



# MANUS

## PROSTĚJOV

manuspv@manuspv.cz www.manuspv.cz

### výroba, montáž a servis

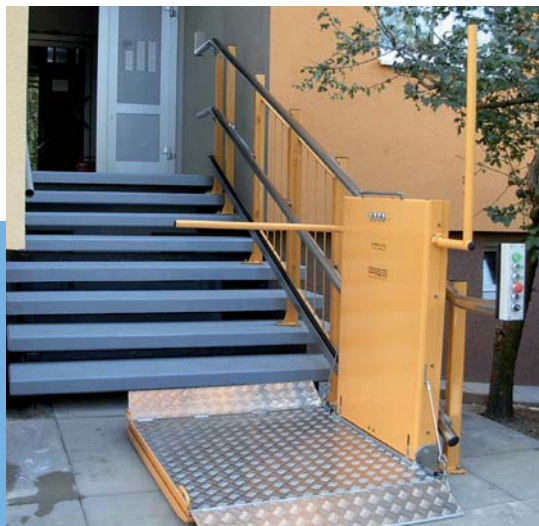
- šikmé schodiškové plošiny pro imobilní osoby
- svislé zvedací plošiny pro imobilní osoby
- domácí výtahy
- nájezdové rampy
- mobilní schodolezy

MANUS Prostějov, spol. s r.o.

Za drahou 4332/4, 796 87 Prostějov

tel.: 582 360 558, fax: 582 301 244

# život bez překážek



## THERA TRAINER

THERA vital



LÉČEBNÉ POHYBOVÉ PŘÍSTROJE THERA TRAINER®  
OD NĚMECKÉ SPOLEČNOSTI MEDICA

VÝVOJ NA ZÁKLADĚ 20 LETÝCH ZKUŠENOSTÍ

Každodenní cvičení na přístroji Thera:

- redukuje křeče
- podporuje sílu a vytrvalost
- omezuje poruchy prokrvení
- odstraňuje edémy
- zamezuje ztuhlosti kloubů
- zlepšuje metabolismus
- omezuje bolestivé symptomy

Všechny přístroje jsou podporované elektromotorem.

Rádi Vám poradíme  
s možnostmi finanční podpory.

Výhradní dovozce:

PROORMEDENT, s.r.o.

Modřanská 621/72

143 00 Praha 4

Česká republika

Tel.: +420 241 403 520

Mobil: +420 725 005 501

Email: info@proormedent.cz

proormedent

www.proormedent.cz  
www.thera-trainer.cz

# SPOLEČNÝ NÁVRAT K POHYBU



Ačkoliv bude slovo „Vánoce“ v obsahu posledního letošního Vozíčkáře zmíněno jen několikrát, dá se říct, že v rukou držíte po všech čertech adventního Vozíčkáře. Nechceme jako většina časopisů referovat o předvánoční

horečce, o štedrovečerním hodování nebo o té všude skloňované, a přitom spouště lidí zapovězené pohodě. Časopis Vozíčkář je adventní jinak...

Tématem čísla je samota. I když se vlastně jedná jen o velký rozhovor a drobnou úvahu, myslím, že si samota pozornost zaslouží, hlavně v dobách, kdy všichni apelují na rodinné kruhy, přátelství, blízkost... Hodně lidí s hendikepem nemá kolem sebe desítky přátel. Jak se s touto situací vyrovnat? Jak s opuštěním bojovat? Rozhovor s psychologkou Alenou Slezáčkovou stojí rozhodně za pozornost.

Mít dítě je snem mnoha párů, hendikep této touze rozhodně nebrání. Jak to ale vidí úřady, když se v žádostech o adopci dítěte objeví zaškrtnutá kolonka „zdravotní postižení“? Zapátrala Tereza Dědinová a podává jak praktické rady, na koho se obrátit, tak i zkušenosti anonymních diskutujících.

Dále už budou témata čísla optimističtější. Přečtete si příběh dvou úspěšných mužů z oboru právníckého anebo zajímavosti z technologické rubriky. O designu bude vyprávět student, který se svým návrhem robotických nohou uspěl ve velké soutěži. Téma cestování přináší pár praktických rad na jaro (geocaching nebo jachting), v rubrice aktuálně najdete referenci o posunu ve výstavbě cyklostezek. Věděli jste, že každá z nich musí být plně bezbariérová? Kultura zase přináší řadu zajímavých reflexí a ukázkou vtipné knížky.

To ale nejsou jediné důvody, proč je toto číslo vánoční i bez zmínky Vánoc. Máme pro vás hned několik dáreků. Juchůůů:

1. Páté číslo je tlustší, tudíž si v něm na závěr roku a v dlouhých zimních večerech můžete déle listovat. Našel se i prostor pro povídky nebo úryvky z knížek.

2. Zúčastněte se soutěže o hodnotnou cenu a uvítejte doma robota. Určitě vám příjemný úklid a věčně špinavé podlahy po návratu z podzimních výletů budou ty tam.

3. Začínáme distribuovat Vozíčkáře i na Slovensko, a tudíž zařazujeme i novou rubriku nazvanou Slovenský periskop. Stejně tak jako se periskopem zkoumá situace za hranicemi, i my budeme psát o tom, co naše sousedy trápí, co je těší a co zrovna hýbe světem lidí s hendikepem v našich kolegů. Znáte někoho, koho by mohl náš časopis potěšit? Dejte mu o naší nabídce vědět!

Krásný advent i pokojné svátky přeje všem čtenářům Vozíčkáře

Aneta Šedá

## Z obsahu

### Liga informuje

Vánoční Úsměv v centru Brna .....	2
Centrum denních služeb úspěšně odstartovalo .....	3
Rodiče s hendikepem mají svůj portál .....	3
Život nejen na kolech už má další vítěze .....	4
Psi se nikdy neperou doopravdy.....	6

### Legislativa

Exekuce dávek na sKartě? .....	9
Změkčení sociální reformy od 1. 12. 2012.....	9
Vyměňte parkovací průkazy .....	9

### Téma

Samota nemusí být jen zlá .....	10
14 bolestných kamenů .....	13

### Aktuálně

Hrozba třetího tisíciletí – extrémní obezita .....	18
Řekni mi, jak vypadá tvůj vozík, a já ti řeknu, kdo jsi .....	19
Adoptivními rodiči snadno a rychle? .....	20
Národní cyklostrategie .....	22

### Osobnost

Dostala jsem druhou šanci a nechci ji promarnit! ....	24
---	----

### My se světem, svět s námi

Místa činu nebývají bezbariérová .....	26
Při volbě povolání hendikepovaných jde vždy o volbu z rozumu .....	26

### Technologie

Střípky z historie .....	29
REHACARE nezklamal – přilákal 51 000 lidí.....	29

### Vozíčkář na cestách

Geocaching otevírá nový rozměr bezbariérové turistiky .....	31
Na hranici možného.....	31
„Proč se v Česku nemůže pít alkohol?“ .....	32

### Slovenský periskop

Slovenští hendikepovaní žijící za hranicemi přicházejí o sociální dávky .....	33
---	----

### Kultura

Nikdy nepůjdeš sám – umění nemusí hladit po duši .....	35
Když Papíry na hlavu mohl ocenit Uklízeč a ředitel .....	36
Stroj času s ručením omezeným.....	36

### Sport

O prokletí a světle .....	38
Mezinárodní turnaj v Pardubicích.....	39

### Inzerce



str. 2



str. 4



str. 19



str. 32

**VOZÍČKÁŘ** je periodikem registrovaným MK ČR pod číslem E 6250.

Adresa redakce a vydavatele: Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno, www.ligavozic.cz, 537 021 493, IČ: 0049 94 12

Soukromá inzerce, objednávka časopisu: 537 021 493, info@ligavozic.cz

Šéfredaktorka: Aneta Šedá (ata), 725 022 259, vozickar@ligavozic.cz Počítačové zpracování: Vladimír Ludva

Tisk: Tiskárna Helbich, a.s. Rozesílka: BM marketing, s. r. o.

Jazyková korektura: Marie Fišerová Obsahová korektura: Hana Valová

Foto na obálce: kolektiv autorů

Firemní inzerce zajišťuje BASS, spol. s r. o., Hana Valová, 608 635 561, hana.valova@ligavozic.cz

Vozíčkář vychází v nákladu 2500 výtisků 5x ročně, fyzickým osobám je zaslán bezplatně, v ostatních případech předplatné činí 230 Kč na rok. Uzávěrka příštího čísla je 26. 1. 2013.

Názory obsažené v článcích nemusejí být shodné s míněním redakce, ručí za ně jejich autoři. Redakce si vyhrazuje právo finálních úprav všech přijatých textů.

Realizaci časopisu podporují:



Projekt byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky a Vládního výboru pro zdravotně postižené občany



## Vánoční Úsměv v centru Brna

Setkání, dárky, pomoc i vánoční atmosféra se vším všudy. To je akce **Pro Váš úsměv** v novém. V nových prostorách, s novou náplní, s novou energií.



Zveme vás srdečně na předvánoční setkání neziskových organizací, lidí se zdravotním hendikepem i jejich příznivců, na trh chráněných dílen. Poznamenejte si do kalendáře dny **14.–15. prosince** a přijďte navštívit usměvavou akci do centra města – v prostorách **rektorátu VUT Brno** na Antonínské ulici.

**Akci Pro Váš úsměv** znáte jistě důvěrně z veletrhů Medical Fair a Rehaprotex. Kona se 16 let v podzimním čase na brněnském výstavišti, letos se však výstaviště rozhodlo změnit zajeť koleje a přesunout veletrh na jaro. Přesto jsme se rozhodli, i když kvůli výše zmíněným okolnostem v šibeničním termínu, sedmnácté předvánoční setkání uspořádat, a to přímo v rozzářeném centru Brna. Sejděme se, vyměňme si zkušenosti, nakupme dárky a potěšme zároveň i klienty chráněných dílen. Tak, jak jsme na to byli po celá ta léta zvyklí!

Na co se můžete těšit a co na vás čeká?

- trh chráněných dílen (nakoupíte dárky téměř last minute)
- ukázky výcviku asistenčních psů
- stánky firem nabízejících kompenzační pomůcky (přijďte si mimo jiné vyzkoušet Genny – dvoukolový elektrický vozík na principu segway)
- informace o různých sociálních službách
- besedy, semináře, kulturní vystoupení
- soutěž o nejlepší vánoční cukroví
- setkání se známými a blízkými lidmi
- v neposlední řadě vánoční punč, prodej vánočních stromků v květináči, na vůni vanilky i pohodu uprostřed Brna, uprostřed shonu.

Na pódiu zazní písničky v podání klientů různých sociálních zařízení, zhlédnout bude možné i krátké filmy a výstavu nejlepších fotografií **17. ročníku fotosoutěže**

Život nejen na kolech.

Vstupné je **dobrovolné**, návštěvníci se můžou sami rozhodnout, kterou z organizací podpoří nákupem dárku nebo i jinak. Ve veřejné sbírce, kterou vede psí superhrdina Batdog, například můžou pomoci klientovi Ligy vozíčkářů s roztroušenou sklerózou k získání asistenčního psa.

Doprovodný program této akce nabídne především vystoupení integračních tanečních souborů v Bezbariérovém divadle Barka, a to v pátek večer od 19.30.



Akce pro Váš úsměv se otevře **v pátek 14. prosince od 10.00 do 18.00, v sobotu 15. prosince od 10.00 do 16.00.**

Těšíme se na vás!

(ata)

## Vánoce, Vánoce přijíždějí... sejděme se, přátelé!



Liga vozíčkářů vás zve na tradiční akci pro lidi s otevřeným srdcem

## PRO VÁŠ ÚSMĚV 2012

**14.–15. PROSINCE 2012**

**v pátek 10.00–18.00**

**v sobotu 10.00–16.00**

**VE DVORANĚ  
REKTORÁTU  
VUT BRNO –  
ANTONÍNSKÁ 1**

Vstupné dobrovolné – je na vás, jakou organizaci a jak podpoříte.

Přineste nějakou ozdobu na stromek nebo vánoční cukroví do soutěže a vyhraďte pěkný dárek pro celou rodinu.



- prezentace kompenzačních pomůcek
- prodej výrobků chráněných dílen
- vánoční dárky, které pomáhají
  - přehlídka sociálních služeb
  - asistenční psi
- výstava fotografií
- vánoční stromky v květináči
- punč, cukroví, ozdoby
- informace i pohoda v centru Brna

Partneři:



Projekt byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky a Vládního výboru pro zdravotně postižené občany.

## Centrum denních služeb úspěšně odstartovalo

Několik spokojených klientů navštěvuje Centrum denních služeb v Lize vozíčkářů. Takto o aktivitách klientů píše Hanka Svobodová, vedoucí centra: „Naši klienti si nejvíc oblíbili výtvarné činnosti. Tvoříme z fima, navlékáme korálky (náušnice, náramky, výroba hvězd a andálků), malujeme na sklo. Od září jsme navštívili několik výstav: na hradě Špilberk to byla expozice Ano v bílém: vše o svatbách, byli jsme v Anthroposu, viděli jsme výstavu orchideí v Arboretu. V plánu máme navštívit výstavu origamů a vánoční trhy. Dále se v CDS věnujeme vaření, paměťovým cvičením a promítání filmů. Běžný den v CDS začíná posezením u kávy a čaje, následuje krátké protažení a dechová cvičení, pak se věnujeme hlavním činnostem dne. Když nám přeje počasí, zařazujeme i procházku po okolí. V současné době připravujeme výrobky na akci Pro Váš úsměv, kde se s námi i mohou zájemci o tuto službu potkat, dozvědět se více o našem programu a prohlédnout si naše výrobky.“

(ata)

## Rodiče s hendikepem mají svůj portál

Ve Vozíčkáři se nevyhýbáme žádné z oblastí životů lidí s hendikepem. A tak po cyklu o sexualitě nebo článku o manželstvích s hendikepem zcela přirozeně došlo i na téma rodičovství.

Protože jde o nelehký životní úkol, kladou si hendikepovaní a jejich blízcí často mnoho otázek, jak ho zvládnout. Není nad zkušenosti. Ale najít informace a inspiraci o tom, co obnáší rodičovství okořeněné hendikepem, není vůbec jednoduché. Právě z řad našich čtenářů vzešly první nápady, že by mohli hendikepovaní rodiče sdílet své zkušenosti prostřednictvím nového portálu.

Liga vozíčkářů tuto myšlenku podpořila a vznik takového portálu umožnila. Zveme proto všechny rodiče se zdravotním postiže-

ním, kteří by se rádi podělili o radosti ale i o problémy se svými ratolestmi a pomohli si tak navzájem. Maminky nebo tatínkové a další zájemci o toto téma mohou nově navštívit stránku [www.rodicemshendikepem.cz](http://www.rodicemshendikepem.cz).

Co návštěvníci čeká? Jádrem celého projektu je diskusní fórum otevřené vašim příspěvkům, otázkám a radám. Nechtěli jsme ho nějak příliš strukturovat, uvidíme, jaké budou mít návštěvníci požadavky. Chtěli bychom vytvořit komunitu, v níž si budou moci povídat lidé, i když zrovna bydlí na druhém konci republiky.

Kromě diskusního fóra zde najdete i odborné články, rady odborníků i odkazy, kde čerpat inspiraci. Registrace je velmi snadná a bezplatná, zvládne ji skutečně každý. Pak už je velmi jednoduché klást otázky, odpovídat a zapojit se do zajímavého projektu.

Doposud žádný fungující portál pro širokou skupinu lidí s různými formami hendikepu v Česku neexistuje. Inspiraci jsme proto hledali v zahraničí, kde si takto rodiny předávají zkušenosti. Dokonce existuje v zahraničí projekt, kde novopečený hendikepovaný rodič, pokud chce, získá mentora – zkušenějšího rodiče s co nejvíce podobným postižením, který mu radí, jak na různá úskalí s rodičovstvím spojená.

Jak na dítě, když se matka pohybuje s berlemi nebo na vozíčku? Jak jej nejlépe přebalovat? Jak si uspořádat den? Jak si s ním hrát? Jak ho uhlídat?

Zajímá vás to také? Navštivte stránky [www.rodicemshendikepem.cz](http://www.rodicemshendikepem.cz). (kn, ata)



Tento projekt je spolufinancován z prostředků ESF prostřednictvím Operačního programu Lidské zdroje a zaměstnanost a státního rozpočtu České republiky.

## Na některých pobočkách končí projekty. Jedeme ale dál

Na pobočkách Ligy vozíčkářů se pořád něco děje. I v Blansku a ve Žďáře nad Sázavou. Sotva se úspěšně završila Šance bez bariér, odstartoval projekt Zapojte se...! a nabídl tak další příležitosti pro lidi se zdravotním hendikepem.

Jak tedy projekt Šance bez bariér uzavřel svou činnost? Nejlépe za vše hovoří statistiky. Když si navíc za každým číslem představíme příběh klienta, kterému konzultant otevřel nové obzory, dodal sebevědomí nebo pomohl najít práci, hned je čtení veselejší. „Ve Žďáře, v Blansku a v Hodoníně jsme spolupracovali se 195 klienty, do PC kurzu se zapojilo cel-

kem 98 klientů a workshopu se zúčastnilo 62 klientů. Díky kvalitní spolupráci se zaměstnavateli se podařilo zaměstnat 56 klientů, 36 zaměstnavatelů pak využilo finanční dotaci z projektu,“ uvádí koordinátorka Jana Nekardová.

Na další klienty v projektu Zapojte se...! se těší Michaela Kubešová, se kterou jste se v Lize mohli setkat už dříve jako se sociální pracovníci. „Účastníkem nového projektu se může stát každý, kdo je zdravotně postižený a rád by našel pracovní uplatnění na otevřeném trhu práce. Zdravotním postižením je přitom myšleno nejen postižení tělesné či mentální, ale i zdravotní problémy související s civilizačními nemocemi, např. cukrovka, astma, obezita, nádory, alergie, vysoký krevní tlak, poruchy příjmu potravy, psychické potíže aj.“ vysvětlila Michaela Kubešová.

Nabízíme pomocnou ruku lidem se zdravotním postižením, kterým se krátkodobě či dlouhodobě nedaří nalézt zaměstnání. Cílem spolupráce s našimi klienty je řešit nejen jejich okamžitou situaci, ale poskytnout především návod na opakované řešení situací spojených se ztrátou zaměstnání. K tomuto účelu slouží jednak individuální konzultace a také vzdělávací kurzy zaměřené na obsluhu PC, jejichž cílem je zvýšit kvalifikaci klientů a tím i jejich konkurenceschopnost na trhu práce. Nabídku aktivit projektu doplňuje workshop „Jak na pracovní pohovor“.

Mimo spolupráce s klienty se zaměřujeme i na zaměstnavatele, kterým nabízíme poradenství týkající se zaměstnávání lidí se zdravotním postižením a také možnost využití mzdové dotace.

Díky tomu, že jsou aktivity projektů financovány z prostředků ESF prostřednictvím OPLZZ a státního rozpočtu ČR, jsou veškeré nabízené služby a kurzy bezplatné.

Bližší informace poskytnete:

Bc. Michaela Kubešová  
koordinátorka projektu Zapojte se...!  
tel: +420 725 468 835  
[michaela.kubesova@ligavozeic.cz](mailto:michaela.kubesova@ligavozeic.cz)



**Aktuální informace,  
články, nabídky  
a osobní inzerce  
pro vás denně  
přibývají na** ➔

**www.vozickar.com**



## Život nejen na kolech už má další vítěze

Tentokrát v pořadí **sedmácté**. Představujeme vám výběr z 30 fotografií, které oceňila odborná porota složená z předních českých fotografů. Vítězové se můžou těšit na hodnotné ceny, ostatní budou bojovat o přízeň návštěvníků akce Pro Váš úsměv nebo nových internetových stránek NAKOLECH.CZ, které zrovna vznikají. Dost už ale bylo řečí. Nejlépe o letošním ročníku fotografie vypoví snímky samotné...

(ata)



1. místo: Lucia Petrujová (bez názvu)



2. místo: Jiří Hovorka (Rakouská pláž)



3. místo: Zbyněk Cincibus (Generace)



Čestné uznání: Vladimír Žurek (bez názvu)



František Újezdský (Ranní cvičení zdravotně postižených)



Jiří Hovorka (Za každého počasí)



Pavel Šťastný (Schody)



Lenka Kreidlová (Chvilka na lodi)



Jiří Vondráček (Canisterapie)

Partneři fotosoutěže

Fotórádce.cz

FotoVideo

NOVASERVIS®  
vybavení koupelen

DIGITÁLNÍ STUDIO  
tisk-fotografie.cz

## PSÍ ŽIVOT

### Psi se nikdy neperou doopravdy

Může to být pravda? Zvlášť když v každém parku potkáte majitele psího raubíře, který vám hned hlásí „On se pořád s někým pere, ale to je přeci u psů normální“ nebo „My pořád platíme někomu za veterinu, ale to je proto, že on je tak dominantní“ a podobně.



Přestože se takovéhle názory vinou pejskařskou komunitou jako rybářská latina o velikosti chycených ryb komunitou rybářskou, troufám si tvrdit, že tomu ve skutečnosti tak být nemá.

Ve Vozičkáři 2/2012, v prvním článku o nepolidšťování psů, jsem psal, že psi žijí ve smečce kromě jiného proto, aby uspokojili své potřeby s minimálním výdejem energie. Kdyby při tom řešili vzájemné spory „opravdovým“ bojem, riskovali by své poškození, vyloučení ze smečky a možná i smrt, v důsledku zranění nebo hladu. A to oba, jak agresor, tak bránící se. Aby k tomu nedocházelo, v průběhu vývoje přeměnili psi své chování. Otevřenou agresi a boj nahradili ritualizovaným jednáním, které se stalo významným prvkem umožňujícím přežít psí rasy. Psi si při takovém jednání nikdy závažně neublíží, natož aby se zabili, i když třeba jejich chování na první pohled vypadá nebezpečně. Ve skutečnosti jen vlastně naznačují, co by udělali, „kdyby to bylo doopravdy“. Socializovaní psi se mezi sebou nikdy vážně neperou. Musí se naučit zařadit do smečky, komunikovat s ostatními jejími členy, domluvit se s nimi, nevyvolávat konflikty, a pokud vzniknou, urovnávat je bez agrese. Pes musí umět dát najevo, že ve vzájemném kontaktu nevidí problém, nebo naopak, že druhý pes se chová neakceptovatelně – a oponent musí umět komunikaci přijmout a odpovídajícím způsobem reagovat. Tak vypadá ritualizované jednání a je to nejdůležitější moment psí socializace.

Ritualizovanému chování se štěňata učí už v primární smečce u matky. Stále se kousou, a když to některé přežene, napadené štěně vykvikne a „agresor“ toho okamžitě nechá. Úlohy štěňat v téhle hře se střídají, takže pes má možnost i zjistit, jak případnou vzrůstající agresi zastavit a jaké to je, když někdo kousne moc. Postupně se tyto dovednosti prohlubují, jak pes stárne, až do dospělosti. Takže i dospělí psi, kteří si

hrají, by se měli při hře střídat v tom, kdo hraje roli agresora a kdo oběti. Ale to se týká spíš jen dospělých fen, ty si spolu hrát mohou, dospělí kluci si většinou hrají zase jen s fenami, mezi sebou ne. Dospělí samci by se měli při setkání pozdravit a pak se ignorovat, koukat „skrz toho druhého“. Ač se to někdy možná nezdá, psi jsou velmi komunikativní a sociální tvorové; umožňme jim takovými doopravdy být.

