

## Rozhovor:

Ivona Březinová vydala  
novou knihu [www.bez-bot.cz](http://www.bez-bot.cz)

## Cirkus Paciento: Smích je nejlepší lék

**Colours of Ostrava  
letos nakročily k festivalové parádě**

# JP SERVIS

ČINNOST JP SERVISU JE ZAMĚŘENA NA INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ  
PRO OSOBY TĚLESNĚ POSTIŽENÉ, VYŽADUJÍCÍ PRO SVOJI MOBILITU (SAMOSTATNOST)  
SPECIÁLNÍ PODMÍNKY + DOPROVODNÝ PROGRAM PŘÍMO SOUVISEJÍCÍ S TOUTO OTÁZKOU



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

Jsme 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](http://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](mailto:iroa@volny.cz)

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





## Letem světem

### Nová pravidla zpřístupní bezplatnou právní pomoc

Od léta platí nová pravidla pro poskytování bezplatné právní pomoci. Ta by měla být nyní dostupnější, od 1. července se může jednat až o 120 minut bezplatné právní pomoci ročně. Je určena těm, kdo si služby advokáta nemohou z finančních důvodů dovolit. Tuto skutečnost však musí prokázat. Službu poskytují advokáti sdružení v České advokátní komoře. Tuto právní pomoc lze využít v případech krátké informativní porady, ale také ve složitějších otázkách (zahájení správního či soudního řízení, řízení před Ústavním soudem atd.).

### Téměř milion korun pro lidi s postižením

Rada Konta Bariéry na svém posledním zasedání v červenci podpořila 59 žádostí o příspěvek a rozdělila mezi ně 996 476 korun. Téměř 518 tisíc korun z projektu Konto Bariéry putuje mezi 32 tzv. standardních žádostí. To jsou ty, kde má Konto Bariéry pevně stanovenou výši příspěvku. Takto podporuje například pořízení mechanických vozíků, rehabilitačních kočárků nebo sluchadel. Všechny další žádosti pak členové Rady posuzují individuálně.

Z Fondu API získává podporu jedna žádost na bezbariérovou úpravu automobilu, a to v celkové hodnotě 50 tisíc korun.

Rada také rozdělila prostředky z Fondu AVAST. Schváleny byly čtyři žádosti na osobní asistenci. Celkem mezi ně bylo rozděleno 84 tisíc korun. Jedná se o organizace, které poskytují registrované sociální služby osobní asistence podle zákona č. 108/2006 Sb.

### Jak je to se slevami při cestování po železnici

Na jaké slevy mají nárok příjemci invalidních důchodů III. stupně a držitelé průkazů OZP? Od prvního zářijového dne platí výrazné slevy na jízdném, které na jaře schválila vláda. Týkají se cestujících od 6 do 18 let, studentů od 18 do 26 let a cestujících starších 65 let. Cestující těchto kategorií mohou nově využívat jízdenky se slevou 75 % z obvyklého jíz-

ného. Tu bude možné uplatnit ve všech vnitrostátních spojích a za určitých podmínek i ve vlacích mířících do zahraničí.

### MPSV zajistí pokračování posudkové služby

Vláda schválila na srpnovém jednání novelu zákona o organizaci a provádění sociálního zabezpečení předloženou MPSV. Ta řeší problémy v lékařské posudkové službě z důvodu nedostatku lékařů. Díky úpravě zákona bude i nadále činnost této služby zajištěna. Hlavním problémem bylo omezení v zákoně o státní službě, který stanovuje maximální možný věk lékaře pro tuto činnost na 70 let. Ministerstvo proto navrhlo novelizaci, která od ledna 2019 převede posuzování zdravotního stavu pro účely odvolacího správního řízení v oblasti nepojistných sociálních dávek z posudkových komisí MPSV na Českou správu sociálního zabezpečení, což bude v praxi flexibilnější.

### V Brně vzniká videoprůvodce pro osoby na vozíku

Druhým rokem vytváří brněnský spolek ParaCENTRUM Fenix v rámci projektu HandMedia krátká instruktážní videa o přístupnosti různých veřejných objektů ve městě. Jejich cílem je poskytnout vizuální informaci všem občanům se zdravotním postižením o bezbariérové dostupnosti prostorů, které hodlají navštívit, a tím snížit jejich obavy, že některé objekty jsou pro ně nepřístupné. Tato videa jsou umístěna na webových stránkách konkrétních objektů, součástí veřejných map a na sociálních sítích. Video zpracovávají samotní vozičkáři a najdete je na <http://handmedia.cz>.

### Chcete přednášet na konferenci INSCO?

V sobotu 30. března 2019 se uskuteční v Kongresovém centru Praha už 19. ročník konference INSCO – Internet a informační systémy pro osoby se specifickými potřebami. Organizátoři z BMI sdružení začínají připravovat program a uvítají návrhy od těch, kdo nabízejí nějakou zajímavou službu, web nebo aplikaci pro uživatele se zdravotním postižením a chtěli by je představit potenciálním zájemcům z řad odborné i laické veřejnosti. Podruhé konference proběhne ve větších prostorách, takže lze očekávat nejméně 500 účastníků. Jako vždy mezi nimi budou lidé s nejrůznějším zdravotním postižením a jejich rodinní příslušníci, pracovníci pomáhajících organizací, zájemci o asistivní technologie.

(bf)

\* \* \*

## Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ .....	3–7
SOCIÁLNÍ SLUŽBY .....	8–15
ZDRAVOTECHNIKA .....	16–18
VZDĚLÁVÁNÍ.....	19–25
LITERÁRNÍ DÍLNA .....	25
ZDRAVOTNICTVÍ .....	26–30
KULTURA .....	31–37
SPORT .....	38–43
MOTORISMUS .....	44–47
CESTOVÁNÍ, POBYTY .....	48–53
PORADNA .....	53–58
LIDÉ, VZTAHY .....	58–62
HISTORIE .....	61
VOLNÝ ČAS .....	63–65
ČTENÁŘSKÁ INZERCE, TIRÁŽ .....	66

ROZHOVORY .....	22, 44, 46, 59
NAPSALI JSTE NÁM .....	6
POZVÁNKA NA VÝSTAVU .....	16
FOTOREPORTÁŽ Z COLOURS .....	32
AUTOŠKOLA PRO VOZIČKÁŘE.....	44
PŘÍBĚH OPRAVDOVÉHO MUŽE ...	59
KVÍZ .....	65
HUMOR .....	43

## Víte, že...

**... stížností do rukou veřejné ochránčyně práv, které se týkají sociálního zabezpečení je historicky nejvíc?**

■ Ve druhém čtvrtletí jich bylo už 469. Nikdy v minulosti se na veřejného ochránce práv neobracelo tolik lidí s podněty týkajícími se důchodů a dávek, jako je tomu v letošním prvním a druhém čtvrtletí. Jediné období, které se k nim se 412 podněty statisticky přiblížilo, bylo 4. čtvrtletí roku 2012, kdy se v podnětech odráželo zavedení problematické sKarty.

■ Téměř dvě stovky podnětů se týkaly důchodů (především invalidních), dalšími častými tématy byly dávky pro osoby se zdravotním postižením a dávky pomoci v hmotné nouzi (v obou případech po 90 podnětech).

■ A témata k řešení pro ministryni práce a sociálních věcí? Délka řízení o příspěvku na péči a dávkách pro osoby se zdravotním postižením – například v odvolacím řízení jen doba posouzení zdravotního stavu běžně přesahuje půl roku, což je pro osoby s postižením dlouhodobě neudržitelný stav. Dále např. chybí zákon upravující některá práva osob se zdravotním postižením, které využívají doprovodu psa se speciálním výcvikem.

## Pozvánka pro členy OOV na valnou hromadu

Srdečně vás zveme na valnou hromadu Ostravské organizace vozíčkářů, spolek (OOV), která se bude konat v kanceláři a dispečinku OOV bezbariérového Domu s pečovatelskou službou (DPS) na Horymírově ulici v Ostravě-Zábřehu dne **18. října 2018 ve 14 hodin**.



Sídlo kanceláře a dispečinku OOV

### Program

- Zahájení.
- Volba mandátové a návrhové komise.
- Zpráva o plnění plánu činnosti a finančního plánu za rok 2017 a 1.–9. měsíc období roku 2018.
- Zpráva kontrolní a revizní komise za rok 2017 a 1.–9. měsíc období roku 2018.
- Plán činnosti a finanční rozpočet na rok 2019.
- Diskuse.
- Schválení návrhu usnesení.
- Závěr.

Těšíme se na vaši bohatou účast!

*Správní rada*

## Stěžejní projekty OOV

- **ALDIO - Alternativní doprava pro imobilní občany**
- **VOZKA - Magazín o životě a pro život na vozíku**
- **BezBariér - poradenství**

## Odešel senátor a ředitel CSS Hrabyně Vladimír Plaček

**Děkujeme za všechno, pane senátore Plačku!**

Pavel Carbol



**Senátor Vladimír Plaček zemřel nečekaně 2. 8. 2018. Opavský region a hlavně lidé s postižením ztratili v panu Plačkovi skvělého člověka, který bojoval za jejich práva a lepší podmínky pro život.**

Vladimír Plaček byl lékař, působil jako ředitel Centra sociálních služeb Hrabyně. Vystudoval lékařství na Masarykově univerzitě v Brně a sociální pedagogiku na Ostravské univerzitě.

„Vladimír byl velmi kvalitním zástupcem Opavska v horní komoře Parlamentu ČR a byl znám jako usilovný bojovník za lepší podmínky pro život nemocných, postižených a jinak znevýhodněných lidí,” uvedl předseda Senátu Milan Štěch.

Mezi Plačkovy projednávané návrhy patří podle ČTK zvýšení příspěvku na domácí péči o lidi s nejtěžším postižením nebo návrh, podle něhož by postižení klienti pobytových domovů sociálních služeb nemuseli dokládat použití příspěvku na mobilitu. Senátor prosazoval také vynětí sociálních ústavů, nemocnic a části ambulancí z elektronické evidence tržeb.

S panem Vladimírem Plačkem jsme (společně s mou paní Lenkou) v posledních pěti letech projednávali navýšení příspěvku na péči i pro III. stupeň, lepší podmínky pro lidi pečující o osoby blízké nebo také problematiku neformální péče. Už několikrát jsme společně upozorňovali na to, jak jsou právě tyto osoby znevýhodněné, protože svou obětavostí ztrácí svobodu, přátelé a v neposlední řadě i práci. Tyto argumenty jsme právě s panem senátorem nejen projednávali, ale pomáhali sepisovat i návrhy. Pan senátor je dál projednával na půdě Senátu.

Čest jeho památce.

## Tak nevím

Věra Schmidová

Sedím na ortopedickém vozíku už 30 let. Nemám ve zvyku fňukat a stěžovat si na osud, i když jsem nejkrásnější roky svého života musela strávit zavřená doma, protože ze zvýšeného přízemí vedlo sedmáct schodů, žádné sjezdy, nájezdy na chodníky, do obchodů vedly schody, samé vysoké autobusy... Vždy jsem přemýšlela, co a jak bych mohla udělat já, co změnit ve svůj prospěch...

Tak jsem se třeba přestěhovala do Olomouce – města, které myslí na své vozíčkáře. A stálo to za to – výtahem se dostanu sama na vozíku až ven, obchody, divadlo i kostel jsou přístupné i lidem na vozíku, autobusy MHD i některé tramvaje jsou nízkopodlažní, spousta sjezdů, nájezdů – prostě úplně jiný život. Takový normální. Život, jakým žijí i lidé chodící.

Dokonce jsem tady měla možnost několikrát jet na monoski (lyžování vozíčkářů), jít tancovat na ples, několik let jsem dělala dokonce balet na vozíku. To vše až do doby, než moje tělo řeklo „dost!“, ale to je jiné povídání.

Jsou dva druhy vozíků – mechanický, který si musí člověk pohánět vlastní silou, a vozík elektrický – to když tu sílu člověk nemá, vozík je poháněn bateriemi. I vozíky elektrické bývají dva druhy, jeden menší, lehčí, pomalejší, určený na pohyb po bytě, s nejvyšší rychlostí 6 km/hod. A vozík určený na pohyb po venku byl větší, těžší, s rychlostí až 10 km/hod.

Časem začali dělat jenom jeden typ, určený na pohyb v interiéru i exteriéru a všechny mohly jet rychlostí pouze 6 km/hod. Prý abychom nikoho nesrazili, když pojedeme po chodníku...

Když si žádáte o vozík elektrický (a je jedno jestli poprvé, podruhé, potřetí...), musíte mimo jiné absolvovat i psychologické vyšetření, kde vám musí psycholog nebo psychiatr potvrdit, že jste schopni řídit vozík, že jste schopni jezdit po venku, aniž byste někomu ublížili.

Tak nevím, za celých těch mnoho let jsem neslyšela a ani nečetla, že by nějaký vozíčkář přešel člověka, způsobil mu trvalé těžké následky nebo vozíkem někoho zabil. Přitom každou chvíli někdo někoho zmrzačí nebo zabije svým automobilem. A musí i tzv. zdravý člověk před koupí každého dalšího automobilu absolvovat psychologické vyšetření? Nevím o tom.

Když do někoho vrazí člověk na ortopedickém vozíku (neříkám, že se to nemůže stát), způsobil mu maximálně modřinu. Ale když do někoho vrazí automobil, má to mnohem horší následky.

## Ty si jedeš, ty se máš...

Michal Pospíšil

K napsání tohoto příspěvku mě inspirovalo zamyšlení Věry Schmidové v letním vydání VOZKY. Sám někdy s rozpaky, jindy s naštváním, poslouchám řeči typu – ty si jedeš, ty se máš, to je pěkné vozítko! Nebo zoufalou promluvu rodičů s evidentně zdravým dítětem na kárcě – pán jede jako ty! Ve frontách zase slýchávám: pust'te toho invalidu! A doslova šílím, když se ozve: vy, na tom vozíku, nemůžete stát jinde? Vozík, ten báječný vynález, který mi umožňuje pohyb a činí mě samostatným, se najednou stane stigmatem a nepřítelem...

Dívám se na Televizi Seznam, kde běží již podruhé záznam koncertu kapely The Tap Tap v ženské věznici ve Světlé nad Sázavou (uskutečnil se 28. 6. 2018). Báječná atmosféra, souznění a text písně, kde mnohokrát zazní sousloví *druhá šance*. Pro koho vlastně? Pro samotné účinkující, nestandardní publikum či pro každého, kdo něco nezvládl? Píseň *Žlutá stužka* s kapelou nazpívaly i čtyři ženy ze zařízení ve Světlé. Zaznívá populární píseň *Řidič autobusu*, kterou s kapelou zpívá její autor Xindl X, píseň *Johny Macháček* vzbuzuje na mé tváři úsměv a energické pohyby kapelníka Šimona Ornesta evokují vzpomínky na dobu strávenou v Jedličkově ústavu. Vlastně sleduji své bývalé známé.

Kdysi se někdo ptal jednoho z nich, zda na rande chodí, nebo jezdí. Co byste mysleli? No chodí, samozřejmě, všichni na rande chodí! Vždyť vozík je jen kompenzační prostředek. V momentě, kdy tohle lidé pochopí, bude nám, vozíčkářům, lépe. Považujeme se totiž za jednoho z vás – rozumějte každého člověka, který je součástí společnosti, ať používá vozík, naslouchátko, lupu, náhradu končetiny nebo cokoli jiného.

[pospmichal@email.cz](mailto:pospmichal@email.cz)



## Okolo Jižních Čech 2018

### Handicapovaní cyklisté závodili v Jindřichově Hradci

Zajímavou novinkou letošního cyklistického závodu *Okolo jižních Čech* byla akce pro osoby s handicapem, která se uskutečnila v ulicích Jindřichova Hradce. Patnáctka zdravotně postižených závodníků tam absolvovala nejprve časovku a posléze závod s hromadným startem.

Cyklisty z Prahy, Jindřichova Hradce a z Luže-Košumberku na bicyklech a tříkolkách čekala nejprve časovka. Okruh o délce 651 metrů prověřil všechny dokonale. V hromadném závodě jeli dva cyklisté s postižením. Start i cíl byl v Klášterské ulici, dále trasa vedla Kmentovou a Jarošovskou ulicí a přes Masarykovo náměstí.

Absolutním vítězem obou jízd Spastic Handicap se stal jindřichohradecký Jaroslav Žáček. Dvaatřicetiletý klient Centra sociální péče v České ulici vyhrál časovku s devítisekundovým náskokem před pražským tricyklistou Romanem Šejnou. Stejně pořadí na prvních dvou příčkách platilo i v hromadném závodě.

„Výkony účastníků vloženého závodu je potřeba vyzdvihnout. Pro startující, diváky i nás organizátory to byl opravdu zážitek. Vidět to úžasné nadšení, s nímž se patnáctičlenný peloton potýkal s trati, bylo uchvacující. Handicapovaní sportovci nám potvrdili starou pravdu, že cyklistika je jenom jedna,“ uvedla Lenka Mi-

chalová, marketinková pracovnice poradatelského štábu Okolo jižních Čech 2018.

#### Výsledky

**Časovka – tricykl, ženy (2/15):** 1.(10. celk.) Martina Vlčková (TJ Léčebna Luže – Košumberk) 2:07,0.

**Tricykl, muži (3/15):** 1.(2.) Roman Šejna (TJ STS Praha) 1:33,0.

**Bicykl, ženy (2/15):** 1.(9.) Růžena Šimonová (Otevřená OKNA J. Hradec) 1:52,0.

**Bicykl, muži (8/15):** 1./1. Jaroslav Žáček (CSP J. Hradec) 1:24,0.

**Hromadný závod (15):** 1. Jaroslav Žáček (CSP J. Hradec) 2:51,0, 2. Roman Šejna (TJ STS Praha), 3. Petr Do, 4. Petr Hubař (oba CSP J. Hradec), 5. Růžena Šimonová (Otevřená OKNA J. Hradec), 6. František Ondráček, 7. František Vlček, 8. Václav Kubička (všichni TJ Léčebna Luže – Košumberk), 9. Radek Smolík (Otevřená OKNA J. Hradec), 10. Jana Veselá, 11. Vladimír Vaverka (oba TJ Léčebna Luže – Košumberk), 12. Boris Foltanovič (Otevřená OKNA J. Hradec), 13. Martina Vlčková (TJ Léčebna Luže – Košumberk), 14. Tomáš Fiedler (Otevřená OKNA J. Hradec), 15. Anežka Nováková (CSP Bobelovka).

Roman Pišný



# Napsali jste nám



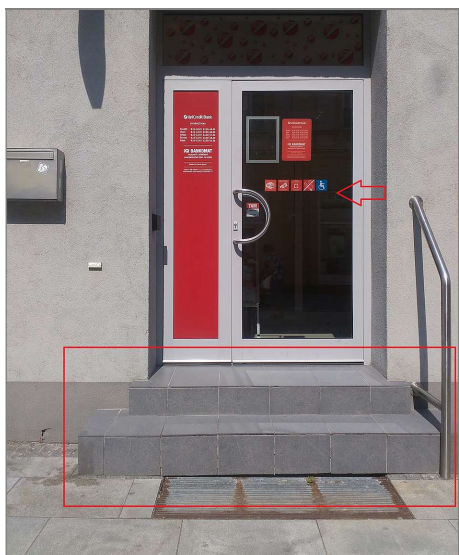
## Peripetie s bankou

Pan František Šenk z Opavy nám poskytl svou komunikaci s finančním ústavem UniCredit Bank Czech Republic and Slovakia, a.s. Stojí určitě za přečtení! (Bez úprav redakce)

*Dobrý den,*

*jsem u vás klientem v Opavě několik let a zpočátku jsem byl se vším spokojen – s bankovními službami i s bezbariérovou přístupností. V té době byla pobočka na jiném místě a já jako vozíčkář jsem mohl s vašimi pracovníky jednat důstojně uvnitř pobočky. Pak se pobočka přestěhovala na Ostrožnou ulici. Zástupci pobočky mi slíbili, že bezbariérový vchod bude ze dvora, abych neodcházel k jiné bance. To se nestalo a já byl několikrát nucen nedůstojně jednat na ulici, což není příjemné ani pro Vaši pracovníci.*

*Protože zároveň nepravidelně testuji pro vozíčkářský časopis VOZKA bezbariérovost objektů pro osoby s postižením, pošlu redakci přiloženou fotku. Zatím nikdo, kromě Vás, se neopovážil označit jako bezbariérový vstup pro vozíčkáře dveře nad dvěma schody. To, že je tam neoznačený zvonek, nic neřeší...*



*S pozdravem  
František Šenk, Opava*

Dobrý den, pane Šenku,

dovolte, abychom touto formou zareagovali na Váš podnět týkající se bezbariérového přístupu na pobočku Opava UniCredit Bank Czech Republic and Slovakia, a.s. (dále jen „Banka“).

Předem bychom chtěli poděkovat za Váš podnět týkající se označení pobočky Opava jako bezbariérové bez označení zvonku, který slouží pro tyto účely. Dle

vyjádření od kolegů z pobočky jsou k dispozici rozkládací ližiny, které slouží pro tyto účely. Jak nám dále manažerka pobočky potvrdila, i přesto, že jsou k dispozici ližiny, není v jejich silách klientovi na vozíčku pomoci se dostat pomocí těchto ližin do pobočky, a to z důvodu, že obsazení pobočky Opava je v dámském složení a dámy nemají sílu klientovi pomoci. Za tuto skutečnost se velice omlouváme.

Celou záležitost jsme předali kompetentnímu útvaru Banky ke zvážení, zda tuto pobočku ponechat jako bezbariérovou, a to i s ohledem na fakt, že v současné době není nikdo na pobočce natolik fyzicky vybaven, aby mohl klientovi na vozíčku pomoci po ližinách do pobočky. Bohužel o variantě o vstupu ze dvora není v současné době uvažováno.

Věříme, že naše vyjádření přijmete s pochopením.

*S pozdravem*

*Martin Kalina*

*Specialista kvality*

*Odbor Řízení kvality služeb*

*UniCredit Bank Czech Republic and*

*Slovakia, a.s.*

*BB Centrum – Budova Filadelfie*

*Želetavská 1525/1*

*140 00 Praha 4*

Zbývá dodat, že pan Šenk už je klientem jiné opavské banky.

## Projekt Opava bez bariér pokračuje

*Vážení čtenáři a redakce,*

*po uveřejnění rozhovoru se mnou v minulém čísle VOZKY, mj. o projektu Opava bez bariér, se spustila tzv. mediální lavina. Svým způsobem netoužím po zviditelnění, ale zase to může přinést to, co od projektu očekávám. Naposledy jsem sděloval, jak projekt vlastně začal, co to vše obnášelo, než se vše mohlo spustit, ale také to, že už máme provedené mapování a kategorizaci přístupnosti tří objektů Magistrátu města Opavy. K Hlásce a Magistrátu města Opavy na Krnovské ulici, resp. budovám „B“ a „C“, k poslednímu červenci přibýly další dva objekty Magistrátu města Opavy, a to budova „A“ a také budova „D“.*

*Budova „A“ je Městská policie Opava, u které jsme měli poprvé možnost zmapovat rampu. Tentokrát jsme mapovali před objektivem médií, resp. nás doprovázela ČT Ostrava. U budovy „D“ mohu jen sdělit, že se jedná o Centrální archiv. Veškeré informace o přístupnosti obou budov*

*nalez-*

*nete na*

*stránkách*

*www.opavabezbarier.cz v sekci Opavou přes bariéry – Úřady.*

*Rád bych Vás informoval o tom, že máme v mapě přístupnosti, která je mimochodem také přístupná na mapovém portálu www.opava-city.cz/cs/mapy v Mapových aplikacích. V současné chvíli máme rozpracovaný objekt Obecní dům na Ostrožné ulici a další budou následovat.*

*Plán nám v současné chvíli stanovuje Statutární město Opava a já s kolegou jej plně respektujeme. Je toho sice dost, ale věřím, že se nám do konce roku 2018 podaří udělat veškeré objekty dle plánu města Opavy a ještě něco přidáme. Musím podotknout, že město Opava nám vychází hodně vstříc, obzvláště pan Josef Stiborský, náměstek primátora. Je pozoruhodné, jaký zájem o projekt Opava bez bariér na Hlásce i Magistrátu města Opavy na Krnovské ulici je. Velice si pochvalují, že samotní zaměstnanci úřadu nám vycházejí vstříc. Pomáhají nám třeba tím, že nás pustí do objektu, když nejsou úřední hodiny, což nám hodně pomáhá. A za jejich vstřícnost jim patří velké díky.*

*Ale také máme za sebou první návrat do již zmapovaného objektu. Je to budova „B“ Magistrátu města Opavy na Krnovské ulici. Právě tam proběhla rekonstrukce Registru ŘP a naším úkolem bylo znovu ho zmapovat, resp. přeměřit, nafotit a zpracovat tak, aby se mohla aktuální data vložit na webové stránky. Tady můžete vidět, že mapování objektu není jen o tom, že objekt zmapujeme, přidělíme mu kategorii (piktogramy) a vše vložíme do mapy přístupnosti, ale že objekt musíme sledovat a aktualizovat architektonické změny.*

*Zmínil jsem, že se svým kolegou Honzou máme v současné chvíli rozpracovaný objekt Obecní dům na Ostrožné ulici. A tam se už bez něj vůbec neobejdou. Proto je nutné mít k dispozici více tzv. chodících asistentů, ale stále se mi hlásí dobrovolníci buďto na ortopedickém vozíku, nebo jako první padne otázka: „Kolik za to?“*

*Prozatím musím sdělit, že vše se zakládá na dobrovolnosti, protože ještě nejsme právní subjekt. Ale jak to vidíme s mým kolegou Honzou, brzy nás to asi nemine a budeme muset přejít na spolek.*

*Pavel Carbol,*

*autor a správce projektu*

*Opava bez bariér*

*www.opavabezbarier.cz*


# Kronika

Palec nahoru i dolů

**Pojišťovny nezaplatí ortézy, díky kterým by mohl chlapec chodit**




Zdroj: ahaonline.cz, foto: ara

 S vývojovou vadou mozku se narodil Daník Měrka (5) z Loun. Jeho rodiče se ale nevzdávají, bojují o to, aby se Daník alespoň částečně vyrovnal svým vrstevníkům. Právě teď shání peníze na speciální ortézy, díky nimž by se chlapec mohl sám postavit.

Pokroky dělá Daník po terapii v sanatoriu v Klimkovicích, kde mu doporučili speciální ortézy, které ale pojišťovna nehradí. Vychází na 140 tisíc korun. Rodině ale chybí zhruba 50 tisíc. Pomohli i lounští fotbalisté, kteří uspořádali benefiční turnaj, jehož výtěžek 38 tisíc korun věnovali Daníkovi. České ortézy, které hradí pojišťovna, nevyhovují – nohu v kotníku dostatečně nefixují. Čtenáři mohou přispět na transparentní účet u Asociace rodičů dětí s DMO a přidruženými neurologickými onemocněními ČR. Číslo účtu je 2400839330/2010.


**Vozičkář je podezřelý ze zneužívání malých dívek**

 Policie na jihu Moravy vyšetřuje rozsáhlý případ zneužívání dětí. Invalidní muž je podezřelý, že téměř deset let zneužíval řadu děvčátek. Policie zatím nezjistila identitu všech obětí. U muže našla tisíce fotek s pornografickým obsahem, celkem čtyři tisíce gigabitů dat. Muž je ve vazbě, hrozí mu 12 let vězení. Případ policie začala vyšetřovat loni v létě, když dostala oznámení seniorky, že její šestiletou vnučku při hlídání zneužil invalidní muž. Stalo se to na zahraničním lázeňském pobytu loni v létě. Dotyčný pětáctýletý muž nejdříve jezdil s divenkou na toboganech, pak si ji vzal na pokoj a tam ji fotografoval bez plavek ve stylizovaných polohách. Kriminální zjištění, že muž byl aktivní i mezi tělesně postiženými.

**I přes šikanu a frustraci z postižení chce do Tokia**



Zdroj: lidovky.cz, foto: Reuters

 Fenomenální handicapovaný cyklista David Weir přehodnotil své rozhodnutí už nikdy neobléknout britský reprezentační dres. Šestinásobný paralympijský vítěz, který vloni ukončil kariéru na protest proti údajné šikaně od trenérky, chce uspět na hrách v Tokiu. Svých už šestých.

„Mám za sebou nejtěžší cestu v životě, měl jsem sebevražedné myšlenky a deprese,“ svěřil se Weir s odkazem na spor, který po olympiádě v Riu před dvěma lety vedl s britskou reprezentační trenérkou Jenni Banksovou, a následně psychologické problémy. Aféru tehdy sledovala celá Británie. Banksová v Riu Weira po neúspěšném štafetovém závodě na 4 × 400 metrů, v němž se Britové nedokázali kvalifikovat do finále, obvinila, že svou jízdu naschvál vypustil. Měla mu také před ostatními jezdci říci, že je ostudou pro svou zemi. V reakci na to neúspěšnější britský paralympionik Weir ukončil kariéru a prohlásil, že reprezentační dres už nikdy neoblékně. K tomu se přidaly osobní problémy, kdy se Weir rozešel s manželkou a matkou svých tří dětí. Ze začátku nepomohla ani odborná pomoc, kterou vyhledal.

„Dostali jsme se k mému dětství a mé obrovské frustraci, kterou mám ze svého postižení. Vzpomínal jsem, jak jsem dřív probrečel celé noci a ptal se: proč já? Mám všechno, co potřebuji k chůzi nebo běhu, ale chodit nemůžu. Proč? Roky jsem z toho šlel,“ svěřil se Weir, jenž se narodil s míšní lézí, která mu znemožňuje pohybovat dolními končetinami, i když cit v nich má. Proto závodí v klasifikační kategorii T53 a T54, kde jsou sportovci na vozičku, kteří mají ochrnuté nohy, úplně nebo částečně nefunkční trup, ale plně pohyblivé ruce.

Weir získal celosvětový věhlas na paralympijských hrách v Pekingu, kde získal dvě zлата, doma v Londýně o čtyři roky později exceloval čtyřmi zlatými kovy. Do toho vyhrál osmkrát londýnský maraton.

„Lidé vědí, že poslední Hry nešly podle mých představ, ale teď jsem našel novou vášeň a touhu po závodění,“ vykládal


Weir po letošním prestižním Great North Runu v Manchesteru, který vyhrál.

„Jsem rychlejší než kdy před tím a jsem vzrušený z toho, co pro mě budoucnost na silnici přichystala,“ řekl Weir.

**Muže na vozíku nechtěli pustit do bazénu. Nejsme lázně, ale plavecký areál, vysvětluje aquapark**



Zdroj: Přerovský deník, foto: Vojtěch Podušel

 Šestapadesátiletý Josef Macík z Přerova je na ortopedickém vozíku od sedmatřiceti let, kdy prodělal mozkovou mrtvici. Díky pohybu ve vodě se cítí mnohem lépe. Jenže má to jeden háček: pokud si chce zaplavat, musí cestovat na bazén až do Olomouce nebo do Hranic. Na plavecký areál v Přerově, kde bydlí, totiž bez doprovodu jiné osoby nemůže.

„Podle mě je to diskriminace, což mám potvrzené od právníků i Národní rady osob se zdravotním postižením. Mám bolesti nohou a plavání mi opravdu pomáhá. Když mají na bazénech dvakrát do týdne plavání pro důchodce, proč pro nás postižené nic není?“ ptá se Josef Macík. V jiných městech se s podobným přístupem nesetkal. Provozovatel plaveckého areálu v Přerově se ale brání – podle provozního řádu mají tělesně postižení s průkazem ZTP/P povolen vstup na bazén pouze s doprovodem. Špatné zkušenosti se zachranou postiženého, který přecenil své síly, má plavkyně Renata Tšponová.

