



25 let organizace!

a několik přání k narozeninám

Novinky ze sociální oblasti

Jak putovat letadlem a co vás čeká před operací kloubů?

Zkrácený Otův koutek

Pouze recenze a výročí

Volnočasové aktivity

...přece nebudete sedět doma?!



I krysa přijde na párty, pař s námi i Ty, i E. T. a EET

Úvod-kník

Trend slaví v těchto měsících 25 let své činnosti!

A bude i nějaká ta oslava, pozvánku určitě najdete na následujících stránkách, kde se mimo jiné nachází i několik přání od našich klientů i zaměstnanců.



Určitě si projděte novinky Martiny Brožové, které upozorňují na některé možnosti cestování během prázdnin, zvláště třeba letadlem, kterýžto dopravní prostředek všichni běžně používáme. Nebo co vás čeká v rámci případné operace kloubů.

Já bych si troufla s trochou nadsázky sepsat myšlenku, jak vypadá „dokonalý“ asistent, jež se mohla za dobu fungování spolku Trend vozičkářů vykristalizovat do nějakého ideálu:

- věk 21 a více zaručuje, že bude mít hotovou školu a tím pádem spoustu času na asistence, do kterých mu nelezou zkoušky, učení, pařby a kamarádi/hospody, je k dispozici 24/7/365,25...
- je vždy pozitivně naladěný, nemrmle, nemručí, nekafrá, povzbuzuje, motivuje
- chodí včas, někdy i dříve, končí dle vašich potřeb a rád
- nekomentuje, nesoudí, vždy je objektivní
- nic ho nebolí a netrpí vlastními zdravotními obtížemi/výkyvy nálad
- dokáže vám okamžitě odpovědět na sebesložitější dotaz z jakékoliv oblasti
- orientuje se skvěle na úradech, u doktorů, při nákupech i jinde v terénu
- nepotřebuje jíst, pít, chodit na záchod, neprdí, neříhá a nevykazuje žádné známky únavy během výkonu práce
- velmi dobře, přesně a s jednoduchostí vykonává veškeré asistenční úkony
- vykonává X% úkonů ještě dřív, než dokončíte jejich formulaci
- nekouří, nepije a nedělá nic, co by jakkoliv komukoliv vadilo, není vulgární, atd.
- s největší pravděpodobností neexistuje ☺

Když se dívám při práci na Přemka, k dokonalosti mu chybí hodně...

Přeji příjemné čtení

Trend slaví 25. narozeniny 1994 - 2019



Milí přátelé,

dovolte mi krátkou, nostalgickou vzpomínku na zrod „NAŠEHO“ Trendu. S nápadem, založit organizaci, která by zaměstnávala osobní asistenty, za mnou přišel můj dlouholetý kamarád Ing. František Lang, jednoho letního dne roku 1994. Pracovní náplní osobních asistentů bude pomáhat hlavně vozíčkářům zvládat jejich handicap v každodenním životě.

Smysl i potřeba této služby se mi líbily, ale pro založení neziskové organizace jsme museli být nejméně tři. Oslovili jsme tedy mého bývalého kolegu ze zaměstnání Jiřího Slavička. Jirka byl okamžitě pro, a tak František začal shromažďovat všechny potřebné doklady - projekt na financování a mnoho dalších „maličkostí“. Dokumenty jsme podepsali a zaslali na příslušné úřady. Organizace Spolek Trend vozíčkářů Olomouc byla zaregistrována a od té doby začala a do dnešních dnů stále plní své hlavní poslání – pomáhá zvládat nelehké životní situace vozíčkářům i dalším handicapovaným a ti se mohou radovat ze života a usmívat na svět.

Dvacet pět let je pro někoho málo, pro jiného dost. Záleží na úhlu pohledu – pro mě je to dost, hlavně při pohledu do zrcadla. Zatím co já s Trendem stárá, Trend roste, zrál a mládl!

„Náš TREND“ má ten nejkrásnější věk! Dorostl do velikosti organizace, která má ve světě sociálních služeb své místo. Rozrostl se o další služby, jako je sociální rehabilitace a sociální podnikání. V současné době má mladé a stabilní personální obsazení zaměstnanců včetně asistentů. Nejenže splňují odbornost, ale co je nejhlavnější, všichni mají srdíčka na dlani, snahu poradit a pomoci, ruce nejen k podání, ale i k pohlazení.

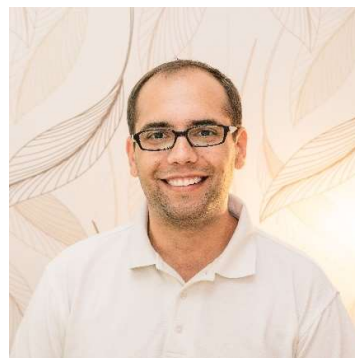
TRENDU do dalších let přeji, aby měl vždy dostatek finančních prostředků, stále si držel přední místo v poskytování služeb, aby v něm pracovali úžasní a pracovití lidé, jako doposud. Neměl nedostatek asistentů a měl jen spokojené uživatele. Všem přeji hodně sil a nápadů, jak a v čem práci a činnost Trendu obohatit. Přeji Ti Trende, nechť jsi oázou klidu a spokojenosti pro všechny, kteří s Tebou jakkoliv spojí svůj život!

Marie Svobodová
předsedkyně Spolku

Náš milý Trende,

letos tu s námi jsi už 25 let. Zrodil ses, abys napomáhal všestranné integraci těžce tělesně postižených občanů, a také abys vytvářel podmínky pro prosazování jejich rovnoprávného a rovnocenného postavení ve společnosti.

To vše díky myšlence samotných lidí s hendikepem - Ing. Františku Langovi, Marii Svobodové a Jiřímu Slavičkovi - v roce 1994. Od té doby jsi ušel již dlouhou cestu.



V roce 1998 se tvým dlouholetým předsedou stal Mgr. Milan Langer, který po celý svůj život prosazoval zájmy zdravotně postižených občanů.

Od svého zrodu jsi bydlel se svými zakladateli, v roce 2001 však přišlo na velké stěhování a přestěhoval ses na Holečkovu 9. V tomto roce ses spolu s Magistrátem města Olomouce zapojil do projektu „Bezbariérová Olomouc,“ který běží dodnes a občanům s hendikepem tak pomáháš překonávat strasti života ve velkoměstě 😊

V roce 2003 jsi vymyslel sbírku „Zasukované tkaničky,“ abys měl taky nějaké to „kapesné“ a mohl podporovat zájmy hendikepovaných spoluobčanů ještě více.