Další stránkou věci je, že pes není tvor s rukama přeměněnými na přední packy, jakýsi transformovaný člověk, ale má čtyři nohy a jeho rukou je tlama. Proto se musí naučit do tlamy dostat jistou jemnou motoriku a cit, aby ji vůbec v životě mohl používat. Aby jen všechno, co do ní vezme, nerozkousl. Stejně jako se musí lidé naučit používat ruce. Proto správně socializovaný pes nestiskne a nerozkousne nic, co nechce. Pes by měl umět brát do huby i křehké věci, aniž by je zničil. Některá plemena to mají snazší. Psi s měkkou hubou, třeba retrívři, k tomu mají blíž než třeba rotvajleři, ale nemusí to být pravidlem. Jeden labrador mi při výcviku překousl vejplů dřevněný aporť tak bytelný, že jej před ním dvacet jiných psů ani neškráblo.

Co se v socializaci pes naučí vůči druhým psům, musí se naučit i vůči lidem a případně dalším živočišným druhům, s kterými se setkává. I na to prosím myslete, v psí přirozenosti není řešit některé situace vrčením na psovoda, nebo se na něj dokonce v agresi obrátit.

Pokud je ale pes vážně a tvrdě napaden, třeba jinou šelmou, musí umět doopravdy kousnout a ubránit se – i to patří k socializaci a dovednosti „jemné motoriky“ v tlamě. Není to jen jejich ruka, ale i dost strašná zbraň.

Ale domestikovaní psi se přece občas mezi sebou perou a ublíží si, tak jak je to možné? Může za to člověk. Psa ve vývoji ovlivnil a více či méně vyblokoval jeho sociální chování. Mohlo k tomu dojít několika mechanismy:

- záměrně, u určitého plemene, jako například u pitbulů, kteří byli šlechtěni pro boj s jinými psy. U takového plemene se dá sociální chování obnovit zpětným křížením s jiným plemenem.

- chováním určitého plemene v izolaci, takže vzniklo solitérní plemeno. Jedinec takového plemene se ale dá cílenou prací socializovat.

- náhodně vzniklou tendencí v určité chovatelské stanici nebo v určité oblasti. Asociálové určí-

tého plemene se mohou rodit v určité oblasti.

- příliš časným odebráním štěněte z primární smečky od matky a chybějící následnou náhradní socializací

- chováním daného jedince v izolaci (třeba i když žije ve městě!). Neposkytnutím dostatečného prostoru a příležitostí ke kontaktům.

Takže pozor na to, za psí agresi můžeme my, ne psi, to jsou jen výmluvy, nebo podpora vlastního ega psovoda na účet druhých. Uvědomte si, že práce se psem se skládá ze tří složek – socializace, výchovy a výcviku. Ideálně zvládnutý je pes, u něhož jsou tyto tři složky všechny zastoupeny rovnoměrně. Pro ilustraci, jen socializovaní jsou třeba polodivocí „psi ulice“, umí žít ve smečce, ale ne s lidmi. Jen vychovaní jsou někteří domácí miláčci, nesnesou se s jinými psy a neposlouchají povely svého pána, ale doma jsou čistotní a chovají se správně. Konečně, pouze vycvičení jsou někteří sportovní psi, mají dokonalou poslušnost, ale nesnesou se s jinými psy a do města mezi lidi také jít nemohou.

Až příště při procházce potkáte nějakého psího agresora, nebo dokonce vašeho psa kousne jiný pes a vy vzápětí uslyšíte, že to není nic strašného, že to je mezi psy normální a stává se to, tak vezte, že to pravda není, že by se to stávat nemělo. A stejně jako mnoho jiných problémů psů a se psy, to způsobujeme my lidé, a ne psi sami. Nejhorší je, že se tím postupně spolupodílíme na degeneraci psího rodu. Tedy kromě mnoha dalších prohrěšků. *Ivan Benda*

## ... I JÁ MÁM SVÉHO SUPERHRDINU

**Chcete**  
 – pomocníka?  
 – terapeuta?  
 – kamaráda?

**Získejte ho bezplatně bez ohledu na tělesný hendikep (vozík není podmínkou).**

**Obraťte se s důvěrou na Ligu vozičkářů. Cvičíme asistenční psy v domácím prostředí formou hry, dosahujeme tak skvělých výsledků.**

**Ivan Benda, tel.: 725 466 206, e-mail: ivan.benda@ligavozic.cz**

# Svoboda pohybu.

## Nájezdová FLEXI RAMPA

Snadná přeprava vozíčkáře.

- Jednoduchým pohybem lze rampa sklopit do roviny
- Žádné omezení zavazadlového prostoru
- Rychlá montáž



Úpravy vozidel bez omezení

konto  
bariéry  
**77**

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

# 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**

**ERILENS s.r.o.**

Papírenská 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>



## MOTOmed® léčebné pohybové přístroje

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.

- > *neurologická onemocnění*
- > *Parkinsonova choroba*
- > *skleróza multiplex*
- > *mozková mrtvice*
- > *spastické ochrnutí*
- > *příčné ochrnutí*

- nový uživatelský program
- více motivace a zábavy s novou hrou MOTOmax
- efektivnější cvičení s novým, účinnějším cvičebním programem
- viditelné výsledky a bezpečnost s lepší zpětnou vazbou pomocí doplňujících funkcí

Na možnost financování přístroje si vyžádejte informace  
od výhradního dovozce pro Českou republiku:

REPO-RECK spol. s r.o., Jablůnka 239, 756 23 Jablůnka nad Bečvou

tel. 571 452 291, fax: 571 420 855, mobil: 603 214 000, e-mail: kontakt@motomed.cz, www.motomed.cz

  
spol. s r.o.



## Exekuce dávek na sKartě?

Častým argumentem ze strany vlády ČR, který hovoří „pro“ vlastnictví sKarty, je údajná nemožnost exekuce financí na ní uložených. Zde je třeba upozornit, že v současné chvíli není „nezablokováni“ financí na sKartě dáno legislativně, existuje však oficiální dohoda s komorou exekutorů, která uvádí, že do 31. 12. 2012 nebudou dávky a další finance na sKartě exekučně zabavovat. Od 1. 1. 2013 by pak již měl tento zákaz být určen legislativou v rámci občanského soudního řádu. V tomto by se

měly sKarta a technický účet s ní spojený lišit od běžných účtů občanů, které v praxi bývají v případě exekuce zablokovány.

Upozorňuji však, že výše uvedené informace neznamenaají, že dávky jsou exekučně zcela nepostižitelné! Úřad práce, stejně jako např. zaměstnavatel, má ze zákona povinnost součinnosti s exekutory, a pokud je na některou z dávek, u kterých je to legislativně možné (tedy dávky státní sociální podpory, které jsou vypláceny opakovaně), nařazena exekuce, ÚP

„strhne“ částku pro exekutory ještě předtím, než zbytek dávky zašle na účet k sKartě. Výhoda je tedy v tom, že na sKartě (na rozdíl od běžného účtu) nemohou zabavit tzv. „nezabavitelné částky“.

**Sledujte aktuální vývoj o zákonné povinnosti převzít sKarty na [www.vozickar.com](http://www.vozickar.com).**



Lucie Marková

## Změkčení sociální reformy od 1. 12. 2012

Od 1. 12. 2012 vejdu v účinnost **novely několika zákonů tzv. sociální reformy**; novely jsou pozitivního charakteru, znamenají „změkčení“ některých ustanovení jednotlivých zákonů.

Čeho se budou změny týkat především:

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

**Příspěvek na mobilitu**, dle zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, nyní není přiznáván osobám, které žijí v domově pro osoby se zdravotním postižením, v domově pro seniory, v domově se zvláštním režimem nebo ve zdravotnickém zařízení ústavní péče. **Tato skutečnost by se měla změnit a i zmiňovaní lidé by po splnění ostatních podmínek mohli mít na příspěvek na mobilitu nárok.** V těchto případech by však lidé v pobytových zařízeních neměli pravidelnost dopravování v kalendářním měsíci prokazovat pouze čestným prohlášením, ale budou muset tyto skutečnosti dokazovat. Jakým způsobem se toto bude dít, však není součástí novely zákona.

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

Další novinkou by mělo být **zrušení výpůjčky zvláštní pomůcky**, kterou taktéž upravoval výše uvedený zákon. Prostředky na pomůcky, jako je schodolez, stropní zvedací

system, schodišťová plošina a schodišťová sedačka, by se měly žadatelům poskytovat v rámci **příspěvku na zvláštní pomůcku**. Maximální výše příspěvku by měla být stejná, tedy 350 000 Kč, s výjimkou schodišťové plošiny, na kterou by se mohl poskytovat příspěvek až ve výši 400 000 Kč. Pokud by člověk čerpal příspěvek konkrétně na schodišťovou plošinu, zvýšil by se mu i nynější limit čerpání příspěvků na zvláštní pomůcku z nynějších 800 000 Kč na 850 000 Kč za 60 kalendářních měsíců.

Nepříliš pozitivní je informace, že příspěvek na schodišťovou plošinu by měl být poskytnut pouze v případě, že odstranění bariéry nepůjde dosáhnout prostřednictvím schodolezu. Navíc pokud by člověk žádal o příspěvek na schodišťovou plošinu, schodišťovou sedačku nebo stropní zvedací systém, musel by úřadu práce doložit alespoň dva návrhy řešení odstranění bariér.

### 3. Opětovný souběh rodičovského příspěvku s příspěvkem na péči

Důležitou novinkou bude opětovné **zavedení možnosti souběhu rodičovského příspěvku a příspěvku na péči**, který nyní není možný. O rodičovský příspěvek (v případě, že nyní pobíráte pouze příspěvek na péči na zdravotně postižené dítě) je nutné písemně požádat na příslušném ÚP v místě bydliště nejdříve k datu účinnosti této novely (1. 12. 2012).

### 4. Zvýšení příspěvku na péči pro děti od 4 do 7 let věku v III. a IV. stupni

Neméně podstatnou změnou by byla **novela zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb., která by měla umožnit zvýšení příspěvku na péči o 2 000 Kč, a to nezaopatřenému dítěti od 4 do 7 let věku**, kterému náleží příspěvek ve stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV (úplná závislost). Pokud by však rodině již zvýšení příspěvku na péči o 2000 Kč náleželo z důvodu nízkých příjmů (nižších než dvojnásobek životního minima rodiny), k navýšení již podruhé nedojde.

(lm)

## Zajímavý dotaz

**Ve své diplomové práci navrhují stavbu vězeňského zařízení. Je nutné řídit se při navrhování a výstavbě vyhláškou o bariérách? V praxi jsem ve vězení ještě vozíčkáře neviděl.**

V první řadě je třeba říci, že vyhláška č. 398/2009 Sb., o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb, nehovoří pouze o způsobení prostředí osobám na vozíku, ale všem osobám se sníženou schopností pohybu či orientace (tedy např. i pro nevidomé a slabozraké osoby, matky s kočárky, osoby v pokročilém věku atd.).

Dle vyhlášky č. 398/2009 Sb., o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb, je věznice brána jako „stavba občanské vybavenosti“, při její stavbě je tedy nutné zpřístupnit bezbariérově všechny veřejně přístupné prostory.

Zároveň je věznice brána jako „ubytovací zařízení“, což znamená, že alespoň 5 % všech „pokojů“ (tedy cel) musí být bezbariérových, musí tedy splňovat parametry, jako je výška vypínače, odstranění prahů, minimální manipulační prostor, šířka dveří ve vstupu, sociální zázemí atd.

(lm)

## Vyměňte parkovací průkazy

Sociální odbory obcí s rozšířenou působností vyzývají občany, kteří si ještě nestihli vyměnit označení O1 (znak vozíčkáře do vozidla) za nové označení O7 (parkovací průkaz pro osoby se zdravotním postižením), aby tak co nejdříve učinili. Výhodou nového průkazu je fakt, že jej lze využít i pro parkování v zemích Evropské unie (za konkrétních podmínek jednotlivých států).

**Nejzazší termín pro výměnu je 31. 12. 2012, od 1. 1. 2013 již staré průkazy do vozidla nebudou platné.**

Doporučujeme výměnu neodkládat, vyhnete se tak nepříjemným frontám na konci roku. *Název a razítko vyávajícího orgánu:*

### Co k výměně potřebujete?

- občanský průkaz
- přiznaný průkaz ZTP či ZTP/P
- starý znak vozíčkáře do vozidla
- 1 fotografii (lm)



## K TÉMATU

## Samota

Nevím, jestli kdy byla zpracována nějaká oficiální statistika, ale co tak slyším kolem sebe, největším problémem dospělých tělesně postižených nejsou ani peníze, nezaměstnanost či vsudy přítomné bariéry, ale samota. Téměř pokaždé, když se s nějakým kolegou či kolegyní začneme bavit trochu do hloubky, přijde řeč na to, že jedině, co by v životě skutečně chtěli, je opravdové partnerství.

Ano, žijeme v době samotářů, kdy i zdraví lidé mají problémy navazovat vztahy a kdy se obrovské množství lidí dobrovolně rozhoduje žít jako single. Valná většina z nás ovšem není sama, protože chce, ale protože musí. Není to záležitost životního stylu, ale čirá nezbytnost. Mnoho mladých lidí se po absolvování vzdělávací instituce, ať už ústavní či jiné, vrací domů, do péče rodičů. Zde největšinou žijí v izolaci od okolního světa a těžko se jim navazují přátelské, natož partnerské vztahy. Nejhorší situace je asi na vesnici či v menších městech, kde možnosti neformálně se sejit s jinými mladými lidmi jsou velmi omezené.

Negativní roli často hrají sami rodiče, a to buď úzkostným ochraňováním, či naopak afektovaným podporováním. Je to bludný kruh. Lidé, kteří dlouhodobě trpí osamocením, ztrácejí sebedůvěru, cítí se zbyteční a nepotřební, což jim přirozeně při hledání svého protějšku velice škodí.

Nejtěžší to mají podle mé zkušenosti ženy, neboť mužská představa o ženském ideálu je povětšinou velmi odlišná. Slyšel jsem už o několika smutných případech, kdy touha po partnerovi byla natolik silná, že postižení byli ochotni přehlížet i to, že je zdravý partner zneužívá či okrádá.

Samota může být strašlivá. Záleží na tom, s kým ji sdílíte. Zároveň je to ale jediná cesta k sebepoznání a uspořádání svých myšlenek. Na druhé straně, samota a soukromí jsou pro každého z nás nezbytné a platí, že čím víc je člověk na svém okolí závislý, tím víc je mu samota cennější, neboť si jí málokdy může dovolit.

Michael Vidura

**Samota je doopravdy věc tíživá. A právě o to zdravější je o ní mluvit. Původně jsem měla v plánu sestavit pestřejší plejádu článků, ale rozhovor s Alenou Slezáčkovou řekl vše potřebné. Začtete se do něj a uvidíte.**

(ata)

## Samota nemusí být jen zlá

S doktorkou Alenou Slezáčkovou jsme se sešly v podkrovní pracovně Psychologického ústavu Filozofické fakulty Masarykovy univerzity v Brně. Na střešní okna v prvním listopadovém dni dopadaly kapky deště, uvnitř zářila energií krásně rozkvetlá kalanchoe. Ale jako první můj pohled přitáhla soška hinduistického boha Šivy v podobě krále tance Natarádži; Šivův tanec představuje neustálé proměny světa, vznikání a zanikání, naději, že to staré odchází, aby mohlo přijít něco nového. Svým způsobem to souznělo i s tématem našeho rozhovoru, minimálně jako symbol změny a toho, že na změnu našeho prožívání nikdy není pozdě.

## ■ Je samota zlá za všech okolností?

Nedá se říct, že samota je sama o sobě špatná, nebo dobrá. V čem vnímám rozdíl, je to, zda je dobrovolná nebo vynucená okolnostmi. Potom by se dala nazvat spíše osaměním. Osamění pak může být nejen důsledkem, ale i příčinou dalších problémů.

Ovlivňuje nás přitom naše povaha, náš temperament, naše celkové zaměření. Spíše introvertním lidem může i vyhovovat, když jsou, ne pořád, ale často, sami. Nebo jim stačí nějaký omezený okruh lidí. Ale pro osoby, které jsou založeny extravertně, společensky, a potřebují kolem sebe spoustu lidí, je samota trýznivá. Potřeba někam patřit je jednou z našich základních přirozených potřeb. Nenaplnění této potřeby je významným rizikovým faktorem, který souvisí s duševní nepohodou, až s úzkostnými stavy, pocity beznaděje a podobně.

Hodně také záleží na tom, z jakého rodinného zázemí pocházíme – zda rodina udržovala široké sociální vazby, nebo si žila jen tak pro sebe. A sem už vstupuje hendikep – někteří hendikepovaní lidé si téma samoty přinášejí už z rodiny. Mohou se cítit izolovaní, někdy se za ně členové rodiny dokonce stydí, že jsou jiní, a pokud možno je nikam moc neberou, moc se s nimi neukazují. V extrému se to může blížit k zanedbávání až týrání.

Záleží tedy na přístupu rodiny, jestli člověk dokáže akceptovat i s jeho odlišnostmi, přijímat ho takového, jaký je, a zapojovat ho do běžných zdravých mezilidských vztahů.

Zatímco samota může být někdy naší volbou, osamění většinou ne. Jde tedy i o to, čím si samotu naplníme.

## ■ Aby se ze samoty nestalo osamění...

Přesně tak. Samota sama od sebe nezmizí, nemůžeme čekat, že by sama od sebe odešla. Dá se ale udělat první krok ven ze samoty. Pokud tedy není záměrnou volbou. Někdy totiž může být dobré stáhnout se na chvíli z vnějšího světa, srovnat si myšlenky, priority, věnovat se více sám sobě nebo nějakému koníčku; mnoho lidí potřebuje samotu, aby mohli být kreativní, nerušení v tvorbě okolí. Pak je to vlastně zužitkovaná samota. Na druhé pólu je osamění – nechtěné a nepříznivě vnímané.

■ Napadá mě, že ani z osamění nemá smysl začít bezhlavě utíkat, vrhat se do vztahů bez ohledu na cokoliv jen proto, abychom zaplnili prázdnotu, kterou cí-

tíme. Pak ten pocit samoty může být ještě horší.

To určitě. Ne vždy má smysl snažit se okamžitě prolomit samotu. Je dobré vzít ji jako možnost pro sebepoznání, uvědomit si, kdo jsem, co vlastně chci, jaké mám možnosti. Když si ujasníme svoje hodnoty, směřování, zájmy, motivy a priority, může nás to posílit. S tím pak vycházíme vstříc novým kontaktům a není už to jen takové „střílení do tmy“. Už



Tereza Dědinová



PhDr. Alena Slezáčková, Ph.D.

Alena Slezáčková absolvovala magisterské studium psychologie na FF MU v Brně, kde také následně získala doktorát z klinické psychologie. V současné době pracuje v Psychologickém ústavu Filozofické fakulty Masarykovy univerzity v Brně, kde vyučuje předměty pozitivní psychologie, duševní hygiena, psychologie zdraví a další. Těžištěm jejího výzkumného zájmu je studium silných stránek charakteru, osobní pohody a posttraumatického rozvoje osobnosti. Je zakladatelkou Centra pozitivní psychologie v ČR ([www.pozitivni-psychologie.cz](http://www.pozitivni-psychologie.cz)), zástupkyní ČR v Evropské společnosti pozitivní psychologie (ENPP) a členkou vedení Mezinárodní asociace pozitivní psychologie (IPPA). Je autorkou monografie „Průvodce pozitivní psychologií“ (vyd. Grada Publishing, 2012) a řady odborných i popularizačních textů z oblasti základního výzkumu a aplikačních možností pozitivní psychologie. Věnuje se také přednáškové a lektorské činnosti.

lépe víme, kam vykročit, koho oslovit. Myslí si, že je důležité dát samotě šanci, aby nám něco přinesla. Koneckonců jedním z těch možných vykročení ze samoty je i vykročení blíž k sobě – skrze rozjímání, meditaci nebo modlitbu. Kdy je člověk vlastně sám, ale přitom se cítí být v kontaktu s něčím, co ho přesahuje. A může ho naplňovat pocit, který vnímá jako velmi obohacující a posilující. To je dar samoty.

Potíž může nastat tehdy, když se samota přelomí do osamění.

■ **I do osamění mezi lidmi – v rodině, mezi známými, kteří třeba dojdou nakoupit, ale intimní vztah, přátelství, chybí...**

Pokud je samota spojena s pocitem smutku, nudy, bezradnosti, marnosti – určitě je dobré vložit energii do snahy ze samoty vyjít. Jak jste říkala, snadno můžeme být sami i mezi lidmi. Ale to se těm druhým těžko vysvětluje. Nemůžeme jen tak říct: „Tak jsem tady, mějte mě rádi, pečujte o mě a vyjadřujte mi vřelý zájem.“ To obvykle nefunguje.

Co lze, je snažit se být aktivnější v navazování nových vztahů – tady se nabízí například příležitost využití internetu a sociálních sítí. Na základě zkušeností se zdravotně postiženými osobami vím, že to opravdu může přinést pocit, že jsme ve spojení s někým, kdo se o nás zajímá, kdo na nás reaguje. Že někoho zajímá, nad čím přemýšlíme, co jsme viděli a kde jsme byli, jaké fotky jsme si někde na síti umístili. A projevený zájem a sdílení je významným signálem toho, že nejsme úplně sami.

V této souvislosti je ale potřeba upozornit na určitá úskalí: vztah by neměl stát jen na internetové komunikaci. A co je ještě důležitější, lidé by se měli seznámit s pravidly bezpečné internetové komunikace; velká touha po kontaktu totiž někdy může vést ke snížené obezřetnosti. A bohužel se stále objevují případy, kdy někteří lidé zneužívají neopatrnosti, citlivosti a zranitelnosti hendikepovaných lidí právě přes internet. Ale v některých případech může internet a elektronická komunikace skutečně pomoci. Člověku, který se těžko dostane sám z domu, dává možnost sdílení, výměn názorů, diskuze na různá témata. Pomáhá si uvědomit, jaké jsou naše zájmy, čemu jsme se kdy věnovali, a může



Alena Slezáčková radí: Řekněte si každý večer, co vás potěšilo a co se vám povedlo.

být pobídkou pro to, zkusit si pohledat na internetu, jestli se k danému tématu nevyskytují nějaké zájmové a diskuzní skupiny.

■ **A je skoro jisté, že se jich pár najde.**

Ano, šance tu určitě je.

Dále se na cestě ze samoty nabízí možnost posilovat a obnovovat vztahy dřívější. U lidí středního věku a starších se často setkáváme s tím, že vzpomínají na někoho, s kým bývali dříve v blízkém důvěrném vztahu, ale v průběhu let se jim ze života vytratil. Tady stojí za pokus oslovit osoby, se kterými máme nějaké společné zkušenosti, a vztahy obnovit. Je to i bezpečnější než navazovat úplně nové vztahy po internetu, neboť můžeme stavět na reálném základě položeném v minulosti, na něčem, co nás dříve spojovalo.

Občas opravdu můžeme mít pocit, že jsme na světě sami. Nikdo nezavolá, nenapíše, nikdo se nezajímá, jak nám je. Prakticky nám v tom může pomoci jedna z intervencí pozitivní psychologie. Krom možnosti navazovat nové vztahy, což vyžaduje více

odhodlání a je v tom i trochu rizika, nabízí se toto: vzít si papír a vyznačit si na něm „to jsem já“, tzn. udělat si nějaký bod. A zkusit zavzpomínat na všechny skupiny lidí, se kterými jsme se kdy potkali. Zobrazit si je jako takové bubliny kolem sebe – začít se dá kamarády ze školky,

základní školy, střední atd. Dál rodina, příbuzní, známí z různých kroužků i jednotlivci, se kterými občas přijdeme do styku – prodáváči, sousedé, kdokoliv. Další krok je zkusit si ty množiny naplnit jmény. Vzpomenout si na lidi, se kterými jsme si kdy rozuměli. Čím více se ty bubliny daří naplnit konkrétními jmény, tím více je jasné, že na světě nejsme sami. A posledním krokem je vybavit si, co nás s těmi lidmi spojovalo. Pak už se dá konkrétně oslovit třeba celá řada osob. Tady mohou pomoci různé sociální sítě, hledání na internetu – a můžeme se pak těm lidem skutečně ozvat: „Vzpomněla jsem si na tebe, pamatuješ, co jsme společně dělali, zajímá mě, jak se teď máš.“

■ **On už samotný proces, jak se původně bílý papír zaplňuje, musí být ohromně povzbudivý.**

Určitě. Začnou se nám vybavovat konkrétní jména, konkrétní tváře a zážitky. Může to být dobrá pomůcka pro obnovování vztahů.

