

Okénko z poradny  
Wroclaw  
Povídka paní Věry  
Volnočasové aktivity



To je zase počasí na...

## Úvod-kník

**Krysa říká:** ...se nám trochu ochladilo, že? V blízké budoucnosti už to lepší nebude, ale zase se můžete těšit na Vánoce – kolekce na stromeček už jsou dávno v obchodech na nepřehlédnutelných místech a stejně je už čas začít shánět dárky, nebo o nich aspoň přemýšlet.



Jako vždy se můžete těšit na okénko z porady nabité hromadou informací, zajímavostí a aktualit.

Pro pečující je nachystáno minimálně malování hrníčků.

Chválím kolegu Šimona za parádní článek z výletu do sousedního Polska a jen podotknu, že pasti na hlodavce mě nechávají v klidu – nejsem blbá a nosím se v kapsičce.

Že se sociální rehabilitace pravidelně podílí na akcích pro veřejnost, jistě víte, ohlédnutí za poslední akcí neuškodí. To platí i o shrnutí volnočasových aktivit a seznam na další měsíc samozřejmě nesmí chybět. Opět se objevilo plavání se studenty APA.

Povídka paní Věry se jmenuje Strach, ale bát se jí nemusíte.

A díky všem!



**Sbírka Zasukované tkaničky  
podzimní etapa 2025**

**90 404,-**

TRADIČNÍ  
OLOMOUCKÁ  
POUŤ

SPOLEK  
TREND VOZIČKÁŘŮ  
OLOMOUC

VČETNÉ PŘEVODŮ NA TRANSPARENTNÍ ÚČET, PLATEB PŘES TERMINÁL A DMS V DANÉM OBDOBÍ

# 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. 10. 2025, 15:00 – 16:30:** Pes průvodce osoby se zdravotním postižením

**pondělí 24. 11. 2025, 15:00 – 16:30:** Průkaz pro osoby se zdravotním postižením

## Aktuality

### Superdávka

Od 1. října 2025 se zavádí nová dávka státní sociální podpory tzv. superdávka. Díky ní se zrušily již existující dávky, jakými byly, příspěvek na bydlení, příspěvek na dítě, příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení. Výše zmíněné dávky jsou nahrazeny superdávkou.

Pro ty, kdo některé z těchto dávek pobírají, se zatím nic nemění.

Dávky budou i nadále vypláceny a to tak:

- příspěvek na bydlení a příspěvek na dítě - budou vypláceny ve stejné výši bez nutnosti dalšího dokládání
- příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení - budou vypláceny rovněž do 31. 12. 2025

- Aby nárok na aktuálně vyplácené dávky mohl za stejných podmínek pokračovat i v prvních měsících roku 2026, je potřeba podat žádost o superdávku v období od 1. 10. do 31. 12. 2025. Žádost o superdávku se může podat online přes aplikaci Jenda nebo osobně na ÚP.

Vyplácení dávky příspěvku na bydlení a přídatku na dítě budou vypláceny do dubna 2026. příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení bude zachován takéž do 30. dubna 2026, pokud budou nadále splněny podmínky nároku

- pokud se žádost o superdávku nepodá do konce roku 2025, vyplácení bude ukončeno k 31. 12. 2025.

Úřad práce díky nově vzniklé dávce ve všech svých pobočkách od 1. října sjednotil a prodloužil otevírací dobu.

V pondělí a ve středu budou úřední hodiny do 17:00, v úterý a ve čtvrtek do 15:00.

Call centrum bude v pracovních dnech nově fungovat do 19:00. Vedení tak chce umožnit lépe zvládnout přijímání žádostí o přepočít dosavadní podpory podle nových pravidel či o novou superdávku.

Zdroj: [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz), [www.ckk.cz](http://www.ckk.cz)

### **Asistenční pes není domácí mazlíček. Jak se chovat, když potkáte člověka se čtyřnohým asistentem?**

Asistenční pes není na okrasu. Pracuje a zaslouží si klid.

Nesahejte na psa bez dovolení, ani když vás pes očima „vyzývá“ – je právě v práci. Dotek jej může vyrušit nebo spustit nechtěnou reakci, a tím můžete ohrozit bezpečí člověka s postižením.

Nemluvte na psa. Ani sebelépe vycvičený pes není stroj, ale živý tvor. Povely nebo lichotky mohou psa zmást a narušit jeho soustředění.

Nepřerušujte jejich činnost. Nechte psa pracovat. Je perfektně sehraný se svým majitelem a přesně ví, co má dělat.

Zeptejte se, zda můžete pomoci – a respektujte odpověď, i když bude znít „ne“.

Neptejte se, „co osobě je“ nebo „proč jej má.“ Zdravotní stav není veřejná informace. Ptejte se jen tehdy, když vám to druhý sám nabídne.

Nefotografujte bez souhlasu, ani psa, ani jeho pána. Nejsou to atrakce, je to člověk a jeho pes při práci.



Asistenční psi vykonávají velmi důležitou a užitečnou práci. Nečekají na potlesk – ale ocení, když jim necháme prostor, aby mohli v klidu pracovat. A když se k nim i jejich páníčkům budeme chovat s ohleduplností a respektem.

