

Pracovní doba o Vánocích 2024

Okénko z poradny

Listopadové mapování

Povídka paní Věry a volnočasovky



Kalamita 6. 12. 2024!

Úvod-kník

Krysa říká: *Co si budem povídat, konec roku je tady a s ním i poslední letošní číslo. Užijte si ho, stejně jako nadcházející svátky.*



Pracovní doba o Vánocích 2024:

Osobní asistence

Vážené klientky a vážení klienti osobní asistence, službu osobní asistence a vaše požadavky **budeme plánovat na dva týdny**. To znamená, že požadavky na asistenci na období **od 23. 12. 2024 do 5. 1. 2025** budeme evidovat nejpozději do pátku 20. 12. 2024 do 9:00 hodin.

Prosíme, abyste si nepravidelné a jednorázové požadavky zadali co nejdříve (nejlépe do konce listopadu). Období Vánoc budeme zajišťovat v návaznosti na čerpání dovolených a aktuální přítomnost pracovníků.

V období od 24. 12. 2024 do 1. 1. 2025 vám bude v případě neodkladných záležitostí k dispozici pracovník na krizové lince osobní asistence (tel. 775 974 455). Kancelář bude opět otevřena ve čtvrtek 2. 1. 2025.

Naše personální kapacity budou přes svátky omezené.

Děkujeme a přejeme krásný a klidný konec roku - sociální pracovnice osobní asistence.

Sociální rehabilitace:

V kanceláři služby Sociální rehabilitace budeme naposledy v úřední hodiny v pondělí 23. 12. do 12 hodin. V termínu 24. 12. 2024 - 1. 1. 2025 pak budou sociální pracovníci služby čerpat dovolenou stejně jako pracovní asistenti. Z tohoto důvodu nebudou probíhat žádné pracovní asistence. Děkujeme za pochopení a vstřícnost. Těšíme se na vás opět ve čtvrtek 2. 1. 2025.

Půjčovna kompenzačních pomůcek:

Půjčovna kompenzačních pomůcek bude otevřena do pondělí 23. 12. 2024 do 12h, nepřítomnost od 24. 12. 2024 do 2. 1. 2025, od 29. 12. 2024, 30. 12. bude půjčovna otevřena v čase 8-12, od 2. 1. opět možnost výpůjček.

Od ledna 2025 bude nově otevřena půjčovna i v pátek.

Odborná poradna:

Ve dnech 23. 12. 2024 – 1. 1. 2025, bude poradna z důvodů dovolené uzavřena.

Pokud budete chtít odpověď na některý z vašich dotazů, obraťte se na poradnu nejpozději do pondělí 16. 12. 2024. Dotazy, které přijdou po tomto datu, budou vyřízeny až 2. 1. 2025.

Volnočasové aktivity:

V rámci volnočasových aktivit proběhne poslední letošní setkání 19. 12. K dispozici vám budeme do pátku 20. 12. 2024 do 14h. Poté v termínu 23. 12. 2024 - 1. 1. 2025 čerpá koordinátorka dovolenou a lektoři nabírají nové inspirace pro své akce. Následně aktivity rozjedeme až v druhém lednovém týdnu a už teď se moc těšíme na další příma rok plný společných zážitků!

Dobrovolnictví:

V kanceláři dobrovolnictví bude koordinátorka dobrovolnictví k dispozici nejpozději do 19. 12. 2024 v termínech dle předchozí domluvy. Poté bude kancelář od 20. 12. 2024 do 1. 1. 2025 uzavřena.

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:

Pondělí 27. 1. 2025, 15:00 – 16:30: Změny v roce 2025

pondělí 24. 2. 2025, Čas: 15:00 – 16:30: Osoby se zrakovým postižením

Aktuality

Energetická úspora - produkt ZTP a ZTP/P

Produkty nejsou fixovány, což je možná v současné době výhodné, protože ceny energií obecně klesají. Je třeba však ceny důkladně sledovat, protože nelze vyloučit, že v budoucnosti nedojde k opačnému trendu.

ČEZ Prodej aktuálně nabízí 2 zvýhodněné produkty elektřiny a zemního plynu pro osoby ZTP

- Jde o produkty Elektřina pro ZTP a Plyn pro ZTP
- Tyto produkty mají nefixovanou cenu a jsou bez závazku
- Oproti běžným nefixovaným ceníkům mají nižší cenu komodity i nižší stálý plat

Vařím Plyn pro ZTP Plyn na dobu neurčitou Rozdíl

Cena 1 MWh komodity

1279,34 Kč bez DPH 1479,34 Kč bez DPH -200 Kč

1548 Kč vč. DPH 1790 Kč vč. DPH -242 Kč

Stálý plat 105 Kč bez DPH 128 Kč bez DPH -23 Kč

127,05 Kč vč. DPH 154,88 Kč vč. DPH -27,83 Kč

Topím Plyn pro ZTP Plyn na dobu neurčitou Rozdíl

Cena 1 MWh komodity

1279,34 Kč bez DPH 1479,34 Kč bez DPH -200 Kč

1548 Kč vč. DPH 1790 Kč vč. DPH -242 Kč

Stálý plat 105 Kč bez DPH 128 Kč bez DPH -23 Kč

127,05 Kč vč. DPH 154,88 Kč vč. DPH -27,83 Kč

Elektřina pro ZTP Elektřina na dobu neurčitou Rozdíl

Cena 1 MWh komodity

3395,04 Kč bez DPH 3595,04 Kč bez DPH -200 Kč

4108 Kč vč. DPH 4350 Kč vč. DPH -242 Kč

Krysa říká: *Pokud se v tom nevyznáte, rozklikněte si odkaz a stáhněte/otevřete si pdf soubor, kde je podrobná tabulka, mrk, mrk.*

Stálý plat 81 Kč bez DPH 128 Kč bez DPH -47 Kč

98,01 Kč vč. DPH 154,88 Kč vč. DPH -56,87 Kč

Zdroj: <https://nrzp.cz/2024/11/07/informace-c-92-2024-produkt-pro-ztp-a-ztp-p/>

V ČR začala fungovat nová linka s číslem 116 016 pro ženy, které čelí násilí

V Česku začala fungovat nová bezplatná krizová linka pro ženy, které se staly obětí násilí. O pomoc či radu je možné volat na číslo 116 016, které platí pro celou Evropskou unii. Podpora funguje nonstop, může být anonymní. Vedle češtiny je možné ji dostat i v angličtině či ukrajinštině.