V roce 2006 ses opět stěhoval, tentokrát na Lužickou 7, kde pobýváš až doteď.

O rok později ti Krajský úřad zaregistroval první dvě služby, které poskytuješ až dodnes, a to osobní asistenci a odborné poradenství.

V následujícím roce došlo na další zásadní událost ve tvém životě, a to založení sociálního podniku, který se věnoval a dodnes i částečně věnuje digitalizaci dokumentů a dává práci 25 hendikepovaným lidem.

V roce 2009 ti byla zaregistrována již třetí služba, sociální rehabilitace. Jako ředitelka nastoupila v tomto roce do funkce paní Alena Ivanová.

V roce 2013 jsi přišel s osvětovou akcí „Štafeta na vozíku,“ která se snaží spojit svět lidí s hendikepem a bez něj.

Dne 1. 1. 2014 jsi přestal být občanským sdružením a stal jsi se spolkem nejen podle názvu, ale i právní formou.

Následující rok ses zapojil do programu „Běž pro dobrou věc,“ který organizuje RunCzech a stal ses hlavním partnerem závodu Mattoni ½ Maraton Olomouc za neziskové organizace.

V roce 2016 jsi získal akreditaci na další službu, dobrovolnictví a tvůj předseda Mgr. Milan Langer získal „Cenu Ď“ v kategorii Nadace, charita v ČR – mimořádný počin.

Rok 2018 byl ve znamení střídání tvých předsedů, Mgr. Milana Langer po 20 letech vystřídala ve funkci tvá zakladatelka, paní Marie Svobodová.

Letošní rok byl pro tebe také plný změn, paní ředitelku Alenu Ivanovou po 10 letech ve funkci vystřídal Bc. Tomáš Zrnka.

Jak vidíš, těch 25 let nebylo vůbec jednoduchých, zažil jsi časy dobré i zlé, úspěchy i neúspěchy. Dnes ale pevně stojíš na svých nohách a věřím, že společně to dotáhneme zase o kus dál.

Bc. Tomáš Zrnka, ředitel



Krysa zpívá: (dost falešně na melodii písně Narozeninová od Svěráka a Uhlíře)

*Trend slaví narozeniny
my máme přání jediný
šťěstí, zdraví, pro kolo levý i pravý,
asistenty zdatný, co se neunaví.*

*Dobře, že je Trend na světě
při Tkaničkách nebo Štafetě
levý kolo, pravý kolo, levý, pravý,
asistenti ať jsou zdraví.*

*Pozvedněme číše, tak akorát do výše
a hustilku připojit k ventilku,
číšemi tuk, tuk, tuk,
do koleček fuk, fuk, fuk.*

*Pijme jako krokodýl,
aby tu byl Trend co nejdýl,
vždyť jsme moc moc rádi,
že jsme kamarádi.*

Narozeninové rozjímání ♥

... a vezmu do ruky čistý bílý list a začnu na něj psát. Slovo přibude za slovem, až vznikne věta a z ní pak celé poselství! Tak tedy:

Ve spolku Trend vozíčkářů jsem od roku 2005, ale spolek Trend vozíčkářů je dvaceti pěti letý, protože na svět přišel v roce 1994! Plný nesmělých prvních krůčků, přes různé problémy dorůstání, hledání místa ve světě plném dalších organizací, po první prohry a radosti z malých i velkých vítězství, navazování kontaktů a přátelství.

Nelze však věrně zachytit množství práce, které je s tím spojeno. Můžeme myslet na smysluplné pracovní uplatnění, vzdělávání se i na zábavu. Znamená to, že lidé na vozíčku žijí naplněnými životy, jako většina ostatních.

Spolek Trend vozíčkářů za tu dobu, co žije, udělal a dělá pro nás, různě postižené, velké opravdové krásno! ♥ Přibližuje nás na různé akce jako sportovní, taneční, hudební, divadelní a jiná setkání.

Trendu vozíčkářů přeji (-jeme) tvořivá, plodná a úspěšná léta a nemohu zapomenout na všechny, kteří řídí tuto organizaci!!! Naše duše, jak kolečkové, tak osobní, nás posunují k lepším zítřkům.

Díky všem ostatním, kteří přišli, přiletěli, připluli a přijeli na naše akce, vyjádřili podporu, či jakkoliv nám duševně fandí.

Vozíčkář Pepa



Přání k pětadvacetinám aneb „pětadvacátníci sobě“

Milý Trende,

k veřejnému blahopřání k Tvým krásným pětadvacátým narozeninám jsme se rozhodly my, kdo jsme stejný ročník jako ty a oslavy pětadvacetin máme čerstvě za sebou. Kdyby na nás náhodou nešlo na první pohled poznat, kdo všechno to je, tak pro pořádek jde o Martu Coufalovou, Romču Kurucovou a Katku Šindelářovou.

Začínali jsme všichni stejně, my v opravdové a ty v té metaforické peřince. Zcela bezbranní jsme zírali na svět, kdeže jsme se to ocitli, nevědomi toho, co všechno život obnáší, co nás čeká a co z nás třeba jednou bude. Tebe i nás však obklopovali lidé, kteří byli připraveni z nás vyplatit to nejlepší a musíme říct, že se to povedlo. Z tebe je úžasná organizace, která pomáhá lidem žít na plné obrátky, překonávat bariéry všeho druhu a která podává pomocnou ruku všude, kde je potřeba. A z nás jsou ty, kdo ty tvé pomocné ruce tvoří, natahují je za tebe a plní jimi tvé poslání. Díky tobě máme smysluplnou práci, která nás těší a naplňuje.

Nemusíš se ničeho bát, Trende, mít pětadvacet je skvělý pocit. Umíme už spoustu věcí, stojíme na vlastních nohách na pevném místě, které jsme si úspěšně vybudovali, a i když se už možná časem začnou objevovat první šedivé vlasy, nás i tebe čekají samé hezké věci – další radosti, úspěchy, nápady a třeba také rozrůstání.