Zdroj: [www.Helppes.cz](http://www.Helppes.cz), [www.tojesenzace.cz](http://www.tojesenzace.cz)

### **Úleva pro lidi bojující s dluhy. Ombudsman po letech úsilí prosadil jejich větší ochranu**

Prezident na konci června podepsal dvě novely zákonů, které ulehčí situaci lidem zatíženými dluhy. Nově si dlužníci v exekuci vedené úřady budou moci zřídit tzv. chráněný účet. Bez něj byli v podstatě odstřiženi od bankovních služeb.

Další novinkou zakotvenou zákonem je splátkový kalendář dlužného zdravotního pojištění. Dosud byla praxe zdravotních pojišťoven při povolování splátek velmi různá. Od začátku příštího roku však již budou platit pro všechny stejná pravidla.

Chráněné příjmy nelze v exekuci postihnout buď vůbec, nebo jen částečně. Vůbec exekuci nepodléhají např. dávky pro osoby se zdravotním postižením, dávky pomoci v hmotné nouzi, příspěvek na péči, porodné, pohřebné a příspěvek na bydlení, výživné na dítě, nebo daňový bonus. Pouze částečně exekuci podléhá např. mzda či důchod.

Peníze na chráněném účtu může dlužník běžně používat, exekuce se na něj nevztahuje.

Zdroj: Veřejný ochránce práv, [www.helpnet.cz](http://www.helpnet.cz)

### **Minimální mzda příští rok vzroste o 1600 korun na 22.400 korun**

Minimální mzda se příští rok zvýší o 1600 korun na 22.400 korun hrubého. Částka vychází z nařízení, které vláda schválila loni na podzim a podle kterého má v příštím roce minimální mzda dosáhnout 43,4 procenta průměrné mzdy. Spolu s minimální mzdou také od ledna vzrostou o téměř osm procent nejnižší zaručené platy ve veřejné sféře.

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

## **Rodičovství i s tělesným handicapem**

Na reprodukční klinice Prague Fertility Centre (PFC) pomáhají k mateřství i ženám, které čelí výzvě tělesného znevýhodnění. Bezbariérový přístup je na PFC klinice samozřejmostí. Ambulance a sály v PFC jsou navíc vybaveny speciálními polohovacími křesly vhodnými i pro ošetření pacientek se spinálním handicapem. Ke všem klientkám zde přistupují individuálně s ohledem na aktuální zdravotní stav i původ tělesného postižení.

Každé klientce s fyzickým znevýhodněním klinika zaručuje komplexní přístup tak, aby její touha po mateřství byla naplněna. Po celou dobu má k dispozici jednu z koordinátorek, která ženu ochotně provede všemi potřebnými vyšetřeními a lékařskými výkony. Zároveň o ni bude pečovat jeden z lékařů, kteří se specializují na léčbu neplodnosti pomocí metody in vitro fertilizace (IVF).

U žen odkázaných na pohyb na vozíku je nutné zvážit různé aspekty. Ze zdravotních důvodů může být nutno graviditu odložit a v individuálních případech může celou situaci ovlivnit i specifická tělesná indispozice – například horší prokrvení malé pánve.

Zdroj: [www.pragueivf.cz](http://www.pragueivf.cz), [www.medicina.cz](http://www.medicina.cz)

## **Nová neurologie v přerovské nemocnici**

Nemocnice AGEL Přerov otevřela nově zrekonstruované neurologické oddělení. Lékaři a pacienti tak mají nově k dispozici dvě vyšetřovací místnosti, tělocvičnu či bezbariérové pokoje. Projekt vyšel na více než 30 milionů korun.

Díky rekonstrukci nových prostor se kapacita oddělení rozšířila z původních 25 na 27 lůžek a pacientům nyní slouží dvojlůžkové a trojlůžkové pokoje. Mezi další vylepšení patří bezbariérový přístup do hygienických zařízení, jídelní koutek, tělocvična nebo dva vyšetřovací pokoje. Ty zajistí soukromí při vyšetřování a přijímání pacientů.

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

## **Příspěvek na péči se zvýší, ale jen pro některé žadatele**

Příspěvek na péči, který čerpají stovky tisíc lidí, se od ledna zvýší. Ale jen pro první a druhý stupeň závislosti.

U prvního stupně je příspěvek nejnižší a zatím činí 880 korun pro dospělé osobu na měsíc a 3300 korun pro dítě do 18 let. Nově by se měl příspěvek zvýšit o 420 korun pro dospělého na 1300 korun měsíčně a u dětí o 1600 korun na 4900 korun.

U druhého stupně závislosti je příspěvek u lidí starších 18 let nyní 4900 korun, nově by měl být 5400 korun. U mladších je nyní příspěvek 7400 korun a zvýšit by se měl na 8200 korun.

U příspěvků na péči ale dojde ještě k dalším změnám, které poslanci schválili už dřív v zákoně o sociálních službách. Nově bude o příspěvku na péči a dalších dávkách místo úřadů práce rozhodovat Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ). A to od poloviny roku 2026.

A od dubna 2026 bude možné o příspěvek požádat i online přes klientskou zónu Jenda. Zůstane i možnost osobní návštěvy na kontaktních místech okresních správ sociálního zabezpečení pro ty, kteří potřebují podporu.

Zároveň by se měly rychleji, tedy přednostně, schvalovat příspěvky na péči u lidí v takzvaném inkurabilním, tedy nevléčitelném stavu. A počítá se i s větším zapojením odborných nelékařských zdravotnických pracovníků do posuzování závislosti na pomoci druhých kvůli stále ubývajícimu počtu posudkových lékařů.