V Česku provoz zajišťuje krizové centrum organizace Rosa. Fungování má na starosti zatím na pět let. Volajícím se věnuje šest vyškolených pracovníků.

Linka je bezplatná. Ženy mohou volat i anonymně. Číslo 116 016 by mělo fungovat ve všech unijních zemích.

Organizace Rosa má ve svém krizovém centru i druhou linku pro oběti s bezplatným číslem 800 60 50 80.

Zdroj: www.ctk.cz

Vláda schválila novelu zákona o veřejném zdravotním pojištění a o kategorizaci zdravotnických prostředků

Vláda schválila novelu zákona o veřejném zdravotním pojištění. Zaměřuje se na podporu prevence, dostupnost stomatologické péče i poskytování a úhradu přeshraniční péče. Společně s tímto zákonem byl schválen také zákon o kategorizaci zdravotnických prostředků předepisovaných na poukaz hrazených z veřejného zdravotního pojištění

Návrh významně posiluje podporu prevence a motivace pojištěnců ke zdravému životnímu stylu prostřednictvím rozšíření finančních prostředků na bonusové programy. Návrhem se vytváří zdravotním pojišťovnám mnohem širší prostor pro tvorbu bonusů pro ty pojištěnce, kteří se budou prokazatelně řádně starat o vlastní zdraví. Základním předpokladem je adekvátní navýšení možných přidělů do fondů prevence. Z těchto fondů bude zdravotní pojišťovna moci využít až šestkrát více, než je tomu v současnosti.

Zdravotní pojišťovny budou mít také možnost financovat rozvoj služeb z nově zřízeného fondu obecně prospěšných činností. Dále novela upravuje a upřesňuje postupy v rámci řízení vedených Státním ústavem pro kontrolu léčiv tak, aby byly odstraněny některé administrativní a ekonomické bariéry pro vstup jednotlivých komodit na trh v České republice a jejich setrvání v systému veřejného zdravotního pojištění k zajištění jejich dostupnosti.

Ze zákona o veřejném zdravotním pojištění byla rovněž vyčleněna nová právní úprava o ustanovení o výši a podmínkách úhrad zdravotnických prostředků předepisovaných na poukaz. Cílem nové právní úpravy je, aby bylo možné efektivně a včas reflektovat potřeby společnosti a další vývoj v této dynamicky se rozvíjející skupině zdravotnických technologií.

Zdroj: Ministerstvo zdravotnictví ČR

www.proprarodice.cz

Úřad práce zruší pobočky v Litovli, Hanušovicích, Lipníku nad Bečvou a Zlatých Horách. Propouštět nebude

Úřad práce hodlá v Olomouckém kraji zrušit pobočky v Litovli na Olomoucku, Hanušovicích na Šumpersku, Lipníku nad Bečvou na Přerovsku a Zlatých Horách na Jesenicku. Nezaměstnaní budou muset dojíždět do větších měst, úředníky stát propouštět nebude.

Zrušení pobočky v Litovli na Olomoucku by nemělo obyvatelům desetitisícového města a okolních obcí způsobit velké komplikace. Budou muset jezdit na úřad práce do nedaleké Olomouce, dopravní spojení je kvalitní.

Podobně hodnotí situaci také starosta Hanušovic Marek Kostka (Generace Y). Nejbližší pobočku úřadu práce budou mít obyvatelé Hanušovic ve 20 kilometrech vzdáleném Šumperku. Zrušení pobočky v Hanušovicích by podle Kostky ale nemuselo obyvatelům tohoto města způsobit vážné komplikace, jelikož na důležitosti nabývá elektronická forma komunikace s úřady.

Zdroj: www.hanackadrbna.cz

Evropský regulátor částečně schválil očekávaný lék na Alzheimerovu chorobu

Evropská agentura pro léčivé přípravky (EMA) částečně schválila velmi očekávaný přípravek pro léčbu Alzheimerovy choroby.

Přípravek Leqembi dostal povolení pro pacienty v raných stadiích nemoci.

Přínosy převažují nad riziky. Přípravek povolil pro skupinu pacientů, u nichž se ještě nemoc příliš nerozvinula, trpí jen lehkou demencí a mírnými poruchami paměti a myšlení. K dříve kritizovaným vedlejším účinkům podle AFP patří riziko krvácení do mozku.

Je prvním lékem na trhu Evropské unie, který léčí samotné neurodegenerativní onemocnění, a ne jen jeho příznaky, poznamenala agentura Reuters. V klinických studiích látka zpomalila pokles kognitivních funkcí u pacientů s Alzheimerovou chorobou v raném stadiu o 27 procent ve srovnání s placebem.

Ve Spojených státech získal lék povolení pro pacienty v rané fázi nemoci v roce 2023, prodává se také v Japonsku a v Číně. Britský regulátor přípravek schválil letos v srpnu.

Zdroj: www.ctka.cz

Modré hodiny nově usnadní nakupování v Globusu Olomouc

Projekt „Modré hodiny“ začal před dvěma lety v Globusu Havířov. Cílem bylo vytvořit klidnější nákupní prostředí pro děti s autismem a jejich rodiny. Po úspěchu v Havířově se projekt rozšířil do dalších oblastí a koncem října se k aktivitě připojil také hypermarket Globus v Olomouci.

Jako Modré hodiny je označován pravidelný čas, kdy v hypermarketu Globus dochází ke snížení hluku, utlumení osvětlení a vypnutí interního rádia i hlášení. K dispozici jsou současně přehledné plánky a speciálně označené uličky s piktogramy, které pomáhají lépe se orientovat v prostoru.

Tyto změny umožňují autistickým dětem zažít nákup v méně stresujícím prostředí. Projekt je kladně přijímán také seniory nebo jinak senzitivními osobami, pro které je orientace na ploše náročnější a únavnější.

Modré hodiny probíhají každé úterý v čase 15:00 – 17:00.

Zdroj: www.hanackadrbna.cz

Tramvaje na Novou Ulici se letos nerozjedou. Optimistický scénář se rozplynul

Termín výluky tramvajového provozu na Novou Ulici sice avizuje Dopravní podnik města Olomouce (DPMO) na svém webu do 31. prosince, ale už nyní je bohužel jasné, že tento odhad byl příliš optimistický.

