

mosty



HEJTMAN RADIM HOLIŠ:

**„ZLÍNSKÝ KRAJ JE NÁDHERNÝ
A ROZMANITÝ, PŘIJEĎTE SE
PŘESVĚDČIT!“**



UMĚLCI MALUJÍCÍ ÚSTY A NOHAMA



„*Ne ruka, to duše maluje...*“

Zástěry (dámské, pánské a dětské)



Darovací obálky



Reprodukce



Žabky a látkový pytlík



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: +420 775 432 743 (8:30-12:00, 12:30-16:00 hod.) | **E-MAIL:** umun@umun.cz

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

před letními prázdninami jsme pro vás připravili třetí číslo vašeho oblíbeného časopisu Mosty. V jednotlivých příspěvcích najdete podrobnější informace o zdravotnických prostředcích, ale také o projednávání několika zákonů, které novelizují současný zákon o sociálních službách. Je to poněkud chaotická činnost Ministerstva práce a sociálních věcí ČR, které předkládá jednotlivé návrhy zákonů, jež však nejsou v uceleném konceptu, ale řeší se jednotlivostí bez ohledu na celek.

Abychom vám zpříjemnili letní dny, naleznete v časopise podrobnou reportáž ze slavnostního předávání cen NRZP ČR MOSTY, které se uskutečnilo 23. května 2024 v Horáckém divadle v Jihlavě. Velmi zajímavý je rozhovor s hejtnanem Zlínského kraje panem Radimem Holíšem. Přinášíme vám také tipy na výlety na hrady a zámky a informace o novinkách které i letos připravil Národní památkový ústav společně s Národní radou osob se zdravotním postižením ČR.

Přeji vám příjemné prožití letních dní, abyste načerpali nových sil, které nepochybně budeme všichni potřebovat v následujících měsících.

Váš Václav Krása



Jan Vandík „Zlínský Kraj je nádherný a rozmanitý, přijďte se přesvědčit!“	4
Václav Krása Podivná zákonodárná bramboračka v sociálních službách	8
Ondřej Folk Valné shromáždění Evropského fóra osob se zdravotním postižením	10
Zdeněk Žižka Zdravotnické zákony v pohybu – bude to k lepšímu?	11
Jan Hamrník Nenalette energošmejdům! jak správně změnit dodavatele energií	16
Petr Štáhlavský Vlakem za letními zážitky	20
Pavel Tesař Bezbariérová nádraží ve městě perníku	24
Šárka Prokopiusová a kolektiv Stanovisko republikového výboru SNN v ČR, z.s. k deklaraci ASNEP k výuce českého znakového jazyka	28
Roman Lupoměský Hodnocení deklarace ASNEP k výuce českého znakového jazyka z pohledu člena komunity neslyšících	29
Václav Krása Ceny MOSTY předány	30
OSTRA GROUP A.S. Hurá trial, to je věc, jezdí to jen šílenec	34
OSTRA GROUP A.S. Pomáháme stavět mosty, tentokrát v Jihlavě	35
Blanka Sedláčková Představujeme organizace	36
Sabrina Plisková Výlety za památkami	40
Šárka Slavíková Rozhodování na konci onkologické léčby – pracovat, a jak?	44
Blanka Sedláčková Jedna vlaštovka jaro nedělá, ale přináší naději	48
Jakub Novotný Český parahaokej: inspirace a odvaha na ledě!	50
Miloš Kajzrlík Nevidět nebo neslyšet nikterak nebrání věnovat se na vysoké úrovni královské hře	54
Zuzana Dufková Rozšiřujeme síť podpory: nová poradna v Jihlavě	56
Marcela Mádrová Léto v chládku	58
Radka Svatošová Domácí mátové mojito	62
Zuzana Dufková Podpora regionů – zajištění informovanosti a obhajoba práv OZP	63
Miloš Kajzrlík Publikace, která může posloužit jako krabička poslední záchrany	64



„ZLÍNSKÝ KRAJ JE NÁDHERNÝ A ROZMANITÝ, PŘIJEĎTE SE PŘESVĚDČIT!“

Už tři a půl roku stojí v čele Zlínského kraje hejtman Radim Holiš. Původní profesí stavař, bývalý starosta Rožnova pod Radhoštěm, v civilu nadšený běžkař. Zeptali jsme se ho, kam se pod jeho vedením Zlínský kraj posunul, co hejtmantství dělá pro lidi se zdravotním postižením a která místa ve Zlínském kraji doporučuje k návštěvě.

Pane hejtmane, můžete zhodnotit své více než tříleté působení ve vedení Zlínského kraje?

Přesto, že jsme museli čelit covidu, válce na Ukrajině a energetické krizi, podařilo se nám s kolegy z krajské rady udělat kus práce. Opravujeme „Baťovku“ a ostatní nemocnice, rekonstruuje školy, stavíme domov pro seniory Liptál, rekordně investujeme do silnic, které máme v nejlepším stavu za posledních deset let. Dosáhli jsme velkých diplomatických úspěchů – minulá vláda poslala 700 milionů na odškodnění lidem a obcím v okolí vrbětických muničních skladů, současná vláda pak přijala usnesení, díky kterému získáme 800 milionů na obchvat Zlína.

Podepsali jsme historicky první smlouvu o spolupráci s Univerzitou Tomáše Bati i s krajskou hospodářskou komorou. Jako jediný kraj máme zastropované ceny energií do konce roku 2024, a díky tomu jsme ušetřili významné prostředky, které dál investujeme. Největší radost mám z toho, že se nám podařilo změnit přístup k řízení kraje, spojujeme síly s ostatními



v území a politickou příslušnost dáváme v takových momentech stranou. Hotovo ale ještě nemáme, pořád nás spousta práce a výzev čeká.

Do funkce hejtmána jste šel z komunální politiky. Je nějaká oblast, kde jste takzvaně narazil a nešlo to úplně podle vašich představ?

Téměř sedm let starostování v Rožnově mi dalo dobrou přípravu pro práci hejtmána. Na kraj jsem přišel v době covi-

du, kdy byly plné nemocnice, a já jsem potřeboval, aby mi lidé v území pomohli. Tam jsem poznal, na koho se mohu spolehnout a táhnout s ním za jeden provaz. Těch lidí si velmi vážím, stejně jako všech ostatních, kteří mi pomáhají. Když kolem sebe máte správné lidi a ideálně i dostatečně velký rozpočet, dá se se vším pracovat a překonávat všechny překážky. Stále platí to, co jsem řekl na začátku, tedy že chci kraj spojovat a spolupracovat se všemi, kdo

mají chuť náš region posouvat a nezájmají se jen o vlastní prospěch a projekty. Děkuji všem, kdo mi pomáhají.

Co váš kraj nejvíc trápí? V čem vidíte největší problém?

Náš kraj stárne, mladí lidé odcházejí jinam, hrozí nám nedostatek kvalifikované pracovní síly. Tento negativní vývoj musíme zvrátit. Máme na to strategii postavenou na několika pilířích. Důležité například je, aby náš systém školství produkoval odborníky, které Zlínský kraj skutečně potřebuje. Proto jsme rozjeli intenzivní spolupráci s univerzitou a přišli jsme také s iniciativou Zachraňme strojírenství. Pumpujeme do území peníze, jimiž chceme kraj rozvíjet. Například městům jsme poskytli 250 milionů korun na jejich rozvojové projekty, díky kterým modernizují, budují infrastrukturu a dělají města pro své obyvatele atraktivnější, aby se nestěhovali jinam. Spoléháme také na novou krajskou společnost ZRIA, jejímž úkolem je přilákat nové investory, pomoci těm stávajícím a vytvořit tu dobře placená pracovní místa. V neposlední řadě je naším cílem dosáhnout férového financování krajů v rámci rozpočtového určení daní, které nám zajistí potřebné finanční prostředky.

Když jste se před víc než třemi lety chopil funkce hejtmana, přehodil jste výhybku a začal jste modernizovat Krajskou nemocnici Tomáše Bati v jejím současném areálu. Jak jste s postupem prací spokojen?

Baťova nemocnice je devátá největší v republice. Nyní konečně nabrala jasný směr a mění tvář. Postupně ji modernizujeme a letos nás už čeká příprava plochy v areálu na výstavbu nového pavilonu pro matku a dítě, kde bude mimo jiné nová porodnice. Za uplynulých tři roky jsme do stavebních úprav nemocnice investovali už přes 1,5 miliardy korun a dalších 1,4 miliardy máme připra-



vených na výstavbu nového pavilonu porodnice.

Když srovnám stav, ve kterém jsme areál nemocnice přebírali, a podívám se, jak vypadá dnes, rozdíl je víc než zjevný. Některé budovy byly v havarijním stavu a bylo pro mě naprosto nepochopitelné, že to někdo nechal zajít až tak daleko. Každopádně jsem spokojený s tím, jak se nyní krajská nemocnice proměňuje, a těší mě, že si toho začínají všimnout i ostatní. Po čtyřech letech máme Baťovku v úplně jiném, a hlavně mnohem lepším stavu, než jsme ji převzali, a navíc s jasně nastaveným reálným plánem do budoucna. Jak proměna Baťovky aktuálně pokračuje, mohou lidé sledovat na webu www.budoucnostbatovky.cz.

Jak pomáhá Zlínský kraj lidem se zdravotním postižením?

Oblast sociálních věcí má u nás na starosti kolegyně Hana Ančincová, která společně s celou Radou Zlínského kraje dělá maximum pro zkvalitnění sociálních služeb včetně modernizace a výstavby nových zařízení. Například vloni jsme ve Zlíně-Přilukách otevřeli nový domov pro osoby se zdravotním postižením, který je vybaven moderními

asistivními technologiemi. Zprovoznili jsme také chráněná bydlení v Bystřici pod Hostýnem a ve Fryštáku, která svým klientům umožňují žít co nejpřírozeněji. Kromě toho se zaměřujeme také na rozvoj a zvyšování dostupnosti ambulantních a terénních služeb, jako je sociální rehabilitace, osobní asistence nebo sociálně terapeutické dílny.

V čem se podle vás může podpora ze strany kraje ještě zlepšit?