Avšak kromě navazování nových vztahů a obnovování těch dřívějších lze také posílit vztahy už existující. Může se stát, že někdo získává od druhých méně, než by očekával. Ale je otázka, jestli jsme v tom úplně nevině a jak kvalitu vztahu ovlivňuje to, jak se sami ke druhým chováme. Co určitě pomáhá rozvíjet a udržovat dobré kontakty s lidmi, je nezaměřovat se pořád na to, co se nám na druhých nelíbí, co by měli dělat jinak nebo lépe a častěji, ale popřemýšlet nad tím, co lidé v našem okolí udělali kdy dobrého. Zaměřit se na všechno pozitivní. Už to mění naše prožívání, a když člověku v nějaké přirozené chvíli dáme najevo, že jsme vděční za to, co nám nabízí, může to pomoci. Často jsou lidé nespokojeni také proto, že se jejich komunikace nějakým způsobem kříží. „Já si něco myslím, ale neřeknu to. A když ona neříká,



že mě má ráda, tak asi nemá.“ A podobně. Upřímnost však může vnést do vztahu větší otevřenost a ta pomůže k jeho lepší kvalitě více než výčitky, že pro sebe neděláme navzájem dost.

■ **Ale asi jde o obecný princip. Je lepší ocenit pomoc druhého než si neustále stěžovat a být nespokojený. To nepomáhá ani mně, ani tomu druhému a vzniká nové napětí. Dá se naučit prožívat radost?**

Do určité míry ano, a důležitou roli hraje přesměrování naší pozornosti, toho, na co se obvykle zaměřujeme. Nemáme v sobě žádný knoflík, který stačí zmáčknout a my budeme spokojenější. Kvalita našeho prožívání ale závisí na tom, o čem a jak přemýšlíme. Co necháme vstoupit do svého vědomí. Můžu se zaměřit na krásně kvetoucí kytičku, nebo taky na to, že ten květináč už je nějaký odřený. Jedním z kroků k lepší kvalitě prožívání je snaha cíleně zaměřit svou pozornost nikoli na to, co nefunguje, co nás štve, mrzí a bolí, ale na vše, co nám přináší pocit spokojenosti a klidu, co se zkrátka povedlo. Od toho se pak lze odrazit dál. Když si všímáme dobrého, dostáváme úplně jinou energii, než když se cíleně zaměřujeme převážně na negativní věci.

V pozitivní psychologii existuje jednoduchá instrukce, které se říká „*tři dobré věci*“. Spočívá v tom, aby si člověk každý den večer vzpomněl, co ho přes den potěšilo, co se mu povedlo. Potom je dobré říct si, díky čemu se to povedlo, jakou roli jsme v tom sehráli. Bylo to jen štěstí, nebo mám dobrý pocit z něčeho, co jsem sama udělala? Dalším krokem je popřemýšlet, co udělat, aby se takové kladné zážitky opakovaly. Můžeme se snažit řídit svůj život tak, aby pozitivních zkušeností bylo více. Pozorovat, čeho si všímáme a jak o tom přemýšlíme. Pak je tu ještě jeden krok – uvědomit si, na čem nám opravdu záleží, a rozvinout tak pocit vděčnosti. Tedy nejenže něco je fajn, ale je to pro mě cenné a jsem za to vděčná. Mnohé výzkumy potvrdily, že lidé, kteří se dokážou radovat z běžných věcí a projevovat za ně vděčnost, jsou v životě spokojenější, a to i když musí bojovat s nějakým hendikepem.

**Pozitivní psychologie** je aktuální směr v současné psychologii, který vyzdvihuje význam pozitivních aspektů lidské existence a přináší cenné vědecké poznatky o jejich příčinách a souvislostech, podmínkách i důsledcích. V praxi pak nabízí konkrétní využití podporováním nadějnějšího myšlení a pozitivního prožívání, kultivaci silných stránek charakteru, zlepšení mezilidských vztahů a v neposlední řadě v přemýšlení o otázkách smysluplnosti a spirituality.

V České republice je pozitivní psychologie rozvíjena v rámci aktivit Centra pozitivní psychologie ([www.pozitivni-psychologie.cz](http://www.pozitivni-psychologie.cz)).



Ne za všechno jsme odpovědní, ale kvalitu svého prožívání ovlivnit můžeme. (Ilustrační foto)

I těžký osud se pak může nést lépe. Naše štěstí tedy do značné míry závisí na našem způsobu myšlení. A ovlivnit své uvažování je možné.

Svou roli však hrají i vrozené vlastnosti a dispozice – jsou lidé, kteří jsou přirozeně optimističtí a tenhle způsob uvažování jim jde snáz. Pak jsou lidé naladěni převážně pesimisticky, ale i tady se nabízí cesta, tzv. koncept naučeného optimismu. Lze se naučit myslet pozitivně, a začátek je právě u těch maličností.

■ **Takže se dá začít si všimát malých pozitivních věcí. A jakkoli křečovitě to pro někoho může znít, odložit na chvíli nedůvěru a zkrátka to zkusit.**

Z jakého úhlu pohledu skutečnost nasvítíme, tak ji budeme vidět – ze stinné, nebo světlé stránky. A je pravda, že pro spoustu lidí to na první poslech může znít nepřirozeně: „To se mám do něčeho nutit?“ Nejde o to, nutit se, ale vyzkoušet, co se s námi stane, když si cíleně zkusíme vzpomenout si na všechno dobré, co nám den přinesl. Od úplných drobností až po zásadní věci.

■ **Asi je důležité vzdát se představy, že se svými pocity nemůžeme nic dělat. Že se jimi jen můžeme nechat ovládat, mlátit se ode zdi ke zdi.**

Je důležité vzít život do vlastních rukou a uvědomit si, že do značné míry jsme za něj zodpovědní. Ne za všechno, ale kvalitu svého prožívání ovlivnit můžeme. Podle toho, jak se cítíme, máme energii, chuť být aktivní a vstupovat do nových vztahů. Když budu sedět doma a litovat se, zapadnu do bezedné bažiny bezvýchodnosti a deprese. Ale když si ujasním, co můžu, co mám zdravé, čeho jsem schopná, otevírá se mi prostor pro nadějnější myšlení.

■ **Takže využít třeba dočasnou samotu k ujasnění si svých priorit a hodnot může být hodně důležitý základ pro všechno ostatní.**

Může, ale když se člověk potýká s těžším znevýhodněním, může být k dosažení cíle dlouhá cesta. Když už víme, co nám dává smysl, je přinejmenším žádoucí nefixovat se pouze na zvolený stěžejní cíl, ale zkusit si nformulovat dílčí cíle, postupné kroky. Například když sedím doma, jsem sama a moc si přeji mít rodinu, tak k tomu vede dlouhá cesta a nejde to samo. Je důležité si upřesnit hodnoty a vyvodit si nějaké cíle – realistické – co bych chtěla a co můžu. Je snazší oslovit třeba kamarádku a vyrazit společně někam na výlet – pak se zvýší pravděpodobnost, že při té příležitosti potkám nové zajímavé lidi. A ne se rovnou snažit najít partnera snů. První krok otevírá prostor dalším krokům. Z bodu nula nelze skočit až k cíli.

■ **A s každým dalším krokem se člověk více otevírá, lépe se cítí a přicházejí nové možnosti.**

A mohou se objevit alternativní možnosti, které jsou také významné. Mít pár přátel, se kterými se cítím dobře, je nesmírně důležité. Nemá smysl hledáním partnera zanedbávat stávající přátele a kamarády.

■ **Jak ale lidem pomoci k tomu prvnímu kroku?**

Můžeme nabídnout pomoc, inspirovat, motivovat, ale je to pak člověk sám, který musí chtít udělat první krok. V tom jsou limity psychologické a poradenské péče. Můžeme někoho podpořit a nasměrovat, ale nelze jej k ničemu nutit. Je možné také dodat naději skrze dobrý příklad. Blízcí lidé a lidé pracující s hendikepovanými mohou sami nabízet pozitivní způsob myšlení. Určitě však nefun-

guje, když vám někdo začne vypočítávat x důvodů, proč byste měli být šťastní, když vy se zrovna cítíte mizerně. Takový přístup spíše naštvě.

Zároveň je dobré připomenout, že určitá míra samoty může být i prospěšná. Nejen lidé s hendikepem, ale každý by měl umět být chvíli sám se sebou a nevyžadovat neustálou pozornost a péči. Můžeme tak povolit tlak na své okolí a reakce bývá mnohdy překvapivá – lidé přijdou sami a ochotněji.

Ještě se vraťme k radosti a k tomu, že se jí dá naučit. Chtěla bych dodat, že projevy radosti nemusí být tak intenzivní, jak si někdy lidé představují: skákat a jásat a smát se. Pozitivní emoce mají různé podoby – někdy je to pocit klidu a pohody, jindy se na něco těším nebo na něco s vděčností nebo třeba s pobavením vzpomínám.

Občas také slyšíme: „Já se nemám nač těšit, nemám proč žít.“ Jako by nám štěstí a to, na co se můžeme těšit, mělo napršet z nebe. Důvod k radosti a těšení si však můžeme vytvořit. Na té nejjednodušší úrovni si lze ráno vymyslet, čím si udělám radost, a pak se na to těšit. I tady je však velmi důležité nefixovat se: když člověk příliš očekává a ono to pak úplně nedopadne, dostaví se pocit zklamání. Je tedy potřeba udržet si otevřenou mysl.

#### ■ Co vlastně potřebujeme ke štěstí?

To je velké téma pozitivní psychologie. Zabývají se jím z mnoha úhlů různí badatelé a v současné době se víceméně shodují, že člověk, který je šťastný, prožívá pozitivní



emoci častěji a intenzivněji než negativní. Ale jen na štěstí samozřejmě stavět nelze.

Zásadní jsou totiž blízké mezilidské vztahy – nemusí jich být spousta, stačí několik, v nichž je opravdový zájem a vřelost. A nemusí se jednat jen o vztahy partnerské.

Šťastní lidé pak také obvykle mají něco, co je baví a do čeho se dokážou ponořit. Právě tento prožitek splynutí s činností tvoří třetí významnou složku lidského štěstí. Hendikepovaní lidé mohou mít možností méně, ale vždy záleží na povaze a míře postižení. Ve zprávách nedávno mluvili o cyklistovi, který přišel o nohu od kolene dolů. Jezdí s protézou na paralympiádě a říká, že je fajn, že ho nikdy nechtnou křečce do lýtky. A to je přesně ono! Tenhle člověk by se mohl celý život litovat, stát se například alkoholikem a totálně si zničit život.

Anebo si řekne: „OK, tak já se naučím nějak fungovat i takhle a najdu si na životě něco dobrého.“

Potom je velmi důležitá smysluplnost: vědět, co pokládáme za osobně důležité, co má pro nás smysl, a věnovat tomu určitou energii. I hendikepovaný člověk si může obrátit otázku „Tak jsem tady, co pro mě uděláte?“ v „Je něco, co mohu udělat já pro ostatní?“ Co můžu dát, v čem mohu někomu prospět, koho potěšit – co mi dává smysl?

Pátou složkou, o které se uvažuje v kontextu štěstí, je úspěch – když se zkrátka dílo zadaří. I to může být úplná drobnost. Uvařit si dobrý oběd, vyluštit křížovku, domluvit si s někým schůzku... A když se to povede, pochválit se za to. Je dobré nepřecházet drobné úspěchy bez ocenění a nechávat je jen jako nepodstatné milníky na cestě k těm větším a důležitějším cílům. Měli bychom se naučit užít si dobrý pocit z toho, že se něco podařilo. Bez falešné skromnosti, ale i bez pýchy.

Pozitivní psychologie však rozhodně nevyzývá k tomu, abychom naplnili všech pět složek štěstí na maximum a odvraceli se od stinných stránek života. Být stále jenom veselí a společenší a pořád se chválit, to ani není možné. A navíc, i negativní emoce a obtížné situace tvoří důležitou a nedílnou součást našeho života.

Dobrá cesta tedy vede přes umírněnost, vyrovnanost a harmonii ve výše uvedených složkách šťastného a spokojeného života, i v přijetí skutečnosti, že ne vždy je život procházkou růžovou zahradou.

## 14 bolestných kamenů

Čtrnáct bolestných kamenů. Nedostatek lásky, opuštěnost, vyloučení, rozpad rodiny a vztahů, smrt blízkého, nemoc... Studenti Obchodní akademie a Jazykové školy v Písku se pustili do neveselého, ale zato velmi zajímavého projektu. Definovali 14 bolestí moderního člověka, které chtějí ilustrovat příběhy skutečných lidí. „Následně vznikne výstava 14 putovních panelů s bolestmi a s patnáctým, který ponese jméno Naděje. Panely představí koláž z příběhů tam, kde je třeba posílit sociální citění lidí,“ vysvětluje ředitel školy Pavel Sekyrka. Zároveň vyzval

všechny lidi v České republice, kteří mají k vytyčeným bolestem co říct, aby poslali své příběhy do konce roku, a to na adresu Obchodní akademie a Jazykové školy s právem SJZ, Mgr. Pavel Sekyrka, Karlova 111, 397 01 Písek. Tel.: 382 212 259, e-mail: sekyrka@oa-pisek.cz. Heslo na obálku či do e-mailu je: Bolestné kameny.

Součástí projektu bude i sborník, který shrne nejzajímavější příspěvky. Projekt podpořila i zpěvačka Marta Kubišová a prof. Tomáš Halík.

Jaké další bolesti studenti středních škol

považují za tíživé? Kromě uvedených jsou to ještě deprese, výčitky svědomí, násilí a nenávisť, zrada, závist, ztráta víry a důvěry, ztráta zaměstnání či rozchod partnerů. Proč se tedy jednoho kamenu nezbavit a nevypsat se z něj? Například ze samoty...? (ata)



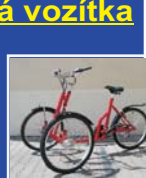
## Úpravy automobilů pro tělesně handicapované



Vyrábíme a montujeme ruční ovládání automobilů do všech typů vozidel:  
- elektrickou spojku  
- brzdou a plyn  
Další úpravy dle přání zákazníka

### Tříkolky a jiná vozítka

- tříkolky různých modifikací
  - čtyřkolky
  - sidecary
- Možnost doplnit o pomocný pohon.



Možnost náhradního plnění



META Plzeň s.r.o.  
Hřbitovní 31, 312 00 Plzeň  
tel: 377 686 725, fax: 377 471 519,  
e-mail: metaplzen@volny.cz  
www.metaplzen.cz

## Historie společnosti Stannah

Společnost Stannah založil Josef Stannah v roce 1867. Prosazoval hodnoty, kterým jsme věrni dodnes. A proto i jeho nástupci Jon, Patrick a Nick Stannahovi dodávají nejlepší možné produkty a poskytují profesionální služby v každé oblasti své činnosti.

### Bližší pohled na naši historii:

#### 1867 – založena společnost Stannah

Josef Stannah začíná vyrábět mechanické zdviháky a jeřáby v Londýně.



#### 1925 – rozšíření do Ameriky

Leslie Stannah se přestěhoval do Ameriky, kde pokročil ve svých technických zručnostech. Posléze se vrátil zpět do Anglie, kde spolupracoval s ostatními výrobci výtahů.

#### 1975 – první řada schodištvých sedaček Stannah

Stannah začal navrhovat a vyrábět první řadu schodištvých sedaček a v roce 1979 je začal exportovat.



#### 1984 – dominance na trhu

Stannah ovládá trh výroby schodištvých sedaček.

#### 1987 – královské ocenění společnosti Stannah v oblasti exportu

#### 1997 – nová řada schodištvých sedaček

Stannah představil novou řadu nejvyspělejších schodištvých sedaček včetně převratného dvoukolejového designu.

#### 2001 – vyrobena 200 000. schodištvá sedačka

Stannah vyrobila 200 000. schodištvou sedačku a společnosti Stannah je udělena cena Investor do lidí.

#### 2003 – cena za nejlepší anglický výrobní a strojírenský závod

#### 2007 – Stannah otevřel výrobní závod i v Brně, ve městě známém svojí strojírenskou minulostí.

Společnost Stannah zaměstnává po celém světě více než 1600 lidí, z toho přes 100 zaměstnanců pracuje ve výrobním závodě v Brně.

#### 2011 – vyrobena 500 000. schodištvá sedačka

Stannah vyrobila 500 000. schodištvou sedačku a byla poctěna návštěvou prince z Walesu. Stannah je již potřetí zařazena mezi 500 špičkových firem.



Princ Charles na exkurzi ve výrobě.



Závod v Brně, kde se vyrábějí nosné konstrukce schodištvých sedaček.

## Po schodech nahoru a dolů bezpečně a s noblesou

Sestoupit bezpečně ze strmých schodů nebo vyjít do prvního či druhého patra není v pokročilejším věku nebo s tělesným postižením nic jednoduchého. Firma Stannah nabízí už 145 let pomocníky, kteří pohyb v domech a domácnostech zpříjemní nebo přinejmenším usnadní.

Anglická rodinná firma s pobočkou v Praze a v Brně má s výrobou sedaček mnohaleté zkušenosti. Dopustit na ni nedá ani pan Oldřich. „Jsem velmi mile překvapen jednoduchostí obsluhy a spolehlivostí schodišťové sedačky. Během jízdy se cítím zcela bezpečně,“ pochválil pan Oldřich sedačku.

Každá sedačka je vyrobena na míru jednotlivých schodišť, upravena je i každá kolejnice. Klienti si můžou vybrat mezi točitou nebo rovnou schodišťovou sedačkou. V případě potřeby firma neváhá nainstalovat i venkovní sedačku, která uživatele vyveze až před dům.

Lidem, kteří měli kvůli zdravotním obtížím problém dostat se na každodenní oblíbenou procházku, pomáhá sedačka vrátit se ke starým zvykům a usnadňuje jim každodenní drobné povinnosti. „Velmi doporučuji toto zařízení špatně pohyblivým lidem, kteří by jinak museli zůstat odříznuti od okolního světa,“ doporučuje výrobek pan Oldřich.

Obavy nemusejí mít lidé ani z toho, zda bude sedačka dostatečně pohodlná. Měkké polstrování zajišťuje komfort, židle je otáčecí, takže člověk může nasedat z kterékoli strany bez obav z nehody. Velkou výhodou je také její pohon. Pohání ji bateriový elektromotor, takže i v případě výpadku elektrického proudu bude pracovat bezpečně, tiše a spolehlivě.



*O bezpečí a pohodlí svých zákazníků se starají stovky zaměstnanců po celém světě. Na fotografii je závod v Anglii.*

# PŮSOBÍ VÁM SCHODY PROBLÉM?



Stannah nabízí schodišťové sedačky na všechny typy schodišť.



**Pro ZTP občany je možnost získat státní peněžní příspěvek!**

Zavolejte na naše bezplatné telefonní číslo

**800 196 196** [www.stannah.cz](http://www.stannah.cz)

**Stannah**

Jsme přímí výrobci a specialisté na nejprodávanější schodišťové sedačky na světě!

## Upravené auto z dovozu je výhodnější a vydrží déle

Mít auto, do něhož je radost nastupovat, je snem každého vozíčkáře. V dnešní době nabízí různé firmy možnosti úpravy aut a člověk už si nemusí odírat lokty nebo hlavu při najíždění. V zahraničí si však vozíčkáři snižují podlahy, upravují řízení a nastavují vhodné podmínky pro najetí do automobilu už dlouho. „Proč tedy nepřivést auto už hotové a připravené pro jízdu s vozíčkáři za cenu pouhé úpravy?“ říká Miloš Lacman ze Znojma.

Miloš Lacman si nezaložil velkou firmu, která by na dovozu aut vydělávala velké peníze, ale rozhodl se lidem pomáhat k výhodným automobilům na vlastní pěst, víceméně ve svém volném čase. Auta na e-shopech evropských autobazarů vybere, na místě vyzkouší, doveze, a poskytne kvalitní péči, aby vozidla dlouho vydržela. Nový majitel dostává automobil v perfektním stavu, naleštěný a vypucovaný. „Záleží na tom, jak člověk auto užívá a jak se o něj stará. Pokud například člověk potřebuje jezdit tak 5–10 000 km ročně, určitě se vyplatí koupit ojeté auto zhruba za 200 000 Kč. Mnohé značky jsou nastaveny na mnohem větší výdrž.“ Nákup auta závisí na tom, kolik chce klient investovat. Francouzi sice nabízejí levnější modely, ale s menším prostorem, Němci zase mají dlouhá a prostorná auta. Pro elektrické vozíky to je tedy ideální řešení.



### Výhody vozidla

**Snížená podlaha**  
**Nízká nájezdová rampa**  
**Bez náročného přisedání z vozíku**  
**Schváleno pro přepravu osoby na ortopedickém vozíku**  
**Vejde se do běžné garáže**  
**Pohodlná a rychlá manipulace s osobou na vozíku**  
**Osobní konzultace s možností vyzkoušení upraveného vozidla přímo u zájemce**  
**Bezpečná a rychlá přeprava**  
**Možnost automatické převodovky**

Neméně důležitá je i pomoc a servis po dovozu takového automobilu. Za zákazníkem přijede Miloš Lacman na požádání každé dva roky, vozidlo technicky zkontroluje a provede pravidelnou STK – zkrátka aby auto skutečně vydrželo co nejdéle. „Navíc před tím, než auto předám, jej mám u sebe minimálně měsíc, zkouším ho, vyladuji, abych za stav ručil. Vyhledávám je skutečně na několika desítkách stránek, není to jednoduchá věc ideální auto vyhledat a třeba i do druhého dne koupit.“ Miloš Lacman vychází ze svých osobních zkušeností. Když v rodině před sedmi lety museli sehnat auto upravené pro přepravu vozíčkáře, narazili na složitý systém i neochotu firem. „Začal jsem tedy hledat a nakonec jsme auto koupili v Německu. Vím, jak může osobní přístup, rada a předání zkušeností pomoci. Co bych za to dal, kdyby mi takto někdo poradil,“ usmívá se.

Antonín Šnajdar byl jedním z jeho prvních klientů. Upravené auto si nemůže vynachválit. Díky snadnému najíždění je schopen vše zařídit rychle, bez zbytečně vynaložených sil. „Rozhodl jsem se pro ‚ojetinu‘ a jsem spokojen. Je jasné, že jsem do auta musel ještě něco investovat – preventivní výměna provozních kapalin, filtrů, zimní pneumatiky a drobná údržba. Vynaložené náklady jsou pro mě ale stále mnohem přijatelnější než investice do nového auta a jeho přestavby. Od státu totiž sice můžete dostat příspěvek, ale také nemusíte, a když už ho dostanete, tak ne vždy v maximální možné výši.“

Nad novým systémem přidělování příspěvku na pořízení automobilu kroutí Miloš Lacman hlavou. „Dvě stě tisíc na deset let nedostanou všichni, navíc pořízení nového auta a jeho úpravy jsou mnohem náročnější a nezaručují, že auto vydrží delší dobu,“ uvažuje. Právě v tomto nabízí řešení. „I když auta, která dovážím, nejsou nová, starám se o ně tak, aby vydržela maximum. Samozřejmě nemůžu dát stoprocentní záruku, ale to často platí i u nových vozidel,“ dodal Lacman. Ideální je kontaktovat jej ještě před vyřízením příspěvků kvůli prepisu aut, ale jak sám říká: „Individuální přístup je samozřejmostí a každý nový klient a jeho budoucí auto je pro mě osobní výzvou.“

**Miloš Lacman, Pražská 6/F, 66902 Znojmo, tel.: 603 228 422, e-mail: ztpservis@seznam.cz [www.ztpservis.cz](http://www.ztpservis.cz)**

## Velká vánoční soutěž Vozíčkáře

Aby letos byl Štědrý den skutečně štědrý a úklid po vánočních svátcích snazší, zúčastněte se velké soutěže o iRobot Roomba 780.

