

Štafeta!
Reportáže
Básnička, povídka paní Věry
Volnočasové aktivity



Jedeme...

Úvod-kník

Krysa říká: *Začíná léto a tím pádem zároveň i již zmíněná okurková sezóna, tedy v rámci sklizení zeleniny a s ohledem na množství a kvalitu článků kdekoliv a o čemkoliv.*



Na začátku června děti slaví svůj den
a na konci se jim splní sen.
Škola jim totiž končí,
s učiteli se na čas loučí.
Nezáleží na věku,
dítě je přeci v každém člověku.
Větší zážitek, než letět v raketě,
je účast na Trendácké štafetě!
Všechny štafetové výkony
jsou hodny naší poklony.
Fotbalisty čeká evropský svátek,
který začíná již příští pátek.
Své zástupce v Evropě volit budeme,
podle toho, se kterou stranou se shodneme.
Trend nezůstává pozadu
a pořádá volební valnou hromadu.
I dárci krve svůj den slaví,
jejich dar navrátí zdraví.
Užijte si měsíc celý,
ať je pro vás červen skvělý ☺

Láďa Kolert

Krysa dodává: *Písky, písky, písk, nezapomeňte se **přihlásit na pobyt v Plzni**, prý jsou ještě tři místa volná ☺ Taky bude **valná hromada s volbou** členů výboru, samozřejmě **štafeta a půl maraton**. Proběhl tuning pro osobní asistenty, přednáška pro studenty 7. a 8. tříd ve škole v Dlouhé Loučce a návštěva divadla se sociální rehabilitací...*

Nezapomínejte na deštník a pořádně se namazat. Opalovacím krémem, samozřejmě...

SPOLEK TREND VOZÍČKÁŘŮ OLOMOUC UVÁDÍ

12. OLOMOUCKÁ ŠTAFETA NA VOZÍKU



PROGRAM PRO CELOU RODINU

WORKSHOPY PRO DĚTI / SKÁKACÍ ATRAKCE

MALOVÁNÍ NA OBLIČEJ / DĚTSKÁ DÍLNIČKA

BALÓNKOVÁ SHOW / VYRÁBĚNÍ NÁRAMKŮ

BYT ČÍSLO 4 / CIRKUS LEVITARE

TANEČNÍ SKUPINA SORAYA / ISBINA

MARTIN ŠAFAŘÍK / ONDŘEJ CRHÁK

14.6.2024 9 - 21 HOD

FLORA OLOMOUC - RUDOLFOVA ALEJ



30
1994-2024



oltis group



Olomouc
Český rozhlas
FM 105.8

Dispozice a služby
ZZIP
www.zzip.cz

galerie moritz

Hanácký Večerník

RUNCZECH

john crane

RAVOZ
Project and engineering company

grm



ŠANTOVKA

ZON

JSEM Z
OLOMOUCE.cz

OLOMOUCKÝ
deník

Olomoucký kraj

MCO
MORAVIA CONSULT GmbH s.r.o.

ISH PUMPS
OLOMOUC

M.P. Production



thisismusic.cz

olomouc.cz
regionální média ve městě

hudební
scéně.cz

KDO
CHCE
VĚDĚT
REJKA

Okénko z poradny

Pozvánky

Zveme čtenáře Trendy zpravodaje na Školení v rámci Odborné poradny ve Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, které vede sociální pracovnice poradny paní Mgr. Martina Brožová, PhD.



Školení se konají v učebně Trendu vozíčkářů na Lužické 7, případně na počítačích, u každého z vás.

Jde o tato témata a termíny:

Čtvrtek 27. 6. 2024, 13:00 – 14:30: Osoby s tělesným postižením

Středa 25. 9. 2024, 15:00 – 16:30: Volnočasové aktivity u osob se zdravotním postižením

Aktuality:

Google Asistent a užitečné tipy

Hlasovými povely pro ovládání telefonu může Google Asistent výrazně ulehčit používání telefonu lidem s horší motorikou. Je užitečný nástroj, který může být neocenitelným pomocníkem pro lidi s různými typy hendikepů. Nevýhodou je absence češtiny, ale povely nejsou ani pro neangličtináře moc složité. Pokud v nastavení povolíte použití i při zamčeném displeji, můžete někomu zavolat, aniž byste vzali telefon do ruky.

Zdroj: www.vozejkov.cz

Jak zajistit nový občanský průkaz pro člověka, který se není schopen sám na úřad dopravit

Opakované cesty na úřad kvůli vyřízení nového občanského průkazu, navíc mnohdy v dešti či sněhu, se mění v noční můru, jak pro osobu s těžkým zdravotním postižením, tak i její doprovod. Mnohé úřady na tuto skutečnost pamatují a nabízejí tzv. mobilní výjezdovou jednotku, která za imobilním občanem přijede a občanský průkaz (dále jen OP) mu kompletně vyřídí. Tato služba je poskytována pouze v odůvodněných případech, tedy pro žadatele

s těžkým zdravotním postižením, kteří si nemohou z vážných zdravotních důvodů přijít osobně požádat o občanský průkaz.

Nejlépe je kontaktovat příslušný městský či obecní úřad, který vám sdělí, kde se vyřizují nové občanské průkazy. Následně se obraťte na toto pracoviště s dotazem, zdali nabízejí výše uvedenou službu pro imobilní občany, kteří se nejsou schopni osobně dostavit k vyřízení OP. Mnohdy tyto informace najdete přímo na webových stránkách své obce či města.