Vzhledem k tomu, že se objevily komplikace s podložím, uspíšení podle dodavatele již není reálné. Hotovo by měli mít stavbaři do poloviny února příštího roku, jak je stanoveno ve smlouvě. Tramvaje by se tak měli rozjet s největší pravděpodobností 20. 2. 2025.

Zdroj: www.olomouckydenik.cz

Pro pomoc v obtížných situacích. Olomoucký kraj připravil brožuru s tipy a kontakty

Nové vydání průvodce nabízí nejen rady pro domácnost týkající se například úspor či vylepšení rodinného rozpočtu, ale také kontakty pro řešení obtížných situací či akutních krizí. Oproti předchozí variantě má rozšířený a aktualizovaný obsah.

Publikace přináší klíčový souhrn informací také pro osoby, které pečují o své blízké či sami potřebují asistenci.

Část brožury je věnována také preventivním doporučením zaměřeným na bezpečnost a obezřetnost před praktikami podvodníků. S konkrétním řešením složitých životních situací pomáhají občanům sociální pracovníci na příslušných úřadech, kontakty na ně jsou také k dispozici v brožuře. Tištěného průvodce mohou lidé získat na městských či obecních úřadech a magistrátech, na pobočkách úřadu práce či okresní správy sociálního zabezpečení a také na recepci hlavní budovy Krajského úřadu Olomouckého kraje v Olomouci.

Zdroj: www.hanackadrbn.acz

Fortuna otevírá fanouškovské VIP sektory pro osoby na vozíku

Sázková kancelář Fortuna je tradičním partnerem nejlepších sportovních klubů, už od prvopočátku ale podporuje i handicapované. Během podzimu Fortuna rozjíždí aktivitu. Pod heslem „Fandíme všichni“ ve vybraných fotbalových a

hokejových arénách představí VIP sektory pro osoby na vozíku, kde si všichni mohou užít nejen sledování zápasu, ale také nadstandardní péči.

Cílem je nejenom vytvořit lepší komfort pro stávající fandy, ale ukázat i těm novým, že návštěva utkání rozhodně stojí za to.

Veškeré informace o projektu jsou k dispozici na webu www.hrajmezodpovedne.cz/fandimevsichni, kde každý, kdo má zájem, může vyplnit jednoduchý formulář. Na základě toho se s ním napřímo spojí člověk z Fortuny, aby domluvil detaily. A kromě vstupenek nabízí cokoli dalšího, včetně třeba zajištění dopravy.

Zdroj: www.helpnet.cz

Na ošetřovné zřejmě získají nárok také živnostníci a pracovníci na dohody

Na ošetřovné zřejmě získají od příštího roku nárok také živnostníci a pracovníci na dohody s nemocenským pojištěním.

Elektronicky se má vedle nemocenské vyřizovat i mateřská, otcovská a běžné i dlouhodobé ošetřovné. Změny zavede vládní novela o nemocenském pojištění, kterou schválila Sněmovna.

Ošetřovné by měli mít podle předlohy lidé pracující na dohody, osoby samostatně výdělečně činné či lidé se zaměstnáním malého rozsahu. Museli by ale platit aspoň předchozí tři měsíce nemocenské odvody. U živnostníků by stačila kratší doba, pokud by byli předtím zaměstnaní a do osmi dnů po odchodu z práce by se přihlásili k hrazení odvodů.

Nově se mají vyřizovat elektronicky podle novely i ostatní nemocenské dávky, a to mateřská, běžné i dlouhodobé ošetřovné, vyrovnávací příspěvek v těhotenství a mateřství a otcovská.

Pokud lékař rozhodne o mateřské či ošetřovném, pošle potvrzení sociální správě. Podobně by měli postupovat s ošetřovným i hygienici při nařízení karantény nebo školy a školky při svém uzavření. Zapojit by se měli také zaměstnavatelé, kteří ohlásí otcovskou či jinou událost svého zaměstnance.

Osoby samostatně výdělečně činné pak budou sociální správu žádat elektronicky samy.

Novela zvyšuje hranici pro odepsání dluhu na pojistném a penále na 300 korun z nynější stokoruny. Promlčecí lhůta u dlužného pojistného se má zkrátit od přes příštího roku z deseti na šest let. Zakotví se také resortní integrovaný informační systém, zastřešovat bude systémy jednotlivých resortních úřadů.

Zdroj: www.ctk.cz

Šternberk má coolny. Vybudoval dvě dobíjecí místa pro elektrické vozíky, které využívají senioři

Radnice ve Šternberku na Olomoucku nechala v areálu domu s pečovatelskou službou vybudovat dvě coolny. Jde o dobíjecí úschovné boxy pro elektrické invalidní vozíky. Město chce tímto způsobem usnadnit seniorům používání elektrických vozítek, která jsou pro mnohé klienty tohoto zařízení každodenní pomůckou. V České republice jde o ojedinělý počin.

Město se rozhodlo vybudovat dva úschovné boxy s nabíječkou, které nazvalo Dobíjecí COOLNY.

Dobíjecí boxy pro elektrické vozíky jsou vyrobeny z pozinkované ocelové konstrukce a mají výplň ze dřeva ošetřeného nátěrem. Umístěny jsou na zpevněné ploše ze zámkové dlažby s bezbariérovým přístupem a s uzamykatelnou vstupní brankou, díky které se senioři nemusí obávat, že jim někdo elektrický vozík snadno ukradne.

Zdroj: www.hanackadrbna.cz

Komerční banka usnadňuje přístup ke svým službám pro hendikepované klienty

Kromě služeb určeným osobám se sluchovým a zrakovým postižením měla ke konci roku 2023 Komerční banka 158 z celkového počtu 213 poboček v bezbariérovém režimu a ze 796 bankomatů bylo 724 bezbariérově přístupných.

Zdroj: www.helpnet.cz

Milé čtenářky a čtenáři Trendy zpravodaje,

Chci vám touto cestou popřát krásný adventní čas, pohodu a klid o Vánocích a vše nejlepší do nového roku 2025.

Děkuji všem svým kolegům, kteří zajišťují služby v Trendu vozíčkářů a i jim přeji pohodové Vánoce a těším se na setkání v novém roce.

Za sociální sekci Jana Měrková

Odborná poradna byla na konferenci INSPO v Praze

Dne 23. 11. 2024 jsme se v rámci Odborné poradny ve Spolku Trend vozíčkářů zúčastnily konference INSPO v Praze, kde jsme načerpaly spoustu nových zážitků, zkušeností a informací. Konference byla pro nás velmi přínosná a v roce 2025 se vám budeme snažit v rámci setkávání na poradně nabyté zkušenosti a kontakty postupně předávat.