Tento pomocník vám usnadní úklid v domácnosti, což každý jistě ocení.

Stačí jediné. Napište nám do 15. prosince odpověď na dvě soutěžní anketní otázky:

**Jak dlouho čtete časopis Vozíčkář? Kde jste se o něm dozvěděli?**

**Co byste časopisu Vozíčkář popřáli do nového roku 2013?**

(žádná odpověď není špatná)

Odpovědi pošlete elektronickou formou na adresu [napsalijste@vozickar.com](mailto:napsalijste@vozickar.com) nebo poštou na adresu Aneta Šedá, Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno. Na obálku napište heslo Soutěž.

Nezapomeňte jak v e-mailu, tak v dopise uvést své kontaktní údaje – telefon, adresu, a pokud budete chtít, i váš věk.

Z došlých odpovědí vylosuje náš asistenční pes Indy na akci Pro Váš úsměv jednoho šťastlivce, kterému následně firma Certus Mercatus, s. r. o. pošle robotický vysavač iRobot Roomba 780 do vlastních rukou.



# iRobot pomáhá

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

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



Domácí roboti společnosti iRobot byli vyvinuti k tomu, aby pomáhali a usnadňovali lidem život. Robotické vysavače iRobot Roomba tento úkol plní již ve více než 8 milionech domácnostech po celém světě. Víme, že usnadňovat život je důležité zejména u lidí se zdravotním postižením, proto naše společnost Certus Mercatus s.r.o. přichází s projektem **iRobot pomáhá**. Cílem tohoto projektu je usnadnit úklid domácnosti zdravotně postiženým lidem prostřednictvím nejnovějších technologií. V rámci projektu **iRobot pomáhá** nabízíme lidem se zdravotním postižením **jedinečnou slevu 20% na robotické vysavače iRobot Roomba**.

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



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

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

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

**MŮŽEŠ**

**VOZÍČKÁŘ**  
časopis nejen pro sedící

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

**konto  
bariéry  
77**

**LIGA VOZÍČKÁŘŮ**  
[www.ligavozic.cz](http://www.ligavozic.cz)

## Partner i pro vás

Společnost S.A.B. Impex, s. r. o., působí na našem trhu od roku 1992. Od roku 2009 jsme expandovali také k našim sousedům na Slovensko a založili jsme S.A.B. Slovakia. Náplní naší činnosti je především dovoz a distribuce zdravotnického materiálu a techniky vysoké kvality. Současně se snažíme vyhledávat nové či inovované výrobky jak pro nemocniční zařízení, tak i pro soukromé lékaře. V našem portfoliu naleznete široký sortiment zdravotnického materiálu – od rukavic až po speciální materiál a přístroje. Budeme rádi, když se sami podíváte na naše stránky, které dokonale představují naši činnost a naše možnosti. K dispozici je také e-shop pro zákaznické pohodlí.

Jsme rádi, že jsme se stali partnerem Ligy vozíčkářů a pomohli osobním asistentům v péči o osoby se zdravotním postižením. V případě potřeby nás kontaktujte a my vám rádi zodpovíme vše, co vás zajímá. Věříme, že naše spolupráce se časem rozvine ještě více. Přejeme vám mnoho úspěchů.

[www.sab-medical.com](http://www.sab-medical.com)



## AKTUÁLNĚ

### Hrozba třetího tisíciletí - extrémní obezita

V nejnovější řadě amerického X-faktoru vystoupil na konci **Freddie Combs**. Ohromil diváky nejen svým nádherným hlasem, ale také odvahou postavit se před kameru jedné z nejsledovanějších soutěží na světě. Freddie Combs se kvůli své váze dvousetpadesát kilogramů pohybuje na vozíku a svým vystoupením tak upozornil na jednu z nejzávažnějších civilizačních chorob třetího tisíciletí – **extrémní obezitu**.

$$\text{BMI} = \frac{\text{hmotnost}}{\text{výška}^2}$$

(hmotnost v kg, výška v m)

Extrémní obezitu lze definovat jako váhu jednotlivce, jehož BMI (Body Mass Index) převyšuje číslo šedesát. Předpokládá se, že počet jedinců trpících touto nemocí je v Česku více než deset tisíc. Jde o nejtěžší stupeň obezity, který zapříčiňuje nejen vážná poškození orgánů a kloubů, ale v mnohých případech také smrt. „Těžkou obezitou, kdy BMI převyšuje na stupnici čtyřicet, trpí v ČR 3 % populace, tedy kolem **300 000 osob**,“ říká MUDr. Ladislav Svoboda z klinického centra Iscare. Samotná definice extrémní obezity chybí a není ustálena ani terminologie týkající se tohoto onemocnění.

Kompenzační pomůcky pro lidi s extrémní obezitou se řídí jinými pravidly než běžně. Stejný zůstává požadavek stability, při výběru materiálu se ale už nehledí na celkovou váhu vozíku, ale na pevnost materiálu. Proto se často vyrábí z oceli, opěradla jsou pevnější, zdvižné mechanismy zdvojené atd. Takový vozík může vážit i 25 kilogramů, uveze však až 290 kilogramů těžkého uživatele.

Obecně se počet lidí s nadměrnou hmotností ve světě zvyšuje. V Německu se odhaduje počet osob vážících více než dvě stě kilogramů na čtvrt miliónu, tedy zhruba 0,3 % celkové populace, přičemž imobilním se průměrně vysoký člověk (v ČR je to výška 180 cm) stává běžně při váze od **dvou set padesáti až dvou set osmdesáti kilogramů**. Velkou rychlostí přibývá extrémně obézních v USA. V roce 1991 byl odhadován počet postižených na 0,9 %, zatímco nejnovější průzkum odhaluje, že touto nemocí trpí 3 %



mužů a 7 % žen. Nárůst zaznamenávají odborníci i v Česku. „Na našem pracovišti se péči o obézní věnujeme od 70. let, s extrémně obézními se ale pravidelně setkáváme až v posledním desetiletí,“ píše MUDr. Petr Sucharda, primář 3. interní kliniky lékařské fakulty v Praze.

Velké problémy nastávají, pokud je nutný převoz a pobyt v nemocnici. Naprostá většina nemocničních zařízení **není na extrémně obézní pacienty připravena** a jen improvizací, např. svázáním dvou lůžek k sobě, je možno zajistit hospitalizaci. „Zdravotnické zařízení, kde by se poskytovala veškerá péče morbidně obézním, v ČR neexistuje. Nejde jen o vybavení mobiliářem (vozíky, postele, zvedáky, nábytek...), ale i o speciální zařízení, např. rentgenovou, computerovou tomografii, magnetickou rezonanci atd. Dokonce i ve světě je takových speciálních klinik jen minimum,“ uvedl Ladislav Svoboda. Velice obtížná je jakákoliv chirurgická léčba, protože extrémně obézní lidé nemají žádné dýchací a oběhové rezervy.

Extrémně obézní lidé jsou ohroženi svou váhou nejen v případě, kdy se jedná o jejich zdraví. Jde zejména o fungování v běžném životě. Velice problematické je například **vyřizování formalit na úřadech** a v dalších institucích. Ty jsou sice většinou vybaveny plošinou nebo výtahem, ale jejich nosnost má rovněž své limity. V případě, že je nosnost naddimenzována tak, aby výtah unesl dvě stě padesát a více kilogramů, nastává další problém, a to prostorový. V naprosté většině případů se totiž jedná o výtahy úzké a v důsledku toho nepoužitelné pro nadměrně obézní lidi.

Na problémy narážejí obézní lidé i při výběru kompenzačních pomůcek. Nabídka není tak široká, například většina berlí má nosnost do 130 kilogramů, musí si obstarat speciální toaletní židle nebo zvedáky do vany. Pokud se cévkují, musí při tom používat zrcadlo, případně mít zavedenou stálou cévku. Pokud takoví lidé přijdou o končetinu, velmi těžko se pro ně hledá správná ortéza. Jiným problémem je pak přibírání s hendikepem. Kompenzační pomůcky se musí často měnit, nemusí dobře pasovat a vznikají pak otláčeniny a proleženiny.

Některé kompenzační pomůcky jsou na první pohled k nerozeznání od běžných. Tento zvedák však unese i 230 kilogramů těžkého pacienta.

Řešení této alarmující situace spočívá v komplexním přehodnocení jídelníčku a mnohdy také v chirurgickém zákroku, jako je například **bandáž žaludku**. V několika evropských zemích se pokusila vláda regulovat počty obézních občanů **vyšším daňovým zatíže-**

**ním vysokoenergetických potravin.** Na požadavek zavést tzv. hranolkovou daň, která platí např. v Maďarsku, mají odborníci v Česku různý názor. Na jedné straně se mluví o nutnosti zavedení daňové diference pro různé druhy potravin, na straně druhé zaznívá, že je to nesmysl.

Odhadnout, kolik peněz stojí léčba nadměrně obézních lidí, lze jen těžko. „Pacient má řadu dalších onemocnění nebo přinejmenším mnoho komplikací a pojišťovna není schopna sledovat náklady na léčení obezity a ostatních nemocí odděleně,“ vysvětluje mluvčí VZP Jiří Rod. Extrémně obézní lidé trpí nejčastěji cukrovkou, vysokým krevním tlakem, poruchami výměny látek a koronárními onemocněními (infarkty, cévní příhody atd.). Je ovšem jisté, že náklady spojené s léčbou extrémně obézních jsou vysoké. Mluví se zhruba **o sto tisících na jednotlivce za jeden kalendářní rok.**

Jan Štětka

## Řekni mi, jak vypadá tvůj vozík, a já ti řeknu, kdo jsi

*Design je u kompenzačních pomůcek stejně důležitý jako u luxusních aut. Nikdo nechce řídit hromadu drahého šrotu. Pro zdravotně postižené lidi se navíc může stát estetický vozík nebo přitažlivé protézy i tím, co je učiní v očích veřejnosti elegantnějšími a zajímavějšími. O designu kompenzačních pomůcek takto hovoří student **Josef Ludvík Böh**m, který s návrhem ortopedických podpůrných protéz letos vyhrál druhé místo v prestižní soutěži Dassault Systemes Design Contest 2012.*

Jeho koncept se jmenuje příhodně – 7miles. Podpůrná robotická konstrukce pro nohy je poháněna lineárními elektromotory a může sloužit jako osobní dopravní prostředek na kratší vzdálenosti nebo čistě k posílení síly dolních končetin.

Dalším zajímavým dílem Josefa je vozidlo pro vozíčkáře, které vychází ze zajímavé myšlenky. Jak zlevnit kom-

penzační pomůcky? Vyrábět je sériově. Co tomu pomůže? Tyto vozy budou vhodné i pro běžného uživatele bez postižení. „Vycházel jsem z existujících prototypů a modelů, které jsem se snažil posunout trochu dál. Zajímá mě, zda je možné navrhnout výrobek i pro širokou veřejnost bez kompromisu použitelnosti pro hendikepovaného uživatele.“



## GLOSA

### A teď to tu půjde jako na běžícím pásu!

„Mám už klíč od svého bytu!“ hlásila mi s neskrývaným nadšením a radostně rozšířenými očima má těžce tělesně postižená kamarádka. Čekala ji první noc ve zcela novém nezávislém bydlení s nepřetržitou asistenční péčí. Měl jsem za ni obrovskou radost a zároveň jsem byl na ni hrdý, neboť opustit jistotu ústavu s její totální závislostí na okolí považuji za projev osobní statečnosti.



Vzpomněl jsem si, že na rozdíl od maturity byl vlastní byt opravdovou branou do zcela jiného života. Málokdo ze zdravé populace si asi dokáže představit, jak nezvyklý a euforický pocit pro člověka, který celý svůj dosavadní život prožil v ústavu, je mít klíč od prostoru, který je jenom váš. Kde vám nebudou pořívávat vaši mentálně postižení spoluklienti, které zajímá pouze, kdo má noční a co bude k jídlu, kam vám několikrát za den nevrhne sestra či vychovatelka, která vás beze slova odveze na večeri či na koupel jen proto, že už je čas. Prostor, kde se musíte neustále dožadovat základních životních úkonů. Žít v ústavu – zvláště pro těžce tělesně postižené – znamená žít bez soukromí a bez intimity, ale zas je to žít v jistotě. To je ten důvod, proč někteří klienti studují nesmyslně i několik středních škol za sebou, aniž by jedinou využili. Nejedná se o vášeň pro vzdělání, ale o křečovitou touhu vydržet v pohodlí ústavu co nejdéle, což je zpravidla podmíněno studiem.

„A teď to tu půjde jako na běžícím pásu!“ To byla oblíbená průpovídka jedné vychovatelky ve chvíli, kdy dokouřila, dopila kafe a dle zvětšující se fronty vozíčkářů čekajících na toaletu usoudila, že už je čas začít něco dělat. Kromě odhalení, jak industriálně vnímala svou práci, je to také hezký příměr života v ústavu. Můžete zde sedět jako u fiktivního pásu, na který vám samo přijede úplně všechno, co k životu potřebujete. Od jídla, personálu, rehabilitace, zážitků, sportu, výletu, kultury. Stačí to jen zkonsumovat. Vše odvíjející se v přesných a neměnných časových úsecích pod nekompromisním rytmem imaginárního metronomu. V takovém lidském skleníku můžete prožít celý život, aniž byste udělali jedině vlastní rozhodnutí, aniž byste poznali, jak vypadá opravdový život venku. Člověk si ale zvykne, nepříjde mu to nepřirozené, zvláště pokud v tom žije od dětství.

Není to však růžový konec krásné pohádky o svobodě. Spí zatím na matraci, věci má vyskládané na zemi, než dovezou nábytek, a do vany se nevléze. Je to začátek boje s nejrůznějšími komplikacemi, s nedostatkem peněz, s pocitem samoty, s lidskými neshodami a stovkami dennodenních rozhodnutí, za která je nutno přijmout zodpovědnost. Ale i to je součástí tak cenné svobody. Naše svoboda totiž nemůže být o tom, žít zcela nezávisle na okolí, ale smět si vybrat, na kom budu závislý.

Michael Vidura

K myšlence navrhovat design kompenzačních pomůcek jej dovedl docent Josef Formánek, vedoucí oboru Konstrukce zdravotnické techniky na Fakultě strojní Západočeské univerzity. „Tehdy jsme pracovali na menším projektu návrhu vozítka, které by vozíčkářům ulehčovalo pohyb ve městě. Z toho vzešel nápad na bakalářku a tak to šlo dál,“ vysvětluje student. Na těchto pracích jej baví hlavně to, že se nejedná o stokrát řešené návrhy aut či židlí. Díky zdanlivým omezením, například kvůli daleko důležitější roli ergonomie, se často v jeho hlavě objevují svěží nápady.

Avšak úzká specializace výrobků, kterým se Josef Ludvík Böhme věnuje, má i druhou stranu mince. „Uvědomuji si hlavní slabou stránku svých konceptů, a to je spoléhání se



na zdroje z druhé ruky – zatím jsem nic nekonzultoval přímo s cílovým uživatelem – zčásti proto, že neexistují žádné ergonomické modely v reálném měřítku. Proto budu rád za každou zpětnou vazbu – i od čtenářů Vozíčkáře.“

### O soutěži

Mezinárodní soutěž Dassault Systemes Design Contest pořádá ve spolupráci s o. s. Czechdesign společnost Dassault Systemes

a časopis AutoDesign&Styling. Letošní ročník se věnoval blízké budoucnosti moderní Prahy. Designéři měli ukázat, jak si představují moderní evropské město a jeho obyvatele. Na prvním místě se umístilo vznášedlo určené pro exkurze po Praze, třetí cenu si odneslo netradiční šlapadlo.

Aneta Šedá



## Adoptivními rodiči snadno a rychle? Tak snadné to není, ale neztrácejte naději

Kdyby tak děti opravdu nosil čáp! Život by mohl být mnohem jednodušší – zejména pro lidi, kteří z různých důvodů nemohou počít a úspěšně porodit vlastní zdravé dítě, a proto se pokouší o adopci. A ještě jednou zejména pro fyzicky hendikepované, jejichž postižení je dědičné a adopce je jedinou možností, jak se stát rodiči.

Osvojení dítěte je zdlouhavý a psychicky náročný proces v každém případě – hendikepovaní žadatelé se navíc mohou setkat s nepochopením ze strany úřadů, ve kterých ještě vládnu středověké představy o tom, kdo by měl a neměl vychovávat děti.

Nic ale není ztraceno již dopředu! Jen je potřeba zatnout zuby a vydržet. Naštěstí dnes již existují poradny a organizace, které se snaží proceduru adopce zjednodušit, ty mohou pomoci i hendikepovaným budoucím rodičům.

### Šance jsou rovné – teoreticky

Podle zákona jsou „nároky na všechny, kteří vychovávají děti, stejné“. Neexistenci speciálních pravidel pro hendikepované žadatele o adopci potvrzuje i Libuše Tomková z Fondu ohrožených dětí: „Fyzicky postižení lidé nemají žádná zvláštní pravidla.“

Posudková lékařka Lenka Šírová na otázku, zda se adoptivním rodičem nebo pěstounem může stát člověk, který není zcela zdravý, odpovídá takto: „Ano, může. Zdravotní stav žadatele však musí být po stránce psy-

chické, smyslové i tělesné takový, že žadatel i přes zjištěný zdravotní hendikep je schopen zajistit vhodné podmínky pro příznivý vývoj dítěte.“

Dále dodává, že důležitá je i prognóza

**Lidé, kteří adoptují dítě, nebývají bohatí ani mocní, natož pak fyzicky dokonalí; jsou pouze vytrvalí.**

Karl Dahke

zdravotního stavu žadatele, což potvrzuje i formulace v manuálu Projektu náhradní rodinné péče: „Osvojiteli i pěstouny se mohou stát také osoby se zdravotními problémy, pokud jejich zdravotní stav má dobrou prognózu a nijak neomezuje jejich pečovatelské a výchovné schopnosti.“

Jak jste na tom? Cítíte se schopni zvládnout výchovu dítěte? Tuto otázku si určitě položili všichni zájemci o adopci a rovněž ji zodpovídali posuzujícím lékařům a psychologům v průběhu samotného procesu.

Hendikepovaní se musejí smířit s tím, že v jejich případě bude zaznívat častěji a důrazněji.

### Kámen úrazu a neumírající naděje

V poradně náhradní rodinné péče se dočtete: **Samotný fakt, že žadatel užívá invalidní důchod, neznamená, že nemůže být zařazen do evidence žadatelů o náhradní rodinnou péči. K žadatelům je při od-**

borném posuzování přístupováno individuálně. Pro vyjádření posudkového lékaře i psychologů k takové žádosti je rozhodující míra případného omezení pečovatelských a výchovných schopností na straně žadatele. Zvažte především sami své schopnosti a možnosti. Máte-li za to, že je ve vašich silách dobře zabezpečit všechny potřeby dítěte, pak si žádost podejte a nechte na odbornících, ať ji posoudí.

### I odborníci jsou jenom lidé

Dopředu se o svých šancích na svěřením dítěte do péče nic jistého nedozvíte. Formulace, ošetřující adopci hendikepovanými rodiči, jsou záměrně nejasné a záleží na jejich výkladu dotyčným odborníkem. Dalo by se diskutovat o tom, co ještě je „dobrá prognóza“ zdravotního stavu a nakolik zdravotní stav ovlivňuje „pečovatelské a výchovné schopnosti“ významněji než jiné aspekty týkající se fyzicky zcela zdravých žadatelů.

Objektivní rizika a problémy, nepopíratelné v případě hendikepovaných zájemců o adopci, se během procesu rozhodování mísí s individuálními představami a předpoklady sociálních pracovníků.

Bohužel mezi širokou i odbornou veřejností jsou stále rozšířené názory jako:

- postižení by neměli mít děti
- postižení se neumí o děti postarat
- postižení by měli mít maximálně jedno dítě

Setkáte-li se s primárně odmítavým postojem sociálního úředníka, braňte se! Podle zákonů ČR má na rodinný život nárok každý.

### Problémy nejsou jen v Česku

Karl Dahke z Illinois popisuje různici se zkušenosti fyzicky hendikepovaných s adopcí dítěte a s přístupem sociálních pracovníků. Sám, jako slepec, na zvláštní obtíže během prověřování nenarazil. Jeho kamarádka se stejným postižením se však střetla se zcela opačným přístupem: „Když se Jane poprvé setkala se sociálním pracovníkem, ten nemohl zadržet smích. ‚Vy nemůžete adoptovat dítě,‘ zakuckal se, ‚jak byste zvládla krizovou situaci?‘ Netřeba zdůrazňovat, že ji to zarazilo: ‚Mluvit umím, víte,‘ odpověděla, ‚zavolat pohotovost dokážu.‘“

### Dvojí metr na náhradní matku a otce

Uvedený příběh nedokazuje jen smutnou skutečnost, jak velice záleží na přístupu konkrétních pracovníků, se kterými se setkáte, ale posunuje nás i k faktu, že hendikepované ženy narážejí na větší problémy častěji než muži se stejným postižením. Ženy jsou chápány jako primární pečovatelky o dítě, a proto se jejich fyzickému i psychickému stavu věnuje větší pozornost. (Fakt, že zejména u dětí starších kojeneckého věku může otec zastávat stejně důležitou roli jako matka, nechme nyní stranou, se zažitými představami se bojuje nelehko.)

O této skutečnosti vyprávějí i zkušenosti žadatelů s diagnózou roztroušené sklerózy, jak potvrzuje jedna z nich. „Hodnotí se nyní i budoucí zdravotní stav. Záleží na tom, co vám napíše váš odborný lékař. Jakou vám napíše zprávu ohledně budoucího zdravotního stavu a jak to revizní lékař zhodnotí. Třeba vám doporučí jen PP [pěstounskou péči] nebo adopci staršího dítěte. Kdyby toto onemocnění měl váš manžel, tak se to tak nebere, ale u vás, jakožto u matky, je to horší. Na vás bude vše, co se týče starostí o dítě a domácnost.“

Další žadatelka k tomu říká: „U nás šlo ‚jen‘ o manžela, který je úplně bez problémů, normálně pracuje, je na ‚moderní terapii‘. Ve zprávě je výslovně napsáno, že nejsou námitky proti adopci, schválení proběhlo zcela bez problémů. Až pak, když už jsme čekali poslední měsíce, jsme se dovidali, že máme to ‚zdravotní riziko‘ a že našli ‚vhodnější rodiče‘. To bylo hodně náročné. Ale dočkali jsme se v rámci průměrné čekací doby v našem kraji (Praze).“

Že není třeba se vzdávat předem, potvrzuje další účastnice diskuze:

„Mám kamarádku s roztroušenou sklerózou, je v PID a už víc než rok májí v adopci

holčičku. Opravdu záleží na vašem lékaři. Oni žádné problémy neměli.“

### Progresivní a těžké choroby

Jak už z výše uvedeného vyplývá, lékaři posuzují nejen současný, ale i budoucí možný vývoj postižení či nemoci – prognóza výrazného zhoršení zdravotního stavu žádost o adopci nemálo komplikuje.

### Podmínky, které musí žadatel splnit

Pokud jste pevně rozhodnutí pokusit se adoptovat dítě, čeká vás vyplnění žádosti o zařazení do seznamu žadatelů a nutnost doložit své finanční a sociální poměry a zprávu o zdravotním stavu. Součástí odborného posuzování je kontrola zprávy o zdravotním stavu revizním lékařem a vypracování psychologického profilu. Během celého procesu musíte aktivně spolupracovat se sociálními pracovníky.

