



# TRENDY

zpravodaj  
Trendu vozíčkářů



## Informace z Trendu

### Vážení čtenáři.

Troufám si říci, že v loňském pracovním roce jsme v call centru a zaměstnávali 25 osob se se ZP), z nichž 3 osoby jsme pracovní místo, které vzniklo Veolia a Nadace ČEZ.



roce se nám dařilo. Na digitalizaci jsme ke konci roku zdravotním postižením (dále jen zaměstnali na nově vzniklé díky podpoře Nadačního fondu

V rámci digitalizace jsme vypsalí projekty, ve kterých jsme se snažili o rozšíření nabídky digitalizačních prací zakoupením velkoplošného skeneru Atlas S 22, který nám umožňuje kvalitní zpracování kronik a knih až do velikosti formátu A2. V této návaznosti jsme plánovali kompletně zbudovat nové pracovní místo, kde bychom mohli zaměstnat další osoby se ZP. A to se podařilo na 100%.

**Projekt „Digitalizace kronik – uchování kulturního dědictví pro další generace“** získal od **Nadačního fondu Veolia** finanční podporu ve výši 130.000,- Kč (<http://www.nfveolia.cz/>). Slavnostní předání šeku se konalo na radnici v Olomouci. Příspěvek byl použit na částečnou úhradu velkoplošného skeneru a vznik nového pracovního místa.

**Nadace ČEZ** přispěla do projektu částkou 80.000,- Kč (<http://www.nadacecez.cz/>). Díky této podpoře jsme dofinancovali nákup skeneru a vybavili pracoviště novou PC technikou, ke které jsme zakoupili 2 LCD monitory s profesionálním grafickým rozlišením pro věrné zobrazení skenovaných materiálů, multifunkční laserovou tiskárnu s ručním skenerem a pracovní stůl pro umístění skeneru, který se zhotovoval na míru potřebám obsluhujících pracovníků, kteří se pohybují na invalidním vozíku. Stůl má speciální povrchovou úpravu zamezující odlesku světla lamp skeneru. Na pracoviště jsme zakoupili polohovatelné zdravotní křeslo, které umožní pohodlné sezení v průběhu pracovní doby pro pracovníky s různými fyzickými handicap.



V současné době díky realizaci projektů můžeme nabízet ucelenou řadu digitalizačních prací a vytvářet pracovní uplatnění pro osoby se ZP. Jejich prací přispějeme k uchování kulturního bohatství a historie na území Olomouckého a Moravskoslezského kraje. Doposud jsme zdigitalizovali na 450 kronik z více jak 200 obcí.



**Iveta Macháčková – sociální pracovník call centra**

### **Darujte radost a pomoc spolu s námi!**

Spolek Trend vozíčkářů Olomouc ve spolupráci s hypermarketem Globus Olomouc by rád pomohl jednomu z Vás! Tíží Vás handicap a máte problémy s mobilitou? Pak jednomu z řad klientů, veřejnosti uděláme radost a pomůžeme překonat bariéry, se kterými se denně kvůli handicapu potýká.

Hledáme vhodného kandidáta, kterému věnujeme elektrickou tříkolku na principu elektrického vozíku a skútru. Pokud Vy nebo někdo z okolí potřebujete tuto pomoc, neváhejte nás kontaktovat!

Chcete nám dát svůj tip nebo někomu pomoci? Pak pište žádosti spolu s životopisem na mail [vozik@trendvozickaru.cz](mailto:vozik@trendvozickaru.cz) či poštou na sídlo organizace Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7, 779 00 Olomouc – p. Tomáš Helísek.

Protože obdarovaný bude vybrán pečlivě a chceme, aby daná tříkolka šla do správných rukou, je potřeba splnit následující podmínky:

- Majitel průkazu ZTP či ZTP/P
- Věk min. 18let
- Žadatel nesmí vlastnit již žádnou tříkolku či el.vozík
- Pokud v minulosti žádal o takovou kompenz. pomůcku zdravotní pojišťovnu, je potřeba vyjádření ZP/zamítnutí

Veškeré tyto náležitosti předloží při předávání tříkolky, následně poté dojde k podpisu darovací smlouvy a předání.

Přihlásit se je možné od 18. 2. 2016 do 14. 3. 2016, kdy je uzávěrka. Poté bude vybrán jeden kandidát a tříkolka mu bude předána zástupci Spolku Trend vozíčkářů Olomouc a Globus Olomouc.

**V Olomouci 2. 2. 2016**

**Tomáš Helísek - PR manager, fundraiser**





**VÍTE O NĚKOM, KDO SI  
ZASLOUŽÍ NAŠI POMOC ?**

**DARUJME  
SPOLEČNĚ  
POMOC A  
RADOST**



**CHCEME  
POMOCI  
JEDNOMU Z VÁS**

**VÍCE INFORMACÍ  
NALEZNETE NA**

WEBU [www.trendvozickaru.cz/aktuality](http://www.trendvozickaru.cz/aktuality)  
FACEBOOKU <http://on.fb.me/1P3dr1O>

SPOLEK  
**Trend**  
VOZÍČKÁŘŮ OLOMOUČ



**S TRENDEM JDE VŠECHNO LÉPE !**

# Pracovní terapie

## Zdobení ubrouskovou metodou



V pondělí **21.3.2016** od **14h** do **17h** si v pracovní terapii pomoci ubrouskové metody nazdobíme vajíčko, podtácek, krabičku, .... Tato metoda je velmi jednoduchá s krásným výsledkem.

Srdečně zvou nejen uživatele sociální rehabilitace, ale všechny uživatele sociálních služeb Trendu vozíčkářů v Olomouci.