„Já osobně jsem rozdýchávala vozičkáře, který se před léty na bazénech topil. Byla to jen chvílka, a ten muž tehdy málem utonul,“ konstatovala. Každý provozovatel je podle ní povinen vyhodnocovat rizika a u postiženého je značné.

Stížností Josefa Macíka už se zabýval i přerovský magistrát. Jeho pracovníci se označení, že se jedná o „diskriminaci“ brání. Josef Macík ale přesto trvá na svém a v případě, že svou stížností neuspěje, zvažuje podání žaloby. Na své straně má i předsedu Národní rady osob se zdravotním postižením Václava Krásu. Podle jeho vyjádření držitel průkazu ZTP/P může využít svého asistenta, když ho potřebuje, ale není to jeho povinnost.

## Lidé vysportovali hlučínské základní škole schodolez

Další z téměř už tisícovky dobročinných projektů nasazených v aplikaci EPP – Pomáhej pohybem se proměnil v realitu. Základní škola v Hlučíně převzala od Nadace ČEZ schodolez pro žáky s omezením pohybu.

Základní škola v Hlučíně v ulici Gen. Svobody se ve čtvrtek 13. září dočkala instalace schodolezu, který významnou měrou přispěje k bezbariérovému pohybu po budově. Využijí ho zejména žáci s tělesným postižením, kteří se potřebují přesouvat mezi 2. a 3. podlažím. Bezbariérové propojení do patra, kde jsou počítačová a výtvarná učebna a dílny pro výtvarnou výchovu či pracovní vyučování dosud škole chybělo.

### EPPka opět pomáhá dětem s postižením

Nadace ČEZ přispěla škole na pořízení schodolezu částkou 150 tisíc korun, k ní svými „vysportovanými“ body přispěli uživatelé aplikace EPP – Pomáhej pohybem.

„Mám z tohoto daru velkou radost. Ale ještě větší radost mi udělá, když děti, které budou schodolez potřebovat, bude co nejméně,“ řekla při přestřižení pásky ředitelka školy Zuzana Harazimová.

Schodolez umožní žákům s pomocí asistenta či pedagoga plně zapojení do výuky v celé budově školy. Budou moci využívat počítačovou učebnu, stimulační i relaxační učebnu, cvičnou kuchyni i dílny. Bezbariérovost zároveň umožní přijmout žáky, jejich pohyb po budově je možný pouze na ortopedickém vozíku.

„Situace, kdy bude každá škola, jejíž žáci to potřebují, bezbariérová, je zatím stále jen ideálem. Nicméně mě těší, že



Ředitelka školy Zuzana Harazimová a regionální reprezentant ČEZ Distribuce Milan Šťastný při stříhání pásky. Schodolez v pozadí



Schodolez si hned vyzkoušel jeden z žáků školy. Ovšem jen jako figurant – tento klučina vyjde v pohodě do schodů po svých

sportující s EPPkou projekty určené dětem s postižením pokaždé podpoří a pomáhají tak tento ideál naplňovat,“ uvedla ředitelka Nadace ČEZ Michaela Ziková.

Základní škola sídlící na ulici Generála Svobody v Hlučíně je úplnou základní školou poskytující vzdělání s různým stupněm mentálního postižení, se souběžným postižením více vadami s autismem.

Vladislav Sobol  
mluvčí Skupiny ČEZ  
(red)

**Realizaci projektu VOZKA podporuje Nadace ČEZ**

  
NADACE ČEZ



**Někdy stačí okamžik a vše,  
co chápeme jako samozřejmost,  
je najednou nejisté...**

## **Pomozte Pavlovi zachránit domov**

Do svých sedmnácti let byl Pavel na-prosto zdravý, bezproblémový a veselý kluk. Na to léto roku 2017 měl spoustu plánů. Jedné srpnové noci se však vzbudil s nesnesitelnou bolestí hlavy, ještě stihl zavolat na pomoc tátu a následně upadl do bezvědomí. V nemocnici odhalená diagnóza byla nemilosrdná – spontánní, těžké a život bezprostředně ohrožující krvácení do mozku s nutností okamžité operace...

Aby lékaři zvýšili Pavlovi šanci na přežití, nechali jej po operaci měsíc v umělém spánku, během kterého jeho tělo bojovalo s mnoha komplikacemi. Pavlovo probuzení z umělého spánku bylo probuzením do jiného světa. Mentálně je sice naprosto v pořádku, ale stal se vězněm vlastního nehybného těla. Uplynul další nekonečně dlouhý měsíc, než vůbec navázal první kontakt se svým okolím. Každé mrknutí, gesto, pokus o úsměv i drobný pohyb prstu byl významným krůčkem na jeho strastiplné cestě.

### **Z Ostravy do Hamzovy léčebny**

Pavla léčili na Oddělení pediatrické resuscitační a intenzivní péče ve FN Ostrava a po stabilizaci akutního stavu ho přeložili na rehabilitační pobyt s doprovodem otce na dětský pavilón E Hamzovy léčebny.

„Pavel je velký bojovník, a tak se odhodlaně vydává na nekonečně dlouhou cestu rehabilitací v naší léčebně,“ uvádí MUDr. Lenka Šuglová, primářka dětského oddělení Hamzovy léčebny. „Pro Pavla už nikdy v životě nic nebude jako dřív, po roce od nešťastné příhody je stále plně ochrnutý na celou levou stranu těla, nedokáže dobře artikulovat a velké potíže mu dělá dokonce i polykání.“ Upoután na ortopedický vozík ale neztrácí naději. Díky skvělé péči odborníků, své silné vůli a hlavně přítomnosti a obětavé podpory otce dělá Pavel sice malé, ale stále pokroky.

### **Přijde rodina o byt?**

Nevyzpytatelný osud si však pro Pavla nachystal další ránu. Po rozvodu rodičů je Pavel se sestrou ve výhradní péči otce. Ale kvůli tíživé rodinné situaci hrozí,



*Pavel se svým otcem*

že přijdou o byt. Domov pro Pavla představuje důstojné místo, kde by mohl s podporou táty dál rehabilitovat a pomalu se uzdravovat v klidu rodinného kruhu. Pokud k tomu dojde a o byt skutečně Pavlova rodina přijde, skončí Pavel v ústavní péči, tedy sám a bez možnosti každodenní domácí péče a podpory.

„Existuje spousta smutných lidských osudů,“ říká MUDr. Jiří Duda z FN v Ostravě. „Ale tento je za šestnáct let mé praxe pro mě určitě ten nejsmutnější. Proto jsme se spolu se sólistkou Národního divadla Moravskoslezského paní Hanou Fialovou, představitelkou slavné ostravské role Edith Piaf, rozhodli pomoci. Dne 29. 10. 2018 organizujeme v Katedrále Božského Spasitele v Ostravě benefiční koncert *Domov pro Pavla*, jehož celý výtěžek půjde na záchranu Pavlova domova,“ vysvětluje Jiří Duda.

### **Připojte se**

Pokud příběh Pavla pohnul vašim srdcem a rozhodli jste se připojit k těm, co se

snaží Pavlovi zachránit domov, můžete učinit dobrovolným finančním příspěvkem (schránka je umístěna v personální jídelně Hamzovy léčebny) nebo dobrovolným příspěvkem za srdíčko (které získáte v Centru historie Hamzovy léčebny) a podpořit tak sbírkové Konto Bariery. Tyto prostředky budou potom společně za Hamzovu léčebnu vloženy na uvedený účet Konta Bariery.

A samozřejmě můžete přispět zakoupením vstupenky na benefiční koncert v Ostravě. I tento výtěžek bude v plné výši zaslán naší léčebnou na sbírku pro Pavla.

Věříme, že Pavel najde láskyplná srdce u nás v léčebně i jinde po celé republice. Více informací k možnostem podpory najdete na úvodní straně léčebny [www.hamzova-lecebna.cz](http://www.hamzova-lecebna.cz) nebo na <http://www.domovpropavla.cz/koncert>.

*Jana Zavřelová, DiS.  
Hamzova odborná léčebna  
pro děti a dospělé*

NEZASTAVITELNÍ se činí

**Křest speciálního kola na Pustevnách a sluncem zalitá brána v Adršpachu**



*Nafukovací Birell brána na Pustevnách projektu Nezastavitelní*

Návštěvníci beskydských Pustevn měli o svátcích 5. a 6. července možnost podpořit 21 handicapovaných z projektu Nezastavitelní, který pomáhá handicapovaným vrátit se k oblíbenému sportu. Svou podporu projektu na místě projevil i ostravský zpěvák, skladatel a textař Martin Chodúr, poslanec a bývalý úspěšný skokan na lyžích Jakub Janda i Aleš Depta, bývalý úspěšný šermíř a olympionik z Barcelony. Loňské účastníci projektu, Věře Křenkové, pokřtil nové speciálně upravené kolo, které z projektu získala, farář Vítězslav Řehulka.

Všichni, kdo prošli nafukovací Birell bránou na Pustevnách, přispěli na sportovní pomůcky pro Nezastavitelné. Celkem se vybralo 89 525 korun. Za každého, kdo bránou projde, přispěje Birell na konto Nezastavitelných pěti korunami. Lidé tak pomáhají svým pohybem. Výtěžek jde na sportovní vybavení, jako jsou upravená kola, handbiky a jiné speciální pomůcky.

Na Pustevnách měli možnost návštěvníci potkat i jednoho z Nezastavitelných,

Mariana Kisela, který zůstal po nehodě na vozíku. Z projektu si přeje získat hand-



*Každý, kdo přišel či projel Birell bránou, podpořil 21 handicapovaných*



Nafukovací Birell brána v prostředí adršpašských skal

bike, aby se mohl vrátit k cyklistice, protože před úrazem jezdil na kole závodně.

Během uplynulých ročníků se do projektu zapojily statisíce lidí, kteří pomohli svým pohybem. Jen loni prošlo Birell branou na různých místech v České republice více než 200 tisíc lidí, kteří pomohli Nezastavitelným získat sportovní vybavení za 1,3 milionu korun. Peníze se také dají darovat i na místě u Birell brány prostřednictvím kasičky, na speciální účet Konta Bariéry nebo nákupem předmětů na e-shopu akce. Polovina ceny dárku jde na konto Nezastavitelných.



Martin Chodúr s cyklistou na lehkole

Další zastávkou Nezastavitelných byla v polovině července Birell brána u Vranovské přehrady, pak brány v Českém Švýcarsku, na Sněžce, Ještědu a v Adršpachu.

## Setkání pod skalami

V Adršpachu měli návštěvníci o víkendu 18.–19. srpna předposlední letošní možnost podpořit 21 handicapovaných z projektu Nezastavitelní. Svou podporu projektu na místě projevil i místostarosta Teplic nad Metují Radim Války. Všichni, kdo prošli nafukovací Birell branou, přispěli na sportovní pomůcky pro Nezastavitelné. Celkem se vybralo 66 930 korun.

K bráně v Adršpachu dorazili za nádherného letního počasí i někteří účastníci projektu Nezastavitelní. Mezi nimi byl například i Stanislav Frais, který po pracovním úraze zůstal upoután na ortopedický vozík. Po absolvování několika operací a rehabilitací se snaží o chůzi pomocí berlí. Díky projektu Nezastavitelní by rád získal lehkolo (tříkolku) a zúčastnil se závodu. Chtěl by tak ukázat okolí, že ho úraz nezlomil a má velkou chuť žít.

Poslední zastávka Nezastavitelných byla 8. září na trase Birell Grand Prix v Praze. Více informací o projektu na [www.nezastavitelni.cz](http://www.nezastavitelni.cz).

Ing. Ondřej Coufal



V Adršpachu se na sportovní pomůcky pro Nezastavitelné vybralo 66 930 korun

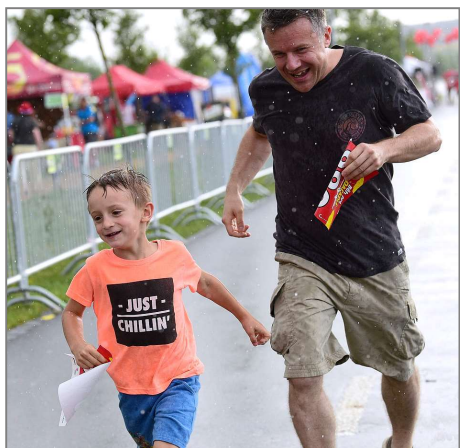
# Devatenáctý Běh pro Paraple pod parapletem

Děšť ani blesky nezabránily běžcům dorazit do cíle skvělého charitativního závodu

V neděli 10. června se uskutečnil už 19. ročník charitativního Běhu pro Paraple. Do pražského parku Ladronka dorazilo okolo 1 200 návštěvníků, kteří mohli poměřit své síly v závodě na 5,1 km nebo při krátkých bězích na 100 metrů. Výtěžek z akce v hodnotě půl milionu korun použije Centrum Paraple na svoji činnost – zejména poskytování služeb sociální rehabilitace a odborného sociálního poradenství lidem s poškozením míchy.



Nedělní program odstartoval před 13. hodinou symbolický běh zaměstnanců Centra Paraple. Po oficiálním zahájení, které proběhlo za účasti zakladatele a prezidenta Centra Paraple Zdeňka Svěráka, jeho ředitele Davida Lukeše, starosty Prahy 6 pana Ondřeje Koláře a zástupců firem, které se staly partnerem letošního ročníku Běhu pro Paraple, se na krátké trati 100 metrů po celé odpoledne střídaly skupiny malých i velkých běžců, kteří



sem přišli podpořit dobrou věc a strávit příjemné odpoledne. Celkem jich do cíle doběhlo přes 250.

## Sympatické výkony a počasí jako na houpačce

Závody malých a velkých filantropů nemohl startovat nikdo jiný než Zdeněk

Svěrák, ale i řada dalších hostů – Miroslav Táborský, Petr Brukner, Pavel Nový, Karel Šíp či Jan Onder. Celým dnem prováděli návštěvníky moderátoři České televize Jakub Voříšek a Jan Smetana. Kromě běhů byl pro všechny příchozí v parku Ladronka připraven bohatý program – na malé diváky čekalo vystoupení Mag-



daleny Reifové a Petra Vacka, představení divadla Loutky bez hranic či zábava v kreativní dílně. Pro ty starší tu byli youtuberi

Kovy a Bé Hà Stylewithme, se kterými se mohli například vyfotit ve foto boxu INSTAX. Na velkém pódiu se během dne

vystřídali Ondřej Ruml, Petr Horejš, Ester Kočíčková a kapely Support Lesbiens a Circus Brothers. Během celého odpoledne se o naladění všech přítomných postaraly bubenické show kapely Tam Tam Batucada.

Hlavní závod na 5,1 km už tradičně odstartoval Zdeněk Svěrák. Jako první doběhl do cíle v čase 18 minut 45 vteřin Lukáš Pícek. Obdivuhodný byl i výkon paralympijského vítěze a mistra světa v cyklistice Jiřího Ježka, který doběhl pátý, a desetiletého Honzy, který doběhl desátý v krásném čase 20:21 minut. Podle výsledkové listiny se závodů na 5,1 km zúčastnilo 292 běžců.

Velkým a silným soupeřem bylo všem, kteří se na Ladronce sešli, samotné počasí – během odpoledne čelili návštěvníci silnému žáru slunce a vysokým teplotám i prudkému dešti. Nenašel se ale nikdo, kdo by spílal nebesům...

„Děkuji partnerům našeho běhu i všem, kteří nás sem dnes přišli podpořit. Moc si vážím toho, že účast byla letos i přes rozmarné počasí hojná. Vlastně se tu dnes pro Paraple běhalo hned několikrát – rychle při samotném běhu a ještě rychleji v průběhu deště, kdy pod ním všichni přítomní našli své útočiště,“ řekl ředitel centra Paraple David Lukeš.

Centrum Paraple otevřeli v roce 1994 Zdeněk Svěrák a občanské sdružení Svaz paraplegiků. Od roku 2010 je obecně prospěšnou společností. Pomáhá lidem s poškozením míchy a jejich blízkým zvládnout těžkou životní situaci. Je oporou pro ty, kteří právě ochrnuli po úrazu nebo nemoci, i pro ty, kteří tak žijí už dlouho, ale narazili na problém, se kterým si nevědí rady. Své služby poskytuje klientům starším 16 let z celé České republiky.

Více se dozvíte na [www.paraple.cz](http://www.paraple.cz).

*Foto: archiv Centra Paraple  
(Tomáš Lisý, Martin Salajka  
a Ireny Vanišová)*

*Jan Dolínek  
Centrum Paraple  
(red)*



Projekt Pomáháme fotografiemi

# Je svět osob s mentálním či kombinovaným postižením skutečně černobílý? Nikoli...

A máme se od nich hodně co učit, proč si tedy nepomoci navzájem? To je téma projektu *Pomáháme fotografiemi*, který je realizován napříč celou republikou a je v mnohém ojedinělý. Kdo za ním stojí? Spolek Fotografiemi pro radost, který je složený z přátel plně se ztotožňujících s posláním spolku a pracují v něm jako dobrovolníci při svém zaměstnání. Podařilo se propojit svět patronů projektu s lidmi, kteří pracují v sociálních službách a jako své poslání si zvolili péči o osoby s mentálním nebo kombinovaným postižením.

Myšlenka podpory integrace osob s mentálním i kombinovaným postižením do běžného života cestou jejich fotografií, umění, příběhů nebo dovedností se zrodila jedno odpoledne na podzim 2015, kdy si dvě holky řekly, že to, co ony prožívají na táborech nebo vystoupeních svých kamarádů s mentálním postižením, by mělo vidět a hlavně zažít více lidí. V roce 2016 oslovily organizace pečující o osoby s mentálním postižením, zda se nechtějí zapojit do projektu a ukázat svoje fotografie z jejich života. Nad projektem převzali patronát fotografové Lenka Hatašová a Robert Vano. Přidalo se osm organizací a jeden tábor, který provozují dobrovolníci, a povedlo se – fotky hodně zapůsobily.

## Drajv v roce 2017

Pro rok 2017 se do projektu přihlásilo už 12 organizací a sedm úžasných patronů – naši generální patroni Dana Drábová a Robert Vano, Lenka Hatašová, Milena Steinmasslová, Iva Hüttnerová, kapela Sto zvířat a barista Adam Neubauer. Projekt



se rozjel nečekanou rychlostí. Společná setkání spolku, patronů a organizací nabrala na intenzitě a úžasné zážitky nás naplňovaly. Vždyť jsme si společně užívali radost a šťastné chvíle, a tím si vlastně pomáhali navzájem.

Na první říjnový týden připadl Týden sociálních služeb. Týden, na který svými aktivitami upozorňuje Asociace poskytovatelů sociálních služeb v ČR. A pro nás to byl ten nejlepší čas pro uspořádání unikátního festivalu pro osoby s mentálním postižením, který jsme nazvali *Odpoledne*

*na pohodu*. Festival, který proběhl v pražské zoo, byl určitým milníkem projektu *Pomáháme fotografiemi*. Milníkem proto, že se na něm poprvé představili naši „partáči“ s mentálním postižením se svými patrony při společných vystoupeních či aktivitách, na které se společně připravovali celé léto. A poprvé jsme zahájili výstavu fotografií ze života osob s mentálním postižením, která následně vyjela na své putování po českých regionech (celkem 12 štací) a putovala až do června letošního roku.





## Letos přibyli noví partáči

Pro letošní rok jsme zvolili téma *Fantazie* a vůbec poprvé se chystáme na výstavu vlastních fotografií našich partáků s mentálním i kombinovaným postižením. Kamarádi z již 17 organizací se připravovali během fotografických workshopů, které vedli profesionální fotografové, mnohdy nositelé ocenění Czech Press Photo nebo dokonce i World Press Photo. Určitě znáte jména jako Jarmila Štuková, Roman Vondrouš, Vašek Šilha, Fotograf bez talentu nebo manželé Daňkovi. Je nám ctí i potěšením, že i další fotografové projevíli zájem vést workshopy a tak se už těšíme na jejich další sezónu v příštím roce.

Kromě fotografických workshopů proběhly i levandulové workshopy na Levandulovém statku v Bezděkově u manželů Drlíkových, kde jsme se naučili dělat levandulové limonády a viděli, jak se pečou levandulové sušenky.

## Módní přehlídka a dřevěné náramky...

A to není vše, co nás letos čeká. *Fantazie* našich kamarádů je bezedná. Proto jsme si řekli s dalšími slavnou tváří letošního ročníku, módní návrhářkou Liběnou Rochovou, že ve spolupráci s jejími studenty z Vysoké školy uměleckoprůmyslové v Praze uspořádáme ještě letos módní přehlídku originální kolekce. Jejimi autory nebude nikdo jiný než naši partáči v projektu.

Zakladatel značky Woowa Pavel Tesařík, originálních českých dřevěných hodinek, nám nabídl spolupráci při tvorbě jedinečných dřevěných náramků, kterými se můžou prezentovat dřevodílňny dalších organizací přihlášených do našeho projektu. A tak se o sto šest kreslí návrhy módní kolekce, chystá se šít, vyrábí se dřevěné náramky a hlavně se vybírají ty nejkrásnější či nejautentičtější fotografie našich partáků. Vše nachystáme k prezentaci na veliké společné akci, která se bude pod názvem *Labyrint duše* konat 4. listopadu od 13 hodin v pražském komunitním centru VNITROBLOCK, které je stejně originální jako naši partáči.

A vy jste všichni zváni! Na akci budou naši drazí patroni Dana Drábová a Robert Vano i všichni naši ambasadoři letošních aktivit. Můžete se setkat s Liběnou Rochovou, Pavlem Tesaříkem, Martinou Ptáčkovou a se všemi fotografovy z workshopů.

Aktuality z naší činnosti a informace o připravovaných akcích najdete na webu <https://fotografiemiproradost.cz> a také na našem FB profilu (Pomáháme fotografiemi).

*Marta Kopecká  
předsedkyně spolku*

**Projekt podporuje Nadace ČEZ**

# Užijte si ostravskou výstavu ŽIVOT BEZ BARIÉR

Chcete se dozvědět, jaké jsou novinky na trhu s pomůckami pro zdravotně znevýhodněné osoby nebo jaké změny a úpravy vyžaduje zdravotní omezení? Na oblíbené výstavě, která se bude konat od 9. do 11. 11. 2018 na Výstavišti Černá louka, vám odborníci poradí s úpravou bytu, výběrem kompenzační pomůcky nebo ortopedického vozíku a s úpravou vozidla pro řidiče s postižením.

Výstava se zaměřuje na osoby se zdravotním postižením a seniory. Cílem je pomoci osobám s různými druhy handicapů – zdravotními i společenskými – a přispět tak ke zlepšení života a k integraci do společnosti ve všech sférách jejich činnosti.

Na výstavě najdete pestrou nabídku firm poskytovajících sociální a asistenční služby, úpravy bydlení a vozidel, možnosti trávení volného času, širokou škálu ortopedických a kompenzačních pomůcek, vozíčků, chodítek a mnoho dalšího.

Chceme podporovat zdravé stárnutí, a proto výstava nabízí možnosti, jak zlepšit kvalitu života seniorů – volnočasovými aktivitami, lázněmi a rehabilitačními středisky, uvidíte i praktické ukázky pomůcek. Na výstavě se prezentují výrobci, prodejci, distributoři i organizace z neziskového sektoru. Připravili jsme také bohatý doprovodný program na pódiu, který získává na oblibě.

Současně s výstavou Život bez bariér se koná výstava s názvem KREATIV, která nabídne nepřehledné množství workshopů, korálků, látek, materiálů a pomůcek pro tvoření.

Držitelé TP, ZTP a ZTP/P průkazů a jejich doprovod mají vstup na výstavu zdarma. Jinak je vstupné: dospělí 90 Kč, děti, studenti a důchodci 50 Kč, hromadný vstup pro školy a domovy důchodců (minimálně 10 osob) je za 25 Kč. Výstava bude otevřena v pátek a sobotu od 10 do 18, v neděli od 10 do 16 hodin.

Aktuální informace sledujte na <http://cerna-louka.cz/cs/zivot-bez-barier>.

Foto z ročníku 2017: Výstaviště Černá louka







# PROFESIONÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL OD VÝROBCE

[WWW.RUCNIOVLADANI.CZ](http://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](mailto:info@rucniovladani.cz)

[www.facebook.com/rucniovladani](http://www.facebook.com/rucniovladani)

Poradce pro Moravskoslezský kraj - tel. 724 314 876

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

# INVACAR ÚPRAVY VOZIDEL PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ



**Otočné sedačky, nakladače invalidních vozíků, nájezdové rampy, hydraulické zdviže, přeseďací 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](mailto:info@invacar.cz), [www.invacar.cz](http://www.invacar.cz)**

**ROHO** 



**CZ.TECH**  
Čelákovice

## 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](mailto:roho@cztech.cz), [www.roho.cz](http://www.roho.cz)

## Tvořte s námi Vašeho VOZKU

**PŘÍSPĚVKY (texty a fotografie)  
Z CELÉHO ČESKA**

na téma

**o životě a pro život na vozíku**

**DO tištěného MAGAZÍNU**

**pro vozíčkáře VOZKA**

**ZASÍLEJTE NA**

**[sefredaktor@vozka.org](mailto:sefredaktor@vozka.org)**

**VÍCE INFORMACÍ v redakci:**

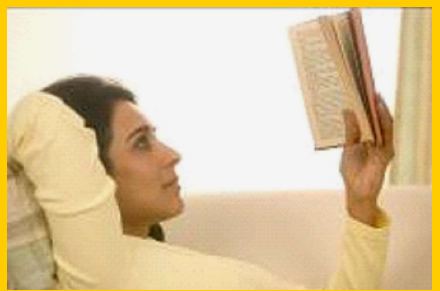
**Pavel Plohák,**

**tel. 737 238 933**

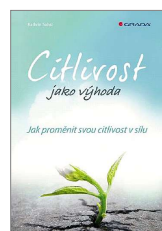
 **VOZKA**  
Magazín o životě a pro život na vozíku

# NAŠE TIPY

**Knihy, CD, DVD, internet**



## Citlivost jako výhoda



**Jak proměnit svou citlivost v sílu.**

**Kathrin Sohst, 256 str., 349 Kč, Grada (2016).**

Co to znamená, když jste vysoce citliví, co s tím dělat a jak lze citlivost vnímat jako silnou stránku? O tom empaticky a se znalostí věci píše autorka této knihy, plně inspirujících příkladů a autentických příběhů. Poskytuje praktické rady, které dodají sílu a naučí zacházet s vysokou citlivostí ve všech oblastech života, od zdraví přes rodinu až po práci a volný čas. Poznáte nejen lépe sami sebe, ale i způsob, jak být citliví a silní zároveň a cítit se přitom šťastně a spokojeně. Publikace také nabízí senzitivním lidem konkrétní „posilovače“. V jejich rámci jsou zmíněny psychologické metody jako např. meditace všímavosti, koučink a terapie nebo jóga.

## Průvodce pro vysoce citlivé lidi



**Jak prožít šťastnější a vyrovnanější život.**

**Judith Orloff, 192 str., 299 Kč, Grada (2018).**

Vnímáte citlivěji než ostatní emoce a nálady jiných lidí? Unavuje vás mnoho vjemů a vzruchů? Potřebujete být občas úplně sami? Pak nejspíš patříte mezi vysoce citlivé bytosti, stejně jako asi pětina všech lidí. V této knize naleznete mnoho praktických tipů, rad a technik, díky nimž se naučíte zvládat výzvy spojené s citlivostí, stanete se silnějšími a zároveň si v životě udržíte soucit a empatii. Zjistíte, jak se vysoká citlivost odráží na vašem zdraví, v partnerských vztazích, pracovních kolektivech i při výchově dětí, a dozvíte se, jak v těchto oblastech s citlivostí co nejlépe zacházet. Získáte schopnosti, které vás ochrání před citovým zraněním, stresem či vyhořením, a začne-

te vnímat svou citlivost jako dar, kterým ve skutečnosti je.

## Pořádek nejen v hlavě



**28 dní pro jednodušší život.**

**Michaela Dombrovská, 184 str., 199 Kč, Grada (2016).**

Vydejte se na čtyřtýdenní očistu nejen svého těla, ale také vztahů, prostoru kolem sebe i své mysli. Díky spoustě skvělých tipů a názorných příběhů budete mít za pouhých 28 dní hotový úklid ve čtyřech důležitých oblastech svého života. Očista vám přinese pocit svobody, příliv nové energie, nápadů a objevů. Oddechnete si od nepořádku nejen kolem sebe, ale i v sobě, vyřešíte nefunkční vztahy, začnete lépe pečovat o své zdraví a pročistíte a uspořádáte si i svou mysl. Naučíte se soustředit v životě na to dobré a obohacující, zbavovat se zbytečného balastu, pečovat o to, co je podstatné, a vážit si dobrých vztahů i okamžiků. Není nač čekat!

## Zábavná kniha o lékařích



**Peter Gitzinger, Linus Höke, Roger Schmelzer, 96 str., 199 Kč, Cosmopolis (2017).**

Knihka může pobavit všechny ty pacienty, kteří přežili lékařskou péči, jakož i pro jejich lékaře.

Knížka odpovídá na nejnaléhavější otázky týkající se lékařské existence. Proč trávíte v čekárnách hodiny a hodiny, i když jste objednaní na přesný čas? Proč se lékaři ze všech sil snaží, abyste nepochopili ani ten nejmenší detail ze své diagnózy? Jak je to doopravdy s alternativní medicínou, pipajícími přístroji či psyhiatry? To vše z pohledu lékařů. Co si lékaři skutečně myslí? Co dělá lékař, když cítí, že na něj něco leze? Deset příznaků, podle kterých lékař pozná, že musí sám bezodkladně navštívit lékaře. A další a další vhledy do lékařského prostředí. Knížka se hodí na čtení především v čekárně lékaře...

## Hadrový panák 1: Hadrový panák



**Audiokniha. Daniel Cole, čte Martin Stránský, 314 Kč, Audioknihovna, Knižní klub (2018).**

Hrůzná, ale úžasná! Detektivka roku je tady... O téhle knize nebudete moci přestat mluvit. Před čtyřmi roky vzal detektiv William „Wolf“ Fawkes spravedlnost do svých rukou – nedo-

kázal ustát, že soud osvobodil podle něj jednoznačného pachatele. Wolfa postavili mimo službu a poslali do psychiatrické léčebny. Teď se vrací do práce a touží po velkém případu. A zdá se, že se ho dočkal: na místě činu, kam ho přivolala kolegyně Emily Baxterová, se najde mrtvola – sešitá z částí šesti těl jako hadrový panák. Stejně tak pojmenují děsivý případ média a Fawkes je pověřen identifikací obětí. Vzápětí Wolfova bývalá žena, která pracuje jako reportérka, obdrží od anonymy fotky z dějiště zločinu a taky seznam šesti lidí a dat, kdy budou zabití. Poslední jméno na seznamu je: Fawkes...

## Komu straší ve věži



**Marie Rejfová, 336 str., 269 Kč, Mystery Press (2018).**

Slečna Marplová po česku. Ve středoevropském městečku Brod se schyluje k obecním volbám a vypadá to, že nic nedokáže narušit jejich průběh. Příjezd nového učitele Jakuba Stehlíka ale odkryje mnohé stíny z minulosti. Kdo zavinil smrt Jakobovy matky? Co s ní má společného starosta Jaroslav Jiroušek? Komu v Brodu se hodí, aby tento čin nezůstal zapomenut? Jak do toho všeho zapadá rodina majitelky pekařství paní Řábkové? A co všechno je pro úspěch schopná udělat opozice v čele s Ivo Podroužkem? Učitelka Josefína Divišková se snaží přijít na kloub událostem, které se v Brodu staly před více než třiceti lety, a tím pomoci napravit staré křivdy. Musí se spolehnout na svůj důvtip a schopnost zvládat vše s humorem, jakož i na svérázného komisaře Tvrdíka.