V případě končící platnosti dosavadního občanského průkazu je vhodné kontaktovat příslušné pracoviště s dostatečným časovým předstihem, cca 2–3 měsíce před skončením jeho platnosti OP.

Pro občana, který trvale žije v domově pro seniory či je hospitalizován v nemocnici nebo jiném podobném zařízení, lze žádost vyřídit přes sociálního pracovníka výše uvedeného zařízení.

Po vyhotovení nového občanského průkazu navštíví pracovníci úřadu občana znovu, tentokrát za účelem předání dokladu.

Návštěvy jsou uskutečňovány vždy po předchozí telefonické domluvě s kontaktní osobou nebo přímo s imobilním občanem. Vždy je vhodné, aby rodina žadatele pracovníkům úřadu vyšla vstříc a některý z jejích členů byl přítomen při komunikaci s žadatelem. Dále aby také žadatele předem připravil k pořízení digitalizované podoby a podpisu, předložil potřebné doklady či pomohl s jeho případnou manipulací při pořizování fotografie.

Tato služba je bezplatná (zůstává ovšem povinnost uhradit správní poplatek, pokud tak stanoví zákon, např. z důvodu ztráty či odcizení OP).

Zdroj: www.novinykraje.cz

Rotoped po operaci kolene: vhodná rehabilitace či nikoliv?

Operace kolene je zásadním zákrokem, který může znamenat dlouhou cestu k plnému zotavení. Rotoped je často vnímán jako klíčový nástroj v tomto procesu, avšak je důležité přistupovat k jeho využití s odborným vedením a pochopením potenciálních rizik.

Nejdříve je potřeba péče o měkké tkáně a jizvy, poté posilování v méně náročných pozicích a až poté mohou přijít na řadu náročnější zatížení jako jízda na rotopedu.

Rotoped může být ve výše uvedené fázi vynikajícím nástrojem pro posílení svalů a zlepšení mobility kolene, ale pouze pokud je používán správně. Nízko dopadové cvičení na rotopedu umožňuje zvýšit průtok krve v postižené oblasti a podporuje hojení, avšak nesprávné nastavení nebo technika může přinést více škody než užitku.

Začněte s nízkou intenzitou a krátkou dobu trvání, postupně zvyšujte dle pokynů fyzioterapeuta.

Používání rotopedu by nemělo být izolovanou součástí rehabilitace.

Zdroj: Practiceplusgroup.com

www.magazeen.cz

Nahlásit ČSSZ smutnou událost pozůstalí zpravidla nemusí

Úmrtím poživatele důchodu zaniká nárok na důchod. Dávky důchodového pojištění se vyplácejí v pravidelných měsíčních termínech dopředu. Pokud se důchodce dožil výplatního dne svého důchodu, byl důchod vyplacen oprávněně a vrácení ani poměrné částky se nepožaduje. Pokud se však důchodce výplatního dne svého důchodu nedožil, a to třeba o jediný den, splátka již nenáleží. Nárok na důchod dnem smrti zaniká. ČSSZ výplatu od nejbližší důchodové výplaty pozastaví.

Může se stát, že je důchod zpracován a vyplacen na období, na které již nenáleží, a to dříve, než se o úmrtí dozvíme. Tato převzatá, avšak nenáležící výplata důchodu je tzv. přeplatkem. To platí pro důchody vyplácené v hotovosti i na účet zemřelého důchodce, včetně zasílání na účet manžela/manželky nebo jiného příjemce.

Pokud je výplata zasílána na bankovní účet, ČSSZ žádá banku o navrácení přeplatku. Jde o zákonný postup upravený zákonem č. 155/1995 Sb., na jehož základě má ČSSZ s příslušnými bankami podepsané smlouvy o vracení provedených, ale nenáležících důchodových splátek.

Může nastat situace, kdy není na bankovním účtu klienta dostatek peněz a banka nemůže přeplatek vrátit. Pokud existuje osoba, která má právo disponovat peněžními prostředky na bankovním účtu zemřelého, má tato osoba povinnost přeplatek vrátit. Pokud taková osoba není, má povinnost vrátit přeplatek postupně manžel/ka (pokud mu/jí po zemřelém vznikl nárok na

vdovecký/vdovský důchod) a dále děti a rodiče, jestliže žili se zemřelým v době jeho smrti v domácnosti. Pokud neexistuje žádná z těchto osob, přeplatek se považuje za dluh důchodce a vypořádá se v rámci dědictví (podle ust. § 64 odst. 7 zákona č. 155/1995 Sb.).

Dojde-li k úmrtí důchodce, jehož důchod byl vyplácen na účet manžela/manželky, má povinnost vrátit přeplatek pozůstalý manžel/pozůstalá manželka.

Dojde-li k úmrtí důchodce, jehož důchod byl vyplácen v hotovosti a již nenáležící splátku převzal jeho manžel/ka, má povinnost vrátit přeplatek pozůstalý manžel/ pozůstalá manželka.

Povinnost oznámení vzniká v případě, kdy je důchod vyplácen jinému příjemci (zákonný zástupce, opatrovník, zvláštní příjemce či člen domácnosti, který důchodce zastupuje podle § 49 a 50 občanského zákoníku). Tento jiný příjemce je povinen úmrtí poživatele důchodu ohlásit písemně, a to do 8 dnů od úmrtí.

