rychle jsem si zvykl na jejich civění a přímé otázky na tělo, zejména od dětí. Oceňoval jsem laskavost cizích lidí, kteří mi nabídli pomoc při jízdě do kopce nebo mi třeba otevřeli dveře. Myslím, že právě tito lidé mě inspirovali k tomu, abych žil tak normální život, jak to jen bude možné. Takže jsem dále navštěvoval výstavy, muzea, chodil do galerií a do kina. Zanedlouho jsem se stal ve městě známou figurkou. Nedaleko mého domova – na místě, kde se v roce 1962 konala Světová výstava – je velké kulturní centrum. To se tehdy stalo těžištěm mnoha městských oslav a domovem pro celou řadu neziskových organizací, na jejichž programech jsem se začal podílet.

• **Jak jste se vypořádával s novou životní situací a jak jste se dostal k malování ústy?**

Když mě propustili z nemocnice, vrátil jsem se do domu svých rodičů, kteří mezitím vše upravili pro pohyb vozíčkáře. Připravili mi i jednu místnost, kde jsem mohl trávit celé dny a věnovat se svým věcem – takovou dílničku, studio. Několik z mých přátel mě chodilo navštěvovat, ale většina se vrhla na kariéru, založili rodiny a já jsem zůstal sám. Byly to pro mě velmi těžké chvíle, trpěl jsem depresemi. Malování mi pomáhalo se z nich dostat. Po několika měsících usilovného snažení malovat ústy jsem konečně viděl na svých obrázcích nějaký pokrok. Zorganizoval jsem malou výstavku v nemocnici, kde jsem trávil rehabilitaci. Když výstava skončila, obrázky jsem věnoval sestřičkám a lidem, kteří se o mě starali.

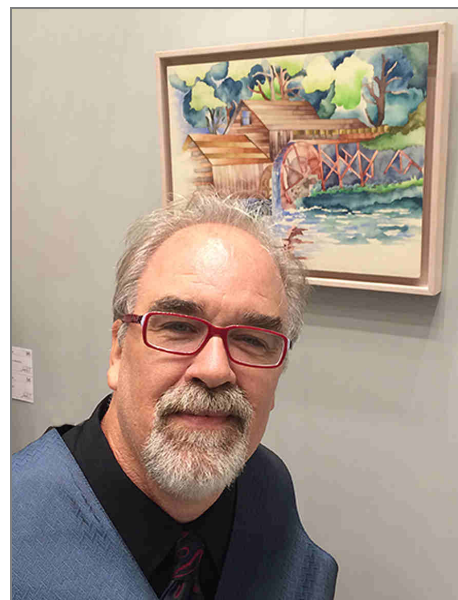
• **Vytvořil jste umělecký program pro dětskou nemocnici a stal se tam učitelem...**

Abych se dostal z těch čtyř stěn, kde jsem trčel doma celé dny, rozhodl jsem se dobrovolně učit dětské pacienty v neformálním uměleckém kroužku v místní nemocnici. V tu chvíli jsem si uvědomil smysl vlastního bytí a práce s dětmi, které byly buď nevyléčitelně nemocné, nebo více postižené než já, a to již od narození, mi dala nové obzory. Požádal jsem o grant, abych mohl svůj program někam posunout. Bohužel to poněkud zkomplikovalo moji vlastní finanční situaci, protože jsem v tu chvíli spadl do jiné kategorie, takže se snížil můj příjem. Ale naučil jsem se,

jak správně žádat o granty, a také poznal lidi, kteří vytvářejí podmínky pro uměleckou seberealizaci lidí s tělesným postižením. Začal jsem dostávat pozvání na prezentaci v jiných místních školách, v komunitních skupinách a na uměleckých festivalech. Ucítil jsem takovou silnou pozitivní reakci na moji snahu, že jsem hledal možnost finanční pomoci od odborných institucí, abych se mohl zúčastnit art terapie. To mě přivedlo k národnímu programu v Kennedyho centru múzických umění ve Washingtonu DC.

• **Jak jste se setkal s legendárním Andy Warholem? Jaký byl?**

Společnost známá jako VSA organizovala mnoho menších uměleckých festivalů, které oslavovaly snahy a díla umělecky zaměřených lidí s tělesným postižením. Kromě výtvarného umění ukazovali třeba tanec, drama, hudební produkce nebo literární počiny. Když jsem se dozvěděl, že národní festival se koná ve Washingtonu DC, hodlal jsem se stát delegátem za svůj stát. A díky agentuře, která podporovala můj pobyt v nemocnici,



Brom Wikstrom před svým obrazem

jsem pozici delegáta získal. Vzal jsem s sebou několik svých maleb a také malířské potřeby, protože jsem hodlal malovat na festivalu účastníky, tak jak jsem to dělal i na místních akcích. Jako asistent ►



S manželkou v květné zahradě

se mnou jel můj starší bratr. Vzrušením jsme byli oba bez sebe, když jsme tam viděli všechna ta muzea. A že můžeme být u takové velké události. Andyho Warhola tam pozval kamarád a známý malíř Jamie Wyethem. Domnívám se, že ho lákala myšlenka být okolo rodiny Kennedyů, jejíž člen Jean Kennedy Smith byl zakladatelem celé umělecké organizace VSA. Co čert nechtěl, náš stánek umístili hned vedle jeho a on se přišel podívat na moje vystavená díla a zavtipkovat si. Pak začal malovat plechovku polévky Campbell a já se věnoval portrétům přítomných. Andy a Jamie později sledovali, jak pracuji. Skromně musím přiznat, že jsem Warhola trochu naučil, jak malovat ústy. Byl velmi srdečný, galantní a zdvořilý. Upřímně se zajímali o moji práci.

• **Procestoval jste prakticky celý svět. Kde byly podmínky pro tělesně postižené nejlepší a v které zemi nejhorší?**

Díky zákonu o zdravotním pojištění z roku 1989 je v USA povinné, aby všechna pracovní a veřejná místa byla přístupná pro vozíčkáře. Z těchto důvodů je cestování po Spojených státech docela jednoduché. Jsou tu samozřejmě výjimky, ale měl jsem opravdu jen minimum potíží při cestách u nás doma. Většina mých cest byla hlavně kvůli konferencím nebo výstavám a organizátoři těchto akcí vědí, jak se postarat o mé potřeby.

Cesty, které podnikáme s manželkou jako obyčejní turisté, jsou daleko náročnější, ale překonávání překážek a poznávání přátelských lidí je vždycky takovou odměnou za potíže, které s cestováním mám. Manželka umí plynule italsky, což nám pomohlo hlavně při našich cestách do této země. Itálie je nádherná a přináší

nám nezapomenutelné vzpomínky. Co se ale bezbariérovosti týče, je to jedna z těch zemí, kde to mají vozíčkáři nejtěžší. Zaplatili jsme si také několik výletů lodí, ale ty se nám moc nelíbily, protože úzké prostory neskýtaly pro můj vozík příliš volnosti k pohybu. A ta neúspěšná komercializace – o to vůbec nestojíme.

• **Jste členem mnoha různých charit a vedete aktivní život...**

Začal jsem být aktivní v různých výborech neziskových organizací, abych nějakým způsobem kompenzoval státní podporu, kterou dostávám. Zjistil jsem, že mohu hrát důležitou a unikátní roli při řešení určitých případů. Myslím ale, že pokud bych byl zdravý, dělal bych něco jiného.

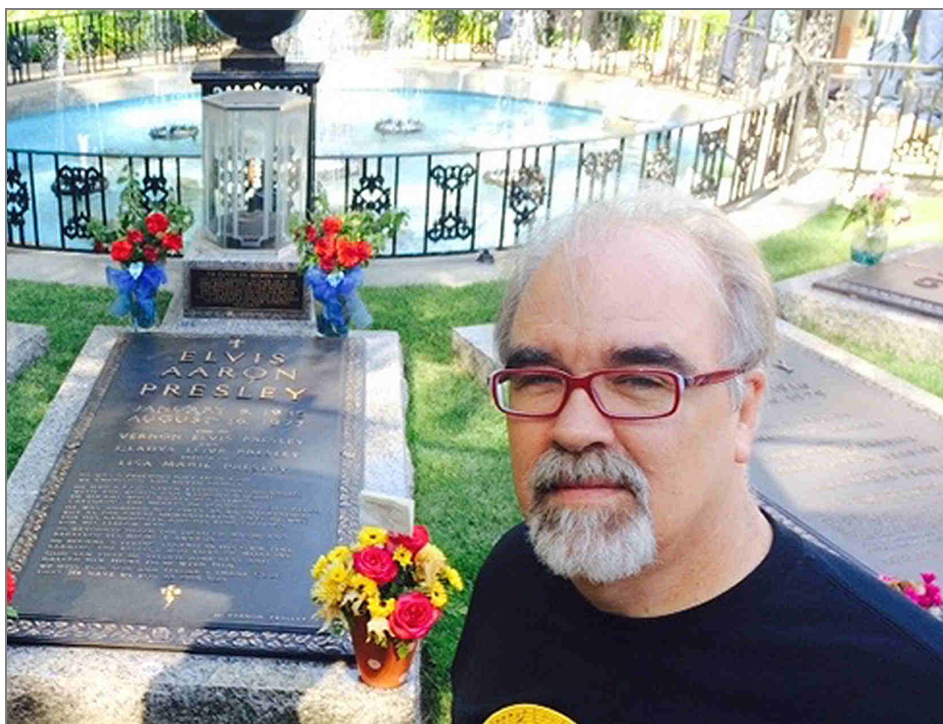
• **Jste přesvědčen o tom, že vám život víc dal nebo vzal?**

Život je takový, jaký si ho uděláš, ať jsi zdravý nebo tělesně postižený. Pravděpodobně proto, že jsem vyrůstal v Seattlu, cítil jsem závazek vůči komunitě. Jednou jsem slyšel přísloví, které říká: „Čím náročnější je úkol, tím sladší je vítězství“. Nevím, zda je to pravda, ale pokud mohu někoho inspirovat, aby se snažil ještě víc dosáhnout svých cílů, přispěl jsem k tomu, aby na světě bylo líp.

*Broma Vikstroma zpovídali
Eva Csölleová a Vítek Formánek*

Foto: archiv Broma Vikstroma

Umělci v ČR: ÚMUN – Nakladatelství umělců malujících ústy a nohama, Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30, tel.: 485 161 712, e-mail: umun@umun.cz, www.umun.cz.



U hrobu rokenrolového zpěváka Elvise Presleyho



Hlas moře

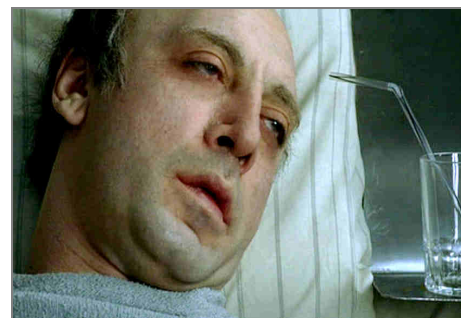
(Mar adentro)

O právu na důstojné ukončení života

Co vlastně definuje život, lidské žití? Je nějaký život bez těla? Existuje žití bez myšlenek? Film španělského režiséra a scenáristy Alejandro Amenábara Hlas moře z roku 2004, natočený podle skutečné události, vypráví životní příběh Španěla Ramona Sampedra, který 30 let vedl kampaň za právo na eutanazii a za právo na svou vlastní smrt. Charismatický herec Javier Bardem předvedl vynikající výkon a dokázal se do role Ramona Sampedra doslova převtělit. (Když Javier Bardem rapidně změnil účes, stojí za to zpozornět!)

Eutanazie – má každý člověk právo v případě, že nemůže vést plnohodnotný život, rozhodnout o jeho ukončení? Téma, které navždy bude rozdělovat lidi na dvě skupiny, podobně jako ho rozděluje téma trestu smrti. Jeden nepřesvědčí druhého a naopak...

Ramon je už 30 let upoután na lůžko a jeho rodina se o něj stará. Jediný pohled na svět mu umožňuje pouze okno v jeho ložnici. Dívá se na moře, po kterém se často plavil a na kterém v mládí utrpěl úraz. Od té doby má jediné přání – důstojně ukončit svůj život. Ramon občas na svou nemoc dokáže zapomenout a na chvíli se zaradovat, ráno po probuzení je ale všechno opět pryč, zůstává pouze chuť zemřít. Nezapomenutelný je moment, když Ramona vezou k soudu – jak dychtivě otáčí hlavu za každou „nepodstatností“, kterou vidí skrze okénko.



Poezie z vašeho pera

Amenábarův citlivý přístup k tématu umožňuje ponechat si vlastní názor na celou věc. Budete respektovat Ramonovo přání zemřít, nebo v něm uvidíte slabého člověka, který se neumí vypořádat se svým osudem a žít alespoň tak, jak mu jeho stav umožňuje. Film nastavuje zrcadlo lidem, kteří hodnotí ty s jiným názorem, ale i těm, kteří chtějí jiné životy řídit bez respektu.



„Chci zemřít, protože takový život – takovým způsobem – pro mě nemá cenu. Chápu, že by se ostatní postižení mohli urazit, když tvrdím, že takový život nemá cenu. Nechci nikoho soudit. Kdo jsem já, abych soudil ty, co chtějí žít?“

Slova člověka, s nímž by si nikdo s jasným rozumem nemohl chtít vyměnit místo. Stejně tak ale rozumíme lidem, kteří nechťejí ztratit toho, koho milují. Kdo z nás by dokázal tak dlouho čekat na panáka kyanidu...



Film získal v roce 2004 Stříbrného lva na MFF v Benátkách a také Volpi cup za herecký výkon hlavního představitele, v roce 2005 získal i Oscara a Zlatý glóbus za nejlepší cizojazyčný film.

Blanka Falcníková



Hlas moře (Mar adentro), Španělsko/ Francie/Itálie, 2004, 125 min.

Režie: Alejandro Amenábar, scénář: Alejandro Amenábar, Mateo Gil, kamera: Javier Aguirresarobe, hudba: Alejandro Amenábar.

Hrají: Javier Bardem, Belén Rueda, Lola Dueñas, Mabel Rivera, Celso Bugallo, Clara Segura a další.

Pár veršovanék nám poslala babuška Jaguška (Jitka Kučerová). Vyznáním lásky se rozloučila se svým manželem paní Jarmila Králová ze Staříče.

Moje prvotina

*Šel dědeček na kopeček,
postavil si tam domeček
a v něm postel, stůl a židli,
teď se mu tam krásně bydlí.
Do zahrádky lavičku,
pozval si tam babičku.*



Ilustr. obr.: www.fatym.com

Karambol naší Madly

*Naše Madla upadla
u Švandova divadla.
Zranila se jenom trošku,
vyvrtila si levou nožku.*

*Zraněná je jenom lehce,
vstávat se jí ale nechce.
Leží tady na zemi,
že je blázen, zdá se mi.*

*Leží, stále chechtá se,
zvednout nikým nedá se.
Je to vážně velký debil,
já bych tady radši nebyl.*

Můj Pepa a víno

*Pepo, Pepi, Pepíno,
pojďme spolu na víno.
Dáme dobré červené,
neříkej mi, že ne, ne...*

*Já vím, že máš víno rád,
může jít i kamarád.
Může jít i kamarádka,
už slyším, jak letí zátka.
Pořádně se opijeme,
na trable zapomeneme.*

Varování

*Pepo, Pepčo, Pepane,
ať se ti nic nestane.
Dávej pozor na zlosyny,
schovávají se za křoviny.
Udělej bububu
a dostaneš na hubu.*

Poslední loučení

*Miláčku můj, drahý, s tebou teď chci být,
za ruku tě držet, než zdoláš ten stít,
co zdolávají lidé a nelze je vyplatit
vším bohatstvím země,
co jen můžou mít!
Ani velkou láskou, největší na světě,
člověk neoddáli den, chvíli, kdy vezme tě,
největší nepřítel lidského života.*

*Zbývá jen naděje a moje jistota,
že výkupným vrátí tě zpět do života,
král, co svým životem všecken lid
vykoupil. Aby, kdo ho přitjme,
zpět na zemi žil.
Bez nemocí, stárí, slzí a trápení,
v království výplatce, co zemi v ráj změnil.
Poběžím v šťastném dni
s tebou se přivítat,
dnes už víc na světě nemohu ti dát.*

Jarmila Králová, Staříč
Psáno 15. 4. 2018 ve 3 hodiny ráno.
Manžel zemřel o dvě hodiny později.



Emil Open 2018:

Neuvěřitelný brněnský týden skvělých sportovních výkonů a kamarádství

Výkony na hranici možností, spousta emocí a nová přátelství.

Evropských her handicapované mládeže Emil Open, které v jihomoravské metropoli posedmé zorganizoval Nadační fond Emil, se od 6. do 10. června zúčastnilo 403 mladých lidí z 16 zemí Evropy

„Máme velkou radost, že se vše povedlo. Tato akce má určitě budoucnost. Nevím o žádném jiném podniku, který by přivedl ke sportu tolik mladých lidí – vzhledem ke svému postižení – začátečníků. V tom je Emil Open ojedinělý,” řekl Pavel Zbožínek, předseda organizačního výboru Emil Open.

Organizátorem unikátního sportovního zápolení je nezisková organizace Nadační fond Emil, Emilova sportovní, z.s., (více na www.emilnadace.cz).

„Emil Open propojuje sport s kulturou, děti s fyzickým i mentálním postižením a děti zdravé, což je naprosto unikátní,” těší Janu Procházkovou, předsedkyni správní rady Nadačního fondu Emil. „Pokud se někde dá hovořit o úspěšné inkluzi, tak je to u nás při Emil Open.“



Pro všechny mladé sportovce s postižením

Evropské hry handicapované mládeže Emil Open jsou určeny pro sportovce ve věku od 10 do 26 let se všemi typy zdravotního postižení – tělesným, zrakovým, sluchovým, mentálním i kombinovaným.



„Věřím, že se sem toto klání bude vracet i v budoucnu, protože obohacení, které přináší všem stranám, je nezpochybnitelné. Pro mě osobně je velmi inspirativní setkávat se s lidmi, kteří se nezalekli překážek a vlastním úsilím a nadšením se dostali do kondice, kterou by jim leckdo mohl závidět,” řekl Petr Vokřál, primátor města Brna.

„Tihle sportovci bojují tam, kde my zdraví už rezignujeme, a to je na nich obdivuhodné,” vyjádřila trefně pozici těchto



Slavnostní průvod sportovců při zahájení s vlajkami a cedulemi zúčastněných států

sportovců radní Jihomoravského kraje pro sport Jana Pejchalová.

Princip relativity

Závodníci změřili v Brně síly v pěti disciplínách: atletice, plavání, golfu, bocci a bocce.

„Soutěžilo se na specifickém principu tzv. relativity, kdy všichni soutěžící v dané skupině měli stejnou šanci na úspěch a ocenění,” vysvětlila profesorka Hana Válková z Fakulty sportovních studií. Mezi ambasadory akce nechyběli paralympijští vítězové – český plavec Arnošt Petráček,



Mexická vlna v hledišti. Jako při fotbale...



Utkání v bocci v tělocvičně – hráči pozorně sledují míčky své a soupeřů



Boccia na venkovním hřišti: v akci Jan Brychta (vlevo)



Ambasador Emil Open 2018 plavec Zbyněk Petráček

slovenský reprezentant v bocci Samuel Andrejčík a úspěšný golfista Angličan Ashley Harris. Arnošt Petráček přišel podpořit plavce na Kraví horu.

„Jsem rád, že je vás tu tolik a že sportujete,“ řekl. Dlouho na tento zážitek bude vzpomínat třeba plavec Michal Knop.

„Moc se mi tady líbí, chtěl bych jednou být tak rychlý jako Arnošt,“ dodal třináctiletý plavec a nepřímou potvrzení filozofii her: Emil Open je opravdu pro všechny.

Ačkoliv 7. ročník Evropských her handicapované mládeže skončil před pár týdny, mají už organizátoři plány na další edici projektu.

„Chtěli bychom rozšířit povědomí o této akci v celé Evropě, aby k nám přijelo ještě více států a více sportovců. Už máme v hlavách osmý ročník a jeho příprava co nevidět začne,“ dodal Pavel Zbožínek.

Anna Hrbáčková
(red)

Foto: Jan Brychta / Emil Open

Emil Open 2018



Na sportovištích bylo veselo: mašinka táhne vagonky, až se jí kouří od kol...

Rekordní počet účastníků na 19. havířovském turnaji v boccie

Díky boccie poznáte, co je to pravé přátelství,
říká havířovská hráčka Bára Skopalová

Třídenní turnaj s mezinárodní účastí se odehrál o předposledním dubnovém víkendu v Městské sportovní hale v Havířově. Turnaj si nenechalo ujít přes 70 boccistů, kteří společně se svými asistenty, rozhodčími a organizačním týmem zaplnili halu v rekordním počtu téměř 180 účastníků.

O nejlepší umístění bojovali ve třech dnech hráči z Česka, Slovenska, Polska a Ukrajiny. Po podzimní premiéře se osvědčila soutěž týmů BC1 + BC2 a párů BC3 a BC4. Týmovou soutěž ovládla výprava z Jedličkova ústavu v Praze ve složení Simona Blažková, František Petrák a Josef Žabka. V párech BC3 vyhráli Kamil Vašíček a havířovský Jiří Svojanovský. Soutěži párů BC4 pak dominovala dvojice Andrzej Janowski z Polska a Artem Klinko z Ukrajiny.

Skvělý Open turnaj

Víkend patřil soutěži jednotlivců a Open turnaji, kterého se mohli zúčastnit neklasifikovaní a rekreační hráči. Vítězem se stal Jaroslav Čermák z Havířova, v závěsu za ním zůstal Tomáš Byrtus a třetí skončil Jiří Michelfeit.

„Open turnaj se povedl. Hráči si ho užili a jsem moc rád, že se na něm ukázali také noví členové HSC Havířov – naši malí boccisté, kteří nám tvoří takovou přípravku,“ říká organizátor Open turnaje a zároveň vedoucí havířovské výpravy Vojtěch Zajíček.

Dařilo se dívkám a ženám

V sobotu se odehrály zápasy v základních skupinách jednotlivých kategorií, z nichž postoupili ti nejlepší do nedělních finálových bojů.



Kategorii BC1 zcela ovládlo něžné pohlaví. První místo získala Aneta Pokorná z Jedličkova ústavu. Po velkém boji zůstala stříbrná domácí Barbora Skopalová. Bronzovou medaili si do Prahy odvezla Kateřina Cuřínová z Jedličkova ústavu.

V kategorii BC2 vyhrál Martin Bílek, druhý skončil Josef Žabka a třetí František Petrák.

Nejlepší jednotlivci BC3 byli na prvním místě Kamil Vašíček, druhý Jiří Svojanovský a třetí Adam Peška.

Kategorii BC4 vyhrál Michal Pros, stříbro si na Slovensko odvezl Marian

Klimčo a bronz na Ukrajinu Artem Klinko.

„Myslím, že domácí turnaj se povedl. Jsem šťastný, kolik příležitostí ke sbírání cenných zkušeností měli naši hráči. Mohou je využít v dalších zápasech,“ pochvaloval si Vojtěch Zajíček.

Na ocenění se mohli účastníci těšit i ve speciální soutěži největších sympatů. Nejsympatičtější hráčkou se stala Marcela Čermáková. Mezi rozhodčími nejvíce oslnila Eva Kučerová a mezi dobrovolníky zazářil Dominik Kniezek z organizace Adam, která s HSC spolupracuje.



Všichni si zaslouží obdiv

Také 19. havířovský turnaj, který organizoval místní Handicap sport club ve spolupráci s Českou federací boccii, zaštiťovala primátorka města Jana Feberová. Ceny přišel předat zastupitel města Martin Porembski společně s hokejisty AZ Residomo Havířov Markem Sikorou a Janem Marunou a Antonínem Polickým ze Správy sportovních a rekreačních zařízení Havířov.

„Moc si vážíme podpory našich partnerů, bez kterých bychom nemohli fungovat. Turnaj by se nemohl uskutečnit ani bez všech asistentů, rozhodčích a dobrovolníků,“ poděkovala všem tajemnice klubu Kateřina Šajnarová.

Díky patří Moravskoslezskému kraji, Statutárnímu městu Havířov, České federaci boccii, Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy, hotelu Park INN by Radisson Ostrava, hokejovému klubu AZ Residomo Havířov, Správě sportovních a rekreačních zařízení a dalším. Za občerstvení a ceny děkujeme CrossCafe, Erpeku, Semagu, produktu Baníčky, Farmářské brambůrky a firmě B4B inkasso Havířov.

*Foto: Mirek Hodeček
Text: Kateřina Šajnarová*

Bára Skopalová:

**Mám vás ráda,
vlci z Havířova!**

„Celý turnaj začal v pátek, kdy se konala soutěž týmů a párů. Jelikož jsem zařazena do kategorie BC1, hrála jsem za tým. Ten jsme tvořili společně s klubovými spoluhráči Patrikem Mravíkem, Romanem Sajdakem a Tomášem Medkem,“ říká Bára Skopalová, domácí boccistická naděje.

„V ranním zápase jsme se utkali s týmem z JÚ Praha. Nebyli jsme ještě moc sehraní, tak jsme si odnesli prohru. Mně osobně to na náladě nepřidalo. Druhý zápas, opět proti Praze, se odehrál se stejným scénářem. K jeho konci už na mně byla znát nechuť a odevzdanost, což se mi normálně nestává. Bylo to asi tím, že mě bolela hlava, nedařilo se nám a bylo to také zdlouhavé, ostatně jako všechny týmové zápasy.“

Po další hořké prohře Bára vyrazila s rodinou do města na zmrzlinu – načerpat novou energii. A vyplatilo se.

„Následující dva zápasy jsme, dá se říct, s přehledem vyhráli a odnesli si tak 3. místo. Večer jsem vyčerpaně padla do postele a psychicky se připravovala na sobotu, kdy se konal první den soutěže jednotlivců,“ vzpomíná Bára.

První zápas ji čekal proti soupeřce, se kterou už pár měsíců bojuje v národní soutěži a vždycky Báru porazila.

„Tentokrát jsem ale vyhrála a přesvědčila se, že není neporazitelná. Další zápas jsem ztratila o jeden bod, ta že nebylo jasné, jestli postoupím do semifinále. S velkým štěstím mi to vyšlo. Mohla jsem tedy spokojeně ulehnout do postele a čerpat síly do posledního turnajového dne.

Ráno jsem vstala plná odhodlání. Při snídani jsme si s mamkou povídaly a ta pronesla: ‚Dnešní první zápas tě čeká proti Katce Cuřínové, která byla v Riu. Tipuju, že tě rozdrtí. Pokud budeš mít aspoň trochu štěstí, půjdeš do bojů o 3. a 4. místo.‘ Já jí na to bez rozmyšlení řekla, že nic není nemožné... A vzpomněla si na kamaráda, který měl tuhle větu jako životní motto.