## České muzikály – To nejlepší



**239 Kč, SUPRAPHON (2018).**

Čtyřicet písní z legendárních představení i z novinek posledních sezón (Angelika, Carmen, Čas růží, Dracula, Fantom opery, Hamlet, Jesus Christ Superstar, Noc na Karlštejně, Tři mušketýři, Rebelové, Kleopatra...). Zpívají Karel Gott, Lucie Bílá, Monika Absolonová, Kamila Nývltová, Helena Vondráčková, Daniel Hůlka a další.

(red)

V knihách je více pokladů, než mohou najít piráti na ostrově pokladů.

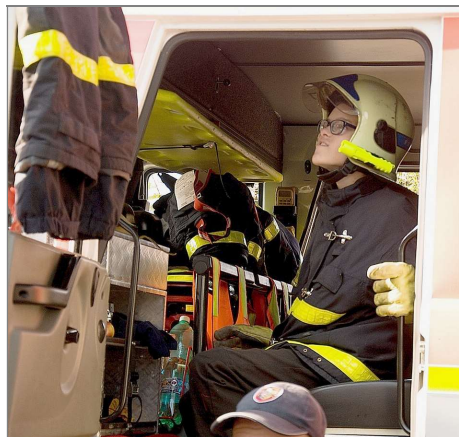
Walt Disney (1901 - 1966), americký producent filmových a animovaných filmů

Co je nového v Základní škole pro tělesně postižené žáky v Opavě

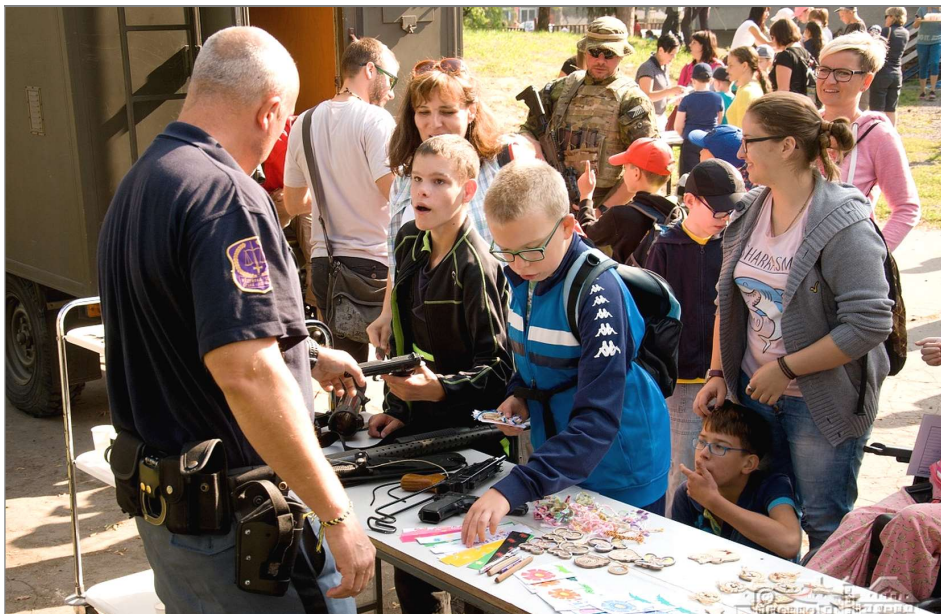
Akce

# Ochrana člověka za mimořádných situací má stále větší úspěch

Na počátku školního roku patří první páteční dopoledne tradičně skvělé akci v loděnici vodních skautů Poseidon Opava. Jmenuje se *Ochrana člověka za mimořádných situací*. V letošním



Posadit se do hasičského auta je snem mnoha kluků



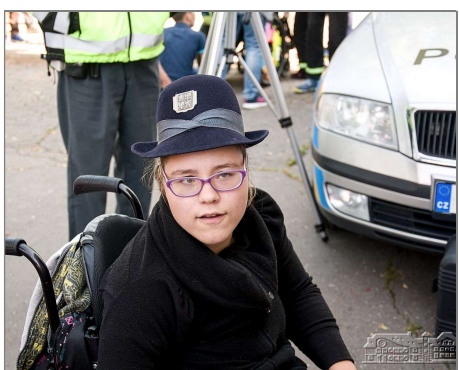
Kluky to táhlo k policejním zbraním. „Ta pistole je fakt těžká!“



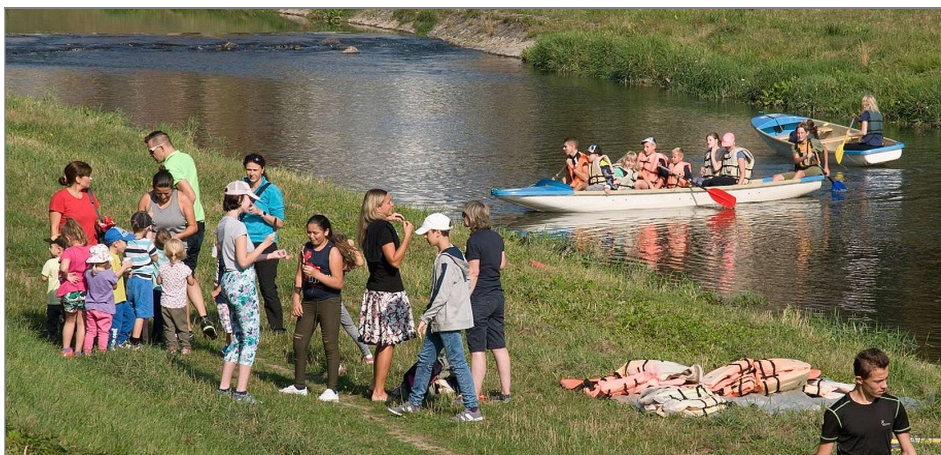
Zatím je to štěně, ale po čase z něj bude vycvičený policejní pes



„Tohle taťka v našem autě nemá!“



„Sluší mi klobouk městské policistky?“



V loděnici vodních skautů Poseidon Opava

školním roce proběhl jubilejní desátý ročník, kdy se žáci Základní školy pro tělesně postižené na ulici Dostojevského v Opavě, ZŠ Havlíčkova, ZŠ Slezský



*Do policejní neprůstřelné vesty musí tento kluk ještě dorůst*



*„Tak to máme lepší foto než to společně na konci školního roku.“*



*„Sedí se tu lépe než ve školní lavici.“*

odboj, klienti p. o. Síríus, děti z MŠ Eliška a Skrochovice sešli se zástupci složek integrovaného záchranného systému.

Pozvání přijali: Armáda ČR – 53. pluk pasivního systému elektronického boje, Hasičský záchranný sbor Moravskoslezského kraje, Zdravotnická záchranná služba Moravskoslezského kraje, Policie ČR a Věžeňská služba Opava. V oblasti první pomoci nás proškolily studentky ze Střední zdravotnické školy v Opavě.

Celkem na 13 stanovištích plnili žáci úkoly vztahující se k protidrogové prevenci, dopravní výchově, ochraně životního prostředí, učili se balit evakuační zavazadlo a pracovali s mapou. Vyzkou-

šeli si i malý orientační běh s pěti kontrolami a zajezdili si na pramicích po řece.

Díky pomoci studentů ze SOU stavebního v Opavě si mohli zájemci vyzkoušet i jízdu na tandemových kolech, sportovním vozíku a handbiku.

Obrovské poděkování patří opavským vodním skautům za poskytnutou pomoc a zázemí, které se neustále vylepšuje. Všem zúčastněným složkám děkujeme za trpělivost, s jakou se věnovali dětem. Poděkování patří také všem pedagogům a rodičům.

*Lenka Kopřivová,  
Lucie Hendrychová a Jan Tesař  
Popisky fotografií: VOZKA*



*O vojáky se zajímaly i holky. Jak by ne, uniformy přitahovaly ženy odjakživa*



*Děti koukaly, s čím vším hasiči musí umět zacházet*

# Ivona Březinová: Do psaní se tak vnořím, že spoluprožívám celý příběh spolu s jeho hrdiny

Oblíbená spisovatelka knih pro děti a mládež vydala novou knihu [www.bez-bot.cz](http://www.bez-bot.cz) o patnáctiletém chlapci a nadějném lyžaři Benovi, který se musí vyrovnat s tím, že přišel při úrazu o obě nohy

Ivona Březinová chtěla psát ještě dřív, než se naučila číst. V pěti letech se rozhodla, že se stane spisovatelkou. Celé dětství a mládí poctivě spisovatelské řemeslo trénovala. Na střední a vysoké škole psala poezii. Dnes je psaní její zálibou i zaměstnáním na plný úvazek. Píše převážně pro děti a mladé lidi: lepopela, pohádky, knihy o zvířatech, dětské encyklopedie, dobrodružné příběhy i životopisy. Má ráda náměty z historie a sci-fi. Říká, že některé knihy bolí. Když je píše, prožívá všechno zároveň se svými hrdiny.

Lidé z Nadačního fondu Emil ke knize říkají: *Ben Braun, hrdina knihy [www.bez-bot.cz](http://www.bez-bot.cz), je jedním z těch, kteří autorce při psaní sáhli do života. Jako nadějný lyžař má našlápnuto stát se vrcholovým sportovcem. K lyžování ho přivedl táta. Ivonu Březinovou také přivedl k lyžování tatínek. A k napsání příběhu o Benovi ji přivedl Nadační fond Emil. Nápad se klubal dlouho a vedlo k němu setkávání s mladými lidmi po úrazu s trvalými následky. A jak už to v podobných případech bývá, projevené emoce a společné prožitky ze setkání mají svá pokračování.*

„Chtěli jsme přinést pomocníka, který nenáročnou formou může provázet děti a mladé lidi s postižením procesem přijetí nové životní motivace, a hlavně pomůže všem ostatním pochopit vnitřní rozpoložení a pocity člověka, kterého dramatická osobní změna potkala. Beletrie se k tomu přímo nabízela. Je nám ctí, že se pera a kláves počítače chopila skvělá a empatická spisovatelka paní Ivona Březinová. Věříme, že kniha přinese radost všem, kteří se do ní začnou, a pomůže alespoň trochu odbourávat předsudky, nejistoty a ostych vůči lidem s jakýmkoli postižením.“

## • Za nápadem napsat příběh o Benovi je tedy Emil?

Ano, může za to Nadační fond Emil. Poslední dobou se na mě nabalují témata, která souvisí s nějakým postižením nebo s jinakostí. Nedávno jsem psala knížku o autistech *Řvi potichu, brácho* a Stáňa Findejsová z nakladatelství Cattacan sly-



Spisovatelka Ivona Březinová představuje mladým posluchačům své knížky

šela můj rozhovor v rozhlase. Na základě této knížky mě oslovila, zda bych napsala příběh pro Emila. Příběh, který by byl impulsem pro mladé lidi nevzdávat se a jít dál, i když prodělají devastující zranění s trvalými následky. Ve věku 15 let a v případě vrcholového sportovce je to, příznějme si, tragédie, ale je třeba se

zvednout a ránu osudu prostě přijmout. Příběh o Benovi je postavený tak, že věřím v jeho stále se zlepšující budoucí život, přitom má to nejhorší zranění – nadkolenní amputace obou nohou. Přesto ho postavím znovu na lyže nebo posadím na kolo. Chtěla jsem Benovým příběhem lidi motivovat, že dokážou uskutečnit



Ivona Březinová při křtu knihy [www.bez-bot.cz](http://www.bez-bot.cz) na hrách Emil Open 2018

podobnou životní změnu, že se lze postavit na nohy a že úrazem opravdu život nekončí.

Nakladatelství Cattacan, Nadační fond Emil a já jsme – protože název knihy v podobě webových stránek vybízí k tomu, aby webové stránky opravdu vznikly – spustili web se stejným názvem. Postupně se naplňuje obsahem. Budeme tam vkládat reakce lidí na knihu, tipy na další knihy s podobnou tematikou, zajímavosti o sportovních aktivitách hendikepovaných, ale třeba dojde i na informace o nových možnostech protetiky. Zkrátka chceme, aby téma žilo dál.

● **Plánujete nějakou další knihu s podobným zaměřením na život lidí s postižením?**

Uvidím, co přijde. V současné době sbírám materiál o dětském diabetu. Ale nechci se vymezovat jenom na tuto oblast. Píšu totiž i pohádky, encyklopedie, lepoprela, mám rozepsanou dobrodružnou sérii o přežití v mezních situacích. Nápadů je spousta, musím zvažovat, čemu se budu věnovat v nejbližší době a čemu později. Baví mě témata střídát. Ale je pravda, že knihy, v kterých se snažím řešit nějaký závažný problém, jsou možná víc vidět.

Dalším hrdinou peroucím se s hendikepem je třeba Kryšpín, kterého vážné smyslové postižení konfrontuje se šikanou v knize *Útek Kryšpína N.* Nebo patnáctiletý Jeremiáš, jehož svět je v knize *Řvi potichu, brácho* vymezen mantinely nízkofunkčního autismu. A také malý Honzík a jeho pradědeček trpící Alzheimerovou chorobou v příběhu *Lentilka pro dědu Edu* nebo narkomanka Alice, gamblerka Ester a anorektička Martina v triptychu

*Holky na vodítku.* Napsala jsem i knihu o malém vozičkáři. Jmenuje se *Kluk a pes* a je o třetákově Julinovi a jeho psu, který chodí do psi školy, aby se mohl stát asistenčním psem.

● **Tak to byste mohla znát organizaci Helpes, která se věnuje výcviku asistenčních psů a o které v magazínu VOZKA často píšeme...**

Ano, znám. S nimi jsem komunikovala a získávala od nich podklady ke knize. Fenka z Helpes, šestnáctiměsíční Ashley, mi dokonce knihu pokřtila. A já jsem jí pak šla na promoci, když slavnostně přebírala certifikát asistenčního psa.

● **Takže potřebujete téma podrobně nastudovat?**

Je to tak. Aby se mi dobře psalo, potřebuju se dozvědět co nejvíc. Když vyšla kniha *Řvi potichu, brácho*, lidé mi po jejím přečtení psali a mysleli si, že mám doma autistické dítě. Já se do psaní tak vžiju, že ten příběh vlastně autenticky prožívám. Je to pro mě emočně docela náročné. Ale vyplatí se to, myslím že příběh je víc uvěřitelný. A to mají čtenáři rádi, když je kniha už po pár stránkách vtáhne do děje.

● **Po dopsání knihy si ale určitě potřebujete nějak odpočinout. Jak si dobíjíte „baterky“?**

(Smích) No tím, že pak napíšu pohádku, například. Ale zase by mě nebavilo psát jenom ty pohádky, takže to střídání žánrů je pro mě důležité. Hodně píšu i knížky pro prvňáčky – knížky prvního čtení –, což je zase úplně jiné psaní. Nebo lepoprela pro předškoláky či encyklopedie o zvířatech a další. Záběr mám docela široký.

● **To mě právě zaujalo, ta širší záběr. Většina spisovatelů má své celoživotní téma a to postupně vyčerpává. Někdy je to stále dokola...**

Mě to baví střídát a jak už jsem říkala, jinak bych to ani dělat nemohla. A taky moc dám na zpětnou vazbu od čtenářů. I v případě této nové knížky bychom byli rádi, kdyby nám čtenáři napsali svůj názor nebo postřehy. Na webových stránkách je rubrika Napište nám. Přivítáme každou odezvu.

● **Co naše čtenáře zajímá vždy při podobných rozhovorech s umělci je, jak vlastně tvoří. Jestli mají nějakou metodu, které se drží a která jim pomáhá v určité pracovní disciplíně, nebo zda potřebují tvůrčí impuls a pak to jde prakticky samo...**

Když mám rozepsanou knížku, ráno vstanu, udělám si snídani a při ní si přečtu to, co jsem napsala předchozí den. Udělám si i korektury a nepřesnosti si hned opravím. Tím se dostanu do prostředí a naskočí mi nápad na další kapitolu. Dnes už mám dospělé děti, takže si mohu dovolit psát od rána do večera. Píšu doma, v klidu, protože se k psaní potřebuju soustředit. V tichu své pracovní prožívám příběhy hrdinů knihy, kterou právě píšu, a pokračuju v tom někdy až do večera. Za několik týdnů je rukopis v hrubé podobě hotový. No a potom už ho jen ladím. Dávám text přečíst odborníkům, opravuju a doplňuju. V téhle fázi už si mohu dovolit někam vyjízďet nebo si někam zajít. Když pracuju, nechci, aby mě něco ze psaní vytrhovalo.

Mám totiž takové pracovní cykly – píšu v zimě a v létě, zato na podzim a na jaře jezdím na besedy do škol. To jsem každý den v jiném městě nebo na cestě vlakem. V té době nic netvořím. Neumím psát ve vlaku či v hotelu, v období besed mám zase úplně jiný styl života – na cestách.

● **Čemu se na besedách věnujete?**

Jak kdy. Někdy je to beseda nad konkrétní knížkou, jindy mi paní učitelka napíše téma, které by žáky zajímalo. Když jedu do mateřských školek, vezmu si maňáška a čtu jim třeba o zvířátkách. Výjimečně jezdím i na vysoké školy, občas na střední, nejčastěji na první a druhý stupeň základní školy. Jezdím po celé republice. Letos na podzim se vydám do posledního města u nás nad deset tisíc obyvatel, v kterém jsem ještě nebyla. Loni jsem absolvovala 180 besed. Někdy jedu i na celý týden, většinou mám dvě besedy denně. Občas mi docela docházejí síly, protože jezdím s batohem knih na zádech. Mám sice řidičák, ale auto se bojím řídit. Takže mi nezbyvá než jezdit vlakem a autobusem. Náklad knih v batohu se ale dost přenesou. ▶



Ivona Březinová na křtu své knížky s Janem Potměšilem a asistenční fenkou Ashley

Ale na druhou stranu je zase hezké, když si děti mohou po besedě knížku hned odnést. Mohu jim ji podepsat i s věnováním a ony se pustí do čtení prakticky okamžitě.

• **Co byste poradila začínajícím spisovatelům? Na to se naši čtenáři ptají nejvíce. Sami se totiž zúčastňují různých literárních soutěží a doslova hltají každou radu zkušených spisovatelů.**

Hodně číst. Ale ne jenom tak, že si vezmou knížku a uživatelsky ji zhltnou. Měli by se vracet k různým pasážím, koukat se, proč je to napsané právě tímto způsobem, proč hrdina reaguje v tuhle chvíli takhle, jak je popsáno prostředí atd. Prostě studovat ten příběh. Někdy radím i to, uvědomit si, co se jim na tom příběhu nelíbí – třeba konec – a zkusit to napsat po svém. Tedy jak by si ho oni představovali.

Čtyři roky jsem byla v porotě celostátní literární soutěže Internet a můj handicap, kterou pořádá BMI sdružení, takže texty, které píšou lidé s postižením, znám. Nejsou v nich jen nářky, ale i spousta životního bohatství.

• **Na co se taky ptají, je technická stránka věci, tedy jak vlastně psát – ručně, ve wordu, jaké odstavce a co dalšího dodržovat, aby případný nakladatel se jejich dílkem vůbec zabýval...**

Každý nakladatel to chce jinak. První tři knížky jsem psala ručně tužkou na papír, ale to následné přepisování bych už nechtěla zažít. Jedině poezii píšou i dnes stejně. Beletrii jediné ve wordu, nedělám s ním žádné psí kusy, nezakládám si na podobě fontů u nadpisů nebo jiných úpravách. Pro nakladatele je důležitý obsah textu a grafickou úpravu přijatého rukopisu stejně svěří odborníkům.

Já píšou pro děti, takže třeba dodržuju zásadu, že každá přímá řeč začíná na no-

vém odstavci. Je to pro čtenáře přehlednější. Nelíbí se mi úprava v některých knihách pro dospělé, kdy se přímá řeč hrne za sebou v dlouho nekončící řece slov a čtenář někdy neví, co (a často ani která) konkrétní postava řekla na začátku dialogu.

No, a protože jsem učila šest let na Literární akademii – Soukromé vysoké škole Josefa Škvoreckého, radila jsem svým studentům, aby než začnou psát, si každou postavu vymodelovali se vším všudy. Aby to byl jejich známý(á) – v nadsázce – aby znali číslo pasu a velikost bot každé postavy v příběhu, který píšou. To, že tam pak naprostá většina těchto detailů nebude, je jiná věc. Postava tím totiž obživne. Stává se mi, že hrdinové z mých knih jsou mi kamarádi, takže když příběh dopíšu, stýská se mi po nich. Třeba jsem psala deset let sedmidílnou sérii literárních cestopisů a já jsem s tou partou vlastně pořád něco zažívala. Těšila jsem se na setkání s nimi. To byl pro mě důkaz, že jsou „živi“ a pro čtenáře snad budou taky.

• **Co říkáte na nakladatelství, která se vyrojíla na internetu a která vám prakticky vydají všechno, pokud si objednáte dostatečný počet výtisků? Čili bez nějaké viditelné redaktorské péče.**

Já tomu určitě nefandím. Jestliže takové knížky vycházejí – tedy bez redakční úpravy a bez korektury – snižuje to kvalitu češtiny. Mladým čtenářům se pak posouvá laťka. Sami už v textech chyby nevidí, tudíž je opakují a obecně potom upadá jazyková úroveň. Já sama mám vystudovanou bohemistiku a měla bych mít pravopis v malíku, a stejně mi občas něco uteče. Stačí při úpravách prohodit slovosled, vyměnit podmět, a pokud pečlivě zpětně neupravíte celou větu či odstavec, je na malér zaděláno. Takže mít za sebou redaktora je neocenitelná věc. Kvalitní redaktor je půlka výhry spisovatele. Pohled zvenčí je hodně důležitý, protože dokáže odhalit i to, co sami – i po třeba páté kontrole – nejste schopni zjistit. Třeba zaměníte jména dvou postav, což je obrovská chyba, protože příběh se zadrhne a nedává smysl.

Opravdu důležité je, aby se chyby neopakovaly v textech pro děti. Vždyť ony se čtením učí i pravopisným zásadám. Možná podvědomě, ale určitě je to formule. Myslím, že v knihách pro děti by se v rovině vypravěče měla dodržovat spisovná čeština. V rovině přímé řeči pak samozřejmě přichází ke slovu obecná čeština, nářeční prvky atd. Jinak by postavy působily strojeně a nepřirozeně.

• **Knihu si mohou zájemci objednat na uvedených webových stránkách?**

Ano, adresa je funkční. Budu moc ráda, když mi čtenáři napíší, jak se jim kniha líbila, co je v ní inspirovalo, s čím



Malička Ivona Březinová na lyžích

třeba nesouhlasili, popřípadě jestli jim Benův příběh pomohl k nějaké životní změně, na kterou si dosud netroufali. Kniha [www.bez-bot.cz](http://www.bez-bot.cz) není jen pro čtenáře, kteří mají jako Ben nějaký problém. Psala jsem ji i pro lidi, kteří někoho podobného znají a možná nevědí, jak se k němu chovat. Třeba jim kniha pomůže na chvíli se vcítit a pochopit.

Foto: archiv Ivony Březinové

(pp)

Odkaz na stránky spisovatelky Ivony Březinové: [www.brezinova.cz](http://www.brezinova.cz). Knihu objednávejte na [www.bez-bot.cz](http://www.bez-bot.cz).



Pasování prvňáčků na čtenáře



## Projekt Emil

Projekt *Emil* vznikl v roce 2003 a po úspěšném startu se o šest let později stal oficiálně nadačním fondem – neziskovou organizací, která pomáhá postiženým dětem a mladým lidem sportovat.

Základním posláním Nadačního fondu *Emil* je být symbolem účinné pomoci, pomáhat prostřednictvím sportu překonávat vlastní bariéry, nacházet nové přátele a objevovat ten „svůj“ smysl života.

Tuto pomoc fond realizuje především formou přímých finančních příspěvků. Podpořil už více než 8 tisíc individuálních sportovců i sportovních týmů a pomohl tak zkvalitnit konkrétní mladé životy.

V komunitě lidí s postižením je známý především díky úspěšnému projektu *Evropských her handicapované mládeže Emil Open*, které se konají od roku 2009. Do letošního ročníku se zapojilo 403 mladých lidí z 16 zemí Evropy.

Více informací najdete na: <https://www.emilnadace.cz>.



## Nakladatelství Cattacan

Nakladatelství *Cattacan* je malé nakladatelství, které vzniklo v roce 2016 z chuti vydávat sice málo, ale jen hezké knížky. Je otevřené všem žánrům a oblastem literatury. Všechny důležité údaje a spoustu zajímavých informací o činnosti *Cattacanu* najdete na jejich facebookových stránkách: <https://www.facebook.com/nakladatelstvicattacan>.



## Literární dílna

### Ivan Jergl: To by se vozíčkáři stávat nemělo

Každé roční období má své nenapodobitelné kouzlo. Zvláště podzim se závěsemi různobarevného listí, které voní jako nejvzácnější směs světových tabáků, šustí pod nohama i koly invakáry jako tajemný šepot plný stesku po létu a slunci. Šepot plný šifrovaných nadějí na nové jaro. Podzimní vítr prorazivší ranní mlhou žene listí rozsmarň na jednu, hned na druhou stranu chodníku, roztáčí je do víru a kupí na hromádky místo nepřítomných metařů městských komunikací.

Vypadl jsem z bezbariérového busu na královopolském nádraží a brodě se s gusem šepotající spoustou, mířil jsem ke staré budově akciovy živitelky. V kanceláři se přes končící listopad jako vždy šetrně netopilo, co by se pro blaho akcionářů neudělalo, že, ale panovalo zde neznámé aroma. Něco jako mezi vrcholně zralými jahodami, které je třeba vysypat do odpadků, zatuchlinou ze stěn a krabici morálně degenerovaných tvarůžků.

Větril jsem jak pes specializovaný na drogy. Zajel jsem do předsíně, nenápadně při tom pootočil knoflíkem termostatu ústředního topení na vyšší teplotu, nakoukl do kabiny WC, kam nemůžu (ale mám ve dvoře svůj bezbariérák), a zavětril jsem u otevřených dveří sousední kanceláře. Ten nechutný mix pachů mě neodbytně provázel jako stín.

Sklonil jsem zamyšleně hlavu... a zůstal v šoku. Na levém předním bezdušovém kole lpěly jako slimáci zbytky grandiózního hnědého lejna neznámého původu. Okamžitě kontroluju nohavici, díky bohu unikla, zachovala si zdravý odstup. To listí! Ty nezametené vzkazy podzimu! Ta zákeřná poezie maskující podlý čin neznámého psa s lhostejným páníčkem či snad zoufalého člověka v tísní?

Uvědomím si, jak jsem svým pátráním ozdoby kola rozvandroval po celém oddělení! Svrchovaná trapnost, tvé jméno je nepozornost a nepředvídavost. Ode dneška jezdim jen po vozovce!

Vyliju své srdce kolegyni.

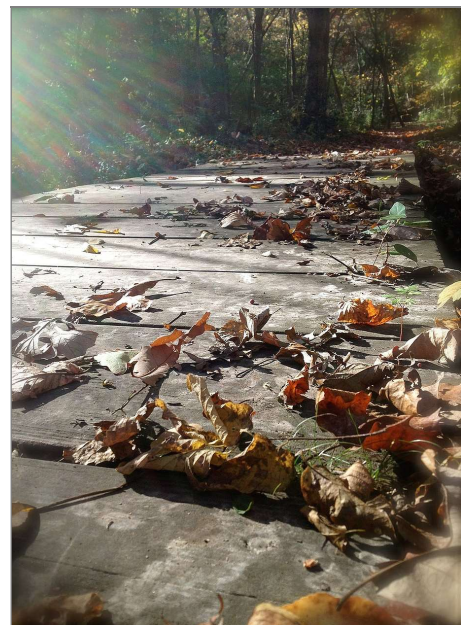
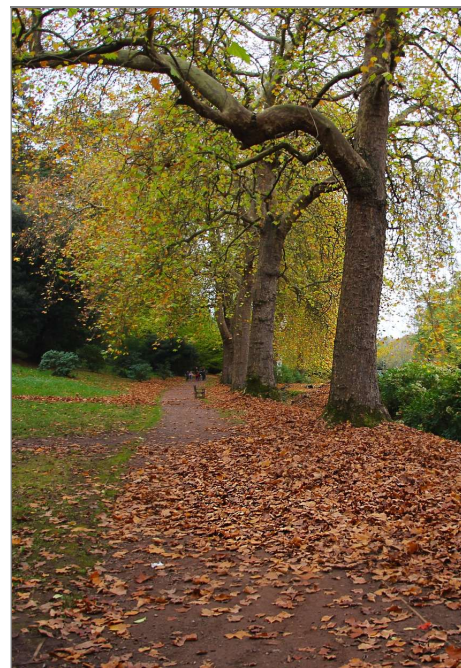
„Ber to statečně,“ řekne, „tohle voňavé hnědé mazivo nosí štěstí! Kdo do něho vstupí, neprohloupí. Hned si znovu požádej o zvýšení platu, tentokrát určitě uspěješ!“

I když jsem měl na psacím stole těžkou litinovou děrovačku dokladů, vzhledem ke svému postižení a dobrému vychování vrhl jsem po ni jen těžce nevraživý pohled. To stačilo, aby se sama nabídl, že skočí do dílny pro záchranu.

„Ale co ty stopy na koberci?“ zoufal jsem. „Bude to tady cítit až do bůhví kdy...“

Utěšila mě, že zatuchlina vlhkých zdí to zčásti přebije a jediný koberec vytáhne jako terč před hadici údržbáře pana Hudka. Stejně tak dopadla i moje kola. Po sprše na továrním dvoře byla v mžiku jako nová a bez zápachu.

Rada na konec? Nikdy se zasněně nebrouzdejte podzimním voňavým listím na neuklizených chodnících. Vonět podzimem nebudete. Nebo – jak by asi řekla Halina Pawlovská: Kdo se kochá poezií, tomu často kola myjí.



# AMNIODERM®

## podporuje léčení dlouhodobě otevřených ran

### První aplikace zdarma

Nový přípravek pro hojení dlouhodobě otevřených ran vyrobili brněňští vědci z Národního centra tkání a buněk (NCTB). Je určený především pro starší pacienty s diabetem, léčit se s ním dají ale i popáleniny, dekubity a další poranění kůže. V České republice už přípravek používají v pěti Aplikačních centrech.

Chronická nemoc, při které se kůže prakticky neobnovuje a rána zůstává otevřená třeba i řadu měsíců nebo i let. Třeba u bérceových vředů. Dlouhodobě se nehojící otevřenou ránou, do které se může dostat infekce, trpěla i Vlasta Tvrdíková.

„Tříkrát denně jsem musela chodit na chirurgii na převazy a pořád se to nelepšilo,“ vzpomíná. Obě pacientky proto podstoupily nový způsob léčby, se kterou přišli brněňští vědci. Na ránu lékař přiloží speciální náplast, která podporuje regeneraci kůže.

„Za deset dní jsem měla ránu uzavřenou a všechno bylo v pohodě,“ uvedla paní Tvrdíková.

### Využití lidské placenty

Na vývoji přípravku pracoval tým výzkumníků asi pět let. Vycházel ze znalostí hojivých účinků lidské placenty. Z té se ve sterilní místnosti vypreparuje takzvaná amniová membrána, kterou pak odborníci zpracují ve speciálních zařízeních.

„Dochází zde k vysušování mrazem, a tím pádem pak může být výsledný pro-

dukt uchován za pokojových podmínek i několik let,“ uvádí vedoucí vývojového týmu Iveta Minaříková.

„V současné době máme v České republice pět Aplikačních center – v Třinci, Jihlavě, Brně, Praze a Sokolově. Většina pacientů se zhojí během šesti týdnů,“ vysvětluje lékař Zdeněk Kořístek.

Nový přípravek pojišťovna zatím neproplácí.