Může se také stát, že z nějakého důvodu (např. pobytu v nemocnici) důchodce svou výplatu důchodu nebo i několik výplat před svým úmrtím nepřevzme. Nepřevzaté, avšak náležející výplaty důchodu jsou tzv. nedoplatkem důchodu, který nabývají postupně manžel/ka a vlastní nebo osvojené děti. Pokud neexistuje žádná z uvedených osob, stává se nedoplatek předmětem dědictví.

V případě úmrtí klienta v době po podání žádosti o důchod, ale před pravomocným rozhodnutím o přiznání jeho důchodu vstupují (opět postupně) manžel/ka a vlastní nebo osvojené děti do řízení a nabývají nárok na tzv. doplatek důchodu. Neexistuje-li žádná z těchto osob, ČSSZ řízení dokončí a doplatek poukáže oprávněnému dědici.

Může nastat situace, kdy si klient nechává zasílat důchod na účet manžela, který zemře. V takovém případě důchodce obdrží od ČSSZ písemnou „Výzvu ke sdělení způsobu výplaty důchodu pro úmrtí majitele účtu“. Klient má povinnost do 30 dnů ode dne doručení výzvy oznámit ČSSZ nový způsob výplaty jeho důchodu. zašle ČSSZ vlastnoručně podepsanou Žádost o zařízení výplaty důchodu poukazem na účetv ČR.

Pokud se rozhodne pro výplatu v hotovosti prostřednictvím České pošty, zašle ČSSZ vlastnoručně podepsanou Žádost o zrušení výplaty důchodu poukazem na účet anebo pošle tuto informaci jinou písemnou formou.

Pokud příjemce důchodu na výzvu ČSSZ v požadované lhůtě nereaguje, je výplata důchodu na účet zastavena a zařízena hotovostním způsobem prostřednictvím důchodové služby České pošty. Způsob výplaty je možné kdykoliv změnit.

Více informací zjistíte na webu ČSSZ informace-pri-umrti-uchodce :...(Důležité informace související s úmrtím příjemce důchodu) nebo v call centru pro důchodové pojištění 800 050 248.

Zdroj: Česká správa sociálního zabezpečení

www.proprarodice.cz

Aplikace VozejkMap byla inovována! Nic lepšího na bezbariérovou cestu nenajdete

VozejkMap je jedním z klíčových projektů České asociace paraplegiků – CZEPA, z.s. Jedná se nejen o web, ale i o mobilní aplikaci.

Mobilní aplikace pro Android a iOS je ke stažení zcela zdarma. Najdete v ní rychlé vyhledávání pomocí GPS a navigaci na místo určení. Bezbariérová místa jsou v aplikaci kategorizována dle charakteru a účelu a obsahují informace o typu bezbariérového přístupu, dostupnosti WC a parkoviště pro osoby nejen pohybující se na invalidním vozíku. Jelikož bezbariérová místa může vkládat každý uživatel, jsou veškerá data ověřována validátorem, který kontroluje a doplňuje nová místa na mapě.

Aplikace necílí jen na osoby na vozíku, ale i na ty s omezenou mobilitou – tedy i na seniory a maminky s kočárky. Nabízí mapu, navigaci a informace o bezbariérových místech. Umožňuje každému s jakýmkoli pohybovým omezením plánovat cestu tak, aby se nedostal do potíží a mohl cestovat samostatně. Pomáhá efektivně i s vyhledáváním bezbariérového ubytování.

Zdroj: www.helpnet.cz

Tělesně znevýhodněným zpřístupní hraní na PlayStationu speciální ovladač

Ovladač, který se umí ve velké míře přizpůsobit, zpřístupní hraní na konzoli PlayStation lidem s motorickým nebo fyzickým znevýhodněním. Díky své

flexibilitě ale může posloužit každému, kdo chce mít svůj zážitek co nejpohodlnější.

Ovladač PlayStation 5 Access Controller jde o univerzální sadu ovladače navrženou v úzké spolupráci s komunitou věnující se přístupnosti. Cílem je umožnit hráčům s fyzickým znevýhodněním maximální přizpůsobení ovladače tak, aby si mohli užívat pohodlnějších a delších herních relací. Díky své flexibilitě a univerzálnosti může ale stejně dobře posloužit i komukoli, kdo se s žádným konkrétním handicapem přímo neidentifikuje a uvítá jen možnosti, jak si svůj zážitek z hraní přizpůsobit, aby byl co nejpohodlnější.

Zdroj: www.pressmob.cz

Lékárna.cz: posouváme hranice moderního lékařství

Největší lékárna na českém internetu Lékárna.cz kromě volně prodejných léčivých přípravků nabízí svým zákazníkům i zdravotní služby. Poskytuje je její vlastní tým lékárníků, kontaktování lékařů pak zdravotní asistentky.

V nové nabídce zdravotních služeb má už od nového roku Lékárna.cz také služby pro zdraví z dílen českých startupů. V podobě poukazů vedou do laboratoří, ordinací, nebo odborných kurzů.

Lékový audit- zkontrolujeme léky, které pacient užívá, doplňky stravy, zdravotnické prostředky a jejich nevhodné kombinace - vzájemné působení a případné duplicity účinných látek.

Hledám lékaře – snadno a rychle- služba je pro ty, kterým lékař odešel do důchodu, přestěhovali se, nebo mají v rodině nový přírůstek, potřebují najít praktického lékaře pro dospělé, či pediatra pro dítě, případně specialistu.