Na hale jsem se jako obvykle rozházel. Moc přesná jsem nebyla, začala jsem trochu pochybovat o tom, jak zápas s paralympioničkou dopadne. Přeci jen – ona hraje už několik let a já pouze dva roky. Po čtvrté směně zápasu byl stav 5:5, což znamenalo, že se jde do tiebreaku. To jsou pro hráče, troufám si říct, snad ty největší nervy. Já jsem měla v hřišti dva míče, soupeřka všech šest, což znamenalo, že jsem na radě. Pohled z boxu mnohdy zkresluje vzdálenost, tak jsem se šla podívat do hřiště a zjistila, že můj míč je asi centimetr dál od jacka než ten soupeřky. V boxu mi zbyly čtyři míče, takže se dalo ještě leccos dokázat. Když jsem

se podívala na mamku cestou zpět na místo odhodu, jako by mi říkala: ‚Nech to být, výsledek je dobrý.‘ Zhluboka jsem se nadechla, zvedla ruku na podání míče a řekla si: ‚Teď, nebo nikdy! Jeho trajektorii jsem bedlivě sledovala. Padl přesně tam, kam měl. Dorazil míč před jackem blíž, což pro mě znamenalo výhru a postup do finále.‘

Tímhle momentem jsem dokázala sama sobě, že je ve mně víc, než jsem si myslela. Finálový zápas jsem bohužel prohrála, ale byla jsem se sebou nadmíru spokojená. Technicky jsem se za ty tři dny posunula výše, a hlavně jsem si splnila cíle, které jsem si před turnajem stanovila: chci do toho dát všechno a odvézt si dvě medaile. Nic z toho by ale nebylo bez podpory kamarádů z klubu, trenérů, rodiny a obecně všech, co v tomhle sportu jedou se mnou. Moc díky!“

A co si Bára myslí o své sportovní budoucnosti?

„Nikdy jsem u ničeho nevydržela tak dlouho. Boccii hraju dva roky a troufám si říct, že jen tak neskončím. Dává mi to totiž do života hodně. Nejen sport samotný, ale hlavně sounáležitost se všemi lidmi, mezi kterými se díky tomu pohybuju. Zjistíte tady, co znamená pravé přátelství a podpora. Mám vás ráda, vlci z Havířova!“

*Foto: Mirek Hodeček
(red) a Barča Skopalová*



Domácí hráčka Bára Skopalová skončila na druhém místě

Turnaje Jihočeské ligy v integrované bocci 2017/2018 si všichni užili

Michal Pospíšil

Nejprve pár slov o českobudějovické Arpidě, což je nestátní nezisková organizace pracující na bázi občanského sdružení a obecně prospěšné společnosti. Poskytuje komplexní koordinovanou péči v duchu uceleného systému rehabilitace prostřednictvím střediska sociálních služeb, nestátního zdravotnického zařízení a škol a školských zařízení. Cílem poskytované péče je dosažení pokud možno optimálního vývoje každého jednotlivého klienta (uživatele) ve smyslu jeho maximální možné soběstačnosti a integrace v jeho přirozeném sociálním prostředí.

Na postižení a věku nezáleží

V Arpidě se integrovaná boccia (iBoccia) hraje už několik let. Integrace spočívá v tom, že boccii může hrát člověk jakkoli postižený a jakéhokoli věku. Kdysi jsem iBoccii hrál a tak jsem od počátku aktivně sledoval, kudy se tento sport bude ubírat. Chodím – musím přiznat, že ne příliš pravidelně a ne na všechny zápasy – pomáhat s dodržováním pravidel jako rozhodčí.

Sportovní boje jaksepatri

V pondělí 23. 4. 2018 proběhlo v jídelně českobudějovického Senior domu slavnostní vyhlášení Jihočeské ligy v iBoccii za rok 2017/2018. Během roku se odehrálo 12 turnajů ve třech ligách, ve kterých se utkalo 22 týmů. Zápasy byly plné emocí, soutěživosti a snahy vyhrát putovní pohár.

V 1. lize na celé čáře vyhrála *Rolnička* ze Soběslavi. Týmy z Arpidy ale nezusta-



Gratulace vítěznému týmu – soběslavské Rolnička

ly pozadu: *Pohodáři* skončili v 1. lize na šestém místě. Ve druhé lize se umístili *Plameňáci* na šestém a *Flinstoenovi* na osmém místě. Ve třetí lize zabodoval tým (*NE*)*postradatelných* a svou statečností se dokonce stal jejím vítězem a zajistil si postup do druhé ligy. Třetí místo pak patřilo *Bonbónům*, čtvrté až páté *Knedlíkům* a *Sovám*.

Velká gratulace ale patří všem – sportovcům i organizátorům. Už teď se těším na další zápasy v příští sezóně. Rozzářené obličej, herní nasazení a známé tváře jsou zárukou pohody při báječných sportovních setkání.

pospmichal@email.cz

Integrovaná boccia (iBoccia)

iBoccia (čti iboča) integrovala boccii, určenou pouze handicapovaným sportovcům, mezi sporty, kterým se mohou věnovat společně lidé velmi handicapovaní i zdraví, od dětí až po seniory.

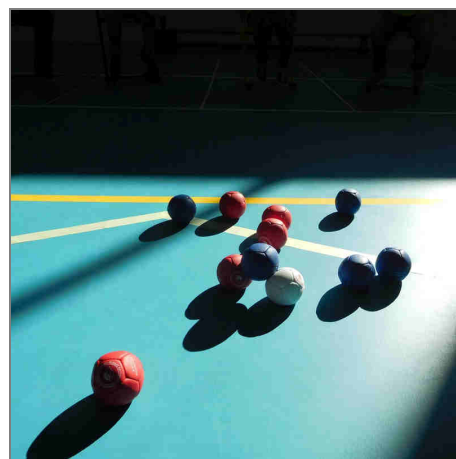
iBoccia má upravená pravidla klasické boccii. Je obdobou francouzského pétanque. Hraje se pouze v třech až šestičlenných týmech a smyslem hry je umístit kožené míčky svého týmu (červené nebo modré) co nejbližší k Jacku (bílému míčku). Hraje se v tělocvičnách a halách.

Více na internetových stránkách <http://www.integrovanesporty.cz/>.



Ilustrační snímek ze hry iBoccia

Foto: <http://hschavirov.cz>



iBoccia

Ilustr. foto: <http://zs-ebeso.cz>

Nadace Jedličkova ústavu fandí sportovcům

Nadace Jedličkova ústavu dlouhodobě podporuje Sportovní club Jedličkova ústavu Praha, jehož členskou základnu tvoří z velké části žáci a studenti Jedličkova ústavu a škol, ale také jedinci s rozličným zdravotním postižením z celé Prahy a okolí. Ti pravidelně dojíždějí na tréninky florbalu, cyklistiky, boccii, plavání, fotbalu, lukostřelby, curlingu nebo atletiky.

V současnosti Sportovní club JÚ eviduje 340 členů, z nichž 20 reprezentuje ČR na mezinárodních soutěžích. Jako jediný organizuje kurzy horolezectví pro jedince se zdravotním postižením, při kterých slauňují i lidé na vozíku. Velkou pozornost pak se svými svěřenci věnuje atletice, ve které společnými silami a pílí sklízí řadu úspěchů. Nadace JÚ je na atlety velmi pyšná, a když je možnost, vždy jejich základnu a aktivity podpoří.



**Nadace
Jedličkova
ústavu**

Podpora od slavných českých sportovců

V únoru proběhla charitativní aukce „Sport pomáhá všem!“. Dražily se předměty, které Nadaci JÚ darovali přední čeští sportovci. Fanoušci vydražili vzácné suvenýry za krásných 149 644 Kč. Největší bitva se odehrála o originální svetr Jiřího Rašky, ale velký úspěch měla například i hokejka Dominika Haška.

Část finančních prostředků putovala právě na podporu mladých handicapovaných sportovců ze Sportovního klubu JÚ, kteří v březnu reprezentovali ČR na závodech Světového poháru v atletice vozíčkářů a tělesně postižených v Dubaji. A reprezentace to byla opravdu úspěšná. Atlet Fanda vyhrál dvě zlaté medaile – v hodu diskem a kuželkou. Nováček Rozálie získala v hodu oštěpem dvě stříbra a v hodu diskem k nim přidala ještě bronz!

Mistrovství Evropy v atletice

Další část finančních prostředků nadace využije na nadcházející akci atletů, kteří se chystají na dva velké mezinárodní závody v Berlíně. Čeká je Berlin Open Grand Athletics 2018 (30. června) a Mistrovství Evropy v atletice (20. srpna), kde



Atlet Fanda v Dubaji vyhrál dvě zlaté medaile – v hodu diskem a kuželkou

budou hájit české barvy. Na tyto sportovní svátky vyšle Sportovní club JÚ pět svých členů.

Vybavení, doprava, ubytování i potřebné zázemí, které atleti vozíčkáři potřebují, to vše je velmi finančně nákladné. Proto Nadace JÚ sportovní tým podpoří a doufá, že atletům pomůže v cestě za vysněnými medailemi.

Držíme palce!

*Mgr. Veronika Schranková
Nadace Jedličkova ústavu*



Zlatá medaile z World Para Athletics



V Berlíně čeká sportovce Sportovního klubu Jedličkova ústavu Praha klání na Berlin Open Grand Athletics a Mistrovství Evropy v atletice

Čeští paralympionici na medaile nedosáhli

Zimní paralympijské hry v korejském Pchjongčchangu překonaly rekord ve sledovanosti



Celkem čtyřiaadvacet sportovců včetně traserů vyslal Český paralympijský výbor na XII. Zimní paralympijské hry v korejském Pchjongčchangu. Medailových oslav se sice nedočkali, přesto byly jejich výkony výtečné. A pochvalu zaslouží lyžaři i sledge hokejisté.

Mezi lyžaři na paralympiádě urval nejlepší umístění zrakově handicapovaný Patrik Hetmer, který hned v prvním závodě ve sjezdu skončil šestý a dařilo se mu i v dalších disciplínách, když společně s trasérem Miroslavem Máčalou obsadil dvakrát osmou příčku. Ve stejné kategorii se podařilo v Super-G zabodovat i teprve dvaadvacetiletému Tadeášovi Křížovi, který dojel s 12. nejrychlejším časem.

Naše sledge hokejisty zdobí bojovnost

Sledge hokejový tým po úvodní těsné prohře s výběrem Jižní Koreje podlehl i pozdějším vítězům turnaje ze Spojených států, což naše diskvalifikovalo z bojů o medaile. Na tom nic nezměnila ani výhra nad Japonci, kterou Češi skupinovou část turnaje zakončili. Ve čtvrtém zápase v řadě pak narazili na Švédy. V tomto duelu předvedli svěřenci trenéra Jiřího Břízy hlavně velké odhodlání a nakonec vydřeli vítězství 4:3 po nájezdech. V souboji o konečné páté místo pak unavený český tým podlehl Norsku 2:5.

„Naše sportovce na paralympiádě jsem sledovala každý den – ať už ty na svahu nebo ty v hokejové hale. Zápas našich sledge hokejistů s Jihokorejci byl

skvělý, naši chlapi do toho dali všechno. A že skončili celkově šestí? Ti před nimi prostě byli lepší a navíc měli i kus sportovního štěstí,“ zhodnotila výkonná předsedkyně Českého paralympijského výboru (ČPV) Alena Erlebachová.

Zájem diváků obrovský

Zimní paralympijské hry v korejském Pchjongčchangu překonaly rekordy, co se týče zájmu diváků i médií. Podle údajů zveřejněných Mezinárodním paralympijským výborem (IPC) se březnové hry vysílaly na více než 100 územích a přitáhly

kumulativní publikum 2,02 miliardy lidí. Další více než čtvrt miliarda fanoušků sledovala paralympiádu prostřednictvím mediálních kanálů IPC.

„Rostoucí zájem o sledování paralympijských her jen kopíruje narůstající zájem o paralympijský sport jako takový. Tento růst je tím působivější, když si uvědomíme, že hlavní část publika máme v Evropě a Severní Americe, tedy na územích ve velmi odlišných časových pásmech vzhledem k Jižní Koreji, která Hry pořádala,“ řekl marketingový a obchodní ředitel IPC Alexis Schaefer.



Čeští sledge hokejisté ve vítězném souboji s Japonskem

Nejúspěšnější z hlediska sledovanosti bylo alpské lyžování, hned za ním běh na lyžích a biatlon.

Úspěch sklídila paralympiáda i na sociálních sítích. Více než 13 milionů lidí sledovalo videoobsah na facebookovém profilu a twitterových účtech IPC, přes 4 miliony pak prostřednictvím YouTube kanálu IPC.

Zimní paralympiáda v Pchjongčchangu se konala od 9. do 18. března, zúčastnilo se jí 567 sportovců z 49 zemí. Sportovci soutěžili v 80 medailových závodech nebo zápasech v šesti sportech, alespoň jednu medaili získalo 26 zemí, což je více než na jakýchkoli předchozích paralympiádách. Rekordních 20 zemí získalo zlato (včetně třeba Chorvatska nebo Kazachstánu). Cestu do hledišť přímo v Pchjongčchangu si našlo 343 000 diváků a 629 akreditovaných médií, což je o 15 % více než v Soči 2014.

Souhrnné výsledky české výpravy na ZPH

Pavel Bambousek (alpské lyžování – monoski): Sjezd 19. místo, Super-G 20. místo a Superkombinace 14. místo.

Miroslav Lidinský (alpské lyžování): Super-G 30. místo, Obří slalom 26. místo a Slalom 21. místo.

Tomáš Vaverka (alpské lyžování): Sjezd 24. místo, Super-G 29. místo, Superkombinace 15. místo a Obří slalom 22. místo.

Patrik Hetmer a Miroslav Máčala (alpské lyžování): Sjezd 6. místo, Super-G 10. místo, Superkombinace 8. místo a slalom 8. místo.

Anna Pešková a Michaela Hubáčová (alpské lyžování): Super-G 11. místo.

Tadeáš Kříž a Radim Nevrlý: Obří slalom 12. místo

Sledge hokejová reprezentace: 6. místo

Zdroj: IPC, Tereza Kubíčková,
www.paralympic.cz

(red)

Foto: www.paralympic.cz



Tadeáš Kříž (vpředu) skončil v obřím slalomu dvanáctý

Adolfína Tačová: Eliška dostala olympijskou zlatou medaili in memoriam

Deset let nepřetržitě závodila Adolfína Tačová v gymnastickém trikotu se lvíčkem na prsou a spolu s Evou Bosákovou i Věrou Čáslavskou tvořily základ tehdejšího olympijského družstva. Od roku 2006 je členkou regionálního klubu olympioniků. Ještě před sedmi lety učila akrobacii na ostravské konzervatoři. A kromě titulu Sportovní legenda Ostravy jí patří i Cena hejtmana Moravskoslezského kraje za přístup k mládeži a propagaci sportu. Zeptali jsme se na její sportovní kariéru a na koho či na co ráda vzpomíná.

„Mým vzorem v padesátých letech byla sportovní gymnastka Eva Bosáková a krasobruslařka Ája Vrzáňová. Učila jsem se od nejlepších, aniž by mě do toho někdo nutil. Kdo chtěl tehdy do reprezentace, musel uspět na mistrovství Československé republiky. Tenkrát bylo v Bratislavě a skončilo tak, že první byla Eva Bosáková, druhá Věra Čáslavská a třetí já. Tím jsem si otevřela cestu do reprezentačního družstva na mistrovství světa v Moskvě (1958). Tam jsme získaly stříbrnou medaili. O rok později jsem se v Ostravě stala mistryni Československé republiky ve sportovní gymnastice žen. Měla jsem velké štěstí, byla v domácím prostředí a cítila jsem se ‚nabitá‘. Na to pak navázaly olympijské medaile a šlo to dál a dál.

Z dlouhé řady závodů doma i v cizině byly největším úspěchem mé kariéry ve sportovní gymnastice dvě olympiády a zisk dvou stříbrných medailí v družstvech. Konkrétně to byla olympiáda v Ří-



Gymnastka Eliška Misáková Foto: ČTK

mě (1960) a v Tokiu (1964). Pocit, který jsem při předávání medailí měla, byl úžasný, navzájem jsme si tam i pobřečely. Když si uvědomíte, že naše vlajka jde nahoru a celý svět se klaní – to sladké mrazení se mi dodnes vrací při každém ceremoniálu. Jednoduše řečeno, když se stojím na bedně, já mám husí kůži. A k tomu ještě připočtete, že Japonci nás zbožňovali, zejména tedy Věru Čáslavskou,“ vzpomíná Adolfína Tačová.

A nikdy nezapomene ani na Elišku Misákovou. „Jak by ne, je to smutný a zároveň ojedinělý příběh. Už v letadle na londýnskou olympiádu v roce 1948 se Elišce udělalo špatně, ale vypadlo to ▶



Adolfína Tačová (vpravo) s přítelkyní, malířkou Olgou Bubeníkovou

Foto: Josef Zajíc

jen na chřipku. Další vyšetření však ukázala, že jde o dětskou obrnu, v té době neléčitelnou. Na poslední chvíli ji zaskočila Věra Růžičková a celé družstvo bylo přesvědčené, že když vyhrají, vyhraje i Eliška. Nestalo se. Eliška zemřela v londýnské nemocnici a při slavnostním vyhlášení vítězů byla československá vlajka olemována černou stuhou. Eliška Misáková jako jediný sportovec v dějinách olympijských her dostala čestnou zlatou medaili in memoriam.

Triumf a slzy

Eliška Misáková vyrůstala ve Vyškově v rodině železničního výpravčího jako nejstarší ze tří sester. Společně se sestrou Miloslavou cvičila ve vyškovském Sokole. Obě se kvalifikovaly do družstva Československé obce sokolské, které se připravovalo na olympijské hry v Londýně.

„S Eliškou jsem se více poznala asi rok před olympiádou, zdobila ji pracovitost, píle a houževnatost,“ vybavuje si členka vítězného týmu Věra Růžičková, jedna z posledních tří žijících tehdejších gymnastek. „Do Londýna jsme letěly plně očekávání, byl to obrovský zážitek. Poprvé v životě jsme letěly letadlem, Londýn ještě nesl zřetelné stopy po bombardování, a přesto byla atmosféra velkého sportovního svátku úžasná. Šlo o Hry radosti, po válce se nám všechno zdálo krásné. Němci a Japonci měli olympiádu zakázanou, zastoupení ještě neměl ani tehdejší Sovětský svaz. Velkým zážitkem bylo potkat se s Američany, černochoy nebo Indy, vidět poprvé pomeranče a čokoládu. Olympijská vesnice tehdy neexistovala. Bydlely jsme na vysokoškolských kolejích, měly jsme volné jízdenky na autobusy a metro,“ líčí Věra Růžičková.

Gymnastické soutěže byly na programu až v závěru her, proto sokolští gymnasté a gymnastky přiletěli až v jejich polovině.



Adolfiná Tačová

„Už v letadle nebylo Elišce moc dobře. Mysleli jsme, že má příznaky chřipky,“ vzpomíná Věra Růžičková na počátek tragédie, na jejímž konci byla smrt jedenadvacetileté gymnastky. „V Londýně se však její zdravotní stav zhoršoval, během týdne se přidaly bolesti hlavy a horečky.“

Elišku Misákovou hospitalizovali v nemocnici v Northwoodu. Odtud ji převezli na infekční oddělení nemocnice v Uxbridge, kde lékaři diagnostikovali dětskou obrnu. Lékař výpravy Zdeněk Hornof, který onemocněl sám prodělal, jí poskytl svou krev – odborníci se domnívali, že právě taková krev bude mít protilátky a pomůže. Marně. Elišku Misákovou navštívily kamarádky z družstva, ale mohly se na ni dívat jen přes sklo. Ležela sevřená v železných plících. Nemohla mluvit, ochrnuly jí ruce, druhý den i nohy...

V nešťastné atmosféře nastupovaly československé gymnastky k olympijské soutěži, kterou pořadatelé museli kvůli počasí přesunout z otevřeného stadionu ve Wembley pod střechu Empress Hall v Kensingtonu. A družstvo triumfovalo.

Při dekorování medailemi pak gymnastky, které se těsně před tím dozvěděly, že Eliška zemřela, plakaly. Diváci si přitom mysleli, že jde o slzy štěstí...

(di)

Nebezpečí dětské obrny

Jediným přenašečem dětské obrny je člověk. Vakcína proti ní byla vynalezena v padesátých letech minulého století a bezprostředně poté se frekvence výskytu obrny v mnoha zemích výrazně snížila. Československo se v roce 1960 stalo první zemí na světě, kde byla obrna vymýcena na národní úrovni. Nicméně ještě před deseti lety bylo v Česku stále asi 10 000 lidí, kteří si nesli následky tohoto onemocnění.

Dětská obrna může mít mírnou formu – mezi příznaky patří zvýšená teplota, nevolnost, bolest hlavy a břicha, někdy i ztuhlost zad a nohou. V těchto případech se pacient vyléčí bez trvalých následků.

Pokud ovšem viry zasáhnou centrální nervový systém, mohou způsobit těžší formu nemoci. V konečném důsledku tak může vzniknout paralytická dětská obrna s následným ochrnutím nejčastěji dolních končetin a trvalými následky po zbytek života. Při napadení mozku je také dochází k selhání životně důležitých orgánů. Smrtící kombinací je také postižení dýchacích a polykacích svalů.

ALDIO hlásí volnou kapacitu pro přepravu dětí s postižením do škol a dalších zařízení

V letošním roce ukončily některé děti, které Alternativní doprava imobilních osob spolku Ostravská organizace vozíčkářů denně vozila do škol, povinnou školní docházku. Tím se dopravě uvolnil čas, ve kterém je možné vozit děti s postižením do školy, ústavů a specializovaných zařízení.

Spolek už oslovil některé školy na území města Ostravy s nabídkou specializované dopravy a nyní se obrací i na rodiče dětí a čtenáře magazínu VOZKA. Vozidlo je upravené pro přepravu osob na ortopedických vozíčkách. Cena pro školáky je snížena na **60 Kč za jednu jízdu**.



Řidič ALDIA Radek Hoza při „nakládce“ vozíčkáře a těžce chodící osoby Foto: (red)

Pokud máte zájem o přepravní službu pro děti s postižením, obraťte se na dispečink ALDIO e-mailem: oov@seznam.cz nebo telefonicky na č. 596 786 353.

Marie Báňová
vedoucí ALDIO

Cesta bez bariér – ať je tvá cesta bez nehod!

Na „cestu“ se v dubnu vydala obnovená přepravní služba pro občany s postižením ve Frýdku-Místku – Cesta bez bariér. Ale nejprve začátek příběhu.

Když jsme 3. ledna 2018 na dispečinku služby Ostravské organizace vozíčkářů ALDIO v Ostravě-Zábřehu s překvapením zaznamenali tři požadavky na přepravu občanů z Frýdku-Místku a propočítali jsme jim cenu za požadovanou přepravu, všichni odrekli. Věděli jsme, že tam existuje obdobná přepravní služba pro imobilní osoby, dokonce i se stejným autem Ford, jako máme my. Několikrát jsme je požádali o výpomoc při dojednaných rozvozech, které jsme kvůli poruše auta nebo jízdě mimo republiku nemohli sami uskutečnit. Vždy nám ochotně vyšli vstříc. Také na Colours of Ostrava jsme byli rovnocennými partnery. A teď náhle – stříh – a vozidlo se chystalo k prodeji...

Nový rozjezd

Rozhodli jsme tedy k tomu, že nabídneme své dvacetileté zkušenosti z provozování přepravní služby pro osoby s postižením, převážně vozíčkáře, spolku Cesta bez bariér, který vznikl v roce 2015. Za projekt přepravní služby je nyní zodpovědný pan Petr Matýsek. Dali jsme se tedy společně do práce. Za naši dopravu ALDIO musím říci, že během uplynulých třech měsíců jsme jim měli co předávat a že druhá strana naslouchala velmi pečlivě, protože její úmysl vozit děti s postižením do školy, seniory k lékařům a další lidi, kam potřebují, je zcela upřímný. Taková pomoc – bez velikých gest a očekávání vděku a uznání – má smysl. Když se jim někdy dostane obojího, bude to skvělé.

A co následovalo? Nelehká cesta skrze úřady, vyjednávání o levnějším nákupu pohonných hmot, zajištění účetnické fir-



Elektronická zdvižná plošina umožňuje pohodlný nástup vozíčkářům



Červený Fiat DOBLÓ prošel úpravou pro převoz vozíčkářů, mj. zvýšením střechy

my, hledání nebytového prostoru pro dispečink, přijetí spolehlivých spolupracovníků a nakonec hitparáda naší činnosti: shánka potřebné finanční podpory. A také sehnat partnery pro umístění reklamy na vozidlo, žádat o podporu přílehlé obce, hledat úsporná opatření už po rozjezdu služby atd. Není toho málo. Už teď mají ambice získat vozidlo s větší kapacitou přepravy osob...

Bylo nám s Petrem fajn, má v nás velké fandky a – za relativně krátkou dobu – i nové přátele.

Marie Bářnová
vedoucí přepravy ALDIO

Cesta bez bariér funguje skvěle

„Spolek Cesta bez bariér poskytuje službu přepravy lidí s omezenou možností pohybu. Doprava je zajišťována jedním vozidlem Fiat DOBLÓ, které je vybaveno elektronickou zdvižnou plošinou spojenou s plnohodnotným upevňovacím a kotvicím zařízením pro uchycení ortopedického vozíku,“ říká Petr Matýsek.

Službu mohou využívat lidé se zdravotním omezením i ti, kteří se stanou nepohyblivými krátkodobě v důsledku úrazu, choroby či jiným způsobem. Díky službě mají tito lidé možnost zajistit si návštěvu lékaře, úřadů a vzdělávacích či kulturních akcí. Nebo se mohou zúčastnit rodinných a společenských akcí, jako jsou různé oslavy, plesy a hudební festivaly. Třeba vozíčkáři velmi oblíbeného festáku Colours of Ostrava.

Jak se objednat?

„Objednávky k přepravě přijímáme na telefonu 739 786 540 ve všední dny, a to v době od 7.00 do 13.00 hodin nebo e-mailem cestabezbarier@seznam.cz. Jízdu je vhodné objednat s co největším časovým předstihem, abychom z kapacitních důvodů mohli vyhovět všem klientům,“ vysvětluje Petr Matýsek.

Dopravní služba je provozována ve všedních dnech od 6.30 do 15.00 hodin. Přeprava mimo pracovní dny a pracovní dobu bude poskytována pouze pro držitele průkazu ZTP nebo ZTP/P.

Každý klient, který si dopravu objedná a bez omluvy a řádného odvolání ji nevyužije, je povinen uhradit smluvní pokutu ve výši 400 Kč.

Za řádně odvolanou objednávku u dlouhodobě nahlášené přepravy se považuje zrušení minimálně jeden pracovní den před sjednaným termínem přepravy. U ostatních individuálních přeprav alespoň dvě hodiny před sjednaným termínem přepravy.

Další informace a aktuální ceník na www.cestabezbarier.cz.