Povinné je absolvování přípravného kurzu pořádaného příslušným krajským úřadem – v jeho rámci máte možnost setkat se s odborníky a s rodiči, kteří již o adoptované dítě pečují, a ujasnit si své představy.

Na základě všech těchto podkladů a odborného posouzení krajský úřad rozhodne o vašem zařazení či nezařazení do seznamu žadatelů.



Pokud budete s verdiktem nespokojeni, můžete se odvolat.

### Jak dlouho ještě?

Vyřízení žádosti je poměrně zdlouhavá záležitost, podle převažujících zkušeností uběhne mezi podáním první žádosti a rozhodnutím krajského úřadu zhruba deset měsíců.

Čekání na miminko může být ještě podstatně delší, pokud si ale vyberete konkrétní dítě, o které byste chtěli pečovat, může se celý proces zkrátit.

### Hendikep nemusí být nevýhoda!

Kdo vlastně přišel na to, že hendikep je při výchově dítěte jenom na překážku? Zaobíráme se stále tím, jestli jsou rodiče s hendikepem schopni se o dítě řádně postarat po fyzické stránce. Proč se ale nezamyslet nad tím, co dobrého může hendikep v rodině



dítěti přinést? Kolik odhodlání, vůle a schopnosti řešit problémy předá hendikepovaný člověk adoptovanému dítěti vlastním příkladem, o tom už se příliš nemluví. Nevychýbat se faktu svého hendikepu, ale naopak už v žádosti zdůraznit jeho možný pozitivní dopad na výchovu dítěte doporučuje Karl Dahke ve výše zmíněném článku.

Hendikepovaný člověk může dítěti předat zkušenosti a vhléd někoho, s kým se život zrovna nemazlil, a může lépe chápat pocity dítěte, jehož život také nezačal právě nejšťastněji. To je hodnota, na kterou bychom neměli zapomínat.

### Adopce postiženého dítěte

Největší zájem je o zdravé kojence. Z toho, až na výjimky, vyplývají také delší čekací lhůty. Starší a postižené děti mají naopak často problém vůbec najít někoho, kdo by jim pomohl z dětského domova uniknout.

Pokusíte-li se o adopci postiženého dítěte (samozřejmě po bedlivém uvážení, zda se o ně dokážete postarat), máte šanci, že se sociální správa začne na váš vlastní hendikep dívat jinak – zejména pokud vámi vybrané dítě bude mít stejný hendikep jako vy. Na rozdíl od ostatních potenciálních rodičů budete dobře vědět, čím si dítě prochází, jaké jsou jeho možnosti a omezení. Takto můžete hendikep obrátit ve svůj prospěch.

Tereza Dědinová

### Kde hledat naději a pomoc

- Projekt náhradní rodinné péče – Adopce.com, informativní je i jejich Průvodce náhradní rodinnou péčí, zkušenosti si můžete vyměňovat v diskuzi
- Občanské sdružení Amalthea a Fond ohrožených dětí
- Občanská sdružení ve vašem městě či kraji
- Užitečné může být i prostudovat si zákon o rodině a zákon o sociálně-právní ochraně dětí

## Národní cyklostrategie: přezíravost státu a hozená rukavice samosprávě

Během podzimu se dokončuje aktualizace dokumentu *Národní strategie rozvoje cyklistické dopravy*. Je zaměřen jednak na vytváření optimálních podmínek pro používání kola jako přepravní, turistické či rekreační pomůcky, jednak na snahu změnit myšlení lidí ve vztahu k cyklistice. Strategii, která zohledňuje i požadavky vozíčkářů na užívání cyklostezek, vytvořilo Centrum dopravního výzkumu z pověření ministerstva dopravy a v červenci 2004 ji schválila vláda. V ideovém souladu s ní je Bruselská charta, proklamativní text na úrovni Evropské unie.

Obsahově i formálně dobře udělaný dokument je jedna věc, reálná podpora státu věc druhá. Pokud jde o legislativu, personální zajištění nebo vynaložené peníze, Česko jednoznačně preferuje motorovou dopravu, obzvláště tu individuální. Svědčí o tom i skutečnost, že na ministerstvu dopravy není oficiálně v současnosti jediný úředník, který by měl cyklistiku v popisu práce – na rozdíl od několika lidí zabývajících se námořní dopravou. Je to smutný paradox, protože mnohé odborné studie dokazují, že koncepčně řešená cyklistická doprava je bezkonkurenčně levnější než motorová.

### Praha: chybí systémová podpora i politická vůle

„Záleží hodně na samosprávě. Je nutné, aby naši snahu podporovala činy a vhodnou osvětou, třeba i ve spolupráci s neziskovými organizacemi,“ uvedl Tomáš Cach, člen pracovní skupiny zabývající se zmíněnou strategií. Pro systematický rozvoj cyklistiky je důležitá Uherskohradištská charta, zformulovaná loni v květnu. Mohou se k ní připojovat jednotlivá města, od kterých se pak očekává nejen deklarování podpory cyklistické dopravy, ale hlavně činy kompetentních politiků a úředníků. K chartě už se kromě Uherského Hradiště přihlásily třeba Pardubice, Olomouc, Ostrava, Zlín, Liberec, Děčín a praž-

ské Kbely: aktuální situaci lze zjistit na nově spuštěném webu [www.cyklo mesta.cz](http://www.cyklo mesta.cz).

Samotná Praha se však k cyklistice stává přezíravě a podporuje motoristy. „Dlouho jsme se pokoušeli o vytvoření jakéhosi integrovaného oddělení na magistrátním odboru dopravy, které by zastřešovalo všechny zdravotněji skupiny cestujících: cyklisty, pěší, rodiny s kočárky nebo lidi se zdravotním postižením. Ale marně. Dokonce jediný úředník, který se dosud částečně věnoval cyklo-dopravě, byl na konci října vyhozen z práce pro údajnou nadbytečnost,“ shrnul Cach nepříznivou situaci. Logickým důsledkem je, že se v Praze nefinancují systémové projekty zaměřené na odstraňování bariér na chodnících, stezkách a dalších veřejných prostranstvích, zatímco do infrastruktury spojené s automobilovou dopravou proudí desítky miliard korun.

Ale zpět k cyklostrategii. Její autoři se inspirovali poznatky ze západoevropských zemí, například Dánska, Francie či Skandinávie. „Pro naši zemi je asi nejvhodnější model, který funguje ve Švýcarsku, kde jsme byli předloni na týdenní exkurzi,“ konstatoval architekt Cach. „Mají tam dokonale promyšlený, uživatelský vstřícný systém, jak používat kolo, včetně veškerých služeb, systému značení a provázanosti s veřejnou dopravou,“ vysvětlil. Nejdůležitější však podle něj není tamní síť cyklostezek, ale účinný marketingový způsob, jak možnosti použití kola komplexně nabízet lidem.

### Cyklostezky: vozíčkáři mají zelenou

Všechny existující cyklostezky musí vyhovovat i vozíčkářům a dalším lidem s omezenou schopností pohybu. Pokud je vše správně provedeno, je výsledkem stezka pojatá stavěbně jako samostatná cesta, která je bez-

bariérová. K jejím základním vlastnostem patří zpevněný betonový či asfaltový povrch a další parametry v souladu s legislativou, které vyhovují i vozíčkářům: třeba podélné a příčné sklonky terénu či směrové oblouky.

Kvalitně vytvořené souvislé úseky už se v Česku vyskytují na řadě míst. Nejznámější jsou zřejmě stezky podél Labe či Vltavy. „V poslední době jsem navštívil dvě lokality, které se dají považovat za dobrý příklad.



Miloš Pelikán



Nové cyklostezky ocení i handbikeři – na snímku Heřman Volf

Jedna je v Českém středohoří, od České Lípy směrem na západ k Panské skále – čedičovému vrchu nazývanému Varhany. Z bývalé železniční tratě tam postupně vzniká zcela bezbariérová stezka, která je nyní dlouhá asi 10 kilometrů. Na Moravě dobře funguje cyklostezka Bečva,“ informoval Cach.

Komplexní informace jsou zveřejňovány na stránkách [www.ceskojede.cz](http://www.ceskojede.cz). O strategii se lze víc dozvědět na portálu [www.cyklostrategie.cz](http://www.cyklostrategie.cz).

(mp)

## MOTREN - ROTREN Rehabilitační přístroje českého výrobce



Pro pasivní i aktivní léčebný pohyb dolních a horních končetin  
Záruka 3 roky!!! To je vysoká kvalita přístrojů firmy KALPE

13 typů přístrojů pro cvičení vsedě i vleže, pro dospělé a děti od 3 let  
Ceny bez obchodní přírůžky - to je prodej přímo od českého výrobce  
Katalog přístrojů zdarma - rádi Vám zašleme naši kompletní nabídku  
Bezplatné vyzkoušení přístroje - přijedeme za Vámi až domů  
Široká nabídka příslušenství - možné individuální úpravy

**Kalpe** - Ke Kapličce 193, 252 41, Dolní Břežany, ČR  
[www.kalpe.cz](http://www.kalpe.cz) tel: +420/ 241 910 688, 737 289 275  
email: [kalpe@volny.cz](mailto:kalpe@volny.cz) [facebook.com/kalpe.reha](https://www.facebook.com/kalpe.reha)

Ceny od 9.975,- Kč včetně 14% DPH





... mobilita bez hranic



● **KOMPLEXNÍ SLUŽBY**

pro hendikepované řidiče na jednom místě v bezbariérovém prostředí

● **MNOHO VÝHOD**

v rámci projektu Handy car pro osoby se zdravotním postižením

● **PŘEKLENUTÍ DPH**

pro ZTP a ZTP/P se státním příspěvkem

● **PŘÍSTUP**

ferový a prioritní přístup k zákazníkovi

● **CEBIA**

všechna auta jsou prověřena programem CEBIA

● **PŘÍPRAVA**

na přípravě programu spolupracovali významní partneři

● **SPOKOJENOST**

uděláme vše proto, abyste od nás odjízděli v novém autě spokojeni



**Auto ESA**  
**Handy car**



## Dostala jsem druhou šanci a nechci ji promarnit!

Alena Jančíková jede na plný plyn a nehodlá zpomalit

### ■ Jaké zážitky vás nejvíc ovlivnily v dětství a dospívání?

Mé dětství bylo dost hektické. Naši se rozvedli a já se s mámou stěhovala z místa na místo. Měnila jsem školy a musela jsem se znova a znova integrovat do nového kolektivu – možná o to jednodušeji jsem se pak dovedla začlenit po úraze. K silným zážitkům patří sportovní soustředění s gymnastikou, rekreační výlety na kole a na běžkách, ale také sochaření v základní umělecké škole nebo partička trampků, se kterými jsem trávila téměř každý víkend na vandrech.

### ■ Kdy se vám přihodil úraz? A co bylo nejtěžší, když jste se po operacích a nezbytné rehabilitaci vrátila domů?

Bylo mi necelých osmnáct. Z pouhých tří metrů jsem spadla ze stromu: chvilka nepo-

zornosti se pro mě stala osudovou. Po pobytech v nemocničních zařízeních byl pro mne velmi frustrující návrat domů. Nezvládala jsem psychicky být tam, kde jsem dřív chodila po svých. Nemohla jsem se sebrat, vzít psy a kolo a jet někam na výlet... Zjistila jsem, že svoboda v pohybu je tím, co mi nejvíc chybí. Musela jsem čekat, kdo mi pomůže po schodech ven a kdo mě autem někam odveze. Strašné!

Ale řešení přišlo celkem rychle, do roka po úraze. Odstěhovala jsem se z vesnice do Bruntálu, koupila auto, našla si práci, začala se obklopat přáteli, zkoušela sportovat, trávila čas mezi lidmi. Prostě jsem neměla kdy myslet na to, že sedím na vozíku. Každý rok jsem však bojovala s depresí, když napadl první sníh. Zimy v Jeseníkách jsou dlouhé, vždycky mě zbavily nezávislosti a soběstačnosti... V Praze, kde nyní žiju, je situace úplně jiná: dobrá dostupnost všelijakých zařízení a téměř žádný sníh. Paradoxně jsem se právě zde naučila lyžovat a zimy trávím na zasněžených svazích.

### ■ Zkuste shrnout, co vám změna nohou za kola vozíku vzala a dala.

Co mi vzala, je úplně jasné, ale co mi dala, je diskutabilní. Těžko říct, zda bych nyní měla stejné životní hodnoty, kdybych na vozíku neseseděla. Ale jednu věc vím jistě: dostala jsem druhou šanci a rozhodně nechci promarnit ani den. Hodlám život prožít naplno a vyzkoušet vše, co mi nabízí. Díky vozíku ke mně přistupují lidé, kteří stojí o ryzí přátelství se vším všudy: mám na mysli například asistování, když lyžuji, nebo pomoc při nákupu. V těchto případech nehraje žádnou roli soucit ani vypočítavost.



Alena Jančíková se narodila v roce 1977 v Opavě. V roce 2006 se přestěhovala do Prahy, kde žije dosud. Vystudovala Obchodní akademii v Bruntálu, na olomoucké univerzitě nedokončila studium na fakultě tělesné kultury. Je ředitelkou České asociace paraplegiků. Temperamentní vozíčkářka s mnoha plány a sny, které by nejraději uskutečnila všechny najednou. Žije dneškem. Budí dojem pragmatického člověka, ale při rozhodování dá hlavně na srdce a intuici. Vše, po čem touží, si musí prožít, a to bez otálení.

Rázná třicátnice s velkým organizačním talentem, která své zkušenosti dovede zúročit ve prospěch ostatních lidí s tělesným postižením. Pomáhala zajistit kvalitní služby na filmovém festivalu v Karlových Varech, byla u začátků vodního lyžování vozíčkářů v Česku, usiluje o prosazení systémové podpory pro lidi s poraněnou míchou. Letos se úspěšně představila na prknech, co znamenají svět: hraje jednu z hlavních rolí v taneční inscenaci *Simulante Bande*, která měla v dubnu premiéru v pražském Divadle Archa.

### ■ Proč jste se chtěla stát ředitelkou České asociace paraplegiků?

Nejdřív malé vysvětlení. Na jaře 2010 bylo valnou hromadou odsouhlasena transformace Centra Paraple na obecně prospěšnou společnost a jeho vyčlenění ze Svazu paraplegiků. Aby mohlo dojít k postupnému rozdělení obou organizací, bylo zapotřebí připravit žádosti ke grantům a nastavit strategické cíle a záměry staronového sdružení.

Když mi byla nabídnuta tahle funkce, působil jsem v předsednictvu Svazu. Neváhala jsem, protože mi bylo jasné, jakým směrem se má naše sdružení vydat a jaké projekty s celorepublikovou působností má realizovat. Inspirujeme se činností zahraničních asociací podobných té naší.

Jsem z malého města, a proto vím, jak je pro vozíčkáře těžké účinně informovat lidi ve svém okolí, na úřadech či v ordinaci o zdravotním stavu a s ním souvisejících komplikacích. Na vlastní kůži jsem zažila bezmoc s úředníky, revizními nebo posudkovými lékaři. Proto je jedním z cílů naší asociace právě informování laické i odborné veřejnosti. Chceme, aby se v každém koutě republiky vědělo, co člověk s poškozením míchy potřebuje v každodenním životě.



Pomáháme také jednotlivcům, kteří si nedovedou s něčím poradit. Sama mám otřesnou zkušenost s posudkovým lékařem, který mne několik let zařazoval do prvního stupně příspěvku na péči. Hodnotil pouze mé aktivity, jako je práce a sport, ale vůbec ho nezajímalo, že v bariérovém prostředí nejsem soběstačná, neuvezu nákup těžší než dva rohlíky a ani okna si sama neumyju.

■ **Pojdme k příjemnějšímu tématu. Jak jste se dostala k taneční skupině VerTeDance?** Před deseti lety jsem se zúčastnila workshopu tanečního integrovaného souboru

CandoCo z Londýna. A nejspíš jsem byla dobře zapamatovatelná pro ředitele Divadla Archa, protože dal kontakt na mě lidem z VerTeDance. Inscenace, v níž hraju, to jsou téměř modelové příběhy a situace nás hendikepovaných, ve kterých se odhalují naše povahové rysy

■ **Máte před vystoupením trému?**

Samozřejmě mám. Dokonce se stávalo, že i celý den. Ale s přibývajícím vystoupením si hraní spíš užívám, než abych se nechala paralyzovat trémou. Nesmím si ji připustit, protože pak nadělám více chyb.

■ **Zahrajete si v nějakém dalším představení?**

Zatím se nic nerýsuje. Za další příležitost budu ráda.

■ **V minulosti jste se podílela na projektu Kino bez bariér, který vozíčkářům usnadňuje pobyt na karlovarském filmovém festivalu. Jaké zkušenosti jste získala?**

Zjistila jsem, že díky takovým projektům se může vozíčkář dobře pohybovat a cítit se rovnocenně jako každý návštěvník. Nezdá se to, ale speciální služby opravdu pomáhají integrovat a člověk s těžkým postižením je pak psychicky v pohodě. V příštím roce chystáme s Nadací OKD bezbariérové

zpřístupnění několika hudebních festivalů a provozování bezBARu, kde pivo čepují a hosty obsluhují vozíčkáři.

■ **Ještě v Centru Paraple jste organizovala kurzy vodního lyžování. Čemu vy sama holdujete?**

Na vozíku jsem vyzkoušela skoro všechno. Od formule přes atletiku, basket až po monoski. Zůstala jsem u lyžování a plavání, v létě jezdím na motorové čtyřkolce a vodních lyžích, někdy i usednu na handbike. Teď mi hodně času a fyzických sil zabere tanec.

**O tanečním představení souboru VerTeDance si přečtete na [www.vozickar.com](http://www.vozickar.com). Reprízy taneční inscenace Simulante Bande v pražském divadle Archa se uskuteční 10. a 11. prosince 2012. Rezervace vstupenek na tel. 221 716 333.**

■ **Máte nějaký osvědčený recept proti špatné náladě či smutku na duši?**

Pomůže mi dobrý film, hudba nebo výlet do neznáma. A taky jistota, že mám kolem sebe dobré přátele, o které se mohu kdykoli opřít. Zasměju se s nimi, a hned se cítím v bezpečí.



■ **Co je pro vás velkou životní výzvou?**

Obecně těžké situace, kdy musím zapnout všechny síly, využít svou kreativitu, rozvinout svůj potenciál. A kdy chci obohatit sebe i druhé. Za velkou výzvou považuju třeba práci v naší Asociaci.

■ **Kterých vlastností si u lidí nejvíc vážíte a co vás naopak spolehlivě naštvete?**

Nesnáším zbabělost, pokrytectví a závist. Naopak si velice cením obětavosti, nadhledu a vyrovnanosti.

■ **Představte si, že máte kouzelný prsten, ale jen na minutu a jen na jedno přání. Věděla byste si rady?**

Zvládla bych to. Ale neprozradím, co bych si přála. Chceme-li, aby se nám přání splnila, neříkají se nahlas.

Miloš Pelikán

## Pláštěnky, zimní fusaky a nánožníky pro vozíčkáře a mnoho dalších užitečných pomůcek pro handicapované osoby – dospělé i děti

Vysoká kvalita zaručuje pohodlí pro vozíčkáře v každém počasí. Naše výrobky od specializovaného výrobce ve Velké Británii jsou voděodolné, prodyšné, teplé a stylové i barevně atraktivní a hlavně cenově dostupné.

Ohřejte se i Vy v našich příjemných a teplých flísech speciálně vyráběných pro uživatele invalidních vozíků a skútrů.

Více informací: [www.prolifeweb.cz](http://www.prolifeweb.cz), možno též volat přímo 773 252 633 nebo 466 264 588

## Místa činu nebývají bezbariérová

Ladislav Loebe se v mládí vyučil truhlářem a také se naplno věnoval sportu, po škole pracoval v truhlářské dílně a převydělával si také jako vyhazovač v baru. Pak ale v roce 1999 přišla nehoda a s ní kvadruplegické ochrnutí a Ladislav přemýšlel, kam dál. „Manuálně už se asi žít nebudu, tak zbývá hlava...“ řekl si ještě v nemocnici a po čtyřech letech, kdy se dostával z největších zdravotních problémů a vracel se zpět do běžného života, se přihlásil nejprve na obchodní akademii, později na prestižní Právnickou fakultu Masarykovy univerzity v Brně. Ke studiu práv ho inspirovalo okolí a bližší kontakty a rady mu poskytli lidé ze střediska Teiresiás při Masarykově univerzitě. Jak se ukázalo, volba právnického oboru byla šťastná. Ladislav zde úspěšně studuje už třetím rokem a to, že ho studium navíc i baví, je znát. Jak sám dodává, zkoušky jsou poměrně těžké, studiu se ale pečlivě věnuje a zatím ho zvládá bez větších potíží. To, že bylo právo dobrou volbou, se Ladislavovi potvrdilo také na praxi, kterou měl v jedné renomované pražské právní kanceláři a na niž vzpomíná s velkým nadšením. Praxi mu za-

jistilo Konto Bariéry, které Ladislavovi pomáhá také formou stipendií: „Konto Bariéry mi pomohlo opravdu hodně, za to jsem vděčný.“

Dnes, kdy je Ladislavovi 36 let, už svou nehodu vidí s odstupem: „Musíme věci brát tak, jak přicházejí, se životem se člověk nemá prát. Když něco nemůžu změnit, tak to zkrátka musím přijmout.“ Různá omezení tedy bere spíše s nadhledem. S úsměvem dodává, že se chtěl původně orientovat na trestní právo, vyučující ho ale upozornil, že se málokdy vraždí v bezbariérových prostorách – a také proto se v současnosti zaměřuje spíše na občanské a obchodní právo a v budoucnu snad advokacii. Bariéry v okolním prostředí jednoduše jsou, Ladislav je ale vnímá s velkou tolerancí: „Věci se k lepšímu nezmění hned. Třeba budovy nebo peróny tu stojí už dlouho, takže než se všechny přizpůsobí vozíčkářům, bude to trvat.“ Jak ale dodává, na svou fakultu si stěžovat nemůže – budova je relativně bez bariér a vyučující mu vycházejí vstříc prodlouženými lhůtami testů, které vzhledem k částečnému ochrnutí rukou potřebuje. S mnohými bariérami je tedy dle



Ladislava nutné počítat, rozhodně ale nezastává pasivní přístup: „Vozíčkáři (a nejen oni) se nesmí bát ozvat. Pokud někdo narazí na úřední neochotu, tak by si měl stěžovat a řešit to oficiální cestou. To jediné má smysl.“

Zuzana Schneiderová

## Při volbě povolání hendikepovaných jde vždy o volbu z rozumu

JUDr. Milan Šmidrkal je značně zaměstnaný muž. Když jsem ho navštívila v jeho brněnské kanceláři, zrovna se mu protáhlo nějaké jednání, a poté, co se klienti nakonec rozloučili (podotýkám, že s úsměvem), na plánovaný rozhovor by zbylo sotva pár minut. „Stres při práci mi nevedí,“ zavrtěl pan Šmidrkal hlavou, „ale před diktafonem... Nerad bych dopadl jako ti koktající sportovci v televizních novinách.“ To by byla opravdu škoda. Blížilo se léto a práce neubývalo, dohodli jsme se tedy na rozhovoru na dálku. Protože to pro JUDr. Šmidrkala nebyla premiéra a nerad se opakuje, doplnil své odpovědi rozhovorem, který se před několika lety uskutečnil s Janem Nouzou pro časopis *Můžeš*.



JUDr. Šmidrkal je notář – pro notářskou praxi se rozhodl po dokončení Právnické fakulty Masarykovy univerzity. První otázka, která mne napadla, začínala slůvkem „proč“.

### ■ Proč jste si vybral práva?

Racionální úvaha. Na speciální matematiku jsem neměl a žádné manuální dovednosti jsem si neosvojil tak, abych se jimi užíval.