Potřebuji odborné lékařské vyšetření - pokud pacientovi praktický lékař nedoporučil specialistu, nebo je jím doporučený specialista nedostupný, my odborného lékaře vyhledáme a domluvíme u něj termín vyšetření. Službu je možné objednat nejen pro sebe či dítě, ale i pro blízkého člena rodiny.

Zdroj: [www. Peníze.cz](http://www.Penize.cz)

Colours of Ostrava 2024: Colours bez bariér i s relax zónou

Pro větší komfort zdravotně znevýhodněných návštěvníků pořadatelé soustředili všechny důležité služby na jedno místo u hlavního vstupu do areálu. Bude tam k dispozici Info Point a pokladna Colours bez bariér, stanoviště bezbariérového taxi a parkoviště vyhrazené pouze pro ZTP a ZTP/P návštěvníky.

Relax zóna Colours bez bariér se bude nacházet přímo ve festivalovém areálu.

možnost zakoupení čtyřdenní vstupenky na festival za zvýhodněnou cenu 1190 Kč pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P, pouze bezhotovostní platba;

vstupenky je možno zakoupit pouze v místě konání festivalu na samostatné pokladně Colours bez bariér umístěné u hlavního vstupu na festival;

pro rychlé odbavení na pokladně si však návštěvníci mohou vstupenky rezervovat předem, a to e-mailem: bezbarier@colours.cz.

v případě, že návštěvníkem je dítě do 15 let s průkazem ZTP/P, platí doprovod 1190 Kč;

akceptujeme i průkazy ZTP a ZTP/P jiných členských států EU;

Facebooková skupina Colours bez bariér slouží pro lepší komunikaci s vámi, zveřejňujeme v ní všechny aktuální informace, novinky či zajímavosti. tato skupina neslouží k rezervacím daných služeb;

i letos nabízíme našim návštěvníkům bezbariérové ubytování ve festivalovém kempu u areálu Colours of Ostrava. v rámci kempu vedle festivalového areálu vyčleníme prostor, který bude speciálně určen pro naše zdravotně znevýhodněné návštěvníky s průkazem ZTP a ZTP/P, kde nabízíme:

- 50 námi postavených stanů, každý z nich je určen pro dvě osoby – ubytování zdarma;– 30 míst pro postavení vlastního stanu – poskytnutí prostoru zdarma;
- 40 parkovacích míst zdarma. Je předem nutná rezervace stanu, místa pro postavení vlastního stanu i parkovacího místa na e-mailu: bezbarier@colours.cz.

Na základě rezervace do stanového městečka vám vystavíme voucher s čárovým kódem, který vám zašleme e-mailem. Po vytištění vás bude voucher opravňovat ke vstupu do stanového městečka. Při vstupu do stanového městečka se kromě voucheru musíte prokázat i platným průkazem ZTP, případně ZTP/P.

pro držitele voucheru zajistíme prodej zvýhodněných vstupenek 1190 Kč přímo v kempu. Na festival – je možná pouze bezhotovostní platba.

na parkovišti vedle festivalového areálu jsme vyčlenili pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P 70 parkovacích míst zdarma. rezervace probíhají prostřednictvím e-mailu: bezbarier@colours.cz. K rezervaci je potřeba zaslat SPZ vozidla a telefonní číslo. Na základě rezervace vám vystavíme voucher s čárovým kódem, který vám zašleme e-mailem. Po vytištění vás bude voucher opravňovat k parkování. Na místě se kromě voucheru musíte prokázat i platným průkazem ZTP, případně ZTP/P. Jízdy bezbariérovým taxi budou realizovány pouze v rámci města Ostravy a jeho příměstských částí, které jsou součástí MHD Ostrava. Jízdy na festival budou realizovány v době konání festivalu do 18 hodin.

Jízdy na festival si můžete objednat předem na telefonním čísle, které je určeno pouze pro rezervaci bezbariérové přepravy: 732 253 505, kontakt bude aktivní od 8. 7. 2024.

V pravidelných hodinových intervalech mezi 19–02 hod. budou od areálu vyjíždět dvě bezbariérová vozidla BB TAXI, která vás zavezou do hotelu, na vlak nebo do vašich domovů v rámci města – u této služby je nutná rezervace. Cena bezbariérové přepravy v rámci Ostravy je 70/Kč/jízda/osoba – je možná pouze bezhotovostní

Platba.

Asistenty jsou dobrovolníci, kteří usnadňují našim návštěvníkům pohyb po areálu, dělají jim doprovod a jsou jejich společníky a průvodci programem. Naši asistenti neposkytují osobní asistenční služby v sociální oblasti (zajištění stravování, hygieny, apod.).

Asistenta si můžete zarezervovat prostřednictvím e-mailu: bezbarier@colours.cz nebo na infolince 731 932 768. Tato služba je bezplatná. Maximální doba poskytnutí asistence je 8 hodin za den;

K novinkám letošního roku patří „Relax zóna Colours bez bariér“, kde naleznete prostor pro odpočinek a relaxaci;

Zcela novou službou je i „Pneuservis Colours bez bariér“, kde si v případě potíží můžete nechat opravit mechanický, ale i elektrický invalidní vozík.