(red)

Foto: Cesta bez bariér



Cesta bez bariér, spolek
Alternativní doprava

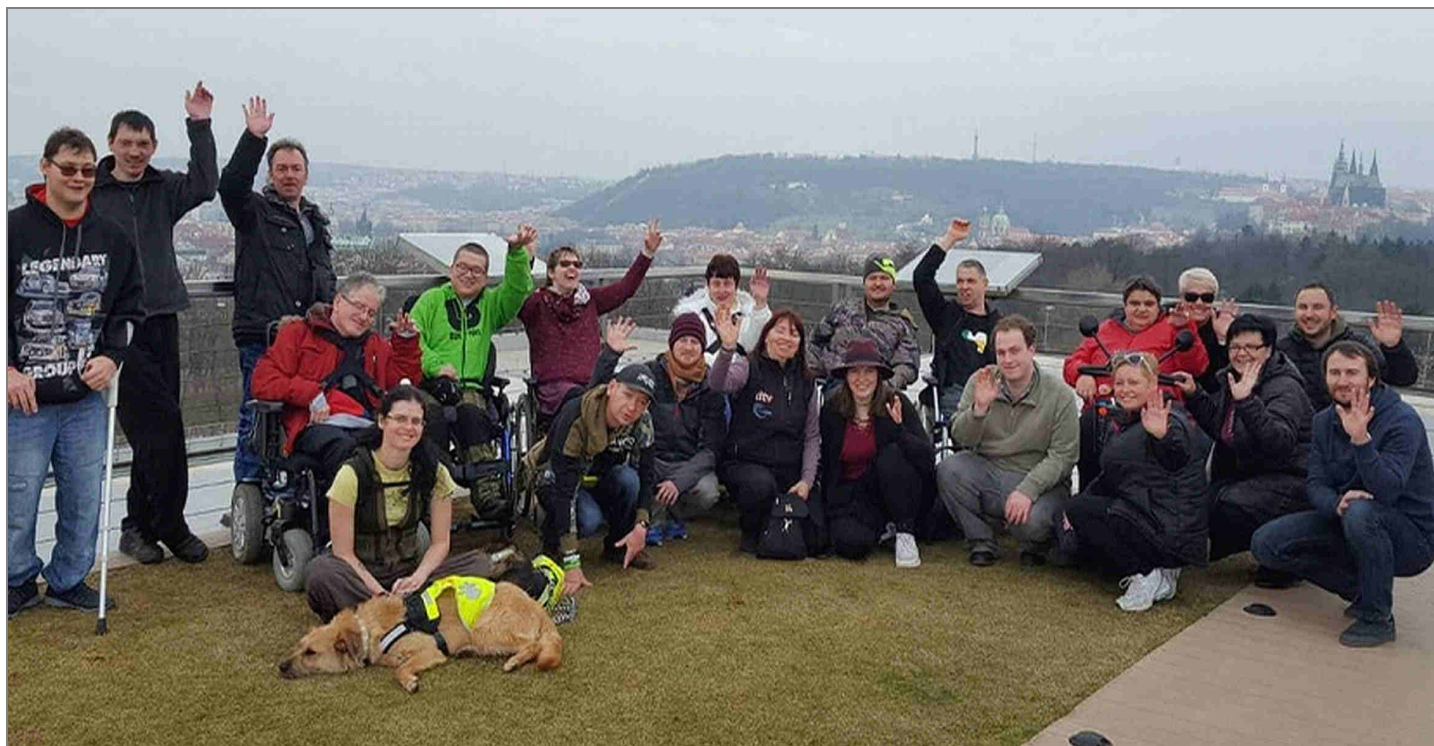
Provozní doba:
Po - Pá od 6:30 do 15:00

Objednávky - dispečink:
Po - Pá od 7:00 do 13:00

Tel.: 739 786 540
www.cestabezbarier.cz

Děkujeme, Paraple!

Lidé z DMO Pobyty strávili Velikonoce v Praze



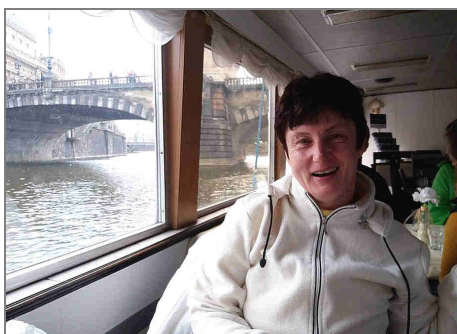
Výletníci z DMO Pobyty na jedné z pražských vyhlídek

Od čtvrtka 29. března do pondělí 2. dubna jste mohli v centru hlavního města potkat skupinku lidí z organizace DMO Pobyty. To zrovna byli na velikonočním pobytu v Centru Paraple v Malešicích. A všichni si ho parádně užili!

Letošní pobyt nesl podtitul *Divadelní Velikonoce*. Ve čtvrtek po příjezdu a ubytování se celá skupina klientů a asistentů sešla ve společenské místnosti, kde se společně přivítali, seznámili se s nadcházejícím programem a povečeřeli. Počasí přálo venkovním radovánkám, a tak se potom přesunuli k táboráku na zahradě, kde vydrželi až do pozdních nočních hodin.

Večer v Národním divadle

V pátek dopoledne se klienti s nadšením pustili do výroby loutkových prince-



Projížďka po Vltavě

zen a velikonočního barvení vajec. A že to byla legrace...

Po obědě se všichni vydali na Olšanské hřbitovy, kde navštívili třeba i hrob Karla Jaromíra Erbena. A pak už se těšili na večer. Experimentální taneční inscenace *Cube Laterny Magiky* na Nové scéně Národního divadla překvapila a zároveň nadchla.

Sobota plná zážitků

Sobotní program začal hned po snídaní odjezdem na Letnou a návštěvou Národního zemědělského muzea. Klientům se moc líbila výstava *recykLES – cesta dřeva*, kdy naslouchali dávným zpěvům řeky nesoucí prameny vorů, stali se plavci, kteří drželi otesané veslo pevně ve svých rukách, a spolu s vypravěčem



U slavné Lennonovy zdi na Malé Straně

našli tajuplnou cestu dřeva... A skvělá byla i přednáška o Grónsku.

Protože celý výletní den klienty i asistenty značně zmohl, večer se nesl v poklidném duchu za tónů kytary ve společenské místnosti. Všichni si odpočinek zasloužili.

Lodí po Vltavě

A ani poslední den pobytu nebyla o zážitky nouze. Po snídani klienti nastoupili do bezbariérových mikrobuseů a vydali se opět směr centrum. Tentokrát na Rašínovo nábřeží, kde na ně čekala výletní loď a hodinový okruh po Vltavě.

Neuvěřitelné dobrodružství – projíždějící lodě a loďky, tu zajímavost vpravo, tu vlevo, plynulá plavba a tichý chod motoru lodi. Nikdo se nebál a každý s nadšením hleděl z okna na ubíhající pobřeží Vltavy. Nádherný zážitek.

Po plavbě se pak všichni vydali na velikonoční trhy na Náměstí míru. I tam bylo co objevovat...

Skvělé prostředí v Centru Paraple

Pobyt skončil po snídani na Velikonoční pondělí. Klienti odjížděli spokojeni a už se těší na letní pobyt, kdy poprvé pojedou do maďarských lázní.

Velké poděkování patří Centru Paraple, díky němuž se vůbec mohl pobyt us-



Legrace při výrobě loutkových princezen a barvení velikonočních vajec v Parapleti

kutečnit. Moderní bezbariérové prostředí si klienti nemohli vynachválit.

Cílem pobytů pořádaných organizací DMO Pobyty je povzbudit a vytrhnout tělesně postižené, konkrétně lidi s dětskou mozkovou obrnou, z jejich denních stere-

otypů a zažít někdy i to, co nezažije ani zdravý člověk. V současné době se však organizace potýká s nedostatkem asistentů, kteří by byli ochotni pomáhat lidem na vozíku bez nároku na odměnu. Na nich ale celá organizace stojí.

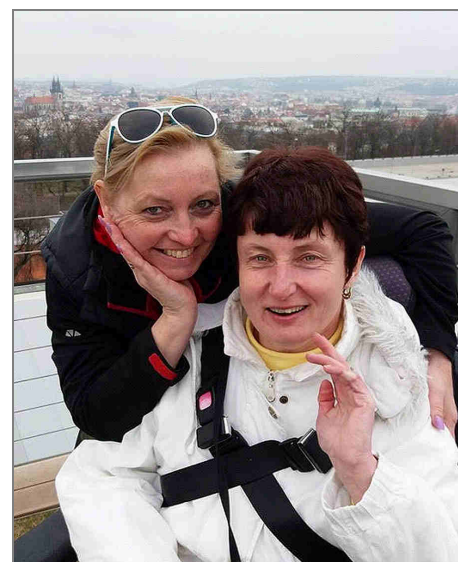
Proto se spolek snaží prostřednictvím různých akcí oslovovat mladé lidi a získávat tak asistenty nové. Pokud byste měli zájem se této dobrovolnické činnosti věnovat, kontaktujte nás. O činnosti spolku se můžete dozvědět na facebooku DMO Pobyty a na webových stránkách www.dmopobyty.cz.

*Kateřina Maxová
DMO Pobyty
(red)*

Foto: archiv DMO Pobyty



V předsálí Laterny Magiky



Sbohem Praho, sbohem Paraple!

Naše zoologické zahrady vycházejí vozičkářům vstříc. Bez doprovodu se v nich ale neobejdete

Prošli jsme si zoo v Brně, Liberci, Olomouci, Ostravě, Praze a ve Zlíně. Za poslední roky se toho pro vozičkáře a lidi s postižením udělalo hodně. Nové cesty a chodníky, bezbariérové pavilony, tematické venkovní expozice a toalety, přístupné stánky s občerstvením a letní zahrádky místních restaurací...

Co se ale vylepšit nedá, je umístění zahrad v přírodních lokalitách s často výrazným sklonem, někdy obtížně překonatelným i tzv. zdravým člověkem.

S doprovodem se ale dostanete prakticky všude a návštěvu zoo vám můžeme jen doporučit. Pokud jste o berlich, stojí za to si v zoo půjčit ortopedický vozík nebo skútr. Na webových stránkách zahrad najdete mapy s vyznačenými bezbariérovými WC.

BRNO

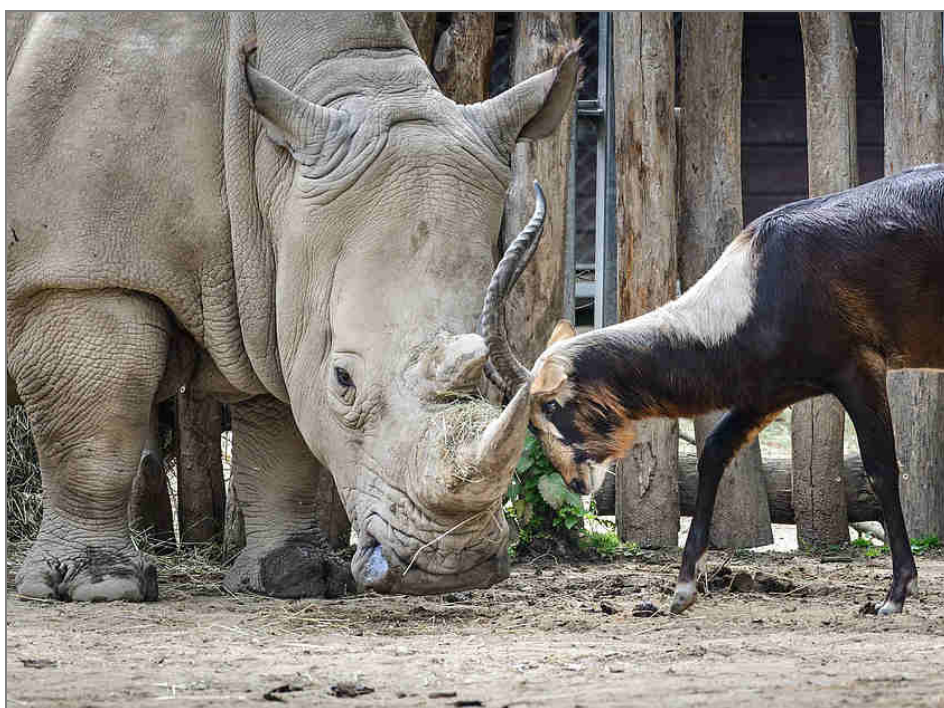
Úžasný komplex Kalahari

Zoo Brno a stanice zájmových činností byla založena v roce 1950. Veřejnosti poprvé otevřela brány 30. srpna 1953. Je příspěvkovou organizací Statutárního města Brna. Najdete ji v atraktivním areálu Mniší hory v Brně-Bystřici, kde zaujímá plochu větší než 65 hektarů. Je přístupná po celý rok.

Parkoviště zoo má pouze 18 míst, další je vzdálené 200 a 300 metrů, takže doporučujeme k návštěvě zoo použít MHD. Třeba tramvaj č. 1 (od hlavního nádraží směr Bystřice), č. 11 (ze zastávky Česká směr Rakovecká), autobusy č. 50, 52 a 54 nebo trolejbus č. 30 (ze zastávky Královo Pole, nádraží směr Bystřice).

Do hory

Zahrada nabízí celkem čtyři základní expozice rozdělené na části Beringia, Karibik, Wallacea a Kalahari. V každé z nich můžete najít určitý druh zvířat žijících v těchto oblastech. Všechny části jsou přístupné i vozičkářům, ale samozřejmě s doprovodem. První expozici po příchodu do zoo jsou Tygří skály s výběhy tygrů sumaterských. K ní se dostanete prudkými serpentiniami, kde si bude muset asistent či doprovod máknout. Holt hora je hora... Na ně navazuje restaurace U Tygra a informační centrum v prvním patře, kde je u schodů připravena plošina. Z restaurace můžete šelmy pozorovat přímo od jídelního stolu.



Zlínská zoo: Výzva na souboj

Foto: archiv zoo Zlín

Africkou vesnici Samburu tvoří osm hliněných chýší afrických domorodců a dvě vyhlídky na výběh Safari se žirafami a zebry. Kromě lemuru, které sem chovatelé přestěhovali z jiné části areálu, tady domov našli i úplní nováčci – snovači a plameňáci růžoví. Zážitkem je průchod expozice klokanů žlutohých. Celý komplex Kalahari, ve kterém můžete pozorovat třeba žirafy u dobrého jídla a pití, je bezbariérový včetně luxusních toalet. Další bezbariérové WC najdete u medvědů v části Beringie.

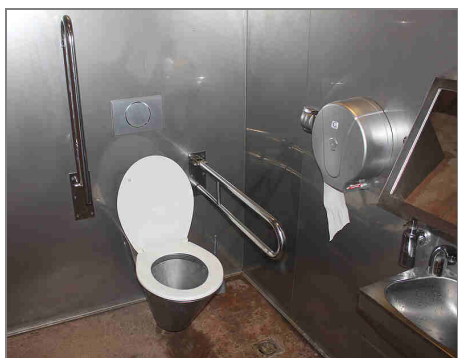
Legrace i klidný odpočinek

V Dětské zoo si malí návštěvníci mohou zajezdit na poníkovi, pohladit si kozy, ovce, lamy, králíky i morčata a dostatečně se vyřádit na spoustě prolézaček, houpaček, skákadel a skluzavek. Tady se docela nasmějete, stačí jenom pozorovat skotačící děti i dospělé.

Dalším lákadlem jsou např. expozice bobrů kanadských a vlků arktických spojené umělou řekou s jezírky a vodopády. Vlky je možno pozorovat z několika



Vstup do bezbariérového WC v komplexu Kalahari brněnské zoo



Interiér WC se sklopným zrcadlem



Plošina u vstupu do informačního centra

vyhlídek a také ze srubu indiánů kmene Haida. Výběh koní Převalského doplňuje mongolská jurta, u ohrady bizonů vyrostla malá indiánská vesnička s několika teepee. Tam vede pouze zpevněná cesta, ale určitě je sjízdná bez potíží.

V pavilonu Tropické království najdete mnoho vzácných plazů, jako je varan komodský, dracény guayanské, kajmani či anakondy velké, ale také dravé ryby piraně či drobné pralesní opičky.

Doporučujeme naplánovat si návštěvu brněnské zoo na celý den. Na mnoha místech si můžete odpočinout, třeba ve stínu stromů, a plní sil se znovu vrhnete pozorovat zvířata, která jen tak někde neuvídíte. Více aktuálních informací o službách brněnské zoologické zahrady najdete na www.zoobrno.cz.

LIBEREC

Bílí tygři a takiny čínské

Nejstarší zoologická zahrada v bývalém Československu oslaví v příštím roce 100. narozeniny. Pouze v ZOO Liberec můžete spatřit bílou formu tygra indického-

ho či monumentální takiny čínské, které zahrada chová jako jediná v Evropě.

V liberecké zoo najdete kolem 170 druhů zvířat o celkovém počtu více než 1 000 jedinců. Zcela výjimečná je jedna z nejucelenějších kolekcí dravců na starém kontinentu, v níž nechybí například orlosupi bradatí, orli královští, skalní, jestřábi i východní či čimanga falklandská a žlutavá. Zoo se chlubí i největší chovnou skupinou kriticky ohroženého osla somálského v Česku, jediným chovem himálajského nahura modrého u nás i tradičně početnou skupinu populárních šimpanzů. Mezi další oblíbená zvířata patří především pandy červené, kočkovité šelmy – levharti sněžní i čínští, lvi, gepardi i rysi karpatští, sloni indičtí, žirafy Rothschildovy, zebry bezhrbáté i Chapmanovy či lachtani hřívnatí a nejrůznější tropičtí živočichové.

Modré tygří oči

Bílé tygry chová ZOO Liberec od roku 1994, kdy dovezla sourozenecký pár Isabellu a Columba ze Švédska. Po získání nepřibuzného samce zahrada po osmi letech odchovala tři koťata. Bílí tygři nejsou albíni, trpí pouze nedostatkem základního barviva. Jejich hlavními identifikačními znaky jsou černobílé pruhování, modré oči, růžový čumák a stejně zbarvená bříska tlapek. V roce 2012 se zde po deseti letech opět narodila mláďata bílého tygra. Liberecká zoo je se svou rozlohou necelé tři hektary ideální pro celoroční výlety rodin s malými dětmi, seniory, pro lidi s postižením a vozíčkáře. Příjemné prostředí na úpatí Jizerských hor doplňují četná občerstvení a atrakce pro děti. Prohlídkovou trasu zkrášlují dřevěné plastiky, které vznikají přímo v zoo při každoročních letních etnořezech. Ty jsou opravdu unikátní.



Zoo Liberec: bílí tygři

Foto: archiv zoo Liberec

Pokud necestujete autem, je ideální dojet do Lidových sadů k zoo tramvají č. 2 nebo 3 ze zastávky Nádraží, která se nachází v těsné blízkosti vlakového i autobusového nádraží. Cesta trvá jen 10 minut.

Celá návštěvnická trasa včetně vstupů do pavilónů je bezbariérová a tedy sjízdná pro kočárky i vozíčkáře. I tady je nutné počítat s převýšením mezi horní a dolní částí zoo. Výstup nahoru k východu ze zahrady je docela výživný. Bezbariérové WC najdete u vstupu do areálu, u Pavilonu opů a Zooexpo.

Více informací najdete na webových stránkách zahrady www.zooliberec.cz.

OLOMOUC

Svatý Kopeček plný zvířat

Zoo Olomouc byla slavnostně otevřena 3. června 1956. Na ploše 42,5 hektarů v současné době chová více než 1 800 kusů zvířat v 354 druzích. Zoo je otevřená celý rok. Rozprostírá se v lesích v podhůří Nízkého Jeseníku, v blízkosti krajského města Olomouc – jeho místní částí Svätém Kopečku. Z hlavního vlakového nádraží se do zahrady dostanete autobusy č. 11 nebo 111, které odjíždí ze stanoviště D. Po asi 20 minutách jízdy se z výstupní stanice „Svatý Kopeček, ZOO“ vrátíte pár metrů zpět a vydáte se vpravo na 5–10 minutovou cestu do mírnějšího kopce po Darwinově ulici, kde se nalézá vstup do zahrady. Stejnou trasou půjdete i z dolního parkoviště automobilů, pokud se vám nepodaří zaparkovat u hlavního vchodu.

Téměř celý areál olomoucké zoo až na výjimky vstupů do některých pavilónů je schůdný a přístupný pro lidi s postižením a vozíčkáře. Bezbariérový přístup do pavilonu žiraf zajišťuje speciální ▶

výtah. Návštěvníci na ortopedickém vozíku mohou využít toalety v budově hlavního vchodu, na dětském hřišti i v pavilonu levhartů mandžuských.

Až na to malé parkoviště...

Vozíčkářka paní Renata, kterou jsme v areálu oslovili, se svěřila, že přijela z menší obce poblíž Ostravy. Výlet do olomoucké zoo jí doporučili přátelé. Ale s upozorněním, že do některých pavilonů se nedostane, stejně jako na dvaatřicetimetrovou vyhlídkovou věž, kterou zdolají jen „choďáci“.

„A ještě ti zdatnější,“ usmívá se Renata. To, že je zoo z malé části nepřístupná, jí nevadí.

Paní Lída žije s dětmi v blízkosti Olomouce a také se pohybuje na ortopedickém vozíku.

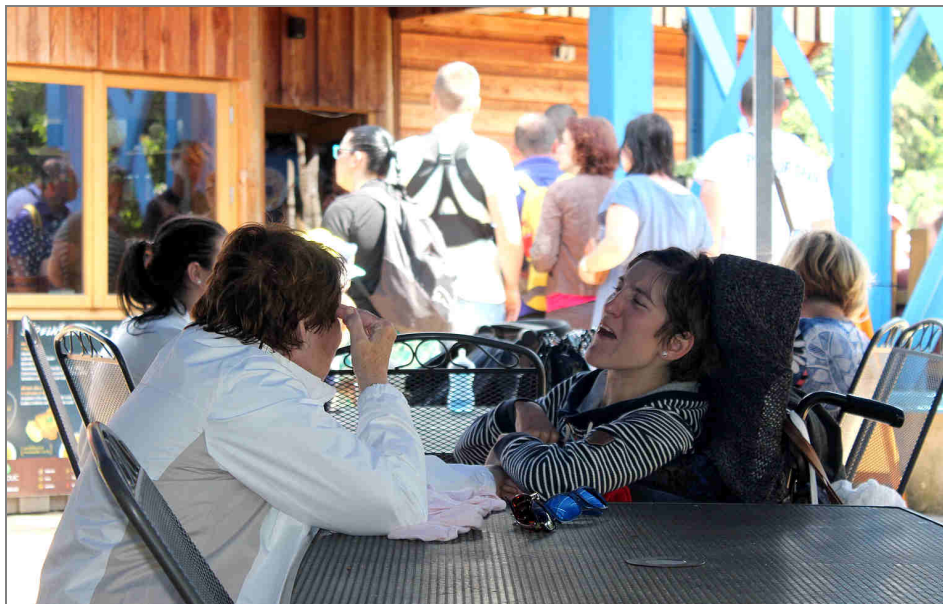
„Zoo je menší než třeba Lešná nebo zoo v Ostravě. Přesto ji navštěvujeme rádi, je tady klid. Bohužel je tady řada zvířátek za sklem, takže se manželovi podařilo vyfotit spíše sebe než hady,“ podělila se s námi usměvavá vozíčkářka.

Pan Josef doprovází maminku, zdatně tlačí před sebou vozík.

„Myslím si, že jízda vláčkem je příliš rychlá. Stálo by za to zastavit mezi zvířaty, abychom si je mohli v klidu prohlédnout.“ Vzpomíná, že když potřebovali využít WC pro invalidy, nemohli se zorientovat na mapě. Pak jim personál vysvětlil, že každé WC v ZOO zahrnuje i toalety pro vozíčkáře. Minusem je podle Josefa malá kapacita parkoviště.

Safari

Počínaje rokem 2012 začala zahrada realizovat přestavbu svého rozlehlého areálu do podoby safari. Koncept je postupně přebudovat celkem 17 původních výběhů do pěti rozlehlých areálů, jejichž celková výměra dosáhne přibližně 19 hektarů. Tyto areály budou svým pojetím koncipovány do tematických zoogeografických zón: Eurosie, Severní Amerika, Afrika, Austrálie a Arktida. Návštěvníci můžou vjíždět do areálu jako pasažéři safari vláčku, který dříve projížděl pouze



Zoo Olomouc: Vozíčkáři se pohodlně dostanou i do Restaurace Pod Věží

po obchůzkové trase zoo. Takto se návštěvníci dostanou i do částí zahrady, které dosud nikdy nebyly veřejnosti přístupné, a zároveň bude trasa safari vláčku odkloněna od obchůzkové.

Eurosie se návštěvníkům otevřela v roce 2013 a najdete tady zubra evropského, losa evropského, kozorožce kavkazského, sika vietnamského, muflona, kozu bezoárovou nebo daňka mezopotámského. Zónu Afrika návštěvníci poprvé spatřili v roce 2015 a od té doby se tady kochají pohledem na oryxe jihoafrického nebo žirafu Rothschildovu. Nyní se budují zóny Amerika s vlkem arktickým, Austrálie s emu hnědým, klokanem rudým nebo klokanem parmou a Arktida se sobem polárním.

Na Svatém Kopečku se můžete občerstvit v mnoha restauracích s přístupností pro vozíčkáře, ne všude vám ale budou vyhovovat prostory toalet. Relaxace v okolí basiliky Navštívení Panny Marie ale určitě stojí za to. Oblíbené poutní místo k tomu přímo vyzývá.

Pokud budete potřebovat více aktuálních informací o olomoucké zoo, navštivte její webové stránky na www.zoo-olomouc.cz.

Za velké podpory města Ostravy má ostravská zoo našlápnuto k výrazné změně své tváře. Už v roce 2013 se návštěvníci dočkali nové moderní restaurace s celoročním provozem spojené s výukovým sálem a venkovním vodním světem. Nový vstupní areál nahradil ten stávající a výrazně zvýšil komfort návštěvníků. Vedle samotných pokladen, nové zooprodejny a toalet objekt zahrnuje také nové zázemí pro správu zoo.

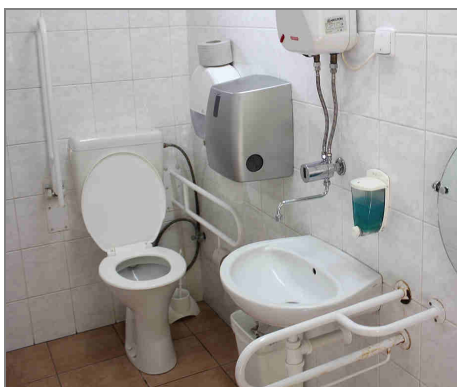
Nové projekty

Nejnáročnějším z realizovaných projektů se stala přestavba pavilonu vodních ptáků na Pavilon evoluce, ve kterém mohou návštěvníci obdivovat skupinu šimpanzů, některých dalších druhů afrických primátů a řadu menších druhů zvířat.

Dalším projektem je expozice pro tučeně a tučňáky, která by měla nahradit starý betonový medvědinec v centrální části zoo. Možnost pozorovat plavající tučňáky pod sklem jistě výrazně zvýší atraktivitu této části zoo a snad i v očích návštěvníků plnohodnotně nahradí zde dříve chované lední medvědy.

V nové expedici se budou dobře cítit také tygři, a to na doposud nevyužívané ploše lesa na cestě od pavilonu afrických zvířat. Součástí komplexu bude rovněž velká průchozí voliéra vodních ptáků. Vedle těchto „velkých“ projektů bude zoo i nadále pokračovat s celou řadou změn menšího rozsahu, jako jsou např. estetizace starších pavilonů či budování menších expozic naší fauny v rámci botanických stezek.