Dobrovolnický den v Trendu vozíčkářů Olomouc

Ve čtvrtek 21. 11. 2024 u nás v organizaci již tradičně zajistili dobrovolnický den studenti z Církevního gymnázia Německého řádu Olomouc. Studenti nám pomohli vyrobit přáníčka k Vánocům a za jejich pomoc velmi děkujeme a moc si jí vážíme.



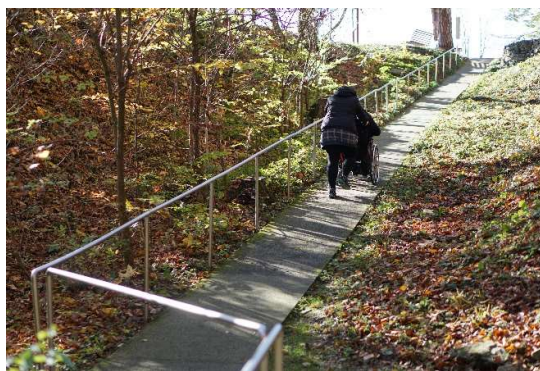
Listopadové mapování turistických míst Olomouckého kraje

Listopad je poslední měsíc, kdy jsme se věnovali mapování bezbariérových turistických míst ve spolupráci s Centrálou cestovního ruchu Olomouckého kraje, kdy celý projekt financuje Ministerstvo pro místní rozvoj ČR. Tentokrát jsme navštívili jeskyně Na Špičáku, termály Velké Losiny, elektrárnu Dlouhé stráně a Pivovarské muzeum Hanušovice.



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR

Jeskyně Na Špičáku se nachází mezi obcemi Písečná a Supíkovice v Jeseníkách. Nejedná se o tradiční jeskyni s krápníkovou výzdobou, ale můžete zde obdivovat mnoho chodeb se srdcovitými puklinami z devonského mramoru. Pokud chcete jeskyni navštívit, musíte se nahlásit dopředu na konkrétní čas, kdy personál sníží počet dalších návštěvníků v prohlídkové skupině. Před objektem se nachází bezplatné parkoviště, které má nezpevněný povrch. Nicméně návštěvník vozíčkář může zaparkovat před budovou jeskyně, kde začíná betonový chodník. Budova jeskyně se nachází na mírném svahu, kdy bezbariérový vstup je z levého boku budovy, kam vede pevná nájezdová rampa (sklon 17 %; šířka 135 cm) s oboustranným zábradlím ve výšce 90 cm, díky které se návštěvník dostane k pokladně, kde si může zakoupit i suvenýry. Hlavní vstup do jeskyně na začátek prohlídky má cca 50 schodů. Návštěvník vozíčkář se do jeskyně dostane východem, kdy sjede kopcovitý a příkrý terén po betonovém chodníčku. Počítejte s tím, že cesta nahoru je o dost fyzicky náročnější a návštěvník na mechanickém vozíku s sebou potřebuje zdatný fyzický doprovod nebo potřebné doplňky k vozíku, díky kterým zdolá kopcovitý terén.



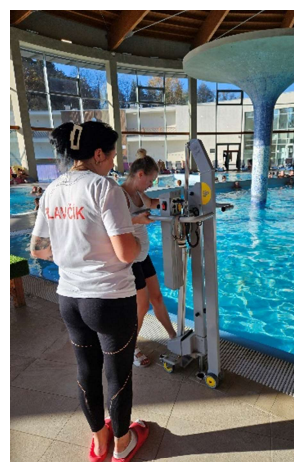
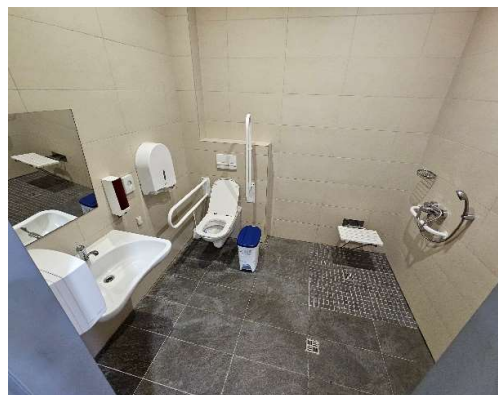
Po vstupu do jeskyně s průvodcem musí vozíčkář projet celou prohlídkovou trasu (cca 220 m) až na začátek, kde se setká s ostatními návštěvníky a projíždí

jeskyni zpět k východu již s komentovanou prohlídkou. Jeskyni je možné navštívit na mechanickém i elektrickém vozíku. Je potřeba mít na paměti, že chodníčky v jeskyni mají šířku cca 83 cm a během trasy se různě zužují. Je dobré si před návštěvou svůj vozík přeměřit. Před objektem jeskyně se nachází přilehlá budova, kde je běžná a bezbariérová toaleta. Jeskyně Na Špičáku hodnotíme jako částečně bezbariérové místo.



V blízkosti **termálů Velké Losiny** se nachází placené parkoviště (15,- Kč za každou započtenou hodinu), kde je 7 vyhrazených parkovacích stání pro OZP. Parkoviště je vzdáleno od termálů cca 230 m, kdy k objektu vede povrch chodníku hrubé kamenné a zámkové dlažby. Celkově je terén kopcovitý a sjezd před objektem je velice prudký. Do termálů vedou karuselové (točité) dveře, u kterých je zabudované tlačítko vozíčkář pro zpomalení dveří. Za pokladnami s turnikety se nachází sdílené šatny, kdy si návštěvník vybere skříňku a následně k převléknutí může využít bezbariérovou převlékací kabinku. V blízkosti kabinky se nachází i samostatná bezbariérová toaleta se sprchou. Následně se projde oddělením WC a sprch mužů nebo žen k bazénům. U plavčků v areálu bazénů je možné si půjčit mechanický vozík do sprchy nebo k přejezdu bazénům, aby návštěvník vozíčkář neměl mokrý svůj vozík. Plavčíci u sebe mají i elektrický

zvedák se sítí, který dle přání návštěvníka přistaví k vybranému bazénu a pomohou mu s přesunem do vody. Dále se v blízkosti objektu bazénů nachází bezbariérová restaurace, další bezbariérová toaleta nebo výtah, díky kterému se může dostat návštěvník do 1. patra, kde je wellness centrum. Termály Velké Losiny hodnotíme jako plně přístupné bezbariérové místo.