### ■ Co vás přivedlo k rozhodnutí stát se notářem? Podle mínění mnohých je to trochu nezajímavé, pro někoho i nudné povolání. (J. N.)

Povolání notáře není nezajímavé. To vždycky zajímavé bylo. Ale nemůžu říct, že by mě k němu něco vedlo. Před dokončením fakulty jsem se musel nějak rozhodnout. Nejfrekventovanější praxe byla dělat podnikového právníka – ti si nejvíce vydělali. Museli však často na služební cesty. Někteří kolegové dostávali nabídky míst u SNB, u vojska, řada z nich chtěla dělat v orgánech správy, ONV a KNV nebo u soudu, prokuratury a podobně. Já jsem měl trochu idealizovanou představu o notářské práci jako o právní službě v řízeních, kdy strany nestojí proti sobě a notář je rádcem všech účastníků.

### ■ Tedy volba z rozumu? (J. N.)

Při volbě povolání hendikepovaných jde vždy o volbu z rozumu. Já bych například těžko mohl uvažovat o povolání dejme tomu holiče, i kdybych o něm snil – asi bych si neosvojil potřebné manuální zručnosti.

### ■ Jak dlouho už máte svoji praxi?

Praxi soukromého notáře vykonávám od počátku, to je od 2. 1. 1993.

### ■ Kde jste studoval a jak na to vzpomínáte?

Studoval a bydlel jsem v Brně, nezažil jsem tedy „pravý“ studentský život na koleji nebo na privátě. Vzpomínky na dobu studií jsou standardně dobré a to o trochu méně dobré již dávno „vyšumělo“.

### ■ Jak nemoc ovlivnila vaše dětství?

Nemohl jsem dělat spoustu činností (sportovně se vyžívat stejně jako vrstevníci, navštěvovat kulturní a jiné akce), které byly náročné na moji fyzickou kondici. Co se psychické stránky týče, obdobím dětského posměváčkovství s neurotickou zátěží jsem si vlastně neprošel. A na druhé straně se vždycky ve skupině, které jsem byl členem, našli i rozumnější, kteří svým způsobem ocenili, že když příroda někde ubrala, jinde přidala. Pochopitelně problémy byly – v sedmnácti chce kluk mít hezkou holku. Nešťastné lásky prožívá každý a usilovat o hezkou slečnu v sedmnácti při dětské mozkové obrně, tam, myslím si, už by musel být Einstein, aby nad ním byla u vytržení – možná.

### ■ Vzpomínáte si na nějakou speciální událost během studia nebo práce zapříčiněnou vašim postižením?

Historiky ze studentských let ve stylu poutavých historek z „natáčení“ si moc nevybavuji.

Prázdninové brigády studentů byly snadno realizovatelné a zážitky na nich skvělé. Za všechny jeden. Jako pomocný stavební dělník jsem dostal za úkol opravit dílo mistra zedníka, který zapomněl vynechat ve zdi stavební otvor na budoucí dveře. V jedné ruce kladivo a ve druhé ruce majzlík jsem se snažil splnit zadaný úkol, to je vybourat otvor pro dveře. Nepodařilo se a já již nikdy neusiloval o brigádu na stavbě.

#### ■ Máte nějaký zajímavý případ z praxe?

V dědickém řízení, které je neveřejné, se nic zajímavého neděje. Většinou jde o smutnou záležitost s občasnými emocemi na straně dědiců. Odborně zajímavý případ v ostatních agendách notářské činnosti zase nezajímá okruh vašich čtenářů.

#### ■ Jak na vaše postižení reagují klienti?

Nevím, že by kdy nějaký problém nastal. Někdy prohlásí, že se jim také blbě chodí.

#### ■ Máte (měl jste) nějaké hendikepované klienty?

Ano, občas notáře potřebují i hendikepovaní.

#### ■ Setkal jste se s nějakými komplikacemi kvůli řečové vadě? Zkoušel jste s ní něco dělat?

Nesetkal. Je součástí DMO. V dětství jsem však chodil na řečové rehabilitace.

#### ■ V čem vidíte problémy skupiny lidí se zdravotním hendikepem?

Někdy jde o „akvárium“, jindy o nedostatek vzdělání nebo přesvědčení o nutnosti ekonomických dotací pro hendikepované v množství větším než malém, někdy ve schopnosti svými nároky popudit nehendikepovanou většinu.

#### ■ Co by se mělo zlepšit, aby hendikepovaní získali lepší vzdělání a lepší uplatnění?

Z hlediska hendikepovaných – vybrat si z rozsáhlé nabídky vzdělávacích zařízení všeho druhu a potom učit se, učit se, učit se, být platnou součástí společnosti, překonávat předsudky a nedomáhat se pozitivní diskriminace.

Z hlediska společnosti (státu) – trvat na bezbariérovosti všech vzdělávacích zařízení a všech veřejných budov a prostorů, hledat ve veřejné správě pozice pro hendikepované a vytvářet pobídky pro zaměstnávání hendikepovaných mimo veřejnou správu.

#### ■ A co takhle zákon nebo předpis, který by mohl být vstřícnější ve vztahu k lidem s postižením? (J. N.)

Nevím, jestli ho někde ve světě mají. V zákoně existuje pojem nepominutelný dědic, to je chráněný dědic, například nezletilé dítě. Já si myslím, že statut nepominutelného dědice by mohl být rozšířen i na invalidní osobu, ale jde o to, jakým způsobem by se to udělalo. Těžko se mně hledá měřítko, jak by zákonodárci měli postupovat v rámci toho zvýhodnění.

#### ■ Na co si krom práce najdete čas?

Od konce minulého roku jsem vdovec a nejvíce svého mimopracovního času trávím péčí o svoji jednočlennou domácnost.

#### ■ Pokládáte své povolání za stresující?

Stresu jsem si užil nejvíce při zahájení podnikání. Teď už si při podnikání se stresovými situacemi lépe poradím. Nové stresy na mne útočí v osobním životě.

#### ■ Jaké jsou vaše koníčky?

Četba kvalitní beletrie a aktivní relaxace na bázi pohybu.

#### ■ Jak se vám nejlépe odpočívá?

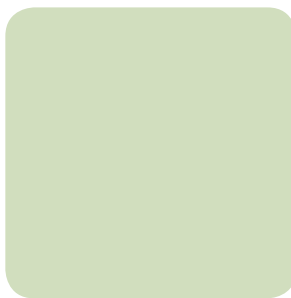
Ve vodorovné poloze s horizontálním dýcháním.

*Tereza Dědinová*

## Zvedací zařízení Liko

Kvalita, bezpečnost a pohodlí

 **Liko**  
A Hill-Rom Company



### Výhody výrobků Liko:

- nejširší nabídka stropních a mobilních zvedacích systémů na trhu;
- unikátní vlastnosti také pro rehabilitaci a nácvik chůze;
- vysoce odolné závěsné vaky ve všech velikostech a různých materiálech, speciální závěsy pro koupání, po amputaci, pro nácvik chůze;
- různá řešení pro přesun mezi místnostmi vhodné pro každý byt či zařízení;
- dokonalá kvalita evropské jedničky za překvapivě dostupné ceny.

Zvedáky Liko nabízí společnost Dartin a její partner firma Medicco. Neváhejte nás kontaktovat pro podrobnější informace, nabídku, nebo profesionální radu pro Vaši individuální situaci.

**DARTIN**

www.dartin.cz  
tel.: +420 241 470 361

www.medicco.cz  
tel.: +420 604 268 565

**MEDICCO**



Radostné prožití  
Vánočních svátků,  
klidný a pohodový rok 2013  
Vám přeje: Jan Píbal - JP SERVIS



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

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

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

+420 606 613 239

Kompletní úpravy automobilů pro tělesně postižené osoby  
Odvoz vozidla k úpravě a zpět je zajišťován vlastním odtahovým speciálem po celé ČR  
15 let profesionální práce v oboru



Jan Píbal - JP SERVIS, Na Městečku 137, Štětkeň, 387 51,  
provoz: +420 383 393 249, mobil: +420 606 613 239, url: [www.jpservis.eu](http://www.jpservis.eu), e-mail: [info@jpservis.eu](mailto:info@jpservis.eu)



## Karta Handy Card Česká pojišťovna pro hendikepované zdarma

S kartou Handy Card Česká pojišťovna sleva 40 % na všechna pojištění od České pojišťovny

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

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

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

## Střípky z historie

Málokdo ví, že v brněnském Ústavu sociální péče pro tělesně postiženou mládež Kociánka se před desítkami let vyráběly vozíky. A to sériově. Bohužel se nedochovalo mnoho informací, o této výrobě hovoří jen staré snímky. Pochází z 20. let 20. století a je na nich vidět nejen tehdejší atmosféra, ale i detailní technologické postupy.

Na Kociánce se tehdy dávaly dohromady i vozítka poháněná motorem, dokonce tamější obyvatelé postavili auto uzpůsobené pro převoz vozíčkářů. V začátcích jim stačilo i jedno, v tehdejších ústavu pro zmrzačené žila třicítka lidí komunitním způsobem života, oklepávali se z první světové války. Dokládají to i další unikátní fotografie, na kterých je vidět, že komunita si vypomáhala skutečně ve všem. (ata)



## REHACARE nezklamal - přilákal 51 000 lidí

Na REHACARU v německém Düsseldorfu se návštěvníkovi nejednou zatočí hlava a zůstane s údivem stát. Poprvé, když zažije při příjezdu perfektní připravenost organizátorů. Podruhé, když vstoupí do obrovských sálů, kde to žije, hučí, pulzuje, a neví, kam se dívat dít. Potřetí, když se potupně setkává s přísliby dob budoucích, s vábníčkami, které se z fantazií lidí s hendikepem i z knížek žánru sci-fi najednou před ním vyloupily v plné kráse. REHACARE zůstává pojmem.

Rehacare navštívilo letos 51 000 lidí ze 77 zemí, přijelo 852 vystavovatelů z 32 zemí světa. K vidění bylo na tisíc různých kompenzačních pomůcek určených jak pro běžný pohyb, tak pro extrémní sporty. Nejvíce nás

zaujal vozík na bázi segwaye s jemným dívčím názvem Genny. Jízda na dvou kolech regulovaná pohybem celého trupu je tak osvobuzující a přirozená, že jsem si na ni zvykla během pár sekund a při projíždce po areálu jsem úplně zapoměla, že na něčem jedu a vlastně nechodím. Pro lidi s ochrnutím dolních končetin to je naprostá revoluce pohybu.

### Moderní vychytávky

Dalším poutačem byly vozíky určené pro extrémní sjezd v terénu. Dělal jsem dvě varianty. Levnější bez motoru a dražší, která člověka na kopec vyveze. Pak už jen zbývá sebrat kuráž a pustit se střemhlav dolů.

Elektrické vozíky, které překonají schody, terén, můžou jezdit vodou i v písku byly samozřejmostí. Vozíky, které rostou spolu s dětmi, zajistí, že není třeba po dvou letech vyřizovat papíry pro další kompenzační pomůcku. Různé designové vychytávky, anatomicky tvarované opěrky, vozíky pro pohyb a slunění na pláži, speciální berle nebo skútry, které spíš připomínají malé auto. Nové a bezpečné řešení pro monoski, hybrid mezi harlejem a vozíkem, pak nevšední barvy vozíků nebo opěrné hole coby umělecké dílo. Jak říkám, člověku šla hlava kolem. Samozřejmě se tam našly stánky, které nic zajímavého nepřinesly. Udivovaly nás prezentace firem, které neposkytly o svých



výrobci ani základní informace nebo jejichž výstava neukazuje nic nového, naopak jen staré a známé modely.

### Nový trend: robotika

Pokud na takový stánek člověk narazí, stačilo pro správnou chuť zajít na prezentaci asistenční robotiky a sledovat, jak kompletně ochrnutá žena může díky robotické ruce pracovat v knihovně. Pro zdravého člověka je nepředstavitelné, kolik práce a úsilí je nutných k naprogramování úkonu a povelu „Uchop modrou knihu“. Další robot dokáže podat, přinést, uchopit, rozvázat tkaničku či otevřít dveře. A pak se ještě ukloní. Zkrátka

problém zaplatit momentálně 110 asistenčních psů určených pro děti. Pracovní agentury, časopis HANDICAP, cestovní kanceláře zaměřující se na expedice v Africe – samozřejmě pro vozíčkáře, relaxační centra, atlasy s vyznačenými bezbariérovými čerpacími stanicemi atd.

Moc času nezbývalo, ale i tak jsme si prošli sportovní aktivity, které byly hojně využívány – například miniaturní stolní tenis, badminton, ale i soutěž v tanci nebo netradiční sportovní disciplíny – hod oštěpem nebo přejezdy přes bariérové lávky, překážková dráha s chodítkem. Pro ty, kdo preferují klid ukrytý v barevných obrazech, byla přípra-

asistent, který nemá nikdy blbou náladu.

Tak za rok v Německu?

Aneta Šedá

Zaujala nás i prezentace organizací a s nimi spojená inspirace – například výcvik asistenčních psů je v Německu stejně jako u nás financován jen z darů donátorů. Přesto nemá organizace Vita pro-



## RUČNÍ OVLÁDÁNÍ NA MÍRU

individuální úpravy automobilů



www.rucniovladani.cz

VLASTNÍ KONSTRUKCE, VÝROBA A VÝVOJ



vlastní odtahová služba  
ruční ovládání na více než 200 typů vozidel  
technici s dlouholetou praxí  
špičkově vybavená dílna  
osobní přístup v takřka rodinném prostředí firmy

ruční ovládání - mechanické / elektronické systémy  
jeřábky pro nakládání vozíků  
invalidní vozíky s přesuvnou sedačkou do auta  
otočné sedačky / elektrické posuvy / el. zádové opěrky  
přesedací desky  
odsuvné zadní dveře  
nájezdové rampy / elektrohydraulické plošiny  
další individuální úpravy vždy podle potřeb zákazníka

tel. / mob.: 321 781 363 / 608 977 274, 602 866 020  
provozovna: Bambousek 664, 281 26 Týnec nad Labem  
e-mail: malina@rucniovladani.cz  
www.rucniovladani.cz

# ROHO



## antidekubitní podložky a matrace

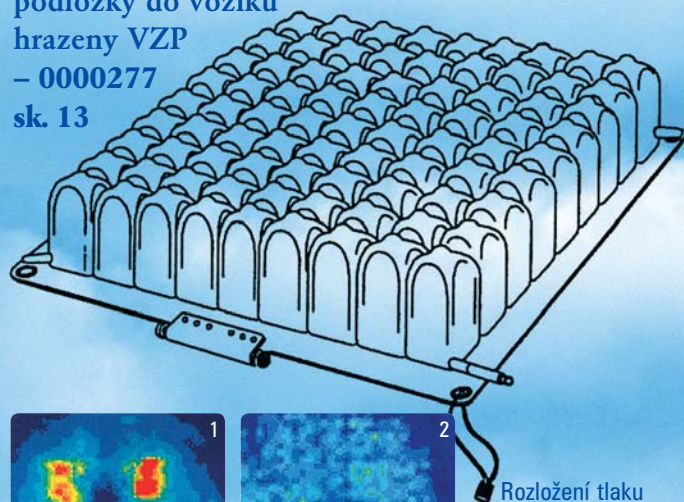
zamezují vzniku proleženin a napomáhají při jejich léčbě.

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

## Geocaching otevírá nový rozměr bezbariérové turistiky

Do přírody už se nechodí jen na houby. Cílem mnoha cest je keška, většinou dobře ukrytá, malá umělohmotná schránka. Ještě nikdy jste kešku nenašli? Možná je na čase vyrazit...

Geocaching je zajímavá aktivita na čerstvém vzduchu, které nechybí trocha dobrodružství. Právě proto má stále více příznivců. Skupina mladých lidí z Plzně se rozhodla přiblížit tuto hru také vozíčkářům. „Geocaching je fyzicky nenáročný, a tak se ho může zúčastnit třeba i kvadruplegik,“ řekla Martina Hánová z projektu Geocaching pro vozíčkáře. Plzeň by se tak mohla stát baštou fanoušků kešek.

V ideálním případě se tam vytvoří skupina vozíčkářů a asistentů, kteří budou každý měsíc vyrážet na „lov“. „Zatím se chceme soustředit na okolí našeho města. Podle toho, jak se nám bude dařit, bychom rádi pokračo-

vali do dalších míst v republice,“ nastínila plány do budoucna zástupkyně projektu.

Geocaching je něco mezi turistikou a sportem. Nad touto iniciativou tak převzalo záštitu občanské sdružení Lucky kolečka, které se zabývá sportovním vyžitím hendikepovaných.

Jako novopečený „hledáč kešek“ potře-



bujete navigaci, pár informací z internetu a chuť hledat. „Nic speciálního není potřeba, jen u navigací dbáme na to, aby byly dotykové. Většinou vozíčkářů se totiž lépe ovládají,“ doplnila Hánová.

Žádný seznam bezbariérových kešek zatím neexistuje. Každá keška má však své atributy, grafické symboly, ze kterých lze ale například vyčíst, je-li místo přístupné hledači na vozíku. Na internetových stránkách [www.geocaching.cz](http://www.geocaching.cz) lze najít, zda se ve vašem okolí nějaká taková keška nachází. Pokud ne, můžete ji založit a stát se tak majitelem bezbariérového geocachingového stanoviště. „Naším přáním je inspirovat další lidi s hendikepem, kteří budou vyrážet do přírody s GPSkou a nadšením,“ uzavřela Martina Hánová.

Ladislava Blažková



Ladislava Blažková

## Na hranici možného

**Chorvatsko nevoní dálkami. Tento hendikep však dohání svou dostupností. Stalo se takřka synonymem pro letní dovolenou většiny Čechů. Zdá se, že nemůže ničím překvapat.**

Co znamená jet k moři, jsem si dokázala představit. Dokonce s tím mám i nějakou osobní zkušenost. Stačí však změnit předložku a najednou mluvíte o úplně rozdílné věci. Jet „na moře“ je totiž docela jiná káva. Od letošního září to vím.

Lidé z občanského sdružení Archa community se rozhodli zopakovat úspěšnou plavbu z minulého roku a vypravili další posádku. Byla jsem její součástí, ale nadšení u mě bojovalo s obavami. Při představě toho, že sedím týden na tvrdé sedačce někde na lodi, se moje tělo zhýčkané antidekubitními sedáky také moc neradovalo. Odevšad se však ke mně dostávaly zvěsti o tom, jak velký to byl zážitek. A že prostě stojí za trochu méně pohodlí. A tak jsme tedy vyrazili. Čtyři vozíčkáři a šest zdravých. Dohromady deset celkem slušných bláznů bažících po něčem, co ještě nezažili. To není však tak úplně přesné. Někteří už na moři nějakou chvíli strávili, a tak nás, mořeplavecké nováčky, zasvěcovali do života na lodi.

Všichni si zkusili uvázat lodní uzel, dozvěděli se, jak vytáhnout hlavní plachtu nebo jak funguje navigace. Pravda, některé bavily tyto technické věci více, jiní se raději dívali do dálky. Když se ale probíral „muž přes palubu“, poslouchali všichni, aniž by si kdo připouštěl, že by se něco takového mohlo doopravdy stát.

Dny na palubě plují stejně poklidně jako vlny všude kolem nás. Najednou nemáte tušení, kolik je hodin, natož abyste věděli, jestli je pondělí nebo středa. Čas totiž nehraje roli. Důležitější jsou jiné věci. Třeba příprava jídla.

Každý den má službu dvojice, z níž jeden je manuálně zručnější a druhý víc mluví. Rozumějte: jeden asistent a jeden vozíčkář. Více než kde jinde si všichni uvědomujeme, jak důležitá je spolupráce. Všichni se podílíme na krájení brambor k večeři. Nikdo není odsouzen do role pouhého pozorovatele a konzumenta. I když já přece jen trochu pozoruju. Všimám si, jaké to je pohybovat se bez vozíku. Většinu života bojuju s tím, že nechci být jen doplněk své kompenzační pomůcky. Někdy je prostě těžké odlišit, jestli se s vámi

lidé baví proto, že je zajímavá vaše osobnost, nebo jen proto, že ve jménu integrace je to považováno za dobré. Je to celkem unikátní možnost být opravdu sám sebou.

Den je složený z malých rozhodnutí, která se většinou nějak týkají pohybu. Někam se na lodi dostat totiž není úplně jednoduché. Strmých pět schodů do podpalubí budí zasloužený respekt. Překonat je však musíme několikrát za den. A přitom překonáváme sami sebe. Kamarádka Miša plave sama v moři navzdory tomu, že na pevnině potře-





buje téměř se vším pomoci. Moře je svoboda. Opravdová a nekončící. Moře však znamená také nebezpečí. A to jsme měli také poznat. Netušila jsem, že za kapitánovými slovy o tom, že se trochu zhorší počasí, se ve skutečnosti ukrývá jeden z mých největších zážitků. Přichází totiž bora, silný vítr, který si s naší lodí hraje jako kočka s myší. Kapitán vypadá klidně a nutí nás do zpěvu. Snad abychom svým neumělým zpěvem zastrašili vlastní strach. Mezitím nás horolezeckými úvazky poutají k něčemu pevnému na lodi. Tuším, že jde do tuhého. Napadá mě, zda nebudu potřebovat nějaké informace o muži přes palubu. Tyto myšlenky zaháním další dávkou písní. Najednou mi nevádí, že neumím zpívat. Adrenalin se v okamžiku mísí s endorfiny a to za trochu nepohodlí stojí.

Pokud vás náš týden na lodi zaujal, zkuste příští léto sami rozšířovat, co znamená „jet na moře“. Osobní zkušenost je totiž nejvíc.

Ladislava Blažková

## „Proč se v Česku nemůže pít alkohol?“ zeptali se na Havaji

Rodinu Márových není třeba dlouze představovat. Jejich expedice do všech koutů světa sleduje mnoho očí na webu, v knihách, na videu i na besedách, které pořádají den co den po celé republice. Jejich příznivci se už můžou těšit na zážitky – Márovi mají za sebou další z dalekých cest, tentokrát na západní pobřeží severní Ameriky.

Rodině cestovatelů nechybí cílevědomost ani kuráž. Chtějí poznat všechny kontinenty, od roku 2011 je Jirka Mára dokonce držitelem českého rekordu jako jediný vozíčkář, který navštívil všechny obydlené světadíly. Jirkovi je teď jednadvacet let, má svalovou dystrofii a je hlavním iniciátorem a plánovačem výprav. „V severní Americe jsme ještě nebyli. Navštívili jsme sice Grónsko, ale to je ostrov, takže západní pobřeží USA byl náš jasný cíl. Je totiž mnohem zajímavější než východ Spojených států a navíc je to kousek na Havaji,“ popisuje vedoucí výpravy, otec, který se jmenuje stejně jako jeho tělesně postižený syn, Jiří Mára.

Kromě toho nemohli vynechat Hollywood, Grand kaňon, národní park Yellowstone, kasina v Las Vegas a řadu dalších míst. Cílem rodiny Márových byla právě spíše přírodní panoramata a světoznámé parky. „Na pohyb vozíčkářů tam jsou výborně připraveni. Hodně Američanů má potíže s pohybem, nejen kvůli hendikepu, ale i kvůli nadváze, takže většina parků byla plně přístupná. Dokonce tam šlo i vypůjčit invalidní vozík,“ popisuje Jiří Mára

starší. Se stejnými službami se setkali i při projížďce hollywoodským filmovým studiem.

Velký zážitek byl ze stejného města z obří horské dráhy. Prudké zatáčky, pády dolů, voda... Jirka měl co dělat, aby to zvládl. „Musím se přiznat, že z toho cukání a rychlosti jsem měl strach i já,“ dosvědčil jeho velmi odvážný otec.

V kabině vozíku řídicího se dolů stokilometrovou rychlostí však zážitky z cest nekončí. „Když se proti vám řítí stádo bizonů nebo když se vás na Havaji zeptají, proč je v Česku zrovna zakázáno pít alkohol, to jsou momenty, které udívá každého. Na takové chvíle se nezapomíná,“ uvažuje mladý cestovatel.