Do zoo se dostanete trolejbusem č. 104. Parkoviště u hlavního vchodu jsou už v průběhu dopoledne plná. Zoo Ostrava vznikala v době, kdy nebyl nijak zohledňován přístup handicapovaných návštěvníků do pavilonů i k venkovním výběhům zvířat. V současné době jsou tady

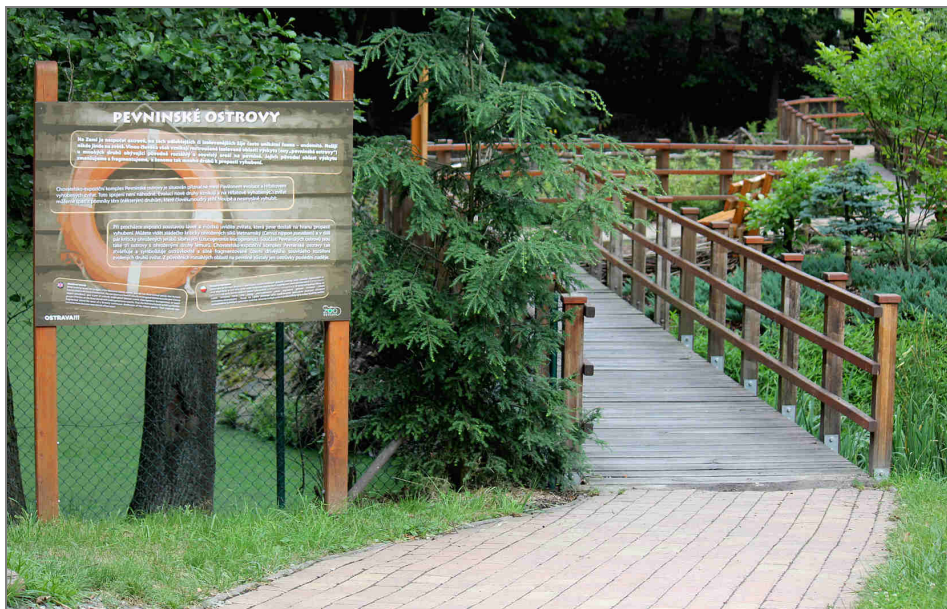


WC s dostatečným prostorem k manipulaci s vozíkem a se sklopným zrcadlem

OSTRAVA

Myslí i na děti s postižením

Už při založení zoologické zahrady v říjnu 1951 v Kunčičkách se hledala nová lokalita pro výstavbu nové zoo. Kromě areálu Velkého ostravského lesa, tedy Stromovky ve Slezské Ostravě, byl ve hře také Bělský les na jižním městě, Radvanice a Vřesina. Pro výběr lokality ve Stromovce hovořil např. členitý terén, rozmanitý lesní porost nebo dostatek povrchové vody. S výstavbou nové zoologické zahrady se začalo v roce 1956.



Zoo Ostrava: Špičkový je průjezd Pevninskými ostrovy



Skvělý úkryt před deštěm

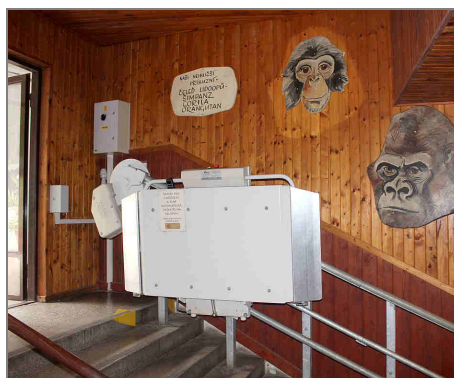


Přes tu železnou konstrukci pod stolem se vozíčkář těžko dostává



Tady je to správně

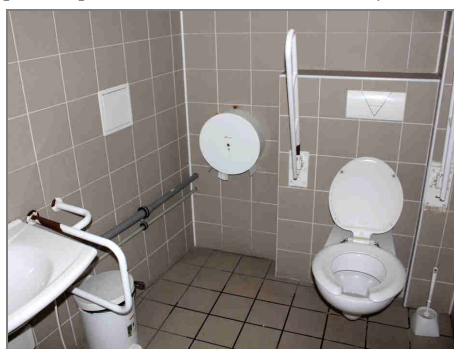
většinou pavilony i stánky s občerstvením přístupné vozíčkářům, do pavilonu primátů se dostanete pomocí plošiny. V areálu zoo najdete bezbariérová WC



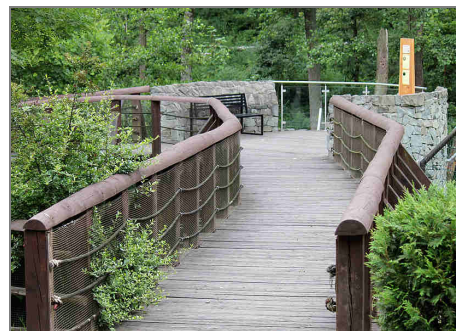
Plošina v Pavilonu opic



Prostor bezbariérového WC kousek od expozice poníků a oslů není moc velký



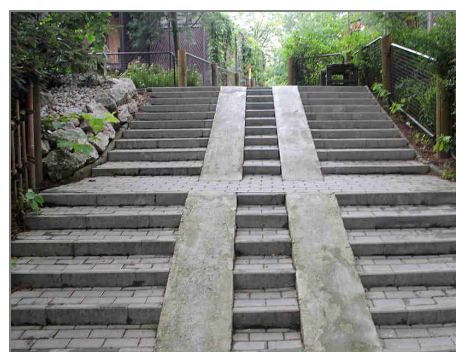
Další WC je ucházející



Vyhledky jsou prostorné

u vstupu, amfiteátru, u restaurace Saola, Na statku, u Pavilonu slonů, u medvědí expozice Čitván a v Pavilonu evoluce. Mapa pro handicapované je zdarma k dispozici při vstupu do zoo. Usnadní orientaci v areálu a upozorní návštěvníky na místa, která jsou pohodlně přístupná. V mapě jsou vyznačena bezbariérová WC i tzv. dotykové prvky a prvky s popisky v Braillově písmu. Areál zahrady je výškově členitý s poměrně velkým převýšením. Proto jsou v mapě vyznačena i místa s prudkým sklonem a stezky s nerovným terénem. Všechny cesty vedoucí kolem expozic zvířat jsou však asfaltované a dobře udržované. Někde ještě najdete pozůstatky „architektury dob minulých“ v podobě prudkých schodů s nájezdy pro kočárek, na které si troufne snad jen hazardér se životem, ale dají se v pohodě objet po nových trasách kolem pavilonů. Zahrada se postupně snaží chodníky, trasy a cesty opravovat na bezbariérové. Třeba průjezd Pevninskými ostrovy je na vozíku hračka. Vznášet se nějaký ten metr nad hladinou jezírka si přece nenecháte ujít.

Program Prazdroj lidem podpořil v roce 2015 ostravskou zoo částkou ▶



Tahle hrůza z minulosti se dá našťěšit objet



Bez komentáře...

299 000 Kč. Z těchto peněz zoo pořídila schodišťovou plošinu do výukového centra zahrady, které nelze stavebně upravit na bezbariérové. Tady probíhají nejrůznější doprovodné akce pro širokou veřejnost, jichž se už vozíčkáři mohou účastnit.

Noc snů

Speciální podvečer pro děti s handicapem – Noc snů – probíhá v ostravské zoo od roku 2007. Je pro ně připraven večer plný zážitků – malování na obličej, navštívená zahrada, zastavení u dotykových stolků s nejrůznějšími přírodninami nebo setkání s živými zvířaty, která si děti mohou i pohladit. Myšlenka uspořádat pro děti s postižením nebo chronickým onemocněním večer s prožitky, o které často ve svém životě přicházejí, se zrodila v roce 1996 v zoo Rotterdam, která poprvé uspořádala Noc snů pro děti z onkologické kliniky. Postupně se tato akce rozšířila v západní Evropě a zámoří, v r. 2004 se poprvé uskutečnila i v ČR – v Zoo Děčín.

Další informace na internetových stránkách www.zoo-ostrava.cz.

PRAHA

Jako v pohádce

Historie zoo Praha sahá až do roku 1881, kdy v novinách vyšla výzva hraběte Sweerts-Sporka k zřízení zoologické zahrady v Praze, a to u příležitosti sňatku prince Rudolfa a belgické princezny Štěpánky. V anketě cestovatelského serveru TripAdvisor v roce 2015 byla zoo Praha vyhlášena čtvrtou nejlepší zoo na světě. O rok později dosáhla pražská zoologická zahrada historicky nejvyšší návštěvnosti, když branami prošlo 1 448 353 osob.

Zoo Praha sídlí v městské části Praha-Troja. Má proto výhodnou polohu blízko centra Prahy a každých několik minut k ní jezdí autobus č. 112 ze stanice metra Nádraží Holešovice.

Zoo nabízí mnoho mimořádných pavilonů, desítky expozic i množství dalších zajímavých staveb. Navštívit můžete Indonéskou džungli, Pavilon goril nebo Údolí slonů. Návštěvníci si oblíbili Expozici lachtanů, Ostrov lemurů nebo Pavilon tučňáků.

Nádherně vybarvené jsou unikátní Gočárovovy domky inspirované lidovou architekturou. Nebo taková odpočinková a herní zóna pro rodiny s dětmi – Rezervace Bororo – nemá chybu. Součástí areálu je netradiční herní prvek s motivy amazonské vesnice, amfiteátr pro prezentaci tréninku zvířat a kavárna. Vše bezbariérově přístupné.

Finta

Vozíčkáři se v pražské zoo cítí skvěle. Většina z nich už ví, že lepší je vydat se



Zoo Praha: Děti si z vozíčkáře udělaly cestovní vozíček do kopce

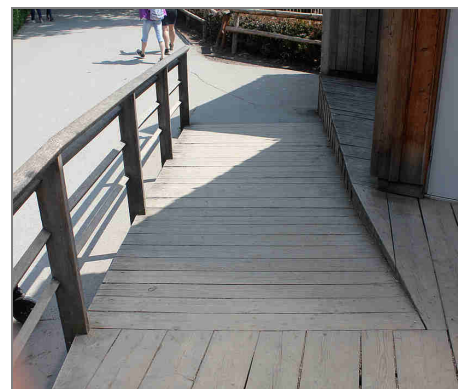
na prohlídku „v protisměru“. Tedy od prodejny se suvenýry a pomalou jízdou nahoru kolem Rezervace Bororo až ke Gočárovým domkům a pak kolem Údolí slonů zpět. Ten největší kopec – hned za hlavním vstupem vpravo – pak sjedou pohodlně a ještě budou muset brzdit... Ale stejně jako v jiných našich zahradách budou k návštěvě potřebovat doprovod. Bezbariérová WC, kterých je celkem šest, jsou takřka dokonalá, přístupnost pavilono-



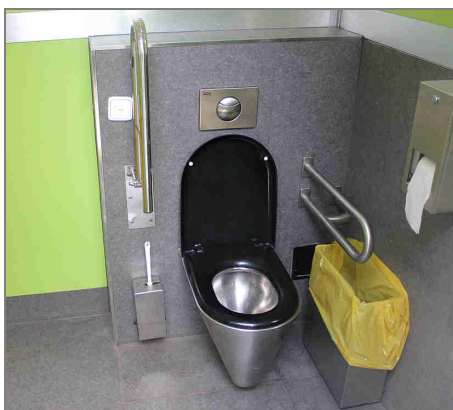
Bezbariérové WC u areálu ledních medvědů



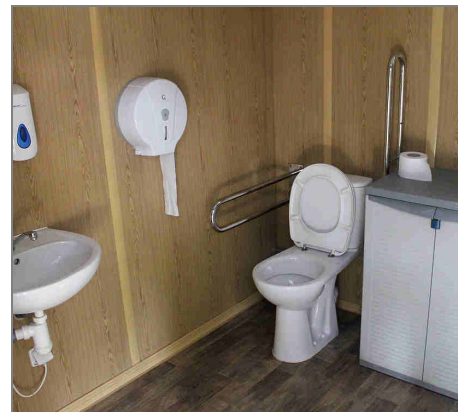
Vstup pro vozíčkáře přes speciální turniket



Nízké dřevěné rampy jsou v pořádku



Do tohoto WC se dostane i člověk na elektrickém vozíku



Vnitřní prostor dalších bezbariérových záchodů



V pohodě se dá najíst v restauraci u Gočárových domků



Vozíčkář může využít i automaty s jídlem a pitím

nů a venkovních expozic jakbysmet. A případné potíže při cestě po rozbitých chodnicích jsou zanedbatelné.

Žízeň jako trám

„Už dost bylo slonů, já chci na pivo!“ rozčiluje se pan Josef z Prahy. Jeho mechanický vozík má barevné ochranné kryty kol a dívka, která ho tlačí, říká ženě stojící v výhledu na slony: „Mami, děda už má žízeň a já taky...“ „Musíme počkat, až k nám přijdou blíž. Přece nebudeme koukat na dálku,“ odpovídá maminka. „Hele, já jedu s dědou napřed, nebo mi vyskočí z vozíku, čau...“ křikne dívka a upaluje s dědou Josefem asi k restauraci u severního vchodu do zahrady. Tam jsme se ho zeptali, jak se mu v zoo líbí. Ne, nesledovali jsme ho, jen jsme taky měli žízeň – bylo 32 °C.

„Líbí, ale v tom horku bych byl raději na chatě u bazénu. Mám tam mobilní zvedák, takže se do vody dostanu, kdykoli chci. Jsem tady letos už podruhé, jednou s příbuznými z Ameriky, podruhé dnes s rodinou. Je to tady fajn, až na tu žízeň.“

Aktuální informace z pražské zoo sledujte na stránkách www.zoopraha.cz.

ZLÍN

Zátoka rejnoků a domov vozíčkáře Ivana

„Neznám lepší zoo,“ říká pan Ivan z Otrokovic, který je už 20 let na ortopedickém vozíku. „Tlačí mě teď syn, kdysi manželka, ale ta už je na pravdě boží...“



Zoo Zlín: Vstup do bezbariérové Zátoky rejnoků

Foto: archiv zoo Zlín

Byli jsme tady spolu snad stokrát, a kdyby žila, byla by tu se mnou i dnes. Z těch nádherných rejnoků by se snad po...“ dodává s úsměvem Ivan.

Zlínská zoologická zahrada byla založena v roce 1948, má plochu 52 hektarů a je nejnavštěvovanějším turistickým místem celé Moravy. Každoročně do ní zavítá víc než 600 000 návštěvníků, v roce 2016 to bylo rekordních 668 303 osob. V rámci 15 českých zoo jí v návštěvnosti patří druhé místo.

Snadno se do ní dostanete autobusem MHD Zlín č. 34 a 36. Autem zaparkujete na některém z velkých parkovišť u zahrady, ale o víkendu a za slunečného počasí je to takřka nemožné.

Zámek Lešná

V celém areálu jsou schůdné a řádně vyznačené cesty pro lidi s postižením. Bezbariérový přístup je zajištěn do všech pavilónů a také do zámku Lešná (pomocí speciální plošiny). Bezbariérové WC jsou ale na některých místech docela malá, ale s dopomocí je využijete obstojně. Stejně jako posezení v místních restauracích a venkovních barech.

Prohlídka expozic Afrika, Asie, Austrálie, Amerika, okolí zámku se Zátokou rejnoků či tučňáky a nádherná japonská zahrada Mu-Shin jsou jen některými lákadly, kterých se návštěvníci nemohou nabažít. I vozíčkáři se do zoo stále vrací, protože kontakt se zvířaty je tady jaksí bezprostřednější než v jiných zoo.

„Byl jsem v Ostravě, Olomouci, Brně i v Praze, ale na Lešnou nedám dopustit. Jsem tady jako doma, opravdu,“ vysvětluje Ivan, kterého jsme znovu potkali u kávy v Café baru Kookaburra. „Snad je to skutečně tím, že tady dodnes manželku vidím, jak si povídáme, jak obdivujeme ty mršky surikaty nebo si hovíme na motýlí louce a necháme se unášet šuměním větru někde na rozhraní uvolnění a spánku.“



Výběh žiraf

Foto: archiv zoo Zlín

Kolikrát jsme tam na lavičce pod altánkem usnuli...“ vzpomíná Ivan z Otrokovic.

Karibuni

A těšit se můžete na Karibuni, nejrozsáhlejší projekt zlínské zoo v celé historii, který vznikne během nadcházejících let na nově získaných pozemcích na ploše 21 ha. Návštěvníky zavede do oblasti střední a západní Afriky. Pojetí a koncepce expozic však budou zcela odlišné, než jak je tomu u tradičních zoologických zahrad. Karibuni bude patřit hlavně zvířatům. Lidé sice nebudou procházet mezi výběhy, ale zažijí pohádku při projížďkách v loďkách, při cestě safari truckem nebo při přespání v africkém kempu.

Sledujte realizaci projektu na webu www.zoozlin.eu nebo na Facebooku [zoozamekzlin](https://www.facebook.com/zoozamekzlin).

(red)

Foto: (pp), archivy zoo Liberec a Zlín

RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

BEZ BARIÉR poradenství
Ostravské organizace vozíčkářů, spolek

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



BezBariér poradenství
Ostravská Organizace Vozíčkářů

Odstraňování architektonických bariér, mapování
přístupnosti objektů, rady ze života na vozíku
a posuzování dokumentací

OSTRAVA!!!

OSTRAVA!!!
VÍTKOVICE

OSTRAVA!!!
PORUBA

OSTRAVA!!!
MICHÁLKOVICE

OSTRAVA!!!
MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ

OSTRAVA!!!
RADVANICE
A BARTOVICE

OSTRAVA!!!
SLEZSKÁ OSTRAVA

MINISTERSTVO PRO MÍSTNÍ ROZVOJ ČR
Projekt je realizován ze zdrojů prostředků státního rozpočtu ČR z programu Investiční podpora místní rozvoje

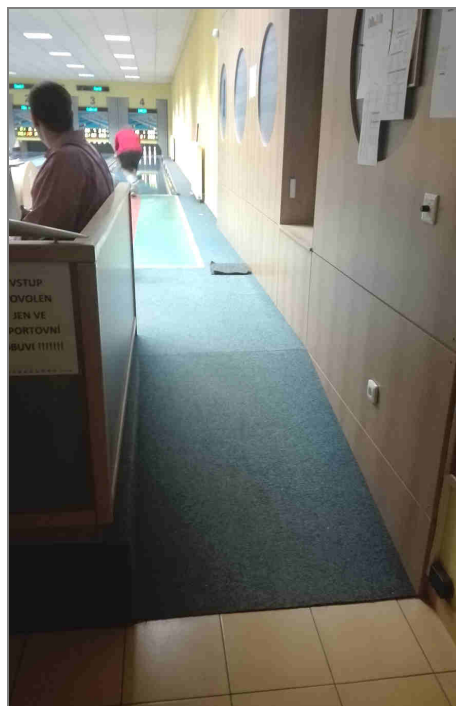
AGEL NADACE

Kontakty

- **Telefony:**
596 914 660 (11 -12 hod. po - pá)
596 131 202 (11 -12 hod. po - pá)
uvedená doba bez záruky
- **E-mail:**
poradnaooov@seznam.cz,
dvorvoz@seznam.cz
- **Korespondenční adresa:**
Horymírova 121, 700 30 Ostrava-Zábřeh
- **Osobní kontakt** (nutná telefonická objednávka)
- **Posuzování dok.:** e-mail: bezbarieri@post.cz
- **Web:** <http://bariery.xf.cz/>

Služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

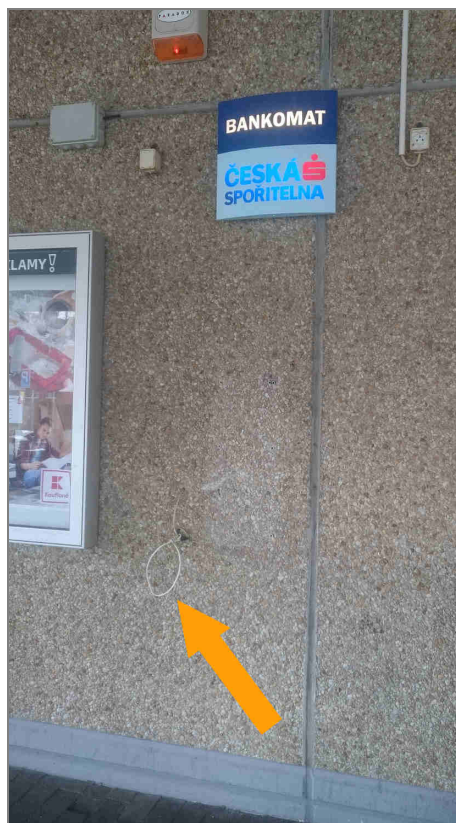
délky 190 cm se sklonem 24,4 % a druhé délky 80 cm se sklonem 16,1 %.



Anebo narazíte na nájezd o šířce 96 cm a délce 155 cm se sklonem 20 %. Troufli byste se takové sklony sami zdolat? Někteří odvážlivci určitě ano, většina ale ne. Samozřejmě je lepší prudký nájezd než zdolávání schodů, ale bylo by dobré na tato úskalí alespoň upozornit. A ne tvrdit, že je vše, jak má být...

Text: (mf), foto: Lucie Filipčková

Pro pobavení



Místo bankomatu trčící dráty. Netřeba komentovat... *Foto: Adéla Brázdová*

Upozornění

Na stránkách **Poradenství Bez Bariér** (<http://www.bariery.xf.cz>) nyní najdete řadu nových zmapovaných objektů města Ostravy z hlediska bezbariérové přístupnosti.

Zahraniční nebo místní zajímavosti ze „světa bariér“ najdete na našich facebookových stránkách: <https://www.facebook.com/poradenstvizbezbarierOV>.

Vyhrazené parkovací místo na parkovištích osazených parkovacími hodinami

V České televizi proběhla 20. 4. 2018 reportáž o pokutování držitele „Parkovacího průkazu označující vozidlo přepravující osobu těžce zdravotně postiženou“ (označení 07, dále jen „parkovací průkaz pro osoby se zdravotním postižením“) na veřejném parkovišti před Vítkovickou nemocnicí, které je osazené parkovacími hodinami. Strhla se okolo toho výživná diskuse...

Podotýkám, že se jedná o **vyhrazená parkovací místa** označená symbolem vozíku na parkovišti, které je osazeno parkovacími hodinami. Parkovací průkaz je vydáván držitelům průkazu ZTP a ZTP/P, který je opravňuje parkovat na vyhrazených parkovacích místech po celém území ČR. Uvedené parkoviště však patří městu, kde bylo rozhodnuto o zpoplatnění i vyhrazeného stání pro vozíčkáře. Obdobná situace je na soukromých parkovištích, kde parkovné si provozovatel může určit sám – musí ale informovat o sazbě a případné slevě pro držitele parkovacího průkazu.

K rozhodnutí zpoplatnit tato místa vedla některé městské obvody zkušenost, kdy držitel ZTP a ZTP/P průkazů parkovali na těchto místech trvale. Když pak na parkoviště dorazí člověk s postižením z jiné části města, těžko shání volné místo. Navíc existují případy, kdy si nějaký chytrák půjčí parkovací průkaz od příbuzného, který není tímto autem přepravován, a trvale takto zabírá vyhrazené stání.

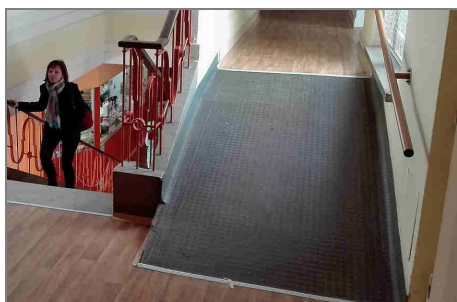
Trvalé parkování na vyhrazeném místě je možné jedině tehdy, když je osazeno piktogramem vozíčkáře a hlavně SPZ konkrétního vozidla. O vyhrazené parkovací místo pro trvalé parkování může držitel průkazu ZTP a ZTP/P zažádat na úřadě příslušného městského obvodu. Problém je ale v tom, že některé městské obvody tato parkovací místa nevydávají, a to jednoduše proto, že taková místa prostě nejsou k dispozici. Parkovací průkaz pro osobu zdravotně postiženou se totiž vydává na základě průkazu ZTP a ZTP/P, a ne na základě pohybového postižení.

Při jednání s náměstkem primátora Ostravy pro sociální věci a zdravotnictví

Činnost projektu letos podporují:
Ministerstvo pro místní rozvoj ČR,
Statutární město Ostrava, městské obvody
Poruba, Moravská Ostrava a Přívoz,
Slezská Ostrava, Vítkovice, Radvanice
a Bartovice, Michálkovice, NADACE
AGEL a Nadace Rozvoje zdraví.

S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou

„Jasně, že vše vyhovuje bezbariérovostí...“ nebo „žádnou pomoc nebudete potřebovat...“ slyšíme často nejen od institucí, které v takovýchto prostorách sídlí, ale i od samotných lidí se zdravotním postižením.



A pak narazíte na rampu průjezdné šířky 118 cm, která má jedno rameno

Michalem Mariánkem, který byl pro úplné zrušení poplatku, jsme navrhli kompromis – prodloužení bezplatné parkovací doby na čtyři hodiny. Vozíčkáři většinou nejsou schopni osobní věci vyřídit při současně bezplatné době dvou hodin. Pan náměstek primátora přislíbil našemu návrhu podporu. A svému slibu dostal, jak vyplývá z informací níže, které jsme zařadili těsně před vydáním VOZKY.

Text: Tomáš Dvořák

Aktuální informace!

Od **1. července 2018** bude platit v oblastech na území města Ostravy s placeným stáním toto: vozidlo přepravující osobu těžce zdravotně postiženou je od placení poplatku na parkovacích místech v režimu parkovacího automatu osvobozeno na dobu **čtyř hodin**. Řidič takového vozidla je povinen umístit za přední sklo vozidla parkovací průkaz pro osoby se zdravotním postižením a dále parkovací kotouč, na kterém nastaví čas zaparkování vozidla.

Časově omezené stání platí v pracovní dny od 8 do 18 hodin, není-li uvedeno jinak. Například v Ostravě-Porubě na parkovišti 17. listopadu u Fakultní nemocnice Ostrava (poliklinika) je to od 6 do 18 hodin.

(mf)

Co možná nevíte

Ostravou začnou jezdit první zahraniční tramvaje Stadler nOVA (Stadler Tango NF2), zatím zkušebně a bez cestujících. Jsou nízkopodlažní, se čtyřmi širokými dveřmi, 24,9 m dlouhé, 2,5 m široké a 3,6 m vysoké.



Foto: <http://mhd-ostrava.cz>

V tramvaji může jet najednou 188 cestujících, z nichž 61 může sedět. Je vybavená moderní vzduchotechnikou (je plně klimatizovaná), kamerovým systémem, USB konektory, wi-fi, a rampou pro vozíčkáře. Dále by měla mít dvě místa pro invalidní vozíky a dvě pro kočárky. Má několik bezpečnostních prvků, které chrání jak řidiče, tak především chodce při sražení. Cena jedné tramvaje je zhruba 28,5 milionu korun. Hodnota zakázky je přes miliardu korun.

Připravil Mirek Filipčík

Využijte služeb Poradny pro osoby se zdravotním postižením Ostrava



Objekt, ve kterém sídlí poradna

Centrum pro zdravotně postižené Moravskoslezského kraje o. p. s., detašované pracoviště Ostrava, dlouhodobě pomáhá osobám s postižením zvyšovat jejich kvalitu života. Poskytuje služby osobní asistence, individuální bezbariérové dopravy, sociálně-aktivizační služby a také poradenství pro osoby se zdravotním postižením.

Sociální pracovníce vám pomůže např. s vyřízením příspěvků na mobilitu či příspěvku na zvláštní pomůcku. Díky Nadačnickému fondu Českého rozhlasu Světluška, se nám podařilo dofinancovat pro našeho klienta stolní kamerovou zvětšovací lupu s hlasovým výstupem.

Nejčastěji se na nás obrací lidé s dotazy týkající se možnosti čerpání příspěvku na péči. Jsme schopni vám poskytnout podporu při vyřizování nároku na invalidní důchod a pomoci s výběrem vhodné sociální služby.

Orientujeme se také v oblasti pracovního poradenství. Umíme pomoci se sepsáním životopisu a následně – na základě vašich požadavků – doporučíme vhodnou pracovní pozici. Klientům pomáháme také v prvním kontaktu s potenciálním zaměstnavatelem a před samotným pracovním pohovorem jim poskytneme několik osvědčených tipů a rad, jak na něj udělat dobrý dojem. V loňském roce naši pracovníci pomohli najít pracovní uplatnění sedmi uživatelům, dvě klientky poradny

úspěšně absolvovaly projekt města Ostravy s názvem „Prevence ohrožení rodiny ve městě Ostrava“ zaměřený na uplatnění žen na trhu práce.