Návštěva **elektrárny Dlouhé stráně** začíná v Koutech nad Desnou, kdy v blízkosti Skiareálu Kouty se nachází placené parkoviště (40,- Kč/hod; max. 200,-Kč/den), kde je vyhrazeno 12 parkovacích míst pro OZP. Parkovací automat se nachází na náměstíčku Skiareálu před budovou pokladny a infocentra, cca 175 m od vyhrazeného parkovacího stání.



Existují 2 možnosti návštěvy, které jsme na vlastní kůži vyzkoušeli:

1. Jízda lanovkou ze Skiareálu Kouty nad Desnou na vrchol sjezdovky Medvědí, jízda bezbariérovým autobusem z horní stanice lanovky k horní nádrži elektrárny

Na bezbariérové pokladně na náměstíčku Skiareálu Kouty nad Desnou jsme si zakoupili lístky na lanovku (jízda nahoru i dolů) a na autobus, který nás z horní stanice lanovky zaveze k horní nádrži Dlouhé stráně. Na náměstíčku je i zázemí, kde se nachází restaurace a pizzerie. Ve společném objektu je i běžná a bezbariérová toaleta. Následně jsme absolvovali náročný výšlap ke spodní stanici lanovky, a to po náročném kopcovitém terénu z nebezpečného povrchu. Od pracovníků lanovky jsme se dozvěděli, že je možné ke spodní stanici lanovky dojet vlastním autem, ale je nutné se na této možnosti domluvit se Skiareálem Kouty dopředu. Následně nám byla lanovka zastavena, kdy nám obsluha pomohla s přesunem vozíčkářů z vozíku na lanovku. Ta je sedačkového typu, kdy se na jednu sedačku vejde 6 lidí. Obsluha nám invalidní vozíky ukotvila na sedačky před námi a poté volala na horní stanici lanovky, kdy informovala své kolegy o tom, že na lanovce jsou vozíčkáři a bude potřeba lanovku i nahoře zastavit pro výstup. Cesta lanovkou trvala cca 7 minut, kdy jsme urazili 2 km jízdy a převýšení z 610 m n. m. na 1.095 m n. m. Na horní stanici lanovky jsme se občerstvili na baru U Medvěda a poté čekali na bezbariérový autobus, který nás vyveze k horní nádrži. Zároveň jsme zjistili, že na horní stanici lanovky se nachází pouze běžné toalety. Po příjezdu autobusu jsme vozíčkáře naložili pomocí plošiny do autobusu (vlezou se maximálně 2 invalidní vozíky). Zároveň nás informoval pan řidič o tom, že nás musí vyložit na rozcestí, protože nahoře, kde je místo pro výstup, vedou na horní nádrž schody. Museli jsme tedy z rozcestí zdolat náročný kopcovitý terén po asfaltovém povrchu k horní nádrži sami. Před výstupem jsme se ještě domluvili na konkrétním čase, kdy budeme čekat na rozcestí, abychom jeli autobusem zpět na horní stanici lanovky. Horní nádrž elektrárny je plně bezbariérová, kdy se nám ji podařilo objet celou dokola po asfaltovém neporušeném povrchu.