Pokud příspěvek na péči náleží dítěti do 18 let a příjem společně posuzovaných osob (typicky domácnost, kde dítě žije) je nižší než dvojnásobek životního minima, může být příspěvek navýšen o 2000 korun měsíčně. Neplatí to, pokud se o dítě starají třeba v dětském domově nebo pokud bere příspěvek ze systému dávek péčovské péče (nebo ho nebere, protože dostává důchod vyšší než tento příspěvek).

Pokud příspěvek na péči náleží rodiči nezaopatřeného dítěte do 18 let, o které se stará, a příjem společně posuzovaných osob (typicky domácnost) je nižší než dvojnásobek životního minima, může být příspěvek navýšen o 2000 korun měsíčně.

Zdroj: Shutterstock, [www.penize.cz](http://www.penize.cz)

## **Tisíce lidí si od ledna po zavedení minimální penze polepší**

Několik desítek tisíc lidí se starobní, invalidní a pozůstalostní penzí, kteří pobírají velmi malé částky, si od ledna po zavedení minimálního důchodu polepší. Někteří začnou dostávat i o pár tisícikorun víc. Starobní důchodci nebudou mít méně než 9800 korun.

Osobám s priznanou invaliditou bude sociální správa posílat měsíčně podle jejich stavu a schopnosti pracovat od 6534 korun, 7350 korun, nebo 9800 korun. Vdovy a vdovci by měli mít aspoň 7350 korun a sirotci 6860 korun. Vyplývá to z důchodové reformy o valorizaci penzí, které se chystá schválit vláda.

Minimální důchod je součástí důchodové reformy. Nejnižší možná starobní penze odpovídá pětina průměrné mzdy. Podle chystaného nařízení základní výměra má příští rok činit 4900 korun, stejně vysoký má být i minimální procentní díl. Starobní důchody tak budou začínat na 9800 korunách.

Vedle minimálního starobního důchodu se od ledna nastaví i minimální invalidní a pozůstalostní penze. Invalidům třetího stupně bude sociální správa vyplácet měsíčně nejméně 9800 korun. Invalidní důchod druhého stupně bude muset činit aspoň 7350 korun. Invalidé prvního stupně by měli pobírat od ledna minimálně 6534 korun.

Vdovám a vdovcům od příštího roku připadne minimálně 7350 korun měsíčně.

Procentní výměra u nich odpovídá pěti procentům průměrného výdělku. U dětí jsou to pak čtyři procenta. Sirotci by tak měli pobírat nejméně 6860 korun.

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

## **Šance pro pacienty s rakovinou. V Prostějově a Přerově dostanou moderní cílenou léčbu**

Pacienti s rakovinou mají od nynějška v prostějovské a přerovské nemocnici výrazně lepší přístup k moderní cílené onkologické léčbě. Obě nemocnice se staly regionálními centry se špičkovou terapií, která byla dříve dostupná pouze ve velkých nemocnicích. Pacienti z Přerovska a Prostějovska tak nebudou muset dojíždět do vzdálených onkologických center.

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



## **Student ČVUT navrhl a vyrobil kostku, která lidem na vozíku pomůže vstát**

Kostku, která člověku s poraněním míchy pomůže postavit se na nohy, navrhl a zrealizoval student Českého vysokého učení technického v Praze. Jedná se o první pomůcku daného druhu. Nyní prochází testováním, pro koho je a pro koho není vhodná.

Vertikalizační kostka totiž slouží jako pomůcka k žebřinám pro nácvik stoje. Člověku na vozíku stabilizuje kolena a lýtky a udržuje jej v ideální vzdálenosti od žebřin, která ho nutí cvičit v prostoru.

Jde o první pomůcku tohoto typu.

Na výrobě kostky Matyáš spolupracoval s odborníky Centra Paraple. Ti ji prezentovali na nedávném Fóru SCI Day 2025 konaném na Fakultě humanitních studií Univerzity Karlovy v Praze.

Není ale vhodná pro každého člověka s poraněním míchy, necelé dva měsíce proto budou odborníci kostku testovat, vychytávat případné neduhy a vybírat cílovou skupinu, pro kterou bude nejideálnější.

Na Fóru SCI Day odborníci prezentovali i další pomůcky, které v centru pro paraplegiky využívají. Jednou z nich je virtuální realita, v níž mohou lidé s poškozením míchy rehabilitovat. Slouží kupříkladu k potlačení bolesti a odblokování obav pacienta.

Virtuální realitu lze využívat i relaxačně. Experti se též snaží ve virtuální realitě vyhledávat a vyvíjet aplikaci, díky níž by paraplegici mohli ventilovat svou frustraci, která se v nich hromadí a které člověk bez tělesného omezení většinou dává průchod přes tělo.

Další prezentovanou pomůckou byl hydrofilní katetr. Ten mohou využívat jak lidé s poraněním míchy, tak i další, kteří se nemohou běžným způsobem vymočit. Opatřen je speciální hydrofilní vrstvou, která se vyznačuje tím, že je neustále kluzká. Při zavedení do těla se tak nesetře.

