



**ŠATNÍ SKŘIŇ**  
Pohodlnější bydlení

**PŘÍSPĚVEK NA PĚČI V PRAXI?**  
Mezery sociálního systému

**KRÁLOVSTVÍ ZE SOLI**  
Výlety a pobyty

č. 3/09

RADY, INSPIRACE A MOTIVACE PRO ŽIVOT NA VOZÍČKU

Poslední  
šance vyhrát  
el. vozík

# VOZKA

Schůze OOV

Ročník XII.

Severomoravský magazín pro vozíčkáře a jejich přátele

8. října 2009



Astrofyzik Hawking, patrně neznámější vozíčkář na světě – str. 16

## Moje žena věděla, do čeho jde, říká Tomáš Graubner

Tomáše Graubnera mi doporučila moje dobrá známá, říká: „Je na vozíku a je to super kluk. Umí si i ze sebe udělat legraci, ten by stál za rozhovor...“ Když jsem Tomášovi poprvé volala s prosbou o rozhovor, požádal mě, abych zavolala později, že má jednání. Podruhé už momentálně čas měl, ale na žádost o odpověď na několik otázek pro magazín VOZKA se smutně zeptal: „A jak moc to spěchá?“

Nakonec si Tomáš Graubner ve svém prací a rodinou nabitým programu čas udělal.

• **Tomáši, zeptám se nejprve na současnost. Jak žijete a co děláte?**

Bydlím s rodinou ve Zlíně, letos je mi 39 let. Hned po vysoké škole v Brně, kterou jsem už dodělával na vozíku, jsem začal pracovat s kamarádem ve firmě, která měla tehdy tři zaměstnance. Jen pro dokreslení – dnes jich má 150. Co se mého zaměstnání týká – kreslím na počítači ocelové konstrukce, takový Merkur pro dospělé. Takhle dávat věci dohromady mě bavilo, když jsem byl malý, a baví mě to i teď. K tomu provo-

zuji ještě Dobrou Čajovnu ve Zlíně, i když teď už vůbec nechápu, jak jsem mohl kdysi vybudovat. Ale provoz je zaběhlý a já si do ní chodím posedět, a k tomu zvládám trochu toho administrativního papírování.

• **Říkáte, že jste školu dodělával na vozíku, co se tehdy stalo?**

Ve svých dvaadvaceti letech jsem jednoho dne skočil do mēlké vody. Zlomil jsem si krční páteř. Bezprostředně po úraze jsem nebyl v bezvědomí, takže si pamatuji, že první myšlenka, co mě napadla, byla: „Už nikdy nebudeš chodit“. Smířený jsem byl s důsledky asi od začátku. Pak jsem se ještě dodatečně smířil s tím, že budou částečně ochrnuté i ruce. Ošetřující lékař mi tehdy na rovinu řekl, že chodit už nikdy nebudu, a s čím budu moci aspoň trochu pohnout, když



Tomáš Graubner ze Zlína pracuje jako konstruktér a provozuje Dobrou čajovnu. Foto: archiv T. G.

se budu hodně snažit. A ono to tak je. Naštěstí díky práci a rodině nemám téměř žádný volný čas, a proto ani nepřemýšlím nad tím, *co by bylo kdyby*.

• **Ne každému vyhovuje takové jednání narovinu, zejména v tak těžkém případě. Někdo by dal přednost trochu podpůrné naději...**

Lékař asi moc dobře věděl, že pro mě to je to nejlepší, co mohl udělat – říct mi to narovinu.

*Pokračování na str. 59*

## První český mistr Evropy v boccie

Mistrovství Evropy v boccie (paralympijská úprava petanque pro vozíčkáře) v portugalském Povoia de Varzim přineslo pro Českou republiku nečekaný úspěch. **Radek Procházka** se stal ve čtvrtek 2. 7. 2009 prvním českým mistrem Evropy v boccie. Ve finále soutěže jednotlivců kategorie BC4 překonal domácího Fernanda Pereiru. Procházka je čtyřladvacetiletý vozíčkář z Kladna, který závodí za **TJ Léčebna Košumberk**. Mezi jeho největší úspěchy patří dvojitě čtvrté místo z MS 2006 v Brazílii a bronzová medaile ze soutěže párů na paralympiádě v Pekingu 2008. Na národní scéně působí jako několikanásobný mistr ČR a vítěz OZP Cupu (celoroční průběžná soutěž). Před šestnácti roky ho srazil opilý řidič. Při následné rehabilitaci v léčebně v Luži začal sportovat a v současnosti je nejlepším českým boccistou.

*Více na straně 43. • Foto: archiv TJ Léčebna Košumberk*



# Pride Q6000

**Pride**  
Mobility Products Corp.

## Nový elektrický exteriérový vozík

Vozík moderní koncepce se středním pohonem



### Jazzy 600

Inteligentní »šestikolka«  
s maximální stabilitou



### Pride R4000

Robustní vozík se zadním  
pohonem do náročných terénů



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

ATHAMAS s.r.o., Ostrava, Nádražní 86, tel.: 725 763 361, 605 217 660, 553 655 177, mail: [info@pride.cz](mailto:info@pride.cz)

**vše plně hrazeno ze zdravotního pojištění**

# 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.

Jan Píbal - JP SERVIS  
Na Městečku 137  
387 51 Štěkeň

provoz: +420 383 393 249  
mobil: +420 606 613 239

url: [www.jpservis.eu](http://www.jpservis.eu)  
e-mail: [info@jpservis.eu](mailto:info@jpservis.eu)



KOMPLETNÍ ÚPRAVY AUTOMOBILŮ PRO TĚLESNĚ POSTIŽENÉ OSOBY  
PŘEPRAVA A SERVIS UPRAVOVANÝCH VOZIDEL ZAJIŠŤOVANÁ PO CELÉ ČR  
12 LET PROFESIONÁLNÍ PRÁCE V OBORU

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



## Karlovarská Univerzita vítá i hendikepované

Nový vzdělávací projekt připravila Krajská knihovna Karlovy Vary. Od října 2009 bude pořádat mimoškolní zájmové vzdělávání pod názvem Univerzita volného času pro všechny věkové kategorie dospělých, a vzhledem k úplné bezbariérovosti knihovny i pro tělesně postižené. Zájemci si mohou rozšířit vědomosti na přednáškách odborných lektorů. Budou například pořádány *kurzy Práce s počítačem, Trénování paměti, kurz Arteterapie, Britské literatury, kurz Vybrané kapitoly dějin umění*. Další informace na [www.knihovna.kvary.cz](http://www.knihovna.kvary.cz) nebo 353 502 845.

## Přednáška pro sociální pracovníky

V rámci letošního říjnového veletrhu MedicalFair a Rehaprotex se uskuteční prezentace neziskových organizací. Liga vozíčkářů zve všechny zájemce 20. října do Kongresového centra BVV, Výstaviště 1, Brno, sál E na přednášku *Sociální poradenství pro osoby se zdravotním postižením – minimum pro sociální pracovníky*, v níž bude možné se seznámit s informacemi o invalidních důchodech, příspěvcích s důrazem na příspěvek na péči a výhodách pro zdravotně postižené (průkazy mimořádných výhod, slevy).



## Gabriel nabízí ubytování zdarma

Penzion Gabriel nabízí pro osoby se zdravotním postižením ubytování zdarma, podmínkou je pouze konzumace jídla, alespoň polopenze. Penzion se nachází v *obci Nová Lesná*, podrobněji je popsán na webových stránkách [www.penziongabriel.wbl.sk](http://www.penziongabriel.wbl.sk).

## Chcete aktivně sportovat na elektrickém vozíku?

Zájemcům z řad vozíčkářů a nadšenců

aktivního sportu je směřována nabídka sportovního klubu EWSC LITA SPORT Praha, a to prostřednictvím hry Electric Wheelchair Hockey neboli *florbal na elektrických vozíčkách*. EWH je bezkontaktním sportem, obsahujícím vše, co by kolektivní hra obsahovat měla, totiž náboj, zápal, rychlost, krásné akce a góly. Zájemci se mohou přijít podívat na trénink, okouknout hru a sami si vše vyzkoušet. Tréninky probíhají během školního roku každý pátek od 18.30 do 20.00 hod v tělocvičně ZŠ Brdičkova na Praze 13.

## O zvládání SMA

Prostřednictvím Evropského sociálního fondu a státního rozpočtu byl podpořen projekt *Učíme se zvládat SMA*. Projekt bude probíhat až do května 2011 a je rozdělen na dvě klíčové aktivity:

1) Podpora sociálního začleňování, usnadnění pracovního uplatnění a sebe-realizace osob pečujících o osobu blízkou s onemocněním SMA uskutečněním vzdělávacích aktivit pro osoby pečující, a to formou e-learningového kurzu a na víkendových vzdělávacích akcích.

2) Zvyšování kvality služeb prostřednictvím vzdělávání zaměstnanců sdružení Kolpingova rodina Smečno, kde budou probíhat kurzy akreditované MPSV podle vzdělávacích potřeb.

## Ochrannou známku Práce postižených může jako první používat Ergotep

Historicky první předání certifikátu k užívání ochranné známky „Práce postižených“ proběhlo 25. srpna 2009 ve firmě Ergotep, která zaměstnává na 120 osob se zdravotním postižením. Jedná se o unikátní projekt, který vytváří systém a podmínky pro označování výrobků ochrannou značkou „Práce postižených“, kterým budou označovány ty výrobky, které zdravotně postižené osoby skutečně a prokazatelně vyrobily, kompletovaly nebo balily. Smyslem značky je *podpořit, zviditelnit a propagovat produkty a práci osob se zdravotním hendikepem i jejich zaměstnavatele*. Více o ochranné známce Práce postižených najdete na [www.pracepostizenych.cz](http://www.pracepostizenych.cz).

## Nový web pro pečující

Nový web pro ty, kteří doma pečují o seniory, je v provozu od poloviny srpna. Na adrese <http://www.pecujdoma.cz/> rodinní pečovatelé najdou rady a informace z oblasti ošetrovatelské, medicínské, sociální i právní. Web je informuje, vzdělává, seznamuje s jejich právy a nároky a napomáhá přístupu ke službám. *Zdarma jsou ke stažení publikace i zpravodaj o domácí péči.*

(bf)

## Obsah čísla

ZPRAVODAJSTVÍ .....	1-6
KOMENTÁŘ.....	5
SCHŮZE OOV – POZVÁNKA.....	5
ČERNÁ KRONIKA .....	6
SOCIÁLNÍ SLUŽBY .....	7-12
ZAMĚSTNÁNÍ.....	13-15
VZDĚLÁVÁNÍ.....	13-18
NOVÉ KNIHY.....	18
CIZÍ SLOVA .....	18
ZDRAVOTNICTVÍ .....	9, 19-22
ZDRAVOTECHNIKA .....	23-29
VÝSTAVA – POZVÁNKA.....	26
MOTORISMUS .....	30-34
DOPRAVA .....	22-34
KULTURA .....	35-39
SPORT .....	40-48
OSUDY ŠAMPIONŮ .....	44
CESTOVÁNÍ .....	47, 49-51
POBYTY .....	52-55
VZTAHY .....	56-58
VÁŠ PŘÍBĚH .....	58
ROZHOVOR .....	59
ZE ŽIVOTA .....	59-56
NEZISKOVKY .....	65
PORADNA .....	66-71
VAŘÍME S VOZKOU.....	71
BYDLENÍ.....	72
VOLNÝ ČAS .....	73-77
SOUTĚŽE .....	73-55
ERGOTERAPIE PRO RADOST .....	76
INZERCE .....	78
PŘIHLÁŠKA VOZKA.....	78
TIRÁŽ .....	78

## Přílohy

REKLAMNÍ BAREVNÉ STRÁNKY  
VLOŽENÝ REKLAMNÍ LIST

## Osobnosti

**Gerhard van Swieten**, \* 7. 5. 1700, † 8. 6. 1772. Nizozemský lékař. Od roku 1745 osobní lékař Marie Terezie. Ideolog tereziánských osvícenských reform; zakladatel rakouského moderního lékařství, zasadil se o reformu vídeňské univerzity, zejména lékařské fakulty, a o výstavbu nemocnic.

## Z myšlenek moudrých

*Pokud budete se vším čekat, až nastane pravý okamžik, pravděpodobně nikdy nic neuděláte.*

Win Borcem

## Gymnázium odstranilo bariéry

Na Gymnáziu Ostrava-Hrabůvka budou moci bez překážek studovat tělesně hendikepovaní studenti. Škola má nový výtah a bezbariérové sociální zařízení.

Nápad postavit ve škole výtah, bezbariérový vstup a sociální zařízení pro vozíčkáře vznikl po loňské tragické železniční nehodě ve Studénce. Ve vlaku, na který tady 8. srpna spadl most, seděl také student oktávy tohoto gymnázia Jan Bulušek. Přišel o obě nohy. Jeho kamarádi i učitelé od té doby dělali všechno pro to, aby se mohl vrátit zpátky do školy a odmaturovat.

### Přece jen to jde...

Na podzim pro Honzu uspořádali dobořinný koncert, na němž vystoupil i písničkář Jaromír Nohavica, zorganizovali sbírku, zařídili chlapci individuální studijní plán. Profesori ho jezdili zkoušet do nemocnice, kde ho také pravidelně navštěvovali spolužáci. A když vedení školy vyjednalo na krajském úřadu dvouapůlmilionovou dotaci, aby se mohly v budově školy provést stavební úpravy, byl na světě příklad neobyčejné solidarity a snahy pomoci lidem s postižením. V květnu bylo vše hotovo.

„Obvod Ostrava-Jih přispěl zraněnému mladíkovi padesáti tisíci korunami. Je to to nejmenší, co jsme pro něj mohli udělat. Jsem rád, že máme v obvodu školu, kde mohou studovat i tělesně postižení studenti,“ uvedl starosta Ostravy-Jihu Karel Sibinský.

### Nejen pro studenty, ale i pro zaměstnance s hendikepem

Těžce zraněný Honza Bulušek dokonce výtah nepotřeboval. Dokázal se naučit chodit na protézách a úspěšně odmaturoval. „Zařízení, které jsme nechali postavit, bude sloužit dalším zájemcům o studium. Ti se tady doposud nemohli vzdělávat, protože jsme k tomu neměli podmínky. Nemohli se například kvůli schodům dostat do budovy,“ vysvětlil ředitel gymnázia Josef Svrčina s tím, že úpravy a nové vybavení budou moci využívat také studenti, profesori a další zaměstnanci školy po nejrůznějších úrazech a zraněních.

Zdroj: [www.moravskoslezsky.denik.cz](http://www.moravskoslezsky.denik.cz), (pp)

**Kontakt:** Gymnázium, Ostrava-Hrabůvka, příspěv. org., Fr. Hajdy 34/1429, 700 30 Ostrava-Hrabůvka, tel. 596 711 829, 596 712 216, e-mail: kancelar@ghrabuvka.cz, [www.ghrabuvka.cz](http://www.ghrabuvka.cz).

## Pamatovali i na byty pro nízkopříjmové vozíčkáře

Dům pro sociálně slabé občany byl slavnostně otevřen v Plánické ulici v **Klatovech**. Do objektu s 23 nájemními byty, který přišel na téměř 40 milionů korun, se první nájemníci nastěhovali v září. **Žít tu ale budou moci jen po omezenou dobu.**

„Jsou tu malometrážní byty, od jedna plus kuchyňský kout, až po tři plus kuchyňský kout. Rozměry jsou 45 až 60 metrů čtverečních. Tři byty jsou tzv. upravitelné, což znamená, že jsou **bezbariérové**, určené pro osoby se zdravotním postižením,“ informovala ředitelka klatovské Správy nemovitostí Jiřina Adámková.

Zájemci o bydlení v objektu, kterých je zatím devětadvacet, musejí splnit několik podmínek.

„Nájemníci musejí mít určitý příjem, aby mohli hradit nájem. Zároveň ale musejí patřit do kategorie nízkopříjmových občanů. Smlouvy jsou na dva roky, a pokud bude více zájemců, což nyní je, bude se losovat,“ řekla klatovská místostarostka Věra Tomaierová.

### Startovací byty

Objekt přišel na 38 milionů korun, z toho necelých 15 milionů je hrazeno ze státního programu na podporu bydlení, zbytek financovala radnice. „Podařilo se to nejen díky přidělené dotaci, ale i díky vůli zastupitelů. Myslím si, že jednoznačným cílem zastupitelstva je podporovat bydlení a výstavbu nájemních bytů, pokud se podaří získat státní dotaci. V tomto případě jde o výstavbu pro určitou skupinu obyvatelstva, která si nemůže dovolit hypotéku nebo pořídit vlastní bydlení. Pracovně tomu říkáme startovací byty,“ uvedl klatovský starosta Rudolf Salvetr s tím, že tři tzv. upravitelné **byty budou přidělovány ve spolupráci s odborem sociálních věcí**, aby se pokryly potřeby vozíčkářů. Starosta Salvetr dále potvrdil, že je do budoucna pravděpodobné, že v Klatovech **vyrostou další podobné domy**. „Do domu se nastěhují lidé, kteří sice mají nízké příjmy, ale jsou schopni platit nájem. Rozhodně nejde o asociální jedince, kteří mají zájem ničit,“ uklidňuje obyvatele v sousedství starosta města.

Týdeník Klatovska, (di)

## Vozíčkáři – výletníci, přispějte svými tipy!

Provozovatel internetových portálů pro volný čas, společnost **Paseo**, připravuje na jednom ze svých klíčových internetových portálů [www.vyletnik.cz](http://www.vyletnik.cz) tipy na výlety pro vozíčkáře. Vyletnik.cz popisuje většinu turistických cílů v České republice, ale doposud chybí označení o tom, která místa jsou s bezbariérovým přístupem.

Pan Josef Jarmara nám za provozovatele Vyletnik.cz sdělil: „Rádi bychom využili zkušenosti vozíčkářů, kteří tráví svůj volný čas cestováním po republice a kteří se rádi podělí o své zkušenosti s ostatními. Informace, které tímto a dalšími způsoby o turistických cílech získáme, zpracujeme do takové podoby, aby bylo jednoduché taková místa vyhledávat i podle přístupnosti. Bezbariérové tipy na výlety pak budou označeny i viditelnou ikonkou. Věříme, že ve spolupráci s provozovatelem turistických cílů a samotnými vozíčkáři získáme užitečné informace pro ostatní uživatele co nejdříve.“

Obracíme se ve spolupráci s magazínem Vozka na ty vozíčkáře, kteří mohou z vlastní zkušenosti cokoli sdělit o přístupnosti turistických cílů v České republice. Případně Vaše zkušenosti, které s tímto tématem souvisí. Proto jsme zprovoznili na internetové adrese <http://forum.vyletnik.cz> diskusní fórum, kde je jedno z témat věnováno tipům na výlety pro vozíčkáře. Fórum by mělo sloužit pro výměnu informací mezi vozíčkáři a pro naši redakci také jako zdroj informací pro aktualizaci dat.

Budeme rádi, když budete zakládat i nová témata ve fóru a volně diskutovat s ostatními uživateli. A to například na téma ochrany přírody, devastace památek, staveb hyzdících krajiny a podobně.

Za naši společnost můžeme slíbit, že se tématice přístupnosti turistických cílů budeme intenzivně věnovat tak, abychom na internetovém portálu Vyletnik.cz poskytovali vždy co nejaktuálnější informace o tipech na výlety v České republice a konaných akcích.“

(pp)



## Pozvánka pro členy OOV na valnou hromadu

Srdečně vás zveme na valnou hromadu Ostravské organizace vozíčkářů, která se bude konat jako obvykle v jídelně bezbariérového Domu s pečovatelskou službou (DPS) na Horymírově ulici v Ostravě-Zábřehu, a to dne 29. října 2009 v 15 hodin. Info: 596 786 353.

### Program

1. Zahájení.
2. Volba mandátové a návrhové komise.
3. Zpráva o plnění plánu činnosti a finančního plánu za rok 2008 a 1–8 měsíců období roků 2008–2009.
4. Zpráva kontrolní a revizní komise za rok 2008.
5. Plán činnosti a finanční rozpočet na rok 2010.
6. Diskuse.
7. Schválení návrhu usnesení.
8. Závěr.

Těšíme se na vaši bohatou účast!

*Správní rada*



Místo konání valné hromady OOV: DPS na Horymírově ulici v Ostravě-Zábřehu

## Rybářský server zve (nejen) vozíčkáře

Na serveru MRK.cz, který se zabývá rybářskou tematikou, byla založena zvláštní diskusní skupina pro rybařící osoby se zdravotním postižením, se zaměřením na vozíčkáře či osoby s tělesným hendikepem.

Při pobytech u vody lze potkat čím dál více rybařů na vozíku. Vzájemná výměna zkušeností prostřednictvím diskuze je tedy dobrým nápadem. Sdílet lze např. dostupnost jednotlivých míst na rybaření, kde jsou zřízena přímo místa pro vozíčká-

ře, potřebné vybavení, výroby pomůcek pro navazování uzlů, nadhazování apod.

Autor serveru se nebrání další možné spolupráci v tomto oboru (např. s chráněnými dílnami – možnost vyrábět pomůcky pro zdravotně postižené rybáře atd.

Diskuzi naleznete na [www.mrk.cz/diskuse.php?id=621590](http://www.mrk.cz/diskuse.php?id=621590).

*Zdroj: Liga vozíčkářů, Helpnet*

**Další kontakt:** Bc. Martin Mařák – šéfredaktor, správce, programátor, tel. 602 70 66 99.



## Zdravotně znevýhodnění, POZOR!

Jestliže jste byli uznáni osobami **zdravotně znevýhodněnými** okresní správou sociálního zabezpečení zejména v době od 1. 10. 2004 do 1. 7. 2006, **skončila vám platnost tohoto rozhodnutí k 30. 6. 2009.**

Pozor, ke skončení platnosti **dochází ze zákona**, čili skutečnost, že rozhodnutí o přiznání statusu osoby se zdravotním postižením bylo vydáno na delší dobu, případně s platností trvalou, na zániku ke dni 30. 6. 2009 nemůže nic změnit. **O nové přiznání statusu osoby zdravotně znevýhodněné je třeba požádat příslušný úřad práce.**

Skončení platnosti rozhodnutí o zdravotním znevýhodnění se **netýká osob, které byly uznány plně či částečně invalidní, ani těch kterým bylo zdravotní znevýhodnění přiznáno úřadem práce.**

Pokud znáte někoho ve svém okolí, na koho se ukončení platnosti statusu osoby se zdravotním postižením vztahuje, upozorněte ho na to. Zaměstnavatelé by měli provést kontrolu osob se zdravotním znevýhodněním a v případě, že někomu končí platnost rozhodnutí o zdravotním znevýhodnění, upozornit ho na nutnost podat si žádost na úřad práce.

(di)

### Komentář

## Jako ve westernu

*Petr Dzido*



Zlé časy dolehly ke dveřím úřadovny provinčního českého státečku. Šerif John Fischer se rozhoduje odhodlaně jim čelit, ale desperád z prerie vyrazí dveře, aby vyloupil státní kasu.

S ústím hrozivé winchestrovky na čele šerif Fischer usedá ke stolu, pamatujícímu celou plejádu předchozích setsakra špatně skončivších šerifů. Neozbrojený pomocník šerifa, úředník s klotovými rukávy financ Edy Janota, otevírá trezor s penězi a zmáhá se jen na škrtnání položek v účetní knize.

Škrtná výdaje pro poskytovatele sociálních služeb a nevládní organizace poskytující služby i lidem s tělesným či mentálním postižením, kteří se v době ekonomické krize dostanou do nesnází. Těch „nevládek“, které projevují schopnost kultivující se nezdívočelé lidské společnosti postarat se o potřebné ve vlastních řadách a ve svém okolí zachovávat nepostradatelnou mravní a hodnotovou páteř celé společnosti. Těch „nevládek“, které poskytují také odborné zázemí dobrovolníkům a asistentům, kteří mají vitalitu a kuráž pomáhat potřebným. Budou-li ve státní kase chybět tyto prostředky, seniorům, postiženým a vážně nemocným lidem, hrozí, že si nebudou moci dovolit asistenty, kteří jim dojdou na nákup nebo je umyjí.

A další peníze mizí ve vaku bandity a financ jen škrtná a škrtná další položky. Nakonec psanec s napřaženou puškou a lupem vycouvá z oficíny, vyhoupane se do stříbrem zdobeného sedla svého oře a mizí v drsné prerii. Prostí občané městečka, dosud apatičtí k dění v šerifově úřadovně, začínají láteřit, ale mohou nabídnout už jen své zatracené drsné nadávky. Když se prach usadí, prodře se jejich řadami volená městská smetánka, aby financovi poradila, odkud doplnit vybračovanou kasu. Za zavřenými dveřmi a s palci pohodlně zavěšenými za kapsičkami svých vest vedou financovo pero: zvýšit daně občanů, daň za cenu ovsa pro jejich koně a whisky, pokrátit co se dá, a máme to zpátky. Některé naše bezvýznamné požitky trochu ponížíme, aby se neřeklo, že nejsme s tam těmi venku, není-liž pravda, ctihodní zastupitelé?

A jak tento hollywoodský škvár nakonec dopadne? V klasickém westernu vždy vítězí spravedlnost. Vždyť publikum si chce z kina odnést očekávání happyendu do svého života, příště by přece na představení nepřišlo. V dnešní době však producenti zvykají publikum na thrillery a zdá se, že ti jim to baští.



## Opilý vozíčkář se honil s policisty



V Bielefeldu na západě Německa policisté počátkem srpna honili opilého vozíčkáře, který nechtěl zastavit a podrobit se dechové zkoušce. Podle agentury DPA chtěli policisté zkontrolovat 44letého invalidu, který již v minulosti několikrát vyjel se svým elektrickým vozíkem opilý. Když ale u něho zastavili s autem, muž znenadání zabočil na cestu pro pěší a snažil se jim ujet. Policisté se za vozíčkářem rozběhli, ten ale různé kličkoval a zrychloval. V jednu chvíli jel rychlostí až 25 kilometrů v hodině, pak po svých pronásledovatelích hodil kufřík. Jeden z policistů přes kufřík upadl, při pádu se potloukl a odřel. Invalidnímu muži ale útěk nebyl nic platný, muži zákona totiž věděli, kde bydlí. Počkali na něj doma, vzali mu vzorek krve a prozatím mu zakázali jezdit v elektrickém vozíku.

*Zdroj: ČTK, foto: Reprofoto*

## Vozíčkářka se utopila v rybníce



Náhodný kolemjdoucí objevil v druhé polovině června v rybníce v Praze 5 Motole tělo utonulé ženy a invalidní vozík. Přivolání hasiči dostali tělo i vozík na břeh. Policie bude případ šetřit jako násilný čin a prověří možné příčiny, když mohlo jít také o sebevraždu nebo nešťastnou náhodu vlivem technické závady. Žena u sebe neměla doklady a v kalné

vodě je nenašli ani potápěči. Policisté až později během dne identifikovali ženu jako pětapadesátiletou místní obyvatelku. Prvotní ohledání neukazuje, že by někdo vozíčkářku do rybníka srazil. Kolem rybníka našli policisté kousky pečiva, jimiž vozíčkářka nejspíš krmila vodní ptactvo. Proto bude kromě pitvy důkladně prověřen i elektrický vozík.

*Zdroj: Novinky, foto: Internet*

## Shodil vozíčkáře, ten do něj zapíchl nůž

V nemocnici skončil první prázdninový den odpoledne pětáctyřicetiletý muž poté, co po slovní rozepři v Olomouci na parkovišti před obchodním domem na Zikově ulici fyzicky napadl o čtyři roky staršího tělesně postiženého muže a shodil jej z vozíku. Vozíčkář ale nelenil a pomstil se po způsobu vrhače nožů. Byl z jeho pohledu úspěšný, protože nůž se útočníkovi zapíchl do břicha. S tímto zraněním byl převezen do nemocnice. Nutno podotknout, že oba výtečníci byli pod vlivem alkoholu, v době konfliktu ho měli v krvi přes dvě promile.

*Zdroj: Právo*



## Mlácení ženy berlí po italsku?

Necítím se vinný, tvrdil koncem června před odvolacím brněnským Krajským soudem invalida, kterého okresní soud v Blansku poslal letos v dubnu na dva roky za mříže za týrání manželky. Odvolání bylo úspěšné, neboť senát rozsudek zrušil a věc vrátil k novému projednání.

Podle původního verdiktu se měl odsouzený pod vlivem alkoholu měnit v zuřivce, který i před svými dětmi ve věku devět a pět let vulgárně urážel a obviňoval z nevěry svou manželku, a po několika měsících teroru pak přešel i k pádnějším argumentům, jako byly pěsti, kopance a dokonce údery berlí. Podle soudkyně ve finále svou ženu napadl tak, že když ležela v posteli, nejdříve ji nakopl, pak poplival, vulgárně nadával a vylil jí na obličej z hrnečku šťávu, přičemž prázdný hrnek po ženě posléze hodil a trefil ji do hlavy. Muž tvrdí, že vše je jen pomsta jeho ženy, která se chce zmocnit společného rodinného domku. „Hrnek jsem sice po ní hodil, trefit jsem ji ale nechtěl. Když jsme se hádali, tak jsme si nadávali oboustranně. V poslední fázi bylo naše manželství už trochu italské,“ prohlásil u soudu údaj-

ný zuřivec a násilník. Nové soudní jednání bude následovat až po provedení psychologických posudků obou manželů.

*Zdroj: Právo*

## Revizor mě zmlátil, tvrdí invalida



Revizor zbil invalidu. Toto oznámení od června prověřuje policie v Plzni. Záležitost ale pro ně není zcela jednoznačná – oběť tvrdí, že revizor ji dvakrát srazil k zemi. Naproti tomu nadřízený revizora má za to, že obětí útoku byl jeho zaměstnanec.

Vše začalo v trolejbusu číslo 12. Dva revizoři kontrolovali studentku Káťu. „Dělala jsem maturitu. Celý týden před zkouškou jsem se doma učila a neuvědomila jsem si, že mám propadlou tramvajenku. Revizor chtěl po mě 600 Kč bez bločku hned, nebo pak 1 000 Kč,“ popsala dívka. Neměla u sebe peníze, a revizor ji proto doprovodil k obchodu jejího otce Georgije Alaniji. „Když jsem tomu chlápku platil pokutu, požádal jsem ho, ať mi ukáže legitimaci. Chtěl jsem se ujistit, že je to opravdový revizor a ne nějaký podvodník,“ líčí začátek konfliktu Alanija. Podle něj revizor tvrdil, že nic ukazovat nemusí. „Dceři jsem řekl, že je to divné a ať volá policii. On něco vytáhl a mávnul mi s tím před nose,“ říká Alanija a jeho dcera dodává: „Najednou přiběhl ten druhý revizor. Tátu praštil a ten spadl na zem. Ležel tam, vyhrnul si nohavici a ukazoval mu, že má protézu. Chtěl, aby ho nechal.“ Alanija chtěl revizoři zadržet, aby vše vyřešila policie. „Dostal jsem další ránu do hrudníku a opět jsem sletěl na zem. Já po něm sáhl a roztrhl mu košili. Pak oba ti chlápci utekli,“ dodal Alanija.

Vedení plzeňského Dopravního podniku věří verzi, kterou podali revizoři. „Pan Alanija našeho revizora napadl zezadu a poškodil mu oděv. Jednal agresivně a zřejmě tak své problémy občas řeší. Tak alespoň lze usuzovat ze zprostředkovaných informací,“ řekl k tomu ekonomický ředitel Plzeňských městských dopravních podniků Miroslav Kočica a dodal, že se případem bude zabývat, pokud policie prokáže vinu revizorů.

*Zdroj, foto: Blesk*

*Připravila: (bf)*

# Příspěvek na péči v praxi?

Tragédie pro některé potřebné i jejich rodiny...

Vážení čtenáři, v minulém vydání *Vozky* jsme vás požádali o vaše zkušenosti s institutem zvaným v naší legislativě „příspěvek na péči“. Uveřejňujeme dva názory, které symbolizují jakési dvě strany, tedy názory osob s postižením a názory těch pečujících...

## Babo rad', píše Monika Henčlová

„Následkem roztroušené sklerózy se ze mě stal kvadrupareтик. Mám čtvrtý stupeň závislosti a sama si neutřu ani nos. Snažím se pracovat, ale rozhoduji se, zda z vydělaných peněz zaplatit asistenci, nebo hypotéku. Můj manžel nechodí do zaměstnání a nadstandardně se o mě stará. Baví mě studovat zákony týkající se života osob se zdravotním postižením a hlavně mě baví právě zákon 108/2006 Sb. Jen na okraj – navrhovatelka tohoto zákona je mojí kamarádkou. Také se zajímám o obsah a dopady zákona 435/2004 Sb., přičemž díky NFOZP (Nadační fond pro podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením) se snažím s tímto zákonem aktivně pracovat a popř. navrhnout změny.

A nyní něco více konkrétního – díky zákonu 108/2006 Sb., už nemusí těžce zdravotně postižení žít v ústavech. A jak by si asi tvůrci tohoto zákona přáli – příspěvek na péči pro ně znamená téměř normální život. Určitě?

Veškeré samoobslužné činnosti za ně provede osobní asistent. Skutečností však zůstává, že ztrácíme pocit soukromí a získáváme nepřijemný pocit závislosti. Je však třeba si srovnat, že vždy je něco za něco. Sice nemám soukromí, ale jsou zajištěny mé základní potřeby v mnou vybraném prostředí. Je teď ze mě zkrátka velký šéf.

A teď několik čísel: příspěvek na péči pro těžce zdravotně postiženého ve IV. stupni závislosti (v ČR jde o 25 tisíc osob) činí podle novely zákona 12 000 korun. Péči potřebujeme 24 hodin denně. Pokud budu osobnímu asistentovi platit pouhých 50 Kč na hodinu, měsíčně zaplatím 36 000 korun. Od státu ale získám příspěvek 12 tisícovek, tzn., musím někde získat zbývajících 24 000 Kč. Jako těžce zdravotně postižená mohu pracovat např. v chráněné pracovní dílně. Zde však celou částku určitě nevydělám. Zákoník práce mi sice umožňuje mít několik pracovních úvazků (neřešme, že

mi to neumožňuje můj zdravotní stav). Klesá však pravděpodobnost, že mě zaměstná někdo další, protože podle zákona 435/2004Sb., §78 získá dotaci na zaměstnávání mé osoby pouze jeden zaměstnavatel, a to ten první. A teď babo rad'! Nebo spíše česká legislativo.“

Monika Henčlová

## Stačí výše příspěvku na péči?

„Máme syna se ZTP/P s poznámkou zvlášť velmi náročný na ošetřování, nutnost 24hodinové péče. A teď kupecké počty: 30 dní v měsíci x 24 hodin = 720 hodin: 11 000 Kč = 15,30 Kč na hodinu. A to bez nároku na volno, volné víkendy, dovolenou, nemluvě o psychické zátěži, pokud by na to byl skutečně jen jeden člověk. Přitom jsem, když byl syn na rehabilitaci, musela na sociálce podepsat, že o syna výhradně pečuje manžel. Tak to může vymyslet jen hlava. Pokud by byl ošetřovaný člen rodiny v ústavu, znamenalo by to 24 hodin : 8 hodinami (pracovní doba) = 3 zdravotní sestry, náklady na dovolenou, příplatky



za noční, svátky, režijní náklady – elektřina, voda, plyn, strava, léky, ubytování atp. Možná by se dalo mluvit o diskriminaci. A pak se ještě někdo zeptá, cože to celý den vlastně děláte? Vysvětlujte slepému barvy, kdo nezažil, neuvěří.

A jestli pokládám dotazník za objektivní? Tak ten dotazník opět vymyslela hlava. Na sociálce se mě ptali, zda syn rozezná rohlík od čaje, já řekla ano, a tak napsali, že se sám nají. Polévku jí 3/4 hodiny.

Nakonec jsme nesplnili podmínky pro ZTP/P asi o 3 body. Tak jsem „vstřícné“ paní úřednici řekla: „Jestliže my nesplňujeme podmínky na nejvyšší stupeň závislosti s tracheostomií, s pegem

a výživou do žaludku, s ležením a mytím na posteli, tak v tom případě to nesplňuje v tomhle státě vůbec nikdo!“ A ejhle, paní nakonec usoudila, že splňujeme.

Je ale pravda, že mi musela známá poradit, co se za těmi otázkami z dotazníku skrývá. Já naivka myslela, že na vše je odpověď ano a ne. To, že ty otázky se upřesňují, nikdo neprozradí. Bohužel, ony ty pracovnice na sociálce mají zřejmě pocit, že musí šetřit na potřebných. Asi aby zbylo více na podvodníky, kteří v tom umějí chodit a není na ně metr, natož kontrola. Tohle je jen můj osobní názor, který je podložen 5letou tvrdou zkušeností. A předem děkuji za to, že naše vláda spravedlivě ocení a zhodnotí na patřičné úrovni tuto psychicky a fyzicky náročnou práci.“

Vaše Aja

## Může, ale neudělá

Pečujeme o členku rodiny, která má lehkou mentální retardaci a kombinovanou vadu, konkrétně poruchu chování. Na těle je poměrně v pořádku, tedy nemá žádná tělesná postižení. Pro ni naštěstí, bohužel z hlediska příznání příspěvku na péči – „běda“. On ten zákon 108/2006 Sb., nyní novelizovaný, je totiž postavený zejména pro osoby s tělesným hendikepem. Opravdu ze srdce všem lidem s tělesným postižením přeji co nejvyšší podporu, bohužel, jako by už v hlavách a myslích odborníků a legislativců nezbylo místo, aby pomysleli i na hendikepy psychiatrické, popřípadě psychologické. Ona by si ta naše dcérka byla schopna kolem sebe ledacos udělat, ale prostě to neudělá. Nevydrží být o samotě, musí neustále svým velmi typickým pro okolí zátěžovým způsobem komunikovat, v noci nemůže být sama.

Přesto se do tabulek pro příspěvek na péči nevrhne, tudíž ji ani žádné sociální zařízení nepřijme. Sama žít nemůže – to pak „blázní“ ještě více. Bohužel musím říci, že i když jsme zjistili, že zdaleka nejsme s naším „případem“ sami, moc nás to neuklidňuje, ani nám to nepomáhá. A tak mám vzkaz pro ty, kteří rozhodují o zákonech – dělejte je pro všechny potřebné, myslíte moudřeji a na všechny...

Božena K.

Připravila: (bf)  
Zvýraznění: Vozka

## Představujeme ParaCENTRUM Fenix Brno

ParaCENTRUM Fenix je občanské sdružení pracující od října 2004 v Brně. Vzniklo poté, co Paraple Praha oznámilo zrušení své brněnské pobočky.

Cílovou skupinou ParaCentra jsou lidé po úrazu páteře a míchy nebo po jiných získaných poškozeních míchy, pohybující se převážně na vozíku. Smyslem činnosti centra je podat pomocnou ruku, a zajistit tak dostatek informací z oblasti sociální, právní a následné rehabilitace. Centrum nabízí služby *spinální jednotky* nebo *rehabilitační jednotky* a celkově připraví klienta na každodenní všední život v domácím prostředí. Zkušené terapeuti vedou individuální rehabilitační cvičení, pracují odděleně na dvou širokých lehátkách. Vedle standardních terabandů, míčů různých velikostí, činek či posilovacích sáčků na suché zipy je k dispozici také dobře konfigurovaná sestava TerapiMasteru, elektroprístroj BTL 5840 i s možností aplikace ultrazvuku, magnetoterapie či rašelinové sáčky na předehtání. Klienti mohou samostatně využívat motomed, vertikalizační pojezd Smove nebo žebříny. Procedura trvá 60 minut. K dispozici je také klinické vyšetření s využitím přístroje na měření rozložení tlaku po sedacím polštáři (systém pressure mapping).

### Rekvalifikační kurzy a jiná milá setkání

Další významnou činností centra jsou počítačové kurzy. Už není žádnou novinkou, že díky počítači člověk může získat práci a ekonomickou nezávislost bez ohledu na to, zda chodí či se pohybuje na vozíku. Klientům, kteří nemají možnost vlastní dopravy, je poskytnuta přeprava Fiatem Ducato. Vozidlo je bezbariérové a přepraví současně i 2 klienty na elektrickém vozíku.

Centrum organizuje různá setkání, tvořivé činnosti, sportovní a společenské akce. Např. zkrájí června se konal v překrásném prostředí minoritského kostela sv. Jana Křtitele a sv. Jana Evangelisty benefiční koncert ve prospěch ParaCENTRA. Gotické klenby a libé tóny potěšily duše i srdce

všech přítomných. Ohlas vzbudilo také „Vítání léta“, akce spojená s grilováním, malováním na kameny a vyzkoušením stroje Flexi-bar.



### Letní pobyt na Březejci

Jednoznačně nejoblíbenější akcí ParaCentra je týdenní rekondiční pobyt v přírodě. Ten se již podruhé uskutečnil v krásném lesním prostředí bezbariérového střediska Březejc (blízko Velkého Meziříčí). Sešlo se zde 12 klientů i s rodinnými příslušníky, dvě fyzioterapeutky, dva osobní asistenti, jeden počítačový mág, celkem 34 lidí a dva psi.

Den začínal v 8 h rozvíčkou pod vedením terapeutek a s využitím terabandů či overballů apod. Otušilci měli k dispozici venkovní bazén, handbike, možnost vycházek do lesa s oblíbeným sběrem hub. Úspěch měl také kurz digitální fotografie, při kterém PC mág Ondra vyrážel s frekventanty fotografovat motivy, a potom se společně na PC učili s vlastnoručně vyrobenými obrázky kouzla všech možných úprav.

Pod vedením paralympijské vítězky Evy Kacanu se klienti věnovali lehkootletickým disciplínám, děti absolvovaly celopobyto-

vou hru vrcholící hledáním pokladu, probíhal turnaj v pétanque. Připravena byla i dvě specifická odpoledne. Jedno přednáškové na téma cévkování, které vedla paní Zlata Richterová, druhé bylo podstatně fyzicky aktivnější – hodina cvičení s flexi-barem pod vedením dr. Toufarové.

Ohlas vzbudil výlet do Velkého Meziříčí a paintball nebo jiné pohybové aktivity v terénu. A navíc zde výborně vařili.

### Máme své místo na slunci

Organizační výbor „II. evropského symposia o sezení ve vozíku“, které se bude konat v září v irském Dublinu, přijal poster s názvem ParaCENTRUM Fenix Brno, Česká republika. Na posteru se představí okruhy hlavních činností centra spolu s fotografiemi. Plný text sdělení bude otištěn v kongresových materiálech, a tak se o Fenixu dozvědí i v jiných zemích. Je to již druhá mezinárodní aktivita Fenixu. Tou první a velice významnou bylo **získání řádného členství v ESCIF** (Evropská federace sdružující organizace lidí po úrazu páteře a míchy) v květnu na V. kongresu ve Vídni.

Další plánovanou mezinárodní akcí je prezentace centra opět formou posteru na „VI. setkání spinálních jednotek a spinálních rehabilitačních jednotek“, který bude počátkem října na Slovensku.

Zpracovala Hana Klusová

### Kontakty a další informace:

ParaCENTRUM Fenix, o. s., Netroufalky 3, 625 00 Brno, e-mail: info@paracentrum-fenix.cz, web: www.paracentrum-fenix.cz, tel. 547 210 382, 733 589 567.





# Ženám: přijďte na mamografický screening prsu 20. 10. 2009

Spojte návštěvu výstavy Rehaprotex v Brně s vyšetřením prsu!

Zveme všechny zdravotně postižené ženy od 40 let na preventivní mamografické vyšetření 20. října 2009 na pracoviště firmy femma s.r.o. na poliklinice v Brně-Židenicích.

Lidé se zdravotním postižením mohou mít komplikace při návštěvě zdravotnického zařízení. Tato skutečnost může být příčinou, že zdravotně postižené ženy věnují preventivnímu vyšetření prsních tkání málo pozornosti. Mamografický screening je hrazen z prostředků zdravot. pojištění podle právních předpisů, zejména podle vyhlášky MZ č.56/1997 Sb., ve znění vyhlášky č. 371/2002.

## Kam na vyšetření

Do akreditovaného pracoviště pro mamografický screening femma s.r.o. na poliklinice v Brně-Židenicích, Viniční 235. Od července 2009 je zde nainstalován nyní nejmodernější digitální mamograf v Evropě Senographe Essential GE. Prim. MUDr. Hana Říčková se diagnostice prsní tkáně věnuje více než 15 let.

## A navíc

1. Každou hodinu od 9 do 14 hodin budou lékaři různých odborností odpovídat na vaše dotazy v I. patře polikliniky.

2. Pracovníci Banco Popolare Vás budou informovat o novinkách ve světě financí.

3. Fa. Znovoz poradí, jaký dárek udělá radost babičkám.

4. MAMP nabídne přednášky a semináře zaměřené pro ženy, poradí s trendy v oblékání i v líčení. Dozvíte se i trendy z oblasti manikúry a kosmetiky.

Sejdeme se ve vstupní hale polikliniky. Poslechneme si šansony v podání úžasné mladé ženy. Uslyšíme i několik slov od hereckých osobností pocházejících z Brna. Připraveno bude i malé pohostění.

**Jak postupovat, chcete-li být vyšetřena?**

## Ženy od 45–69 let

• Mít sebou rtg žádanku s diagnózou Z 123 screeningové vyšetření specializované na novotvar prsu od svého prak-

tického lékaře nebo gynekologa. Vyšetření není odesílajícímu lékaři počítáno do indukované péče, a splňujete-li podmínky, je povinen Vám doporučení napsat.

• Stačí vystříhnout si poukaz na vyšetření otištěný na této straně Vozky, odesílající lékař Vám jej opatří svým razítkem a svým podpisem.

• Být si jistá, že jste neměla mamografické vyšetření v době kratší než 2 roky a nejste sledovaná na jiném mamologickém pracovišti.

• Objednat se na tel. čísle 533 306 275 v době 8–12 hod.

## Ženy od 40–45 let

• Objednejte se na tel. čísle 533 306 275 v době od 8–12 hod.

• Na tomto čísle Vám, podle toho u jaké ZP jste pojištěna, řekneme, zda budete na místě platit nějakou částku a pojišťovna Vám ji na základě zprávy o vyšetření vrátí, nebo zda platit nebudete.

## Bližší informace:

Alena Smíšková, Znovoz, sociální družstvo, Znojmo, tel. 739 277 618, smiskovaznovoz@email.cz, www.znovoz.eu.

--- Zde odstříhnete ---



Akreditované pracoviště pro mamografický screening

femma s.r.o.

Poliklinika Brno-Židenice, Viniční 235, 615 00 Brno, tel.: 533 306 275, femma@femma.cz, www.femma.cz

ZP .....

ODBORNOST .....

IČZ .....

## Poukaz na screeningové vyšetření prsou

na digitálním mamografickém přístroji Senographe Essential

Dle vyhlášky č. 371/2002Sb. MZ ČR z r. 2002 mají ženy od 45 do 69 let mamografické vyšetření zdarma jednou za 2 roky.

PACIENT .....

R. Č. POJIŠTĚNCE .....

ADRESA .....

PSC .....

Žádané vyšetření: mamografický screening po 2 letech

Základní diagnóza: Z123

Poukaz je platný jen tehdy, není-li jmenovaná sledovaná na jiném mamografickém pracovišti a neměla-li screeningové vyšetření v době kratší než 25 měsíců.

Objednejte se na tel.:  
533 306 275 od 8-12 hodin

Datum

Razítko a podpis odesílajícího lékaře

# Asistentů není nikdy dost

Sdružení Vlastní cestou působí v Praze

Naše sdružení poskytuje osobní asistenci mladým lidem na vozíku, případně s jiným omezením na území Prahy. Sdružení není velké, ale máme své stále klienty a průběžně dobíráme nové. Působíme od roku 2002, v roce 2007 jsme získali registraci pro činnost sdružení odpovídající nařízením v zákoně o sociálních službách.

Nabízíme osobní asistenci při běžných denních činnostech našich klientů. Kromě toho funguje v rámci sdružení i dobrovolnické centrum. Klienti mají možnost využít služeb dobrovolníků pro trávení volného času, sportovní a kulturní aktivity apod. I náš dobrovolnický program je akreditovaný.

Od uživatelů očekáváme aktivní přístup, zejména účast na školení nových asistentů a dobrovolníků pořádaném sdružením.

## Naši aktivitu klienti oceňují

Sdružení je aktivní také v osvětové činnosti a pořádání akcí pro veřejnost. Takovými jsou třeba právě školení nových asistentů a dobrovolníků, zácvik s vozíkem, akce „Pojďme spolu překonávat bariéry“, benefiční koncerty a módní přehlídky či Mikulášský benefiční beach-volejbalový turnaj sympatizantů sdružení.

Rádi připravíme akci na klíč zaměřenou na problematiku inkluze, osvěty veřejnosti a dobrovolnictví v sociální oblasti pro firemní zákazníky apod. Do těchto aktivit zapojujeme naše klienty pouze v případě, že o ně mají zájem.

## Poděkování

Rádi bychom tímto prostřednictvím poděkovali **Nadaci Taťány Kuchařové**, která nám v roce 2008 poskytla **dar ve výši 100 000 Kč**. Tento dar byl použit na pokrytí mzdových nákladů osobní asistence v období říjen–prosinec 2008. V té době asistovalo 9–15 asistentů, kteří pomáhali 7–13 klientům. Tehdy jsme vyčer-



Ředitelka sdružení Jana Draslarová s Miss World 2006 a patronkou Nadace Taťány Kuchařové Taťanou Kuchařovou.

pali 72 033 Kč. Zbytek částky jsme po souhlasu nadace použili v prvním čtvrtletí roku 2009. V březnu 2009 byla celá částka 100 000 Kč vyčerpaná.

Za poskytnutý dar Nadaci Taťány Kuchařové srdečně děkujeme. Pomohl nám v těžkém období, kdy docházející prostředky z roku minulého a zpožděné platby pro rok nový tradičně působí v oblasti sociálních služeb vrásky všem poskytovatelům.

*Lucie Frišová,  
Koordinátorka dobrovolníků –  
Dobrovolná osobní asistence Vlastní  
cestou, o. s.  
(hk)*

## Kontakty a další informace:

Vlastní cestou, o s., Palác YMCA, Na Poříčí 12, 115 31 Praha 1, kancelář č. 308, tel. 774 818 351, [www.vlastnicestou.cz](http://www.vlastnicestou.cz), [dobrovolnici@vlastnicestou.cz](mailto:dobrovolnici@vlastnicestou.cz), [luccie.frisova@vlastnicestou.cz](mailto:luccie.frisova@vlastnicestou.cz).



## Virtuální asistence slouží lidem s postižením

Jste na úřadě a potřebujete poradit? Nejste si jistí správností získaných informací? Nerozumíte zákonům a paragrafům? **Poradna pro život s postižením** rozšiřuje v rámci nového projektu **S Ligu proti diskriminaci** nabídku svých služeb. Využijte tzv. **virtuální asistenci** neboli pomoc na telefonu.

### Co je virtuální asistence?

Nová služba nabízí efektivní a rychlou možnost, jak získat potřebné informace při osobním jednání na úřadech a v institucích. K dispozici jsou vám sociální pracovníci, kteří po telefonu sdělí potřebné informace. Cílem je připravit vás na jednání na úřadě, poskytnout nezbytné rady ve chvíli, kdy je nejvíce potřebujete, abyste vyřešili danou situaci.

Virtuální asistence neslouží jako prostředník mezi vámi a úředníkem, ale podporuje vás při samostatném jednání.

### Komu je služba určena a co nabízíme?

Služba je určena osobám se zdravotním postižením, které potřebují radu, pomoc či odborné informace při jednání na úřadech a v institucích. Služba je poskytována bezplatně v rámci celé ČR v pracovní dny od 9 do 16 hod.

Nabízíme okamžitou pomoc a radu při úředním jednání, přípravu před samotným jednáním v podobě informací týkajících se invalidních důchodů, příspěvků a výhod po zdravotně postižené, kompenzačních pomůcek, bariér a aktuální legislativy. Vzory odvolání a žalob ve věci důchodů a příspěvků.

### Jak virtuální asistence probíhá?

Obraťte se na nás před samotným jednáním, zjistíte si potřebné informace a budete dobře připraveni. Kontaktujte nás přímo během vaší schůzky - pomůžeme vám v danou chvíli vše ujasnit, doplnit, potvrdit. Budete-li v jednání pokračovat, dodáme vám podrobné informace, legislativní podklady, vzory odvolání či žalob.

*Lucie Teresa Figurová, vedoucí programu Poradenství a informace Ligy vozíčkářů*

### Kontakt a další informace:

**Liga vozíčkářů, bezplatná linka: 800 100 250**, tel. 537 021 490, 774 635 564, e-mail: [poradna@ligavozic.cz](mailto:poradna@ligavozic.cz), web: [www.ligavozic.cz](http://www.ligavozic.cz).