Víte, vždycky je to o penězích. Každá z oblastí by si zasloužila víc. Investice do vzdělávání se nám v budoucnu mnohonásobně vrátí, stejně jako do zdravotnictví a prevence nebo do dopravy, potřebné jsou zkrátka všude. Ale uvědomujeme si, že oblast sociálních věcí je státem dlouhodobě podfinancovaná. Proto jsme finanční prostředky do této sféry výrazně navýšili alespoň z rozpočtu kraje a usilujeme o navýšení také prostřednictvím vlády. Finančně se snažíme pomáhat i cíleně, podporujeme například handicapované sportovce. Podpořili jsme třeba běžce Ondru Bartoška z Prostřední Bečvy, který se díky naší pomoci mohl zúčastnit mistrovství světa ve Francii, kde skončil na krásném jedenáctém místě. Velmi mě potěšilo, když nedávno řekl, že ➔

jednou z věcí, která ho motivovala k tomu, aby začal běhat, byl běžecký závod, který jsem v Rožnově spoluorganizoval, a také nové hřiště, které jsem jako tehdejší starosta pomáhal vybudovat. Je skvělé slyšet, že má vaše práce pozitivní dopad a smysl v životním příběhu konkrétního člověka.

V sociálních službách hraje důležitou roli nejen materiální vybavení a zázemí, ale také lidé, kteří v nich pracují. A stejně jako ve zdravotnictví tady personální kapacity chybějí. Jak se s tím vyrovnáváte ve Zlínském kraji?

Nedostatek lidí trápí mnohá odvětví, je to velký problém a potýkáme se s tím stejně jako v jiných krajích. Snažíme se pracovníky motivovat, vzdělávat, zřizujeme stipendijní programy pro studenty, spouštíme motivační dotační programy. Nejenže chybí personál, navíc je práce ve zmiňovaných sociálních službách mimořádně náročná jak fyzicky, tak psychicky. Také proto se snažíme do práce zapojovat moderní technologie, které nám v péči o klienty pomáhají. Lidí působících v této oblasti si velmi vážíme, každoročně proto oceňujeme pracovníky v sociálních službách za jejich aktivní, dlouholetou a obětavou činnost. Stejně tak oceňujeme takzvané pečující osoby, tedy ty, kteří doma s velkou trpělivostí a láskou pečují o člena rodiny, a to často na úkor svých vlastních sil. A zapomenout nesmím ani na anketu Fěrový zaměstnavatel, v níž hodnotíme mimo jiné i to, zda podniky a firmy zaměstnávají lidi se zdravotním postižením.

Jak je na tom Zlínský kraj s bezbariérovostí?

Je to téma, které se prolíná všemi oblastmi, nejen přímo sociálními službami, ale také školstvím, kulturou, dopravou a dalšími. Uvedu konkrétní příklad: v poslední době jsme třeba schválili vybudování bezbariérových přístupů do



obou budov 14 | 15 BAŤOVA INSTITUTU ve Zlíně, kde sídlí krajská knihovna, muzeum a galerie, nebo moderní bezbariérové zázemí pro odbornou výuku studentů Střední uměleckoprůmyslové školy v Uherském Hradišti. Na bezbariérovost myslíme i v dopravě. Na základě smlouvy, kterou jsme na konci loňského roku uzavřeli s Českými drahami, jsou nyní všechny spoje tohoto dopravce ve Zlínském kraji nízkopodlažní a bezbariérové. Je to komplexní záležitost, kterou se automaticky zabýváme u každého projektu.

Jak obecně hodnotíte fungování sociálních služeb v České republice?

Chybí jasná definice toho, co má mít na starosti stát, co kraj a co obce, včetně povinnosti financování. Přehazování si problémů a nedostatek peněz je v tomto případě nekonečný příběh. Samotné organizace dělají maximum a naštěstí tu máme také řadu těch neziskových, které v sociální oblasti

velmi pomáhají, a za to jim všem patří velké poděkování.

Pane hejtmane, prozradte na závěr, kam byste nás pozval na návštěvu ve Zlínském kraji. Máte nějaké své oblíbené místo?

Hodně cestuji po našem kraji a navštívil jsem spoustu krásných míst, která máme doslova za kopcem, ale často o nich ani nevíme. Díky tomu jsem třeba poznal zajímavou lokalitu nedaleko Mladcové u Zlína, přezdívanou zlínské Machu Picchu. Nejvíce si odpočinu na běžkách v okolí Rožnova a rád mám i Luhačovice, Baťův kanál, Zoo Zlín nebo Kroměříž. Začínám teď poznávat vinařské oblasti na Slovácku, které mají úžasnou atmosféru. Máme tu spoustu nádherných míst a zajímavých akcí spojených s dobrým jídlem, se zábavou a s krásnou přírodou, které nejsou jinde v republice. Určitě se vyplatí náš kraj navštívit. ■

Stipendijní program

SKOLA BEZ BARIÉR

pro osoby s pohybovým postižením

- v bezbariérovém prostředí
- na stipendium udělené MUP
- perspektivní studijní programy
- plnohodnotné začlenění do vysokoškolského života



PODIVNÁ ZÁKONODÁRNÁ BRAMBORAČKA V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH

Jak jsme vás již informovali v prvním letošním čísle Mostů, MPSV ČR předložilo koncem loňského roku do legislativního procesu tři novely zákona o sociálních službách, z toho jedna novela byl poslanecký návrh pana ministra a poslance Mariana Jurečky, označený jako poslanecký tisk 605. Právě tento poslanecký návrh byl projednáván v Poslanecké sněmovně prioritně. V průběhu projednávání navrhla skupina poslankyň a poslanců zapracovat do novely zákona návrh na zvýšení příspěvků na péči ve II. a ve III. stupni míry závislosti, a to s platností od 1. července 2024. Návrh

neobsahoval zvýšení příspěvku na péči v I. stupni, s čímž jsme nemohli souhlasit.

NRZP ČR opakovaně důrazně prohlásila, že nesouhlasí už se způsobem podání této novely zákona o sociálních službách, protože navržená novela neprošla připomínkovým řízením. Samozřejmě jsme vyjádřili zásadní nesouhlas s odmítnutím zvýšení příspěvku na péči v I. stupni. Mimo zvýšení příspěvků na péči byly klíčovými body návrhu novely zákona o sociálních službách, poslanecký tisk 605, ještě

legislativní zakotvení nadregionálních a celostátních projektů poskytovatelů sociálních služeb a definice pečující osoby.

Návrh na legislativní úpravu sítě celostátních projektů odmítli všichni zástupci nadregionálních a celostátních poskytovatelů sociálních služeb, protože zákonná úprava nedává jistotu kontinuity poskytování těchto služeb i v budoucnosti. V průběhu projednávání návrhu zákona došlo k určitému změkčení původně navržené formulace, a věříme, že se nám podaří v další komunikaci s MPSV ČR nakonec najít řešení, které zakotví jistotu poskytování celostátních sociálních služeb.

V případě zvýšení příspěvků na péči v jednotlivých stupních jsme vyjádřili jasný nesouhlas s tím, jak byla celá problematika příspěvků na péči komunikována ze strany ministerstva, a především s tím, že nebylo navrženo zvýšení příspěvku na péči v I. stupni a že bylo navrženo pouze minimální zvýšení příspěvku na péči ve II. stupni. Konkrétní návrh na zvýšení příspěvků byl tento: I. stupeň 0 Kč, II. stupeň o 500 Kč, III. stupeň o 2000 Kč a IV. stupeň o 7800 Kč u příjemců příspěvku na péči, kteří jsou v domácí péči. U příjemců příspěvku na péči, kteří jsou trvale v bytových zařízeních, bylo





navrženo zvýšení o 3800 Kč měsíčně. NRZP ČR souhlasila s vyšším zvýšením příspěvku na péči ve IV. stupni u osob, které jsou v domácí péči. Neznamená to však, že bychom současně nekritizovali skutečnost, že lidé s menší potřebou služeb mají být takto potrestáni.

Dne 12. dubna se uskutečnilo třetí čtení návrhu zákona, tisk 605. Naše návrhy na zvýšení příspěvků na péči v I. a ve II. stupni, které jste podpořili, nebyly Poslaneckou sněmovnou schváleny. Znamená to, že od 1. července 2024 bude výše příspěvků u osob starších 18 let následující:

- I. stupeň PnP – 880 Kč
- II. stupeň PnP – 4900 Kč
- III. stupeň PnP – 14 800 Kč
- IV. stupeň PnP – 27 000 Kč u osob,

kteří jsou v domácí péči, a 23 000 Kč u osob, které jsou v pobytových zařízeních

Pokusili jsme se ještě v Senátu přesvědčit senátorky a senátory, aby schválili navýšení příspěvku na péči v I. a ve II. stupni. Maximálně jsme apelovali na to, aby Senát provedl změny, protože, jak jsme se dozvěděli na mimořádném jednání Výboru pro sociální politiku PSP ČR, ministerstvo práce a sociálních věcí již připravilo novelu vyhlášky č. 505/2006 Sb., kterou se provádí zákon o sociálních službách, kde navrhuje opětovné zvýšení cen pečovatelských služeb. Vyhláška nabude účinnosti právě 1. července 2024, kdy by mělo dojít k navýšení příspěvků na péči kromě příspěvku v I. stupni. To znamená, že to, co bude přidáno na příspěvku na péči, tak

bude ihned odebráno zaplacením vyšších cen za jednotlivé úkony sociálních služeb. Situace osob pobírajících I. a II. stupeň příspěvku na péči se tak ještě zhorší a sociální služby budou pro ně ještě méně dostupné. S touto situací nemůže NRZP ČR v žádném případě souhlasit.

Jak jsme předpokládali, Senát schválil novelu zákona o sociálních službách ve znění Poslanecké sněmovny, tedy bez zvýšení příspěvku na péči v I. stupni a s minimálním zvýšením ve II. stupni. Je to nepochopitelný postup koaličních poslanců a senátorů, protože rozpočtový dopad by byl v letošním roce v řádu několika stovek milionů korun. Z hlediska státního rozpočtu by to byly marginální peníze. Zdá se, že tato vláda se rozhodla šetřit na těch nejpotřebnějších. ■

VALNÉ SHROMÁŽDĚNÍ EVROPSKÉHO FÓRA OSOB SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM

Ve dnech 10.–12. května 2024 se ve slovinské Lublani uskutečnilo Valné shromáždění Evropského fóra osob se zdravotním postižením (EDF). EDF je evropská střešová organizace hájící zájmy 80 milionů zdravotně postižených občanů v Evropě. Členstvo EDF zahrnuje národní rady osob se zdravotním postižením ze všech zemí EU/EHP, jakož i evropské nevládní neziskové organizace zastupující osoby s různými druhy zdravotního postižení. Posláním EDF je úsilí o zajištění plného přístupu osob se zdravotním postižením k základním lidským právům jejich aktivním zapojením do tvorby a prosazování evropské politiky.

Valné shromáždění delegátů členských organizací EDF je nejvyšším orgánem organizace, který se schází jednou ročně a rozhoduje o jejím dalším směřování, mimo jiné volí i členy předsednictva. NRZP ČR jako plnoprávná členská národní rada osob se zdravotním postižením má ve Valném shromáždění EDF dva volební hlasy.