Zdroj: Česká asociace paraplegiků – CZEPA

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

## **V Olomouci otevřelo Senatorium pro dlouhodobou péči. Jak vypadají pokoje a ceník**

V Olomouci otevřelo zdravotnické zařízení Senatorium Olomouc, které pomůže zlepšit neutěšenou situaci s nedostatkem těchto kapacit.

Senatorium Olomouc k hospitalizaci od počátku srpna přijímá pacienty v rekonvalescenci, po operacích, úrazech a těžkých onemocněních, kterým jejich zdravotní stav dočasně neumožňuje pobyt v domácím prostředí.

Kapacita zařízení, které vyrostlo na Tabulovém vrchu nedaleko Fakultní nemocnice Olomouc, představuje 120 lůžek ve čtyřech odděleních.

K dispozici jsou zde dvoulůžkové pokoje vybavené moderními, elektricky polohovatelnými lůžky, TV, lednicí, úložnými prostory a přístupem k internetu. Veškeré prostory jsou bezbariérové, včetně zahrady s terasou umožňující pobyt a zapojení do aktivačního programu na čerstvém vzduchu.

Zařízení poskytuje nepřetržitou péči pod vedením lékaře a zkušeného zdravotnického personálu. Dále pak fyzioterapie a právě aktivační činnosti zaměřené na dosažení maximální soběstačnosti a jeho brzký návrat do domácího prostředí. Délka hospitalizace závisí na zdravotním stavu pacienta a obvykle bývá dva až tři měsíce.

Péče v Senatoriu je hrazena zdravotními pojišťovnami.

Pacient zde hradí příplatek za doplňkové služby, a to za každý jednotlivý den pobytu.

V tuto chvíli činí tato spoluúčast 350 korun za jeden den hospitalizace.

Aktuálně je hospitalizováno 62 pacientů.

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

## Podpůrná setkání pro pečující

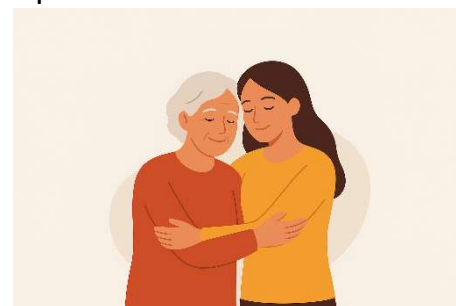
**Dobrý den, opět Vás zdravím a ráda bych Vás informovala o tom, co se děje v oblasti podpory pečujících u nás v Trendu vozíčkářů.**

Děkujeme za dotazy, se kterými se obracíte na naši Odbornou poradnu, také půjčujeme pomůcky jak na vyzkoušení, tak na překlenutí delšího období z naší Půjčovny kompenzačních pomůcek. Pro pečující pořádáme Podpůrná setkání, přednášky a můžeme nabídnout službu psychologa i individuální podporu...



Navštívila jsem koordinátorku projektu **Centrum pomoci neformálně pečujícím** Mgr. Evu Masnou. Nově vzniklé olomoucké centrum pečujícím nabízí:

- individuální poradenství v oblasti zdravotní i sociální péče
- pomoc s vyřízením sociálních dávek a příspěvků
- psychoterapeutickou podporu
- účast na svépomocných skupinách
- pobyty v relaxačně působícím prostředí
- nácvik dovedností souvisejících s péčí
- pravidelná setkávání s odborníky z různých oborů,....



Projekt je zaměřen na předcházení nebo zmírnění sociálního znevýhodnění neformálních pečujících starajících se doma zejména o nevléčitelně nemocného bližního na Olomoucku.

- Cílí na poskytnutí poradenské pomoci neformálně pečujícím, nácviku jejich dovedností pro přímou péči, psychoterapeutickou podporu i vzdělávání v aktuálních tématech domácí péče.
- Projekt chce přispět k zefektivnění koordinace domácí paliativní péče a metodicky připravit obce pro poskytování podpory neformálně pečujícím.
- Projekt se zaměřuje na cílovou skupinu NEFORMÁLNĚ PEČUJÍCÍ.

Více informací naleznete na webové stránce: <https://neformalnepecujici.cz/>

Zdroj obrázku: <https://pixabay.com/photos/leaf-heart-love-fall-red-orange-3561148/>  
<https://neformalnepecujici.cz/o-projektu/>

Podpůrná setkání finančně podpořilo Ministerstvo zdravotnictví České republiky a Nadace ČEZ.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

  
NADACE ČEZ

## Dárek pro pečující

Ráda bych Vám napsala i o tom, že 2. říjen slavíme v České republice jako **Den pečujících**. Den každodenních hrdinů ať už těch formálních – pečovateli, osobních asistentů,... nebo neformálních (rodinných) pečujících.

„Pečující hrdinové nejsou vždy vidět, ale jejich vliv je obrovský. A bez nich by se všechno rozpadlo na milion malých kousíčků, které by šlo jen těžce poskládat zpět dohromady.“

Paní ředitelka organizace A Doma Jitka Zachariášová, která založila v Praze úspěšné Středisko pro pečující, mi pro Vás darovala praktický soubor videí cviků na uvolnění a procvičení různých částí těla. Trvají třeba jen minutu a pomáhají.

Některým jsem cviky zaslala v emailu, kdo by měl o dárek ještě zájem, napište mi na email [mackova@trendvozickaru.cz](mailto:mackova@trendvozickaru.cz).