## Ostrava vybuduje dříve plánované komunitní centrum

Pro osoby s těžkým tělesným a kombinovaným postižením bude sloužit plánované **komunitní centrum vedle lesoparku Benátky v Mariánských Horách**. Došlo tak ke změně proti původnímu záměru, kdy bylo centrum plánováno i pro seniory. Původní projekt, který měl být prvním svého druhu v Česku, zkrachoval na nedostatku financí. Město se tak rozhodlo, že zbuduje pouze centrum určené pro postižené, celkové náklady jsou odhadovány na zhruba 157 milionů korun, přičemž s financováním projektu by mohly pomoci evropské peníze.

Součástí komunitního centra by mělo být ubytování v apartmánech pro 24 osob a rovněž denní stacionář pro celkem 54 klientů. „Rodiče dětí s tělesným postižením si potřebují občas oddechnout a my máme poměrně solidní péči právě o hendikepované děti. Po 15. či 16. roce jejich věku už ale není žádná návaznost,“ vysvětlil náměstek primátora Lubomír Pospíšil. Stavět by se mohlo začít už v příštím roce a centrum by mělo být vybudováno do dvou let.

Zdroj: čtk,  
(bf)

## Sociální rehabilitace i pro tělesně postižené

V rámci projektu služeb sociální péče v Královéhradeckém kraji poskytuje tělesně postiženým **Občanské sdružení Život bez bariér** řadu služeb sociální rehabilitace. Jde především o nácvik dovedností a upevnování schopností, které vedou k samostatnému a plnohodnotnému životu. Konkrétně se jedná především o nácvik dovedností pro zvládání péče o vlastní osobu, soběstačnosti a dalších činností vedoucích k sociálnímu začlenění, dále zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, výchovné vzdělávání a aktivizační činnosti, pomoc při obstarávání osobních záležitostí a další služby. Služba je poskytována ambulantně v **Centru Vyšehrad v Nové Pace**, a je nutné dodat, že je poskytován zdarma.

Projekt bude fungovat do května 2012 s příspěvím evropských fondů a státního rozpočtu ČR. Zájemci mohou kontaktovat Romanu Hanušovou na tel. 493 722 881 nebo na e-mail: romana.hanusova@zbb.cz.

(bf)

### Kontakt:

Život bez bariér, o. s., Nová Paka, tel.: 493 724 159, 603 828 353; info@zbb.cz, web: www.zbb.cz.

# Za vlnou pohromy přišla vlna solidarity

Úřednická vláda Jana Fischera schválila peníze pro regiony, které na sklonku června poničily povodně. Celkově pošle do zasažených oblastí přes 4 miliardy korun.

Kabinet nejprve schválil „Strategii obnovy území částí Jihočeského, Ústeckého, Olomouckého a Moravskoslezského kraje“, která počítá s dotací 3,6 miliardy korun. A peníze do oblastí postižených velkou vodou půjdou i z programu na podporu bydlení, stát na něj vyčlení dalších 477 milionů korun. Celkové náklady na obnovu majetku – tak, jak je vyčísly kraje, – ovšem činí téměř osm miliard.

## Charita pomáhala od prvních dnů

„Měli jsme připraveno 1,3 milionu korun, které byly rozdány 85 domácnostem v Jeseníku nad Odrou, v Životicích, v Žilině u Nového Jičína, v Hodslavicích a Mořkově. Tato pomoc bezprostředně navázala na naši pomoc ihned po povodních, kdy jsme rozdali zhruba 400 tisíc ve formě potřebných věcí,“ uvádí Mgr. Lukáš Curylo, ředitel **Diecézní charity ostravsko-opavské**.

Šlo zejména o dezinfekční prostředky, hygienické potřeby, pitnou vodu a také nářadí k odstranění škod.

„Rodiny reagovaly na naši pomoc velmi dojatě, třebaže ta částka se pohybovala mezi 10 až 20 tisíci, což je ve srovnání se škodami, které byly napáchány vodou, malý obnos. Je to ale projev solidarity všech lidí a dárců, díky níž můžeme pomoc rozdávat,“ dodal Lukáš Curylo.

Rodiny vybírala charita na základě seznamů z obcí a vlastního sociálního šetření. Následně byla vytipovaným rodinám rozdána další částka ve výši půl milionu korun.

## Neskutečné nasazení

Přímo na místě v čase, kdy byla pomoc nejpotřebnější, byl také Jiří Navrátil, který říká: „Společně s poslancem Jiřím Carbolem jsem 2. 7. 2009 navštívil obec Životice u Nového Jičína, kterou se prohnala čtyřapůlmetrová vlna. Situaci v obci

jsme rozebírali se starostou Pavlem Hasalíkem a místostarostkou Libuší Kunčovou. Večer jsme se také společně zúčastnili mše svaté v Novém Jičíně za obětí povodní. Během těch dnů jsem osobně navštívil mnoho rodin. Postupně se mezi ně rozvázala další materiální pomoc, kterou jsme distribuovali. Velmi příjemně mě překvapila síla v lidech, jejich odhodlání a neskutečné nasazení. Například u jedné rodiny byl dům vytopený, podlahy vytrhané – a přesto v neděli stála na stole upečená buchta. Na otázku, zda ji přinesl někdo ze sousedů, mi hospodyně odpověděla, že u nich doma se vždy v neděli pekla buchta, tak i dnes musí na stole být...“

## Vozíčkáři byli šikovní

**Liga vozíčkářů** vyvěsila v té době na internetu výzvu: „Přátelé, naši zemi opět sužují povodně, které mohou postihnout zdravotně postižené zvýšenou měrou. Pokud jste sami důsledky povodně postižení nebo víte o jiném zdravotně postiženém člověku, který čelí škodám způsobeným velkou vodou, informujte nás, prosím, na bezplatné telefonní lince 800 100 250. Jsme připraveni pomáhat stejně jako v roce 2002.“

S odstupem času jsme se zeptali Lucie Markové, pracovnice programu poradenství a informací Ligy vozíčkářů, kolik lidí jejich nabídku využilo. „Dotazů bylo hodně, ale těch, které byly v naší kompetenci, byla desítka. Nenabízeli jsme finance, nýbrž pomoc při materiální nápravě škod, například u výtahů nebo vozíků. Zároveň je nutno říci, že vozíčkáři byli velmi šikovní a v mnohém vyřizování i soběstační.“

(di)



Tělesně postižení obyvatelé si prožili dvojnásobný pocit bezmoci...

# Centrum Kaňka ožilo Dnem dětí

## Vicemiss se vrátila do rodného města s počítačem pro děti

Zahrada občanského sdružení **Centrum Kaňka v Táboře** ožila ve středu 3. 6. 2009 jako jedno velké mraveniště. Důvod byl jednoduchý – děti s postižením i děti zdravé spolu slavily Den dětí. Tety a strejdové z Kaňky pro ně připravili bohatý program – výtvarné tvoření, malování na obličej, soutěžení, hraní, sportování, dovádění a další veselé aktivity. A aby toho nebylo málo, tak celé odpoledne se dětem věnovala i Tereza Budková, I. vicemiss soutěže Česká Miss 2009. Oslavy se ale Terezka neúčastnila náhodou – kromě jiného připravila dětem z denního stacionáře na závěr velké překvapení. V Miss Internet totiž vyhrála notebook a za II. místo v soutěži Česká Miss 2009 počítač od společnosti Hewlett-Packard. A právě ten se rozhodla věnovat dětem z Kaňky. Proč právě do Centra Kaňka?

Na vysvětlenou vicemiss říká: „Kaňka působí v Táboře, v mém rodném městě. Navíc je mi blízké i její zaměření a problémy dětí s postižením mi nejsou lhos-

tejný. V neposlední řadě může počítač dětem s postižením usnadnit práci, komunikaci, učení, a tak myslím, že se jim bude určitě hodit.“

„Hodit se bude určitě,“ říká Irena Heřmánková, ředitelka Centra Kaňka s tím, že od září 2009 centrum otevírá Základní školu Kaňka o.p.s. a žáci budou počítač určitě potřebovat. K němu už dříve pořídili velkotlačítkovou klávesnici a speciální myš. „Dodáme didaktické programy a uzpůsobíme je pro práci dětí s těžkým tělesným postižením,“ dodala Heřmánková. Počítač ale děti vyzkouší už od června, včdyť to byl dárek pro ně!

Připravila: (bf)

### Další informace:

Občanské sdružení volnočasových a terapeutických aktivit, Kaňka o. s., Hel-



Pro Terezu Budkovou, I. vicemiss soutěže Česká Miss 2009, byla radost prožít Den dětí v tábořské Kaňce.

Foto: archiv OS Kaňka

sinská 2731, 390 05 Tábor, tel.: 381 212 872, 602 250 671; info@kanka.info, web: www.kanka.info.

## Ministerská konference o sociálních službách

### Prioritní cíle ČR v oblasti sociál. služeb jako základní východiska pro společný evropský rámec

V Praze 22.–23. 4. 2009 proběhla konference o sociálních službách pod názvem „Sociální služby – nástroj mobilizace pracovních sil a posilování sociální soudržnosti“, kterou české předsednictví připravilo společně s Evropskou komisí v rámci realizace jedné ze svých hlavních priorit v oblasti práce a sociálních věcí.

Z vystoupení MUDr. Mariána Hoška, náměstka ministra pro sociální služby, veřejnou správu a sociálně-právní ochranu, VOZKA vybral některé pasáže.

Snahou České republiky v rámci evropské diskuse o sociálních službách bylo, je a bude prosazovat taková opatření, která jsou založena na solidaritě všech členů společnosti a současně jsou lidem dostupná, srozumitelná a zasazená do podmínek místa, kde žijí, pracují a navazují sociální kontakty, tj. do rámce jejich přirozeného prostředí.

Poskytnutí sociální služby nebo jiné podobné formy pomoci tak, aby bylo správně zacílené a efektivní, vyžaduje:

- poznání, co klienti potřebují a od služby očekávají
- zajištění zdrojů, které jsou nezbytné pro zabezpečení odpovídající rozsahu pomoci a samotnou pomoc poskytovanou v náležitě kvalitě

### Integrace služeb: adekvátní odezva na potřeby občanů

Aby sociální služby mohly řešit problémy osob s vícečetným znevýhodněním, musí být komplexní, musí přihlížet k individuálním potřebám, musí být pojímány a poskytovány integrovaně. Sociální služby jsou často zakotveny v (místní) kulturní tradici a odtud plyne potřeba jejich větší koordinace s dalšími službami v obecném zájmu, poskytovanými na místní úrovni, jako je doprava, vzdělávání, kultura nebo sportovní aktivity.

### Úloha veřejné správy: zajištění kvality, přístupu a udržitelnosti soc. služeb

Odpovědnost za organizaci a poskytování sociálních služeb spočívá na veřejné správě, a to jak na regionální, tak na místní úrovni. Sociální služby jsou obecně založeny na principu solidarity a do značné míry závisí na veřejném financování, aby byla zajištěna rovnost přístupu ke službám, nezávisle na bohatství nebo příjmu jedince. K podpoře udržitelných sociálních služeb by měly být vyvinuty zvláštní (místní a regionální) strategie, aby se vyřešilo napětí mezi rovným přístupem, kvalitou a fi-

nanční udržitelnosti; měl by být vytvořen vhodný právní rámec a zajištěny adekvátní finanční zdroje. K zajištění kvality a efektivnosti služeb by měly být stanoveny standardy kvality na příslušné úrovni.

### Integrované soc. služby jako nástroj pro aktivní začleňování

Adekvátní přístup ke kvalitním sociálním službám vytváří základní podmínku pro to, aby se sociálně vyloučení lidé mohli aktivně začlenit do společnosti a do trhu práce. Služby sociální prevence a podpůrné služby umožní lidem prostřednictvím individuálně pojaté podpory překonat jejich nepříznivou sociální situaci, znovu je začlenit do společnosti a zvýšit jejich zaměstnatelnost.

### Ochrana práv, důstojnosti a oprávněných zájmů klientů soc. služeb

Při posuzování kvality sociálních služeb je vždy nutné mít na zřeteli speciální požadavky uživatelů sociálních služeb a chránit jejich práva, zájmy a důstojnost.

Sociální služby 4/2009

# Pod jednou střechou vše o zaměstnávání

<http://burzaprace.bariery.cz/>



Sehnat práci je v dnešní době komplikované i pro zdravé lidi. O to těžší to mají lidé se zdravotním hendikepem. Nebrání jim v tom jen postižení, ale především málo informací o „bezbariérových“ nabídkách.

Proto **Konto BARIÉRY** spustilo novou podobu poněkud stagnujícího portálu **Burza práce**. Na internetové adrese <http://burzaprace.bariery.cz> se má střetávat komplexní nabídka a poptávka z oblasti zaměstnávání osob se zdravotním postižením. Momentálně obsahuje Burza práce údaje o dvou stovkách inzerentů a měsíčně přibývá až pět nabídek.

## Bezbariéroví zaměstnavatelé

V sekci **pracovní nabídky** jsou uveřejněny konkrétní pracovní pozice určené lidem se zdravotním hendikepem. Konto BARIÉRY se ale nově rozhodlo zpřístupnit portál všem, kteří by na něj chtěli umístit odkaz na svůj web s pracovními nabídkami pro hendikepované, či se životopisy uchazečů. Tvoří se tak databáze „bezbariérových zaměstnavatelů“.

V sekci Pracovní nabídky také nově vzniká seznam firem, které už zaměstnávají a dále chtějí zaměstnávat osoby se zdravotním hendikepem. Po prokliknutí na web dané firmy se objeví všechny pracovní pozice, které firma aktuálně nabízí.

## Internet – záplava informací, mnohdy neaktualizovaných

„Na vozíku už jsem 13 let, takže se sháněním práce mám bohaté zkušenosti. Internet je první místo, kde obvykle ucha-

zeč začíná svou pouť. Mimo specializované portály narazí na spleť mnoha odkazů, kde nemá ani jistotu, že firma je připravena zaměstnat vozíčkáře či osobu s jiným zdravotním hendikepem,“ říká Eva Chaloupková, která nyní pracuje v redakci časopisu Můžeš.

Novinkou na portálu Burza práce je **sekce poradna**, jež nabízí rady a tipy pro uchazeče při hledání zaměstnání (jak vytvořit CV, příprava na pohovor a první kontakt se zaměstnavatelem atd.). Je zde prostor pro výměnu zkušeností a užitečné odkazy i seznam organizací, které se zaměřují na zprostředkování práce osobám se zdravotním postižením. Nechybí ani zákony o zaměstnávání osob se ZTP apod. Nově byla umístěna sekce vzdělávání s informacemi o aktuálně vypsanych konferencích, školeních, seminářích, kurzech IT, jazyků a dalších. Jednou z nabízených aktivit je také workshop „Nebojte se zaměstnávat člověka se zdravotním hendikepem“.

Uchazeč si rovněž může vybrat, zda svoje CV umístí na portálu Burzy práce, nebo si nechá pouze zasílat nové nabídky mailem.

Portál také nově přináší aktuální informace o možnosti spolupráce na dalších projektech – například možnost sdílet s ostatními zaměstnavateli zkušenosti se zaměstnáváním osob se zdravotním postižením. V plánu je i poradna pro zaměstnavatele, aneb vše co vás zajímá. Od začátku roku tento web navštívilo téměř 6 000 lidí.

(di)

Foto: <http://burzaprace.bariery.cz/>

## Vzdělávací kurzy pro rodinné pečovatele zdarma

Sdružení **Moravskoslezský kruh** pořádá v září a říjnu v Brně a Hodoníně vzdělávací kurzy pro pečující laiky. Rodinní pečovatelé tak mohou zdarma navštěvovat **osmidílný cyklus „Pečuj doma“**.

Čtyři kurzy a čtyřdílná škola jsou určeny laickým pečujícím, kteří mohou navštěvovat celý cyklus nebo si vybrat jen některé ze seminářů. Na nich se frekventanti seznámí s tím, co je dlouhodobá péče a potřeby pacienta, o co má usilovat laický pečovatel nebo o podpoře pro pečující rodiny. Dozví se také o tom, co zažívá a potřebuje nemocný v závěru života, jaký je ošetrovatelský režim v podmínkách domácí péče, seznámí se s platnou legislativou a vyhláškami a dalšími tématy.

Školu životního odpoledne (typu svépomocná) vede psycholog a psychiatr. Cílovou skupinou jsou rodinní pečující o osobu blízkou, především vyššího středního věku.

Smyslem školy je pochopit sám sebe, rozpoznat své schopnosti a možnosti, uvidět souvislosti nové situace. Setkání umožní sdílení náročných momentů péče a ventilaci problémů a podpoří harmonizaci rodinných vztahů. Bude se hovořit především o tom, jak si udržet zdraví, o problémech osob pečujících o starší závislou osobu, o pečování a opatrování a dalších tématech.

Kurzy jsou podpořeny z ESF prostřednictvím Operačního programu lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu ČR. Přihlášky a podrobnosti na <http://www.pecujdoma.cz>.



(bf)

**Osmidílný vzdělávací cyklus  
„Pečuj doma“**

# Projekt „Učíme se zvládat SMA“

## Zapojte se!

Náplní projektu, který je určen osobám pečujícím o blízkého s postižením SMA (spinální muskulární atrofie), jsou vzdělávací aktivity realizované formou e-learningového kurzu nebo víkendovými pobyty.

První víkendový kurz proběhl letos v září a další jsou plánovány na únor, květen, září 2010 a únor a květen 2011. Cílem kurzů je jednak zvýšit vzdělanost zaměstnanců sdružení **Kolpingova rodina Smečno**, ale také pomoci osobám pečujícím o blízkého s onemocněním SMA se sociálním začleněním, pracovním uplatněním a seberealizací. Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a Státním rozpočtem ČR.

### Struktura víkendového kurzu

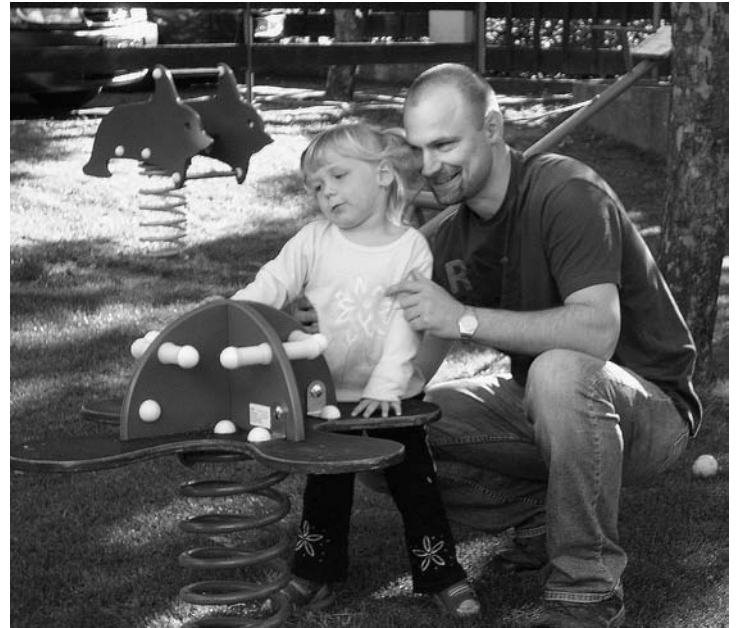
Kurzy jsou rozděleny do jednotlivých bloků obsahujících interaktivní přednášky a semináře pro pečující osoby. Dále jsou to odborné bloky zaměřené na skutečné potřeby cílové skupiny. Jsou vedeny lektory, kteří jsou velmi pečlivě vybíráni. Víkendový kurz začíná v pátek, kdy probíhá seznámení s programem pobytu a neformální výměna zkušeností, přičemž sobota je stěžejním dnem. Dozvíte se mnohé z oblasti neurologie, psychologie, speciální pedagogiky, sociálně-právní oblasti, rodinného poradenství, fyzioterapie, bezbariérové informace, možnosti vyzkoušení kompenzačních a rehabilitačních pomůcek a dalších oblastí. V neděli probíhá zhodnocení víkendového kurzu a zpětná vazba.

### Něco o e-learningovém vzdělávání

E-learningový kurz je určen osobám pečujícím a má tu výhodu, že potřebné informace může jednotlivec vstřebávat v tempu, které mu nejlépe vyhovuje. Budoucím uživatelem e-learningu se můžete stát na adrese: <http://elearning.dumrodin.cz>.

Získáte zde informace o registraci a

přihlášení do systému, jeho struktury, obsahu a podmínkách úspěšného dokončení kurzu. Na otázky spojené s výukou odpovídá kompetentní tutor. Na konci každé kapitoly je připraven kontrolní test, po jehož vyplnění a vyhodnocení uživatel postupuje dále ve výuce. V případě, že uživatel testem neprojde, má možnost požádat tutora o opakování testu. Výsledkem úspěšného dokončení kurzu je prohloubení vědomostí a získání nejnovějších informací. Okruhy témat e-learningu jsou např.: integrace dětí s tělesným postižením, neuromuskulární onemocnění, formy muskulárních atrofií, sociálně právní minimum, fyzioterapie, nové perspektivy léčby.



Zpracovala Hana Klusová

**Kolpingova rodina Smečno**

**Kontakt:** Kolpingova rodina Smečno, Tomanova 1671, 274 01, Slaný, tel.: 777 558 246, e-mail: [navstivte@dumrodin.cz](mailto:navstivte@dumrodin.cz), web: [www.dumrodin.cz](http://www.dumrodin.cz).



# Pro budoucnost dětí s postižením

Centrum podpory integrace v Moravskoslezském kraji

Lepší začlenění dětí s nějakým postižením v oblasti pohybových aktivit, sportu, i ve školní tělesné výchově – to si vzalo za úkol Centrum podpory integrace v Moravskoslezském kraji.

Jedná se hlavně o děti integrované v běžných základních školách. Ačkoli je velmi prospěšné pro zdravé i hendikepované děti, aby spolu sdílely výuku, většinou je to tak, že děti s postižením jsou osvobozeny od tělesné výchovy a málo se účastní pohybových aktivit i ve svém volném čase. **Taková centra podpory vznikají díky financím z Evropského sociálního fondu a rozpočtu ČR na více místech republiky**, a to kromě Moravskoslezského i v krajích Zlínském, Olomouckém a Jihomoravském.

Smyslem zřizování center je zahájení a rozvoj spolupráce se školami, dětskými domovy, sportovními kluby, pedagogy, dětmi a jejich rodiči. „V současnosti oslovuji školy a nabízím spolupráci při školení pedagogů, vypracování individuálních vzdělávacích plánů pro žáky. Jinak školy se mohou na centra obracet samy. Jsme tu pro všechny školy, občanská sdružení i jiné organizace, které se zabývají dětmi se speciálními vzdělávacími potřebami,“ uvedl Saša Gebauer, garant fungování Centra podpory integrace v Moravskoslezském kraji.

## Zacílení projektu

Cílem projektu je zlepšení rovných příležitostí dětí a žáků, včetně dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami. K tomu je nutné vytvořit a rozvinout systém poradenských služeb poskytovaných celému spektru dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami. Snahou je především vytvoření podmínek pro začleňování žáků se speciálními vzdělávacími potřebami do hlavního vzdělávacího proudu, včetně tvorby individuálních vzdělávacích plánů pro tělesnou výchovu. Dále projekt podpoří neformální vzdělávání s cílem zlepšení kompetencí pedagogických pracovníků pro odstraňování bariér bránících rovnému přístupu všech jedinců ke vzdělávání, čímž se též zdokonalí systém vzdělávání pracovníků nestátních neziskových organizací a středisek volného času.

## Dítě a speciální vzdělávací potřeby

Dítětem, žákem a studentem se speciálními vzdělávacími potřebami je osoba se zdravotním postižením, zdravotním znevýhodněním nebo sociálním znevýhodněním. Zdravotním postižením je pro účely tohoto zákona mentální, tělesné, zrakové nebo sluchové postižení, vady řeči, souběžné postižení více vadami, autismus a vývojové poruchy učení nebo chování. Děti, žáci a studenti se speciálními vzdělávacími potřebami mají právo na vzdělávání, jehož obsah, formy a metody odpovídají jejich vzdělávacím potřebám a možnostem, na vytvoření nezbytných podmínek, které toto vzdělávání umožní a na poradenskou pomoc školy a školského poradenského zařízení.

Prof. Matějček (1970) definoval potřeby dětí s postižením:

■ **Potřeba přiměřené stimulace:** prostředí, v němž vyrůstají tělesně a zdravotně postižené děti, se často vyznačuje jednak jednostranností podnětů, jednak celkově nižší stimulací. To se nepříznivě odráží především v rozumovém vývoji dítěte, nerozvíjí se u něj schopnost správného hodnocení situace, zaostává i ve schopnostech vyjadřovacích.

■ **Potřeba určitého řádu v životě dítěte:** zachování určitého řádu, systému životních činností, pořádku apod. umožňuje dítěti postřehnout smysl věcí a vytvořit si svůj systém poznatků a zkušeností.

■ **Potřeba jistoty:** základ životní jistoty spočívá ve specifickém citovém vztahu dítěte k matce a uspokojování této potřeby představuje jednu ze základních podmínek motivace k činnosti, učení a pozitivnímu charakterovému vývoji.

■ **Potřeba identity:** tato potřeba v sobě zahrnuje vědomí vlastní osoby, vlastního já, ale stejně tak i vědomí určité své společenské hodnoty.

■ **Potřeba otevřené budoucnosti:** i postižený člověk potřebuje mít před sebou stále nějakou reálnou životní perspektivu, aby nezačal pochybovat o smyslu svého života.



## Programy, semináře, kurzy

V rámci celého projektu budou organizovány jednodenní programy, které budou určeny především rodičům dětí a mladistvých, dále pedagogickým pracovníkům na pozicích asistent pedagoga a vychovatele. Zrealizováno bude pět odborných seminářů, z nichž každý bude tematicky zaměřen na Aplikované pohybové aktivity u různých typů zdravotního postižení. Vícedenní vzdělávací akce budou zaměřeny především na pracovníky organizací působících v oblasti vzdělávání nebo asistenčních služeb a v oblasti volného času dětí a mládeže. Celoroční kurz je zaměřen na pedagogické pracovníky. Jeho obsah povede především k rozvoji pedagogických kompetencí v oblasti práce s dětmi se SVP v kontextu APA.

Připravila: (bf)

## Centra podpory integrace:

■ **Moravskoslezský kraj:** Základní škola, Ostrava-Poruba, Čkalovova 942, příspěvk. organ., Mgr. Alexandr Gebauer, tel. 733 690 597; gebauer.apa@upol.cz;

■ **Zlínský kraj:** Centrum pro zdravotně postižené Zlínského kraje, Zlín, Štefánikova 167, Mgr. Roman Herink;

■ **Olomoucký kraj:** Základní škola prof. V. Vejvodského, Litovel, nám. Přemysla Otakara 777, Bc. Tomáš Vyhlídal;

■ **Jihomoravský kraj:** Mateřská škola a Základní škola pro tělesně postižené, Brno, Kociánka 6, Mgr. Radka Bartoňová.

Další informace, foto:

[www.apa.upol.cz](http://www.apa.upol.cz)



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Na vozičku až k hranicím vesmíru

Astrofyzik Stephen William Hawking – patrně nejznámější vozičkář na světě

Nerad se baví o svých neduzích i o soukromém životě. Nejráději by chtěl, aby ho lidé vnímali především jako vědce a popularizátora vědy. Právem. Jeho kniha *Stručná historie času*, kterou napsal v roce 1988, se stala obrovským bestsellerem. Ačkoli se říká, že ne všichni, kdo si ji koupili, ji také četli, právě díky této knížce se miliony laiků seznámily s pohledem současné fyziky na vesmír.

Autor tohoto díla, **Stephen William Hawking**, je označován za jednoho z nejvýznamnějších, ale i nejkontroverznějších astrofyziků současnosti. A zároveň je patrně nejznámějším vozičkářem na světě.

## Hawking a jeho kariéra

Narodil se 8. ledna 1942 v Oxfordu. Na jeho webových stránkách je zdůrazněno, že přesně 300 let po Galileově smrti. Studium fyziky na Oxfordu podle vlastních slov jakžtakž doklepal a přesunul se do Cambridge, kde se začal připravovat na doktorát z obecné relativity.

Ale přišel osudový zvrat. Hawking začal mít problémy s koordinací pohybů a rovnováhou při chůzi. Po řadě vyšetření byla určena diagnóza: amyotrofická laterální skleróza (ALS), vzácná a nevléčitelná nemoc motorických nervů, při níž jednotlivé svaly postupně přestávají plnit svou úlohu. Člověk postižený touto exotickou nemocí se časem stává nepohyblivým, později není schopen řeči, nakonec přestanou pracovat i plíce a srdce. První prognózy byly černočerné: pouhý rok života.

Hawking v první chvíli zcela propadl depresím. Dal se na alkohol a studium ignoroval. Ovšem uběhl rok, dva, a nic se nedělo. Jeho přítelkyně Jane, kterou si později vzal za manželku, mu pomáhala na každém kroku. Rozhodl se tedy, že se s ní zasnoubí, a aby si dodal sebevědomí, dokončil disertaci.

Na začátku 70. let začala být Hawkingova řeč nesrozumitelná. Nejdříve používal projektor a nechával svou řeč zobrazovat písemně. Později získal počítač, který dokázal převést napsaný text na mluvený projev. V současnosti profesor Hawking používá počítačový systém vyvinutý Davidem Masonem z Cambridge Adaptive Communications, s



**Profesor Hawking také prohlásil, že nabízí vzorky své DNA k pokusům o rozkrytí lidského genetického kódu.** Chce tím pomoci spolupacientům, kteří trpí nervovou nemocí MND. Tato těžká choroba obvykle do dvou let končí smrtí. Hawking je výjimka a právě proto si přeje, aby byl jeho genetický kód zkoumán, proč tomu tak je.

programem Equalizer od společnosti Words Plus Inc. Celé zařízení mu umožňuje nejen psaní a práci s běžnými programy, ale i přístup na internet. A dnes je z Hawkinga taková celebrita, že když byl letos v dubnu hospitalizován kvůli akutní infekci dýchacích cest, jeho osobní web se pod obrovským náporom návštěvníků zhroutil...

## Hawking a jeho vesmír

Profesor Hawking se zabývá především vznikem vesmíru. Má značný podíl na tom, že je obecně přijímána teorie, podle níž na začátku všeho byla tzv. singularita – bod, v němž neexistuje čas a prostor a neplatí fyzikální zákony. Teprve gigantická exploze **velkého třesku** (Big Bang) uvedla vše do pohybu směřujícího k dnešní podobě našeho světa.

Dalším Hawkingovým oborem je teorie černých děr. Podle ní se některé typy hvězd v určitém stadiu své existence zhroutí do nevelkého objektu s obrovskou gravitační silou, z níž se nevymaní ani

světelné paprsky. Takový prostor je od okolního vesmíru zcela oddělen, a dokonce i čas v něm běží jinak. Stephen Hawking však tvrdí, že díky zákonům kvantové mechaniky mohou některé částice z gravitační pasti přece jen unikat, což postupně vede ke slábnutí černých děr a nakonec k jejich mohutné explozi. Tato teorie je nazývána **bělením černých děr** nebo také **Hawkingovým efektem**.

Upoután na vozík rovněž přemýšlí až o samotných hranicích vesmíru. „Hranice v prostoru by znamenala, že za ní existuje ještě něco dalšího a že jí mohou pronikat či z ní unikat věci,“ uvádí. „Hranice v čase by pak odpovídala počátku vesmíru, počátku, ve kterém je nutno specifikovat počáteční podmínky.“ Stephen Hawking je toho názoru, že vesmír takovou hranicí nemá, že je zcela samostatný a ničím zvenčí nedotčený. „Dalo by se říci, že hraniční podmínka vesmíru je ta, že nemá žádnou hranici,“ říká. „Vesmír by byl dokonale obsažen sám v sobě a neovlivňovalo by jej nic mimo něj. Nebyl



by ani stvořený ani zničitelný. Prostě by jen BYL.“

Stephen Hawking ve svém věku navíc **plánuje let do vesmíru**. Podle informací serveru hindu.com ho ze všeho nejvíce zajímá stav beztlíže, ve kterém se během svojí výpravy ocitne. SpaceShipTwo společnosti Virgin Galactic poveze šest vesmírných turistů. Loď překoná třikrát rychlost zvuku a bude se pohybovat ve stokilometrové výšce. V současné době stojí let 100 tisíc liber, ovšem let Stephena Hawkinga bude sponzorován.

V rámci přípravy na cestu do vesmíru už absolvoval let upraveným letadlem, při němž dosáhl stavu beztlíže. Uvnitř vypořstovaný letoun Boeing 727 startoval z letiště u Kennedyho vesmírného střediska na Floridě a během hodinového letu provedl nad Atlantikem několik střemhlavých pádů, které stav beztlíže na určitou dobu simulují.

## Hawking a jeho Bůh

Jak uvažuje Hawking o Bohu, Tvůrci, Stvořiteli? Připomeňme si některé jeho slavné výroky.

„Bůh nejenže hraje v kostky. Někdy hází kostkami tam, kde nemohou být vidět. Chci tím říci, že je možné způsob, jakým vznikl vesmír, určit pomocí fyzikálních zákonů. V tom případě by nebylo nutné odvolávat se na Boha, abychom mohli rozhodnout, jak vesmír vzniknul. To nedokazuje, že neexistuje Bůh, pouze to, že Bůh není nutný.“

„Jak uvidíme, nemá pojem času význam před počátkem univerza. Poprvé to zdůraznil sv. Augustin. Na otázku: Co dělal Bůh předtím, než stvořil svět? Augustin neodpověděl – připravoval peklo pro lidi, co mají takové otázky. Místo toho řekl, že čas je vlastností univerza, které stvořil Bůh, a že čas před

počátkem světa neexistoval.“

„Lze si představit, že Bůh stvořil vesmír doslova v kterémkoliv bodě času v minulosti. Na druhou stranu, jestliže se vesmír rozpíná, mohou zde být fyzikální důvody, proč musel existovat nějaký počátek. Lze si představovat, že Bůh stvořil vesmír v okamžiku Velkého třesku, nebo dokonce potom přesně tím způsobem, že to vypadá, jako by tu byl nějaký Velký třesk, ale bylo by nesmyslné předpokládat, že vesmír byl stvořen před Velkým třeskem. Rozpínající se vesmír nevylučuje předem nějakého Stvořitele, ale klade omezení na to, kdy mohl provést svou práci.“

„S úspěchem vědeckých teorií při popisování událostí začíná většina lidí věřit, že Bůh dovoluje vesmíru, aby se vyvíjel podle řady zákonů a nezasahuje ve vesmíru, aby tyto zákony neporušil. Avšak ony zákony nám neříkají, jak vesmír asi vypadal, když začal – stále by bylo na Bohu, aby natáhnul celý hodinový strojek a vybral, jak začít. Takže pokud má vesmír nějaký počátek, mohli bychom předpokládat, že měl tvůrce. Ale jestliže je vesmír skutečně naprosto obsažený v sobě a nemá žádnou hranici nebo kraj, neměl by ani počátek ani konec... Jaké místo zde pak zbývá pro nějakého Tvůrce?“

## Hawking a jeho humor

Stephen Hawking je známý „frkař“ a legraci si dokáže dělat prakticky ze všeho, včetně svého postižení. Na máloco je tak pyšný jako na svou účast v kresleném seriálu **Simpsonovi**, kde pronesl památnou větu: „Homere, vaše teorie, že vesmír má tvar koblihy, je zajímavá. Asi vám ji ukradnu.“ A když slavného vědce potkala v Cambridgi skupinka amerických turistů a neomaleně zahalekala: „To je Steve Hawking,“ vyplivl profesorův mluvící aparát odpověď: „Pořád si mě s tím chlápkem pletou.“

Své proslovy někdy prošpikovává sexuálními narážkami, jako třeba: „Nic se nevyrovná té chvíli, když zjistíte, že jste objevili něco, co nikdo před tím neznal. Dá se to přirovnat k sexu, ale tohle trvá déle.“

Hawking je zkrátka svéráz – když mu někdo nesedí, přeje mu přes nohy svým kolečkovým křeslem. Jak trefně poznamenal jeden z jeho bývalých zaměstnanců, nesmí vás zmást fakt, že je postižený nebo že je to génius. „Ve skutečnosti je to obyčejný chlap. Navíc pořádně při síle.“

Krom naučných knih, které laikům srozumitelně a vtipně vysvětlují pojmy jako velký třesk, černá díra, horizont událostí, napsal Hawking společně se svou dcerou Lucy i knížku pro děti: **Jirkův tajný klíč k vesmíru**.



Profesor Hawking používá pro komunikaci s okolím počítačový systém vyvinutý D. Masonem z Cambridge Adaptive Communications, s programem Equalizer od společnosti Words Plus Inc. Zařízení mu umožňuje psaní a práci s běžnými programy i přístup na internet.

Tělo sice vypovědělo službu už dávno, bez vozíčku se neobejde, ale mozek mu jede na plné obrátky. Navzdory svému zdravotnímu stavu pokračuje dnes sedmašedesátiletý vědec ve výzkumu dále a jednu z přednášek zakončil slovy: „Blížíme se k zodpovězení prastarých otázek: Proč jsme zde? Odkud jsme se vzali?“

Připravil Jiří Muladi



Stephen Hawking s první ženou Jane.

## Stručná historie Stephena Hawkinga

- 1942 – 8. ledna narozen v Oxfordu
- 1959 – začíná studovat na Oxford University
- 1962 – dosahuje bakalářského stupně a přechází na Cambridge University
- 1965 – svatba s Jane Wildeovou
- 1963 – lékaři u něj objevili amyotrofickou laterální sklerózu
- 1966 – doktorská disertace
- 1974 – stává se členem britské Royal Society
- 1979 – profesorem na katedře aplikované mechaniky a teoretické fyziky
- 1985 – ztrácí hlas
- 1988 – vychází Stručná historie času
- 1995 – svatba s Elaine Masonovou
- 2006 – žádost o rozvod s Elsině
- 2007 – pobyt v létajícím trenažéru ve stavu beztlíže

## Nové knihy



### Cesta z mlčení



**Viktorie Bartoníčková; Alžběta Dvořáková, 104 str., cena: 189 Kč, Vydavatelství Portál.**

Autentický příběh o vůli překonat ztrátu řeči po cévní mozkové příhodě. Bývalou letušku, autorku této knihy Viktorii Bartoníčkovou, postihuje po návratu z letní prázdninové cesty do Londýna cévní mozková příhoda, jejímž následkem je těžká afázie – není schopna komunikovat. Hrdinka zůstává uzavřená ve vlastním duševním světě, ve velmi vážné životní situaci – před riskantní těžkou operací. Přestože operace dopadne výborně a hrdinka dokonce může krátce po zákroku opustit nemocnici a vrátit se domů, její soupeření s afázií v této chvíli vlastně teprve začíná. Za vydatné pomoci svého muže, dcer, přátel a s vynaložením velkého úsilí se hrdinka pomalu začíná uzdravovat, znovu se naučí chodit a mluvit.

### Světem na vozíku



**Vittorio Cavini, 200 str., cena: 225 Kč, Vydavatelství Roska.**

Kniha je svědectvím o tom, že i s roztroušenou sklerózou a na vozíku je možné žít naplno, překonávat překážky, a dokonce i vychutnávat dobrodružství cestování. Cavini svým živým, místy i humorným vyprávěním zážitků z cest po nejrozmanitějších zemích světa chce povzbudit k podobné aktivitě všechny ty, kteří trpí stejným postižením jako on sám.

### Jak si vychutnat seniorská léta



**Tamara Tošnerová, 240 str., cena: 229 Kč, Computer Press.**

Autorka inspirativní a velmi potřebné knihy je psychiatr Tamara Tošnerová, která uspořádala

příběhy generace 50 plus, většinou svých pacientů, přátel a známých. Je to kniha o hledání náplně života. Část kapitol je věnována oblasti sociální – zabývá se například rodinnými problémy, pečováním o blízkou osobu a rolí osobních asistentů.

Autorka s pomocí příběhů mapuje situaci v české společnosti a odhaluje její nedostatky. Upozorňuje, že neexistují svépomocné skupiny pro pozůstalé, není možné se podílet na výchově v nefungující rodině formou pěstounské péče, nejsou kurzy pro vdovy, které musejí převzít část povinností po manželovi, apod. Knížka není literární, ani na ní neaspiruje. Její síla je ve snaze ukázat, že ve stáří život nekončí. Autoři příběhů objevují kupříkladu přednosti počítače, překonávají osamělost s pomocí canisterapie, nacházejí dosud skrytá nadání.

### Pečujeme doma – příručka pro laické pečující



**MUDr. Zdeněk Kalvach, Brno 2008, dostupné na webové stránce [www.pecujdoma.cz](http://www.pecujdoma.cz) (nabídka „ke stažení“).**

Gerontolog MUDr. Z. Kalvach v publikaci poskytuje základní rady a návody, jak se postarat o své blízké, kteří potřebují profesionální péči i od „neprofesionálů“. Hovoří se zde například o zavedení tíšňové péče – signalizace pro případ pádu, nebo při zhoršení stavu, vloupání atd. Signál přijme operátor a vyšle pomoc. Tíšňová péče je zařazená mezi sociální služby a lze na ni získat i příspěvek.

### Nedovolte mozku stárnout



**Allen Bragdon, David Gamon, 112 str., cena: 149 Kč, Vydavatelství Portál.**

S přibývajícím věkem, popř. se vznikem onemocnění může docházet k poklesu výkonnosti mozkové činnosti. Tomuto poklesu se můžeme úspěšně bránit tím, že budeme mozek trénovat duševními cvičeními. Kniha kombinuje poznatky neuropsychologie o tom, co se v průběhu života (zejména stárnutí) děje s naším mozkem, s testy a technikami ukazujícími, jak si až do stáří zachovat přesně pracující mysl. Použité testy vycházejí z testů užívaných Americkou lékařskou společností pro diagnostiku stavu duševních schopností pacientů. Autoři radí, co dělat, když se objeví známky poškození paměti. Čtenáři se také dozvědí, které problémy paměti a myšlení jsou běžné a není třeba se jimi znepokojovat. Kniha přístupnou formou

přináší nejnovější výzkumná zjištění a je odlehčená hrami a hádankami.

### Bolest a její zvládání



**Laura Janáčková, 200 str., cena: 265 Kč, Vydavatelství Portál.**

Autorka srozumitelně vysvětluje modely vzniku bolesti, zabývá se také psychogenní bolestí, rozlišením bolesti na akutní a chronickou, metodami měření bolesti, individuálními rozdíly při vnímání (práh bolesti) a terapií bolesti. Zaměřuje se především na prostředky psychoterapeutického ovlivnění bolesti, jako jsou hypnóza, sugesce, relaxace, biologická zpětná vazba, působení placebo. Zdůrazňuje také význam empatie a správné komunikace s lidmi, kteří trpí bolestí.

(bf)

## COŽE? Cizí slova



- **Anúrie** – zástava močení a tvorby moči. Provází selhání ledvinových funkcí, např. při těžkém onemocnění ledvin či šoku.
- **Spondylochirurgie** – označení pro chirurgii deformit, úrazů a instabilit páteře.
- **Spasticita** – zvýšené napětí svalových vláken s častějšími či méně častými svalovými záškuby, velmi nepříjemný jev při poranění míchy.
- **Vertikalizace** – uvádění pacienta do vzpřímené polohy prostřednictvím vertikalizačního lůžka.
- **Amputace** – přerušení a odstranění periferně uložené části těla, např. končetiny, pohlavního údu, prsu apod. Výkon se provádí až tehdy, není-li již naděje na záchranu příslušné části těla a dochází-li k ohrožení celého organismu, např. rozsáhlou snětí (gangrénou) či zhoubným nádorem. Odstraněná část těla se někdy nahrazuje protézou.
- **Neuralgie, neuralgia** – silná šlehavá bolest pociťovaná v kožní nebo slizniční oblasti, inervované senzitivním nervem.
- **Skolióza** – chorobné obloukovitě vychýlení páteře do strany. Skolióza může být vrozená nebo způsobená vadným držetím těla, popř. různými onemocněními páteře, zádovkých svalů nebo nervů.

(dz)

# Pomozte své páteři od bolesti – III

Není tak zcela běžné, aby moderní lékař používal ve své praxi východní techniky, byť přizpůsobené našemu prostředí. Velmi vhodným a snadno použitelným způsobem doporučuje MUDr. Jana Kombercová v 62stránkové publikaci, jak si sám pomoci při bolestech a při potřebě rozhýbání páteře. Vybíráme na pokračování některé části knížky s doporučením – stojí za to si publikaci pořídit.

(Pokračování z minulého čísla)

## Působení obkladů

Mezi lopatkami a v oblasti přechodu krční a hrudní páteře, popř. až k lebeční kosti, zlepšují prokrvení, inervaci a pohyblivost horních končetin, hrudní i krční páteře. Působí na prokrvení a uvolnění dýchacích orgánů, proto je vhodné aplikovat je mezi lopatky při prochlazení, kašli, zánětech horních cest dýchacích, bronchitidě a astmoidních projevech, zvláště jako prevenci proti chřipkám. Pomáhají i od úzkostných stavů spojených s dechovými obtížemi a od dalších neurovegetativních projevů v hrudní oblasti, jako je bušení srdce a píchání

v oblasti srdečního hrotu. Mohou přispět i ke zlepšení křečových stavů. Také v oblasti krční páteře přinášejí celkovou úlevu, zklidnění, uvolňují napětí v hlavě a přispívají ke zlepšení spánku.

V oblasti střední a dolní hrudní páteře působí blahodárně na zažívací systém, zejména na chronické bolesti žaludku a dysfunkci slinivky břišní.

V oblasti bederní páteře (pod solárním plexem v oblasti ledvin) uvolňuje obklad napětí a bolesti bederní páteře, prokrvuje oblast ledvin a jater, tím působí příznivě na celkovou relaxaci organismu.

V oblasti kostrče a křížové kosti (lumboischiadická nervová pletěň) působí obklad příznivě při ochablosti a nedokrevnosti dolních končetin, při zácpě, močových a gynekologických obtížích a při potížích lumboischiadických. Obklad lze také aplikovat po celé délce páteře nebo jej lokálně přikládat na jiná bolestivá místa, např. při kloubních potížích nebo svalových spasmech. Pro zlepšení funkce žlučníku a jater je vhodné aplikovat zázvorové obklady na zevní strany obou dolních končetin od kyčlí až po dolní části bérce (v průběhu žlučnickové dráhy, obr. 6). Uvolní se tím napětí nebo tíže

v dolních končetinách. Pozor na záněty žil a otevřené kožní defekty.

Podobný účinek jako obklady mají i

zázvorové koupele, které připravíme tak, že do vany vlijeme zázvorový výluh nebo vsypeme 1–2 sáčky mletého zázvoru. Zázvorová lázeň nohou, rukou i celého těla je vhodná při únavě a prochlazení, i k aktivaci mikrosystémů plosky nohou i rukou. Nemá trvat déle než 20 minut.

Zázvorové obklady a koupele je dobré používat denně, ne však déle než 6 týdnů. Po přestávce 2–4 týdnů lze kúru opakovat. Před použitím zázvorových obkladů je vhodné se poradit s lékařem.

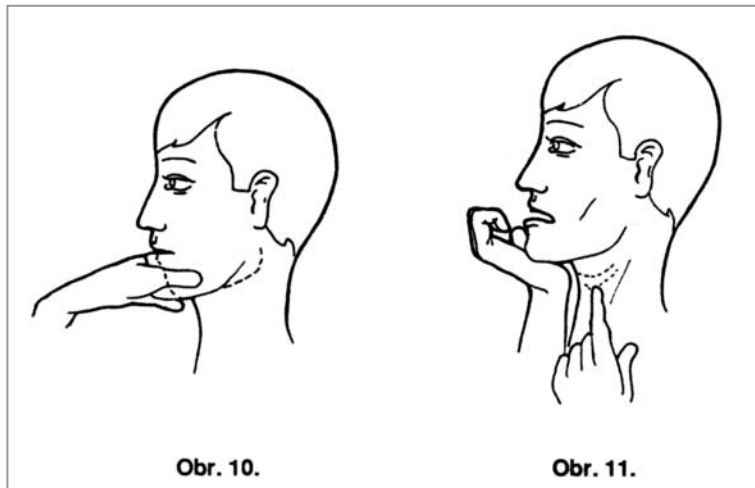
Pro celkovou aktivaci lze obdobně použít solné koupele z karlovarské vřidelní, kuchyňské, mořské (nejlepší) či přešovské jodizované soli. Stačí několik polévkových lžic na vanu. Při bolestech v podbřišku (nemoci močopohlavního ústrojí) je vhodné používat solené nebo bylinné sedací lázně. Nemáme-li dostatek času na zázvorové obklady, lze jako rychlou pomoc použít při akupresuře nebo masáži některý z osvěžujících prostředků, např. přípravek Mentosan. Jedná se o lihový roztok silic 10 druhů léčivých rostlin, který je při zevním použití určen především k odstraňování svalových kloubních bolestí. Jiným osvědčeným přípravkem k odstranění bolestí a k masáží je i francovka Alpa. Jedná se rovněž o směs silic léčivých bylin v lihovém roztoku. Lze do ní přidat 2 kusy koření hřebíčku a 2 kuličky nového koření a nechat několik dní louhovat, protibolestivý účinek se tím zesílí.

## Cviky k uvolnění, protažení a posílení svalů v oblasti hlavy a krku

### ■ Žvýkácké svaly a čelistní kloub

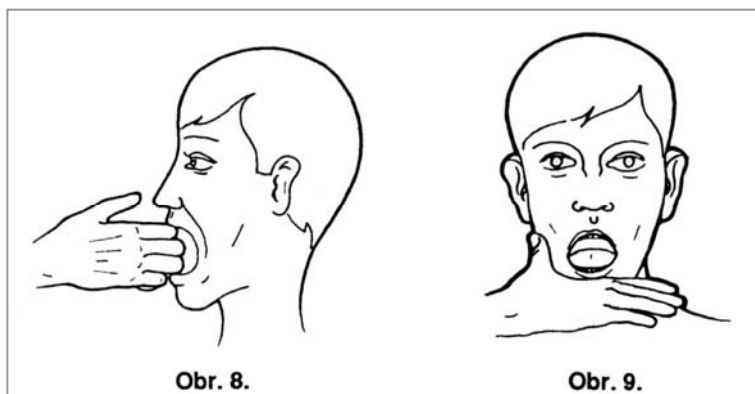
Čelistní klouby a žvýkácké svaly tvoří funkční jednotku. Jejich uvolněním se snáze uvolní i blokády horní krční páteře a hlavových kloubů, které bývají často spojeny se závratěmi, poruchou rovnováhy, s napětím v hlavě a v obličeji, s bolestmi v krku, častějšími záněty hrtanu a mandlí a nedostatečným otevíráním úst při mluvení a smíchu. Také žvýkání a polykání bývá omezenější.

Blokády v hlavových kloubech bývají často zřetězeny s poruchami v oblasti bedrokřížokyčelního spojení a nepodaří se je mnohdy odstranit dříve, dokud



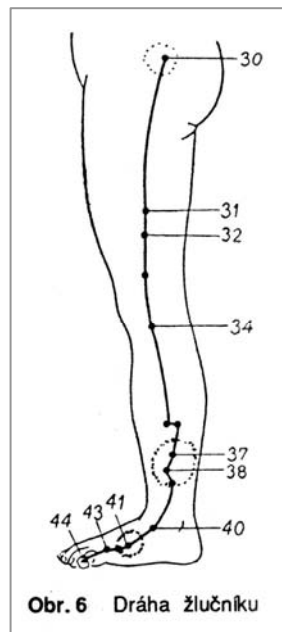
Obr. 10.

Obr. 11.



Obr. 8.

Obr. 9.



Obr. 6 Dráha žlučníku

nepovolí blok v dolních partiích páteře – v bedrokřížkyčelním spojení. Proto je někdy lepší začít s mobilizační a uvolňujícími dolního konce páteře.

■ **Kontrolní test**

Před následujícími cvičeními testem ověříme pohyblivost a funkci čelistního kloubu. Tři klouby ohnutých prstů jedné ruky vložíme do maximálně otevřených úst (obr. 8). Jestliže se nám to podaří bez větší bolestivosti, svědčí to pro uvolnění čelistní svaly a funkční čelistní kloub.

■ **Postizometrická relaxace (PIR) žvýkacích svalů**

(PIR – uvolňování svalů po předchozím napětí proti odporu, spolu s dýcháním a souhyby očí)

**PIR žvýkače** (obr. 9) – poloha vsedě u stolu, opřeme jednu ruku loktem o stůl a dlaní podepřeme zesponu čelo tak, aby krční páteř byla napřímená. Cvičíme-li v lehu na zádech, kontrolujeme páteř, aby byla vyrovnaná. Druhou rukou uchopíme bradu nebo dolní čelist za zuby. Při nádechu otevřeme maximálně ústa jako při zívnutí, ve výdechu klade brada mírný odpor ruce, ale ústa nezavřeme a v dalším nádechu potom táhneme čelist ještě více dolů a tím i žvýkací svaly protahujeme a uvolňujeme. Opakujeme 3x. Kontrolním testem ověříme, zda se ústa po cvičení více otevírají.