**Na setkání s Vámi se těší Kamila Zábojová**

## PRACOVNÍ TERAPIE

### Příprava domácího chleba a zeleninového pickles





V pondělí **18. 4. 2016** Vás srdečně zvou **od 14h do 17h** na pracovní terapii, která se bude konat v prostorách Spolku Trend vozíčkářů na ulici Lužická 7 v Olomouci.

Připravíme a upečeme si **KVÁSKOVÝ CHLÉB**. Seznámíme se s přípravou kvásku, a také si vyrobíme **ZELENINOVÉ PICKLES**.

Srdečně zvou nejen uživatele sociální rehabilitace, ale všechny uživatele sociálních služeb Spolku Trend vozíčkářů v Olomouci.

**Na setkání s Vámi se těší Kamila Zábojová a Jana Měrková**

**Bližší informace:**

**Bc. Kamila Zábojová**

**sociální pracovnice služby sociální rehabilitace, půjčovny kompenzačních pomůcek**

**a volnočasových aktivit**

**soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz , volnocasovky@trendvozickaru.cz,**

**pujcovna@trendvozickaru.cz**

**mobil: 734 442 040**

### **Sociálně-právní poradna informuje**

**ČSSZ provozuje tři specializovaná call centra. Lidem poradí každý pracovní den**

Nejvíce lidí se v loňském roce obrátilo s dotazem na call centrum pro důchodové pojištění, které k 31. 12. 2015 uskutečnilo celkem 218 497 hovorů. Ze tří call center České správy sociálního zabezpečení (ČSSZ) se tak stalo tradičně nejvytíženějším. Call centrum pro nemocenské pojištění vyřídilo ke stejnému datu 78 487 hovorů, a call centrum technické pomoci pak 33 614 hovorů.

Ve srovnání s rokem 2014 bylo na lince „důchodového“ call centra (tel. 257 062 860) vyřízeno o 18 455 telefonátů více. S tím, že více než třetina uskutečněných hovorů se v roce 2015 týkala poradenství ohledně výplat důchodů a důchodových nároků. Call centrum pro důchodové pojištění začalo služby poskytovat od července 2002.

**Nemocenské pojištění „na telefonu“**

Klienti, kteří oslovili call centrum pro dotazy z oblasti nemocenského pojištění (tel. 571 811 081), nejčastěji požadovali konkrétní informace o svých nemocenských dávkách. Obecné dotazy ohledně nároků na nemocenské dávky, mezi které nejčastěji patří nemocenské, peněžitá pomoc v mateřství a ošetřovné, tvořily druhou nejpočetnější skupinu dotazů. Počet konzultací po telefonu ve srovnání s rokem 2014 zůstal na stejné úrovni. Provoz call centra pro oblast nemocenského pojištění byl zahájen v prosinci 2009.

Technická pomoc pro elektronickou komunikaci. S rostoucím počtem klientů, kteří s ČSSZ komunikují elektronicky, stoupá i počet dotazů na specialisty call centra technické pomoci eSlužeb (tel. 585 708 290). Ti v průběhu roku 2015 odbavili 100 tisíc telefonát (v listopadu) od založení call centra v červenci roku 2011. Lidem nejčastěji poradili s elektronickým podáním



formulářů, nebo při využívání služeb ePortálu ČSSZ. Pracovníci call centra klientům rovněž pomáhají s elektronickými podpisovými klíči a vysvětlují jim otázky technického charakteru.

Call centra jsou obecně nejvytíženější zhruba v období od listopadu do února. Dnem, kdy se na ně lidé nejčastěji obracejí, je pondělí.

Call centra jsou klientům k dispozici všechny pracovní dny, v těchto hodinách:

| Call Centrum   | Důchodové pojištění | Nemocenské pojištění | Technická pomoc |
|----------------|---------------------|----------------------|-----------------|
| <b>Pondělí</b> | 8:00 - 17:00        | 8:00 - 17:00         | 8:00 - 17:00    |
| <b>Úterý</b>   | 8:00 - 15:30        | 8:00 - 14:30         | 8:00 - 15:00    |
| <b>Středa</b>  | 8:00 - 17:00        | 8:00 - 17:00         | 8:00 - 17:00    |
| <b>Čtvrtek</b> | 8:00 - 15:30        | 8:00 - 14:30         | 8:00 - 15:00    |
| <b>Pátek</b>   | 8:00 - 14:00        | 8:00 - 14:00         | 8:00 - 14:00    |

Více na: <http://www.cssz.cz/cz/o-cssz/informace/call-centra/>

Převzato z: [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz)

### **Termín výplaty důchodu letos mění jen den upálení mistra Jana Husa**

Velký pátek ani Velikonoční pondělí výplatní termíny důchodů nemění. Jen jeden výplatní termín důchodů změní letošní červencové státní svátky. Důchody, které mají být vyplaceny ve středu 6. července, tedy v den, na který letos připadá státní svátek spojený s výročím upálení mistra Jana Husa, budou vyplaceny o den později, tedy ve čtvrtek 7. července.

Letos se kvůli státním svátkům, dnům pracovního klidu a svátkům, které stanovuje zákon č. 245/2000 Sb., o státních svátcích, mění pouze jeden výplatní termín důchodů. Změna výplatního termínu se týká pouze dávek důchodového pojištění, tedy důchodů starobních, invalidních a pozůstalostních.