Valnému shromáždění předcházela konference pořádaná hostitelskou slovinskou organizací NSIOS ve spolupráci se slovinskou vládou, jež měla název Technologie v zaměstnávání – krok směrem k inkluzi. Poté byli delegáti shromáždění, přibližně 200 zástupců asociací osob se zdravotním postižením, seznámeni s přehledem aktivit všech orgánů, komisí a poradních skupin EDF za rok 2023. Dále schválili účetnictví za rok 2023, návrh rozpočtu na rok 2025, jmenování auditorů a plán aktivit na další období.

Jedním z nejdůležitějších témat zasedání byly nadcházející volby do Evropského parlamentu. Zdůrazňovala se potřeba co největšího zahrnutí problematiky zdravotního postižení do programu politických stran, co nejširší přístupnosti voleb (včetně volebních místností, volebních materiálů a podobně), dostatečného zastoupení OZP mezi členy Evropského parlamentu a mnoho dalšího. Na programu zasedání dále bylo schválení revize stanov EDF, doplňkové volby členů předsednictva EDF, Evropská strategie pro osoby se zdravotním postižením, Evropský a globální summit OZP či členské záležitosti. V neposlední řadě se diskutovalo o dlouho připravovaném zavedení Evropského průkazu OZP; Evropský parlament v dubnu 2024 schválil předběžnou dohodu o Evropském průkazu OZP a o Evropské parkovací kartě, což EDF vítá. Nicméně lituje toho, že zveřejnění textu, a tudíž i začátek platnosti, se pozdrží v důsledku byrokratických



překážek: překladatelské oddělení EP je totiž ve skluzu a tato problematika zjevně není prioritou. Z tohoto důvodu nebylo bohužel možné schválení oficiálního textu před novými evropskými volbami. ■

ZDRAVOTNICKÉ ZÁKONY V POHYBU – BUDE TO K LEPŠÍMU?

V poslední době Ministerstvo zdravotnictví ČR vypracovalo hned několik návrhů novel zdravotnických zákonů a vyhlášek a iniciovalo i vznik nového zákona. Vzhledem k tomu, že NRZP ČR tyto návrhy v legislativním procesu rovněž připomínkovala a v některých případech k nim i uplatnila své zásadní připomínky, bylo by dobré se u nich zastavit a zhodnotit navrhované změny.

Ze změn, jejichž návrhy jsou nyní projednávány v meziresortním připomínkovém řízení, je patrně nejzávažnější a nejrozsáhlejší návrh novely zákona o veřejném zdravotním pojištění. Tento zákon upravuje základní otázky podmínek poskytování zdravotních služeb u nás.

Současný návrh na jeho novelizaci řeší především následující tematické okruhy:

1) Podpora prevence

V rámci této problematiky materiál navrhuje uzákonit různá preventivní a motivační opatření k zachování zdraví pojištěnců a k předcházení nákladnému léčení. Jde o taková opatření, která by měla pojištěnce zvýhodňovat při úhradách dalšího léčení a případně i zdravotnických prostředků. Pro osoby se zdravotním postižením je však nejzajímavější záměr ekonomicky posílit fondy prevence jednotlivých zdravotních pojištěnců. Z jejich prostředků by pak měly být mimo jiné hrazeny i jednotlivé součásti Bílého programu, o němž jsme psali v minulém čísle časopisu Mosty.

Lze uvést dvě hlavní oblasti, které jsou pro osoby se zdravotním postižením zvláště zajímavé a u nichž se předpokládá využití tohoto ustanovení, a to:

1. příspěvky **pro osoby s poruchami příjmu potravy** (celiakie, fenylketonurie),

2. příspěvky **na Bílý program**, tedy kompenzační pomůcky pro tělesně postižené, které podle názoru SÚKL a ministerstva zdravotnictví nejsou zdravotními prostředky (typicky klozetová křesla, nástavce na WC, vanové sedačky, vozíky do sprchy).

Předkladatel předpokládá, že **tyto dvě skupiny budou spadat mezi povinně poskytované příspěvky** na základě vyhlášky vydávané Ministerstvem zdravotnictví ČR. Tento návrh tedy počítá s uzákoněním úhrady dvou skupin dlouhodobě nehrazených z veřejného zdravotního pojištění, které podle současných zákonů a nezřídka i subjektivních výkladů nejsou ani léčivy, ani zdravotnickými prostředky.

2) Oblast zajišťování dostupnosti stomatologické péče

Zde jsou nově navrhovány úhrady některých zákroků. Pro osoby se zdravotním postižením i pro běžnou populaci bude nejspíš nejzajímavější **ukončení úhrady amalgámových výplní zubů**, takzvaných plomb. Na základě tohoto návrhu by měla být úhrada amalgámových plomb nahrazena částečnou úhradou fotokompozitní nebo obdobné výplně. Tato úhrada by se navíc svojí výší lišila u jednotlivých pojištěnců podle věku, případně i podle dodržování prevence.

3) Poskytování a úhrada přeshraniční péče

Zde jsou navrhována a lépe upravována pravidla pro poskytování hrazených přeshraničních zdravotnických služeb a léčebné péče. Smyslem je, aby **zdravotnické služby, které jsou v České republice nedostupné** (ať už z důvodu nedostatečné kapacity, či neprovádění takových služeb) **mohly být poskytovány v zahraničí, případně aby obyvatelé bydlící v příhraničních oblastech mohli využívat i zdravotních služeb na →**

území sousedícího státu. Lépe je specifikováno i hrazení služeb při pobytu českých občanů na území cizího státu, konkrétně podmínky a předpoklady pro poskytování a hrazení takovýchto služeb. Současně je tím naše legislativa lépe upravována, aby byla v souladu s příslušnými předpisy EU. Pravidla pro poskytování a úhradu přeshraniční péče jsou primárně nastavena přímo použitelnými předpisy Evropské unie a dále vnitrostátní úpravou obsaženou zejména v § 14 a násl. ZVZP. Tato pravidla stanoví jak práva pojištěnce na poskytnutí nezbytné péče při jeho pobytu v jiném členském státě EU/EHP, tak pravidla pro cílené vycestování za poskytnutím zdravotní péče do jiného členského státu EU/EHP.

4) Úhradová regulace zdravotnických prostředků

Navrhovaná úprava směřuje k plánovanému **převedení celých příslušných příloh zákona o veřejném zdravotním pojištění obsahujících úhradové tabulky, v nichž jsou zakotveny všechny podmínky úhrady zdravotnických prostředků z veřejného zdravotního pojištění, do nově vznikajícího zákona o úhradách zdravotnických prostředků.** Tato pasáž novely je spíše technického rázu, teprve v nově vznikajícím zákoně pak následně budou řešeny všechny další detaily, tedy výše a podmínky úhrad. Zmíněné přílohy je nyní navrhováno převést tak, jak jsou nyní platné v zákoně o veřejném zdravotním pojištění, se zabudováním změn, které již byly odsouhlaseny na Pacientské radě. Tato úprava je realizována proto, že je velmi obtížné častěji zasahovat do zákona o veřejném zdravotním pojištění a destabilizovat tak tento pro zdravotnictví páteří zákon. Takovéto změny bývají činěny poměrně zřídka a jejich schválení bývá zdlouhavé, což neodpovídá potřebám a změnám rychle se rozvíjejícího segmentu zdravotnických

prostředků. Proto se jeví jako přínosné vydělit úhrady zdravotnických prostředků do zvláštního zákona, kterým je zákon o úhradách zdravotnických prostředků, kde by mohly být potřebné změny vyplývající z praxe a z inovativních postupů prováděny mnohem častěji.

5) Úhradová regulace léčivých přípravků

Zde je zcela **nově navrhována úhrada zvláštních potravin pro osoby s poruchami příjmu potravy.** Jde o problematiku, která osoby s těmito specifickými zdravotními problémy dlouhodobě velmi tížila. Přes mnohé pokusy prosadit úhradu těchto potravin do zákona o veřejném zdravotním pojištění, jichž se mnohokrát aktivně účastnila i NRZP ČR, se to nedařilo. Nově navrhovaná úprava se zdá být dostatečná, ale jestli tomu tak skutečně je, ukáže až praxe. Přesto je nesporným přínosem již samotný záměr tyto potraviny, které jsou jediným způsobem léčby těchto onemocnění a jsou velmi nákladné, hradit.

6) Datová základna pro nastavení úhradových mechanismů

V systému veřejného zdravotního pojištění se **podrobnější datová základna o nákladových datech poskytovatelů,** se kterou lze pracovat při stanovení úhrad, vytváří v zásadě pouze v akutní lůžkové péči v rámci sběru dat z referenční sítě pro účely CZ-DRG podle § 41a. Práce s těmito daty se velmi osvědčila při nastavení cílených a efektivních úhrad a směřování prostředků tam, kde je jejich potřeba odůvodněná. Takový sběr nákladových dat nicméně zcela chybí ve všech ostatních oblastech péče, což komplikuje obdobné zvyšování efektivity úhradových mechanismů.

Návrh této novely zákona je značně rozsáhlý. Jak ale vyplývá z výše uvede-

ného přehledu, pro lidi se zdravotním postižením jsou zajímavé především body 1, 2, 4 a 5. Návrhy úprav v nich obsažené by mohly přinést některá zlepšení.

NRZP ČR podala několik připomínek k návrhům, které by podle jejího soudu mohly ohrožovat občany se zdravotním postižením nebo jim aspoň komplikovat život. V návrhu novely zákona se například v § 55 odstavci 1) říká: „**Příslušná zdravotní pojišťovna má vůči svému pojištěnci právo na náhradu nákladů na jemu poskytnuté hrazené služby, které vynaložila v důsledku jeho zaviněného protiprávního jednání.**“ **Tento návrh považuje NRZP ČR za velmi nebezpečný, neboť** by pojišťovnám umožňoval vyžadovat na svých pojištěncích úhradu nákladů léčení ve velkém množství a v širokém spektru případů. Velmi snadno by se totiž mohlo stát, že by obyčejnému účastníkovi dopravní nehody nebylo hrazeno léčení jeho úrazu vzniklého touto dopravní nehodou a velmi vážného poškození jeho zdraví. V této situaci by v mnoha případech byl pro poškozené takovýto přístup zcela likvidační. Stačí, aby poškozený účastník dopravní nehody, který nehodu zavinil, při ní způsobil nějaký dopravní přestupek (protiprávní jednání), jako je třeba vyšší než povolená rychlost nutná pro dokončení předjíždění, náhodná jízda jednosměrnou způsobená omylem (to je typické pro velká a ucpaná města), předjíždění zčásti na nedovoleném úseku, jízda na červenou, když řidič nestihl včas před semaforem zastavit, nebo chvilková jízda nepatrně vyšší rychlostí, než je zákonem povolená rychlost, a podobně. Z logiky věci je zřejmé, že většina dopravních nehod je způsobena zároveň při nějakém dopravním přestupku, často zaviněném neúmyslnou chybou řidiče, jejíž příčinou je jeho chvilková nepozornost.