**PIR předsunovače brady** (obr. 10) – uchopíme bradu po stranách palcem a ukazováčkem, při nádechu předsuneme bradu vpřed proti odporu prstů. Při výdechu uvolníme sval zasunutím brady zpět, prsty přitom tlačí ve směru uvolnění. Opakujeme 3x. Kontrolním testem zjistíme, zda se sval uvolnil.

**PIR dvoubříškového svalu, který posunuje jazylku** (obr. 11) – dlaní podepřeme bradu, ústa jsou mírně pootevřená, prstem druhé ruky přidržujeme ze strany okraj jazylky. Podíváme se nahoru. Nadechujeme, spodní čelist tlačíme do dlaně pod bradou, chvíli zadržíme dech a potom napětí uvolníme a vydechneme. Vyměníme ruce a cvik opakujeme 3x na každou stranu. Kontrolním testem ověříme, zda se sval uvolnil.

*Pokračování příště.*

*Připravila: (bf)*

**Doporučujeme**



**Páteř bez bolesti – MUDr. Jana Kombercová, 64 str., cena: 99 Kč, Olympia.**

Autorka předkládá jednoduché automobilizační cviky, které vybrala z praxe prof. MUDr. Karla Lewita.

# Jak na nemoci

## Domácí první pomoc

*(Pokračování z minulého čísla)*

Stane se nám, že nás znenadání tuhle něco píchne, tamhle zabolí. Ne se všim je nutné ihned běžet k lékaři, někdy stačí zkusit babiččin recept na neduhu nebo něco osvědčeného z lékárny.

**Křen**

■ Má velmi posilující účinek na naši obranyschopnost.

Obsahuje důležité živiny a má antibiotecký účinek, dokáže v těle eliminovat infekce a je výborným doplňkem léčby při nachlazení, angíně a chřipce. V případě nemoci spojených s kašlem a rýmou křen prokáže ještě jednu skvělou službu. Jeho silice rozpouštějí usazený sekret na sliznicích dýchacích cest – jak v nosních dutinách, tak v plicích a průduškách, účinek pocítíme už při jeho krájení či strouhání, projevuje se typickým slzením.

■ Křen s medem – křen nejmenno nastroháme a 2 lžíce smícháme se lžící medu. Užíváme 3x denně čajovou lžičku, u dětí dávku o něco snížíme. Už za chvíli po konzumaci pocítíme, že se spouští rýma, snadněji odkašláváme a lépe se nám dýchá.

**Aloe Vera**

■ Pro všechny věkové kategorie, pro zdravé lidi jako prevence a pro nemocné jako doplňková léčba ke zlepšení účinnosti a snížení nežádoucích účinků klasické léčby (farmakoterapie, radioterapie, chi-



rurgická léčba apod.). Produkty jsou určeny k zevnímu i k vnitřnímu použití. Příklady nejčastějšího použití:

■ Choroby látkové výměny a nesprávné výživy (obezita, cukrovka, detoxikace, podvýživa, zvýšená hladina cholesterolu, anémie).

■ Choroby trávicí soustavy (záněty ústní dutiny, afty, poruchy trávení, pálení žáhy, žaludeční vředy, chronická zácpa, infekční průjmy, hemeroidy).

■ Choroby jater a žlučových cest (po infekční žloutence, poškození jater následkem otravy, léků, alkoholu, poruchy činnosti žlučníku, žlučové kameny).

■ Choroby ledvin a močových cest (záněty močového měchýře, ledvinové kameny, cysty, zbytnění a záněty prostaty).

■ Choroby dýchacích cest (akutní a chronická rýma, zánět mandlí, hrtanu, záněty dutin, astma).

■ Choroby srdce a cév (poruchy krevního tlaku, arteroskleróza, křečové žíly).

■ Choroby kůže, podkoží, vlasů, nehtů (poranění, popáleniny, bodnutí hmyzem, akné, hnis, vředy, pásový opar, bércevé vředy, ekzémy, plísňová onemocnění, nadměrné pocení, celulitida, vypadávání vlasů, lupy, poškození vlasové pokožky, herpes).

■ Choroby pohybového ústrojí (revmatické onemocnění zánětlivé, artróza, bolesti zad a plotýnek, osteoporóza).

■ Gynekologická onemocnění (zánět pochvy, výtok, bolestivá menstruace, silné krvácení, klimakterium).

■ Nervová a duševní onemocnění (migrena, epilepsie, chronická únava, nervozita, úzkost, deprese).

■ Podpora imunity, nádorová onemocnění (oslabená imunita, prevence nádoro-



vých onemocnění, pomocná léčba rakoviny – následků chemoterapie a radioterapie).

### Cibule

Nejlepším lékem proti nachlazení a následnému kašli je cibule.

■ Cibulový sirup – nakrájíme 3 cibule na kolečka. Postupně je vrstváme do nádoby a prosypáváme cukrem (nejlépe třtinovým), přikryjeme a necháme odstát. Za několik hodin pustí cibule šťávu, kterou slijeme do skleničky. Sirup podáváme při kašli několikrát denně po lžičkách.

■ Cibulový čaj – do 200 ml vroucí vody dáme na 5 minut vařit 2 nadrobno nakrájené cibule. Necháme 10 minut vyluhovat, scedíme a osladíme medem. Pijeme několikrát denně.

### Citrón

Během infekce je důležitý přísun dostatečného množství vitamínu C podávaný nejlépe formou zvýšené konzumace citrónu, kiwi, pomerančů a kysaného zelí.

■ Citrónové kloktadlo – vymačkáme šťávu z jednoho středně velkého citrónu a kloktáme 2–3x denně. Nakonec polkne.

■ Teplá citronáda – šťávu z 2 citrónů smícháme ve vysoké sklenici s 2 lžícemi třtinového cukru a zalijeme teplou vodou. Přidat můžeme i šťávu z jednoho pomeranče. Pijeme každé ráno před snídaní během celého zimního období.

■ Citrónové rozinky – balíček rozinek spaříme horkou vodou a dáme do malé misky. Na ně vymačkáme šťávu z 2 citrónů a necháme několik hodin nasáknout a nabobtnat. Vitamin C se naváže na hroznový cukr a má pak větší účinek v našem organismu.

### Sádlo

Sádlový obklad asi zná každý.

■ při bolestech v krku si připravíme jednoduchý zábal. Na pruh plátýnka namažeme tenkou vrstvu vepřového sádla. Na něj nastrouháme trochu muškátového oříšku (aby se utvořila tenoučká vrstvička). Přikryjeme dalším plátýnkem. Dáme na krk a ovážeme teplým šátkem. Ráno je po bolesti.

### Mrkvový tvaroh

Při jakémkoli oslabení našeho organismu jsou nadměrně zatěžovaná naše játra. Při infekci bychom jim měli dopřát úlevu, proto omezíme všechna tučná, příliš kořeněná a smažená jídla. Naopak přidáme více nízkotučných mléčných výrobků a mrkve.

■ Mrkvový tvaroh na játra – nastrouháme 3 mrkve, smícháme je s 250 g nízkotučného tvarohu a naředíme 1 lžící kefíru. Dobře promícháme. Můžeme osladit nebo

trochu osolit, podle chuti.

### Česnek, křen, cibule a citrón

K očistě jater: 2 litry převařené vody, 20 dkg cukru, 4 citróny, 15 až 20 stroužků česneku, 20 dkg křenu, 1 větší cibule. Česnek, křen a cibuli nameleme, dáme do 4litrové skleněné lahve, přidáme převařenou vodu, cukr a na kolečka nakrájené citróny. Louhujeme 14 dní za občasných promíchání, pak přecedíme přes gázu. Hotový nápoj skladujeme v chladničce. Pijeme ráno a večer po jedné štamprličce, připravíme 2x ročně.

### Víno

Má skvělé účinky na všechny slabosti srdce, ale i na srdeční nemoci. Působí citelné zlepšení při angíně pectoris. Užívá se 1–3 polévkové lžice denně při píchání na srdci, ať už je ovlivněno počasím nebo rozčilením. Litr přírodního vína (bílé nebo červené), 10 kousků čerstvé petržele, 1–2 polévkové lžice vinného octu, 300 g medu. Lahve na víno dobře umyjeme, popřípadě vypláchneme lihem, do hrnce nalijeme víno bez přidaného cukru, přidáme petrželovou nat', 1–2 lžice vinného octa a vaříme na mírném ohni 10 minut. Přidáme med a vaříme ještě 4 minuty. Teplé plníme do lahví, dobře uzavřeme. Případná usazenina v lahvích neškodí.

Zdroj: Internet  
Přípravila: (bf)



Lékař léčí  
Příroda uzdravuje

## Kouření zhoršuje roztroušenou sklerózu

Výzkumníci z Harvardské univerzity v USA zveřejnili výsledky nové studie porovnávající 1 465 jednotlivců, kteří mají roztroušenou sklerózu (RS). Ve sledované skupině bylo 257 aktivních kuřáků, 428 bývalých kuřáků a 780 bylo těch, kteří nikdy nekouřili. Přitom byla vzata v úvahu kuřácká historie a záznamy o zhoršování (progresi) onemocnění s využitím několika různých škál (EDSS a MSSS – Multiple Sclerosis Severity Scale – hodnotící stupeň postižení ve vztahu k délce trvání choroby), měření lézí v mozku tzn. poškozených oblastí a měření atrofie mozku tj. ubývání nervové tkáně.

### Přestat kouřit může pomoci

Po tříletém sledování skupiny bylo zjištěno, že invalidita v důsledku RS postupuje mnohem rychleji u kuřáků. Tento rozdíl byl zaznamenán i měřením aktivity nemoci na magnetické rezonanci. Co se týče výsledků u bývalých kuřáků, ty se výrazně neodlišovaly od výsledků těch, co nekouřili nikdy. Což vede k závěru, že přestat kouřit může oddálit progresi RS. Studie byla publikována v červencovém *Archives of Neurology*.

RS není nakažlivá nebo přímo dědičná choroba. Vědcům se však podařilo identifikovat faktory, které mohou pomoci určit, zda dojde u dané osoby k rozvoji tohoto onemocnění. Tyto faktory zahrnují genetickou výbavu, pohlaví, věk, geografický a etnický původ. A právě kouření cigaret zvyšuje riziko rozvoje RS. Tato studie by proto měla poskytnout pádný důvod proč přestat kouřit.

(hk)



# Letní skoky do invalidity

Následek skoku do neznámé vody může být osudný: porušení páteře, v lepším případě operace, v horším pak poškození míchy a trvalá invalidita.

„Dost mladých chlapců – vozíčkářů by mohlo vyprávět o tom, jak byl bazén příliš mělký, jak se pod hladinou jinak hlubokého rybníka skrýval kámen nebo zbytek stromu,“ říká MUDr. Luděk Prokop z Neurochirurgického oddělení pražské Nemocnice Na Homolce.

Při skoku do vody se mnozí spoléhají na to, že je chrání dopředu natažené ruce – ty ale často neudrží váhu prudce padajícího těla. Při úderu hlavy o dno pak dojde k poškození krčních obratlů s okamžitým ochrnutím, navíc s hrozbou utonutí.

## Kdy jde i o život

„Při úrazech páteře mohou být v lepším případě poškozeny pouze obratle, v horším však také mícha,“ uvádí doktor Prokop. „Ta bohužel nemá schopnost regenerace, takže při úplném přerušení již nelze její činnost obnovit.“ Podle statistik bývá u 40 % poranění krční páteře a u 20 % postižení hrudní či bederní páteře současně poškozena i mícha. V některých případech dochází k jejímu funkčnímu, někdy však i anatomickému poškození. **Poranění krční páteře, jež si způsobují muži při skocích do vody, patří k těm nejnebezpečnějším.** V úrovni čtvrtého krčního obratle vychází totiž z míchy brániční nerv, jehož prostřednictvím je řízeno břišní dýchání. Lidé, kteří si poraní míchu v této oblasti, přestanou dýchat v důsledku ochrnutí jak mezižeberních svalů, tak i bránice. Zachránit je může pouze okamžitá lékařská pomoc spojená s umělou plicní ventilací. V tomto případě jde ovšem doslova o minuty.



ilustrační foto

## Šestnáct center v republice

Pokud si pacient při skoku do vody poraní pouze páteř, má velkou naději na uzdravení. Rehabilitace vlastní páteře začíná však až po zhojení poraněných částí obratlových těl a odstranění zevní fixace – límce či ortézy. Nemocnému je pak zapotřebí zvolna mobilizovat páteř. K běžnému životnímu režimu se může vrátit zhruba za tři až šest měsíců po operaci.

Při poraněních míchy bývají následky mnohem závažnější a chirurgická léčba probíhá v páteřních centrech, kterých je nyní v České republice šestnáct. Po dvou až třech týdnech odtud nemocní putují na některou ze čtyř spinálních jednotek (Praha FN Motol, Liberec, Brno, Ostrava). Od druhého týdne po zranění probíhá chronická fáze léčby v některém z rehabilitačních ústavů, kde se lidé učí soběstačnosti a novému zařazení se do společnosti.

## Až 300 úrazů ročně

„Poranění páteře představují ohrožení na celý život,“ říká přední český neurochirurg doktor Jiří Chrobok z neurochirurgického oddělení pražské Nemocnice Na Homolce. „Kromě mechanické funkce při držení těla má páteř také funkci ochrannou – chrání míchu a z ní vystupující nervové kořeny. Mícha je nejdůležitější spojnici mezi mozkem a periferií. Prostřednictvím nervových drah probíhající v míše jsou přenášeny vzruchy z celého těla do mozku a z něj převáděny ke kosternímu svalstvu,“ popisuje MUDr. Jiří Chrobok

V ČR dojde každoročně přibližně ke 250 až 300 úrazům, jejichž následkem je poškození míchy. Vedou sportovci a skokani do vody, následují pracovní úrazy a dopravní nehody.

## Fixační korzety, nebo operace

Při poranění páteře je vždy potřeba provést RTG a CT vyšetření, která ukáží rozsah zranění – lékaři podle toho určí další léčebný postup. „Pokud nejsou úrazy



ilustrační foto

## Důsledky poškození páteře

- **Poranění nad čtvrtým krčním obratlem:** odtud vybíhá brániční nerv, a když ten přestane fungovat, člověk nemůže dýchat ani hýbat končetinami a svaly trupu.
- **Pátý krční obratel:** většinou je poškozena funkce deltového svalu a člověk nedokáže zvednout ani ramena.
- **Poranění u šestého krčního obratle:** člověk jen hýbe rameny, ale neohne ruku ani se nemůže jinak hýbat.
- **U sedmého krčního obratle:** pacient je pouze schopen zvedat paže a ohýbat ruce v loktech.
- **Poranění na přechodu krční a hrudní páteře:** člověk už může ovládat triceps, natáhnout ruku v lokti a většinou má neúplnou manipulační schopnost ruky.
- **Poranění hrudní části páteře:** ta je nejzranitelnější a postižení míchy je zde nejčastější. Lidé ochrnou na dolní polovinu těla a jsou odkázáni na invalidní vozík.
- **Poranění na úrovni prvního bederního obratle:** pacient má ochrnuté dolní končetiny a porušenou funkci svěračů.
- **Poranění u druhého bederního obratle:** zde odstupují již jen nervové kořeny a jejich poranění může znamenat částečné poškození funkce svalstva dolních končetin.
- **Poranění nižších bederních obratlů:** je ovlivněna hybnost dolních končetin a svěračů, tedy močení, stolice.

páteře spojeny s její aktuální či potenciální instabilitou, dominuje léčba konzervativní, kdy se pacienti léčí klidovým režimem, speciální gymnastikou zádového svalstva a pomocí na míru vytvořených fixačních korzetů,“ uvádí doktor Chrobok.

Chirurgická léčba se provádí u 20 až 30 % úrazů páteře bez míšního poranění a u většiny všech poranění páteře s míšní lézí. Neurochirurg operativní léčbu preferuje tehdy, když se jedná o nestabilní či potenciálně nestabilní poranění, kdy i po relativně úspěšné konzervativní léčbě by mohlo po dvou až pěti letech dojít k deformitě páteře. Operaci upřednostňují také pacienti, kteří si přejí rychlejší rekonvalescenci a hodlají se dříve vrátit do práce. Pokud jejich zdravotní stav dovoluje podstoupit možná rizika chirurgického zásahu, lékaři jej provedou.

### Příklad za všechny

Mediálně rozvířeným případem se stala nehoda Martina Zacha, jenž byl koncem srpna vyhlášen Mužem roku 2009. Druhý den nato se zúčastnil exhibice ve skocích do vody s freestyleovými lyžemi a snowboardy na rybníku Kačák u Vrchlabí. Třetím skokem zamířil do vody, která byla příliš mělká a podle svědků se „zapíchl“ do bahnitého dna. I když s lidmi v okolí komunikoval, necítil tělo od pasu dolů a v rukách měl cit jen chvílemi. Skončil s těžce poškozenou míchou a nehybnými končetinami v nemocnici.



Martin Zach. Koncem srpna byl vyhlášen Mužem roku 2009. Druhý den nato po skoku do mělké vody skončil s těžce poškozenou míchou a nehybnými končetinami.

Foto: internet

Připravil Jiří Muladi

## Historie

### pohledů na lidi s poraněním míchy

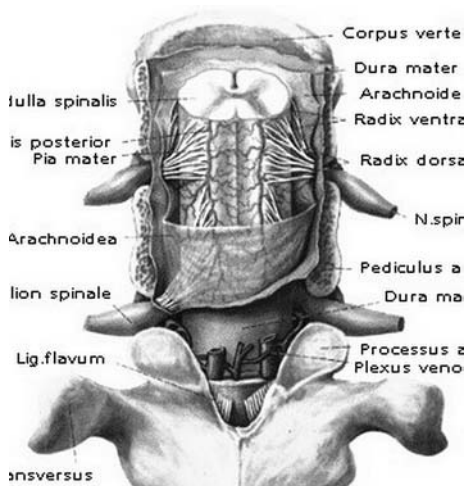
Prvenství písemné zprávy o poranění míchy patří Egypťanům, připisováno je Imhotepovi. Zřejmě první, kdo sledoval příznaky poranění míchy podle výšky léze, byl Galén. Nihilistický pohled na perspektivu těchto lidí se od dob Hippokrata prakticky neměnil až do 2. světové války – paraplegici byli ponecháváni svému osudu. Ještě za 1. světové války umíralo do jednoho roku 90 % nemocných, většinou na močové nebo plicní komplikace a na dekubitální sepsi.

Významnou změnu do rezignovaného postoje k těmto nemocným přinesl ve 40. letech minulého století Američan Donald Munro, který v Bostonu vypracoval zásady ošetřování, léčby a další perspektivy nemocných s poraněním míchy.

Systematickou komplexní terapii úrazů a jejich následků s důslednou prevencí komplikací zahájil sir Ludwig Guttmann (1899–1980) v Anglii. Položil základy moderní rehabilitace a sociálního zařazení paraplegiků a právem je nazýván „otcem paraplegiků“. Založil první evropské centrum ve Stoke Mandeville Hospital a vypracoval koncepci péče o tyto nemocné jak pro fázi chronickou s celoživotním dispenzarizačním programem, tak pro fáze časné, kdy týmový přístup začínal co nejdříve a rehabilitace probíhala po stabilizaci vitálních funkcí se zaměřením na kvalitní ošetřovatelství, fyzioterapii a ergoterapii. Během minulého století došlo ke snížení mortality asi o 80 %.

V Guttmannově koncepci je již patrná myšlenka spinálního centra – péče o nemocného s poraněním míchy jedním spolupracujícím týmem specialistů pod jednou střechou od samého začátku.

(dz)



## Místo kina bazén

Norský grant umožnil v **Hamzově léčebně** stavbu nového rehabilitačního bazénu. V půli června tak mohli v Luže-Košumberku slavnostně otevřít bazén pro rehabilitaci a následnou zdravotnickou péči pro děti a dospělé.

Pro výstavbu rehabilitačního bazénu bylo nutné kompletně změnit dispoziční řešení středního křídla. Bazén o rozměrech 6,3 x 14,1 metru vyrostl na místě bývalého kinosálu. Pacientům budou sloužit zabudované podvodní rotopedy, hydromasážní trysky, chrlič vody, hydromasážní lavice a protiproud. Snadnější pohyb pacientů umožní speciální madla a úchyty, personál bude moci využít také hydraulický zvedák pro transport pacienta z vozíku přímo do vody.



Denně projde jednotlivými rehabilitačními cykly v bazénu až 132 pacientů. V roce 1962 byla léčebna upravena na zařízení pro rehabilitaci nemocných s pohybovými vadami. Od roku 1991 se v léčebně léčí i dospělí nemocní a o rok později získal ústav název „Hamzova dětská léčebna“.

(bf)

### Kontakt:

Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé, 538 54 Luže-Košumberk 80, tel. 469 648 111, 469 648 107, e-mail: sekretariat@hamzova-lecebna.cz, web: www.hamzova-lecebna.cz.

## Oprava, omluva:

■ Článek Regionální centra pomoci a mobility na str. 10 v minulém Vozkovi č. 2/2009: Spolupracující RCPM severní Morava, Havířov, M. Kniezková – bylo zrušeno.

■ Omlouváme se čtenářům posledního Vozky č. 2/2009 za nekvalitní reprodukci některých fotografií. Závada byla zapříčiněna technickými potížemi na straně tiskárny.

Redakce

# Nová pravidla v opravách a vyřazování kompenzačních pomůcek

## Nejdříve chaos a nejistota, nyní zklidnění

V červenci tohoto roku zbystrilo pozornost dodavatelů kompenzačních pomůcek rozhodnutí Všeobecné zdravotní pojišťovny (VZP), kterým 30. června ukončila smlouvy pro uzavírání smluv o vydávání, koupi a provádění cirkulace zdravotnických prostředků s jednotlivými odbornými firmami. Zároveň **VZP avizovala novou podobu těchto smluv, která by negativně ovlivnila kvalitu některých služeb zdravotně postiženým a zavedly platby za ta plnění, která dosud byla zdarma. Nové smlouvy však nezavřela, a protože ostatní pojišťovny v podstatě kopírují pravidla VZP, problémy na sebe nedaly dlouho čekat.**

### Problémy firem

Následně se stále více osob se zdravotním postižením z celé ČR obracelo na Národní radu zdravotně postižených (NRZP) s oznámeními, že jim **dodavatelské firmy nechtějí poskytnout, nebo opravit zdravotnickou techniku.** Společným jmenovatelem naléhavých žádostí o pomoc byla skutečnost, že **nebylo objasněno financování oprav již poskytnuté techniky a dodávek nových prostředků zdravotnické techniky.** VZP zároveň avizovala nové znění smluv, které firmám oklestí proplácení některých úkonů. Firmy se proto v dosud nevyjasněné situaci oprávněně obávaly, že jejich klienti budou muset část nákladů hradit sami a část z nich nebude schopna je zaplatit. Firmám hrozily ztráty.

### Problémy hendikepovaných

Několik osob se zdravotním postižením též dostalo od svých dodavatelů (firm, jejichž sídla jsou často vzdálena i 200 km od místa bydliště hendikepované osoby) vyrozumění, že budou muset **sami dopravit svou zdravotnickou techniku na opravu do sídla firmy, nebo uhradit všechny cestovní náklady jejich technika.** To by pak neúměrně zatížilo rozpočet těchto osob anebo zcela znemožnilo opravu jejich pomůcky. Jednalo by se totiž hned o čtyři cesty v případě příjezdu technika k uživateli a až šest cest, v případě dovozu pomůcky uživatelem do servisu, to vše za jednou opravou. (Nejdříve je nutné učinit odhad ceny

opravy pomůcky = 2 cesty technika, nebo odvoz pomůcky do servisu /tam a zpět/, poté si nechat u lékaře vystavit poukaz na opravu a následně opravit pomůcky = 2 cesty servisního technika, nebo odvoz pomůcky do servisu /tam a zpět/).

Zvláště zatěžujícím by to bylo pro nejtíže postižené vozíčkáře, pro něž by např. odvoz jejich těžkého elektrického vozíku byl zcela neřešitelný. Tento postup některé firmy zdůvodňovaly právě neexistencí smlouvy s VZP a nejasností ve financování.

### Nervózní vyčkávání

Provizorium, které ve věci panovalo, tedy cítily jako velmi dramatické nejen osoby se zdrav. postižením, na které měla být přenesena značná finanční zátěž, ale především pak samy dodavatelské firmy.

Představenstvo Společenstva výrobců a prodejců zdravotnických prostředků, o.s



(SVPZP), které se k neutěšené situaci při uzavírání smluv o cirkulaci zdravotnických prostředků sešlo 7. července, konstatovalo, že „... věcné a cenové podmínky obsažené v návrhu nové smlouvy, kterou předložila VZP, jsou pro velké množství firem likvidační a mohou ve svém důsledku vést k dramatickému zhoršení ekonomické situace výrobců/dodavatelů cirkulovatelných ZP, k omezování počtu pracovníků a také ke zhoršení dosavadní úrovně péče o zákazníky a servisu, který jim firmy/dodavatelé poskytují.“ Nastalá situace by časem mohla být naprosto likvidační.

### Firmy vyhlásily stop stav, klienti v nejistotě

Nové podmínky smluv navrhovaných

VZP jsou proto pro firmy zcela neakceptovatelné. Na jejich základě by nebyly dlouhodobě schopny poskytovat osobám se zdravotním postižením takovou nabídku a škálu produktů a služeb jako dosud. **Pokud by tento stav přetrval, mohl by celý systém prodeje, oprav a provádění cirkulace zdravotnických prostředků, zcela zdecimovat. Ani největší z prodejců by se s ním nedokázal vyrovnat. V konečném efektu by se pak situace velmi nepříznivě projevila na zdravotním stavu osob se zdravotním postižením...**

Pracovní skupina SVPZP, která k řešení problému byla ustavena, následně sdělila všem příslušným firmám (výrobci, prodejcům, dovozcům či servisním organizacím), že **většina účastníků tohoto jednání dočasně ukončila činnosti spojené s cirkulacemi a repasemi zdravotnických prostředků pro pojištění VZP,** a to až do podepsání akceptovatelné smlouvy včetně akceptovatelných cen.

Pro lidi se zdravotním postižením i pro dodavatelské firmy tak nastala krátká „doba ledová“.

### Jaký bude nový systém?

**Pod tlakem Společenstva výrobců a prodejců zdravotnických prostředků, NRZP a některých organizací hendikepovaných (naléhavý dopis předsedovi VZP poslala i Ostravská org. vozíčkářů) VZP vydala 24. července prohlášení,** ve kterém sdělila, že se smluvními firmami poskytujícími zdravotnické prostředky klientům VZP postupně **jedná o obnovení smluv.** A současně nabízí navázání nového smluvního vztahu dalším subjektům, které zajišťují servis a dodávky zdravotnických prostředků pro její pojištění.

**Nový systém** je nastaven tak, aby byl průhlednější, umožnil detailnější analýzy vykazovaných závad zdravotnických prostředků, spotřeby jednotlivých náhradních dílů a minimalizaci paušálních výdajů, které jsou v praxi velice neurčité.

Požizovací ceny nových zdravotnických prostředků (ZP) zůstávají v původní výši. Mění se především systém proplácení cirkulace, tj. opětovného vydání použitých ZP po jejich opravě. Namísto dosud



užívané procentuální paušální částky z pořízovací ceny ZP je nyní cirkulace hrazena paušální částkou podle typu ZP a s tím spojené pracnosti. Zahrnuje náklady na dopravu, administraci a kontrolu ZP servisním technikem i běžné provozní náklady smluvního partnera. Související provedené opravy ZP nutné k jeho opětovnému vydání, budou hrazeny individuální úhradou.

Od tohoto kroku **pojišťovna očekává podstatné snížení nákladů spojených s cirkulací ZP tak, aby nebyl dotčen klient pojišťovny a současně byly zachovány principy tržního prostředí.**

**Primárním cílem VZP i nadále zůstává poskytování kvalitních zdravotnických prostředků klientům VZP a zlepšování služeb smluvními partnery – firmami.**

## Nová pravidla – pro klienty se nic nemění. Uvidíme...

Dne 19. října se setkal předseda NRZP Václav Krása s ředitelem VZP Pavlem Horákem, který jej informoval o nových smlouvách s distributory zdravotnických prostředků.

Ředitel VZP Horák mu sdělil následující podstatné informace:

■ **Stávající smlouvy** s jednotlivými poskytovateli zdravotnických prostředků byly **prodlouženy do 30. září 2009.**

■ **Nové smlouvy** jsou již s Asociací poskytovatelů zdravotnických prostředků dohodnuty a měly by být podepsány **počátkem měsíce září 2009.**

■ **Mění se některá pravidla** pro poskytovatele a distributory zdravotnických prostředků, a to především ve způsobu úhrady oprav, repasí a dopravy jednotlivých prostředků. Doposud byl používán paušál z ceny výrobku na úhradu těchto činností. Nově budou **opravy, repase a doprava účtovány jednotlivým firmám dle skutečných nákladů**, a to tak, že bude **úhrada náhradních dílů a dále úhrada za práci a dopravu.**

■ Ředitel VZP ubezpečil předsedu Krásu, že **všechny tyto změny se žádným způsobem nedotýkají klientů VZP ČR a že způsob úhrady služeb bude stejný jako doposud.**

■ **Nebyla prodloužena smlouva s firmou Orthoservis**, s touto firmou nechce VZP ČR nadále spolupracovat. Václav Krása proto sděluje lidem se zdravotním postižením: „Pokud máte poukazy na zdravotnické prostředky a předali jste je firmě Orthoservis, tato forma Vám zřejmě tyto prostředky nebude schopna vydat. V takovém případě požádejte Vašeho lékaře, který Vám napsal poukaz, aby jej zrušil a napsal jiný poukaz na výrobek jiné firmy.“

## Jaká je současná praxe firem?

Ještě před vznikem chaosu vzniklého nedořešenými opatřeními VZP měl VOZKA informace o odlišnostech ve vyřizování zakázek klientů některými firmami, zejména v oblasti mechanických a elektrických vozíků, které vedly ke stížnostem vozíčkářů.

V době, kdy byla situace v opravách a vyřazování kompenzačních pomůcek nejasná, oslovil VOZKA největší dodavatele zdravotnických prostředků a požádal je o odpovědi na krátký dotazník, ve kterém zjišťoval **dosavadní praxi vyřizování zakázek klientů v oblasti oprav a vyřazování mechanických a elektrických ortopedických vozíků.**

Na dotazník poslal odpověď pouze firma Otto Bock ČR, s.r.o. ze Zruče.

### Odpovědi firmy Otto Bock ČR, s.r.o.

#### Opravy elektrických a mechanických vozíků

• **Je Váš zdravotně hendikepovaný klient povinen dovést vozík k opravě pokud mu v tom brání jeho zdravotní stav, vzdálenost jeho bydliště od Vaší firmy či jiné okolnosti?**

Naše firma provádí většinu oprav u klientů doma nebo v jiném místě pobytu. Naši servisní technici se snaží veškeré problémy vyřešit na místě a v případě, že opravu nelze provést, zapůjčí jinou adekvátní pomůcku, aby byla zachována mobilita pacienta.

• **Jakou částku z celkových nákladů na opravu (výkon, materiál, doprava aj.) hradí pojišťovna (90 %?) a jakou klient (10 %?)**

Klient hradí většinou 10 % z ceny opravy. Týká se to však oprav, které vzniknou běžným opotřebením. V případech, kdy pojišťovna odmítne hradit opravu, musí klient hradit celou opravu sám.

• **Hradí klient částku za atypické úpravy, které si po čase změna jeho zdravot. stavu vyžaduje, a to na vozíku, jehož jste byli dodavatelem ale které (úpravy) běžně nedodáváte?**

I podle návrhu nových smluv tyto individuální úpravy jsou a budou plně hrazeny zdravotní pojišťovnou, pokud to vyžaduje změna zdravotního stavu. Tyto úpravy provádíme vždy v rámci technických možností pomůcky a zdravotního stavu zákazníka.

• **Jaké doklady (poukaz aj.) a kým schválené klient k opravě vozíku el. a mechanického potřebuje?**

Pro opravu pomůcky potřebuje klient

kalkulaci opravy, na kterou je vypsán poukaz, a ten musí být schválen revizním lékařem zdravotní pojišťovny.

• **Potřebuje klient v případě opravy el. a mech. vozíku absolvovat stejné schvalovací postupy (několik odborných lékařů aj.) jako v případě žádosti o přidělení vozíku nového?**

Postačí mu pouze poukaz předepisujícího lékaře potvrzený revizním lékařem.

#### Vyřazování elektrických a mechanických vozíků

• **Když má klient po uplynutí stanovené doby používání stávajícího el. a mech. vozíku potřebu pořídit si vozík nový a dosud není rozhodnut, od jaké firmy si jej pořídí, podle dosavadních pravidel nemůže o nový žádat, pokud starý není vyřazen. Než však bude mít vozík nový, bez starého se neobejde. Vycházíte mu vstříc, dosavadní vozík vyřadíte a necháte mu jej ještě potřebnou dobu k dispozici, než mu bude přidělen vozík nový?**

Klientovi zůstane jeho starší pomůcka po potřebnou dobu i po jejím vyřazení, aby měl zajištěnou mobilitu.

• **Musí u Vaší firmy za vyřazení stávajícího uhradit poplatek, ať už jej na Vaší firmu přiveze osobně nebo i v případě, že potřebuje, aby jej Vaše firma odvezla sama?**

U naší firmy se poplatek za vyřazení neplatí. Pokud je vozík v havarijním stavu, měl by být co nejdříve opraven nebo vyřazen, aby nepoškodil jeho uživatele.

#### Kontaktní informace:

Otto Bock ČR, s.r.o., Protetická 460, 330 08 Zruč-Senec, tel. 377 825 044, Prodejní a servisní centrum Olomouc: Svornosti 22, 779 00 Olomouc, tel. 585 410 467, email@ottobock.cz, www.ottobock.cz.

Připravil: Petr Dzido  
Zvýraznění: redakce

#### Poděkování:

Autor článku děkuje firmě Medicco-Vašíček, s.r.o. za poskytnutí základních informací o problémech v této problematice v době, kdy situace byla ještě nejasná.

## Máte problémy

s vyřizováním oprav  
a vyřazováním  
kompenzačních pomůcek?

Napište nám o tom!

Kontakty na redakci v tiráži

# V říjnu do Brna na zdravotnický veletrh Medical Fair / REHAPROTEX

V termínu **od 20. do 23. října** letošního roku se na brněnském výstavišti uskuteční další ročník mezinárodního veletrhu zdravotnické techniky, rehabilitace a zdraví **MEDICAL FAIR BRNO – CENTRAL EUROPE** a **REHAPROTEX**. Dva měsíce před začátkem veletrhu je přihlášeno více jak 200 firem z 10 zemí světa. Mezi vystavujícími firmami jsou například společnosti Olympus Czech Group, BTL zdravotnická technika, MADISSON, AUDY s.r.o., SIVAK, PATRON Bohemia, MEYRA, Otto Bock ČR a další.



## REHAPROTEX – přehlídka, která nemá ve střední Evropě konkurenci

Součástí mezinárodního veletrhu zdravotnické techniky, rehabilitace a zdraví **MEDICAL FAIR BRNO – Central Europe** je tradičně kompletní přehlídka kompenzačních, protetických, ortopedických a rehabilitačních pomůcek, odborné konference a semináře, tematické dny pro zdravotně postižené a další atraktivní doprovodné programy organizované pod známou značkou **REHAPROTEX** ve spolupráci s partnery veletrhu Národní radou osob se zdravotním postižením ČR a Ligou vozíčkářů.

## Pro Váš úsměv 2009

V rámci přehlídky **REHAPROTEX** se již po čtrnácté uskuteční v pavilonu C přehlídka nevládních a neziskových organizací s názvem **Pro Váš úsměv**.

Projekt **Pro Váš úsměv** bude letos obohacen o prezentaci zřizovatelů a poskytovatelů sociální péče potenciálním uživatelům. Návštěvníkům budou k dispozici i služby sociálně-právních poraden.

## Doprovodný program

I v letošním roce je každý veletržní den z hlediska doprovodných programů věnován konkrétním tématům. První den veletrhu – úterý bude zaměřen na Sociální služby a legislativu, středa bude ve znamení Vzdělávání a možností pracovního uplatnění, čtvrtek bude patřit Seniorům a zdravému životnímu stylu a poslední den

pátek bude věnován Dětem, sportu a volnému času.

## „Aktivní patro“

Novinkou letošního ročníku **REHAPROTEX** bude „Aktivní patro“ v pavilonu C. Zde si může každý zájemce vyzkoušet jízdu na vozíku, pohyb či výtvarnou činnost se zavázanými očima anebo na vlastní kůži zažít úskalí života lidí s postižením. Zjistíte, že člověk s hendikepem zároveň neznamená, že je člověkem bez sportu. Bude zde zastoupena široká škála sportovních aktivit a pohybového vyžití. Floorball a basketball na vozíku budou jednou z mnoha aktivit.

## Ukázky, odpočinek

Tradičně najdou návštěvníci na veletrhu chráněné dílny a jejich výrobky, ukázky hippoterapie, canisterapie a vycvičené vodící a asistenční psy. Nebude chybět ani oblíbená Internetovna, která je místem předvádění moderní počítačové technologie pomáhající lidem s hendikepem v každodenním životě. Občerstvení a odpočinek bude k dispozici mimo jiné v Čajov-



ně, děti se rády pobaví v Dětském koutku.

Další témata, která budou pro návštěvníky zajímavá jsou komplexní péče o nohu, zdravý životní styl, prevence nádorových onemocnění, balneoterapie, prodejní centrum.

## Vlak plný úsměvů

Ve spolupráci s Českými drahami i letos je organizován první den veletrhu **Vlak plný úsměvů** jedoucí z Prahy. Novinkou v této oblasti bude „Preventivní program“, který České dráhy společně s Ligou vozíčkářů připravují na pátek 23. 10. pro žáky základních a středních škol.

## Business na veletrhu MEDICAL FAIR Brno / REHAPROTEX

Návštěvníci přijíždějící na veletrh s cílem obchodních jednání a navázání nových obchodních kontaktů se mohou aktivně zapojit do mezinárodního workshopu **Business Point**. Účastníky **Business Point** jsou vystavovatelé, účastníci obchodních misí ze zahraničí a odborní návštěvníci.

## Praktické informace na závěr

### Vstupné:

- Celodenní: 100,- CZK,
- zlevněné: 70,- CZK,
- pro držitele průkazu ZTP: 40,- CZK (doprovod má vstup ZDARMA),
- návštěvník předregistrovaný přes internet: 40,- CZK.

### Vjezd do veletržního areálu:

bránou č. 4, kde je umístěna pokladna (vozidla označená symbolem „Zdravotně postižená osoba“ má vjezd do areálu ZDARMA.

Na shledanou v Brně  
od 20. do 23. října 2009

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

Placená inzerce

# ROOMER

Váš silný, ohleduplný  
a inteligentní  
pomocník v péči  
o imobilní osoby



Volnost pohybu  
ve všech směrech

- Unikátní transportní systém umožňující přechod mezi místnostmi bez stavebních úprav
- **Hlavní přednosti:** ochrana zdraví, bezpečnost, pohodlí pro pacienta i obsluhu, jednoduchost instalace
- **Určeno pro:** domácí i institucionální péči
- Soukromým osobám dotují instalaci odbory sociální péče při jednotlivých okresních úřadech až ze 100 %
- Návrh systému, instalaci, servis a zaškolení obsluhy zajišťuje tým profesionálů
- Pro detailní informace, osobní prezentaci či sestavení konkrétní (pro klienta nezávazné) nabídky zdarma využijte uvedené kontaktní údaje
- Návštěva referenčních pracovišť možná.



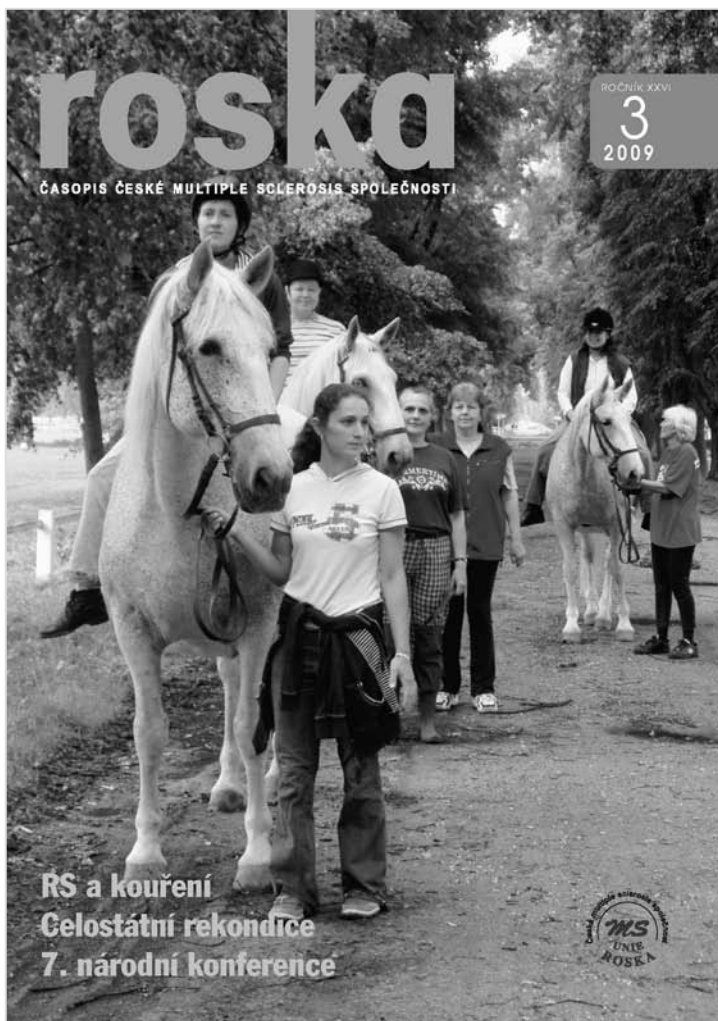
Lehký  
přechod  
mezi místnostmi

**Stropní zdvihací a transportní zařízení**

<http://roomer.cz>



**ERILENS s.r.o.**  
Papřenská 114/5, 160 00 Praha 6  
tel.: 234 123 456, fax: 234 123 360  
e-mail: roomer@erilens.cz  
Kompletní sortiment našich rehabilitačních  
pomůcek najdete na <http://reha.erilens.cz>



**roska**  
ČASOPIS ČESKÉ MULTIPLE SCLEROSIS SPOLEČNOSTI

ROČNÍK XXVI  
3  
2009

RS a kouření  
Celostátní rekondice  
7. národní konference



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

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

**Vydavatel: Unie Roska, Česká MS společnost,**  
P O Box 38, 120 00 Praha 2, tel./fax: 266 712 511,  
[vydavatelstvi@roska.eu](mailto:vydavatelstvi@roska.eu)

**Vychází 4 x ročně** v cyklu jaro, léto, podzim, zima  
Formát A 4, rozsah cca 64 stran a příloha  
Cena jednoho čísla 14 Kč, roční předplatné 56 Kč

[www.roska.eu](http://www.roska.eu)

ROČNÍK XXVI

1  
2009

ROČNÍK XXVI

2  
2009

ROČNÍK XXVI

3  
2009

ROČNÍK XXVI

4  
2009

# Aby vám bylo teplo III

## Vlněné papuče

Zvláště do podzimních a jarních dnů, kdy se v domácnostech většinou ještě nevytápí, přijdou vhod teplo dobře izolující vlněné papuče. Protože lidé s poškozením centrálního nervového systému (míšňí plegie, roztrouš. skleróza aj.) trpí špatným prokrvováním dolních končetin, zvláště chodidel, je potřeba udržování tepla v nich zajistit zvnějšku.

Po předchozích zkušenostech s podobnými papučemi, které po létech už dosloužily, jsem sháněl takové, které jsou dostatečně hrubé, aby udržely teplo nohou, s měkkou podrážkou, abych je bez zouvání mohl použít během dne při odpočinku na lůžku aniž by poškozovaly prostěradlo (tedy ne s klasickou pryžovou podrážkou). Musí se velmi snadno nazouvat i v sedě na vozíku, zvláště když

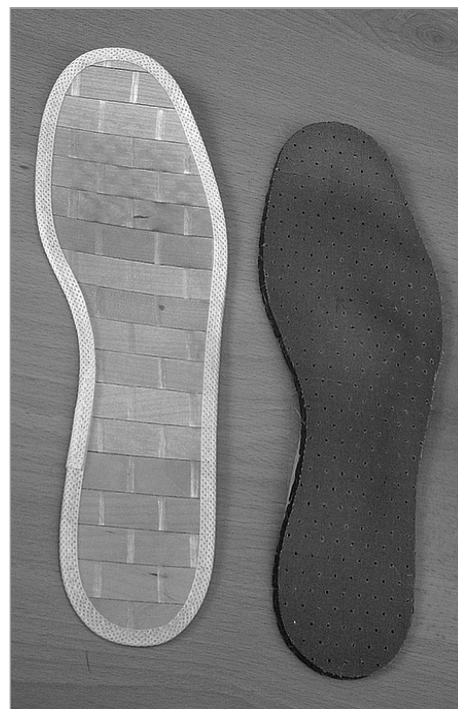
manipulace s nohama je ztížená jejich spasticitou (tedy vysoké a s dostatečně dlouhým rozparkem zasahujícím od horního lemu až k nártu) a podrážkou neklouzat po hladké laminátové podlaze (např. při sedu v křesle nebo při stoji v chodítku).

Těmto požadavkům vyhovující vlněné papuče jsem za cca 300 korun zakoupil v prodejně specializované na vlněné produkty, lůžkoviny a matrace v Ostravě-Porubě na ul. 17. listopadu. Zcela jistě lze tento výrobek zakoupit v podobných prodejnách i jinde, anebo výrobce vyhledat na internetu. Důležité je osobně si vyzkoušet správnou velikost obuvi, která musí být o něco větší kvůli následnému vložení dvou botních vložek (viz dále).

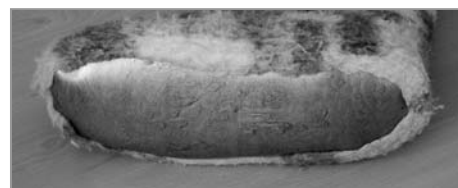
Protože jsem nechtěl papuče s klasickou pryžovou podrážkou, ale potřeboval jsem nášlapovou část přece jen nějak vyztužit, aby se chodidlo i přes papučí neotlačovalo o hranu podnožky vozíku, za-koupil jsem do papučí dvoje botní vložky. Jedny tuhé ploché z dýchových proužků k vyztužení, druhé anatomicky tvarované z měkké pěnovky. Těch je na výběr celá řada. Opět je důležité vyzkoušet si v prodejně velikost vložek a nazutí papučí s oběma vložkami.



Papuče jsou z vnější i vnitřní strany ušité z ovčího rouna, horní část se dá shrnout do lemu.



Aby se chodidlo neotlačovalo o hranu podnožky vozíku, je podrážka zevnitř vyztužena dvojicí botních vložek. Jedné rovné tuhé a druhé měkké anatomické.



Podrážka je z měkké umělé kůže, která na hladkém povrchu podlahy (vykachličkované nebo plovoucí laminátové) neklouže.

Tyto pohodlné papuče používám doma celý rok.

Petr Dzido

## 10 přístrojů pro pohybovou léčbu - českého výrobce Kalpe

### Rotren



Rotren Solo  
17 270 Kč

- MOTREN** - pohon elektromotorem, ovladač s řadou funkcí
- Solo - k procvičování dolních končetin
  - Duo 1 - ke společnému procvičování dolních a horních končetin
  - Duo 2 - k oddělenému procvičování dolních a horních končetin
  - Duo 3 - k oddělenému procvičování dolních a horních končetin v sedě i vleže, **pro děti od 3 let** do dospělosti
  - Bed - k oddělenému procvičování dolních a horních končetin osob upoutaných na lůžko

**ROTREN** - poháněn horními končetinami cvičícího či asistenta

- Solo - k procvičování dolních končetin silou cvičícího
- Duo 1- k procvičování dolních končetin silou asistenta
- Duo 2- k procvičování dolních a horních končetin silou asistenta
- Duo 3- k oddělenému procvičování dolních a horních končetin v sedě i vleže, **pro děti od 3 let** silou asistenta
- Bed - ke cvičení dolních i hor. končetin osob upoutaných na lůžko dle Vašich potřeb.

### Ceny včetně DPH

### Motren



Motren Solo  
49 060 Kč

**Široká nabídka příslušenství** - možnost individuálních úprav

**Bezplatné odzkoušení přístroje** - u nás i u zákazníka.

**Katalog přístrojů zdarma** - zašleme na vyžádání.

**Příspěvek do výše 50 %** - lze získat od odboru soc. věcí.

firma **KALPE**, Ke Kapličce 193, Dolní Břežany, 252 41

tel./fax: 241 910 688, mobil: 603 231 710, 737 289 275

e-mail: [kalpe@volny.cz](mailto:kalpe@volny.cz)

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

## Užitečné maličkosti aneb „Ber – neber“

Přišli jste na nějaké užitečné maličkosti pro život s hendikepem? Podělte se o ně s Vozkou!

Redakce

### Podložka na klín

Na zajímavou pomůcku nás upozornila paní Jitka Kadlecová z Prahy. Na vozíčku nebo v křesle používá jako podložku na klín speciální tvarovatelnou podložku, kterou před časem zakoupila v obchodním domě IKEA.

Jde o tuhou pracovní desku na podložce, jejíž sklon se dá podle potřeby ve všech směrech vytvarovat. Určena je primárně pro práci s notebookem, použít se však dá i jako pracovní stoleček či servírovací tácek. V době uzávěrky tohoto Vozky tento výrobek v nabídce IKEA již nebyl, ale dá se předpokládat, že se dá sehnat i ve specializovaných prodejnách s výpočetní technikou. Plošné rozměry podložky tvaru ledviny jsou 51×38 cm, výška 8 cm. V době zakoupení podložka stála 399,- Kč.



(dz)

## Kolečkové křeslo Ize ovládat myšlenkami

Japonská společnost Toyota Motor Corporation vyvinula technologii, díky níž lze okamžitě ovládat kolečkové křesla a vozíky pro invalidy, aniž by člověk musel zapojovat svaly nebo formulovat příkaz slovně. Křeslo reaguje na mozkové vlny.

Dosavadní systémy četly mozkové vlny se zpožděním několika sekund. Nová technologie však umožňuje reakci za 125 milisekund. Přijímač mozkových signálů je



zabudován v pokrývce hlavy a je napojen na elektroencefalograf a počítačový program v kolečkové křesle. Pouze zastavování vyžaduje

větší úsilí: osoba na vozíku musí nadmout líce, jejichž pohyby zachytí detektor umístěný na tváři.

Toyota však zatím hromadnou výrobu a prodej tohoto zařízení neplánuje, chce se dál zabývat vývojem. Totéž činí její konkurent Honda.

Zdroj: Novinky.cz,  
(di)



## Moje asistentka je pěkný pes...

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

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

Pomocné tlapky o.p.s.,  
V. Kratochvíla 1073, 332 02 Starý Plzeňec,  
Tel.: 724 007 779, info@pomocnetlapky.cz  
www.pomocnetlapky.cz



# Srdečná setkání v Apollu

## Hendikepovaní karavanisté



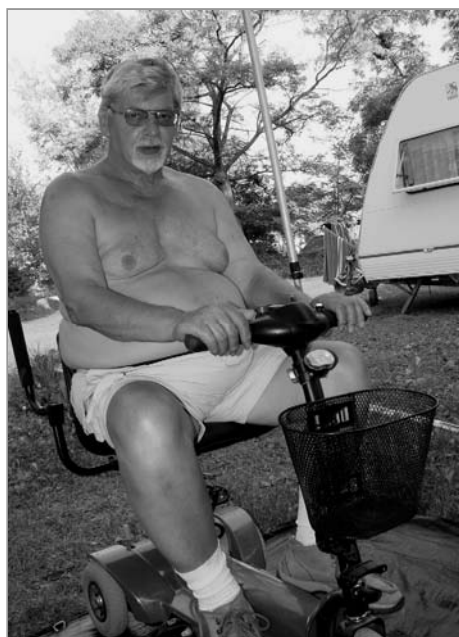
Miroslav Vepřek s manželkou Danielou.

Dvěma stovkám karavanistických posádek museli z kapacitních důvodů říci: ne. I tak se pořadatelé 37. Národního srazu Asociace Karavan Clubů AČR pěkně zapotili, protože do autokempu Apollo v Lednici přijelo v polovině srpna 221 posádek.

„Nebývalý zájem nás na jedné straně těšil,“ říká Jiří Zatloukal z Caravan Clubu Frýdek Místek, pověřený organizačním zabezpečením srazu. „Na druhé straně nás mrzelo, že jsme nemohli uspokojit všechny zájemce.“

### Autokemp zářil pohodou

Nalajnovat uličky v kempu a zajistit,



Ries De Jong na novém elektroskútru.

republiky, ale i ze Slovenska, Polska a Holandska. Velký ohlas například sklídila praktická demonstrace vyprošťovací techniky Hasičského záchranného sboru z Břeclavi i přednášky o první pomoci a resuscitaci s ukázkami na figuríně. Kromě toho se karavanisté účastnili různých soutěží, individuálních i organizovaných výletů v Lednicko – Valtickém areálu, degustace vín atd.