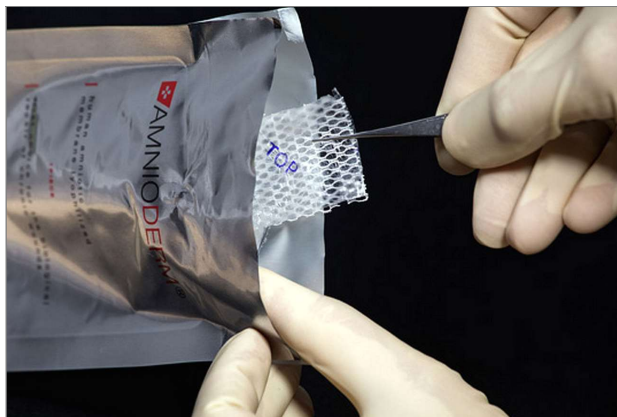
Jedna náplast stojí pacienta podle velikosti rány od jednoho a půl tisíce do 12 tisíc korun. První aplikaci, která působí týden, má zdarma. Potom se pacient sám rozhodne, jestli v léčbě chce pokračovat.

Během května zahojili lékaři otevřené rány padesáti pacientům. Na jižní Moravě zatím hojivé náplasti pomáhají jen ve Fakultní nemocnici v Bohunicích.

### Pro chronické rány

NCTB není zdravotnickým zařízením, ve kterém probíhá léčba. Je to pracoviště, které vyrábí a vyvíjí produkty na bázi tkání a buněk pro lékaře ve zdravotnických zařízeních. Produkt AMNIODERM® je vhodný pro chronické rány do deseti cm.

Prozatím se nepodařilo dohodnout pro produkt úhradu zdravotní pojišťovnou. Aby lékaři učinili léčbu co nejpřístupnější



Amnioderm

Foto: Biohealing

všem potřebným pacientům, bude první aplikace poskytnuta zdarma. Zároveň se po ní může pacient rozhodnout, jestli bude v léčbě pokračovat. Případné další aplikace je nutné uhradit formou samoplátcovství. Cena léčby se pohybuje v rozmezí 1 900–13 000 Kč v závislosti na velikosti použitého transplantátu.

### Vhodnost léčby určí lékař Aplikačního centra

Zda je pro konkrétního pacienta léčba vhodná, musí vždy určit lékař zkušený v oblasti hojení chronických ran, který má zkušenost s aplikací AMNIODERM®.

Kontakty na aplikující lékaře mimo Brno:

- **Praha:** MUDr. Matěj Hladký, Chirurgická ambulance, tel. 724 156 832, objednání pouze pomocí SMS ve tvaru AMNIODERM, jméno, příjmení, konzultace.
- **Třinec:** MUDr. Jan Stryja, PhD., Salvatella – chirurgická, cévní a podiatrická ambulance, tel. 558 332 092, e-mail: ambulance@salvatella.cz.
- **Jihlava:** MUDr. Radovan Čech, Chirurgická ambulance Nemocnice Jihlava, tel. 567 157 276.
- **Sokolov:** MUDr. Karel Balabán, Centrum hojení ran, tel. 603 165 390 (vrchní sestra paní Hepnerová).

Pokud lékař ve středisku vyhodnotí vhodnost pacienta pro léčbu, objasní mu postup a zahájí léčbu. Před aplikací bude rána vyfocena a bude změřen její rozsah. Totéž se uskuteční před každou další aplikací. Tento postup umožní sledovat progres hojení rány až do jejího vyléčení.

Zdroj: Česká televize, Národní centrum tkání a buněk

(red)



Výstupní kontrola přípravku Amnioderm

Foto: Biohealing

## PŘELOMOVÁ LÉČBA pro pacienty s roztroušenou sklerózou?

### NA MÍSTĚ JE ZDRŽENLIVOST, říká prof. Eva Havrdová

Transplantace kmenových buněk mohou doslova změnit životy miliónům pacientů s roztroušenou sklerózou (RS), prohlásili britští lékaři. Studie na více než stovce pacientů prý prokázala, že tato metoda dokáže zastavit rozvoj dosud nevléčitelné nemoci.

Léčba jednoho pacienta vyjde v přepočtu zhruba na milion korun. Nejprve je nutné zaplavit imunitní systém pacienta léky, které se využívají při chemoterapii. Potom se obnoví kmenovými buňkami z pacientovy krve. Součástí studie byla i Louise Willettsová ze severoanglického Rotherhamu. Je jí 36 let a RS u ní diagnostikovali ve 28 letech. Podle vyjádření pro BBC měla u ní léčba skoro zázračný účinek.

„Od momentu, kdy jsem uslyšela diagnózu, jsem se neustále bála, co se mnou bude. Kdy se moje nemoc zhorší a jak budu moci fungovat potom? Teď můžu prožít každý den tak, jak já chci, a ne podle toho, co mi moje nemoc dovolí,“ řekla.

RS má tendenci se s věkem zhoršovat. Imunitní systém zaměňuje myelin – lipoprotein obklopující nervové buňky – za cizí látku a útočí na ně. Tím se narušuje spojení mezi mozkem a míchou. Mezi příznaky roztroušené sklerózy patří například problémy se zrakem a rovnováhou, závratě, únava nebo křeče. Momentálně neexistuje žádný účinný lék a v podstatě je pouze možné zmírňovat symptomy.

### Nová naděje?

Nové poznatky britských vědců údajně slibují efektivnější prostředky pro boj s nemocí a předcházení relapsům u pacientů s její nejběžnější formou. Studie, na niž upozornila BBC, se účastnila více než stovka pacientů, u nichž se propady střídají s obdobími remise, tedy stavem, kdy se nemoc takřka neprojevuje. Docházeli na kliniky v Sheffieldu, Chicagu, Uppsale nebo v Sao Paulu. Dobrovolníci dostali buď konvenční léčbu spočívající v úlevě od symptomů, nebo podstoupili transplantaci kmenových buněk. Nová metoda se během jediného roku ukázala jako maximálně účinná – pacienti i lékaři odhadují, že je až desetkrát účinnější než běžné léky. Po 12 měsících upadl do relapsu pouze jediný ze skupiny pacientů, kteří podstoupili transplantaci, cituje BBC závěrečnou zprávu. A při kontrole po třech letech se zjistilo, že selhalo jen

šest procent transplantací, zatímco ve druhé skupině mělo výrazné potíže 60 procent účastníků.

### Podle britských vědců metoda funguje skvěle

Vědci své závěry prezentovali v Lisabonu na každoročním setkání Evropské společnosti pro transplantaci kostní dřeně. Profesor John Snowden, ředitel centra pro transplantace v Královské hallamshireské nemocnici v Sheffieldu, popsal novou metodu jako „naprosto přelomovou“.

Profesor Richard Burt, vedoucí autor studie ze Severozápadní univerzity v Chicagu, prohlásil pro web britského deníku Daily Mail, že neurologové byli k transplantacím zpočátku „velice skeptičtí“, ale nová data pravděpodobně jejich postoj změnil.

„Protože je evidentní, že nová metoda funguje o tolik lépe než ty nejlepší dostupné léky,“ řekl.

Studie se objevila jen několik měsíců po tom, co objevitel léčby, která měla masovou reklamu po celém světě, sám přiznal, že je neúčinná. Doktor Paolo Zamboni tvrdil, že dokáže ulevit od bolesti a obnovit mobilitu pacientů se sklerózou pomocí procedury, kdy jim invazivní procedurou znovu otevře ucpané cévy. V prosinci ovšem musel v odborném tisku konstatovat, že výsledky standardizované studie prokázaly, že tato metoda nefunguje.

### Nedostačující informace

Prof. MUDr. Eva Havrdová, CSc., členka výboru Neuroimunologické společnosti ČLS JEP na poznatky Britů reaguje skepticky.

„Roztroušená skleróza není dosud chorobou vyléčitelnou, ale s přibývajícím věkem léky ovlivňujícími imunitní systém pacienta je u většiny pacientů chorobou léčitelnou, tedy ovlivnitelnou. Protože je onemocnění velmi individuální, lze logicky očekávat, že nebudou na stejné léky reagovat všichni stejně. Jsou zavedeny určité postupy, kdy se většinou začíná bezpečnějšími léky, ale s nižší účinností (dostačují asi u 30–40 procent pacientů), monitoruje se jejich efekt a při trvající aktivitě choroby se léčba tzv. eskaluje. Přechází se na účinnější léčbu, která ale většinou představuje i větší rizika nežádoucích účinků u některých osob,“ vysvětluje Eva Havrdová.

Tato léčba má za cíl omezit nadměrnou aktivitu nemoci – je to léčba léky ovlivňujícími přirozený průběh choroby.

„Před érou eskalačních léků byla používána u pacientů s agresivním průběhem cytostatika k likvidaci bílých krvinek zodpovědných za aktivitu nemoci. Tato léčba byla spojena se známými nežádoucími účinky cytostatik, i když jejich dávky zdaleka nedosahovaly dávek používaných v onkologické léčbě. V 90. letech po studiích na zvířatech s tzv. transplantací kmenových buněk bylo jasné, že intenzivní potlačení funkce imunitního systému (cytostatiky), která je posléze nahrazena zárodečnými krvetvornými buňkami, vede k významnému potlačení nemoci. Proto se v polovině 90. let hematologové pokusili spolu s neurology zjistit, zda je tento způsob léčby, dosud používaný u hematologických malignit, bezpečný u pacientů s RS. Česká republika byla jednou z prvních zemí, které se k tomuto programu připojily, první česká pacientka byla transplantována v únoru 1998, poté tuto léčbu podstoupilo ještě přes 40 pacientů. Efekt odpovídal tomu, že byli transplantováni především pacienti v pokročilém stadiu nemoci,“ uvádí prof. Havrdová.

S příchodem eskalačních velmi efektivních léků zájem o transplantace výrazně poklesl, protože tyto léky měly lepší bezpečnostní profil.

„Analýza několika set transplantovaných pacientů ve světě však ukázala, že transplantace byla efektivní pouze u pacientů, kteří měli minimální invaliditu a krátké trvání nemoci. Proto se zájem o zkoumání tohoto léčebného přístupu obnovil. Zatím ale nemáme žádné srovnání s neúčinnějšími léky (jako jsou natalizumab, alemtuzumab, ocrelizumab) v regulární klinické studii, ani dlouhodobá data pacientů transplantovaných v počátečním stadiu nemoci. Proto musíme být k výsledkům velmi zdrženliví. Nežádoucí účinky celé procedury se mohou objevit i s odstupem doby, dva čeští pacienti zemřeli na onkologické onemocnění. Pacientům v pokročilejších stádiích choroby procedura nepomohla vůbec. Nadšené zprávy v médiích o úžasném efektu po roce léčby jsou proto zcela nedostačující. A rozhodně nelze mluvit o vyléčení RS.“

(red)

**RS: Hledání přelomové léčby**

# Cirkus Paciento v Hamzově léčebně: Smích je nejlepší lék



*Pomalovanou tvář a klaunské ošacení u zdravotních klaunů nečekejte. Ale červený nos chybět nesmí*

**Veškeré činnosti a pohybové aktivity, na které je zaměřena léčebná péče v Hamzově léčebně a které využívá pacient v každodenním životě, zvyšují kvalitu jeho života. Ne jinak tomu bylo v rámci tradičního setkání se zdravotními klauny v projektu Cirkus Paciento.**

Je jich 86 a jsou to profesionální umělci, kteří se pravidelně školí a absolvují specializované semináře. Navštěvují celkem 64 nemocnic a sedm domovů pro seniory včetně jednoho hospice po celé České republice. O kom je řeč? O zdravotních klaunech, kteří v rámci tradičního zářijového Cirkusu Paciento připravili dětským i dospělým pacientům Hamzovy léčebny krásný týden, plný nevšedních setkání i zážitků.

## Zdravotní klauni

Už osmý rok trénovali celý týden naši dětské pacienti pod vedením zdravotních klaunů – podle svých schopností a možností – akrobatické i kouzelnické dovedností, které předvedly na závěrečném

vystoupení v cirkusovém šapitó. Bavily tak nejen sami sebe, ale samozřejmě i publikum, které jejich úspěch odměnilo bouřlivým a dlouhým potleskem.

Od klasické představy klauna se ten zdravotní hodně liší. Na zrzavou paruku a mejkap zapomeňte! Má barevný kostým, kterému nesmí chybět červený nos,



*Malování na obličej, to mají děti rády, zvláště ty nemocné...*



*Když zdraví dětem dovolí, zapojí se i do klaunských her*

dále nějaký hudební nástroj (nejčastěji ukulele či harmoniku), bublifuk a desítky dalších drobných rekvizit, u kterých lze jen málokdy na první pohled odhalit, k čemu slouží.

Klaunská práce ve zdravotnictví je skutečně čistá improvizace. Každý, kdo se do programu zapojí, je v jiném psychologickém rozpoložení, má jiný smysl pro humor. A tak mají zdravotní klauni připraveno spoustu kouzel, triků, písniček či nevšedních a nečekaných legračních cirkusových dovedností.

Říká se, že smích je nejlepší lék. A i množství výzkumů v této oblasti potvrzuje, že tělo opravdu pozitivně reaguje na smích. Je významným putem ve vztazích, které synchronizuje naladění

se „na stejnou notu“. Vytváří základ pozitivního emocionálního klima a pocitu propojení mezi lidmi. Podle některých výzkumů v sociální psychologii je smích jedním z klíčových prostředků právě při vzájemném, společenském kontaktu i při jeho navazování. Léčivá síla smíchu tak pochází nejen ze smíchu samotného, ale i z kontaktu, který se jím udržuje, z pouta, které se jím vytváří.

## Přátelství navždy

Letošní rok klauniády v rámci Cirkusu Paciento se nesl v duchu takovýchto radostných setkání.

„Už osm let se každoročně v tomto projektu setkáváme s pacienty Hamzovy léčebny a vždy jsou to setkání plná emo-

ci,“ říká zdravotní klaun(ka) Lucie. „Ať už je to osobní účast s jednotlivými, ne vždy lehkými dětskými osudy a příběhy, ale i přítomnost a vnímání jejich aktuálních zdravotních vítězství a pokroků. Jsme letos v léčebně už po páté, a proto vím, že zlepšení pohybových dovedností mnohým z nich umožnilo zapojení se do složitějších cirkusových dovedností,“ vyznává se Lucie. Její civilní povolání je divadelní dramaturgyně.

„Vždycky jsem říkala, že pro mě je klaunské řemeslo mistrovským, a vždy jsem před ním měla respekt. Nikdy mě nenapadlo, že bych tohle mohla dělat,“ svěřuje se Lucie. „Humor je skvělý komunikační kanál, a pokud je mu člověk otevřen, může ho vytvářet každý. Ne vždy se klaunům podaří děti zcela rozesmát, ale určitě se podaří dosáhnout úsměvu nebo utišení emoce, a to je vždy dobrý výsledek. Je to vzájemná zpětná vazba, jde o společné dílo,“ směje se Lucie.

„Děti s DMO, upoutané na vozíku a které jen stěží koordinují svůj sed, se najednou snaží při různých cirkusových aktivitách více a s radostí zapojit své těžce ovladatelné tělo. Pohyby, které jim jinak nejdu, dokážou děti při správné motivaci vykonávat snadněji a s menším úsilím,“ vysvětluje Mgr. Petra Teplá, vedoucí rehabilitace v dětských pavilónech.

Cirkusu se zúčastnila také Adélka, která se divadlu věnuje od roku 1991, kdy se stala členkou Studia Dům při brněnském divadle Husa na provázku. V roce 2003 spoluzaložila Divadlo KUFŘ.

## Napětí a strachy jsou tytam

V současnosti jsou profesionální zdravotní klauni považováni za účinnou součást léčebného procesu na dětských odděleních po celé Evropě. Dokážou zábavnou formou zlepšit psychologický stav pacientů, což se pozitivně odráží na jejich zdraví. Dokážou úzkostlivější pacienty odreagovat od napětí spojeného s léčbou nebo z neznámým nemocničním prostředím.

„A ať už se nám při smíchu děje v mozku cokoli, konečným efektem pro nás je přínos smíchu samotného. Zkuste se proto alespoň jednou denně na něčem zasmát, s radostí, upřímností, bez ironie a škodolibosti. Prostě jen tak, bezdůvodně. A i když máte pocit, že to nejde, uvolněte se a zjistíte, zda je tomu tak doopravdy. Kdyby se vám to ani tak nepodařilo, za rok přijďte a uvidíte,“ říká Michal, zdravotní klaun a člen hereckého souboru brněnského Malého divadla Kjógenu, který mimo jiné spolupracuje s Divadlem Bolka Polívky.

*Foto: archiv Hamzovy léčebny  
Jana Zavřelová, DiS.  
Hamzova léčebna  
(red)*



*Při hře děti zapomenou na nemocniční prostředí a odloučení od rodičů*

# Zamyšlení nad jednou proměnou

Jana Sobotková

Když se narodí dítě s nějakým postižením, budete se mnou jistě souhlasit, že je to pro rodiče velká zátěž. Ono i příchod naprosto zdravého potomka je pro mnohé náročný – všechna ta vybavička, kočárky, dudlíky, kašičky, noční vstávání, rýmečky, kašlíčky... A když přijde miminko s postižením, ať už vrozeným nebo získaným při porodu, je to ještě všechno mnohem složitější. Rodiče nebo v tom horším případě jenom maminka najednou zjistují, co všechno je třeba udělat, aby tomu svému dítěti ten ztížený start do života nějak ulehčili. Pomohli napravit to, co normální zdravé dítě dělá tak nějak automaticky.

## Raná péče, rehabilitace a lázně

Musím konstatovat, že tady už došlo k velkému zlepšení nabízené péče. Existuje raná péče (do sedmi let), fyzioterapie hrazená pojišťovnou, od roku dítěte lázně i s doprovodem. Pomohou vám různé neziskové organizace, které poskytují ucelenou rehabilitační péči v rámci čtrnáctidenních pobytů dítěte s rodičem (Arpida České Budějovice, dětské centrum Znojmo), dětské léčebny pohybových poruch v Boskovicích nebo Košumberku či různé neurorehabilitační kliniky, které využívají k rehabilitačním účelům kosmický obleček – TheraSuit. Nejznámější jsou Axon Praha, Sarema Brno a Liberec. Rodiče mají k dispozici přístup k sociálnímu poradenství, společnost jako taková je postiženým dětem nakloněna – dostanou od státu snadněji příspěvek na pořízení zvláštní pomůcky (např. auto či MOTOMed).

Také pojišťovny dětem více přispívají na různé pomůcky, třeba na kočárky, vozíky nebo až třikrát ročně na rehabilitační obuv. A i různé nadace velmi ochotně přispívají na různé kompenzační pomůcky, rehabilitační pobyty, pořízení motorového vozidla atd. Každé dítě s postižením má povinnou desetiletou školní docházku, takže se může socializovat a scházet se se svými vrstevníky.

I když máte doma postižené dítě, můžete žít relativně pestrý život naplněný docházkou do školy, návštěvou rehabilitačních a lázeňských zařízení, ve kterých se vaše dítě alespoň malinko zlepšuje a uvolní psychicky. Vy se dozvíte něco nového, co by se ještě dalo s vaším dítětem podnikat, aby se jeho zdravotní stav zlepšil nebo alespoň udržel. Je to pro vás fyzicky i psychicky vyčerpávající kolotoč,



který ale pro své dítě rádi podstoupíte s vidinou zlepšení jeho vývoje.

## Den D

Ale pak přijde den, kdy vaše dítě dovrší osmnáct let. Máte doma úplně stejné dítě, se stejnou diagnózou, se stejnými potřebami a rehabilitačními návyky a se stejnou náročností péče. Ale společnost na něj najednou nahlíží jako na dospělého a všechno se rázem změní. Do lázní se jen tak nedostanete, a pokud ano, tak jednou za dva roky. A to budete mít velké problémy s doprovodem, protože pojišťovny vám ho jen tak neschválí, i když má vaše dítě má průkaz ZTP//P, tudíž má na průvodce nárok. Pojedete tedy do odborného léčebného ústavu, ale tam již budete mít zdravotnický režim a méně procedur. Pokud má vaše dítě kromě fyzického postižení i mentální diagnózu, nedostanete se na rehabilitační prakticky vůbec. Přinejmenším je to velmi složité.

Celkově je velmi málo rehabilitačních zařízení, které dospělým lidem s postižením rehabilitační péči nabízejí. Pořídít si cvičební pomůcky domů je finančně a z hlediska prostorových dispozic tak náročné, že si to jen málokterá rodina může dovolit. Příspěvky z nadací nejsou bezbřehé, pro dospělé lidi s postižením jsou méně dostupné než v případě dětí.

A co zdravotní pojišťovny? Vaše před pár dny ještě dítě najednou spadá do kategorie dospělých, tím pádem má nárok

na boty jednou za dva roky, vozík jednou za 7 let atd.

## Fyzioterapie je důležitá i u dospělých

Vaše dospělé dítě tedy může navštěvovat stacionář, který mu utužuje sociální vazby, což je důležité. Ale po stránce fyzioterapie jsou tato zařízení jen velmi málo vybavena. A to spousta klientů chodí jen díky tomu, že se s nimi od malička cvičí. Bez této pravidelné aktivity se jejich zdravotní stav rapidně zhoršuje. Pro některé z nich to může mít až fatální důsledky.

Z tohoto pohledu postrádá smysl celé to období snahy rodičů, trpělivosti dětí i finančních investic ze strany státu. K čemu to nakonec je, když energie, kterou od narození do dospělosti vložili do péče o dítě s postižením, přijde prakticky vniveč? Jsem přesvědčená, že fyzioterapie dospělých lidí s postižením je stejně důležitá jako v dětském věku.

Společnost je v podstatě ochotna pomáhat, proto je důležité o těchto potřebách mluvit. Věřím, že je velká šance se v této oblasti posunout správným směrem. Za těch devatenáct let, kdy se pohybuji v sociálních službách, opravdu vidím, že se systém pomoci lidem s postižením vyvíjí. Proto věřím, že se stát vydá správným směrem i v oblasti přístupu k fyzioterapii pro dospělé s postižením.

*Ilustr. foto: <https://www.kiplinger.com>*

# COLOURS OF OSTRAVA

## letos nakročily k festivalové parádě.

**A Colours bez bariér?  
První den hudba mezi kapkami deště,  
pak pohodička, sluníčko, hudební pecky  
a skvělé zázemí pro vozíčkáře**

Multižánrový hudební festival Colours of Ostrava se pořádá od roku 2002. Nejdříve na Stodolní ulici a na Černé louce, později i na Slezsko-ostrovském hradě a od roku 2012 ho můžete navštívit v jedinečném prostředí Dolních Vítkovic – industriálním areálu bývalých hutí, dolů a železáren. Letošní, tedy 17. ročník, nabídl přes 350 programových bodů na 21 otevřených a krytých scénách. Koncerty, diskusní fóra, divadelní a filmová představení, workshopy a výtvarné aktivity si mohli užít jak milovníci hudby a vyznavači letních festivalů z celé Evropy, tak i rodiny s dětmi, senioři a lidé s postižením.

„Letos jsme přivítali 709 držitelů průkazů ZTP a ZTP/P v rámci projektu Colours bez bariér, který již osm let zajišťuje návštěvníkům se zdravotním znevýhodněním před a na festivalu nadstandardní servis,“ říká ředitelka festivalu Zlata Holušová. „Letos jsme nově nabídli zajímavé služby i těm se zrakovým a sluchovým postižením. Mezi novinky patřila například praktická příručka v Braillově písmu, hmatový plán areálu či speciální přenosný 3D model auly Gong pro nevidomé. Na fóru Meltingpot vystoupila přední tlumočnice do znakového jazyka Amber Galloway Gallego, která tlumočila část koncertů Kensington, Jessie J a Joss Stone. Celý koncert Gipsy.cz tlumočila skupina Hands Dance, tlumočeny byly také vybrané přednášky fóra Meltingpot.“

### Když vyjde počasí...

Ani vytrvalý déšť v první den festivalu nedokázal odradit návštěvníky od návštěvy areálu, ve kterém se snoubily dešťové kapky s barvami LED obrazovek snímajících hudební hvězdy a spoustou vůní a lákadel ze stánků s občerstvením.

Počasí se ale ve čtvrtek umoudřilo a první sluneční paprsky o sobě daly vědět v nebyvalé síle. Lidé postupně odkládali oblečení a v pátek a sobotu se vrátilo léto v plné parádě. A to je ráj i pro lidi s postižením a jejich doprovody, protože, přiznejme si, utěsnění v pláštěnkách



a brouzdající kalužemi si pobyt v areálu neužijí.

Kaluže vyschly, tribuny pro vozíčkáře před oběma hlavními scénami se při koncertech naplnily k prasknutí a z hloučků přátel na vozíku, které se tvořily tu a tam po celém areálu (samozřejmě i pod stany s pivem a pochutinami), jste mohli zaslechnout smích, špičkování i sliby, na jaké vystoupení spolu půjdou.

Za celé čtyři festivalové dny jsem neslyšel nikoho z nich na cokoli si stěžovat. Naopak. Slova chvály na zajištění bezbariérovosti celého areálu, na bezproblémové průjezdy venkovními plochami a krytými scénami nebo na skvělou přístupnost bezbariérových tribun, WC a stánků s občerstvením pronášel prakticky každý vozíčkář, kterého jsem oslovil.

„Neznám lépe zajištěný festival z hlediska bezbariérovosti. Třeba zajištění asistentů zdarma je prostě super věc. Mnoho z takto ‚sestavených‘ dvojic se stává přáteli, někdy i na celý život,“ uvedl ostravský vozíčkář Mirek Filipčík.

### O počty návštěvníků nejde

Festival se opět vydařil po všech stránkách. A počet návštěvníků za všechny čtyři dny? Naposledy festival o jejich počtu informoval v roce 2015, kdy se ho zúčastnilo 43 tisíc lidí.

„Návštěvnost jsme přestali zveřejňovat z více důvodů,“ vysvětluje Zlata Holušová. „Jednak nám někteří opakovaně vytýkali, že si ta čísla vymýšlíme, další věcí pak je, že se s takovými čísly dá snadno manipulovat. Uslyšíte nějaké číslo, ale už k tomu není informace, zda jde o jednodenní nebo týdenní festival, případně co je do takového počtu zahrnuto. Víím, že některé festivaly s čísly skutečně manipulují, takže se tomu chceme vyhnout.“

Na pořádání festivalu se podílí stále více lidí. Roste počet těch, které festival po celý rok, ale hlavně v době svého konání zaměstnává. V roce 2013 sepsal festival dohody o provedení práce se 669 lidmi, v roce 2015 to bylo už 1 332 osob.

„Pracují zde také zaměstnanci externích firem, podnikatelé, OSVČ a podobně. Celkový počet pracujících na festivalu byl letos přes čtyři tisíce lidí,“ doplnil mluvčí Colours of Ostrava Jiří Sedlák.

A tak nezbyvá než poděkovat pořadatelům za jedinečné čtyři dny plné hudby, přátelství, humoru, umění a lásky... Podívejte se na ně prostřednictvím skvělých fotografií Jiřího Muladiho v příloze tohoto čísla.

Na shledanou příští rok – 17.–20. července – v Dolní oblasti Vítkovice!

(pp)

# COLOURS of Ostrava 2018

objektivem fotoaparátu Jiřího Muladiho





# COLOURS of Ostrava 2018

objektivem fotoaparátu Jiřího Muladiho



## Překvapte své přátele jedinečným vánočním přáním, půvabnými drobnými dárky nebo reprodukcemi obrazů umělců malujících ústy a nohama

Nakladatelství UMÚN s.r.o. působí v České republice od roku 1993 a čtenářům VOZKY ho nemusíme dlouze představovat. V každém čísle přinášíme rozhovory, informace o výstavách či krátké vizitky malířů z celého světa, kteří tvoří ústy nebo nohama. Prvořadou náplní nakladatelství je právě vyhledávat nové malíře, kteří jsou v důsledku svého postižení ochuzeni o aktivní pohyb rukou. Nakladatelství jim poskytuje podporu, zprostředkovává kontakt s Celosvětovým sdružením malířů malujících ústy a nohama a pravidelně pořádá výstavy jejich obrazů v různých místech po České republice.

Nakladatelství vydává tvůrčí počiny těchto malířů v podobě reprodukcí, nástěnných a stolních kalendářů, přání, dopisních papírů nebo celé řady drobných předmětů. Z některých artiklů se sestavují pravidelné vánoční a jarní (velikonoční) nabídky, které se rozesílají poštou. S výtečnou prodeje se pak pro malíře financují stipendia, dary na osobní asistenci, výstavy a jiné projekty na podporu osob s těžkým zdravotním postižením v České republice.

### Vánoční přání

Na internetových stránkách nakladatelství [www.umun.cz](http://www.umun.cz) si aktuálně můžete objednat kolekci vánočních přání s reprodukcemi obrazů českých umělců Veroniky Svatošové, Pavla Hejhala, Tomáše Janouška, Zdeny Ježkové nebo Barbory Sedláčkové, ale i zahraničních členů sdružení, jako jsou Nancy Hall, Stanislav Kmiecik, Edward Medeiros a další. Dostanete je i s obálkou.



Vánoční přání s obálkou

Samozeřejmostí jsou i přání pro další příležitosti, třeba srdečná a narozeninová nebo smuteční kondolence. Oblíbené jsou i aršíky jmenovek k dárkům s nádhernými

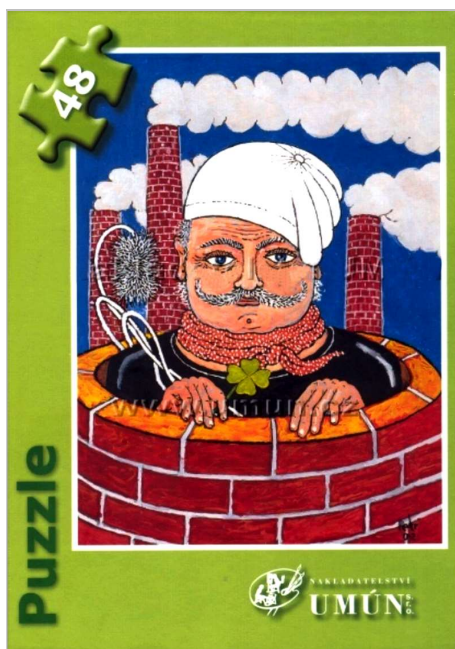
záložkami do knížek. Nebo luxusní balení dopisních papírů i s obálkami, na vyžádání je nakladatelství sestaví podle vašeho výběru.



Jmenovka k dárkům

### Dárky nejen pod stromček

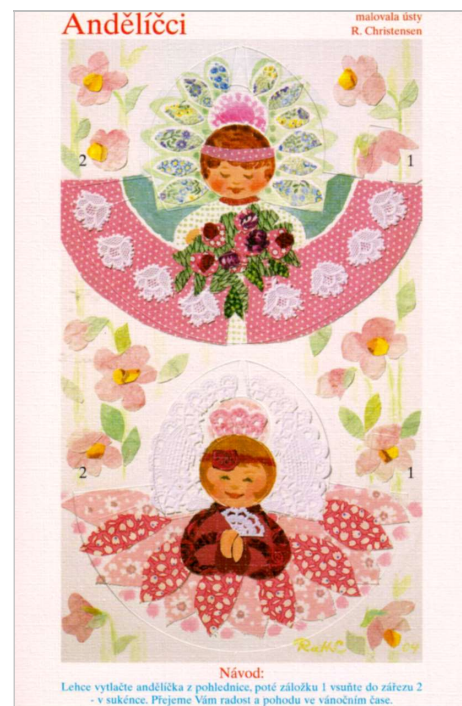
Objednejte dětem adventní kalendáře ve formě puzzle, které namalovali Petr Šrámek nebo Zdena Ježková. Každý den si vyloupnou jeden dílek a na Štědrý den si složí obrázek. Jako krásnou vánoční dekoraci si můžete vybrat skládané figurky andělíčka, které jsou vytištěné na perforovaném papíře. Po vynětí si složíte figurku, kterou můžete umístit na vánoční stůl nebo parapet okna. V kombinaci s vánočním stromčkem, zapálenými vonnými svíčkami a třeba nástěnnou dekorací na vánoční pohledy si užijete vánoční atmosféru, jak má být.



