4 | 2020

ČASOPIS PRO INTEGRACI

mosty

VÁCLAV KRÁSA:

PODPORA OZP V ČESKU JE DÍKY NRZP ČR VĚTŠÍ NEŽ V OKOLNÍCH ZEMÍCH

MOSTY 04 | 2020 04
9 771805 956007

„Co řeknou, to platí“

Energie nechci moc řešit. Nebaví mě číst smlouvy, potřebuju prostě někoho, komu můžu věřit. Na ČEZ se můžu spolehnout, že nedělají žádné podrazy. Prostě co řeknou, to platí.

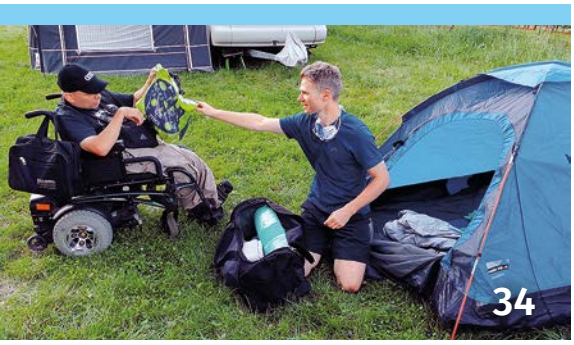
Přejděte k nám
800 900 700

JSME S VÁMI. SKUPINA ČEZ

EDITORIAL

Vážení čtenáři,
letošní čtvrté číslo dostáváte do rukou v době, kdy je asi většina z Vás již po dovolené a všichni se navracíme ke svým standardním povinnostem. Letošní dovolená byla v mnohém jiná, protože většina z nás ji trávila doma v České republice.
V Jízdárně Pražského hradu se 22. srpna uskutečnilo setkání k výročí 20 let činnosti Národní rady osob se zdravotním postižením ČR. Poblahopřát nám přišly významné osobnosti společenského života, podrobnosti najdete společně s fotografiemi uvnitř časopisu.
I během letních měsíců jsme měli spoustu práce. Jednali jsme s ministrem dopravy a průmyslu a obchodu panem Karlem Havlíčkem o dopravě osob na železnici, o dálničních poplatcích pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P, ale také o zvýšené rychlosti invalidních vozíků.
Začátkem října se uskuteční krajské a senátní volby a uvnitř časopisu naleznete návod, jak postupovat v případě, že Vy nebo Vaši blízcí budou zrovna v karanténě.
Opět se vracíme k tématu distančního výdeje léku na předpis, protože neustupující koronavirová epidemie ukazuje cestu, jak zajistit distribuci léků na předpis bez kontaktu s klienty.
Samozřejmě že i ve čtvrtém čísle najdete standardní rubriky a další zajímavosti.
Přeji Vám krásné podzimní dny.

Václav Krása
předseda NRZP ČR



OBSAH 4/2020

NRZP ČR SI PŘIPOMNĚLA 20 LET OD SVÉHO ZALOŽENÍ 14

Sabrina Plisková Václav Krása: Podpora OZP v Česku je díky NRZP ČR větší než v okolních zemích 4

Václav Krása Krajské a senátní volby se blíží 8

Michal Dvořák Čtyři ceny letos nestačily. Ve Zlíně se rozdalo pět cen MOSTY 9

Zdeněk Žižka Internetový výdej léků na předpis s doručením k rukám pacienta aneb sliby České lékárnické komory versus životní realita v době koronavirové karantény 10

Václav Krása, Michal Dvořák NRZP ČR si na Pražském hradě připomněla 20 let od svého založení 14

Veronika Okruhlicová Okénko do poraden NRZP ČR 18

Michal Dvořák Proměny ve vnímání OZP nelze dosáhnout ze dne na den, říká čerstvý držitel ceny Mosty Jan Uherka 20

Gabriela Novotná Chci pohodlné cestování pro všechny zákazníky, říká v rozhovoru pro Mosty náměstek generálního ředitele ČD Jiří Ješeta 24

Linda Štucbartová Izrael jako příklad země, kde inkluze není pojmem, ale postojem 30

Stanislava Zahálková, Vlasta Jindrová Křesadlo – cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci 34

Václav Matuška Základní stresové reakce a vyzývavé chování 36

ERÚ Drahá rizika úspor na energiích 38

Michal Dvořák Peugeot 2008 přiváží vizi budoucnosti 42

Jitka Fučíková Podpořte Život bez bariér v dobročinné sbírce! 48

Kateřina Havelková Nestyďte se a řekněte si o pomoc 50

Antonín Pokorný Projekt HANDYCARS zajistí mobilitu pro každého 52

Chytrý náramek pro bezpečí handicapovaných aneb Když technologie pomáhají 56

Radka Svatošová Bylinky z naší přírody pro ženské a mužské zdraví 58

TEXT: Sabrina Plisková
FOTO: archiv Václava Krásy a NRZP ČR

VÁCLAV KRÁSA: PODPORA OZP V ČESKU JE DÍKY NRZP ČR VĚTŠÍ NEŽ V OKOLNÍCH ZEMÍCH

Národní rada osob se zdravotním postižením ČR letos slaví nádherné kulaté výročí. Již 20 let pomáhá lidem, kteří mají složitější životní podmínky, především v důsledku zdravotního postižení. A je rozhodně co slavit. Není to totiž pouhá existence organizace, ale dvacet let každodenní soustavné a náročné práce, na jejíchž základech se podařilo vytvořit skutečně funkční a efektivní systém, na který se denně s důvěrou obracejí desítky, možná stovky lidí ve složitých životních situacích. A právě tato důvěra je největším důvodem k oslavám. Jakým způsobem se podařilo dosáhnout takto významných úspěchů, jsem se zeptala Mgr. Václava Krásy, který stojí v čele NRZP ČR již osmnáct let.

Pane předsedo, nejprve mi dovolte srdečně pogratulovat vám i celé Národní radě k tomuto jubileu a ihned naváži otázkou. Jak prožíváte tento slavnostní rok, liší se nějak od těch předchozích?

Tento rok se liší od těch předchozích zejména proto, že životy nás všech jsou zásadně poznamenány koronavirovou epidemií, což je samozřejmě velký problém i Národní rady osob se zdravotním postižením ČR, protože tato situace má velký vliv na naši činnost. Na druhou stranu si myslím, že těch dvacet let je opravdu období, za které se nemusíme stydět. Já osobně mám velmi dobrý pocit z těch mnoha věcí,

které se nám podařilo změnit a dotáhnout do úspěšného konce. Myslím si, že NRZP ČR má skutečně velkou zásluhu na tom, že podpora naší společnosti vůči lidem se zdravotním postižením je ve srovnání s okolními zeměmi lepší, což si mnozí u nás neuvědomují. A proto si myslím, že je co slavit a že je na co vzpomínat.

Dvacet let je přece jen zásadní předěl, odrazí se nějak i ve fungování Národní rady? Chystáte nějaké změny, se kterými byste rád čtenáře seznámil?

Samozřejmě že činnost NRZP ČR musí být modernizována, to znamená, že budeme stále více využívat on-line sítě, videa, budeme se snažit předávat informace i trošku jinou formou. Velmi dobře si uvědomujeme, že ta současná koronavirová krize nemusí být záležitostí krátkodobou a lidé se bojí setkávat a chodit na semináře, konference apod. My se musíme této situaci dokázat přizpůsobit a už dnes činíme první kroky směrem k tomu, abychom některé aktivity, jako semináře a konference mohli pořádat on-line. Navíc elektronizace části činností povede i k určitým úsporám, protože dnes je velký tlak na úspory finančních prostředků a my to samozřejmě také pociťujeme.

Pokud se vrátíme úplně na začátek, protože vy jste byl součástí Národní rady prakticky od začátku, jak na svých, řekněme, třeba prvních pět let ve funkci vzpomínáte?

Prvních pět let bylo velmi radostných, protože jsme byli plni nadšení, že vůbec vznikla nějaká taková organizace. Každý rok se k nám přihlašovaly nové a nové organizace. Měli jsme velmi dobré postavení i na Úřadu vlády, kde jsme byli hned zařazeni jako hlavní poradní orgán Vládního výboru pro zdravotně postižené občany. Opravdu se nám velmi dařilo, ačkoliv jsme teprve budovali celou architekturu fungování NRZP ČR. Je pravda, že někdy jsme také šlápli vedle. Například jsme vytvářeli komory jednotlivých druhů zdravotního postižení, které potom zanikly, ale prvních pět let skutečně bylo o budování struktury NRZP ČR a byla to velmi radostná doba.

Už v roce 2003 Národní rada prohloubila spolupráci s Vládním výborem pro zdravotně postižené občany a byla pověřena přípravou návrhu Střednědobé koncepce státní politiky vůči občanům se zdravotním postižením na období do roku 2009. Poprvé se tak skutečně etablovala v rozhodujících orgánech státu. Jak jste se s tím tehdy vypořádávali?

Nám to přišlo vlastně normální, protože někteří z nás již měli znalost komunikace s poslanci a ministry. Pro nás příprava koncepčních materiálů nebyla nic nového, takže komunikace se nastavila poměrně rychle. Musím říct, že se velmi pozitivně projevilo, že zakladatelé NRZP ČR předtím vedli velké organizace, takže měli zkušenosti jednak s budováním struktur, ale zároveň i s navazováním velmi blízkých kontaktů s důležitými lidmi, kteří vytvářejí politiku pro osoby se zdravotním postižením, a proto to nebylo nijak obtížné.

V roce 2005 vnesla NRZP ČR do společnosti téma komunikace pracovníků ve zdravotnictví s pacienty se zdravotním postižením. Zřejmě to tehdy bylo palčivé téma. Vnímáte nějaký posun od té doby?

Naše kampaň z roku 2005 byla bezesporu účinná. Navázali jsme spolupráci s mnoha velkými nemocnicemi, jako jsou například FN Motol, Nemocnice Na Homolce a další, a právě s vedením těchto velkých nemocnic jsme diskutovali o tom, že lidé pracující ve zdravotnictví zpravidla oslovují při styku s lidmi se zdravotním postižením jejich asistenty či doprovod namísto toho, aby se zeptali přímo svých pacientů. Tím zdravotně postiženého člověka okamžitě staví do role nesvéprávného, jako by mu ti lékaři a sestřičky nevěřili, že ví, co mu je, jaké má trápení apod. My jsme chtěli tento přístup zásadně změnit a snažili jsme se vysvětlovat, že pokud přijde na vyšetření člověk se zdravotním postižením a má doprovod, vždy je třeba ptát se přímo pacienta, protože doprovod mnohdy o svém klientovi vůbec nic neví a často může být pouze asistent, který mu pomáhá s dopravou. Jsem přesvědčen, že situace se od té doby hodně změnila, přesto stále není úplně ideální a pořád se stává, že lékaři nebo sestry se ptají asistentů: „A co pánovi je?“ A právě tato otázka by neměla nikdy padnout.

Rok 2006 přinesl velký úspěch. Po mnohaleté snaze vyšel 31. března 2006 ve Sbírce zákonů zákon o sociálních službách. Národní rada osob se zdravotním postižením ČR byla nositelem základních myšlenek změny sociálního systému. Jak jste se konkrétně vy podílel na prosazení těchto myšlenek?

Musím říci, že úloha Národní rady osob se zdravotním postižením ČR byla v otázce zákona o sociálních službách rozhodující. A musím říci, že i já osobně jsem se na tom velkou měrou podílel, protože tehdy byla koaliční vláda, kde vládla i Unie svobody a já jsem byl jejím poměrně vrcholným představitelem. Tehdy jsem zasedal v tzv. koaličních orgánech. To znamená, že jsem skutečně mohl působit na koaličních jednáních rozhodujícím způsobem, aby byl tento zákon přijat, a také jsem to udělal. Za ČSSD tam byl tehdy pan ministr Škromach, KDU-ČSL zastupoval pan Jan Kasal a já jsem byl tím třetím. Tam jsme právě dohodli všechny podrobnosti kolem zákona o sociálních službách a hlavně jsme dojednali, že půjdeme cestou příspěvku na péči, což bylo asi největší úskalí tohoto zákona. I přesto se nám zákon podařilo prosadit. Takže aniž bych jakkoli ponižoval úlohu ostatních, tak konkrétně v tomto případě jsem byl jedním z mála, kteří se na prosazení tohoto zákona skutečně osobně a velmi aktivně podíleli.

V roce 2007 Ministerstvo zdravotnictví ČR významným způsobem zkrátilo dotace občanským sdružením zdravotně postižených. NRZP ČR se s podporou partnerských organizací podařilo část dotací převést z ministerstva na Úřad vlády ČR. Jaký měl tento úspěch ohlas? Neměl jste tehdy strach postavit se vládním úřadům?

Ani já, ani Národní rada nikdy netrpíme strachem. Spíše vždy zvažujeme způ- ➡

> **„Myslím si, že NRZP ČR má skutečně velkou zásluhu na tom, že podpora naší společnosti vůči lidem se zdravotním postižením je ve srovnání s okolními zeměmi lepší, což si mnozí u nás neuvědomují. A proto si myslím, že je co slavit a že je na co vzpomínat.“**

sob, jak nejlépe dosáhnout cíle. My jsme tehdy věděli, že na Úřadu vlády jsou lidé, kteří chtějí, abychom pracovali, a kteří nás podporují. Proto jsme Úřad vlády požádali, aby nám vyšel vstříc a pomohl nám převést dotace z ministerstva zdravotnictví. Myslím si, že to byl tehdy dobrý krok, protože jsme byli ve velkém sporu s ministerstvem, které postupovalo tak, že nás chtělo nechat vyhladovět. To znamená nepřiznat nám nezbytnou část dotace, abychom mohli vykonávat svou činnost ve prospěch lidí se zdravotním postižením. To se nám podařilo odvrátit a myslím si, že to bylo dobře. Samozřejmě že to bylo chvílemi poměrně nepříjemné jednání, ale tak už to někdy v životě bývá.

I v roce 2009 jste se v čele NRZP ČR dotkl ožehavého tématu, a sice zneužívání příspěvků na podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením. Vnímáte jako snazší postavit se rozhodnutím vládních úřadů, anebo podnikatelům?

Myslím si, že oboje má svá úskalí. Ale přece jen vládní úředníci takovéto situace vnímají jako cestu k řešení nějakého problému a v zásadě chtějí dané skupině pomoci. Na druhou stranu u podnikatelů, kteří tehdy podváděli, byl zásadní odpor ke změně systému, protože oni na tom nehorázně vydělávali. Podnikatelé zneužívali celý systém, navíc lidé, které zaměstnávali, byli vydíráni, a proto neměli podnikatelé nejmenší vůli jakkoli situaci změnit. Takže to bylo výrazně horší, když jsme bojovali proti lidem, kteří nám házeli klacky pod nohy. To vláda nikdy nedělá. Nemusí sice vždy souhlasit s naším názorem, ale nehází klacky pod nohy. Ale zde se skutečně snažili poškodit nás a ublížit nám. Jenže my jsme byli přesvědčeni, že jestli máme důsledně hájit zájmy lidí se zdravotním postižením, tak také musíme tyto osoby chránit před těmi, kteří je zneužívají, kteří zneužívají celý systém. Nemohli jsme a nemůžeme v takových situacích mlčet, protože podvádět se nemá. Navíc kdybychom to přehlíželi, tak se to celé otočí proti komunitě lidí se zdravotním postižením, protože všichni budou říkat – no jo, oni tam kradou – a to byl zásadní moment, kdy jsme se rozhodli razantně vystoupit. NRZP ČR nikdy nepodporuje lidi, kteří zneužívají systém. My chceme, aby pomoc, která se lidem se zdravotním postižením dostává, vždy odpovídala tomu, jak stanoví zákon a žádné podvody.

NRZP ČR se v roce 2009 podílela významnou měrou na předsednictví ČR v EU. Myslíte si, že může národní organizace něco změnit, něčeho dosáhnout na evropské úrovni?

Obávám se, že nikoli. Národní rada je sice součástí Evropského fóra pro zdravotně postižené občany, ale musím říci, že poslední dobou je tato činnost hodně utlumená. Je to způsobeno i koronavirovou krizí, protože se mnoho lidí bojí cestovat, takže těchto cest je málo a velká většina otázek se řeší on-line, navíc se snažíme šetřit finanční prostředky. Ale hlavně nevidím příliš toho, co by ta naše evropská partnerská organizace mohla efektivně změnit. Sociální politika je ve většině věcí národní a já si myslím, že je to dobře. V každé zemi jsou jiné podmínky jak z pohledu struktury lidí se zdravotním postižením, tak také z pohledu toho, kdo je uznáván jako člověk se zdravotním postižením. Existují rozdílné systémy pomoci nám, lidem se zdravotním postižením, a navzájem jsou nekompatibilní. Bylo by velmi obtížné vytvářet jednotný systém. A také nevím, jestli by to bylo dobře, protože každá země je jinak bohatá, má různé historické zkušenosti a asi to nejde vše srovnat podle jednoho metru.

Pak přišel rok 2011, kdy se konala největší demonstrace zdravotně postižených v Česku a možná ve střední Evropě. Jak na toto období vzpomínáte?

Roky 2010, 2011 a 2012 byly poznamenány důsledky hospodářské krize z let 2008 a 2009. Vláda tehdy přišla s tím, že bude škrtat. To znamená, že všechny podpory, které jdou z veřejných zdrojů, byly škrtány. A došlo samozřejmě velmi výrazně i na podporu, která je poskytována lidem se zdravotním postižením. Málokdo si však uvědomuje, že jestliže byla škrtána podpora pro neziskové organizace, které zastupují minoritní uskupení, tak u lidí se zdravotním postižením se jedná o existenční problémy, a že jakákoli ztráta podpory se může dotknout samotné podstaty existence těchto lidí. My jsme s tím samozřejmě nesouhlasili, jednali jsme s vedením ministerstva práce a sociálních věcí mnohokrát. Pracovníci MPSV ČR zkoušeli, kolik vydržíme, jednali jsme třeba večer až do 10 hodin apod. Musím na druhou stranu říci, že pan ministr Drábek byl takový charakter, že se nebál se s námi setkat, a já osobně jsem s ním absolvoval dlouhá jednání mezi čtyřma očima, kolikrát do nočních hodin.

Nakonec ta jednání k ničemu nevedla, a proto jsme se rozhodli zorganizovat největší demonstraci lidí se zdravotním postižením. Chtěl bych ještě dnes poděkovat všem lidem, kteří tehdy přišli, protože to, co se povedlo, aby přijelo 5000 lidí z celé republiky, když právě pro tyto lidi je cestování obtížné, bylo neuvěřitelné. Myslím si, že to mělo na celou vládu velký vliv, protože si uvědomili, že to není výmysl pana Krásy nebo NRZP ČR, ale že všichni tito lidé cítí, že jsou jim odebírány prostředky, které životně potřebují. Pak jsme uspořádali ještě další menší demonstraci, tlak byl z naší strany neustálý, až někteří politici pochopili, že máme pravdu a přidali se k nám, i když si nedělám iluze, že to bylo někdy jen proto, aby se zviditelnili. Ale ten tlak měl nějaký výsledek, ačkoli jsme neobhájili všechno. Další léta ukázala, že se dá

> **„Je velmi těžké vyhovět všem druhům a typům zdravotního postižení najednou. A proto jednotlivosti necháváme na členských organizacích a klademe si za cíl obhajovat systém, základní stavbu, která pomáhá všem lidem se zdravotním postižením.“**

spousta věcí navrátit zpět, ale vyžaduje to určitou dávku diplomacie. Na celém období let 2010 až 2012 si cením toho, že se nám podařilo zabránit tzv. sKartě. sKarta byl projekt některých představitelů ministerstva práce a sociálních věcí, který měl část veřejných prostředků „odklonit“ jinam.

Tehdy bylo dosaženo úspěchu nátlakem a demonstracemi. Jak se změnil způsob lobbingu od té doby? Myslíte, že dnes by demonstrace fungovala stejně?

My jsme poslední čtyři roky upustili od demonstrací. Situace se hodně proměnila především v tom, že se obáváme, že jakákoli naše demonstrace bude zneužita různými politickými silami. Dnes veřejná politika natolik zhrubla, že cokoli někdo činí veřejně, je onálepkováno tak, že buď něčemu či někomu sloužíme, nebo to někdo chce politicky zneužít, chce na našem problému politicky vydělat, ale vlastní samotný problém není pro takové politiky důležitý. A v tom vidím velký zádrhel. Proto jsme poslední roky zvolili osobní jednání s ministry a s poslanci a myslím, že se nám to daří. Poslední roky jsme prakticky navrátili vše, co bylo od roku 2011, respektive 2012 odebráno a zkráceno. Připravili jsme řadu novel zákonů a podařilo se nám je prosadit, takže například příspěvek na péči je dnes podstatně vyšší a málokdo si uměl představit, že jsme schopni v roce 2018 a 2019 navýšit příspěvek v těch nejvyšších stupních zdravotního postižení na dnešní úroveň. Podobně bych mohl jmenovat další změny, jako třeba příspěvek na nákup motorového vozidla a tak dále. Podařilo se nám vyjednáváním dosáhnout našich cílů a myslím si, že v současné době je to lepší cesta než nějaké demonstrace, které jsou snadno zneužitelné. Nechci, aby Národní rada sloužila někomu jako beranidlo do voleb apod. Národní rada je vždy apolitická, jedná se všemi, kteří jsou relevantní k tomu, když něco prosazujeme, a to je náš model jednání.

Poměrně podrobně jsme prošli prvních deset let existence Národní rady, proto bych se vás ráda zeptala, jak byste ve třech bodech shrnul posledních deset let.

Myslím si, že asi největší úspěch, jaký jsme zažili, byla sKarta. To, že se nám vůbec podařilo zlikvidovat tento model, který vymysleli na MPSV, je absolutní výhra Národní rady osob se zdravotním postižením ČR, protože to byl model, na kterém měli jiní vydělávat a lidem se zdravotním postižením by přinesl jenom zbytečnou administrativu. Druhou věcí, která se podařila, je nepochybně skutečnost, že jsme zásadním způsobem změnili zákon o dávkách pro lidi se zdravotním postižením, takže současná situace je mnohem lepší a mnozí by se jistě velmi divili, jaká je výše podpory v jiných státech. A třetím úspěchem je, že jsme našli docela dobrou shodu v novele zákona o sociálních službách, která je nyní připravená. Pokud by byl tento zákon schválen tak, jak je nyní navržen, i s novelou financování sociálních služeb, jistě by více pomáhal lidem se zdravotním postižením. Ta činnost se pořád odvíjí dále. Není to tak bombastické, nemáme headliny v novinách, ale efektivita práce je ještě větší než v minulosti, protože se věnujeme konkrétním zákonům, nikoli přípravě velkých akcí, což samozřejmě vždy potřebuje čas a peníze.

Nyní vám položím osobní otázku – jaké vaše tři vlastnosti byly zásadní pro dosahování úspěchů v čele Národní rady?

Já myslím, že člověk může těžko posuzovat sám sebe. Mně říkal pan profesor na ekonomické škole – když vás vyrazí dveřmi, vlezte tam oknem. To je má první zásada, tedy neustále se pokoušet dosáhnout vytyčených cílů, protože podle mého má být člověk slušný, ale důsledný. Takže já se nikdy nevzdávám. Další má vlastnost – nebojím se ničeho. Jsem přesvědčen, že vždy je možné nějak jednat, že vždy se dá problém vyřešit, že člověk se nesmí bát. A třetí – možná to bude znít blbě, ale já bych byl nešťastný, pokud bych nepracoval. Pro mne je možnost pořád pracovat velmi důležitá. Samozřejmě je to i rodina a zázemí, které mám okolo sebe, to k tomu nutně patří. Ale pokud hovoříme o vlastnostech, tak za zásadní pro svou činnost považuji právě vnitřní nastavení, které mi velí, že posláním člověka je pracovat.

Co byste popřál Národní radě do dalších dvaceti let?