Přeji Vám hodně sil do dalších dní, a kdybyste potřebovali podporu, jsou tu pro Vás služby Trendu a v rámci nich se na Vás těší naše Odborná poradna.

Zdroj informací: <https://medium.seznam.cz/clanek/petra-2-rijen-den-pecujicich-hrdinove-kteri-nejsou-vzdy-videt-89819>

## Podpůrné setkání pro pečující: Malování na hrníčky

Kdy: pátek 31. 10. 2025 14:00-15:30 (16)

Kde: učebna Trendu vozíčkářů, Lužická 7

Cena: zdarma

Milí neformální (rodinní) pečující, ráda bych Vás pozvala na setkání. Tentokrát si pomocí akrylových fixů vyzdobíme hrníček pro radost. Samozřejmě bude káva a něco dobrého na zub a setkání a povídání s lidmi na podobné životní cestě.

Hrníčky i fixy budete mít k dispozici. **Prosím o přihlášení, ideálně do 27.10.**

Další informace:

Bc. Ludmila Macková, koordinátorka podpůrných setkání pro pečující kontakt: [mackova@trendvozickaru.cz](mailto:mackova@trendvozickaru.cz), na telefonu 605 060 049, k dispozici: po 8-12, pá 9:00 -14:00.





## Wroclaw – Vratislav

Po létě opět zdravím všechny z Trendu, rád bych se s vámi podělil o zážitek ze zahraničí.

Někdo vyrazil v létě k moři do Chorvatska nebo Itálie, já zamířil před začátkem školy k našim sousedům do Polska. A konkrétně do jednoho z nejstarších polských měst: Vratislavi.

Město na řece Odře je počtem obyvatel šestkrát větší než Olomouc. A já bych vám v následujících řádcích rád vylíčil, jaký na mě Polsko, které označujeme za zemi salmonely a hnusné čokolády, udělalo dojem.



Do města nás z Trutnova dovezl velký autobus, přičemž Poláci pro dálkové autobusy nemají rozlehlé autobusové nádraží, co zabírá místo pro parky nebo domy, ale skryli ho důmyslně do podzemí jednoho z obchodních domů (jako parkoviště v Šantovce, ale větší). Ulice jsou široké, osázené alejemi stromů nebo truhlíky s květinami, v řece neplave nepořádek.

V historickém centru nenajdete dům s posprejovanou fasádou nebo opadanou omítkou. Všechny kostely jsou otevřené a vstup do nich je zadarmo. Kolem většiny z nich jsou travnaté pásy s květinami a stromy, vše udržované, neznečištěné. Na nábreží u jednoho z nich najdete i sochu svatého Jana Pavla II., který se tu těší velké popularitě a je s ním spjatá i řada suvenýrů. Rád bych také zmínil rovné chodníky, nízké nájezdy u přechodů, opravené silnice, čisté ulice, opravené historické budovy a žádné obchody s drogami. V Praze kolem Staroměstského náměstí je jich hned



několik, tady v Olomouci se bude otevírat největší prodejna kratomu (opioidu) v ČR. Ve Vratislavi jsem ani jednou nečekal ve frontě, nikde nebyly mraky turistů. Ano, na náměstích to bylo živé, ale byl to úplně jiný pohled. Pod lavičkami neleželi bezdomovci, nikdo nesmrděl alkoholem, na každém rohu naopak stáli umělci, žonglovali, malovali a zpívali. Ve fontáně se nemyli nepřizpůsobiví občané a odpadky byly v koších, ne kolem nich.

Na náměstí prodávali Krowky, známé polské karamelky, celkově se polská kuchyně od té naší moc neliší. K obědu bývají bramboráky, palačinky, řízek nebo brambory, vejce – na jednu kuriozitu bych vás však rád upozornil. Na studenou polévku chlodnik. Má výrazně růžovou barvu, vaří se totiž z červené řepy a mléka.

Ve Vratislavi jsou lidem otevřené galerie, přes řeku a ostrůvky vedou krásné mosty, v centru se rozkládá botanická zahrada se skleníky a exotickými záhony, za vstup do Národního muzea jsem zaplatil neuvěřitelný 1 zlotý (6 Kč) a kousek za centrem je multimediální fontána. Představte si, že by na Flóře byla vodní plocha o velikosti jednoho hektaru. A z té vody by vyčnívalo 300 trysek, které by každou hodinu vystřikovaly vodu do rytmu hudby až do výšky 40 metrů. V noci je vodní efekt doprovázen 800 světly ohnivou show.

Polské obchody (na bázi našeho Albertu nebo Tesca) jsou velké, čisté a plné. Například olivový olej tu najdete od 8 dodavatelů. Některé galerie v centru města jsou volně přístupné, mou pozornost si získali i Krasnalové; malí trpaslíci roztroušení napříč městem. Rodiny turistů se baví tím, že chodí po centru a snaží se je najít všechny. První z nich tu byli umístěni v revolučním roce 1989, když komunistům docházel dech. Dnes jsou součástí jakési městské strategie – pokud chcete najít všechny, musíte město projít vážně křížem krážem – a to i placenými objekty. Trpaslíci tak propojují město svou polohou na mapě i společnými atributy. Jeden drží preclík a stojí u regionálního pekaře, jeden s kormidlem stojí u lodní dopravy, s kufrem na nádraží, trpaslice s volebním lístkem poukazuje na volební práva žen a trpaslík s koulí na noze připomíná politické vězně minulého režimu v tzv. Věžeňské uličce.