Dopravní přestupky jsou nejčastější příčinou. Poškození zdraví zaviněným protiprávním jednáním však může být mnohem častější a může se projevovat i v jiných oblastech. Například i při obyčejném rybolovu bez rybářského lístku, při lyžování zčásti v momentálně uzavřeném horském úseku, při koupání v místech, která k tomu nejsou určena, a podobně. Ve většině těchto případů nelze spravedlivě požadovat na poškozeném pojištěnci, aby si uhradil velmi vysoké náklady léčení, které si sám způsobil svou vlastní chybou.

Navrhujeme tedy takovou úpravu, aby se tato možnost vztahovala **pouze na úmyslné** protiprávní jednání a na protiprávní jednání způsobené **pod vlivem návykových látek, které si poškozený pojištěnec sám úmyslně přivodil**.

Druhou připomínkou, kterou jsme v souvislosti s touto novelou uplatnili, je plánované zrušení úhrady amalgámových výplní zubů (plomb) a jejich náhrada částečnou úhradou fotokompozitních výplní či výplní z jiných materiálů. Nabyli jsme přesvědčení, že **náhrada zmíněných materiálů pro zubní výplně u některých lidí s velmi závažným zdravotním postižením není ze zdravotních ani z technických důvodů vůbec možná**. Výplň zubů fotokompozitem nebo dokonce jiným, dražším materiálem trvá nesrovnatelně delší dobu než ošetření zubů pomocí amalgámové výplně. Ve značném počtu případů je u osob se zdravotním postižením tento fakt vysoce rizikový a pro některé osoby, především pro ty s duševním onemocněním, velmi zatěžující. U některých osob, například u osob s autismem, nelze vůbec takovouto metodu s ohledem na její délku uplatnit.

Neméně závažným faktorem, který je pro osoby se zdravotním postižením krajně nevýhodný a který by jim brá-

nil v realizaci základní zdravotní péče o své zuby, je cena takového ošetření. U žádného z náhradních materiálů se neplánuje plná úhrada výplně z veřejného zdravotního pojištění. U levnějšího materiálu, kterým je fotokompozit, by měla být úhrada z veřejného zdravotního pojištění mírně vyšší než u ostatních, dražších výplní. Obecně se dá říct, že by nové výplně měly být plně hrazeny pouze dětem a mladistvým do 18. roku věku, a to především ty fotokompozitní. Po 18. roce věku by již byly hrazeny pouze částečně, a mohlo by to být pouze částkou 40 % ceny výplně. Z uvedených důvodů trváme na zachování možnosti ošetření zubů původní, plně hrazenou amalgámovou výplní, minimálně pro osoby se zdravotním postižením, je ale vhodné, aby tato možnost byla z ekonomických důvodů otevřena i běžným občanům.

Další z navrhovaných změn, která je nyní projednávána v meziresortním připomínkovém řízení a která přímo navazuje na návrh novely zákona o veřejném zdravotním pojištění, je **vznik nového zákona o úhradách zdravotnických prostředků**. Jak již bylo zmíněno, do tohoto nově vznikajícího zákona mají být převedeny celé příslušné přílohy původního znění zákona o veřejném zdravotním pojištění obsahující úhradové tabulky, jež se týkají úhrady zdravotnických prostředků. Návrh předpokládá převést je tak, jak jsou aktuálně platné v zákoně o veřejném zdravotním pojištění, se zabudováním změn, které již byly odsouhlaseny na Pacientské radě. **NRZP ČR však i k tomuto zákonu vnesla několik připomínek**. V příloze je nově navrhován **limit pro úhradu z prostředků veřejného zdravotního pojištění na novou kategorii Zdravotnické prostředky s kompenzační funkcí, tedy na prvky Bílého programu, částkou 2900 Kč jednou za 10 let**.

NRZP ČR vnesla připomínku, že **navrhovaný limit je zcela nedostatečný**, stejně tak jako **navrhovaná směrná užitná doba** (doba, po jejímž uplynutí je možné hradit nový zdravotnický prostředek). Většina z těchto zdravotnických prostředků je mnohem dražších, než je navrhovaný úhradový limit. Pro pojištěnce by tak vznikal u každého z nich doplatek. U některých z prostředků, jako například u klozetových křesel pojízdných, kombinovaných křesel nepojízdných a kombinovaných křesel pojízdných by byl doplatek velmi výrazný, v některých případech i víc než 100 % nad úhradový limit. Takovouto částku nejsou pojištěnci, pro něž jsou tyto prostředky určeny, v žádném případě schopni uhradit. Nastavením takového finančního limitu pro úhrady by se tak pro ně staly tyto zdravotnické prostředky zcela nedostupnými. Požadujeme tedy u jednotlivých prvků Bílého programu stanovit jejich úhradový limit jednotlivě a individuálně, vždy tak, aby víc odpovídal cenové realitě na trhu, nikoli jednotnou paušální částkou 2900 Kč, jak je nyní navrhováno. Stejně tak navrhovaná směrná užitná doba nastavená na 10 let je příliš dlouhá, neboť tyto zdravotnické prostředky, které jsou vystaveny extrémní zátěži a znečištění, tak dlouhou dobu nevydrží. Výsledkem by tedy bylo, že by si pojištěnci museli kupovat další tyto zdravotnické prostředky ještě před uplynutím navrhované lhůty z vlastních prostředků. Proto požadujeme nastavit směrnou užitnou dobu u těchto zdravotnických prostředků s kompenzační funkcí na původních 5 let.

Jako druhou připomínku v nově vznikajícím zákoně jsme uplatnili **zvýšení limitu na úhrady oprav elektrických invalidních vozíků ve vlastnictví pojištěnce**, tedy těch, které nejsou ve vlastnictví pojišťovny a pojištěnci jsou jen zapůjčeny. Zde doposud platí ➔



následující úprava úhrady: 90 %, maximální úhrada 12 174 Kč / 7 let při poskytnutí necirkulovaného vozíku do vlastnictví pojištěnce. NRZP ČR v této souvislosti navrhla navýšit maximální úhradu na částku 56 000 Kč / 7 let.

Navrhovaná změna má za cíl umožnit pojištěncům bezproblémové užívání jejich elektrických invalidních vozíků (EIV), hrazených z veřejného zdravotního pojištění, minimálně po celou dobu trvání jejich směrné užitné doby bez ohledu na to, zda se v konkrétním případě vozík nachází v majetku pojišťovny (cirkulace), nebo v majetku pojištěnce. Změna je realizována mnohem reálněji nastavenými podmínkami pro úhradu oprav EIV hrazených z veřejného zdravotního pojištění, které přecházejí kvůli doplatku vyššímu než 2000 Kč přímo do majetku pojištěnců. Navrhovaný limit vychází z průměrných cen dílů a oprav EIV na celou dobu jejich životnosti.

Tím se odstraní nerovnost pojištěnců, kterým EIV kvůli doplatku vyššímu než 2000 Kč přešel do jejich vlastnictví. Ti se často ocitají v bezvýhodné situaci, bez funkčního invalidního vozíku z důvodu nedostatku vlastních finančních prostředků na úhradu nákladné opravy, pokud se jim během provozu porouchá.

Navíc velmi důležitým vedlejším efektem navrhované změny bude, že do rozhodování zdravotních pojištěneců o možných dohodách o cirkulaci zdravotnického prostředku i přes doplatek vyšší než 2000 Kč přestane promlouvat jejich postranní motivace ušetřit za servis. Vlastnictví EIV pojištěnce při doplatku pořizovací ceny vyšším než 2000 Kč tak bude při stanovení dostatečného limitu na opravy na dobu celých 7 let mnohem spravedlivějším a čistším řešením než dosud. Tato připomínka se však stala předmětem dalších okamžitých a intenzivních jednání všech zúčastněných stran včetně zdravotních

pojištěneců a je pravděpodobné, že tato úprava po absolvování jednání získá zcela jinou podobu. NRZP ČR však bude stát pouze za takovou variantou, která odstraní nerovnost mezi zapůjčenými EIV a EIV ve vlastnictví pojištěnců.

K připomínce jsme však dále dostali i návrh vyhlášky MZ ČR, kterou se mění vyhláška č. 376/2011 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o veřejném zdravotním pojištění. Tento návrh má za cíl zvýšení dostupnosti zdravotních služeb pro pacienty prostřednictvím úpravy směřující k tomu, aby léčivé přípravky se stanoveným preskripčním omezením pro lékaře s příslušnou specializovanou způsobilostí, které je vymezeno symbolem „L“ na základě § 33 odst. 1 vyhlášky, mohli nově předepisovat k úhradě z veřejného zdravotního pojištění také lékaři se specializovanou způsobilostí v oboru všeobecné praktické lékařství, praktické lékařství pro děti a dorost nebo

pediatrie, bez toho, aby museli být písemně pověřeni lékařem se specializovanou způsobilostí uvedenou v preskripčním omezení vymezeném symbolem „L“. Navrhovaná úprava nemění pravidla pro předepisování léčivých přípravků označených symbolem „E“ podle § 33 odst. 3, které i nadále může s ohledem na jejich účinnost a bezpečnost předepisovat pouze lékař se specializovanou způsobilostí v daném oboru. Takové léčivé přípravky nemohou předepisovat lékaři se specializovanou způsobilostí v oboru všeobecné praktické lékařství, praktické lékařství pro děti a dorost nebo pediatrie ani není možné jejich preskripci delegovat na lékaře jiných odborností.

K této vyhlášce neměla NRZP ČR žádné připomínky, neboť byl konečně upraven stav, který byl dlouhodobě z mnoha stran kritizován, a sice, že i chroničtí pacienti, kterým jsou předepisovány delší dobu stále stejné léky, vždy musejí za tímto účelem navštívit lékaře-specialistu, u něhož jsou čekací lhůty velmi dlouhé. Praktičtí lékaři a pediatrii tyto léky předepisovat nemohli. Vyhláška tedy tento problém napравuje, uvádí do praxe způsob předepisování

léků, po kterém pacienti dlouhá léta volali, a vychází jim tak vstříc.