Puzzle

A pod stromčkem mohou vaše ratolesti najít pohádkové omalovánky, které ilustrovali Pavel Hejhal, Jakub Hříbek

nebo Veronika Svatošová. Najdou u nich i cédečko s pohádkami namluvenými Petrem Nárožným.



Figurky andělíčků

A co takhle pestré dětské tričko s motivem koček nebo autíčka Tatra? Líbit se vám budou i nádherně vymalované hrnečky, knížky, krabičky na cukroví, ubrusy a prostírání nebo ubrusky s vánočními motivy od Petra Šrámka. V e-shopu Nakladatelství UMÚN si svůj dárek najde každý.

### Reprodukce se zarámováním

Reprodukce obrazů umělců malujících ústy a nohama prodává nakladatelství s rámečky v přírodní, tmavohnědé nebo mahagonové barvě a v provedení na výšku i na šířku.

Vybrat si můžete obrazy Adriany Příbylové, Lenky Bromkové Kalinové, Petra Šrámka, Pavla Hejhala, Šárky Dvorské, Tomáše Janouška nebo Serge Maudeta či Nancy Rae Litteral.

## Umělci v ČR

UMÚN – Nakladatelství umělců malujících ústy a nohama, Nad Školou 1289, 463 11 Liberec 30, tel. 485 161 712, [umun@umun.cz](mailto:umun@umun.cz), [www.umun.cz](http://www.umun.cz).

# Fotosoutěž VOZKA ZOOM 2018 nemá vítěze

## Výběr ze zaslaných fotografií (Pořadové číslo. Název – Autor)

Odborná porota soutěže VOZKA ZOOM 2018 na základě přihlášených fotografií a pravidel soutěže pro tento rok vítěze nevyhlásila.

Důvodem je malý počet přihlášených fotografií v jediné kategorii *Momenty života* a jejich neschopnost zaujmout porotu. Neznamená to, že některé z nich nestojí za pozornost, ale podle názoru všech členů poroty a jejich nezávislého hodnocení se žádná zpracováním a nápadem ani nepřiblížila vítězům dvou předcházejících ročníků soutěže VOZKA ZOOM.

Děkujeme všem soutěžícím za zaslání fotografie a přejeme hodně úspěchů nejen při fotografování.

Redakce



26. Divadelní představení *Lev a myš 5* – Barbara Kubicová Grabačová



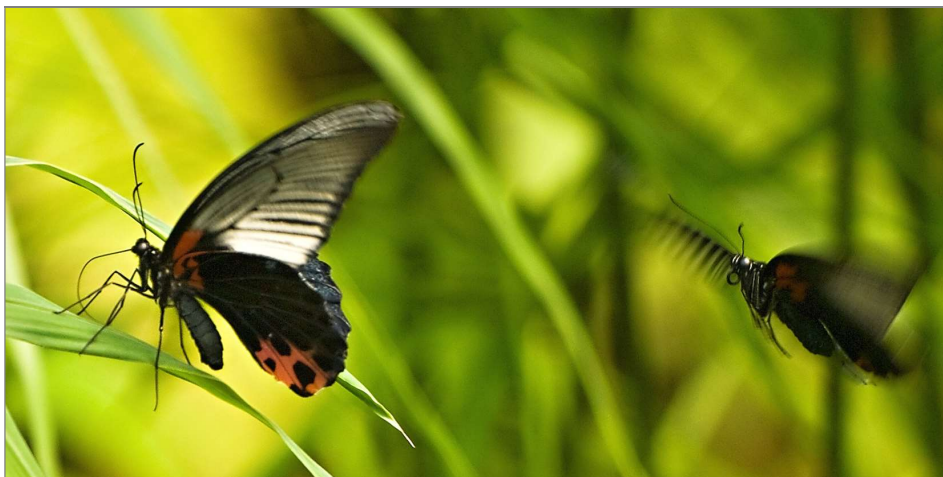
28. *Žer!* – Petr Vojáček



13. *Prsa* – Vítek Poplštejn



17. *Bez názvu 1* – Petr Gruber (ořez)



18. *Bez názvu 2* – Petr Gruber (ořez)

# Poezie z vašeho pera

V tomto čísle si můžete užít poezii Ivana Jergla z Brna. Příjemné vnoření do vnitřních světů tvůrčí mysli...

## Proč bych se neusmíval v pěkný podzimní den

*Sedím na kozlíku  
fiakru bez koní,  
prsty pravé ruky  
dosud pohyblivé  
třímají oprat' kripkary.*

*Nikde žádný shon  
jen puls mi tiká v zápěstí,  
spěchá jak dole lidé  
v náměstí.*

*Nad Brnem  
vznáší se den  
jak modrá vzducholod'  
se zlatým průzorem.*

*Drobný hmyz paprsků  
v měsíci září,  
rozverně řape si  
po mé tváři.*

## Zamilovaný radiátor

*Jsem smutný  
jak rezavějící, bílý radiátor  
ve starém bytě,  
kde malba hynie na úbytě  
a koberec jak pelichavý aligátor  
uvolňuje prošlapané nitě.*

*Tiše prýskám  
reznu v kolenách  
i hleznu.*

*Ale ještě  
i za chladného deště  
hřeju a žhnu,  
když tě vidím, láska moje,  
vklouznout ke mně  
do pokoje.*

## Dělení dávných letokruhů

*Sítar cirkulárky  
rozřízl vysokým svištivým tónem  
mléčnou dráhu mlhy.*

*Muž vložil poleno  
do kovové vidlice  
rozeklané po způsobu  
hadího jazyku,  
stroj uštkl  
ostatky krásné borovice.*

*Ozubené nekonečno  
se zakouslo tak rychle,  
až zuby splynuly v jediný  
mlžný kruh nořící se  
do kmitajícího dřeva.*

*Muž však přitlačil  
a poleno odevzdané podléhalo  
dělení letokruhů.*

*Hlas klesl ze vzrušující výšky  
a ryčně řval  
a vlákna kmene rval.*

*Když struna sitáru prozněla  
na protější tečnu polena,  
zakvílela vítězným zpěvem  
nad zahradami mlčky meditujícími  
v podzimním chvění vodních par.*

*Přidal se sbor štěkajících psů  
z osady a vroucně chválil  
budoucí teplo uhrančivého lesku plamene.*

\* \* \*

## Dvakrát o Měsíci.

## Když si vyjde na špacír

*Měsíc se kutálí oblohou,  
lebka mrštěná Hamletem  
prozárí mlhu těkavou,  
vznáší se bludně nad světem.*

*Země strakatá placka z pizzerie,  
měsíček o hory packá.  
Jó, je to patálie...*

## Luna

*Pamětní mince ze stříbra,  
jediný exemplář vesmírné ražby,  
lakotný pozemšťan nemůže  
vstřít ho do chtivé kapsy.*

## Příběh s předprodejem

### Proč to dělat jednoduše, když to jde složitě...

Michal Pospíšil

Rok v sobě nosím lehký pocit křivdy, protože jsem vloni úplně nepronikl do způsobu systému rezervací vstupenek pro ZTP/P, a tak mi letos 12. 5. unikl koncert A. Bocelliho v pražské O2 aréně. Letos jsem si tudíž řekl o pomoc.

Lístek sice mám, ale spokojený nejsem. Jsem rád, že organizátoři počítají s lidmi s průkazem ZTP/P, ale ty tanečky kolem vnímám jako zbytečnou komplikaci. Lístek je sice levnější, pro doprovod dokonce za korunu, ale nemohu si ho sám hned koupit na prodejním místě jako zdraví lidé.

Nejprve je třeba naskenovat průkazku (skener ani tiskárnu nevlastním) – bez toho lístek nezískám (ochrana osobních údajů jde do kytek). Chci-li na koncert, riskuji zneužití údajů z naskenovaného průkazu. Někdo namítne, že na průkazu ZTP/P je pouze jméno, příjmení a datum narození, ale i tak je GDPR výsměchem. Pak se musí naskenovaný průkaz poslat e-mailem a vstupenku objednat, po potvrzení rezervace s číslem rezervace teprve zajít na prodejní místo (např. infocentrum ve městě) a to do půlnoci téhož dne. Nestihnu-li tento termín, vše musím zopakovat (rezervace je takto nastavena). Na prodejním místě mají do 18 hodin (v Praze možná do 20) a tam ji musím zaplatit a vyzvednout. Jeden velký stres! A kdo je sám a nemá PC nebo nemůže telefonovat, protože je nemluvicí, popř. bydlí mimo prodejní místo, musí zažívat ještě větší stres. Ach jo...

Těším se ale moc a mám radost, že jsem předprodej vstupenky zvládl. Sice nevím, co bude příští týden, ale vstupenku mám na 30. 11. 2019.

[pospmichal@email.cz](mailto:pospmichal@email.cz)



Ilustr. foto



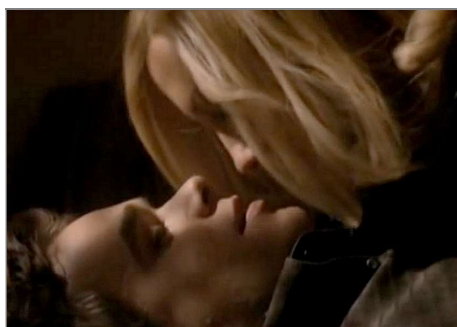
## Něco za něco

(Quid Pro Quo)

Dobrovolně invalidou...

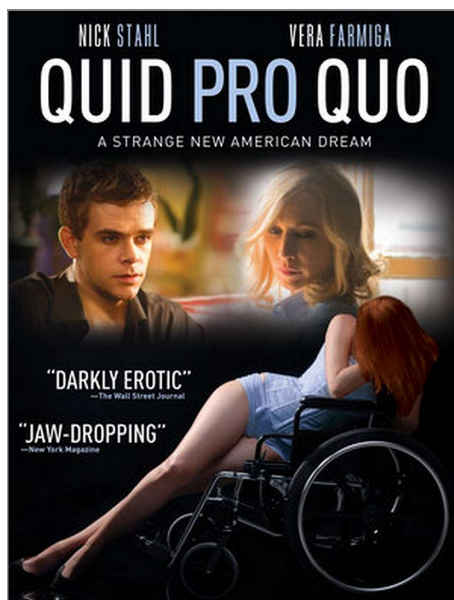
Představte si, že jste úplně zdravý člověk, jehož největším přáním je přijít o nohu nebo se nechat oslepit. Takoví lidé opravdu žijí. Dobrovolně se chtějí stát invalidy a věří, že tak dosáhnou životního štěstí. Vypráví o nich americký film Něco za něco scénáristy a režiséra Carlose Brookse z roku 2008.

Isaacu Knottovi (Nick Stahl) bylo osm let, když se vracel s rodiči domů a do jejich auta nabourala nezletilá dívka. Jeho rodiče zemřeli, on zůstal na ortopedickém vozíku. Téměř 20 let po nehodě Isaac pracuje v newyorském státním rádiu. Jednoho dne jej zaujme zpráva z blízké nemocnice, kterou navštívil muž a chtěl zaplatit tisíce dolarů za amputaci svých končetin. Isaac se snaží přijít celé věci na kloub. Proč by se někdo zdravý chtěl záměrně zmrazčit a připoutat na vozík? Při svém pátrání poznává krásnou Fionu (Vera Farmiga), která mu do celého případu vnese světlo. Fiona se mu svěří se svou touhou ochrnut... .



Film sledujete jakoby z pohledu člověka na ortopedickém vozíku. Mísí se v něm drama s romancí, atmosféra je skvělá, Stahl i Farmiga vynikající.

*(„Kdyby přistáli mimozemšťané a viděli by všechny ty zdravé lidi, no a pak by někde zahlédli ty na vozíčcích, mysleli by si, že jsou to králové a královny, protože mají speciální rampy a nikdy nemusejí vstávat.“)*



Jde o originální, trochu bizarní snímek, vyprávějící o pocitu viny a hledání touženého odpuštění. Pro něj jsou schopni někteří lidé udělat cokoliv. Užívá se pro ně anglické slovo „transabled“, které kombinuje *trans* označující změnu a *disabled*, tedy postižený. Tito lidé touží po amputaci některé končetiny nebo třeba po ochrnutí.

**Něco za něco (Quid Pro Quo), USA, 2008, 82 min.**

Režie: Carlos Brooks, scénář: Carlos Brooks, kamera: Michael McDonough, hudba: Mark Mothersbaugh.

Hrají: Nick Stahl, Vera Farmiga, Ellen Marlow, Dylan Bruno, Phil LaMarr, Joshua Leonard a další.

V roce 2013 svět udivila Chloe Jennings-White, která toužila skončit na ortopedickém vozíku. Žena fantazirovala o tom, že během těžké autonehody utrpěla tak silná zranění, že ochrнула. Chloe jezdí na vozíčku, přestože může bez problémů chodit, a touží po tom, aby jí lékaři poškodili míchu.

Vědci začínají tuto skupinu lidí důkladněji zkoumat. Poslednímu výzkumu provedenému v Kanadě se podrobilo 37 lidí, kteří si přáli své zdravé tělo nějakým způsobem deformovat. Největší část z nich pocházela z Německa a Švýcarska. Objevil se tu i jeden muž, který toužil po amputaci penisu.

Blanka Falcníková

## Odešel Radim Tchorz

S bolestí v srdci oznamujeme všem čtenářům a příznivcům VOZKY, že nás dne 22. června 2018 navždy opustil ve věku 47 let pan Radim Tchorz.

Rodina i celá redakce děkuje všem, kteří mu věnují tichou vzpomínku.

*(Radima Tchorze měli čtenáři VOZKY možnost poznat prostřednictvím jeho veršů, které byly několikrát publikovány v rubrice Poezie z vašeho pera – pozn. red.)*



## Výzva

**Píšete básničky nebo povídky?  
Kreslíte, malujete  
nebo fotografujete?  
Pošlete nám svá umělecká  
díla a my je uveřejníme  
ve vašem VOZKVI.**

Kontakt na redakci:  
Pavel Plohák, tel.: 595 545 083  
(8–16 hod.), mob.: 737 238 933  
sefredaktor@vozka.org

**Realizaci projektu VOZKA  
podporuje  
Ministerstvo zdravotnictví  
České republiky**



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

# Kladrubáci umí sportovat, bavit se a radovat

101. Kladrubské hry nabídly jedinečné sportovní soutěžení,  
které u nás nemá obdoby



*Utkání v basketbalu na vozíku*

Skvělý zápis do historie Rehabilitačního ústavu Kladruby zaznamenaly v květnu už 101. Kladrubské hry. Ty úplně první si vymyslel Vojmír Srdečný v roce 1948. A jen zdravotní důvody zapříčinily, že se bývalý tělocvikář tentokrát jejich zahájení nezúčastnil.

Impulsem ke vzniku her bylo pro zakladatele setkávání s pacienty upoutanými na ortopedickém vozíku. Ti sice rehabilitovali, ale nesportovali. Vojmír Srdečný přinesl s sebou ideu sportování lidí s postižením. Premiérové Kladrubské hry se konaly dokonce o čtvrt roku dříve než obdobná akce v Anglii, kterou zorganizoval pozdější zakladatel paralympijských her Ludwig Guttmann.

Při prvním dnu letošních Kladrubských her se pacienti rozdělili do čtyř týmů – zeleného, žlutého, modrého a červeného. Kapitány týmů se stali fyzioterape-

peuti Rehabilitačního ústavu Kladruby. Čtyřlenný štafetový tým doplnili vozíčkáři.

Sportovní klání přizpůsobené možnostem pacientů začalo ve středu odpoledne po procedurách. Soutěžili v bocci, šip-



*Soutěžení nesoutěžení – všichni jsou kamarádi*

kách, stolních kuželkách, PC hrách, slalomu vozíčkářů, v atletické štafetě a dalších disciplínách.

## Největší sportovní show v bazénu

Jako finále celých her přišlo na řadu týmové klání ve vodě. A netradiční disciplíny nadchly jak samotné soutěžící, tak

obecenstvo. Třeba chůze týmů bazénem hlubokým 130 centimetrů popředu a zpět pozadu byla prostě jedinečná. Družstva se při soutěži spojila tím, že „osedlali žízalu“.

Plaveckou štafetu na 8 × 25 metrů vyšperkovaly nafouknuté balonky připravenými k soutěžícím. Vodní show se zúčastnil také herec Pavel Nový.



Slavnostní vyhodnocení



Ani mrholení nezabránilo hráčům boccii v akci



Bojový pokřik před vodními soutěžemi



Evidence výsledků je mimořádně důležitá

„Vyhrávat je sice hezké, ale mnohem důležitější je zúčastnit se a podpořit společné úsilí týmu,“ uvedla plavecká opora týmu červených.

Poslední den her nechyběla v tělocvičně ústavu ani exhibice reprezentantů Česka v basketbalu vozíčkářů. A pak přišlo na řadu vyhlášení výsledků a předávání cen nejúspěšnějším sportovcům. Večer všem zahrála vlašimská kapela Frantřák a celou akci zakončila ohňová show.



Předávání cen

## Paralympiády by mohly závidět

„Startoval jsem za zelený tým, který jsem se snažil podpořit svými výkony v pétanque, střelbě ze vzduchové pistole, stolních kuželkách a PC hrách,“ uvádí Radek Procházka, skvělý světový boccista a reprezentant České republiky, účastník Paralympijských her v Londýně.

„Celé hry vyhrál tým červených, my jsme skončili druzí, třetí byl žlutý tým a poslední skončil tým modrý. Nádherné bylo i slavnostní vyhlášení, při kterém jsme obdrželi diplomy a medaile. Po celou dobu klání panovala na sportovištích atmosféra pospolitosti a přátelství, která si nezadala ani s atmosférou na paralympijských hrách. Děkuju pořadatelům a kapitánům za uspořádání akce, která patří k největším sportovním událostem pro lidi s postižením v České republice,“ oceňuje skvělou akci Radek Procházka.

Zdroj, foto:  
Rehabilitační ústav Kladruby  
Benešovský deník

(red)



**ČESKÁ  
ASOCIACE  
TĚLESNĚ  
HANDICAPOVANÝCH  
SPORTOVČŮ**

**Č A T H S, z.s.**

ve spolupráci s

**Č F B, z.s.**



Česká asociace tělesně handicapovaných sportovců, z.s. se od roku 2018 věnuje paralympijskému sportu boccia ve spolupráci s Českou federací boccii, z.s., která vznikla 24. ledna 2017 za účelem rozvoje tohoto sportu v ČR, a to z iniciativy sportovců, hráčů boccii. Zároveň je členem Českého paralympijského výboru. Vytváří podmínky k organizaci turnajů boccii v soutěžích týmů, párů a jednotlivců. Je otevřená rozvoji nově vzniklé kategorie BC5 a integrované boccii, hráčům, kteří nemohou být oficiálně klasifikováni.



Tento sport je určen primárně sportovcům s nejtěžším zdravotním postižením, kteří nemají příliš jiných možností se věnovat jiným sportům formou volnočasové aktivity, pravidelně organizovaného sportu nebo dokonce na vrcholné úrovni. Jsme rádi za každého člena, který má společnou vizi.



### Hlavní cíle:

- \* Nabídka kvalitních sportovních aktivit (turnaje s mezinárodní účastí, soustředění, workshopy) vzdělávání, kurzy, networking se zahraničím a špičkami v oboru.
- \* Aktivní členská základna sportovců, trenérů, asistentů, rozhodčích a dobrovolníků.
- \* Zajištění materiálního vybavení sportovcům, moderní dle aktuálních světových trendů.
- \* Fungující marketing a fundraising a zvýšení povědomí o sportu boccia v České republice.
- \* Získání generálního partnera pro turnaje (úhrada pořadatelských nákladů)
- \* Kampaň pojď hrát boccii.

### Co je Boccia ?

Boccia jako sport pochází z Itálie. Je to paralympijský sport pro těžce postižené, může ji hrát i prakticky nehybný člověk s pomocí asistenta a pomůcek. Pro těžce postiženého je to jedinečná možnost, jak začít se sportem, ale i další začleněním se do společnosti. Je to hra podobná hře Petanque s tím rozdílem, že Boccia je sport halový a míčky jsou kožené.



### Nabídka pro partnery:

Zveřejnění na webových stránkách a facebooku.  
Uvedení v propagačních materiálech akcích, propozicích, výsledcích, plakátech. Umístění loga na akci. Inzerce v médiích dle aktuální situace. Předávání cen vyhlášeným.

Použité fotografie jsou z archivu ČFB.

Česká federace boccii, z. s., Olštyňská 733/3, 181 00 Praha 8 – Troja,  
Email: cfbpredseda@gmail.com, Web: www.boccia-sport.cz, č. ú.: 1023188776 / 6100 Equa bank



# Vyzkoušejte PÉTANQUE, hru vhodnou pro seniory i vozíčkáře

Josef Procházka představuje sportovní hru, o které dokonce píše básně

Představte si ten obrázek: rozkvetlý park z jara, parta důchodců u malého ohrazeného hřiště z udusaného písku a jemného šterku, na kterém leží poházené kovové koule, na první pohled jakoby ledabyle. A spousta smíchu, povzbuzování i škodolibé radosti. To je pétanque, hra pocházející z Francie, kde je prakticky národním sportem. I u nás se používá tento originální francouzský výraz, setkat se můžete i s počestným petank.

V našich lužích a hájích zažívá pétanque momentálně boom, a to nejen jako soutěžní sport, ale také jako skvělá zábava pro přátele bez rozdílu pohlaví a věku. A také jako jedinečná příležitost pro osamocené lidi s postižením či na vozíku trávit od jara do podzimu (teď už se pétanque dá hrát i v hale či tělocvičně) volné chvíle venku mezi kamarády, kteří nezkaží žádnou legraci. Abyste mohli hrát pétanque, potřebujete sadu speciálních koulí, kterou pořídíte za pár stovek, nějaký ten pláček (třeba právě v parku) a dřevěný košonek neboli *prasátko*, ale i *Jack*. A samozřejmě kamarády či soupeře, kterým to chcete nandat.

Soutěžní pétanque se samozřejmě hraje na dokonale upravených hřištích s parametry, které jsou dány pravidly závodního pétanque. Kluby v ČR zastřešuje Asociace pétanque klubů (ČAPEK), která patří do České federace koulových sportů. Na stránkách [czechpetanque.cz/kluby](http://czechpetanque.cz/kluby) si můžete najít nejbližší oddíl. Nebo si hru vyzkoušet přímo na nějakém regionálním turnaji a pak se rozhodnout, zda se tomu budete věnovat soutěžně, nebo jen pro radost. Závodně pétanque hraje v ČR 990 licencovaných hráčů v 65 klubech. Jsou zařazeni do žebříčku, na který se můžete podívat na stránkách ČAPEK.

O hře, jejích pravidlech, jednom mezigeneračním turnaji v pétanque a soutěžních úspěších jsme si povídali s jedním z nejúspěšnějších hráčů pétanque na vozíku, členem Sportovního klubu Pétanque Řepy (SKP Řepy) Josefem Procházkou z Prahy 17. Ano, je to našimi čtenáři oblíbený autor humorných povídek a dopisovatel VOZKY, Senior roku 2014 a jeden ze zakladatelů soutěžního pétanque v Praze-Řepích, ale také Klubu seniorů Řepy, který se mimo jiné věnuje i rekreačnímu sportování či turistice.



Posuzování situace na hřišti

Foto: Petr Gruber

## Pravidla

„V pétanque proti sobě vždy hrají dvě družstva o jednom až třech hráčích, můžete tedy hrát už ve dvojici. Důležité je pravidlo šesti koulí. Pokud hrají proti sobě jednotlivci nebo dvojice, má každý hráč ke hře tři koule, pokud družstva po třech hráčích, hraje každý se dvěma

koulemi,“ vysvětluje Pepa. „Koule na pétanque jsou kovové o průměru 7 až 8 centimetrů. Jejich váha nesmí být vyšší jak 800 gramů. Děti do 11 let hrají s koulemi o průměru 6 centimetrů a váze 600 gramů. Hráči se před zápasem vzájemně představí a popřejí si pěknou hru. Losuje se, kdo začíná. Hráč pak vybere startovní místo a na zem položí, nebo nakreslí ▶



Pepa Procházka v akci

Foto: Petr Gruber



*Kdo je blíže košonku?*

*Foto: Petr Gruber*

odhodový kruh, ze kterého zahájí hru hozením košonku do vzdálenosti 6–10 metrů. Potom už následuje hod první kouli co nejbližší košonku. Soupeř se samozřejmě snaží o totéž. Může vyrazit z místa i soupeřovu kouli nebo košonek. Pokračuje družstvo, které má koule dále od košonku. A to až do té chvíle, než dostane svoji kouli na menší vzdálenost od košonku než soupeř, nebo spotřebuje všechny svoje koule. Pak házejí zbývající koule hráči soupeře.“

A jak se vlastně počítají body?

„Vítězné družstvo získá jeden bod za každou kouli, která je blíže košonku než první nejbližší koule soupeře. Další hra začíná z opačné strany hřiště. Družstvo, které jako první nasbírá 13 bodů, se stává vítězem. Může se hrát také do 7, 9 nebo třeba i do 11 bodů. To určí pořadatel, ale mohou se na tom dohodnout

i hráči při tréninku. Kdo by si chtěl přečíst podrobná pravidla, která nedávno doznala určitých změn, najde je na stránkách ČAPEK,“ vysvětluje Pepa Procházka.

Na stránkách ČAPEK najdete i seznam všech certifikovaných výrobců a typů koulí pro hru na mezinárodní úrovni nebo odkaz na spolehlivého prodejce potřeb pro pétanque TRADING CZECH TOUR, který dováží výrobky renomované francouzské společnosti OBUT.

### **Pétanque je skvělá zábava aneb Mezigenerační zábavné odpoledne v Řepích**

Česká asociace pečovatelské služby uspořádala v letošním posledním květnovém dnu mezigenerační zábavné soutěžní odpoledne *Přijďte s námi oslavit den dětí*. Návštěvníky čekal bohatý program, živá

hudba, občerstvení a samozřejmě vstup zdarma.

„Klub seniorů Řepy a SK Pétanque Řepy s radostí přijaly pozvání ke spolupráci na této akci, a to konkrétně uspořádat mezigenerační turnaj v pétanque. Oba kluby věnovaly přípravě náležitou pozornost, aby turnaj v pétanque na hřišti v Bendovce zvládly děti, dospěláci, senioři a vůbec všichni zúčastnění,“ řekla za řepský klub seniorů Ing. Mária Szitányiová. Na hřišti byly připravené ateliéry, pétanquové koule a děti, které chtěly soutěžit a vyhrávat. Jaroslav, Kubík, Milan, Sára, Izabela, Matyas, Tereza, Vojta a Valentýna vytvořili skvělé družstvo. Nacvičili si přibližování ke košonku, střelbu, hod přes hrazdu a nejvíce oblíbený hod do pneumatiky. Každý z nich se do pneumatiky trefil a obecenstvo ocenilo jejich výkony potleskem a skandováním.

„Děti si zahrály i opravdický zápas a pravidla pétanque jsme je přitom učili my, zkušení hráči Klubu seniorů Řepy,“ vzpomíná Pepa Procházka. Radost dětem sršela z očíček při vyhlásování výsledků. Vítězi se stali totiž všichni, takže

## **SENIORSKÁ ZÁBAVA**

*Je to pro mě otázka,  
co tam dělá Procházka?  
Vidím, nebo zdá se mi?  
Hází něco po zemi?*

*Hody koulí pro pány,  
radost také pro dámy,  
hraní pro ženy  
třemi koulemi?*

*Jásá, plesá, nadává,  
vyhrává i prohrává.  
Je to pěkné hraní  
pro muže i paní.*

*Jako na jarmarku  
poučuje paní Jarku.  
Hodí kouli Bohu  
směrem na oblohu.*

*Jako vejcem do mouky  
házi pěkné oblouky  
k malinkaté kuličce,  
jako v české uličce.*

*U naší hospody  
hrajeme o body  
velkou pražskou ligu.  
Soutěž nemá chybu*

*Hrajeme i pro radost,  
a když toho máme dost,  
přeskočíme čtyři schůdky  
a mažeme do hospůdky.*

Josef Procházka



*Děti brali hru vážně jako dospělí*

*Foto: Petr Gruber*



Soustředěnost na hru

Foto: Petr Gruber

## NÁŠ TURNAJ

*Smutek máme v duši,  
na turnaj nám přší.  
Ty máš, Bože, manýry,  
promočils nám papíry.*

*Není žádná legrace,  
jezdít v blátě po place.  
Říkám to, co Kmoch:  
„Mokrý jsem jak doch“.*

*Turnaj pořád jede,  
tělo mě už zebe,  
je mi velká zima,  
leze na mě rýma.*

*Jitka drží pěsti,  
to jsou, Míro, zvěsti.  
Přší na nás štěstí,  
jsme už mezi šesti.*

*Čekali jsme trapas,  
vyhráli jsme zápas.  
Bedna už je jistá,  
máme tam dvě místa.*

*Neskutečná byla hra.  
Podíl máme oba dva.  
Výsledek byl devět dva,  
neskutečná byla hra.*

*Vy, kdo máte velkou sílu,  
není lehké zdolat Míru.  
Občas hraje taky s Pepou  
o svou radost velkolepou.*

*Když k nám zase přijedete,  
petanku si užijete.  
Pozvání je od Pepy  
pro Prahu a pro Řepy.*

Josef Procházka

obdrželi medaile, diplomy, míčky, hopíky a karamelová lízátká. Slova poděkování od děti přímo do mikrofonu byly krásnou tečkou za 1. ročníkem mezigeneračního turnaje v pétanque v Řepích.

### Vozíčkář přeborníkem Prahy 6 a 13

Na konci června uspořádal SK Pétanque Řepy a Klub seniorů Řepy už 3. ročník Přeboru Prahy 6 v pétanque dvojic seniorek a seniorů. Letos poprvé i jako první ročník Přeboru Prahy 17 – Řepy v pétanque dvojic seniorek a seniorů o poháry paní starostky Mgr. Jitky Synkové pro tři nejlepší dvojice.

„O způsobu hraní a základních pravidlech jsem hráče informoval já, takže jsem musel být soustředěný na dvou frontách – aby turnaj probíhal plynule a aby neutrpěla má hráčská čest,“ směje se Pepa Procházka.

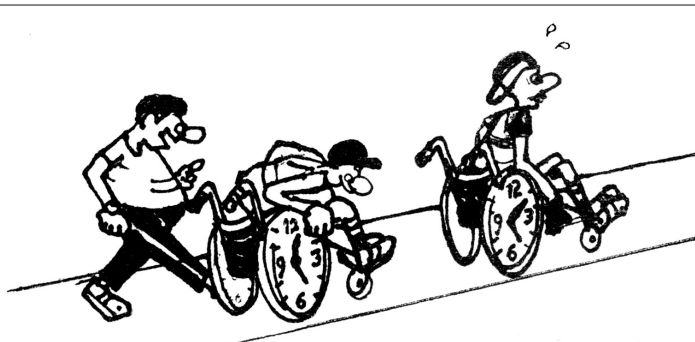
Turnaj se tradičně konal na velkém hřišti softbalového týmu Storm Řepy v areálu ZŠ Jana Wericha a odehrál se i díky finanční podpoře z Prahy 6. Starto-

valo rekordních 28 dvoučlenných týmů ze všech koutů stověžaté matičky Prahy a blízkého Mratína. Polovina hráčů byla z Řep a druhá z MČ Prahy 1, 4, 6, 8, 10 a 13. Loni startovalo jen 16 dvojic.