Každý držitel průkazu ZTP a ZTP/P obdrží na Info Pointu Colours bez bariér vlastní klíček oproti vratné záloze 100 Kč). Na festivale jsou dvě bezbariérové

tribuny, které jsou vyhrazeny pouze pro osoby na vozíku. Všechny zpřístupněné budovy v areálu (Aula Gong, STC, Důl Hlubina) mají bezbariérová WC a výtahy;

Festival vydává speciální mapu festivalového areálu, kde jsou zvýrazněna všechna místa určená pro ZTP a ZTP/P (bezbariérová WC, tribuny, výtahy, sprcha, stanové městečko, parkoviště, stanoviště BB TAXI). Je doplněna o praktické rady pro zdravotně znevýhodněné návštěvníky. Je dostupná zdarma v Info Pointu Colours bez bariér a na speciální pokladně Colours bez bariér.

Zdroj: <https://www.colours.cz/>

www.vozka.org.

Důchod pečujících - aneb péče jako náhradní doba pojištění

Péče jako náhradní doba pojištění je uznávána pouze za určitých podmínek. Záleží na časovém rozsahu, "jak moc" osoba pečuje. Kromě výkonu práce jsou zákonem uznané činnosti, které jsou pro důchod akceptovány jako "náhradní doba pojištění". Mezi ně patří i péče o osobu s příspěvkem na péči.

Řečí zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, § 5, odstavec 2 - Okruh pojištěných osob:

"Pojištění jsou při splnění podmínek stanovených v tomto zákoně účastny dále....d) osoby pečující osobně o osobu mladší 10 let, která je závislá na pomoci jiné osoby ve stupni I (lehká závislost), nebo o osobu, která je závislá na pomoci jiné osoby ve stupni II (středně těžká závislost) nebo stupni III (těžká závislost) anebo stupni IV (úplná závislost), pokud spolu žijí v domácnosti; podmínka domácnosti se nevyžaduje, jde-li o blízkou osobu nebo asistenta sociální péče podle § 83 odst. 1 zákona č. 108/2006 Sb.,"

"Z hlediska smyslu a účelu zákona je proto nezbytné, aby náhradní doba pojištění byla asistentům sociální péče uznávána jen tehdy, pokud péči ve vztahu ke konkrétní osobě vykonávají osobně a v časovém rozsahu neumožňujícím výkon výdělečné činnosti při běžné (standardní) pracovní době."

"Osobní péče o osobu závislou na péči v konkrétním stupni logicky vyžaduje, aby pečující osoba byla u této osoby přítomna a jí nápomocna. To z povahy věci vylučuje výkon zaměstnání v takovém rozsahu, při němž pečující osoba nemůže být bezprostředně s osobou, která vyžaduje péči. Naopak výkonu péče

zpravidla nebude bránit např. práce z domova. Při rozhodování v konkrétní věci však bude vždy záležet na posouzení, jakým způsobem má pečující osoba upraveny pracovní podmínky."

Zdroj: www.vozejkov.cz

Dvě možnosti, jak podat žádost o důchod

Na sociálních sítích kolují mýty ohledně podávání žádostí o důchody. Existují pouze dva způsoby, jak o důchod (starobní, invalidní či pozůstalostní) požádat – online nebo osobně.

osobně na kterémkoliv správě sociálního zabezpečení,

online prostřednictvím ePortálu ČSSZ (České správy sociálního zabezpečení).

Žádost o důchod je v obou případech nutné uplatnit v podobě předepsaného formuláře. Při sepisování žádosti o důchod na správě sociálního zabezpečení tento formulář s klientem vyplňuje pracovník oddělení důchodového pojištění.

Žádost o důchod elektronicky může podat pouze přihlášený uživatel ePortálu ČSSZ výhradně prostřednictvím služby „Žádost o důchod online“.

Před podáním žádosti je nezbytné vždy prokázat svou totožnost

Při podání žádosti je vždy nezbytná vaše identifikace. Pokud se rozhodnete pro osobní sepsání žádosti v listinné podobě na správě sociálního zabezpečení, budete potřebovat občanský průkaz nebo jiný doklad totožnosti. Jestliže se rozhodnete sepsat žádost v elektronické podobě (online), vaše identifikace proběhne při přihlášení do služby ePortálu ČSSZ.

Žádost o důchod nelze poslat do datové schránky ČSSZ

Více informací a nejčastější otázky a odpovědi k Žádosti o důchod online naleznete na našich webových stránkách.

Zdroj: Česká správa sociálního zabezpečení

www.proprarodice.cz

Milé čtenářky a čtenáři Trendy zpravodaje,

Naše služby propagujeme nejrůznějším způsobem. Srdečně vás všechny zveme na Štafetu na vozíku 14. 6. 2024. Mimo to jezdíme i na přednášky do škol. Pokud byste nás v nějaké škole rádi viděli, můžete mi napsat na

merkova@trendvozickaru.cz

V červnu jsme absolvovali přednášku v Základní škole Dlouhá Loučka, moc děkujeme za možnost a setkání se studenty 7. a 8. třídy. Od 17. 6. máme domluvené školy v Olomouci. Volné termíny máme od září.