Další z řady novel zdravotnické legislativy, kterou NRZP ČR dostala k připomínkám, byla **vyhláška o zdravotnické dokumentaci**. Vyhláška upravuje vedení běžné zdravotnické dokumentace každého pacienta ošetřujícím lékařem či zdravotnickým zařízením, kde je pacient léčen. Vedle toho předpokládá i vytvoření takzvaného Pacientského souhrnu u každého pacienta, který bude veden prostřednictvím Národního kontaktního místa a bude k dispozici všem poskytovatelům zdravotních služeb, ošetřujícím lékařům a zdravotnickým pracovníkům, kteří prokážou kvalifikovaný oprávněný zájem na poskytnutí těchto údajů v souvislosti s dalším léčením pacienta. Tento souhrn by měl být dostupný z celé EU. Vyhláška by tak měla usnadnit ošetřujícím lékařům kdekoli v republice nebo v Evropské unii přístup k souhrnu zdravotních informací o jimi léčeném pacientovi. Tím by měla být jeho léčba všem ošetřujícím lékařům usnadněna a lépe a přesněji zacílena, bez rizika případných léčebných kontraindikací. NRZP ČR neměla k této

vyhlášce žádné zásadní připomínky a považuje ji za vcelku přínosnou.

Je tedy zřejmé, že v posledním období bylo Ministerstvo zdravotnictví ČR aktivní a vydalo několik novel zákonů a vyhlášek. Ačkoli jsou velmi obsáhlé, většina z nich až na velmi řídké výjimky neřeší žádné zásadní problémy. Najde se však i několik užitečných úprav. Novelu hlavních zákonů jsou navíc zatím pouze na začátku legislativního procesu. Jejich cesta do Parlamentu ČR a ke schválení bude pravděpodobně ještě poměrně dlouhá a nejspíš i trnitá. Přesto i v této fázi NRZP ČR uplatnila několik svých připomínek k návrhům, které by mohly být pro osoby se zdravotním postižením problematické. Je samozřejmé, že tyto své připomínky bude hlídat po celou dobu probíhajícího legislativního procesu až ke schválení příslušných novel. Věříme, že se nám tak podaří uplatnit a do konečné podoby schválených zákonů i prosadit všechny oprávněné zájmy osob se zdravotním postižením tak, aby tyto novely zákonů a vyhlášek byly pro ně přínosem.

Autor je ředitelem legislativního odboru NRZP ČR. ■



NENALEŽTE ENERGOŠMEJDŮM! JAK SPRÁVNĚ ZMĚNIT DODAVATELE ENERGÍÍ

Ceny elektřiny a plynu spadly z astronomických výšin a na energetický trh se vrátila konkurence. Řada domácností na situaci reaguje změnou dodavatele. Ne vždy se ovšem celý proces obejde bez problémů. Na Energetickém regulačním úřadě (ERÚ) se množí stížnosti na nepoctivé dodavatele i zprostředkovatele, kteří oživení trhu zneužívají.

Rozdíl v nabídkách jednotlivých dodavatelů energií jsou značné, spotřebitelé mohou zdánlivě snadno ušetřit stovky až tisíce korun měsíčně. Stačí změnit obchodníka s plynem či s elektřinou. To je ale často mnohem složitější, než se na první pohled zdá...

Čtete, čtete, čtete

„Pokud již máme odběrné místo, pak nám do něj někdo aktuálně dodává energie. A s ním máme uzavřenou smlouvu. Tedy závazek, kterého nás nikdo jen tak nezbaví,“ zdůrazňuje na úvod Markéta Zemanová, členka Rady ERÚ.

Na tuto základní informaci totiž lidé často zapomínají. Případně uvěří ne-reálným slibům zejména ze strany nepoctivých zprostředkovatelů, známých pod nelichotivým názvem „energošmejdi“. Takové osoby nezřídka zazvoní u domovních dveří a velmi přesvědčivě spotřebiteli vylíčí, že za energie platí

zbytečně moc. Mají pro něj mnohem lepší nabídku, jen ji podepsat. Že má závazek u současného dodavatele? Žádný problém, všechno s ním vyřídí. Stačí další podpis – pod plnou moc.

Opravdu to jde takto snadno? Samozřejmě, že ne! Smlouvu na dobu neurčitou můžeme kdykoliv vypovědět, následně si počkáme na konec tříměsíční výpovědní doby. U smlouvy na dobu určitou je ovšem situace značně komplikovanější. Řádně ji ukončit před smluveným termínem je možné pouze v zákonem daných situacích – například v souvislosti se stěhováním, s automatickým prodloužením či se zvýšením ceny. Jinak se prakticky nelze vyhnout sankcím.

Pokud nám zprostředkovatel, případně nový dodavatel tvrdí něco jiného, měli bychom zpozornět. Zákon mu nic takového neumožňuje, v žádném případě nám tedy nemůže garantovat,

že nás mávnutím kouzelného proutku vyváže z povinností, které vyplývají ze smlouvy. „Podobné přísliby jsou typicky pouze ústní, jejich nesplnění se proto obtížně prokazuje,“ zdůrazňuje Markéta Zemanová.

Obecně pak platí, že ke změně dodavatele bychom se neměli nechat tlačit, před podpisem jakéhokoliv dokumentu bychom si měli vzít čas na rozmyšlenou a vyptat se na všechno, čemu nerozumíme. Rozhodně není dobrý nápad něco podepisovat na chodbě před bytem či před domem nebo v restauraci – i tam totiž energošmejdi nově „úřadují“.

U smluv na dodávku energií je vhodné si přezkoumat nejen samotnou cenu, ale i podmínky jejího předčasného ukončení a také to, jestli v ní je obsaženo vše, na čem jsme se domluvili. U zprostředkovatelských smluv se někdy setkáváme s tím, že si zprostřed-



kovatelé účtují naprosto neadekvátní několikatisícové odměny za banální úkony. V případě plné moci je klíčové zaměřit se na to, k čemu všemu se dotyčný zavazuje a co se stane v případě, že nedodrží to, co slíbil. Pokud za nás totiž řádně neukončí smlouvu se současným dodavatelem, pokutu budeme platit my!

Buďte aktivní!

Každý si samozřejmě může vybrat chvilku nepozornosti, nedomyslet důsledky a naletět zprostředkovateli. Ani v takové situaci není vše ztraceno, jen je třeba jednat rychle. Smlouvu o zprostředkování lze vypovědět kdykoliv, bez výpovědní doby a bez sankcí (musíme ale zaplatit případnou odměnu za služby, které již zprostředkovatel v náš prospěch vykonal).

Pokud smlouvu na dodávky elektřiny nebo plynu uzavřeme mimo pobočku nebo distančním způsobem, tedy na dálku, můžeme od ní odstoupit do 14 dnů od jejího uzavření. Případně ji můžeme vypovědět až do 15 dnů od zahá-

jení dodávky. Konkrétní vzory najdete na webu eru.cz.

Úplně nejlepší je nečekat, až nás někdo osloví, a jednat z vlastní iniciativy. Stačí si otevřít srovnávač dodavatelů energií a vyplnit údaje o odběrném místě a o spotřebě, v případě srovnávače na stránkách ERÚ jen nahrát fakturu. Tak snadno a rychle zjistíme, jak velká může být případná úspora. Víc času bychom ovšem měli věnovat vyhodnocení nabídek.

Produkty se totiž různí. Některé jsou na dobu určitou s fixovanou cenou, která se během stanoveného období nemůže změnit. Garance se přitom týká neregulované, tedy obchodní složky ceny; kromě toho platíme ještě cenu regulovanou, kterou pro každý rok stanovuje svým cenovým rozhodnutím ERÚ.

Smlouvy na dobu neurčitou jsou typicky spojené s nefixovanou cenou, dodavatel ji tedy může měnit. Případné zvýšení nám ovšem musí oznámit minimálně s třicetidenním předstihem,

a nám se pak otevírá možnost smlouvu nejpozději 10. den před účinností změny vypovědět. Specifické produkty jsou ty, které reagují na bezprostřední dění na energetickém trhu. Cena se mění obvykle každý měsíc, máme tedy možnost dosáhnout na slevu, zároveň nás ale nic nechrání před výkyvem směrem vzhůru. Výpovědní doba ale bývá zkrácena na měsíc, zareagovat tedy můžeme rychle.

Který produkt je nejvýhodnější? Tady žádná univerzální rada neexistuje, každému vyhovuje něco jiného. Jeden preferuje mít energii vyřešené na dlouho dopředu, jiného láká vidina možných úspor a sleduje aktuality na energetickém trhu. Pozornost bychom měli věnovat i pověsti dodavatele, k němuž se chystáme přejít. Kromě prezentace samotného obchodníka hodně napovědí i recenze od jeho zákazníkům.

Sečteno a podtrženo: i v případě změny dodavatele platí okřídlené úsloví dvakrát měř a jednou řež. ➔



Desatero obrany před energošmejdy

- 1. Nenechte se nutit.** Nechte si čas na rozmyšlenou, nikdy nic nepodepisujte okamžitě a pod tlakem. Záračné nabídky neexistují, a i kdyby ano, neutečou.
- 2. Ověřujte.** Každý zprostředkovatel musí požádat o registraci u ERÚ. Pokud ho v registru (veřejně dostupném na webu eru.cz) nenajdete, velmi pravděpodobně jde o podvodníka.
- 3. Jak poznat energošmejda.** Někdy snadno – vydává se za někoho jiného. Distributoři kontrolují elektroměry a plynoměry, nikoliv smlouvy. A žádný úřad (ERÚ, ČOI a podobně) nechodí s nabídkami energií.
- 4. Podomní prodej.** Porušil zprostředkovatel zákaz podomního prodeje v obci? Volejte obecní (městskou) policii. Ochráníte tím další občany a můžete zajistit důkazy, které se budou hodit při postihu provinilce.
- 5. Nabídky po telefonu.** Nevyžádané nabídky po telefonu jsou (již) zakázány. Dřív se dokonce stávalo, že se lidé nechali vmanipulovat k souhlasu a nechtěně po telefonu uzavřeli smlouvu. To už není možné, jakoukoli telefonickou nabídku musí podnikatel spotřebiteli potvrdit v textové podobě (například e-mailem)!
- 6. Nedůvěřujte, prověřujte.** Jakémukoliv podpisu musí předcházet přečtení podepisovaného dokumentu. Nenechte se obelstít například tím, že jde jen o „formulář“. Je to jedna z oblíbených metod energošmejdu. A smlouvy musíme nejen přečíst, ale také pochopit.
- 7. Pozor na odměny.** Zprostředkovatel od vás může ze zákona požadovat odměnu za zprostředkování. Podívejte se do smlouvy, kolik vás to bude stát. Odměnu totiž budete pravděpodobně platit i ve chvíli, kdy si přes zprostředkovatele žádného dodavatele nevyberete.
- 8. Určete si strop.** Smlouva se zprostředkovatelem musí zahrnovat kolonku, do které uvedete, na jakou nejvyšší cenu elektřiny nebo plynu jste ochotni přistoupit. Pokud se vás zprostředkovatel nezeptá, chce kolonku vyplnit za vás nebo ji smlouva vůbec neobsahuje, stojí před vámi energošmejda.
- 9. Ukončete smlouvu bez pokut.** Smlouvu se zprostředkovatelem můžete ukončit kdykoliv bez sankcí. Pokud by za vás již stihl uzavřít smlouvu s dodavatelem, můžete i tuto smlouvu bez sankcí vypovědět, a to až do 15. dne po zahájení dodávek.
- 10. Problémy řešte.** Problémy s energetickým zprostředkovatelem okamžitě přímo řešte. Pokud vás už poškodil a domluva s ním není možná, obraťte se na ERÚ.