„Turnaj byl velmi vyrovnaný, a proto jsme se dočkali mnoha překvapivých výsledků. Letos nám nepřálo počasí a většinu turnaje středně přšelo. Proto se odehrála jen dvě kola. O pořadí rozhodovaly plusové body. Nakonec jsme s Mirkem Ptáčkem slavili vítězství a titul přeborníků Prahy 6 i Prahy 17,“ chlubí se Pepa. Nejstarší hráčkou byla paní Hanka Forejtarová, členka KSŘ i SKP Řepy. Nejstarším hráčem turnaje se stal pan Jaroslav Satranský z SKP Řepy, kterému je 83 let.

„Věk tedy žádnou roli při pétanque nehraje. A ani to, že chodíte o berlích nebo jste na vozíku. Pokud jste schopní hodit kovovou koulí, můžete hrát,“ říká Pepa Procházka. „Vždyť třeba já jsem na MČR klubů v pétanque v utkání SKP ŘEPY – PC OSIKA PLZEŇ jako první vozíčkář vyhrál zápas jednotlivců ve věku 72 let!“

(pp)



Když už sis pořídil ty nové hodinky, tak si aspoň seříd' přesný čas, abys byl na startu vždycky včas, chlape!

Milan Linhart

## Autoškola pro osoby s postižením zajišťuje čtrnáctidenní kurzy s ubytováním a stravou

### Pavel Peme: Nabízíme vše na jednom místě – autoškolu, ubytování, díky skvělému partnerovi úpravu vozidla na míru i kondiční jízdy



Účastníci jednoho z kurzů v letošním roce

**Maminka Forresta Gumpa řikala: „Život je jako bonboniéra, nikdy nevíš, co ochutnáš“. My jsme také nevěděli, co máme čekat v autoškolě pro lidi s postižením, zvlášť když všechno byla docela slušná rychlovka. V neděli večer nás rozhovor napadl, v pondělí před polednem jsme se objednali a za čtyři hodiny jsme stáli před sídlem autoškoly Peme v Přelouči, které sousedí z rodovým domkem populárního herce Františka Filipovského.**

Pan majitel si na nás udělal čas a „vmáčkli“ nás mezi jízdy a výuku. Má nabitý program. Vnímáme tady pohodovou atmosféru, asi jako na nějakém prázdninovém kurzu, všichni se usmívají. A když jsme potom při odchodu zahlédli paní Pemlovou – jednatelku firmy Pavel Peme autoškola ZTP/P, s.r.o., – v kuchyni při přípravě večere pro žáky, bylo nám jasné, že se tady jedná o jedinečnou záležitost. Jejich autoškola se totiž vyznačuje nejen tím, že nabízí speciální kurzy pro tělesně postižené a umožňuje získání řidičského průkazu i lidem, kterým jejich handicap neumožňuje projít běžným kurzem, ale rovněž poskytuje bezbariérové ubytování s plnou penzí. Navíc už v průběhu kurzu může zajistit instalaci ručního ovládání MERO do vlastního vozu klienta, kterou provádí partner autoškoly, firma HURT s.r.o., specialista na úpravy vozidel pro invalidy.

Pavel Peme toho má na starost opravdu hodně. Když postupně rozkrývá, co pro-

voz speciální autoškoly vyžaduje, náš obdiv a respekt k němu jen roste.

- **Jak vlastně vznikla autoškola pro lidi s postižením? Fungovali jste jako klasická autoškola a výuku tělesně postižených jste přibrali kvůli zájmu klientů?**

Od roku 1989 fungujeme jako autoškola pro veřejnost. Později jsme přidali výuku tělesně postižených, protože nic takového na trhu nebylo a kromě nás dodnes není. Jsme privátní autoškola a lidé s tělesným postižením se u nás učí ve čtrnáctidenních kurzech, které jsou zakončené zkouškou.

- **Je pro zřízení autoškoly pro osoby s tělesným postižením potřebné nějaké zvláštní povolení nebo výjimka? Jak velká je poptávka klientů po vašich službách?**

Licence udělená pro provoz autoškoly se vztahuje i na handicap. Zájem je velký a popravdě řečeno nestíháme, přestože kurzy pořádáme od března do listopadu. Přes zimu ne. Uchazečů je hodně a v současné době už máme naplněný kurz na březen 2019. V každém kurzu pro handicapované je maximálně deset lidí.

- **Existuje nějaká hranice nebo předpis, který stanoví, že míra postižení je už tak velká, že by to bylo pro silniční provoz nebezpečné?**

Ano. Je na to vyhláška, která určuje tzv. harmonizační kódy, které se zapisují

do řidičských průkazů. Praktický lékař po konzultaci s neurologem, psychologem a s námi rozhodne, zda se do potřebných bodů klient vejde, či ne. Pokud je jeho postižení tak velké, že by kód nenaplnil, pak je vyloučeno, aby do autoškoly nastoupil.

Ale stávalo se i to, že zájemce k nám do autoškoly nastoupil, a my během týdne zjistili, že to nezvládá. Museli jsme ho tedy poslat domů bez řidičského průkazu, což bylo sice nepříjemné, ale nedalo se nic jiného dělat. Proto jsem zavedl podmínku, že než uchazeč nastoupí do našeho kurzu, musí přijet, abychom si ho mohli vyzkoušet na trenážeru. Až pak přijde na řadu praktický lékař se svým stanoviskem.

- **Ve vaší autoškolě získal řidičský průkaz i Jakub Tomeš z České Třebové, který řídí nohama. Zajímala by nás vaše první reakce, když sem přijel a požádal o přihlášku do kurzu...**

Jakub Tomeš byl vůbec náš první uchazeč. A také obrovská výzva. Od narození nemá ruce, ale nohama si dokáže zapnout i knoflík u límce košile. Přiznám se, že když jsem ho uviděl, spíše jsem nebyl přijetí do kurzu nakloněný. Ale jeho odhodlanost a přesvědčení, že kurz zvládne, mě nakonec přesvědčily. Nechal jsem upravit vozidlo na ruční řízení u firmy HURT s.r.o., která se tak stala našim partnerem. Jakub nastoupil do kurzu a skutečně to za těch 14 dní zvládnul. Dneska se na nás jezdí občas podívat,

přičemž už má najeto přes 80 tisíc km bez nehody. Často k nám vozí i zkušební komisaře a lidi, které to zajímá. Všichni říkají, že se s ním v autě cítí bezpečně.

● **Pro klienty zajišťujete i ubytování a stravování. Znamená to tedy, že jde o tak intenzivní kurz, že se učí od rána do večera?**

Ano. Kurz je čtrnáctidenní, protože zákon 247 o autoškolství stanovuje, že žák musí odjet 28 vyučovacích hodin, a to maximálně dvě hodiny denně. z čehož plyne délka pobytu u nás. Začínáme ráno v osm hodin a končíme večer okolo osmnácté. Jako majitel autoškoly bych raději doporučoval intenzivní kurz měsíční, ale tady musím trochu pohanit stát, protože na něj nepřispívá ani koruna. Žáci si pobyt hradí sami. Cena celého kurzu je 29 tisíc Kč, což obsahuje kurzovné (17 tisíc), ubytování a plnou penzi. Už takhle dají ty peníze těžko dohromady a spočítejte si, kolik by to stálo, kdyby tady měli být měsíc. Já bych to sice jako provozovatel velmi kvitoval, ale 60 tisíc korun by asi zaplatil málokdo.

● **Ani zdravotní pojišťovny nic nehradí?**

Je to tak. Jde o nadstandardní službu. Jediný, kdo žadatelům o řidičský průkaz může v tomto směru pomoci, jsou nadace. Celá legislativa v oblasti motorismu lidí se zdravotním postižením je špatně nastavená. Od státu mají nárok na 200 tisíc Kč na pořízení auta, hrazené ruční řízení a nakládací plošiny, což jsou statistické částky (s desetiprocentní spoluúčastí). Ale na řidičský průkaz jim nikdo nepřidá. Je to dost nelogické, protože aby mohli o uvedenou podporu žádat, musí se prokázat platným řidičským průkazem.

● **To se od roku 1989 nic nezměnilo?**

Za totality se vozičkáři zavírali do útavů a na ulici jsme je neviděli. Dnes

zaplatí pánbůh chodí mezi nás a chtějí se vrátit do života, ale bohužel nikoho to nezajímá. Podněty ke změně lidé odpovědným orgánům posílali, ale bohužel bez úspěchu. Dám jeden příklad. Dělal jsem úpravu vozidla pro Dášu Maškovou, která je vysoká 80 cm. Celkem to vyšlo na 300 tisíc Kč. Stát to s její desetiprocentní účastí zaplatí, ale řidičský průkaz už ne. Proto děláme kurzy jako čtrnáctidenní, aby nemuseli za řidičák platit tak moc.

● **Vaše autoškola je jediná svého druhu u nás. Lákavá možnost k podnikání to tedy není?**

Ono tohle není úplně o byznysu, je to víc o srdci. Já mám upravených sedm vozidel a průměrná úprava stojí 170 tisíc Kč. Takže mi lítá milion jen v úpravě vozidel. Bezbariérové ubytování, které je kolaudováno EU a má poněkud specifické parametry, stojí hodně peněz. Třeba záchod, který si doma uděláte za 10 tisíc, nás vyšel na 60 tisíc Kč. Kdyby to mělo být o podnikání, kurz by stál nějakých 42 tisíc. My jsme ale velká firma, takže to ustojíme. Konkurence by tedy musela ze začátku hodně investovat. Kromě toho ale musíte mít za partnera takovou firmu, jako je HURT s.r.o. která vám jde na ruku, protože každé postižení je jiné a úprava vozidla specifická. My si proto zveme uchazeče dopředu, abychom viděli, jakou úpravu budou potřebovat. Potom není problém ji zabezpečit. Třeba už teď víme, že za tři měsíce k nám přijde slečna, která nemá ruce a bude řídit nohama. Takže jsme si ji předem pozvali, abychom mohli naplánovat úpravu vozidla, protože ta je zcela zásadní. Za čtvrt roku přijde na kurz a bude mít auto přímo na míru.

● **Má instruktor nějaké speciální školení, aby byl empatický a trpělivý**

**k žákovi za volantem a nechtěl po něm něco, co by nemohl zvládnout?**

Já sám mám pedagogické minimum a na výuku speciální učební plán. Vedoucí našeho kurzu má magisterské vzdělání v oboru psychologie a podobné lidi mám v celém týmu. Je nás celkem šest, co jsme proškolení na osoby s postižením. Během kurzu máme porady každý třetí den, kde hodnotíme jednotlivé uchazeče, zda to zvládají jak po odborné, tak po psychické stránce. Není to lehká práce, ale je svým způsobem krásná.

● **Máte ve výuce nějaké speciální hodiny, kdy se řidič-vozičkář učí dostat se do auta, složit vozík atd.? Musí v kurzu zvládnout vše, co člověk tzv. zdravý?**

Závěrečná zkouška je stanovená zákonem, takže vozičkář musí splnit to, co zdravý člověk. Musí komisaři ukázat, že umí nastoupit a vystoupit z auta, umí si seřadit sedačku a uklidit vozík. Ale je na nás, abychom měli vozidla upravená tak, aby žák mohl jít k závěrečné zkoušce a prospět.

● **A co technická příprava vozidla, to už se dnes neučí?**

Ne, ta byla zaplatí pánbůh zrušena. Je pouze tzv. kontrola před výjezdem, což zjednodušeně znamená – „stírače stírají, světla svítí, ostříkovače ostříkují“. Také musí (teoreticky) umět vyměnit kolo a vyjmenovat povinnou výbavu. Zdravotní příprava se objeví jen v závěrečném testu. A co se týká samotné zkoušky, i postižený žák musí naplnit legislativu a zákon 247 stanoví, jaké parametry musí u zkoušky splnit. Měl by samozřejmě předvést i bezpečnou a plynulou jízdu.

● **Měl jste u sebe i klienta, který byl zdravý řidič, pak utrpěl úraz a musel se „rekvalifikovat“ na automobil s ručním ovládním?**

Děkuji za tuto otázku. Čekal jsem, jestli se na to zeptáte, protože tohle je věc, kterou spousta vozičkářů neví. Podle statistiky přibývá 300 lidí na vozíku ročně. S rehabilitačním střediskem v Kladru-  
bech máme podepsanou smlouvu a jezdíme tam právě na tyto rekvalifikace. Co to znamená? Zdravý člověk získá řidičák, pak skočí do vody a zlomí si páteř. Když se z toho jakžtakž dostane a je schopen řízení, na ten stávající průkaz jezdit nemůže. Je tzv. zdravotně nezpůsobilý k řízení motorových vozidel. My za takovým klientem do rehabilitačního zařízení přijedeme, on si odjezdí pět až deset hodin, podle toho, kolik potřebuje a odzkouší si ruční řízení. Pokud to vše zvládne, dostane od nás kód, který donese ke svému praktickému lékaři. Ten mu vystaví potvrzení, že je schopen řízení se zdravotní podmínkou. Postiženému se to запиše do průkazu. Pokud uběhnou tři roky a dotýčný kód nezíská, musí u nás absolvovat ▶



Kurz účastníků se zdravotním handicapem v srpnu letošního roku

celý kurz. Tyto informace spoustu lidí s tělesným postižením nezná.

● **Jak takový „výjezdní kurz“ probíhá?**

Jednou za šest týdnů jezdíme do Kladru, také jezdíme do Košumberku a do Ostravy. Uděláme hodinovou prezentaci na učebně, kde je seznámíme s tím, proč tam jsme. A taky s ručním řízením. Kolegové s nimi odjezdí jízdy a po konzultaci se mnou jim napíšeme kódy. Klienti si zajdou k praktickému lékaři pro potvrzení, magistrát jim to zapíše do průkazů a oni mohou okamžitě řídit.

● **Využíváte své žáky také pro určitou osvětu v případě, že některý z nich po havárii ochrnl, aby se s ostatními podělil o svůj příběh?**

Do jisté míry ano. Jde to třeba díky facebooku. Ale jinak se mi za celou tu dobu nepodařilo dát s médii nějakou cílenou osvětu pro vozíčkáře dohromady.

● **Měli jste tu i nějaké mediálně známé klienty? Přístupujete k nim nějak „jinak“?**

Pro mě je klient jako klient. Potřebuje naši službu a my mu ji poskytneme. Byl tu třeba pan Potměšil, pan Jančařík absolvoval kondiční jízdy nebo pan Krytinář si rozšiřoval řidičský průkaz na karavany.



Účastník kurzu se naučí také iak sám naložit a vložít svůj vozík

● **Jak se vám daří všechnu vaši činnost zkoordinovat?**

Ale já to nedělám sám, mám na to celý kolektiv lidí, kteří tady tráví spoustu času. Jsme skvělá parta lidí, kterou tato práce baví. Kromě autoškoly děláme ještě dopravu, likvidaci odpadních vod nebo také senior taxi.

Foto: archiv Pavla Pemla  
Eva Csölleová a Vítek Formánek

**Kontakt:** Autoškola Pempl Pavel, s.r.o.,  
Pražská 12, 535 01 Přelouč, tel.: 466  
953 333, 602 368 877, 774 229 345, 775  
368 888, e-mail: autoskola@pempl.cz,  
www.pempl.cz.

## Jakub Tomeš: Na řízení auta se mi líbí samostatnost a zodpovědnost

Jakub Tomeš se narodil v roce 1991 bez rukou, na pravé straně má jen pahýl se dvěma prsty. V České Třebové ho na základní školu jako bezrukého nechtěli. Proto uvítal, když mu vyšli vstříc v nedaleké vsi Rybník, a přestože tam byla jen malotřídka, mohl bez problémů chodit mezi normální děti. Nedávno si udělal řidičák v autoškolě Pavla Pemla, takže řídí auto nohama.

Jakub si ve škole nejvíce cenil výborné třídní učitelky Olgy Mirvaldové. Od páté třídy se s celou třídou přesunul do školy v České Třebové. Po ukončení základní docházky odešel na dva roky do Prahy, kde studoval střední obchodní školu. Ve studiu chtěl pokračovat dál, chvilku koketoval s právem, ale pak se rozhodl pro čtyřletou stavební školu ve Vysokém Mýtě. Absolvoval první ročník, ale pak studium ukončil. Do školy musel dojíždět něco okolo 30 km, a proto oslovil Pavla Pemla, aby si v jeho autoškolě pro lidi s tělesným postižením udělal řidičák.

Jakub má čtyři sourozence a všichni už dnes žijí samostatně. On bydlí nedaleko Ústí nad Orlicí, kde mu dělá společ-



Jakub Tomeš má najeto přes 80 tisíc kilometrů bez nehody

Foto Jaroslav Krčál

nost asistenční pes Darinka. Jakuba vždycy zajímal sport, a proto se kromě fotbalu ještě věnoval curlingu a závodně i plavání. Jako reprezentant České republiky získal několik medailí z mezinárodních závodů a dotáhl to až na mistrovství Evropy.

Je šikovný a absolutně soběstačný, momentálně bez práce.

● **Když jste chodil do školy v Rybníku a učil se psát, zkoušel jste to nejdříve ústy nebo rovnou nohama?**

Já jsem všechno dělal od malička nohama, takže jsem o psaní ústy ani nepřemýšlel. Bylo to prostě přirozené.

• **A co spolužáci? Nedělali si z vás leg-raci?**

Zpočátku ano, ale pak si na to postupně zvykli.

• **Člověk používá při komunikaci, při běhu nebo chůzi ruce. Jaký to je pro vás pocit, když je nemáte?**

Pro mě je to životní fakt a realita, takže o tom moc neuvažuju. Beru to, jak to je. Nepříjemné to bylo třeba při tělocviku nebo fotbale, kdy jsem utřil pár šrámů. Jednu chvíli jsem nosil protézu pravé ruky, ale zjistil jsem, že mě víc omezuje, než pomáhá. Žiju tedy bez ní a po dalších možnostech nepátrám.

• **Co říkali rodiče na to, že jste se rozhodl pořídít si řidičák v autoškole pana Pemla? I on samotný byl vaší žádostí poněkud zaskočen...**

Chtěl jsem řídit auto i bez toho, že to pro mě v té době byla praktická nutnost. Když bych měl cestovat každý den do školy a zpátky autobusem nebo vlakem, bylo by to pro mě velice náročné a vyčerpávající. A rodiče? Ti mě v mém rozhodnutí podporovali. Na řízení se mi už tehdy nejvíce líbilo to, že člověk při něm musí spoléhat na vlastní schopnosti, musí samostatně myslet a jednat a má zcela konkrétní míru zodpovědnosti za sebe i další účastníky silničního provozu.

• **Jak řízení auta nohama vůbec probíhá? Určitě musí mít nějaké speciální úpravy... A navíc ten posez s nohama na volantu, nemáte potíže s křečemi v břiše nebo s dýcháním?**

Auto je vybavené automatickou převodovkou. Místo pedálů má uzpůsobené páky na nožní ovládání a směr jízdy určuju levou nohou pomocí koule, kterou mám upevněnou na volantu. Druhou no-

hou ovládám páčku plynu a brzdy. Řídím naboso, v zimě nosím tenké ponožky, abych měl cit. Pásy si zapínám nohou a pomáhám si při tom pravým pahýlem a zuby. Žádné problémy s dýcháním nebo křečemi nemám. Jak říkám, od malička jsem zvyklý všechno dělat nohama. Takže ani nemusím dělat žádná posilovací či strečinková cvičení, abych si v nich zachoval cit či pružnost.

• **Jak probíhala vaše výuka v autoškole?**

Myslím, že autoškola je obtížná pro každého, ať je zdravý nebo postižený. Ale přistupoval jsem k tomu zodpovědně a po pár hodinách na cvičišti jsem přesvědčil i pana Pemla, že to se mnou může zkusit v běžném provozu. Když mi bezpečnostní komisař vydával řidičák, musel vědět, že nebezpečný ostatním řidičům nejsem. Dnes už jsem dost vyježděný, takže nemám pocit, že by mě při řízení cokoli stresovalo nebo že bych se měl obávat nějaké složité dopravní situace. Tankuju si sám. Když mám spolujezdku, někdy jej požádám, zda by to neudělal sám, ale to se stává velmi zřídka.

• **A co ostatní řidiči, podivují se, když vás vidí řídit? Nebo policisté při dopravní kontrole?**

Já se věnuji řízení, takže ostatní řidiče nesleduju, i když samozřejmě vnímám nějaký zájem nebo zvýšenou pozornost. Zatím jsem žádný incident neměl, policijní hlídka mě několikrát stavěla a vždycky to proběhlo bez problémů.

• **Když jste předváděl novinářům a televizi jízdu nohama, nedostal jste třeba nabídku na nějakou marketingovou akci?**

Tehdy se o mně dozvěděla média, oslovila mě a celou akci zorganizovala. Nebyl to tedy můj nápad, abych se zviditelnil. Z toho vyplývá i odpověď na druhou část otázky: sám o podobné věci

neusiluju a ani mě nikdo tímto způsobem neoslovil.

• **V cizině je poměrně běžné, že lidé s postižením, kteří něco dokázali, se žijí třeba jako motivační řečníci...**

Ani tahle životní cesta mě neláká.

• **Vy také rád malujete...**

Už na základní škole se mi líbila výtvarná výchova. Postupně jsem se docela dobře naučil malovat nohama. Hodně se mi líbí krajinky.

• **Máte asistenčního psa Darinku. V čem vám nejvíc pomáhá a cvičíte ji dál v nových dovednostech?**

Mám ji dlouho. Letos jí bylo už 14 let, tak už ji nechávám, aby měla ve svém stáří klid. A případného nového psa po jejím odchodu neřeším.

*Eva Csölleová a Vítek Formánek*



Jakub Tomeš dělá všechno od malička nohama.

Foto: DENÍK – Luboš Janiček



Jakub Tomeš

Foto: Jaroslav Krčál a archiv rodiny

## Expedice Přes Bar? Nezapomenutelný týden, co stojí za zopakování



Týden plný zážitků a překonávání vlastních limitů si užilo jedenáct cestovatelů s postižením, kteří vyrazili se studenty katedry Aplikovaných pohybových aktivit Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého do rakouských Alp na Expedici Přes Bar. V okolí měst Zell am See a Hallstatt absolvovali pěší i cyklistické výlety, sjíždění horských řek i zdolávání ferrat.

V jedenáctce handicapovaných hostů expedice, jež nesla motto „Kde ostatní končí, my začínáme“, přitom byli účastníci s různým druhem postižení. Do alpské krajiny za zážitky a zkušenostmi, které by jim možná jinak zůstaly zapovězeny, se vydali neslyšící, vozičkáři nebo osoby se zrakovým či mentálním postižením.

Jedním z účastníků byl Lukáš Polčák, který se narodil bez části pravé horní a dolní končetiny. Rád by si prý expedici zopakoval.

„Nezapomenu na nádhernou přírodu, hory, jezera, kolem nichž jsme projížděli na kole, taky na sjíždění řeky na raftu, ale především nezapomenu na první zážitek na ferratách, který jsem na expedici měl. Právě na ferratách jsem měl na pár vteřin

pocit, že se asi už nepohnu z místa a zůstanu na té skále trčet, než doletí vrtulník,“ vzpomněl na moment, kdy překonával sám sebe.

### Psychické bariéry

„Největší bariéry byly tam, kde jsem se necítila psychicky dobře, když jsem se nemohla naplno zapojit nebo když jsem se cítila někomu na obtíž. Například když jsem cítila, že jeden den potřebuju zvolnit a jet na vyhlídku lanovkou, zatímco ostatní chtěli pěšky, bylo nepříjemné stát si za tím a čekat, kdo se ‚obětuje‘ a pojedje se mnou. Naštěstí se taková dobrá duše rychle našla a nakonec to byl vážně krásný den,“ nechala nahlédnout do svých pocitů další z účastníků, částečně ochrnutá Alžběta Vlková.

Za největší přínos expedice považuje to, že se musela naučit si říkat o pomoc a mohla si vyzkoušet nové věci, jako je například handbike nebo lezení na skalách.

„Pročistila jsem si hlavu. A také jsem zjistila, že jsem absolutně zapomněla, co to je stanování, a že bych byla neschopná přežít sama v přírodě delší čas. Teď jsem ochotná to dále zkoušet. Od expedice

jsm už spala dokonce pod širákem a to je vážně něco, když uvážím, jak jsem se bála týdne ve stanu,“ dodala Alžběta.

Práce studentů, kteří expedici připravovali, hostům celý týden asistovali a získávali tak praktické zkušenosti pro své budoucí povolání, si oba váží. Lukáš by jim ve škole udělil jedničku s hvězdičkou.

### Intenzivní týden

„Myslím, že se všechno zvládlo podle plánu. Určitě jsme udělali dobře, že jsme pro naše aktivity, oproti našim loňským kolegům, zvolili jen dvě místa. Jednak jsme neměli tolik stresu s přemísťováním a jednak jsme více využili možností v okolí našich kempů. A obzvláště si pochvaluju skvělé počasí. První dny nám sice přšelo, ale postupně se vyčáslilo a poslední den jsme už u jezera trávilí hezky na sluníčku. Přineslo to vynikající uvolnění a pohodu,“ hodnotil jeden z organizátorů Robert Mazouch.

Během expedice asistoval vozičkáři Eustachu Janouškovi. A i když prý nastaly nějaké krizové situace vyvolané především únavou, společně si rozuměli a dobře fungovali.



„Nebyla to dovolená, ale ani škola. Hodně mi expedice dala po stránce organizační, i co se týče zkušeností s outdorem. Za celou dobu studia jsem nezažil nic tak intenzivního, ale rád jsem vystoupil ze své komfortní zóny. Nejsilnější moment pro mě určitě bylo, když jsme s Eťou lezli ferraty. Sice potřeboval velkou pomoc, ale dali jsme do toho maximum. Ten jeho zážitek, jak leze na skále, to se prostě nedá popsat,“ prozradil Robert.

Návratem z Rakouska nicméně expedice neskončila. Na sociálních sítích už můžete vidět některé fotografie a videa z cesty, chystá se výstava nebo třeba prezentace na říjnové Noci vědců. A také je třeba cestu ještě zúčtovat, taková akce vyjde na sta tisíce.

Část nákladů si hradili účastníci expedice sami. Studentům se podařilo získat dotace od města Olomouce a Olomouckého kraje, které pokryly náklady na ubytování. Expedici také podpořily firmy Hamé a Nutrend, významným partnerem byl i prodejce sportovního vybavení Decathlon, když účastníkům věnoval mikiny a společně uspořádali před olomouckou prodejnu benefiční sportovní akci pro veřejnost na podporu expedice.

*Martin Višňa*

*Foto: Expedice Přes Bar*

## Expedice Přes Bar



# Bezva víkend na Retro Lhotě



*Retro táborák s opékáním špekáčků*

Retroakci, kde se vzpomínalo na uplynulé roky a zároveň na lidičky, kteří tady už třeba nejsou, uspořádal jak pro zdravotně postižené, tak i pro „chodáky“ Tomáš Vlk. Ten má s organizací podobných akcí bohaté zkušenosti. V půlce června tedy bylo v areálu Turistické ubytovny TJ Sokol v Horní Lhotě veselo: zábava, sportovní soutěže, ale také gulášek či opékání špekáčků při živé hudbě.

„Sedmdesát účastníků z celého Moravskoslezského kraje se věnovalo sportovním soutěžím jako třeba hodů podkovami, oštěpem, diskem nebo stříběm



*Pohoda u společného stolu*



*Jedním z bodů programu byla hipoterapie...*



*... a jinde se házelo podkovou na cíl*



*Atmosféru setkání dokreslovala živá country-muzika v podání kapely Gigi band, která sklízela aplaus na otevřené scéně*



*Handicap – nehandicap, zasportoval si každý, kdo měl chuť. V tomto případě šlo o střelbu ze vzduchovky do terče*



*Jednou ze sportovních příležitostí byla také lukostřelba pod vedením Jiřího Klicha (na vozíku), který ji dovedl zpestřit i vyprávěním vlastních zážitků z úspěchů v této disciplíně. Třeba na paralympiádě v Pekingu skončil šestý.*

ze vzduchovky a luku,“ říká Tomáš Vlk. „Kromě toho mnozí absolvovali projíždky na koních v rámci hipoterapie a vyzkoušeli si i canisterapii. Po vyhodnocení soutěží jsme se přesunuli k ohni vítězů, kde se zpívalo za hudebního doprovodu skupiny Gigiband.“

Sponzorem akce byla společnost INTER META Ostrava, s.r.o., zabývající se výrobou a distribucí zdravotnických prostředků a pomůcek.

„Přítomné exponáty si mohli všichni na místě vyzkoušet a další pak mohou vidět v prodejnách, které má INTER META v různých městech na Ostravsku,“ dodává Tomáš Vlk s tím, že už nyní plánuje podobné setkání na 6. až 7. října.

Kontakty: Tomáš Vlk, tel.: 725 763 361, e-mail: tomasvlk64@seznam.cz; Ivo Lapčík, tel.: 607 124 052, e-mail: ivocik73@seznam.cz.

(di)



*Celou akci podpořili sponzoři: tím hlavním byla INTER META Ostrava s.r.o.*



*Srdečná setkání po letech*



*Ukázka jednoho z exponátů v akci – tento elektrický vozík si poradí i s přeježděním nebo sježděním obrubníků*

## DMO Pobyty na letní akci

**Maďarské termály Harkány jsou prostě skvělé!**

Ve dnech 6.–14. července proběhl tradiční letní pobyt neziskové organizace DMO Pobyty. Cílovou destinací bylo tentokrát Maďarsko. Pobyt v termálních lázních Harkány na jihu Maďarska, pár kilometrů od Chorvatských hranic, se stal jedním z našich nejvydařenějších pobytů vůbec.

Během sedmi dnů jsme vyzkoušeli několik bazénů s léčivou termální vodou, jejíž teplota přesahovala mnohdy i 35 °C. Týden je dostatečně dlouhá doba na to, abychom pocítili léčivé účinky sirmé vody. A opravdu, naši klienti si pochvalovali třeba uvolnění spastického svalstva.

**Siklós a Pésc**

Podnikli jsme dva výlety na překrásná místa. Malebné městečko Siklós nás okouzlo středověkým hradem vypínajícím se na skále nad městem. V historickém městě Pésc jsme strávili celý den, prošli ho křížem krážem a v jedné z mnoha restaurací jsme ochutnali místní speciality, jako jsou guláš, rybí polévka nebo plněný zelný list. A samozřejmě jsme nezapomněli ani na výborná maďarská vína.

**Filmové večery i tancovačka**

Večery jsme trávili procházkami lázeňským městečkem nebo ve společenské místnosti, kterou jsme měli v našem hotelu k dispozici. Připravili jsme dva filmové večery, zahráli si pro některé do té doby neznámé stolní hry. Navštívili jsme i místní tancovačku s lidovou hudbou. Mimo jiné se nám s klienty podařilo během týdne navléct na pět desítek korálkových náramků, které nabízíme v našem stánku při různých akcích. Jejich nákupem za symbolickou cenu mohou lidé přispět k zajištění chodu organizace.

Velice děkujeme všem sponzorům, bez kterých by realizace pobytů nebyla možná, především pak Středočeskému kraji. Sledujte náš facebook (DMO Pobyty z.s.), kde o nás najdete aktuální informace.

*DMO Pobyty z.s.*



Lázeňský komplex Harkány

Foto: <https://termalonline.hu/>



Milá Kateřino a milí přátelé.

S velkou ctí a radostí píši toto vřelé poděkování, patří především Tobě milá Kateřino a našim společným skvělým kamarádům Lucii a Ludvíkovi a mnohým dalším výborným lidem kolem DMO Pobyty z.s..