Milé čtenářky a čtenáři Trendy zpravodaje,

Ráda bych poděkovala všem, kteří umožnili našim pracovníkům 21. 5. 2024 prožít intenzivní celodenní školení s názvem **Tunning pro osobní asistenty**. Pracovníci služby měli možnost získat nové zkušenosti s prací s kompenzačními pomůckami, sdíleli své zkušenosti a starší kolegové měli možnost předat své dovednosti mladším. Vyzkoušeli jsme si základy sebeobrany, neboť osobní asistence je služba terénní poskytovaná i v nočních hodinách. Pracovníci měli možnost vzájemně spolupracovat, sdílet své nápady a vychytávky, které mohou využívat při své práci v terénu s klienty služby. Společně si vyzkoušeli plnění zadaných úkolů a naučili se řešit krizové simulované situace, které se nám již v praxi staly.

Za podporu děkujeme:



Sedmička na Sokolské – poskytnutí prostor

Instruktor Mike Janoušek - KAPAP CZ & SK

Prodej a půjčovna zdravotních pomůcek INVIRA



Restaurace Stodola





Krysa říká: *Ano, děkujeme pěkně, někoho bolí levý palec i po třech týdnech...*

Sociální rehabilitace v divadle

Dne 14. 5. 2024 jsme se s uživateli služby Sociální rehabilitace v rámci festivalu Divadelní Flóra zúčastnili divadelního představení s názvem Území nikoho: Příchozí. Bylo to výjimečné představení, jelikož mnoho hlavních účinkujících bylo z řad vozíčkářů. Představení zachycovalo situace z jejich běžného života a také proměnu postojů okolí k lidem na vozíku. Do jednotlivých scén se promítala každodenní spolupráce s osobními asistenty a nejedna situace nám připomínala realitu. Jak je uvedeno samotné představení: „Svým vzhledem se podobají lidem, vlastnostmi se však od nich mnohdy liší. K svobodné existenci potřebují dvě těla. Světlo ovládají hlasem, dveře otevírají na dálku ... od neznámého světa těch, jejichž země se zdánlivě nachází daleko, kteří však ve skutečnosti žijí v naší těsné blízkosti."

Představení nás kromě hereckých výkonů uchvátilo také doprovodnými efekty, rekvizitami a hudbou. Naše dojmy jsme mohli po představení sdílet se samotnými herci, díky následné diskuzi. Dozvěděli jsme se mnoho zajímavých informací ze zákulisí představení, detaily průběhu zkoušek a také to, že představení už nebude z organizačních důvodů možné dále hrát a blíží se jeho derniéra. Pokud ale chcete nahlédnout do života herců s handicapem, nic Vám nebrání! Všichni totiž zaznamenali svoji cestu v rámci pořadu s názvem Pátý stupeň. Cílem tohoto projektu je navýšení příspěvku na péči, který v současné době není dostačující. V rámci časosběrného dokumentu byl jeho účastníkům na jeden rok poskytnut příspěvek v takové výši, jakou ve skutečnosti potřebují. Tvůrci se tak snaží ukázat veřejnosti, na kolik se změní život zajištěním potřebné péče v porovnání s péčí na kterou je reálně současný příspěvek dostačující. Zachycuje také, jak náročné i povzbuzující může být samostatné bydlení. Všechny díly je možné shlédnout na iVysílání České televize (<https://www.ceskatelevize.cz/porady/14356508668-paty-stupen/>). Více informací můžete dohledat přímo na stránkách Pátého stupně: <https://patystupen.cz/>.

Za sociální rehabilitaci děkujeme za neskutečný kulturní zážitek a zároveň i za ukázkou toho, že život na vozíku nekončí, ale pro mnohé naopak začíná!



Zuzana Plachá a Petra Bastlová, sociální pracovníce služby SR

Povídka paní Schmidové: HRDINA RONY

Rony byl spíš jen „Roneček, malinkatý drobeček“, jak mu všichni říkali, nebo také „kousek čivavy“. O to víc ho však Dáša milovala. Jejich společné krátké procházky byly pro něho dlouhé výlety.

Dášu její nemocné nohy pomalu, ale jistě přestávaly poslouchat, a tak se jejich výlety ještě zkrátily, ale Ronymu to nevadilo, vyhovovalo jim to tak oběma.

Po čase ale přišlo, co zákonitě s její nemocí přijít muselo, invalidní vozík. Když jí ho přivezli, Rony zrovna nebyl doma a Dáša vozík, dost naštvaně, strčila do kumbálu, jako by on za celou tu její pitomou nemoc mohl. Tak tam byl pár dní zavřený, snad ze strachu, že když ho bude mít na očích, začne ho používat a všechno bude ještě horší.

Pokud ho ale vidět nebude, všechno bude dobré. Nebylo a Dáša brzy pochopila, že ho z toho kumbálu už vytáhnout musí, zvláště pokud chce jít ven. A na vycházky s Ronečkem se už moc těšila. Pokaždé, když ho bral ven někdo jiný, dost nechápavě na ni hleděl, jestli vůbec má jít a proč, když ona zůstává doma.

A tak jí nezbylo, než vozík vytáhnout doprostřed pokoje a sednout si na něj. Rony se schoval pod skříň, zvědavě ji sledoval a čekal, co z toho všeho vyleze. Když ho Dáša zavolala k sobě, odmítal vylézt spod skříně. Sesedla teda z vozíku na zem, připlazila se ke skříni, pod kterou se Rony schovával, a zavolala na něho. Když se přiblížil, opatrně ho vzala na ruky:

„Pojď, neboj.“ Postupně ho seznamovala s vozíkem. Pevně držela Ronyho v náručí a druhou rukou hladila vozík a ruku mu poté dala očichat. Pochopil, že mu žádné nebezpečí nehrozí a uklidnil se. Když našel odvahu sám jít po zemi okolo celého vozíku, Dáša ho hlasitě chválila. A když ho poté ještě i sám celý důkladně očichal, vzala ho na ruky a opatrně položila na sedačku vozíku. Rony na ni nejdřív vytřeštil oči plné strachu a hrůzy. Po chvíli, když uviděl, že se nic hrozného nestalo, se narovnal a jeho pohled říkal – to koukáte, jaký jsem hrdina! Od té doby mu nikdo jinak neřekl, než „náš hrdina Rony“.