Nevím, co bude za dvacet let s Národní radou osob se zdravotním postižením, ale vím určitě, že u toho už nebudu. Každý máme nějaký věk, a i když se teď cítím pořád dobře a plný sil, tak vím, že v jednu chvíli určitě přijde nějaký zlom. Takže bych popřál Národní radě, aby ji členské organizace vnímaly jako organizaci, která opravdu pracuje ve prospěch všech lidí se zdravotním postižením. Aby nevnímaly Národní radu jako špatnou, pokud se jim nelíbí nějaký náš krok. Ono je velmi těžké vyhovět všem druhům a typům zdravotního postižení najednou. A proto ty jednotlivosti necháváme na členských organizacích a klademe si za cíl obhajovat systém, základní stavbu, která pomáhá všem lidem se zdravotním postižením. Tuto svornost bych nám přál. ■

TEXT: Václav Krása

KRAJSKÉ A SENÁTNÍ VOLBY SE BLÍŽÍ

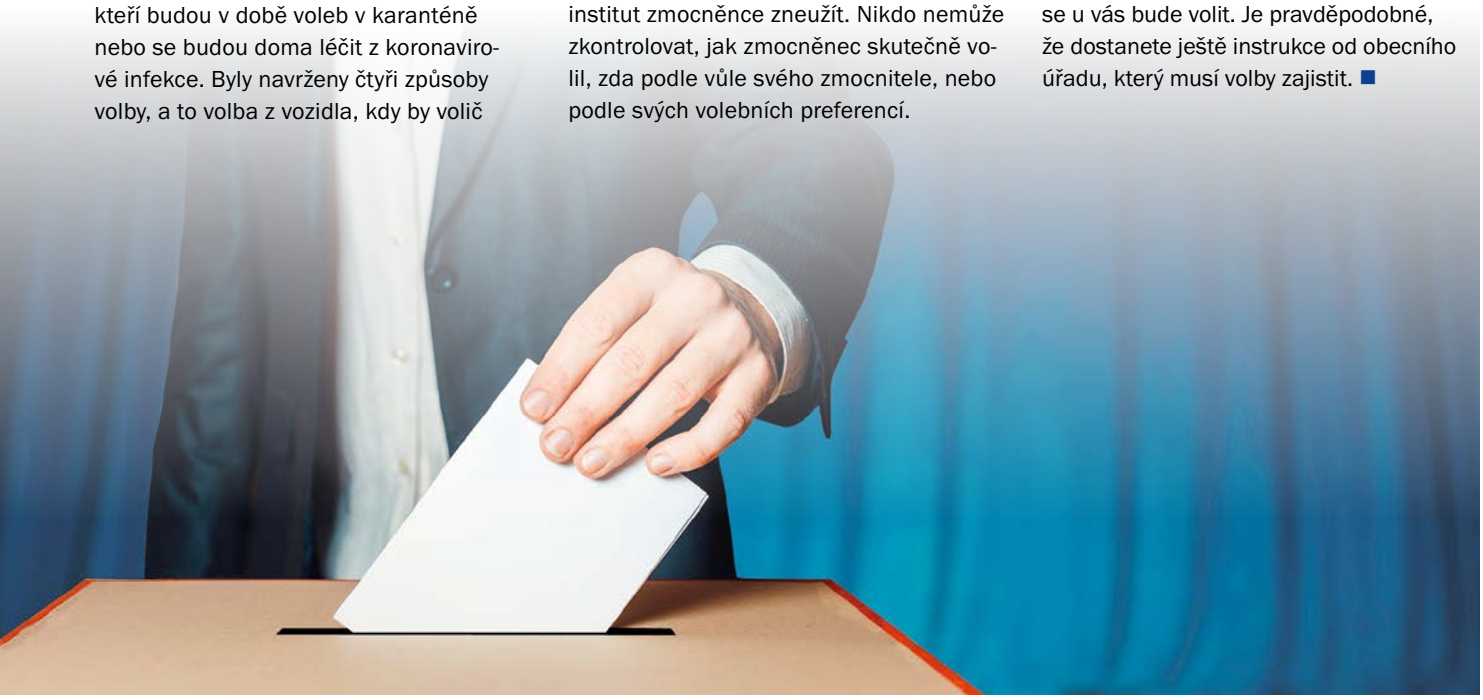
Vážení přátelé, v pátek 2. října a v sobotu 3. října 2020 se uskuteční volby do krajských zastupitelstev a do jedné třetiny Senátu. Volby do krajských zastupitelstev se neuskuteční v Praze, kde se volí do zastupitelstva hlavního města společně s volbami do zastupitelstev měst a obcí. To znamená, že v Praze se budou konat pouze volby do třech senátních obvodů, a to do senátního obvodu č. 21, který zahrnuje Prahu 5 a přilehlé městské části, dále senátního obvodu č. 24, kam patří Praha 9 a přilehlé městské části, a senátního obvodu č. 27, který zahrnuje Prahu 1.

Pro všechny volby, to znamená jak do krajských zastupitelstev, tak do senátních obvodů, obdrží voliči do svých poštovních schránek souhrn kandidátních listin jednotlivých kandidujících stran v daném kraji a dále obdrží listiny jednotlivých kandidátů do Senátu, pokud bydlí v senátním obvodu, kde se volby do Senátu uskuteční.

Vzhledem k neustále probíhající koronavirové epidemii se hledá nejlepší cesta, jak umožnit volbu i těm občanům, kteří budou v době voleb v karanténě nebo se budou doma léčit z koronavirové infekce. Byly navrženy čtyři způsoby volby, a to volba z vozidla, kdy by volič přijel k určitému místu, předložil by svůj občanský průkaz a rovnou z auta by provedl volbu. Další navržený způsob je takový, že za voličem přijde člen volební komise s přenosnou volební urnou, ale bude mít na sobě ochranný oděv. Dále se navrhuje, že především v domovech pro seniory by byla uzpůsobena zvláštní volební místnost pro ty, kteří jsou v karanténě nebo u nich probíhá koronavirová infekce. Čtvrtým návrhem byla volba prostřednictvím zmocněnce. Tento návrh NRZP ČR v připomínkovém řízení odmítla, protože se dá lehce institut zmocněnce zneužít. Nikdo nemůže zkontrolovat, jak zmocněnec skutečně volil, zda podle vůle svého zmocnitele, nebo podle svých volebních preferencí.

Vážení přátelé, způsob volby určí pravděpodobně rychlá novela volebního zákona, ale již dnes je velmi pravděpodobné, že budou schváleny tři způsoby volby, to je volba z auta, volba do přenosné volební urny a volba ve zvláštní volební místnosti. Většina politických stran odmítla volbu prostřednictvím zmocněnce, protože se skutečně jedná o volbu, která může být lehce zneužitelná.

Vážení přátelé, je potřeba sledovat média, abyste byli dobře informováni, jak se u vás bude volit. Je pravděpodobné, že dostanete ještě instrukce od obecního úřadu, který musí volby zajistit. ■



TEXT: Michal Dvořák
FOTO: Jan Jirouš

ČTYŘI CENY LETOS NESTAČILY. VE ZLÍNĚ SE ROZDALO PĚT CEN MOSTY

Sedmnáctý ročník cen Mosty, udělovaných za mimořádnou aktivitu nebo čin ve prospěch lidí se zdravotním postižením, konečně zná své vítěze. Ze čtyř desítek návrhů na cenu letos hodnotitelé ocenili státní organizaci Správa železnic, Mistrovství světa v para hokeji OSTRAVA 2019, Václava Letochu, Jana Uherku a Martina Nováka. Slavnostní udílení cen se konalo letos výjimečně až 15. září ve zlínském Kongresovém centru. Vítězové jednotlivých kategorií převzali ocenění z dílny akademické sochařky Jitky Wernerové, ostatní nominovaní obdrželi pamětní diplomy od akademického malíře Otakara Tragana.

Dvacítka nominovaných na letošní ceny MOSTY si na svá ocenění letos musela počkat až do září. Odklad způsobila mimořádná opatření, přijatá v souvislosti se šířením infekčního onemocnění COVID-19 v České republice.

Vítězem I. kategorie se stala státní organizace Správa železnic za zpřístupňování železniční dopravy cestujícím se zdravotním postižením.

Mistrovství světa v para hokeji OSTRAVA 2019 si za profesionální přístup k podpoře a motivaci osob se zdravotním postižením s využitím sportu vysloužilo cenu ve druhé kategorii. Iniciátor a hlavní pořadatel mistrovství světa v Ostravě v roce 2019 Jiří Šindler a jeho tým spolupracovníků vedli organizační tým mistrovství, které překonalo veškeré dosavadní tabulky návštěvnosti para hokeje na celém světě. Turnaj tím přispěl k boření bariér a předsudků, propojil svět handicapovaných a zdravých a ukázal, že i sport handicapovaných může být celosvětově populární, obdivovaný a atraktivní.

Osobnostmi hnutí osob se zdravotním postižením pro rok 2019 se stali pánové Václav Letocha a Jan Uherka. Hodnotitelé se letos rozhodli ocenit mimořádně dvě osobnosti, protože konkurence ve třetí kategorii nevedla k jednoznačné volbě.

Václav Letocha, nositel Ceny ministra zdravotnictví ve prospěch osob se zdravotním postižením, se osobností stal za třicet let vedení Sdružení rodičů a přátel diabetických dětí. Ve funkci předsedy sdružení prosadil legislativní zajištění nejmodernější léčby mladých diabetiků, jejich materiální zajištění, proškolování nejen dětí, ale i rodičů. Výsledkem jeho dlouholetého úsilí bylo zkvalitnění života mladých diabetiků a jejich pestrá aktivita v místech bydliště.

Jan Uherka cenu obdržel za celoživotní práci ve prospěch osob se zdravotním postižením. Zakladatel spolku Sdružení rovných šancí po celý svůj život pomáhá všem, kteří potřebují pomoc, prosazuje rovné příležitosti pro všechny a podporuje rozvoj vzdělanosti. Pro jeho mimořádné znalosti a vědomosti ve věcech sociálních si ho hejtman Zlínského kraje vybral jako svého koordinátora problematiky osob se zdravotním postižením.

Vítězem zvláštní ceny se stal Martin Novák za rozvoj České unie neslyšících a simultánního přepisu mluvené řeči v České republice. Zavedení simultánního přepisu mluvené řeči v České republice bylo převratné a nabídlo účinné řešení komunikace osobám se sluchovým postižením, které nepoužívají český znakový jazyk.

Sedmnáctý ročník slavnostního udílení cen MOSTY se konal díky finanční podpoře Zlínského kraje, statutárního města Zlína, Úřadu vlády České republiky, akciové společnosti ASEKOL, Nakladatelství UMÚN, Nadace ČEZ, programu Handycars a Metropolitní univerzity Praha. Poděkování patří i Střední zdravotnické škole a Vyšší odborné škole zdravotnické Zlín a jejím studentům, kteří na místě pomáhali s organizací ceremoniálu.

Fotografie z udílení cen vám přineseme v dalším čísle časopisu MOSTY. ■

TEXT: Zdeněk Žižka

INTERNETOVÝ VÝDEJ LÉKŮ NA PŘEDPIS S DORUČENÍM K RUKÁM PACIENTA ANEB SLIBY ČESKÉ LÉKÁRNICKÉ KOMORY VERSUS ŽIVOTNÍ REALITA V DOBĚ KORONAVIROVÉ KARANTÉNY

MOTTO: „ŠEDIVÁ JE TEORIE, ZELENÝ JE STROM ŽIVOTA.“

Nesporně je mnohým z vás dobře známo, že NRZP ČR se v nedávné minulosti po velmi dlouhou dobu maximálně intenzivně zasazovala a snažila se prosadit uzákonění „distančního“ výdeje léků na předpis v ČR. Jde o takový výdej léků, jenž je realizován formou nabídky a dodávky internetových lékáren, oproti pacientem předloženému kódu elektronického receptu, předepsaného ošetřujícím lékařem. Ten je naprosto běžný v celé vyspělé Evropě, kde je využíván již po dlouhou řadu let. Pro ty, kteří toto téma dříve nezaregistrovali, si připomeňme, o co přesně jde.

Zmíněná dlouhodobá snaha NRZP ČR o potřebnou změnu zákona o léčivech po celou dobu směřuje k výraznému usnadnění situace osob se zdravotním postižením či dalších imobilních osob. Především pak těch trpících nějakým chronickým onemocněním. Především jim má za úkol výrazně pomoci při získávání jejich léků na předpis. Navrhovaná změna je ovšem samozřejmě využitelná nejen pro ně, ale prakticky pro všechny pacienty bez rozdílu. Dá se však téměř s určitostí předpokládat, že ji také více uvítají někteří senioři nebo pečující osoby.

V čem změna spočívá? Návrh novely zákona o léčivech z dílny NRZP ČR, který převzal za svůj, upravil pro své potřeby a podal poslanec Parlamentu ČR pan Patrik Nacher, reaguje především na aktuální situaci na trhu s léky. Již nyní jsou totiž běžně přes internetové lékárny (e-shopy) zřízené kamennými lékárnami vydávány a doručovány na základě objednávky občanů léky bez předpisu. Na tuto službu je již mnoho občanů dlouhou dobu zvyklých. Tuto pohodlnou formu výdeje často využívají. Doposud však nebylo a zatím stále ještě

není možné v ČR stejným způsobem legálně vydávat rovněž léky na předpis, neboť to neumožňuje zákon a související vyhláška. A to přesto, že není žádným tajemstvím, že již v praxi existuje služba tzv. „šedého“ doručování léků na předpis, kterou nabízí již několik přepravců. Ta v praxi vypadá tak, že pacient u přepravní služby objedná dopravu svých léků na předpis. Zástupce přepravce si nějakým způsobem vyzvedne od pacienta lékařský předpis a za úhradu mu předepsané léky vyzvedne v lékárně a odveze je až k němu domů. Tímto způsobem je v praxi obcházen zákon, který nemá umožňovat vydat lék na předpis nikomu jinému než samotnému pacientovi nebo jím zvolené důvěryhodné osobě. Tato osoba mu jej má spolehlivě předat i s podrobným poučením farmaceuta o způsobu užívání léku a o případných lékových interakcích. Takováto přepravní služba samozřejmě ale toto poučení farmaceuta nejen že pacientovi nepředává, ale ani ho zprostředkovat nemůže.

Především ve spojení se zavedením a v současnosti již zcela běžným používáním elektronického receptu je internetový výdej léků dalším, logickým krokem k elektronizaci preskripce léků. Dalším krokem k usnadnění získávání léků a tím i krokem k většímu pohodlí pacientů. V této souvislosti je tedy zcela legitimní a naprosto logická aktuální potřeba zavést stejný výdej a doručování, jako je tomu již u volně prodejných léků i u léků na předpis. Jde o logický, velmi dobře aplikovatelný a kompatibilní doplněk k tomuto modernímu způsobu předpisu. Je tou částí procesu předpisu léků, která jej nyní na celé „cestě“ k pacientovi pouze brzdí.

Zásilkový výdej léků na předpis z internetových lékáren by byl navíc pro osoby se zdravotním postižením i mnohem levnější variantou než současné získávání léků pomocí placených asistentů. V případě, že léky zajišťuje asistent, je nyní nutné mu totiž uhradit minimální částku za službu ve výši 130 Kč/hod. + cestovné. Přičemž na obstarání léků většinou 1 hodina služby nepostačuje. V odlehlých částech ČR pak může být nejbližší lékárna vzdálena i desítky kilometrů a cestovné asistenta do ní hradí rovněž pacient. V případě objednání léků přes internet a jejich následného zásilkového výdeje a doručení až k jeho rukám pak pacient hradí pouze jednorázové dopravné a balné ve výši pohybující se mezi 80 až 130 Kč. Žádné další náklady nevynakládá! A tuto částku uhradí navíc pouze v případě, pokud mu samotná lékárna neposkytne, s ohledem na hodnotu celé zásilky, dopravu zcela zdarma! K této nesporné ekonomické výhodě je nutno připočíst i skutečnost, že pacient velmi snadno a rychle v internetovém srovnávači cen najde lékárnu, která právě jeho lék distribuuje za nejvýhodnějších podmínek. Tedy s nejnižším doplatkem a cenou dopravy či nejvýhodnějším způsobem úhrady doplatku či s jinými dalšími bonusovými výhodami. Tam si také může lék objednat, bez ohledu na vzdálenost internetové lékárny od místa svého bydliště.

„NRZP ČR je přesvědčena, že je nutno opětovně obnovit potřebná jednání vedoucí k uzákonění internetového výdeje léků na předpis v ČR. Protože si je vědoma toho, jak zásadní a důležitý je tento návrh pro prakticky všechny lidi se zdravotním postižením a imobilní občany, od kterých má pouze příznivé ohlasy na snahu o jeho zavedení, bude se i nadále všemi svými možnostmi a schopnostmi zasazovat o jeho uzákonění.“

Pro ilustraci zde nyní nastíním postup zásilkového výdeje léků, který je logickým doplněním po vystavení e-receptu. Bude vypadat například následovně:

a) Chronický pacient se zdravotním postižením či imobilní pacient telefonicky nebo e-mailem kontaktuje svého ošetřujícího lékaře a požádá ho o pravidelný předpis léků.
b) Ošetřující lékař předepíše léky formou e-receptu a zašle pacientovi příslušný kód e-receptu formou SMS na jeho mobilní telefon.
c) Samotný pacient si v jím vybrané internetové lékárně (e-shopu), která pro něj bude mít nejlepší podmínky a nejnižší doplatek, obratem objedná přes internet předepsaný lék a kód elektronického receptu sám vepíše do příslušné chráněné kolonky na webové stránce internetové lékárny.
d) Farmaceut z internetové lékárny zkontroluje na základě e-receptu z objednávky kompletní předpis všech léků u pacienta, který lék objednává. Bude mít totiž, se svolením samotného pacienta, k tomuto účelu rovněž přístup do příslušného registru pacienta, kde budou zaznamenány všechny jím užívané léky. V případě potřeby může operativně po telefonu věc konzultovat s předepisujícím lékařem a ve spolupráci s ním může předpis léku opravit v případě, že objeví nežádoucí lékové interakce.
e) Po úhradě případného doplatku na lék a úhradě ceny dopravy internetová lékárna následně obratem vydává lék pacientovi v potřebném množství, kvalitě a pomocí spolehlivé certifikované přepravní služby mu jej dopraví až domů, k jeho rukám.
f) K zásilce léku internetová lékárna povinně přiloží podrobné a kompletní písemné informace o správném užití léku, jeho rizicích a případných interakcích.
g) Pacient sám osobně převezme svůj vlastní lék v domácím prostředí a dopravci potvrdí převzetí.
h) Po celou dobu objednávky a následně i po ní bude mít pacient k dispozici internetovou a telefonickou podporu lékárny, ze které si lék objednal, formou individuálního kontaktu přes hot-line lékárny.

Protože NRZP ČR je velmi dlouho zřejmé, o jak užitečný instrument se jed- ➡

ná především pro osoby se zdravotním postižením, ale který je samozřejmě prospěšný i běžným pacientům, po několik posledních let pracuje na tom, aby výdej léků na předpis prostřednictvím internetových lékáren a zásilkových služeb byl v ČR uzákoněn. Naše republika by tak pouze srovnala krok s vyspělými evropskými státy, kde tento výdej léků funguje naprosto korektně a spolehlivě již velmi dlouhou řadu let. V těchto státech je naprosto samozřejmou a plnohodnotnou součástí distribuce léků na předpis. Zmíněnou změnou zákona by byl navíc u nás odstraněn i ten absurdní stav, že většina léků, pro jejichž pořízení není potřeba lékařský předpis, je již v ČR rovněž po velmi dlouhou dobu tímto zásilkovým výdejem běžně distribuována. A ani v ČR s touto internetovou distribucí nikdy nevznikl žádný, byť sebemenší problém…

Veškeré mnohaleté snažení NRZP ČR, které obsahovalo nespočet jednání se všemi na problematice zainteresovanými subjekty na různých úrovních, nakonec vyústilo v podání návrhu příslušné novely zákona panem poslancem Patrikem Nacherem v loňském roce. Přes veškeré úsilí všech tvůrců a předkladatelů však nebyla bohužel tato novela poměrně těsným poměrem hlasů Parlamentem ČR schválena. A to nejspíš především proto, že velké množství poslanců je vlastním civilním povoláním lékaři. Od mnohých z nich jsme již předem mohli slyšet, že v žádném případě nebudou hlasovat o tomto návrhu proti názoru České lékárnické komory. I zásluhou toho těsnou většinou návrh bohužel neprošel. To mělo za následek nepříjemný fakt, že pro všechny pacienty i nadále není možné si v ČR lék na předpis zajistit jeho objednávkou v kombinaci s doložením příslušného receptu u některé z internetových lékáren, která by jej následně spolehlivě doručila pacientovi až domů, k jeho rukám.

Tato smutná realita shodou nepříznivých okolností způsobila v letošní první polovině roku mnoho vážných komplikací osobám se zdravotním postižením a všem pacientům trpícím některým z chronických onemocnění. Léky na předpis se pro ně staly ze dne na den velmi špatně obstaratelnými až někdy nedostupnými… To způsobilo těmto občanům mnoho horkých chvilek a naprosto zbytečných stresových situací.

Bohužel, aniž bychom z toho měli velkou radost, v plném rozsahu se potvrdila skutečnost, že všechny argumenty NRZP ČR, které uváděla při prosazování novely zákona o internetovém výdeji léků na předpis, byly plně na místě a že zcela absurdní námitky České lékárnické komory byly zcela mylné a nevycházejí z životní reality. Stalo se tak bohužel za poměrně dramatických okolností. Jak je vám všem samozřejmě důvěrně známo, tak v první polovině tohoto roku byla vládou ČR vyhlášena v celé České republice velmi přísná karanténní opatření spojená se zamezením šíření virové epidemie Covidu-19. Všichni máme ještě v živé paměti, jak taková karanténa v praxi probíhá a jaké dopady má na různé skupiny obyvatel ČR. V této souvislosti se výrazně ukázalo, že velmi tíživé dopady a závažné důsledky má především pro osoby s těžkým zdravotním postižením, zejména pak pro imobilní osoby a osoby s těžkou mentální retardací, které současně trpí některým z chronických onemocnění, na které jsou nuceni brát trvale nebo dlouhodobě stále stejné léky. A to v pravidelných intervalech. Bez těchto léků jsou pak výrazně ohroženi na zdraví, nebo dokonce na životě. Některé skupiny těchto občanů pak musí brát stále stejné léky dlouhodobě či trvale už z podstaty svého zdravotního postižení. Většinou tomu tak bývá i u seniorů ve vyšším věku. Současně tito lidé nemusejí vždy navštěvovat pro předpis svých léků lékaře osobně. Vyšetření většinou absolvují vždy až za delší dobu.

V této situaci se v plné nahotě ukázalo, že zdravotnická zařízení v ČR a všechny lékárny v ČR nebyly vůbec na podobnou situaci, jaká se vyvinula okolo koronavirové pandemie, připraveny. Pokud se pak následně zdravotnická zařízení, v souvislosti s vládními pokyny, naučila situaci poměrně uspokojivě řešit, tak lékárny i nadále zůstaly bez jakékoliv změněné a vstřícné reakce, která by imobilním osobám a osobám se zdravotním postižením situaci umožnila řešit. Jeden za druhým tak byly v této náročné situaci, která byla pro zmíněnou skupinu osob někdy až krizová, vyvraceny argumenty České lékárnické komory, se kterými se tvrdě stavěla proti uzákonění internetového výdeje léků na předpis. Ukázalo se, že lékárníci naprosto neumí zajistit přísun léků osobám, které byly dlouhodobě umístěny v domácí karanténě, a nemohou tudíž osobně lékárny navštívit. Ačkoli původně při různých jednáních s NRZP ČR Česká lékárnická komora ústy svého tehdejšího prezidenta pana Chudoby tvrdila, že lékárníci jsou připraveni v případě nezbytné potřeby poskytovat takovýmto imobilním osobám a osobám s těžkým zdravotním postižením plný servis, včetně dodání předepsaných léků až k nim domů, v době zmíněné karantény se prakticky nenašla lékárna, která by byla ochotna a schopna osobám se zdravotním postižením, které byly v domácí karanténě, léky doručit až k jejich rukám. Tato skupina osob se tak najednou ocitla zcela bez kvalifikované pomoci a ve velmi obtížně řešitelné situaci. Tato situace je nejen často ohrožovala na zdraví, ale v podstatě naprosto nebyla řešitelná standardním, bezpečným způsobem.

Nastala tak naprosto absurdní situace, kdy ošetřující lékař dostal od MZ ČR, vlády ČR a České lékařské komory patřičné pokyny, jak poskytovat své služby v době koronavirové pandemie, takže z jeho strany léky pro zmíněné osoby bylo možno bez problémů zajistit, neboť vystavil elektronický recept bez osobní účasti pacienta v jeho ordinaci, kód elektronického receptu pacientovi doručil formou SMS nebo e-mailem, ale tento recept byl následně pacientovi prakticky k ničemu. Pokud by totiž měl pacient se zdravotním postižením přísně dodržovat zásady, o kterých mluvili zástupci České lékárnické komory při jednotlivých jednáních, tak by si musel léky na recept vyzvednout buď osobně, nebo pomocí spolehlivé osoby, která by byla schopna mu bez problémů předat veškeré potřebné informace o jejich užívání od lékárníka, který léky vydal. To bylo však samozřejmě v situaci, která nastala na území celé ČR, zcela nereálné. Zmíněné osoby se zdravotním postižením se staly nejrizikovější skupinou z pohledu možných následků způsobených nákazou koronavirem, a tudíž nesměly pokud možno vůbec opouštět svá bydliště. Podobným, velmi opatrným způsobem se měly chovat i případné pečující osoby o ně, žijící s nimi ve společné domácnosti. Proto v podstatě neexistovala spolehlivá legální cesta, jak léky zajistit, která by současně byla pro zmíněnou skupinu osob se zdravotním postižením bezpečná. Tato skupina lidí, která žije s pečující osobou ve společné domácnosti, však ještě přece jen dokázala situaci nějak řešit. I když se tak dělo prostřednictvím nedodržování některých z nařízených bezpečnostních pokynů.