Důchody vyplácí ČSSZ buď bezhotovostním převodem na bankovní účet klienta, nebo v hotovosti prostřednictvím České pošty na adresu bydliště. Občan si volí způsob výplaty důchodu při podání žádosti o dávku důchodového pojištění s tím, že kdykoliv později může požádat ČSSZ o změnu. Důchody se vyplácejí dopředu, a to v pravidelných měsíčních lhůtách. Výplatní termíny důchodů vyplácených ČSSZ jsou sudé dny od 2. do 24. dne v měsíci. ČSSZ zajišťuje i výplaty důchodů do ústavů sociální péče s celoročním pobytem. Do těchto zařízení sociálních služeb se důchody vyplácejí 15. den v měsíci.

ČSSZ k 29. 2. 2016 provedla 1 655 982 výplat důchodů na osobní účty klientů a prostřednictvím České pošty vyplatila 1 157 438 důchodů. 35 238 výplat bylo provedeno do zařízení sociálních služeb.



Převzato z: [www.mpsv.cz](http://www.mpsv.cz) a pro Trendy zpravodaj upravila Martina Brožová

### Zajímá vás box a jste na vozíku?

Handicapovaným zájemcům o parabox se otevírají nové možnosti trénování v dalších boxerských centrech. Pokud máte zájem aktivně provozovat tento atraktivní a rozvíjející se sport nebo si jen zatrénovat pod vedením zkušených trenérů a zlepšit si svou kondici, máte možnost v Olomoucké boxerně.



**česká  
PARABOXERSKÁ  
asociace**

#### **Olomouc:**

**Adresa: Na Letné 452, Olomouc, PSČ: 779 00**

**Předseda z.s.: Štefan Kortiš**

**Email: [gambare@centrum.cz](mailto:gambare@centrum.cz)**

**Mobil – (+420) 603 819 047 WEB: [www.gambare.cz](http://www.gambare.cz)**

### **Jste handicapovaní, chcete opět sportovat a nemáte finance na vybavení?**

Jako ambasador projektu Nezastavitelní bych vám rád představil novou možnost, jak pomoci handicapovaným lidem vrátit do života radost z pohybu. Projekt Nezastavitelní přináší Birell a volně navazuje na velice úspěšný projekt Birell jízda, díky kterému v předchozích dvou letech získali hendikepovaní zájemci o aktivní život speciální sportovní vybavení celkem za více než 1 000 000 Kč.

Projekt Nezastavitelní umožní dalším handicapovaným lidem vrátit znovu pohyb do jejich života. Být Nezastavitelný znamená žít sportem navzdory svému handicapu, překonávat vlastní limity, sáhnout na dno svých sil a pokračovat dál, i když už dochází síly. Nezastavitelní se svým handicapem nenechají zastavit ani zpomalit.

Díky projektu Nezastavitelní mohou handicapovaní získat potřebné vybavení pro svůj oblíbený sport, ať už jde o běh, cyklistiku, kanoistiku, lyžování a další sporty. Například handbike, aktivní vozík, monoski apod. Prostě cokoli, co jim chybí k tomu, aby mohli dělat sport, který milují, ale nemají na to potřebné finance.

Nezastavitelní nejsou sbírka. Cílem je motivovat zdravé i handicapované, aby žili aktivně a přitom pomohli potřebným. Proto budou lidé během celého roku přispívat pouze svým pohybem. Ten promění Birell na peníze, za které se nakoupí potřebné vybavení.



Sám si pamatuji svoji touhu vrátit se navzdory svému handicapu ke svým milovaným sportovním aktivitám. Žít tak jako před úrazem. Díky odhodlání, nadšení pro sport a nezištné pomoci ostatních se můj sen naplnil. Podobnou zkušenost mají i účastníci předchozích dvou ročníků Birell jízdy, kteří už nyní sportují a jsou Nezastavitelní.

Věřím, že kolem nás je spousta příběhů, jejichž hrdinové si zaslouží být součástí Nezastavitelných. Informujte je o tom, že mohou zase žít aktivně a sportovat.

Stačí se do našeho projektu Nezastavitelní přihlásit do 29. února. Více informací najdete na webových stránkách <http://www.vpohybu.cz/birelljizda/o-projektu>  
Těším se, že společně pomůžeme nastartovat další Nezastavitelné...

**Jiří Ježek, ambasador projektu Nezastavitelní**

## **„ŘEKNI TO PO SVÉM“ A ZÍSKEJ 100.000KČ**

Kreativní výzva pod názvem „Řekni to po svém“ oslovuje všechny mladé lidi, aby využili jim blízké moderní „reklamní“ formáty k oslovení veřejnosti a propagaci rovnocenné komunikace a soužití s lidmi s různým typem zdravotního postižení. Mediální díla z oblasti grafiky, audio i videotvorby mohou od 1. dubna do 13. května vkládat do galerie na stránkách projektu [www.chodicilide.cz](http://www.chodicilide.cz), kde je bude moci shlédnout a ohodnotit „lajky“ široká veřejnost.



CHODICILIDE.CZ

„V reklamě, a v sociální kampani především, je nejdůležitější dobrý nápad. Nejúspěšnější jsou tady díla, která dokáží zaujmout, pobavit, provokovat. Jedině tak dokážeme zapůsobit tak silně, aby lidé změnili svůj postoj a svoje chování,“ říká manažerka projektu chodicilide.cz Slávka Hocká. „Mnozí mladí lidé mají na svět svůj jasný názor, umí věci trefně formulovat a hravě si poradí s moderními formáty a technologiemi. My jim teď chceme dát šanci, ať se vyjádří po svém,“ dodává.

Výzva je určena především pro mladé lidi, jednotlivce i skupiny, bez ohledu na to, zda mají nebo nemají zkušenost s postižením. Ideální je pro **studenty, kteří se chtějí vyjádřit, něco naučit a možná tak odstartovat svou budoucí kariéru. Pro odbornou porotu** bude rozhodující především originalita nápadu a síla sdělení, významná bude i účinnost sdělení prověřená počtem „lajků“ v galerii.