Při takovém toulání po zeměkouli nejde nepotkat domorodce. Jirka s nimi moc nemluví, v angličtině si ještě moc nevěří, ale táta mu vše přetluče. Kontakt s místními ho na cestování totiž hodně baví. „Ze všech kontinentů a expedic, které jsme podnikli, mě Američané nejvíc zklamali. Jsou to lidé většinou namyšlení, nikdo na světě podle nich není víc. Občas se tak k nám i chovali.



Když jsme přišli na infocentrum kdekoli na světě, vždy se pracovníci snažili, aby nám co nejvíc pomohli. V USA nám tu a tam dali najevo, že bychom se měli nejdříve pořádně naučit anglicky, protože nemluvíme jak roditel mluví. Nebo se nás jeden člověk zeptal, zda je v Česku dostupný internet a jestli víme, co to je e-mail,“ kroutil nechápavě hlavou Jiří.

Všechny tyto i další postřehy z cesty můžou zájemci sledovat v připravovaných knihách i videokazetách. Více informací i fotografií najdete na [www.jirkamara.cz](http://www.jirkamara.cz) nebo na facebooku.

Aneta Šedá



## Slovenští hendikepovaní žijící za hranicemi přicházejí o sociální dávky

### Evropská komise hrozí soudem

Slovenská vláda ochuzuje své hendikepované občany, kteří žijí v zahraničí a přitom stále mají slovenské sociální pojištění, o některé sociální dávky, jež jim podle zákona přísluší.

Navzdory jasné literě zákona – „*Ludia poistení v našom sociálnom systéme, ktorí žijú v inom štáte Únie, môžu čerpať dávky pre ťažko zdravotne postihnutých*“ – Slovensko nevyplácí mimo své hranice příspěvek na opatrování, na osobní asistenci a příspěvek kompenzující zvýšené výdaje těžce hendikepovaných osob.

Podle Bruselu tak vláda vážně porušuje své povinnosti: „*Odmietnutím poskytovať tieto dávky osobám, ktoré žijú v iných štátoch, Slovensko porušuje svoje povinnosti podľa právnych predpisov Únie a odopiera ťažko zdravotne postihnutým dávky, na ktoré majú nárok.*“

Na vyjádření jasného stanoviska a nápravu situace má Slovensko dva měsíce – pokud tuto lhůtu nedodrží, Evropská komise může kauzu předložit Soudnímu dvoru EU v Lucemburku.

### Slovenské ministerstvo práce nárok na dávky neuznává

Ministerstvo práce vedené Jánem Richterem ze sociálně demokratické strany Smer se podle vyjádření svého mluvčího Michala Stušky domnívá, že hendikepovaní slovenští občané žijící za hranicemi na výše uvedené dávky nárok nemají. „*Je to reakcia na názorovú nejednotnosť Slovenska a Európskej komisie,*“ vysvětluje (?) Stuška a dodává, že Slovensko v uvedené lhůtě zaujme k celému případu jasné stanovisko. O možnostech nápravy (ani o tom, na jakou stranu by se avizované stanovisko mělo přiklánět) se ale zatím nevyjádřil.

### Z čeho ministerstvo práce při svém tvrzení o ztrátě nároku na dávky vychází?

Opírá se o paragraf 42, který nechalo vložit do zákona o peněžních příspěvcích na kompenzaci těžkého zdravotního postižení:

(1) *Peňažný príspevok na kompenzáciu sa nevypláca mimo územia Slovenskej republiky. Ak sa fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím zdržiava mimo územia Slovenskej republiky dlhšie ako 60 po sebe nasledujúcich dní, peňažný príspevok na kompenzáciu sa odníme a jeho výplata sa zastaví od prvého dňa kalendárneho mesiaca, ktorý nasleduje po kalendárnom mesiaci, v ktorom táto 60dňová lehota uplynula.*

(2) *Peňažný príspevok na osobnú asistenciu a peňažný príspevok na opatrovanie nemožno poskytnúť, ak sa na osobnú asistenciu alebo opatrovanie fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím poskytuje príspevok alebo dávka rovnakého účelu iného štátu, ktorý je štátom Európskeho hospodárskeho priestoru.*

Z toho vyplývá, že hendikepovaní občané Slovenské republiky, kteří vycestují za hranice na dobu delší 60 dnů, mohou o finanční příspěvek přijít. Například slovenští studenti v Česku se tak musejí pravidelně vracet domů, jakkoli komplikované to může být.

Centrum samostatného života na Slovensku eviduje konkrétní případy lidí, kteří se dostali s citovaným paragrafem do křížku. Příkladem je paní s těžkým fyzickým postižením, která chtěla se svou osobní asistentkou odjet na delší návštěvu k sestře žijící v zahraničí. Sociální úřad jí ale pohrozil odepnutím příspěvků na osobní asistenci, pokud do 60 dnů neohlásí svůj návrat zpět na Slovensko.

### Absurdita dovedená do extrému

Paní Komanická, také s těžkým hendikepem, dlouhodobě žije v Praze, kde i vystudovala. Úřad jí soustavně zpřijemňuje život eventuelou odepnutím příspěvku na asistenci a nutí ji tak, aby se co dva měsíce vracela na Slovensko. Jako by to nestačilo samo o sobě, vystávají další problémy: „*Podľa zákona 447/2008 o kompenzáciách som povinná pobývať minimálne každých 60 dní na území Slovenskej republiky, nie som však podľa zákona povinná dostaviť sa na sociálny úrad. Zákon však ani neurčuje, kto môže dokázat a potvrdiť, že som na tom území bola. Mám s tým obrovské problémy, lebo samotný sociálny úrad v tom nemá jasno. Keďže moje trvalé bydlisko je až na juhovýchodnom Slovensku, teoreticky by mi podľa tohto zákona stačilo ísť „len“ niekde na západné Slovensko a získať nejaké potvrdenie, že som tam bola. Problém však je, že o takomto potvrdení „nikdy nikto nepočul“ a málokto je ochotný vydať mi ho. Aj keď som sa teda na území Slovenska vyskytla, nemohla som donútiť náhodný obecny úrad vydať mi takéto potvrdenie, pretože na to nemá žiaden oficiálny formulár a nevie, ako má také potvrdenie vyzerať. [...] Táto nezmyselná šikana má ešte jeden háčik – na území Slovenska sa môžem kludne objaviť (a najčastejšie aj objavím) cez víkend, ale vtedy mi potvrdenie nevydá už vôbec žiaden úrad a nemôžem sa zastaviť dokonca ani na tej sociálke, pretože ani ona cez víkend neúraduje. Tým pádom som nútená ostávať na Slovensku aj v pracovný deň – štát už ale vôbec nezaujima napr.*

**Centrum samostatného života na Slovensku** založili Ludmila Gričová a Jaroslav Grič roku 1996 při Organizaci muskulárních dystrofií v SR. Jsou součástí celosvětového hnutí usilujícího o rovnoprávnost hendikepovaných se zdravými lidmi, které vzniklo díky iniciativě tělesně postižených studentů koncem 60. let minulého století pod názvem **Independent Living** (běžně překládáno jako nezávislý život).

## Posíláme Vozíčkáře na Slovensko

Nová rubrika, nová myšlenka, noví čtenáři. Když k nám začaly před nedávnem chodit stále častěji objednávky časopisu Vozíčkář, a my je museli kvůli vysokému poplatku za poštu odmítat, přijali jsme novou výzvu. Oslovit další čtenáře a oficiálně posílat tištěný časopis i na Slovensko. I Čechy by mohlo zajímat, co se za hranicemi, které s námi mají tolik společného, děje. Navíc řada článků je univerzálních, bez ohledu na státní příslušnost. A tak tedy...

### Podmínky zaslání časopisu na Slovensko

Pro neziskovou organizaci jsou náklady na distribuci časopisu přes hranice neúnosné. Jsme proto nuceni za zaslání na Slovensko vybrat od čtenářů poplatek, který by tuto sumu uhradil. Při ceně 65 Kč za číslo se jedná o cca 14 euro za ročník (5 čísel).

Prosíme tedy všechny zájemce ze Slovenska, aby se v případě zájmu o rozesílku i za těchto podmínek ozvali a potvrdili svůj požadavek. Budeme se s vámi domlouvat individuálně, možné je posílení většího množství kusů, což by cenu za distribuci snížilo. Poté, co bude uhrazena částka na náš účet, začneme výtisky pravidelně zasílat.

Hledáme proto organizace, jednotlivce i blízké spolupracovníky, kterým by se tato idea líbila a pomohli by tak s distribucí, s obsahem i s oslovováním nových čtenářů. Aby naše příhraniční spolupráce fungovala, je potřeba se o ni starat a pečovat o ni. Pokud byste měli jakýkoliv nápad nebo kontakt na někoho, kdo by časopis na Slovensku ocenil, neváhejte se mu nebo mně ozvat.

**Kontakt:** aneta.seda@ligavozic.cz, 725 022 259.

*nejaký môj ušlý zisk zo dňa, kedy som teoreticky mohla/mala byť niekde úplne inde.“*

K tomu všemu se ještě přidávají problémy s cestováním vlaky, jejichž bezbariérovost je spíše teoretická (v noci mezi Prahou a Slovenskem bezbariérové vlaky nejezdí vůbec, jet denním znamená ztratit dva dny na cestě), o finanční náročnosti ani nemluvě (paní Komanická nemá na území ČR nárok na zlevněný lístek). Ztrátu příspěvku na osobní asistenci si nemůže dovolit.

**Centrum samostatného života žádalo v loňském roce Parlament SR o zrušení problematického paragrafu, ale doposud bez úspěchu. Snad pozornost Evropské komise zmůže víc.** Tereza Dědinová



## Progeo aktivní vozíky modely 2012

**Nechcete už dělat kompromisy?** Přestaňte o životě jen snít, ale žijte své sny! Nová kolekce přináší celou řadu inovací, revolučních řešení a designových perliček. PROGEO opět dokazuje, že je absolutní světovou špičkou v oboru udávající trend. Dáte přednost nejlehčí superskládačce na trhu **JOGA EGO**, originálně řešenému pevnému rámu **JOKER EVOLUTION** nebo se necháte zlákat celokarbonovým rámem **NOIR** z jednoho kusu? –



EGO



EVOLUTION



NOIR

možnost nezávazného a bezplatného vyzkoušení, více informací naleznete na:

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

DMA Praha s. r. o., Kunice 207, 251 63 Strančice, tel.: 323 610 610, fax: 323 664 335, e-mail: [dmapraha@dmapraha.cz](mailto:dmapraha@dmapraha.cz)



## RUČNÍ OVLÁDÁNÍ AUT



Individuální úpravy všech aut na ruční ovládání  
– mechanická ovládání za nejnižší cenu  
i moderní plně elektronická.

Prodej nových vozů Škoda s ručním ovládáním  
podle přání zákazníka za výhodných podmínek

Provádíme také další úpravy – plošiny, rampy,  
otočné sedačky.

Nabízíme produkty vlastní domácí výroby  
i největších zahraničních výrobců.

**8 smluvních servisů po celé republice**

**Kontaktujte nás na telefonech  
233 552 309, 283 852 945 nebo 602 162 556**

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

**IROA – HDC s.r.o.**  
**Eledrova 718, 181 00 Praha 8**

NUOVO CAFFE  
*if you love coffee*

děláme  
**s úsměvem**  
nejen kávu



NUOVO CAFFE s.r.o.

Prodejní a předváděcí centrum | Obůrky 4a, Brno-Medlánky  
tel.: 549 273 013 [www.napojoveautomaty.cz](http://www.napojoveautomaty.cz)

## Nikdy nepůjdeš sám - umění nemusí hladit po duši

...ale provokovat, inspirovat, rozčítit a nadchnout. Když se podíváte na obraz, cítíte příval energie plynoucí ze sebejistých, zlostných tahů štětce. Ať už se vám líbí, nebo ne, neodcházíte od něj lhostejni a nezasaženi. Budete si ho pamatovat.

O čem je řeč? O galerii obrazů malíře vystupujícího pod uměleckým jménem Artbite-cz, kterou si nejsnadněji můžete prohlédnout na webových stránkách komunity umělců a uměnofilů DeviantArt.

O umělci se toho mnoho nedozvíte a vlastně to není třeba – jeho díla promlouvají dostatečně silně sama. Akrylové malby i trojrozměrné papírové modely zasazené do interiéru pro mne vyjadřují vědomí omezení, nejen tělesného, reprezentovaného postavami na vozíku, ale i omezeného fyzického a duchovního prostoru, a únik nebo touhu po úniku, po překonání bariér, jakkoli neprostupnými se zdají.



Obrazy charakterizují vypjaté pozice se zdůrazněnými, vystupujícími svaly paží a rukou svírajících kolo vozíku nebo napnutých v gestu. Kontrastně k nim působí několik smířlivých poloh, zejména poklidně nakloněná tvář vozíčkáře na obraze *You never walk alone (Nikdy nepůjdeš sám)*. Dívka na obrazech *Christinas world* a *Kristynas world Prague* vypadá spíše rezignovaně.

*You never walk alone* – tento obraz mne zasáhl asi nejvíc; laskavé rozpětí křídel anděla nad chlapeckou postavou na vozíku, které ale při bližším pohledu vypadá trochu

jako výsměšné gesto. Nádherná kompozice, měkký úklon chlapcovy hlavy, napětí vznikající v prostoru mezi tváří chlapce a anděla a dvojznačnost názvu: *Nikdy nepůjdeš sám* – který by v první rovině naznačoval ochranu strážného anděla, v aktuálním kontextu ale poukazuje na fakt, že chlapec se vlastními silami z vozíku nezvedne.



Dvojznačně a výsměšně promlouvá také obraz *Keep the faith (Uchovej si víru)*. Je na něm výšek z postavy na vozíku, jejíž ruka křečovitě svírá ostny se ježící kolo. Kolo vozíku namísto trnové koruny, napadá mne. Trocha smutku v povzbuzení, nebo čirý výsměch? Záleží na interpretaci...

Jak by vše mohlo být jiné... *One step beyond (Jeden krok za)* zobrazuje kouzelníka ve stylovém fraku, s cylindrem na hlavě a s hůlkou v ruce, jak plynulým sko-



kem opouští vozík (doslova se od něj odráží), který oproti jeho rozevláté postavě působí hranatě, ošuměle a zbytečně. Lehkost skoku nepoutaného gravitací společně s názvem obrazu snad ani nemůže nepřipomenout slavnou větu astronauta Neila Armstronga *Je to malý krok pro člověka, ale velký skok pro lidstvo*.



Všechna tato díla mi připomněla, jak důležité je nezapomínat na vše, co překračuje omezený svět tzv. naší reality – umění vůbec, a tato díla k tomu rozhodně patří.

Tereza Dědinová

## Když Papíry na hlavu mohl ocenit Uklízeč a ředitel

Rostislav Kuchař s černým humorem líčí dobu plnou absurdit

Zvláštní místo mezi prózami, které se vrací do nevábné minulosti, mají *Papíry na hlavu* a *Uklízeč a ředitel*. Jde totiž o vzpomínky tělesně postiženého člověka.

Knížky napsal samorost obdařený smyslem pro humor a pro absurditu doby, v níž panoval rozvinutý socialismus a jedinou elitou národa byli komunisté. Kuchařovi se v 18 letech stal vážný úraz, což ho zařadilo mezi invalidy, tedy na pomyslné dno společnosti. Mohl tak zažít věci, nad nimiž soudnému člověku zůstává rozum stát nebo se mu dokonce otvírá kudla v kapse.

Kdo se výrazněji lišil od průměru, třeba chováním, osobitými názory či viditelným hendikepem, neměl to za husákovské normalizace ani v období přestavby snadné. Kuchař navíc odjakživa přitahoval či spoluvytvářel groteskní situace: na lyžařském výcviku,

při pobytech v nemocnici, během návratu na spartakiádu nebo třeba na okresní konferenci Socialistického svazu mládeže.

Pro své příhody a trampoty si autor zvolil čtenářsky vděčný styl: jadrný, někdy až černý humor, podepřený výstižnými detaily a hutným výrazem. Šikana od spolužáků, modrá knížka coby vysvobození z vojenské povinnosti, která tenkrát hrozila i mladíkovi s postižením, trestuhodná ledabylost zdravotníků nebo dva záchody na nemocničním oddělení pro padesát lidí – to je nerůžová realita v *Papírech na hlavu*. Nudné svazácké školení, úmorné hlídání na vrátnici (Kuchař jich během 13 let nedobrovolně vystřídal třiašedesát!), zájezd do země, kde zítra již znamenalo včera, či zpupnost komunistických funkcionářů dominují v *Uklízeči a řediteli*. V závěru téhle knížky ale dojde i na 17. listo-

pad 1989 a následné fotbalové mistrovství světa v Itálii. A protože Kuchař dlouho pořádal festival zdravotně postižených písničkářů Vivat Vita, nemůže chybět ani tohle téma...

Byly to zlé a hloupé časy, je dobře, že jsou pryč. Třiapadesátiletý chlapík z Olomouce servíruje své vzpomínky bez obalu – a díky jeho přesně zacílenému ostrovtipu se pamětníkovi lépe dýchá i v dnešní mizérii. Mladšího čtenáře může Kuchař zbavit iluze o lepším světě, který už byl.

Obě knihy, s nimiž vypomohla novinářka Zita Chalupová, vydalo nakladatelství Burian a Tichák. Objednat si je můžete přímo u autora na telefonu 739 504 524 nebo e-mailu [kucharrosta@seznam.cz](mailto:kucharrosta@seznam.cz). Zaplatíte 120 korun za výtisk a poštovné.

Miloš Pelikán

## Pozor na papaláše! (úryvek z knížky *Uklízeč a ředitel*)



Největší parkovištní průšvih na mě teprve čekal. Přijelo několik aut plných komunistických papalášů, mezi nimi také Miroslav Mamula, krajský tajemník KSČ v Ostravě. Odpustil jsem jim placení s tím, že zaparkují

pohromadě, aby zabrali co nejmíň místa. Udělali ale pravý opak. Zaparkovali každý jinde a pěkně zešíroka. Po zkušenostech s chuligány jsem u sebe nosil gumovou hadici. Když mi jeden z papalášských řidičů sprostě vynadal, něco ve mně hrklo – a praštil jsem ho hadicí přes hlavu. Ostatní řidiči spolu se soudruhy se na mě vrhli, aby mi to vrátili. Mě už ale chytil nekontrolovatelný rapl. Vběhl jsem do hlídací budky a popadl bič, který se tam bůhvíodkud vzal, a začal jsem je mlátit hlava nehlava, svůj podíl dostal i Mamula.

Nedopadlo to dobře. Zakopl jsem a skončil po epileptickém záchvatu ve šternberském blázinci. Tam si mě chodili prohlížet primáři i ostatní zaměstnanci. Ukázalo se totiž, že mezi papaláši byli kromě Mamuly i dva okresní a jeden dokonce z ÚV KSČ. Doktoři z toho měli škodolibou srandu – mnozí z nich v léčebně pracovali kvůli konfliktům s mocí, jeden za podpis Charty. A samozřejmě na mě byli hodní. Dostával jsem léky na uklidnění, ale mohl jsem chodit do města nakupovat, pomáhal jsem s umýváním nádobí. Byla to pro mě taková tříměsíční placená dovolená. Postarali se o to, abych nemusel do kriminálu.

Jednou za mnou přišel primář – prý se blíží kontrola, takže musím na uzavřené oddělení. To byla trpká zkušenost. Hitleři, Sandokani, někteří pacienti za sebou tahali na provázku kartáčky a říkali jim: „Papej, pejsku.“ Jeden pacient náhle zavelel: „Sednout na skříň!“ To se mi nechtělo, ale před hrozbou facek jsem couvl a raději na skříňku vylezl. Chvilí nato dorazil zřízenec. Zřejmě už to znal, protože vydal rozkaz: „Listopad!“ A všichni skočili na zem. Neznal jsem pravidla, tak jsem zůstal sedět na skříňce. Zřízenec zavelel hlasitěji. Mně se ale na just nechtělo poslechnout, tak povídám: „Ty vole, já jsem Jehličnatej!“

Skončilo to stížností u primáře. Ale zřízenec nepochodil. Primář mu totiž řekl: „To nic, to je náš Rosta.“ Po propuštění jsem tuto příhodu s gustem opakoval každému, koho jsem potkal. A pak jsem zjistil, že je z toho známá anekdota, o níž si lidé myslí, že ji už kdysi dávno někde slyšeli.

Ale obecně vzato si myslím, že kdyby tam byl člověk delší dobu, opravdu se zblázní; i kdyby mu zpočátku stokrát skoro nic nebylo.

Rostislav Kuchař

## Stroj času s ručením omezeným

Uspořádali jsme si mezi sebou redakční soutěž. Pořád je možné psát o různých aktualitách a vyhledávat informace k zadaným tématům. S takovou prací ale často můzy pláčou. Aby si redaktoři našli čas a stvořili i něco beletrie, vyhlásili jsme pár témat a drobnou odměnu pro vítěze. Tady je povídka žánru sci-fi, se kterou to na plné čáře vyhrál Petr Šika.

V roce 2020 někde v Evropě.

Sociální napětí už několik měsíců paralyzuje běžný život. Organizacím radikálních vozíčkářů došla trpělivost a přebírají veřejnou moc. Začaly se dít věci, které by ještě před několika lety nikdo nečekal. Z bezbariérových toalet přestaly být zamčené sklady úklidových potřeb a na vyhrazených stáních si dnes netroufne zastavit ani kmotr se čtyřmi nulami na SPZ. To však není zdaleka

všechno! Hoteloví hosté už neprotestují, když jim na recepci přidělí upravený pokoj, a na stavebních úřadech už dokonce začali brát vážně vyhlášku o bezbariérovosti.

Parlamentnímu Výboru pro vozíčkářské blaho se podařilo v poslanecké sněmovně odhlasovat široce koncipovaný zákon na ochranu zájmů vozíčkářů. Na jeho základě vstupují v platnost mimo jiné i tato ustanovení:

Současná verze vyhlášky O obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb se nahrazuje větou: *Každá veřejná i soukromá stavba musí být přístupná osobám s omezenou schopností pohybu a orientace.*

Provozování artistických disciplín jako chůze na chůdách nebo provazochodectví se z důvodu prokazatelného povyšování se nad schopnosti vozíčkářů zakazuje.

Za společensky nevhodnou propagaci architektonických bariér se považuje zpěv písní „Po Starých zámeckých schodech“ či „Chodíme, chodíme, hore po dědině“. Ovšem cynické hlášky typu „Šlapu, šlapu, jak šlapat se má“ nebo „Postavím schody do nebe“ už lze považovat za přímo protistátní činnost.

### Newspeak

Vytěšňují se slovní pojmy krok, chod, a podobně. V praxi to znamená, že například kraj Josefa Šimona Baara se s okamžitou platností přejmenovává na *Psohlavsko*. Dočasná výjimka byla přiznána pouze městům Šlapanice a Chodová Planá.

O dalších novinkách jen stručně.

Od začátku tohoto týdnech běží v kinech nový hororový film (18+) s nervy drásajícím názvem *Stav přístupnosti objektů veřejné správy, veřejné dopravy a veřejné zdravotní péče na začátku 21. století*. Skladatel a zpěvák František Janeček byl důrazně vyzván, aby v zájmu zachování umělecké kariéry přehodnotil název své kapely a zvolil označení, které bude lépe reflektovat nové společenské uspořádání.

Stížnost Ágnes Deméterové, týkající se diskriminace znevýhodněné profese, rozhodl až Nejvyšší soud. Označovat paraplegičky, které se zabývají komerč-

ním uspokojováním cizích intimních potřeb, jako šlapky – být přímo na chodníku, je skutečně trestné. Vozíčkář, Můžeš a Vozka byly jako impaktované časopisy zařazeny do databáze (WoS) Reuters.