V nejhorší situaci se ale ocitly osoby se zdravotním postižením žijící osaměle. Ty se pak musely spolehnout prakticky na koho-

koliv, kdo jim byl ochoten v jejich situaci pomoci. Často na dobrovolné asistenty z řad běžné zdravé populace, kteří nabízeli těmto lidem pomoc. Ty velmi často, skoro vždy, osobně vůbec neznali. Zde dostala zásada o bezpečnosti zajištění léků a o správném předání informací o jejich dávkování a případných kontraindikacích v případě dalších, přidružených zdravotních problémů a při vzniku nových nejvíce na frak. Zde byla realita taková, že buď si člověk se zdravotním postižením nechal vyzvednout léky kterýmkoli z takovýchto asistentů, který se mu nabídl, a v této souvislosti mu předal i kód elektronického receptu, nebo prostě byl zcela bez přísunu potřebných léků. A to v situaci, kdy běžné zásilkové služby po celou dobu karantény spolehlivým způsobem fungovaly a byly schopny perfektním a bezpečným způsobem předepsané léky zmíněným pacientům dodat až k jejich rukám. Ostatně léky, pro které není potřeba lékařský předpis, tito přepravci i nadále běžně pacientům doručovali.

Zcela nesmyslný postoj České lékárnické komory, který zaujala při jednáních o novele zákona o léčivech, tak velmi zásadním způsobem ohrozil na zdraví a někdy i na životech najednou velkou spoustu lidí se zdravotním postižením. Ukázalo se, že prakticky žádná z lékáren není schopna dostát abstraktním a zcela nereálným slibům České lékárnické komory a v případě nutné potřeby dodat potřebné léky na předpis pacientovi až k jeho rukám se servisem, který komora při jednáních proklamovala. Naopak, plně se potvrdily argumenty NRZP ČR, vycházející ze zkušeností většiny lidí a z běžné každodenní praxe osob se zdravotním postižením. Česká lékárnická komora a lékárny v ní sdružené prakticky ukázaly, že jsou jediným článkem v řetězu zajištění zdravotní péče, který je v poměru k osobám se zdravotním postižením, které jsou dlouhodobě neschopny pohybu nebo jsou v nucené karanténě, zcela nefunkční. Že lékárny nejsou schopny svými vlastními silami jakýmkoli způsobem distribuovat těmto pacientům léky na předpis domů, až k jejich rukám. Natož ještě za využití standardů služby, kterými se po celou dobu, při všech jednáních, při kterých se tvrdě stavěly proti novele zákona, zaštiťovaly.

V této chvíli by se dalo říci, že se jednalo o zcela výjimečnou situaci, která se již nebude opakovat a která je již naštěstí za námi. Bohužel opak je pravdou. Koronavirus, tedy virus Covid-19, nás zatím ani zdaleka zcela neopustil a poslední dobou bohužel opět sílí. Čísla o počtech nakažených osob jsou opět vyšší a mají tendenci zatím bohužel stále růst. Může se tak zcela reálně stát, že osoby se zdravotním postižením a další chronicky nemocní lidé, kteří jsou spolu se seniory nejohroženějšími skupinami obyvatel, budou opětovně nuceni, v souladu s opatřením vlády ČR, zachovávat zásady přísné karantény. A situace se bohužel pro ně může v plné síle vrátit a opakovat se. A tato hrozba v budoucnu nemusí pocházet pouze od tohoto jednoho viru. Obdobná situace bohužel může v budoucnu nastat i u jiných nových obdobně silných virových či bakteriálních pandemií… Myslím, že zde není třeba zdůrazňovat ohromný stres a obavy těchto lidí ve chvíli, kdy vědí, že budou mít opětovně značné problémy se zajištěním pro ně životně důležitých léků.

V této souvislosti by nejspíš bylo na místě se zde nyní cynicky zeptat České lékárnické komory a jejího aktuálního pana prezidenta Mgr. Aleše Krebse, Ph.D., kde že je ta původně slibovaná odborná péče o tyto pacienty ze strany jednotlivých lékáren a lékárníků. Kde přesně probíhají dodávky léků na předpis až do domácností k rukám lidí se zdravotním postižením a imobilních lidí? Jaká je slibovaná kvalita tohoto doručování léků ze strany lékáren? Proč v době, která byla pro lidi se zdravotním postižením nejtěžší, a v době, která je výrazně ohrožovala na zdraví a životě, lékárny nesplnily své sliby, které rozdávala Česká lékárnická komora při jednotlivých jednáních prakticky na potkání? Proč nechaly pacienty se zdravotním postižením z jejich strany zcela bez pomoci? Současně by zde asi bylo na místě se přímo pana prezidenta komory zeptat, zda by nebylo vhodné přehodnotit postoj komory k internetovému výdeji léků na předpis v tom smyslu, že by jeho uzákonění konečně i ona podpořila. Tím by konečně i ČR srovnala v tomto směru krok s vyspělými evropskými státy. Neboť se v plné síle v praxi ukázalo, že zmíněné sliby zůstaly pouze sliby a zbožným přáním komory a některých lékárníků. Že se jednalo o nějaký, v praxi ze strany lékáren zcela neproveditelný koncept, který však hraničí s přímým ohrožením zdraví a života lidí se zdravotním postižením a imobilních lidí.

NRZP ČR je přesvědčena, že celý segment zdravotnictví, Ministerstvem zdravotnictví počínaje přes příslušný výbor Parlamentu ČR a Poslaneckou sněmovnou a Senátem konče, by se měl k původně navrhované novele zákona o léčivech, kterou přednesl poslanec Patrik Nacher, vrátit a zmíněnou novelu zákona schválit. Jde o nejjednodušší opatření, jak nepříjemnou situaci s izolací lidí se zdravotním postižením vyřešit a hrozbu ohrožení jejich zdraví a života eliminovat. Počátek celého procesu předpisu léků je totiž již plně funkční, neboť předpis elektronického receptu a doručení jeho kódu je již lékaři zaužíván, pacienti jsou na něj již zvyklí a umějí jej využít. Zde tedy žádný problém u chronických pacientů, kteří pokaždé nevyžadují a nepotřebují související lékařské vyšetření, nenastává. Samotné doručovací služby rovněž fungují v praxi již dlouhé roky zcela bez problémů a doručování léků na předpis by se zcela bez problémů přizpůsobily. Nepochybně i za takových podmínek, že by léky byly doručovány speciálně upravenými vozy, např. kvůli přepravě termolabilních léků.

Z výčtu tedy jasně vyplývá, že prakticky jedinou, ale tou nejdůležitější slabinou v procesu zajišťování léků na předpis chronickými pacienty jsou výhradně a pouze samotné lékárny. NRZP ČR je tedy přesvědčena, že je nutno opětovně obnovit potřebná jednání vedoucí k uzákonění internetového výdeje léků na předpis v ČR. Protože si je vědoma toho, jak zásadní a důležitý je tento návrh pro prakticky všechny lidi se zdravotním postižením a imobilní občany, od kterých má pouze příznivé ohlasy na snahu o jeho zavedení, bude se i nadále všemi svými možnostmi a schopnostmi zasazovat o jeho uzákonění. V souvislosti s vývojem v první polovině roku v ČR je NRZP ČR přesvědčena, že se v plné síle ukázala pravdivost jejích argumentů a že Česká lékárnická komora již nemá žádný smysluplný argument pro blokování této změny zákona. V praxi totiž plně ukázala svoji naprostou impotenci a neschopnost distribuci léků lidem se zdravotním postižením až k jejich rukám do domácnosti svými vlastními silami realizovat. Proto NRZP ČR věří, že v souvislosti s tímto vývojem již budou nyní potřebná jednání úspěšná. A to i proto, že v budoucnu se mohou obdobně dramatická omezení, jaká byla realizována v souvislosti se světovou pandemií Covidu-19, opakovat. Bohužel, třeba i ve spojení s jinými závažnými zdravotními ohroženími. ■

TEXT: Václav Krása, Michal Dvořák
FOTO: Eva Fialová a Jonáš Prušek

NRZP ČR SI NA PRAŽSKÉM HRADĚ PŘIPOMNĚLA 20 LET OD SVÉHO ZALOŽENÍ

Národní rada osob se zdravotním postižením ČR oslavila 22. srpna na Pražském hradě výročí 20 let od svého založení. Akce se zúčastnili bývalá první dáma Livia Klausová, předseda vlády Andrej Babiš, místopředsedkyně Senátu Miluše Horská, místopředseda vlády Karel Havlíček, ministryně Jana Maláčová, významní představitelé společenského života, poslanci Parlamentu ČR, vedení NRZP ČR a zástupci členských organizací.
Všichni členové vlády pogratulovali NRZP ČR k dvacátému výročí, včetně pana poslance Patrika Nachera, který dlouhodobě spolupracoval s naší organizací. U příležitosti výročí byli oceněni funkcionáři a spolupracovníci NRZP ČR Jiří Morávek, Jiří Vencl, Jan Michalík, Václav Letocha, Šárka Prokopiusová a Jana Brabencová za mimořádný přínos ve prospěch organizací osob se zdravotním postižením a ve prospěch NRZP ČR. Malým dárkem bylo poděkováno nejvýznamnějším podporovatelům NRZP ČR. Velmi pěknou atmosféru doplnila svým minikoncertem zpěvačka Petra Janů.

Na závěr programu se konala dražba obrazu Karlova mostu, jejž namalovala ústy výtvarnice a absolventka koreanistiky Veronika Svatošová, která je shodou okolností 20 let zcela ochrnutá. Obraz získal Andrej Babiš za 250.000 korun. Výtěžek dražby Veronika použije na cestu do Jižní Koreje a část poukáže NRZP ČR. Předseda NRZP ČR Václav Krása na setkání přednesl projev, v němž připomněl nejdůležitější milníky v dosavadní historii naší organizace. Pro čtenáře Mostů, kteří se akce nemohli zúčastnit, ho v plném znění přetiskujeme:

Vážená paní Klausová, vážený pane premiére, vážení představitelé organizací zdravotně postižených a zaměstnanci Národní rady osob se zdravotním postižením ČR,

dovolte, abych vás přivítal na dnešním setkání u příležitosti výročí 20 let činnosti NRZP ČR. Původní termín našeho setkání byl stanoven na 20. června letošního roku, což bylo přesně na den 20 let od schválení stanov NRZP ČR. Jak ovšem říká české pořekadlo: „Člověk míní, Bůh mění“. Koronavirus nám všem mění naše plány a změnil i čas našeho setkání. Jsem proto velmi rád, že jsme se nakonec sešli a že se naše setkání může uskutečnit v těchto krásných prostorách.

Vím, že projevy nemají být dlouhé, a tak budu opravdu velmi stručný. Uplynulých 20 let bych si dovolil rozdělit do třech etap.

První etapa byla dobou růstu, kdy se každý rok hlásily do Národní rady desítky organizací. V té době jsme formulovali naše základní představy o činnosti, o způsobu organizace, ale hlavně o našem směřování a našich prioritách. Bylo to hledání sama sebe a ukotvení organizace tak, aby byla vnímána jako skutečný reprezentant osob se zdravotním postižením. V průběhu prvních pěti let jsme se skutečně stali tím subjektem, který je pro stát, ale i kraje a města adekvátním partnerem pro vyjednávání při důležitých rozhodovacích procesech v oblasti zdravotního postižení.

Konec tohoto období charakterizoval zápas o jeden ze stěžejních zákonů pro lidi závislé na pomoci jiných, a to zákon o sociálních službách. V roce 2006 se nám podařilo prosadit takovou podobu zákona, která ➡

závislým osobám dala prostředky na to, aby samy mohly rozhodovat, od koho budou nakupovat služby, které potřebují. Přijetí zákona bylo velkým úspěchem NRZP ČR.

Druhé období, asi od roku 2008, bych charakterizoval jako období těžkého zápasu za obhájení práv a potřeb lidí se zdravotním postižením. Byla to doba po hospodářské krizi, kdy došlo k velkým restrikcím veřejných financí, které samozřejmě tvrdě dopadly i na komunitu lidí se zdravotním postižením. I když sám nejsem příznivcem demonstrací a různých nátlakových akcí, tak tentokrát bylo nutné vyjít do ulic a dát o sobě vědět. Na jaře 2011 jsme zorganizovali před MPSV ČR asi největší vystoupení osob se zdravotním postižením ve střední Evropě. Z celé republiky přijelo přibližně pět tisíc lidí se zdravotním postižením, aby dali jasně najevo, že to, co připravovala tehdejší vláda, je pro nás nepřijatelné. Středobodem odporu byla sKarta, na kterou si možná už mnozí ani nevzpomenou. Naše veřejná vystoupení byla úspěšná a postupně se k našim názorům začaly klonit i jednotlivé politické síly. Pamatuji si velmi dobře, jak nás řada významných lidí varovala, že zápas o sKartu bude znamenat konec NRZP ČR. I přes tato varování jsme se do zápasu pustili a nakonec jsme byli úspěšní.

Poslední období, přibližně od roku 2014, je charakterizováno zlepšováním podmínek lidí se zdravotním postižením. V tomto období se nám podařilo vyjednat s vládou, poslanci či senátory řadu novel zákonů, které odstranily pozůstatky restriktivních opatření a zlepšily kvalitu našeho života. Podařilo se významně zvýšit příspěvek na péči, který je poskytován při péči v domácím prostředí, podařilo se prosadit změny v podpoře zaměstnávání OZP, významné změny byly provedeny ve vzdělávacím systému, a to směrem k dostupnosti vzdělávání v hlavním vzdělávacím proudu a v mnoha dalších ohledech. V předchozím období jsme prokázali, že umíme aktivně bojovat a vyjít do ulic, nyní jsme mohli prokázat, že ovládáme i umění vyjednávání a že pokud to není nutné, dáváme přednost diplomacii.

Je paradoxem, že když jsme upustili od nátlakových akcí a jdeme cestou vyjednávání, je na NRZP ČR vytvářen stále větší tlak na zmenšení jejího vlivu v rámci různých veřejných struktur, ale také je vytvářen tlak na stále menší podporu naší organizace. Věřím, že je to jenom věc přechodná.

Vážení vzácní hosté, vážení přítomní, NRZP ČR má obrovský potenciál hájit zájmy a potřeby osob se zdravotním postižením. Máme jasné cíle, kudy směřovat naši činnost pro další zlepšování postavení OZP ve společnosti. Věřím, že i ve spolupráci s vámi se nám bude dařit naše základní cíle naplňovat přinejmen-

ším stejně dobře jako doposud. Věřím, že nás budete i nadále podporovat a že budete ochotni naslouchat našim potřebám.

Vážení přítomní, dovolte mi, abych vzpomenul několik významných osobností, které byly u založení NRZP ČR nebo se výraznou měrou podílely na její činnosti, ale dnes již nemohou být s námi. Dovolte mi připomenout pana Ing. Pavla Duška, jednoho ze zakladatelů naší organizace a také prvního předsedu Národní rady. U zrodu NRZP ČR byly další významné osobnosti, jako pan profesor Ján Jesenský, paní Ing. Jana Hrdá, zakladatelka osobní asistence, profesor Jan Pfeiffer, zakladatel rehabilitace v ČR, paní Táňa Fischerová, která s námi spolupracovala 15 let, pan Mgr. Milan Langer, zakladatel hnutí OZP na Olomoucku, a mnoho dalších. Všem patří poděkování za jejich obětavou práci ve prospěch osob se zdravotním postižením a za jejich podíl na založení NRZP ČR.

Dámy a pánové, na závěr mi dovolte, abych vám všem poděkoval, že jste dnes přišli a společně jsme se mohli ohlédnout za 20 lety existence NRZP ČR. Aby toto ohlédnutí nemuselo být jen záležitostí dnešního odpoledne, připravili jsme pro vás publikaci, kde je možné si přečíst podrobněji o tom, co se nám v průběhu 20 let podařilo a čím jsme prošli.

Rád bych poděkoval panu prezidentovi Miloši Zemanovi za záštitu, kterou této akci propůjčil, Pražskému hradu za poskytnutí těchto prostor i partnerům, kteří nám umožnili, aby se dnešní setkání mohlo uskutečnit. Děkuji také všem zaměstnancům NRZP ČR, jak těm minulým, tak těm současným, kteří se významnou měrou podílejí na činnosti a výsledcích naší organizace. ■

TEXT: Veronika Okruhlicová

OKÉNKO DO PORADEN NRZP ČR

Mám dětskou mozkovou obrnu a pracuji tři hodiny denně jako testér počítačových her pro jednu softwarovou firmu. Chtěl bych se zeptat, jestli bych mohl pracovat o hodinu denně více, aniž bych si ohrozil pobírání invalidního důchodu třetího stupně. V minulém posudku o invaliditě jsem měl napsanou sníženou pracovní schopnost 70% a větu: *„není schopen samostatné výdělečné činnosti ani za zcela mimořádných podmínek“*. V novém posudku už výše zmíněná věta není a snížená pracovní schopnost zůstala stejná jako v minulém posudku. Posudkový lékař na závěr napsal, že vzhledem k mému věku a stupni postižení už další kontrolní lékařské posouzení nestanovuje. Mohu bez obav přijmout možnost pracovat déle, kterou mi můj zaměstnavatel nabízí? A pokud budu pracovat, mohu pobírat příspěvek na péči?

Výdělečná činnost při pobírání invalidního důchodu není zákonem nijak omezena co do výše výdělku, výše pracovního úvazku ani typu pracovního poměru (doba určitá, neurčitá) a osoby uznané jako invalidní mohou využívat svého zbytkového pracovního potenciálu k obstarání finančních zdrojů. Záleží převážně na aktuálním zdravotním stavu jedince a na tom, jakou práci a v jakém rozsahu zvládne, rozsah pracovní aktivity by ale měl odpovídat snížené pracovní schopnosti. U lidí, kterým byl přiznán invalidní důchod 1. a 2. stupně, se přivýdělek předpokládá, protože (na rozdíl od lidí uznaných invalidními ve 3. stupni) se jim doba pobírání ID nezapočítává jako náhradní doba pojištění potřebná pro vznik nároku na starobní důchod.

Každý člověk se zdravotním postižením si tedy sám rozhoduje o tom, v jakém rozsahu zvládne pracovní činnosti, a to vzhledem ke svému zdravotnímu stavu, pracovnímu prostředí a obsahu pracovních činností. Obecně se doporučuje pracovat na zkrácený úvazek, plný úvazek by mohli posudkoví lékaři ČSSZ vnímat jako důvod pro snížení stupně invalidity.

U osob invalidních ve 3. stupni hodnotí posudkový lékař OSSZ nejen to, že došlo k poklesu pracovní schopnosti minimálně o 70 %, ale i tzv. schopnost práce za zcela mimořádných podmínek (podle vyhlášky 359/2009 Sb., o posuzování invalidity). Znamená to, že i jedinci ve 3. stupni invalidního důchodu mohou pracovat podle svých fyzických a psychických schopností a možností, ale k výkonu práce potřebují určité úpravy, např. úpravu pracovního prostředí, speciální kompenzační pomůcky, tlumočníka pro neslyšící, pomoc jiné fyzické osoby atd. Výjimečnost není v tom, že mohou pracovat „občas“, ale v nestandardnosti pracovních podmínek.

Pokud v novém posudku o invaliditě již není uvedené, že byste nebyl schopen práce ani za zcela mimořádných podmínek a vám zůstala snížená pracovní schopnost, tak není nutné se obávat zvýšení pracovního úvazku o 1 hodinu denně.

Musím vás však upozornit, že i když máte v posudku napsané, že vzhledem k věku a stupni postižení posudkový lékař kontrolní lékařské vyšetření nestanovuje, může se stát (personální změny, nové interní nařízení ČSSZ apod.), že k němu přesto může dojít. V takovém případě je nutné prokázat, že práci děláte za upravených podmínek, s dopomocí, dohledem a zvýšenou tolerancí zaměstnavatele, aby při přezkoumání zdravotního stavu posudkový lékař nezměnil pokles pracovní schopnosti o 10 bodů za adaptaci – přizpůsobení se zdravotního stavu, a tím nedošlo ke snížení stupně invalidního důchodu.

Pobírání příspěvku na péči také nemá vliv na výši pracovního úvazku a ani jej nelze považovat za překážku pro uzavření pracovního poměru. Zaměstnavatele by neměly zajímat informace o příspěvku na péči a ani výše příspěvku na péči by neměla být změněna na základě pracovního uplatnění. Není podstatné, zda pracujete nebo nepracujete, ale zda stále nezvládáte daný počet základních životních potřeb (mobilita, orientace, komunikace, stravování atd.) a i při výkonu zaměstnání vám při jejich zvládání pomáhá pečující osoba. Například pokud jako osoba s dětskou mozkovou obrnou máte uznánu jako nezvládnutou základní životní potřebu mobilitu a pracujete z domu, případně vás do zaměstnání doveze vaše pečující osoba, posadí k pracovnímu stolu atd., lze i nadále považovat tuto základní životní potřebu jako nezvládnutou a není důvod ke snížení stupně přiznaného příspěvku na péči.

Jsem invalidní důchodkyně od roku 2013, mám přiznaný invalidní důchod v 1. stupni. V březnu 2019 jsem měla nastoupit do starobního důchodu, který mi byl zamítnut pro nesplnění podmínek důchodového pojištění. Nevím, jak získat potřebou dobu pojištění, když mi zdraví neslouží. Zbývá mi odpracovat ještě asi rok. Chtěla jsem si to doplatit, ale částku mi OSSZ vypočítala přes 70 000 Kč. Tak jsem se rozhodla i přes své zdravotní problémy si to odpracovat a našla jsem si práci. Firma ale se mnou chce uzavřít jen dohodu o provedení práce. Na co si mám dát pozor a počítá se to vůbec do důchodu?

Pro nárok na starobní důchod je nutné splnit dvě podmínky, a to dosáhnout stanoveného důchodového věku a získat potřebnou dobu pojištění. Chybějící potřebnou dobu důchodového pojištění můžete splnit i v případě, že uzavřete pracovní poměr na základě dohody o pracovní činnosti (DPČ) a v některých případech i na základě dohody o provedení práce (DPP).

V případě dohody o provedení práce je důležité si uvědomit několik věcí. Tento smluvní vztah mezi zaměstnavatelem a zaměstnancem musí být uzavřený písemně a rozsah práce, na který se DPP uzavírá, nesmí být podle § 75 zákoníku práce více než 300 hodin v kalendářním roce.

Důležitá je totiž výše měsíční odměny za provedenou práci. Pokud měsíční odměna z DPP nepřesáhne 10 000 Kč, neplatí se z výdělku zdravotní ani sociální pojištění (ani zaměstnavatel ani vy), tudíž nejste účastna důchodového pojištění a není tato doba započítávána jako doba potřebná pro důchod. Pokud bude výše měsíční odměny vyšší než 10 000 Kč, bude vám z odměny strháváno sociální pojištění a tato doba se bude počítat jako doba pojištění pro důchodové nároky a bude mít vliv i na výši osobního vyměřovacího základu (výši vyplácené částky důchodu).

Při výdělku nad stanovený limit 10 000 Kč je nutné pamatovat na skutečnost, že vám bude strhávána i částka na zdravotní pojištění, i když jste uznána osobou invalidní a zdravotní pojištění nyní neplatíte. Osobní platby mají totiž přednost před platbami státu.

Všechny osoby, za které platí zdravotní pojištění stát, platí zdravotní pojištění pouze ze svých skutečných příjmů a nikoliv z fiktivního příjmu minimální mzdy. Nebude se tedy na vás vztahovat skutečnost, že při výdělku od 10 000 až do výše minimální mzdy 14 600 Kč pro rok 2020 má zaměstnanec povinnost doplácet do výše minimálního pojištění. Vaším vyměřovacím základem pro odvod zdravotního pojištění bude váš skutečný příjem. Měli by to znát personální pracovníci a mzdové účetní. Pokud by vám bylo ze mzdy odváděno vyšší zdravotní pojištění, než je stanovené procento z příjmů, tak je nezbytné tuto skutečnost se mzdovou účetní řešit.

Při výkonu pracovní činnosti na DPP, kdy bude výdělek vyšší než 10 000 Kč, vám bude strhávána záloha na daň.

Je možné, že zaměstnavatel zvolil tuto variantu pracovně právního vztahu proto, že při výši měsíční odměny do 10 000 Kč neodvádí ani zaměstnavatel ani zaměstnanec sociální ani zdravotní pojištění. Váš problém by se ale uzavřením DPP s výdělkem do 10 000 Kč nevyřešil.