Kreativitě se meze nekladou. „Vymysli a navrhni billboard, inzerci, plakát, banner, TV spot, videoklip nebo třeba virál, který pomůže zbořit bariéry mezi námi!“ říká zadání. Každý týden po dobu trvání soutěže nominují členové odborné poroty 3 nejpůsobivější příspěvky do boje o odměnu 100 000 Kč.

**Výsledky výzvy se budou vyhlašovat v rámci Mezinárodní filmového festivalu v Karlových Varech** – kromě odměny za nejlepší dílo, bude možné získat i několik cen poroty. Navíc se autoři nejúspěšnějších výtvorů stanou součástí týmu projektu chodicilide.cz a budou moci spolupracovat i na dalších aktivitách této sociální kampaně.

Výzva „Řekni to po svém“ je jednou z aktivit projektu chodicilide.cz, který už od roku 2011 usiluje o změnu postoje veřejnosti k lidem se zdravotním postižením. Více informací na [www.chodicilide.cz](http://www.chodicilide.cz) a [www.facebook.com/chodicilide.cz](https://www.facebook.com/chodicilide.cz).

PROJEKT  
  
NADACE  
SIRIUS

Realizátorem projektu je Nadace Sirius. Cílem Nadace je pomáhat dětem, které neměly v životě štěstí. Nadace hledá systematická a účelná řešení problémů dětí s důrazem na



jejich prevenci. Maximálně využívá české a mezinárodní zkušenosti a příklady dobré praxe, spolupracuje s předními odborníky. Za dobu svého působení od roku 2008 podpořila částkou téměř 170 milionů korun řadu projektů zaměřených na ohrožené rodiny a děti. Více informací na [www.nadacesirius.cz](http://www.nadacesirius.cz).

Kampaň už tradičně prezentují sami mladí lidé s postižením, tentokrát je to Ondra, Lukáš a Veronika.



### **Lukáš**

23 let, Brno

Po úrazu na motorce se Lukášovi změnil život. Dnes hraje profesionálně vozíčkářský basketbal za vídeňský tým, pracuje jako grafik v rodinné firmě, je ženatý a vyvíjí elektromotorku, kterou by mohli řídit lidé s tělesným postižením. Kromě toho ho baví hudba – nahrál vlastní rapové album.

### **Veronika**

25 let, Brno

Veronika pracuje jako sociální pracovník, kde vymýšlí programy pro neslyšící. Studuje JAMU, obor divadlo a výchova. Ráda cestuje na vlastní pěst, baví jí jóga, plážový volejbal, plavání, badminton a squash. Jejím největším cílem je organizovat workshopy pro slyšící a neslyšící, aby měly obě skupiny možnost více splynout.



### **Kuba**

18 let, Praha

Po maturitě na gymnáziu by chtěl Kuba studovat jazyky, aby se v budoucnu mohl stát tlumočnickem. Kromě angličtiny, francouzštiny, němčiny a latiny ho baví ještě literatura. Naopak blízká mu není matika a fyzika. Rád sportuje a miluje hudbu, oslovuje ho hlavně blues a jazz. Po večer vystupuje ve vinárnách, kde hraje na saxofon nebo harmoniku.

**Zdroj: [chodicilide.cz](http://chodicilide.cz)**

## Nový projekt Kauflandu - Pohodlný nákup pro vozíčkáře

Společnost Kaufland Česká republika odstartovala v prosinci roku 2015 nový projekt, který umožní pohodlné a příjemné nakupování i našim tělesně postiženým spoluobčanům. Do všech prodejen Kaufland po celé republice budou postupně instalovány nákupní vozíky pro zákazníky, kteří se pohybují na invalidním vozíku.

Nákupní vozík je speciálně konstruován a upraven tak, aby se dal jednoduchým způsobem upnout k invalidnímu vozíku. Svou výškou a tvarem je zároveň přizpůsoben omezeným možnostem dosahu člověka upoutaného na vozík a umožňuje mu pohodlnou manipulaci s nakupovanými potravinami.



*„V současné době jsou speciální nákupní vozíky instalovány ve 27 prodejnách Kaufland. Do jara 2016 bude mít takový vozík každá naše prodejna,“* řekl Michael Šperl, vedoucí oddělení mediálního marketingu a distribuce.

Společnost Kaufland Česká republika již několik let spolupracuje s organizací Centrum Paraple, které pomáhá lidem na vozíku po poškození míchy zvládnout těžkou situaci a vrátit se plnohodnotně zpátky do života. Společnost Kaufland konzultovala technické provedení speciálního nákupního vozíku s klienty i terapeuty Centra Paraple. Po odstranění drobných konstrukčních nedostatků pak klienti Centra Paraple nákup s tímto nákupním vozíkem úspěšně testovali v Kauflandu v Třeboni, který byl první prodejnou, kde byl tento speciální vozík instalován.

**Kristýna Šmejkalová**

### Terapie nakloněné postele

O tomhle jste určitě ještě neslyšeli. Přitom jde o naprosto přirozenou věc, která nestojí ani korunu a pomáhá na řadu nemocí.

**Je to jednoduché zvednete konec postele kde máte hlavu o první týden o 6cm a další týden o 15cm a to je vše.** Využijete zcela zdarma přirozené zemské gravitace a její zásadní roli pro krevní oběh a další životně důležité funkce lidského těla s tím souvisejících.