Kompletní znění desatera najdete na webu www.eru.cz v rubrice „Brožury, návody a praktické informace“. ■



CITROËN



8 LET
FLEXIBILNÍ
ZNAČKOVÉ
ZÁRUKY

NOVÝ CITROËN BERLINGO

Partner pro rodinu a podnikání.

Od
495 000 Kč

Až 4 000 litrů velkorysého zavazadlového prostoru.
Na výběr dieselový, benzínový i elektrický pohon.
Praktické varianty M (4,4 m) a XL (4,75 m).
Jedinečný komfort pro 5 nebo 7 osob.



VLAKEM ZA LETNÍMI ZÁŽITKY

Začínají prázdniny a s nimi je spojeno prázdninové cestování. Lidé se chystají na výlety i na delší prázdninové cesty. I s handicapem je dnes možné vyrazit do míst, o kterých si dřívější generace lidí se zdravotními nebo smyslovými komplikacemi nedovolila ani snít. Velké cestovatelské možnosti se otevírají také díky železnici.

Zhruba před 30 lety byste v jízdních řádech Českých drah našli jen pár pravidelných bezbariérových spojů a mezi tisíci vozy a jednotkami byste napočítali jen pár desítek přístupných vagonů, o přístupnosti stanic ani nemluvě. To vše se radikálně změnilo.

Více než 75 % všech spojů vypravovaných Českými drahami v současném jízdním řádu je už přístupných lidem na vozíku. Vlaky jsou vybaveny také mnoha různými prvky, které usnadňují cestování neslyšících a nevidomých. Patří sem například hlášení o stanicích, monitory s informacemi nebo nápisy v Braillově





písmu a prvky v haptickém řešení. Radikálně se zlepšila přístupnost vlakových stanic a zastávek. Přestože mnoho z nich ještě čeká na svou modernizaci, moderní nástupiště s výškou 550 mm, tedy se stejnou výškou, jako má podlaha v nízkopodlažních vlacích, se už stala standardem na koridorech i na vedlejších tratích.

Jaké možnosti cestování v létě nabízejí České dráhy, jsme se zeptali Jiřího Ješety, člena představenstva a náměstka generálního ředitele pro osobní dopravu.

Každý rok cestuje vlakem více osob s handicapem. Určitě je to také díky prázdninovým cestám. Kam všude se vlakem Českých drah dostane třeba člověk na vozíku?

V současnosti je více než 75 % našich spojů vybaveno vozy pro přepravu osob na vozíku. U regionálních spojů jsou tyto vlaky většinou také nízkopodlažní, takže nástup do nich je velmi jednoduchý i pro seniory nebo pro maminky s kočárky a samozřejmě pro spoluobčany, kteří se pohybují na vozíku. Podstatná část našich linek,

spojení větších měst, ale i vyhledávaných turistických center a prázdninových míst je tak dostupná nějakým bezbariérovým spojem. Lidé na vozíku se dostanou do Mariánských Lázní, do Karlových Varů, do celého Jihočeského kraje, do Poděbrad, do oblíbených míst na jihu Moravy a do mnoha dalších lokalit.

Lidé s handicapem se však nemusí omezovat jen na destinace v Česku. Ve spolupráci s našimi zahraničními partnery nabízíme přímé vlaky s přístupnými vozy pro osoby na vozíku také do Německa, do Polska, na Slovensko, do Maďarska a do Rakouska. Naši občané se tak mohou vydat přímými spoji třeba do Vídně, do Lince, do Berlína, do Varšavy, do Krakova, do Bratislavy nebo do Budapešti.

Čím by měl člověk s handicapem při plánování cesty začít?

Většinou víme, odkud a kam chceme cestovat. Pak je první otázka, jak. Nejsnazší odpověď najdete v některém z elektronických vyhledávačů spojení na internetu. Lze využít náš web www.cd.cz, IDOS v případě kom-

binování několika dopravců či několika druhů veřejné dopravy nebo stránky některého z koordinátorů veřejné dopravy. V takovém případě je nejjednodušší zadat parametry plánované cesty: odkud, kam, kdy, a pokud cestujete na vozíku, nesmíte zapomenout zaškrtnout požadavek na vyhledání bezbariérového spojení. Vyhledávač pak sám najde nejlepší variantu s přístupnými spoji.

Co když ale v místě žádný bezbariérový vlak nejede?

Zatím jsou stále ještě některé linky, kde bezbariérové vlaky nemáme. Může také probíhat výluka nebo modernizace tratě či stanice, a přeprava člověka na vozíku v takovém místě není aktuálně možná, protože jsou v jeho cestě třeba výkopy a provizorní nástupiště. Většinou však existují různé alternativy. Nejlepší je ukázat to na příkladu. Člověk na vozíku cestuje třeba ze Slaného do Bratislavy. Ve Slaném ještě nejsou moderní nástupiště a ani bezbariérové vlaky, ale obecné vyhledávače spojení vám nabídnou pohodlnou cestu přímým bezbariérovým autobusem do pražských Dejvic →

a dál metrem nebo tramvají na pražské hlavní nádraží. Z něj pak pokračují spoje EuroCity Metropolitan do Bratislavy. Jde tedy o kompletně bezbariérovou cestu a člověk se vyhne problémům s přístupem do starších vlaků a pohybu po zatím ještě nezrekonstruovaných stanicích.

V této souvislosti mě napadá, že může být dost složité takovou cestu naplánovat, aby se člověk vyhnul všem bariérám.

Je množství stránek a aplikací, ve kterých lze informace o přístupnosti na cestě získat. Například na našem webu lze vyhledat vlakové spoje s požadavkem na bezbariérovost. Na stránce www.cd.cz/bezprekazek se pak nachá-

zí celý podrobný informační servis, kde se dají zjistit podmínky přepravy, odbavení, nárok na slevy, podmínky pro doprovod, způsob označení vlaků a také informace o bezbariérovosti stanic na cestě. Jsou tam praktické informace nejen pro cestující na vozíku, ale také pro občany se zrakovým nebo sluchovým handicapem. Některé stanice jsou totiž vybaveny třeba pokladnami s indukční smyčkou, která handicapovaným usnadní komunikaci s naším personálem. Díky přípravě a seznámení s potřebnými informacemi pak bude cesta jednoduchá.

Máme vybraný spoj a trasu. Už víme, zda se dostaneme do nádražní budovy a na nástupiště. Co dál? Jak je to s ná-

stupem do vlaku? Musíme přepravu stále objednávat?

Podmínky pro přepravu osob s handicapem řeší nařízení Evropské unie, a proto jsou základní podmínky v celé Evropě stejné. Musím říci, že České dráhy vždy nabízely něco navíc oproti obecně platným předpisům. V minulosti to byla například kratší doba pro objednávku přepravy osoby na vozíku a dnes je to přehled vlaků, které jsou nízkopodlažní nebo jsou zkonstruované tak, že je osoba na vozíku může použít i bez objednání. Takové vlaky jsou přímo označeny v jízdních řádech a v elektronických vyhledávacích spojení.

Nadále však existují stanice nebo typy vlaků, do kterých je potřeba pře-



pravu objednat, ale i zde se snažíme zajistit cestování podle provozních podmínek vždy, i když se člověk nestačil objednat. V některých případech to však skutečně není možné, někdy se dokonce stane, že nelze uskutečnit ani objednanou přepravu, a pak prosíme o pochopení ze strany zákazníka. Příčiny mohou být různé. Může jít o nehodu na trati a o přerušení provozu, o stromy popadané na trať, někdy dojde k závadě na trati nebo na vozidle. Na trase může být i nějaká výluka.

Dá se tedy dnes vlakem cestovat i bez objednávky?

Ano, i když objednávku přepravy doporučujeme, hlavně v případě cesty s nějakým těžším vozíkem nebo při přestupech mezi několika dopravci.

Jsou nějaké limity pro rozměry vozíku?

Jsou, stanovuje je Evropská unie pro celou Evropu a řídí se jimi i další země. Při cestování vlakem prakticky po celé Evropě platí, že vozík může být zhruba 120 centimetrů dlouhý, 80 centimetrů široký a jeho maximální hmotnost včetně přepravované osoby nesmí přesáhnout 250 kg. Na tyto rozměry jsou projektovány vlaky a zvedací technika pro nástup do vlaků po celé Evropě.

Jak je to s jízdným? V Česku mají lidé s průkazem ZTP a ZTP/P nárok na levnější jízdné a druhá skupina dokonce na bezplatnou přepravu svého průvodce. Platí to také v mezistátní dopravě?

Ve vnitrostátní přepravě poskytuje stát držitelům průkazů ZTP a ZTP/P slevu ve výši 75 % z Flexi základního a z Flexi zvýhodněného jízdného nebo z Vázaných jízdenek ve 2. třídě všech typů vlaků. Pro pravidelné, opakované cesty lze zakoupit také levnější týdenní, měsíční nebo čtvrtletní traťové jízdenky. Pro držitele průkazů ZTP/P stát také garantuje bezplatnou přepravu průvodce, ať je to osoba, nebo slepecký vodič či



asistenční pes. Podobně fungují slevy také v rámci integrovaných dopravních systémů a jejich tarifů.

Společná evropská karta pro handicapované cestující, European Disability Card, je momentálně ve stadiu rozpracovanosti na legislativní úrovni EU a je pojata jako karta s velmi širokým využitím, tedy nejenom pro dopravu. Její uvedení do života se plánuje na rok 2028, přičemž do té doby se budou muset vyslovit všechny členské země, respektive jejich ministerstva, zda budou poskytovat nediskriminačním způsobem například i slevy na jízdném pro držitele těchto karet.