Služby poskytujeme v Ostravě, budova centra na ul. Bieblova 3, tel.: 596 115 318:

- pondělí 8–12, 13–17 hodin,
- úterý 8–12, 13–16 (jen pro objednané),
- středa 8–12, 13–16,
- čtvrtek 13–15 (jen pro objednané).

Více informací najdete na internetových stránkách www.czp-msk.cz.

Ing. Marie Dokoupilová

Centrum poskytuje také tyto služby



Osobní asistence



Půjčovna kompenzačních pomůcek



Individuální bezbariérová doprava

Vy se ptáte, Poradna NRZP ČR v Brně odpovídá



Národní rada osob
se zdravotním postižením ČR

Dítě s diabetem a příspěvek na péči

Dceři byla diagnostikována cukrovka typu 1. Je jí šest let, bude si píchat inzulín. Chtěla bych se zeptat, zda si mohu zažádat o příspěvek na péči?

Nárok na příspěvek má osoba starší jednoho roku, která z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebuje pomoc jiné fyzické osoby při zvládnání základních životních potřeb v rozsahu stanoveném stupněm závislosti podle § 8 zákona o sociálních službách. Stupeň závislosti se hodnotí podle počtu základních životních potřeb, které osoba není schopna z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu zvládat, a potřeby každodenní mimořádné péče jiné fyzické osoby u osob do 18 let věku a potřeby každodenní pomoci, dohledu nebo péče jiné fyzické osoby u osob starších 18 let věku.

Diabetické děti jsou většinou zařazovány do prvního stupně závislosti. Posouzení by se mělo odvíjet od věku dítěte a od druhu léčby. Vliv na posuzování má například počet píchnutí inzulínu denně, počet měření glykémie z prstíku, měření ketolátek či přepichování setu u pumpičky. A také další léčebné úkony, které se zahrnují pod jeden úkon – péče o zdraví.

Posouzení zdravotního stavu v rámci správní žaloby

Před několika měsíci jsem podala správní žalobu ohledně přiznaného stupně invalidního důchodu. Je někde stanovena doba, za jak dlouho by měl být posouzen můj zdravotní stav v rámci správní žaloby? A jak je to s mou přítomností u takového přezkumu?

Občanský soudní řád délku řízení nestanovuje, měla by být přiměřená s ohledem na složitost případu. Ve správní žalobě se ovšem neposuzuje váš zdravotní stav. Soudce je primárně právního vzdělání a není tedy schopen ho posoudit. Správní žaloba řeší, zda ve správním

řízení nedošlo k procesnímu pochybení a zda vaše žádost byla řádně projednána dle správního řádu. Uzná-li soud, že váš zdravotní stav nebyl prozkoumán v zákonném rozsahu, může určit soudního znalce, který sepíše znalecký posudek o hodnocení vašeho zdravotního stavu.

Soud v řízení o správní žalobě rozhoduje, zda se napadené rozhodnutí zruší – v tom případě vrátí věc k novému projednání, nebo napadené rozhodnutí potvrdí. Jelikož primárně nejde o nové posouzení zdravotního stavu, účast na řízení je pouze na vašem rozhodnutí.

Nárok na přiznání průkazu ZTP/P a příspěvku na motorové vozidlo

Dlouhodobě se léčím s onemocněním srdce. Nyní se k němu přidružila i neschopnost pohybu – jsem odkázána na ortopedický vozík s nutnou pomocí. Odborný lékař mě poslal na ústavní rehabilitační oddělení, kde jsem pobyla několik dnů. Tady mi byl kromě rehabilitační péče proveden i svalový test. Výsledek je: kyčle, koleno, kotník, třetí článek prstů a palec hodnoceny ve stupni 1–2, výjimečně (pouze jednou) se zde vyskytuje i 3. stupeň. Zbývající části těla mám rovněž ve stupni 3. V závěrečné diagnóze je kromě jiného uvedena i ztráta mobility a soběstačnosti. Mohu to chápat tak, že konečně splňuji podmínky pro přiznání pro mne důležitého průkazu ZTP/P a zároveň i příspěvku na automobil? Do provedení tohoto testu ÚP veškeré žádosti o jakýkoliv příspěvek na kompenzační pomůcku včetně průkazu ZTP/P pokladě zamítnul, protože na onemocnění srdce se nedá nic přiznat. Nebo se i nadále bude vycházet z hlavní diagnózy, tedy ze srdečních problémů, takže stále nemám na nic nárok? Nějak se totiž začínám ztrácet v privilegovaných diagnózách. Nechci zbytečně podávat další žádost, na to už v současné době nemám sílu...

Jelikož se váš zdravotní stav natolik změnil, že máte v závěru lékařské zprávy uvedenou ztrátu mobility a soběstačnosti, rozhodně si o průkaz požádejte. Nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením má osoba starší jednoho roku s těles-

ným, smyslovým nebo duševním postižením charakteru dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu, které podstatně omezuje její schopnost pohyblivosti nebo orientace, včetně osob s poruchou autistického spektra. Zdravotní stavy, které lze považovat za podstatné omezení schopnosti pohyblivosti a orientace pro účely přiznání průkazu osoby se zdravotním postižením, naleznete ve vyhlášce č. 388/2011 Sb.

Stejně tak můžete podat žádost o příspěvek na motorové vozidlo. Nárok na příspěvek na zvláštní pomůcku poskytovaný na pořízení motorového vozidla má osoba, která má těžkou vadu nosného nebo pohybového ústrojí. Zdravotní postižení odůvodňující přiznání příspěvku na zvláštní pomůcku na pořízení motorového vozidla naleznete taktéž ve vyhlášce č. 388/2011 Sb.

Dále zvažte žádost o příspěvek na péči. Příspěvek na péči je určen osobám, které s ohledem na dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav potřebují pomoc jiné fyzické osoby při zvládnání základních životních potřeb v rozsahu stanoveném stupněm závislosti. Z poskytnutého příspěvku pak tyto osoby hradí poskytovanou pomoc. Více o příspěvku na péči najdete na webových stránkách MPSV (www.mpsv.cz).

V uvedených řízeních je naopak vaše onemocnění srdce přidružené onemocnění a primárně se bude dokládat ztráta mobility a soběstačnosti.

Odvolání proti nepřiznání příspěvku na péči

Mému patnáctiletému synovi zamítli 1. stupeň příspěvku na péči. Má lehkou mentální retardaci, IQ 52. Bylo uznáno, že potřebuje pouze pomoc v péči o zdraví (neurolog, ortoped, oční, alergolog, nefrolog a kardiolog). Ve škole má asistenci. Tím, že zvládá alespoň tři základní životní potřeby, nesplňuje stupeň závislosti. Syn nemůže zůstat úplně bez dozoru, má problémy s výslovností, orientací atd. Při jakémkoli nesouhlasu se stává agresivním. Můžete mi poradit, jak se odvolat?

V případě nesouhlasu s rozhodnutím můžete podat odvolání do 15 dnů od převzetí rozhodnutí prostřednictvím ÚP,

který ho vydal, a to ke krajské pobočce MPSV. V odvolání napište důvody, pro které nesouhlasíte s rozhodnutím. Můžete uvést všechny základní životní potřeby, které syn nezvládá a potřebuje s nimi pomoci. K odvolání je vhodné přiložit aktuální lékařské zprávy, které nezvládání potřeb prokazují a ÚP je neuznal. Dále můžete požadovat osobní účast při jednání odvolací posudkové komise.

Lhůty řízení

Dne 15. března 2017 jsem si zažádala o nový průkaz ZTP, platnost starého vypršela 31. března 2017. Dosud nemám žádnou odpověď. Bez průkazu ZTP si nemohu požádat o parkovací průkaz ani o příspěvek na mobilitu. Navštěvuji pravidelně nemocnici Motol, kde bez parkovacího průkazu nemohu stát na místě pro tělesně postižené. Některá vyšetření trvají celé dopoledne a bez parkovacího průkazu platím vysoké částky za parkování. Chtěla bych se zeptat, jestli se mohu někde informovat, jak dlouho ještě bude trvat vyřizování průkazu ZTP? Na ÚP jsem se ptala už dvakrát, řekli mi, že nemají možnost tuto situaci olivnit...

Lhůta řízení je až 60 dnů (30 + 30) v případě složitosti řízení a zjišťování rozhodných skutečností. Posudkový lékař má na vydání posudku 45 dnů (také je možné prodloužení). V době, kdy úřad předává podklady LPS, se řízení přerušuje a následně – po návratu posudku – se opět obnoví. V případě přerušování řízení se může lhůta ještě dále prodloužit, o přerušování řízení vás ovšem úřad musí informovat.

Pokud chcete znát podrobnosti o průběhu řízení, popřípadě si nejste jisti jeho fází, zavolejte si přímo na příslušný úřad a doptejte se. Úřednice sice délku neovlivní, ale mohla by vám sdělit, proč je délka již nad rámec obvyklé lhůty. Jelikož řízení trvá nad rámec obvyklé lhůty, můžete podat stížnosti na nečinnost úřadu, popřípadě na průtahy v řízení. Také můžete žádat o náhradu škody v souvislosti s nevydáním rozhodnutí v zákonné lhůtě. Stížnosti se podávají k nadřízenému úřadu, který by měl zpravidla rozhodnout do 30 dnů od obdržení žádosti.

Příspěvek na péči při úmrtí

Jsou to asi dva měsíce, co teta podávala žádost o příspěvek na péči. Bylo provedeno šetření v rodině, obvodní lékař sepsal zprávu a vše bylo odesláno na posudkové. Stav tety byl nepříznivý a rychle se zhoršoval. Před pěti týdny ji přijali na lůžkové oddělení hospicu, kde zemřela. Je nám jasné, že musíme na

ÚP nahlásit úmrtí, ale co bude dál? Bude řízení o příspěvku pokračovat? Víím, že příspěvek musíme zaplatit do hospicu, zaslouží si to za tu obrovskou péči, kterou lidem poskytují...

Co se týče příspěvku na péči při úmrtí, v takovém případě nárok na výplatu nepropadá, nýbrž přechází na osobu či instituci, která žadateli poskytovala sociální péči a byla řádně nahlášena na formuláři *Oznámení o poskytovateli pomoci*. Tento poskytovatel se tak stává účastníkem řízení a obdrží na jeho konci rozhodnutí o přiznání příspěvku na péči, případně jeho zvýšení, snížení, nepřiznání či odejmutí, proti kterému má možnost se odvolat.

Bylo-li poskytovatelů v konkrétních měsících více, náleží jim výplata příspěvku v rovné výši, nedohodnou-li se na jiném rozdělení. Pokud se v průběhu řízení změnil poskytovatel pomoci, má pochopitelně každý z nich nárok na výplatu pouze za měsíce, za které péči poskytoval. Popisovaný přechod nároku na dávku po úmrtí však platí pouze v případě, že bylo v rámci řízení před úmrtím žadatele provedeno sociální šetření. Stane-li se, že příjemce již přiznaného příspěvku na péči zemře předtím, než je mu vyplacena dávka za konkrétní měsíc, přechází automaticky výplata nevyplacené dávky rovněž na uvedeného poskytovatele pomoci.

Rozvázání pracovního poměru

Ráda bych se informovala, zda má zaměstnavatel právo na rozvázání pracovního poměru z důvodu dlouhodobé nemoci v trvání asi šesti měsíců včetně dvouměsíční zkušební doby. Pobírám ID 1. stupně. Nemoc počala už 25. den pracovního poměru ve zkušební době. Můj zaměstnavatel poskytuje pracovní místa výhradně OZP a invalidním osobám. Má tedy důvod se mnou ukončit pracovní poměr, když je seznámený s mou zdravotní dokumentací a častou nemocností?

Zaměstnavatel i zaměstnanec mohou ukončit pracovní poměr ve zkušební době kdykoli a bez udání důvodu. Jelikož jste onemocněla ve zkušební době, je započtení této doby přerušeno dobou vaší nemoci. Následně po nástupu do zaměstnání se opět začne počítat, resp. naváže se. Váš zaměstnavatel tedy do ukončení pracovního poměru důvod uvádět nemusel.

Posoudit důvody, pro které s vámi zaměstnavatel ukončil pracovní poměr, bohužel bez podkladů nelze. Ze zdravotních důvodů je výpověď možná, ale je nutné mít k tomuto posudek o zdravotním stavu. Konkrétní výpovědní důvody jsou uvedeny v § 52 zákoníku práce:

a) ruší-li se zaměstnavatel nebo jeho část;

b) přemísťuje-li se zaměstnavatel nebo jeho část;

c) stane-li se zaměstnanec nadbytečným vzhledem k rozhodnutí zaměstnavatele nebo příslušného orgánu o změně jeho úkolů, technického vybavení, o snížení stavu zaměstnanců za účelem zvýšení efektivnosti práce nebo o jiných organizačních změnách

d) nesmí-li zaměstnanec podle lékařského posudku vydaného poskytovatelem pracovnílékařských služeb nebo rozhodnutí příslušného správního orgánu, který lékařský posudek přezkoumává, dále konat dosavadní práci pro pracovní úraz, onemocnění nemocí z povolání nebo pro ohrožení touto nemocí, anebo dosáhl-li na pracovišti určeném rozhodnutím příslušného orgánu ochrany veřejného zdraví nejvyšší přípustné expozice

e) pozbyl-li zaměstnanec vzhledem ke svému zdravotnímu stavu podle lékařského posudku vydaného poskytovatelem pracovnílékařských služeb nebo rozhodnutí příslušného správního orgánu, který lékařský posudek přezkoumává, dlouhodobě zdravotní způsobilost

f) nesplňuje-li zaměstnanec předpoklady stanovené právními předpisy pro výkon sjednané práce nebo nesplňuje-li bez zavinění zaměstnavatele požadavky pro řádný výkon této práce; spočívá-li nesplňování těchto požadavků v neuspokojivých pracovních výsledcích, je možné zaměstnanci z tohoto důvodu dát výpověď, jen jestliže byl zaměstnavatelem v době posledních 12 měsíců písemně vyzván k jejich odstranění a zaměstnanec je v přiměřené době neodstranil;

g) jsou-li u zaměstnance dány důvody, pro které by s ním zaměstnavatel mohl okamžitě zrušit pracovní poměr, nebo pro závažné porušení povinnosti vyplývajících z právních předpisů vztahujících se k zaměstnancem vykonávané práci; pro soustavně méně závažné porušování povinnosti vyplývajících z právních předpisů vztahujících se k vykonávané práci je možné dát zaměstnanci výpověď, jestliže byl v době posledních 6 měsíců v souvislosti s porušením povinnosti vyplývajících z právních předpisů vztahujících se k vykonávané práci písemně upozorněn na možnost výpovědi;

h) poruší-li zaměstnanec zvlášť hrubým způsobem jinou povinnost zaměstnance stanovenou v § 301a.

Opatrovník a správa opatrovancova jmění

Byla jsem nově jmenovaná opatrovníkem své postižené sestry. Bydlí v DSS, jsme s ní v pravidelném ▶

kontaktu. Při převzetí agendy jsem zjistila, že má sestra spořicí účet, kde má dost peněz. Proto jsem se domluvila s mamkou, že spolu pojedeme na dovolenou k moři. Dovolenu jsem zaplatila a DSS požádala o její proplacení (samozřejmě pouze za sestru, svoje si platíme). Odkázali mě však na povolení od soudu. Existuje částka, která je stanovená např. zákonem, abych věděla, kdy musím žádat soud o uvolnění peněz? Jak mám nyní postupovat, mohu si někde stáhnout žádost? Zároveň mě z DSS informovali, že doposud od soudu neobdrželi rozsudek o změně opatrovníka a chtějí souhlas i od mamky (původního opatrovníka). Rozsudek mám již dva měsíce, postačí, když jim zašlu svou kopii?

Pokud jste opatrovníkem své sestry, zcela jistě jste i správcem jejího majetku, a to včetně spořicího účtu. Není tedy zcela jasné, z jakého titulu jste žádala DSS o proplacení dovolené pro sestru. Opatrovníkovi náleží běžná správa opatrovancova jmění. Nejedná-li se o běžnou záležitost, vyžaduje se k naložení se jměním zastoupeného schválení soudu.

Dále zákon stanovuje úkony, které musí být schváleny soudem. Neschválil-li to soud, nesmí opatrovník vyslovit souhlas se změnou osobního stavu opatrovance. Spravuje-li opatrovník opatrovancovo jmění, nesmí bez souhlasu soudu, nerozhodli soud o dalších omezeních:

a) zavázat opatrovance k plnění některému z členů opatrovnické rady nebo osoby tomuto členu blízké;

b) nabytí pro opatrovance nemovitou věc nebo podíl na ní, ani opatrovancovu nemovitou věc nebo podíl na ní zcizit či zatížit;

c) nabytí pro opatrovance obchodní závod, podíl na obchodním závodu nebo podíl na právnické osobě, ani tento majetek zcizit nebo zatížit; to neplatí, jedná-li se o nabytí účastnických nebo podobných cenných papírů zajišťujících bezpečný výnos;

d) uzavřít za opatrovance smlouvu vazující ho k trvajícím nebo opakovanému plnění na dobu delší než tři roky;

e) odmítnout dědictví nebo jiné plnění z pozůstalosti, nebo

f) zavázat opatrovance k bezúplatnému plnění jiné osobě, ledaže se jedná o dar poskytnutý k obvyklé příležitosti podle zásad slušnosti v přiměřeném rozsahu a opatrovanec je schopen úsudku a projevil s darem souhlas.

Bez zřetele na výše uvedené opatrovník nesmí, neschválil-li to soud, naložit s majetkem opatrovance, jedná-li se o

a) nabytí nebo zcizení majetku v hodnotě převyšující částku odpovídající pěti-setnásobku životního minima jednotlivce;

b) nabytí nebo zcizení majetku převyšující jednu polovinu opatrovancova majetku, ledaže tato polovina představuje hodnotu jen nepatrnou a nejedná se o věc, která je pro opatrovance věcí zvláštní obliby, nebo

c) přijetí nebo poskytnutí půjčky, úvěru nebo jistoty v hodnotách uvedených pod písmenem a) nebo b).

Stále ovšem platí, že musí jít o běžnou správu. Vše, co nespadá do běžné správy také podléhá schválení soudem, tedy i úhrada dovolené.

Pokud DSS nevystupovala jako účastník řízení, rozhodnutí o změně opatrovníka mu nebylo doručeno. Je tedy nutné předložit kopii rozhodnutí, na jehož základě nyní jednáte za svou sestru. V žádném případě jim nedávejte své rozhodnutí, ale pouze jeho kopii, popř. ověřenou kopii.

Pracovní dohody

Mohli byste mi objasnit rozdíly v pracovních dohodách – dohodě o pracovní činnosti (DPČ) a dohodě o provedení práce (DPP, co obnáší a co je pro mě výhodnější? Chci pracovat na 4–5 hodin denně. Jsem invalida 1. stupně.

Na základě DPP můžete odpracovat max. 300 hodin v kalendářním roce pro jednoho zaměstnavatele (pokud byste měla u jednoho zaměstnavatele více DPP, ty se sčítají).

Pokud uvedená odměna za práci nepřesahuje částku 10 000 Kč za měsíc, nemusí za vás zaměstnavatel odvádět zdravotní a sociální pojištění. Částka se pouze zdaní 15% srážkovou daní. Pokud by to byl váš jediný příjem, musela byste si za sebe zaplatit zdravotní a sociální pojištění. Za osoby, které pobírají jakýkoli ID, platí zdravotní pojištění stát, tedy v tomto případě byste si musela doplatit pouze sociální pojištění, aby vám nechyběly doby pojištění pro výpočet starobního důchodu.

Rozsah práce u DPČ nesmí v průměru přesáhnout polovinu max. týdenní doby. Tedy na DPČ můžete pracovat maximálně 20 hodin týdně po celou dobu trvání dohody. Zdanění odměny se řídí výší vašeho výdělku a jako v normálním pracovním poměru se z něj odvádí zdravotní a sociální pojištění.

Obě dohody se týkají prací mimo pracovní poměr. Nemáte např. nárok na příplatky za přesčasy, dovolenou, cestovní náhrady nebo odstupné. Obě dohody mohou být kdykoliv předčasně vypovězeny jak ze strany zaměstnance, tak i zaměstnavatele. Při výpovědi je nutné dodržet patnáctidenní výpovědní lhůtu. V obou dohodách musí být uvedeny sje-

nané práce, rozsah pracovní doby a doba, na kterou se dohoda uzavírá.

Na dohody si není možné přivydělavat při evidenci na ÚP. Tedy alespoň pokud chcete v evidenci zůstat. Přivýdělký na dohody jsou považovány za kolidující zaměstnání.

Bohužel nemohu posoudit, která z dohod je pro vás lepší. Pokud plánujete pracovat pravidelně každý den, asi se vyplatí více dohoda o pracovní činnosti. Pokud by byla vaše práce jen nárazová, více se vyplatí DPP.

Zpracovaly: Mgr. Jana Bendová,
Jitka Nosková, DiS.

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 zdravotním postižením,
- seniiori,
- rodiče dětí se zdravotním postižením,
- 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 osoby se zdravotním postižením,
- důchody,
- uzavírání a kontrola smluv o poskytování sociální služby,
- zbavení právní způsobilosti,
- věci související se sociálním zabezpečením.

KONTAKTY:

☎: 542 214 110, 542 214 111,

SKYPE: poradnabrno

✉: poradnabrno@nrzp.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.

Vedoucí poradny: Jitka Nosková, DiS.

PORADNA pro život s postižením Ligy vozíčkářů

LIGA VOZÍČKÁŘŮ

www.ligavozic.cz



Dlouhodobé ošetřovné

Dlouhodobé ošetřovné je novou dávkou nemocenského pojištění dle zákona č. 187/2006 Sb., o nemocenském pojištění; tato nová dávka se zavádí **od 1. 6. 2018.**

Podmínky nároku na dlouhodobé ošetřovné

Nárok na dlouhodobé ošetřovné vzniká v případě, že zaměstnanec nemůže vykonávat svoje zaměstnání (popř. OSVČ nemůže vykonávat samostatnou výdělečnou činnost) z **důvodu péče o osobu, která po ukončení hospitalizace potřebuje dlouhodobou péči jiné osoby**, přičemž:

- hospitalizace trvala alespoň sedm kalendářních dnů nepřetržitě (za den hospitalizace se považuje i den přijetí nebo propuštění z hospitalizace);
- je předpoklad, že osoba bude po ukončení hospitalizace potřebovat **péči alespoň po 30 kalendářních dnů.**

Ošetřovaná osoba musí udělit **písemný souhlas s poskytováním dlouhodobé péče**; souhlas se uděluje na předepsaném tiskopise a nevyžaduje se pouze v případě poskytování péče nezletilé osobě. Pokud ošetřovaná osoba není schopna se podepsat, ale chápe smysl sdělení o dlouhodobé péči, stačí, aby před dvěma svědky učinila na tiskopis nějakou značku, pod kterou jeden ze svědků napíše jméno a příjmení osoby a oba svědky dokument podepíše.

Poskytuje-li osoba dlouhodobou péči **současně více ošetřovaným osobám**, dlouhodobé ošetřovné náleží pouze jednou.

Podmínkou nároku na dlouhodobé ošetřovné ze **zaměstnání** je, že osoba ošetřující má v posledních čtyřech měsících před započítáním ošetřování **odpracováno alespoň 90 kalendářních dnů.**

Podmínkou nároku na dlouhodobé ošetřovné ze **samostatné výdělečné činnosti** je, že osoba ošetřující byla **účastna nemocenského pojištění alespoň po dobu tří měsíců** před započítáním ošetřování.

Zaměstnavatel může písemně nesouhlasit s nepřítomností zaměstnance v práci po dobu poskytování dlouhodobé péče jen v případě, že prokáže, že k tomu má **vážné provozní důvody.**

Okruh osob, které mají nárok na dlouhodobé ošetřovné

Nárok mají:

- a) manžel (manželka) ošetřované osoby nebo registrovaný partner (registrovaná partnerka) ošetřované osoby;
- b) příbuzný v linii přímé s ošetřovanou osobou nebo její sourozenec, tchyně, tchán, snacha, zeť, neteř, synovec, teta nebo strýc;
- c) manžel (manželka), registrovaný partner (registrovaná partnerka) nebo druh (družka) fyzické osoby uvedené v písmenu b), nebo
- d) druh (družka) ošetřované osoby nebo jiná fyzická osoba žijící s ošetřovanou osobou v domácnosti.

Výše uvedené osoby se mohou v poskytování péče (a tedy i v nároku na výplatu dlouhodobého ošetřovného) libovolně střídát, v jednom dni však má nárok na dlouhodobé ošetřovné pouze jedna osoba.

Kdo nemá nárok na dlouhodobé ošetřovné?

Nárok nemají:

- a) zaměstnanci činní na základě dohody o provedení práce;
- b) zaměstnanci účastní pojištění z důvodu výkonu zaměstnání malého rozsahu;
- c) odsouzení ve výkonu trestu odnětí svobody zařazení do práce a osoby ve vý-

konu zabezpečovací detence zařazené do práce;

- d) pojištěnci, kteří jsou žáky nebo studenty, ze zaměstnání, které spadá výlučně do období školních prázdnin nebo prázdnin;
- e) vojáci v záloze ve výkonu vojenské činné služby;
- f) osoby pečující a osoby v evidenci (týká se osob poskytujících pěstounskou péči, ne pečujících osob ve smyslu péče o osobu závislou).

Na dlouhodobé ošetřovné není nárok ani v případě, že je ošetřovanou osobou **dítě, na které je vyplácena peněžitá pomoc v mateřství nebo rodičovský příspěvek**; s výjimkou případu, kdy osoba, která o dítě běžně pečuje, nemůže péči poskytovat ze zdravotních důvodů.

Nárok na **další dlouhodobé ošetřovné při téže potřebě dlouhodobé péče** může vzniknout nejdříve po uplynutí 12 měsíců ode dne, za který byl naposledy nárok na výplatu dlouhodobého ošetřovného (tzn., pouze v případě, že by zdravotní stav ošetřovaného vyžadoval péči po dobu delší než 15 měsíců).

Podpůrcí doba a výše dlouhodobého ošetřovného

Dlouhodobé ošetřovné lze vyplácet **maximálně 90 kalendářních dnů.**

Výše dlouhodobého ošetřovného za kalendářní den činí **60 % denního vyměřovacího základu.**

Mgr. Kateřina Bulantová
sociální pracovnice

Poradny pro život s postižením
Ligy vozíčkářů, z. ú.



Pa, pa, děti. Tak se zase uvidíme až za měsíc na můj důchod?

Milan Linhart

Pavel Carbol: Aktivita je moje droga. A spolu s manželkou Lenkou prožíváme plně každou chvíli

O pomoci druhým, novém projektu Opava bez bariér a Martin Šonka Fanclubu

Pavel Carbol žije už šestnáctým rokem v Pusté Polomi, pochází z Vítkova. Působí sympaticky, jemně, ale odhodlaně. Případá mi, že se stále usmívá. Hovoří jasně, přímočaře a bez zbytečných odboček a složitých filosofických úvah. Jako by byl stále ukotven sám v sobě. Kdysi ale prožil událost, po které ho čekalo období zdravotních peripetií, jejichž příčinu se nedařilo odhalit.

Po skoro deseti letech profese řidiče nákladní dopravy, která ho naučila být aktivní v každém okamžiku života, přišel – jak sám říká – zásah vyšší moci. Psal se rok 2005...

• Co se tehdy vlastně stalo?