### Terapie působí na tyto problémy

- Zlepšení krevního oběhu a celkového zdraví
- drastické snížení krevních zánětů

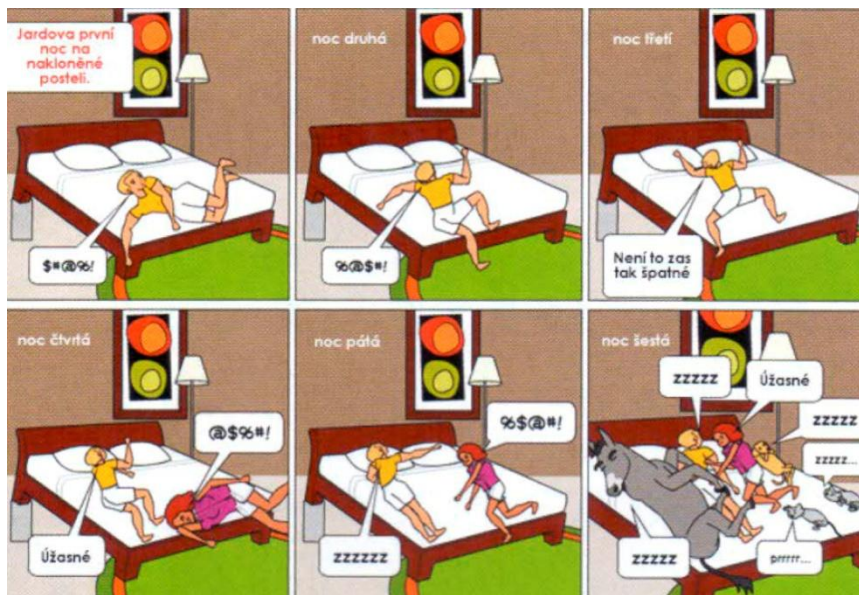
- mizení křečových žil
- rychlejší regenerace po fyzické námaze
- zlepšení roztroušené sklerózy a parkinsona
- poranění míchy získává zpět své funkce
- zlepšuje se pohyblivost končetin
- bolesti zad mizí letitě i opakující se
- migrény ustupují
- osteoporóza mizí
- nespavost také odejde
- studené ruce a nohy
- zlepšení krevního cukru
- otoky tváře po ranním vstávání

Objevitel **Andrew K. Fletcher** už téměř 20let prosazuje, že umístění dětí v šikmé postýlce by zcela eliminovalo náhlé úmrtí dítěte.

Tato léčba začala již 5tisíc let nazpátek ve starém Egyptě a možná ještě dříve. Vše co k tomu potřebujete jsou podložky pod nohy postele.

Po aplikaci se hned podívejte ráno do zrcadla, zmizely Vám otoky obličeje a kruhy pod očima? Zmizela Vaše ranní únava? Gravitace má totiž neuvěřitelné zdravotní benefity pro lidské zdraví! A to vše díky tomuto jednoduchému postupu **IBT (Inclined Bed Therapy)**.

První den nebo dva se Vám to třeba moc nebude líbit, ale do týdne si zvyknete a nebudete chtít již spát jinak!



**Zdroj: [inclinedbedtherapy.com](http://inclinedbedtherapy.com)**

## Český vozík do terénu i do města – dostupný všem? Proč ne!

Jó, až někdy vykradu banku... Svět je plný technologických vymožeností pro hendikepované, ale řekněte, kdo na ně má? U podobného povzdechu však nezůstali dva mladíci, kteří s energií jejich věku vlastní začali pracovat na Projektu Alfa. Tento název připomínající reálie ze sci-fi filmu skrývá snahu zkonstruovat elektrický pásový vozík, který by umožnil majiteli svobodný pohyb ve městě i v terénu.

Osmnáctiletý Lukáš Zadražil, jeden z autorů projektu, o myšlence postavit takovou „mašinu“ začal uvažovat v době, když jeho otci kvůli nemoci amputovali druhou nohu. „Beru to jako morální povinnost, zároveň mám možnost, jak mu nějak vrátit jeho péči a starostlivost o mě. Navíc, když jsem viděl ceny elektrických invalidních vozíků, zděsil jsem



se. Kromě toho se jedná pouze o vozíky na pevné cesty. Jakákoliv nerovnost terénu je velký problém,“ popisuje. Společně se svým spolužákem Michalem Matějčkem (22 let) ze Střední průmyslové školy v Táboře se pustili do výkresů a plánování.

Vozík s pracovním názvem Alpha by měl mít co nejlepší dojezd, rychlost až 40 km/h i maximální sklon stoupání. „Naopak se snažíme o co nejmenší váhu a rozměry vozíku (120 kg, šířka 70 cm, délka 120 cm) avšak tak, aby byla jízda stále pohodlná,“ podotkl konstruktér.

Vozík bude mít dva jízdní režimy:

Indoor (městský) – tento provozní režim by měl sloužit při pohybu po ulici a v budovách. Rychlost je snížena na 10 km/h proto, aby nedocházelo k nehodám

Outdoor (venkovní) – tento režim umožní výše zmiňovanou rychlost (až 40 km/h).

Vozík bude pohánět elektromotor, který bude možné řídit pouze jedinou páčkou. Nebude mít problém překonat 20 cm vysokou překážku a díky pasovému podvozku nebude problém zdolat i schody mírného stoupání.

Oba mladíci začínají vozík stavět v zámečnické dílně Michala Matějčka. K tomu se k nim přidali i další přátelé – podílející se na vývoji elektroniky, motorů, designu, pevnostních výpočtů a konstrukce. „O každou jednotlivou část se starají odborníci ve svých oborech. To, aby vše fungovalo dohromady, hlídá můj společník Michal. Spolupracujeme i s hendikepovanými lidmi, kteří nám předávají své zkušenosti a dávají nám zpětnou vazbu,“ přiblížil Lukáš Zadražil práci na vozíku.