Krásné narozeniny za naši trojici přeje Kateřina Šindelářová



Okénko z poradny

Pozvánky

Zveme čtenáře Trendy zpravodaje na semináře v rámci Odborné poradny ve Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, které vede sociální pracovnice poradny paní Mgr. Martina Brožová PhD. Semináře se konají v učebně Trendu vozíčkářů na Lužické 7 a jde o tato témata a termíny:



19. 09. 2019, 13,00 – 14,30: Pes – průvodce osoby se zdravotním postižením

17. 10. 2019, 13,00 – 14,30: Důchodový systém České republiky

14. 11. 2019, 13,00 – 14,30: Kompenzační pomůcky

Aktuality

Příspěvek na zvláštní pomůcku

Poslanecká sněmovna schválila ve III. čtení návrh zákona, kterým se mění zákon č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, sněmovní tisk 267. Tisk 267 rozšiřuje spektrum zdravotních postižení, na která bude moci být přiznán příspěvek na zvláštní kompenzační pomůcku.

Návrh zákona rozšiřuje spektrum diagnóz o další skupiny onemocnění osob, které sice nemají těžké postižení nosného či pohybového aparátu, ale jejich mobilita je výrazně narušena jejich závažnými interními chorobami. Konkrétně se jedná o pacienty s těžkým

postižením srdce, s těžkým plicním onemocněním či se závažným postižením cév dolních končetin. Všechna tato onemocnění v pokročilém stadiu výrazným způsobem snižují mobilitu člověka, a to v některých případech ještě hůř než u osob, které mají poruchu nosného či pohybového aparátu.

V rámci projednávání zákona byly přijaty další pozměňovací návrhy. Do výčtu onemocnění, která rozšiřují spektrum osob s nárokem na přiznání dávky, byly zařazeny ještě osoby bez obou horních končetin. Dále byl přijat pozměňovací návrh na zvýšení koeficientu pro přiznání příspěvku na nákup motorového vozidla,

a to na 16 - ti násobek životního minima společně posuzovaných osob. Tento návrh směřuje k tomu, aby nárok na příspěvek zůstal také lidem s těžkým zdravotním postižením, kteří jsou schopni si zároveň vydělávat svou prací. Poslanecká sněmovna odmítla ve III. čtení návrh na zvýšení příspěvku na schodišťové plošiny ze 400 000,- Kč na 500 000,- Kč.

Novelu zákona bude nyní projednávat Senát a to pravděpodobně přibližně v polovině měsíce srpna. Pokud Senát zákon schválí, mohl by být legislativní proces ukončen po podpisu pana prezidenta v měsíci září 2019. Jeho účinnost by pravděpodobně byla od 1. 1. 2020.

Zdroj: www.nrzp.cz

Čeká vás výměna kloubu? Co musíte vědět předem?

Totální endoprotéza kyčelního kloubu je operací, na kterou se čeká několik měsíců. Za tu dobu se vyplatí pečlivě promyslet, jakému zařízení se svěříte s rehabilitací a také co všechno budete potřebovat. Třeba sedátko do vany nebo navlékač ponožek.

Pokud už máte termín operace, rovnou si dojednejte rehabilitační zařízení, kde se o vás a vaši hybnost

následně postarají. Váš lékař (ortoped, neurochirurg, chirurg) vám zdravotnické zařízení může doporučit a vystavit patřičný poukaz. Ideální samozřejmě je, pokud má vaše zdravotní pojišťovna s daným zařízením smlouvu. I tak se ale informujte, co a v jakém rozsahu vám pojišťovna proplatí:

Každopádně si následnou rehabilitaci zajistěte včas, ideálně hned poté, co se dozvíte termín své operace.

Na berle a hole dostanete od lékaře poukaz a poradí vám, kde si je vyzvednout. Pomůcky si vyzvedněte nejlépe ještě před operací, nastavte si správnou výšku a vyzkoušejte si chůzi „nanečisto“ bez zatížení operované končetiny.

Různé pomůcky, v různém rozsahu hrazené, prodiskutujte také předem se svým lékařem. Na první pohled maličkosti vám mohou výrazně usnadnit život i cestu za znovunabytím plné hybnosti.

Lékař vám předepíše poukaz na WC nástavec, běžně je totiž WC montované nízko a úhel v kyčli po operaci nesmí být ostřejší než 90 stupňů.

„Pokud máte doma jen vanu, tak lze zařídit sedačku na vanu, která je hrazena zdravotní pojišťovnou,“ doporučuje dále Iva Bílková.

„Vyrábějí se i různé typy sedaček a stoliček do sprchového koutu, kdy jsou některé z nich také hrazeny zdravotní pojišťovnou.“

Určitě zvažte i madla v koupelně nebo WC a také protiskluzové podložky, které zmírní riziko pádu. Tyhle věci musíte platit ze svého, ale pro bezpečnost po operaci se vyplatí – důležité je řešit všechno včas.

A ještě další maličkosti vám ulehčí život, třeba molitanový klín mezi kolena, který si vezmete už do rehabilitačního zařízení – pomůže při změně polohy nebo vstávání z lůžka. „Vhodnou pomůckou po operaci je také navlékač ponožek a podavač, který využijete, když vám něco upadne na zem. Má podobu hůlky s kleštičkami na konci,“ přidává skvělé tipy Iva Bílková.

Po operaci strávíte týden až dva v nemocnici, kde by měla hned druhý den začít intenzivní rehabilitace. „Při ní by měl pacient znovu získat samostatnou hybnost, naučit se novým režimovým opatřením a naučit se aktivovat svalstvo dolní končetiny,“ shrnuje základ Iva Bílková.

- Ihned po operaci budete převezeni na jednotku intenzivní péče, kde vám budou podávány protizánětlivé léky, léky proti bolesti a monitorovány životní funkce.

- Zde se začíná s prvními cviky pro izometrickou aktivaci svalů (zatnutí bez pohybu) dolních končetin, prevenci pooperačních komplikací.

- Pokud nedojde ke komplikacím, druhý den vás převezou na standardní pokoj. Jako prevence tromboembolické nemoci jsou vhodné kompresní punčochy.

- Přibližně po dvou dnech vám lékař odstraní drény a provede se převaz.

- V některých zařízeních pacienti vstávají už druhý den po operaci, jinde až třetí – a začínají chodit o dvou berlích.

- Kolem sedmého dne se nacvičuje chůze po schodech.

- V rozmezí 9. – 11. dne se odstraňují stehy a neobjeví-li se komplikace, budete propuštěni z nemocnice.

- Při odchodu z nemocnice můžete zatěžovat operovanou končetinu asi třetinou své hmotnosti.

- Z nemocnice by měl pacient odcházet samostatný s poučením ohledně režimových opatření v rámci běžných denních činností.

- Obvykle následuje několikátýdenní pobyt v rehabilitačním zařízení.