Žádanka o dobré počasí byla rovněž kladně vyřízena, takže po celé čtyři dny vlála nad kempem vlajka spokojenosti.

Příští rok bude putovní pohár pořadatelů národního srazu předán karavanistům z plzeňského klubu.

### Je to ve stylu života

Nejstarším účastníkem akce byl ostravský karavanista Miroslav Vepřek. Pohodář, který právě v době konání srazu slavil 85. narozeniny (takže byl přivítán skleničkou vína). Karavan si pořídil v roce 1984 – to mu bylo šedesát (!) let.

„Už deset let mám obytný vůz, a sice nastavbu Challenger na podvozku Peugeot,“ oznamuje. „Jako karavanisté jsme s mojí ženou Danielou procestovali podstatnou část Evropy, ale nyní už se orientujeme na

aby jednotlivé kluby byly při sobě, to nebylo v členitém terénu kempu zrovna jednoduché, neboť jak prohlásil předseda pořadatelství klubu Rostislav Horák, karavan kolem stromu neomotáš. Přesto byly všechny organizační záležitosti víceméně v pohodě zvládnuty. Navíc byl už jaksi tradičně připraven program pro všech pět set dospělých a stovku dětí nejen z České

léčebné pobyty s termálními a minerálními prameny.“

Nedávno se mu do garáže vloupali neznámí pachatelé a chtěli s vozem odjet, ale nepovedlo se jim to. „Akorát mi poškodili část palubní desky a zámek volantu, na bezpečnostní zařízení nepřišli,“ povídá pan Vepřek naprosto vyrovnaně.

Je členem Caravan Clubu Ostrava a pravidelně jezdí na jeho tábořiště do Podolánek (Čeladná). Proč? „Jak se říká, máme tam vzduch jak byk.“

Není divu, že při takovém stylu života je pan Vepřek i v 85 letech prostě v pohodě.

### Vozíček přátelství nepřekáží

O patnáct let mladší, zato však z mnohem větší dálky je karavanista Ries De Jong. Do autokempu Apollo přijel až z Holandska a to navzdory svému hendikepu – je totiž vozíčkářem.

„Karavaninku se věnuji už třicet let, ale do přírody jsem začal chodit jako čtrnáctiletý kluk pod stan,“ vysvětluje. „Nemocný jsem už také třicet let a ani se neptejte, co všechno mám – vlastně, co všechno mi chybí,“ dodává s mírným úsměvem. „Špičkou ledovce je artritida, kardiostimulátor a křečové žíly. Protože nemohu na nohy, před třemi měsíci jsem si pořídil elektroskútr. Ovšem karavanink mě drží nad vodou a po vaší sametové revoluci, když se otevřely hranice, jezdím do České republiky pravidelně rok co rok. Nejen že máte krásnou zemi, ale mám tady mezi karavanisty i opravdové přátele.“

Jiří Muladi



Kdo chtěl, našel si i klidný kout pro rybaření.

# Radíme řidičům

## Nepodceňujte havarijní pojištění!

I když je na rozdíl od povinného ručení „nepovinné“, vyhnete se uzavřením smlouvy o havarijním pojištění u některé z tuzemských pojišťoven mnoha komplikacím.

Varováním může být i případ, který se stal první zářijový týden rodině Wawrzosové z Karviné. Těm z parkoviště před domem někdo ukradl zánovní Škodu Octavii. Rodiče pětileté těžce postižené holčičky, která musí denně dojíždět na rehabilitace do Ostravy, si automobil pořídili loni díky statisčové dotaci od karvinského magistrátu. Rodina se tak ocitla bez potřebného auta, s dluhy u příbuzných a u magistrátu, kterému budou muset vrátit dotaci!

## Auto bez pojištění

Dnes pětiletá Ela Wawrzosová se narodila předčasně a prodělala dětskou mozkovou obrnu. „V podstatě je ležák s těžkou mentální retardací. Každý den s ní jezdím do stacionáře, protože co se podle lékařů nenaučí do svých šesti let, už se později nenaučí,“ řekla matka nemocné dívky, která nyní bude do stacionáře muset přechodně dojíždět vypůjčeným vozem.

Mluví karvinské radnice Šárka Swiderová potvrdila, že rodina skutečně musí dotaci vrátit, i když ne v celé výši, ale díky amortizaci o dvacet tisíc méně. „Jediné řešení vidíme v tom, že by rodina mohla napsat na ministerstvo práce a sociálních věcí žádost o zmírnění nepřiměřeného dopadu zákona,“ řekla Swiderová.

Zdůraznila, že rodina byla při přebírání dotace upozorněna na nutnost sjednání havarijního pojištění pro případ poškození nebo odcizení vozidla. „Majitel automobilu podepsal, že si je vědom následků při nesjednání pojištění včetně toho, že bude muset dotaci v případě odcizení nebo zničení automobilu vrátit,“ dodala Swiderová.



Sylva Wawrzosová s pětiletou dcerou Elou

foto: Aleš Honus, Právo

## Zabezpečovací zařízení nestačí

Podle paní Wawrzosové byla šestnáctitisícová roční pojistka pro rodinu velkou zátěží. „Do auta jsme si proto pořídili zabezpečovací zařízení, takzvaný defend lock, který nás přišel na pět tisíc korun. Prodejce tvrdil, že je to velmi spolehlivé zabezpečení. Ale zloději si s tím asi dokázali poradit,“ vysvětluje paní Sylva Wawrzosová.

Příběh rodiny Wawrzosových je varováním pro všechny, jež při pořízení auta určeného k přepravě člověka s postižením získají dotaci. Pojištění auta sice není v těchto případech povinnost, ale případná ztráta je pak dvojnásobně bolestnější. Kdo má auto pojištěné, může si v tomto případě koupit hned další auto a zároveň požádat o další výjimečný příspěvek. Pak si v klidu počká na pojistné plnění, ze kterého dotaci na první auto vrátí.

## Když se vám rozbije auto

Když se auto z nějakého důvodu porouchá zdravému člověku, je to sice problém, ale ten se dá většinou nějak vyřešit. Pokud se ale vůz rozbije postiženému člověku, je to kalvárie. Nevěříte?

Na vlastní kůži ji zažil pan Michal Hašto z Pardubic. Kousek od Pardubic ne vlastní vinou boural a jeho *speciálně upravené* auto je nyní nepojízdné. Nikdo mu ale nedokázal pomoci, nejvíc ho naštváli v pojišťovně.

## Vozíčkář, který ztratil svobodu

Michal Hašto je vozíčkář, který je nezávislý na pomoci druhých. Auto využíval

ke své práci, dávalo mu svobodu. Jenže o něj přišel při nehodě, kterou nezavinil.

„Řidič vozidla Škoda Favorit měl údajně při projíždění pravotočivé zatáčky přejet do protisměru, kde se střetl právě s vozidlem Opel Astra hendikepovaného řidiče,“ vysvětluje Markéta Janovská, mluvčí Policie ČR Pardubice.

Auto s ručním řízením je po nehodě nepojízdné. Michal Hašto proto chtěl rychle začít řešit opravu a následně vyplacení pojistky, jenže dospěl k závěru, že pojišťovna si s tím neumí poradit.

„Podle mě je absolutně nepřipravená, protože mluvíte s několika operátory a každý vám řekne něco jiného. Nejvíc mě rozčílilo, že i když jsem upozorňoval na to, že jsem na vozíku a bez auta se neobejdu, pojišťovna si nabouraný vůz přišla vyfotit až za týden, po několika urgencích,“ řekl Michal Hašto.

Podle mluvčího pojišťovny Kooperativa Marka Vícha nelze řešení škody interpretovat jako pomalé či jinak negativně. „Zapůjčení vozidla pojišťovna nezprostředkovává. *Vozidlo s ručním řízením půjčovny standardně neposkytuje*, proto poškozený musí využít jinou variantu řešení nutné dopravy, například taxi,“ vysvětluje Vícha.

**Co na to říkáte?  
Máte podobné zkušenosti?  
Napište nám o nich!**

Zdroj: Právo, Prima TV; Neoznač. foto: Janovský Viktor, Deník.cz

Zpracoval: Pavel Ploháč



# Parkování

## aneb čekání na odtahovku



Řidič nákladáku s SPZ 6S5 6386 je trojnásobným vozíčkářem nebo ignorantem...

Čekání na odtahovku – tak by mohl s mírnou nadsázkou znít popisek k fotografii, na které nákladák zabírá tři parkovací místa, vyhrazená pro vozíčkáře. Ze zákona je totiž takové jednání pokutováno. Ale to je pouze jedna strana pomyslné mince. Ta druhá představuje problém mnohem vážnější.

### Zdraví nemocní

Na každém parkovišti musí být pro tělesně postižené vyhrazeno aspoň pět procent stání. „V České republice žije půl milionu tělesně postižených. Kolik z nich je však na vozíku, to nikdo neví, evidenci nevedeme,“ říká Helena Klasnová ze Svazu tělesně postižených.

Jiří Čapek z královéhradecké pobočky svazu ale některé absurdity připouští. „Někde je stání pro vozíčkáře zbytečně moc, jinde však málo. Pravdou ovšem je, že řada z těch, kteří na nich parkují, jsou darebáci zneužívající kartičku ZTP. A přitom mnozí, kteří by ji potřebovali, na ni nedosáhnou,“ uvedl.

A tak se klidně může stát, že řidič zastaví na parkovacím místě vyhrazeném pro osoby s těžkým postižením a odchází na tenis. Za oknem auta má modrobílou kartičku s obrázkem vozíčkáře. Podobnou značku mají v Česku desetitisíce lidí; někteří legálně, jiní nelegálně. Značka umožňuje parkovat nejen na místech vyhrazených pro hendikepované, ale za určitých okolností dokonce i tam, kde platí zákaz stání či zastavení. Městská ani státní policie nesmí dát v takovém případě vozu botičku. Pokud neohrožuje bezpeč-

nost a plynulost provozu na silnici, nemůže jej ani odtáhnout.

Výhody karty, oficiálně nazývané speciální označení 01, zneužívají mnozí zdraví řidiči. Sehnat kartu totiž není těžké. Dnešní technikou lze snadno vytvořit věrohodnou kopii nebo za několik sto až tisícikorun se dá získat originál. Navíc řidiče, kteří kartu zneužívají, může policie odhalit jenom těžko. Databáze, v níž by bylo možné okamžitě ověřit, zda je karta na autě oprávněně, neexistuje.

### Kšeftování s kartami

Zneužívání speciálního označení pro lidi s těžkým zdravotním postižením si všimli i odborníci. „Zaznamenali jsme dokonce případ, kdy majitelka průkazu ZTP/P (zvláště tělesně postižený s průvodcem) prodala parkovací místo taxikáři,“ tvrdí Zdeněk Hrubý z Centra dopravního výzkumu, což je státní instituce zabývající se dopravou.

Zneužívání karet potvrzuje také ministerstvo dopravy. Mají informace o tom, že se zmíněné kartičky prodávají za stovky až tisíce korun. Princip jejich získání je jednoduchý: kartu do auta vydávají zdarma obecní úřady s rozšířenou působností na základě průkazky o udělení mimořádných výhod II. a III. stupně (ZTP a ZTP/P). Stačí nahlásit ztrátu, úřad vydá bezplatně kartu novou a původní se prodá.

Počty řidičů, kteří speciální označení zneužívají, se nikdo neodvážá ani tipovat. Mohou jich být stovky, nebo tisíce.

(di), foto:Internet

# Postřehy a glosy z ALDIA

Speciální doprava  
pro vozíčkáře  
funguje už deset let

**ALDIO – Alternativní doprava imobilních osob** – jeden z nosných projektů Ostravské organizace vozíčkářů (OOV) slaví své desáté výročí. Požádali jsme jeho vedoucí, paní Marii Báňovou, o stručné zhodnocení projektu.

### Zájem hendikepovaných o přepravu rok od roku roste

„Za dobu druhé poloviny roku 1999 až do konce roku 2008 uvádím stručné údaje:

- uskutečnilo se celkem 22 981 jízd
- ujelo se 368 890 kilometrů

Z tabulek za toto období vyplývá, že rok od roku se zvyšují jak jízdy, tak i ujeté kilometry, čili Aldio je využíváno stále více. Klienti se hlásí stále noví i díky propagačním letákům, které jsou roznášeny po zdravotnických zařízeních, školách, domovech důchodců a jinde.

Říká se, že o penězích až v první řadě, čili: projekt je více jak z poloviny finančně podporován Magistrátem města Ostravy. Např. za uplynulých šest měsíců jsme ujeli celkem 24 493 km, obdrželi z dotací a jiných zdrojů včetně jízdného celkem 523 170 korun a z toho vynaložili 497 722 korun.“

### Pouze přeprava osob

Jelikož se doprava ALDIO řídí provozním řádem a je určena přednostně pro lidi na invalidním vozíku (vozidlo je jedno, ale je schopné vézt čtyři vozíčkáře se svými doprovody), musí si být méně pohybově postižení lidé vědomi toho, že si musí dopravu včas na dispečinku objednat.

V poslední době se, bohužel, objevil jeden nešvar. K tomu Marie Báňová říká: „Naše činnost po deseti letech trvání je celkem nezměnná, ale přesto se musíme zmínit o jednom úkazu, který se v poslední době začíná vyskytovat stále častěji. Jde o požadavky našich klientů na odvoz velkých předmětů, které potřebují dopravit do sběrných dvorů nebo převézt do opraven apod. Jejich údiv nad naší neochotou je nepředstíraný a pro ně celkem nepochopitelný.“



Takže na vysvětlenou: dotace, které získáváme, jsou na základě projektu ALDIO určeny **pouze pro potřeby přepravy zdravotně postižených osob**. Zneužívání speciálního vozidla by bylo hrubým porušením podmínek pro přiznávání dotací, což by případně mohlo vést i k jejich odnětí. Musíme zdůraznit, že jeden ujetý kilometr nás stojí více než 20 korun a takto vynakládané prostředky by byly čistým mrháním.



Doprava ALDIO je určena přednostně pro lidi na invalidním vozíku. Vozidlo je schopné vést čtyři vozíčkáře se svými doprovody.

Totéž platí pro marné jízdy, které byly v období prvního pololetí řešeny. Proti strana vždycky tvrdí, že jízdu odvolala, i když na záznamníku není tato zpráva uvedena a ani na dispečinku nikdo jízdu nezrušil. Prostě je to tvrzení proti tvrzení, ale znovu připomínáme: cenu za kilometr si vynásobíte kilometry ujetými zbytečně.

Všechny jízdy musí být účelné, nemůžeme si dovolit vyhazovat získané finanční prostředky oknem, zvláště v dnešní době.“

Marie Báňová,  
vedoucí dopravy Aldio,  
(di)

# ALDIO

## Informace a objednávky dopravní služby ALDIO:

- **dispečink:** tel. 596 786 353, Po–Pá 8–14 hod.
- **záznamník:** 596 786 353, 24 hodin denně
- **osobně:** Horymírova 3054 / 121 (Dům s pečovatelskou službou), Ostrava–Zábřeh (Pískové doly), 700 30 Ostrava 30, 1. patro, Po–Pá 8–13 hod (bezbariérový vstup hlavním vchodem a pak výtahem, nebo zadním vchodem ze strany obchodu a služeb a pak do výtahu)
- **další kontakty a informace:** oov@seznam.cz, www.vozickari-ostava.cz

## V Praze se testuje nová nízkopodlažní tramvaj

### 6 nízkopodlažních vstupů, ale kolik bude plošin?



Setkání věků – z pod bájného Vyšehradu vyjíždí prototyp MHD vozidla budoucnosti, 100% nízkopodlažní tramvaj Škoda TR 15.

Na kolejích tramvajových linek MHD Praha je nyní nasazen v testovacím provozu prototyp nové 100% nízkopodlažní tramvaje **TR 15** vyvinuté u výrobce ŠKODA Plzeň. Plně nízkopodlažní verze je dosaženo aplikací řady unikátních konstrukčních řešení. Nemá klasické nápravy, ale kola uchycena po stranách s možností natáčení, každé s vlastním elektromotorem, vodní chlazení, vše řízeno elektronicky.

Pro imobilní občany, vozíčkáře, maminky s kočárky a seniory je to prakticky ideální řešení. Tříčlanková souprava má kromě dveří pro řidiče v přední po dvou dveřích v každém článku, celkem **6 nízkopodlažních vstupů pro cestující**. Především pro vozíčkáře je v dopravní špičce problém být vůbec do současných nízkopodlažních vozidel, kde je jedno, či dvě místa pro ně, naložen. **Považuji za nutné upozornit na nezbytnost osadit všech 6 vchodů nájezdovými rampami, aby si vozíčkáři vyžádali vstup do části, kde je pro ně momentálně volný prostor.** Více ručně vyklápaných ramp by nebyl řidič schopen obsloužit v krátkém čase pro nástup, výstup cestujících.

Proto nezbyvá než osadit **dálkově ovládané výsuvné rampy z místa řidiče**. Je to dražší řešení, ale proti ceně soupravy již ne tak významné. Proti vstupu neukázněných cestujících na vysouvanou rampu podmínit pohyb rampy pouze při zavřených dveřích.

Rád bych požádal NRZP v čele s p. předsedou Krásou, Komisi proti bariérám, Krajské rady ZTP i Centra ZTP o podporu tohoto návrhu, protože vnímám, že může vzniknout opět polovičaté řešení a my budeme znovu čekat na chodníku mjíeni nestejněmárně zaplněnými nízkopodlažními tramvajemi.

Ivo Krajčček,  
vozíčkář JI, o.s. AVAZ, svaz TP  
Autor foto: J. Vašíček, Centrum  
dopravního výzkumu Praha



Netradiční nadčasové řešení podvozku TR15 v zatáčce.

# Car Club informuje

## Dopravní mobilita, Handy Card, Golf na vozíku, Open Day Car Club Ostrava

Vrchlabská společnost Car Club, s.r.o. poskytuje pomoc zdravotně hendikepovaným občanům již několik let. Založila chráněnou dílnu CAR CLUB, ale její hlavní aktivitou je projekt komplexní pomoci tělesně hendikepovaným lidem, který navazuje na dřívější činnosti Regionálních center pomoci a mobility.

### Obchodní centra Car Club

Hlavní cíle:

- Nabídka komplexních produktů a služeb zaměřených pro osoby se zdravotním hendikepem.
- Osobní mobilita jako integrační prvek hendikepovaných.
- Sociální poradenství a dopravní obslužnost pro lidi se sníženou pohyblivostí.

### Co nového se událo, co se připravuje pro nejbližší dobu:

Informace k následujícímu textu nám 26. srpna poskytl tiskový mluvčí Car Clubu pan Bohumil Smítka.

#### Dopravní mobilita

„Finišujeme s přípravou na **výstavu Medical Fair 2009 v Brně**, kde budeme vystupovat jako volné spojení firem Car Club, s.r.o., Hurt – výroba a montáž ručního ovládání a Autoškola Pendl, s.r.o. – speciální internátní autoškola pro hendikepované pod společným názvem „**Dopravní mobilita osob se zdravotním postižením**“. Toto spojení bude aktivní nejen na výstavě, ale i na dalších prezentacích a akvizičních akcích, kde budeme nabízet komplexnost našich poskytovaných služeb a produktů.“



Car Club pomáhá zdravotně hendikepovaným občanům již několik let.

#### Handy Card

„V posledních měsících nabírá na obrátkách také náš **projekt Handy Card**, do kterého se nám podařilo zapojit několik významných partnerů, kteří podobně jako my pracují se skupinou lidí s určitými hendikepy.“

#### Golf na speciálním vozíku

„Výhradní **spolupráci** jsme dojednali s významnou firmou zabývající se nejen kompenzačními a rehabilitačními pomůckami **Otto Bock ČR**. S tímto partnerem máme velké plány, započali jsme společně jednat o vytvoření u nás v ČR nové možnosti volnočasových aktivit pro hendikepované – **golfu**. Díky **speciálnímu vozíku Paragolfer** může hendikepovaný poznat skvělý pocit, který se dostaví po odpálení míčku na golfový green. Zároveň si vychutná krásné prostředí golfového hřiště **v lokalitě Česko-saského Švýcarska** s pohledem na Pravčickou bránu. Samozřejmě i s **bezbariérovým zázemím** a stylovou restaurací. V budoucnu přibude i speciální **wellness ubytování** upravené pro lidi na vozíku.“

#### Open Day Car Club Ostrava

„Na podzim plánujeme i prezentační akci určenou pro naše stávající i budoucí klienty – **Open Day Car Club Ostrava**. Tato akce bude probíhat ve spolupráci s naším partnerem **Auto Heller** v lokalitě Obchodního centra a autosalonu v Ostravě. Termín akce a program bude ještě upřesněn a bude prezentován na našich webových stránkách [www.carclub.cz](http://www.carclub.cz) a [www.handycard.cz](http://www.handycard.cz).“

### Kontakty na Obchodní centra

- **Centrála: CAR CLUB, s.r.o.**, Lánovská 633, Vrchlabí, [info@carclub.cz](mailto:info@carclub.cz); tel. 499 404 040,
- **OC České Budějovice:** Dr. Milady Horákové



Díky speciálnímu vozíku Paragolfer může hendikepovaný poznat skvělé pocity při golfu a zároveň si vychutná krásné prostředí golfového hřiště v lokalitě Česko-saského Švýcarska.

1477, tel. 800 141 000, 731 648 586, [budejovice@carclub.cz](mailto:budejovice@carclub.cz);

- **OC Chlumec nad Cidlinou:** Pražská 782/IV, tel. 495 427 081, [chlumec@carclub.cz](mailto:chlumec@carclub.cz).
- **OC Ostrava:** Cihelní 481/49, tel. 739 672 768, [ostrava@carclub.cz](mailto:ostrava@carclub.cz).
- **OC Praha 7-Holešovice:** Dělnická 56, tel. 733 588 463, [paha@carclub.cz](mailto:paha@carclub.cz);
- **OC Brno:** Branka 36, tel. 736 490 250, [brno@carclub.cz](mailto:brno@carclub.cz)
- **Liberec,** Lubomír Fremr, Masarykova 18, tel. 739 352 647;
- **Kutná Hora,** Bohumil Smítka, 17. listopadu 182, tel. 775 155 003, [kutnahora@carclub.cz](mailto:kutnahora@carclub.cz); **HANDY asistent:** tel. 739 352 657, [petranek@carclub.cz](mailto:petranek@carclub.cz);
- **Litoměřice,** **HANDY asistent,** tel. 739 683 540, [h.novakova@carclub.cz](mailto:h.novakova@carclub.cz);
- **Příbram,** **HANDY asistent:** tel. 731 637 838, [weikert@carclub.cz](mailto:weikert@carclub.cz)

#### Detašovaná pracoviště

- **Chrudim,** Marie Zumpfová, tel. 739 711 847, [chrudim@carclub.cz](mailto:chrudim@carclub.cz);
- **Ústí nad Orlicí,** Jaroslav Skalický, tel. 728 971 769, [ustinadorlici@carclub.cz](mailto:ustinadorlici@carclub.cz);
- **Svitavy,** Adéla Vostřelová, tel. 776 621 470, [svitavy@carclub.cz](mailto:svitavy@carclub.cz).

Petr Dzido

## Postřehy Milana Linharta

## 17. národní abilympiáda v Pardubicích

Česká národní abilympiáda se v letošním roce ocitla téměř na prahu dospělosti. Již 17. ročník soutěže pracovních dovedností a duševních schopností zdravotně postižených se uskutečnil ve dnech 21.–24. května 2009 v Pardubické ČEZ Aréně. Město perníku se stalo jejím domovem. Česká abilympijská asociace si ji „osvojila“ před dvanácti lety a pečuje o ni vzorně do dnešních dnů. Dětství a období dospívání přinesly oběma stranám mnoho starostí a práce. Výsledkem tohoto snažení je spokojenost všech pravidelných návštěvníků, tj. soutěžících z řad zdravotně hendikepovaných z celé České republiky.

Do letošního ročníku národní abilympiády se přihlásilo 124 soutěžících ve 22 disciplínách. Počet přihlašovaných v poměru k počtu disciplín se oproti minulosti změnil. Nejobsazenějšími disciplínami se stalo aranžování květin, keramika, studená kuchyně a ubrousková technika. Dobrou účast vykazují např. malování na hedvábí a kameny, návrh plakátu, počítačová editace textu a vyšívání nebo šití dámského oděvu. Menší zájem je o cukrářství, aranžování květin – ikebanu, zdobení kraslic a košíkářství. Nižší počet

soutěžících zaznamenalo fotografování, malba na sklo, výroba svíček či háčkování, což je jistě jen přechodným jevem.

Technické disciplíny jsou trvale na ústupu nebo z programu úplně vymizely, jako např. elektromontáž, montáž kola, ale také dřevořezba. Podobně se vyvíjí zájem o některé počítačové disciplíny – možná vzhledem k jejich náročnosti.

Pro nás, kteří do Pardubic jezdíme rádi změřit síly, setkat se s přáteli a pobavit se, je nejdůležitější, že abilympiáda zůstává. Pocit jistoty je pro člověka s hendikepem ve světě neustálých změn bez řádu nesmírně důležitý.

Letos hostila účastníky již počtvrté ČEZ Aréna. Tu a tam si někdo nostalgicky vzpomenu na komorní atmosféru salesiánského střediska mládeže. Většina však oceňuje velkou plochu haly, umožňující konání soutěží souběžně s vystavováním prací a průběhem doprovodného programu. Nechyběla ani výstava kompenzačních a rehabilitačních pomůcek ABI-REHA, ukázky prací tvůrčích dílen, ukázky výcviku asistenčních psů, sebeobranu pro nevidomé, nebo výstava obrazů postiženého malíře.

V doprovodném programu se předsta-



Soutěžili také nevidomí, např. v pletení košíků. Foto: [www.abilympics.cz](http://www.abilympics.cz)

vily mažoretky, bubeníci, hudební a taneční skupiny, klauni a bublináři. V čajovně se hrály hry a luštila abilympijská křížovka.

Mezi přítomné zavítal herec Východočeského divadla v Pardubicích a jedna z postav seriálu Ordinace v růžové zahradě Josef Pejchal. Zlatým hřebem společenských akcí bylo posezení s opékáním selátka a poslechem country kapely v hospůdce v nedalekých Třebosicích.

Každý soutěžní den uzavíralo vyhlášení jednotlivých disciplín. Byla mezi nimi známá jména – Ing. Anna Kneysová-Spanyo, Helena Nejedlá, Mgr. et Bc. Milan Linhart, Milan Ševčík, Jaroslav Vojna, Pavla Indrová, ale objevily se i nové tváře.

Tradiční sobotní zakončení osvěžilo pouštění balónků se vzkazy a vyhlášení Abilympionika roku, kterým se tentokrát stala Helenka Nejedlá.

Závěrem vyjadřuji za všechny zúčastněné uznání a poděkování České abilympijské asociaci a její ředitelce Ivaně Dolečkové, členům organizačního štábu pod vedením manželů Aleny a Jaromíra Krpálkových a obětavým nadšencům z řad dobrovolníků za dobrou práci, jejímž výsledkem byl hladký průběh této akce.

Tak, přátelé příští rok v Pardubicích opět nashledanou!

Milan Linhart



Letos se konala také **abilympiáda pro děti a mládež**. Již 8. ročník proběhl z pověření a pod patronátem České abilympijské asociace 16. května v Praze v areálu Jedličkova ústavu a Škol. Jako každoročně jsou součástí abilympiády také Trhy chráněných dílen.

### Zapojte do abilympijského hnutí i Vaše dítě!

Kontakt: Vedoucí abilympiády dětí a mládeže: Martin Knapp, e-mail: [abilympiada@seznam.cz](mailto:abilympiada@seznam.cz), tel.: 241 083 216, [www.abilympiada.eu](http://www.abilympiada.eu). Adresa: Jedličkův ústav a Školy, V Pevnosti 4, 128 41 Praha 2–Vyšehrad.

Foto: [www.abilympiada.eu](http://www.abilympiada.eu)

# Herec na vozíčku byl policistou

## Jan Kašpar „lovil“ obchodníky s drogami

Herec Jan Kašpar z Divadla Jára Cimrmana začátkem 90. let pracoval u policejní Protidrogové brigády. A to byl už od roku 1988 na vozíku. Najevo to vyšlo v knize bývalého lovce obchodníků s drogami Jiřího Komorouse.

Jan Kašpar se narodil 6. září 1952 v Praze. Dětství strávil na Smíchově. V ČKD se vyučil zámečníkem. Začínal jako kulisák v Městských divadlech pražských. V říjnu 1975 tuto práci začal dělat pro Divadlo Jára Cimrmana a dělá ji dosud. Jako herec debutoval v roce 1985 ve hře *Dobytí Severního pólu*. Na vozíku je od roku 1988, kdy spadl při proezávání větvi ze stromu. U policie pracoval od roku 1991 do roku 1996.

### Střílel jsem snad jednou nebo dvakrát

Není obvyklé, aby se herec stal policistou. Herec populárního Divadla Jára Cimrmana Jan Kašpar ale pět let stál na opačné straně zákona. „Dnes už by to

nešlo, já tam tehdy pracoval bez výcviku, nevěděl jsem o policejní práci vůbec nic. Střílet jsme byli jednou nebo dvakrát na soukromé střelnici,“ řekl iDNES.cz.

Sám herec svou policejní kariéru bagatelizuje. „U Protidrogové brigády jsem byl především pro udržování dobré nálady v kolektivu,“ říká s nadsázkou. „Občas jsem i něco fotil. Třeba na letišti jsem pomáhal sledovat kurýry. Vozík mi sloužil jako krytí, všude mě pouštěli na znak vozíčkáře, nemusel jsem ukazovat placku.“

Kolegové od fochu jeho novou práci nijak nekomentovali. Občas sice někdo něco v legraci utrousil, ale našli se i tací, kteří za ním přišli, aby jim pomohl.

„Dělali si legraci, abych Rumlovi vyřídil, že na ulici našel injekční stříkačku. Jiní ale vyprávěli o problémech u nich v domě a chtěli poradit. Byli i kamarádi, kteří přišli, že jejich dítě má problém, abych zatkl darebáka, který mu prodává drogy.“

Kdy přesně vrátil služební pistoli a odznak, už si nevzpomíná, ale bylo to prý před odchodem Jana Rumla z ministerstva vnitra, tedy asi v roce 1996. Měl pro to několik důvodů. Kašpara s Rumlem pojí dlouholeté přátelství, herec nikdy nechtěl u policie zůstat do konce života. A především měl strach, že přijde o něco podstatného u milovaného divadla.



Dva herci na vozíčku: Jan Kašpar, za ním Jan Potměšil

### Kancelář mu nesesedla...

„Měl jsem pocit, že divadlo může kdykoliv skončit, a chtěl jsem být u toho. A taky jsem měl pocit, že by Gogo mohl mít velký problém, kdyby prdlo, že dělám policajta bez výcviku a zkoušek.“ Gogo je přezdívka Jiřího Komorouse, dali mu ji boxeři.

Poprvé se Kašpar s Komorousem potkali v sídle tehdejšího Federálního ministerstva vnitra, kde byl cimrmanovský herec asi rok zaměstnán jako civilní analytik. „Na jednom večírku jsem řekl Honzovi Rumlovi: Když děláš na vntru, já chci taky,“ směje se dnes při vzpomínce na nábor.

Kancelářská práce ale herce moc nebavila. Využil tedy známosti s protidrogovým expertem Jiřím Vackem, který se zasloužil o vznik samostatné policejní jednotky potírající obchod s narkotiky, a spolu s dnešním ředitelem Útvaru rychlého nasazení Liborem Lochmanem projevíli zájem u nové jednotky sloužit. Komorous se nejprve na to prý netvářil moc nadšeně. Dokonce z obavy, že jsou Rumlovi zvědi, zakázal ostatním detektivům se s Kašparem a Lochmanem bavit.

Čas ale nedůvěru obrousil a z mužů se stali přátelé. V knize *Lovci smrti* bývalý ředitel Národní protidrogové centrály vzpomíná, jak někdy zašel do Žižkovského divadla Jára Cimrmana na představení a poté do šatny Jana Kašpara pozdravit. Jejich přátelství se utužilo při typicky české příležitosti – u piva.

Zdroj: iDNES.cz.

(pp)



Jan Kašpar v jedné ze svých rolí v Divadle Jára Cimrmana

# GALERIE UMŮN

Umělci malující ústy a nohama



**Ilona FAZAKASNÉ-ERDELYI**  
Maďarsko

Ilona Erdélyi se narodila v Székesfehérváru 17. dubna 1957. Zhruba po roce její matka zpozorovala, že s dcerkou není něco v pořádku. Obavy se bohužel potvrdily a dítěti diagnostikovali Heine-Medinovu chorobu, při které dochází nejen k ochrnutí končetin, ale také dýchacího ústrojí. Postupem času se Ilonin stav zhoršoval a jejím domovem se stala dětská nemocnice Buda, kde také absolvovala základní i střední školu a získala zručnost v práci s ústy, které ji nahrazovaly ochrnuté ruce. Naučila se dokonce ústy háčkovat, vyrábět růžence, šít a vždy velmi ráda malovala. Svou fantazii plně uplatnila v malbě na textil. Stipendistkou



asociace malířů malujících ústy se stala v roce 1992 a v roce 1996 se také vdala. V té době opustila brány nemocnice a žije se svým mužem v Budapešti v domku, který si dokázali pořídit za finanční pomoci několika nadací.



## Výstavy UMŮN:

Výstavu „Malováno ústy“ – práci českých umělců sdružených pod UMŮN jste mohli shlédnout např. 25. června až druhého srpna v Muzeu Bedřicha Hrozného v Lysé nad Labem.

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

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

## Svět cirkusu mezi knihami

Stalo se již hezkou prázdninovou tradicí představovat výtvarné práce klientů Čtyřlístku – centra pro osoby se zdravotním postižením Ostrava návštěvníkům Knihovny města Ostravy. Akce se letos uskutečnila v krásných výstavních prostorách pobočky na ulici Jiřího Trnky 10 na Fifejdách.

Letošní výstava nazvaná „Svět pod šapitó“ námětově čerpá z cirkusového prostředí. Na obrazech tak spatříte postavy klaunů, krotitelů divokých zvířat a krasojezdců. Jedná se o velkoplošné malby v technice akrylu, které vznikaly v kreativním ateliéru Čtyřlístku. Výstavu zahájila slavnostní vernisáž 2. července, během níž také vystoupilo hudební seskupení Čtyřlístku z Domova na Liščině. Výstava „Svět pod šapitó“ byla k vidění do 28. srpna.

(hk)

### Kontakt:

Čtyřlístek – Centrum pro osoby se zdravotním postižením Ostrava, příspěvková organizace, Hladnovská 751/119, Ostrava-Muglínov, Bohdana Rywiková, tel. 596 223 205, 604 989 997; [usprywikova@uspostrava.cz](mailto:usprywikova@uspostrava.cz), [www.uspostrava.cz](http://www.uspostrava.cz).



# Na soutoku 2009

## 108 Popelčiných střevíčků na schodech



Michal Nesvadba dětem

očekávaný seskok parašutistů neměl chybu, pokus o zápis do Knihy rekordů o největší počet shromážděných střevíčků na zámeckých schodech byl vešlešpěšný. **Hodnota nového českého rekordu v této pohádkové disciplíně zní: 108 Popelčiných střevíčků zanechaných na zámeckých schodech!!!**

Celou akci výtečně moderoval oblíbený Aleš Juchelka.



Nadace „Patrik dětem“ a obec Kyjovice pořádala v sobotu 13. června v zámeckém parku již 4. ročník celodenní akce s názvem „Na soutoku“, která je zaměřená na spojování energií, komunikace, integrace zdravých s hendikepovanými nebo velkými s malými. Je to den přátelství, zábavy a porozumění.

Celá akce začala již v květnu čtyřtýdenní internetovou soutěží, jejíž součástí je i výtvarná část. Vyhodnocená pak byla právě 13. 6. Letošní ročník se nesl v duchu přání z orůšků. A možná, že někdo potkal i pravou Popelku...

### Nový český rekord v pohádkové disciplíně

I letos se pořadatelům podařilo zajistit bohatý program. Účastníci se procházeli Pohádkovým lesem, Ořechovou uličkou, zhlédli loutkové divadlo, Dětskou galerii, tvůrčí dílny, pódiová vystoupení dětí nebo si zajezdili na koních. Lákavé vystoupení se vzácnými ptáky připravili sokolníci. Vtipná představení Michala Nesvadby, Evy Hruškové a Jana Přeučila určitě zaujala děti i dospělé, líbily se hudební a taneční skupiny. S napětím



Taneční skupina Setkání

Z výtěžku akce budou podpořeny projekty spojené se službou osobních asistentů nebo projekty ke zkvalitnění vzdělávání specialistů pracujících s hendikepovanými dětmi, plánuje se nákup speciálních pomůcek a financování volnočasových aktivit dětí.

(hk)

### Nadace Patrik dětem

Nadace Patrik dětem podporuje projekty směřující k pomoci hendikepovaným dětem.

**Sídlo nadace:** Karviná, Na Bělidle 815, 733 01 Fryštát.

**Korespondenční adresa:** Nadace Patrik dětem, DRS MNO, Ukrajinská 1534, 708 00 Ostrava-Poruba, web: [www.patrikdetem.cz](http://www.patrikdetem.cz).

**Na soutoku:** Ing. Kamila Laryšová, tel. 736 628 487, e-mail: [nasoutoku@nasoutoku.cz](mailto:nasoutoku@nasoutoku.cz), web: [www.nasoutoku.cz](http://www.nasoutoku.cz).

# Olomoucká setkávání

## Vivat Vita a „Mezi námi“

### Festival Vivat Vita slavil čtvrtstoletí

I letos čekal olomoucký Kulturní dům Sidia na příznivce zdravých i postižených hudebníků. Ve dnech 19.–21. června se zde opět konal **festival zdravotně postižených písničkářů Vivat Vita**. Jubilejní pětadvacátý ročník proběhl souběžně s veletrhem Mezi námi – Dny zdravotně postižených na Výstavišti Flora Olomouc (18.–20. 6. 2009).

Festival tvořily **kromě soutěže postižených písničkářů** (v pavilonu E Výstaviště Flora) a **pořadu Poznej sám sebe** určeného žákům základních škol (opět v pavilonu E Výstaviště Flora) **dva koncerty**: v pátek 19. června v KD Sidia to byl koncert Petry Černocké a kapely Šediváci, v sobotu 20. června pak tamtéž vystoupili Jaroslav Wykrent, Radek Tomášek s kapelou a Iva Mojžíšová. Vstupenky na jeden koncert stály 100 korun, permanentka na oba 150 korun.



Festival tradičně pořádaly olomoucké okresní a místní organizace Svazu tělesně postižených v ČR pod záštitou primátora města Olomouce Martina Novotného, hejtmána Olomouckého kraje Martina Tesaříka a arcibiskupa olomouckého a metropolitě moravského Jana Graubnera.

Doplňkem byl tentokrát **7. oblastní sraz postižených turistů**, při kterém se do Olomouce sjeli turisté z celé republiky. Ti se vydali na výlet za biskupskými kočáry na zámek v Čechách pod Kosířem. Festival skončil v neděli 21. 6. bohoslužbou v kostele sv. Mořice.

„Naším cílem je stále především bourání bariér. Čili aby se všech akcí festivalu účastnili jak postižení, tak zdraví lidé.“

Zdraví uvidí, že postižení nejsou jen ti, co stále natahují ruku, ale že se umějí i bavit, že něco dokáží, že se snaží zapojit do běžného života. Postižení by zde zase měli nalézt motivaci pro svůj vlastní život – uvidí, že ani lidé hendikepovaní nemusí mít mindráky, mohou zpívat, hrát, navazovat přátelské kontakty, prostě žít,“ řekl Rostislav Kuchař z olomoucké organizace Svazu tělesně postižených v ČR, který se na přípravě festivalu podílí od začátku jeho vzniku.

*Zita Chalupová*

## Výstavy „Mezi námi“ se zúčastnilo na osm desítek vystavovatelů

Sport, tanec, zpěv, módní přehlídky pro hendikepované i zdravé, užitečné novinky – pomůcky a služby pro lidi s hendikepem – o tom všem byla červnová výstava Mezi námi 2009 na olomouckém výstavišti Flora. Přes nepřízeň počasí se pořadatelům podařilo udržet návštěvnický zájem téměř na stejné úrovni jako loni, kdy prošlo branami výstavy na dva tisíce návštěvníků.

Vstup na výstavu, na níž se letos představilo osm desítek vystavovatelů – výrobců a prodejců, zástupců zdravotnických a sociálních zařízení, humanitárních organizací a občanských sdružení – byl bezplatný, což platilo i pro doprovodný festival aktivit pro všechny návštěvníky – hendikepované i zdravé. Nechybělo v něm zdravotní poradenství, ukázky zajímavých léčebných terapií – canisterapie a hipoterapie se speciálně cvičenými zvířaty, ukázky dovedností cvičených sokolů i „pomocných tlapek“ (asistenčních a vodících psů). Na pódiu v hlavním výstavním pavilonu se střídali hendikepovaní zpěváci, tanečníci i herci, návštěvníkům se líbila také módní show s modely pro zdravé i lidi s postižením.

Hitem letošní nabídky byl netradiční happening „s klapkami na očích“, který pro návštěvníky uspořádalo olomoucké TyfloCentrum se školou pro výcvik vodících psů z Brna nebo BABYlon, pestrobarevné odpoledne napříč kulturami, zvyky, jídlem, tradicemi i hudbou rozvojových zemí Arcidiecézní charity Olomouc. Líbily se čardáše malých romských tanečníků, písničky olomouckých Zpěvanek výstava fotografa Jindřicha Štreita. Návštěvníky zejména starší generace přilákalo i setkání s lékařkou a spisovatelkou Tamarou Tošnerovou z pražské Fakultní nemocnice Královské Vinohrady nad její nejnovější knihou plnou moudrých a vtipných rad – „Jak si vychutnat seniorská léta“.

*(pp)*

# Vyhlášena Cena modrého slona 2009

Téměř tři tisícovky výtvarných děl bylo přihlášeno do letošního IV. ročníku soutěže o Cenu modrého slona 2009. Velmi úspěšně tak „modrý slon“ navázal na 6. ročník projektu Sdružení ARTE-FAKTUM.CZ – Tvóříme duši 2009, který organizátoři Ceny modrého slona připravují ve spolupráci s Centrem pro zdravotně postižené Libereckého kraje. Projekt se zaměřuje na prezentování zajímavé



Cena Modrého slona za r. 2008

*Foto: www.letajicidivadlonakoleckach.cz*

tvorby umělců se zdravotním postižením a jejich přátel, přitom nejdůležitějším cílem je představovat tuto tvorbu co nejširší veřejnosti a zároveň ji propojovat s ostatními kulturními aktivitami.

## Vyhlášení v liberecké ZOO

Vyvrcholení letošního ročníku celostátní soutěže o Cenu modrého slona pro rok 2009 se uskutečnilo ve dnech 23. – 28. června v Liberecké zoologické zahradě. Je potěšitelné, že v letošním roce organizátoři opět další zvýšený zájem o tuto soutěž ze strany soutěžících i veřejnosti. Letos se umělci s hendikepem hlásili do těchto kategorií: malba v 6 kategoriích, fotografie, keramika, kombinovaná technika, textilní tvorba, jiné formy umělecké tvorby, divadelní tvorba, literární tvorba, hudební tvorba, tanec. V jednotlivých oborech se prezentovalo 217 jednotlivců, 42 tvůrčích kolektivů, 16 ústavů sociální péče, 13 ZŠ a MŠ.

## Statistika soutěže:

- Do výtvarné soutěže bylo přihlášeno 2806 výtvarných děl,
- pro závěrečnou přehlídku, která proběhla ve výstavním pavilonu Liberecké ZOO ve dnech 23.–28. 6. 2009, bylo porotou vybráno 679 výtvarných děl,
- závěrečnou přehlídku oceněných skupin a jednotlivců v kulturních kategoriích se dne 28. 6. 2009 zúčastnilo 71 účinkujících všech věkových kategorií,
- týdenní přehlídku IV. ročníku soutěže o Cenu modrého slona shlédlo přes 7 000 návštěvníků z celé ČR.

## Jedenáct hlavních cen

V průběhu týdenní přehlídky odborná porota vybrala a udělila ve vyhlášených kategoriích 11 hlavních Cen modrého slona, dále Cenu diváka, kterou obdržel hendikepovaný výtvarník Petr Šrámek za ztvárnění modrého slona a 43 čestných uznání za vytvořená díla a umělecká vystoupení. Mimořádnou cenu v kategorii Osobnost roku 2009 dostal za dlouholetou spolupráci s hendikepovanými spolupracovníky David Nejedlo, ředitel ZOO Liberec.

## Vyhlášené ceny IV. Ročníku soutěže o Cenu modrého slona 2009

1. Malba: Petr Zeman, Vrchlabí.
2. Keramika: Klub přátel červenobílé hole, Praha 9.
3. Fotografie: Jarmila Andrštová, Jilemnice.
4. Textilní tvorba: CDS U balvanu, Jablonec nad Nisou.
5. Kombinovaná technika: ÚSP, Horní Maxov.
6. Literární tvorba: Irena Lepičová, Česká Lípa.
7. Divadlo: ZŠ pro TP Alvalída, Liberec.
8. Tanec: Dětský domov, Jablonec nad Nisou.
9. Hudební tvorba: Verva při CZP, Praha 6.
10. Jiné formy: ZŠ a MŠ pro TP, Liberec.

*(bf)*

# Ragby vozíčkářů není jen pro drsné chlapáky

## Zlepšete si kondici a přidejte se!

Wheelchair rugby (mezinár. název) je kolektivní míčová hra určená výhradně pro vozíčkáře – kvadruplegiky, tj. pro lidi s těžkým poškozením funkčnosti dolních i horních končetin. V posledních letech ovšem přibývají hráči i s jinými diagnózami než je spastická kvadruplegie, základem však stále zůstává funkční postižení alespoň tří končetin.

Pravidla hry částečně vycházejí ze známější košíkové pro paraplegiky, ale jsou přizpůsobená právě většímu zdravotnímu hendikepu. Hraje se v tělocvičně na basketbalovém hřišti, na jehož koncových čarách jsou umístěny kužely vymezující branky. Každý tým může mít 12 hráčů, z toho jsou 4 na hřišti, které lze libovolně střídát (resp. podle určitých pravidel s přihlédnutím ke zdravotním klasifikacím jednotlivých hráčů). Cílem hry je dát gól, to znamená přejít alespoň dvěma koly vozíku přes brankovou čáru s míčem plně pod kontrolou. Vítězí mužstvo, které dá během hrací doby (4 × 8 minut čistého času) více branek.

### Hrajete samostatně

Wheelchair rugby je jediná kolektivní hra s přímým fyzickým zapojením pro takto postižené lidi, **zvyšuje fyzickou zdatnost a přispívá tak k lepší soběstačnosti**. Během pravidelných setkání získáte také spoustu cenných informací o životě na vozíku. Pokud by vás jen trochu zaujal tento článek, nebo máte pocit, že nejde s kvadruplegií sportovat bez asistence, přijďte se podívat, nebo nás kontaktujte na níže uvedených adresách.

Ragby opravdu není o plouzících se lidech na vozíku, co jim plandají ruce, jak jsem slyšel během jedné rehabilitace v centru Paraple, ale o lidech, co dokáží zatnout zuby a makat. Někomu to jde snáz, někomu hůř. Na hřišti je ale každý sám a nikdo ho nikam nestrká.

V současné době se nejvíce trénuje v Praze nebo v Ostravě a zde je také nejsnazší si hru vyzkoušet. O ragby vozíčkářů byl také natočen film *Murderball*, mimochodem nejlepší film o sportu postižených, který vyhrál v roce 2006 na festivalu dokumentárních filmů Sundance hlavní cenu. Film je k půjčení i v centru Paraple a třeba se dočkáme i nějakého veřejného promítání.

### Kontakty

#### Kluby:

- **Prague Robots** (Praha a celé Česko)  
www.praguerobots.cz,  
praguerobots@gmail.com,
- **SK Ostrava** (Ostrava),  
www.skostrava.cz, skostrava@seznam.cz,
- **SK Beskyd Handicap** (severní Morava),  
www.skbeskyd.com,  
info@skbeskyd.com,
- **Sittin Eagles** (jižní Morava) –  
www.sittingeagles.eu,  
znojmo@sittingeagles.eu.

#### Ragbyový svaz:

- **Český ragbyový svaz vozíčkářů**  
(celá ČR), www.crsv.cz,  
wheelchairrugby@seznam.cz.

#### Další info:

- **O sportu + video z TV pořadu Klíč**  
– <http://crsv.cz/o-sportu/index.php>,
- **O filmu Murderball** –  
www.murderballmovie.com.

Za ČRSV  
David Lukeš

### A jak jsou na tom naši nejlepší borci?

Report z III. kola ragby ligy

Ve dnech 27.–28. června 2009 se v tělocvičně Univerzity Palackého v Olomouci uskutečnilo **III. kolo České národní ragby ligy vozíčkářů 2009**.

K samotnému průběhu ČNRLV musíme především vyslovit díky Nadaci OKD, která zaštitila dvě kola ČNRLV konající se ve Frýdku-Místku a Olomouci a také Olomouckému kraji za jejich finanční podporu III. kola. Letošní ročník ČNRLV byl významný i z hlediska rozšíření o čtvrtý tým (Sitting Eagles). Úroveň všech zápasů byla vynikající, k vidění byly dynamické akce a snaha po týmových výkonech.

Povrch olomoucké tělocvičny byl pro ragby přijatelný a vozíčky nám jezdily jako divé. U některých hráčů se dokonce vozíčky „rozkroutily“ natolik, že hráči často končili na svých zádech.

Třetí zápas prvního herního dne mezi Koníky Ostrava a Sitting Eagles vypadal v první čtvrtině klidně a Eagles si vytvořili třibodový náskok. Druhá čtvrtina znamenala obrat ve vývoji utkání především díky vynikající práci Luboše Kondely. Ten při rozehrávkách Eagles svou dobrou pozici hrou stáhnul náskok a přidal ještě další gól. Druhá čtvrtina skončila ve prospěch Koníku Ostrava (21:20). Dosavadní náskok si Ostrava ještě upevnila ve třetí čtvrtině vynikající hrou všech hráčů. Nakonec zvítězili Koníci 42:36.

#### Celkové hodnocení všech týmů po III. kole ČNRLV

Na prvním místě tým Koníci Ostrava, dále pak nováček Sitting Eagles, Prague Robots a Ragby Beskyd.

*Mgr. Roman Cader, SK Ostrava*



Z utkání III. kola ČNRLV 2009 v Olomouci



# Svoboda pohybu.

## Nájezdová FLEXI RAMPA

Tento systém Vám umožní snadnou přepravu vozíčkáře.

- Jednoduchým pohybem lze rampu sklopit do roviny původní podlahy.
- Žádné omezení zavazadlového prostoru.
- Sériově vyrábíme přestavby těchto vozidel: Peugeot Partner, Citroën Berlingo, Volkswagen Caddy Maxi.

Jiné modely vozidel konzultujte se zástupcem API.



Úpravy vozidel bez omezení

**77** **konta bariéry** Naším cílem je zlepšení života handicapovaných lidí a jejich plnohodnotné zapojení do života. Proto z každé zakázky přispíváme na konto bariéry.

pro více informací volejte na: **381 278 043**  
nebo navštivte naše internetové stránky

APICZ s.r.o., Slapy 136, CZ-391 76 Slapy u Tábora, tel/fax: +420 381 278 043, [api@seznam.cz](mailto:api@seznam.cz)

**WWW.APICZ.COM**

# BeneCYKL® - kola pro radost



## Kozlík

- sportovní kočárek a vozík za kolo
- extrémně lehká, polohovatelná konstrukce
- maximálně pohodlná a bezpečná přeprava pro děti
- česká výroba, velké množství příslušenství
- veškeré prvky pasivní ochrany
- ideální doplněk moderních sportovních aktivit



## Kozoroh

- speciálně vyvinutý handbike pro pohyb v terénu
- odpružená zadní vidlice, hydraulické brzdy
- náhon na zadní kolo, extrémně lehké převody
- stavitelný sklon řídicí tyče a opěrky sedačky
- velká manévrovatelnost (poloměr, zatáčení cca 1,5m)
- rozložitelný - snadná přeprava v automobilu
- pohodlná sedačka - snadné přesezení
- výroba na míru s předběžnou objednávkou



- vývoj, výroba a prodej produktů pro moderní sportovní aktivity - cyklistika, jogging, inline, turistika
- výrobky s maximálním pohodlím, ergonomií, mobilitou, bezpečností
- integrace nejen handicapovaných osob
- překonávání bariér, rozšiřování hranic, objevování nových míst
- realizace nových pohybových aktivit
- originální konstrukce chráněná užitnými a průmyslovými vzory

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



# ruční ovládání na míru individuální úpravy automobilů pro handicapované



ruční ovládání - mechanické / elektronické systémy  
jeřábky pro nakládání vozíků  
invalidní vozíky s přesuvnou sedačkou do auta  
otočné sedačky - mechanické / elektrické posuvy  
odsuvné zadní dveře  
další individuální úpravy vždy podle potřeb zákazníka

zápisy úprav do technického průkazu  
ruční ovládání na více než 150 typů vozidel  
dlouholeté zkušenosti

mobil: 608 977 274, 602 866 020  
telefon: 321 781 363

provozovna: Žižkova 150, 281 26 Týnec nad Labem  
email: malina@rucniovladani.cz

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

## Předplatte si **PRÁVO** na rok + a získajte příjemné čtení a dárek pro bezpečnou jízdu ve vašem autě

**sleva  
25 %**

- **HANDS-FREE sada pro ženy i muže**  
= bezpečnost při řízení motorového vozidla  
a volné ruce v kanceláři i v domácnosti
- funguje se všemi mobily s funkcí BLUETOOTH
- hands-free mikroslušátko:  
1 nabití = 6 hodin hlasového provozu
- včetně autonabíječky a USB napájecího kabelu
- nabíjení v autě nebo přímo z počítače

Dárky dostanou všichni noví předplatitelé  
s ročním předplatným po-pá (dárky s premií  
noví předplatitelé s ročním předplatným po-so)  
po ověření platby nejpozději do tří měsíců  
(Cena předplatného Práva na rok s 25% slevou  
po-so je 2907 Kč, po-pá 2322 Kč.)