Stanovil si i horní hranici ceny pro koncového uživatele, kterou by nechtěl překročit, a to 125 000 Kč bez DPH. Nelení a začíná také jednat s pojišťovnami o možné dotaci takových vozíků. V současnosti se pokoušejí vybrat finanční prostředky na vývoj a konstrukci prototypu prostřednictvím crowdfundingové kampaně na Startovači. Podpořit je můžete i vy. Třeba se tak stanete součástí projektu, který změní nastavená pravidla a skutečně umožní svobodný pohyb všem. Tito mladíci pro to mají síly i odvahu. Tak hodně štěstí!

**Projekt Alfa na facebooku:**

<https://www.facebook.com/lehkypohyb/>

převzato z: [www.vozickar.com](http://www.vozickar.com)

**Studentům vstup zakázán aneb Jak úžasnou životní dráhu jedné těžce tělesně postižené vozíčkářky odstartovala integrace...**

Jmenuji se Marie Harcubová, jsem postižená těžkou formou dětské mozkové obrny, spastickou kvadruparézou. Od deseti let jezdím na elektrickém vozíku, jsem úplně závislá na pomoci ostatních a můj životní příběh naprosto zásadně ovlivnila integrace.

Narodila jsem se hodně předčasně s váhou 1200 g. Kolem roku mi diagnostikovali nejtěžší formu dětské mozkové obrny, postižení všech čtyř končetin. Můj mozek se naštěstí vyvíjel v normě. Do rehabilitační školky mě mamka vozila 35 km denně, dva roky. Do předškolního oddělení mateřské školky jsem byla integrovaná mezi zdravé děti, z nichž většina byla mými spolužáky i na Základní škole. Nastupovala jsem do první třídy krátce po revoluci, v roce 1990, kdy byla obrovská euforie začleňovat postižené mezi zdravé, protože - Nejsme jako oni!, Nebudeme jako komunisti zavírat postižené do ústavů...! Všichni handicapovaní patří mezi nás!



To už je 25 roků...

A co o integraci říká moje mamka: *"Když moje dcerka Maruška nastupovala do mateřské školky v Harrachově mezi zdravé děti, nikdo nevěděl, jak to bude fungovat. Učitelky však byly úžasné. Hry opatrně a citlivě přizpůsobovaly holčičce, která nechodila a lezla pouze po čtyřech. Nikoho nebrzdila, děti se učily ohleduplnosti a laskavosti. Když při besídce hrály na hudební nástroje, ona ťukala svýma chromýma rukama do bubínku a všichni jsme slzeli dojetím, jak se integrace povedla.*

*A podobně vše pokračovalo na základní škole. Přestože s integrací neměl nikdo žádné zkušenosti, souhlasil okres, město, škola i skvělá paní učitelka. Maruška byla první úspěšně integrovaný žáček široko daleko. Plnila školní osnovy trochu pomaleji a kromě tělocviku byla klasifikovaná jako ostatní. Na druhém stupni seděli s Maruškou v lavici postupně tři osobní asistenti, vojáci "na civilce" a pomáhali jí. S chystáním pomůcek, se psaním delších textů, které Maruška nestíhala, s přenášením přes schody. Nikoho ze spolužáků postižená dívka nezdržovala a nebrzdila.*

*Roční studium ve Spojených Státech absolvovala ve třídě speciální pedagožky při High School ve Virginii, kde jsem s ní také seděla v lavici. Na obchodní akademii jsem ji vozila do Jablonce nad Nisou, zase mezi zdravé studenty. Nahrávala si přednášenou látku na diktafon a doma přepisovala a prepisovala a učila se. Seděla jsem s ní v lavici a pomáhala jí. Maruška maturovala s jednou dvojkou. Zase se integrace podařila skvěle."*

A výsledek vši té integrace či inkluze? Stala se ze mě žena, která sice stále nechodí, ale jinak je zdravá. Stala se ze mě překladatelka; přeložila jsem sedm knih z angličtiny a se dvěma jsem pomáhala. Také se ze mě stala cestovatelka; navštívila jsem 25 zemí na čtyřech kontinentech, a ještě aktivní bloggerka - píšu blog o buddhismu, druhý o cestování a jsem ambasadorka cestovatelského počítačového portálu <http://disway.org>



A posléze - myslím, že jsem slušný, laskavý a poctivý člověk, který je vděčný všem těm úžasným kantorům, osobním asistentům a hlavně mamce, že mi integraci umožnili. Ve svém třicetiletém životě jsem měla velkou kliku na skvělé lidi bez předsudků, na lidi inteligentní, kteří byli tak laskaví a věnovali mi pozornost.

Se skvělou učitelkou Lori z Colorada v USA jsem si nedávno na téma integrace dlouze povídala. Šla už do důchodu, ale předtím 34 roky učila a pracovala s dětmi se speciálními potřebami. Podělila se se mnou o svůj názor a dlouholeté zkušenosti. Přišla do styku s různými studenty - především samozřejmě zdravými, ale také s tělesně i mentálně postiženými, trpícími různými duševními poruchami, u těch starších i potýkajícími se s alkoholem či drogami...

### Co si myslíš o integraci, Lori?

Integrace v Americe funguje už léta velice dobře. Nedávno jsem měla znova šanci sledovat, jaké skvělé služby škola, kde jsem vypomáhala, poskytuje pro studenty se speciálními potřebami. Měli žáka na vozíku, jiného s vývojovou vadou, další byl s Downovým syndromem, jiný s mírným autismem. Zdravé děti měli povědomí o postižení spolužáka a jsou připraveni mu kdykoli pomoci. Podle mých zkušeností ho berou naprosto normálně.