Když jsem se rozhodoval, že bych z nákladní dopravy přešel na osobní dopravu, zasáhl – a zaplat' pánbůh, že tomu tak bylo – osud. Nedokážu si ani představit, co by se mohlo stát, kdybych v osudné chvíli řídil autobus plný lidí. Jednoho dne jsem totiž na rampě zkolaboval. Odvezli mě do opavské nemocnice a kariéra řidiče pro mě skončila. V nemocnici mě ale nevyšetřili příliš důkladně. Až o pár let později se zjistilo, že jsem neměl mozkovou příhodu, ale že mám na mozku nádor.

• Vypadalo to, že bude vše v pořádku...

Ano. Dokonce jsem začal pracovat v opavské firmě Isotra, která vyrábí stínící techniku. Dělal jsem u strojů a později technologa výroby. Postupně se u mě ale začaly projevovat psychické poruchy. Nikdo nevěděl – lékaři ani já sám – proč. Odešel jsem z Isotry do firmy Brembo v Hrabové. Tam se moje zdravotní potíže, asi po měsíci práce, projevíly naplno. Přestal jsem vidět na pravé oko, objevily se silné bolesti očí, hlavy, chvilkové ztráty vědomí, až jsem ho ztratil úplně. Odvezli mě do Slezské nemocnice v Opavě na interní žurnál, a jak mi později sdělila moje žena Lenička (jsme spolu už 26 let), právě tam zjistili, že mám na mozku nádor. Podrobil jsem se operaci a dlouhodobé onkologické léčbě. A skončil jsem na ortopedickém vozíku. Snažil jsem se sice dostat opět na nohy, ale čím víc jsem chodil, tím mi bylo hůř. Doktor mi proto zamítli veškerou rehabilitaci. Z mechanického mně po devíti měsících přesadili na elektrický.

• Ale nezlomilo tě to. Začal tě zajímat projekt forenzního značení kompen-



Pavel Carbol při rozhovoru pro magazín VOZKA

začních pomůcek syntetickou DNA, rád jsi pomáhal jiným lidem s postižením...

Zjistil jsem, že mi není jedno, když někdo neprochází zrovna příjemným životním obdobím a jeho nejbližší se na něj takřkajíc vykašlou. Vzpomínám si na jednoho známého z Ostravy. Rodina mu moc nepomáhala, kromě toho, že mu jednou za týden zašel někdo z nich nakoupit. To bylo všechno. Dotyčný vozíčkář se neuměl vůbec dostat z domu. Bydlel v bytovce a neměl k dispozici rampu. Nakonec se jeho situace zhoršila natolik, že začal na sociální síti šířit zvěsti o tom, že se asi oběsí... Zavola jsem tedy na pobočku Národní rady osob se zdravotním postižením ČR v Ostravě, tuším že paní doktorce Miklušové, jestli by mu nepomohli. Později jsem se dozvěděl, že má montáž rampy konečně vyřízenou. To mám potom opravdovou radost, která mě naplňuje.

Projekt forenzního identifikačního značení kompenzačních pomůcek – zvláště ortopedických vozíků – syntetickou DNA rozjela pod Ministerstvem vnitra v roce 2014 Městská policie Ostrava. Strážníci z pracoviště prevence kriminality Jaromír Kolařík a Jana Koběrská za to v roce 2015 dostali Pamětní diplom MOSTY v kategorii Zvláštní cenu, kterou uděluje Národní rada osob se zdravotním postižením ČR. Za podpory ředitele Centra sociálních

služeb Hrabyně a senátora Vladimíra Plačka jeho tehdejší náměstkyně Lucie Jordánové jsem zorganizoval v březnu 2015 besedu o projektu. Napsal jsem o tom i do VOZKY. Později jsem se snažil povědomí o projektu rozšířit i na Opavu, ale nedařilo se to. Další vývoj projektu už podrobně nesleduju, je to na jiných nadšencích. Víím, že o označování je stále zájem. Navíc oběma preventistům se jejich aktivita později moc „nevyplatila“. Snad to byla závist kvůli zvláštní ceně MOSTY, nevíím...

• A pak přišel nápad na projekt Opava bez bariér?

Svým způsobem mě na to přivedlo vyhlášení ceny MOSTY za rok 2016, které se konalo 16. března 2017 v Hradci Králové. Cenu v kategorii institucí veřejné správy získal Magistrát hlavního města Prahy kromě jiného i za digitální mapu přístupnosti budov a veřejných prostor pro osoby s omezenou schopností pohybu. V té chvíli se mi v hlavě zrodil nápad vytvořit podobnou mapu i v Opavě. Začátek projektu nebyl nijak jednoduchý, ale nakonec se štěstím a za velké podpory pana Josefa Stiborského, náměstka primátora Statutárního města Opavy, se projekt rozběhl. Nesmím také zapomenout poděkovat poskytovateli on-line nástroje pro tvorbu a správu webových stránek společnosti Webnode AG, zvláště pak Roma-

nu Hánovi, za sponzorský dar ve formě balíčku služeb. Tím mi umožnil spustit webové stránky www.opavabezbarier.cz.

• Vypadá to jednoduše...

Teď to tak vypadá, ale už jsem naznačil, že začátek se nejevil nijak nadějně. Když si vzpomenu, jak jsem oslovoval různé organizace, neviděl jsem světýlko na konci tunelu...

Nakonec jsem pochopil, i díky Mirku Filipčkoví z Ostravské organizace vozíčkářů, že se budu muset orientovat pouze na Opavu, jinde by mi vstříc nevyšli. Vnímají to spíše jako konkurenci. Tyhle argumenty ale neberu, protože já mám pro to tak trochu laické pojmenování – přece ty jako Ostravan nebudeš znát pouze ulice v centru města v Opavě a naopak... Ať už je vozíčkář odkudkoli, měl by mít možnost se předem informovat, třeba na interaktivní mapě, jak to je v konkrétním městě s bezbariérovostí a žádná konkurence projektů ho nezajímá.

Vlastně i ty příspěvky o dopravě vozíčkářů píšu ze svého pohledu, jak to prostě cítím, bez ohledu na to, co si o tom kdokoli myslí. A tak jsme oba s mým kolegou a zástupcem Janem Martínkem prošli školením v celostátní Metodice kategorizace přístupnosti objektů u Pražské organizace vozíčkářů a praktické zkoušky udělali na opavské radnici.

• Takže co vlastně projekt nabízí lidem na vozíku či s tělesným postižením?

Přístupnost prostředí a architektonické bariéry se stávají stále více diskutovanou oblastí. Tedy u nás, protože v zahraničí jsou desítky let popředu. Ale diskuse na konferencích nám nepomohou. Je zřejmé, že přístupné prostředí není potřebou jen skupiny lidí s tělesným postižením, ale více či méně se vztahuje na každého z nás. Bez potíží se pohybovat městy a obcemi se potřebují nejen vozíčkáři, ale i lidé s dočasně omezenou hybností, rodiče s kočárky a malými dětmi a početná skupina seniorů. Je nutné neustále připomínat, že přístupnost veřejného prostoru je běžnou potřebou, a ne nadstandardem. A právě na základě snahy zlepšovat informovanost zmíněných skupin, zejména osob odkázaných na ortopedický vozík, jsme ve městě Opava iniciovali mapování a kategorizaci objektů pro užívání veřejnosti z hlediska bezbariérové přístupnosti. Při mapování postupujeme podle zmíněné metodiky, neboť hodnocení bezbariérovosti dle stávající platné legislativy by většinu objektů zařadilo do kategorie Objekt obtížně přístupný nebo nepřístupný. Přitom mohou být pro některé skupiny osob s omezenou schopností pohybu a orientace přístupné.

• A co vyhláška Ministerstva pro místní rozvoj ČR č. 398/2009 Sb., o obec-

ných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb?

Metodika kategorizace přístupnosti objektů slouží pouze pro zpracování informací o stávajícím stavu přístupnosti objektů. V případě vytváření návrhů na úpravy a odstraňování zjištěných architektonických bariér je samozřejmě třeba respektovat uvedenou platnou vyhlášku.

Je nutné neustále připomínat, že přístupnost veřejného prostoru je běžnou potřebou, a ne nadstandardem

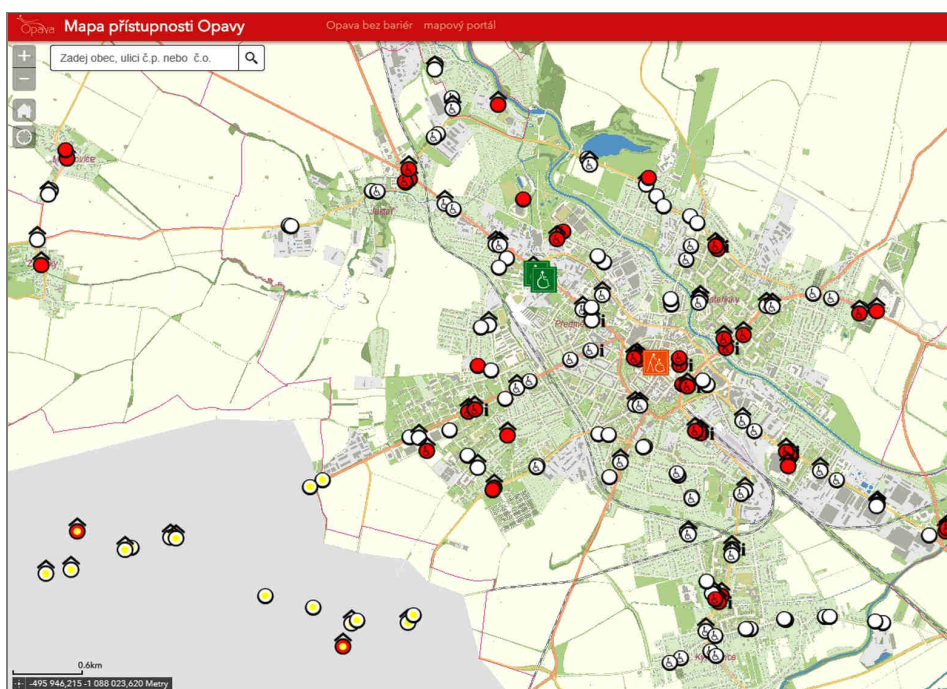
Účelem speciálních piktogramů je poskytnout uživateli základní informace o hlavních stavebních prvcích pro rychlou orientaci v daném objektu. Slovním popisem pak doplňujeme symboly v případě, že to vyžaduje specifčnost dispozice stavby. Pro účely našich stránek a příslušných publikací se používají tři základní symboly, které vyhodnocují celkovou přístupnost, částečnou přístupnost i nepřístupnost. Tyto symboly jsou vedené v tzv. semaforovém provedení, tj. červená, oranžová a zelená, které určují celkovou přístupnost. Poté následuje dalších třináct, tzv. doplňujících piktogramů, jejichž platnost je vyznačena zvýrazněním (modře) a neplatnost vyblednutím, potlačením (šedě). Aby se člověk v jednotlivých piktogramech vyznal, vytvořil jsem na webu dvě stránky pod názvy Hlavní piktogramy, kde najde vysvětlení základních symbolů v semaforovém provedení, a Doplňující piktogramy, kde je oněch zmíněných třináct doplňujících piktogramů, které mu napoví o objektech něco více.

• A co mapa přístupnosti?

Tu jsme spustili včera, tedy 24. 5. Je v sekci Opavou přes bariéry, stačí jednoduše kliknout na odkaz Mapa přístupnosti a mapa se zobrazí. Spolu se zástupci města věříme, že mapa přinese návštěvníkům stránek mnoho užitečného, ale také že i oni budou posílat své podněty. Jsou tam první prověřené objekty a další budou postupně přibývat. S magistrem Markem Drozdkiem z opavského magistrátu to budeme doplňovat. Je zpracovatelem GISu (Geografický informační systém, pozn. red.) na odboru informatiky a já si spolupráce s ním velmi vážím. Data do mapy vkládá právě on, na mě je vkládání dat do administračního systému projektu Opava bez bariér. Takže uživatel si například tady klikne na oranžový piktogram označující budovu Magistrátu města Opavy na Horním náměstí (tzv. Hláska) a otevře se mu okénko, kde si přečte tu nejdůležitější informaci, že budova je bezbariérově přístupná s asistencí. Dále tam vidí přesnou adresu, může si kliknout na popis stavu objektu s doplňujícími piktogramy, využije odkaz na webové stránky magistrátu či odkazy na Street View na Mapy Google a OpenStreetMap na Mapy.cz. Samozřejmostí je kontakt na správce projektu. O kousek dál zase uvidí dva zelené piktogramy označující budovy magistrátu B a C na ulici Krnovské. Podle zelené barvy piktogramu jsou obě budovy bezbariérově přístupné.

Do rozsahu piktogramů, které můžeme využívat, jsem ještě přidal piktogram označující vyhrazené parkovací stání. U nás v Opavě je to velmi důležité. Parkovacích míst tady není příliš mnoho...

• Nedávno jsi na Facebooku vyhlásil soutěž na doplnění motta stránek... ▶



Opava bez bariér – náhled internetové mapy Opavy s vyznačením zmapovaných objektů

Hledal jsem motto, které by mohlo uvádět stránky projektu a tak jsem na této sociální síti vyhlásil soutěž. Zadal jsem jeho část a kdo měl zájem poslal doplnění. Nakonec jsem vybral doplnění motto paní Lenky Martínkové z Opavy: *Není důležité, na kolik bariér narazíš, ani kolik jich zdoláš. Důležité je chtít.*

Propojil jsem i oba weby, kterých jsem správcem – Život s vozíkem a právě Opava bez bariér.

• **Pavle, jsi také zakladatelem a správcem Martin Šonka Fanclubu, což je oficiální společenství fanoušků letce Martina Šonky? Jak to vše stiháš?**

Ano, jsem jeho zakladatelem a správcem fanclubu našeho pilota světové špičky Red Bull Air Race, což je mistrovství světa leteckých závodů, kde piloti musí proletět vzdušnými pylony vymezenou trať v co nejrychlejší čas. Martin je také mistrem Evropy 2016 v kategoriích Freestyle, vicemistrem Evropy 2016 v letecké akrobacii kategorie unlimited, člen reprezentace České republiky v letecké akrobacii kategorie unlimited. V roce 2017 Martin Šonka získal v seriálu Red Bull Air Race titul vicemistra světa, když mu titul utekl až v posledním závodě v Indianapolis o čtyři body.

Takže k mé práci v chráněné dílně na RÚ v Hrabyni ve firmě FROS ZPS s.r.o. mám projekt Opava bez bariér a ještě správce Martin Šonka Fanclubu. V dílně jsem spokojený, ale budu se asi muset rozhodnout, jak to bude dál. Myslím tím, že postupně přibývá práce s projektem, a já nevím, jestli budu všechny své aktivity do budoucna stíhat. Práci pro fanclub i projekt Opava bez bariér dělám vlastně pro radost. Neberu za to peníze, i když už mi třeba Martin říkal, že bych si své správce klubu měl účtovat. Ale já jen chci udělat radost druhým...



Pavel Carbol s pilotem Martinem Šonkou (vlevo) u jeho závodního letadla

• **Co vás čeká v projektu Opava bez bariér v nejbližší době?**

Chystáme se na mapování Okresní správy sociálního zabezpečení v Opavě. Budeme podávat žádost o dotaci na další měřicí zařízení, které je k naší práci nutné. Další dotace jsou ale závislé na tom, zda se nám podaří založit spolek. Vše nasvědčuje tomu, že to nebude problém. Kdo žije na Opavsku a chtěl by se na jeho vzniku podílet, může mě jako správce projektu kontaktovat. V současné době je to možné na dvou rozlišných e-mailových adresách. Pro informace a další dotazy okolo projektu Opava bez bariér použijte kontaktní formulář na stránkách nebo pišete přímo na e-mail: info@opavabezbarier.cz. Nebo můžete napsat na stránky Život s vozíkem www.facebook.com/zivotnavoziku.

Návrhy, případně upozornění na objekty, u kterých by mohlo být provedené mapování a kategorizace objektu a nejsou dosud v mapě Opavou přes bariéry na webových stránkách, posílejte jen na e-mail: spravce@opavabezbarier.cz.

I když jsem na vozíku, prožívám šťastné chvíle

• **Vím, že bez podpory tvé manželky Lenky by žádná z tvých aktivit nebyla tak úspěšná...**

To je naprostá pravda. Vím, že rok 2012 nebyl pro mou ženu Lenku a naše děti vůbec procházka „růžovým sadem“. Těžká životní rozhodování – co bude se mnou dál – nakonec dovedla mou ženu Leničku k tomu, že se o mě bude plně starat. V této těžké chvíli to bylo velmi odvážné rozhodnutí, protože vlastně postavila mou léčbu a péči o mě na první místo i za cenu ztráty zaměstnání a sobody. S dcerou mě začali učit psát, číst a počítat, třeba spočítat si peníze nazpátky

Projekt Opava bez bariér



■ **Účelem projektu** je tvorba webových stránek a mapy, u kterých bylo provedené mapování a kategorizace přístupnosti objektů dle vyhlášky Ministerstva pro místní rozvoj ČR č. 398/2009 Sb., o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb.

■ **Prioritou projektu** je vytvoření mapy Opavy, kde budou publikované zmapované objekty, u kterých proběhla kategorizace přístupnosti pro osoby se sníženou schopností pohybu a také pro vozíčkáře, dle výše zmíněné vyhlášky.

■ **Cílem projektu** je zařazení Opavy mezi města v ČR, které už tuto digitální mapu mají.

■ **Web a facebook:**

www.opavabezbarier.cz,

www.facebook.com/opavabezbarier.

■ **Projekt podporují:** Statutární město Opava a Webnode AG.

z nákupu a podobně. Za to vše si zaslouží velké poděkování. Nebýt této péče, jistě bych nebyl takový jako dnes. Jsem sice na vozíku, přijmout svůj handicap mi trvalo něco málo přes rok, ale i když stále sním, že budu chodit, vím, že to už nepůjde...

A když nejde splnit jeden sen, tak se mi plní sny jiné. Protože jsem od svých dětských let žil jen letadly a létáním, začal se mi plnit jeden konkrétní sen. V roce 2016 napsala moje nejstarší dcera Zuzana zprávu Martinu Šonkovi a on jí poslal podepsané reklamní materiály. Další, už osobní setkání s Martinem, zajistila Lenička. Od těch dob Martina doprovázíme na domácích akcích a stali se z nás prakticky přátelé. Vyprávěl bych dál, ale je toho opravdu tolik, že by na to nestačilo celé jedno číslo magazínu VOZKA. Tím bych vlastně chtěl moc poděkovat své ženě Lence i mé rodině za vzornou péči. I když jsem na vozíku, prožívám šťastné chvíle.

A čtenářům prozradím i motto, kterým se řídím. Je od Konfucia a třeba někoho také inspiroje:

„Náš největší úspěch není v tom, že nepadneme, ale v tom, že vždy vstaneme, kdykoli padneme.“

Foto: archiv Pavla Carbola, (pp)

Já a slavné osobnosti

Michal Pospíšil

Nelekejte se, nebudu se nemístně vyťahovat, koho slavného jsem kde potkal a jak jsem čekal a číhal na příležitost vyloudit podpis. Těch případů bylo jen pár. Kromě cestování mám rád odvahu, moudrost a silné lidské příběhy. V mých setkáních vždy něco z toho bylo. Nemám moc přátel, a tak vnímám lidi i skrz filmy, knížky a články v novinách nebo časopisech.

K napsání tohoto textu mě inspiroval článek z minulého VOZKY o setkání vozíčkářky Mariam Paré (její příběh je také velmi silný) s Piercem Brosnanem a setkání s předním českým psychiatrem Radkinem Honzákem. Obojí pro mě bylo nezapomenutelné, inspirující a obdivuhodné...

S Bárou Špotákovou v Bedřichově

Ve vozíku s sebou vozím blok. Z různých důvodů. Něco mě napadne, potřebuji si něco zaznamenat, načmárat (tedy nakreslit)... Tím vysvětluji občas ulovený podpis. Ale popořádku.

V létě 2008, kdy se chystaly XXIX. LOH v čínském Pekingu a my byli na dovolené v Krkonoších, jsme v Bedřichově zastihli oštěpařku Báru Špotákovou, která se tam na olympiádu připravovala. Dokonce jsme se dvakrát potkali v baru u malého piva. Byla milá, vyrovnaná a natěšená na velké závody. S mamkou se potkaly na pedikúře, a proto mám podpis. Sám bych si, nevím ani proč, požádat netroufl. Olympiádu jsme pak sledovali na dovolené v Turecku – magické datum 21. 8. (výročí invaze), k vítězství nutnost porazit Rusku... A najednou Ptačí hnízdo,



Na ulici s Vladimírem Franzem



Michal Pospíšil s psychiatrem Radkinem Honzákem

jak se národní stadion jmenuje, utichlo a oštěp doplachtil na neuvěřitelných 71,42 m. A toto číslo za necelý měsíc na Světovém poháru ve Stuttgartu zlepšila na 72,28 m (prý k maminčiným narozeninám). Je prostě úžasná.

Setkání v Praze

Několik náhodných setkání proběhlo v Praze.

O prázdninách r. 2013 jsem potkal s pejskem Vladimíra Franze, který rok před tím kandidoval na českého prezidenta. Je to umělec, sympaťák, navíc s nepřehlédnutelným zajímavým tetováním. Toho a naši republiku by si ve světě jistě pamatovali, ale volby v r. 2012 nevyhrál...



Na plesu s Ray Korantengem

Na jaře r. 2013 jsem u nás chtěl jít na ples pořádaný CEVRO Institutem, který kdysi absolvoval Ray Koranteng, a tak jej moderoval. Jsme totiž „staří známí“. Několik let před tím jsme se potkali na letišti a pak i v letadle na Krétu. Tak trochu jako VIP jsme seděli hned na začátku letadla. Na plesu si vzpomněl, že byly velké turbulence a po půlnoci, kdy už nedomoderoval, dokonce pomohl hasičům zvednout můj těžký elektrický ze schodů, abych mohl odjet. Jemu jsem se říct o podpis nestyděl, prostě to nějak vplynulo.

Na podzim 2014 jsem se na Václaváku neplánovaně, zato s obdivem a respektem přitočil ke zpěvákovi Josefu Lauferovi. Vůbec mu nevadilo se se mnou vyfotit, usmíval se a dělal si legraci, kdo z nás dvou bude na fotce lépe vypadat.

Zdeněk a Lucie

O dalším setkání jsem do VOZKY psal. Šlo o gastronomický Bosch Fresh Festival v Českých Budějovicích, kde kromě jiných známých kuchařů vařil i Zdeněk Pohlreich. Když dovařil, vycházel ze stanu a čekajícímu páňovi podepsal knihu. Najednou mě se slovy „Pojď, kamaráde,“ vzal kolem ramen – má asistentka málem ani nestačila zmáčknout spoušť fotoaparátu. Hezká náhoda a bez „peprných slov“...

Můj cílený úlovek pochází už z r. 2013, kdy jsem byl v Plzni na koncertu Lucie Vondráčkové spolu s Michalem ▶



V Plzni s Lucií Vondráčkovou

Davidem Přiznám se, že jsem si na ni počkal a třesoucíma rukama jí podával svůj blok... Také byla trochu nejistá, ale usmívala se a já byl blažený.

Herci

Dva roky jsem měl předplatné do českokrumlovského divadla, které nemá svou profesionální scénu, tudíž zde hostují různá divadla. A já měl tudíž možnost vidět mnoho našich herců. S Honzou Potměšilem mám fotek několik a vždy na sebe mávneme – jsme přeci na „jedné lodi“, tedy na vozíku.

Mám rád starší herce – Lubomír Lipský a Květa Fialová byli neuvěřitelní, Petr Kostka mi kdysi při děkovačce uličnický pokynul, Jan Přeučil chvíli recitoval jen pro mě, prostě krásné zážitky.

Ruth Hálová

Velmi si vážím setkání se dvěma staršími lidmi. První bylo při besedě s dok-



V divadle s Honzou Potměšilem

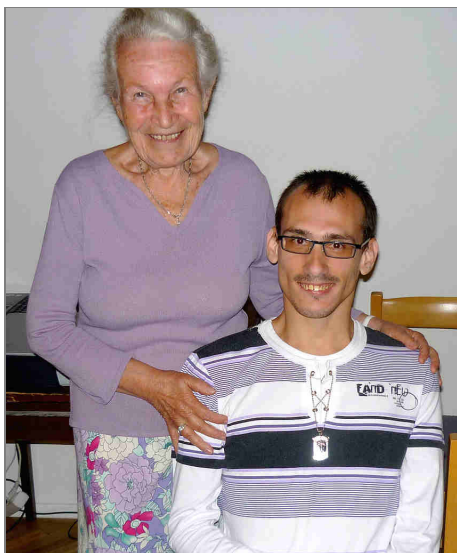
torkou přírodních věd Ruth Hálovou, která je jedním z dětí, které zachránil Sir Nicholas Winton (1909–2015). Narodila se v mém rodném městě – v Českém Krumlově – v r. 1926. Jako židovské dítě neměla lehký osud, po válce se našťásti našla se svou matkou, začala studovat, vdala se, pracovala... O všem vyprávěla vyrovnaně, s nadhledem a nám se koulely po tvářích slzy dojetí. Prostě velká osobnost se silným, až neuvěřitelným životním příběhem. Na společnou fotku kývla a já byl nesmírně rád, i když hrozně nervózní. I její dcera Hana, vedoucí turistického oddělu a učitelka v důchodu, je báječná, navíc kolegyně mé mamky, která si jich obou moc váží.

Ratkin Honzák

Druhé setkání proběhlo nedávno, 19. dubna 2018, u příležitosti přednášky našeho předního psychiatra Ratkina Honzáka. Narodil se v r. 1939 a stále pracuje, jezdí po přednáškách, na netu byste našli jeho blog, zkrátka je stále aktivní. Mluvil dvě hodiny spatra na téma „Psychopati mezi námi“. Ze své praxe má bohaté zkušenosti a velmi zábavnou formou dokáže veřejnosti předestřít různá odborná témata. Celou přednášku jsem z něho nemohl spustit oči. Nu a kdo jsou vlastně ti psychopati? Podle pana Honzáka všichni ti, kdo se neřídí platnými pravidly – tedy šílenci, politici, prostitutky, umělci, sekty, vědci, zločinci, no zkrátka skoro z toho vyšlo, že se celý svět zbláznil. A já se zamiloval. Někteří si chodili pro podpisy jeho knih a mě nejenže se podepsal, ale mám s ním i fotku. Jsem tomu nesmírně rád.

Všechna setkání se zajímavými lidmi jsou pro mě velmi inspirativní a posouvají mě dál. A vůbec to nemusejí být celebrity či slavné osobnosti. Přeji vám všem hezká setkání, která otvírají jiné světy...

pospmichal@email.cz



S přírodovědkyní Ruth Hálovou

Asertivitou proti stresům

Milan Linhart

Z četných článků otištěných v periodikách pro zdravotně postižené vyplývá, že doba polistopadová přinesla lidem se zdravotním postižením, mezi které patří i zrakově postižení, kromě svobod všeho druhu i řadu problémů a překážek. Mnohé z nich existovaly již dříve, ale naplno propukly až teď. Právě proto je naléhavost jejich řešení aktuálnější než kdykoliv předtím. Důležitá je také prevence a ochrana před nimi. Žádný člověk se nemůže dost dobře obejít bez pomoci druhých; v životě jsou ovšem situace, kdy jste odkázáni pouze sami na sebe.