Při objednávce  
uvedte heslo:  
**VOZKA**



**OBJEDNÁVEJTE  
na bezplatné lince  
800 800 880**

# ALLMEDICA S. R. O.

ŠIROKÝ VÝBĚR SCHODOLEZŮ PRO VŠECHNY TYPY SCHODIŠŤ  
A INVALIDNÍCH VOZÍKŮ

• PRODEJ • ZAPŮJČENÍ • VÝKUP •



**HRAZENO STÁTEM AŽ DO 100%**

[www.allmedica.eu](http://www.allmedica.eu)

BEZPLATNÁ LINKA: 800 100 822



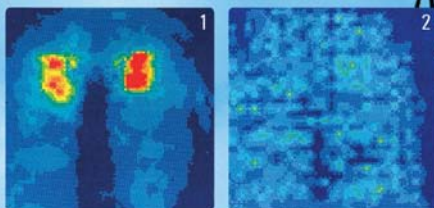
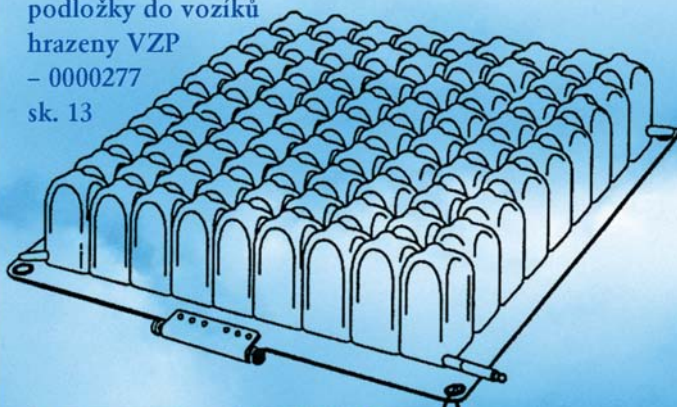
**S NÁMI PŘES BARIÉRY!**

# ROHO



*antidekubitní podložky a matrace  
zamezují vzniku proleženin a napomáhají při jejich léčbě.*

podložky do vozíků  
hrazeny VZP  
- 0000277  
sk. 13



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

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

# INVA CAR



Vyrábíme a montujeme pomocné zařízení do všech typů vozidel pro tělesně postižené.



Přijďte nás navštívit do nové provozovny:

**Průmyslová 464, Katovice, 387 11** (6 km od Strakonice)

Tel.: 383 388 186, 383 326 027

Mobil: 775 677 604

Fax: 383 388 185



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

[Info@invacar.com](mailto:Info@invacar.com)

## "Vyberte si vůz, který se Vám líbí a my Vám jej pomůžeme koupit i zaplatit."

(Možnost nákupu a financování vozidel přes "ZTP finance")

### Co to vlastně je ZTP finance:

- financování nových i ojetých vozidel pro osoby ZTP (financování s výrazným zvýhodněním a zvýhodněnou sazbou na pojištění)

### Výhody služby ZTP finance:

- možnost případného ponížení nákupní ceny
- VIP podmínky financování i pojištění
- snadné a rychlé vyřízení všech potřebných formalit
- možnost využití i tzv. zpětného financování u svého stávajícího vozu

### Kdo všechno může využít službu ZTP finance:

- všichni držitelé průkazu ZTP, kteří mají zájem o zvýhodněnou koupi vozidla.

### Jak tuto službu využít:

- kontaktovat servisní firmu **CARMIPEX CONSULTING s.r.o.**, která zajišťuje veškerý servis včetně vyřízení potřebných formalit
- V případě dotazů jsme Vám plně k dispozici:
- tel.: 558 463 171
  - fax: 558 463 175
  - mail: [klient@carmipex.cz](mailto:klient@carmipex.cz)



Tento finanční produkt byl speciálně vytvořen ve spolupráci:



SPORTOVNÍ KLUB VOZÍČKÁŘŮ  
FRÝDEK-MÍSTEK

**credium**  
leasing úvěr pojištění

**CARMIPEX**  
CONSULTING  
S.R.O.

Společně Vám pomůžeme přiblížit se k cíli.

odborný časopis  **sociální služby** cena: 50 Kč / 2 €

dvouměsíčník\* Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR pro registrované poskytovatele, pracovníky v sociálních službách, studenty, veřejnou správu, uživatele sociálních služeb a jejich blízké

(\*od 1. 1. 2010 měsíčník)

**INFORMACE, INSPIRACE,  
POMOC, ZAJÍMAVOSTI,  
RADY, ZKUŠENOSTI,  
KNOW-HOW**

AKTUALITY APSS ČR, SOCIÁLNÍ PÉČE,  
ZDRAVOTNÍ PÉČE, ROZHOVORY,  
REPORTÁŽE, OKÉNKO DO SVĚTA,  
EKONOMIKA A ŘÍZENÍ,  
KVALITA SOCIÁLNÍCH SLUŽEB,  
PROJEKTY, TERAPIE, VZDĚLÁVÁNÍ,  
PRÁVNÍ PORADNA,  
NÁZORY A OHLASY, STRÍPKY Z DOMOVA

**Cena: 50 Kč / 2 €**

výrazné slevy pro členy APSS ČR, studenty,  
příbuzné uživatelů soc. služeb



další informace na [www.apsscr.cz](http://www.apsscr.cz)  
e-mail: [sefredaktor@apsscr.cz](mailto:sefredaktor@apsscr.cz)  
tel./fax: 381 213 332  
mob.: 606 832 551

odborný časopis  **sociální služby** cena: 50 Kč / 2 €



**V Táboře bylo horko**  
reportáž  
z konference o inspekčních kvalitě

**EDE se představuje**  
Evropská asociace  
ředitelů domovů pro seniory  
slaví 20. narozeniny

**Chvála arteterapie**  
když malování odhaluje duši

Asociace poskytovatelů sociálních služeb České republiky  
[www.apsscr.cz](http://www.apsscr.cz)  
ročník: XI. květen 2009

## PŘIHLÁŠKA K ODBĚRU

Objednávám časopis Sociální služby od čísla ..... v počtu ..... kusů

### FAKTURAČNÍ ADRESA

JMÉNO NEBO NÁZEV ORGANIZACE

ADRESA (ulice, č. p.)

MĚSTO, PSČ, STÁT

TELEFON

E-MAIL

IČO

DIČ

### KORESPONDENČNÍ ADRESA

JMÉNO NEBO NÁZEV ORGANIZACE

ADRESA (ulice, č. p.)

MĚSTO, PSČ, STÁT

ÚHRADA FAKTUROU / SLOŽENKOU (nehodící se škrtněte)

Souhlasím se zpracováním osobních údajů za účelem evidence předplatitelů ve smyslu zákona č. 101/2000 Sb.

Objednávejte na adrese: APSS ČR, Kotnovská 137, 390 01 Tábor, tel./fax 381 213 332

e-mail: [apsscr@centrum.cz](mailto:apsscr@centrum.cz)

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

**AGAVE**

# Novinka v ČR: el. vozík/lůžko model Agave 8100



Vhodné pro pacienty s těžším postižením. Bez námahy během chvilky proměníte křeslo v lůžko. Ovládání lze umístit jak v dosahu uživatele, tak v dosahu asistenta. Dodáváme v elektrické i v mechanické verzi.

**Cena: Elektrická verze: 49.900 Kč, Manuální verze: 35.900 Kč**

## El. vozík Agave 1022 lift

Nosnost: 120 kg  
Baterie: 12V/55 Ah x 2  
Motor: 24V/300 W x 2  
**Cena: 49.000 Kč**



## El. vozík Agave 1012 lift

Nosnost: 120 kg  
Baterie: 12V/55 Ah x 2  
Motor: 24V/300 W x 2  
**Cena: 59.000 Kč**



## Skútr model Agave 4028

**Akční cena: 39.900 Kč**

(baterie 2 x 55 Ah, motor 800W, dojezd až 40 km)



**Prodej zboží na splátky!!!**

## El. vozík EKON akční cena!

**38.000 Kč**



**Kontakt:**

AGAVE, Ukrajinská 558, 252 28 Černošice

Tel.: 608 770 001, 257 812 305

e-mail: info@agave.cz

**www.agave.cz**

Zveme Vás na výstavu  
**MEDICAL FAIR 2009**  
 Brno  
 20. - 23.10.2009

# MOTomed®

## léčebné pohybové přístroje



Pohybový trénink s funkční  
 elektrostimulací



MOTomed viva1



MOTomed letto



MOTomed gracile



MOTomed viva2

Přístroje uvolňují křeče a omezují je, napomáhají větší pohyblivosti, podporují trávení a látkovou výměnu, podporují krevní oběh a funkci srdce, zvětšují objem svalové hmoty...  
 Přístroje MOTomed dokáží detekovat zbytkovou sílu v nohou či rukou a pravidelným cvičením ji zvyšovat.

- > skleróza multiplex
- > mozková mrtvice
- > příčné ochrnutí
- > spastické ochrnutí
- > neurologická onemocnění

Příspěvek na pořízení tohoto přístroje do výše 50% hodnoty přístroje mohou fyzické osoby získat od odboru sociálních věcí. Vyzádejte si nezávazné informace od výhradního dovozce:  
**REPO-RECK spol. s r.o.**, Jablůnka 239, 756 23 Jablůnka nad Bečvou  
 tel. 571452291, fax: 571420855, mobil: 603214000, e-mail: kontakt@motomed.cz, www.motomed.cz



Kompenzační pomůcky pro překonávání schodišťových, výškových a ostatních domovních bariér.



Schodišťová plošina  
**ASCENDOR PLG7**



Schodišťová sedačka  
**BISON B80**



Stropní zvedák  
**FREEWAY**



Prodejna Praha

**Nečekejte na veletrh.**  
**Modelové výrobky máme v naší prodejně k vyzkoušení po celý rok.**

**MEDEOS s. r. o.** Domažlická 1256/1, 130 00 Praha 3  
 prodejna Praha: Petra Rezká 2, Praha 4 - Nusle  
 kancelář: Františkánská 1333, Uherské Hradiště

tel: 732 107 020, 773 599 955  
 fax: 572 501 576

www.medeos.cz



# V Krči „řádili“ tenisté

## Prague Parker Hannifin ovládli Slováci

Zatímco ve Wimbledonu finálovou bitvu mezi Federerem a Roddickem sledovaly miliony diváků po celém světě, na perfektně připravených a krásných dvorcích pražské Konstruktivy v Krči by se diváci dali spočítat na prstech obou rukou. Přesto oba tenisové turnaje měly něco společného – obrovskou bitvu jak v semifinále, tak ve finále.

**Prague Parker Hannifin Cup 09** – součást BOWE Systec Tour 2009, předposledního turnaje **Mistrovství ČR v tenisu na vozíku**, se zúčastnila konkurence v Praze na tomto turnaji (a že proběhl již 13. ročník) dosud nevídaná. První nasazený Felix (SVK) byl aktuálně na 19. místě světového žebříčku, turnajová dvojka Brychta (CZE) 26., trojka Stefanu (CZE) 48. a Gergely (SVK) byl 85. na světě – čili konkurence, kterou by mohl závidět lecjaký turnaj ITF Futures ve světě. K těmto čtyřem přibýlo ještě dalších 11 hráčů, z toho další dva Slováci (Masaryk, Soviš). Bohužel pro nemoc chyběl několikanásobný vítěz Potůček, stejně jako Blecha či Fiala. Sledgehokejové povinnosti zabránily v účasti Kvochovi, druhý nejlepší Slovák Chabreček byl pracovně zaneprázdněn.

### Bitvy jako hrom

První kolo svedlo k sobě dva odvěké rivaly z pražského střediska – Kubáta a Haška. Kubátovi zcela zjevně sedla nová raketá Dunlop, model Dominika Cibulková, a po téměř čtyřhodinové bitvě porazil Haška ve třech setech. V ostatních zápasech postupovali favorité – Dáňa porazil Řasovou, Semer Vrbu, Brychta Rajznoveira, Gergely Jochymka, Masaryk Bauera a Soviš podlehl Stefanu.

Ve 2. kole postoupili relativně snadno, s výjimkou Stefanu, který hrál s Masarykem 3 sety, všichni nasazení a vypadalo to na česko-slovenské semifinále, tedy Stefanu-Felix a Brychta-Gergely.

Bohužel, dlouhodobé zdravotní pro-

blémy české jedničky Brychty (již na předchozím turnaji v Bratislavě musel vzdát své zápas) zrušily jak semifinále dvouhry, tak finále čtyřhry, kde vítězství spadlo do klína Felixovi s Masarykem. Ti po velké bitvě v 1. kole proti Kubátovi s Gergelym (ve třech setech) pak již nenalezli soupeře, který by jim vzdoroval.

### Nedělní výheň na kurtu

Počasí, které napínalo deštěm pořadatele po celou sobotu, v neděli vytvořilo klasickou letní výheň. V tomto počasí sehrál lev pražských diskoték Felix nejprve neuvěřitelnou, víc jak 3 hodiny trvající semifinálovou bitvu s Michalem Stefanu, kterého porazil 5/7, 6/0, 6/2 a po obědě nastoupil proti reprezentačnímu parťákovvi ze Slovenska, dvaadvacetiletému Marku Gergelymu k finálové bitvě.

Ta byla od počátku taktickým bojem plným dlouhých výměn hráčů, kteří se znají jak své boty. Zápas, který začal ve 14 hodin, byl ukončen proměněným mečbolem Gergelyho po setech 6/4, 4/6 a 6/3 o půl šesté, samozřejmě večer. Gergely tak vyhrál v Praze již potřetí, poprvé však v tak silné konkurenci. Z krásného poháru vyrobeného v Bohemia Crystalexu měl neskrývanou radost, stejně jako z toho, že porazil světovou devatenáctku.

Turnaj pod vedení ředitelky Marcely Vyvadilové se opravdu vyvedl, jedinou kaňkou na kráse bylo odstoupení opravdu zdravotně špatně vypadající české jedničky. Ceny předala mj. i Ing. Vanda Půlpánová, finanční ředitelka fy PARKER Hannifin, která turnaj sledovala jak v sobotu, tak v neděli.



Dvaadvacetiletý Slovák Marek Gergely.

Nový azyl turnaje na TK Konstruktiva se ukázal jako velmi vydařený – vynikající dvorce, skvělá kuchyně, báječní lidé v čele s Pavlem Saicem a panem správcem. Původní areál v Modřanech nebo kurty DO-MY-NO, kde se hrálo poslední 4 roky, se tímto areálem nedají vůbec srovnat. Pořadatelé doufají, že i v dalším ročníku naleznou opět zázemí na TK Konstruktiva, kde bylo vytvořeno prostředí pro tento okruh turnajů víc než důstojné.

Ivan Vyvadil,  
ČTSV,

Foto: Ivan Vyvadil

**Další info:** ČTSV Praha (Český tenisový svaz vozíčkářů), Ivan Vyvadil, tel.: 603 730 849, e-mail: vyvadil.ivan@cwta.cz.



Na Prague Parker Hannifin Cup 09 se sešla dosud nevídaná konkurence.

# Ostrava pořádala jubilejní domácí šampionát stolních tenistů

Jak už bývá zvykem, tak i v letošním roce uspořádal Sportovní klub vozíčkářů (SKV) Ostrava **Mistrovství České republiky ve stolním tenise**. Jubilejní patnácté klání proběhlo ve dnech 16.–19. května 2009 v prostorách tělocvičny TJ Mittal Ostrava na ulici Varenská. Celou akci zorganizovali a zároveň vedli prezident oddílu Zdeněk Jedlička a viceprezident Radek Skyba.

Hlavní aktéři turnaje se do Ostravy sjeli již ve čtvrtek odpoledne, aby se v klidu ubytovali a psychicky se připravili na náročné souboje s protihráči. Týž den proběhlo rozlosování a rozehrání soutěže. Je třeba zmínit, že okolí i „turnajové kolbiště“ vyhovují potřebám hendikepovaných sportovců. Reprezentanti mají během turnaje k dispozici odborný lékařský a rehabilitační personál.

Letos se MČR ve stolním tenise zúčastnilo celkem 24 hráčů. Účastníci byli nominováni na základě deseti nomináčnických turnajů, které se konaly během roku v nejrůznějších městech ČR, např. v Mohelnici, Liberci, Brně, Chebu, Praze a v Klatovech.

## Urputné boje se líbily

Mistrovství ČR bylo oficiálně zahájeno v pátek v ranních hodinách pod záštitou náměstkyně hejtmana Moravskoslezského kraje Věry Pálkové. Přítomni byli zástupci sponzorů a institucí, bez kterých by turnaj na tak vysoké úrovni proběhnout nemohl. Slavnostní ráz akce navíc podkreslovala skutečnost, že první MČR se uskutečnilo již v roce 1994, tedy před patnácti lety.

Začalo se soutěží čtyřhra OPEN, kde nakonec zvítězila dvojice z SKST Liberec René Tauš, Jiří Suchánek. Druhá byla dvojice Lubomír Trčka (SKV Otrokovice) a Jaroslav Hadrava (TJ Sokol Lhůta). Soutěž se hrála k. o. systémem na dvě porážky a proto porážkou s předchozí dvojicí připadlo 3. místo dvojici František Glazar (SKV Praha), Tomáš Příbyl (SKST Liberec).

Další soutěží hranou systémem k. o. byly dvoučlenná družstva OPEN. Vyhrála již zmíněná dvojice Trčka, Hadrava, která ve finále porazila hráče SK Moravia Brno Karla Zmrzlého a Vladimíra Kadlíka. V zápase o třetí místo vyhráli liberečtí Tauš se Suchánkem nad ostravskými Bohuslavem Říbkou s Jirkou Gronychem. Svůj druhý titul získal René Tauš



Z šampionátu

Foto: Jaroslav Navrátil, MSN

v soutěži dvouhra Open, když ve finále porazil Františka Glazara. Dvě třetí místa si připsali Lubomír Trčka a Karel Zmrzlý.

Třetí titul Reného Tauše se zrodil v soutěži muži para, kterou vyhrál bez porážky a bez jediného prohraného setu. Právě jen s ním prohrál druhý František Glazar a třetí skončil Jarda Hadrava.

Soutěže žen se letos ze zdravotních důvodů nezúčastnila dlouholetá mistryně republiky Martina Fedorová. Na její místo se vyhoupla Markéta Páralová z TJ Invanclubu Loštice. Druhá skončila Spomenka Habětínková (Lokomotiva Pardubice) a třetí Iva Lukešová (SK Nové Město nad Metují). Hráčky SKV Ostrava letos sbíraly zkušenosti a nakonec obsadily 4. a 5. místo, a to v pořadí Barbora Štěpánková a Beáta Mentznerová.

V soutěži jednotlivců mužů kvadru dominoval tradičně Martin Zvolánek z Lokomotivy Pardubice, za nímž se seřadili na druhém místě Tomáš Příbyl a třetí Pavel Fiala (SKV Praha).

Vyhodnocení turnaje se opět odehrávalo ve slavnostní

atmosféře. U předávání pohárů, medailí a diplomů nechyběl Tomáš Kuřec, místostarosta Městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz a zástupci firem. Celé klání natáčela Česká televize, která průběžně dělala s hráči rozhovory.

Po vyhlášení veškerých výsledků prezident oddílu SKV Ostrava Zdeněk Jedlička poděkoval všem sponzorům za finanční i hmotnou pomoc, taktéž hráčům za účast a disciplínu. Zároveň přislíbil konání dalšího, již XVI. ročníku MČR ve stolním tenise v prostorách TJ Mittal.

Mgr. Lucie Jelínková, Radek Skyba



Z šampionátu

Foto: Jaroslav Navrátil, MSN

# První český mistr Evropy v boccie:

## „Ve finále jsem neměl co ztratit.“

*Pokračování ze str. 1*

Individuální části šampionátu předcházela soutěž párů. Český pár BC4 ve složení Procházka, Simona Kadlecová (SK Kociánka Brno) a náhradník Leoš Lacina (TJ Léčebna Košumberk) prohrál v zápase o 3. místo s reprezentanty Maďarska. Šampionátu se dále účastnil kompletní pár BC3 – Radovan Křenek, Vladka Mílková a Michal Svoboda (všichni z SK Kociánka Brno). Umístili se na šestém místě stejně jako tým BC1 a BC2 (František Serbus – SC JÚ Praha, Kateřina Cuřínová – TJ ZP NOLA Teplice a Jiří Vlk – TJ ZP NOLA Teplice).

### Jaká byla cesta k titulu mistra Evropy?

„Hned první den hraní jsem začal marodit (bolelo mě v krku a byl jsem malátný),“ říká Radek Procházka. „První se hrály zápasy párů, tam se nám vedlo docela dobře, možná nad očekávání. Vyhráli jsme skupinu a postupovali jsme rovnou do semifinále proti Portugalcům. V zápase jsme tahali pořad za kratší konec, projevila se nováčkovská daň (Simona s Leošem kazili...) a prohráli jsme po nerozhodném zápase ve třetí směně 4:7,“



Na XIII. letních paralympijských hrách v Pekingu 2008 získal Procházka spolu s Ladislavem Kratinou (TJ Spastic Sport Praha) bronzovou medaili v soutěži páru BC4. Několikanásobného Mistra ČR a vítěze OZP Cupu (národní soutěž v boccie) podporuje Statutární město Kladno.



Boccia – obdoba francouzského petanque pro těžce hendikepované vozíčkáře. Cílem je zahrát co nejvíce míčů své barvy k bílému míči. Český reprezentační pár kategorie BC4 (červené resp. světlešedé dresy) – uprostřed Radek Procházka z Kladna hrající za TJ Léčebna Košumberk.

uvedl Procházka pro Handisport.cz. „O třetí místo jsme se utkali s maďarským týmem, který nás porazil. Zase brambora... To jsem se cítil hodně špatně, protože podobnou situaci jsem zažíval už v Brazílii, a hlavně jsem věřil, že na to máme.“

Do turnaje jednotlivců jsem nastupoval společně ve skupině s Francouzskou, Slovákem a mou oblíbenou Španělkou Amparou. Skupina se hrála dva dny a já jsem postupoval z prvního místa po výhře nad Amparou 8:2. A narazil jsem v pavouku na Simonu Kadlecovou, která postupovala na skóre. Poslední čtyři zápasy osmifinále, čtvrtfinále, semifinále a finále se odehrály v jeden, poslední hrací den. Do zápasu se Simčou jsem šel v nervech, protože jsem věděl, že hraje dobře a že mě zná. Tento zápas byl těsný, dělal jsem chyby, ale vyhrál jsem. Po dalším těsném vítězství s Maďarem, který hrál hodně dobře, jsem v semifinále narazil na Slováka Ďurkoviče. Na toho jsem si věřil. Po

výhře 8:1 jsem šel na Pereiru.

Po zápase se Slovákem to ze mě všechno spadlo, a i když jsem se cítil hodně unaveně a dozvěděl jsem se, že mi někdo ukradl z batohu v šatně 50 euro, tak mi bylo pořád krásně. Do finálového zápasu jsem šel s tím, že nemám co ztratit. Byla tam hodně dobrá atmosféra, měl jsem velký kotel složený z Čechů, Slováků, Angličanů, Řeků, Španělů a všichni fandili mě, protože Portugalce moc nemají rádi. Zápas byl jeden z nejhezčích, který jsem kdy hrál. No a na konci byly slzy,“ vzpomíná Radek Procházka, čerstvý mistr Evropy v boccie.

*Jaroslav Hantl,*

*TJ Léčebna Košumberk*

*Foto: archiv TJ Léčebna Košumberk.*

### Tělovýchovná jednota Léčebna Košumberk

**Tělovýchovná jednota Léčebna Košumberk** je občanské sdružení, jehož členská základna má přes tisíc členů a je tvořena hendikepovanými sportovci, trenéry, doprovody a příznivci TJ. Sídlí v **Hamzově odborné léčebně v Luži** a kromě pravidelných tréninků s pacienty léčebny se stará o talentované jedince, se kterými se účastní závodů a turnajů po celé republice i ve světě. Největší úspěchy mají její členové v atletice, cyklistice, boccie, lukostřelbě, šachu a závodním kuželníku.

**Kontakt:** Jaroslav Hantl, DiS., TJ Léčebna Košumberk, 538 54 Luže, tel. 469 648 117, mobil: 724 084 140, e-mail: tj@hamzova-lecebna.cz.

## Osudy šampiónů

# Václav „Vincent“ Haškovec

Ještě předtím, než se z našeho Vaška Haškovec stal „Vincent“ nebo také „Czecher“, jak jej přezdívají ve světě motorkářů, objevila se u něj obrovská posedlost motosportem. A není se čemu divit. V Česku má přece láska k motocyklovým závodům dlouhou a bohatou tradici. Jeho sen stát se závodníkem, a to ne jen tak ledajakým, ale na špičkové úrovni, jej dohnal až k rozhodnutí odjet do Los Angeles a začít žít svůj velký sen na druhé straně Atlantiku. Bylo to období tvrdé práce, houževnatosti a jen obrovská láska k závodění držela tohoto sympatáka původem ze Mšena nad vodou. Jeho cíl byl jasný – jezdit tvrdě, rychle a vyhrávat, jak jen to půjde. Nejčastěji trénoval ve Willow Spring Raceway (Kalifornie), na trati, která se vyznačuje vysokou nadmořskou výškou a silnými porvyvy větru.

### Tvrdě tahat za plyn!

A jezdilo mu to skvěle. Nejčastěji sedlal stroj GSX-R Ninja a YZF Ducati. V roce 1998 se stal profesionálním jezdcem u soukromého týmu. O šest let později si padl do noty s týmem M4 EMGO Suzuki, se kterým se mu fantasticky spolupracovalo. V roce 2005 se zdálo, že Vincent dokáže zcela triumfovát a stát se šampionem třídy Superstock.

Další trumfy na Vaška čekaly v pro-



Czecher na svém motocyklu.

slulé AMA Superstock sérii (nejvyšší americká soutěž), kam po svých úspěších nastoupil. I zde dokázal vystoupat na stupínek slávy nejvyšší. Cenné bylo hned první vítězství v této třídě na proslulém okruhu v Daytona na Floridě. Vašek na tom byl bodově velmi dobře a k dalšímu úspěchu se již schylovalo, když jednoho krásného májového dne vyjel se svým strojem na další velkou cenu, a to v severní Kalifornii na okruhu Infineon Raceway. Osudný vítr a neúprosné fyzikální síly se však krutě semkly proti Vaškovi a jeho ambicím byl zještajasna konec.

### Naštěstí zůstal naživu

Havaroval v rychlosti kolem 200 km/h, přičemž jeho tělo narazilo do bariéry s pneumatik, hlavou napřed a ten pekelně rozjetý těžký stroj do něj ještě v divoké rychlosti zezadu narazil. Šlo o vteřiny. Byl to jeden z těch opravdu škaradých pádů. Po stabilizaci byl Vašek ihned transportován do nemocnice, kde



Václav „Vincent“ Haškovec.



Jezdit tvrdě, rychle a vyhrávat, jak jen to půjde, to byl svět a osud Václava „Vincenta“ Haškovec.

vynesli nelítostný verdikt. Zlomený 4, 5 a 6 páteční obratel, stav kompletní paraplegie. Rozdrcená levá klíční kost, pneumothorax, zlomených 7 žeber, nervová poškození způsobující ochabnutí levé horní končetiny a také nervů v celé levé části obličeje a oka. To vše zní sice hrozně, ale jen způsobilé vystihuje utrpení, kterým si, jak sám závodník na svých stránkách píše, musel ještě i v průběhu léčby projít. Vyskytlo se mnoho vedlejších zdravotních komplikací, které ho ohrožovaly na životě – špatné hojení ran po operacích, infekce, proleženiny, kostnatění, krevní sraženiny v končetině atd. S následky svého zranění Czecher bojoval celé roky. Stálo ho mnoho sil a času vůbec začít s rehabilitací. Na doporučení přátel se nakonec dostal do rehabilitačního zařízení Neuro Institut ve Phoenixu (Arizona), kde získal patřičnou péči, motivaci a dovednosti pro život s hendikepem. Vše, čemu se naučil, aby jezdil tvrdě a dokázal vyhrát v nelehkých soubojích, musel nyní zúročit k tomu, aby se vůbec dokázal posadit, obléct, osprchovat a vůbec obsloužit. Přičemž každý úkon navíc provázely silné bolesti.

Vaškův stav se naštěstí stále lepší a dnes se rád znovu účastní svých milovaných závodů. Sice v roli diváka, ale může tak povzbudit své kamarády závodníky, spolupracovat s kolegy a hlavně nasávat tu vzrušující atmosféru zákulisí a startů nejrychlejších mužů na těch nejdívočejších strojích této planety.

*Zdroj, foto: [www.czecher.com](http://www.czecher.com)  
Přeložila a zpracovala: Hana Klusová*



S naším skvělým závodníkem superbiků Jakubem Smržem letos na okruhu Miller v Utahu, USA.



Se Stevenem Rappem a jeho okouzlující přítelkyní Cyrcee na akci Big Twin action letos na okruhu Miller v Utahu.



Czecher (vlevo) s bývalou hvězdou závodů Moto GP Wayne Raineyem.



Brian J. Nelson

Těsně po tragické havárii Vaška Haškovce...

# Jak jsem letěl na svahovém padáku

Reportáž vozičkáře Martina Knappa o jedné letošní sobotě

Jednoho dne jsem dostal od bratra mého kamaráda Vojty otázku: „Chtěl bys letět na paraglidu?“ Já odpověděl se zděšeným výrazem v obličeji: „Vždyť jsem na vozíku a bojím se výšek. A co to ten paraglide přesně je?“ Poté mně bylo vysvětleno, co je to paraglide a jak se na tom létá... A že lze letět i s vozíkem! Ani po tom jsem si nedovedl představit viset někde s vozíkem kilometr nad zemí na jakémsi padáku. Taky jsem si říkal, že bych chtěl vidět toho dobrodruha, který by si vzal dobrovolně vozičkáře „tam nahoru“.

## Do akce

Uběhl bezmála rok a já už skoro na paragliding zapomněl, když se ozval Vojta, že s bratrem vyrážejí na hory, ať jedu taky. Pak následovala řada výletů na hory, než byly takové podmínky, abych mohl nahoru. Konečně nastal den, kdy jsme se setkali s Vojtou a Járou a také s Jiřím Večerkem, oním dobrodruhem (tandempilotem), který mě vezme do oblak. Jiří se ozval ještě v pátek večer, že s meteorologickými podmínkami to vypadá zatím dobře. Bylo tam jen jedno „ale“ – nepoletíme na našem území, přesuneme se dál na východ, tedy na Slovensko, k městu Žilina na kopec Straník. Celou noc jsem snad nemyslel na nic jiného, než na to, že snad zítra poletím.

V sobotu v 6:30 hodin nemilosrdně začaly zvonit postupně všechny budíky a mobily, co byly v domě. Samozřejmě vstávat se nechtělo nikomu. Čas nás ale tlačil, neb Jiří nařídil být na místě v 9 hodin. Začalo tedy horečnaté vstávání, snídání, což se mě netýkalo, samou nervozitou jsem nebyl schopen nic sníst. Konečně sedíme všichni v autě a probíhá poslední kontrola věcí – bundy, rukavice, brýle, kamera, glaid pro tandem pilota a kameramana atd... Vše v pořádku, a tak jsme se kolem deváté objevili pod kopcem Straník. Jiří byl už na místě. Začínám podrobněji studovat Jiřího vozíko, které mi má pomoci dostat se nahoru. Je bytelné, kola pořádná, přezek několik desítek. Po jejich použití by nevypadla z vozítka ani myš. Začínám tedy věřit, že je to bezpečné a usedám do jeho sedačky, která je původně vyrobena pro monoski (speciální lyže pro vozičkáře). Sedačka je sice trošku těsná, ale dá se to bez problémů vydržet. Jiří se ujímá přezek a začíná je připevňovat všude kolem mě. Přezky



Seznamování se s padákem na zemi.

postupně přibývají a já mám dojem, že přes tu hromadu nic nevidím a že se sotva nadechnu. Po dohodě s Jiřím některé nadbytečné přezky sundáváme. Po několikeré důkladné kontrole všeho možného Jiří konstatuje, že je vše OK. Ještě kontrola vyvážení sedačky a jde se na věc.

## Nervozita je pryč...

Od Jiřího dostávám poslední instruk-

ce, helmu, navigační zařízení. Jiří zapne kombinézu, nasadí brýle, helmu, sedačku se záložním padákem a nakonec to hlavní – obrovsky žlutý padák, který leží za námi na zemi. Jirka hlásí, že máme všechno. Já se ještě pro svůj klid ptám, jestli jsme opravdu k sobě připoutaní...

Start a můj sen se nezadržitelně blíží, tepová frekvence se rapidně zvyšuje, věci okolo skoro nevnímám. Kamarád Vojta ještě těsně před startem přibíhá s kamerou



Martin Knapp před letem nad kopci Malé Fatry.



Martin Knapp startuje k tandemovému letu s pilotem.

## K nebesům

Jsmo na hraně kopce. Kluci stále drží vozík, abychom nesjeli dolů. Jiří naposledy kontroluje padák za námi. Nastává hrobové ticho a pekelné soustředění. V tuto chvíli vnímám jen Vojtu, kterého vidím kousek před námi s kamerou v ruce. Najednou dává Jiří povel našim

natočit naše pocity před startem, kolem se začíná srocovat hlouček našich přátel. Dozvídám se, že jeden je lékař a druhý člen hradní stráže, a kamarádka, že je fyzioterapeutka a ještě je tam i zdravotnice. Takže – bezpečné zázemí. Jen nevím, jestli mě to v tu chvíli uklidnilo. Pomalu a jistě se přesouváme na hranu kopce za pomoci dvou mužů, přidržujících vozítko proti nekontrolovatelnému rozjetí. Jiří se naposledy ptá, jestli je vše ok. Odpovídám – ano.

Najednou ze mě veškerá nervozita spadla, tep se uklidnil a já byl v pohodě. A to díky tomu, že Jiří vše nesčetněkrát s kolegy piloty zkontroloval a byl klidný, stejně jako všichni kolem. Získal moji důvěru, že je to ten správný člověk, se kterým se mám do tohoto dobrodružství pustit. Nejde jen o bezpečnost moji, ale i jeho a navíc je to inspektor provozu Letecké amatérské asociace ČR (takže ví, co dělá).

roztlacení vozítko. Nevím, jestli mám teď omdlít nebo mít radost a kochat se přírodou či se snad začít modlit. Zvolil jsem poslední možnost. Než jsem se nadechl a začal se modlit za to, ať to vše dobře dopadne, tak jsme se „odlepili od země“.

Ještě jsem se nevzpamatoval ze startu a byli jsme už docela daleko od kopce. Ze začátku to s námi docela nepříjemně houpalo ze strany na stranu a můj žaludek z takového houpání nebyl zrovna nadšen. Během chvíle se ale podařilo paraglide srovnat. Vystoupali jsme do větší výšky a odletěli ještě více od kopce, kde to s námi tolik nehoupalo. Vítr foukal silně, naštěstí jsme byli na let dobře vybaveni, zima nám nebylo. MŮJ SEN SE SPLNIL! Letěl jsem! Užival jsem si nádhernou scénérii Malé Fatry, slunce, vítr, klídek. Prostě to byl báječný a nezapomenutelný zážitek, který si budu pamatovat do konce života! A

bude-li zase někdy příležitost s Jirkou letět, určitě do toho půjdu, a teď už bez obav.

Všem, kteří uvažují, že by to zkusili, přeji, aby strach a nejistotu překonali a šli do toho. Stojí to totiž za to! A za překonání sebe sama jistě taky. Jirkovi a všem úžasným lidem kolem, kteří pomáhali zrealizovat a zdokumentovat tento pro mě nezapomenutelný let, velice děkuji za fantastický zážitek!

Kráceno: (bf)

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

**Fotografie a videa z létání vozíčkářů**  
na svahovém padáku: [www.xfly.cz](http://www.xfly.cz).



Samostatný let dalšího z neohrožených vozíčkářů.

## Tip na výlet – Santov

Tož ogaři a cěrky, přídite sa k nám na Valachy podívat'

„Na Santově kopec, roste tam jalovec, kdo sní dvě tři zrnka, je hybký jak srnka...“ jak zpívá naše královna matka – Jarmila Šuláková.

Santov je horská osada ve Vsetínských vrších. Je to opravdu veliký kopec spadající pod Malou Bystřici. Za zmínku stojí památkově chráněná roubená zvonice, kde v pravé poledne vidíte skutečného zvoníka, který svou práci odvádí opravdu



Santov – horská osada ve Vsetínských vrších

mistrně. Je tu i památník padlých partyzánů. Zvonice se nachází u cesty pod stromy, 150 m od rozcestí. Vedle ní stojí kříž a ikona. No a v našem výčtu nesmí chybět ani nově otevřená, krásná dřevěná bezbariérová hospůdka, jejíž součástí je i slušné bezbariérové WC. Majitelé jsou milí lidé, kteří se dokážou v hospůdce pořádně otáčet. Nabídnou vám výtečné utopence, vynikající gulášek a pivo jako křen. No a děti taky nepřijdou zkrátka. A protože se mi tu všechno skutečně moc líbilo, můžu návštěvu hospůdky doporučit.

Pokud do Santova pojedete autem od Vsetína, odbočte u hospody U Kočibů vpravo a jedte pořád do kopce. Můžete jet i přes Valašskou Bystřici, v tom případě za autobusovou zastávkou k revíru odbočit vlevo a pak pořád do kopce. Pokud

půjdete pěšky, tak po zelené, ale je to po kamenech a potečou vám čurky po zádech. Odměnou vám ale bude nádherný výhled na zeleň lesů a luk nebo na protější kopec Bůřov, prostě klídek a pohoda.

Tož ogaři a cěrky, přídite sa k nám na Valachy podívat'.

Alena Heryánová,  
(hk)

**Další info:** adresa hospůdky – Malá Bystřice 84, tel. 603 709 972.



Dřevěná bezbariérová hospůdka, jejíž součástí je i slušné bezbariérové WC

# S protézami maraton?

## Britský běžec běhá i na počest Abebe Bikily

Britský běžec Richard Whitehead nemá nohy od kolen dolů. Přesto letos zdolal v Římě maraton v čase pod magickou hranicí tří hodin, což by mu mohli závidět i „zdraví“ kondiční běžci. Richard se ale může pochlubit i dalšími neobyčejnými výkony.

### Jako Pistorius

Whitehead běhá na speciálních protézách podobně jako jihoafrický sprinter Oscar Pistorius, který se chtěl dostat na olympiádu. Vybral si však výrazně delší tratě. Dokáže v rozmezí týdne zaběhnout půlmaraton za 1:19:10 a maraton za 2:56:45. Oba časy jsou rekordní v jeho kategorii.

„Doufám, že mi tenhle maratonský čas dodá kredit mezi běžci. Mým hlavním cílem je reprezentovat Velkou Británii na paraolympiádě v Londýně 2012. Když trénink půjde i dál tak dobře a moje časy budou klesat, mohl bych tam dokonce pomýšlet na medaili,“ uvedl Whitehead po římském maratonu.

Richardovi je 32 let. Narodil se s dolními končetinami, jež končí nad koleny. Plaval, hrál kriket, na olympiádě v Turíně před třemi lety reprezentoval ve sledge hokeji. Ale nikdy neběhal. Přesto se zkraje roku 2004 rozhodl, že na podzim už zdolá maraton v New Yorku. Inspiroval jej příběh Terryho Foxe, také Whitehead se totiž věnuje charitě.

Zpočátku běhal bez jakýchkoli protéz, jen na pahýlech nohou. Trpěl ukrutnou bolestí. Trénoval na běhátku, do ulic se vydával po nocích. Až pár týdnů před newyorským maratonem mu kamarád řekl, že existují speciální protézy. Jenže za ty nechtěl Whitehead utrácet peníze, které vybírá pro jiné. Ty, na kterých dnes závodí, stojí 360 tisíc korun.

Výrobce mu je nakonec věnoval, a tak si Brit musel narychlo zvykat na jiný styl



běhu, při němž vytáčí nohy do stran. Přesto první maraton zvládl za 5 hodin a 18 minut.

### Rychlé zlepšení

Dnes je výrazně rychlejší. O jeho času 2:56:45 si většina kondičních běžců může nechat jen zdát. „Jakmile jsem zjistil, co technologie umožňuje, běhání se stalo mou vášní,“ líčil pro The Times. „Lidé jsou ohromeni, že mohou uběhnout maraton. Diví se: Jak může chlap bez nohou běhat rychleji než já? Ale to je věc ignorance a předsudků. Doufám, že lidé o mě začnou smýšlet jako o normálním sportovci, ne jako o tom maratonce, co nemá nohy.“

V Římě závodil s číslem 11 na počest Abebe Bikily, který si bosky doběhl pro olympijské zlato právě na římské olympiádě v roce 1960. A posunul rekord. „Dostat se pod tři hodiny, to je úžasný pocit.“

Richard zvládne čtyři vytrvalecké běhy do měsíce. Zaběhl i 56 kilometrů dlouhý závod v Jižní Africe ve vedru 28 stupňů. Nezabralo mu ani deset hodin, aby zdolal Comrades Marathon, což je štreka delší než 89 kilometrů. Jeho snem je pokořit i slavný triatlonový závod Ironman.

Běhá po rovině i po kopcích. Když uspěl v horách Walesu, The Times psaly: „Abyste jeho výkon ocenili, zkuste běhat do schodů bez toho, že byste nohy ohýbali v kolenou.“

### Věří své trenérce

Whitehead se připravoval sám, teď ho však vede elitní běžkyně Liz Yellingová, jež trénovala s Paulou Radcliffovou. Běžec doufá v další zlepšení a své trenérce důvěřuje. „Když jsem začínal běhat, chtěl jsem ukázat veřejnosti, co i člověk bez nohou může

dokázat. Ale teď už mi jde o běžecké úspěchy. Snad budu moct dál posouvat hranice. Jsem stále víc a víc soutěživý.“

Pořád se však snaží změnit vnímání lidí, kteří mají hendikepované často zafixované jen jako vozíčkáře. „Spousta lidí potřebuje inspiraci, a když mě vidí běhat, dostávají ji. To mě žene dál.“

I proto chodí do škol. A běhá mezi „zdravými“. „Vždycky se najdou jeden nebo dva drzouni, kteří mi tvrdí, že na protézách musím mít výhodu. Tak jim vždycky odvětim: Dejte si pohov. Nemám nohy od kolen dolů.“

Zdroj: sport.idnes.cz,  
Foto: Reuters,

(pp)



# Vítejte na hradě Karlštejn

Virtuální prohlídka středověkým hradem

Na oficiálních stránkách hradu Karlštejn, které mimochodem nabízí spoustu zajímavého počtení, se můžete také brouzdat jeho nádhernými sály či nádvořím, kdykoliv se vám zamane, a to díky virtuální prohlídce. Stačí kliknout na: [www.hradkarlstejn.cz/virtualni-prohlidka](http://www.hradkarlstejn.cz/virtualni-prohlidka)

## Gotický skvost

Tento nádherný gotický hrad založený v roce 1348 zaujímá mezi českými hrady výjimečné postavení. Český král a římský císař Karel IV. jej nechal zbudovat speciálně pro uložení královských pokladů, především sbírek svatých relikvií a říšských korunovačních klenotů. Ty zde byly uloženy téměř 200 let. Hrad postupně prošel několika stavebními úpravami, např. koncem 16. století renesanční, poslední stavební úprava v duchu purismu pochází z konce 19. století.

Velmi působivé je stupňovité uspořádání jednotlivých hradních budov, které je původní. Od nejnižší položené provozních částí Předhradí, Studniční věže a Purkrabského paláce stavba pokračuje majestátním pětipodlažním Císařským



Hrad Karlštejn

palácem a nad ním stojící Mariánskou věží. Na nevyšším místě skalního ostrohu stavba hradu vrcholí monumentální, 60 m vysokou Velkou věží a systémem mohutného opevnění.

Hrad v sobě skrývá klenoty v podobě vzácných nástěnných výzdob ze 14. stol., známého souboru 129 deskových obrazů Mistra Theodorika v Kapli sv. Kříže (největší na světě), největší portrétní galerie českých panovníků v ČR, vystavené repliky Svatováclavské koruny českých králů nebo unikátní hradní studny.

## (Bez)bariérovost hradu

Pro ty, kteří by přece jen neodolali a vydali se na Karlštejn na vozíčku, jsou určeny následující informace z internetových stránek Hradu Karlštejn:

Bez asistence další osoby je na hradě Karlštejně **možno navštívit bohužel pouze hlavní nádvoří**. Další exteriéry a především expozice středověkého hradu jsou pro vozíčkáře přístupné pouze s doprovodem, který zajistí především vynesení a snesení z patra a do patra. Schody v interiérech i exteriérech hradu jsou velmi vysoké. Na I. okruhu je celkem

192 schodů, na II. okruhu je celkem 459 schodů. Z nádvoří do studničního areálu vede 73 schodů a stejnou cestou je nutno se vracet. Hrad není opatřen žádným výtahem.

Lidé s tělesným postižením mají možnost využít parkoviště určené pro svatby, které se nachází v bezprostřední blízkosti hradu (cca 300 m od hlavní brány po asfaltové cestě téměř po rovině).

Od první hradní brány stoupá prašná, místy kamenitá cesta k druhé bráně a skrze ní na hlavní nádvoří. Povrch nádvoří je tvořen z hladkých kamenů.

Toaleta se nachází v suterénu Císařského paláce, je uzpůsobena pro potřeby vozíčkářů, avšak není úplně bezbariérová. K toaletám je nutné zdolat několik nízkých a dlouhých (původně jezdeckých) schodů (cca 10–15 cm vysoké). Jedna z kabinek je přizpůsobena přímo pro potřeby tělesně postižených osob.

*Hana Klusová, Petr Dzido*

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

Foto: internet, [www.hradkarlstejn.cz](http://www.hradkarlstejn.cz)



Pro vozíčkáře přístupné hlavní nádvoří hradu.



Palác, tzv. ložnice Karla IV.



**Když to jinak nejde  
bariérovost překonáte  
virtuální prohlídkou!**

## Tip na celodenní výlet

# Solný důl Vělička u Krakova

Na počátku léta je nejhodnější doba pro výlety, neboť dny jsou nejdelší a je teplo. Pro invalidu, který navíc dlouho ležel v nemocnicích, když jaro šlo kolem něj a nemohl ho vychutnat, byl navržen větší zájezd do „Kopalnia soli – Wieliczka“. Vzácný solný důl je už podle názvu v Polsku, 11 km od Krakova, ale relativně blízko Ostravy (asi 210 km). V roce 1978 byl zapsán na seznam přírodního a kulturního dědictví UNESCO.

### Vzhůru na sever

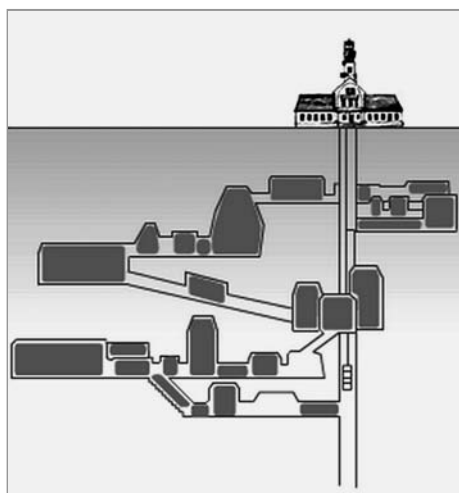
Trasu cesty jsme zvolili následovně: Těšín – Katowice – Krakov. Cesta po dálnici či silnici první třídy měla dobrý povrch, byla většinou plná aut a semaforey řízených křižovatek, ale převážně bez nadjezdů a podjezdů. Největší potíže nastaly v Krakově. Jedno maličké značení pro odbočení k Věličce jsme přehlédli. Chvilíkem jsme se cítili ztraceni. Avšak s pomocí ochotného řidiče u benzinové pumpy jsme nakonec cestu do Věličky našli. Její okolí (asi 5 km) bylo už velmi dobře a zřetelně označeno. Cesta nazpět



Nejpěknějším sálem solného dolu je kaplička sv. Kingy v hloubce 101 m



Solný důl Vělička



Solný důl Vělička – schéma podzemních prostorů

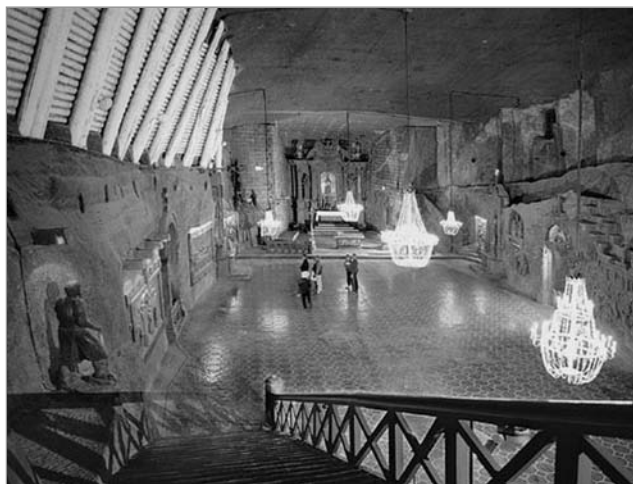
vedla odbočkou mimo město.

### Do dolu

Důl Vělička patří mezi nejstarší solné doly na světě a kuriozitou je, že je stále činný, a to již od středověku. Okolí dolu obklopují parkoviště s četnými auty, park, těžní věž s budovou a množství různých stánků – to vše, mimo velký nápis, svědčilo o tom, že jsme na místě. Pokladny jsou v hlavní budově a pro jednotlivé návštěvníky i skupiny byl určen vchod do podzemí o 380 schodech (64 m). Průvodci jsou oblečeni v hornicím slavnostním úboru. Po domluvě odemykají vchod pro vozíčkáře s výtahem. Ale vchod do výtahu je užší než šířka vozíku. Vozíčkář tedy musí vstát (samozřejmě s podporou), vozík se tak srazil a mohl do výtahu.

### Prohlídka

Turistická prohlídka se uskutečňuje v prvním až třetím patře, tj. v 64 až 135 m



Kaplička sv. Kingy – celkový pohled

hloubky. Vlastní důl má však hloubku 327 m.

Pro vozíčkáře i turisty tu jsou další výtahy už s širokým vchodem. Náš průvodce s námi prochází jednotlivými chodbami a při tom nám vykládá o způsobech výtahů a kolejnicích za Rakouska-Uherska. Chodby jsou zakončeny velkými sálami, např. se solnými jezírky, konferenčními sálami různé velikosti a vzpomínkami na vzácné návštěvy např. J. W. Goetheho, Jana Pavla II (ještě jako kardinála Karla

Wojtyly). U poslední zmíněného kromě sochy to byla ještě malá výstava fotografií z jeho života.

Občas vidíme malé i větší výklenky ukazující převážně práci horníků. V areálu dolu jsou také restaurace, pošta, výstavy zaměřené hlavně na sůl a výrobky z ní a různé krámky. Ve velkých i menších sálech je možno pořádat porady i konference. V dole je také možnost léčit respirační potíže. Sanatorium se nachází v hloubce 135m.

Nejpěknějším sálem je ovšem kaplička sv. Kingy v hloubce 101 m. Po stranách je zdobena několika výjevy z evangelia nebo také kopií poslední večeře Páně od Leonarda da Vinciho. Polosochy a sochy jsou vyrobeny ze solného materiálu. Všechny sochy a nástěnné reliéfy mají lidskou velikost, a svědčí tak o velkém umění zpracovatelů. Výzdobu kapličky prováděli po tři roky tři umělci, z nichž byli dva bratři. Jeden z těch tří byl pak poslán na studium sochařství. Průvodce nám ukazuje také monolitickou podlahu, která vypadá jako pokrytá kachličkami, a ukazuje při tom na solné žíly.