Ptala jsem se studentů, co si myslí o integraci. Řekli mi, že mít mezi sebou spolužáka se speciálními potřebami jim nikdy nepřišlo nijak zvláštní, jiné či divné. Všichni se shodli na tom, že integrace je součástí běžného života. Každý žák by měl mít příležitost se učit společně s ostatními. Vstoupí si tak vlastnosti jako je trpělivost a tolerance. A hodnotu inkluze ocení poté i v dospělosti.

### Má každé dítě osobního asistenta?

Pokud je to nutné tak ano. Asistenta má dítě, které ho potřebuje, ať už se jedná o fyzickou nebo jinou pomoc. Každopádně se s dobrým plánem mohou všichni něčemu přiučit a prospěje jim to. Všeobecně se dá říct, že ve třídě je přítomen hlavní učitel a k dispozici má pomocného učitele/asistenta s potřebnou úrovní vzdělání, případně zdravotní certifikací.

### Oddělují se někdy žáci od sebe?

Od zbytku třídy se např. dítě s vývojovou poruchou odloučí pouze v případě, když se s pomocným asistentem jde učit praktické pracovní dovednosti, jako např. rovnání knihovny. Dítě se speciálními potřebami může být ve kterékoli třídě, kde může fungovat.

Máš pocit, že by žák s handicapem narušoval nějakým způsobem tvou výuku?

Za sebe mohu říct, že ne. Žák s handicapem ve třídě mou výuku nikdy nijak zásadně nenarušoval. Stačilo občas podle potřeby látku trochu upravit. Je to někdy těžší přizpůsobovat lekce někomu, kdo potřebuje individuální přístup a tempo, ale určitě ne nemožné. Příprava je někdy pracnější, ale dobrý učitel to zvládne.





Na větších školách v mém obvodu mají děti s různým postižením, např. mozkovou obrnu, postižení následkem úrazu a další. Osobně jsem se v poslední době setkala s dětmi, které trpěly posttraumatickým stresovým syndromem, úzkostí, bipolární poruchou, a dokonce jsem učila dítě se schizofrenií (jakkoli je tato porucha u náctiletých vzácná). Před sedmi lety jsem měla ve třídě kluka, který po nehodě zůstal na vozíku a byl úžasný. Spektrum diagnóz je velmi široké, ale u nás mohou studenti s různými problémy navštěvovat jakoukoli veřejnou školu.



Tolik učitelka Lori...

A ještě já, Maruška: "Poslední dobou stále dokola omílaná slova integrace a inkluze jsou pro mnohé lidi děsivým strašákem. Jako kdyby měla nastat invaze postižených, kteří se nahnou do škol a budou všude rušit, zdržovat a překážet těm chytrým a zdravým. Ono nás zas tak moc nebude. A nebojte se nás tolik, jsme lidé jako vy, jen občas potřebujeme trochu pomoci. Jsem příkladem integrovaného žáka od mateřské školky až po maturitu na obchodní akademii a věřím, že setkání se mnou nikomu neublížilo, ani ho nijak nepoškodilo.

A malý vzkaz pro vystrašené učitele: 'Kdybyste si náhodou nevěděli rady, jak na úspěšnou integraci postižených žáčků, zajedte se poptat úžasných kantorů na základku do Harrachova. Jsem jim moc vděčná, že mi dali šanci.'"

**Marie a Lída Harcubovi**

## **Karneval APA 2016 - Brána do říše divů**

Za zrcadlem aneb Alenka v říši divů je téma letošního Karnevalu APA. Loňský velmi zdařilý ročník tradiční akce katedry aplikovaných pohybových aktivit nasadil vysokou laťku. Organizátoři se však nezalekli a přichystali si pro návštěvníky spoustu novinek a zajímavý program. Vše se bude odehrávat 1. dubna 2016 v Regionálním centru Olomouc. Večerem vás provedou moderátoři Michal Chmelař a Michal Líčka z agentury Tapaza: Vzkazují, že to bude pecka, přijďte se přesvědčit na vlastní oči i uši. K poslechu, tanci a zábavě bude hrát New Street Band pod taktovkou Michala Vičara. V rámci programu se představí se svým baletním vystoupením Alenka v Říši divů tanečnice z Baletní školy Iriny Popové. Vystoupí také pořadající studenti v doprovodu, nebo spíše pod vedením, mažoretek GINA Brodek u Přerova. Generálními partnery akce je Fly United a Přepravana letiště s.r.o. V neposlední řadě se bude předávat několik cen. Do Síně slávy APA bude uvedena docentka Běla Hátlová z Univerzity Jana Evangelisty Purkyně za celoživotní přínos v oblasti aplikovaných pohybových aktivit. Zaměřuje se na vztah psychiky a pohybu a na problematiku využití aktivního pohybu v prevenci a léčbě psychických poruch a onemocnění. Komise složená ze zástupců katedry aplikovaných pohybových aktivit zvolí APAče roku, jehož jméno bude prozrazeno až na plese.

Vyhlašovat se bude i Cena ČAAPA (Česká asociace aplikovaných pohybových aktivit), kterou bude udělovat výkonný výbor asociace, a také nesmí chybět Král a Královna karnevalu za nejlepší masky. A na závěr této velké show přijde losování o ceny. Každá vstupenka je zároveň slosovatelný lístek, každý má šanci vyhrát i jen díky příchodu na karneval.