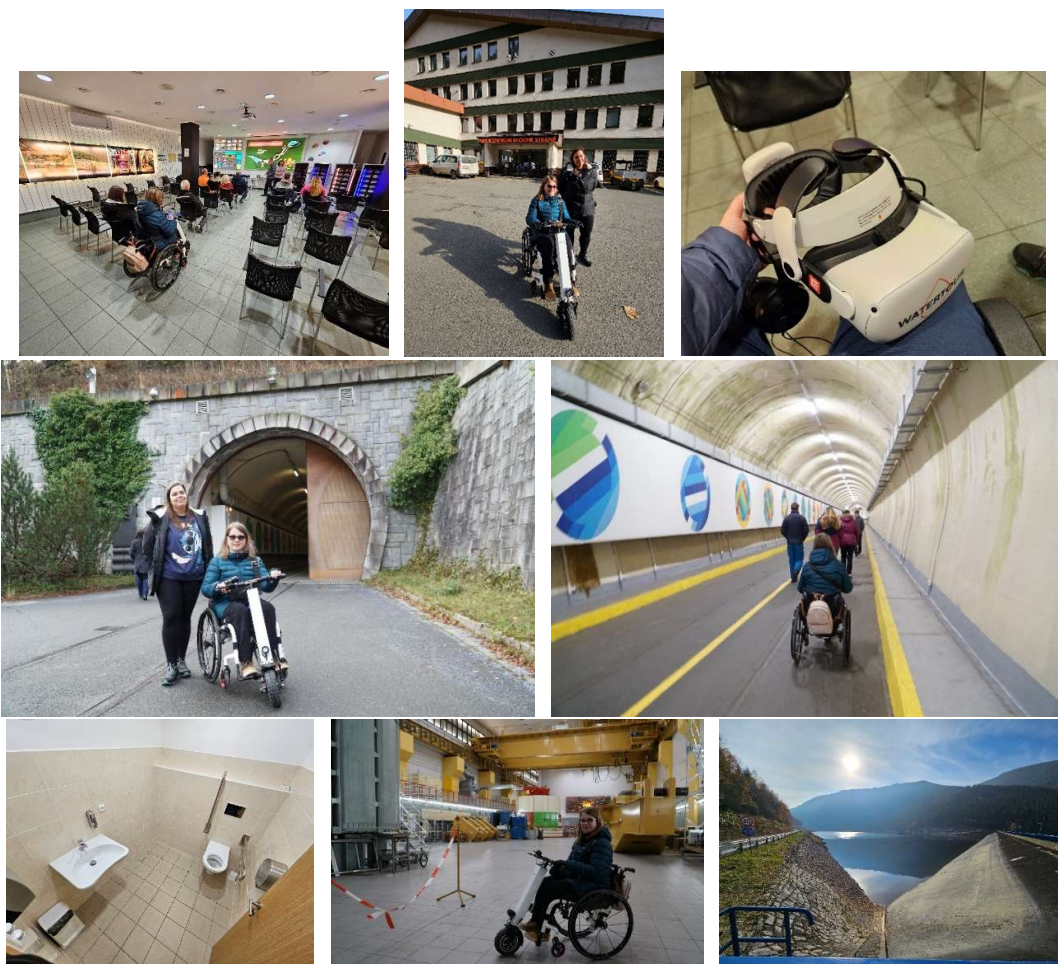


2. Exkurze v elektrárně Dlouhé stráně s výjezdem k dolní nádrži

Exkurzi je nutné si dopředu rezervovat a vybrat si, jakou variantu prohlídky návštěvník chce – 1. varianta je exkurze do elektrárny a výjezd k dolní nádrži a 2. varianta je exkurze do elektrárny a výjezd k horní nádrži. Místo srazu je na náměstíčku Skiareálu Kouty nad Desnou u autobusové zastávky s oranžovým označením EXKURZE. K zastávce dojde bezbariérový autobus, který dokáže převézt naráz 2 vozíčkáře. Pokud je autobus plný, po domluvě je možné jet za ním vlastním autem.

V rámci mapování jsme absolvovali 1. variantu exkurze, kdy jsme jeli vlastním autem. Dostali jsme se k budově elektrárny, ve které se nachází zrekonstruované infocentrum o elektrárně. Před vstupem do objektu se nachází 17 cm vysoký schod, který jsme zdolali pomocí přenosné nájezdové rampy, kterou nám přichystal personál. Vchod do budovy, zádveří a chodby byly plně přístupné pro návštěvníky na mechanickém i elektrickém vozíku. Navíc se v budově nacházela i samostatná bezbariérová toaleta. V prostoru infocentra se nacházela místnost, kde začala prohlídka elektrárny. Dostali jsme brýle s virtuální realitou a sluchátka. Následně nás proškolil personál, jak zařízení funguje a byl nám spuštěn 15 minutový příběh o tom, jak elektrárna funguje a ukázány prostory, kam se během prohlídky návštěvník nedostane. Poté jsme se přesunuli z hlavní budovy k tunelu elektrárny, kdy jsme se dostali do jejího podzemní a kaverny. Tunel byl prostorný a pro klaustrofobiky byl

vybaven barevnými malbami podél zdí, které měly opticky rozšířit prostor. Po sdělení informací průvodce jsme se vydali zpět k autu a jeli k dolní nádrži elektrárny. U dolní nádrže jsme se dozvěděli poslední informace o elektrárně Dlouhé stráně.



Dlouhé stráně, infocentrum a podzemí elektrárny hodnotíme jako plně bezbariérové místo, které můžete navštívit na mechanickém i elektrickém vozíku. Věřím, že samostatnější vozičkář by zvládl objekt navštívit i sám bez pomoci druhé osoby. Výjezd lanovkou a bezbariérovým autobusem k horní nádrži elektrárny je o dost náročnější a je nutné místo navštívit pouze na mechanickém vozíku s fyzicky zdatným doprovodem.

Poslední místo, které jsme v rámci mapování navštívili, bylo **Pivovarské muzeum Hanušovice**. Parkování je možné přímo před objektem, kde se nachází 2 vyhrazená parkovací stání. Do objektu vede bezbariérový vchod přes pevnou nájezdovou lomenou rampu, kdy se návštěvník dostane do prostoru restaurace. Ta je plně bezbariérová. Hned za restaurací se nachází běžná i

bezbariérová toaleta a výtahová svislá plošina, díky které se návštěvník vozíčkář dostane do 1. patra budovy, kde se nachází Pivovarské muzeum. Na jedné straně se nachází prostor se suvenýry a sál, kde probíhají přednášky o pivě a jeho degustace. Prostor je plně zrekonstruovaný a nachází se zde i výčep, kam se dostane i vozíčkář a může si tak vyzkoušet načepovat pivo. Na druhé straně patra se nachází muzeum, kde si návštěvník může prohlédnout vývoj pivovarnictví pivovaru Holba. Objekt je plně bezbariérový a rozhodně ho můžete navštívit na mechanickém i elektrickém vozíku s doprovodem nebo bez.



Za Sociální rehabilitaci, Zuzana Dittmarová

Příprava na adventní čas

Ve středu 27. 11. 2024 se učebna Trendu změnila na výrobu vánočních adventních věnců různých barev, druhů větvíček nebo dekorací. Každý přihlášený účastník na aktivitu, si vytvořil věnec dle své fantazie a připravil se tak na adventní čas. Ale než k tomu došlo, musel si každý nastříhat potřebný počet větvíček, upevnit je drátkem na polystyrénový korpus, a to byla docela fuška. Po drobném odpočinku každý dostal objednanou barvu svíček a bodce, které si upevnili na věnec. Poté si vybrali dekorační ozdoby, kterými si nazdobili věnec. Jednalo se o dřevěné ozdoby – vločky, dárek, stromeček, sob nebo sáně. Dále byly k dispozici vánoční řetězy, barevné kuličky nebo přírodní ozdoby (sušené jablko, koření – skořice, badyán, hřebíček nebo šišky). Na konci aktivity vznikly krásné a originální věnce. Všichni ze svých výtvorů byli nadšeni a my moc děkujeme uživateli SR panu Zdeňkovi, jeho mamince a kolegyni Jarči Kaczorové za distribuci větvíček z vlastních zahrádek.



Holky ze Sociální rehabilitace

Povídka paní Schmidové:

KDYŽ UŽ ČLOVĚK JEDNOU JE, TAK MÁ KOUKAT, ABY BYL

Jsem těžce tělesně postižená a pár lidí mi už řeklo, že na mém místě by už dávno spáchali sebevraždu. Proč? Pokus o zbabělý útěk? Taky se ten pokus nemusí vždy vyplatit a Bůh vás za to může náležitě a právem potrestat, protože vy sami jste si život nedali, tudíž ani nemáte nejmenší právo si ho vzít. A neříkejte, že je to váš život. Není. Sami, ze své vůle jste nevznikli. Ani o tom, jestli přijdete na svět a kdy a jak, jste sami nerozhodli, tudíž nemáte právo ani sami život ukončit.

Jako zdravá jsem pracovala v nemocnici, se mnou paní doktorka, která jezdila po úrazu na vozíku. A i když byla mladá, krásná, měla hodného manžela a zdravé dítě, dobrou práci, kde si ji vážili, hodně přátel, kteří ji měli rádi, přesto život na invalidním vozíku nezvládla a pokusila se o sebevraždu. Nevyšlo to a teď se sama ani nenají, ani si neutře nos. Vždy může být hůř.