Po třech dnech, než jsem odjel, už jsem znal město z paměti a nebloudil jsem. Město je prakticky na rovince a bezbariérové. V Trendu je snad jen jedna osoba, které by se tu nelíbilo, a tou je Agáta. Na každém rohu jsou ve Vratislavi totiž pasti a návnady na hlodavce.

Z výletu jsem si chtěl dovést pěknou pohlednici, ale žádnou adekvátní, která by mi padla do oka, jsem nenašel. Pěknou jsem si koupil až u nás v ČR v Broumově.

Do widzenia, těším se brzy zase na viděnou  
Šimon Charoušek, osobní asistent



## Sociální rehabilitace se podílí na akcích pro veřejnost

Milí čtenáři Trendy zpravodaje,

ráda bych před vámi chtěla veřejně pochválit klienty a pracovníky služby Sociální rehabilitace, kteří se aktivně podíleli na tvorbě výrobků a prezentaci služby na veřejných akcích. A čeho jsme se konkrétně zúčastnili? Vidět jste nás mohli na benefičních koncertech v rámci Sbírký Zasukované tkaničky, které se odehrávaly na ploše Tržnice. Zde jsme měli na starost prezentační stánek naší organizace, kde jsme veřejnosti představovali působení spolku nebo služeb a nabízeli i naše výrobky. Zároveň 20. září jsme se podíleli s naším městem na akci Slovenský den, který se uskutečnil na Horním náměstí v Olomouci. Všechny akce se nám velice vydařily a já ještě jednou děkuji všem, kteří se na nich podíleli.



Zuzana Dittmarová

Vedoucí služby Sociální rehabilitace

## Povídka paní Schmidové: Strach

Dan byl typický městský pejsek panelákový – malý černý pudl, vyčesaný, vystříhaný, prostě frajer z módního psího magazínu.

Když jsme ho poprvé vzali do přírody, ven z města, na louku, k lesu, zůstal stát jako opařený. Neměl ani odvalu vystoupit z auta – nechápal, co se to stalo, kde se to octl. Bylo to něco úplně jiné, neznámé, nové... tolik pachů...

Najednou ale udělal to, co nikdo z nás nečekal – nasál vzduch, zavětril a vyletěl jako neřízená střela. Během vteřiny nám zmizel z očí a nikdo si ani nestihl všimnout kterým směrem. Celý náš další výlet se skládal z toho, že jsme všichni chodili sem-tam, volali, pískali.

Les byl hustý, neměl konce, tady by Dan cestu ven nenašel a v lese by nepřežil – neuměl si ulovit ani mouchu. Vedle byla sice louka, ale s asi metr vysokou trávou a Dan měl v kohoutku pětatřicet centimetrů.

Potok tady široko-daleko nebyl, ani žádné jezírko, ani kaluž s trochou vody, kde by se Dan mohl aspoň napít. Jeho budoucnost jsme viděli v těch nejčernějších barvách. Proto se nikdo z nás nechtěl vrátit k autu a jet domů. Nikdo z nás tady Dana nechtěl nechat. Milovali jsme ho, byl členem naší rodiny.

Chodili jsme tedy po lese a po louce celé hodiny, až do tmy. Volali jsme, pískali, doufali... Ticho. Žádná odpověď. Všem nám z toho bylo smutno. Naděje ale umírá poslední, a tak jsme až do večera chodili lesem a loukou, rozdělili jsme se, abychom zabrali co možná nejširší úsek. Když se začalo stmívat, někdo vytáhl baterku a hledali jsme dál. Když ale začalo pršet, mlčky jsme se podívali na sebe a šli pomalu k autu. Nikdo nepromluvil ani slovo. Bylo nám smutno. Šli jsme pomalu, z nohy na nohu, déšť se změnil v liják, ale nikdo z nás nepřidal do kroku.

Cestou jsme potkali myslivce. „Neviděl jste...?“ Neviděl. „Nic vám neuloví... nestřílejte... tady je náš telefon... zavolejte, i o půlnoci... zaplatíme... přijedeme... kdykoliv, kamkoliv...“

Naděje, naděje, naděje.

Smutní, promoklí a prochladlí jsme přišli k autu a nevěřili vlastním očím – Dan ležel před předním kolem na zemi a tiše plakal. Ze strachu, abychom mu neujeli, nám ani vstříc nešel.

Kolik strachu si tam tenkrát prožil, nikdo netuší, ale od té doby zarytě odmítal, co jen vystoupit z auta a poodejít od nás, byť jen na jeden metr. A do přírody ho už vůbec nikdo nedostal.



## Jak jsme prožívali začátek podzimu?

Měsíc jsme zahájili návštěvou Výstavy palných zbraní ve Vlastivědném muzeu Olomouc. Tam jsme si mimo prohlídku celé historie mohli vyzkoušet i zmáčknout spoušť.



V tom stejném týdnu nás pak naše skvělá Janča Měrková provedla procesem vaření marmelád, které jsme pak zaslali do soutěže Flora Džem. Aktuálně čekáme na vyhlášení výsledků, které budou zveřejněny 4. 10. 2025!



Vzhledem k úspěchu loňské Arteterapie neboli keramiky u nás v učebně jsme letos znovu navázali spolupráci s paní lektorkou Bc. Monikou Cestrovou, DT. První setkání ze dvou domluvených již proběhlo a zde je z něj pár fotografií.