Ceny různého druhu i původu budou k mání, jistě se je na co těšit. Průběžné informace můžete sledovat na facebookové stránce Karneval APA. Lístky bude možné od 1. března zakoupit na sekretariátu katedry a v menze Neředín nebo objednániím na e-mailové adrese [apa.listky@email.cz](mailto:apa.listky@email.cz), s doručením na sjednaném místě. Už nyní si na této adrese můžete lístky rezervovat. Závěrem bych vás ráda jménem celého týmu organizátorů pozvala na Karneval APA s názvem Za zrcadlem aneb Alenka v Říši divů. Budeme se na vás těšit.

**Tereza Šedová, organizátorka Karnevalu APA**

**Zdroj: [www.apa.upol.cz](http://www.apa.upol.cz)**

#### **Inzerát:**

Prodám invalidní vozík MEYRA

Původní cena: 120 000 Kč nyní za 15 000 Kč

Petr Webr, Štěpánov u Olomouce, mob.: 755 708 451



**Napsali a nafotili pro vás:** Koutný Michal, Zábojová Kamila, Brožová Martina, Ivanová Alena, Langer Milan, Macháčková Iveta, Helísek Tomáš, Zrnka Tomáš, Altman Otakar, Štrajt Petr, Harcubová Marie, Harcubová Lída, Šmejkalová Kristýna, Šedová Tereza a svět internetu. **Graficky upravil:** Koutný Michal. **Distribuce a info s úsměvem:** Milena Březinová, Alena Třešková a Anna Koziolová.

**Datum vydání:** 14. 3. 2016 - Počet výtisků: 60

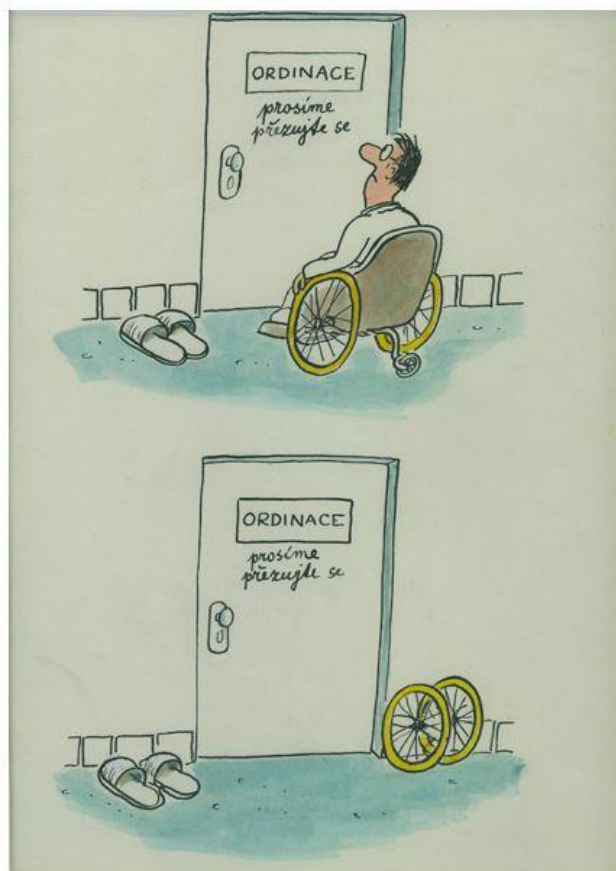
**Adresa redakce:** Spolek Trend vozíčkářů, Lužická 7, 779 00 Olomouc, tel: 585 431 984;  
email: [koutny@trendvozickaru.cz](mailto:koutny@trendvozickaru.cz)

**doplňek:** za obsah a jazykovou korekturu zodpovídá autor článku

**uzávěrka příštího čísla je 10. dubna 2016**



Na závěr roku troška humoru ;-)







# Benefiční koncert

na podporu Aktivačního centra – Jsme tady

Klub TEPLLO

Horní náměstí 9, Píerov

Jana Šelle

22. 4. 2016, 18.00



Získané finanční prostředky budou využity na zajištění provozu a rozvoje Aktivačního centra – Jsme tady, které je pro mladé dospělé a mládež s kombinovaným postižením. Získávají a prohlubují zde své vědomosti, dovednosti, schopnosti a návyky, které umožňují zlepšit kvalitu jejich života.



Arrhythmia

Vstupné 100,-Kč

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



**Jitro o.p.s.**

Vás srdečně zve do svých prostor na adrese  
Mozartova 43, Olomouc  
ve spolupráci s **CREDO o.p.s.**  
na již tradiční sobotní

# VELIKONOČNÍ JARMARK

**19.3. 2016 9<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup>**

ŘEMESLNÍCI · VÝTVARNÍCI · LIDOVÍ TVŮRCI i Cimbálovka.  
PŘINĚTE SI ZAZPÍVAT. POSEDET. OBČERSTVIT SE, POTEŠIT  
ZAKOUPIT JARNÍ DROBNOSTI NA VELIKONOČNÍ VÝZDOBU  
I DÁRKY PRO MRŠKUTNÍKY. KRASLICE. HRKAČE. OJENÍ  
POMLAŽKY. FIGURKY. KOŠÍKY. UBROVSKY. HRNCE  
ZA VAŠI PODPORU DĚKUJEME.

— 6115



# KARNEVAL APA

ZA ZRCADLEM, ANEB

## Alenka a Říšidmů

# 2016

Regionální  
centrum  
Olomouc

1.4.2016  
od 19:00

Vstupné  
Předprodej 149Kč  
Na místě 199Kč  
Aistenti 49Kč

Hlavní program



PARTNEŘI



**FLY UNITED**  
business travel and holidays