Do té doby vycházíme ze stávajících podmínek a dohod mezi železničními společnostmi, které se dohodly na bezplatné přepravě průvodce osob se zdravotním postižením; v našem případě můžeme vydat jednosměrnou nebo zpáteční jízdenku osobě se zdravotním postižením, může využít například zvýhodněnou Včasnou jízdenku Evropa, a k tomu můžeme vydat bezplatnou

jednosměrnou nebo zpáteční jízdenku pro průvodce. Musím ale upozornit, že tyto jízdenky je možné žádat jen u železnice v zemi, kde byl příslušný průkaz vydán. S českým dokladem ZTP/P tak lze žádat jízdenky jen v Česku, ale třeba už ne v Německu nebo na Slovensku. Proto je při výletech nebo jiných cestách při bezplatné přepravě průvodce nutné odbavení zpáteční jízdenkou.

Na bezplatné přepravě průvodců zrakově postižených a osob na vozíku se ze železnic, kam jezdí přímý vlak, podílejí například německé DB, slovenské ZSSK, rakouské ÖBB a maďarské MÁV-START i privátní GYSEV. Ze vzdálenějších zemí, kam lze cestovat s přestupem u našich sousedů, se na dohodě podílejí například dánské železnice DSB, nizozemské NS, švýcarské SBB, slovinské SŽ a další. Díky tomu je pro naše občany se zdravotním handicapem dostupná vlakem velká část Evropy.

Děkujeme za rozhovor. ■

BEZBARIÉROVÁ NÁDRAŽÍ VE MĚSTĚ PERNÍKU

Cestující v Pardubicích už mohou využívat moderní nástupiště, která jsou pohodlně dostupná výtahy. Některé vlaky navíc začaly zajíždět na novou zastávku, která je blíž centru krajské metropole. Modernizace důležitého železničního uzlu začala v září 2020, celkové náklady dosáhly téměř 6,36 miliardy korun. Na dalších 74 milionů korun vyšla výstavba zastávky Pardubice centrum.

Pardubické hlavní nádraží leží na frekventovaném koridoru z Prahy na Moravu. Denně zde zastaví stovky dálkových a regionálních vlaků. „Investice do železnice vnímáme jako klíčové, jsou jednou z našich priorit. Chceme, aby cesty vlakem byly rychlejší a spolehlivější. Rekonstrukce pardubického uzlu je ale významná nejen z dopravního hlediska. Díky stavbě se podařilo také propojit dvě doposud oddělené části města,“ uvedl předseda vlády ČR Petr Fiala.

Zrenovované zastřešení a osvětlení, nové výtahy

Zrekonstruovaná jsou všechna stávající nástupiště, navíc k nim přibýlo jedno nové. Jejich délka se pohybuje od 124 až do 436 metrů. Správa železnic současně zrenovovala zastřešení nástupišť, podpěry trakčního vedení, osvětlení i orientační, informační a kamerový systém, nové jsou majáky a značení pro zrakově postižené. Cestující mají k dispozici designové lavičky a koše.

Celkovou obnovou prošly oba podchody, bezbariérový přístup k vlakům nově zajišťují výtahy. Stejně tak propo-



jují i nástupiště se zastřešenou lávkou, která měří celkem 290 metrů a vede přes celé kolejiště až na sídliště Dukla.

„Pardubické hlavní nádraží tvoří pomyslnou bránu do celých východních Čech, denně jím projde na dvacet tisíc cestujících. Dlouhodobě rostoucí obliba vlakových linek z Pardubic nejen do Prahy ukazuje, že lidé oceňují rychlost a spolehlivost, kterou železnice nabízí. Modernizace celého uzlu pomůže dál zvýšit její atraktivitu,“ řekl ministr dopravy Martin Kupka.

Stavbaři provedli kompletní rekonstrukci kolejiště. Provoz vlaků je díky tomu tišší, instalace evropského zabezpečovacího zařízení ETCS navíc umožní zvýšit jejich rychlost na 160 km/h. Dalším přínosem je rovněž zdvoukolejnění úseku ve směru na Rosice nad Labem, který využívají vlaky jak do Hradce Králové, tak i do Chrudimi.

Celkové investiční náklady akce s názvem Modernizace železničního uzlu Pardubice činí 6 365 944 040 korun bez DPH. Projekt je spolufinanco-

ván Evropskou unií z programu Nástroj pro propojení Evropy (CEF). Národní financování zajišťuje Státní fond dopravní infrastruktury.

Zhotoviteli stavby jsou společnosti EUROVIA CZ, Chládek a Tintěra, Pardubice, Elektrizace železnic Praha a GJW Praha.

Vlaky budou zajíždět blíž k centru

Velkou novinkou pro obyvatele a návštěvníky města je nová zastávka Pardubice centrum. „Cestujícím přinesla výrazné zkrácení docházkové vzdálenosti do středu města. Zajíždějí sem všechny vlaky od Hradce Králové a v dopravní špičce také od Chrudimi,“ uvedl generální ředitel Správy železnic Jiří Svoboda.

Novou zastávku tvoří 140 metrů dlouhé oboustranné nástupiště vybavené dvěma přístřešky. Cestující se na ně dostanou dvěma bezbariérovými vstupy, a to z podchodu ve Sladkovského ulici a z podjezdu v ulici Jana Palacha.

Výstavba zastávky Pardubice centrum probíhala od loňského září, práce provedly společnosti EUROVIA CZ a Chládek a Tintěra, Pardubice.

Tím ale výčet nádraží s bezbariérovým přístupem v krajské metropoli a okolí nekončí. Od loňského roku mohou osoby se sníženou schopností pohybu a orientace využívat bez problémů také zrekonstruovaná nádraží v Pardubicích – Rosicích nad Labem a Pardubicích-Semtíně i zcela novou zastávku Stéblová obec.

Památkově chráněná budova nabídne moderní zázemí

Stavební ruch na pardubickém hlavním nádraží ale zcela neutichne. Začíná totiž druhá část rekonstrukce tamní roz-



sáhlé památkově chráněné budovy. Po obnově někdejšího hotelu, který dnes slouží jako vzdělávací centrum Správy železnic, přichází na řadu nádražní hala, východní provozní křídlo a západní křídlo s bytovým domem.

Stavbaři kompletně zrenovují střechu, fasádu i celý interiér. Tomu se vrátí původní podoba, která však bude odpovídat současným požadavkům cestujících i dopravců. Součástí projektu je také instalace fotovoltaické elektrárny.

V odbavovací hale se po dokončení stavbylepší služby pro cestující, a to především díky zvýšení počtu obchodních prostor a úprav veřejných toalet. Komerční jednotky s ordinacemi a s lékárnou budou v přízemí a v 1. patře západního křídla. Bezbariérový přístup

zajistí výtah. Východní křídlo bude sloužit pro zajištění drážního provozu. Stavbaři provedou dispoziční úpravy v zázemí zaměstnanců a rozšíří kancelářské prostory. Počítá se i s kompletní rekonstrukcí bytového domu.

Zhotoviteli stavby jsou společnosti Chládek a Tintěra, Pardubice a EUROVIA CZ. Práce budou probíhat za provozu, cestujícím zůstane vždy přístupná část odbavovací haly a potřebné zázemí. Hotovo bude na konci roku 2026. Celkové náklady této etapy stavby představují - míst dosahují 1,014 miliardy korun.

První rok se bude rekonstruovat východní křídlo a polovina haly, následně se bude pracovat na západním křídle a na druhé části haly. Jako poslední přijde na řadu bytový dům. ■

Proč ALTECH?

- Výroba na míru
- Tradice od roku 1992
- Vlastní výroba, montáž i servis
- Možnost vyzkoušení produktů přímo u nás
- Poradíme vám s vyřízením příspěvku na pomůcku až do výše 100 % ceny, nebo výběrem ideálního bezbariérového řešení zcela ZDARMA

**Největší český výrobce
schodišťových plošin a sedaček**

VOLEJTE ZDARMA: 800 303 304
www.altech.cz



Svislé plošiny

Schodišťové plošiny

Schodišťové sedačky

Bazénové zvedáky

Stropní zvedáky

Nájezdové rampy

Schodolezy

STANOVISKO REPUBLIKOVÉHO VÝBORU SNN V ČR, Z.S. K DEKLARACI ASNEP K VÝUCE ČESKÉHO ZNAKOVÉHO JAZYKA

Republikový výbor SNN v ČR opakovaně projednal na svém zasedání 13. 4. 2024 Deklaraci ASNEP k výuce českého znakového jazyka. Negativní stanovisko k návrhu deklarace přijal již na svých zasedáních 15. 4. a 11. 11. 2023. Přesto ASNEP deklaraci schválil čtyřmi hlasy řádných členů, především těch, kteří vyučují český znakový jazyk (ČZJ).

Republikový výbor opakovaně zdůrazňuje svůj nesouhlas s deklarací. Zásadně nesouhlasí především s bodem 6 v kapitole Argumenty, kde se píše: „Slyšící lidé by se neměli stavět do role neslyšících, neměli by hovořit o tom, co neslyšící lidé cítí, jak žijí, jak komunikují. Tyto zkušenosti mají jen zprostředkovaně, nejsou autentické. O svém jazyce a o své kultuře, ale i o prožívání světa a o životě v něm by měli hovořit výhradně neslyšící lidé, kteří jsou rodilými mluvčími českého znakového jazyka a/nebo používají český znakový jazyk jako svůj první nebo preferovaný jazyk.“

Tato část je diskriminační vůči více skupinám. Jednou z nich jsou osoby CODA (slyšící děti neslyšících rodičů), kterým je tímto bodem v podstatě upíráno základní lidské právo, právo na

vlastní jazyk. Je pouze na dané osobě CODA, aby označila, který jazyk je pro ni zásadní, a nelze jí upírat právo na mateřský jazyk, pokud za něj považuje jazyk znakový bez ohledu na své další možnosti.

Ačkoliv jsou osoby CODA uvedeny v úvodu deklarace v rámci použitých zkratk, ve vlastním textu nejsou vůbec zmíněny, a je jasné, že deklarace vůbec nepřihlíží ke specifické situaci těchto osob. Staví je na roveň osob, které nejsou nijak spjaty s kulturou neslyšících, což jsou obecně slyšící lidé.

Je nutné si uvědomit, že 95 % uživatelů ZJ se rodí slyšícím rodičům. ZJ není jejich rodným jazykem, ačkoliv mohou během svého života prohlásit, že jde o jejich preferovaný (první) jazyk. Stejně právo mají i osoby CODA, u kterých naopak jde o rodný jazyk téměř vždy.