Trvalo to dlouhého nekonečného půl roku, než jsem se z těžkého ležáka, který uměl pouze otevřít oči, plně odkázaného na pomoc jiné osoby a na přístroje, než jsem se naučila sama dýchat, jíst, mluvit a dostala se aspoň k životu na vozíku. Možná to bylo proto, abych vše pochopila. O životě, a jeho ceně, o skutečných kamarádech, o lásce, která se často může jen zdát ..., o síle, o víře, o smyslu a významu bytí a žití. O Bohu. V hloubi duše jsem to asi potřebovala a všechno to chtěla a měla pochopit.

Za tu dobu, za toho nekonečného půl roku, než jsem se naučila sama dýchat, jíst a mluvit a dalšího půl roku, než jsem se dostala na vozík a aspoň částečně zpět mezi lidi, tak za tu dobu jsem přišla nejen o práci rehabilitační sestry, ve které jsem byla dobrá a která mě neskutečně bavila a naplňovala, přišla jsem i o závodní tancování, kde jsem začala sbírat ocenění, o místo cvičitelky džezgymnastiky, o přátele, o hezký byt, o krásné sny, o velkou lásku, o které jsem si myslela, že je na celý život... Přišla jsem úplně o všechno.

Za takovéto situace za mnou jednou přišla krásná cizí paní a povídá: „Když už člověk jednou je, tak má koukat, aby byl. Vzácná to slova pana Wericha. Zapamatuj si je! Ať tě provázejí celým tvým životem. Věř, že díky nim bude i život veselejší“

Od té doby jsem se začala o pana Wericha víc zajímat a mnohá jeho slova mi utkvěla v paměti. Když jsem si chtěla zlepšit náladu, když jsem byla celá ztuhlá strachy a hrůzou, vždy jsem si uvědomila, že „napnulismus je kravinismus,“ jak říkával pan Werich velmi často a mně hned bylo líp. Po jeho slovech „akupunktura je, když do vás někde píchnou jehlu a přestane vás bolet něco úplně jiného“ jsem se vydala i já hledat akupunkturistu. Pan Werich se prostě stal mým velkým vzorem. Možná díky jeho přístupu k životu, díky tomu, že se vždy snažil si ze všeho dělat legraci, brát špatné zprávy s rezervou, usmívat se a vždy a za každých okolností myslet pozitivně, možná proto jsem i já získala spoustu nových přátel, kteří mě postupně navedli na to, že bych opět měla začít psát povídky, opět začít tancovat (i když na vozíku), že bych měla začít znovu naplno žít. Protože jak velký pan Werich řekl: „když už jednou člověk je, tak má koukat, aby byl.“

Vážení zaměstnanci, členové, podporovatelé a čtenáři Trendy zpravodaje,

Druhou adventní svíčku máme již zapálenou a Vánoce s Novým rokem jsou za dveřmi. Přeji všem krásné svátky vánoční, plné pohody, klidu, lásky a dobré nálady. Do nového roku vykročte tou správnou nohou s pevným zdravím a trpělivostí vůči svému okolí.



Zaměstnancům Trendu DĚKUJI za jejich celoroční práci. Tento rok byl náročný, stejně jako i roky předchozí, které máme zdárně za sebou, ale jako organizace jsme všechno zvládli. Každý přispívá svou troškou do „Trendáckého mlýna“ a díky Vám všem tato organizace funguje, zaměstnává nemalé množství lidí a pomáhá potřebným.

KRÁSNÉ VÁNOCE Vám přeje předsedkyně Spolku Bc. Kamila Zábojová

Akce v Trendu

Vánoční Benefiční koncert

Kdy: neděle 15. 12. 2024, 13:00-20:00

Kde: Horní náměstí, Olomouc

Přijďte si s námi užít kouzelnou předvánoční atmosféru a pobavit se u pár šálků horkého punče a u vánočních tónů hudby našich skvělých muzikantů na hlavním pódiu.

Další informace: prmanager@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 731 501 389.

Příprava a pečení vánočního cukroví se SR

Kdy: pondělí 16. 12. 2024, 14:00-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Dle tradic se tvrdí, že na vánočním stole by mělo být minimálně sedm druhů cukroví. Pojdme si společně nějaké druhy upéct společně. Těšit se můžete na klasické perníčky nebo linecké cukroví. Samozřejmě si vyzkoušíme i nepečené cukroví, například kokosové kuličky. Výsledky pečení budete moci okošťovat na střeďečném vánočním posezení v Trendu 18. 12. 2024.

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

Vánoční posezení pro klienty všech služeb

Kdy: středa 18. 12. 2024, 13:00–18:00

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Srdečně zveme všechny uživatele služeb Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, členy a rodinné příslušníky na Vánoční posezení. Ti, co celý rok zlobili, si mohou u Ježíška napravit reputaci donesením, nejlépe, vlastnoručně pečeného cukroví a dalších dobrot pro ostatní. Zároveň se můžete těšit na vánoční atmosféru, horký mošt, drobné občerstvení a vánoční tombolu.

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

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 19. 12. 2024, 14:00 – 15:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte si zacvičit s paní Věrkou Schmidovou, která je fyzioterapeutkou na vozíku. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku, a protože se při něm nezpotíte, nemusíte se ani převlékat. Program je přizpůsoben vašim schopnostem a tempu, takže si ho můžete užít v pohodlném rytmu. Těšíme se na vás a na společné chvíle věnované zdraví!

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

To nejlepší z Čajkovského

Kdy: čtvrtek 16. 1. 2025, 9:30-12:00h

Kde: MFO, sál Reduta (Horní náměstí 23, Olomouc)

Zaposlouchejme se do přenádherného klavírního recitálu s orchestrem neznámější tvorby ruského hudebního skladatele Petra Iljiče Čajkovského. Těšit se můžete na hudební ukázky z baletu Louskáček nebo opery Evžen Oněgin.



Na aktivitu je nutné se závazně přihlásit a přednostně jsou zváni klienti služby Sociální rehabilitace. S sebou maximálně můžeme vzít 4 vozíčkáře. Přihlásit se můžete do pátku 3. 1. 2025

Další informace:

e-mail soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 731 144 670.