Krysa říká: Obrázek z UI viz.: www.nightcafe.com

Akce v Trendu

První setkání knižního a filmového klubu

Kdy: středa 12. 6. 2024, 14:00 – 15:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme Vás na společné setkání milovníků knih ale i filmů. Budeme rádi, když se k nám připojíte a povíte nám o knize, kterou jste četli či filmu, který jste viděli. Společně si pak budeme moc doporučit, knihu či film na další měsíc.

Další informace: volnocasovsky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.



Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 20. 6. 2024, 14:00 – 15:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme Vás na cvičení s paní Věrkou

Schmidovou, která je fyzioterapeutkou na

vozíku. Pokud Vás trápí bolest zad, kloubů nebo jiné části těla, neváhejte a připojte se k nám na

Ozdravné cvičení. Při cvičení se nezpotíte, tudíž se nemusíte ani převlékat.

Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku. Cvičí se podle vašich možností a tempa, tak se nebojte a přijďte si s námi společně zacvičit.

Další informace: volnocasovsky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.



Zpívánky

Kdy: pondělí 24. červen 2024, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme vás na další setkání Zpívánek, které zaštiťuje lektorka Klárka. A na co se můžete těšit? Na zpívání táborákových i moderních písniček, poznávání a hraní s různými doprovodnými hudebními nástroji, relaxaci nebo i malování.



Další informace: soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 731 144 670.

Tvořivé odpoledne – koláž – Moje vysněná dovolená

Kdy: středa 26. 6. 2024, 14:30 – 16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Už jste přemýšleli, kam byste chtěli jet na dovolenou?

Představujete si svůj ráj, kam byste nejraději ihned odjeli? Přijde si vytvořit obrázek Vaší snové dovolené a cestujte alespoň v mysli spolu s námi!

Další informace: volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.



Trénink paměti

Kdy: středa 3. července 2024, 14:00-15:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme vás na prázdninový trénink paměti, kdy jsme si pro vás formou pozvánky přichystaly křížovku. Po jejím úspěšném vyluštění se dozvíte, jakému tématu se v rámci aktivity budeme věnovat.

Těšíme se na setkání s vámi. Holky ze Sociální rehabilitace.

Další informace: soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 731 144 670.



Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 4. 7. 2024, 14:00 – 15:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme Vás na cvičení s paní Věrkou

Schmidovou, která je fyzioterapeutkou na vozíku. Pokud Vás trápí bolest zad, kloubů nebo jiné části těla, neváhejte a připojte se k nám na

Ozdravné cvičení. Při cvičení se nezpotíte, tudíž se nemusíte ani převlékat.

Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku. Cvičí se podle vašich možností a tempa, tak se nebojte a přijďte si s námi společně zacvičit.

Další informace: volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.



Trendáci v akci aneb snadné vaření

Kdy: čtvrtek 10. 7. 2024, 14:30 – 16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme Vás na nově připravenou kuchařskou aktivitu. Budeme rádi, když se k nám připojíte v přípravě komponentů na piknik, který proběhne 11. 7. 2024 v rámci výletu do Bílé Lhoty. **Pokud se výletu nezúčastníte, nebojte se, že budete o své výtvořky připraveni, jelikož kuchař musí vždy své dílo ochutnat.** Těšíme se na VÁS!

Další informace: volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455



Aktivity podporuje:



Vydává: Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7, 779 00 Olomouc

Napsali pro vás: Přemysl D., Otakar A., Martina B., Krysa a další

Distribuce a info s úsměvem: Milena B., Alena T.

Datum vydání: **12. 6. 2024**, Počet výtisků: +-30

tel: 734 478 665

email: drtil@trendvozickaru.cz, krysa@trendvozickaru.cz

Uzávěrka **dalšího** čísla je **1. července 2024**



VÝLET: ARBORETUM BÍLA LHOTA

V loňském roce jsme navštívili nejednu ZOO. Letos s námi můžete navštívit Národní kulturní památku. Nachází se zde asi 300 dřevin v různých barvách a tvarech. V arboretu je pěstována i řada vzácných stromů – například japonské javory, vilíny a magnólie.

Součástí areálu je i zemědělská expozice, jenž nabízí vhled do pěstování plodin od první poloviny 20 století. Komentovaná prohlídka s průvodcem trvá 60 minut.

Pobyt v areálu je však neomezený, proto budeme rádi, když s sebou vezmete něco dobrého na piknik, který si v areálu uděláme místo oběda.