Jsem invalida ve 3. stupni invalidity, mám špatné srdce (diagnóza I500 městnavé selhávání srdce). Mám vyhlídku předání na transplantaci srdce do IKEM. Chtěl bych se zeptat, jestli mám nárok na průkaz ZTP a jak mám o něj zažádat?

Přiznaný invalidní důchod jakéhokoliv stupně neznamená automatický nárok na průkaz pro osoby se zdravotním postižením, stejně tak nesouvisí s případně poskytovaným příspěvkem na péči. Každá žádost je posuzována zcela samostatně, podle odlišných kritérií a jiné legislativy.

Každá osoba, která je na území ČR hlášena k trvalému pobytu a která zde má bydliště, má právo podat žádost o přiznání průkazu pro osoby se zdravotním postižením. Zda žadateli bude přiznán a v jakém stupni (TP, ZTP, ZTP/P), rozhoduje Úřad práce ČR na základě posouzení zdravotního stavu posudkovým lékařem ČSSZ.

Obecně platí, že nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením (OZP) má osoba starší 1 roku s tělesným, smyslovým nebo duševním postižením charakteru dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu, které podstatně omezuje její schopnost pohyblivosti nebo orientace, včetně osob s poruchami autistického spektra.

Konkrétně nárok na průkaz ve stupni ZTP má osoba, která je schopna samostatné pohyblivosti v domácím prostředí a v exteriéru je schopna chůze se značnými obtížemi a jen na krátké vzdálenosti (těžké funkční postižení pohyblivosti), je schopna spolehlivé orientace v domácím prostředí a v exteriéru má značné obtíže (těžké funkční postižení orientace). Současně musí onemocnění, které osobě způsobuje omezení schopnosti pohyblivosti případně orientace, odpovídat některému ze zdravotních stavů uvedených v příloze č. 4 k vyhlášce č. 388/2011 Sb., která vymezuje zdravotní stavy, jež lze považovat za podstatné omezení schopnosti pohyblivosti a orientace nebo s ním musí být funkčními důsledky srovnatelné (průkazy jsou vydávány osobám s těžkým pohybovým onemocněním, těžkými ztrátami sluchu, po amputacích dolních i horních končetin, osobám s onkologickými i interními onemocněními).

Řízení o přiznání průkazu OZP se zahajuje podáním žádosti na formuláři, který podáte na kontaktním pracovišti Úřadu práce podle místa trvalého bydliště, v případě zřízené datové schránky nebo elektronického podpisu lze vyplněnou žádost podat přes webové stránky MPSV.

Na základě podané žádosti požádá ÚP o posouzení vašeho zdravotního stavu lékaře posudkové služby ČSSZ. Ten si vyžádá od vašeho ošetřujícího lékaře aktuální informace o vašem zdravotním stavu, případně i lékařské zprávy od jiných odborných lékařů, a vypracuje posudek vašeho zdravotního stavu, kde bude uvedeno, zda splňujete některou z indikací stanovených pro nárok na průkaz. Stejnopis posudku pak zašle LPS zpět na příslušnou pobočku ÚP, která vás písemně vyzve, abyste se k těmto podkladům vyjádřil.

Doporučuji této možnosti využít a nahlédnout do spisu. Máte možnost vyjádřit, s čím souhlasíte, s čím nesouhlasíte, navrhnout doplnění, a máte i možnost si nechat udělat kopie. Po vypořádání vašeho vyjádření k podkladům vydá pobočka ÚP rozhodnutí o průkazu. Pokud byste nebyl spokojený s rozhodnutím, máte možnost se do 15 dnů od data doručení odvolat k MPSV prostřednictvím pobočky ÚP, která rozhodnutí vydala.

Pokud vám bude průkaz rozhodnutím ÚP přiznán v některém stupni, musíte doložit aktuální pasovou fotografii a zaplatit správní poplatek 30 Kč. Doba platnosti průkazu (kartičky) je 10 let u osob starších 18 let, důležitá je však platnost zdravotního posudku uvedená v rozhodnutí o průkazu z ÚP.

Podle toho, jaký typ průkazu vám bude vydán, máte nárok na určité výhody. Seznam výhod, na které mají držitelé průkazu OZP nárok, najdete také na stránkách MPSV.

Doporučujeme zároveň podat i žádost o příspěvek na mobilitu. Podmínkou je, že je žadatel držitelem průkazu ZTP nebo ZTP/P, v kalendářním měsíci se opakovaně dopravuje nebo je dopravován a nejsou mu poskytovány pobytové sociální služby. Výše příspěvku je 550 Kč, je vyplácen zpětně a je možné jej čerpat čtvrtletně. Průběh řízení je obdobný jako při vyřizování přiznání průkazu pro osoby se zdravotním postižením, řízení však bude přerušeno, dokud nebude rozhodnuto o přiznání či nepřiznání průkazu OZP. ■

TEXT: Michal Dvořák
FOTO: archiv Jana Uherky

PROMĚNY VE VNÍMÁNÍ OZP NELZE DOSÁHNOUT ZE DNE NA DEN,

ŘÍKÁ ČERSTVÝ DRŽITEL CENY MOSTY JAN UHERKA

Cenu Mosty za celoživotní práci ve prospěch osob se zdravotním postižením letos získal Jan Uherka, dlouholetý místopředseda NRZP ČR a zakladatel spolku Sdružení rovných šancí. Zeptali jsme se ho, jak toto ocenění vnímá, a požádali ho o malé ohlédnutí za jeho dosavadní prací pro lidi s handicapem.

Patnáctého září jste ve Zlíně převzal cenu MOSTY pro osobnost hnutí osob se zdravotním postižením. Co pro vás toto ocenění znamená?
Je to ocenění pro všechny, kteří mě v mé práci konané ve prospěch osob se zdravotním postižením podporovali. Na prvém místě musím poděkovat své manželce a nejbližší rodině, protože převzaly ty úkoly, které manžel a otec zpravidla plní. Rodina mi také poskytovala silnou morální podporu. Rovněž děkuji všem přátelům, kteří mi dodávali odvahu a na které jsem se obracel o pomoc a radu.

Během vašeho působení v NRZP ČR jste jistě poznal mnohé osobnosti. Co z člověka udělá osobnost hnutí lidí se zdravotním postižením?
Za téměř čtyři desetiletí dobrovolnické práce v různých organizačních strukturách osob se zdravotním postižením, a zvláště za posledních dvacet let v Národní radě osob se zdravotním postižením, jsem samozřejmě poznal řadu vynikajících osobností. Pečlivě jsem vnímal jejich pojetí zrovnoprávnění osob se zdravotním postižením, poznával právní, politické, ekonomické, pedagogické, etické a další souvislosti zdravotního postižení a rovněž jsem pozorně naslouchal všem, kteří se na mě obraceli o radu či jinou pomoc. Pochopil jsem, že jestliže chci efektivně pomáhat při naplňování rovných příležitostí osob se zdravotním postižením a prosazovat oprávněné potřeby a zájmy handicapovaných, musím se při jednáních s politickými subjekty, orgány státní správy a samosprávy stát rovnocenným partnerem, to znamená, že musím vidět dál a také chtít víc než mí partneři.

Jste dlouholetý místopředseda NRZP ČR a předseda NRZP ČR Zlínského kraje, čtrnáct let jste však byl ředitelem střední školy v Luhačovicích a dvacet let jste pracoval s mládeží na území Zlínského kraje. Co bylo tím mostem mezi vaší prací ve školství a prací pro organizaci lidí se zdravotním postižením?
Můj most nebyl žádný monolit, žádný prefabrikát, který přiveze jeřáb a postaví na hotové pilíře. Můj most se postupně, dalo by se říct už od prvních školních let, skládal z jednotlivých kamenů. Nejprve to byli těžce zdravotně postižení spolužáci na základní škole i univerzitě, posléze pe-

dagogické zkušenosti s handicapovanými dětmi ve výchovném ústavu a na střední škole a nakonec těžké zdravotní postižení mého mladšího syna Vladimíra. Pochopil jsem, že musím pomáhat nejenom jemu, ale všem, kteří pomoc potřebují. Právě toto poznání bylo tím posledním kamenem, který překlenul most, most pro všechny.

Vystudoval jste filozofii a historii na brněnské filozofické fakultě. V čem vás tyto obory obohatily a jak vás vybavily pro život? Máte nějakého oblíbeného filozofa, jehož myšlenky si často připomínáte?

Jak čas plyne, tak se mi stále častěji a vtíravěji připomínají myšlenky související se studiem dějin filozofie a složitostí přelomových historických událostí. Studium filozofie mi umožnilo mimo jiné vnímat svět v jeho protikladech, ve vzájemných souvislostech, rozlišovat podstatu a jev, vzájemnou podmíněnost svobody a řádu. Z předsokratovské filozofie mne oslovil zejména Herakleitos Efeský, z pozdějších období pak představitel římského stoicismu Epiktetos, zakladatel moderního racionalismu René Descartes, z německé klasické filozofie např. G.W. F. Hegel a z české filozofie 2. pol. 20. stol. a poč. 21. stol. Karel Kosík. V době studia na brněnské filozofické fakultě jsem nejvíce vnímal podněty a myšlenky takových osobností, jako byl filozof a sociolog Josef Solař, politolog Jaroslav Šabata, filozof Lubomír Nový a historik Jaroslav Kudrna.

Jak se díváte na postoj většinové společnosti k lidem s handicapem? Změnilo se něco v přístupu k osobám se zdravotním postižením například v posledním desetiletí?

Pro vztah většinové společnosti k osobám se zdravotním postižením jsou historicky zřejmé dvě krajnosti. Za prvé je to přehnaný soucit a litování a označování handicapovaných osob za chudáčky. Takovýto přístup ovšem ve skutečnosti snižuje lidskou důstojnost handicapovaných. Opačný extrém považuje handicapované za osoby, které jsou na obtíž a překáží. Tento postoj známe už z antického Řecka. Klasik antické filozofie Platon ve své Ústavě, v hlavě páté, říká, že děti horších rodičů a nedužívé děti lepších rodičů se mají odstranit, a to na místě ➡

> **„Proměny ve vnímání osob se zdravotním postižením nelze dosáhnout ze dne na den. Je těžké požadovat něco, co by nebylo akceptováno většinovou společností. Na měření pokroku v této oblasti je jedno desetiletí velmi krátkou dobou.“**

tajném. Připomínám, že utrácení dětí nebylo v Řecku neznámé. Známým příkladem z novodobé historie jsou pak nacistické plynové komory, do nichž byli mezi prvními posíláni lidé z psychiatrických léčeben a mentálně postižení, kteří byli označováni za osoby „nehodné žití".

Proměny ve vnímání osob se zdravotním postižením nelze dosáhnout ze dne na den. Je těžké požadovat něco, co by nebylo akceptováno většinovou společností. Navzdory systematickým organizačním a výchovným aktivitám v začleňování osob se zdravotním postižením, včetně osob s postižením mentálním, do většinové společnosti jsme svědky stigmatizace těchto osob a jejich označování za blázny, mrzáky, pajdavce, odmítání jejich přítomnosti v sousedství apod. Na měření pokroku v této oblasti je jedno desetiletí velmi krátkou dobou.

Od mládí se zajímáte o politiku, jste aktivní na různých úrovních politického života, mimo jiné jste byl členem širšího vedení sociální demokracie. Co vás k politice vedlo?

Zřejmě to mám nějak předurčeno. Od dětství jsem sledoval, co se děje ve světě, poslouchal rádio, četl noviny, odebíral odborné časopisy. O něco později jsem začal podrobně sledovat i domácí politickou scénu. Na vysoké škole jsem byl společensko-politickým děním zcela pohlcen, zejména pak vztahy mezi filozofií, politikou a ekonomikou. K mému hlubšímu vnímání této problematiky jistě výrazně přispěly takové osobnosti jako už výše zmíněný J. Šabata či L. Nový, se kterými jsem spolupracoval i po listopadu 89. Politické proměny na přelomu 60. a 70. let se nepříjemně promítly do mého pracovního i osobního života. Na druhé straně mi však jejich důsledky umožnily hlubší poznání společenské reality a poznání i tzv. spodních proudů v politice, tedy toho, co není na první pohled zřejmé – podstaty a vztahu mezi podstatou a jevem. V sociální demokracii jsem byl několik let voleným členem předsednictva strany, jedno období jsem se účastnil jejího jednání jako předseda Krajského výkonného výboru ve Zlíně a pak také jako stálý host předsednictva strany. Současně jsem byl několik volebních období členem Ústředního výboru ČSSD. Nyní jsem řadovým členem.

Jak vnímáte současný politický vývoj, jaká hlavní témata ovlivňují současnou politiku? V čem spatřujete největší úskalí?

> **„Národní rada osob se zdravotním postižením je dnes vnímána jako skutečný reprezentant komunity osob se zdravotním postižením jak na národní, tak na evropské úrovni."**

Adekvátní odpověď na tuto i předchozí otázku by překračovala rámec tohoto rozhovoru. Proto konstatuji velmi stručně: vývoj po listopadu 1989 je pro mne zklamáním. Nedošlo ke kvalitativnímu, revolučnímu překonání minulosti, které by z minulosti zachovalo vše pozitivní, oprostilo se od překonaného a povzneslo novou skutečnost na vyšší úroveň. To, co po revoluci následovalo, byla restaurace kapitalismu, cudně označovaná jako transformace či tržní hospodářství. Došlo k oživení sociálního darwinismu devatenáctého století spojeného s počtářstvím, arogancí a cynismem. Ekonomické důsledky této restaurace a její sociální dopady jsou alarmující. Rozhodující ekonomickou pozici zaujal zahraniční kapitál a s ním související odliv bohatství vytvořeného našimi občany, státní suverenita se téměř vytratila a občan je redukován na konzumenta a voliče. Sociální nerovnosti se prohloubily do té míry, že početná část občanů žije v chudobě a zápasí o holé přežití. Propastné nerovnosti deformují celou společnost.

Vědomi si těchto skutečností nesmíme vzdát zápas o sociální spravedlnost, rozvoj plnohodnotného občanství a lidskou důstojnost. Spartakův odkaz dnešku v tuto chvíli spatřuji v myšlence, že Spartakus byl člověkem, který se nesmířil se světem, do něhož se narodil.

V Uherském Brodě předsedáte spolku Sdružení rovných šancí. V čem spočívá činnost tohoto spolku?

Sdružení rovných šancí, z. s., vzniklo před 12 lety s cílem naplňovat program rovných příležitostí na místní a regionální úrovni a přispívat ke kvalitě života nejen členů spolku, ale celé komunity osob se zdravotním postižením. Scházíme se jednou měsíčně, diskutujeme a vzájemně se seznamujeme s novými poznatky, zkušenostmi i individuálními problémy. Pořádáme besedy, přednášky, semináře. V jednání s představiteli města se snažíme naplnit heslo „Uherský Brod – město vstřícné zdravotně postiženým". Zaměřili jsme se zvláště na řešení přístupnosti a bezbariérovosti městských komunikací, budov městského úřadu, kulturních zařízení, nemocnice s poliklinikou apod., což je v podmínkách našeho města, které má velkou terénní a historickou zátěž, finančně velmi náročný úkol. Snažíme se také podporovat spolkovou činnost a podporujeme sociální, ozdravné, kulturní a vzdělávací aktivity ve prospěch osob se zdravotním postižením.

Náš spolek je členskou organizací NRZP ČR a tři naši členové aktivně pracují ve volených orgánech NRZP ČR na národní a krajské úrovni. V rámci svých možností se členové spolku zapojují do aktivit pořádných NRZP ČR ve Zlínském kraji.

V letošním roce slaví NRZP ČR 20. výročí svého vzniku. Jak se díváte na současné směřování Národní rady osob se zdravotním postižením ČR?

Národní rada osob se zdravotním postižením je dnes vnímána jako skutečný reprezentant komunity osob se zdravotním postižením jak na národní, tak na evropské úrovni.

Se vší vážností musíme přistupovat k postupné generační obměně na národní i regionální úrovni, musíme vnímat problematiku rovných příležitostí šířeji, například v otázce pečovatelství, a jak už jsem zdůraznil při jiné příležitosti, v obhajobě oprávněných potřeb a zájmů osob se zdravotním postižením a jejich rodin i pečujících osob musí být naše aktivity na úrovni státu, krajů i obcí zřetelnější a kompetentnější.

Co byste popřál NRZP ČR k jejímu významnému jubileu?

Další úspěšné dvacetiletí. To se ale nestane samo od sebe. Svůj základní programový cíl, tedy podporu rovných příležitostí, bude muset NRZP ČR se vší pravděpodobností prosazovat v daleko složitějším a méně vypočitatelném prostředí a troufám si říct, že v prostředí hodnotově přelomovém. ■

Za každý prodaný produkt značky Dr.Max přispějeme 1 Kč na společný projekt Nadace Charty 77 – Konto Bariéry a lékáren Dr.Max – „TAXÍK MAXÍK".

Přispíváme spolu 1 Kč TAXÍK maxík

„SLOŽME SE SPOLU NA TAXÍK PRO SENIORY"

K|o|n|t|o|B|a|r|i|é|r|y

S|e|n|S|e|n
Senzační Senioři

Dr.Max

TAXÍK maxík

Podrobné informace naleznete na **www.drmax.cz**.
Akce trvá od 1. září 2020 do dosažení cílové částky 3 miliony Kč, nejpozději však do 30. listopadu 2020, a nejsou do ní zahrnuty léky.

Speciální zvýhodněné taxi pro seniory

TEXT: Gabriela Novotná
FOTO: České dráhy

CHCI POHODLNÉ CESTOVÁNÍ PRO VŠECHNY ZÁKAZNÍKY,

ŘÍKÁ V ROZHOVORU PRO MOSTY NÁMĚSTEK GENERÁLNÍHO ŘEDITELE ČD JIŘÍ JEŠETA

České dráhy letos vstoupily do nového období. Mají nové kontrakty v oblasti regionální i dálkové dopravy. Pro národního dopravce to znamená také závazek zlepšit služby a vlakové soupravy. O tom, před jakými úkoly nyní České dráhy stojí, jsme si povídali s Jiřím Ješetou, členem představenstva a náměstkem generálního ředitele pro obchod.

Pane náměstku, na dráze jste začínal jako výpravčí a pak jste prošel řadu úseků na Českých drahách. V roce 2001 jste začal pracovat na generálním ředitelství na úseku kontroly, kde jste měl na starosti kvalitu cestování. Jak se za tu dobu změnilo cestování lidí na vozíku?
Jedním slovem zásadně. Dokládají to i přesné statistické údaje. V roce 2001 jsme vypravovali v celé České republice pouze 124 bezbariérových spojů. Dnes je jich více než 4 800, jsou to přibližně dvě třetiny našich spojů. A stejné je to s bezbariérovými vozy. Dříve jich bylo pár desítek, dnes jich máme kolem 600. A lidé na vozíku tuto změnu ocenili. Dříve jich s námi cestovaly pouze desítky, dnes jsou to tisíce. Takový nárůst bychom nezvládli bez objednávkového systému, který ocenila i Národní rada osob se zdravotním postižením svou cenou Mosty. Největším oceněním je ale velký počet cestujících, kteří objednávkový systém využívají. Chci pohodlné cestování pro všechny zákazníky, i pro ty na vozíku, s postižením zraku nebo jiným handicapem. K cíli nám chybí ještě kus cesty, ale jdeme správným směrem.

Myslíte si, že někdy budou všechny vlaky bezbariérové?
Ano. Trend tím směrem jde. Jak rychle to bude, to ale záleží především na objednavatelích a organizátorech veřejné dopravy. Dnes jsou to především kraje, kdo objednává regionální spoje a diktuje si také požadavky na typ souprav a služby. Bohužel při uzavírání současných smluv zvolilo jen velmi málo regionů úplně nové vlaky.

„V roce 2001 jsme vypravovali v celé České republice pouze 124 bezbariérových spojů. Dnes je jich více než 4 800, jsou to přibližně dvě třetiny našich spojů. A stejné je to s bezbariérovými vozy. Dříve jich bylo pár desítek, dnes jich máme kolem 600.“

Po vypršení desetiletých kontraktů jste nové uzavírali loni. Znamená to, že současný rozsah bezbariérové dopravy je zafixovaný na dalších 10 let?
Určitě ne. Některé regiony zvolily cestu objednání moderních bezbariérových souprav, takže současný stav zafixovaný není a počet bezbariérových vlaků v příštích letech rozšíříme. Bude to ale v každém regionu jiné podle místních požadavků. Nové elektrické nebo motorové jednotky se objeví například na tratích Karlovarského, Plzeňského, Středočeského, Jihočeského, Moravskoslezského kraje a na Vysočině. Cestování se zlepší i tam, kde zůstanou původní vozidla a kraje si objednaly alespoň modernizaci. Například v Pardubickém kraji doplníme do souprav plošiny, které usnadní nástup a výstup lidem na vozíku. Každá smlouva je ale originální, a tak nás čekají změny i v příštích letech.

Znamená to, že jste loni neprodloužili všechny smlouvy na dalších 10 let?
My jsme měli přibližně 17 smluv na regionální dopravu a několik na dálkovou. Ne všechny skončily loni a některé nové jsou zase na kratší období. To vždy záleží na požadavcích zákazníků, kteří s námi smlouvy na veřejné služby uzavírají. Například v Královéhradeckém kraji stávající smlouva vyprší až příští rok a kraj se rozhodl dopravu rozdělit do pěti různých menších celků, pro které nyní hledá dopravce. Jihomoravský kraj zase soutěžil dopravce pouze na 3 roky s opcí na třikrát jeden rok. Podobně bude v příštích letech probíhat výběr dopravců na některé dálkové linky. Takže určitě není nic zafixováno na dalších 10 let a neustále musíme obhajovat své kontrakty.

Kolik jich vlastně dnes máte? Pokud některé další regiony rozdělily své linky na menší celky, stejně jako tomu bude nyní u Královéhradeckého, pak jich určitě přibylo.

Jen v oblasti regionální dopravy dnes máme téměř 40 kontraktů. To je skoro třikrát víc než dřív a představuje to přirozeně značnou administrativní agendu. Několik dalších kontraktů pak máme v oblasti dálkové dopravy. Dnes tak můžeme říkat, že jen České dráhy zajišťují veřejnou drážní dopravu v malé České republice na základě přibližně 45 různých smluv.

Zaměřme se nyní na regiony, kde se zlepší cestování lidem s handicapem. Na co se mohou lidé těšit?

Mezi Plzní a Karlovými Vary vznikne nová zrychlená linka. Ta obslouží i všechna důležitá místa na trase, jako jsou například Mariánské Lázně, Cheb, Stříbro, Sokolov a další. Na tuto linku nasadíme zbrusu nové bezbariérové jednotky typu RegioPanter. Ty jsou vybaveny také pro cestování nevidomých a neslyšících. Mají audiovizuální informační systém, majáčky a otevírání dveří na dálkové pokyny z vysílaček, které používají nevidomí.

Další jednotky RegioPanter nasadíme na lince Klatovy – Plzeň – Rokycany – Beroun, budou tak obsluhovat jednu z páteřních tratí Plzeňského a Středočeského kraje. Deset stejných jednotek zamíří také na tratě Jihočeského kraje a na Vysočině nahradí starší soupravy na hlavních elektrifikovaných tratích. Bezbariérové patrové jednotky push-pull zamíří na sever Moravy na frekventovanou linku z Ostravy do Frýdku-Místku a dál pod Beskydy a vybíráme

> **„Chci pohodlné cestování pro všechny zákazníky, i pro ty na vozíku, s postižením zraku nebo jiným handicapem. K cíli nám chybí ještě kus cesty, ale jdeme správným směrem.“**

také nové motorové jednotky, které budou jezdit třeba v Jihočeském kraji a na Vysočině. Všechny tyto vlaky budou nejen snadno přístupné pro lidi na vozíku, ale vybavené také vším potřebným pro nevidomé, slabozraké, neslyšící a další skupiny osob se ztíženou možností pohybu a orientace. Takže zde budou nápisy v Braillově písmu, reflexní tlačítka s hmatovými reliéfy, audiovizuální informační systém nebo vyhrazená místa.

A jak je to v dálkové dopravě?

I tam máme v současnosti více smluv, na základě kterých budeme provozovat některé vlaky po dobu dalších deseti let, na jiných linkách však bude ministerstvo v příštích letech dopravce znovu vybírat a České dráhy zde chtějí uspět. Předpokládám, že na všech linkách, kde bude ministerstvo znovu vybírat dopravce, bude jedním z povinných kritérií zajištění cestování pro spoluobčany na vozíku.

Skutečně ne všechny dálkové linky dnes nabízejí bezbariérový vůz, a dokonce jsme zaznamenali stížnosti, že z některých linek takové vozy zmizely. Jde konkrétně o rychlíky „Vysočina“. Jak je to možné?