Vypouštění lampionu s přáním do nového roku

Kdy: středa 8. 1. 2025, 14:00 – 17:00

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Vstupujeme do Nového roku, a proto budeme rádi, když si společně s námi napíšete přání na následující rok. Společně se pak přesuneme na nábřeží Moravy ke „Kojenáku“ kde pak vypustíme lampion i s našimi přáními.

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

Hra BINGO

Kdy: středa 15. 1. 2025, 14:30 – 16:30

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Před nedávnem jsme si všichni přáli hodně štěstí a zdraví. Hra Bingo je skvělou příležitostí vyzkoušet kolik toho štěstí máte. Spolu s ostatními Trendáky si můžete porovnat, čí štětí je ve hře a čí v lásce.

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

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 16. 1. a 30. 1. 2025, 14:00 – 15:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte si zacvičit s paní Věrkou Schmidovou, která je fyzioterapeutkou na vozíku. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku, a protože se při něm nezpotíte, nemusíte se ani převlékat. Program je přizpůsoben vašim schopnostem a tempu, takže si ho můžete užít v pohodlném rytmu. Těšíme se na vás a na společné chvíle věnované zdraví!

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

Milí čtenáři Trendy zpravodaje,

jsem moc ráda, že jsem s Vámi mohla strávit tento kalendářní rok a už teď se těším na rok budoucí. Prožili jsme spolu mnoho času na pobytu, tvořivých odpoledních nebo výletech. Nejvíce vzpomínám na smích, až nás břicha bolela u táboráku nebo během Halloweenského večírku.

Ráda bych Vám z celého srdce popřála hodně zdraví, štěstí, dobrého jídla, a hlavně pohody. Vánoce bychom měli prožít v klidu a spokojenosti u talířů plných cukroví a chlebíčků, na které se osobně těším už od srpna. Pokud byste mi nějaký čas mezi pohádkami chtěli věnovat, budu moc ráda, když vyplníte **Hodnotící dotazník volnočasových aktivit za rok 2024**, který je přiložený na konci zpravodaje, popřípadě ho naleznete v mailu.

S přáním krásných dnů, Šárka Sláničková, koordinátor volnočasových aktivit

Hodnotící dotazník spokojenosti účastníků Volnočasových aktivit za rok 2024

Milí účastníci volnočasových aktivit,

moc vám děkuji za vaši hojnou účast na všech volnočasových aktivitách, které pro vás byly připraveny s radostí po celý rok 2024. Ráda bych vás požádala o vyplnění tohoto anonymního dotazníku, abychom znali Váš názor na kvalitu poskytování volnočasových aktivit. Vaše hodnocení a připomínky jsou pro nás důležitým zdrojem informací, abychom mohli společná setkání zlepšovat.

On-line verze: <https://forms.gle/RFjL4TyYXCURWaRBA>

Mockrát děkuji za váš čas a ochotu!

koordinátorka volnočasových aktivit Šárka Sláničková

1. Účastnil/a jste se volnočasových aktivit v roce 2024?

- ano
- spíše ano
- spíše ne

2. Vyhovovala Vám nabídka našich volnočasových aktivit?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

3. Jaké aktivity se Vám v roce 2024 nejvíce líbily? *(můžete zakroužkovat více možností)*

- Den otevřených dveří – Čajovna na kolečkách (Šárka Sláničková)
- Divadlo - Území nikoho: Příchozí (Dittmarová, Bastlová)
- Halloweenský večírek s filmem (Sláničková, Dittmarová)
- Hra Bingo (Sláničková)
- Přednášky paní Věrky Schmidové
- Kadeřnický salon (Sláničková)

- Keramika (host, Sláničková)
- Knižní klub (Sláničková)
- Odpoledne plné přírody (Sláničková)
- Odpoledne s Virtuální realitou (host, Sláničková)
- Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung (Věrka Schmidová)
- Plavání se studenty APA (Klára Botková)
- Pobyt Třemošná (Sláničková)
- Přednáška Na lehotříkolce okolo republiky (Jiří Vozda)
- Ukázka Stiga hokej pro vozíčkáře (host, Sláničková)
- Táborák (Sláničková)
- Trendáci v akci aneb snadné vaření (Sláničková)
- Trendácké kafe (hosté)
- Tvořivé odpoledne (Sláničková)
- Vánoční posezení pro klienty všech služeb (Sláničková)
- Výlet – Arboretum Bílá Lhota (Dittmarová, Bastlová, Sláničková)
- Výlet: Loštice (Dittmarová, Bastlová, Sláničková)
- Výlet: Planetárium Ostrava (Dittmarová, Sláničková)

4. O jaké aktivity máte zájem do budoucna?

5. Máte tipy na bezbariérové výlety v dojezdové vzdálenosti 1,5h od Olomouce?

6. Chtěl/a byste jet v roce 2026 na týdenní pobyt?

- ano
- ne

7. Byl/a jste spokojen/a se spoluprací s koordinátorkou volnočasových aktivit leden/únor (Zuzanou Plachou)?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

8. Byl/a jste spokojen/a se spoluprací s koordinátorkou volnočasových aktivit únor - prosinec (Šárkou Sláničkovou)?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

9. Byl/a jste spokojen/a se spoluprací s lektory volnočasových aktivit?

- ano
- spíše ano
- spíše ne
- ne

10. Víte o všech službách, které Trend nabízí (osobní asistence, sociální rehabilitace, odborné sociální poradenství, poradenství v odstraňování bariér, psychologické poradenství, půjčovna kompenzačních pomůcek, dobrovolnictví)?

- ano
- částečně
- ne, tyto informace mi chybí
- ne, není to pro mě důležité

11. Odkud čerpáte pozvánky na volnočasové aktivity? (můžete zakroužkovat více možností)

- Trendy zpravodaj
- Facebookové stránky Trendu
- Nástěnky na chodbě Trendu
- Informace od koordinátorky volnočasových aktivit (e-maily, telefonáty, SMS)
- Jiné:

12. Zde je prostor pro Vaše připomínky i podněty k volnočasovým aktivitám.

Aktivity
podporuje:



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

Napsali pro vás: Martina B., Přemysl D., Zuzka D., Šárka S., a další...

Gramatická korektura: Otakar A.

Ohlodal: Agáta K.

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

Datum vydání: **13. 12. 2024**, Počet výtisků: +- akorát

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **3. ledna 2025**

Krysa říká: *Dobře, zase tak moc ohlodané tohle číslo není, někdy příště... Možná.*