Vlastní důl má 3 000 chodeb o délce asi 300 km. Celoročně se v dole udržuje větráním teplota 14° C. Dbá se při tom na to, aby voda při velkých deštích nečinila škodu rozpouštěním soli. Jsou tady různé dveře, aby dobře fungovalo odvětrávání, neboť i zde je metan.

## Výlet i pro vozíčkáře

Solný důl Vělička je dobře uzpůsoben pro prohlídku vozíčkářů. Pro jednoho vozíčkáře je to velmi drahé (i když vidět tu náheru hluboko pod zemí stojí za to), ale např. skupině vozíčkářů se to již vyplatí mnohem víc. Po cestě je Osvětim, Zebřydovská kalvárie a jiná zajímavá místa. Pokud se tento výlet má spojit i s návštěvou Krakova, pak je to určitě zájezd dvoudenní.



Komora Erazma Baracza



Janowicova komora – sochy ze soli



Podzemní restaurace v komoře Witolda Budryka

## Další informace:

Na polských web. stránkách tohoto solného dolu lze najít nepřehlednou řadu fotografií a krátkých filmů, po jejichž zhlédnutí si o něm můžete udělat solidní představu.

■ **Webové stránky Solného dolu Wieliczka:** [www.kopalnia.pl](http://www.kopalnia.pl).

### ■ **Vzdálenosti:**

Ostrava – Wieliczka: ..... 180 km  
Brno – Wieliczka: ..... 330 km  
Praha – Wieliczka: ..... 530 km

Karel Mitura  
(hk)

## „Na společné cestě“ Kniha o netradičním putování

Domov sv. Anežky v Týně nad Vltavou vydává zajímavou publikaci „Na společné cestě“. Jde o netradičního průvodce putováním mezi **dolnorakouským Heidenreichsteinem a jihočeským Týnem nad Vltavou**. Tato knížka představuje pěší putování poutníků z Domova sv. Anežky a Tagesstätte Zuversicht, společné putování lidí se zdravotním postižením a pracovníků, dobrovolníků a přátel z obou těchto sociálních center.

Nejedná o klasického turistického průvodce. Publikace obsahuje nejen mapy a informace o trase, ale hlavně spoustu nečekaných poutnických zážitků a fotografií. Čtenář tak může společně s poutníky na stokilometrové trase prožívat úsměvná i poučná setkání, bloudění v oboře, vylézt na Petrovu skálu, brodit se přes řeku, sbírat zajímavé artefakty, dozvědět se něco o kolomazní peci nebo vyslechnout mravoučnou prózu Šimona Lomnického z Budče.

## Inspirovat ostatní

Hlavní motivací pro vydání průvodce bylo inspirovat ostatní. Připomenout lidem, že pěší putování od místa k místu není přežitek a že krásně není jen v hotelu u moře. Nové zážitky a zkušenosti na nás často čekají za nejbližším kopcem.

Netradiční průvodce bude distribuován především do organizací, které poskytují sociální služby nebo jinak podporují lidi s mentálním postižením. Je určen pracovníkům těchto organizací, ale také běžné veřejnosti i samotným lidem s mentálním postižením. Má totiž ještě jednu zvláštnost. Veškeré texty jsou kromě běžné podoby upraveny v duchu konceptu „Easy-to-read“ „Snadné čtení“ umožňujícího čtení textu také lidem, kteří mají potíže se čtením složitějšího a dlouhého textu tištěného malým písmem. Průvodce je vydán také v německé verzi a k dostání je od poloviny září. Na internetových stránkách Domova sv. Anežky [www.anezka-tycn.cz](http://www.anezka-tycn.cz) je k dispozici také jeho elektronická verze.

Zdroj: [www.anezka-tycn.cz](http://www.anezka-tycn.cz),  
(hk)

## Kontakt:

Domov sv. Anežky, o.p.s., Sociální služby, chráněné dílny, Čihovice 30, 375 01 Týně nad Vltavou, tel. 385 724 007; [anezka@anezka-tycn.cz](mailto:anezka@anezka-tycn.cz); [www.anezka-tycn.cz](http://www.anezka-tycn.cz).

**Když se kutači soli  
dají na sochařinu**

# Vozičkáři z OOV na ozdravném pobytu

## V Děřichově se líbilo

Ve dnech 11.7.–18. 7. 2009 **Ostravská organizace vozičkářů** pořádala v jesenickém Děřichově ozdravný pobyt, kterého se zúčastnilo 44 lidí z Moravskoslezského kraje, z toho 36 z Ostravy, ostatní účastníci byli z okolních měst a obcí. Celkem osm členů personálu, z toho pět zdravotníků, sloužilo ve dvojicích 24 hodin denně. Masáže a cvičení poskytovaly tři ergoterapeutky, které v případě potřeby vypomohly ostatnímu personálu a dobrovolníkům.

Co se týče odborné – edukativní části pobytu, účastníci ocenili přednášky, které připravili MUDr. Zdeněk Kojecký (urologické problémy a jejich řešení cévkováním, elektronický bidet – hygiena při použití WC vozičkářů) nebo Mirek Filipčík (stavební, technické a dopravní bariéry v Ostravě, ostravské bezbariérové trasy včetně nástupních ostrůvků MHD, výstavba komunitního centra Ostrava, přeměna dopravního uzlu Svinovské mosty aj.). Ostatní přednášky probíhaly individuálně, např. formou rad a poučení přítomným zdravotnickým personálem přímo při nastalém problému. Nezapomínalo se samozřejmě ani na prevenci.

Velký úspěch měl celodenní výlet na přečerpávací elektrárnu Dlouhé stráně s exkurzí. Dopravili jsme se tam autobusem a dodávkou ALDIO. Služeb dodávky využívali účastníci i k dalším výletům – např. na Rejvíz, do Lázní Jeseník nebo Lázní Lipová a do Jeskyně na Špičáku.

A teď konkrétně k jednotlivým aktivitám, na které se účastníci ozdravného pobytu vždycky těší a bez kterých by to, jak se říká, „nebylo ono“.

### Karaoke aneb i hvězdy Superstar by záviděly...

Tato aktivita, velmi oblíbená v barech a restauracích, pronikla i na naši rekondici. Generální zkouška byla na sportovním setkání ve Lhotě, o kterém v tomto čísle Vozky taky píšeme. Ozvučení zapůjčila obec Těškovice, vše zařídil a provozoval Radek Hoza. Celým večerem provázeli Michal a Zdeněk a k mému úžasu se objevilo hodně skrytých hudebních talentů – např. Petr, Terežka, Jirka, Boženka a Eva. Došlo také na dueta Petr – Terežka, Jirka – Terežka, Tomáš a Eva (okamžitě přejmenování na Eva a Vašek). Akce měla obrovský úspěch, o dva dny později již zpíval celý Děřichov, přidal se personál hotelu i místní občané.

### Petanque

Při návštěvě Paříže jsem zahlédl skupinky důchodců, jak procházejí parkem a věnují se tu a tam hře s lesklými koulemi. Dnes už snad jen málokdo neví, o co při ní jde. Počasí letos v Děřichově přálo, proto někteří nezaháleli a kouleli o sto šest. Kačce Slavíkové jsme dali koule z umělé hmoty, ať si neokope prsty u nohou. Má špatné ruce, takže musí hrát nohama. Kdo mohl, hrál ocelovými koulemi. Honza se tak soustředil na hru a dal do ní všechny síly, že se jednu chvíli s rachotem svalil pod lavičku. Trochu jsme ztuhli obavami, že se zranil, ale zdravotníci nenašli ani ten nejmenší šrám na těle, takže hra zdárně pokračovala dál.

Pro velký úspěch jsme tuto hru ještě několikrát zopakovali, a to už bez dramatických chviliek.

### Arteterapie

Jak účinně „zajistit reklamu“ dárcům a sponzorům? Jednoduché: nakoupit účastnická trika, nechat potisknout reklamou, pořídít barvy na textíl a zapojit účastníky rekondice do „umělecké“ činnosti.

Účastnické tričko mohl získat každý, ale musel si je sám vyzdobit. Dobrovolnice Boženka a Zuzka, které vedly tvůrčí dílnu, očekávaly v dílně velký nával, opak byl ale pravdou. A tak mi pohrozily, že pokud nedostanu lidi do dílny, budu vypadat jako obrázek na triku, které zrovna dokončily – oči někde u výstřihu, rty uprostřed na pupku a ruce mezi tím.

U oběda jsem proto uskutečnil módní přehlídku pomalovaných trik (jejich dvě a moje) a kupodivu se nikdo při obědě neudusil. Ukázka zabrala a najednou se u většiny probudila tvůrčí invence. V Děřichově se objevila umělecká múza!

### Karneval Nebe – Peklo – Ráj

Ve středu odpoledne se všichni účastníci rekondice proměnili v nadpozemské nebo pekelné postavy. Ne díky svému chování, jak to obyčejně bývá mezi lidmi, ale díky svým kostýmům a maskám. Nezasvěcení si klepali na čelo a není se čemu divit – no řekněte, už jste někdy v červenci potkali třeba čerta nebo Mikuláše? A že se při vymyšlení masek přítomní zapotili! Bylo ale poznat, že čerstvý vzduch mozkovým závitům přeje – k vidění byli nejen čerti a andělé, ale i cikánský baron, vládce Zeus nebo převozník Cháron.

Večer zasedla porota, masky se proměňovaly na „molu“ a získávaly body. Módní přehlídku zakončil obligátní nekončící had – uhádli jste: **Jede jede mašin-ka** projela dvakrát celým hotelem, návštěvníci a personál uskakovali, slabší náture se schovávaly do tmavých koutů, aby je snad čert či Charón neodnesl na onen svět. Karneval zakončil divoký rej masek na diskotéce.

### Habrlympiáda

Pochodeň Habrlympiády vzplála ve čtvrtek. Start slalomu na vozíku byl na kopci, Filous s elektrickým fungoval jako kyvadlová doprava – tahal závodníky nahoru. Strach naháněla některým závodníkům tzv. **překážka do neznáma**, což bylo v cestě slalomu pověšené prostěradlo. Komentář některých projíždějících není vůbec publikovatelný.

Druhá disciplína, jízda na vozíku za postřkovaní koule klackem k cíli, vyžadovala souhru očí a rukou. Rozhodčí Martina byla velmi tolerantní a někdy dokonce i účastníkům pomáhala.

Třetí disciplínou byl tzv. pamatováček. Zapamatovat si 10 rozmístěných předmětů je hračka, to jo. Jenže mezi tím absolvujete ještě dvě disciplíny, a to krmení dravé zvěře a „střelbu“ na kelímky proudem vody. Teprve po těchto disciplínách jsme se vrátili k pamatováčku a ejhle: předměty se nějak vykouřily z hlavy. Martina uhádla všech deset, já jsem si zapamatoval pouze 5. No, někteří nestihli nastartovat mozkový harddisk a dopočítali se pouze k číslu tři.

### Záhadné noční návštěvy

Jak už jsem uvedl, zdravotnický personál sloužil 24 hodin denně. Jedno ráno Ludvík, náš spolubydlící (byli jsme na pokoji tři), vyprávěl scifi příběh. V noci se otevřely dveře, dovnitř vstoupila záhadná postava, zaměřila nějakým laserovým paprskem naše těla a zmizela.

Nezbývalo nám, než začít po té záhadě pátrat. Rozuzlení bylo jednoduché – tajemný totiž další noc rozsvítil. Kdo to byl? No, grilovací jednotka v plné parádě a s kytarou. Zahráli ukolébavku, dali hubánek na dobrou noc a zmizeli. Vyšetřováním, které jsem zavedl z titulu vyšší moci, vyplynulo, že muzikant Zdeněk nás zaprodal grilovací jednotce za to, aby se nemusel koupat pravidelně každý den! Tož korupce bují i na rekondičních pobytech.

## Grilovací jednotka

Rekondici vládla jednotka ve složení Zuzka, Martina, Jana a Radek. Toto vražedné a zároveň milé zdravotní komando opět ovládalo vše a bylo velmi těžké je jakýmkoliv způsobem korigovat. Např. ranní rituál Filouse, to byla jízda!

Osm hodin jesenického času. Jedinec z jednotky pomohl posadit Filouse na vozík a ten se jel osprchovat. Pak naběhla grilovací jednotka. Filous nestačil říct ani pumpička a byl oblečený, navoněný, všechny nutné propriety nasazené a napojené. To nebyla naše grilovací jednotka, ale vířící gravitační trychtýř černé díry. Rychlost jejich pohybu nebyla prostě vnímatelná! No a Filous? Ten byl hotový – hlavně z tolika pěkného, usměvavého a něžného personálu. Po odchodu jednotky čtvrt hodiny uklidňoval svoje spazmičky a vzpomatoval se z toho reje.

Pan Ludvík, náš spolunoclezník, se jen usmíval, jak hezky a svižně Filouse oblékali. To ještě netušil, že nastane „jeho čas“ koupání. V pondělí usoudila grilovací jednotka, že pan Ludvík je na řadě pro celkovou generální očistu. Po snídani se najednou objevily čtyři lesní víly oblečené v sukýnky z listí, vpluly do pokoje a něžně připravily pana Ludvíka na lázeň. V tu chvíli jsem přestal mít strach o jeho život (třiasedmdesátiletý kardiak po mozkové příhodě), viděl jsem, co dokáže grilovací jednotka. Při návratu z lázně pan Ludvík zářil štěstím a spokojeností. Takže toto byl malý profil grilovací jednotky, připomínám, že pouze z našeho pokoje.

V den výplaty se chystám grilovací jednotku odměnit za poctivou práci. Blížím se s papíry a výplatou a ejhle: tabulka s nápisem STÁVKA. Říkám jim: „Zvolili jste špatný čas, zrovna jdu s odměnami!“ Tabulka byla natotata dole, smíru se podařilo dosáhnout bez dlouhého vyjednávání. To by v ČSA koukali...

## Velké poděkování

Všechny aktivity a průběh ozdravného pobytu, které jsem uvedl ve zkratce, se mohly uskutečnit pouze za podpory hlavního dárce, kterým bylo **Statutární město Ostrava, dále Nadace OKD, Městských obvodů: Moravské Ostravy a Přívozu, Ostravy-Jih, Slezské Ostravy, Ostravy-Poruby, Mariánských Hor a Hulváků, Ostravy-Vítkovic a Města Vratimov. Dále přispěly obce Markvartovice, Bolatice, Otice, Slavkov a Ludgerovice.**

Všem dárcům moc děkujeme!

*Tomáš Dvořák, předseda OOV*

**Fotografie k článku:  
viz barevná koláž na zadní  
straně tohoto čísla Vozky**

# Sportovní setkání vozíčkářů



Mladičké mažoretky jsou ozdobou pravidelných sportovních setkání ostravských vozíčkářů a jejich příznivců



Nejoblíbenější sportovní disciplínou je házení podkovou



Michal David řečený Majkl hází podkovou

Ve dnech 12.–14. 6. 2009 pořádala **Ostravská organizace vozíčkářů (OOV)** Sportovní setkání vozíčkářů 2009 v areálu Sokola Horní Lhota. V pátek, kdy se sjíždí přípravný výbor, proběhla příprava sportovišť, doladění organizačních detailů a hlavně generální zkouška karaoke pro ostatní akce.

Sobota byla pak ve znamení příjezdů, velkého hemžení nebo organizace ubytování. K poledni se situace uklidnila a po obědě začalo sportovní klání v hodů podkovami. Soutěží vždy dvojice proti sobě vyrazovací způsobem bez rozdílu postížení včetně chodících.

Pro děti byly připraveny různé dětské hry, jako např. házení kroužků či balónků, starší děti hráli s dospělými podkovy. Odpoledne zprjemnily svým vystoupením mažoretky. Následoval společný večer u táboráku s vyhlášením výsledek, grilováním a zpěvem u kytary. Celkem se této akce zúčastnilo 45 lidí, z toho 20 tělesně postižených, převážně vozíčkářů. Sportovní setkání vozíčkářů se uskutečnilo za **finanční podpory městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz**, kterému velmi děkujeme za podporu.

*Tomáš Dvořák,  
předseda OOV*

**V roce 2010  
přijed'te i Vy!**

**Tel.: 607 531 417,  
596 114 792**

# Auxilium, táborníci a já

Po večeři zasedala první kmenová rada. Našemu kmenu dala název Zubři...

Ač nejsem postižené dítě a ani jeho rodič či asistent, stala jsem se na týden součástí personálu centra Auxilium. Možná i vás překvapuje nezvyklost názvu. Co se za ním skrývá?

Ne každý z nás umí španělsky, aby věděl, že *auxilium* znamená *pomoc*. **Centrum tohoto jména ve Vsetíně** ji nyní poskytuje rodinám pečujícím o děti se zdravotním znevýhodněním. Cílovou skupinou sociálně preventivní činnosti jsou děti (osoby) ve věku od jednoho do 40 let, které jsou ve svém vývoji ohroženy autismem, tělesným, mentálním a kombinovaným postižením.

Auxilium podporuje konkrétní jednotlivce i jejich rodiny. Nejdříve spatřil světlo světa v roce 1996 klub Auxilium a v roce 2003 za podpory města Vsetína, MPSV ČR a Krajského úřadu zlínského kraje vzniklo centrum. Před více než šesti lety začalo provozovat komplex služeb podporujících pečující rodiny v prostorách třídy Mateřské školy Vsetín–Sychrov. Od 1. září 2008 navštěvují děti, rodiče i široká veřejnost rekonstruované a bezbariérové prostory.

Mezi nabízené a poskytované služby Auxilia patří: odborné poradenství, osobní asistence, terénní práce, aktivizační činnosti usilující o zvyšování samostatnosti dětí a mládeže se zdravotním postižením a jejich co největší nezávislost na druhých



Účastníci „pravěkého“ tábora centra Auxilium v hotelu Zubříč v Rajnochovicích

osobách či institucích. Centrum umožňuje služby rané péče, k dispozici je v něm půjčovna kompenzačních, rehabilitačních a stimulačních pomůcek, odborné literatury, výukových a komunikačních CD. Dále provozuje multisenzorickou stimulační místnost, prostory pro podporu pečujících osob a tvůrčí dílny. Personál centra usiluje o úpravu dalších prostor na multifunkční hernu pro děti. Podle zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. jsou sociálně – aktivizační služby poskytovány bezplatně. Účastníci platí pouze příspěvek na materiály a terapie.

## Cesta do pravěku

Na konci července se moje maličkost seznámila s prací centra Auxilium. Již dříve jsem psala o své klientce – nevidomé vozíčkáře ze speciální školy. V průběhu školního roku s ní cvičím a o prázdninách jsme se spolu vydaly na **tábor**. Tématem byla Cesta do pravěku. Celkem 41 dětí s hendikepem i bez něj se sešlo **v hotelu Zubříč v Rajnochovicích**. Většina z nich měla osobní asistenty a o některé se starali rodiče.

Od prvního až do posledního dne pobytu probíhalo blízko hotelu zdravotní ježdění na koních. Pan Juráš nám

přivázel sedm větších i menších koní, aby si děti mohly podle potřeb či odvahy vybrat. Moje klientka to zkusila jednou. Jirka Mikulík seděl za ní a držel ji v pase. Jedna slečna vedla koně, po stranách jsem šla já a paní ředitelka Božena Mikulíková. Klientka byla velice nadšená, koně miluje a velice ráda je hladí...

Po večeři zasedala první kmenová rada. Podle nálezu pravěkých zubů zubřů bylo zvoleno jméno kmene – Zubři. Táborníci se dělili do rodů. Naše silná dvojka se stala součástí Děti slunce. Jména členů rodu byla zajímavá: Hlasitý smích, Havraní vlas, Rychlý šíp, Černý jestřáb a Malý velký muž. Další rody se pojmenovaly Divoké kočky, Rychlé šípy, Šedí vlci atd.

## Svolávání rodů a pravěké dílny

Další dny začínaly Svoláváním rodů a rozcvičkou. Všichni jsme se rozestavili do ohromného kruhu a v rámci svých možností cvičili. Někdo byl rád, že si protáhl ruce, jiný nohy a další skákal jedna radost... Přitom jsme si krásně zazpívali za doprovodu kytary a rozšířili své plíce při kmenovém pokřiku: Zu-zu-zu-br!

Na odpoledních pravěkých dílnách se mohli táborníci vydovádět. První odpoledne jsme vyráběli pravěké oděvy. Moje klientka si po hmatu vybrala jemnou kůži a na ni jsem přišívala kousky černé kožesíny. Ostatní byli velice kreativní. Někteří zvolili látkové oděvy s třásněmi či malůvkami, jiní kožesinové a ostatní využili kůže jako my.

Večerní „prapřehlídka“ proběhla ve



Zdravotní ježdění na koních

velkém stylu. Těch 41 modelů bylo úžas-  
ných! Opravdu skvělá podívaná! Každé  
z dětí – ať už s Downovým syndromem,  
autismem nebo tělesným postižením –  
mělo svůj specifický „hábit“. Některé  
vozíčkáře zdobily šerpy a odvážná děvča-  
ta dokonce „prašaty“! Nakonec byli  
všichni účastníci „prapřehlídky“ oceněni  
sladkou odměnou.

### Veselé koupání a stolování

Perličkovou lázeň miluje ne jeden  
z nás. Klientka je velký nadšenec pro  
vodu v jakémkoli množství. Ohromná  
vana s bublinkami je pro ni silným mag-  
netem. Hotel má v suterénu několik míst-  
ností, které se využívají pro zmiňovanou  
perličkovou koupel, masáže, saunu, posi-  
lovnu a rehabilitační tělocvičnu.

Před klesajícím schodištěm jsem  
vzpomínala naší bezbariérovou školičku  
v Novém Jičíně. Moje klientka se těšila na  
vodu a na silné paže Jirky, který ji ochot-  
ně přenášel před i po koupání. Velice si  
vážím mladých, kteří myslí na potřeby  
hendikepovaných a pomáhají, kde je to  
potřeba. Do vany jsme klientku dávali  
společně, aby se mohla položit  
do plavacího kruhu. Vždy mě uchvacuje,  
s jakou radostí se nevidomá dívka vyžívá  
ve šplouchající vodě. Několikrát mě upo-  
zornovala: „Já se houpu!“ Kopala nohama  
a vesele stříkala kolem sebe.

Každé posezení v restauraci – jídelně  
pro táborníky – bylo provázeno bujarým  
smíchem. Těší mě, když jsou lidé veselí, a  
o to více mě těší, když jim chutá a radost  
ze života nekazí jejich postižení. S naší  
silnou dvojkou seděla ještě „silnější troj-  
ka“. Jak jsem se dozvěděla, přísedícím  
děvčatům učaroval stav manželský. Jen  
osobní asistentka nadšená pro obrovskou  
svatbu nesdílela. Mezi řečí mě informova-  
la, že se její dvě klientky těší na svatební  
koláče už čtyři roky! Jedna z nich si kromě  
ženicha vyhlédla i svědka. Když svůj  
záměr oznámila vysokému veselému

číšníkovi, pro upřesnění se jí zeptal:  
„Chcete mě za manžela nebo za svědka?“  
Velice si oddechl, že měl stát až za ženi-  
chem a nevěstou...

### Canisterapie a jízda kočárem

Většinu dnů jsme se s klientkou pro-  
cházely přílehlým lesem. Asfaltová cesta  
se pozvolna svažovala a pak zase mírně  
stoupala. Pro děti na mechanickém i elek-  
trickém vozíku to byla příjemná projížď-  
ka. Každé z dětí mělo na jedno odpoledne  
domluvenu canisterapii. Na měkkých  
matracích kromě klientů lehaly dvě feny  
německých ovčáků. Cira a Zita patřily  
canisterapeutovi Vladimíru Doškovi  
z Podaných rukou. Paní ředitelka Auxilia  
Božena Mikulíková si tyto služby velice  
pochvalovala. „Není canisterapie jako  
canisterapie!“ upozorňovala mě. Moje  
klientka si na Zitě poležela, hladila ji a  
Cira jí hrála bok. Po večeri si někteří  
vyslechli „prakoncert“ s hudebníkem  
hrájícím na australský hudební nástroj.

Velký ohlas u mé klientky vyvolala  
také projížďka v kočáře. Zapřažení byli  
dva krásní koně a pan Juráň nás vzal  
lesem na nedaleké rozcestí. Cestou jsem  
popisovala, co kolem roste, kvete, leze,  
lítá a zpívá. Táborníci si na večer přichys-  
tali opékání párků a po něm následoval  
„žraut“. Všem moc chutnalo! Navíc si i  
kolem ohně zatančili na „pradiskotéce“.

Naše děti si vzala „do parády“ masér-  
ka Ivetka. Bylo vidět, že to s postiženými  
dětmi umí nejenom rukama. Moje klient-  
ka velice často a ráda poslouchá *Enyu*.  
Chtěla si s ní zpívat i na masážním stole.  
„Proč ne? Když si přineseš CD, můžeš ji  
poslouchat,“ řekla mé klientce ráno před  
masáží. A radovaly se obě. Klientka se  
uvolnila a notovala si s *Enyu*. Masérka  
jemně a vytrvale promasírovala ztuhlé  
svaly zad. Celý pokoj provoněla jemná  
mast s výtažky z bylin...

Poslední den na táboře nám utekl veli-  
ce rychle. Většina z dětí i asistentů se

naposledy projela na krásných koních.  
V průběhu oběda se začali sjíždět rodiče a  
příbuzní našich táborníků. V očích obou  
stran byla vidět zvědavost. Co tu celý  
týden dělali? Byla naše ratolest spokoje-  
ná? A dívka uvažovala o tom, co nového  
se událo u nich doma – ať už s jejich  
blízkými nebo domácími mazlíčky. Ve  
tvářích všech se zračilo štěstí a pohoda.  
Rozcházel se s příslibem dalšího setkání,  
a to nejen v Auxiliu. Příštímu táboru  
Nazdar! Zdar! Zdar! Zdar!

Zuzana Bárová

Foto: <http://auxilium.cz>

## Centrum Auxilium Vsetín

■ **Asociace rodičů a přátel zdravotně  
postižených dětí v ČR, klub Auxilium,**  
756 22 Hošťálková 428, e-mail:  
[auxilium@auxilium.cz](mailto:auxilium@auxilium.cz); <http://auxilium.cz>,

- Lenka Šebelová, předsedkyně klubu,  
tel. 732 388 879,

- Božena Mikulíková, jednatelka klubu,  
ředitelka Centra Auxilium, tel. 603  
823 293.

■ **Centrum Auxilium – pomoc a pod-  
pora rodinám pečujícím o děti se zdra-  
votním znevýhodněním, Sychrov 97**  
(budova ZŠ Sychrov), 755 01 Vsetín,  
Božena Mikulíková, ředitelka centra, e-  
mail: [auxilium@auxilium.cz](mailto:auxilium@auxilium.cz); tel. 603  
823 293.

Centrum slouží jako denní centrum  
pro podporu pečujících rodin a jako zá-  
kladna pro všechny typy poskytovaných  
služeb. **V prostorách Centra – budova  
ZŠ naleznete:**

- Vedení pracoviště, sociální pracovní-  
ci, služby rané péče, osobní asistence,  
půjčovnu pomůcek, multisenzorickou  
stimulační místnost, prostory pro podpo-  
ru pečujících osob a tvůrčí dílny.

- Sociálně-aktivizační služby v prosto-  
rách MŠ Vsetín-Sychrov.



Přijetí do jednoho z rodů pravěkého kmene Zubří



Na jedné z besed, které Centrum Auxilium pořádá pro maminky hendikepovaných dětí

# Hendikepovaní už nejsou přítěží, ale nevyužitým bohatstvím

## Tři osudy lidí s postižením v kontextu společenské změny aneb opravdu hraje bůh v kostky?

### Viděl ve mně příležitost...

Když se šestnáctiletý **Daniel Hottmar** probudil z narkózy, byl našťvaný na celý svět. Viděl dlouhou převázanou ránu táhnoucí se přes celé břicho. To znamenalo, že se sebevražda nepodařila. To už ani spolknutí čepele nože ostré jako žiletka nevede ke smrti? Jak jenom chtěl uniknout nesnesitelným problémům se svým životem, s vychovateli v Jedličkově ústavu!

Z Jedličkova ústavu ho vyhodili – jako „nevychovatelného a nebezpečného pro stát“. Dostal strach. Co přijde, co bude dělat? Psal se rok 1985 a právě mu dali najevo, že je na světě zbytečně, lépe řečeno na obtíž jako nějaká otravná štěnice.

Přeneseme se o necelých patnáct let dopředu, na farní zahradu Evangelické církve metodistické, kde dnes čtyřicetiletý Daniel Hottmar na elektrickém invalidním vozíku v horkém letním počasí přijímá hosty. Směje se od ucha k uchu a žertuje se svým dvanáctiletým synem. Těžko si jej dnes představit coby zoufalého šestnáctiletého sebevraha.

„Zachránila mě víra,“ říká Daniel. „V měsících po pokusu o sebevraždu jsem uvěřil v Boha a to mi pomohlo postavit se k životu zodpovědně. Pro mě víra neznamená útek ze světa, ale velmi praktickou záležitost. Vnitřní náboj, který vám, i když jste mnohokrát upadl, prožil zradu a máte všeho plné zuby, říká – zkus to ještě jednou.“ Je těžké si to představit - proměna Šavla v Pavla? Co se vlastně stalo? Jisté je jedno, osobní proměna v uznávaného a velmi vyhledávaného kazatele byla možná pouze v kontextu s proměnou společenskou, a to ve směru k hendikepovaným.

Daniel Hottmar se narodil s dětskou mozkovou obrnou a vážil sotva kilogram. Lékaři ho zachránili, ještě v předškolním věku podstoupil šest náročných operací a strávil řadu měsíců na nemocničním lůžku daleko od rodiny. Pak ho čekal invalidní vozík, v šesti letech Jedličkův ústav. „Dnes by se mohli lidé pohoršovat, že mě rodiče dali do ústavu, jenže pro ochrnuté nepohyblivé dítě prostě neexistovala jiná možnost,“ vysvětluje Hottmar. „Do žádné normální školy by mě nevzali.“

Tehdejší Jedličkův ústav tvořilo pár přetřížených vychovatelů a dvě stě dětí. „Zlobivec“ Daniel nedostával propustky, trčel v ústavu jako ten pověstný kůl v plotě. Později ani po tom netoužil – město bylo pro vozíčkáře zakleté. Bariéry všude, kam se člověk podíval. Samozřejmě nejen ty architektonické.

„Vždycky když měla komunistická strana sjezd, nesměli jsme několik dní vycházet, aby se na nás nemuseli dívat,“ vzpomíná Hottmar. „Postupně ve mně rostl odpor a vztek na celou společnost. Když dneska komunisti říkají, jakou by dělali sociální politiku, musím se smát.“

### Proměna

Přišel sebevražedný pokus a vyhazov z Jedličkova ústavu. Zůstal doma u rodičů, na samotě u Velvar. Proležel celé dny na posteli a bylo mu všechno jedno. Přišlo dospívání a setkání s místním metodistickým farářem; ten ho bral na návštěvy, do kina nebo divadla. Přesvědčil ho, aby se zapsal do semináře. „Byly to první zkoušky, kde se zkoušející zajímali o to, kdo jsem a co si myslím,“ vzpomíná Daniel. „Tak jsem se stal farářem. Ale myslím, že uvnitř jsem pořád zůstal rošťák a provokatér.“

Po listopadové revoluci mu na Kladně přidělili jeden z prvních bezbariérových bytů, dostal i elektrický vozík. Potom ve městě potkal i svou romskou manželku. Otec jeho nastávající přišel na dráze o nohy a stali se z nich sousedé.

O faráři Danielu Hottmarovi se díky jeho zvláštnímu charismatu na Kladně brzy mluvilo. Během pár let dal dohromady zhruba čtyřicetčlennou komunitu věřících a sympatizantů. Ve volbách do místního zastupitelstva získal 7 700 preferenčních hlasů, téměř tolik, co hlavní favorit na kandidátce ODS. (Kandidoval však za lidovce, kteří se na radnici nedostali.)

### Důvěra

Když před rokem přijel do Čech metodistický biskup ze Švýcarska a přemýšlel, koho by mohl poslat oživit léta opuštěnou faru v Sedlčanech, oblíbený vozíčkář se mu zdál nejlepším kandidátem. „To je základní rozdíl mezi západním a českým myšlením,“ zdůrazňuje Hottmar. „Čech v člověku s postižením vidí komplikace. On ve mně viděl příležitost.“

Otevřel kostel, začal pořádat koncerty, domluvil si přednášky etiky v místní škole a mateřské školce. Po roce působení na Hottmarova kázání chodí dvacet lidí s dětmi. „Hlavní je nehodnotit lidi podle svého utrpení, ale dívat se na jejich starosti, jako by byly vaše,“ shrnuje farář své krédo, které mu pomohlo se s postižením vyrovnat. „Litovat se a zabývat se vlastní bolestí, což bohužel mnoho postižených dělá, je bažina, která vás brzy pohltní, a vy zahořknete. Povznést se nad svoje hranice znamená, že vás přestanou svírat.“

Ačkoli Sedlčany jsou proti Kladnu pro lidi na vozíku opravdu vysokohorskou krajinou, takže například v zimě, kdy napadne sníh, nemůže Hottmar sám do města, nerad si stěžuje na bariéry. „Beru je jako příležitost k seznámení. Někdo vám pomůže, dáte se do řeči a máte nového známého.“ Nemá rád, když si vozíčkáři na všechno stěžují a reagují podrážděně. „Říkám jim, že je úplně přirozené, že nás lidé okukují, za hezkou holkou se taky ohlížejí, protože je něčím zajímavá. Když se dítě zeptá, co to má ten pán za divné



Daniel Hottmar během křtu



vozítko, naložím ho a svezu po náměstí.“

Jsme opět na zahradě fary v Sedlčanech a Daniel Hottmar se opět zasměje. Vzpomněl si totiž na pár let starou příhodu, kterou mu jeho druhá dcera složila asi největší životní poklonu. Jednou se ho po příchodu ze školy, když udělala provaz, bezelstně zeptala, jestli to taky umí. Daniel odpověděl: „Jasně že umím, ale nemůžu ti ho ukázat. Sebrali by mi invalidní důchod.“

## Bezruký řidič

**Jakub Tomeš** složil před pár týdny řidičské zkoušky v přeloučské autoškole Pavla Pempla. Je bez rukou a řídí nohama, stejně jako píše nebo střihá.

Majitel Pavel Pempl si po revoluci otevřel běžnou autoškolu, ale po deseti letech ho školení řidičů přestávalo bavit. „Přišel kluk, hodil na stůl pět tisíc, ať mu to prý teda napíšu. To tihle lidé jsou úplně jiní. Jsou nesmírně motivovaní a vytrvalí, řidičák pro ně hodně znamená a je radost s nimi pracovat,“ říká ředitel.

Kromě Jakuba Tomeše tu měli i muže, který ovládal vůz jedinou končetinou, řidiče s pahýly rukou nebo kvadruplegiky.

Řízení je vždy uzpůsobeno konkrétnímu zájemci o řidičák. „Moje zkušenost je, že řidiči se zdravotním postižením řídí líp než ti zdraví,“ říká ředitel Pempl, „jsou ohleduplnější a opatrnější, znají svoje limity. Když se podíváte do statistik, způsobují minimum nehod.“

## Životní výzva

Pro Jakuba Tomeše představovala autoškola životní výzvu. „Bál jsem se, jestli zvládnou nohama obsluhovat auto, a muselo mi to schválit ministerstvo dopravy,“ říká osmnáctiletý mladík, kterého jeho učitelé chválí jako šikovného řidiče, „ale pak to nebylo tak složité.“ Zvládl to výborně a právě v těchto dnech ho čeká překročení další laťky. Nastoupil s pomo-



Autoškola v Přelouči

cí pedagogického asistenta na střední stavební školu.

S chybějícími končetinami se už narodil. Největší problém pro rodiče představovaly časté pády, které končily ošklivým zraněním, protože chlapec se nedokázal bez rukou chránit. Nejtvrdší srážka s realitou ale přišla, když měl nastoupit do základní školy. Psala se druhá polovina devadesátých let a v České Třebové byly tři základní školy a všechny ho odmítly.

V sousední vesnici nakonec rodina našla ochotnější pedagogy. Rodina nechala vyrobit synovi speciální lavici a během prvního stupně se naučil nohama psát, rýsovat i střihat nůžkami. Na ten druhý už ho vzali do České Třebové.

Po základní škole Jakub raději zvolil dvouleté studium na obchodní akademii Jedličkova ústavu – bál se, že rychlé tempo běžné střední školy nezvládne. Teď se odváží, rodina sehnala pedagogického asistenta a od prvního září navštěvuje stavební průmyslovku.

## Matka osobní asistence

**Jana Hrdá** si při autonehodě v roce 1982 nadvakrát zlomila vaz a zůstala ochrnutá od ramen dolů. Leží a může jen velmi omezeně hýbat jednou rukou. Jana tehdy měla rodinu – manžela a dvě předškolní děti; manžel ji ale opustil a vyčer-

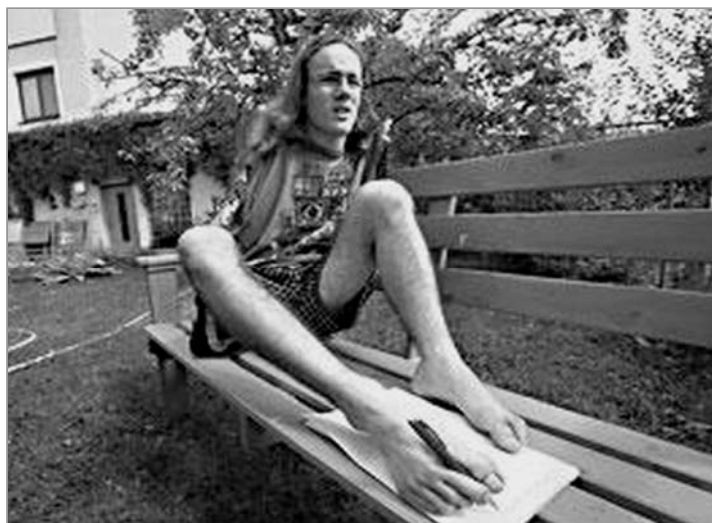
pávající čtyřiařicetihodinovou péčí, kterou ochrnutá žena v domácím prostředí potřebovala, obstarávala její matka. Ta ale brzy onemocněla rakovinou a vyhlídka matčiny smrti pro Janu Hrdou znamenala jedinou možnost – půjde do ústavu a její děti do dětského domova. Tehdy neexistoval člověk v podobném zdravotním stavu, který by bez pomoci rodiny dokázal žít samostatně.

„Maminka před smrtí napsala dopis ministru zdravotnictví Prokopcovi a požádala ho o pomoc,“ říká dnes Jana Hrdá. „A on vydal příkaz pečovatelské službě, ať se o mě postará.“ Sestra, která se poté přišla na ochrnutou ženu podívat, ale selhala, podle ní byla domácí péče o ní nemožná. „Řekla jsem jí, že když oni zaplatí osmihodinový pracovní den, lidi si seženu sama. Oni souhlasili, jak jim to ministr nařídil. Vlastně jsem vynalezla osobní asistenci, aniž bych věděla, co to je.“

## Vychovala dvě děti a začala pracovat

Začínala s kamarádkou a postupně, s pomocí inzerátů a plakátů, se jí podařilo dát dohromady skupinu lidí, která se o ni ještě v podmínkách předlistopadového Československa starala – částečně bezplatně, částečně za malou mzdu z pečovatelské služby. Jana Hrdá potřebuje nepřetržitou péči, sama se ani nenapije ze sklenice. Během sedmadvaceti let se u ní vystřídalo 150 lidí. Díky nim se po pěti letech strávených na jedné posteli podívala ven z bytu, vychovala dvě děti. A po revoluci se rozhodla k zásadnímu kroku. Začala pracovat.

V Pražské organizaci vozíčkářů pomáhala ostatním lidem, aby si uměli zařídit osobní asistenci. „Nejtěžší je sehnat správné lidi a peníze a v tom poskytuji podporu. Ale lepší je tomu lidi naučit. Mám jednu výhodu, když mi někdo říká, že mu to nejde, a přitom vidím, že mám



Jakub Tomeš nohama řídí, píše i střihá...



Jana Hrdá s asistentkou Alenou ve svém bytě

větší postižení než on, snadno mu můžu říct – kecáš. Dostupnost asistence sice u nás zdaleka není nejlepší, patřím ale k lidem, kteří vidí sklenici poloplnou místo poloprázdnou. Vždyť od doby, kdy jsem měla úraz já, se všechno několikanásobně změnilo k lepšímu.“

### Potřebujete pomoc, která trvá

V oboru se jí přezdívá *matka osobní asistence* a ochrnutá žena v ní vidí hlavní klíč ke kompenzaci i velmi těžkého postižení a cestu do běžného života pro lidi, jako je ona. „Mnoho rodin, když se něco stane, se zmobilizuje a nasadí všechny síly, aby situaci utáhly samy,“ vysvětluje obvyklou reakci. „Jenže to není dlouhodobé řešení. Rodiče zestárnou, přátelé přicházejí a odcházejí a vy nemůžete mít pocit, že se někoho doprošujete. Potřebujete pomoc, která trvá.“ Ona sama musí k penězům, které dostane od státu, ještě navíc vydělat 18 tisíc, aby péči zaplatila a uživila se. Její děti jí za peníze po babičce koupily po revoluci jeden z prvních počítačů a nechaly sestrojít nástavec, s jehož pomocí dokáže částečně ochrnutou rukou obsluhovat klávesnici. Vede nevládní organizaci, která zastřešuje poskytovatele a uživatele osobní asistence v Česku, pracuje ve vedení Národní rady osob se zdravotním postižením, píše projekty, na speciálním elektrickém vozíku dojíždí i přednášet. V roce 1995 dostala za svou práci cenu Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové.

Jak říká, lidé s postižením jsou příležitostí pro ostatní. Příležitostí hledat to, co má v životě smysl. Snad proto má Jana Hrdá pořád kolem sebe dost úžasných bytostí, ochotných o ní pečovat. Ona sama si myslí, že jí je posílá Bůh.

„Kdyby se mě někdo zeptal, zda bych to, co se mi stalo, vyměnila za normální život zdravého člověka, dnes už bych odpověděla, že ne. Můj táta vždycky říkal, že ti, kdo se o mě starají, jsou skutečná elita lidstva. A já bych setkání s nimi nevyměnila ani za zdraví.“

*Zdroj: Respekt, Petr Třešňák*

*Zpracoval: Pavel Ploháč*

### K článku „Bezruký řidič:

Autoškola Peme Pavel, s.r.o. Pražská 12, 535 01 Přelouč, tel. 466 953 333, 602 368 877, 775 368 888; ppeml@volny.cz, <http://peml.preloucko.cz>.

*Když se zavře jedna brána ke štěstí, další se otevírá, ale my se často tak dlouho díváme na zavřenou bránu, že si nevšimneme té, která se pro nás už otevřela.*

# Můj příběh

## Ještě stále máme co darovat lidem kolem sebe

Můj příběh začal před několika lety, když mi lékař diagnostikoval cukrovku. Byla jsem poučena o možném nebezpečí, které tato nemoc způsobuje. Přes všechna varování jsem svůj životní styl nezměnila. Všechno pro mě bylo přednější – rodina, děti a práce. Jak je známo, tato nemoc nebolí a člověk se cítí zdravý. Ovšem i tady platí lidová moudrost: Tak dlouho se chodí se džbánem....

### Amputace

Komplikace cukrovky přišly téměř najednou. Začalo to infarktem a pokračovalo amputací levé dolní končetiny. Když mi lékaři oznámili skutečnost, že i přes všechny dostupné léčebné metody, snahu a péči nelze končetinu zachránit, chtělo se mi umřít. Přestala jsem jíst, odmítala jsem léky, nekomunikovala jsem ani s vlastní rodinou. Dostala jsem se do hluboké deprese. Já, která jsem odmítla vnímat svůj důchodový věk a s plným nasazením se v posledních letech věnovala činnosti přinášející mi radost a uspokojení, jsem byla postavena před skutečnost, které jsem nemohla uvěřit. Už nikdy nebudu chodit, vyprávět turistům o krásách a historii velkoměst a architektonických klenotech zemí, které jsme navštěvovali.

Co bude dál? Jak žijí lidé na vozíčku? Kde berou sílu překonávat překážky spojené s každodenními činnostmi, které dřív byly tak jednoduché, jako je např. hygiena? Jak se naučili ignorovat pohledy zvědavých lidí? Dokážu se zařadit mezi tyto lidi? Budu zase vycházet s těmi, co takový problém nemají, a proto ho ani nechápou? Tyto i další otázky mě neustále provázely.

Najednou jsem se vrátila do roku 1992, kdy jsem uviděla děvčátko ze sousedství upoutané celá léta na ortopedickém vozíčku, jak poprvé opatrně našlapuje s berličkami, doprovázená celou rodinou. Výraz na jejich tvářích nepotřeboval slova. Napsala jsem o svých pocitech malý článek do časopisu Blesk. Tak silně to na mě zapůsobilo.

### Výčitky nejsou k ničemu

Po amputaci jsem trávila mnoho času sebevýčitkami typu: proč jsem neposlechla doktory včas? Kdybych je byla poslechla...

Dnes už vím, že takové úvahy nikam nevedou. Najednou mi bylo jasné, že sílu musím hledat v sobě, že jsem osobnost,

mám své schopnosti. Stačí jen najít si svůj cíl.

Když jsem přijela do RÚ v Chuchelné, byla jsem překvapena nesmírně citlivým a srdečným přístupem celého personálu. Cílené procedury, profesionální přístup, vcítění a pochopení, péče a porozumění lékařů i sester, mě pomalu zbavovaly tělesných a duševních bolestí a splínu. Zkoušela jsem uvěřit, že někdy budu schopna chodit s protézou o berlích.

### Stojí za to žít...

Pomaloučku se mi vracel můj optimismus i naděje. Dívala jsem se kolem sebe, pozorovala děti, mladé lidi i seniory na vozíčku. Kolikrát ti už poztráceli a znovu našli naději a ani po letech léčby nepropadli beznaději. Dokázali se radovat z každého dne. Smáli se, diskutovali spolu, vtipkovali, malovali, háčkovali a vyráběli z hlíny různé osobité maličkosti, které nám všem dělaly radost. Jakoby říkali: „My to dokážeme!“

Snažila jsem se být v jejich společnosti co nejlépe. S pokorou jsme si uvědomovala, že někteří z nich jsou na tom mnohem hůř než já a všem jsem vděčná, že mi jsou příkladem. I přes svůj hendikep se nevzdávají, nechtějí život jen přihlížet, chtějí žít. Dokázali se osvobodit od strachu z budoucnosti a jsou vyrovnaní se svým způsobem života. Ještě stále mají co darovat lidem kolem sebe a stejně tak i já. Toto poznání mě přivedlo k tomu, že je třeba mluvit o svých problémech. Že je nádherné, že žiji a že život stojí za to žít.

Vždycky!

*Jana Palicová*

*Ještě bych chtěla poděkovat redakci časopisu Vozka za to, že svým velmi obsáhlým sdělením a bohatými informacemi ze života pomáhají hendikepovaným lidem překonávat jejich každodenní problémy a starosti.*



# Moje žena věděla, do čeho jde, říká Tomáš Graubner, zlínský konstruktér a provozovatel Dobré čajovny

*Pokračování ze str. 1*

Pro mě byly nejtěžší tak první dva dny, kdy jsem se nemohl vůbec pohnout. To jsem sice pak ještě nemohl dalších mnoho dní, ale nějak jsem to lépe snášel. Trvalo mi 4 měsíce, než jsem se posadil, a pak jsem to musel 14 dní trénovat, abych u toho neomdlíval. Když jsem se posadil na invalidní vozík, trvalo mi tak 3–4 měsíce, než mi ruce aspoň trochu fungovaly, abych mohl popojet.

• **V jaké kondici jste byl před úrazem? A jak jste na tom teď?**

Před úrazem jsem závodně dělal orientační běh a k tomu běhal na běžkách. Teď si sportovně užívám na handbiku. Ale žádné závodění, spíš „krajinkaření“. Asi 15 let jsem měl takový polodomácí výrobek, ale loni jsem si dopřál nový s elektrickým pomocným motorem. Pro kvadruplegika je ideální, zvláště když máte dvojčata ve věku 4,5 roku a na kole vám už ujíždí. Když cesta není moc do kopce, jedu sám, když je kopec, pomůže motor nebo děti. Když mě tlačí, říkají: „Máš štěstí, tatko, že jsme dva“.

• **Právě jste tak trochu zmínil rodinu, dvojčata...**

Ano, Tadeáše a Kamilu. Jinak ženatý jsem šest let „netradičně“ s rehabilitační sestrou. Nepotkal jsem ji v Hrabyni nebo jiném rehabilitačním ústavu, ale zcela náhodně. Moje žena Martina tak ale věděla, do čeho jde, a to je asi výhoda, nebo aspoň zatím to tak vypadá. Moje děti berou mé postižení úplně normálně, protože mě jinak od svého narození neznají. Když vidí modrobílou značku pro vozíčkáře, volají: „Hele náš tatka!“ Taky se stává, že se jim třeba nechce do postele, a pak jim musím dělat taxi. Možná je to o něco pohodlnější, než když jiní otcové dělají koně nebo slona...

• **Rodina ale nejsou jen žena a děti... Jak na váš úraz a později hendikep rea-**



Tomáš Graubner na počítači kreslí oceľové konstrukce. *Foto: archiv T. G.*



Tomáš Graubner na vyjízdě se svými dvojčaty.

*Foto: archiv T. G.*

**govali rodiče?**

Z dnešního pohledu bych řekl, že to pro ně muselo být těžší než pro mě, tedy pro psychické stránce. Například tátovi jakoby přes noc zešedivěly vlasy... Co se týká těch ostatních věcí, které postižení doprovázejí, tak to nebylo tak hrozné. Bydleli jsme v rodinném domě, takže s bezbariérovými úpravami nebyl tak velký problém. Dneska naši vidí, že žiju plnohodnotným životem a jsem se svým životem i přes hendikep spokojen.

• **Co akce Dobrá čajovna? Jak jste se k tomu dostal?**

Byl jsem u kamaráda v Ostravě a ten provozuje Dobrou čajovnu. Moc se mi tam líbilo. A protože ve Zlíně žádná nebyla, tak jsem ji založil. Jak jsem už dříve řekl, nevím, jak se mi to mohlo povést, ale je to tak a funguje...

• **Co vás dnes pohání jako člověka, co byste případně chtěl změnit?**

Mě nemusí nic pohánět. Mám rodinu, dvě děti, perfektní práci a spoustu přátel, a tak to nějak žene samo. Změnit bych asi chtěl jen to, abych měl víc času na rodinu, jinak je všechno tak, jak má být. Když je člověk spokojený, nemusí nic moc měnit. Víte – je moc věcí, které dělat nemůžu, ale je ještě víc věcí, které dělat můžu...

• **Co je, podle vás, pro vozíčkáře v životě nejdůležitější?**

Asi vzdělání, zejména když jsou ruce nepoužitelné, jako je to u mě.

• **Je něco, co vás štve, co je pro vás jako tělesně postiženého nejtěžší?**

Určitě je to malá soběstačnost, vždycky potřebuji aspoň jednu osobu, která by mi pomohla. Například se nemohu rozhodnou zajet si někde na výlet autem, aniž by byl někdo, kdo mi pomůže nastoupit do auta. A jiné a jiné „maličkosti“...

• **Vaše krédo?**

Člověku dá stejně práce se usmívat, jako být zamračený.

*S Tomášem Graubnerem rozmlouvala  
Blanka Falcňíková*

**Přijďte i Vy posedět  
do Dobré čajovny ve Zlíně!**

Třída Tomáše Bati 3225, tel. 577  
439 035, e-mail: dc.zlin@email.cz.



*Pohled do Dobré čajovny, kterou vede  
Tomáš Graubner.*

# „Trvale pracovní nezařaditelní“ I ve vězení jsou lidé na vozíčku

Nedávno jsem slyšela od jednoho hendikepovaného muže, že lidé na vozíku jsou všude, jen je musíme vnímat. To mě inspirovalo k tomu, zeptat se na místa, kde lidé na vozíku jsou, ale kde je běžně nemáme možnost vidět. A to jsou česká vězení.