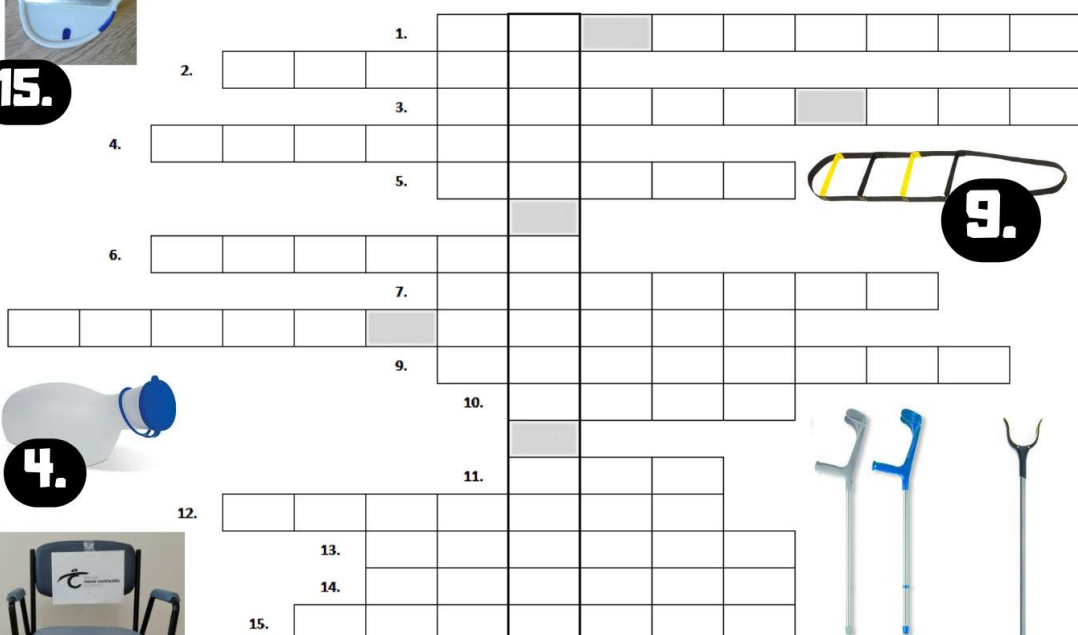
Držitelé průkazu ZTP a jejich doprovod – VSTUP ZDARMA. Zlevněné vstupné (po předložení průkazu): 60 Kč. Areál je bezbariérový včetně WC.

KDY: ČTVRTEK 11. 7. 2024
ODJEZD 9:00H PARKOVIŠTĚ BILLA
(JEREMIÁŠOVA 1, OLOMOUČ)
NÁVRAT CCA 15:00H NA STEJNÉ MÍSTO

Na výlet se prosím přihlašujte Šárce Sláničkové, a to do úterý 2. 7. 2024. Zároveň prosím, abyste mi při přihlášení sdělili, zda pojedete na elektrickém nebo mechanickém vozíku, a zda si dokážete v autobuse přesednout. Pokud potřebujete zajistit doprovod, je nutné si nahlásit požadavek na asistenta na dané službě! Místa na výlet jsou omezená a přihláška závazná.
e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Krysa říká: Zmíněná křížovka k tréninku paměti, šedá políčka jsou evidentně mezera ☺ kupodivu číslo 8 a 15 nejsem schopna nazvat správně ☹

Jaké pro vás Sociální rehabilitace chystá téma červencového tréninku paměti?



1. 

2. 

3. 

4. 

5. 

6. 

7. 

8. 

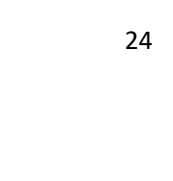
9. 

10. 

11. 

12. 

13. 

14. 

15. 

1. 

2. 

3. 

4. 

5. 

6. 

7. 

8. 

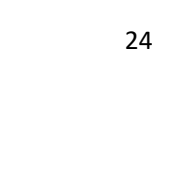
9. 

10. 

11. 

12. 

13. 

14. 

15. 

Bonusová nabídka - Dvě chodítka zdarma

Máme k dispozici dvě chodítka, která nabízíme zdarma za odvoz.

1. Chodítko Saturno

- stabilní a snadno ovladatelné
- ergonomický design pro pohodlné používání
- vhodný pro vnitřní i venkovní použití



2. Chodítko Dolomite

- robustní konstrukce
- nastavitelná výška pro maximální komfort



Obě chodítka jsou v dobrém stavu a k okamžitému použití.

Podmínky převzetí:

Cena: 0 Kč

Osobní odběr možný ihned

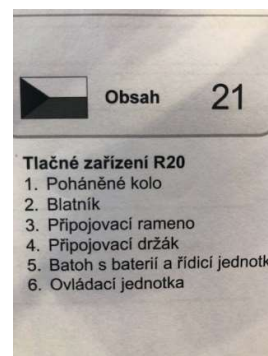
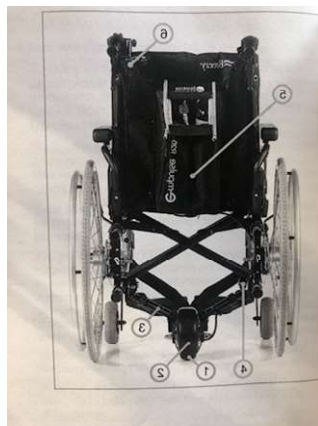
Pro bližší informace prosím volejte na toto telefonní číslo 739107820.

Inzerát PRODÁM – použité v dobrém stavu

1. motomed – CENA 15000 Kč, domluva možná, používaný, v dobrém stavu



2. elektrický přídavný pohon CENA 20 000 Kč, domluva možná, krátce používaný, ve výborném stavu



Osobní odběr možný ihned.

Pro bližší informace kontaktujte telefonní číslo 731 539 329.