U osaměle žijících nevidomých je to spíš každodenní praxe. Pokud máme volit mezi dobrem a zlem, vybereme si pochopitelně dobro. Je-li ovšem kolem nás příliš zla, zvolíme to menší. Jeho působením i vlivem všech negativních prvků dochází k menším či větším psychickým změnám. Jak lze na všechny uvedené problémy, překážky, střety, špatné zprávy a stresové situace reagovat? Zcela nevhodnou metodou a pomocníkem je zlost, vztek, nenávisť či apatie.

Trocha definic

Jednou z možných způsobů, jak vyjít ze všeho se „zdravou kůží“ i pro zrakově postiženého je tzv. asertivita. Co tento pojem vlastně znamená? Odborné příručky a encyklopedie praví, že asertivita je schopnost prosadit se bez zjevné agresivity, založené na dostatečném sebevědomí. Jiná definice říká, že je to schopnost předložit vlastní názor jednoznačně, ale ohleduplně a psychologicky vhodně. A ještě jedna definice – asertivita je soubor verbálních a neverbálních komunikativních dovedností, které umožňují přímé otevřené jednání a chování, jímž člověk dokáže prosadit své zájmy, požadavky, uspokojit své potřeby, vyjádřit názory i city, ale bere v úvahu potřeby a zájmy druhých. Je to pomyslný střed mezi chováním pasivním (únikovým) a agresivním (útočným).

Výuka asertivity?

Tato metoda psychické odolnosti není všelék, ale jistě dokáže vyřešit a předejít mnoha konfliktním situacím. Je rozhodně lepší preventivně se vyzbrojit psychickou otřlostí, než se vystavovat nervovým šo-

kům. Jednou z možných variant by mohlo být zavedení výuky asertivity na kurzech a rekondičních pobytech pro zrakově postižené, přednášky a ambulantní výuka na úrovni místních organizací nevidomých a slabozrakých pod vedením psychologa. Kromě výsledného efektu by to přineslo všem akcím i jisté oživení a osvěžení. Ani individuální konzultace s terapeutem nebo psychologem není vyloučená.

Rozhodnutí je na vás

Skončujeme s neurózami, depresemi a s nadužíváním prášků. Zbavme se psychické labilitaty. Už samo kladné rozhodnutí je prvním krokem k asertivnímu chování. Způsob asertivního jednání v praxi uvedu alespoň na dvou příkladech.

Nevidomá osoba vstoupí do prostředku městské hromadné dopravy a přítomně neúmyslně šlápne nejbližšímu pasažérovi na kuří oko. Postižený mu začne okamžitě nadávat a spílat. Namísto opěťované palby výhrůžek, kleteb a přívalu zlosti se z úst človíčka s bílou holí ozve něco zcela neočekávaného: „Pane, ani nevíte, jak jsem rád, že máte tak dobrou náladu!“

Při placení v obchodě vydají zrakově postiženému o pět korun méně. Když poškozený zákazník tuto skutečnost zjistí, nekřičí, nerozčiluje se, nevolá po knize přání a stížností. Zachová klid a s milým úsměvem sdělí pokladní: „Dostal jsem sice zpět o pětikorunu méně, ale to nevadí. Třeba ji potřebujete víc než já. Jen si ji klidně nechte!“

Nezapomeňte při každé situaci přidat úsměv, vždyť ten stojí méně než elektřina a dává více světla. A vůbec nevadí, že nejste svou životní filozofii zrovna optimistické, vždyť je známo, že optimistu nelze příjemně překvapit!

Pro asertivní styl jednání je nezbytné respektovat určité zásady:

- Kontrolujte své emoce.
- Respektujte a tolerujte práva druhých.
- Otevřeně vyjadřujte své skutečné pocity.
- Snažte se vidět sebe i druhé reálně.
- Snažte se poznat stanovisko druhého.
- Respektujte názory a přesvědčení druhých.
- Pozorně naslouchejte druhým lidem.
- Nesnažte se mít převahu za každou cenu.
- Buďte vstřícní kompromisům.
- Pokud se zmýlíte, přiznejte to a hledejte nápravu.
- Ujasněte si, co vlastně opravdu chcete.

(red)

Vozíčkáři nereptejte, vždyť kdo se má tak jako vy...

Zamyšlení Věry Schmidové

Za těch 25 let, co už sedím na vozíku, mě nikdy nenapadlo, že to má i svoje výhody. Dosud jsem viděla jen zápory – do obchodu vedly schody, do kostela taky, k památkám jakbysmet, při cestě na záchod mě často potrápily úzké dveře, nebo byl prostě tak malý, že jsem neměla šanci se tam s vozíkem dostat... leda, že bych si nechala dokořán otevřené dveře.

Až teď mě někdo upozornil na to, že jako vozíčkář mám výhody a protekci. A to hned dvakrát v jednom týdnu...

Poprvé to bylo v obchodě, kam jsem si zajela koupit sýr k večeři. Čekám v řadě na pokladnu, když z ničeho nic se přede mě začala tlačit paní s tak naloženým nákupním vozíkem, že to vypadalo, že jistě bude třetí světová válka a ona musí nutně předzásobit potravinami celý obytný dům.

„Promiňte,“ začala jsem nesměle. „Já taky stojím v řadě na pokladnu.“

„Vy stojíte?“ zasmála se pohrdlivě. „Vy sedíte. A tak můžete klidně chvíli počkat. Já, já stojím!“ Pak se koukla na hodinky. „Stejně nemáte co dělat, když jste v tomto čase v obchodě. Tak klidně můžete ještě chvíli počkat!“

V prvé chvíli jsem jí chtěla říct, že ona je přece taky teď v obchodě, takže taky asi nemá co dělat, pak jsem si to ale rozmyslela – má pravdu, já sedím a ona, chudera, musí stát. První výhoda ortopedického vozíku – nemusím stát v řadě u pokladny, můžu si v klidu sedět!

Na druhou výhodu mě upozornili v nemocnici, když jsem šla na objednané vyšetření.

„Nevyhodím vás jenom proto, že jste na vozíku,“ řekla mi paní doktorka hned mezi dveřmi. Vůbec jsem netušila, proč by mě měla vyhodit, když jsem byla objednaná a v přesný čas jsem se na správné místo i dostavila.

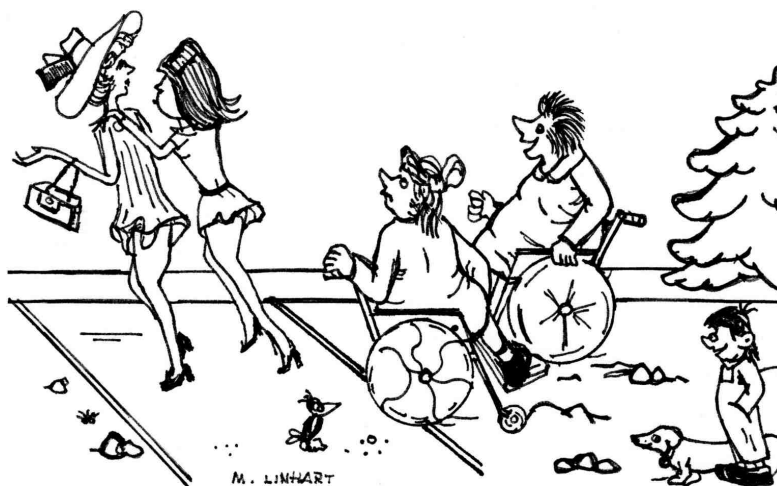
„Váš pán doktor neměl právo vás sem objednat,“ dodala, když uviděla mé překvapení. Nevím sice proč, ale to není podstatné. Podstatné je to, že mě paní doktorka upozornila na to, že jenom díky svému vozíku mám další výhodu – nebudu vyhozena!

Den na to jsem jela na kapačku. Sestřička zrovna vysvětlovala jinému pacientovi, že má plno a tudíž musí počkat. Mě, protože mám křeslo vlastní a nezabírám místo, vzala hned. Pán tam začal vykřikovat něco o protekci. Myslela jsem, že si dělá legraci, a tak jsem ještě s úsměvem dodala: „A na rozdíl od vás si tady nemusím boty zouvat a ani vlastní ručník pod zadek nepotřebuji,“ zasmála jsem se.

„Vy se mi ještě vysmíváte?!“

Pán byl rudý vzteky a šel si stěžovat, jakou mají vozíčkáři protekci...

A proto – vozíčkáři nestěžujte si na svůj osud, na svůj vozík nebo na to, že se nedostanete tam nebo jinam! Vždyť to, že sedíte na vozíku, má i svoje výhody!

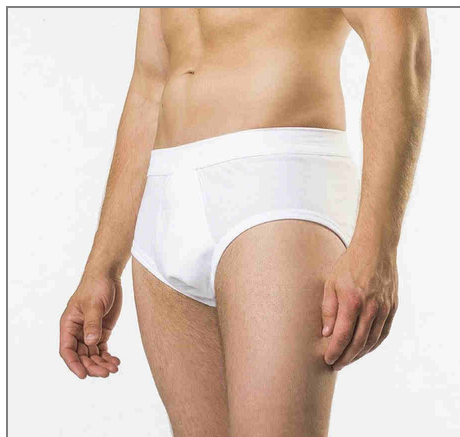


Chodit nás to sice znovu nenaučí, ale hezky se na to kouká, vid' Pepo?

Milan Linhart

Naši jsme:

Pánské slipy pro velmi mírnou inkontinenci



Internetový prodejce Tercio nabízí mj. pánské inkontinenční slipy. Jsou určeny pro velmi mírnou inkontinenci. V genitální oblasti mají integrovanou savou vložkou pro max. 150 ml tekutiny.

Informace o výrobku:

- 100% bavlna
- Laminované polyuretanovým filmem
- Materiál odolává tvorbě zápachu a je antibakteriální
- Snadné oblékání, pohodlí při nošení
- K dispozici v šesti velikostech
- Lze prát na 95° C, žehlit na stupeň 1 a sušit v sušičce na stupni 2
- Barva: Bílá
- Možnost vrácení zboží ve lhůtě 15 dnů
- Délka záruky dva roky
- Prodloužená záruka na tři nebo pět let (lze zvolit po přidání do košíku)
- Možnost vrátit zboží v 60denní lhůtě (lze zvolit po přidání do košíku)
- Cena při koupi jednoho kusu: od 645 Kč, sleva při koupi více kusů
- Název zboží: „Pánské inkontinenční slipy Bílá“
- Kód zboží: 14001



Tercio

- Internetové stránky: www.tercio.cz
- Provozovatel: Skandor s.r.o., Plzeň
- Nákup po telefonu nebo e-mailem: tel. 212 246 260, obchod@tercio.cz.

Ty dvě nejstarší jsme měli nejradši! aneb Jaké to bylo v Hrabyni

Zuzana Bárová

Dlouhá léta velice ráda pečuji jako osobní asistentka o seniory. Ale přišel čas na změnu – zřejmě usoudila moje vedoucí. Po odchodu mé velmi veselé seniorky do soukromého domova se zvláštním režimem mě přidělila k mladému muži, který denně používá elektrický vozík.

Můj nový klient je urostlý jako moje maličkost a své životní eskapády se snaží překonávat s nadsázkou a humorem. Po pár dnech mé asistence přesně věděl, co budu říkat, ale nevěděl, co vše opět zapomenou. Moje kamarádka mi občas připomene: „Dementia tvých klientů přechází na tebe.“ Asi má pravdu...

U klienta bych měla vědět, že je čas: snídaně, mytí zubů, hygieny, mazání, oblékání, procvičování končetin, posazování do vozíků atd. Klient mi občas postup asistence změnit a já pak opravdu nevím, kde co najít, přinést, použít, uklidit, utřít, namazat... Je fajn, že už i on sám shrnuje mé občas popletené a zpomalené počínání mými slovy: „To jsou malé věci!“ Tak inteligentního a trpělivého klienta jsem ještě neměla!

Naše nejmilejší

Ale zpět k těm, které klient spolu s dalšími vozíčkáři a pacienty chodícími o berlích v Rehabilitačním ústavu v Hrabyni označil jako ty, které měli nejradši. Zdravotní sestry, bratři, pečovatelské a pečovatelské se věnují pacientům s ochrnutými končetinami v důsledku různých nemocí či úrazů. Personál bývá mladinký i ve středním věku. Nám starším přináší léta strávená u pacientů praktické zkušenosti. Některé a někteří z nás mají šťastnou povahu a i tak náročnou práci – péči o těžce handicapované – dělají s láskou a humorem. Právě pozitivní přístup měl na mysli i klient, když v Hrabyni chválil ty nejstarší. Velice výstižně charakterizoval – nejenom takový personál – Peter Kimmel ve své knize *Pozitivní myšlení pro nové tisíciletí*. Tito pozitivní lidé milují život a své bližní, jsou vyrovnaní a uvolnění, mají v srdcích radost. Na světě vidí především to dobré a krásné, daří se jim a usilují o trvalý úspěch. Autor dále napsal: Setkáte-li se s velmi pozitivním člověkem, získáte od něho pořádnou dávku inspirace a motivace.

Pečující hovoří srdcem, což znamená, že používají slova lásky, soucitu a pozornosti. Tím také otevírají srdce ostatních a vstupují do nich. Ten, kdo v rozhovoru



Ilustr. foto: seniorhousinghelper.org

otevře své srdce, projeví pozornost a vlídnost, jedná rozumně, protože jedná podle všeobecného zákona lásky. A o lásku usilují všichni lidé. Dodržováním jednoho z nejdůležitějších základních zákonů v lidském životě pečující projevuje sílu, zralost a odpovědnost. Ví, na čem v životě záleží a jak je třeba zacházet s ostatními lidmi, aby dosáhl svého cíle – své vize.

Cesta za vysněným pobytem

Loni si můj klient představoval, že začátek roku 2018 stráví v Rehabilitačním ústavu v Hrabyni. Aby se jeho záměr naplnil, navštívil svého neurologa a nechal si sepsat žádost ze zprávou z vyšetření. Přítom byl rád, že ho odborník chválil za velké zlepšení v rozsahu pohybu horních končetin a hybnosti dolních končetin.

Zato osobní asistentka viděla „v pokroku díla“ ještě nevyužitý potenciál. Chtít cvičit musí hlavně klient! Další v pořadí schvalovacího procesu byla klientova zdravotní pojišťovna. První listopadový den loňského roku dostala její pracovnice žádost, kterou měl schválit revizní lékař. A krátce na to pojišťovna rehabilitační pobyt klientovi opravdu schválila.

V lednu mohl klient do Hrabyně nastoupit. Začal „balit kufry“, ale další úraz mu to pro tentokrát znemožnil. Třeba potká ty, které měli pacienti nejradši, zase někdy přistě...

**Pečujete o svého blízkého?
Jistě to není jednoduché.
Napište nám o tom!
Do Vašeho VOZKY:
sefredaktor@vozka.org**

Slovo psychiatricky Růženy Maškové

O vysychání České republiky, příčinách emoční labilit, o tom, co nám závidí Američané i Japonci, o přirozeném úsměvu, kombinaci drog a alkoholu, o specialistovi na hypermarkety, o naražené krční páteři a deseti andělech strážných



Léto nám začalo v dubnu, teploty na mnoha místech byly – a nejspíš i dál budou – rekordní a vodohospodáři naříkají, že Česká republika vysychá. Navíc je v krajině mnoho betonových i asfaltových ploch, chybí remízky a malé vodní nádrže, podzemní voda se ztrácí... Takže je na místě vodou rozumně šetřit.

Nicméně to vůbec neznamená, že by se měl opomíjet pitný režim. Zvláště seniři by jej neměli podceňovat a měli by vypít cca dva litry nealkoholických nápojů denně, jinak se to negativně odrazí na jejich zdravotním stavu.

Značný nápor na organismus představuje i střídání teplot, čímž se zhoršuje rovnováha, a to může způsobovat emoční labilitu. Tento fakt by měl každý sám u sebe zohlednit a klást si jen takové cíle, na které stačí. Ostatně ne nadarmo se v létě vybírají dovolené, v jejichž rámci si mají lidé odpočinout od každodenních prací a stresových zátěží.

Relaxace znamená pro každého něco jiného. Někoho baví zahrádka, jiného sportovní utkání, dalšího procházka přírodou, výlety či expedice. Jak se říká, proti gustu žádný dišputát – hlavně když to člověku přinese pohodu a dobrý spánek.

Za zmínku ovšem stojí, že kvalitní dovolená a relaxace nemá nic společného se snobstvím, nebo dokonce se zadlužováním. Obojí se člověku zákonitě vymstí a ve výsledku nepřinese kýžené uspokojení. Něco takového nemá nikdo zapotřebí. Vždyť v naší republice máme spoustu kouzelných míst, včetně hradů, zámků a turistických atrakcí, které nám i Američané nebo Japonci závidí. Třeba Beskydy s krásnou přírodou, kde se my blíže žijící můžeme dostat za pár kaček.

Když to doplníte optimismem, četbou zajímavých knih, omezeným sledováním televizních pořadů (zvláště těch politických, zaměřených především na naštvání lidí...) a přidáte třeba i návštěvu nějakého kulturního představení, bude to relaxace jako víno. Ostatně vlastní spokojenost má každý člověk takřkajíc ve svých rukou

a v obličeji. Schválně si všimněte, jaké kouzlo má v sobě přirozený úsměv. Má k němu blízko řada dobrých a slušných lidí – tak proč věnovat pozornost těm opačným?

Když jsem zmínila dovolené a pitný režim, souvisí to i s automobilovou dopravou. Přestože si osobně myslím, že jedno pivo účastníkům silničního provozu, a zvláště cyklistům, neublíží, náš zákon žádnou toleranci alkoholu neuznává. Pro řidiče za volantem je tedy nutné po dobu jízdy abstinovat.

Především u mladých lidí se ale rozmáhá větší nešvar: kombinace alkoholu a drog – a to i za volantem. Chování takových řidičů je pak naprosto nepředvídatelné a mimořádně nebezpečné jak pro ně samotné, tak i pro okolí. Osobně bych za dealerství drog dávala ty nejtvrďší tresty, protože dealeri ničí lidské duše – pro peníze dělají z lidí totální trosky. To se s účinky alkoholu vůbec nedá srovnat, přestože i zde je řada smutných příběhů. Například průzkum mezi bezdomovci ukázal, že je mezi nimi vysoké procento závislých na alkoholu. Ale co je ještě horší, tyto lidé nemají zájem o léčbu, natož o změnu životního stylu. Zní to neuvěřitelně, ale sociální degradace jim vyhovuje. Nedávno jsem jednoho takového bezdomovce vyšetřovala: je to „specialista na hypermarkety“. On tam láhev s alkoholem neukradne – on ji tam přímo vypije. U regálu a do dna. Pak odpadne a nechá se převézt na protialkoholní záchranou stanicí. Tam zadarmo přespí... No, zadarmo... On prostě dluží za více než sto záchytů. A pak zase celý příběh zopakuje. Je to typický příklad toho, kdy člověk není schopen vlastními silami zůstat na solidní lidské úrovni, ale léčit se nepůjde.

Abych však skončila aspoň trochu optimisticky, dám k dobru jiný případ s alkoholikem. Víte, jak se říká, že každý opilec má nad sebou deset andělů strážných? Zažila jsem důkaz, že to tak opravdu je. Vyšetřovala jsem chlapa, který v opilosti vypadl z okna druhého patra. A polámaného neměl vůbec nic, akorát si narazil krční páteř. Krční límec to za krátkou dobu spravil. Jak to vysvětlit?

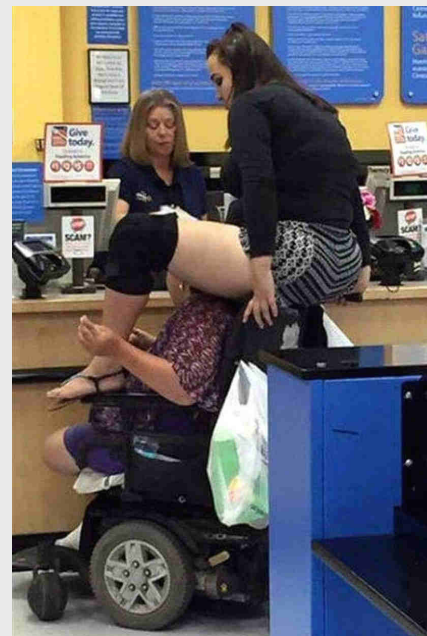
Humor na čtyřech (a více) kolech



* * *



* * *



No přece deseti anděly strážnými! Ve strážlivém stavu by člověk po takovém pádu byl aspoň dolámaný, pokud by to vůbec přežil... Takže raději nic takového nezkoušejte – a zvláště ne strážliví.

Závěrem vám přeji příjemnou dovolenou, přestože počasí se jeví poněkud poblázněné, a připomínám, že recept na spokojenost má v maximální míře každý člověk v sobě.

Přijďte si zahrát šachy aneb MAT v Parapleti

Je to už více než půl roku, co jsme nabídli volnočasových aktivit Centra Paraple pro klienty i veřejnost doplnili o šachový klub MAT. Šachy jsou skvělá hra při které se mažou rozdíly mezi chodáky a vozíčkáři, muži a ženami, dětmi a dospělými...

Cvičí se při nich logické myšlení, představivost a paměť, prostě udržují nás mentálně fit. Hlavním cílem našeho klubu je setkávání lidí v příjemné atmosféře, možnost něco nového se naučit, případně již naučené procvičit.

Jste začátečník? Nevadí. Naučte se základy a hrajte pro radost

Šachy v Parapleti jsou skutečně pro každého – pro začátečníky i pokročilé. Naučíte se základní tahy figur, jednoduché strategické principy, některá zahájení i koncovky. A samozřejmě si můžete zahrát opravdovou partii. Na jednotlivá setkání příležitostně dochází i šachoví trenéři.

Hraje se pravidelně jednou za 14 dní v úterý v podvečer. Nejmladšímu šachistovi je osm let, nejstaršímu lehce přes 60. Jednoho setkání se průměrně účastní okolo osmi hráčů. Iniciátorem a „patronem“ MATu je Jan Formánek, vedoucí psycholog Centra Paraple.

„Na šachách se mi líbí také jejich symbolický význam. Jde o férové měření sil a součástí každého setkání je respekt k soupeři. Nezáleží na tom, s jakými figurami zrovna hrajete – vždy si s ním na začátku i na konci podáte ruku,“ říká Jan Formánek. „Do budoucna bychom rádi náš šachový klub dále rozvíjeli. Uvažujeme o založení šachového oddílu, který by hrál jednu z pražských šachových lig.“

Pokud máte zájem stát se členy MATu, obraťte se e-mailem na Jana Formánka: formanek@paraple.cz.

David Lukeš
Centrum Paraple
(red)

Foto: Centrum Paraple



Z historie



Žena z farmy na jednoduchém dřevěném vozíku
Richmond, Arkansas, USA (kolem roku 1800)



**Princ Leopold (1853–1884), nejmladší syn
britské královny Viktorie trpěl hemofilií**
Na fotografii v tlačném odpruženém a říditelném vozíku

(dz)

Vaříme s VOZKOU



Pokrm, jejichž příprava vozičkáři nezabere moc práce a námahy.

Uvítáme, když svými recepty přispějete i vy!

Kdo by neznal papriku

**Chuťovky,
které jen tak něco nepřekoná**

Plody papriky pochází ze Střední Ameriky, kde se jí tisíce let dařilo v tropech. Dnes se pěstuje po celém světě.

Někteří zástupci rodu Capsicum se používají jako zelenina, jiné jako koření či lék. Konzumují se syrové nebo se tepelně zpracovávají. Obsahují víc vitamínu C než citrony a jsou bohaté na vitamíny skupiny B.

Významným prvkem v paprice je kapsaicidin, který má antibiotické účinky. Obsahuje kapsaicin (jeho množství závisí na genetické výbavě odrůdy, bez kapsaicinu je pouze jemná paprika – kapie, chilli paprička obsahuje naopak jeho velké množství) a lipofilní látky, které způsobují pálení. Kapsaicin využívá převážně západní moderní medicína: stimuluje srdce, pomáhá od bolesti, má příznivé účinky na štítnou žlázu.

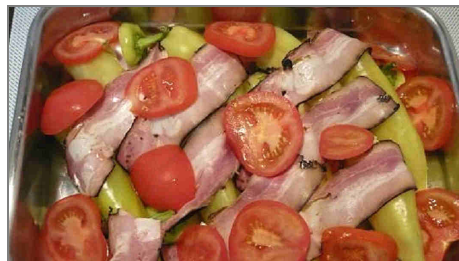
Paprika je národním kořením Maďarů a Španělů, ale má své využití po celém světě. Nepálivé druhy označujeme jako kapie, pálivé jako chilli papričky. Papriky konzumujeme např. plněné masem, rýží nebo sýrem. Lze je sušit i nakládat. Paprikový prášek nesmíme přidávat do vroucího tuku, cukr v něm obsažený by zkaramelizoval. Červenou papriku můžeme nechat spálit dočerna, po včasném oloupaní je zase červená. Pokud spálíme zelenou, můžeme ji vyhodit, žlutá bude po oloupaní mírně dohnědá.

Zapečené papriky se sýrem a salámem

Potřebujete: bílé papriky, rajčata, libové párky nebo měkký salám, sýr eidam (gouda) a anglickou slaninu.

Postup: Paprikám seřízněte vršek a vydlabejte vnitřky. Omyjte je, uložte na deset minut do trouby, aby trochu

změkly (pak se nemusí dělat tak dlouho). Mezitím nakrájejte na špalíčky salám a eidam a naplňte jimi změkklé papriky. Naplněné papriky naskládejte do pekáčku, překryjte plátky anglické slaniny a navrch nakrájejte rajčata na plátky. Troubu vyhřejte na 250 °C a zapékejte asi půl hodiny. Jako přílohu můžeme doporučit tmavý chléb.



Pomazánka z pečených paprik

Potřebujete: 2 červené papriky, 1/2 červené cibule, 2 lžice olivového oleje, 5 čerstvých bazalkových lístků, stroužek česneku, 100 g mascarpone (tvaroh, lučina), lžičku pesta ze sušených rajčat, 2 lžičky čerstvé citronové šťávy a černý pepř.

Postup: Nahřejte troubu na 200 °C. Papriky nakrájené na velké kusy spolu s nasekanou cibulí dejte do pekáče, pokapejte olejem a pečte 30 minut, až budou měkké. Nechte je vychladnout, uložte do mixéru, přidejte bazalku a jemně rozmixujte. Potom přidejte zbývající ingredience a opět promixujte, dokud nevznikne hladká pasta. Tu vychlaďte. Pomazánka je výborná s rozpečeným ořechovým nebo semínkovým chlebem a křupavým zeleným salátem.



Pečené barevné papriky

Skvělá chuťovka na párty, předkrm či příloha ke grilovanému masíčku. Tyhle barevné papriky získají opečením fantastickou nasládlou chuť a zálivka to jen završí.

Potřebujete: 2 velké žluté a 2 červené papriky, 1 lžici octu balsamico, 1 lžici bílého vinného octa, 4–5 lžic extra panenského olivového oleje, sůl, čerstvě namletý černý pepř a hrst nasekané hladkolisté petržele.

Postup: Na pečicí papír položte celé papriky. Troubu rozpalte na maximum

a papriky rovnoměrně opékejte ze všech stran. Můžete to také provést na pánvi nebo je přímo opékat na ohni. Papriky by měly být důkladně opečené ze všech stran a šlupka načernalá s puchýřky. Lepší je, když papriky lehce spálíte, než aby byly syrové...