Při uzavírání nových kontraktů na 10 let zvedlo ministerstvo dopravy své požadavky na kvalitu souprav a rozsah služeb. Díky tomu se bezbariérové vagóny dostaly zcela nově na linky „Jižní expres“ z Prahy do Tábora a Českých Budějovic a „Slovácký expres“ z Prahy do Olomouce, Přerova a Luhačovic. Jsou to frekventované linky s řadou větších měst, takže zde budou bezbariérové vozy velmi dobře využity. Zároveň si ministerstvo objednalo úplně nové soupravy na linky „Západní expres“ a „Krušnohor“, díky kterým se část bezbariérových vozů uvolní a my je budeme moci zařadit do dalších rychlíků.

Ne všechny linky dle stávající smlouvy ale budeme provozovat deset let. U některých se v blízké době předpokládá soutěž na dopravce a tam budou určitě nové vyšší požadavky na kvalitu i služby, včetně zařazení bezbariérových vozů. Právě jednou z takových tras je linka „Vysočina“, kde se bude dlouhodobý dopravce teprve vybírat. Určitě tam budeme chtít uspět a nabídnout komfortní soupravy vybavené pro pohodlné cestování osob na vozíku. A není to jen rychlíková linka „Vysočina“, kam budeme chtít v příštích letech nově zařadit bezbariérové vagóny. ■

ČD Body

Získejte spoustu výhod

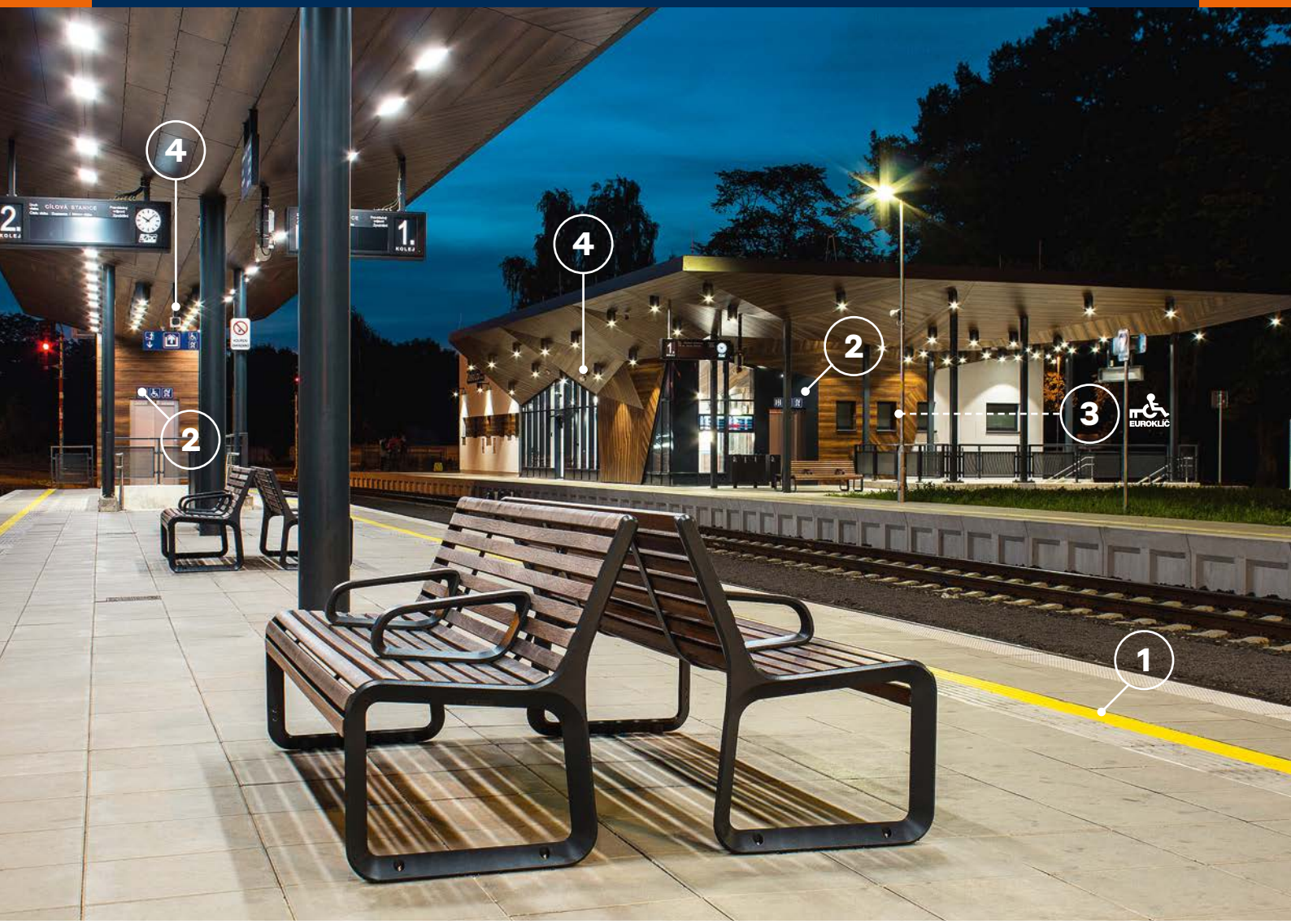
1. **Zaregistrujte se** do našeho věrnostního programu
2. **Sbírejte body** za každý on-line nákup jízdenek
3. **Vyměňujte je** za slevy na jízdenky, místenky, zážitky, předplatné časopisů, vouchery do divadla a další odměny

Pojeďte s námi.
www.cd.cz/cdbody

České dráhy
Národní dopravce

Naší prioritou je přístupnost nádraží pro všechny

Budujeme železniční stanice a zastávky, ve kterých jsou zakomponovány informace a stavební prvky pro hendikepované.



1 — vodicí lišty pro nevidomé a slabozraké
2 — bezbariérový přístup na nástupiště
3 — toaleta s Eurozámkem
4 — hlasové prvky pro nevidomé a slabozraké

SPRÁVA ŽELEZNIC Dobrá správa

spravazeleznic.cz

PRO LEPŠÍ PŘÍSTUPNOST ZAVÁDÍME:

Šikmé rampy a výtahy pro vozíčkáře a cestující s kočárky, které umožňují bezbariérový přístup do prostor železniční stanice a na nástupiště.

Ve 112 objektech je celkem nainstalováno 154 Eurozámků, které jsou označeny viditelnou samolepkou, a stále přidáváme další.

Vodicí lišty pro nevidomé na nástupišti – žluté lišty u hrany nástupišť. Pro nevidomé a slabozraké jsou navrženy hlasové prvky, například majáčky, které jsou rozmístěny po celé délce přístupové cesty až k vlaku. Majáčky si aktivují sami nevidomí pomocí svého čtecího zařízení. Nejen na zábradlích jsou umístěny hmatové štítky, na kterých jsou informace napsány Braillovým písmem.

Informace o přístupnosti stanic jsou snadno dostupné na webových stránkách spravazeleznic.cz. Díky spolupráci se SONS jsou upraveny i pro nevidomé a slabozraké osoby.

Veškeré stavební úpravy přístupu do prostor železniční stanice nebo zastávky nejsou určeny jen pro vozíčkáře a další hendikepované osoby, ale i pro seniory, cestující s kočárky nebo objemnými zavazadly.

SPRÁVA ŽELEZNIC

Uvedené úpravy provádí Správa železnic na základě spolupráce s Národní radou osob se zdravotním postižením ČR (NRZP), Sjednocenou organizací pro nevidomé a slabozraké České republiky (SONS) a Českou unií neslyšících.

spravazeleznic.cz

TEXT: Linda Štucbartová
FOTO: RightHear

IZRAEL JAKO PŘÍKLAD ZEMĚ, KDE INKLUZE NENÍ POJMEM, ALE POSTOJEM

Izrael, označovaný často jako národ start-upů (Start-Up Nation), je zároveň i státem, který velmi podporuje inkluzi na všech úrovních. Už Theodor Herzl, nejvýznamnější představitel sionismu a duchovní otec Státu Izrael, dlouho před vznikem vlastního státu prohlásil, že „země zaslíbená" bude místem, kde každý člověk bude mít důstojné místo a možnost žít v míru, nehledě na své kořeny či vzhled.

Izrael se každoročně umisťuje mezi prvními 15 nejšťastnějšími zeměmi k životu na světě a diverzita a inkluze hrají v čelním umístění důležitou roli. Počet osob s různým druhem postižení v izraelské společnosti dosahuje 18% populace, celkově 1,6 milionu obyvatel. Na vysokém počtu lidí s postižením se podílí i zranění z terorismu, zranění utržená během povinné vojenské služby či jako následek vojenských operací. Vojenská služba je v Izraeli povinná, od července 2020 v délce trvání 30 měsíců pro muže a 24 měsíců pro ženy. I z tohoto důvodu je inkluze a následné začlenění lidí s různým druhem postižení v Izraeli naprosto zásadní. Pokud se jedná o statistiky osob s dlouhodobým či trvalým zdravotním postižením, v Izraeli se jedná o 10% populace, což je srovnatelné s Českou republikou.

V židovské tradici existuje již po dva tisíce let koncept **Tikun Olam**, který se překládá jako náprava světa. Pod tímto názvem probíhá i projekt izraelského Ministerstva školství, který má za cíl výuku inkluze na izraelských středních školách.

Koncept **Tikun Olam** často citují i vědci, kteří své vynálezy dávají volně k dispozici pro záchranu či zlepšení životů i v ostatních zemích. Více o izraelských vynálezech a jejich pozitivních dopadech pro lidstvo je možné se dočíst v knize **Inovovati budeš** od **Aviho Joreše**. Jde o izraelský bestseller přeložený do 27 jazyků včetně češtiny. Jako jedna z nejnovějších inovací je uváděna přeměna starých veřejných telefonních budek na defibrilační stanice za účelem zvýšení šance na záchranu životů.

A jak inkluze vypadá v praxi?

Neziskové organizace, které se věnují začlenění osob s postižením do společnosti, nejsou v Izraeli nechtěnou popelkou, ale důležitým partnerem pro vládu, akademické instituce či soukromé firmy.

Organizace **Access Israel** (Přístupný Izrael), založená v roce 1999, je první neziskovou organizací, jejíž hlavní misí je podpořit přístupnost a inkluzi za účelem zlepšení života nejen osob s postižením, ale i seniorů. Organizace se stará o to, aby k osobám s postižením bylo přistupováno s úctou, respektem, byla zajištěna jejich rovná práva a podpořena nezávislost. Organizace se věnuje i osvětě, která se týká dopadů na život jak osob s postižením, tak jejich rodin. S ohledem na nástup digitálních technologií se mimo jiné organizace stará i o to, aby nové digitální řešení a aplikace byly přístupné i lidem s postiženími či seniorům, což je častý problém. Na jejich webových stránkách (v různém rozlišení, s vytvořeným přístupem pro zrakově postižené, v hebrejštině, arabštině i angličtině) najdete i vhodné tipy pro cestování do Izraele. Stát Izrael se chce stát nejpřístupnějším státem pro osoby s postižením na světě. V mnohých budovách, nejen veřejných institucích, ale např. i menších hotelech, můžete u vchodu najít informační tabulku, která sděluje, že místo je přístupné nejen vozíčkářům, ale i lidem se zrakovým či sluchovým postižením.

Organizace **Migdal Or** (Světelný maják) působí v Izraeli již více než 60 let. Poskytuje služby lidem se zrakovým postižením. Každý rok obslouží více než 3000 klientů, kterým pomáhá v soběstačnosti a samostatnosti, zejména s ohledem na možnost začlenění do pracovního procesu. Asistenční technologie jsou z pohledu **Migdal Or** zásadní pro život osob se zrakovým postižením za účelem posílení jejich soběstačnosti a tento postoj je integrován do každé služby nabízené touto organizací. Gabriela Drastichová, ředitelka Nadačního fondu Českého rozhlasu Světluška, prohlásila, že považuje za inspirativní jak široké spektrum služeb, tak komplexní přístup k řešení pestrých životních situací a potřeb lidí se zrakovým postižením, který nabízí a zastřešuje právě tato jedna organizace.

ESD GLOBAL
EMPOWERMENT THROUGH SELF-DEFENSE

Projekt **Empowered Self-Defence** (ve volném překladu Sebevědomá sebeobrana), který bude představen v České re-

publice v roce 2021, tvoří unikátní koncept sebeobrany, založený nejen na fyzických schopnostech, ale i na komunikačních dovednostech. Klade velký důraz na stanovování vlastních hranic a možné předcházení útoku.

Projekt je tak vhodný nejen pro ženy, ale i pro děti, pro seniory či osoby s postižením. I tento přístup dokládá, že inkluze není v Izraeli jen heslem, ale zásadním konceptem, který je zapracován do každodenního života či uvažování.

Izraelská armáda, známá svými elitními jednotkami, má i jednotku **Special in Uniform** (Speciální v uniformě), ve které slouží i vojáci s různým druhem postižení. Nejedná se o dobrovolníky, ale plnohodnotné příslušníky armády. Inkluze pomáhá lidem s postižením splnit si svůj sen a sloužit v armádě, což je v Izraeli chápáno jako služba národu s vysokou prestiží, ale zároveň jednotlivým důstojníkům napomáhá zlepšovat komunikační dovednosti.

V době pandemie Covid-19 a zvláště druhé vlny, která v Izraeli právě probíhá, jsou vojáci s postižením často vzorem pro ostatní na základnách ohledně zodpovědného nošení roušek a zvýšeného dodržování dalších epidemiologických opatření.

Inkluze a technologie

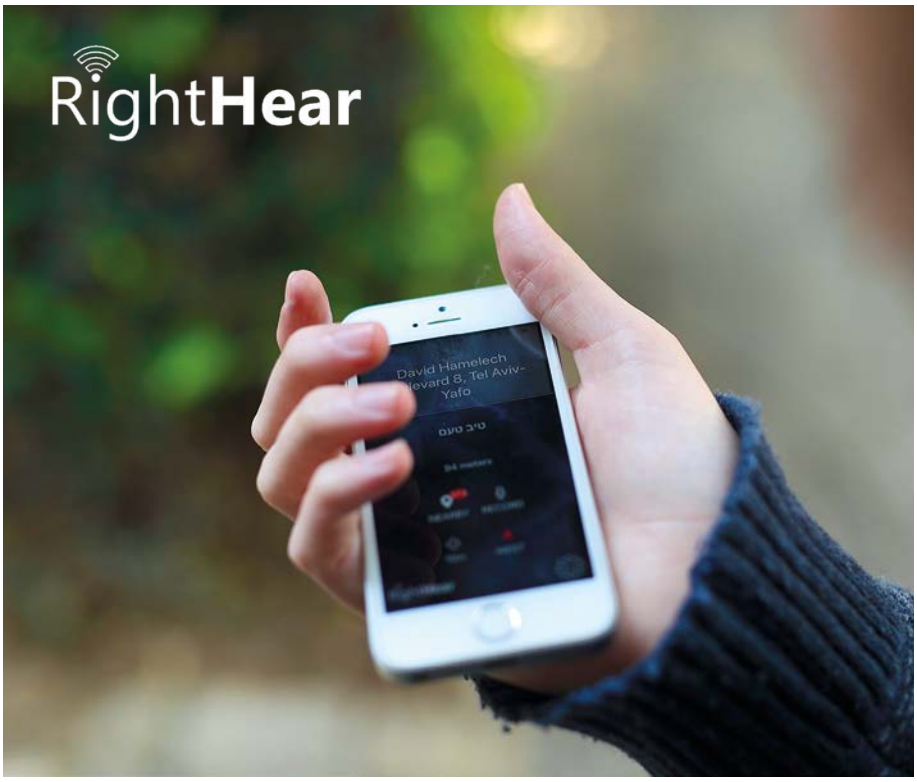
Mnohé start-upy se věnují asistenčním technologiím. Výrobce speciálního kamerového systému **OrCam** byl založen stejnými zakladateli jako izraelská

ORCAM

společnost **MobilEye**, specializovaná na autonomní řízení, která je izraelským nejvýznamnějším jednorožcem, jenž byl prodán americké firmě Intel za více než patnáct miliard dolarů. Inspirován vývojem přelomové technologie analýzy kamerových záznamů pro bezpečnější provoz automobilů **OrCam** využívá počítačové vidění založené na umělé inteligenci ke zvyšování nezávislosti zrakově či sluchově postižených, lidí s poruchou schopnosti číst a dalších skupin. Vlajkovou lodí společnosti je **OrCam MyEye**, asistenční zařízení, které se dostalo na seznam nejlepších inovací loňského roku TIME Best Inventions 2019.

Českou verzi nositelného zařízení **OrCam MyEye** již nevidomí a slabozrací lidé používají, a tak mají možnost být úspěšnější a samostatnější při studiu, práci i při každodenních činnostech.

Na podzim bude na konferenci Agora v Brně kromě **OrCam My Eye** představen i systém **RightHear**, který usnadňuje orientaci nevidomých v prostoru. S pandemií Covid-19 se prudce zvýšilo riziko pro osoby s postižením orientovat se podle hmatu. Pomocí systému RightHear mají zrakově postižení možnost lépe se zorientovat v interiéru, najít v provozovnách například informační přepážku, toalety či pokladnu, aniž by se museli dotýkat povrchů.



Kde se můžete dozvědět více?

Česko-izraelská smíšená obchodní komora podporuje propojování různých subjektů, organizuje webináře za účelem sdílení příkladů nejlepší praxe a pomáhá rozšíření nabídky asistenčních pomůcek z Izraele na českém trhu. Komora se dlouhodobě velmi aktivně rovněž angažuje v problematice zdravotnictví a eHealth. Pro více informací či inspiraci navštivte Česko-izraelské inovační dny, které proběhnou v podzimních termínech v Liberci a v Olomouci.

Závěrem lze konstatovat, že Izrael tak i v rámci inkluze naplňuje poslání, které trvá již od biblických časů – „být světlem pro ostatní národy“. ■

METROPOLITNÍ UNIVERZITA PRAHA

ŠKOLA BEZ BARIÉR

Poskytujeme stipendium ve výši 90 % školného pro osoby s pohybovým postižením.

www.mup.cz

Václav Uher

Absolvent oboru Mezinárodní vztahy a evropská studia.

Organizátor sportovních a kulturních akcí pro handicapované.

Spisovatel, moderátor, autor knihy Zalitý kaktus.

TEXT: Stanislava Zahálková, Vlasta Jindrová
FOTO: archiv MUP

KŘESADLO – CENA PRO OBYČEJNÉ LIDI, KTEŘÍ DĚLAJÍ NEOBYČEJNÉ VĚCI

Cenu Křesadlo uděluje organizace HESTIA dobrovolníkům za jejich dlouhodobou práci ve prospěch druhých již od roku 2001. Hlavním cílem je ocenění práce dobrovolníků, zviditelnění jejich nezištné pomoci a alespoň symbolické poděkování za čas a námahu, které věnují zdravotně znevýhodněným osobám. Z mnoha nominací, které by jistě stálo za to všechny ocenit, byl pro rok 2019 vybrán Ing. LUKÁŠ ZDAŘIL, člen IT oddělení na Metropolitní univerzitě Praha.

Lukáš je „ajťák“, což je z pohledu obyčejných jedinců zvláštní kategorie lidí, vyznačujících se vysokým IQ, zádumčivým pohledem a řečí mimozemšťana, které běžní uživatelé češtiny nerozumí. Lukáš k nim patří. Zároveň je ale jedním z mála, kteří dokážou ve svém volném čase a bez nároku na jakoukoli odměnu připravovat zájmovou činnost pro přibližně 70 studentů sociálního programu Škola bez bariér Metropolitní univerzity Praha. Ať jde o akce sportovní, společenské nebo kulturní, Lukáš na nich nikdy nechybí, a hlavně s ničím nemá problém.

Od roku 2016 se pohybuje na základě vlastního zájmu hlavně v prostředí Powerchair Hockey (florbal na elektrických vozících). Účastní se turnajů, závodů, soutěží i volnočasových aktivit sportovců na vozíku. Pomáhá studentům Školy bez bariér, kteří se tomuto sportu věnují, v cestách za sportem, v šatnách i na hřištích, s přesuny na sportovní vozíky, s oblékáním do dresů, připevňováním sportovních pomůcek i úpravou potřebného sportovního vybavení.

Jako osobní asistent působí také v cestovatelském programu Electric Eccentric, je spoluorganizátorem a trasérem výprav. Jedná se o unikátní turistické výlety (tzv. „čundry“) na elektrických vozících po čes-

kých krajích. Lukáš účastníkům pomáhá s přesuny do stanů, s hygienou, překonáváním překážek na cestě nebo v operativních řešeních krizových situací. Vytváří program. Desítky kilometrů cest před výpravou sám osobně projíždí, aby mapoval jejich dostupnost na elektrických vozících.

Stejně tak jeho osobní asistence doprovází vozíčkáře již několik let na vloženém závodě vozíčkářů běžeckého závodu v Běchovicích, při akci Desítka na Desítce a Barevná devítka, které pořádají městské části Praha 10 a Praha 9. Dále pak se pravidelně zúčastňuje jednodenních výletů handicapovaných studentů MUP – např. cesta na Karlštejn, výlet Chodov-Zbraslav. Časté jsou také společné výlety studentů ŠBB se Sportovním klubem vozíčkářů Praha.

Zajišťuje zlevněné vstupenky do divadel, na výstavy, je asistentem handicapovaných studentů na plesech MUP… Dělá toho pro zdravotně znevýhodněné kamarády opravdu hodně. Ale asi nejčastěji pomáhá svým handicapovaným kolegům i v jejich zcela soukromých záležitostech: někdy pomůže opravit notebook nebo jinou techniku, jindy třeba jen vyposlechne problémy, které bolí míň, když je člověk s někým sdílí. Protože někdy i nepatrná pomoc znamená nepředstavitelně moc.

Lukáš Zdařil pomáhá najít cestu k zážitkům a prožitkům, na které by lidé na vozíku sami nedosáhli. Cena Křesadlo 2019, kterou obdržel 9. 9. 2020 na slavnostním vyhlášení v Rezidenci primátora na Praze 1, mu náleží právem, protože přesně naplňuje symboliku tohoto ocenění: **„…dobrovolníci jsou těmi, kteří pomáhají vykřesat jiskry lidství.“**

(Název článku „Křesadlo – cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci“ převzat z www.hest.cz). ■

TEXT: Václav Matuška, autor je odborným lektorem
a spolupracovníkem bfz-vzdělávací akademie

ZÁKLADNÍ STRESOVÉ REAKCE A VYZÝVAVÉ CHOVÁNÍ

V minulém článku jsem se zamýšlel nad důsledky neuspokojení základních vývojových potřeb, které mohou být příčinou patologického chování klienta sociální služby. Pojďme v podobném duchu nyní nahlédnout na konkrétní formu patologického projevu – vyjádření agrese.

Agresi jako nejvýraznější projev vyzývavého chování můžeme chápat jako zadržovaný pramen životní energie, jehož proud v momentě uvolnění může osobu nebo okolí poškodit. Agrese je živý proud energie většinou směřovaný jedním směrem. Konstruktivní agrese zůstává v rámci osobních hranic člověka, při překročení těchto hranic se agrese stává destruktivní. Hranice je dána fyzickými osobními faktory, osobní normou, citovou vyzrálostí na základě zkušeností a sociálními faktory. Podle interakční teorie je agrese výsledkem faktorů osobních a faktorů působících z prostředí.

Okolí někdy reaguje na autentický prvotní hněv malého dítěte trestem nebo odmítnutím. Odmítnutí je pak internalizováno jako zákaz. Závěr pak bude: „agresivní impulsy jsou nebezpečné a nemají právo na existenci“, a nevyjádřený tlak narůstá. Dítě proto nezískává zkušenost omezující, regulující interakce, a tak si nedostatečně procvičí bezpečné a sociálně přijatelné způsoby vyjádření agrese. Ego začíná fungovat jako svěrací kazajka, která neponechává dostatek místa pro rozvoj zdravé „duševní agrese“. Hněv je tak přetvářen do obskurní cizí síly, která ze strachu z exploze a destrukce zůstává pod prahem vědomí. Velké množství psychických problémů, jako jsou fobické stesky, depresivní příznaky, de-personalizace a sebepoškozování, souvisí s touto neschopností jedince regulovat agresi. Většinou se ještě stane, že klient ve stresových situacích přijde do styku se svým prastarým hněvem a jeho vyjádřením prostřednictvím fyzické síly, tedy s tím, co až dosud považoval za neomezené, nebezpečně výbušné, a proto děsivé. Fyzické a slovní omezení agresivních impulsů neutralizuje strach, pocity viny a k tomu se vztahující představy omnipotence - všemohoucnosti.

Jedná se o jednu ze dvou základních sil v přírodě, a to sílu ničit (druhá síla je sexualita – tvořivost). Podle této teorie lze agresi analyzovat z hlediska komunikace – co chce klient prostřednictvím agresivního chování sdělit. Můžeme i říci, že se vlastně jedná o stresovou reakci alfa, tedy aktivní (útok/útěk), při které se vlastně zvedá hladina noradrenalinu a vůbec životní a tělové energie. Vyzývavé chování a agrese jsou ovládány vegetativní nervovou soustavou a může se jednat o jednu z reakcí na stres. Je nutné se zmínit o sympatiku a parasympatiku, tedy naše neurobiologické nastavení organismu a jejich vlivu na naše chování.