Poté se přesunete do smlouveného rehabilitačního zařízení, kde se vám věnují dalších čtrnáct až třicet dní. A za tu dobu byste se měli znovu „osamostatnit“ v pohybu.

„Dojde k obnovení funkce operované končetiny, ať z hlediska hybnosti kloubu, tak obecně motoriky – přetočení na lůžku, posazení, chůze, kompletní sebeobsluha,“ popisuje fyzioterapeutka. „Pacient po operaci má nárok i na následnou lázeňskou péči, kde rehabilitace většinou vrcholí.“

Pravidelné cvičení je základem pro obnovení plné hybnosti a pobytem v rehabilitačním zařízení to teprve začíná. Cvičit byste měli i po návratu domů. A také dodržovat zásady pohybu po operaci, jimiž vás vybaví zdravotníci.

„V léčebných procedurách doporučuji z nadstandardních metod v samém začátku rehabilitace lymfodrenáže a fokusovanou rázovou vlnu. V rehabilitaci po zhojení rány vřele doporučuji navíc cvičení ve vodě – cvičení v bazénu a posléze aqua aerobik v bazénu, vířivka – a určitě využít možnosti lázeňské léčby a wellness procedur,“ radí Iva Bílková,

Zdroj: www.vitalia.cz

Letecká přeprava vozíčkářů může probíhat bez problémů

Leteckou přepravu využívá stále více osob se zdravotním postižením i jiným specifickým omezujícím jejich

schopnosti či orientaci. Povíme vám jak postupovat, aby vše probíhalo bez problémů.

Plánovanou cestu si naplánujte v dostatečném předstihu. Asistenční služby, stejně tak možnost přepravovat elektrický či mechanický vozík, jsou leteckými společnostmi garantovány pouze za předpokladu včasného oznámení. Například Letiště Praha doporučuje rezervovat asistenční službu alespoň 36 respektive 48 hodin před plánovaným příletem či odletem.

Jaké otázky mi mohou být kladeny leteckým přepravcem či cestovní kanceláří ještě před odletem?

- Jaké jsou vaše potřeby a omezení?
- Jste schopen chůze?
- Jste schopen stoje?
- Jste schopen se pohybovat po letištní ploše nebo potřebujete asistenci po celou dobu letu, tedy i při odbavení? Zde buďte realističtí.
- Jaký typ vozíku používáte?
- Jaké jsou všechny rozměry vozíku v rozloženém i složeném stavu? Pozor, opravdu si poznamenejte všechny míry. Například rozměry se stupačkami i bez, pokud jsou odnímatelné.
- Jaká je váha elektrického vozíku a jaký typ baterií využívá? Můžete své tvrzení doložit technickou specifikací výrobku?

- Požadujete přepravit i jiné kompenzační pomůcky, například vozík do vody?
- Potřebujete využít palubní letecký vozík, například z důvodu přesunu na WC? V takovém případě může být nutný souhlas leteckého přepravce, který se mnohdy vyřizuje již při rezervaci letenky.
- Dokážete se přemístit z vozíku na sedadlo samostatně?
- Budete potřebovat během letu nějakou pomoc?
- Cestujete s doprovodem?
- Budete využívat parkování na letišti či speciálně upravené vozy Taxi?

Své požadavky na osobní asistenci pečlivě zvažujte. Je na místě přesně říci co je třeba, ale všeho s mírou.

Co mohu udělat já, jako cestující, aby moje cesta probíhala bez problémů?

- Zjistěte si co nejvíce informací dopředu.
- Vše řešte ihned, jakmile je to možné.
- Sepište si své konkrétní potřeby na osobní asistenci. Pomůže vám to na nic nezapomenout. Není od věci mít nejdůležitější body i v cizím jazyce. Nepředpokládejte, že to přece „vědí, když to dělají denně“. Letečtí dopravci používají mezinárodní systém kódů pro rozpoznání úrovně asistence

poskytované osobě se specifickými potřebami.

- Informujte personál, i když se vás netáče, jakým způsobem je možné vám nejlépe pomoci.
- Sejměte z vozíku a to jak mechanického tak elektrického vše co není pevně připevněno! Nezapomeňte na stupačky, podsedák, různé kapsičky a vaky, ale i nosiče. Informujte se, zdali poskytuje letecký dopravce kompenzaci v případě poškození vozíku.

Letiště Praha je nepřetržitě připraveno poskytnout pomoc každému cestujícímu se specifickými potřebami. Vzhledem k počtu cestujících a kapacitám příslušných pracovníků asistenční služby ovšem doporučujeme rezervovat tuto službu alespoň 36 hodin před plánovaným příletem nebo odletem. Jako optimální postup pak doporučujeme objednat asistenční službu společně s nákupem samotné letenky. V takovém případě je požadavek na asistenci uveden v rezervaci cestujícího a automaticky přechází na poskytovatele asistenční služby na každém z letišť, kde je cestujícím vyžadována.

Pokud se tak nestane, je možné objednat asistenční službu přímo u poskytovatele služby na příslušném letišti, a to alespoň

48 hodin před odletem. V případě nutnosti lze také službu vyžádat neprodleně před odletem přímo u odbavovací přepážky. Nelze však zaručit, že služba bude dostupná ihned.

Na Letišti Praha jsou cestujícím se specifickými potřebami dostupná kontaktní místa, kde se mohou telefonicky spojit s dispečinkem a případně požádat o osobní asistenci. Letiště navíc pravidelně investuje do zvýšení komfortu pro cestující se zdravotním postižením či sníženou schopností pohybu a orientace. Došlo k vybudování speciálních čekáren, kde lidé se zdravotním hendikepem mohou trávit čas a případně se i poradit se speciálně vyškoleným asistenčním pracovníkem. Ten také, bude-li si to cestující přát, zajistí doprovod a potřebné formality spojené s odbavením. Speciální čekárny se nacházejí v obou terminálech.

Přeprava ze strany letiště není cestujícímu potvrzována. Službu však potvrdí letecká společnost, což je zároveň garance toho, že služba bude na letišti cestujícímu k dispozici.

- Pravidla pro leteckou přepravu kompenzačních pomůcek (invalidní vozíky, defibrilátory, kyslíkové lahve apod.) se liší v závislosti na tom,

jaká aerolinka zajišťuje příslušný let. Kompenzační pomůcky jsou zpravidla přepravovány zdarma, nicméně letecké společnosti mohou mít nastaveny množstevní limity – bez poplatku je tedy převážen omezený počet těchto pomůcek. Stejně tak může mít příslušná letecká společnost zahrnut v podmínkách přepravy hmotností limit. Doporučujeme tedy informovat se o všem u konkrétní letecké společnosti, a to nejlépe ještě před zakoupením letenky.