Poslední zářijový týden se pak nesl v atmosféře umění, kdy jsme otevřely výstavu obrázků paní Růženy Paulové, které je krom zhlédnutí u nás v učebně, možno i zakoupit. Výstava je dostupná do konce měsíce října.





Také jsme byli na posledním letošním výletě, na který nás odvezl autobus Olomouckého kraje. Tentokrát jsme byly v Jeskyni Výpustek. Jelikož v jeskyních je tma, moc fotografií se nám vytvořit nepovedlo, ale zde malá ochutnávka z návštěvy kompletně bezbariérových prostor podzemí.





Nelze opomenout ani Den otevřených dveří, které proběhl 1. 10. 2025 a měli jsme tak možnost navázat nové kontakty, posedět si a popovídat nejen o službách.



Z celého srdce bych chtěla poděkovat všem, kteří mi pomohli tyto akce zorganizovat, především pak vystupujícím studentům ZUŠ Žerotín Olomouc a žákům ZŠ svaté Voršily!

Jedno velké DĚKUJI patří i všem Trendákům, kteří pomohli s organizací počínaje panem Otou, přes administrativu, služby a samozřejmě panu řediteli!

Speciální poděkování pak patří sponzorům a Ministerstvu kultury, Olomouckému kraji a Městu Olomouc.

Děkujeme i za podporu ze stran firmy Wuuky především její paní majitelky Evy Moslerové, která z každé prodané lahve podporuje Dobrovolnictví v Trendu!

Za volnočasové aktivity, Bc. Šárka Sláničková, DiS., koordinátor

## Akce v Trendu

### Plavání se studenty APA

**Kdy:** 14. 10. a 21. 10. 2025

**Kde:** Aplikační centrum BALUO (U Letiště 976/32, 77900 Olomouc)

Plavání bude probíhat každé úterý v Aplikačním centru BALUO, v čase 9:45 - 11:00. První lekce začíná 14. 10. 2025! S sebou si vezměte plavky, 2x ručník a brýle na plavání (pokud je máte). Plavat bude možné do 16. 12. 2025. Lekci si můžete vyzkoušet i jednorázově. **Na lekci je nutné se přihlásit, a to vždy do středy do 17h na následující týden.** Sraz pro přihlášené je v **9:45h** v recepci BALUO centra. **Cena: 100,- Kč** za 1 lekci (platí se na recepci centra).

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



## **Nácvik vaření se Sociální rehabilitací – Anglie**

**Kdy:** středa 15. října 2025, 14:00-16:30h

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Srdečně vás zveme na další lekci vaření, kdy se tentokrát vydáme přes vodu do ostrovního státu, jehož název můžete uhádnout z přiložené slepé mapy.



Zdroj: [www.canva.com/design/DAGe9mm-ss8/F6gehqw\\_Uf0IYCIXOtAM9w/edit](https://www.canva.com/design/DAGe9mm-ss8/F6gehqw_Uf0IYCIXOtAM9w/edit)

**Na aktivitu je potřeba se přihlásit, a to do středy 8. 10. do 12h!**

e-mail [soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz](mailto:soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 731 144 670.

## **Arteterapie Keramika 2/2**

**Kdy:** pátek 17. října, 13:00–15:00 **POZOR ZMĚNA!!!**

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Srdečně Vás zveme na arteterapii pod vedení paní lektorky Bc. Moniky Cestrové, DT

Zvu Vás na druhý termín setkání s paní lektorkou. Vstupné na aktivitu je 100 Kč za 1 lekci. Na aktivitu je **nutné se přihlásit**. Účastníci první lekce si tentokrát dotvoří své výrobky, ti, kteří přijdou poprvé, si mohou vyrobit drobné keramické předměty.

Další informace: [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

## Se SR do Moravské filharmonie Olomouc - Slavíme s českou a slovenskou hudbou

**Kdy:** čtvrtek 23. října 2025, 9:30-11:30h (sraz v 9:00h před restaurací Opera, Horní náměstí Olomouc)

**Kde:** Horní nám. 424, Olomouc



Zdroj:  
[www.canva.com/design/DAGe9mm-ss8/F6gehqw\\_Uf0IYClXOtAM9w/edit](https://www.canva.com/design/DAGe9mm-ss8/F6gehqw_Uf0IYClXOtAM9w/edit)

V rámci své 80. jubilejní koncertní sezony odehraje Moravská filharmonie již tradiční slavnostní koncert u příležitosti Dne vzniku samostatného československého státu. Letošní dramaturgie symbolicky nabídne to nejlepší z tvorby českých a slovenských skladatelů. Orchester povede český dirigent Leoš Svárovský a v roli sólisty se představí houslista Daniel Matejča.

Na jaké skladby se můžete těšit?

- Antonín Dvořák -Můj domov op. 62
- Bedřich Smetana -Skočná a Furiant z opery Prodaná nevěsta
- Antonín Dvořák -Mazurek pro housle a orchestr op. 49
- Eugen Suchoň -Malá suita s passacagliou op. 3
- Vítězslav Novák -Slovácka suita op. 32 (Mezi dětmi, Zamilovaní, U muziky)
- Bohuslav Martinů -Česká rapsodie pro housle a orchestr H 307A (arr. Jiří Teml)
- Ilja Zeljenka - Musica slovaca
- Leoš Janáček - Lašské tance (Dymák, Pilky)

(Zdroj: <https://www.mfo.cz/program/slavime-s-ceskou-a-slovenskou-hudbou-2/>)

Na aktivitu je potřeba se přihlásit, a to **do středy 16. 10. do 12h!** Vstupenku si hradí každý sám a místa jsou omezená.

e-mail [soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz](mailto:soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 731 144 670.