Reakce sympatiku je aktivní a parasympatiku pasivní. Avšak jedná se o fáze kruhu, tedy po aktivní fázi přichází pasivní a opačně, jen často nevíme kdy.

Aktivní reakce je reakcí – *Útok* nebo *Útěk*. V této fázi se zvyšuje noradrenalin, rozšiřují zornice, zvyšuje tep a zrychluje dech, prsty, uši jsou teplé. Jedná se o pohyb zevnitř ven. Agrese. Mánie. Exploze. Rozpínání. Vysoký tlak.

Pasivní reakce je reakcí – *Zamrznutí, ztuhnutí*. V této fázi se zvyšuje acethylcholin, zužují se zornice, snižuje tep a zpomaluje dech, prsty a uši jsou studené. Jedná se o pohyb zvenku dovnitř. Deprese. Imploze. Stahování se, smršťování. Nízký tlak.

Vyzývavé chování je aktivní útok. Často jde o pocit ohrožení, boj o život nebo o cokoli, za co bychom dali život. Prevencí může být aktivní vybíjení energie hlasem, fyzická aktivita spojená s námahou, tedy „zapotit se“. Oboje na hranici vlastních možností, jak se říká. Často bývá vyzývavé chování podpořeno právě některými substancemi. Podle chování se dá odhadnout, která reakce převažuje. Neznamená, že když nebouchne nyní, že nebouchne za dveřmi či za hodinu. Právě vyzývavé chování, agrese a autoagrese může být i následnou fází pasivní reakce, jde–li o nezpracovanou či nepřijatou událost, jako je trauma. Pak můžeme mluvit o agresi či autoagresi bezdůvodné či náhlé, jak známe např. ze sociálních služeb či psychiatrických nemocnic. V těchto případech nemusí jít ani o zřejmou souvislost, aktivní část cyklu se může projevit až za delší časový úsek (třeba i 20 let). Nikdy nemůžeme přesně říci, co bylo a bude spouštěčem výbuchu našich klientů i nás samých. Každopádně některé zdroje můžeme ovlivnit a vypouštět energii postupně a s menší razancí. Hlavní příčinou jsou vždy „démoni minulosti“ a výše zmíněné neurobiologické nastavení našeho organismu. Démony minulosti jsou deficity v potřebách, traumata, které značně ovlivňují nastavení organismu a jeho obranného systému. Oboje rozhoduje o našem nastavení, o naší vztahovačnosti, o síle Ega. Všechny ostatní příčiny jsou jen spouštěcí mechanismy.

Možné příčiny vyzývavého chování:

- NUDA, pokud se savec nudí, přijde si neužitečný a „zlobí“. A říká si o limit, tedy o hru, která může limitovat destruktivní sílu. Škodolibost a ničení (destrukce) je jednodušší a pohodlnější než tvoření (kreativita). Pocit ohrožení nám otvírá cestu k příchodu hněvu jako obrana/ochrana před nebezpečím, což může být cokoli, co převyšuje naši schopnost se přizpůsobit a zvládnout zatížení. Významným činitelem nudy a vyzývavého chování je neusměrněná přemíra energie. Dokážeme-li najít s klientem či s kolegy způsob, jak vybít tuto energii nebo ji přeměnit do tvořivé síly, můžeme mluvit o zdravém zvládání agrese.

Další možné příčiny:

- *vnitřní:* duševní zdraví, epilepsie, potíže se sluchem či zrakem, kognitivní (rozpoznávací) schopnosti, dieta, tělesné postižení, vedlejší účinky léků, bolest, zneužívání návykových látek, závislost
- *vnější:* hluk, teplota, přelidněnost, osvětlení, nedostatečná/přílišná stimulace, barvy, zasedací pořádek, sterilní prostředí, nepředvídatelné zvyky, nedostatečné pochopení personálem, nerespektování soukromí, osobní prostor, zdroje jako peníze, fyzická síla, přístroje, restriktivní/kontrolované prostředí, zneužívání (fyzické, emoční, psychické, sexuální, finanční, institucionální) a zanedbávání, předvídatelnost
- *mezilidské:* poškození smyslového vnímání, problémy s komunikací, nedostatečné oceňování, kultura a víra, postoje, očekávání a zkušenosti, pozornost, zklamání, strach, naučené chování, nízké sebevědomí, frustrace.

www.bfz.cz | www.eshop.bfz.cz

NABÍDKA AKREDITOVANÝCH KURZŮ

PRAHA, Karlovo náměstí 14/292, Praha 2 (prostory AIVD)

Nácvik komunikace se specifickými typy klientů	7.10.2020
Motivace a aktivizace uživatele sociálních služeb	21.10.2020
Specifika práce s romskou rodinou (úvod do problematiky)	12.11.2020
Individuální plánování s uživatelem sociální služby	16.11.2020
Náročné situace při výkonu sociální práce a jejich zvládání	18.11.2020
Úvod do ochrany práv uživatele	25.11.2020
Vedení dokumentace o poskytované sociální službě	15.12.2020

LIBEREC, Soukenné náměstí 115/6 (vchod z ul.Barvířská)

Jak správně komunikovat v sociálních službách	5.10.2020
Řešení nestandardních situací při poskytování terénní pečovatelské služby	22.10.2020
Základy první pomoci při výkonu sociální práce	2.11.2020
Úvod do ochrany práv uživatele	19.11.2020
Základy alternativní a augmentativní komunikace	3.12.2020

ČESKÁ LÍPA, Paní Zdislavy 418/8

Supervize a její přínos v sociálních službách	5.11.2020
Specifika péče o uživatele s diabetem (úvod do problematiky)	6.11.2020
Základy aktivizačních technik	23.11.2020
Řešení konfliktů a vyjednávání	7.12.2020

ÚSTÍ NAD LABEM, Mírová 2861/6 (areál Rodinného centra Pampalánie)

Úvod do problematiky domácího násilí	27.10.2020
Prevence syndromu vyhoření	4.11.2020
Úvod do problematiky týrání a zneužívání	26.11.2020

LITOMĚŘICE, Zítkova 677/9

Prevence bolestí zad pro pracovníky v přímé péči	21.10.2020
Základy spolupráce s rodinou uživatele sociálních služeb	30.10.2020
Základy aktivizačních technik	12.11.2020
Základy alternativní a augmentativní komunikace	23.11.2020
Péče o seniory využívající terénní a pobytové sociální služby	4.12.2020

MOST, třída Budovatelů 2830

Supervize a její přínos v sociálních službách	2.10.2020
Trénink paměti seniorů	8.10.2020
Základní informace z problematiky veřejného opatrovnictví	29.10.2020
Úvod do problematiky psychohygieny	18.11.2020
Bezpečná domácnost seniora	19.11.2020
Reminiscence	25.11.2020
Poradenské dovednosti	4.12.2020
Jak správně komunikovat v sociálních službách	16.12.2020

TEPLICE, Kollárova 2807/8

Základy první pomoci při výkonu sociální práce	19.10.2020
Využití asertivity při jednání s klientem (úvod do problematiky)	21.10.2020
Motivace a aktivizace uživatele sociální služby	29.10.2020
Úvod do péče o uživatele s Parkinsonovou chorobou	19.11.2020
Využití psychosomatiky v sociálních službách	26.11.2020
HR marketing a jeho využití v sociální oblasti	3.11.2020

KARLOVY VARY, Horova 12

Práce s bolestí klienta (akutní, chronickou, psychickou)	6.10.2020
Timemanagement v sociálních službách	7.10.2020
Řešení konfliktů a vyjednávání	14.10.2020
Specifika a práce s romskou rodinou (úvod do problematiky)	11.11.2020
Individuální plánování s uživatelem sociální služby	12.11.2020
Základní informace o bazální stimulaci	20.11.2020
Bezpečná domácnost - rozvoj pečovatelských dovedností	24.11.2020
Doprovázení umírajících (úvod do problematiky)	3.12.2020
Sociální práce s manipulativními rodiči	8.12.2020
Poradenské dovednosti (úvod do problematiky)	11.12.2020

PLZEŇ, Alej Svobody 56/881

Dluhové poradenství	1.10.2020
Výživa a hydratace seniorů (úvod do problematiky)	6.10.2020
Předcházení závislosti uživatele služby na službě	15.10.2020
Proaktivní zvládání stresu	21. - 22. 10.2020
Bezpečná domácnost - rozvoj pečovatelských dovedností	27.10.2020
Úvod do péče o uživatele s Parkinsonovou chorobou	3.11.2020
Sociální šetření (úvod do problematiky)	5.11.2020
Prevence syndromu vyhoření	18.11.2020
Základy první pomoci při výkonu sociální práce	1.12.2020
Základy alternativní a augmentativní komunikace	3.12.2020
Individuální plánování s uživatelem sociální služby	8.12.2020

ČESKÉ BUDĚJOVICE, Krajinská 230/31 (učebna Amos Jihočeská vzdělávací s.r.o.)

Motivace a aktivizace uživatele sociálních služeb	2.10.2020
Úvod do problematiky sociálně patologických jevů	6.10.2020
Základní informace o bazální stimulaci	7.10.2020
Práce s motivací klienta	8. 10.2020
Úvod do problematiky domácího násilí	30.10.2020
Základy první pomoci při výkonu sociální práce	11.11.2020
Supervize a její přínos v sociálních službách	19.11.2020
Trénink paměti seniorů	14.12.2020

PÍSEK, Čelakovského 8/4 Pražské předměstí (objekt Sene Cura Senior Centrum)

Náročné situace při výkonu sociální práce a jejich zvládání	5.11.2020
Prevence bolesti zad	30.11.2020

STRAKONICE, Hradební 329 (prostory fa. Stejika s.r.o.)

Základy komunikace v týmu a týmová spolupráce	24.11.2020
Úvod do péče o uživatele po cévní mozkové příhodě	2.12.2020
Řešení konfliktů a vyjednávání	3.12.2020
Základy práce s přirozeným rizikem	8.12.2020

Kurzy lze realizovat i ve Vašich prostorách.
Minimální obsazenost je 10 účastníků.
Cena od 1.070,- Kč. Napište si o bližší informace: kurzy@bfz.cz.
V případě neobsazení kurzu si firma bfz, o.p.s., vyhrazuje právo termín kurzu posunout nebo doplnit stanovený počet obsazenosti kurzu zájemci z jiného zařízení.

CLPR CERTIFIKACE ISO 9001

aivd Asociace institucí vzdělávání dospělých ČR, o.s.

ASOCIACE PRACOVNÍ REHABILITACE ČESKÉ REPUBLIKY

ASOCIACE POSKYTOVATELŮ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB ČR

DRAHÁ RIZIKA ÚSPOR NA ENERGIÍCH

Když zvažujeme, jak ušetřit na energiích, můžeme se vydat několika směry. Někdo se nejprve poohlédne po novém dodavateli, jiný začíná u snižování spotřeby, další se rozhoduje, zda by si elektřinu neměl radši vyrábět sám. Která cesta je nejlepší? Rozhodnout se musíme sami podle individuálních potřeb. Společně s Energetickým regulačním úřadem si ale probereme, na co si dát pozor, ať už si vybereme libovolnou cestu.

Poradci a správci

Říká se, že dobrá rada je drahá. Je to omyl. Špatná rada bývá ještě dražší – ve svém důsledku. Při hledání energetických úspor narazíme na firmy i jednotlivce, kteří se vydávají za poradce a nabízejí pomoc. Jenomže profese energetického poradce teprve získává zákonné obrysy a doteď se poradcem mohl nazývat prakticky každý. Výsledkem je, že se za poradce často vydávají obyčejní prodejci, jejichž měrnou jednotkou nejsou kilowatty, ale koruny počítané z provizí.

Jak je poznat? Předně radu nečekejme zdarma, a tvrdí-li někdo opak, lže. Poradenská činnost musí být zaplacená, ať už dostaneme rovnou účtenku nebo si svůj „desátek“ poradce vybere ve formě provize z produktů, které nám prodává. Zaplatíme vždy a jediný rozdíl bude v tom, že v případě provizního prodeje roste riziko, že nám bude nabídnut produkt, který poradci zajistí nejlepší provizi.

Máme-li v souvislosti s nabídkami energetických poradců před něčím důrazně varovat, pak je to tzv. správa odběrného místa, zvlášť pokud je spojena s exkluzivitou na výběr dodavatele. Co taková správa znamená? Poradci či zprostředkovateli podepíšeme smlouvu, kterou na něj převedeme své odběrné místo, a to na delší dobu, někdy i deset let. Dotyčný nám na oplátku slíbí, že bude průběžně kontrolovat různé nabídky dodavatelů a hlídat, abychom měli vždy tu nejvýhodnější. V čem je problém? Necháme-li na někoho přepsat své odběrné místo, stává se v daném odběrném místě z pohledu energetického zákona zákazníkem. Zákonná ustanovení určená pro ochranu spotřebitele tak v důsledku nebudou chránit nás, ale jen oficiálně zapsaného zákazníka, zprostředkovatele.

Vzdát se kontroly nad naším odběrným místem může mít mnoho nepříjemných dopadů. Zrádný je třeba omezený přehled o platbách. Uzavřeme-li totiž smlouvu na správu odběrného místa, typicky nebudeme platit za energie rovnou dodavateli, ale nově je budeme posílat pověřenému správci, který teprve peníze dodavateli přepošle. Jestli to skutečně udělal, to už se ale často nedozvíme. A tak se může stát, že i když budeme platit všechno řádně a včas, zprostředkovatel platby dál nepřepošle. Naše odběrné místo tím dostane do stavu neoprávněného odběru, což však zjistíme až ve chvíli, kdy se kolem našeho elektroměru začnou pohybovat pracovníci distribuce, kteří ho přijeli odpojit.

Poměrně jednoduše se také můžeme spálit o porušení exkluzivity, pokud jsme ji správci odběrného místa udělili. Z praxe ERÚ zmíníme případ, kdy jeden dodavatel energie ukončil činnost. Za běžných okolností by to nebyl problém. Když nám dodavatel nemůže energie dodávat, automaticky za něj podle energetického zákona nastoupí tzv. dodavatel poslední instance (DPI), jehož služby můžeme využívat až půl roku, než si najdeme dodavatele nového. Spotřebitel v daném případě nelenil a nového dodavatele si našel včas. Vše se zdálo být v pořádku. Jenomže to by nesměl mít uzavřenou smlouvu se zprostředkovatelem, kterému přislíbil exkluzivitu na výběr dodavatele. Co naplat, že se zprostředkovatel po krachu dodavatele ani neozval. Tím, že si spotřebitel vybral nového dodavatele sám, porušil smlouvu a platil tisíce na pokutách.

Je libo vlastní elektrárnu?

Doba pokročila a vyrábět si energii sám už dnes není velký problém. Stát se výrobcem může každý, kdo má dostatek prostředků a prostoru. Bohužel, skvrnou na kráse moderní energetiky v rodinném pojetí je to, že se ani tato oblast nedokázala vyhnout působení tzv. energetických šmejdů.

Pozor, předně musíme říct, že nekritizujme fotovoltaické panely a další zařízení sama o sobě. V konkrétních případech jistě může jít o ekologicky i ekonomicky šťastné řešení. Jenomže vše je potřeba

pořádně spočítat a zjistit si veškeré podrobnosti, ať už jde o technické parametry nebo zákony, kterými se budeme muset jako výrobci řídit. Nespoléhejme se jenom na prodejce, který se nám snaží především prodat své řešení a na možné nedostatky, není-li solidní, vůbec neupozorní.

Co bychom si tedy měli uvědomit? Ačkoliv to má malý výrobce lehčí než velkovýrobce, protože k provozu zdroje o výkonu do 10 kW nepotřebuje licenci ERÚ, i o malou elektrárnu je potřeba se starat. Právě tuto námahu a náklady mnozí prodejci zamlčují. Nezřídka se také stává, že kalkulace jsou až příliš optimistické v otázce předpokládané výroby. Uvědomit si musíme, že žádná elektrárna nedosáhne 100% účinnosti ze svého deklarovaného výkonu, a to ani kdyby byla dokonale nainstalována. Třeba u fotovoltaiky nemůžeme trvale dosahovat teoretické účinnosti už jen proto, že se její osvit řídí fyzikálními zákony. U tepelného čerpadla (v závislosti na vybrané technologii) se zase může účinnost propadnout ve chvíli, kdy teploty klesnou výrazně pod nulu a náklady na provoz pak, alespoň u některých zařízení, jsou podobné přímotopům.

Protože se bavíme o instalacích, které typicky stojí desítky i stovky tisíc korun, nemusíme zdůrazňovat, že unáhlená rozhodnutí budou velmi drahá. Znovu můžeme nahlédnout do praxe ERÚ, kdy si někteří lidé až po instalaci těchto zdrojů stěžují, jak špatně jsou nastavené podmínky např. pro výkup přebytečné energie, pokud zdroj zrovna vyrábí víc, než stihnou sami spotřebovat. Prodejce jim totiž slíbil, že své přebytky mohou odprodat. Zamlčel však, že nejdříve bude potřeba uzavřít smlouvu s obchodníkem, který od nich elektřinu vykoupí, a to za cenu, která odpovídá neregulované složce ještě snížené o marži. Ve výsledku tak za námi vyrobenou elektřinu, když se rozhodneme přebytky probrat, dostaneme jenom zlomek z ceny, za kterou ji běžně nakupujeme ze sítě.

Navíc společností, které takovouto elektřinu vykupují, je pouze omezené množství a zpravidla je nutné uzavřít s danou společností také smlouvu o dodávce elektřiny do daného odběrného místa. Vybírat si tak budeme moct z méně dodavatelů, a to znamená, že můžeme za odebíranou elektřinu platit víc, než kdybychom nebyli při výběru limitováni.

Ve výsledku tak na výrobě vlastní elektřiny můžeme ušetřit podstatně méně, než slibují hrubé, předběžné výpočty.

Jistěže můžeme diskutovat, zda jsou podmínky nastavené dobře a nešly by definovat lépe. Neoddiskutovatelnou pravdou ale je, že stejné podmínky platí dlouhodobě a jde o informace volně dostupné. Jestliže o takto velké investici uvažujeme, věnujme jim pozornost a znalosti nečerpejme jen z reklamních letáků, nebo si na problém zaděláme už v počátku.

Vhodná sazba předznamenává úsporu

Další možností úspor, kdy není nutná změna dodavatele, je pouhá změna distribuční sazby. Vhodně zvolenou sazbou totiž můžeme v některých případech ušetřit víc, než kdybychom přecházeli mezi dodavateli. Na druhou stranu, i pokud dodavatele měnit chceme, porovnáním distribučních sazeb jistě nic nezkazíme. Když sazbu změníme společně s přechodem k novému dodavateli, úspora může být samozřejmě zajímavější.

Jak ze sazeb vybírat? Nejdříve si ověřme, zda nemáme nárok na specializovanou sazbu. Některé (zvýhodněné) sazby jsou podmíněné konkrétním způsobem užití spotřebičů. Například sazby D25d nebo D26d dostanete jen v případě, že provozuje akumulační spotřebič pro vytápění nebo ohřev vody. D57d bývá navázána na tepelné čerpadlo nebo přímotopy.

V čem jsou zmiňované sazby zvýhodněné? Jde totiž o dvoutarifní sazby, které v určitých časech umožňují elektřinu odebírat levněji. Trik je v tom, že nízký tarif nabíhá typicky v časech, kdy jsou nároky na síť nižší, a my svou zvýšenou spotřebou, pokud zrovna začneme ohřívat vodu, akumulovat teplo apod., pomáháme dosahovat rovnováhy v síti, za což nám náleží odměna v podobě nižší ceny. Vysoký tarif pak funguje jako protipól nízkého, takže v době, kdy je síť typicky vytížená, žádnou slevu čekat nemůžeme, a spotřebiče navázané na zvýhodněný tarif mohou být dokonce blokovány.

Před přiznáním specializované sazby je nutné prokázat, že požadované spotřebiče skutečně vlastníme a užíváme deklarovaným způsobem. Slevu tedy nedostaneme automaticky. Na druhou stranu si dejme pozor, pokud by po nás distributor požadoval, aby u nás vykonal prohlídku jím schválený technik. Prokázat splnění předpokladů sice musíme, máme-li ale třeba kvalitní posudek tepelných ztrát objektu opatřený „kulatým razítkem“ od certifikované firmy, platit podruhé za stejnou práci distributorovi už nemusíme. Přinejmenším se vyplatí zavolat na ERÚ a poradit se, zda není požadavek neoprávněný.

Nutné je také upozornit, že změna distribuční sazby může vyžadovat i technický zásah do naší elektroinstalace. Například pokud elektroměrový rozvaděč neodpovídá podmínkám pro připojení nového elektroměru spolu s hromadným dálkovým ovládáním spínání vysokého a nízkého tarifu, bude nutné tento rozvaděč upravit. A vše se může následně zkomplikovat ještě ve chvíli, kdy by byl náš rozvaděč hůře přístupný, protože může dojít k požadavku na jeho přemístění tak, aby odpovídal (novým) pravidlům.

Popisovaných problémů se ale obávat nemusíme, pokud nehodláme usilovat o některou ze zvýhodněných sazeb, ale porovnáváme jen „standardní“ distribuční sazby. Těmi jsou hojně rozšířené D01d a D02d. D01d je určená hlavně pro menší byty, mívá nižší základní (fixní) platbu, ale více platíme za každou jednotku spotřebované elektřiny. D02d naopak počítá s vyšší spotřebou, více zaplatíme už v základu, ale jednotkově za kilowatthodinu odebrané elektřiny zaplatíme méně.

Kdy tedy nad změnou distribuční sazby uvažovat? Určitě ve chvíli, kdy bychom zprovoznili spotřebiče opravňující nás k žádosti o některou ze zmíněných zvýhodněných sazeb. Přemýšlet a počítat se ale vyplatí, i kdybychom na zvýhodněné sazby nedosáhli a měli vybírat jen mezi D01d a D02d. Důvodem pro změnu zde může být třeba to, pokud se změnil počet členů domácnosti nebo třeba jen více času trávíme mimo domov. Jestliže tyto kroky doprovází pokles spotřeby, nižší sazba by se nám mohla rázem vyplatit.

Tři nejčastější problémy spojené se změnou dodavatele

Tentokrát jsme se věnovali hlavně tomu, jak ušetřit bez změny dodavatele, případně s jakými problémy se při takové snaze můžeme setkat. Pravdou ale je, že hledání úspor u nového dodavatele bude asi nejčastějším způsobem, který zvolíme. Připojíme proto alespoň základní soupisku nejčastějších problémů, se kterými se na ERÚ lidé obracejí v těchto případech.

1. Kdo je můj dodavatel?

Každý čtvrtý spotřebitel na ERÚ volá, aby zjistil, s kým má uzavřenou smlouvu o dodávkách energie. Ačkoliv můžeme spotřebitele podezřívat ze zapomnětlivosti, ve skutečnosti bývá problém jinde. Navštívil je podomní prodejce a pod libovolnou záminkou jim dal podepsat novou smlouvu. Až následně lidé zjišťují, že tím změnili dodavatele. Co poradit? Čemu nerozumíme, nepodepisujme. Nechtěná změna dodavatele může být až nepříjemně snadná.

2. Poškodil mě zprostředkovatel

O zprostředkovatelích, zejména energetických aukcích, jsme už psali v jednom z předchozích dílů našeho seriálu. Znovu a stručně: pozor na závazné přihlášky do aukcí. Tváří se nezávazně, ale stačí, abychom se kývli na nabídku po telefonu a o závazek půjde. Pokud později nepodepíšeme smlouvu s dodavatelem, který v aukci zvítězí, draze zaplatíme. Tomuto tématu se mj. věnuje každý šestý telefonát na ERÚ. Rada zní stejně jako v předchozích případech. Čtěme, než podepíšeme.

3. Jaký je správný postup při změně dodavatele a proč mi hrozí sankce?

Jak na změnu dodavatele, jak se odstupuje od smlouvy nebo jaké jsou důvody pro uvalení sankce? Dohromady se na tato vzájemně příbuzná témata ptá opět čtvrtina z telefonujících na ERÚ. Kdybychom to měli shrnout, změna dodavatele je jednoduchá, typicky stačí dát novému dodavateli plnou moc, převod za nás vyřídí – i když zkontrolovat si výsledek bychom stejně doporučovali. Jestli někde mohou nastat komplikace, pak je to zpravidla kvůli špatně ukončené smlouvě s předchozím dodavatelem, například když nenecháme doběhnout smlouvu na dobu určitou, aniž bychom k tomu měli zákonný důvod. V takových případech můžeme očekávat sankci téměř jistou. Proto je důležité zeptat se předem, a nevíme-li, kde se ptát, začněme s dotazem na ERÚ. ■

černá louka

Festival pro všechny nejen s handicapem

16 — 17 ŘÍJEN 2020

Život bez bariér

www.zivotbezbarierostrava.cz

cerna.louka.ostrava

OSTRAVA!!!