- Letiště Praha žádné zvláštní podmínky pro přepravu mechanického vozíku nemá. Případná omezení jsou pouze na straně letecké společnosti. Každá letecká společnost může mít podmínky přepravy stanovené jinak. Opět doporučujeme informovat se včas u konkrétní letecké společnosti, a to nejlépe ještě před koupí letenky.

- Doporučujeme, aby se cestující na vozíku v předstihu obrátili na leteckou společnost, která zajišťuje jejich let, a konzultovali s ní veškeré náležitosti letecké přepravy elektrického vozíku či jiných kompenzačních pomůcek. Některé letecké společnosti totiž mají pro odbavení vozíku své specifické postupy – jedná se o standardizované formuláře, kde jsou specifikovány parametry

baterie, povolení k přepravě,
odpovědné osoby atd.

Letiště Praha v tomto žádné zvláštní podmínky nemá. Cestujícím pouze doporučujeme, aby si vzali pro účely odbavení dokument s údaji o baterii, popř. certifikaci baterie, aby bylo možné typ baterie snadno identifikovat. Standardně se ve vozících pro hendikepované používají tzv. suché baterie, které z hlediska bezpečnosti letecké přepravy nepředstavují zásadní problém (zpravidla se pouze odpojí). Tzv. mokré baterie je nutné speciálně zabalit do kartonů k tomu určených.

V případě letecké přepravy vozíku do vody je postup totožný jako u mechanického vozíku. Opět doporučujeme vše dopředu konzultovat s příslušnou leteckou společností a podmínky přepravy si u dopravce zjistit nejlépe ještě před koupí letenky.

Letiště Praha nemá žádná omezení ohledně počtu vozíčkářů, kterým lze současně poskytnout asistenci. Běžně jsou na našem letišti odbavovány větší skupiny vozíčkářů.

Letiště navzájem komunikují, aby poskytla cestujícím s hendikepem maximální možný komfort a cestu letadlem jim co nejvíce ulehčila. Jakmile tedy cestující požadují

asistenci odletí, příslušné letiště předá dalšímu letišti informaci, že je na palubě osoba, jež po příletu využije asistenční službu. Cestujícím tak stačí komunikovat pouze s letištěm, z něhož odlétá. Asistenční služba je pak cestujícím zajištěna nejen na cílovém letišti, ale také případně na letišti při přestupu, pokud má cestující navazující let.

Užitečné informace:

- Letiště Praha

<https://m.prg.aero/potrebuje-asistenci>

- Mapa kontaktních míst pro hendikepované cestující

<https://www.prg.aero/sites/default/files/obsah/staticke-stranky/44281/soubory/mapakontaktnimistahandicap.pdf>

- Taxi službu pro osoby s handicapem zajišťuje Taxi Praha

Terminál 1 - Přepážka Taxi Praha

+420 220 114 835

- Terminál 2 - Přepážka Taxi Praha

+420 220 111 023

- Objednání asistence

MaidPro Service, s.r.o.

+420 220 111 220

maidpro-service.cz

Zdroj: www.vozejkov.cz

Zdravím všechny, dovoluji vám, abych se Vám krátce představila.

Jmenuji se Simona Prudilová. Od 1. 6. 2019 jsem novou posilou Spolku Trend vozíčkářů Olomouc. Pracuji jako ekonom.

Vystudovala jsem Obchodní akademii v Přerově. Dříve jsem pracovala 3,5 roku v Charitě v Přerově. Absolvovala jsem kurz Pracovník v sociálních službách.



Osobně mě v Trendu zastihnete každý den a **pokladní hodiny jsou pondělí a čtvrtek 9-12 a 13-15 hod.**

V případě dotazů mě můžete kontaktovat na tel. 739 380 545

nebo e-mailem ekonom@trendvozickaru.cz

S přáním hezkého dne

Simona Prudilová

Beseda s poradci pro OZP z Úřadu práce

Zajímalo by Vás, co všechno může v oblasti zaměstnávání nabídnout osobám se zdravotním postižením Úřad práce? Pak jste srdečně zváni na besedu s poradci pro OZP a pracovní rehabilitaci z jeho olomoucké pobočky, kteří Vám všechny možnosti představí, vysvětlí a zodpoví Vaše případné dotazy. Budete tak moci například porovnat, co obnáší pracovní rehabilitace pod hlavičkou Úřadu práce a co sociální rehabilitace v Trendu. Beseda proběhne v Trendu některé zářijové odpoledne, její přesný termín ovšem vzhledem k aktuálnímu čerpání dovolených bude stanoven až na konci srpna. Pro bližší informace pak proto sledujte facebookové stránky Trendu, nástěnky, nebo se neváhejte obracet na e-mail soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo na tel. číslo 731 144 670.

Kateřina Šindelářová

Pavčina Boxanová

Jmenuji se Pavčina Boxanová, je mi 29 roků a následkem úrazu, který se mi stal před 6 lety, jsem upoutána na invalidní vozík. Před úrazem jsem pracovala jako asistentka u zdravotně postižené mládeže v Brně na Kociánce a během vteřiny jsem se vlastně ocitla v jejich situaci. Po pobytu v nemocnicích a rehabilitačních ústavech jsem se musela smířit s diagnózou kvadruplegie, což mi ale nevzalo chuť do života, jen změnilo mé priority a možnosti sebeuplatnění. Stále hodně cvičím a mám radost z každého dalšího posunu k větší soběstačnosti.



Protože jsem pravák a nyní ovládám jen částečně levou ruku, jsou všechny manuální činnosti pro mě velkou výzvou. A jednou z nich, do které jsem se pustila, je i malování a podobné aktivity. Myslím, že výsledky odpovídají mému handicapu ☺, snažím se ale v nich vyjádřit své pocity a moc mě to baví. Zkouším různé techniky a hledám způsob, který bych zvládla sama. Zcela bez asistence se ale neobejdu, třeba s malováním na hrníčky mi pomáhá mamka, která přenáší moje návrhy do konečné podoby. Je moc příjemné vidět, že dokážu něco vytvořit a pokud se to líbí i někomu jinému, je to pro mě velká odměna.