Nevozíkářská populace začne co nevidět povinně používat krokoměry. Při překročení státem povolené spotřeby kroků bude každá osoba povinna další pohyb realizovat pouze prostřednictvím vozíku. Tzv. „přetáčení“ počítadla na krokoměru bude trestáno stejnou trestní sazbou jako v případě motorových vozidel. Kontrolovat stavy na krokoměrech budou oprávněny pouliční hlídky vozíčkářské policie. Z tiskového prohlášení mediální mluvčí dočasné vozíčkářské vlády Anety Š. vyplývá, že se s panem Miroslavem Žbirkou jedná o změně státní hymny. Slovenský skladatel byl údajně požádán o autorský souhlas ke skladbě: *Nechodí, stále nechodí.*

Po celém hlavním městě táhnou každý den davy vozíčkářů a hrozí. Na dveře nepřístupných úřadů lepí velké nápisy „POZOR – bariéry“ a obchodníky nutí chodit s plackami „Mám bariérový obchod“ na klopu.

Z Hradu sleduje to hemžení smutným pohledem pan staronový prezident.

„Promiňte, Sire, ale ve městě to prý dnes vše...“ referuje tajemník o prvních nepodložených zprávách, podle kterých rozlícený vozíčkářský dav právě vyplenil a rozbořil dosud stále bariérovou stanicí metra Národní třída. Státník chvíli mlčí a dál pozorně zapichuje špendlíky do modré vlajčky se žlutými hvězdami.

Najednou se zastaví a překvapeně zvolá: „Ale to je přece vzpoura!“

„Nikoliv, Sire. To je revoluce!“

Petr Šika

## Ty internety a ty hendikepy

Pokud vás zaujala a třebaš i nějak inspirovala plejáda zajímavých textů v kulturní rubrice, zkuste uplatnit polibky múz a zapojte se do tradiční sou-



Loňský výherce ceny časopisu Vozíčkář

těžte Internet a můj handicap, kterou vyhlašuje BMI sdružení při portálu Helpnet.cz. Letos se jedná už o devátý ročník a psát můžete o čemkoliv, co se týká vašeho hendikepu, internetu nebo mobilního telefonu. Vítěz obdrží hodnotné ceny, svou cenu udělí i časopis Vozíčkář. Proto neváhejte a zapojte se! Soutěžní práci opatřenou poštovní i elektronickou adresou je třeba poslat v elektronické podobě nejpozději **do 17. února 2013** na adresu [info@helpnet.cz](mailto:info@helpnet.cz). Přihlášením do soutěže vyjadřuje autor souhlas s tím, že jeho dílo může být bezplatně zveřejněno ve sborníku konference INSPO, na portálu Helpnet.cz a popřípadě v dalších médiích, kterým budou nejlepší příspěvky poskytnuty.

(ata)

## PROGRAM

Bezbariérové divadlo Barka

541 213 206, 608 635 578

tel.:

e-mailové rezervace: [barka@ligavozic.cz](mailto:barka@ligavozic.cz)

PROSINEC 2012

### 3 Vystoupení žáků PO ZUŠ VÍTEŽSLAVY KAPRÁLOVÉ

16.30

Palackého tř. 70, Brno-Královo Pole.  
[www.zus-vk.cz](http://www.zus-vk.cz)

### 6 DIVADLO JÁRY ČT POKOJSKÉHO ČESKÉ NEBE

19.00

Ochotnický soubor s herci na kolech i bez uvede s laskavým svolením pánů Svěráka a Smoljaka, 14. hru z pera Járy Cimrmana. Zveme Vás do prostředí nebeské kavárny, ve které právě zasedá Česká nebeská komise.

Vstupné dobrovolné bude věnováno na pobyty postižených o.s.Archa community <http://archa-community.cz/>

### 9 Tom Stoppard NE THE REAL INSPECTOR HOUND

20.00

Divadelní hru v anglickém jazyce uvádí studentský divadelní spolek FF MU The Gypsywood Players.

### 10 ZUŠ CHARBULOVA PO

19.00

### 13 Tom Stoppard ČT THE REAL INSPECTOR HOUND

20.00

Divadelní hru v anglickém jazyce uvádí studentský divadelní spolek FF MU The Gypsywood Players.

### 14 CYRANOVY BOTY PÁ VEČER NAPŘIDANOU

19.00

[www.cyranovyboty.tw.cz](http://www.cyranovyboty.tw.cz)

### 16 POHÁDKA NE

16.00

Bezbariérové divadlo BARKA, kulturní zařízení  
Ligy vozíčkářů, Svatopluka Čecha 35a,  
612 00 Brno-Královo Pole, tel.: 541 213 206

e-mailové rezervace: [barka@ligavozic.cz](mailto:barka@ligavozic.cz)  
sms rezervace: 608 635 578

Ceny vstupenek od 30 do 200 Kč.  
Držitelé průkazů ZTP a ZTP/P zdarma.

Naši činnost podporují:

Za finanční podpory  
statutárního města Brna

Jihomoravský kraj  
COLOSSEUM program  
Brno

B | R | N | O

... a vy, diváci, kteří k nám chodíte...

## O prokletí a světle

V tramvaji, zavěšen do klimbajícího se madla, jsem náhle zaslechl mladistvý výrok: „Hustý, jedenáct medailí, to je kláda!“ A protože jsem zvyklý na slovník svých vlastních dorostenců, přeložil jsem si ta slova správně: po překladu jsem vyrozuměl, že omladina hodnotí výkony českých paralympijských sportovců v Londýně. Ocenil jsem, že si všimli, ale mně samotnému z toho veselo příliš nebylo. Pamatuji totiž jiné sklizně. Osobně jsem sice navštívil jen aténská parakolbiště, a to ještě v roli diváka–novináře, ale jako několikaletý člen výboru „prokletého“ ČSTPS jsem byl prostě „in“.

Asi se nedočkáme souhrnné publikace s názvem „Od Atlanty do Londýna“. Paralympijský výbor by si totiž vystavil vizitku s heslem „Co bychom dali za stagnaci!“ Toto tvrzení mohu směle opřít o údaje, které jsou vám k dispozici v grafu. Sydney, kde jsou tvé výkony? Kde je jedenácté místo na světě české výpravy?! Atény: z kolébky olympismu jsme se vrátili s hlavami vztyčenými, i mediální pozornost byla rozsáhlejší než v Londýně.

A právě tehdy představitelé „prokletého“ ČSTPS, nejméně úspěšného svazu, vystoupili s kritikou neprůhlednosti jednání Paralympijského výboru. O desítkách milionů se rozhodovalo v pěti lidech, bez valné hromady, bez zpětné vazby sportovců, bez kontroly,

bez výroční zprávy, bez... Parainstituce kdesi zakrněla, a my přitom máme skvěle našlápnuto a chceme dál. Chceme systém, dlouhodobé projekty, profesionalitu.

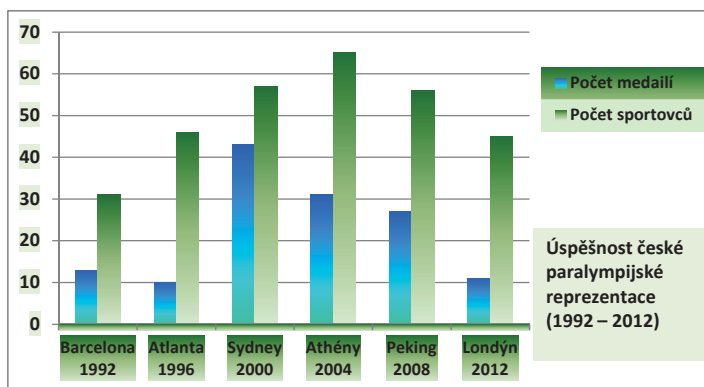
Následovalo však profesionálně zinscenované vyloučení ČSTPS z paralympijské rodiny, uplácení svazu náhradního, manipulace sportovců, soudní spory, mediální přestřelky, nevraživost, nejistota, odliv sponzorů, mezinárodní ostuda, demonstrace nezájmu, neschopnosti a korumpovatelnosti úředníků a politiků, prostě zmar. Jedenáct medailí je třetina oproti Aténám, strmý pád na čtyřicáté druhé místo v celosvětovém měřítku je zakroužením krájakajícího havrana nad českým paralympismem.

A dnešní situace? Stejná! Paralympijský výbor rozhoduje podobně ve stejném složení, chystá nové stanovy tak, aby se celosvětová paralympijská koza nažrala a domácí paralympijský vlk zůstal celý. A ČSTPS přes všechna morální a soudní vítězství v klíčovém rozhodujícím okamžiku, kdy držel všechny trumfy v ruce, zklamal a odsoudil

sebe a své sportovce k dalšímu potáčení se od almužny k almužně.

Sponzoři a veřejnost se do této oblasti neženou, stále je to poněkud zapáchající tůňka. Takže na rozvoj i profesionalitu můžeme natřít až za hranicemi. A tak to bude, dokud si sami neuvědomíme, že se bez vlka v rouše paralympijského beránka můžeme docela dobře obejít. Přimkneme se ke svazům sportovců bez postižení, směřujeme sem státní i nestátní peníze. Nabízím náš příklad z basketu vozíčkářů, které už nějaký ten rok zastřešuje Česká basketbalová federace. Basket na nohách i na kolech je přece pořád basket... Pak nám pravděpodobně dojde, že roli Paralympijského výboru docela dobře zvládne poměrně respektovaný výbor olympijský.

Zdeněk Škaroupka



## Nová kolekce elektrických vozíků

**Pride**  
Mobility Products Corp.

**R-4000**  
Lightning



Nová verze exteriérového vozíku R4000. Tento model je vybaven novými čtyřpólovými motory s nižší spotřebou energie a revolučním systémem odpružení pro komfortní jízdu

**1121**  
EDGE



Vozík se středním náhonem střední rozměrové třídy vhodný do zpevněných exteriérů a excelujících v interiéru

**QUANTUM** 6000



Robustní vozík se středním náhonem pro použití v interiéru a exteriéru

**R-4000**



Populární exteriérový vozík se zadním náhonem vhodný do všech terénů

Zažádejte si u nás o nezávaznou předváděcí jízdu v místě bydliště zdarma!

Vše plně hrazeno ze zdravotního pojištění

Pro Vás dodává  
**ATHAMAS**  
spol. s r. o.

ATHAMAS s.r.o., Na Vyhlídce 239, 252 29 Dobříchovice, tel.: 605 217 660, email: info@pride.cz, web: www.pride.cz

## Mezinárodní turnaj v Pardubicích

V Pardubicích se již několik ligových kol české ligy basketbalu na vozíku uskutečnilo. Avšak mezinárodní obsazení ještě nemělo. A tak pardubická premiéra na mezinárodní půdě všechny zajímala a všichni drželi palce.

První zápas brněnských Hobitů byl proti několikaletým rivalům z vedlejšího Rakouska. Sitting Bulls již v první čtvrtině vytvořil několikabodový náskok, který si pak hlídal celý zápas. Ve třetí čtvrtině brněnský tým nastolil novou taktiku v obraně, což mělo zlepšit jejich hru i v útoku. Avšak hráči začali být pomalu unavení a nestíhali. Sitting byl opět na koni. Zápas skončil drtivou porážkou 34:64.



Ve druhém zápase, tentokrát proti polské Wroclavi, si Brno vypracovalo slušný náskok již v první čtvrtině, a to 15:2. Po celý zbytek zápasu si již Hobit udržoval vedení a zkoušel různé hráčské taktiky a signály. Ani zlepšení polských hráčů však nestačilo na výhru a Brno si tak v klidu dojelo pro výhru 63:23.

Předposlední zápas byl poznamenán nefunkčností tabule a technickými problémy u stolku. I přesto Hobit proti bosenskému týmu Vrbas neměl dost sil a nestačil. V první čtvrtině prohráli 21:11. Po různých změnách a obměnách obrany se pokoušeli o dohnání soupeře. Ale tým Vrbas byl nezadržitelný a Hobity smetl 68:35.

Poslední zápas brněnských Hobitů byl proti domácím Pardubicím. Byl to vyhecovaný zápas, plný bojovnosti, taktiky a hlavně skvělé divácké kulisy. Pardubice, posíleny o Radima Reichla a Lukáše Hartiga, se pořád držely Brnu na dostřel. V poločase však už Brno nedalo Pardubicím šanci a vedlo 19:34. Zlepšení pardubického týmu a tvrdá práce vedly až k sedmibodovému rozdílu po 3. čtvrtině. Brno však svůj náskok jen tak nedalo a dovedlo zápas do vítězného konce 52:43.

Dva vyhrané zápasy tak zajistily Brnu třetí místo. Pardubice se se svým prvním pořádáním mezinárodního turnaje popasovaly skvěle, vše završilo předávání poháru ligovými pardubickými hráči basketbalu Zbyňkem Pospíšilem a Petrem Boháčikem.

*Kristýna Škaroupková*



Špičkové sportovní a aktivní vozíky pro každého

Elite

NOVINKA



elitní vozík pro basketbal a florbal

Club Sport



univerzální, lehce nastavitelný vozík pro začínající sportovce

Interceptor



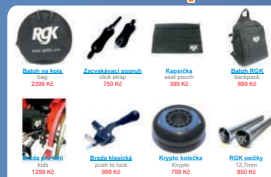
vynikající vozík pro basketbal, florbal a další sporty

Max Lite



ideální volba pro aktivní a náročné vozíčkáře

e-shop



na našich webových stránkách získáte rychle a výhodně náhradní díly

Kontaktujte nás

**Zbyněk Sýkora**

obchodní zástupce RGK pro Slovensko, Rakousko  
+420 775 310 221  
sykora@rgkczech.cz

**František Šindelář**

obchodní zástupce RGK pro Česko  
+420 601 382 934  
sindelar@rgkczech.cz

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

**Auta**

■ Prodám auto značky Ford, obsah 1600 ccm, rok výroby 1998, najeto 170 000 km. Tm. zelená metalíza, s úpravou pro vozíčkáře na ruční řízení Quidosimplex 2. Pravidelně servisováno a udržováno. Synchron na druhém převodovém stupni vykazuje stupeň opotřebení. Běžné oděrky z provozu na náraznících. Stav odpovídá stáří i počtu najetých kilometrů. Nová světlá, pneu zimní i letní 70% vzorku, dálkové ovládání zámku nefunkční, nutno vyměnit baterku nebo část el. klíče. Další dotazy posílejte na e-mail petr.lysik@seznam.cz.

■ Nabízím k prodeji Citroën Berlingo – combi, rok výroby 2007, 1.6 HDi, výkon: 66 kW, objem 1560 ccm, šedá metalíza, 2. majitel – dovoz SRN, nebourané, málo používané, servisované, najeto 117 000 km, manuální klimatizace, el. okna, rádio + měnič na 6 CD, 4x aerberg, nová přední ramena, rozvody udělány cca před 10 000 km, nové čepy na přední nápravě, nové kotouče + desky. Vůz je upraven pro elektrický invalidní vozík, je zde nová nájezdová rampa pro osoby s omezenou pohyblivostí s kotvicím zařízením invalidního vozíku včetně pásů (4bodové) – tovární značka: KVISTBERGA (Švédsko). Montovala specializovaná montážní firma – JP Servis. Typ: CARGO LS – schváleno MD ČR. Jitka Schönfeldová, tel. 774 420 702.

**Vozíky**

■ Prodám elektrický vozík DMA v dobrém stavu, málo používaný, baterie po výměně. Šířka sedu 45 cm, nosnost 114 kg. Cena 25 000 Kč. Na požádání pošlu foto. Kontakt: flaudí@centrum.cz nebo tel. 777 887 377.

**Seznamka**

- Žena 62/170, pečující o invalidního syna, hledá hodného kamaráda nebo kamarádku. ŘP vítán, ale není podmínkou. Marie, tel. 737 356 688
- Vdovec, 65 let, hledá partnerku, která má také vadu chůze, nevádí amputace či francouzské hole. Praha a okolí. Mgr. Milan Hrubánek, Holšická 5635, 190 16 Praha.
- Pomalu chodící vozíčkář rád pozná vozíčkářku. Je mi 66 let. Tel: 775 510 746
- Rád bych poznal ženu, dobrou

kamarádku, která také není ráda sama jako já. Mám rád procházky, výlety, rád si povídám. Napiš, rád odpovím. Antonín Novotný, 66 let, Skalsko 118, Jilové u Prahy, 254 01.

**Ostatní**

■ Prodám elektrický skútr, modrá metalíza. Ovládání ruční, pro seniory a částečně hendikepované. Původní cena 36 000 Kč, nyní cena dohodou. Do května v záruce, velmi zachovalý. Tel: 732 385 509

■ Prodám stolec vhodný ke všem typům lůžek. Stolek je výškově nastavitelný a upravit lze též sklon užité plochy. Tato plocha má rozměry 40 x 60 cm a na delších stranách má zvýšené okraje. Běžná cena 3107 Kč, nehradí ZP, prodávám za polovinu – tj. 1500 Kč. Stolek je téměř nový, používán pouze měsíc. Tel.: 775 951 504, e-mail: jabudina@centrum.cz

■ Prodám skoro nové zasouvací nájezdové ližiny 900/1450 za 2000 Kč (původní cena 6000 Kč), e-mail: a.halouzka@email.cz. Tel: 605 588 912, Brno-venkov

■ Prodám málo používaný pásový schodolez Vimec, model T09, od firmy Vecom. Nosnost 130 kg, schodolez je rozložitelný na 2 části: podvozek a kormidlo, dá se převážet v zavazadlovém prostoru běžného auta, lze ho přizpůsobit různým druhům mech. vozíků, je napájen pomocí dvou gelových bezúdržbových baterií, které se nabíjejí elektronickou nabíječkou (je jeho součástí), dojezd na jedno nabití je 23 pater. U schodolezu bude třeba vyměnit 2 nové gelové baterie (asi 2800 Kč). Původní cena 130 000 Kč, nyní 10 000 Kč. Tel. 605 588 912, okr. Brno-venkov, e-mail: a.halouzka@email.cz

■ Prodám schodolez VIMEC T 09, v provozu od 12/2011, málo používaný, pravidelně servisovaný, f. Vecom, ještě 1 rok v záruce, za rozumnou cenu. Tel.: 604 257 685, Ostrava

■ Prodám šikmou schodišťovou plošinu VECOM V65. Stáří 3 roky, minimálně používaná, s veškerým příslušenstvím a instalací. Cena a realizace dohodou. Volná ihned. Jen vážný zájemce. Martin Meluzín, tel. 603 198 239

**Koupě**

■ Vozíčkář by rád odkoupil funkční PC nebo notebook, levněji. Nabídněte na tel: 776 233 065.

**INDIVIDUÁLNÍ ÚPRAVY VOZIDEL**

INVA



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



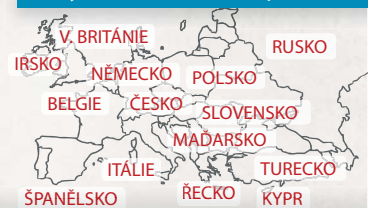
**Elektrohydraulické zdviže**  
Výhradní zastoupení pro Českou  
a Slovenskou republiku



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

Tel.: 00420 383 388 186, 00420 383 326 027  
Mobil: 00420 775 677 603  
Fax: 00420 383 388 185  
Web: www.invacar.cz Email: info@invacar.cz

výroba - montáž - export

**A ještě na závěr...**

**Dočetli jste až sem? Zaujaly vás články? Oblíbili jste si Vozíčkáře? Pokud jste na všechny otázky odpověděli kladně, můžete se ještě zamyslet, zda nás podpoříte i finančně. Příspěvek na odebrání časopisu Vozíčkář je dobrovolný, nepovinný. Budeme ale za něj velmi vděční a pomůže nám pokračovat ve vydávání.**

**Příspěv můžete:****SLOŽENKOU**

Na poště vyzvednete složenkou typu A, vyplníte svoje jméno (jako odesílatel), adresáta (Liga vozíčkářů, Bzenecká 23, 628 00 Brno), variabilní symbol (kód z vašeho adresního štítku na časopise), číslo účtu (2900181344/2010).

**PŘEVODEM NA ÚČET**

Číslo účtu: 2900181344/2010 (Fio banka)  
Variabilní symbol: kód z vašeho adresního štítku na časopise

**SMS PLATBOU** částka: 79 Kč

na číslo 902 10 odešlete SMS ve tvaru: VOZICKAR mezera VAŠE PŘÍJMENÍ mezera VAŠE JMÉNO mezera NÁZEV VAŠEHO MĚSTA (OBCE) mezera ULICE mezera ČÍSLO POPISNÉ mezera PSČ. (Bez diakritiky, nezáleží, zda použijete velká či malá písmena. Ihned obdržíte potvrzující SMS.)

Všechny inzeráty umistujeme průběžně na  
**www.vozickar.com.**



Inzerci si můžete zadat:

- na [www.vozickar.com](http://www.vozickar.com),
- zaslat na e-mail [info@ligavozic.cz](mailto:info@ligavozic.cz),
- nebo nadiktovat na telefonním čísle **537 021 493**.

Vybrané inzeráty vložíme na tuto stranu v dalším čísle Vozíčkáře. Uzávěrka je 26. 1. 2013.

**UPOZORNĚNÍ:** Pokud vám byl poskytnut příspěvek na zvláštní pomůcku dle vyhlášky č. 182/1991 Sb. (do 31. 12. 2011) anebo dle zákona č. 329/2011 Sb. (od 1. 1. 2012), písemně jste se zavázal/a, že budete 5 let vlastníkem pomůcky a budete ji využívat. Pokud se jedná o příspěvek na zakoupení motorového vozidla, je lhůta od 1. 1. 2012 dokonce 10letá. Prodejem pomůcky se tedy můžete vystavit riziku postihu ze strany obecního úřadu anebo ÚP, který příspěvky vyplácí. Pokud vám byla pomůcka poskytnuta „na předpis“ odborného lékaře a byla hrazena ze zdravotního pojištění, JE MAJETKEM této pojišťovny. I v tomto případě tedy nejste oprávněn/a pomůcku prodat, jedinou výjimkou je situace, kdy zdravotní pojišťovna pomůcku na základě posudku revizního technika vyřadí a pomůcku převede do vašeho vlastnictví. Liga vozíčkářů neručí za obsah inzerátů a nenese žádnou zodpovědnost v případě, že někdo takovou pomůcku prodá.

# POMÁHÁME LIDEM PŘEKONÁVAT BARIÉRY



Schodišťové sedačky

- ✓ Kompletní řešení bariér
- ✓ Pružná výroba a servis
- ✓ Prodloužená záruka
- ✓ Spolehlivost
- ✓ Kvalita

- ✓ Schodišťové plošiny
- ✓ Schodišťové sedačky
- ✓ Stropní zvedací zařízení
- ✓ Nájezdové rampy
- ✓ Schodolezy

**ZDARMA VOLEJTE 800 303 304**



Šikmé schodišťové plošiny

**ALTECH**

*Největší český výrobce zařízení pro překonávání schodišťových bariér  
s tradicí výroby již od roku 1992*

ALTECH, spol. s r.o., Průmyslová 1146, 686 01 Uherské Hradiště  
pobočka Praha: Starochodovská 1110, 149 00 Praha - Chodov  
[www.altech-uh.cz](http://www.altech-uh.cz), [altech@aeromec.cz](mailto:altech@aeromec.cz)



Ovenecká 32, 170 00 Praha 7  
Lipůvka 397, 679 22 Lipůvka  
Příčná 2, 736 01 Havířov  
Volejte zdarma: 800 100 659  
vecom@vecom.cz, www.vecom.cz



## Přímá cesta k mobilitě

Kompletní výroba  
a dodávka všech typů  
plošin pro tělesně  
postižené: šikmé  
schodišťové plošiny,  
vertikální zdvižné  
plošiny, schodišťové  
sedačky a schodolezy.