17. ŘÍJNA 2020 – 6. celostátní setkání celiaků a Bezlepkový jarmark

TEXT: Michal Dvořák
FOTO: Peugeot

PEUGEOT 2008 PŘIVÁŽÍ VIZI BUDOUCNOSTI

Čísla prodejů osobních automobilů v České republice za rok 2018 a 2019 hovoří jasně. Nejprodávanějším vozem v kategorii malá SUV byl v Čechách v uvedených letech Peugeot 2008, respektive jeho první generace. Druhou, ve všech ohledech vylepšenou generaci představil Peugeot v České republice na konci minulého roku. Již první pohled na vůz a jeho parametry napovídají, že v pořadí prodejů by se na prvním místě ani letos nic měnit nemuselo. Značka Peugeot v ČR nám na přelomu letošního července a srpna tuto novinku, která se vyrábí ve španělském městě Vigo na březích Atlantického oceánu, zapůjčila, a tak jsme si pro vás v redakci časopisu MOSTY připravili představení druhého ze tří testovaných zástupců kategorie malých SUV Citroën C3 Aircross, Peugeot 2008 a Opel Crossland X.

Městské SUV Peugeot 2008 pořídíte již od 460.000 Kč. Teď však díky akční nabídce zaplatíte jenom 388.000 Kč. První stupeň výbavy se nazývá ACTIVE a obsahuje kromě moderních bezpečnostních systémů také manuální klimatizaci, zadní parkovací asistent, asistent pro rozjezd do kopce a přední LED světlomety s integrovanými LED denními světly. Další stupeň výbavy ALLURE k již uvedenému navíc přidává elektrickou parkovací brzdu, couvací kameru Visiopark 1, přední parkovací asistent, PEUGEOT i-Cockpit© 3D, hands free startování vozu a klimatizaci již automatickou. Třetí stupeň GT LINE si pro vás ve standardu navíc připravil přední mlhová LED světla s funkcí přisvícení do zatáček, automatické přepínání dálkových světel, lepší přední sedadla, systém rozpoznání dopravního značení, aktivní systém varování před neúmyslným opuštěním jízdního pruhu, upozornění akustickým a vizuálním signálem na blížící se překážku, systém sledování pozornosti řidiče za pomoci kamery umístěné na čelním skle a pohybů volantu a tmavé čalounění stropu. Vrcholem nabídky je stupeň s pojmenováním GT. Ten, kromě již všeho dříve vyjmenovaného, přidává 3D navigaci, 18“ hliníková kola, aktivní systém sledování mrtvého úhlu a funkci

udržování vozidla v jízdním pruhu. Vrcholný stupeň výbavy GT má i mimořádnou, avšak jedinou volbu spalovacího motoru, kterou je tříválcový 1,2 PureTech o výkonu 155 koní, a k tomu pouze osmistupňovou automatickou převodovku.

Peugeot 2008 nabízí za sedadly v druhé řadě zavazadlový prostor o objemu 434 litrů. Po sklopení zadních sedadel celková kapacita zavazadlového prostoru vzroste na 1467 litrů, měřeno až po strop.

Při výběru pohonné jednotky můžete opět volit mezi osvědčenými spalovacími motory, benzinovým 1,2 PureTech a naftovým 1,5 BlueHDI. Motory můžete dále vybírat s šestistupňovou manuální nebo osmistupňovou automatickou převodovkou EAT8. Přeplňovaný benzinový tříválec 1,2 PureTech patří mezi žádané agregáty. Motor je k dispozici ve variantách 100 a 130 koní a v letech 2015 až 2018 vyhrál čtyřikrát po sobě v mezinárodní anketě „International Engine of the Year" titul motor roku ve své objemové kategorii. Navíc díky nové modulární platformě CMP, na které je Peugeot 2008 vystavěn, lze do vozu namísto spalovacího motoru objednat plně elektrický pohon s motorem o výkonu 100 kW a dojezdu 310 km (dle WLTP). Ani nový Peugeot 2008, stejně jako jeho konkurent s šípovým ozubením ve znaku, nenabízí pohon 4x4.

Nový Peugeot 2008 vyniká přiostřeným a ultramoderním designem. Oblé tvary první generace nikde nic nepřipomíná, novinka nabízí jen samé ostré hrany a rozměrnější karoserii. Délka vozu je 4300 mm, oproti první generaci je nový Peugeot 2008 o 141 mm delší, o 31 mm širší a rozvor kol narostl o 67 milimetrů. Maska chladiče je rovná a široká (u elektrické verze v barvě karoserie). Z boku je vůz výrazně tvaro- ➡

vaný a má protáhlý sportovní tvar. Na první pohled zaujmou protilehlé trojúhelníkové linie přes přední i zadní dveře. V zadní části nepřehlédnete vysokou podokenní linii a charakteristická LED světla, spojená černým pásem.

Námi testovaný vůz zahrnoval vrcholnou výbavu GT a další prémiové prvky příplatkové výbavy: panoramatické otevíratelné střešní okno s manuální sluneční clonou, exkluzivní černé kožené čalounění NAPPA se zeleným prošíváním a bezdrátové nabíjení mobilního telefonu. Zdobil ho nový metalický odstín Oranžová Fusion, který byl exkluzivně namíchán právě pro nový Peugeot 2008 a jako jediný z palety barev modelu 2008 ho pořídíte bez příplatku. Dveřní panely a prvky zabudované do palubní desky měly elegantní „karbonovou“ povrchovou úpravu. Luxusnější ambice testovaného vozu ve výbavě GT pak v exteriéru potvrzovaly dvoubarevné provedení střechy Black Diamond a sítotiskem potištěný C sloupek. Přední části SUV dominovala chromovaná maska chladiče s nezaměnitelnými Full LED světlomety s kresbou lvích drápů. Zadní části pak tři LED světla, připodobňující stejné lví drápy, a dvojitý výfuk s chromovanými koncovkami. Sdružená zadní LED světla vůz jasně identifikovala a svítila po celou dobu jízdy ve dne i v noci. Zaručovala tak lepší viditelnost vozu. Jedním slovem byla zadní část vozu dokonalá.

Pod horizontálněji tvarovanou kapotou nás dopředu hnal benzinový tříválcový motor o objemu 1,2 litru a výkonu 155 koní. Agregát spolupracoval s osmistupňovou automatickou převodovkou EAT8. Na tříválec toho motor uměl docela dost. Na stovku auto rozjede za 8,2 sekundy a může dosáhnout rychlosti až 208 km/h. Motor má příjemný zvuk, v interiéru je neslyšný a ani ve vyšších otáčkách o sobě nedává příliš vědět. Pokud rádi jezdíte svižně, je tato motorizace ideální volbou. Jako rodinné přepravovadlo však i s ohledem na pořizovací cenu a praktičnost bude vhodnější variantou benzinová 1,2 PureTech s výkonem 130 koní v o dva stupně nižší výbavě ALLURE. Tu můžete doplnit příplatkovou výbavou Advanced Grip Control, která za nepříznivého počasí nebo při zhoršených podmínkách na vozovce zlepší trakci a přizpůsobí jízdní vlastnosti vozu. K dispozici je celkem pět režimů jízdy (Standard, Sníh, Bláto, Písek, ESP OFF). Advanced Grip Control navíc přidává novou funkci Hill Assist Descent Control, která pomáhá při jízdě ze svahu. Díky ní má řidič kontrolu nad vozem a jeho dráhou na strmém svahu. Inovace systému spočívá v tom, že dokáže udržet vůz při velmi nízké rychlosti (3 km/hod) a dodává kontrolu a bezpečí v rizikových situacích. Ovšem právě tuto výbavu nelze kombinovat s osmnáctipalcovými koly, které jsou ve výbavovém stupni GT ve standardu.

Stejně jako u prvně testovaného Citroënu C3 Aircross vůz nabízí dobrou obratnost a dovednosti v městském provozu, snadno si poradí se zvýšenými nájezdy a umožní vám vyjet díky vyšší světlé výšce podvozku 189 mm i mimo asfaltové silnice. Až budete jezdit mimo asfalt, myslete

PLUSY A MINUSY

+ **design vozu**
+ **dynamika motoru (1,2 PureTech)**
+ **automatická převodovka EAT8**
+ **PEUGEOT Full LED Technology**
+ **automatické přepínání dálkových světel**
+ **pohodlná sedadla**
+ **hlasové ovládání**

− **závistivé pohledy sousedů**

na to, že je to víc crossover než SUV a víc městské než terénní vozidlo.

Digitální konfigurovatelná 3D přístrojová deska PEUGEOT i-Cockpit© 3D nabízí pohled do budoucnosti interiéru osobních vozů. V zorném poli řidiče zobrazuje všelijaké informace o jízdě, ale třeba také navigaci nebo asistenční systémy řízení. 3D kokpit od Peugeotu s sebou však přináší nutnost menšího volantu a jeho výškové nastavení je omezeno, až jsme měli pocit, že si volant vezeme v klíně. To je dáno tím, že 3D přístrojový panel je vyvýšený nad volant a ten musí být níž. Nejdůležitější informace jsou ale díky tomu promítány v popředí do zorného pole řidiče, a to ve formě jakéhosi „hologramu“ nebo vyskakovacího okna. Přístrojovou desku si můžete nastavit podle vlastních požadavků nebo si vybrat některý z přednastavených režimů vzhledu.

Při parkování nám asistovala PSA Groupe koncernová zadní kamera, u Peugeotu označovaná pod názvem Visiopark 1. Stejně jako u Citroënu C3 Aircross kamera při couvání postupně načítala v úhlu 180° obraz okolo vozu. Automatické svícení a přepínání dálkových světel v noci fungovalo spolehlivě. Za to si v Peugeotu zaslouží velké uznání.

Střešní okno bohatě osvětlovalo vnitřek vozu. Dostatek světla a kombinace barev, materiálů a vzorů v interiéru vozu působila elegantním a moderním dojmem. Díly byly skvělé zpracované, nic nikde nevrzalo. V interiéru ale narazíte i na hodně lesklého černého plastu, který byl u testovaného vozu po pár měsících provozu už notně poškrábaný.

Peugeot 2008 nabídl pohodlná sedadla s dobrým bočním vedením a pohodlné odpružení podvozku. Zážitek z jízdy a péči o řidiče završovalo elektricky nastavitelné sedadlo řidiče v osmi směrech s masážní funkcí v bederní oblasti. Nastupování na zadní sedadla bylo na rozdíl od Citroënu C3 Aircross bezproblémové. Osmnáctipalcová kola s pneumatikami 215/55 autu moc slušela a poskytovala komfortní jízdu i při přejíždění nerovností na silnici. Na vyhrazeném místě ve středové konzoli lze bezdrátově nabíjet telefon. Kompatibilní aplikace v telefonu lze ovládat přes dotykový displej s funkcí Mirror Screen a nechybí ani podpora Apple CarPlay či Android Auto. U testovaného automobilu se funkce stop&start ovládala totožně jako u Citroënu C3 Aircross v menu infotainmentu. Pakliže jste fanouškem této funkce, je všechno v pořádku. V opačném případě se s prostředím infotainmentu důkladně seznámíte.

Po prvních dvou testech dáváme v redakci zatím jednoznačně přednost Peugeotu 2008 před Citroënem C3 Aircross. Vám však doporučujeme, abyste před pořízením nového vozu navštívili stránky programu Handycars (www.handycars.cz). Program Handycars vám s nákupem toho správného vozu pomůže a podá vám informace o užitečných službách, které s pořizováním nového auta souvisejí. ■

PEUGEOT 2008

PEUGEOT i-Cockpit® 3D
AUTOMATICKÁ 8st. PŘEVODOVKA EAT8
BENZINOVÝ, DIESELOVÝ I ELEKTRICKÝ MOTOR

HANDYCARS

- Automatická převodovka u většiny modelů Peugeot
- Cenové zvýhodnění pro zdravotně postižené
- Výhodný spotřebitelský úvěr s akontací již od 0 %, délka splácení až 7 let
- Havarijní pojištění se slevou 30 % a spoluúčastí až 0 %
- Sociální poradenství
- Komplexní servisní služby
- Speciální úpravy vozů
- Privátní autoškola pro ZTP

5 LET* ZNAČKOVÉ ZÁRUKY

HANDYCARS UVEDEME VÁS DO POHYBU

PEUGEOT DOPORUČUJE TOTAL PEUGEOT FINANCE by ESSOX

Pětiletá značková záruka se skládá z běžné dvouleté záruky a následně ze servisní smlouvy Optiway Garance na další 3 roky / do najetí 60 000 km. Spotřeba a emise CO_2 modelu 2008 v kombinovaném provozu 3,6–5,0 l/100 km, 97–114 g/km. Foto je pouze ilustrativní.

www.handycars.cz **infolinka: 800 101 101**

PEUGEOT

U JEDNOTLIVCE TO ZAČÍNÁ

Díky vám je naše teplo ještě **ekologičtější**

Čím více domácností využívá dálkové teplo,
tím více šetří životní prostředí.

Pražská teplárenská

Pražská teplárenská a.s.
Partyzánská 1/7, 170 00 Praha 7

www.ptas.cz

TEXT: Jitka Fučíková
FOTO: Marie Vokurková

PODPOŘTE ŽIVOT BEZ BARIÉR V DOBROČINNÉ SBÍRCE!

Život bez bariér, z.ú., se sídlem v Nové Pace v podkrkonošském kraji 15 let provozuje rozsáhlou půjčovnu kompenzačních pomůcek, poskytuje sociální služby, zaměstnává handicapované v chráněných dílnách, realizuje projekty v oblasti bezbariérovosti, prevence proti úrazům ve školách, organizuje sportovní a kulturní aktivity.

Organizace zakoupila na splátky v roce 2006 objekt opuštěné bývalé nemocnice (kdysi paulánský klášter) s cílem oživit areál pro zajištění sociálních a doplňkových služeb, vytvořit zde komunitní centrum a prostor pro setkávání lidí všech cílových skupin bez rozdílu věku a postižení.

Život bez bariér, z.ú., **má vícezdrojové financování (dotace, příspěvky, tržby za služby, dary atd.) určené převážně na mzdové a provozní náklady. Investice typu oprava střechy nelze z dotací hradit.** Organizace je neziskový sektor a nemá vlastní finanční zdroje.

Dalším problémem je, že některé kompenzační pomůcky, např. polohovací postele, jsou objemné, elektrické invalidní vozíky nebo tříkolky jsou těžké, hůře se s nimi manipuluje a nejsou skladné. Prioritou profesionální služby je, že každá pomůcka se musí po zápůjčce opravit, a doposud se složitě manipulovalo s pomůckami z objektu do objektu. Některé jsou uskladněny v jiném pronajatém objektu na druhém konci města. V současné době se pomůcky nacházejí ve skladu materiálu, kde není možnost bezbariérového výjezdu, nevhodné pro předání zájemci o pomůcku a navíc bude nutné prostor postupně vyklidit pro jiné účely.

Proč sbírku organizujeme?

Život bez bariér, z.ú., nemá vlastní finanční prostředky na investice typu oprava střechy. Přitom prostor bývalé fary, který potřebujeme pro sklad kompenzačních pomůcek, je ideální svou polohou: nachází se v blízkosti dílny údržby, prostor má bezbariérový přístup, vhodné parkování pro zájemce, kancelář koordinátora pomůcek. Ostatní prostory areálu jsou plně využité anebo čekají na opravu.

Na co konkrétně budou peníze z této sbírky použity?

Peníze ze sbírky budou použity na opravu střechy. Výhodou je, že lze rozdělit opravu dle výběru ze sbírky na celou střechu – demontáž staré střechy, nové trámy, krovy, krytina, montáž, a na část střechy – demontáž nejvíce postižených míst střechy, oprava krytiny.

Sbírku pořádáme díky DONIO

Donio je platforma, kde lze založit dobročinnou sbírku. Této možnosti využil i Život bez bariér. Víme, že dobro je všude kolem nás, a doufáme, že se podaří sehnat finanční prostředky na opravu střechy. Objekt, kde jsou uloženy kompenzační pomůcky pro handicapované, má děravou střechu a hrozí, že další zimu spadne. Proto jsme s pomocí Donio vytvořili projekt „Aby na pomůcky nepršelo“.

Pokud nás chcete podpořit, je to opravdu jednoduché:

1) Stačí si dát na webové stránky odkaz Donia – www.donio.cz/ZivotBezBarier.
2) Po pravé straně se můžete rozhodnout, jakou částkou nás podpoříte.
3) Dá se platit přes bankovní účet anebo on-line platební kartou.
4) Zadáte svoji e-mailovou adresu (posílá se zpětná vazba, že platba přišla v pořádku).
5) Můžete si nechat zaslat potvrzení o daru, které lze využít do účetnictví.
6) A jako poslední krok kliknete na tlačítko **přispět** a je to!

Děkujeme, že nám pomáháte. Každá koruna se počítá. ■

ASOCIACE POSKYTOVATELŮ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB ČR

MPSV

Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR a Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR vyhlašují

12. Týden sociálních služeb

Lítáme v tom společně

5.–11. října 2020

Partneři Týdne sociálních služeb ČR

Armáda spásy ČR | Asociace veřejně prospěšných organizací ČR | Diakonie ČCE | Hlavní město Praha | Jihočeský kraj | Jihomoravský kraj | Karlovarský kraj | Královéhradecký kraj | Liberecký kraj | Město Prachatice | Národní rada osob se zdravotním postižením ČR | Olomoucký kraj | Pardubický kraj | Plzeňský kraj | Slezská diakonie | Statutární město Brno | Statutární město Ostrava | Středočeský kraj | Ústecký kraj | Unie zaměstnavatelských svazů ČR

Mediální partneři

sociální služby | Listy sociální práce | sp sociální práce sociálna práca | ZAM | FÓRUM sociální politiky | DEZIDENČNÍ PÉČE | můžeš | TÁBORSKÝ deník | mosty

www.tyden-socialnich-sluzeb.cz

TEXT: Kateřina Havelková

NESTYĎTE SE A ŘEKNĚTE SI O POMOC

Škola je tady. Některé děti se do ní vrátily po prázdninách prodloužených koronavirem, některé do ní zamířily poprvé. Ať tak nebo tak, začátek školy je vždycky zážitek. A to nejen pro tu samotnou událost, ale také proto, že nový školní rok znamená pro rodiče sáhnout pořádně hluboko do peněženky – klidně pro dva tři čtyři tisíce za pomůcky. A co nové batohy, penály, obědy, zájmové kroužky, příspěvek SRPŠ, třídní fond a také doprava do školy? Zapomněli jsme na něco? Určitě! I tak ale tohle všechno stojí bez problémů třeba 15 000 Kč. Na jedno dítě… I dříve to bylo pro rodiny s nízkými příjmy těžké, teď jsou ale kvůli důsledkům koronakrize takové peníze pro mnohé rodiny zničující.

Není tedy divu, pokud i vy hledáte pomoc, abyste všechno uplatili. Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR rodinám v hmotné nouzi už pátým rokem poskytuje školní balíčky s tužkami, pastelkami, lepidlem, nůžkami, pravítkem, gumou, ořezávátkem, perem, propiskou, vodovkami, temperami, štětci, voskovkami, barevnými papíry, kružítkem, trojúhelníkem s ryskou, penálem a školním boxem s gumičkou. Celkový počet balíčků je 16 000. Nejchudším je také určen program Obědy do škol. Obecně prospěšná společnost Women for Women organizuje Obědy pro děti. A lidé také mohou zažádat na úřadech práce o tzv. mimořádnou okamžitou pomoc. Jde o jednorázovou dávku a v žádosti je třeba uvést, na co konkrétně má být určena. Asi to klidně mohou být i školní potřeby, pokud by se kvůli jejich pořízení měla rodina dostat do hmotné nouze. To všechno ale nemůže stačit, a tak pomáhají i neziskové organizace.

Škola zavolala a vyprazdňuje peněženky

Webové stránky projektu Patron dětí se již několik týdnů plní příběhy dětí, jejichž rodiče jsou z výdajů za školu zoufalí.

Péťa je veselý, přátelský a sportovně založený chlapec. Hraje házenou, florbal, a dokonce ho baví i vaření. Stará se o něj i s jeho bráškou Gabrielem prababička, rodiče se o své syny nezajímají, a dokonce na ně ani neplatí výživné. *„Jsem na kluky tedy sama. Je to radost, ale v mém věku i starost. Jediný příjem, který mám, je totiž důchod. To by nám ovšem nestačilo, proto ještě dostáváme sociální dávky. I tak mám co dělat, abych klukům zajistila vše, co potřebují. A přiznám se, že někdy je to už nad mé finanční možnosti. Péťa půjde do 4. třídy a potřebuje ve škole zaplatit obědy, družinu a kroužek házené. Nezbývají nám na to peníze, proto vás moc prosím o pomoc,“* píše ve své žádosti dárcům, kteří přispívají na konkrétní dětské příběhy v rámci crowdfundingového projektu Patron dětí.

Jožka chodí do základní umělecké školy, když s půjčeným saxofonem udělal zkoušky a na školu se dostal, vybíral Patron dětí peníze na školné poprvé. A situace se bohužel opakuje. *„S Josefem a jeho rodinou*

Kristýnka, foto: Deník

spolupracuji v rámci svého povolání sociální pracovnice. Rodiče se kromě Josefa starají ještě o šest dětí, žijí ve vyloučené lokalitě, a přestože s námi aktivně spolupracují, nemohou si zatím najít zaměstnání a jsou závislí na sociálních dávkách. Josef je talentovaný chlapec, který se v ZUŠ už rok učí hrát na saxofon, rodiče mu bohužel ale nemohou zaplatit další hodiny. Žádáme proto o pomoc Patrona dětí," dozvíte se od sociální pracovnice nízkoprahového zařízení, která vlastně Jožkův talent objevila a je patronkou jeho příběhu.

Patron příběhu je garantem pravdy

Patrona musí mít každá žádost o pomoc – je to osoba, která potvrzuje, že dítě dar, na který je pak vypsána sbírka, skutečně potřebuje. Rodiny, kterým Patron dětí pomůže, nedostávají peníze, ale přímo věc nebo službu, o kterou požádaly. Kromě osoby patrona však organizace, kterou v roce 2017 založila Nadace Sirius, používá ještě jedno jištění. Je jím oddělení risku, v němž jsou všichni žadatelé, patroni i dodavatele pečlivě prověřováni. Tím je zajištěno, že dary jsou poskytovány skutečně jen rodinám, které je opravdu potřebují.

Pája, Karolínka, Kamil, Kristýnka, Viktor, Maxim, Nikolas, Eliška a další a další děti – ti všichni nedosáhnou na pomoc státu a prosí o pomoc Patrona dětí. *„Jsem maminka tří úžasných dětí. Vychovávám je sama. Moje dcerka Eliška měla odklad a nyní jde do 1. třídy a moc se těší. Jen se bojím, aby se jí děti nesmály a nevyčlenily ji z kolektivu, když s nimi nebude chodit ve škole na jídlo. Po pokrytí všech životních nákladů mi na to totiž nezbývají prostředky. Eliška ráda řádí na kole, miluje své sourozence. S oblibou si hraje i na paní učitelku a náruživě vyučuje panenky a medvědy. Tak snad jí i díky vaší pomoci nadšení vydrží. Budu vděčná za jakoukoliv částku a především i za naši prvňačku děkuji,"* svěřuje se maminka, kterou jako patronka podporuje sociální pracovnice neziskové organizace, kam se svými dětmi dochází.

Pro kvalitnější život dětí s handicapem

Kromě rodin s dětmi se sociálním znevýhodněním, pomáhá Patron dětí i rodinám s dětmi se zdravotním postižením.

Poslední prázdninový den předával Patron dětí společně s redakcí Deníku elektrický invalidní vozík devítileté Kristýnce Vaňkové z Táborska. *„Mnoho lidí má potíže překonat počáteční ostych a o pomoc takového charakteru požádat. Je to nesmírná škoda, protože chceme pomoci co největšímu počtu handicapovaných či sociálně slabých dětí,"* uvedla Edita Mrkousová, výkonná ředitelka projektu Patron dětí. Kristýnka trpí pletencovou svalovou dystrofií. Narodila se ale po nekomplikovaném porodu jako naprosto zdravá holčička. Všechno se začalo měnit až kolem jejích pátých narozenin. Dívence se zhoršila chůze, často padala a ze země nebo z dřepu vstávala divným způsobem, dělaly jí problémy i schody. Ustaraní rodiče s ní proto absolvovali maraton po lékařích. Genetické testy nakonec odhalily zákeřnou vrozenou vadu. Pletencová svalová dystrofie způsobuje postupné ochabování svalstva, především pak dolních končetin. Postupně ale nemoc útočí i na trupové a břišní svalstvo a časem může zasáhnout i dýchací a srdečné svaly. Taková je pravda. Účinná léčba neexistuje a nemoc má rychlý spád. Nyní už Kristýnka nezvládne ani krok a je upoutána na vozíček.