Milá Kateřino je mi velkou ctí, že jsi mou vzácnou kamarádkou a že jsem členem sdružení spolku Dmo pobyty Mladá Boleslav. A další mé velké poděkování Ti patří za všechny výborné a skvělé pobyty jak v Česku a i v zahraničí.

Pobyty které již léta pořádáš a děláš pro nás všechny jsou vždy na vysoké úrovni a navíc jsou pokaždé plné krásných zážitků. Za zmínku rozhodně stojí dovolená v Maďarsku-Harkány, bylo to skvělé. Jsem plný krásných dojmů a zážitků. Jsem rád, že Tě znám a že mohu být s kolektivem skvělých kamarádů a zároveň dobrovolných asistentů.

Mé velké děkují patří Vám všem!

V Mladé Boleslavi dne 18.07.2018

Tomáš Procházka

# Letní putování FESTINY LENTE

Michal Pospíšil



Na začátku července se uskutečnil už 23. ročník letního putovního tábora spolku FESTINA LENTE. A jako každý rok, bylo co zažít. Já jsem se tentokrát ke kamarádům připojil až v Horní Plané.

Z Plzně do Vimperka poutníkům vypomohl vlak, trasa vedla po ose Vimperk – Husinec – Zbytiny – Volary – Nová Pec – Horní Planá (přes vojenský prostor) – Kájov – Český Krumlov.

V Horní Plané, kde kamarádi spali dvě noci v místní tělocvičně, byl odpočinkový den. Ale odpočívalo se aktivně. V muzeu a rodném domku Adalberta Stiftera zrovna byly tvořivé dílny, takže si každý odnesl vyrobenou papírovou kytičku. Zážitkem byla i cesta převozem přes Lipno. Odpoledne hrálo na náměstí potulné divadlo Kolotoč tři pohádky.

Další den nás čekala cesta vojenským prostorem Boletice do Kájova. Naše putování jsme završili přesunem do Českého Krumlova, jehož prohlídka vždy potěší, méně však kočíbí hlavy, po kterých vozíky poskakují, a nekonečné davy turistů...

Kamarádi na vozíku si však opět mohli dokázat, že hranice a překážky jsou jen v našich hlavách a že s trochou dobré vůle a přátelské pomoci je možné téměř vše.



## Chcete si změnit život? Využijte nabídku časopisu Reportér a organizace Revenium

Časopis Reportér a nezisková organizace Revenium hledají pro nový projekt *Šlápněte s námi do pedálů* jednotlivce nebo rodiny, kteří by chtěli od základů změnit svůj život. Nabídka platí pro rodiny, kde je alespoň jeden z rodičů zdravotně postižený, případně kde rodiče mají postižené dítě a kvůli péči o něj nemůže minimálně jeden z nich chodit do zaměstnání.

„Hledáme ideálně rodinu, jejíž členy trápí nemoc nebo postižení, a která chce od základu změnit život. Zjistit, že nemoc či postižení nemusí být nutně stopkou pro skloubení rodinného a profesního života,“ říká předsedkyně představenstva spolku Revenium Hana Potměšilová.

Reportér a Revenium během roku pomohou dospělým členům najít si dobrou práci na otevřeném trhu práce, chápající školu pro děti či kvalitní bydlení upravené podle potřeb (vzhledem k typu postižení).

„Podmínkou však je, aby rodina byla ochotna se kvůli změně životního stylu třeba i přestěhovat, vzdělávat se, pracovat na sobě a také o svém příběhu veřejně mluvit, a to po celou dobu trvání projektu a minimálně půl roku po jeho skončení,“ vysvětluje Potměšilová. Podle ní se řada rodin, v níž jeden člen těžce onemocní nebo přijde k úrazu, dostane do bludného kruhu: získá pocit, že jedinou možností je vzdát se kariérních i životních snů.

„Přitom existuje celá řada možností, které nabízí jak tuzemský sociální systém, tak řada soukromých zaměstnavatelů, které umožní obtížnou životní situaci nejen překonat, ale zároveň vyřešit tak, aby se nikdo z rodiny nemusel takzvaně obětovat. Zároveň však chceme během dvanácti dílů projektu vytvořit živý manuál pro všechny, kteří mají pocit, že je právě nemoc či postižení radí mezi občany druhé kategorie,“ uvádí Potměšilová.

„Jsme přesvědčení, že velké zkušenosti zakladatelů Revenia v oblasti práce se zdravotně postiženými a zlepšováním jejich životních vyhlídek dávají velkou šanci na to, aby náš společný projekt dokázal skutečně pomoci a zároveň fungoval jako vzor pro ostatní v podobné životní situaci,“ doplňuje šéfredaktor magazínu Reportér Robert Čásenský.

Chcete se o účasti v projektu dozvědět více? Napište na kontaktní adresu: [petra.horakova@revenium.cz](mailto:petra.horakova@revenium.cz).

# RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

**BEZ BARIÉR** poradenství  
Ostravské organizace vozíčkářů, spolek

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



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

**OSTRAVA!!!**



## Kontakty

- Telefony:**  
596 914 660 (11-12 hod. po-čt)  
596 131 202 (11-12 hod. po-čt)  
uvedená doba bez záruky
- E-mail:** poradnaov@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/>  
<https://www.facebook.com/poradenstvivezbarierOV/>

### 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, NADACE AGEL  
a Nadace Rozvoje zdraví.

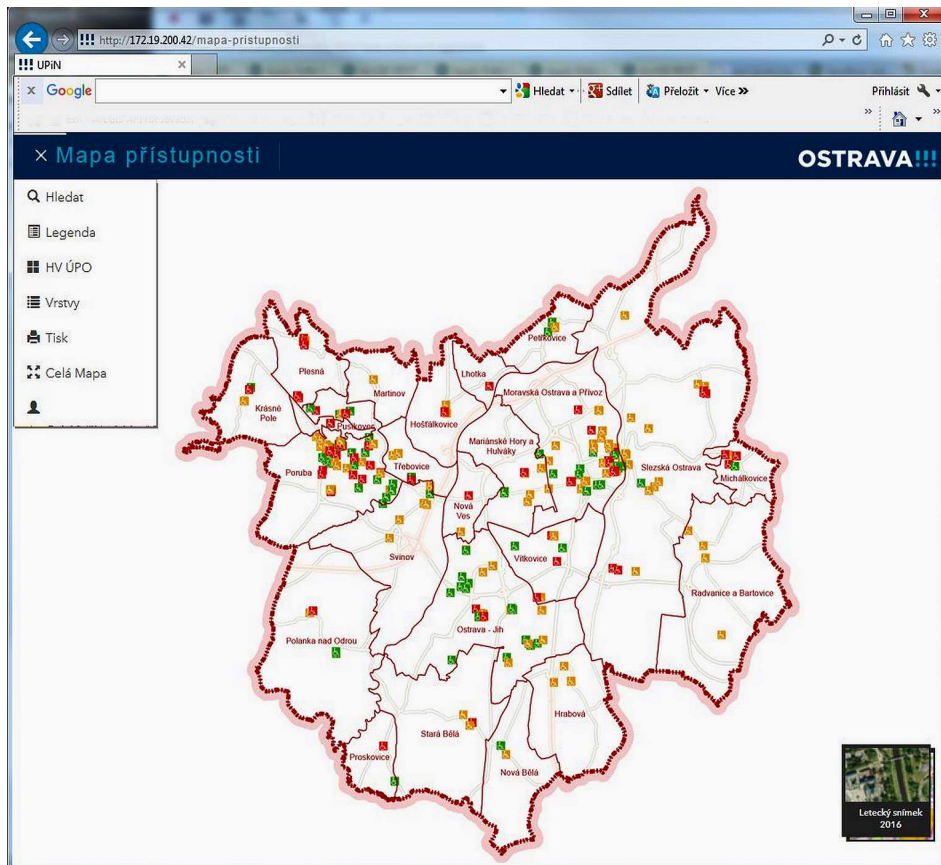
### Mapa přístupnosti Ostravy

Díky spolupráci Ostravské organizace vozíčkářů (Bez bariér poradenství), Útvaru hlavního architekta a stavebního řádu a oddělení geografického informačního systému Odboru projektů IT služeb a outsourcingu Magistrátu města Ostravy vzniká na mapovém portálu Statutárního města Ostravy **Mapa přístupnosti**. Příprava se ale nepatrně protahuje. Nechtěli jsme, aby na mapě bylo jen několik zmapovaných objektů.

V současné době je jich zmapováno přes tři sta a stále jich přibývá. Ty které zpracováváme my, průběžně přibývají na webových stránkách poradenství Bez bariér <http://www.bariery.xf.cz/>.

Tam budeme také uveřejňovat aktuální informace o spuštění mapy přístupnosti.

*Text: (mf), obrázek Eva Procnerová*



Ukázka mapy přístupnosti

### S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou

Bezbariérová WC a jejich přístupnost je stále aktuální téma. Upravených toalet naštěstí neustále přibývá, stále se však vyskytuje nešvar, že je lze využít i jako výhodné místo pro odkládání čehokoli.



Někteří považují širší prostor z jedné strany klozetové mísy za zbytečný, takže tam odkládají momentálně, ale i dlouhodobě nepotřebné věci. Pokud narazíte na podobnou situaci jako na obrázku, máte šanci, že mobilní prvky budou odstraněny dříve, než vykonáte potřebu – jak říká můj kamarád – „do textilu“.

Pokud je však prostor vedle mísy osazený podobným pevným prvkem jako na dalším obrázku, šance se výrazně snižují.



Na dotaz, proč je zde umístěné topné těleso, vás odzbrojí odpověď: „Nám to místo připadalo nevyužitě...“

*Text: (mf), foto: Lucie Filipčíková, Karel Čermák*

### Colours bez bariér

Již několikrát rok po sobě jsem se zúčastnil festivalu Colours of Ostrava. Byť letošní hlavní hvězdy nebyly moje „krevní skupina“, úžasný dojem ve mně zanechali jiní účinkující: Banditos, Jeremy Loops, Aurora nebo Black Pistol Fire.



*Děšť nám vůbec nevadil*

Co je však na celém festivalu výjimečné, je starost pořadatelů o lidi na vozíku. Patří k tomu zvýhodněná cena vstupenky pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P, doprovod návštěvníka s průkazem ZTP/P má vstup zdarma, k dispozici mají speciální vyvýšené tribuny s nájezdy, bezbariérová přeprava BB taxi v rámci města Ostravy či možnost objednat si zdarma vyškoleného asistenta.



*Mirek Filipčík s dcerami*

Letos vozíčkáři a další lidé s postižením mohli ocenit umístění důležitých provozních center na jedno místo: pokladna Colours bez bariér, informace, stanoviště bezbariérového taxi a parkoviště vyhrazené pouze pro ZTP/P návštěvníky.

Celý areál Dolní oblasti Vítkovic je dobře přístupný pro osoby na vozíku. Kde se nacházejí schody, pořadatelé zřídili nájezdy. A když k tomu připočítáme velké množství bezbariérových toalet v budovách areálu i mobilních WC, ke kterým dostanete proti menší finanční záloze i klíč, je tento festival z mého pohledu velmi dobře přístupný. Velký dík za to patří mimo jiné Katarině Kijonkové a také Monice Macháčkové, která se po celou dobu festivalu pohybovala mezi

lidmi se zdravotním postižením, řešila drobné nedostatky a pomáhala i v oblastech, které nebyly její pracovní náplní.



*Večerní koncerty jsou vždy skvělé*

Pro mě festival bořil i bariéry lidské. Všude plno známých, přátel, obě dcery a plno ochotných doprovodů.

*Text: (mf), foto: doprovod*

*Připravil Mirek Filipčík*

## Tribuny a vozíčkáři

Vyhrazené tribuny s nájezdy jsou velmi dobrou myšlenkou. Vozíčkáři si tak mohou jednotlivé hudební produkce vychutnat v bezpečí a bez omezení výhledu. Pořadatelé festivalu už ví, kde je mají postavit, takže jak výhled, tak kvalita zvuku nemá chybu.

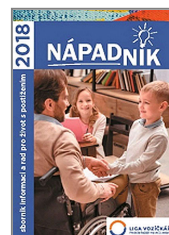
Tribuna s nájezdem u hlavní stage měla nájezd dostatečně široký a sklon nájezdové rampy byl vyhovující. Pokud měl vozíčkář slabé ruce, pomohl mu dozor tribuny. Chování vozíčkářů při řazení na tribunu bylo ale v mnoha případech nešťastné. Stavěli se totiž hned z kraje horní podesty, kde samozřejmě přijížděli další návštěvníci na vozíku.

Tribuna s nájezdem u stage Arcerol Mittal, která byla vyhrazená pouze pro vozíčkáře a jejich doprovody, je pro ně nenahraditelná. Přesvědčil jsem se o tom osobně, když mě stálo hodně sil prodrat se mezi davem na jeden z koncertů. Na vozíku jsem niž než chodící, v davu se mi dost těžko dýchalo, protože bylo horko a zvržený prach mi lezl do úst a očí. Takže i tady jsem využil vyvýšenou tribunu, kde se vozíčkáři řadili vcelku ohleduplně a nechávali průjezd pro ostatní.

*Tomáš Dvořák*

## PORADNA pro život s postižením Ligy vozíčkářů

### Liga vozíčkářů opět vydává Nápadník – sborník rad a informací pro život s postižením



Stejně jako v minulosti přináší aktuální informace, postupy a praktické rady týkající se invalidních důchodů, příspěvků pro osoby se zdravotním postižením, průkazu osob se zdravotním postižením a jeho výhod, sociálních dávek, pracovně-právních vztahů a možností řešení bariér ve vašem okolí. Sborník ocení nejen osoby s postižením, ale také jejich blízcí, sociální pracovníci státních i neziskových institucí či lékaři.

Publikaci si můžete objednat prostřednictvím naší e-mailové adresy [poradna@ligavozic.cz](mailto:poradna@ligavozic.cz) nebo telefonicky na čísle 725 122 853. Nebo si ji koupit osobně v Lize vozíčkářů (platba v hotovosti při převzetí). Pokud chcete publikaci zaslat poštou, je nutné zaplatit cenu publikace včetně poštovného. Její cena je 99 Kč. Poštovné za obyčejnou zásilku je 27 Kč, zaplatíte tedy celkem 126 Kč. Poštovné za dobírku je 106 Kč, pak zaplatíte celkem 205 Kč. Uvedené poštovné i náklady na dobírku platí při objednání 1 ks publikace, pokud chcete objednat více kusů, kontaktujte nás kvůli individuální kalkulaci.

V případě požadavku na zaslání obyčejně, zašlete platbu za Nápadník 2018 včetně poštovného na účet 43-4625040297/0100, variabilní symbol 9002018. Publikace vám bude zaslána až po obdržení platby.

V případě požadavku na zaslání na dobírku uhradíte cenu publikace a náklady na dobírku při převzetí zásilky.

Fakturu zasíláme na základě vašeho požadavku zadaného při objednání publikace. Distribuce publikací odběratelům bude zahájena v průběhu srpna 2018.

Projekt byl realizován za finanční podpory statutárního města Brna.

*Mgr. Kateřina Bulantová  
Poradna pro život s postižením  
Liga vozíčkářů, z. ú.*



# Vy se ptáte, Poradna NRZP ČR v Brně odpovídá



Národní rada osob  
se zdravotním postižením ČR

## Slevy na průkaz ZTP

Mám průkazku ZTP a chodím do bazénů – ve všech mám slevu, jen v jediném průkazku ZTP neuznávají. Můžete mi sdělit, zda je ze zákona nařízeno, že na ZTP by měla být uplatněna nějaká sleva?

Taková sleva nároková není a záleží na provozovateli, zda nějakou slevu poskytnou. Držitel průkazu ZTP má ze zákona nárok na:

- Vyhrazené místo k sedění ve veřejných dopravních prostředcích pro pravidelnou hromadnou dopravu osob, s výjimkou dopravních prostředků, v nichž je místo k sedění vázáno na zakoupení místenky.

- Přednost při osobním projednávání své záležitosti, vyžaduje-li toto jednání delší čekání, zejména stání; za osobní projednávání záležitostí se nepovažuje nákup v obchodech, obstarávání placečných služeb nebo ošetření a vyšetření ve zdravotnických zařízeních.

- Bezplatnou dopravu pravidelnými spoji místní veřejné hromadné dopravy osob (tramvajemi, trolejbusy, autobusy nebo metrem).

- Slevu 75 % jízdného ve druhé vozové třídě osobního vlaku a rychlíku ve vnitrostátní přepravě a slevu 75 % v pravidelných vnitrostátních spojích autobusové dopravy.

## Příspěvek na péči

Už dva roky je mi jako onkologickému pacientovi vyplácen příspěvek na péči ve výši 8 800 Kč. Až do června bylo vše v pořádku. Bohužel letos v květnu mi zemřela manželka. Má tato skutečnost vliv na vyplácení příspěvku?

Vliv na vyplácení příspěvku tato skutečnost nemá, neboť příjemcem příspěvku jste vy jakožto oprávněná osoba.

Z dotazu není jasné, zdali vaší pečující osobou byla manželka. Pokud ano, je třeba nahlásit do osmi dnů – stačí písemnou formou – na příslušný úřad práce v místě vašeho bydliště změnu pečující osoby.

## Vrácení DPH při zakoupení motorového vozidla s příspěvkem na zvláštní pomůcku

Mám dotaz ohledně vrácení DPH při zakoupení motorového vozidla s příspěvkem. Po schválení příspěvku k zakoupení motorového vozidla jsem si objednal nové auto v domnění, že dodatečně budu žádat o vrácení DPH. Při hledání na internetu jsem zjistil, že někdo také uvádí podmínku pro vrácení DPH: zařazení vozu do kategorie M1, což u objednaného auto zřejmě nejde. Lze nějakým způsobem žádat o vrácení DPH, případně zapsat vůz do kategorie M1? Tato informace většinou na webových stránkách není, avšak mně přijde jako nejzákladnější...

Zákon o DPH neříká v případě vrácení daně osobám se zdravotním postižením nic o kategorizaci automobilů, o které se zmiňujete. V zákoně se pouze uvádí pojem motorové vozidlo, který však není blíže specifikován. Hlavní podmínkou je, zda jste automobil zakoupil z příspěvku na zvláštní pomůcku – automobil, který vám byl přiznán a vyplacen úřadem práce.

Pokud si nejste jistý, zda máte nárok na vrácení DPH, doporučujeme oslovit finanční úřad, kde vám dle údajů o zakoupeném automobilu podají nejpřesnější informace.

**Uvádím podmínky dle zákona k vrácení daně osobám se zdravotním postižením:**

(1) Osoba se zdravotním postižením má nárok na vrácení zaplacené daně u motorového vozidla této osobě dodaného.

(2) Pro účely tohoto ustanovení se osobou se zdravotním postižením rozumí fyzická osoba, které byl rozhodnutím příslušného úřadu přiznán příspěvek podle zákona upravujícího poskytování dávek osobám se zdravotním postižením na jí dodané motorové vozidlo.

(3) Daň se vrací osobě se zdravotním postižením za jedno motorové vozidlo jí dodané v období 5 let, nejvýše však do výše 100 tisíc Kč. Daň lze vrátit opětovně nejdříve po uplynutí pěti let ode dne předchozího vrácení daně.

(4) Nárok na vrácení zaplacené daně podle odstavce 3 může osoba se zdravotním postižením uplatnit nejdříve za kalendářní měsíc, ve kterém se zdanitelné plnění uskutečnilo.

(5) Daň lze osobě se zdravotním postižením vrátit před uplynutím doby podle odstavce 3, a to na základě rozhodnutí podle odstavce 2.

(6) Je-li osobě se zdravotním postižením dodáno ojeté motorové vozidlo, může tato osoba uplatnit nárok na vrácení daně vypočtené ze základu daně podle § 90. V tomto případě je povinen uvést daň na daňovém dokladu i obchodník při uplatnění zvláštního režimu podle § 90.

(7) Nárok na vrácení zaplacené daně může osoba se zdravotním postižením uplatnit nejpozději do 3 let od konce kalendářního měsíce, ve kterém obdržela rozhodnutí příslušného úřadu o přiznání příspěvku na zvláštní pomůcku podle zákona upravujícího poskytování dávek osobám se zdravotním postižením na pořízení motorového vozidla, nebo od konce kalendářního měsíce, ve kterém se zdanitelné plnění uskutečnilo, a to od toho dne, který nastane později.

(8) Osoba se zdravotním postižením, která má nárok na vrácení zaplacené daně podle odstavců 1 a 2, může uplatnit tento nárok podáním žádosti o vrácení daně správci daně místně příslušnému podle jejího místa pobytu. Osobě se zdravotním postižením, která má nárok na vrácení daně, se daň vrátí do 30 dnů ode dne následujícího po podání žádosti. Daň se vrací v částce zaokrouhlené na celé koruny.

(9) Žádost o vrácení daně musí obsahovat:

- jméno, místo pobytu a rodné číslo osoby se zdravotním postižením,
- rozhodnutí podle odstavce 2,
- daňový doklad podle § 28 nebo doklad o prodeji motorového vozidla.

(10) Na dokladu o prodeji motorového vozidla je plátec povinen uvést:

- obchodní firmu nebo jméno, dodatek ke jménu a sídlo plátce, který uskutečňuje zdanitelné plnění,
- daňové identifikační číslo plátce, který uskutečňuje zdanitelné plnění,
- jméno a místo pobytu osoby, pro kterou se zdanitelné plnění uskutečňuje,



- d) rozsah a předmět zdanitelného plnění,
- e) evidenční číslo dokladu,
- f) den uskutečnění zdanitelného plnění,
- g) sazbu daně a základ daně,
- h) výši daně uvedenou způsobem podle § 37 odst. 1,
- i) výši ceny včetně daně celkem.

(11) V případě, že osoba se zdravotním postižením, které byla vrácena daň podle odstavce 8, ve lhůtě 60 měsíců od vrácení daně vlastnické právo k motorovému vozidlu převede nebo motorové vozidlo pronajme, je povinna vrátit vyplacenou částku, nebo její poměrnou část na účet příslušného správce daně, a to nejpozději do 30 dnů ode dne, kdy k této skutečnosti došlo.

(12) Pro výpočet poměrné části vyplacené částky podle odstavce 11 se vychází z počtu měsíců, který zahrnuje měsíc, ve kterém osoba se zdravotním postižením vlastnické právo k motorovému vozidlu převedla nebo motorové vozidlo pronajala, do uplynutí lhůty podle odstavce 11.

### Průkaz ZTP a sleva na jízdném v zahraničí

**Mám dotaz ohledně možnosti využití průkazu ZTP v Itálii, kam se mi letos podaří vycestovat s cestovní kanceláří. Vzhledem k tomu, že ke svému přesunu po destinaci budu muset využívat místní dopravy, ptám se, jestli je možnost slevy na jízdném stejně jako u nás. Pokud ano, co pro to musím udělat?**

Průkazy ZTP a ZTP/P nemají mezinárodní platnost a výhody s nimi spojené lze využít pouze na území ČR. Jiná situace je v případě parkovacího průkazu. Ten platí v celé Evropě, protože je harmonizován v rámci evropského práva.

### Výpověď spořicího účtu u člověka, který je omezen v nakládání s finančními prostředky

**Jsem soudem určeným opatrovníkem svého postiženého bratra (46 let). Má omezení v nakládání s finančními prostředky nad částku 500 Kč. Rodiče mu založili stavební spoření. Chtěla jsem se zeptat, jaký bude postup v případě, že stavební spoření skončí a bude potřeba podat výpověď a peníze vybrat. Jedná se mi o to, zda v podobných případech musíme žádat soud o schválení?**

Opatrovníkovi, který spravuje jmění opatrovance, náleží běžná správa jmění

opatrovance. Nejedná-li se o běžnou záležitost, vyžaduje se k naložení se jměním zastoupeného schválení soudu. Běžnou správu jmění zastoupeného se rozumí vyřizování obvyklých, zpravidla v určitém časovém horizontu se opakujících záležitostí. To znamená, že pokud je spoření na jméno opatrovance, resp. uzavřeno jeho jménem, nejedná se o běžnou správu jmění opatrovance a s jeho případným nakládáním musí souhlasit soud.

Postup je následující. Nejlépe tři měsíce před skončením spoření (případně záměru spoření vypovědět) je nutné zaslat žádost na soud o souhlas s převodem financí na účet opatrovance. Žádost musí obsahovat vysvětlení, proč spoření zaniklo (skončení – výpověď) a také, jak bude s penězi dále nakládáno. Případně navrhnout jiný záměr – jako uložení financí na další spořicí účet atd. Po souhlasu soudu je možné učinit kroky k převodu financí. Bez souhlasu soudu se spořením nelze jakkoli nakládat. Platí to i pro daný bankovní subjekt. Ostatní záležitosti a podmínky výplaty spoření se řídí smluvními podmínkami.

### Dlouhodobé ošetřovné a příspěvek na péči

**Mohu žádat o dlouhodobé ošetřovné i po přiznání příspěvku na péči 4. stupně? Staráme se o maminku, která tři roky leží s diagnózou Alzheimer. Já (dcera) pracuju na zkrácený úvazek, ale do nároku na starobní důchod mi zbývá ještě sedm let. Pokud rozvážu pracovní poměr, práci už těžko najdu...**

Samotné pobírání příspěvku na péči není překážkou pro žádost o dlouhodobé ošetřovné. Pro nárok na něj je třeba splnit několik zákonných podmínek. Ošetřovaná osoba musí být hospitalizovaná nejméně sedm dní v nemocnici s předpokladem, že i po propuštění z nemocnice bude potřebovat náležitou ošetřovatelskou péči na dobu minimálně jednoho měsíce. Žadatel pak musí být osobou, která dlouhodobě pečuje o nemocnou a především blízkou osobu v jedné domácnosti, což mu zabraňuje chodit do zaměstnání anebo vykonávat samostatnou výdělečnou činnost. Na rozdíl od krátkodobých nemocenských dávek ty dlouhodobé podporují i OSVČ. V každém případě je ale třeba mít splněnou požadovanou účast na nemocenském pojištění, která činí u zaměstnanců minimálně 90 kalendářních dnů v posledních 4 měsících a u OSVČ minimálně 3 měsíce.

Pokud jsou všechny podmínky splněny, je nutné doložit vyplněnou žádost v podobě tiskopisu, který dostanete od lékaře lůžkového zařízení, který ošetřuje nemocnou osobu. Právě ten žádost potvrdí

a podepíše. Tiskopis musí obsahovat i podpis ošetřované osoby, která tím dá jasně najevo, že s ošetřováním souhlasí. Žádost pak odešlete na OSSZ podle místa trvalého bydliště.

### Autoškola

**Moc ráda bych získala řidičský průkaz. Vlastním průkaz ZTP. Mám pravostrannou hemiparézu, takže by pro mě byla nejlepší automatická převodovka. Nejsem si jistá, jestli stačí zdravotní vyšetření praktického lékaře a výběr autoškoly v našem okrese nebo zda potřebuji nějaké speciální vyšetření a autoškolu, která má nějaké oprávnění pro lidi s postižením...**

Ze všeho nejdříve si musíte vybrat autoškolu podle závažnosti vašeho postižení. Pokud by vám stačila pouze automatická převodovka, můžete asi vybrat jakoukoliv autoškolu, která poskytuje lekce na autech s automatickou převodovkou. Pokud by pro vás bylo lepší učit se řídit na autě s ručním řízením, doporučuji vybrat autoškolu, která se specializuje na uchazeče s postižením.

Až si autoškolu vyberete, vyplníte přihlášku, jejíž součástí bývá i protokol o lékařském vyšetření. Autoškoly dnes už většinou mají přihlášky ke stažení na webových stránkách. S přihláškou a protokolem o lékařském vyšetření je třeba zajít za vaším praktickým lékařem. Ten vám vypíše potřebné papíry pro autoškolu a pošle vás na případná další vyšetření, pokud budou nutná. Pak už jen stačí přihlášku podat v autoškolě.

### Příspěvek na nákup automobilu a vrácení DPH

**Dcera dostala příspěvek na automobil v hodnotě 200 tisíc Kč. Automobil stál 187 tisíc. Poté jsme požádaly o vrácení DPH finanční úřad a ten nám vrátil cca 32 tisíc Kč. Vzniklý přeplatek z příspěvku – 13 tisíc Kč – se vrací úřadu práce. DPH z finančního úřadu patří nám, nebo se vrací také úřadu práce?**

Příspěvek na nákup automobilu se poskytuje na pořízení vozidla, a pokud byla jeho kupní cena nižší než výše přiznaného příspěvku, musíte, jak správně uvádíte, rozdíl vrátit. O vrácení DPH se však žádá až po koupi a převzetí vozidla. Vozidlo je v tu chvíli již vaše a vy jen využíváte zákonnou možnost zažádat o vrácení DPH. Tudíž vratka DPH zůstává vám.

### Nárok na příspěvek na péči

**Můj otec má 75 let, dvakrát denně si aplikuje inzulín. Věkem i vlivem ▶**

cukrovky ho postihla ztráta 60 % sluchu v obou uších. Chci se zeptat, zda má kvůli ztrátě sluchu nárok na příspěvek na péči, popř. jestli VZP hraje nějaký typ naslouchátek v plné výši?

Příspěvek na péči je určen osobám, které z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu potřebují pomoc jiné fyzické osoby v závislosti na zvládnání deseti základních životních potřeb v rozsahu stanoveném stupněm závislosti. V tomto případě váš otec nemá nárok na příspěvek.

Naslouchadla jsou hrazena z veřejného zdravotnictví, tedy pojišťovna by vám je měla proplatit. Je vhodné se poradit s ošetřujícím lékařem, které naslouchadlo je pro tatínka vhodné.

Zpracovala: 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,
- seniory,
- 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

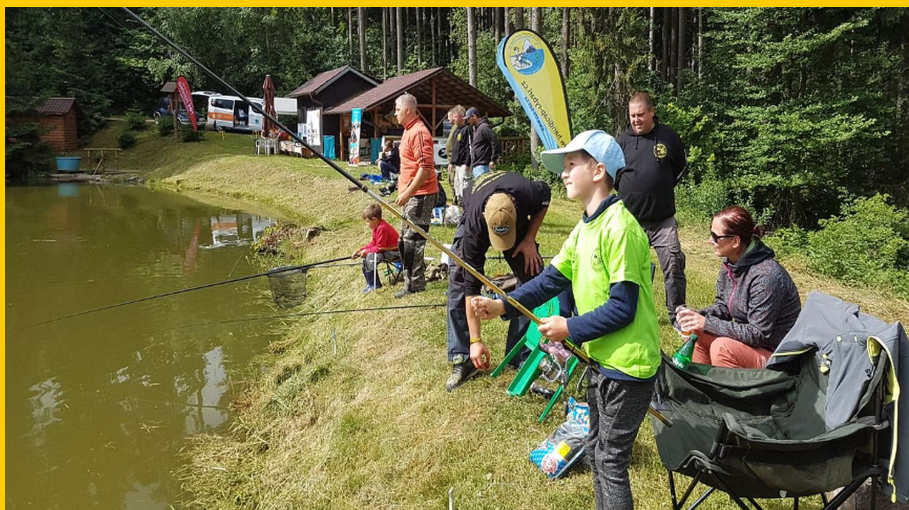
www.nrzp.cz

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).

Vedoucí poradny: Jitka Nosková, DiS.

## Mladí rybáři se činili



V sobotu 23. června 2018 pořádala kladrubská organizace handicapovaných rybářů na nádrži Záhorská předprázdninové Dětské rybářské závody. A opět s rekordem v účasti dětí a mládeže na závodech, které pořádá kladrubská organizace: rybářského kláně se účastnilo 42 závodníků, z nichž nadpoloviční většina dorazila z desítky kilometrů vzdálených destinací a téměř zaplnila maximální kapacitu lovných míst nádrže. A po prázdninách by místní rybáři rádi přivítali v kladrubském rybářském kroužku „Vydrýsci“ další děti se zájmem o rybařinu.