## **Zpívánky**

**Kdy:** úterý 21. října 2025, 14:30-16:30h

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Přijďte si zazpívat táborákové, pohádkové nebo moderní písničky, kterými nás provede lektorka Klárka Katrušáková.

Další informace: e-mail [soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz](mailto:soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz), tel.: 731 144 670.

## **Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung**

**Kdy:** čtvrtek, 23. října, 14:00–15:30

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Chcete si dopřát trochu pohybu v příjemném prostředí? Přidejte se k nám na jedinečné cvičení vsedě pod vedením paní Věrky Schmidové! Věrka je skvělá fyzioterapeutka na vozíku a ukáže vám, jak si zacvičit a cítit se lépe, ať už jste kdokoli. Cvičení je vhodné pro všechny a je navrženo tak, abyste si ho užili naplno, bez ohledu na vaše možnosti.

Další informace: [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

## **Petra Bastlová: Ukázka práce v organizaci Snooz Vyškov**

**Kdy:** čtvrtek 30. října, 14:30-16:30

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Srdečně Vás zveme na přednášku o metodě Snoezelen, která přináší jedinečný pohled na práci se smysly a jejich vlivu na naše vnímání. Dozvíte se, jak tato metoda vznikla a proč se v posledních letech stále více rozvíjí. Také zjistíte, jak ji lze využít jako volnočasovou aktivitu i při odborné práci s klienty v sociálních službách. Součástí programu bude také praktický prožitek a možnost vyzkoušet si vybrané aktivity.

Další informace: [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.



## **Přednáška studenta právnické fakulty: Street law**

**Kdy:** 24. 10. 2025 a 29. 10. 2025 od 14:00-16:30

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Srdečně vás zveme na přednášky studenta Právnické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci. Celkově proběhnou 4 setkání. Každé z nich bude na jiné téma. Téma bude upřesněno.

**Setkat se můžeme osobně nebo online na odkaze:**

Odkaz pro termín 24. 10.: [meet.google.com/swp-pqko-mib](https://meet.google.com/swp-pqko-mib)

Odkaz pro termín 29. 10.: [meet.google.com/bta-vdcw-ntx](https://meet.google.com/bta-vdcw-ntx)

Další informace: [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

## **Plavání se studenty APA**

**Kdy:** 4. 11., 11. 11., 18. 11. a 25. 11. 2025

**Kde:** Aplikační centrum BALUO (U Letiště 976/32, 77900 Olomouc)

Plavání bude probíhat každé úterý v

Aplikačním centru BALUO, v čase 9:45 -

11:00. První lekce začíná 14. 10. 2025! S sebou si vezměte plavky, 2x ručník a brýle na plavání (pokud je máte). Plavat bude možné do 16. 12. 2025. Lekci si můžete vyzkoušet i jednorázově. **Na lekci je nutné se přihlásit, a to vždy do středy do 17h na následující týden.** Sraz pro přihlášené je v 9:45h v recepci BALUO centra. **Cena: 100,- Kč** za 1 lekci (platí se na recepci centra).

Další informace: [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455



## **Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung**

**Kdy:** čtvrtek, 6. a 20. listopadu, 14:00–15:30

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Chcete si dopřát trochu pohybu v příjemném prostředí? Přidejte se k nám na jedinečné cvičení vsedě pod vedením paní Věrky Schmidové! Věrka je skvělá fyzioterapeutka na vozíku a ukáže vám, jak si zacvičit a cítit se lépe, ať už jste kdokoli. Cvičení je vhodné pro všechny a je navrženo tak, abyste si ho užili naplno, bez ohledu na vaše možnosti.

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

## **Přednáška studenta právnické fakulty: Street law**

**Kdy:** 12. 11. 2025 a 26. 11. 2025 od 14:00-16:30

**Kde:** učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Srdečně vás zveme na přednášky studenta Právnické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci. Celkově proběhnou 4 setkání. Každé z nich bude na jiné téma. Téma bude upřesněno.

**Setkat se můžeme osobně nebo online na odkaze:**

Odkaz pro termín 12. 11.: [meet.google.com/wwz-bouh-nnw](https://meet.google.com/wwz-bouh-nnw)

Odkaz pro termín 26. 11.: [meet.google.com/rce-rsvp-onf](https://meet.google.com/rce-rsvp-onf)

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: Martina B., Zuzka D., Šárka S., a další...

Gramatická korektura: Otakar A.

Ohloda: Agáta K.

Distribuce a info s úsměvem: Libuše D., Jiřina N.

Datum vydání: **13. 10. 2025**, Počet výtisků: +- akorát

tel: 734 478 665

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

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

<https://www.trendvozickaru.cz/aktivity/trendy-zpravodaj>

**Přihlásit k odběru zpravodaje a pozvánek na akce**

\* indicates required

Jméno \*

Příjmení \*

Emailová adresa \*

Přihlásit