I přesto je blonďatá milá dívenka díky dárcům, mezi které patří i jihočeští čtenáři Deníku, dost samostatná. Dokáže si dokonce dojet i sama za babičkou. *„Když jsem se to dozvěděla, bylo to pro mě obrovské zadostiučinění. Kristýnka je nádherná a chytrá holka, setkání s ní mi dalo moc. Jsem šťastná, že jsme mohli společně s dárci takto pomoci,"* uvedla výkonná ředitelka Patrona dětí při setkání s Kristýnkou a její rodinou. Nový vozík se dobře skládá do automobilu a vydrží nabitý až na 25 kilometrů, součástí je i cestovní nabíječka. A skvěle se ovládá *„Je to jednoduché, naučila jsem se to hned a jezdí se mi krásně,"* podotkla sama Kristýnka.

Požádat o pomoc není žádná ostuda

Příběhů jako je Kristýnčin, je však na www.patrondeti.cz celá řada. Například Kubík. Šestiletý klučina má rád hry na vaření, nakupování, telefonování, je velmi motoricky neklidný, rád se hýbe a dospělé má raději než děti. *„Kubík trpí DMO – spastickou kvadruparezou, mikrocefalií a je po operaci vrozené srdeční vady,"* říká jeho maminka Petra Šišperová z Ostravy. Chodí jen v ortézách na dolních končetinách, krátké vzdálenosti a vždy s oporou. Pravidelně od velmi útlého věku rehabilituje – v lázních i v ambulantních rehabilitačních

Kubík, foto: archiv rodiny

zařízeních. *„DMO je typické onemocnění, kde pravidelná rehabilitace předchází bolesti a operačním zákrokům,"* pokračuje Kubíkova maminka. Avšak náklady jsou velmi vysoké a rodinu, kde jeden pečuje již osm let o chlapce s handicapem a druhý vydělává, již velmi drtí. Jediným způsobem, jak totiž může Kuba používat správně svaly v těle, je odborné vedení a opakující se neurorehabilitace. Jeho vlastní pohyb vede ke zkrácení svalů, skolióze páteře, různým deformitám (na kyčlích, kotnících, ramenech), které pak musí být řešeny operativně za dost drastických podmínek, jako jsou například sádry na obou nohách po dobu 6 týdnů. A proto rodina požádala o pomoc Patrona dětí.

Možná i vy přemýšlíte, kde vzít peníze na ze zdravotního pojištění nehrazené rehabilitace, hipoterapie a podobné služby nebo řešíte pořízení zdravotní pomůcky pro své děti. Požádat o pomoc je normální, nestyďte se.

Patron dětí je on-line charitativní projekt založený Nadací Sirius, který pomáhá rodinám s nezletilými dětmi se zdravotním a sociálním znevýhodněním. Od svého vzniku v roce 2017 podpořil více než 3 300 dětských příběhů, na které se složilo přes 20 300 lidí částkou převyšující 38,3 milionu Kč. ■

mosty 4|2020
TEXT: Antonín Pokorný
FOTO: Handycars

PROJEKT HANDYCARS ZAJISTÍ MOBILITU PRO KAŽDÉHO

Cílem projektu, který za dobu své existence prodal více než dva tisíce aut, je komplexní podpora dopravní mobility osob se zdravotním postižením – od prvotního poradenství při výběru vozu přes zařízení jeho přestavby na ruční ovládání až po financování a pojištění. Vedle osob se zdravotním postižením je projekt určený také organizacím pro zdravotně postižené, neziskovým a charitativním organizacím. Nabízí zvláštní cenové zvýhodnění na vozy Opel a od letošního roku nově i na vozy Citroën a Peugeot.

Koupi vozu může usnadnit pětiletý spotřebitelský úvěr od finančních skupin jednotlivých značek. Součástí nabídky je i výhodné pojištění.

Díky příznivým cenám a posuvnému otevírání zadních bočních dveří jsou pro vozíčkáře obzvlášť vhodné modely Rifter, Combo a Berlingo. Úpravcem vozů pro zdravotně postižené je společnost HURT, která má v tomto směru dlouholeté zkušenosti.

Klienti programu mají navíc přednost při objednávání do autorizovaných servisů: diagnostický servis bez objednávání, vyzvednutí vozu u zákazníka do vzdálenosti 20 km, zdarma pětiletý asistenční program pro celou Evropu a samozřejmě i zvýhodněné ceny servisních prací a náhradních dílů. Do projektu HANDYCARS jsou zařazeni všichni autorizovaní prodejci značek Opel, Peugeot a Citroën. ■

Přejděte na zelenou

S innogy teď můžete odebírat elektřinu získanou výhradně z obnovitelných zdrojů a nestojí vás to ani o korunu navíc. K tomu získáte i garanci každoročního poklesu ceny a odměnu **1 500 Kč**.

800 013 013

innogy.cz

- šikmé schodišťové plošiny
- vertikální plošiny
- schodišťové sedačky
- stropní zvedací systémy
- schodolezy
- nájezdové rampy
- bazénové zvedáky

ALTECH | POMÁHÁME LIDEM PŘEKONÁVAT BARIÉRY

KAŽDÁ SCHODIŠŤOVÁ PLOŠINA MÁ SVŮJ PŘÍBĚH

Schodišťové plošiny – jak často člověk slyší toto slovní spojení? A než se začne psát právě ten jeho příběh, vlastně si ani neumí dobře představit, co se pod ním skrývá. Je to nová životní etapa, kdy mezi aktivním životem a životem na vozíčku najednou stojí bariéry – schodišťové či výškové. A v mžiku není jednoduché jít jen tak na běžný nákup nebo do parku.

Pod každým z našich výrobků je psán jiný životní příběh, 1000 plošin = 1000 příběhů… Ať je to dlouhodobá nemoc, vrozená vada nebo nenadálá událost – autonehoda či mladická nerozvážnost, je zde pouze neviditelná čára mezi tím, co člověk vnímá pouze vzdáleně a s čím se najednou musí vyrovnat. Jedno je ale u všech společné, a to nutnost překonat schodišťové bariéry na denní bázi.

Za téměř 30 let působení na trhu jsme nainstalovali tisíce plošin do všech koutů světa. Neustále pro Vás tato zařízení zdokonalujeme a inovujeme. Jen tak totiž dokážeme držet krok s dobou a nabízet to nejlepší.

- **Spolehlivé, komfortní a zároveň elegantní řešení pro vozíčkáře**
- **Jednoduchá instalace, rychlá doba dodání a minimální prostorové nároky**
- **Minimální prostorové nároky, na pravou i levou stranu schodiště**
- **Řešení na míru, lze instalovat i bez stavebních úprav**
- **Barvy dle vzorníku RAL nebo možnost nerezového provedení**
- **Manuální nebo automatické sklápění**
- **Možnost doplnění sklopné sedačky**

Na tato zařízení můžete od státu získat příspěvek minimálně 90% z celkové ceny. Pro více informací pište nebo volejte linku zdarma 800 303 304 ! Za konzultaci ani cenovou nabídku u nás samozřejmě nic neplatíte.

- Největší český výrobce s tradicí
- Prohlídka a cenová nabídka zdarma
- Rychlá realizace v rámci celé ČR
- Individuální řešení na míru
- Vysoká kvalita a bezpečnost
- Prodloužená záruka min. 36 měsíců
- Export do celého světa

ALTECH, spol. s r. o.
Průmyslová 1146
686 01 Uherské Hradiště

Tel : 572 420 515
Fax : 572 420 590
Email: altech@altech.cz
www.altech.cz

VOLEJTE ZDARMA
800 303 304

CHYTRÝ NÁRAMEK PRO BEZPEČÍ HANDICAPOVANÝCH ANEB KDYŽ TECHNOLOGIE POMÁHAJÍ

Je 7 hodin večer a na recepci terénní pečovatelské služby Farní charity v Litoměřicích právě zvoní alarm. To prostřednictvím svých SOS hodinek volá o pomoc paní Nováková, která žije sama a upadla z vozíčku. Neví si rady se silným krvácením z nohy. Recepční rychle zjišťuje podrobnosti, ženu uklidňuje a vzápětí volá záchranku. Chytrý náramek takto v praxi znovu zachránil život.

Co nejdéle doma a v bezpečí

Dodavatel řešení nazývá Asistivní život, litoměřická Farní charita, která projekt ve spolupráci s městem Litoměřice v praxi realizuje, podpůrnou službu popisuje jako bezpečnostní systém pro ochranu osob za pomoci tzv. chytrých SOS hodinek. Jeho cíl a základní myšlenka jsou velmi jednoduché, ale pro spokojený život zainteresovaných osob zásadní – pomáhat lidem co nejdéle zůstávat ve svém domácím prostředí. „Populace stárne a je nemocná. Lidé se bojí být sami doma. I když si mnoho let dopředu žádají o místo v pobytových zařízeních, nebývá pro ně místo. Kapacity skutečně neodpovídají všem potřebám. Proto jsme se rozhodli reagovat," shrnuje situaci Mgr. Karolína Wankovská, ředitelka Farní charity Litoměřice. Odhodlala se vkročit do neznámých vod, chytré náramky pomáhající realizovat terénní pečovatelskou službu jsou totiž v českém prostředí poměrně unikátní. Litoměřice se však staly zářným příkladem, kde řešení funguje a pomáhá.

Jednoduché řešení dodávající jistotu

Osoby v potenciálním ohrožení mají nepřetržitě na ruce speciální chytré hodinky fungující jako mobilní telefon. Díky GPS signálu a SIM kartě dokáží pouhým stisknutím tlačítka přivolat pomoc. Jsou totiž zkonstruovány tak, aby zasílaly zvukové a datové připomínky dispečinku, který průběžně vyhodnocuje jejich stav. Když člověk doma upadne, většinou poblíž nemívá mobil. Chytrý náramek ale mají všichni na ruce stále. Velkou oporou se proto stávají i mimo domov, když člověk vyrazí na nákupy či na procházku. Pomoc je vždy na dosah jednoho stisku, což dodává pocit bezpečí. Službu zajišťuje Pečovatelská služba litoměřické Farní charity, fungující 365 dní v roce, o víkendech i svátcích, každý den v čase od 7 do 21 hodin.

Fungující systém není samozřejmostí

Dodávka náramků a softwarového prostředí pro práci s nimi je jedna věc. Náramky se neobejdou bez promyšleného systému práce i financování. Intenzivní a inovativní spolupráce v tomto případě probíhá mezi Farní charitou Litoměřice a městem Litoměřice. Bez města by nebyla šance projekt zafinancovat. Podpora kraje potom

dovoluje pokrýt lidské zdroje, tedy pečovatelky a zdravotní sestry, pracující každý den v terénu. Ve své podstatě se v Litoměřicích udál restart terénní pečovatelské služby, a hodinky se staly dalším prvkem skládačky funkční komplexnější péče. Pečovatelky zde totiž často působily jako pouhé uklízečky domácností svých klientů, což bylo neadekvátní jejich kompetencím. Vedení organizace proto systém uchopilo nově. Je důležité upozornit i na to, že pečovatelská služba zde nenahrazuje zdravotní péči, umí ji však rychle přivolat a společně s SOS hodinkami být nápomocna i vzdáleně.

Vše není jenom růžové. Fungující systém je odrazem vychytávání celé řady problémů. Vozíčkáři také stále často spouští alarm nedopatřením, když nasedají na vozík. S dobrou vírou v pomoc druhým jde však všechno podstatně snáze. A Farní charita Litoměřice má ambice obstarat péči o všechny osoby, které ji ve městě a přilehlých obcích potřebují. S chytrými náramky se jim to daří o poznání snáze.

Pokud máte o podobné řešení zájem, kontaktujte vedení svého města či společnost DATASYS. Konkrétně je k dispozici pan Ing. Michael Dezider Ilko: e-mail michael.ilko@datasys, telefon 608 101 007. ■

HLAVNÍ VLASTNOSTI CHYTRÝCH SOS HODINEK:

- **Okamžité přivolání SOS tlačítkem.**
- **Nepřetržitý monitoring osoby (na vyžádání klienta).**
- **Okamžité zjištění polohy pomocí GPS.**
- **Obousměrná hlasová komunikace a hlasitý reproduktor.**
- **Měření a upozornění při vysokém tlaku a tepu.**

DATASYS, S.R.O.

Česká IT společnost fungující už déle než čtvrt století. Jejím cílem je realizovat více projektů s celospolečenským dopadem. Zmiňovaný projekt se opírá o jejich technologické know-how, hardware a software.

FARNÍ CHARITA LITOMĚŘICE

Organizace působící v souladu s křesťanskými hodnotami římskokatolické církve. Provozuje 11 registrovaných sociálních služeb v 5 střediscích, ve kterých poskytuje pomoc různým cílovým skupinám. Uvedený projekt za podpory města Litoměřice realizuje v praxi.

TEXT: Radka Svatošová
FOTO: archiv Radky Svatošové

BYLINKY Z NAŠÍ PŘÍRODY PRO ŽENSKÉ A MUŽSKÉ ZDRAVÍ

Naše příroda je k nám nesmírně štědrá, a celé léto můžeme proto sbírat bylinky, které podpoří zdraví žen všeho věku. Příroda nezapomíná ani na muže, i oni mohou posílit své zdraví pomocí bylinek.

Bylinky pro ženy

Pro každou ženu či dívku je dobré mít doma sušenou zásobu **kontryhelu** a popíjet jej před menstruací. Kontryhel obsahuje fytoestrogeny a umí odstranit nepříjemné průvodní jevy nastupující menstruace, ale taky klimakteria. Dokáže zharmonizovat menstruaci u mladých dívek.

Řebříček obecný potlačuje křečovité bolesti při menstruaci a při bolestech v zažívacím traktu. Jeho kvetoucí nať je vynikající nejen na ženské obtíže, ale také čistí krev a všechny tělesné šťávy, léčí průjem, podněcuje trávení a dezinfikuje. Pomáhá při závratích a nevolnostech. Při bolestech hlavy způsobených změnou počasí vypijte hrnek horkého řebříčkového čaje, bolesti rychle poleví.

Chmel obecný patří k začátku podzimu. Jeho šištice umí dobře zklidnit. Takové pivo rozhodně není povzbuzující nápoj a na muže má účinek spíše tlumící. Ženám pomáhá chmel při problémech s menstruací a s přechodem.

Pelyněk černobýl patří mezi nejběžnější bylinky vůbec. Najdeme ho všude a je škoda, že více nevyužíváme jeho léčivou moc. Dokáže rozproudit energii v ženské oblasti a zlepšit prokrvení celé pánve. Umí srovnat menstruaci a pomoci od křečovitých bolestí, dokáže vyladit i hormonální rovnováhu. Je to silná bylinka, nesmí se používat v těhotenství a při kojení.

Růžové hlavičky **jetele lučního** zdobí naše louky po celé léto. Sbírají se mladé květy či kvetoucí nať. Využít se dají i krémově zbarvené květy jetele plazivého, který je o něco drobnější a najdeme jej snad v každém trávníku.

Jetel patří mezi nejpopulárnější ženské bylinky. Díky obsahu fytoestrogenů uleví od průvodních projevů nastupující menopauzy. Umí také upravit menstruační cyklus. Působí jemně a může se používat dlouhodobě ve směsích s dalšími bylinkami.

Listy **maliníku** působí také velmi mírně, a proto se někdy doporučují i do čajů na denní pití. Maliník umí vyrovnávat hormonální hladinu a chrání naši reprodukční soustavu. Pomáhá při přípravě na otěhotnění a také se používá na usnadnění porodu. Je vhodný i pro muže, celkově naše tělo detoxikuje a čistí krev.

Jetel luční

Bylinky pro muže

Vrbovku malokvětou nejvíce proslavila léčitelka Marie Treben. Doporučovala ji na všechny problémy s prostatou. Sbírá se nať na začátku kvetení. Léčivé jsou všechny vrbovky, které kvetou malými kvítky.

Vrbku úzkolistou zmiňuji ráda a často. Vlastně nově taky patří mezi vrbovky, botanici nám v tom nadělali trochu zmatek. Vrbka je nádherná, statná, fialově kvetoucí bylina, kterou najdeme hlavně na horách a na lesních pasekách. Má mnoho léčivých účinků, nově bylo prokázáno její působení při adenomu prostaty. Obsahuje také hormony, které pomohou ženám při potížích v menopauze.

Lnice květel je půvabná bylinka, trochu podobná zahradnímu hledíku. Kvete od začátku léta až do podzimu, takže na její sběr máme dost času. I lnice působí velmi mnohostranně, nálev a tinkturu můžeme používat při zbytnění prostaty, využívá se i při menstruačních potížích.

Kotvičník zemní je bylinka, kterou můžete najít v jižní Evropě. U nás se někdy kvůli svým mimořádným účinkům pěstuje, ale taky zplaňuje a dál se množí pomocí semen opatřených mimořádně ostrými trny. Právě semena působí nejsilněji, i když můžeme využívat celou drobnou rostlinku. Doporučuje se hlavně mužům,

Řebříček obecný

Lnice květel

ale i ženám po čtyřicítce. Pomůže při rekonvalescenci po těžkých onemocněních, působí afrodisiakálně a podporuje tvorbu mužských a ženských hormonů. Používá se ve formě nálevu, ale jednodušší je vyrobit si vlastní tinkturu. Přestože rostlinka působí jemně a nenápadně, její účinky jsou velmi silné. Proto doporučuji – všeho s mírou.

Milí čtenáři, přeji Vám prosluněné dny babího léta, plné vůní, barev, ovoce a plodů. Využijte každou chvilku k tomu, abyste ji strávili v přírodě a na sluníčku. Tím podpoříte své zdraví a svou imunitu mnohem víc než očkováním nebo léky. ■

Další recepty, články a informace najdete na www.nasezelenalouka.cz.

RECEPTY

Tinktura pro ženy v klimakteriu

Nasbíráme květ kontryhelu, list šalvěje, šištice chmelu. Kontryhel prospívá vaječníkům a děloze, šalvěj pomáhá proti návalům pocení a horkosti, chmel obsahuje fytoestrogeny a zklidňuje. Stejný díl od každé bylinky vložíme do skleničky a zalijeme bílým alkoholem, např. vodkou. Necháme macerovat minimálně 5 týdnů, pravidelně protřepáváme, přecedíme a užíváme 20 kapek 3x denně.

Kopřivové semínko v medu

Nasbíráme malé hrozny ještě zelených kopřivových semínek. Sdrhneme je ze stopek a smícháme s tekutým medem. Med je dobře zakonzervuje. Užíváme je po lžičkách jako všeobecně posilující a povzbuzující prostředek. Semínka v medu působí také afrodisiakálně.

Kneippův královský čaj

Smícháme 40 g řebříčku, 30 g kontryhele, 20 g měsíčku, 10 g šalvěje. 1 lžíci směsi vložíme do hrnku a zalijeme vařící vodou. Podáváme 2–3 hrnky denně při běžných ženských potížích.

Fermentovaný čaj na denní pití z maliníku

Nasbíráme zdravé listy maliníku, které necháme 2–3 hodiny zavadnout. Listy pak pomačkáme, kroutíme, naklepeme paličkou nebo podrtíme, aby se narušila jejich struktura a byly vlhké. Pomačkané listy vložíme do sterilních, suchých zavařovacích skleniček. Listy pevně napěchujeme a dbáme, aby sklenice byla plná.

Sklenice uložíme na teplé a tmavé místo o teplotě 40–50 °C na 6–12 hodin. Můžeme listy oxidovat i při teplotě kolem 30° C, ale celý proces pak trvá déle, cca 12–24 hodin. Když listy změní barvu na zelenohnědou a objeví se nová vůně (např. ovocná), je to znamení, že oxidaci můžeme zastavit. Listy pak pokrájíme nadrobno keramickým nožem a rychle dosušíme na slunci, v sušičce, na pánvi nebo v troubě při velmi nízké teplotě.

Čaj uložíme do sklenic na tmavé místo. Čaj se může popíjet hned, ale lépe je nechat jej projít procesem suchého zrání. Plná chuť čaje se vyvine po době nejméně jednoho měsíce. Fermentace sníží léčebné účinky, ale zvýrazní chuť čaje. ■

Chcete zdarma dostávat časopis mosty přímo do poštovní schránky?

1 Napište na adresu NRZP ČR, Partyzánská 7, 170 00 Praha 7 nebo na e-mail m.dvorak@nrzp.cz.

2 Ve své objednávce uveďte kontaktní adresu, na kterou ho chcete posílat, a souhlas s jeho zasíláním.

3 Časopis vychází pětkrát ročně, bude Vám zasílán zdarma prostřednictvím České pošty, s.p.

Nabídka platí pro osoby se zdravotním postižením, jejich rodinné příslušníky a organizace osob se zdravotním postižením a je platná pro rok 2020.

Osobní údaje, poskytnuté pro účely zasílání časopisu MOSTY, zpracovává Národní rada osob se zdravotním postižením ČR, z.s. (dále jen „NRZP ČR"), v souladu s obecným nařízením o ochraně osobních údajů[1] a uchovává je pouze po nezbytně nutnou dobu podle zvláštního právního předpisu. Osobní údaje nejsou dále předávány s výjimkou České pošty, s. p., která časopis na základě uzavřené smlouvy rozesílá. Odběratel časopisu má právo požadovat informaci, jaké osobní údaje Správce (NRZP ČR) zpracovává, právo požadovat po Správci vysvětlení ohledně zpracování osobních údajů, právo vyžádat si u Správce přístup k osobním údajům, jejich opravu, omezení zpracování nebo výmaz, jakož i právo na vznesení námitky proti zpracování a právo podání stížnosti u dozorového úřadu.

[1] Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/679 ze dne 27. dubna 2016 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů a o zrušení směrnice 95/46/ES (obecné nařízení o ochraně osobních údajů).

mosty Časopis pro integraci

4. číslo 2020 | 21. ročník
vychází 16. 9. 2020

VYDAVATEL
NÁRODNÍ RADA OSOB SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM ČESKÉ REPUBLIKY, z. s.
Partyzánská 1/7, 170 00 Praha 7
tel.: +420 266 753 421
e-mail: nrzpcr@nrzp.cz
web: www.nrzp.cz
IČ 70856478
www.facebook.com/NRZPCR

PARTNER ČASOPISU
MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ ČESKÉ REPUBLIKY

Časopis MOSTY 4/2020 vznikl za podpory Ministerstva zdravotnictví.

REDAKCE ČASOPISU: Mgr. MICHAL DVOŘÁK e-mail: m.dvorak@nrzp.cz; Mgr. JAN KHOLL e-mail: kholl@seznam.cz

REDAKČNÍ RADA: Mgr. MICHAL DVOŘÁK e-mail: m.dvorak@nrzp.cz; JUDr. JAN HUTAŘ e-mail: j.hutar@nrzp.cz; Mgr. VÁCLAV KRÁSA e-mail: v.krasa@nrzp.cz; Mgr. SABRINA PLISKOVÁ e-mail: sabrin.pliskova@gmail.com; JUDr. ZDENĚK ŽIŽKA e-mail: z.zizka@nrzp.cz

TISK: Grafotechna Plus, s. r. o.

GRAFICKÁ ÚPRAVA: Studio Press s. r. o., Pardubice

FOTOGRAFIE NA OBÁLCE: archiv Václava Krásy

Vydávání povoleno Ministerstvem kultury ČR, zapsáno do evidence periodického tisku pod číslem MK ČR E 13338. Vydáváno za finanční podpory Ministerstva zdravotnictví.
ISSN 1805-9562
NEPRODEJNÉ

Zveřejněné názory nemusejí být v souladu s míněním redakce, ručí za ně autoři článků.
Příští číslo vyjde v prosinci 2020.

UMĚLCI MALUJÍCÍ ÚSTY A NOHAMA

„Ne ruka, to duše maluje...“

Kalendáře – nástěnný, stolní

Okenní dekorace

Dannyho sen – knížka pro děti

Jmenovky na dárky

Vánoční přání

Všechna přání jsou včetně obálky.

Deštníky s taškou

Kombinace – utěrka s chňapkou + hrníček + taška

Chcete udělat dobrý skutek a zároveň potěšit sebe či své blízké? Navštivte webové stránky

www.umun.cz

NAKLADATELSTVÍ UMÚN s.r.o. | NAD ŠKOLOU 1289 | 463 11 LIBEREC 30
TELEFON: +420 485 161 712 (8:30–12:00, 12:30–16:00 hod.) | **E-MAIL:** umun@umun.cz

JSME HUSTÝ

Provozujeme nejhustší veřejně dostupnou síť sběrných míst a třídíme všechno elektro.

www.cervenekontejnery.cz

asekol

ZE STARÉHO NOVÉ!