## Trvale pracovní nezařaditelní

V České republice jsou čtyři zařízení, kde mohou vykonávat nepodmíněný výkon trestu odnětí svobody i lidé připoutaní na invalidní vozík nebo ti, kteří ke svému bytí minimálnímu pohybu potřebují bezbariérovou úpravu. V terminologii českého vězeňství je pro takové odsouzené název trvale pracovní nezařaditelní (TPN). Pro doplnění je v ČR v současné době na státní náklady ubytováno více než 22 tisíc vězňů, tedy obviněných nebo odsouzených, v celkem 36 věznicích. Z nich jsou, jak je výše zmíněno, čtyři s bezbariérovou úpravou. Jsou to věznice v Břeclavi, Karviné, Kuřimi a Pardubicích. Všichni odsouzení – bez výjimek – jsou povinni po dobu výkonu trestu odnětí svobody dodržovat *zákon o výkonu trestu odnětí svobody*, stejně jako *řád výkonu trestu*. Záleží na vězeňském lékaři, který může po zhodnocení zdravotního stavu udělit odsouzenému např. klid na lůžku nebo podle potřeby zajistit odbornou léčbu v některé z vězeňských nemocnic. Tělesně postižení odsouzení tedy nemají speciální výjimky, popřípadě výhody oproti ostatním odsouzeným.

### Základní informace o vězeňství v ČR:

Věznice v ČR se člení podle míry vnější ostrahy, podle zajištění bezpečnosti a způsobu uplatňování resocializačních programů do 4 základních stupňů od nejmírnějšího po nejpřísnější, a to na věznice s dohledem, s dozorem, s ostrahou a se zvýšenou ostrahou. Vedle základních typů věznic jsou zřízeny zvláštní věznice pro mladistvé a pro ženy. V rámci jedné věznice mohou být zřízena oddělení různých základních typů.

### Věznice Kuřim

Věznice v Kuřimi stojí na okraji průmyslové zóny, její počátky spadají do let 1956–1957, kdy byla pobočkou Vazební věznice Brno. Je určena pro výkon trestu



Pohled na dvůr věznice v Břeclavi, která je jednou ze čtyř s bezbariérovou úpravou. Pro případné invalidní osoby z řad návštěvníků věznice jsou vyhrazena dvě parkovací místa.

odnětí svobody odsouzených mužů starších 18 let, kteří byli zařazeni k výkonu trestu do věznice s ostrahou. Jsou zde i oddělení pro výkon trestu s dozorem, oddělení pro výkon trestu mladých dospělých (s ostrahou a dozorem) a specializované oddělení pro výkon trestu sexuálních delikventů (s ostrahou). K srpnu 2009 je ve věznici umístěno 609 vězňů, z toho 435 ve věznici s ostrahou. Vězni jsou ubytováni na společných ložnicích s průměrnou kapacitou 10 lůžek, jsou zde však i pokoje pro 4 nebo 18 odsouzených.

Specializované oddělení pro výkon trestu trvale pracovní nezařaditelných odsouzených (s ostrahou) ve věznici Kuřim fungovalo v letech 1997 až 2006. Poté byli vězni přemístěni do věznic Pardubice a Břeclav.

V první etapě v roce 1997 věznice investicí téměř 4,4 milionu korun technicky přizpůsobila I. nadzemní patro ubytovací budovy B2 pro trvale nezařaditelné odsouzené včetně zvedací plošiny a nájezdové rampy. V druhé etapě pak došlo k rozšíření specializovaného oddělení SO-NO, kdy za více než 5,6 milionu korun byly zřízeny ložnice pro imobilní odsouzené včetně sociálního zařízení. Byla také pořízena šikmá plošina umožňující přístup

do I. podzemního patra, kde jsou umístěny místnosti pro zájmovou činnost odsouzených. Vybudován byl i bezbariérový přístup k návštěvám odsouzených a do zdravotnického střediska. Odsouzení se tak v době, kdy zde byli umístěni, mohli účastnit různých aktivit, jedinou výjimkou byla donáška stravy na oddíl. Žádné rehabilitace zde nebyly prováděny. Veškerou péči zajišťoval lékař společně s odbornými pracovníky v Kuřimi a Brně.

### Věznice Karviná

Věznice je profilována jako věznice se zvýšenou ostrahou a jsou zde zřízena oddělení s dozorem, oddělení se zvýšenou ostrahou se zesíleným stavebně technickým zabezpečením, oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených s mentální retardací ve věznici se zvýšenou ostrahou a oddělení specializované pro výkon trestu odsouzených trvale pracovní nezařaditelných ve věznici se zvýšenou ostrahou. Součástí tohoto specializovaného oddělení je i část pro „imobilní odsouzené“ s kapacitou 3 odsouzené osoby, která byla vybudována v roce 2003 s investicí asi 1,5 milionu korun, v nichž je i 300 tisíc korun na vybavení nábytkem. Součástí rekonstrukce bylo rovněž



Schodišťová plošina pro odsouzené na vozíčkách v Břeclavské věznici.

Foto: archiv Věznice Břeclav

zajištění bezbariérovosti tohoto oddělení, včetně bezbariérového vstupu do věznice pro odsouzené osoby i pro případné „invalidní osoby“ z řad návštěvníků věznice. Všechny tři „ložnice“ pro odsouzené jsou umístěné v části pro imobilní přímo propojeny s hygienickým zařízením. Z řad odsouzených mají imobilní odsouzení dále přiděleného „ošetřovatele“, který o tyto osoby v podstatě celodenně pečuje a pomáhá jim zabezpečit všechny základní potřeby. Celkově je vybavení upravených cel upraveno pro potřeby imobilních osob. Lůžka jsou polohovatelná, odsouzení mají rovněž k dispozici televizor s dálkovým ovládním. V současné době je v části imobilních umístěn jeden odsouzený, který má těžké postižení hybnosti dolních končetin. Celkově byli v části imobilních od jejího uvedení do provozu umístěni 3 odsouzení.

Podle *Řádu výkonu trestu* odsouzení trvale pracovní nezařaditelní vykonávají trest zásadně ve specializovaných odděleních věznic, zřízených generálním ředitelem. Kromě jiného zde pak platí, že do cel a ložnic se odsouzení umísťují s přihlédnutím k jejich zdravotnímu stavu na základě doporučení ošetřujícího lékaře, přičemž nekuřáci musí být v případě, že o to požádají, vždy ubytováni odděleně od kuřáků. Ve *Vnitřním řádu* karvinské věznice je částečně upraven časový rozvrh dne s ohledem na zdravotní stav těchto osob, např. je upraven způsob výdeje stravy.

„Při sestavování programu zacházení se přihlíží ke zdravotnímu stavu těchto odsouzených. Jsou jim navrhovány takové aktivity, které by po propuštění z výkonu trestu měly přispět k jejich začlenění do běžného života. Co se týče zdravotní péče a případné léčby, odsouzeným je poskytována běžná zdravotní péče. Rehabilitace není v naší věznici řešena,“ uvedla mluvčí věznice Eva Loučková s tím, že individuálně a na vlastní žádost odsouzených se jim věnují někteří z odborných zaměstnanců. „Konkrétně náš kaplan pomáhal

imobilnímu odsouzenému zvládat základní funkce – posadit se, uchopit lžící, atp.“

## Věznice Břeclav

Od ledna 2006 se v rámci reprofilace stala z původní Vazební věznice Břeclav Věznice Břeclav pro odsouzené muže, kteří si odpykávají trest odnětí svobody ve věznici s dohledem a s ostrahou. Současně vznikla i dvě specializovaná oddělení výkonu trestu odnětí svobody pro trvale pracovní nezařaditelné muže. Celková kapacita věznice je 176 míst, z toho je ve specializovaném oddělení pro trvale pracovní nezařaditelné v dohledu 18 a pro trvale pracovní nezařaditelné v ostraze 63 míst.

Podle informací tiskové mluvčí věznice Ivy Bednářové je ve věznici zřízeno jedno zcela bezbariérové oddělení se všemi potřebnými úpravami, bezbariérový nájezd pro invalidní vozík, přizpůsobené vstupní dveře i dveře do ložnice odsouzených, součástí je i bezbariérové sociální zařízení. Koordinaci lékaře, která se nachází v 1. nadzemním podlaží, byla vybudována šikmá schodišťová plošina. Celkové náklady na tyto úpravy činily kolem 350 tisíc korun.

Někteří odsouzení se i přes své zdravotní problémy zapojují do tzv. programů zacházení. Aktivně pracují v kroužku výtvarném, zahrádkářském, počítačovém, hudebním, zeměpisném a kroužku společenských her. Po schválení lékařem se také věnuje skupinka odsouzených pod dohledem speciálního pedagoga rekonvalescenčnímu cvičení v posilovně.

Do Věznice Břeclav – na specializované oddělení pro trvale pracovní nezařaditelné ať v dohledu nebo v ostraze – jsou umísťováni dispečerem generálního ředitelství pouze a jen „hendikepovaní“ jedinci. Jedná se vždy o invalidní důchodce, na některých z nich není jejich postižení vůbec viditelné, ale od vzniku specializovaných oddělení věznicí prošli již dva vozíčkáři a v současné době je zde jeden odsouzený bez horní končetiny. Je zde také nejstarší vězeň v ČR – ročník narození 1933.

## Věznice Pardubice

V pardubické věznici vykonávají trest odsouzení zařazení do typu věznice s dozorem a s ostrahou. „Kromě odsouzených ve

standardním výkonu trestu, máme i odsouzené tzv. trvale pracovní nezařaditelné, kteří tvoří asi 33 % z celkové kapacity věznice, jedná se tedy o více než 200 osob,“ uvedl tiskový mluvčí věznice Martin Kocanda a dodal, že do této kategorie patří jednak starobní důchodci od 65 let věku a jednak odsouzení s tělesným či psychickým postižením. Starobních důchodců je asi 15 % z celkové kapacity odsouzených trvale pracovní nezařaditelných, a pak tedy ostatních 85 % odsouzených TPN mají nějaký hendikep.

TPN vykonávají svůj trest v několika odděleních, do kterých jsou zařazováni na základě doporučení lékaře odbornou komisí věznice. Méně pohybliví a imobilní odsouzení jsou umístěni v přízemních prostorách ubytoven, ostatní pak ve vyšších patrech. Do některých ubytoven TPN jsou bezbariérové nájezdy, pro imobilní odsouzené jsou pak zřízeny ložnice s polohovacími lůžky a speciálně vybaveným sociálním zařízením. V rámci léčebného režimu jsou všichni odsouzení na doporučení lékaře eskortováni do vězeňské nemocnice v Brně, která jim je schopna zdravotní péči, popřípadě léčebně rehabilitační režim poskytnout. Standardní lékařskou péči, se zřetelem k hendikepu jednotlivých odsouzených, zajišťuje zdravotní oddělení věznice ve spolupráci s odborníky Krajské nemocnice Pardubice.

Připravila: Blanka Falcňíková  
Neznačená foto: internetové stránky věznic dle textu



Tvorba odsouzeného A. H. zdobí všechny prostory věznice Karviná

# Skvělí profíci

## Humorné příběhy slastí života se nevzdávajícího vozičkáře

Už bylo načase, aby bylo také konečně pár dní hezky, nepršelo, nefoukal silný vítr a hlavně pro nás paraplegiky bylo teplo a slunečno. Trošku jsem si stačil v týdnu na jarním sluníčku opálit „čuňu“ a pleš. Žena mě zavolala před zrcadlo, abych si vyzkoušel, jak mi sluší nové tričko s krátkým rukávem. Při smrkání mi upadl na zem kapesník, pro který jsem se ohnul a zjistil, že házím pleši docela pěkná zrcátka.

Jednu neděli ke konci dubna jsme s manželkou konečně vyrazili našim autíčkem za vnučkami na už měsíc oddalovanou návštěvu. V Benátkách nad Jizerou jsme nabrali benzín a bylo nám divné, že nám přestalo hrát doposud velmi spolehlivé autorádio. Po dalších asi deseti kilometrech auto ztrácelo tah a rychlost. Za odbočkou na Brandýs nad Labem nám přestalo jet úplně. Manželka zajela do úzkého odstavného pruhu a neměla pár minut odvahy z auta vylézt a dát za nás výstražný trojúhelník. Na R 10 byl velký provoz, řidiči jezdili jako blázní těsně kolem nás.

Nejdříve nás napadlo, že by nám mohl pomoci náš automechanik v Milovicích, co nám letos v únoru repasoval alternátor. Telefon nám ale nebral. Volali jsme našemu sousedovi o kontakt na jeho automechanika. Byl z Lysé nad Labem. Mobil sice zvednul, ale dost zrudně, po tom, co jsme mu vylíčili, že máme za problém, nám řekl:

„Je neděle a já mám úplně jiný program“ a zavěsil.

Babo a čerte, teď nám porad', co s tím vším! Na sluníčku, v hici a v uzavřeném, nepojízdném autě na kraji dálnice, kde není široko daleko žádné stavení ani lidí. Naštěstí jsem si vzpomněl, že máme naší „Felinku“ pojištěnou u ČPP a máme od nich nějaké papíry s formuláři k dopravní nehodě. V papírech paní našla, že v případě poruchy či nehody máme volat GLOBAL ASSISTANCE. Než jsem tam zavolal, tak jsem ten náš návštěvní den na severu Čech viděl v těch nejčernějších barvách. Ženě jsem řekl:

„Tak a jsme v zeleném háji! Netuším, co to může být! Když nás vyjde odtah domů či do opravny s opravou na 5 000 Kč, tak si můžeme pískat a jít vyluxovat naše konto u Poštovní spořitelny!“

Dovola jsem se na GA a jak jsem správně předvídal, byl to centrální dispečink, kde se mě vyptával jeden pán na to, kde stojíme, na které dálnici, jaké barvy a značky máme auto, na SPZ-ku a v jakém

směru na Prahu nebo jaký vidíme kilometrovník. A taky jaké mám číslo mobilu. Když jsem se zeptal, co s námi bude, řekl:

„Během půlhodinky k vám přijede odtahová služba a odtáhne vás k nejbližší opravně!“

Zajímalo mě, jestli nám závalu někdo opraví. Bylo mi řečeno, že se o tom musíme dohodnout už sami. Viděl jsem to černě. Ženě jsem smutně a potichu říkal:

„Odtáhnou nás sice, kam budeme chtít, ale my potřebujeme auto opravit! Věřím na 100 % tomu, že ten řidič odtahovky autům určitě rozumí víc než my dva nebo ten „kravaťák“ na centrále, s kterým jsem mluvil. Řidič odtahovky bude natuty automechanik!“

Měli jsme velmi špatnou náladu a nevěděli, na koho narazíme a hlavně kde. Ale jen do chvíle, než náš „spasitel“ s velkým S dorazil s odtahovým autem. Vypadal téměř jako můj nejmladší syn Pepa a byl také takový pohodář. Nadzvedl kapotu u motoru našeho nepojízdného auta, pár věcí vyzkoušel a řekl:

„Nebude to nejspíš nic vážného! Vypadá to, že vám asi nedobíjí alternátor baterku!“

Během chvilky někam volal, s někým mluvil a pak nám řekl:

„Odtáhnou vás na Černokosteckou do Prahy. Bude tam na nás čekat vyjednaný mechanik, který zjistí přesnou závalu a opraví vám to.“

V tu ránu se nám ulevilo a bylo velmi reálné, že po opravě budeme do Ústí nad Labem pokračovat, jako by se nechumelilo. S paní se dohodl, že auto naloží na odtahovací vozidlo i se mnou.

„Podle předpisů nesmíme převážet osoby na tahači, ale vy jste vozičkář a já vás tu přeci nenechám na dálnici,“ logicky dodal.

Během chvilky mě naložil v nepojízdném autíčku na korbu a paní si sedla vedle něj dopředu tahače. Zjistil jsem, že mám foťák, tak jsem vyfotil jeho kabinu – vezl jsem se jako pán a snad jako první v republice!

Na Černokostecké u Benzínky čekal mladý mechanik, který po stažení našeho auta z tahače na zem před nás

zajel, aby měl přístup od motoru našeho auta k nářadí a přístrojům v jeho autě. Zjistil přístroje, že alternátor opravdu nedobíjí baterii. Dali jsme mu souhlas k výměně nového alternátoru za 3 300 Kč. Peníze chtěl v hotovosti, a proto je manželka musela jít vyzvednout do nedalekého bankomatu. Mezitím jsem se zeptal řidiče tahače pana Skály, kolik budeme platit za odtahování auta do Prahy. Překvapivě mi řekl:

„Platili jste opravu a s odtahem jste se vešli do limitu 2 500 Kč, a proto nic platit nebudete! To je na náklady ČPP!“

Ulevilo se mi a spadl mi velký balvan nejen od srdíčka. Na to, jak to vypadalo černě, mi bylo nyní docela i do skoku. Navíc jsem druhý den u našeho místního mechanika reklamoval před měsícem udělané „repase“ alternátoru. Velice se mi omlouval za potíže, které jsme na dálnici měli, a říkal, že si vůbec nepamatuje, aby po měsíci od něj repasovaný alternátor funkčně odešel. Vadný alternátor jsme mu dali a on nám vrátil 1 000 Kč, o 500 Kč méně, než jsme za nepovedené repase zaplatili.

Když zhodnotím naši anabázi, tak smekám před třemi „profíky“! Dva udělali víc, než měli. Chovali se lidsky a svým profesionálním přístupem nás zklidnili a nezištně a hlavně rychle nám pomohli ve velké a stresující nouzi. Ten třetí uznal, že mohl udělat chybu, a dvě třetiny peněz nám vrátil za špatně repasovaný alternátor. Nyní máme nový alternátor, a navíc známe tři skvělé chlapy, kteří svým přístupem jistě potěší ještě hodně zákazníků krize nekrize. Umožní nešťastným lidíčkám překonat tu bezmocnost, kterou, když problém nastane v nečekanou chvíli, ve zdraví přežijí.

*Josef Procházka*



*Ilustr. foto: www.auto-brno.cz*

# OHLEDNUTÍ

Boženy Šimkové

## Babičky, písničky a Rolbař

Začíná svítat, pomalu mě probouzí ťukot podpatků po chodbě. Přichází sestry ranní směny. V sesterně, kousek od našeho pokoje, si tlumeným hláskem předávají službu. Začínám přemýšlet, co je za den a jaký rozpis procedur mě čeká. Po dvou letech v rehabilitáku. Jsem tu už měsíc, trošinku se mi stýská po domově...

Paní Kateřina (63) z pravé postele u oken pokoje si už pomaloučku potichoučku chystá věci k ranní hygieně. Je tu už mnohem dříve než já. A na to, že měla CMP (cévní mozková příhoda), už vypadá dobře, je samostatnější. V levém rohu pokoje leží ještě spící a tiše oddechující babička Josefa (74), též po CMP. Její pravidelný rytmus nádechu a výdechu, připomínající rytmus vteřinové ručičky na nástěnných hodinách, přerušil blížící se rachot pojízdného sběrného koše na prádlo. Spolu s ním i hlasy, které po otevření dveří dostaly jasnější a srozumitelnější podobu. „Dobré ranko děvčata, jak jste se dnes vyspala?“ Současně se rozsvítí.

Na nějaké dlouhé protahování není čas. Vše jde ráz na ráz: ranní hygiena, oblékání, snídaně, léky a pak se rozprcháváme každý po svých léčebných procedurách. Občas jsme se někde na chodbách potkaly a na tvářích se nám vykouzlil úsměv.

Svým věkem jsem dosti snížila věkový průměr našeho pokoje, ale divili byste se, s babičkami byla sranda. Největší skupinové cvičení doprovázely na závěr písničky. Nejoblíbenější byly Kalamajka, Eliška nebyla pyšná, Pec nám spadla. Ty složitější dělaly babičkám i „nebabičkám“ po CMP potíže. Závěry našich „pracovních dnů“ korunovala setkání u kulatého stolu v blízkosti jediného automatu na kávu v celém areálu rehabilitačního zařízení. Výběr byl vskutku bohatý: kapučíno, mokačino, laté, čokoláda... Vše v různých příchutích. Každý z nás kafechtivců si přichystal 8 Kč, no a pak jsme vyhlíželi schopného chodáka, který byl ochoten nám načepovat požadované káffčko. Většina z nás měla nějaký problém bezúhonně provést samostatnou obsluhu kavamatu, natož přenést v pořádku kelímek s vroucím obsahem na stůl.

Tady jsme my ženské probíraly všelicos. Náš velký obdiv měl v té době přítomný tzv. Rolbař – jeho příběh znáte

z televize. Svou zdatností a vůlí si přivolal v prosinci pomoc poté, co mu rolba urvala část dolní končetiny. I za mého pobytu v rehabilitáku přijížděla TV Nova s natáčecím týmem. Sledovala jeho pokrok v rehabilitaci. Ovšem takových pacientů, před kterými smekám, tam bylo mnohem více. Hrdinou je pro mě každý jedinec, který se nepoddá a má zájem se sebou pracovat.

Měla jsem taky možnost vyzkoušet si v rámci rehabilitace na svém těle novou metodu – tejpování (taping). Byla jsem mile překvapena jejím účinkem.

## Střípečky z rekondičního pobytu

XY: „...za celé tři roky jsem se nezačal tolik jako za tento týden...“ (3 roky po CMP pouze doma).

XX: „...teprve teď žiji na 100 %...“ (do života přijat vozík).

YX: „...konečně mohu vidět nádhernou hvězdnou oblohu...“ (jinde tu možnost nemám, ani z oken bytu).

## Když něco funguje skvěle

Člověk si na to rád velmi brzy zvykne a o to větší je překvapení, když nastane náhlá změna.

Od dubna letošního roku zajistila Roska Ostrava pro své členy cvičení na amerických rehabilitačních stolech v bezbariérových prostorách v Ostravě-Vítkovicích na Ruské ulici. V budově má své sídlo i Roska Ostrava. Zájem o cvičení byl veliký. Obrovský přínosem byl hlavně pro imobilní. Pravidelným pasivním cvičením si zaktivovali zatuhlé svaly. Obsluha, provozovatelé stolů byli velmi vstřícní, empatičtí. Mobilní i mobilní si cvičení oblíbili. Zájem o tuto novou aktivitu roskařů byl i ze strany tisku.

Od půli srpna byli majitelé nuceni vyhledat nové prostory. Jsou pro vozíčkáře bariérové (schody). Oboustranný zájem vyřešit nastalou situaci ale existuje! A to nás vozíčkáře těší.

## Komunikace versus kritika

Kde narýsovat čáru mezi upřímným sdělením a destruktivní kritikou? Pokud někdo žádá o váš názor, nesděluje jej automaticky. Máte-li někomu co říci, je dobré nejprve se zeptat, zda to chce slyšet, nebo ne. Dejte mu opravdu šanci říci

ano nebo ne. A naopak: chce li vám někdo sdělit svůj názor a vy máte pocit, že to hraničí s osobním útokem, řekněte ne.

Shakti Gawain

## Kineziologický taping

Taping, neboli po česku „tejpování“, je metoda pasivní opory pomocí speciálních pásek, která slouží zejména k prevenci a k léčení sportovních a jiných poruch pohybového aparátu. Duchovním otcem této revoluční myšlenky je japonský chiropraktik Dr. Kenso Kase.

Principem tejpování je oblepování různých tělesných partií pomocí pevných a pružných lepicích pásek různé šířky. Tyto bandáže jsou zajímavé hlavně tím, že ošetřenou tělesnou partii zpevní, ale přitom umožní zachování volného krevního oběhu, na rozdíl od mnoha rehabilitačních pomůcek. Pásky s oblibou využívají profesionální i rekreační sportovci jako prevenci úrazu.

Kineziologický taping tvoří také důležitou součást praktické fyzioterapie – působí na cirkulační a neurologický systém těla, na svaly, šlachy, klouby i vnitřní orgány. Zmírňuje chronické či akutní bolesti, urychluje ozdravné procesy organismu, zlepšuje funkci svalové jednotky, chrání a stabilizuje klouby, reguluje lymfatický systém a krevní oběh.

Nejčastější využití tapingu: bolesti páteře, nestabilita kloubů, bolesti šlach, svalů a kloubů, tenisový loket, syndrom karpálního tunelu, vadné držení těla, bolesti sval a šlach.



Kvalitní značkové TEMTEX tapy jihokorejské společnosti Towatek patří k absolutní špičce v oboru.

www.fyziomedic.cz

# Osobní boj amerického prezidenta Roosevelta



Jedna z mála zveřejněných fotografií F. D. Roosevelta na vozíčku.

**Franklin Delano Roosevelt** (narozen 30. ledna 1882, zemřel 12. dubna 1945) byl významný americký politik a 32. prezident USA v letech 1933–1945. Zastával svůj úřad nejdéle ze všech amerických prezidentů a byl jediným, který byl zvolen do svého úřadu čtyřikrát. F. D. Roosevelt pocházel z jedné z nejbohatších a nejstarších rodin v New Yorku. Mezi jeho předky figurovalo mnoho významných osobností a byl potomkem prvních Hugonotů (puritánů), kteří připluli z Anglie na slavné lodi Mayflower a začali s osidlováním Nového Světa.

Roosevelt byl absolventem Harvardu, vystudoval také právo na Kolumbijské univerzitě. Roku 1910 se stal senátorem ve státě New York. Za další dva roky se stal náměstkem na ministerstvu námořnictva, kde působil téměř deset let. V té době neúspěšně kandidoval na funkci viceprezidenta. Ve svých třiatdvaceti letech se oženil se svou sestřenicí Eleanorou.

## Zákeřná choroba

V srpnu roku 1921, v době, kdy s celou rodinou trávil prázdniny v Campobello Island v New Brunswicku, jej stihla obrna, jak se tehdejší lékaři domnívali, která vyústila v ochrnutí od pasu dolů. Roosevelt se s tímto hendikepem nikdy nesmířil a stále s ním bojoval. Podrobil se celé řadě terapií, nechal si na nohy a bedra zabudovat kovové výtuhy a pracně se takto učil chodit alespoň na malé vzdálenosti a své rozkolísané tělo podpíral hůlkou. V soukromí používal vozíček, ale přísně dbal na to, aby se na něm nikdy neobjevil na veřejnosti. Společně se svým přítelem O'Connorem založil nadaci pro výzkum léčby obrny – National Foundation for Infantile Paralysis. Zpočátku řada klinických testů naprosto selhala, než v roce 1948 přišel doktor Salk na to, jak kultivovat tři známé druhy virů v laboratoři v kulturách opi-

čích buněk. Od té chvíle byl k vakcíně již jen krok, virus byl usmrcen formaldehydem a použit k injekci.

Lékařská studie z roku 2003 však za příčinu prezidentova ochrnutí považuje spíše Syndrom Guillain-Barré (*autoimunitní polyneuropatie*) než tehdejšími lékaři diagnostikovanou virovou obrnu. A není se co divit, v první polovině 20. století totiž pronásledovala americké obyvatelstvo černá múra právě v podobě obrny. Postihovala spíše děti, ale někdy i dospělí. Ovšem u Syndromu G-B stoupá pravděpodobnost vypuknutí choroby s věkem a je také častěji diagnostikována u mužů mezi 45-70 rokem života. Vyznačuje se také stejnými přidruženými komplikacemi, kterými sám Roosevelt trpěl.

## Prezidentem navzdory osudu

Nicméně Roosevelt ve své politické kariéře pokračoval i přes svůj špatný zdravotní stav a v roce 1928 se stal gubernérem státu New York, kde zahájil své úspěšné tažení proti korupci. Prosadil mnoho kvalitních zákonů v době velké hospodářské krize, mj. zákon o půjčce a pronájmu. Přežil dokonce atentát, který na něj chtěl spáchat Giuseppe Zangara, při kterém sice nebyl sám prezident zraněn, ale zemřel při něm starosta Chicaga Antonín Čermák. Po složení přísahy amerického prezidenta v roce 1933 pronesl historický rozhlasový projev, v němž požádal Američany o důvěru. Tento jeho projev byl mimořádně dobrý a silný a předznamenal tak začátek obratu z krize. Roosevelt pronášel podobné projevy pravidelně i později a vžil se pro ně název *Fire-side chat* (rozhovory u krbu).



Franklin Delano Roosevelt



Po začátku druhé světové války začal Roosevelt podporovat západní spojení, především Velkou Británií a Francií, v jejich boji proti nacistickému Německu. Po napadení USA Japonskem v Pearl Harboru začal vést aktivně válku proti zemím Osy (Německo, Itálie a Japonsko).

Zúčastnil se konferencí Velké Trojky (Winston S. Churchill, Josif V. Stalin a Franklin D. Roosevelt) v Teheránu a na Jaltské konferenci. Měl velkou zásluhu na dobrých vztazích západních spojenců s komunistickým Ruskem. Během jeho poslední volební kampaně v roce 1944 byl však již jeho zdravotní stav velmi vážný. Celkové fyzické vyčerpání doprovázely také psychické potíže v podobě depresí a projevy arteriosklerózy. Roosevelt dle očekávání ve volbách zvítězil a v lednu 1945 byl slavnostně uveden do úřadu. Tehdy však již jen minimálně vnímal své okolí, projevoval se u něj nápadný třes rukou a často byl duchem zcela nepřítomen. V tomto katastrofálním stavu odcestoval na Jaltskou konferenci. Na neblahém výsledku této konference se zcela jistě podepsal právě i jeho zdravotní stav. Roosevelt byl po návratu do USA napa-

dán tiskem i veřejností za to, že západní mocnosti v jednáních tolik ustupovaly Sovětskému svazu.

Prezident zemřel nedlouho po návratu z této konference, a to 12. dubna 1945 na mrtvici, když malířka kreslila jeho portrét. Zemřel ve vrcholný okamžik války, kdy se zhroutil hitlerovského Německa očekávalo každou chvíli. Do světových dějin se tento silný muž zapsal jako jeden z nejvýznamnějších amerických prezidentů a světových státníků.

Zdroj: [www.zdravotnickenoviny.cz](http://www.zdravotnickenoviny.cz),  
[www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

Zpracovala: Hana Klusová



Zleva: Churchill, Roosevelt a Stalin na Jaltské konferenci představitelů hlavních spojeneckých velmocí USA, Velké Británie a SSSR ve II. světové válce, únor 1945.

### F. D. Roosevelt:

„Trocha smělosti má větší cenu než tuna opatrnosti.“

## Trend vozíčkářů Olomouc se stává dospělým

V roce 1994 založila skupinka osob se zdravotním postižením neziskovou organizaci pod názvem **Spolek Trend vozíčkářů Olomouc**. Dne 5. srpna byl spolek registrován na Ministerstvu vnitra jako občanské sdružení s cílem podpory integrace osob na invalidních vozících do běžné společnosti, zejména poskytováním osobní asistence. Byli jsme druhou organizací v republice, která začala osobní asistenci u nás poskytovat.

Všichni zakládající členové a také první zaměstnanci užívali ke svému pohybu invalidní vozík. Nebylo snadné

propagovat nové trendy v sociálních službách, podporovat spoluzodpovědnost lidí i s těžkým fyzickým hendikepem za svůj vlastní život.

### Dlouhých patnáct let

Patnáct let v životě člověka je období, kdy se po světě teprve rozhlíží, učí se poznávat svět i sebe sama. Pro neziskovou organizaci sociálního zaměření je to v našich podmínkách docela dlouhá historie. Teprve nedávno se podařilo osobní asistenci uzákonit jako jednu z forem pomoci lidem se zdravotním postižením. Za ta léta Trend vozíčkářů profesionalizoval svoji činnost, rozšiřoval spektrum činností i zkvalitňoval poskytované služby. Učili jsme se realizovat projekty, včetně těch evropských, absolvovali pilotní inspekce kvality sociálních služeb, navazovali spolupráci s dalšími neziskovkami i úřady.

Trend vozíčkářů dnes poskytuje vedle osobní asistence a odborného poradenství služby sociální rehabilitace, zaměstnává 16 lidí se zdravotním postižením, pořádá množství drobných sportovních a kulturních

akcí pro naše členy i širokou veřejnost. Jsme nedílnou součástí komunitních plánů rozvoje sociálních služeb na úrovni statutárního města Olomouc i Olomouckého kraje, přispíváme k odstraňování architektonických i mezilidských bariér.

Děkujeme všem, kteří nás kdy podpořili skutkem, darem nebo i milou vzpomínkou. Více se o nás můžete dočíst na [www.trendvozickaru.cz](http://www.trendvozickaru.cz) a pokud máte zájem seznámit se s námi, uživateli i zaměstnanci blíže, přijďte do sídla Trendu vozíčkářů na ulici Lužická 7 v Olomouci, třeba 14. října 2009 v rámci **Týdne duševního zdraví** do naší **Čajovny na kolečkách**.

*Milan Langer, předseda představenstva Spolu Trend vozíčkářů Olomouc, (di)*



Ze sportovně aktivizačního pobytu Trendu vozíčkářů Olomouc v Březejci. Foto: Trend

### Kontaktní informace:

- **centrum** – Lužická 7, 779 00 Olomouc, tel. 585 431 984, [www.trendvozickaru.cz](http://www.trendvozickaru.cz), e-mail: [trend@trendvozickaru.cz](mailto:trend@trendvozickaru.cz),
- **osobní asistence** – tel. 585 754 924, 777 974 455, e-mail: [asistence@trendvozickaru.cz](mailto:asistence@trendvozickaru.cz),
- **sociálně právní poradna** – tel. 585 431 012, 585 754 918, e-mail: [poradna@trendvozickaru.cz](mailto:poradna@trendvozickaru.cz)
- **sociální podnikání** – Holečkova 9, 779 00 Olomouc, tel. 585 754 388 731 501 387, e-mail: [podnikani@trendvozickaru.cz](mailto:podnikani@trendvozickaru.cz).

# RIPAK

Rady, informace, příklady a konzultace

poradenství **BEZ BARIÉR**  
Ostravské organizace vozičkářů

Osvědčení kvality MPSV o poskytované službě



Odstraňování architektonických bariér a rady ze života na vozíku

## Kontaktní osoby:

Miroslav Filipčík a Tomáš Dvořák

### • telefony:

596 914 660 (11–15 h., po–pá)

596 131 202 (9–11 h. po–pá)

• e-mail: poradnaoov@seznam.cz

• http://bariery.xf.cz

### • adresa pro korespondenci

Slavíkova 4409, 708 00 Ostrava 8

• osobní kontakt (nutná telefonická objednávka)

Služba je určena pro pohybově postižené z Ostravy a okolí

## Činnost projektu podporují:

- Statutární město Ostrava
- městské obvody Moravská Ostrava a Přívoz, Ostrava Jih, Poruba a Stará Bělá, Radvance a Bartovice
- Nadace rozvoje zdraví
- Stavební firma Procházka s.r.o.,
- Projekční kancelář Ing. Milan Blasbalg
- Elektro práce Ivan Šustai
- Vodohospodářské služby Ing. Martin Jaroš.

## S foťákem „bezbariérovou“ Ostravou



Opět jedno potupné „rádoby“ bezbariérové řešení – vážení tvůrci a kolaudující tohoto „zvonku“ – právní předpisy toto nedovolovaly ani v minulosti!



Tak to je síla, rampa schod či jakýsi jiný hybrid – vyberte si!

foto a text: (mf)

## Co se v Ostravě povedlo?

Centrum Ostravy se dočkalo ukázkové bezbariérové tramvajové zastávky Hotelový dům Jindřich. Díky kasselskému<sup>1</sup> obrubníku je zde umožněno v případě potřeby zajíždět i autobusům MHD.



Možná si říkáte: „no konečně“, „to jim to trvalo“, „už, aby byly upravené všechny.“

Jenže ono to není tak jednoduché, protože například na zastávce Hotelový dům Jindřich vyšla úplná rekonstrukce (do bezbariérového provedení dle právních předpisů) dvou tramvajových nástupišť na jedné zastávce (cca 2 × 1,5 mil. Kč)



s kompletními náklady i s případnými přeložkami okolních sítí na skoro 10 mil. Kč.

I když existují studie a projektové přípravy, vše je o nedostatku investičních nákladů na jejich provedení.

**Pozn<sup>1</sup>:** Kasselský obrubník je stavební prvek určený k použití v autobusových a trolejbusových zastávkách. Název má podle německého města Kassel, kde byl vyvinut. Prefabrikované obrubníkové dílce jsou tvarovány tak, že zasahují i do okraje vozovky zastávky a tvoří v ní žlábek, který vede kola autobusu do nejbližší k nástupní hraně. Samotná nástupní hrana je zaoblena tak, aby odvalováním kola nedocházelo k poškozování pneumatik. Tato úprava má usnadnit, aby autobus mohl bezpečně zajet co nejtěsněji k hraně nástupiště. Obrubník zároveň zajišťuje optimální výšku nástupiště, aby bylo co nejbližší úrovni podlahy nízkopodlažních autobusů. Tato úprava usnadní výstup a nástup například osobám se sníženou pohyblivostí (hlavně osob na invalidních vozíčkách, starším lidem atd.) i cestujícím s kočárky, ale urychlí i odbavování ostatních cestujících.

foto a text: (mf)

## Co se chystá v Ostravě?

Otázka vybudování potřebných služeb pro dospělé občany s těžkým zdravotním postižením (tzv. Komunitní centrum) se poslední dobou konkretizuje v reálný projekt.



### Grafická ukázka Komunitního centra

Jedná se o vybudování tolik potřebných služeb denního stacionáře, samostatného bydlení a odlehčovacích pobytových služeb v Ostravě.



### Grafická ukázka Komunitního centra

Určeno má být zejména především pro dospělé s těžkým tělesným a kombinovaným postižením v Mariánských Horách. Jedná se o ojedinělý projekt nejen v Ostravě, ale i v České republice.



Grafická ukázka Komunitního centra



Uvažovaná lokalita výstavby na Hulváčském kopci v Ostravě-Hulvákách

foto a text: (mf)

## Bezbariérové tramvaje v Ostravě – seriál

Dnes se podíváme na vlečný vůz VV60LF. Nízkopodlažní vlečný vůz z produkce KOS Krnov a ČKD Pragoimex je určen pro provoz v soupravách s vozy T3R.EV nebo vozy z typové řady Vario. Dopravní podnik Ostrava vlastní dvě tato vozidla.



Nízkopodlažní vlečný vůz VV60LF

Spokojenost však s těmito vleky není moc velká, a to kvůli nevhodnému řešení uložení skříně na podvozcích prostřednictvím kluznic a s tím souvisejícím rozkmitáváním skříně ve vyšších rychlostech.



Výsuvná plošina

Dalším palčivým problémem těchto vozů je jejich nízká hmotnost; není-li za vlečným vozem již zařazen další tramvajový vůz, stává se vlek na křižnicích, výhybkách či úsecích se zhoršeným stavem svršku náchylnější k vykolejení. Balast, který by tento problém vyřešil, však bohužel není kam umístit. Proto se s dalšími nákupy vozů VV60LF již nepočítá. Osobní postřeh – strašně málo místa jak pro vozík, tak pro kočárek.



Prostor pro invalidní vozík nebo kočárek

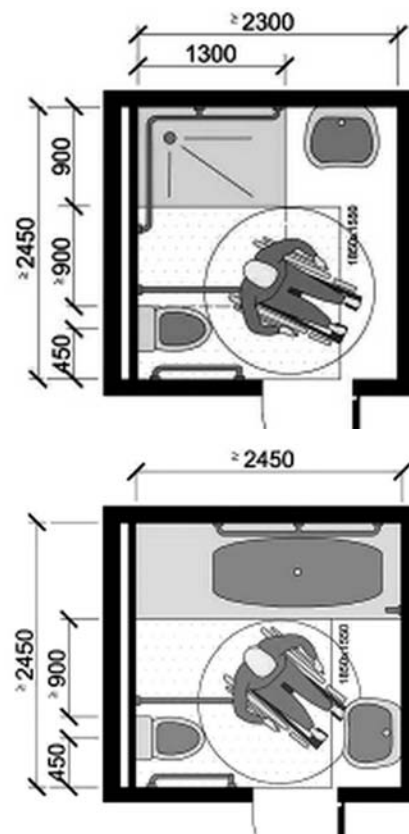
foto: © tramvaják a web

## Co možná nevíte

Řešení hygienického prostoru se sprchovým koutem a vanou.

Obdobně jako WC kabiny musí být zajištěna potřebná manipulační plocha a

pro snadnější používání se snažíme o umístění zařizovacích předmětů tak, aby byl pro WC a vanu či sprchu využíván jeden společný nasedací prostor.



Zdroj, autor obrázků: Ing. Renata Zdařilová, Ph.D

## Poznámka:

Děkuji tvůrcům webu <http://mhd-ostrava.ic.cz/> a <http://tramvajak.wz.cz/> za povolení použití fotodokumentace a technických statí o tramvajích, na jejichž základě mohl vzniknout tento seriál o bezbariérových tramvajích v Ostravě

(mf)

Připravil: Mirek Filipčík



Ani Ikaros, ani můj anděl strážný. Kolega Novák zkouší zdolávat bariéry!

Milan Linhart

Poradna  
B.P.T.

Vy se ptáte...,

...bé-pé-téčko  
odpovídá.

## Poradna Bezbariérového pracoviště tolerance



773 179 500  
608 942 427



socialni.poradenstvi@ibpt.cz

Potřebujete poradit? Nevíte si rady se změnami zákonů, které platí od nového roku? Nevíte, jak správně sepsat odvolání? Jak komunikovat s úřady? Hledáte pomoc a nevíte, na jakou organizaci se obrátit?

Bezbariérové pracoviště tolerance nabízí poradenství v oblasti sociálních služeb a pracovně právních vztahů. Služba je poskytována osobám se zdravotním postižením, jejich rodinným příslušníkům a osobám, které se touto problematikou zabývají, popř. pečují o osobu se zdravotním postižením. Služba je poskytována bezplatně.

### Co zajišťujeme?

Službu poskytují Mgr. Kateřina Pešková a Veronika Malačová, DiS.

Zajišťujeme:

- sociálně-právní a pracovně-právní poradenství s možností zajištění zaměstnání, případně rekvalifikace osob se zdravotním postižením,
- nabídku vzdělávacích kurzů pro osoby se ZP,
- pomoc při jednání s úřady,
- poskytování informací v oblasti zaměstnávání osob se ZP,
- pomoc při uplatňování práv nebo oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí,
- zprostředkování kontaktu s navazujícími službami (poskytujícími odbornou pomoc)

Další info na [www.ibpt.cz](http://www.ibpt.cz).

### Jak nás můžete kontaktovat?

Osobně přímo v organizaci nebo písemně (písemnost označte „Sociální pora-

denství“): na adrese **B.P.T., spol. s r. o., Bezbariérové pracoviště tolerance, Bohuslava ze Švamberka 4, 140 00, Praha 4.**

Telefonicky na číslech 773 179 500, 608 942 427 a e-mailem na [socialni.poradenstvi@ibpt.cz](mailto:socialni.poradenstvi@ibpt.cz).

Nejzajímavější dotazy budou otištěny v magazínu Vozka.

potvrdil podpisem a razítkem.

Jestliže předepsaná pomůcka nepřesahuje cenu 1 000 Kč, tak lékař, který pomůcku předepisuje, vyplní pouze poukaz a předá jej přímo pacientovi.

Při předepisování elektrického vozíku je nutné vyplnění žádosti o schválení el. vozíku, tzv. **Formulář k přidělení el. vozíku.**

Některé firmy nabízejí možnost vyzkoušení několika typů pomůcek na vyžádání přímo v domácnosti klienta. Mezi nejčastěji využívané organizace prodávající pomůcky pro zdravotně postižené patří např. DMA, MEYRA, ALTECH.

Můžete také oslovit půjčovny kompenzačních pomůcek, které naleznete např. v rámci center pro zdravotně postižené a u poskytovatelů dalších sociálních služeb.

### Mám dotaz ohledně příspěvku na péči. Došlo k nějakým změnám?

Od 1. ledna 2010 se změnil systém výplaty příspěvku v I. stupni u dospělých osob. Nově totiž vznikne kombinovaný způsob výplaty. Přiznaná částka 2 000 Kč bude rozdělena na dvě poloviny, přičemž jedna část bude vyplácena v hotovosti a druhá formou poukázek, které bude možné uplatnit pouze u registrovaných poskytovatelů sociálních služeb.

V odůvodněných případech bude možné na základě rozhodnutí obecního úřadu obce s rozšířenou působností i nadále pobírat příspěvek v hotovosti. Jedná se zejména o situace, kdy např. v místě bydliště neposkytuje službu žádný registrovaný poskytovatel, a jedinec je proto odkázán na pomoc blízké osoby.

Žadatel o příspěvek na péči bude povinen již při podání žádosti uvést, jakým způsobem a kým mu bude nebo již je péče poskytována. Pokud tuto informaci ani po výzvě ze strany správního orgánu neuvede, nemůže mu vzniknout nárok na dávku.

Novela zákona zvyšuje od 1. srpna 2009 příspěvek pro osoby, které se považují za závislé na pomoci jiné fyzické osoby ve stupni IV. (úplná závislost), na 12 000 Kč měsíčně.

### Otázky a odpovědi IV.



**Dobrý den, kam se mohu obrátit v případě, že potřebuji chodítko, event. vozík či jiné pomůcky? Je možné na tyto pomůcky získat příspěvek?**

Stát poskytuje na některé kompenzační a rehabilitační pomůcky tzv. jednorázový příspěvek na opatření zvláštních pomůcek. V příloze č. 4 vyhlášky č. 182/1991 Sb. je uveden výčet rehabilitačních a kompenzačních pomůcek, na který může být příspěvek poskytnut včetně toho, zda je hrazen v plné výši nebo jen částečně. O příspěvek lze požádat na sociálním odboru. Dále může být pomůcka hrazena zdravotní pojišťovnou a to v plné výši nebo částečně, event. lze také požádat o příspěvek nadace či sponzory. Poukaz na léčebnou pomůcku předepisuje odborný lékař – ortoped, neurolog apod. Po té mohou nastat dva případy, u kterých se totiž postup trochu mění, záleží totiž na tom, jestli předepsaná pomůcka podléhá schválení revizního lékaře, nebo ne. Pomůcky, které nepodléhají schválení praktického lékaře, jsou zpravidla levnější než 1 000 Kč.

Jestliže vám lékař předepíše pomůcku podléhající schválení revizního lékaře, vypíše pro vás ještě jeden formulář VZP nazvaný **Žádanka o zvýšení úhrady** a zašle je reviznímu lékaři VZP, do jehož oblasti spadá. Pokud revizní lékař vyplní jak poukaz, tak žádanku, lze pak poukaz zaslat přímo pojištěnci. Jestliže však revizní lékař vyplní pouze žádanku, pak je nezbytné, aby lékař, který pomůcku předepsal, vyplnil do poukazu stanovisko revizního lékaře podle žádanky a sám to

V současné době se ovšem opět pro-  
jednávají návrhy dalších změn.



**Kam se mohu obrátit, pokud nejsem spokojený s poskytovanou sociální službou?**

V první řadě kontaktujte samotného poskytovatele, resp. osoby, které jsou za poskytování služby odpovědné. Již před uzavřením smlouvy o poskytování sociální služby Vás poskytovatel musí seznámit s pravidly vymezujícími možnosti podávat stížnosti a úkony s touto problematikou související, tato povinnost vyplývá ze zákona. V případě, že chcete podat stížnost na osobu, která Vám službu poskytuje, můžete komunikovat s jiným zaměstnancem, který je odpovědný za poskytování služby v organizaci, popř. kontaktujte nadřízeného či vedoucího organizace. Ještě před zahájením poskytování služby si vyžádejte informace o možnostech podat stížnost, pokud tak poskytovatel sám neučiní! Jedná se o služby poskytované Vám či Vaším blízkým a každý klient by měl znát svá práva, ale samozřejmě také povinnosti vyplývající z poskytnutí služby. V případě, že nebudete spokojeni s vyřízením stížnosti event. průběhu vyřizování, můžete se obrátit na

nezávislou instituci, kterou je např. Veřejný obhájce práv, Český helsinský výbor nebo Asociace občanských poraden. Stížnosti můžete podat také anonymně nebo v zastoupení jiné osoby zastupující Vaše zájmy.



**Dobrý den, mám částečný invalidní důchod a chtěl bych pracovat. Jsou nějaké specializované organizace, které by mi mohly pomoci?**

Můžete se obrátit na úřad práce, kde lze získat informace o nabízených pracovních místech, aniž by jedinec musel být v evidenci ÚP. Na webových stránkách MPSV také naleznete aktuální nabídku pracovních míst pro osoby se zdravotním postižením. Můžete se obrátit také na tzv. agentury podporovaného zaměstnávání, které poskytují pomoc při hledání vhodného zaměstnání a podporu pro udržení pracovního místa, např. Asistence, o.s., Eset Help a Fokus pomáhající zejména klientům s duševním onemocněním, Česká unie pro podporované zaměstnávání. Práci můžete hledat jak na otevřeném trhu práce u zaměstnavatelů, kteří nabízejí místa zdravotně handicapovaným občanům, tak v chráněném pracovním prostředí – chráněných pracov-

ních dílnách.

Nabídku vhodných pracovních míst pro zdravotně postižené naleznete také na následujících internetových stránkách: [www.praceprozp.cz](http://www.praceprozp.cz), [www.annonce.cz](http://www.annonce.cz), [www.prace.cz](http://www.prace.cz), [www.aktivnizivot.cz](http://www.aktivnizivot.cz).



**Kam se mohu obrátit, pokud potřebuji poradit s právními záležitostmi?**

Každá organizace poskytující sociální služby zajišťuje základní poradenství v sociálně právní oblasti. Specializované poradenství pak poskytují jednotlivé organizace, které se zaměřují např. na specifické zdravotní postižení a úkony s ním související. Právní poradenství poskytují bezplatně osobám se zdravotním postižením např. Národní rada osob se zdravotním postižením. Poradenství můžete také nalézt na úřadu práce, kde je poskytováno poradenství a pomoc v pracovně právních vztazích.

*Odpovědi na otázky zpracovaly  
Kateřina Pešková a Veronika Malačová  
z Bezbariérového pracoviště tolerance,  
[www.ibpt.cz](http://www.ibpt.cz)*

**Na Vaše otázky:  
tři poradny ve Vozkovi!**

## Byli jste zraněni při autonehodě?

**Nemusíte být pojištěni! Nemáte-li peníze na advokáta, neváhejte a obraťte se na nás!**

- Měli jste autonehodu jako chodec, cyklista, spolujezdec nebo řidič?
- Byla Vám způsobena újma na zdraví?
- Zemřel při nehodě Váš blízký?
- Jste nespokojeni s výši odškodného?

Naše kancelář nabízí komplexní pomoc při vyřizování odškodného každému, kdo byl zraněn při dopravní nehodě, a právní pomoc pozůstalým v případě úmrtí účastníka dopravní nehody. Prostřednictvím „Evropského centra odškodnění obětí dopravních nehod“ se řídíme v Evropě již zavedeným postupem na ochranu zájmů poškozeného klienta. Poskytneme mu šetření vlastními advokáty a posudkovými lékaři, kteří jednají s pojišťovnou o jeho nároku. Řešíme případy až 4 roky staré. Pro klienta získáme od pojišťovny:

- bolestné
- náhrady za snížení společenského uplatnění
- ušlý výdělek
- ušlý zisk podnikatelů a OSVČ
- náhrady za předměty zničené při dopravní nehodě (jízdni kola, lyže, telefon, počítač, přehrávač a jiné převážené předměty)

Klient nám předá kopie veškeré dokumentace k dopravní nehodě a prvotní zdravotní dokumentaci. Klient předem neplatí nic. Jestliže nebudeme při vyřizování odškodného úspěšní, také neplatí nic! Na vyzvání naši zástupci navštěvují klienty doma, protože tam je k dispozici veškerá dokumentace k nehodě.

**Kontakt a další informace:** [odskodneni.autonehody@seznam.cz](mailto:odskodneni.autonehody@seznam.cz), 605 849 701

inzerce

PROGRAM

Poradenství  
a informace



LIGA VOZÍČKÁŘŮ

www.ligavozic.cz



# Program poradenství a informace

## Novela zákona o sociálních službách

Horkou novinkou letošního léta je schválení novely zákona o sociálních službách. Přináším vám podrobnější přehled nejdůležitějších změn.

■ Poslanecká sněmovna ČR schválila dne 13. 5. 2009 novelu, kterou se mění zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů, a některé další zákony. Tento návrh byl dne 18. 6. 2009 beze změn schválen i senátem a podepsán následně prezidentem. Ve sbírce zákonů zákon vyšel 1. 7. 2009. **Většina změn bude účinná od 1. 8. 2009.**

■ Výše uvedený návrh zákona mění výši příspěvku na péči a některé z podmínek nároku na příspěvek. V § 11 se zvyšuje příspěvek na péči ve IV. stupni závislosti z 11 000 Kč na 12 000 Kč a to jak pro osoby do 18 let, tak pro osoby nad 18 let.

■ Mění se také § 14a, který dříve určoval, že příspěvek se nevyplácí, jestliže je oprávněné osobě po celý kalendářní měsíc poskytována zdravotní péče formou ústavní péče v nemocnici nebo odborném léčebném ústavu, nejde-li o poskytování sociálních služeb podle § 52. Novela je doplněna o větu, že to neplatí v případě, kdy je s oprávněnou osobou do ústavní péče v nemocnici nebo odborném léčebném ústavu přijata jako průvodce fyzická osoba, která byla uvedena v žádosti o příspěvek, popřípadě ohlášena jako osoba poskytující pomoc.