Práci, kterou jsem dělala před úrazem, samozřejmě vykonávat nemohu, ale protože mě sociální oblast hodně naplňovala, jezdím alespoň jako dobrovolník za seniory do Domova seniorů v Náměšti na Hané. Dál se zajímám o dění kolem sebe, jezdím do divadla, na koncerty, do přírody, trávím čas s rodinou a přáteli, kteří mi pomohli s návratem do nového života, za což jsem jim velice vděčná. Do budoucna mám spoustu plánů a pevně věřím, že i když ne všechny, alespoň některé se mi podaří uskutečnit.

EVA LUŽNÁ

Jmenuji se Eva Lužná, narodila jsem se a žiji s manželem a dcerou v Olomouci. Je mi 42 let.

V srpnu 2012 jsem po nešťastném skoku do bazénu utrpěla tříštivou zlomeninu krčních obratlů C5 a C6 a je ze mě kvadruplegička - ochrnutá od krku dolů. Po 9-ti měsíční rehabilitaci jsem se vrátila domů a zjistila jsem, že můj život postrádá nějakou činnost, kterou bych ukrátila svůj čas.

Má tehdy 6-ti letá dcera ráda vybarvovala omalovánky a já to chtěla zkusit také. Jenže mám ochrnuté prsty a nedokážu udržet a přitlačit na pastelky. Vzhledem k tomu, že mé prsty jsou neustále sevřené v pěst, vyzkoušela jsem do nich vložit fix o silném průměru. Najednou to šlo a měla jsem velkou radost. Po nějaké době, kdy jsem trénovala zápěstí, abych nepřetahovala předtištěné obrázky, jsem zatoužila po štětci. Nevěděla jsem, protože má tenký průměr, jak ho udržet. Nakonec pomohla obyčejná plastelína, kterou mi manžel na štětec připevnil, a hned jsem začala malovat. Zjistila jsem, že umím malovat jen jedním směrem, tak si musím obrázky neustále otáčet, také moc nezvednu ruce, takže vyšší obrázky musím malovat vzhůru nohama i tak může být maximální výška obrazů 80 cm. Maluji na polohovací posteli, kde mám větší stabilitu těla a nespadnu. Začínala jsem malovat nejprve na výkresy, potom jsem přešla na plátno. Začátek byly vodové barvy, potom temperry a teď začínám akryl.



Snažím se neustále zdokonalovat, ale každý můj obraz ať už ten první, nebo poslední je prostě můj a jsem šťastná, když ho dokončím.
Za to, že mohu malovat, vděčím celé své rodině a asistentkám, protože při práci potřebuji pomoc druhých, kteří mi doplňují barvy, vodu, a mění štětce.
V neposlední řadě i úklid, který zahrnuje umytí mých rukou až po lokty, obličeje a postele, protože štětce mi neustále padají a barvy jsou pak všude.

Mými motivy jsou květiny, které jsou pro mě velice pozitivní a můžu malovat nepřeberné množství druhů i vymýšlet různé barvy, protože příroda je velice rozmanitá.

Moje malby mi přinesly novou chuť do života a možná jsem inspirací i pro další takto handicapované osoby.



Krysa říká: *Obě dámy se nám zde představily z důvodů plánované výstavy jejich umělecké tvorby, na kterou jste všichni srdečně zváni a s největší pravděpodobností se uskuteční v prostorách Trendu 9. 10. 2019*

Výlet Kroměříž

Tentokrát jsme se vydali do Hanáckých Athén – města Kroměříže. Cílem bylo obdivovat krásy architektury a zahrad.

Naše první kroky směřovaly do Květné zahrady. Tam se nás ujala lektorka – paní Hana Poková. Dostali jsme mapky a domluvili se na čase, kdy se sejdeme, kdyby se někdo odpojil. Pak nás provedla Holandskou zahradou, kde jsme měli možnost přivonět k různým bylinkám a ochutnat hořký pelyněk, ze kterého se vyrábí řada léčivých směsí na žaludek a také alkoholický nápoj Absinth. V pomerančové zahradě jsme viděli, jak citrusy vypadají na stromech, prošli jsme se kolem kolonády, vyfotili se u Fontány Tritonů, viděli rybník s kapry a Králičí kopec. Průvodkyně nás seznamovala s historií zahrady a ochotně odpovídala na naše dotazy.

Květná zahrada nás okouzila. Jsme vděční za to, že je přístupná pro osoby se zdravotním postižením. Nechybí zde bezbariérové WC, ale hlavně velice vstřícný postoj k našim individuálním potřebám. Jsme rádi, že jsme mohli navštívit tak krásné místo.

Po prohlídce jsme si dali rozchod na náměstí a nakonec se v plném počtu a v pořádku vrátili domů. (LM)





Otův koutek

Výročí: 18. srpna 1830 se narodil František Josef I.

FJ vyrůstal ve Vídni. 2. prosince 1848 byl v Olomouci prohlášen za rakouského císaře. V dubnu 1854 se oženil se svou sestřenicí Alžbětou Bavorskou, zvanou Sissi.



Manželství ale nebylo příliš šťastné. V roce 1867 se nechal korunovat uherským králem. Císař sám byl velmi konzervativní a nesnášel novoty. Jeho prioritou bylo vyřizování písemností. Vstával ve čtyři hodiny ráno. Nebyl ušetřen ani osobních tragédií. Manželku mu zavraždil v roce 1898 v Ženevě italský anarchistu Luigi Lucheni a syn Rudolf se zastřelil 30. ledna 1889.

Po vraždě následníka trůnu v Sarajevu v roce 1914 vyhlásil císař Srbsku ultimátum a odstartoval tak první světovou válku. Zemřel v jejím průběhu 21. listopadu 1916 na zápal plic ve věku 86 let. Bez jedenácti dnů vládl 68 let. Monarchie ho přežila o necelé dva roky.

Recenze:

Most u Remagenu (The bridge at Remagen, USA, 1986, režie John Guillermin)

V předjaří roku 1945 se Spojenci probíjejí do Německa. Poslední překážkou je řeka Rýn. Němci vyhazují do vzduchu jeden most za druhým, často před zraky příjíždějících spojeneckých vojáků. Až 7. března narazí předsunutá americká jednotka u městečka Remagen na malý zázrak – neporušený most. Němci jej stále drží, protože na levém břehu Rýna je ještě 50 000 německých vojáků, pro něž je remagenský most jedinou nadějí na záchranu. Most je samozřejmě podminovaný, ale Američanům se podaří část náloží zneškodnit. Jakmile se ukáže, že žádní vojáci již nedorazí a na druhé straně se ukáží americké tanky, Němci most odpálí. Když se prach a kouř rozplynou, obě strany nevěří vlastním očím – most zůstal stát! Jeho středem totiž vedly koleje, které ho zpevnily, takže se nezlomil, ale jen nadskočil a dopadl zpátky na pilíře.