Hotové papriky vyndejte z trouby a vložte do pevného igelitového sáčku, dobře uzavřete a sáček vložte do mísy se studenou vodou. Tam je nechte asi 15 minut zapařit – slupka se uvolní a půjde lehce stáhnout. Následně vytáhněte stopku, ideálně i s celým vnitřkem. Papriky rozkrájejte na čtvrtky, odstraňte zbývající semínka a rozložte na talíř. Na zálivku si v kastrůlku ohřejte olivový olej, přidejte balsamico a vinný ocet. Důkladně zálivku promíchejte a přelijte s ní papriky. Pak vše podle chuti dosolte, opepřete a posypte nasekanou petrželovou natí.



Papriková polévka

Potřebujete: 750 g červených paprik – kapií, chilli papričku habanero (nemusí být), 500 g čerstvých rajčat, 200 g lilku, 150 g cibule, 300 ml vody nebo zeleninového vývaru, 2–3 stroužky česneku, 100 g másla, 200 g kešu oříšků, 100 g jarní cibulky, sladkou mletou papriku, tymián, sůl a čerstvě namletý pepř.

Postup: V troubě rozehráté na 160 °C pečte nakrájené papriky, lilek a rajčata asi 25 minut. Kešu dejte do nádoby na pečení, vložte rovněž do trouby a pečte 15 minut do světlehnědé barvy. Vychladlé opečené kešu rozdrťte v hmoždíři s kapkou olivového oleje. Osolte je a smíchejte s nakrájenou jarní cibulkou. Cibuli nakrájejte na kostičky a na másle ji nechte zesklovatět. Přisypte červenou papriku, opatrně orestujte a zalijte vodou nebo vývarem. Z trouby vyndejte rajčata, vyřízněte vnitřek a vložte do základu polévky. Papriky svlékněte ze slupky, očistěte od vnitřních semínek i stopky a vložte do polévky. Lilek zbavte stopky, rozkrájejte a přidejte do polévky. Směs chvíli povařte a pak rozmixujte na jemný krém. Ten pak dochuťte česnekem, solí, pepřem, tymiánem, případně papričkou habanero nebo chilli. Pokud bude polévka kyselejší, přidejte trochu cukru či medu.

Dobrou chuť přeje Blanka!

(blaf)

Vyrobte si citronelové svíčky

V minulém vydání naší rubriky jsme řešili pohlcování pachů, dnes posuneme téma dále. Popíšeme vám, jak vyrobit citronelové svíčky, které krásně voní, a navíc odpuzují hmyz. A to se na horké podvečery hodí...

Domácí výroba svíček je snadná a zábavná. Měkké světlo svíčky prozáří váš byt a dodá útulnou atmosféru. Svíčky můžete vyrábět ze svíčkového gelu nebo různých typů vosku – hlavní dva druhy jsou parafin a včelí vosk. Do parafinu se většinou přidává stearin, který vylepšuje jeho vlastnosti. Z přírodních vosků se mimo včelí používal v minulosti k výrobě svíček také vosk z vavřínu.

Včelím voskem k výrobě svíček v podstatě rozumíme včelí plástve zbavené medu. Kromě toho, že je stoprocentně přírodní, pomalu hoří a krásně medově voní. Prodává se většinou v plátech, ze kterých vytvoříte svíčku prostým srolováním a přidáním knotu do středu. Nehodí se ale pro roztavení a odlévání svíček do forem.

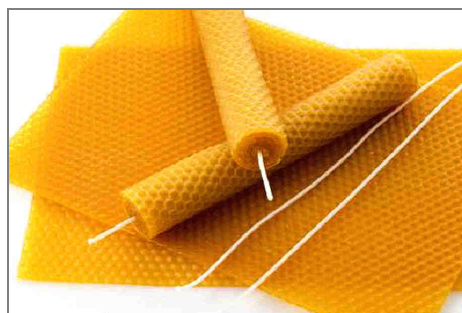
Parafinový vosk je nejběžnější materiál pro výrobu svíček. Má bílou barvu a při hoření produkuje bezbarvý kouř. Dobře se hodí pro odlévání do forem.

Stearin napomáhá tvrdnutí vosku, prodlužuje dobu hoření a z estetického hlediska zvyšuje lesk a kryvost parafinového vosku. Stearin se mísí s parafinem v poměru většinou 1 : 4.

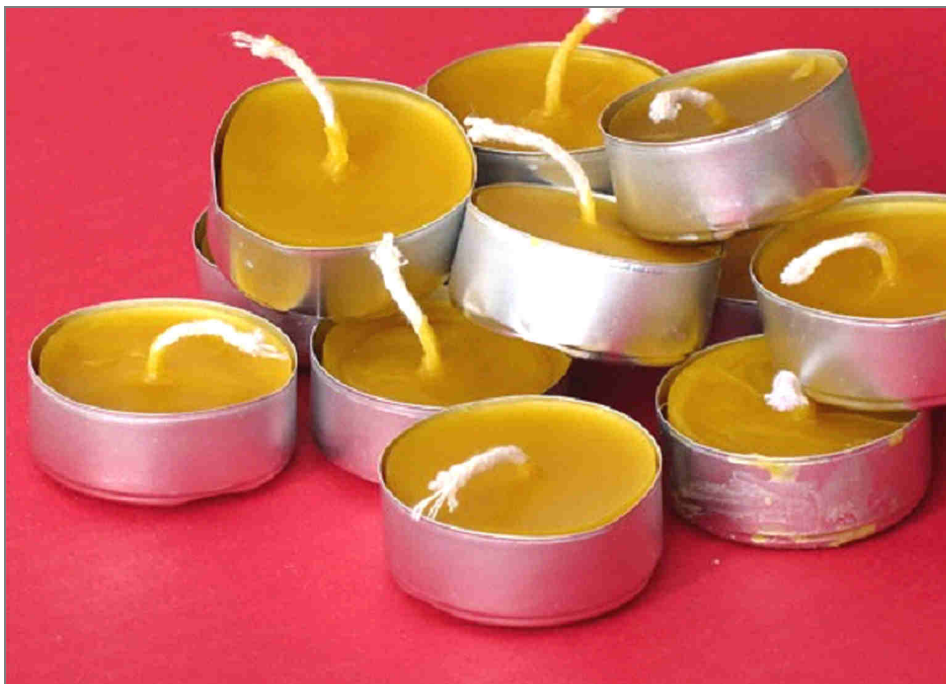
Svíčkové knoty jsou k dostání bavlněné, u kterých si délku si můžete libovolně upravit, a zesílené knoty s plíškem vespod. Zesílené knoty mají přednost, že drží „tvar“, a lze je tak jednoduše umístit do formy a zalít voskem. Oceníte je zvláště při výrobě gelových svíček.

A jdeme na to

Potřebujete: včelí vosk, citrony, citronelový olej a dřevěné knoty. Vše se dá koupit v drogeriích, ve výtvarných potřebách či specializovaných internetových obchodech.



Plátky vosku a knoty



Postup:

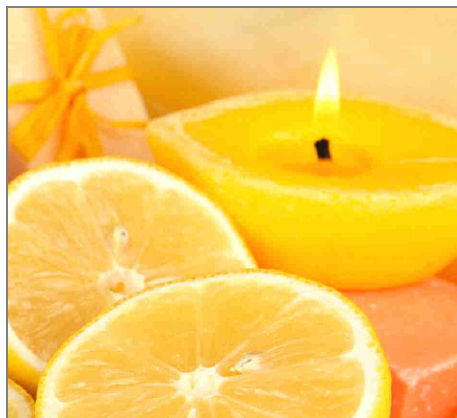
1. Rozpulte citrony na šířku a vydlabejte celý vnitřek tak, aby vám vznikly prázdné „mističky“.

2. Rozlámejte vosk na menší kousky a nechte zcela rozežhát v misce ve vodní lázni. Míchejte a míchejte...

3. Do rozežhátého vosku nakapejte menší množství citronelového oleje (doporučujeme 3–5 kapek), který krásně voní, a navíc funguje jako přírodní repelent proti komárům.

4. Tekutý vosk pomalu nalejte do poloviny připravených vydlabaných citronů. Místo citronů můžete použít misky, mističky či libovolné tvary vhodných „nádobek“.

5. Doprostřed „mističek“ opatrně vložte knoty a zalejte zbytkem vosku až k okrajům. Nezapomínejte, že by knoty měly dostatečně trčít nad povrch vyrobené svíčky, aby se daly snadno zapálit.



Svíčka v půlce vydlabaného citronu

6. Vlastnoručně vyrobené svíčky nechte přes noc na chladnějším místě ztuhnout.

Připravila Blanka Falcníková

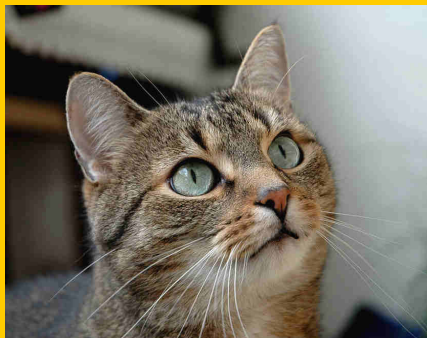


Svíčka se třemi konty v plochem květináči



Tři kusy hotových svíček stojí 60 Kč

Kvíz



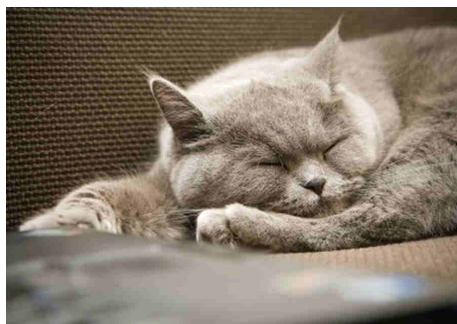
Ty neuvěřitelné kočky!

Řeč je o čtyřnohých kočkách, které s člověkem táhnou už několik tisíc let. V Egyptě jsou božstvem, ve středověku je zatracují jako společnice ďábla. A dnes chováme kočky především jako hebké mazlíčky nebo myškolapky.

Co o kočkách vůbec víme?

1. V průměru kočka stráví dvě třetiny dne spánkem. Dožije-li se tedy devít let, jen tři roky byla vzhůru. Proč kočka tolik prospí?

- Kočka je lovec. Jako taková musí být schopna přejít okamžitě ze spánku do bdění. K tomu jí pomáhá tzv. třetí oko – mžurka. Když se kolem kočky mihne pouhý stín, okamžitě přejde do bdělého stavu. Kočka je masožravec a jako taková potřebuje delší dobu k trávení – a proč u toho nespát?
- Naučili ji to v Egyptě, kde byla považována za posvátnou, takže celý den nic nedělala, jen polehávala a pospávala. To se jí za ty tisíce let dostalo do genetické výbavy, takže dnešní kočky už jsou touto vlastností vybaveny při narození.
- Kočka musí hodně spát, neboť její organismus není správně nastaven na ochlazování (kočky se nepotí). Proto je pro ni příjemnější si lehnout a spát, aby se nepřehřívala.

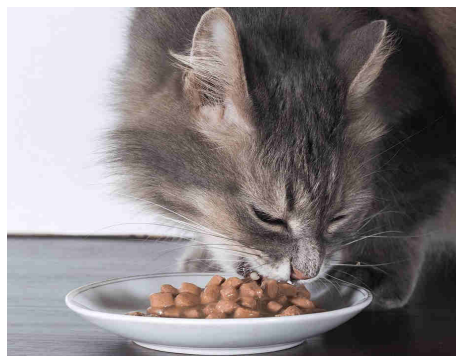


2. Pes vrtí ohonem a tím vyjadřuje svou radost a důvěru. Jak je vyjadřuje kočka?

- Kočka vyjadřuje důvěru a náklonnost ke člověku upřeným až hypnotickým pohledem.
- Kočky žádný vztah k lidem nemají, vyšší city u koček nenajdete.
- Kočka dává důvěru najevo tím, že se o člověka otírá.

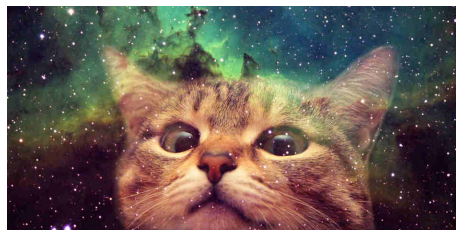
3. Proč kočky neumí rozpoznat sladkou chuť?

- Kočky neumí rozeznávat sladké, protože nedisponují pohárky na sladké chutě. To je taky důvod, proč některé šelmičky nerady mléko, které obsahuje laktózu – mléčný cukr. Rozpoznávají pouze slané, hořké a kyselé chutě.
- Podle odborníků mají kočky významně sladkou krev, což je způsobeno tím, že leukocyty (bílé krvinky) v krvi koček obsahují rovněž i sacharidové destičky. Proto má kočka sníženou vnímavost na chuť sladkého.
- Kočka sice neumí rozpoznat sladkou chuť, ale jen u chemicky upravených jídel. Je precitlivělá na vše nepřírodní.



4. Kočka Félicette se v roce 1961 stala nedobrovolným kočičím astronautem. Do vesmíru ji vyslala Francie jako pokusné zvíře – na Zemi vědci přijímali neurologické signály z přístroje, který měla implantovaný v mozku. Původně měl ale letět kocour Félix. Proč neletěl?

- Francouzi zjistili, že samice má větší výdrž, proto volili Félicette.
- Félix před odletem utekl...
- Let Félixu nedovolila EU, neboť v tom roce bylo kocourů málo a kočky se přemnožily.



5. Kočky člověka uklidňují. Říká se, že majitelé koček jsou odolnější vůči stresu. Vědci vyzkoumali, že je u nich o 40 % nižší riziko úmrtí na srdeční choroby či na infarkt oproti lidem, co kočky nemají. Co za tím stojí?

- Řada majitelů koček zjistila, že nemá smysl se s nimi rozčilovat, protože kočky mají „svoji hlavu“
- Podle zjištění veterinárních odborníků mají kočky šestý smysl – vyznařují změřitelnou pozitivní energii, která nás „nutí“ k dobré náladě. Proto je dobré mít kočku doma a nevyhazovat ji na dvorek, jak to dělávali dříve hospodáři...
- Když hladíte kočku, vnímáte její dech, teplé a chundelaté tělo. Tím se zklidníte a zbavíte stresu.

6. Na krátkou vzdálenost je kočka schopna při běhu dosáhnout rychlosti:

- až 10 km/h.
- až 100 km/h.
- až 50 km/h.



7. Proč je pro staré lidi kočka výborným společníkem?

- Když senior nemá čas nebo chuť se starat, kočka si něco uloví sama, takže ho nezatežuje.
- Staré lidi mazlíčci zbavují pocitu samoty a především mají určitý režim se o zvíře postarat, což je zaměstná a člověk se pak cítí být užitečný a potřebný.
- Když senior hladí kočku, pak si bezděčně trénuje svaly na ruku, což mu může pomoci při aktivizaci.



8. Kočky dokážou i léčit Existuje vědní obor v psychologii – léčba prostřednictvím kočky. Jak se nazývá odborně?

- Felinofobie.
- Felinofilie.
- Felinoterapie.

Správné odpovědi: 1a, 2c, 3a, 4b, 5c, 6c, 7b, 8c.

Připravila odbornice
na psy a kočky Blanka

INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na web VOZKY
www.vozka.org

PRODEJ

- **Prodám Peugeot 307**, r. v. 2002, 31 tis. km, kompletně upravený, velmi spolehl., málo jetý. nový aku, nové zim. pneu + 2leté letní. STK do 1. 8. 2018.



Výborný stav. Přídatné demontovatelné úpravy: zvedací a pojezdové sedadlo řidiče Myopat (45 tis. Kč), elektr. sklápěcí nájezdová rampa + el. dálk. otevír. 5 dveří (90 tis. Kč), ruč. ovl.: brzda + plyn (23 tis. Kč). Bohatá dopl. výbava. Cena dohodou, nutno vidět. Kontakt: Luděk Trombala, Vsetín, Trombala@seznam.cz tel. 721 726 538 (po 16 h).

- **Prodám Opel Astra 1,6 automat**, najeto 125 tis. km, r. v. 2003, TK do 5/2019. Úprava pro ruční ovlád.: páka na pravou ruku brzda-plyn (lze demontovat), otoč. sedačka řidiče + el. pohon sedačky. K tomu 4 ks zimní pneu. Další foto e-mailem. Cena dohodou (levně). Kontakt: tel. 604 756 347, e-mail: komicky@seznam.cz.



- **Prodám Peugeot 308 SW Premium 1.6 THP (kombi)**, r. v. 2009, 121 tis. km, benzín, turbo, 1 598 cm³, 110 kW, 6 stupňová manuální převod., 17" Alu kola. Garážovaný. Výbava/úpravy pro ZP: elektr. zvedák pro přesun elektr. vozíku do kufru, el. zvedák pro přesun vozíčkáře



na místo spolujezdce. Oba zvedáky v celk. pořiz. ceně 105 tis. Kč (demont. možná). Plná el. výbava, vč. el. nastav. zrcátek a dálk. zamyk., 6 airbagů vč. hlav. Tempomat, parkov. asist., tón. skla, pros-kl. panoram. střecha, plnohodnotná rezerva kol, Defend Lock. Servis. knížka, 1. majitel. Nové brzd. destičky a AKU. Cena 180 tis. Kč. Celá zimní 16" kola na alu discích za 7 tis. Kč. Kontakt: tel. 605 592 344, e-mail: okzizka@quick.cz.

- **Prodám Volkswagen Golf 1.2 TSI Trendline DSG**. R. v. 2011, zprovoz. r. 2012, najeto 55 tis. km. Hatchback, 1 197 cm³, benzín. Ruč. ovládání: brzda + plyn (+ automatická spojka). Cena: 250 tis. Kč. Kontakt: tel. 777 023 691 (Olomouc).

- **Prodám ► Otočnou vysouv. sedačku spolujezdce Tutmout Compact seat**, 3 r. používaná, vč. držáku do auta Renault – 3 tis. Kč; ► **Nový nepoužitý gel. podsedák Jay Easy** 44 × 42 cm. Potah snímatelný, vodě odolný. Přidám použitý podsedák stej. rozměru a rezerv. potah – 2 tis. Kč. Kontakt: Ludvík Dobeš, Brno, tel: 605 968 265, dobson@email.cz.

- **Prodám zánovní elektr. vozík Genny Urban 2.0L White** (video: <http://bit.ly/2IVr2nH>). Zakoup. v Německu 05/2017. Provozován 1 měsíc, najeto 70 km. Tichý, dobře ovladatelný. Je postaven na platformě Segway – snadno jezdí ve složit. měst. prostř., do kopce, na dlážd. chodnicích, přes trávníky a výmoly. Vhodný i na polní a les. cesty, louky, pláže atd. Využitelný celoročně, v dešti, blátě, na sněhu. Pro jízdu ve velmi nároč. terénu (na horách) lze kola nahradit koly terénními. Jezdec nemusí k řízení používat obě ruce. Nadstand. výbava. Rychl. 15 km/h, váha 89 kg, dojezd 30 km, šířka



66 cm. Zádová opora TARTA. Cena: 450 tis. Kč. Kontakt: Ladislav Danko, Praha, vozik-genny@email.cz.

Příhláška k odběru magazínu VOZKA

Přihlásit se můžete

- **telefonicky:**
- tel. redakce: 596 783 174 (10-17 h)
- tel. vydavatele - Ostravská organizace vozíčkářů, spolek: 596 786 353 (8-13 h)
- **e-mailem:** dzido.petr@vozka.org (redakce)
- **více informací:** www.vozka.org

66 cm. Zádová opora TARTA. Cena: 450 tis. Kč. Kontakt: Ladislav Danko, Praha, vozik-genny@email.cz.

- **Prodám terénní handbike zn. Schmicking** s elektrickým aku pohonem zn. Bionx (aku 11,5 Ah, automatické dobíjení při jízdě



s kopce) a s novou antidekubitní podlož. Stimulíte sport (výška 5 cm, pořiz. cena 10,8 tis. Kč + náhr. obal). Najeto 1 tis. km. Perfekt. stav. Výška rámu 22 cm, š. sedu 42–45 cm. Pořiz. cena 220 tis. Kč. Prodej. cena všeho 150 tis. Kč (při rychl. jedn. sleva 10 tis. Kč). Prodávám ze zdravot. důvodů. Kontakt: tel. 777 630 890.

- **Prodám stropní závěsný systém pro zvedání a přesun imobil. osob.** Rovné kolejnice + zatáčka 90°. Nosnost 200 kg. Určen také pro zvedání a nácvik chůze. Součástí je vak pro zvedání a přesun + postroj pro vertikalizaci a nácvik chůze. Prodejní cena: 20 tis. Kč, při vlastní demontáži a odvozu sleva 5 tis. Kč. Kontakt: A. Šnajdar, Znojmo, snajdar.antonin@seznam.cz, tel. 732 264 197.



VOZKA

Magazín o životě a pro život na vozíku

Rady, inspirace a motivace

www.vozka.org

Vydává: Ostravská organizace vozíčkářů, spolek; Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579 ■ **Magazín Vozka**, č. ú.: 256261415/0300 ■ **Facebook:** <https://www.facebook.com/magazinvozk>, internet: www.vozka.org ■ **Redakce - šéfredaktor, vedoucí vydání, styk s dopisovateli, jazyková korekce, web, facebook:** Pavel Plohák (pp), Dolní 87, 700 30 Ostrava 30, tel.: 595 545 083, sefredaktor@vozka.org ■ **Předplatné, inzerce** (redaktor, grafická úprava, sazba, web): Ing. Petr Dzido (dz), 596 783 174, (10-17 h); dzido.petr@vozka.org ■ **Redaktoři:** Mgr. et Mgr. Blanka Falcníková (bf) ■ **Stálí dopisovatelé:** Miroslav Filipčik (mf), Josef Procházka, Michal Pospíšil, Věra Schmidová, Mgr. Milan Linhart ■ **Administrativní spolupráce:** Marie Báňová ■ **Registrace:** MKČR E 12818 ■ **ISSN** 2533-3267 ■ **Vychází** 4× ročně v Ostravě ■ **Tiskne** Printo, spol. s r.o., Ostrava ■ **Cena předplatného:** (minimálně) 160 Kč/rok ■ **Náklad:** 1170 ks ■ **Distribuci** pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele Česká pošta, s. p., Postservis, Poděbramská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobec. obchod. podmínkami pro předplatitele ■ **Články** nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ **Zařazování příspěvků** je na rozhodnutí redakce ■ **Redakce** si vyhrazuje právo redakčně upravit externí příspěvky ■ **Vydáno za finanční podpory:** Ministerstva zdravotnictví ČR, Krajského úřadu Moravskoslezského kraje, Magistrátu města Ostravy, Nadace ČEZ, NADACE AGEL, Nadace Jedličkova ústavu 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, školským zařízením pro výuku dětí a mládeže s TTH, veřejnosprávním institucím, zabývajícím se problematikou občanů s TTH, firmám, poskytujícím služby občanům s TTH, do hlavních knihoven ČR aj.

Ocenění redakce: Výroč. cena ministra zdravotnictví ČR za práci ve prospěch zdravot. postiž., Stříbrný kamínek Ostravské radnice a Asociace Trigon za nápaditou zpravodaj. a publicist. činnost, III. cena Vlád. výboru pro ZP za publicist. dílo zaměř. na problematiku zdravot. postiž. v kat. tisk. prací, Cena novinářů redakce zpravodaje Ostravská radnice a Centra pro komunit. plánování MS kraje za šíření informací o životě seniorů a zdravotně postižených.

JP SERVIS

ČINNOST JP SERVISU JE ZAMĚŘENA NA INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ
PRO OSOBY TĚLESNĚ POSTIŽENÉ, VYŽADUJÍCÍ PRO SVOJI MOBILITU (SAMOSTATNOST)
SPECIÁLNÍ PODMÍNKY + DOPROVODNÝ PROGRAM PŘÍMO SOUVISEJÍCÍ S TOUTO OTÁZKOU



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

Jsmo autorizovaný dealer firem **AUTOADAPT, UNWIN, FEAL, BraunAbility**

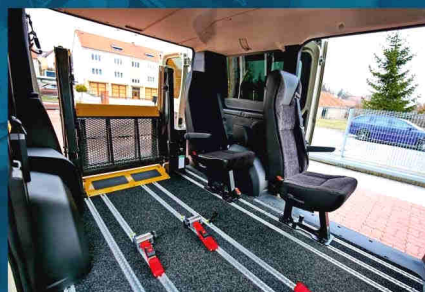
Kompletní sortiment francouzské firmy **SOJADIS** (Elektronické ovládání plynového pedálu, Multifunkční ovladače na volant...)

AL podlahový systém + univerzální sedadla s integrovaným bezpečnostním pásem ▶



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

Jan Píbal - JP SERVIS www.jpservis.eu +420 606 613 239



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.

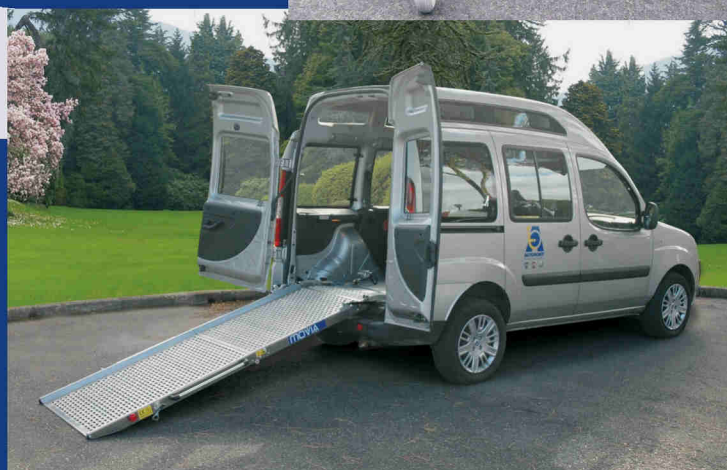
Lodžská 808,

181 00 Praha 8

Telefon: 233 552 309, 283 852 945

e-mail: iroa@volny.cz

internet: www.iroa.cz



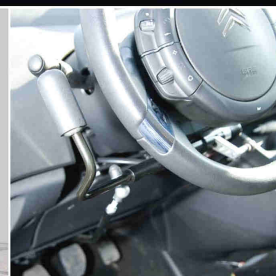


Život bez bariér.

Automobily bez bariér.

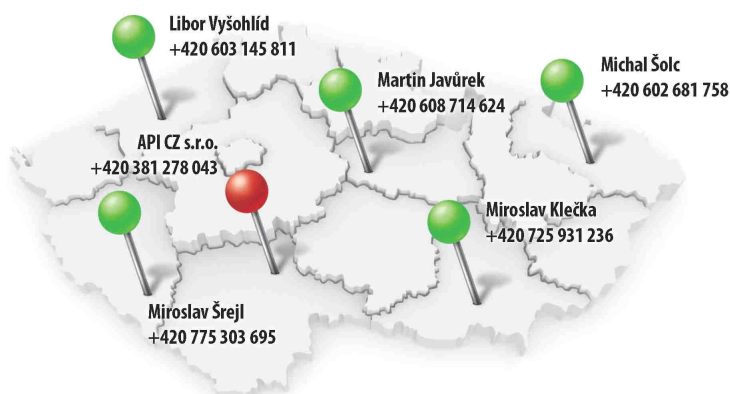


Zero Effort – nový koncept ovládní FlexiRampy



Zůstaňte aktivní s bezbariérovými vozy od API CZ

- ✓ Montáž ručního řízení i v místě bydliště
- ✓ FlexiRampa – usnadní převoz vozíčkáře
- ✓ Otočné sedačky, nakládací jeřábky, schůdky...
- ✓ Vlastní výzkum a vývoj, globální homologace
- ✓ Záruční i pozáruční servis, zápis do TP



www.apicz.com

www.flexiramp.com