■ Dle § 16 se rozšiřuje okruh osob a zařízení, které mohou nárokovat příspěvek na péči v případě úmrtí žadatele před přiznáním příspěvku. Nárok se dosud týkal manželky, dětí a rodičů žijících s žadatelem ve společné domácnosti. Nově mohou příspěvek požadovat také partneři (v rámci registrovaného partnerství) a další osoby blízké ve společné domácnosti. Pokud tyto osoby nejsou, nárok přechází na jiné osoby blízké, které byly označeny jako pečující. V případě, že žadatel využíval pobytové sociální služby v zařízeních sociálních služeb nebo ve zdravotnickém zařízení ústavní péče, nabývá nárok na částky příspěvku na péči toto zařízení.

■ Novým paragrafem § 18a se mění způsob výplaty příspěvku ve stupni I

(lehká závislost) osobě starší 18 let. Osobě starší 18 let, která má nárok na příspěvek ve stupni I (lehká závislost) ve výši 2 000 Kč, se vyplácí část tohoto příspěvku ve výši 1 000 Kč v penězích a 1 000 Kč formou poukázky nebo formou elektronického platebního prostředku určeného k úhradě za sociální služby. Nevyčerpaná část poukázky se dá přesunout do dalších dvou měsíců.

**Způsob rozdělení výplaty příspěvku formou financí a formou poukázky se nepoužije:**

a) jestliže jsou osobě poskytovány pobytové sociální služby nebo jí poskytuje pomoc speciální lůžkové zdravotnické zařízení hospicového typu, a to i po část kalendářního měsíce,

b) v případě, kdy osobě nemohou být poskytovány sociální služby z toho důvodu, že v územním obvodu obecního úřadu obce s rozšířenou působností, popřípadě v jiném místě, které je pro osobu dostupné, nepůsobí vhodný poskytovatel sociálních služeb nebo takový poskytovatel sociálních služeb nemá dostatečnou kapacitu k poskytování sociální služby, o kterou osoba žádá,

c) v případě, kdy je potřebná pomoc osobě poskytována v plném rozsahu pouze osobou blízkou, která je vedena jako osoba pečující a pomoc od poskytovatele sociálních služeb není zapotřebí,

d) pokud jde o zpětnou výplatu příspěvku či je příspěvek vyplácen do ciziny.

Upozorňuji, že **rozdělení výplaty příspěvku v I. stupni bude účinné až od 1. 1. 2010.**

## Sloučení lékařské posudkové služby ÚP a ČSSZ

Od 1. 7. 2009 došlo ke sloučení lékařské posudkové služby úřadů práce a Lékařské posudkové služby ČSSZ. Od tohoto dne se tedy veškerá agenda posudkové služby ÚP převádí na **okresní správy sociálního zabezpečení (OSSZ)**. V praxi to znamená, že lékaři OSSZ budou vykonávat posudkovou činnost jak pro účely invalidity, tak pro další systémy sociálního zabezpečení, které dosud posuzovali lékaři úřadů práce.

ČSSZ uvádí **konkrétní posudkové činnosti LPS OSSZ od 1. 7. 2009. OSSZ posuzují zdravotní stav a pracovní**

**schopnost fyzických osob pro účely sociálního zabezpečení a pro účely poskytnutí dávek a mimořádných výhod** podle jiných právních předpisů při zjišťovacích a kontrolních lékařských prohlídkách.

Za tím účelem posuzují:

■ plnou invaliditu a částečnou invaliditu, ■ dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav dítěte a jeho neschopnost vykonávat z důvodu tohoto zdravotního stavu soustavou výdělečnou činnost,

■ zda jde o fyzickou osobu zdravotně znevýhodněnou,

■ zda si fyzická osoba může zvýšit vzhledem ke svému zdravotnímu stavu příjem vlastní prací,

■ zda jde o fyzickou osobu těžce zdravotně postiženou a druh a stupeň tohoto postižení pro účely poskytnutí mimořádných výhod, příspěvku na úpravu bytu, příspěvku na úhradu za užívání bezbariérového bytu a garáže, příspěvku na zakoupení, celkovou opravu a zvláštní úpravu motorového vozidla a příspěvku na individuální dopravu,

■ zda jde pro účely dávek státní sociální podpory o osobu dlouhodobě těžce zdravotně postiženou nebo o dítě dlouhodobě nemocné,

■ stupeň závislosti fyzické osoby pro účely příspěvku na péči.

## Změna v důchodech pečujících osob

Závěrem si vám dovoluji připomenout změnu týkající se důchodů osob pečujících o osobu závislou, o které jsem vás informovala v minulém čísle časopisu Vozka. **Od 1. 7. 2009 mají pečující osoby nárok na přepočítání a navýšení invalidního či starobního důchodu.** Týká se to těch, kteří během péče o závislou osobu pracovali, avšak měli nízký výdělek, který jim poté ponížil i částku důchodu. O přepočítání je nutné požádat na pražské ČSSZ.

*Lucie Teresa Figurová, vedoucí  
Programu Poradenství a informace*

*Zvýraznění: Vozka*

**bezplatná linka:  
800 100 250**

# ZMĚNY

## v sociálních službách a pojistném od 1. srpna

### Zvýšení příspěvku na péči

Od 1. srpna 2009 se zvyšuje příspěvek na péči pro lidi s největším postižením. Přibližně 25 000 osob bude nově dostávat **12 000 Kč měsíčně**, což je o tisíc korun víc než dosud. Umožní to novela zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, která přináší i další změny.

### Snížení počtu úkonů u dětí

Od prvního srpna se rovněž sníží počet úkonů, které zakládají nárok na přiznání příspěvku na péči pro děti do 18 let. To proto, aby na dávku dosáhly především chronicky nemocné děti, například diabetem, fenylketonurií, celiakií či s nádorovým onemocněním apod. Nárok na příspěvek na péči v I. stupni tak nově vznikne cca 4 000 dětem a okolo 1 000 dětí do 18 let by mohlo nově dostávat příspěvek na péči ve stupni II, místo stávajícího stupně I. Výdaje související s těmito změnami odhaduje MPSV na celkem 164 milionů Kč ročně.

### Kontroly obecních úřadů

Podle novely zákona o sociálních službách budou moci **obecní úřady** v obcích s rozšířenou působností od 1. srpna 2009 také **efektivněji kontrolovat využívání příspěvku na péči**. Právní předpis totiž přesně specifikuje okolnosti, které se při poskytování dávky musí kontrolovat. Současně budou mít pracovníci obecních úřadů k dispozici přesný výčet činností (z výsledku posouzení lékařskou posudkovou službou), při nichž příjemce dávky vyžaduje pomoc či podporu. **Kontrola se tak bude moci zaměřit na to, zda se příspěvek využívá za účelem zajištění péče a současně na to, zda je péče správně zaměřena.**

### Slevy na pojistném

Ministerstvo práce a sociálních věcí také usiluje o zmírnění dopadů ekonomické krize. Proto se mimo jiné zavádějí **slevy pro zaměstnavatele na pojistném na sociální zabezpečení a příspěvku na státní**

politiku zaměstnanosti. Zákon č. 221/2009 Sb., kterým se novelizuje zákon č. 589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti, začne rovněž platit od letošního 1. srpna. Podle odhadů MPSV by tyto slevy mohly pomoci udržet až 70 000 pracovních míst. Jde o **dočasné opatření platné do konce roku 2010.**

Výše slevy na pojistném uplatňovaná zaměstnavateli se bude odvíjet od vyměřovacího základu pro pojistné u jednotlivých zaměstnanců. Detaily včetně potřebných tiskopisů zaměstnavatelé najdou na webu ČSSZ na adrese <http://www.cssz.cz/cz/informace/media/tiskove-zpravy/tiskove-zpravy-2009/2009-07-14-cssz-informuje-jak-uplatnit-slevy-na-pojistnem-na-socialni-zabezpeceni.htm>.

Pro úplnost: k 30. červnu 2009 Česká správa sociálního zabezpečení evidovala celkem 270 183 firem, které zaměstnávají celkem 4 192 131 lidí, a dále 957 176 osob samostatně výdělečně činných, které vykonávaly činnost.

*Zdroj: MPSV, Helpnet, (di)*

### Další informace:

Aktuální i připravované změny v sociálních službách na adrese: [http://www.mpsv.cz/files/clanky/7427/02072009\\_2.pdf](http://www.mpsv.cz/files/clanky/7427/02072009_2.pdf).



## Vaříme s Vozkou

Rychle a jednoduše



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

### Nakládání hermelín

Tato pochoutka už dnes zdatně konkuruje v českých hospodách tradičním utopencům. K pivu je výtečná...

**Suroviny:** 2–4 kusy Hermelín (nejlépe se zeleným pepřem), česnek, paprika sladká i pálivá, příp. chilli, feferonky kulaté, pepř celý (černý, bílý, červený, zelený), jalovec, tymián, rozmarýn, černé olivy, cibule, bobkový list, olivový olej, sterilovaná červená kapie.

**Postup:** Česnek rozmačkáme a smícháme s červenou a pálivou paprikou. Poměr záleží na vaší chuti. Hermelíny rozkrájíme a smění namažeme. Pak vložíme kolečko cibule a půlky oliv. Dáme do sklenice a prokládáme cibulí, feferonkami, olivami, kořením, kapií. Zalijeme olejem a necháme alespoň týden být.

**A ještě jednou sýr, tentokrát:**

### Nakládání balkán

**Suroviny:** 200 g balkánského sýra, 150 g olivového oleje, čerstvý nebo sterilovaný kopr

**Postup:** Sýr nakrájíme na kostičky asi 1 cm velké, smícháme s koprem a dáme je do sklenice. Zalijeme olejem, sklenici zavřeme a dáme aspoň na dva dny do chladničky odležet. Doporučujeme podávat s čerstvými, na kolečka nakrájenými rohlíky.

Dobrou chuť!

*Vaše Blanka*



# Upravujeme šatní skříň

## Sklopný držák na šaty se vám bude hodit

Pokud nemáte doma vestavěnou skříň, popřemýšlejte nad tím, zda by její zhotovení nestálo zato. Proč? Pro jejich umístění se dá využít větší zádveří, místo pod schody v domě, hala, ložnice či pracovna, takže nepotřebujete speciální místo zabírající hodně vnitřního prostoru bytu.

Vnitřní vestavba takové skříně může být navržena podle individuálních potřeb uživatele. Dveře nezasahují do prostoru, jsou posuvné. Sami si můžete rozhodnout, jakou část skříně si zpřístupníte, a pohyb na vozíku před takovouto skříní je bezproblémový.

Vnitřní členění vychází z množství a druhů ukládaného šatstva a prádla. Pro rozdílné typy šatů lze vytvořit různé formy uložení v pevných nebo výsuvných policích.

K těmto účelům se používají šatní tyče pevné nebo sklopné, výsuvné drátěné koše nebo klasické zásuvky s anglickými nebo průhlednými čely pro zvýšení přehlednosti. Na výsuvném principu jsou tvořeny věšáky na kalhoty. Dostat se z vozíku například ke svým šatům pověšeným na sklopném držáku je pohodlné. Držák se sklápí pomocí tyče uchycené na držáku. Některé příklady těchto účelných maličností vám nabízíme.

### Sklopné držáky

■ **LIFT/L – Jednostranná sklopná tyč levá**, Š = 45–60 mm, V = 1 100 mm, šířka montážního otvoru: min. 500 mm, max. 600 mm, max. zatížení: 12 kg, provedení: chrom/černý plast.



■ Stejně parametry má **LIFT/P – Jednostranná sklopná tyč pravá**.

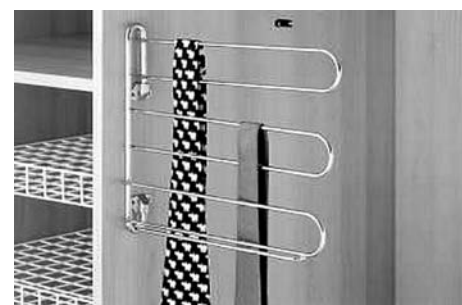
■ **LIFT500/2-4 – Dvoustranná sklopná tyč krátká**, Š = 450–600 mm, H = 280 mm, V = 717 mm, max. zatížení: 10 kg, provedení: chrom/černý plast.

Tyto dvoustranné tyče se vyrábějí ve **středním** (Š = 600–830 mm, H = 280 mm, V = 922 mm, max. zatížení: 10 kg) i **dlouhém** provedení (Š = 750–1 100 mm, H = 280 mm, V = 922 mm, max. zatížení: 10 kg).



### Věšáky na vázanky

■ **Věšák na vázanky, pásky a šátky MAX**, vhodný pro odkládání drobných šatních doplňků a pro umístění v šatní skříně nebo v šatně. Má jednoduchý a čistý design, který je zároveň velmi moderní a atraktivní. Věšák je vyroben z



ohýbaného drátu. Š = 300 mm, H = 30 mm, V = 260 mm.

■ **Vysouvací držák s malou nádobkou – 19 míst**, obsahuje malou průhlednou nádobku na drobnosti, držák je v černé barvě a skládá se z dvojitého profilu ze smaltovaného hliníku, umožňuje jednoduše vytahovat vázanky zevnitř skříně, upevňovací prvky jsou vhodné pro otvory „systému 32“, zadní strana věšáku klouže, aby umožnila umístění různých hloubek otvoru, šířka: min. 51 cm – max. 92 cm.



### Vysouvací koše

■ **Drátěný koš (např. na čisticí prostředky) s perličkovým nebo kuličkovým výsuvem**, vhodný pro umístění do méně přístupných a úzkých míst, Š = 157 mm, H = 483 mm, V = 385 mm.



### Výrobce:

- **HEI a.s. – interiéry**, U Pily 3, 370 01 České Budějovice, Zelená linka: 800 33 33 22.
- **BYTOVÉ STUDIO České Budějovice**, Novohradská 36/736, 370 01 České Budějovice, tel. 387 240 515, mobil: 724 734 994.
- **BYTOVÉ STUDIO Praha**, Křejského 1523, 149 00 Praha 4-Opatov, tel. 272 657 925.

Zdroj, foto: [www.hei.cz](http://www.hei.cz)

(pp), (dz)



# POSLEDNÍ ŠANCE SOUTĚŽIT o elektrický vozík AGAVE Ekon účastí v poslední dílčí soutěži

## VYHRAJTE

v celoročnickové soutěži  
elektrický vozík  
AGAVE EKON  
v ceně 38 tisíc korun!

### Pravidla soutěže

#### 1. Kdo se může zúčastnit?

Soutěže se mohou zúčastnit všichni předplatitelé Vozky, na které čekají samostatně oceněné dílčí soutěže vyhlášené postupně v několika číslech magazínu VOZKA. Poslední dílčí soutěž je vyhlášena v tomto čísle 3/2009. Do celoroční soutěže byly dosud zařazeny: *novoroční křížovka* v č. 4/2008, fotografická soutěž *Alespoň madlo* v č. 1/2009 a *kvíz Ejhle člověk* v č. 1/2009, *švédská křížovka* v č. 2/2009 a *kvíz „barevný“* v tomto čísle.

Předpokladem pro zařazení do konečného slosování o vozík AGAVE je:

- být předplatitelem Vozky
- zúčastnit se alespoň jedné dílčí soutěže.

#### 2. Kdo může být vítězem slosování o vozík?

Vítězem slosování celoroční soutěže magazínu VOZKA se může stát jednotlivec – soukromá osoba, která:

- je předplatitelem magazínu VOZKA, jímž se může stát v době průběhu celoroční soutěže,
- se zúčastní alespoň jedné z dílčích soutěží v magazínu VOZKA č. 4/2008 a 1–3/2009.
- svůj zájem být zahrnuta do slosování projeví heslem AGAVE v přihlášce do alespoň jedné dílčí soutěže.

#### 3. Kdo se může stát vlastníkem vozíku?

Subjektem, do jehož vlastnictví přejde hlavní výhra, může být jen osoba těžce tělesně postižená, pro kterou elektrický vozík bude potřebnou kompenzační pomůckou. Jako takovou ji bude moci aktivně používat, bezpečně ovládat a pečovat o její funkční provozuschopný stav. Tímto subjektem může být:

- buď výherce soutěže,
- anebo osoba, kterou výherce hlavní výhrou – vozíkem – obdaruje.

#### 4. Ukončení soutěže

Závěrečné slosování bude po vydání tohoto Vozky č. 3/2009.

### El. vozík AGAVE Ekon

Nosnost 180 kg, dvě baterie 12V/55 Ah pohánějící dva motory 450 W, dojezd až 35 km rychlostí 9 km/h., váha s bateriemi 82 kg. Robustní a stylová konstrukce z ocel. trubek, otočné polohovatelné sedadlo, nastavitelné boční opěrky, programovatelný joystick s ovládáním levou nebo pravou rukou. Optimální manévrovatelnost a dostupnost. Dobrý výkon pro vnitřní i venkovní povrchy, cena 38 tis. Kč.



#### Další informace:

AGAVE, Ukrajinská 558, 252 28 Černošice, tel. 257 812 305, mobil 608 770 001; info@agave.cz, www.agave.cz.

### Aktuální stav celoroční soutěže o elektrický vozík AGAVE Ekon

#### První postupující z novoroční křížovky v č. 4/2008:

- Jiří Rechtořík, Kyjov
- Barbora Halouzková, Broumov
- Antonín Soukup, Ostrava
- Eva Rozehnalová, Prostějov
- Alena Zrůnková, Kopřivnice
- Karel Zrůnek, Kopřivnice
- Ivana Plachá, Nové Mitrovce

- Pavla Holešová, Ostrava
- Josef Paúr, Újezd u Val. Klobouk
- Helena Bosáková, Frenštát p. R.
- Jana Moravčíková, Lanškroun
- Kateřina Mertová, Ostrava
- Jan Soukup, Havlíčkův Brod
- Jan Tomek, Ostrava
- Filip Jakeš, Protivín/Štětice
- Zdeňka Čermáková, Havlíčkův Brod
- František Šenk, Opava
- Miloslav Švancara, Ostrava

#### Postupující z kvízu

##### Ejhle člověk v č. 1/2009:

- Erika Kučerová, Ivančice-Alexovice

#### Postupující z fotosoutěže

##### Alespoň madlo! v č. 1/2009:

- Julie Janická, Karviná
- Petr Korczynski, Strančice
- Božena Šimková, Ostrava
- Petr Vostřel, Luže

#### Postupující ze švédské křížovky v č. 2/2009:

- Rudolf Fichtner, Horní Adršpach
- Beata Miklová, Karviná
- Zdenka Šebelíková, Frýdek-Místek
- Aida, Linhartová, Ostrava
- Zdeněk Vilímek/(A.Vilímková), Ostrava
- Magdalena Křížová, Orlová

Všem postupujícím blahopřejeme!

## POSLEDNÍ ŠANCE: Kvíz „barevný“

Poslední dílčí soutěží, zařazenou do celoroční soutěže o elektrický vozík AGAVE EKON, je kvíz „barevný“ v tomto čísle.

Pokud se chcete zúčastnit soutěže o el. vozík, stačí zúčastnit se alespoň této **jediné soutěže!** Do redakce zašlete správné odpovědi kvízu a uveďte heslo „AGAVE“. Pokud ještě nejste předplatitelem/kou Vozky, podejte přihlášku, např. telefonicky, a uhradte předplatné. Další informace čtete na stránce s kvízem.

redakce

# Kvíz



## barevný

11. Které barvy tvoří vrchní a spodní oblouk duhy?

- a) červená a modrá
- b) červená a žlutá
- c) červená a fialová

12. Letní hudební festivaly jsou v současné době módou po celém světě. I v naší zemi se jich koná mnoho. K největším patří už tradičně festival Colours of ... (colours = angl. barvy). Ve kterém městě ho pořádají?

- a) Hradec Králové
- b) Ostrava
- c) Vizovice

13. O které planetě se mluví jako o modré?

- a) Merkur
- b) Venuše
- c) Země

14. Které známé přímořské letovisko neleží při Černém moři?

- a) Konstanca
- b) Split
- c) Soči

15. Topaz patří mezi drahokamy. Vyberete-li si šperk s jeho odrudou pyknit, bude zářit

- a) žlutě
- b) cihlovou červení
- c) černě

16. Ve kterém roce vynalezl maďarský výtvarník Arnő Rubik svůj slavný barevný hlavolam – Rubikovu kostku?

- a) 1974
- b) 1976
- c) 1978

17. Chuang-che (Žlutá řeka) je druhým nejdelším tokem ve své zemi. Kde teče

tato řeka?

- a) v Indii
- b) v Číně
- c) v Japonsku

18. Který světově proslulý spisovatel je autorem románu Červený a černý?

- a) Honore de Balzac
- b) Stendhal
- c) Alexandr Dumas st.

19. Teprve v r. 1977 byl ve vých. Německu vyšlechtěn kříženec – ovocný keř josta (řadí se do čeledi lomikame-novitých). Od té doby zdomácněl v mnoha našich zahradách. Jakou barvu mají jeho zralé plody?

- a) černou
- b) červenou
- c) zelenou

20. Který český zpěvák nosí rád barevné košile, zpívá, že „modrá je dobrá“ a jeho kapela se jmenuje Žlutý pes?

- a) Dan Nekonečný
- b) Richard Tesářík
- c) Ondřej Hejma

21. Na motýlech příroda většinou barvami nešetřila, jejich pestré zbarvení lahodí oku. Mnohem méně však potěší, objeví-li se ve skladu potravin zavíječ moučný. A to rozhodně ne proto, že nemá pěkně vybarvená křídla. Tento škůdce je v dospělosti totiž převážně

- a) bílý
- b) šedý
- c) světlehnědý

22. Jaká je tradiční barva vozů automobilky Ferrari?

- a) černá
- b) červená
- c) žlutá

23. Při toulkách Českou republikou můžete obdivovat třeba Dům u Černé Matky Boží – vrcholné dílo české kubistické architektury (J. Gočár, 1911–12). Ve kterém městě stojí?

- a) Praha
- b) Brno
- c) České Budějovice

24. Chlornanem sodným (NACLO) se desinfikuje např. voda v bazénech a koupalištích. Je součástí přípravků SAVO. Jakou barvu má tento prášek?

- a) zelenou
- b) modrou
- c) bílou

25. Jaká je zkratka barevného modelu míchání barev, který používají reproduční zařízení tvořící barvy mícháním pigmentů (např. inkoustová tiskárna domácího stolního počítače)? Model

obsahuje čtyři základní barvy: azurovou, purpurovou, žlutou, černou.

- a) CMYK
- b) RGBK
- c) HMIK

26. Když půjdete do obchodu a koupíte si víno z odrůdy Sauvignon Blanc, jaké víno si přinesete domů?

- a) bílé
- b) červené
- c) růžové

27. Válečné romantické drama Tmavomodrý svět, příběh odvahy, přátelství, lásky a zrady z prostředí válečných pilotů ve Velké Británii, natočil v roce 2001 český režisér.

- a) Jan Hřebejk
- b) Jan Svěrák
- c) Jiří Menzel

28. Již v roce 1924 byl zprovozněn na jedné křižovatce v Německu první elektrický světelný semafor v Evropě. Jednotlivé barvy byly tehdy umístěny vodorovně (nyní zrestaurován do původní podoby jako památka). Ve kterém městě to bylo?

- a) Berlín
- b) Drážďany
- c) Brandenburg

29. Synonymem pro servilní přizpůsobivost lidského jednání a chování tak, jak se to člověku zrovna hodí, je živočich, jenž mění barvu své kůže podle své nálady a prostředí. Který to je?

- a) leguán
- b) chameleón
- c) lenochod

30. Red Devils – fotbalisté z angl. klubu Manchester United – se letos dostali do finále Ligy mistrů. V jakých dresech hráli?

- a) červených
- b) černých
- c) bílých

31. Jak správně pokračuje tato písnička: Červený šátečku, kolem se toč, můj milý se hněvá...

- a) ...a nemá proč
- b) ...já nevím proč
- c) ...ať poví proč

32. Bitva na Bílé hoře byla rozhodující bitvou třicetileté války. Kdy byla svedena?

- a) 1620
- b) 1720
- c) 1820

Sestavila: Milena Zahumenská

**Nechte se očarovat půvabnými barvami podzimu!**

## Vyřešte kvíz a vyhraje jednu ze 6 cen!

Řešení kvízu zasílejte do 31. 10. 2009 na adr. Redakce VOZKA, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava-Zábřeh, nebo e-mailem na: dzidopetr@volny.cz.

Pro tři vylosované správné řešitele jsou připraveny následující ceny:

■ **Mechanický podavač předmětů Grabber v hodnotě 611 Kč od firmy Horizont-Nare s.r.o.;**



■ **Jeden víkendový pobyt se snídaní, (nebo jakékoli jiné dny v týdnu) v Horském hotelu Rajská Bouda v Malenovicích (Beskydy).**

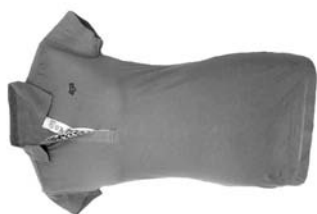


■ **Sada bezdrátového zvonku, použitelná jako domovní zvonek, anebo k přivolání asistenta v bytě (např. mezi ložnicí a kuchyní), v ceně 1 495 Kč. Zvonek se umísťuje přímo do el. zásuvky, tlačítko kdekoli jinde. Od fy Jablotron Alarms a.s., Jablonec nad Nisou.**



■ **Tři polokošile Otto Bock v univerzálním provedení unisex vel. L od firmy Otto Bock ČR, s.r.o.**

(ilustrační foto)



## Sponzoři soutěže „Kvíz barevný“

• **HORIZONT-NARE, s.r.o., Havířov**

Moravská 29, 736 01 Havířov-Šumbark, www.horizont-nare.com, tel. 604 687 730. Specialista na komplexní řešení bezbariérových přístupů do objektů to pomocí špičkových produktů a služeb: schodolezy, vertikální plošiny, schodišťové plošiny a sedačky, zvedací a manipulační zařízení, bezbariérové úpravy a nájezdové rampy, vybavení koupele.

• **Horský hotel Rajská Bouda, Malenovice, Beskydy**

739 11 Malenovice 206, tel. 603 412 832, 558 677 635, www.rajskabouda.cz, rajskab@seznam.cz. Hotel se nachází v centru rekreační oblasti Beskyd na úpatí Lysé hory, 3 km od Frýdlantu n. Ostravicí. Nabídka ubytování v 15 bezbariérových pokojích se sociál. zařízením a TV. Internet přes Wifi volně dostupný po celém hotelu. Bezbar. vstup do všech prostor hotelu, plošina k dispozici. Dostatečná šířka dveří a chodeb. Stravování: snídaně v ceně ubytování, výběr z denní nabídky a jídel po celý den. Kapacita hotelu: 67 osob. Nekuřácká jídelna, salonek pro 25–30 osob, větší sál s kapacitou pro 110 osob.

• **JABLOTRON ALARMS, a.s., Jablonec n. N.**

Pod Skalkou 4567/33, 466 01 Jablonec n. N., tel. 483 559 811, www.jablotron.cz, prodej@jablotron.cz.

Firma vyrábí zabezpečovací a automatizační techniku pro domácnosti i firmy, požární detektory, autoalarmy, GSM komunikátory, termostaty a další. Elektronické domovní systémy Jablotronu v sobě integrují zabezpečení objektu, automatizační a komunikační funkce. Firma exportuje do více než 70 zemí světa.

• **Otto Bock ČR, s.r.o., Zruč**

Protetická 460, 330 08 Zruč-Senec, tel. 377 825 044, email@ottobock.cz, www.ottobock.cz, www.rehband.cz.

Firma se specializuje na produkty z oblasti protetiky, ortotiky, invalidních vozíků, pomůcek pro hendikepované děti, sportovních bandáží a funkčního oblečení Rehband a další.

## Vyřešte kvíz a staňte se

**účastníkem losování  
o elektrický vozík  
Agave Ekon!**

Více uvnitř tohoto čísla Vozky

## Výsledky křížovky z minulého čísla

Tajenka křížovky otištěné v minulém čísle 2/2009: **Život je jako růže, nikdo jím nikdy nepohrdl, byť má trny.**

Z došlých odpovědí 18 účastníků soutěže bylo správných 17.

### Výherci drobných cen

Losování tří výherců drobných cen proběhlo 1. 9. 2009 jako vždy na dálku mezi redakcí Vozky a dispečinkem prostřednictvím webové kamery za účasti šéfredaktora Vozky Petra Dzidy a pracovník dispečinku Ostravské org. vozíčkářů Marie Bářové a Šárky Hrzibkové.

Ze správných luštitelů byli vylosováni tři, kteří obdrželi drobnou věcnou cenu – dřevěné kuchyňské prkénko ve tvaru hrušky.



- **Zdeňka Čermáková**, Havlíčkův Brod
- **Magdalena Křížová**, Orlová-Lutyně
- **Aida Linhartová**, Ostrava-Výškovice

### Sponzor soutěže Křížovka:

Ceny věnovalo **Sociální družstvo Znovoz Znojmo**, které:

- zaměstnává zdravotně znevýhodněné, a tzv. těžce zaměstnavatelné – maminky po mateřské dovolené, pracovníky v předdůchodovém věku apod.
- poskytuje všestrannou pomoc zdrav. znevýhodněným bez ohledu na bydliště.

#### Družstvo nabízí:

- Saša: originální zastřešení jakéhokoliv invalidního vozíku,
- prodej zdravotní obuvi vč. jeho individuální úpravy,
- výrobky šicí dílny, mj. strojové vyšívání, zakázkové šití, uniformy, lůžkoviny, oděvy, dekorace,
- drobnou výrobu v dřevařské dílně, mj. i upomínkových předmětů, bezbariérového nábytku,
- drobnou výrobu v zámečnické dílně, mj. broušení nožů, nůžek, zahradnického nářadí,
- výrobky výtvarné dílny, mj. různé doplňky z látky, látkové hračky,
- prodej kancelářského zboží,
- využití klubu „Relax“ sdružení Vozíčkáři Znojemska – prostory a zázemí k jejich činnosti.

#### Kontakt:

Znovoz, sociální družstvo, Kotkova 664/14, 669 02 Znojmo, tel. 739 277 618, info@znovoz.eu, www.znovoz.eu.

Redakce

# Ergoterapie pro zdraví i pro radost

Koláže pro inspiraci, pro zábavu, pro rozvoj kreativity i nácvik jemné motoriky.  
V neposlední řadě jako hezký dárek.

Koláž nabízí spoustu možností zkombinovat nejrůznější materiály, přitom podle vašich možností, ať už finančních nebo fyzických (u plegických postižení), se můžete pustit tam, až kam vám vaše kreativita dovolí. Do koláže se může pustit doslova každý, děti i ti dříve narození, zdraví i ti s jakýmkoli postižením.

## Collage – lepení

Koláž je jedním z nejpozoruhodnějších a také nejtypičtějším technických a výrazových prostředků, slovo odvozuje svůj původ z francouzského „collage“ znamenající lepení, které by tedy mělo být určujícím znakem. Pojem „koláž“ se přenesl z výtvarného umění do dalších oborů, v nichž se užívá sestřihu a spojení různých částí do nového celku. Mluví se o koláži v hudbě, literatuře, filmu, fotokoláž má už svou historii, i když novodobou. Stejně jako aplikace koláže ve videoartu, reklamě, knižní grafice a dalších formách užité tvorby.

Jako první vpojil do svého obrazu kus voskovaného plátna imitujícího proutěný výplet **Pablo Picasso**. Papírové koláže spojené s kresbou neměly pouze doplňovat obraz, ale vnesly do kompozice jistý významový posun. Například výstřížek z novin, který pomínil s dobou, se kresbou fixoval a dodal jí atmosféru bezprostřední konkrétnosti.



## Jak na to?

Zkuste si i vy udělat si svůj vzpomínkový obraz. Můžete přípravu koláže spojit s vycházkou, s prohlížením rodinných fotografií, s návštěvou obchodů se starými věcmi. To vše pak můžete dělat s někým vám blízkým nebo například trochu rodinné historie sdílet s dětmi a vnuky. Do své koláže můžete zakomponovat třeba vstupenky, pohledy, fotografie, doplňte je kamínky, peříčky a jinými drobnými předměty.

Jako základ lze použít čtvrtku tvrdšího papíru, v době, kdy už budete chtít vytvořit něco trvalejšího, si pak připravte malířské plátno nebo našepsovanou desku. Pokud nechcete mít podklad bílý, pak zvolte barvu, kterou nanese na základní papír či plátno. Zvolte nějakou hustší barvu, například akrylovou, kterou rozetřete širším štětcem.

Po zaschnutí podkladu aranžujte vámi zvolené prvky – obrázky a předměty tak, aby se doplňovaly, ladily, aby dávaly nějaký umělecký nebo faktický smysl.

Nejrůznější obrázky můžete tvarovat, vystříhávat, dokonce opalovat okraje. Jak doporučuje paní Brydová, pro lepení fotografií nebo drobných předmětů je lepší místo klasického lepidla použít lepicí gel – tzv. Malgel od firmy Nerchau, který je dostatečně silný, aby vše udržel, a navíc po zaschnutí není lesklý a je dokonale průhledný... Lepit můžete také kousky kůže, přírodniny,



svou koláž můžete doplnit i vlastní kresbou. Viděla jsem krásné koláže, na kterých se podílela celá rodina – od dětí, přes rodiče až po dědu a babičku. Všichni do ní vnesli kus sebe, kus svého světa i s malými nedokonalostmi, který ten náš svět tvoří. Také znám rodinu, která tvoří koláž už několik let a ta se mění a doplňuje tak, jak jim život plyne.



Neobávejte se pustit se této inspirativní a práce, která rozvíjí mnoho aspektů vaší osobnosti, včetně toho fyzického.

Podle Moniky Brydové  
a [www.brydova.cz](http://www.brydova.cz), [www.wikipedia.cz](http://www.wikipedia.cz)  
připravila Blanka Falcníková

**Profesionální umělecké koláže**  
např. na: [www.doupovec.com](http://www.doupovec.com)

## KALENDÁRIUM 2009



Chystáte nějakou akci pro sebe i pro ostatní? Informujte o tom Vozku!  
Upřesňujte data, místa, kontakty na Vás. Dejte o sobě vidět a slyšet!

Datum	Akce, místo	Pramen – str.	Pořádá, informace
<b>OPAKUJÍCÍ SE AKCE</b>			
Út.	<b>Basketbal:</b> Tréninky, hala SŠED (Stř. škola elektr. a dřevozprac.), Frýdek-Místek, (je zde i bazén). Uvítáme všechny zájemce o pohyb.	SKV FM	SKV FM, Zdeněk Šnajder, 607 531 417, zdeneksnajder@centrum.cz
2 x týdně	<b>Plavání jako sport i rehabilitace</b> , bazén SOU pro těles. postiž. mládež, 17. Listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3-48	KONTAKT bB, Petr Musálek, 724 220 417
Út., Čt.	<b>Florbal na mech. vozících</b> - tréninky, hala Středního odbor. učiliště pro handicap. mládež, 17. listopadu, Ostrava-Poruba	Vozka 05/3-31 Vozka 06/4_5-22	Abak Pepino Ostrava, www.fbcostrava.cz, 603 362 127, Petr.Koutny@fbcostrava.cz
Středa	<b>ELIM - Klub seniorů</b> , ELIM, 28. října 148, Ostrava	Slez.diakonie	CPKP, Maňásková Dagmar, 596 138 006
Čtvrtek	<b>Vozíčkářské ragby</b> , tělocvična VSZŠ, Ostrava-Mar. Hory, tréninky pro členy SKO a zájemce o pohyb.	SKO	SKO – Sportovní klub Ostrava, M. Hüner, 595 781 901
Po-Ne	<b>Bazén 32 °C</b> (13 x 12 m) <b>Sanatoria Klimkovice</b> , Hýlov.	Vozka 04/1	556 422 111, e-mail: info@sanklim.cz, www.sanatoria-klimkovice.cz
Čtvrtek	<b>Integrační klub Brána</b> , pro všechny mladé od 15 do 30 let, především s těles. handicapem, Kostelní nám. 1, Ostrava 1	Vozka 04/2	Centrum pro rodinu a soc. péči, cpbrana@doe.cz, 596 116 522, 777 604 263
celoročně	<b>Rehabilitační 14denní pobyty pro ZP děti s rodiči</b> , areál Jedličkova ústavu, Praha	Vozka 07/1-62	JÚŠ, Praha, 241 083 100, www.jus.cz, B. Vlasáková, 241 083 517, vlasakova@jus.cz.
<b>JEDNORÁZOVÉ AKCE</b>			
<b>Rok 2009</b>			
dle aktuální nabídky	<b>Kurzy kreativní výtvarné tvorby</b> – kreslení, malování, volná tvorba, figura a portrét. Galerie Mlejn, Ostrava.	Vozka 08/4–37	Galerie Mlejn, Nádražní 138a, Moravská Ostrava, 596 136 033, www.mlejn.com.
20.–23.10.	<b>Medical Fair Brno Central Europe 2009, REHAPRO-TEX</b> – výstava zdravotnictví, zdravotnických, rehabilitačních..., Výstaviště Brno		Veletyry Brno, 541 152 818, medicalfair@bv.cz
29. 10., 15 h.	<b>Valná hromada Ostravské organizace vozíčkářů</b> , Dům s pečovatelskou službou (DPS), Horymírova 121, Ostrava-Zábřeh	Vozka 09/3–5	OOV, 596 786 353
31. 10.	<b>Soutěž Vozky o elektrický vozík – uzávěrka odpovědí na „Kvíz barevný“ – poslední možnost zapojení do losování o el. vozík.</b>	Vozka 09/3–75	Redakce Vozka, 596 783 174 (10–18 h.), dzidopetr@volny.cz
říjen (?)	<b>Paseká trefa, turnaj v šipkách</b> , Paseka u Šternberka	Vozka 08/4–45	kgottwaldova@olupaseka.cz
podzim	<b>Open Day Car Club Ostrava</b> – prezentační akce pro stávající i budoucí klienty Car Club, lokalita Obchodního centra a autosalonu Auto Keller, Ostrava.	Vozka 09/3–34	Car Club, www.carclub.cz, www.handycard.cz
podzim (?)	<b>Hendikemp</b> , zážitkový pobyt pro hendikep. děti a jejich rodiče, Záhorie u slovenské Senice	Vozka 08/4–52	SKV Frýdek-Místek na www.skvfm.com.
21.11.	<b>Uzávěrka přihlášek do Videofestivalu „S vámi nás baví svět“</b> , festivalu snímků ze života osob s handicapem a z činnosti humanitárních organizací. Snímky do 31.12.		HANDICAP LYCEUM Praha, www.hclpraha.cz, hclpraha@volny.cz, 224 910 364.
listopad–prosinec	<b>Soutěž Vozky o elektrický vozík – vyhodnocení, předání el. vozíku výherci.</b>		Redakce Vozka, dzidopetr@volny.cz, 596 783 174
únor, květen, září 2010, únor, květen 2011	Vzdělávací e-learningové kurzy a víkendové pobyty pro osoby pečující o blízkého s postižením SMA (spinální muskulární atrofie)	Vozka 09/3–14	Kolpingova rodina Smečno, Slaný, 777 558 246, www.dumrodin.cz.
1. 5. 2010	<b>Videofestival S vámi nás baví svět</b> , 6. bienále a 14. festival snímků ze života osob s handicapem a z činnosti humanitárních organizací, zámecké divadlo Na Kovárně, Poděbrady		HANDICAP LYCEUM Praha, www.hclpraha.cz, hclpraha@volny.cz, 224 910 364.

Informace jsou přebírány z uvedených zdrojů a kromě akcí OOV není záruka jejich aktualizace.

Doprava na vybrané akce v Ostravě a okolí: dopravní služba OOV ALDI O, tel.: 596 786 353

Projekt Magazín VOZKA byl vydán a financován také za podpory a z prostředků:

- Ministerstva zdravotnictví ČR,
- Města Ostravy,
- Nakladatelství UMÚN s.r.o.,
- TATRA a.s.,
- Nadace OKD

**OSTRAVA!!!**

# INZERCE

Soukromou inzerci si můžete podat také na web. stránky OOV: [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz)

## PRODEJ

• **Prodám pásový schodolez** ve velmi dobrém stavu, cena 10 tis. Kč. Info na tel. 602 792 694, nebo e-mail Alik2@seznam.cz.

• **Prodám polohovací postel** s ovladačem, původní cena 30 000 Kč, nyní za 9 000 Kč. Mobil: 604 341 064, Ostrava.



• **Prodáme zánovní dodávku FIAT DUCATO 2.8 JTD, r.v. 2006.** POZOR \_ auto je KOMPLETNĚ VYBAVENO PRO: řízení dodávky přímo z elektrického invalidního vozíku! Může se tam lehce nasunout i sedačka a vůz lze řídit normálně ze sedačky. Auto je v absolutním výborném stavu bez jakýchkoli závad. Výbava: automatická převodovka, úprava posilovače, KOMPLETNÍ ruční řízení pro ZTP + všemožné úchytky a vychytávky, elektricky sklopná opěrka hlavy, elektrické kotvení vozíku, elektrická rampa na zdviž vozíků (dálkové ovládání). Vůz je určen pro přepravu až 2 invalidních vozíků nebo 5 osob. Vůz je po prvním majiteli, má najeto pouze 9.000 km a motor jezdí na naftu. Cena vč. kompletní výbavy a úprav je 590.000 Kč. Můžete si požádat sociální

odbor o proplacení úprav, které činí v ceně cca 200.000 Kč. Zájemcům zašlu fotografie. Zájemcům zašlu fotografie, pište pouze na email. Jan Boštík, Myslibořice, e-mail: johnybos@seznam.cz.

• **Prodám krásný PEUGEOT 307 SW** (černá metalíza) KOMPLETNĚ upravený pro přepravu vozíčkáře i řízení! Rok výroby 2006, automatická převodovka, najeto pouze 40.000 km, VÝBORNÝ STAV bez závad, první majitel, servisováno. Auto má kompletní elektronickou výbavu (klima, el. okna a zrcátka, ALU disky). Výbava pro ZTP: jeřábek v kufru na nakládání vozíků, lehce vyjmutelné zadní sedačky, koberečky proti oděnění prahů vozíkem, ruční řízení vč. elektronického plynu, úchytky ve dveřích, úchytky ruční brzdy, elektricky posouvatelná sedačka řidiče do všech směrů, sólo startér, panoramatická střeška, koule na volantu, atd... Cena je vč. všech úprav 330.000 Kč. U soc. úřadu si můžete vybařit proplacení úprav po ocenění úprav zvlášť od ceny vozu. Zájemcům zašlu fotografie, pište pouze na email. Jan Boštík, Myslibořice, e-mail: johnybos@seznam.cz.

## BYDLENÍ

• **Nabízím podnájem** ve velkém nově rekonstruovaném 2+1 v panelovém domě



## Přihláška k odběru magazínu VOZKA

### Přihlásit se můžete

- telefonicky:
  - tel. redakce: 596 783 174, 10-17 h.,
  - tel. vydavatele, Ostravské organizace vozíčkářů: 596 786 353 (8-13 h.)
- e-mailem: [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz) (redakce)
- z webových stránek: přihláškou staženou z [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz)
- dopisem: adr. Redakce Vozka, Petr Dzido, Tylova 4, 700 30 Ostrava 30

Při přihlášení uveďte: Vaši celou adresu a telefonní číslo.

Roční předplatné: minimální spodní hranice 100,- Kč/rok/4 čísla. Při přihlášení v průběhu roku: částka podle počtu nevydaných čísel. Na požádání Vám můžeme zaslat poslední již vydané číslo (pokud je skladem).

## VOZKA kaleidoskop informací pro vozíčkáře

v Opavě jedné osobě nebo páru s tělesným postižením (vozíčkáři). Byt je plně bezbariérový včetně přístupu a od výtahu je plošina. K dispozici je jeden pokoj, snížená kuchyňská linka, koupelna a wc (s bidetem). Poblíž je zdravot. středisko, lékárna, obchody, markety, park a cesty pro procházky na invalidním vozíčku. Uvítám člověka pracujícího na PC. Tel. pouze pro sms: 605 947 751. ■

# VOZKA

4x/rok

~ 80 stran

## RADY, INSPIRACE MOTIVACE

Kaleidoskop informací o životě a pro život na vozíčku

## SEVEROMORAVSKÝ MAGAZÍN PRO VOZÍČKÁŘE

Redakce oceněna „STŘÍBRNÝM KAMÍNKEM 2007“ za nápaditou zpravodajskou a publicistickou činnost

Info, objednávky: tel. 596 783 174 (10–18 h.), [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz), [www.vozickari-ostava.cz/vozka/pagevoz.htm](http://www.vozickari-ostava.cz/vozka/pagevoz.htm)

### VOZKA

Severomoravský  
magazín  
pro vozíčkáře  
a jejich přátele

Rady,  
inspirace  
a motivace  
pro život  
na vozíčku

Vydává: OSTRAVSKÁ ORGANIZACE VOZÍČKÁŘŮ Horymírova 121, 700 30 Ostrava-Zábřeh, [www.vozickari-ostava.cz](http://www.vozickari-ostava.cz), tel. 596 786 353, IČO: 66933579, bank. účet: ČSOB a.s., 373704983/0300 ■ Redakce, objednávky, inzerce (šéfredaktor, grafika, zlom, sazba, správa distribučního kmene, inzerce, marketink): Ing. Petr Dzido (dz), Tylova 4, 700 30 Ostrava 30, tel. 596 783 174, e-mail: [dzidopetr@volny.cz](mailto:dzidopetr@volny.cz) ■ Vedoucí vydání, redaktor, korektor: Pavel Plohák (pp), Redaktoři: Blanka Falcníková (bf), Hana Klusová (hk), Jiří Muladi (dj) ■ Technická spolupráce: Tomáš Dvořák, Řadan Freiberg ■ Náklad 1350 ks ■ Vychází 4x ročně v Ostravě ■ Cena předplatného: minimálně 100 Kč/rok ■ Registrace: MKČR E 12818 ■ Tiskne Repronis, Ostrava ■ Distribuci pro předplatitele provádí v zastoupení vydavatele společnost Česká pošta, s.p. Postservis, Poděbradská 39, 190 00 Praha 9, tel. 284 011 810, -811, -813, -814. Smluvní vztah mezi vydavatelem a předplatitelem se řídí Všeobecnými obchod. podmínkami pro předplatitele ■ Články (podepsané i zkratkou) nemusí být shodné s názory redakce a vydavatele ■ Vyhrazujeme si právo redakčně upravit externí příspěvky, nevyžádané rukopisy a snímky nevracíme ■ Vydáno za finanční podpory: Ministerstvo zdravotnictví ČR, Město Ostrava, Nakladatelství UMŮN s.r.o., TATRA, a.s., Nadace OKD aj.

Magazín VOZKA je adrešně distribuován v do všech krajů ČR: zdravotně postiženým; partnerským organizacím poskytujícím služby zdrav. handicapovaným; na kontaktní pracoviště rehabilitačních ústavů a nemocnic; do vybraných Domovů důchodců a školských zařízení pro výuku zdravotně handicapovaných dětí a mládeže; veřejnoprávními institucím, zabývající se problematikou zdrav. handicapovaných občanů; firmám, poskytujícím služby zdrav. handicapovaným občanům; do hlavních knihoven ČR.

# Komplexní systém

vysoce kvalitních pomůcek  
pro pacienty

s poruchami vyprazdňování  
močového měchýře



Urinální kondomy  
a sběrné sáčky **Conveen**

Hydrofilní katetry pro čistou  
intermitentní katetrizaci **SpeediCath**,  
připravené k okamžitému použití

Absorpční pomůcky pro ženy  
i muže **Conveen**



## KUPON:

Jméno a příjmení: .....

Adresa: .....

Telefon: .....E-mail: .....

Používám pomůcky.....od firmy.....

Ano, mám zájem o testovací balíček

## Katetry SpeediCath:

Mužský: Nelaton CH12  CH14

Tiemann CH12  CH14

Ženský: CH12  CH14

**Conveen** (urinální kondomy + sběrné sáčky)

Podle zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů v platném znění, souhlasím se zpracováním vyplněných osobních údajů společností Coloplast A/S za účelem poskytování bezplatných doplňkových služeb. Vaše zpracovávané osobní údaje vám na vaši žádost zpřístupníme. Souhlas je poskytnutý až do vašeho písemného odvolání a jeho zaslání na adresu správce údajů: Coloplast A/S, Avenir Business Park, Radlická 740/113d, 158 00 Praha 5

Vyplněný kupon zašlete, prosím, na adresu:

**Coloplast A/S**

Avenir Business Park,

Radlická 740/113 d ,158 00 Praha 5

nebo zavolejte na bezplatnou linku:

**800 100 416**

[czconveen@coloplast.com](mailto:czconveen@coloplast.com)

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

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

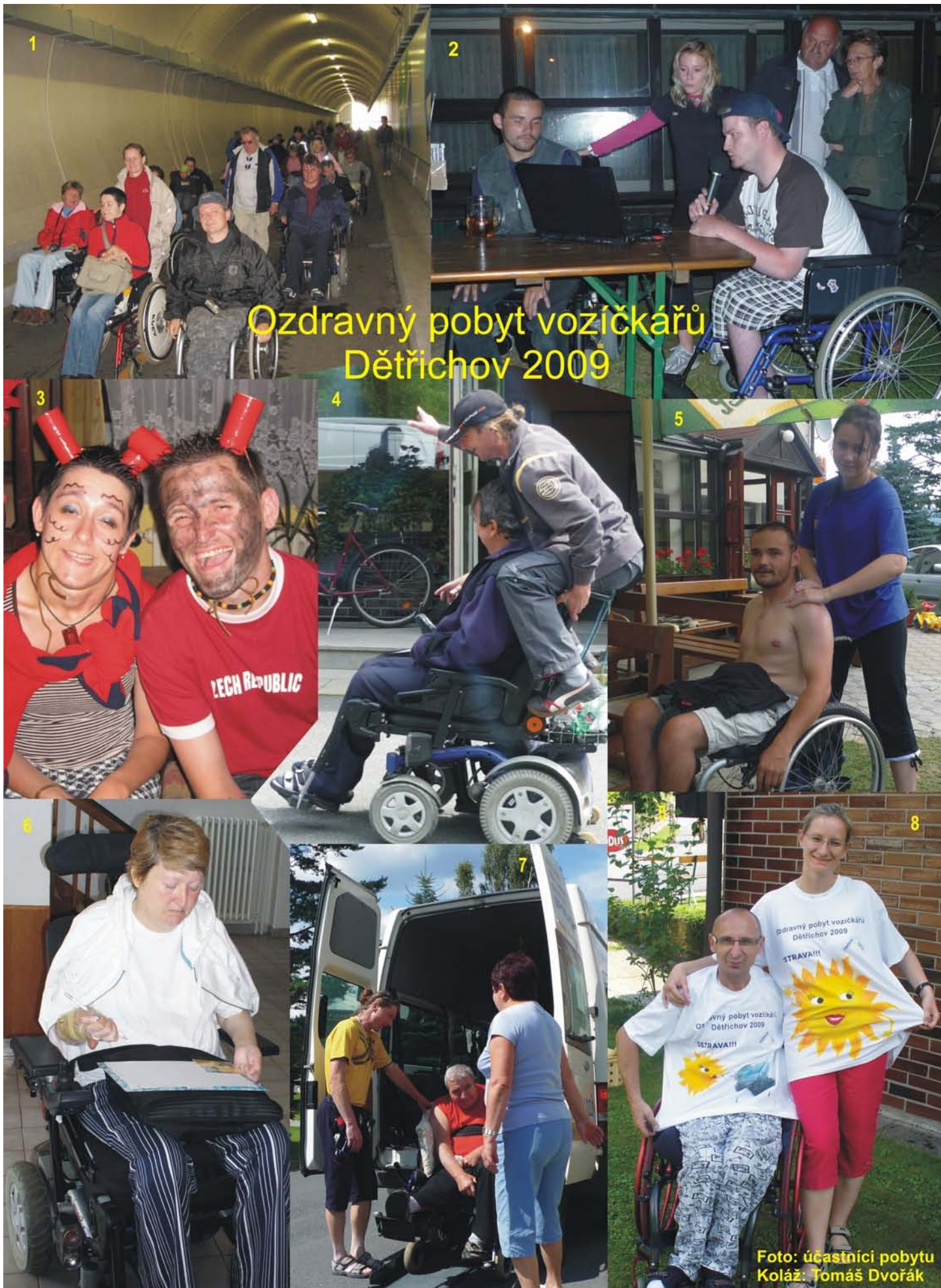
Datum:..... Podpis:.....

**Conveen**



**SpeediCath**





## Ozdravný pobyt vozíčkářů Dětřichov 2009

1. Tunelem k turbinám elektrárny Dlouhé stráně 2. Caru-show - objevení nových zpěvackých talentů 3. Karneval Nebe - Peklo - Ráj. Samí čerti 4. Celou dobu vás vozím, tak teď ty mne: Hyjé koniku! 5. Po cvičení masáž od krásné Veroniky 6. Co asi na to tričko nakreslím? 7. Speciální mikrobuse dopravy ALDIO byl k dispozici celý týden - paráda! 8. Letos přálo počasí, všude samá sluníčka!

Foto: účastníci pobytu  
Koláž: Tomáš Dvořák