Američané prudkým útokem most ovládnou a začnou po něm přesouvat jednotky. Němci se jej snaží zničit bombardováním, ale nepodaří se jim to. Poškozený most se zřítí 17. března a pohřbí pod sebou 138 spojeneckých vojáků. Ale to už jsou Spojenci hluboko v Německu.

Film se natáčel v roce 1968 v Československu. Posloužil k tomu most v Davli. Ve filmu se objevili i čeští herci – Rudolf Jelínek a Vít Olmer. Přítomnost herců v amerických a německých uniformách se málem stala příčinou 3. světové války. Při okupaci v srpnu 1968 totiž sovětské jednotky dorazily i do Davle. Trochu inteligentní sovětský poručík ale nakonec pochopil, že se jedná o natáčení filmu.

Otakar Altman

Krysa říká: *Normálně by v tomto místě následoval fejeton, **ALE** místo toho se můžete zabavit několika vtipy, které jsou **snad** lepší, než Otovy „nenovinky ze socialistické oblasti“, ačkoliv je možná již znáte:*

Značka "parkování pro handicapované" neznamena, že zde mohou parkovat tělesně handicapovaní, znamena to, že tam parkuje Chuck Norris a pokud tam zastavíte, udělá z Vás tělesně handicapovaného.

Malý vozíčkář dostal ve škole poznámku: „Soustavně nechodí do školy.“

Zlobí se vykradený vozíčkář: „Já si na ty parchanty došlápnu!“

Vždy šel ostatním příkladem, než skončil na kolečkovém křesle.

„Mám sice ochrnutou celou dolní část těla, ale to přesto neznamena, že nevytáhnou paty z domu,“ brání se v hospodě vozíčkář.

Přijde takhle do ordinace duch a říká vyděšenému lékaři:

"No co co? Povídal jste přece, že se mám přijít za čtrnáct dní ukázat!"

Velice proslulý psychiatr si dal na dveře cedulku: "Vstupte v každém případě!!! Máte-li nějakou starost, nebo problém, poradím vám za pět set korun. Nemáte-li žádný problém, dám vám tisíc korun, když mi povíte, jak to děláte!"

Lékař se ptá pacienta: "Dodržel jste moji radu a jedl jste přesně to, co jí průměrné dvouleté dítě?"

Pacient: "Ano. Měl jsem kus omítky, papír, dvoukorunu, korálek, žízalu a hrst písku."

Dědeček končí léčení v lázních kontrolou u lékaře. Když odchází, ptá se ve dveřích:

"Pane doktore a můžu ještě milovat?"

"Ano, dědečku, ale už jenom svou vlast!"

Přijďte mezi nás i o prázdninách

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

s paní Věrkou Schmidovou, fyzioterapeutkou
na vozíčku

Kdy: 15. 8., 29. 8. a 12. 9. 2019 od 13:00 – 14:30

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Přihlášky a další informace: Ludmila Macková
email volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 734 442 040.



Svépomocná skupina klientů Spolku trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte společně sdílet a popovídat si.

Téma svépomocné skupiny: volné,
podle potřeb a požadavků klientů.

Na setkání se těší Jana Dubová

**Termín: Středa 21. srpna 2019 od
13:30 do 14:30.**

**Místo konání: Učebna Spolku Trend
vozíčkářů Olomouc, Lužická 7**

Přihlášky a bližší informace: dubova@trendvozickaru.cz, 731 501 388



Tančírna v Centru pohybu s Lenkou Fasnerovou!

Kdy: 20. 8. 2019 od 16:00 - 18:00

Kde: Centrum pohybu, Sokolská 7

Zveme Vás na ukázkovou lekci LINE DANCE na vozíku, zvládneme jednoduché tance a choreografie, výhodou line dance je, že nepotřebujete partnera, tančí se na různé styly hudbylatina, salsa, polka, country atd...

Akce je pro všechny bez ohledu na postižení a taneční zdatnost. Jsou zváni chodící, s berlemi, vozíčkáři na mechanických či elektrických vozících. Přijďte si prostě zatančit.

Vstup zdarma.

Přihlášky a další informace: Ludmila Macková email volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 734 442 040.

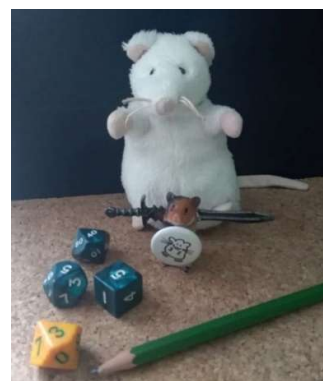


Dračí doupě (druhý termín, nový příběh)

Kdy: 21. 8. 2019 cca 15:30 – 19:00

Kde: učebna Trendu, Lužická 7

Vžijte se do role válečníků, kouzelníků, lupičů, elfů, barbarů, trpaslíků či hobitů a přidejte se do **nového** příběhu ve fantasmagorickém světě, kde je téměř vše možné.



Krysa říká: Nahlaste, **prosím**, svou účast na mail drtil@trendvozickaru.cz nebo krysa@trendvozickaru.cz, třeba hned, nebo do 20.8 ☺ V případě malého zájmu (méně jak 3 lidé) se akce i aktivita celkově ruší...

Šachy v Trendu

Kdy: 2. 9. 2019 14:00-16:00

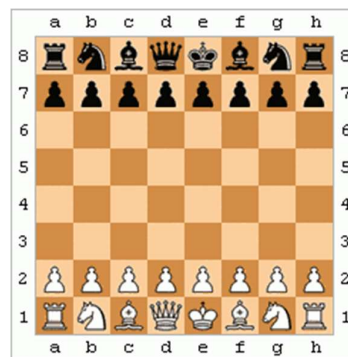
Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Do 1. 9. 2019 se, prosím, přihlaste, abychom zajistili šachovnice.

Kontakt: Ludmila Macková

volnocasovky@trendvozickaru.cz

nebo tel.: 734 442 040.



Trénink paměti

Kdy: 3. 9. 2019 14:00-15:30

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů

Mozek nesmí ani v létě zahálet, a proto si přijďte procvičit svou paměť a rozpohybovat své mozkové závitky při plnění nejrůznějších úkolů. Na pravidelných setkáních si kromě praktických cvičení také vysvětlujeme, jak paměť a mozek funguje, a zkusíme různé pomůcky, jak si paměť zlepšit. Na setkání se těší Kateřina Šindelářová.



Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu se hlase na e-mail soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670

Arteterapeutické setkání

Na dalším arteterapeutickém setkání se vrhneme na společnou kresbu beze slov a vyzkoušíme si techniku automatické kresby.

Kdy: Středa 11. září 2019 od 13:30 do 15:00.

Místo konání: Učebna Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7



Přihlášky a bližší informace: dubova@trendvozickaru.cz, 731 501 388

Filmový klub: Než jsem tě poznal

Kdy: 17. 9. 2019, 14:00 - 16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Louisa Clark (Emilia Clarke) je dívka z malého města, jejíž život se nachází ve slepé uličce. Oproti tomu Will Traynor (Sam Claflin) je úspěšný mladý muž, který svůj život miluje. Vše se změní po těžké nehodě, po které je Will upoután na invalidní vozík. Najednou nemá žádný důvod dál žít, dokud nepotká Louisu, kterou na šest měsíců najme jako svoji pečovatelku. Louisa je ale pevně rozhodnuta mu dokázat, že rozhodně stojí za to žít. Podaří se jí to?



Výzva: Chtěli byste se podělit o svůj oblíbený film s ostatními? Máte tip na dobrý film do filmového klubu? Ozvěte se na email volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 734 442 040. Těšíme se!

Hudební setkání s prvky muzikoterapie

Kdy: pondělí 23. 9. 2019 14:30-16:00

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů

Zveme Vás na hudební setkání s panem Jiřím Ondruškem po prázdninové pauze, kde se budeme věnovat hudbě ve všech směrech – budeme zpívat, hrát, tvořit, poslouchat i nahrávat. Vlastní nápady na písničky na přání jsou vřele vítány.



Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu se hlase na e-mail soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670

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. a Anna K.

Datum vydání: **14. 08. 2019**, Počet výtisků: +-80

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **2. září 2019**

Shrnutí

15. 8. – Čchi-kung

21. 8. – Svépomocná skupina klientů

21. 8. – Dračí doupě

29. 8. – Čchi-kung

02. 9. – Šachy

03. 9. – Trénink paměti

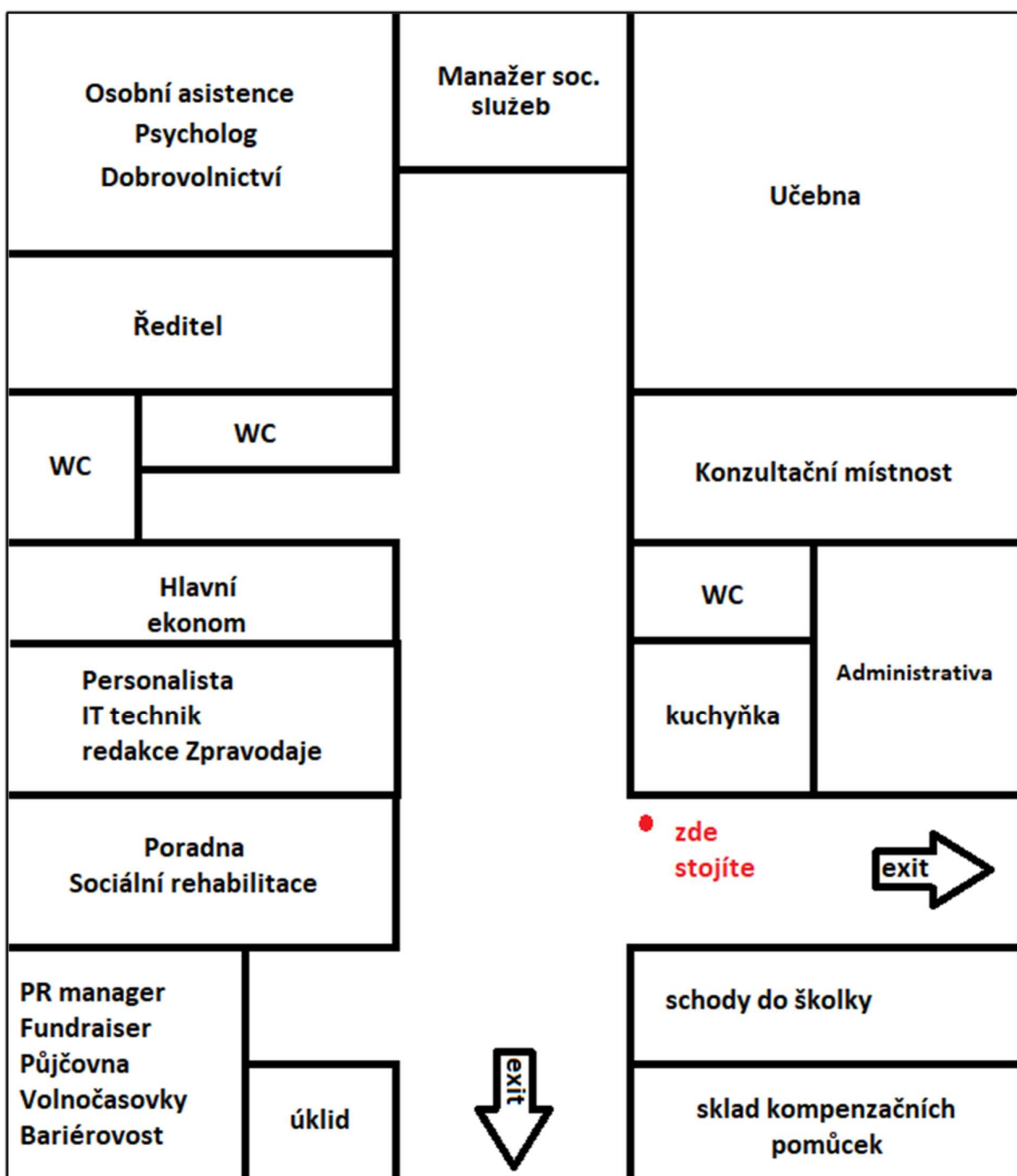
06. 9. – Oslava

11. 9. – Arteterapeutické setkání

12. 9. – Čchi-kung

17. 9. – Filmový klub

23. 9. – Muzikoterapie



Krysa říká: Pro Vaši lepší orientaci v prostorách Trendu jsme se pokusili zpracovat na vytvoření aktuálního situačního plánu, kde kdo sedí 😊