Kontakt: handicapovanirybary@gmail.com.

Foto: ČRS MO Kladruhy

# Těžko uvěřitelný příběh opravdového muže

## Setkání s Jiřím Klichem po dlouhých jedenácti letech



Úly pro čtyřicet včelstev zvládl Jiří Klich sám – vždyť je i stolařem

K jaké práci se postaví, tu umí. No – postaví... On je vozičkář: všeměl Jiří Klich. Truhlář, stolař, obráběč kovů, puškař, lukostřelec, historik, rybář, včelař, fotograf a karavanista (dodávku si sám udělal obytnou, s ručním řízením) – vše na profesionální úrovni.

Na vozíku skončil v květnu 1989 poté, kdy se v traktoru jako spolujezdec držel madla, které se utrhl, a on za jízdy vypadl. To mu bylo třicet let.

„Následoval rehabilitační úst v Hrabyni a taková ta klasika kolem zvykání si na jiný život,“ říká Jiří. „Podržela mě rodina, ale taky práce a různá hobby.“

• **Jeden z častých problémů vozičkářů je nemít nadváhu, což se vám evidentně daří. Čím to je?**

V jídle se nijak neomezuju, ale jsem furt v provozu, prostě makám. Vyrábím schodiště z poctivého masivu, dveře, postele, pažby na historické pušky, obrábím železo, mám i kovárničku a taky se starám o čtyřicet včelstev – letos jsem vytočil skoro tunu medu. Jde o to fyzicky se nezastavit, jinak člověk končí. A když si chci odpočinout, беру rybářské pruty nebo foťák a jdu do přírody.

• **Takže třeba na Vánoce máte vlastnoručně chycené ryby?**

Ano, koupit kapra bych se styděl. Vždyť rybařím už čtvrt století. A můj

kluk Ondra se tomu taky hodně věnuje. Dobře se přitom vyčistí hlava a vůbec – já

jsem přírodní člověk. Proto mám i ten foťák a objektiv na profi úrovni. Když ▶



Schodišťovou plošinu si Jiří Klich vyrobil před čtvrtstoletím opět kompletně sám. Přišla ho tenkrát na padesát korun a dodnes slouží. Na snímku s historickou puškou. Pažby vyrábí ve své stolařské dílně



Vše si přizpůsobil tak, aby se ke včelím rámkům pohodlně dostal



Z hromady šrotu dal Jiří Klich vojenský džíp „do pucu“ za rok a půl. S důrazem na sebemenší detaily



Čtyřkolka slouží i při vykopávání vraků bombardérů z druhé světové války



Takový nůž umí Jiří Klich vykovat ze střešin bombardérů

chci fakt dobrý snímek, třeba ledňáčka, musím udělat kryt, nastavit stativ, dálkovou spoušť a pak trpělivě čekat, vše v klidu přírody. On si pak samozřejmě sedne jinam, než jsem předpokládal... Ale i to je v pohodě.

• **Fotografování zdaleka není váš jediný koníček. Poprvé jsme se setkali na akci, kde jste zajišťoval lukostřelbu pro zdravotně postižené i zdravé lidi. A právě v oblasti lukostřelby je vaše jméno dost populární...**

Snad jo, střelení mě už jako kluka vždycky bavilo. Když jsem skončil na káře, chtěl jsem tady u nás (*Suchdol nad Odrou, pozn. red.*) založit i klub pro střelbu z malorážky, ale tehdy vozičkář běžně nesměl mít zbraň, protože by se mohl zastřelit, že jo... A když to pak šlo, tak pro mě už bylo pozdě, protože jsem se plně věnoval lukostřelbě. Reprezentoval jsem Ostravu v první lize, byl jsem mistrem republiky i mezi zdravými a také jsem si dovezl nějaká stříbra a bronzky ze zahraničních závodů. Procestoval jsem s lukem kus světa a třeba na paralympiádě v Pekingu jsem byl šestý. I můj starší kluk Jirka posbíral v lukostřelbě nějaké medaile, takže jablko nepadlo daleko od stromu.

• **Jaké máte aktuální plány?**

Těch je. Pořád po mně někdo něco chce, včetně různých zakázek v dílně. A taky nemám kam dát vojenského džípa, čtyřkolku a vozík za auto, takže zruším putovní přístřešek a začnu stavět garáž.



I fotografie z dílny Jiřího Kliche mají profesionální úroveň

• **Počkejte, řekl jste – vojenského džípa?**

Ano, je to džíp Ford GPW ročník 1942. Získal jsem ho doslova jako hromadu šrotu. Po roce a půl jsem ho zprovoznil, a to se všemi detaily, které k němu patří. Ještě mu chci přidělat ruční řízení.

• **I vaši znalost historie tedy přetavujete do praxe...**

To mi zní mi to poněkud nadneseně. Věnuji se především faktům okolo druhé světové války a s přáteli jsme založili spolek letecké archeologie. Když podle archivních údajů zjistíme, kde v našem regionu spadlo jaké letadlo, vrak najdeme, očistíme a dáme do muzea v Suchdole. Střepiny, které se nedají k ničemu použít, pak posbírám a už jsem z nich ukoval pár nožů. Výjimečných nožů, protože jsou s příběhem.

• **S jakým třeba?**

Když najdeme nějaký vrak, tak kromě zdokumentování a natočení filmu se snažíme objasnit i to, kdo v něm zahynul. A pak dáváme vědět rodinám padlých letců. Takže od roku 1996, kdy se této činnosti věnujeme, jsou to už desítky příběhů. Jedním z nich bylo nalezení bombardéru PE-2 Petljakov. Když k nám přijel vnuk pilota, který tady zemřel, ukázal jsem mu mimo jiné nůž, který jsem ukoval ze střepin bombardéru jeho dědečka. A on přitom uronil slzu, takže jsem mu ho věnoval...“

*Text, foto: (di)*



*Telefony se u něho netrhnou*



*Jiří Klich je i dědečkem*

## Z historie



**„Kam se podívám a vrtnu, všude vidím podpatky Berson“**

Reklama v liberální novinách Freie Schlesische Presse (Svobodné slezské noviny), březen 1914.

Vydavatel: Strasillova tiskárna v Opavě. Majitel tiskárny August Strasilla stál u počátků automobilismu a automobilového sportu v Opavě.



**Kadeti sovětského Nachimovského námořního učiliště na nábřeží v Leningradě (dnešní Petrohrad, Rusko) zdraví hrdinu Velké vlastenecké války Anatolije Leopoldoviče Golimbjevského.**

Byl členem prvního oddílu námořní pěchoty, která zaútočila na území Malé země obsazené fašisty. Jako jediný a s těžkými zraněními přežil obranu pozice, kterou jeho oddíl dobyl. Oženil se se zdravotní sestrou a dožil se 80 let. Sovětský deník Smena, rok 1989. Autor foto: Ivan Kurtov.

*(dz)*

# Výtah nebo plošina? Hajdalák pomalý, v průvanu kovaný

## Humorné i poučné příběhy slastí života se nevzdávajícího vozičkáře Pepy Procházky

Díky sportovním seniorským aktivitám jsem trochu zapomněl na své zdraví. Konkrétně na zuby. Nejdříve se mi ulomil kus jednoho zubu a pak další. V puse jsem měl najednou více místa na jídlo. Musím na svou obranu říct, že jsem toho nezneužil a jedl jsem málo. Když nic nedělám, nemohu baštit jako nějaký dřevorubec. Nic mě nebolelo, jen zuby měly ostré hrany, když jsem jazykem kontroloval to nepříjemné nadělení.

Časem jsem hrany jídlem obrousil a vyrazil jsem k paní zubařce. Objednala mě za týden. Při prohlídce zjistila, že se s jedním zubem nedá nic dělat. Když nebolí a nevadí, ať si se mnou užije mé sedmdesátiny. Zaslouží si to víc než já. Na druhém zubu se pozorné paní zubařce nelíbila jedna pištěl. Když se mě začala ptát, jak mi slouží ledviny, plíce a srdíčko, zpozorněl jsem. Pak dodala, že tam může být zánět, který hnisá a šíří do těla infekci. Zeptal jsem se, co s tím?

„Napišu vám poukaz na rentgen. Sjedete si metrem do stomatologického centra Lípa v Nových Butovicích. Je to tam kousek. Pak mi přinesete výsledek a uvidíme, co s tím dál,“ nastínila mi věci příští.

Zánět, o kterém jsem neměl ani tušení, vůbec nebolel. Zavolaal jsem druhý den do centra, abych se zeptal, kdy tam jsou. Ordinovali pět dní v týdnu. Na portálu Dopravního podniku hlavního města Prahy jsem si našel spojení do Butovic a vyrazil jsem. Sám na vozíku. Metrem jezdím občas a musím si zjistit předem, zda je konkrétní stanice bezbariérová. Ty nové jsou všechny. Výtahy, které jsou na Zličíně, Hlavním nádraží, Florenci či v Letňanech, fungují skvěle. Že někdy obsadí celý výtah zdraví lidé, jsem si zvykl, a proto raději cestuju s časovou rezervou.

Co jsem objevil v Nových Butovicích, nebyl výtah, ale plošina. Měl jsem i trochu smůly, že než jsem zjistil, kde je, předběhly mě dvě pospíhající maminy s kočárky. Tu jednu jsem sledoval, co vše mačká, a vypytał jsem se jí, jak plošina funguje. Bylo totiž vidět, že se náramně vyzná. Druhá mamina ale byla dost nervní. Po příjezdu další soupravy metra oslovila svého známého, zda ji nepomůže s kočárkem nahoru, že nechce strávit mládí čekáním na tu lemru línou, která jezdí jako zpomalený film. Zajásal jsem potichu, že odešla...

Pár plošin jsem si v životě už vyzkoušel na vlastní kůži a byl jsem s nimi

často spokojený. Tady – v Nových Butovicích – je to ale hrůza hrůzoucí. Když je plošina nahoře, musíte si ji nejdřív přivolat, to je celkem normální. Tady ale mačkáte střídavě čtyři tlačítka, než konečně poznáte, které je to správné.

Výtah jede dolů velmi pomalu – asi jako schodolez – bezmála čtyři minuty: držíte několik sekund jeden z čudlíků, přičemž plošina ujede tak metr. Než dojde plošina dolů k vám, prst si jednoduše umačkáte na maděru. To je ale jen začátek peripetií s neobvyklým výtahem. Po příjezdu dolů se otevře zábrana a vy zjistíte, že nájezd na plošinu je tak vysoký a krátký, že musíte někoho požádat, aby vás na plošinu šikovně vystrčil a pak dostrčil na bezpečné místo. Sám to prostě nedokážete. Riskovat převrácení dozadu nebude chtít nikdo.

Potom přicházejí na řadu další čtyři minuty, než se dostanete nahoru. A samozřejmě musíte použít jiný prst, protože ten umačkaný je zralý k vyšetření na ortopedii. Kromě toho je nezbytné vyzbrojit se i odolností proti silnému proudění vzduchu. Asi jako by vás posadili do zkušebního tunelu, aby zjistili aerodynamické vlastnosti vašeho vozíku při ovladatelném proudění vzdušných proudů. V tomto případě zcela neovladatelném. A to mě tento vysokorychlostní luft čeká i při zpáteční cestě. No potěš!

Dostat se do centra Lípa a zpět do metra byla makačka. Připadal jsem si jak

na horské dráze. Byl jsem rád, že mi pomohlo několik lidí, jinak šlo kromě zubů i o zdraví dalších částí mého vyfoukaného těla. Zuby mi zrentgenovali a ihned předali snímek pro mou paní zubařku. Když viděla dlouhé kořeny mých raťafáků, poslala mě raději na Karlák, kde jsou zubaři, kteří mají sakra sílu.

Jedu tedy tam. Od stanice tramvaje je to pro vozičkáře cesta do pořádného kopce. Když vidím tu více než padesátku pacientů, jsem z toho málem na prášky. Ale do ordinace slavnostně vjíždím po slabé půlhodince, takže paráda! A uvnitř také paráda – ve veliké místnosti se na mě kření tři zubaři...

Vše proběhlo tak, jak mělo. Dokonce se na mě – s mým svolením – učila mladá budoucí zubařka. Byla nejen mladá, šikovná, ale i nádherná. A já byl statečný kvůli ní, i když to i přes umrtvení dost bolelo. Poctivý pan zubař mě pak poslal ještě na rentgen, jestli tam nezůstal kousek z těch nekonečně dlouhých kořenů. Zůstal. Lépe řečeno – zůstaly, dva kousky. Budoucí stomatoložka je na snímku neviděla, ale pan doktor ano. Po dalším umrtvení se krásné zubařce podařilo ty důkladně schované zbytky vytáhnout.

Až budu mít větší problémy se zuby, tak pojedu jedině na Karlák. Byli precizní. Sestřička, pan doktor i mladičká zubařka. A klidně projedu znovu tím fukarem v Nových Butovicích. ■



## Vaříme s VOZKOU



Zdravě a jednoduše.

Uvítáme, když svými recepty přispějete i vy!

## Opomíjený patizon

Chutná a zdravá jídla za pár chvil



Patizon má originální jemnou chuť, mladý plod se může jíst i se slupkou a semeny. Je velmi zdravý – snižuje hladinu tuku v krvi a má pozitivní účinek na srdce a celý náš kardiovaskulární systém. Je odrůdou dýně, která se vyznačuje diskovitým tvarem. Povrch patizonu může být hladký či zvrásněný, barva pak zelená nebo žlutá, ačkoliv nejznámější je u nás odrůda bílá. Patizon obsahuje 90 % vody a velmi málo sacharidů. Proto je oblíbený zejména u osob držících různé redukční diety. Dále pak obsahuje sodík, draslík, železo, měď, chlor či fosfor. Pomáhá s odstraňováním škodlivin ze střev a podporuje trávení. Zároveň zvyšuje obranyschopnost organismu. Pomáhá také při problémech se slinivkou břišní, působí močopudně a celkově ulevuje při problémech s ledvinami. Může rovněž pomoci od potíží způsobených revmatismem, atrosklerózou nebo dnou.



V kuchyni mají patizony poměrně široké uplatnění. Můžete je plnit masem, sýry nebo zeleninou, nakrájený pak obalit v trojobalu a smažit jako řízek. Strouhaný pak připravujeme jako bramboráky či lívance. Patizony rovněž nakládáme, dusíme, grilujeme, smažíme, zapékáme či pečeme.

## Patizonové karbanátky

**Potřebujete:** 150 g sýru eidam, 1 vejce, 4 lžice hrubé mouky, 3–4 lžice strouhanky, 100 g šunkového salámu, samozřejmě patizon, olej a sůl.

**Postup:** Patizon a sýr nastrouhejte, přidejte nadrobno nakrájený salám, vejce, mouku, osolte a dobře promíchejte. Z hmoty vytvarujte karbanátky, obalte je ve strouhance a usmažte. Podávejte s brambory a zeleninovým salátem.

## Patizon opékaný s cibulí a česnekem



**Postup:** Patizon překrojte. Pokud jsou jádra uvnitř tuhá a střed patizonu měkký, jaderník vykrojte. Nakrájejte ho na asi půl centimetru silné plátky. V případě tvrdé slupky plátky oloupejte. Patizon posolte a opepřete. Cibuli nakrájejte na měsíčky. Na jeden střední patizon použijte alespoň čtyři velké cibule. Oloupejte a prolisujte dva velké stroužky česneku.

Na olivovém oleji osmažte cibuli, a když je nažloutlá, přidejte plátky patizonu. Směs opečte, dokud není cibule temně zlatá. Pak přidejte česnek (dříve ne, mohl by se připálit a zhořknout). Pokrm podávejte horký s chlebem.

## Patizon smažený



Asi nejoblíbenější klasikou je patizon smažený v trojobalu. Další – méně pracnou variantou – je obalený v těstíčku.

Mladý patizon, který má pevný střed, není nutné vykrajovat. Starší kus odjádřete – kousky k obalování pak mají tvar podkovy a jsou menší. Slupku odkrojíte jen u hodně zralých plodů. Obalte klasicky v trojobalu (mouka, vejce, strouhanka) nebo i jiné variantě, kterou upřednostňujete (celozrnná mouka, těstíčko a pivem atd.). Tradiční přílohou je bramborová kaše, můžete zvolit i brambory s tatarkou.

## Patizon s vejci

**Potřebujete:** 80 dkg patizonů, 6 dkg slaniny, 1 cibuli, 8 vajec, 4 lžice nastrouhaného sýra, pažitku, pepř, kmín a sůl.

**Postup:** Očištěné a oloupané patizony rozkrájejte na kostičky. Na rozškvařené slanině zpěníte drobně pokrájenou cibuli, přidejte patizony, sůl, pepř, kmín a duste doměkka. Poté patizony zalejte rozšlehanými vejci, osolte a míchejte, dokud se vejce nesrazí. Na talíři pokrm posypte nastrouhaným sýrem a pokrájenou pažitkou. Jako přílohu podávejte brambory (nejlépe opečené), chléb nebo zeleninový salát.

## Zapékané patizony s rajčaty

**Potřebujete:** 1 patizon (asi 500 g), 6 středních rajčat, 2 vejce, 2 dl mléka, 100 g tvrdého sýra, lžici oleje, lžičku bazalky a sůl.

**Postup:** Patizon oloupejte a nakrájejte na kostičky. Do vymazaného kastrůlku uložte vrstvu patizonu, osolte, okořeňte a navrch pokladte plátky rajčat. Ty osolte, okořeňte a nechte v troubě zapékat. Mezitím si v mléce rozšlehejte vejce a po 20 minutách pečení jimi přelijte směs patizonu a rajčat, posypte strouhaným sýrem a ještě 10 minut zapékejte. Podávejte s vařenými nebo pečenými bramborami.

## Patizonová polévka

**Potřebujete:** cibuli, česnek, patizony, majoránku, pepř, sůl, kmín, petrželku a chléb.

**Postup:** Na oleji orestujte cibulku, přidejte oloupaný, semínek zbavený a na kostičky nakrájený patizon, nastrouhaný česnek, sůl, kmín, pepř a lehce orestujte. Přidejte vodu a vařte, až je patizon měkký. Potom ho umixujte na kaši, dokořeňte podle své vlastní chuti, provařte a na závěr přidejte majoránku. Opečte na kostičky nakrájený chléb a podávejte jako přílohu k polévce. Polévku můžete posypat zelenou petrželkou.

Dobrou chuť přeje Blanka!

(blaf)

**A co vaříte jednoduchého Vy?  
Napište nám – do VOZKY:  
sefredaktor@vozky.org.**

## Arteterapie pro zdraví i pro radost

## Podzimní výzdoba oken

Podzim stojí na prahu našich domovů, večery začínají být studené. Přesto ale ještě můžeme vychytat sluneční dny a vydat se do parku. Nasbírejte nebo si nechte nasbírat krásně zbarvené listy stromů, opatrně je doma vložte mezi noviny a na den dva zatízte knihami, aby se trochu vyrovnaly.

Pak je opatrně postupně navazujte na tenkou nylonovou nit a vytvořte si několik řad na zavěšení do okna. Můžete ale také navázat jednotlivé řady listů na tyčku, např. od smetáku nebo si kupte bambusovou, a použít vcelku jako závěs. Lehce nepraktický, ale krásný. V okně, které neotevíráte, vydrží jeho krása déle.



Závěs ze sušených stromových listů

V případě, že se vám nechce nebo nemůžete do parku sbírat listy, lze si je po-



Podzimem zbarvené listy stromů jsou inspirací pro kreativní domácí práce

dle předloh z internetu namalovat, vystříhnout a vybarvit. Barvy můžete použít jakékoli: pastelky, křídly (ty můžete krásně stínovat) nebo klidně i akvarel.

A když už budete v malířském zápalu, udělejte radost dětem a vytvořte s nimi

krásné závěsy do oken nebo třeba na poličku – ze zvířátek, ze sluníčka atd. Kreativně se mezi nekladou. Přesto vám přinášíme nějaké inspirace z internetu.

Dobře se bavte.

Připravila Blanka Falcníková



Ručně na papír malované a vystřížené motivy dětské závěsy do oken



Mořské motivy pro vytvoření dětského závěsu do okna či na stěnu



# Kvíz

Podivuhodné a jedinečné schopnosti ženského těla



Název jedné knihy říká: „Muži jsou z Marsu a ženy z Venuše“. Rozdíly mezi nimi prý jsou nedozírné. Ženám byly dány do vínku schopnosti, o kterých se mužům na Marsu může jen zdát. Víte, co dokážou ženské tělo a mysl?

## 1. Ženy jsou tělesně pružnější. Proč?

- Je to dáno vývojově – ženy především v minulosti musely často reagovat na nepřízeň podnebí, počasí, přizpůsobovat se variacím podmínek života v tlupě, požadavkům mužů i dětí, starat se o oheň a celkově o přežití. Tomu se pak přizpůsobila i ženská somatika.
- Ženy jsou pružnější, neboť mají „pružnější“ mozek. Jsou lépe nastaveny na přijímání změn obecně a tělesná pružnost k tomu patří.
- Jejich svaly a vazy mají více elastinu než kolagenu, což činí ženy přirozeně pružnější. Na druhou stranu to ale způsobuje, že je trápí bolesti kloubů i při malém zatížení.



## 2. Ženy žijí déle...

- Imunitní systém žen se lépe vyrovnává s vnitřními i vnějšími hrozbami.

Ženské buňky stárnou pomaleji, díky čemuž pracují efektivněji.

- Žijí déle právě proto, že muži mají kratší život.
- Mužský organismus není připraven na přežití, ale na boj. Z toho důvodu se nepočítá, že by měli žít dlouho.



## 3. Je více osamělých starších žen než mužů.

- Ženy – poté co ovdoví – se už nechtějí o žádného dalšího chlapa starat, proto zůstávají samy.
- Muži se potýkají s vyšší úmrtností. A tak se se zvyšujícím věkem objevuje více osamělých žen.
- Toto vyjádření je mýtus. Počet osamělých žen je stejný jako mužů.

## 4. Vůně mužského potu činí ženy šťastnější.

- Vychází to z prehistorie – když se muž potil, znamenalo to, že podával výkon. V té době to byl lov, tudíž byl pach muže znamením, že se bude jíst.
- Žena se cítí lépe, protože doufá, že ji muž, jehož pach vnímá, ochrání.
- Feromony v mužském potu pozitivně ovlivňují ženské pocity a další procesy ženského těla. Menstruační cyklus se stabilizuje, nálada se zlepšuje a úzkost se rozptýlí.

## 5. Žena je schopna porodit více než 40 dětí.

- Vzhledem k procesům v jejím mozku může žena porodit jen tolik dětí, kolikrát je oplodněna.
- Vzhledem ke genetickému zázemí jsou některé ženy schopné porodit několik desítek dětí. Rekord drží jedna ruská žena, která údajně porodila 69 dětí (v 18. století): 16 sad dvojčat, sedm sad trojčat a čtyři sady čtyřčat.
- Je to mýtus. Statisticky může žena porodit maximálně 11,5 dítěte.

## 6. Otisky prstů žen jsou na 99 % odlišné od mužských.

- Ženská kůže vylučuje dvakrát více aminokyselin než mužská a rozděluje ji přes prsty jinak. To je důvod, proč se vědcům stačí dívat na otisky prstů, aby zjistili, jakého je člověk pohlaví.
- Není to pravda. Je to právě naopak – otisky prstů mužů jsou na 99 % odlišné od ženských.
- Je to tak. Důvodem je, že ženiny ruce jsou mnohem více upracované, tudíž i jejich struktura je zcela jiná.

## 7. Co se děje s ženou v době kojení?

- Ženské tělo v době kojení začíná vyrábět hormony oxytocin a prolaktin, které pozitivně ovlivňují mozek a tělo. Ženy se tedy cítí méně úzkostné, stávají se odvážnějšími, extrémně empatickými, jsou schopné číst myšlenky ostatních a lépe rozpoznat zvuky a barvy.
- Žena je v době kojení velmi podrážděná zodpovědností, která je na ni kladena ve spojení s výživou dítěte.
- V době kojení má žena potlačeny všechny rozumové funkce mozku, zůstává jediná – starost o blaho jejího dítěte.



## 8. Ženy si lépe vybavují vzpomínky.

- Je to obranná funkce mozku – ženy si musejí všechno pamatovat, jinak by nedokázaly zvládnout všechny povinnosti, které jsou na ni odpradávná kladeny.
- Je to záležitost obživy – ženy si tuto funkci vypěstovaly vzhledem k nutnosti postarat se o obživu rodu a rodiny. Souvisí to s počtem receptů, které si musejí pamatovat při vaření.
- Na rozdíl od mužského mozku ten ženský používá různé oblasti obou hemisfér pro efektivní ukládání informací. Změny v hladinách estroge-nu také ovlivňují tento proces.

## 9. Ženy umějí vytvořit nový orgán.

- Děje se to v těhotenství – chce-li žena v té době živit dítě, vytváří ženské tělo zcela nový orgán: placentu.
- Děje se to v době menstruace – v mozku ženy se vytváří speciální tělíčko, které právě tu část mozku zatěžuje – prostě tam překáží. Proto jsou ženy v té době podrážděnější.
- Děje se to v pubertě a v klimakteriu – žena začíná v té době na srdci tvořit další speciální komoru zodpovědnou za lepší přečerpávání krve. Proto ženy v té době nemohou dostat infarkt. Dočasná část srdce je podle odborníků zodpovědná za citové prožívání ženy. Říká se, že žena má v té době „velké srdce“.

Správné odpovědi: 1c, 2a, 3b, 4c, 5b, 6a, 7a, 8c, 9a.

Připravila odbornice na ženy a muže Blanka

# INZERCE

Soukromou inzerci si můžete  
podat také na web VOZKY  
www.vozka.org

## PRODEJ

• Prodám stropní závěsný systém pro zvedání a přesun. Rovné kolejnice + zatáčka 90°. Nosnost 200 kg. Je určen také pro nácvič chůze imobilních osob. Součástí je vak pro zvedání a přesun + postroj pro vertikalizaci a nácvič chůze. Cena: 20 tisíc Kč, při vlastní demontáži a odvozu sleva 5 tisíc Kč. Kontakt: A. Šnajdar, Znojmo, tel. 732 264 197, e-mail: snajdar.antonin@seznam.cz.



• Prodám vůz Suzuki Swift 1.3, 50 kW, r. v. 1998, najeto 51 tis. km, platná STK, eco neplaceno. Úprava pro vozičkáře: ruční ovládání – plyn kroužek na volantu, brzda na pravou ruku, el. ovládaná automatická spojka Quidosimplex, vše plně funkční. Auto je po starším pánovi, koupil

jsem ho jako náhradní vůz. Cena pro držitele průkazu ZTP: 15 tisíc Kč. Kontakt: David Kosina, 281 27 Krakovany 108, tel. 702 833 118.



• Prodám magnetoterapeutický přístroj Biomag Mondoo – velký kruh, podložku a malou podložku. Cena 10 tisíc Kč. V případě zájmu volejte na mobil. č. 602 183 337, nebo v odpoledních hodinách na mobil. č. 602 139 933.



## SEZNÁMENÍ

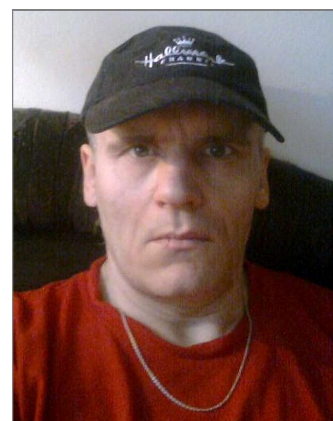
• Rád bych poznal jako kamarádku pohlednou neobézní ženu. Pošlete foto, také pošlu. Jako muž jsem v pořádku, bez tělesného postižení, nejsem nijak nemocen, pouze s narušenou rovnováhou a pomalou mluvou následkem autonehody ve službě jako policista. Je mi 50 let, štíhlý, nekuřák, nepiji, kamarádský, dobrosrdečný, bezproblémový klidřas. Jsem 15 let rozveden (ne vlastní vinou). Mám pěkný byt 2+1 v Orlové s hostovským po-

## Přihláška k odběru magazínu VOZKA

### Přihlásit se můžete

- **telefonicky:**
  - tel. redakce: 596 783 174 (10-17 h)
  - tel. vydavatele - Ostravská organizace vozičkářů, spolek: 596 786 353 (8-13 h)
- **e-mailem:** dzido.petr@vozka.org (redakce)
- **více informací:** www.vozka.org

kojem s plným vybavením. Kontakt: tel. 737 546 293 (podvodnice nevolejte).



## OSOBNÍ ASISTENCE

• Nabízím doprovody na společenské akce, procházky po městě, k lékaři, na nákupy, apod. Pracuji jako osobní asistentka v registrované sociál. službě Muži a ženy, o.p.s. Mám několikaletou praxi v tomto oboru, mými klienty jsou senioři a osoby se zdravot. postižením. Samozřejmostí je pečlivost, zodpovědnost a přátelský přístup. Místem mého působení je jihočeský Písek. Cena služby 90 Kč/hod. Kontakt: Eva Mašková, EUhlirova@seznam.cz, tel: 608 873 493. Na shledanou třeba už na příštích Píseckých slavnostech!

## VOZKA

Magazín  
o životě  
a pro život  
na vozíku

Rady,  
inspirace  
a motivace

www.vozka.org

**Vydává:** Ostravská organizace vozičkářů, spolek; Horymírova 3054/121, 700 30 Ostrava 30, www.vozickari-ostava.cz, tel. 596 786 353, IČO: 66933579 ■ **Magazín Vozka**, č. ú.: 2701107774/2010 (Fio banka) ■ **internet:** www.vozka.org ■ **Facebook:** https://www.facebook.com/magazinvozka ■ **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 ■ **Předplatně, 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 Falciniková (bf) ■ **Stálí dopisovatelé:** Miroslav Filipčík (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:** 1 230 ks ■ **Distribuci** pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele Česká pošta, s. p., Postservis, Poděbradská 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, Magistrátu města Ostravy, Nadace ČEZ, 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.



Doporučuje David Drahonínský,  
paralympijský medailista v lukostřelbě



#### Actreen® Hi-Lite Cath

- Bezpečný, zdravotně a ekologicky nezávadný katétr
- Snadné zavádění, složitelnost, nezalámá se
- Připraven ihned k použití
- Garance lubrikace katétru 60 min od jeho otevření



#### Actreen® Hi-Lite Set

- Sběrný močový sáček s kapacitou 1l a s anti-refluxní chlopní
- Lehký, skladný, jednoduché zavádění
- Diskrétní balení

## Actreen® Hi-Lite Cath Actreen® Hi-Lite Set

NOVÁ GENERACE POTAHOVANÝCH MOČOVÝCH KATÉTRŮ  
A KATÉTRŮ SE SBĚRNÝM SÁČKEM

B. Braun Medical s.r.o. | [www.bbraun.cz](http://www.bbraun.cz) | [www.actreen.cz](http://www.actreen.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](http://www.kalpe.cz) email: [kalpe@volny.cz](mailto:kalpe@volny.cz) tel: +420 737 289 277 +420 737 289 275 Facebook a YouTube: Kalpe.reha



# Brzy uvedeme na trh nové modely bezbariérových automobilů

## Zůstaňte aktivní s bezbariérovými vozy od API CZ

- ✓ Montáž ručního řízení i v místě bydliště
- ✓ FlexiRampy, zvedací plošiny, robot na nakládání invalidního vozíku
- ✓ Otočné sedačky, nakládací jeřábky, schůdky...
- ✓ Vlastní výzkum a vývoj, globální homologace
- ✓ Záruční i pozáruční servis, zápis do TP



[www.apicz.com](http://www.apicz.com)

[www.flexiramp.com](http://www.flexiramp.com)