Další skupinou jsou osoby, které jsou dlouholetými odborníky na problematiku, v komunitě se pohybují, mají často vysokoškolské vzdělání i praktické zkušenosti k tomu, aby mohly k dané problematice veřejně hovořit, přičemž je samozřejmé, že se nestavějí do role neslyšících osob.

Rozumíme kulturnímu vhledu. Z hlediska argumentace ovšem vidíme absurditu v přeneseném významu, kdy by například konkrétní nemoc nemohl léčit nikdo jiný než ten, kdo se z ní vyléčil, ať už by byl vystudovaným lékařem, či nikoliv.

Republikový výbor SNN v ČR, z.s. zcela souzní se záměrem, který pravděpodobně vedl k návrhu deklarace. Zásadně však nesouhlasí s vlastním provedením tohoto záměru.

Opětovně zdůrazňujeme nutnost dostatečné kvalifikace lektorů českého znakového jazyka bez rozlišování, zda jde o osoby slyšící, či neslyšící. Podstatné je, aby lektor byl vzdělán jak ve vyučovacím jazyce, tak v metodice a v didaktice výuky tohoto jazyka a v kultuře neslyšících a aby vždy těsně spolupracoval s neslyšícími. Organizátorům kurzů českého znakového jazyka republikový výbor SNN v ČR, z.s. doporučuje upřednostňovat pro vlastní výuku kvalifikované neslyšící lektory.

Autorka je prezidentkou SNN v ČR, z.s. ■

HODNOCENÍ DEKLARACE ASNEP K VÝUCE ČESKÉHO ZNAKOVÉHO JAZYKA Z POHLEDU ČLENA KOMUNITY NESLYŠÍCÍCH

Deklarace ASNEP se zabývá filozofií neslyšících v souvislosti s lektory a pedagogy znakového jazyka. Když jsem se před 20 lety setkal s tlumočníky ze znakového jazyka, kteří byli slyšícími potomky neslyšících rodičů, tedy CODA (children of deaf adults), na vlastní oči jsem viděl rozdíly mezi těmi, kteří byli CODA, a těmi, kteří jimi nebyli. Uvědomil jsem si, že pro tlumočníky, kteří měli neslyšící rodiče, je mateřský znakový jazyk stejně důležitý jako pro mě, jelikož jsem se narodil do třetí generace neslyšících, na rozdíl od většiny neslyšících, kteří mají rodiče slyšící a používají znakový jazyk, který pro ně není mateřský.

Tlumočníci z řad CODA u nás se hlásili na vysokou školu, kde byli dříve často odmítáni s odůvodněním, že nejsou dostatečně profesionální. Na druhou stranu jsem viděl tlumočníky, kteří jsou čistě slyšící a učí se znakový jazyk akademicky, a v praxi se projevují nadprůměrně až špičkově, a to díky svému talentu a schopnosti překladu, podobně jako překladatelé z cizích jazyků.

Nikdy jsem neskrýval svůj názor, že po téměř třiceti letech existence tlumočnicků znakového jazyka v ČR je jich stále málo, a to zejména kvůli apolitickým zájmům organizací neslyšících. Osobně nesouhlasím s deklarací, ve které převládá názor, že znakový jazyk mohou učit pouze neslyšící

lektori. V této deklaraci chybějí body, které by charakterizovaly faktory, jež omezují lektory z řad CODA. Tito lidé přitom mají znakový jazyk jako svoji mateřštinu, jelikož se narodili neslyšícím rodičům. I přesto, že sami jsou slyšící, je mluvená čeština až jejich sekundárním jazykem.

Nedochází k vzájemné podpoře mezi lektory CODA a neslyšícími lektory, tak, aby se to odrazilo v profesionalitě znakového jazyka, což vede i nadále k poškozování kultury neslyšících.

Vysokoškolští studenti, zejména v oblasti tlumočení a surdopedie (speciálně pedagogické disciplíny zabývající se výchovou, vzděláváním a rozvojem jedinců se sluchovým postižením a snahou o jeho plné pracovní a sociální začlenění do společnosti, z latinského surdus – hluchý a řeckého paidea – výchova – pozn. mm) získávají teoretické poznatky. Bez praxe se však nedá o tématu veřejně hovořit. Málokdo z řad CODA má ovšem možnost získat bohaté zkušenosti v akademickém sektoru, jelikož neměli možnost studovat nebo jim to bylo odepřeno.

Nejlepší cestou k inkluzivnímu přístupu k výuce je zapojení zkušených neslyšících lektorů do edukačního procesu spolu s lektory z řad CODA. Tím se zajistí, že budoucí generace budou mít přístup k autentickému poznání jazyka a kultury neslyšících.

Pokud se deklarace nezmění, může to vést ke ztrátě vlivu na komunitu neslyšících a k izolaci neslyšících jedinců. Znamenalo by to porušení lidských práv včetně Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením.

Deklarace ASNEP se zcela iracionálně zaměřuje na všechny neslyšící, ale ne na lektory z řad CODA. Dalším faktorem je, že mladší generace neslyšících má odlišnou filozofii, která se odlišuje od tradičních postojů. Neslyšící jedinec se chová jako vůdce, když spolupracuje s tlumočnickem znakového jazyka, aby dosáhl svých cílů. Považuji to za zneužití, které vede ke ztrátě uznání tlumočnicků a části komunity CODA.

Loni proběhla konference, kterou uspořádala ASNEP ve spolupráci se SNN ČR s cílem prozkoumat situaci kolem této deklarace. O půl roku později se mnozí, zejména z řad CODA, vyjádřili proti této deklaraci. Jeden z nich vrátil na protest proti deklaraci ocenění, které dostal od ASNEP.

Pokud deklarace nepřijme inkluzivnější přístup a nesplní svůj účel, kterým je rozvoj znakového jazyka a kultury neslyšících v naší zemi, můžeme se dostat do situace, kdy náš cíl bude na dosah ruky, ale stejně nedosažitelný jako Mars.

Autor je ředitelem organizace Neslyšící s nadějí. ■



CENY MOSTY PŘEDÁNY

Ve čtvrtek 23. 5. 2024 se v Hořáckém divadle v Jihlavě uskutečnil již 21. ročník slavnostního předávání cen MOSTY. Ceny MOSTY uděluje Národní rada osob se zdravotním postižením ČR v zájmu podpory aktivit přispívajících významným způsobem ke zlepšení postavení osob se zdravotním postižením a jejich participace, za mimořádnou aktivitu nebo čin ve prospěch těchto osob.

Letošní předávání cen se konalo již posedmnácté pod patronací Livie Klausové. Záštitu nad 21. ročníkem převzali hejtman Kraje Vysočina Vítězslav Schrek a primátor statutárního města Jihlava Petr Ryška.

Z více než čtyř desítek návrhů vybrala nominační komise složená z členů předsednictva NRZP ČR finalisty čtyř kategorií letošních cen MOSTY. Hodnotící výbor pak ve druhém kole rozhodl o vítězích v jednotlivých kategoriích.

Hudební program zajistila známá skupina Jelen, která nás provázela celým předáváním cen a publikum nadšeně aplaudovalo po každé skladbě. Po předávání cen vystoupila ještě skupina Třetí třetina, jejímž členem je také hejtman Kraje Vysočina Vítězslav Schrek, který ve skupině zpívá a hraje na bicí a na kytaru. Skupina hrála samé známé skladby a při podávání občerstvení to byl velmi příjemný doprovod.

Slavnostním odpolednem provázela jako již tradičně Aleš Cibulka. Jeho skvělé moderování a schopnost živě reagovat na dění na jevišti přítomní velmi ocenili.

Během slavnostního odpoledne proběhlo také slosování o dárkové balíčky firmy Emil Frey.

NRZP ČR děkuje všem, kteří se na letošním slavnostním předávání cen MOSTY podíleli a kteří přispěli k jeho zdárnému průběhu.

Dvacátý první ročník slavnostního udílení cen MOSTY se konal za podpory Úřadu vlády České republiky.

Generálními partnery akce byly Kraj Vysočina a statutární město Jihlava. Hlavními partnery byly akciová společnost ASEKOL, Nakladatelství UMŮN, společnost Altech, akciová společnost Škoda a akciová společnost OSTRÁ Group. Partnery akce byly Energetický regulační úřad, akciová společnost ČEPRO, Metropolitní univerzita Praha, o.p.s., akciová společnost České dráhy, Skupina Emil Frey, Nadace ČEZ, akciová společnost Innogy Česká republika, společnost GreFix, Mattoni 1873, Rodinný pivovar Bernard, Horácké divadlo Jihlava a agentura ROMAX.



Záštitu nad 21. ročníkem převzali hejtmán Kraje Vysočina Vítězslav Schrek a primátor statutárního města Jihlava Petr Ryška.

Poděkování patří také Střední odborné škole, střednímu odbornému učilišti a základní škole Třešť, která zajistila občerstvení a květiny pro vítěze a vzácné hosty.

Vážené čtenářky, vážení čtenáři, již dnes se můžete těšit na příště a plánovat si cestu do Opavy, kde se 29. května 2025 uskuteční 22. ročník předávání cen Mosty. Snad mohu prozradit, že se chceme společně s Českými drahami pokusit na tuto akci vypravit speciální vlak.



Výhru losoval Ivo Toman z Českých drah.



Hudební program zajistila skupina JELEN.

Vítězem I. kategorie – Instituce veřejné správy – se stal Státní fond dopravní infrastruktury za dlouhodobé financování staveb, které zvyšují bezbariérovost ve veřejném sektoru a usnadňují tak život lidem se zdravotním postižením po celé České republice. Od roku 2000 bylo na tyto účely schváleno přes 4000 příspěvků jednotlivým subjektům ve výši téměř 18 miliard korun. Cenu převzal z rukou bývalé první dámy ČR a velvyslankyně ČR na Slovensku Livie Klausové a předsedy Výboru pro sociální politiku a člena Výboru pro zdravotnictví Parlamentu ČR Víta Kaňkovského ředitel SFDI Zbyněk Hořelica.



Vítězem II. kategorie – Nestátní subjekt – se stal Festival Rock for People, za projekt Bezbariérový Rock for People. Pořadatelé festivalu připravili bezbariérovou zónu a sociální zázemí, kde mají lidé se zdravotním postižením k dispozici dvě komfortní sprchy a toalety. Ve spolupráci se Sportovním klubem vozíčkářů přizpůsobili také program. Rock for People je festival tolerantní a otevřený všem. Cenu převzala z rukou náměstkyně ministra práce a sociálních věcí Šárky Jelínkové a hejtmana Kraje Vysočina Vítězslava Schreka manažerka projektu Bezbariérový Rock for People Radka Hájková.



Vítězem III. kategorie – Osobnost hnutí osob se zdravotním postižením – se stal Roman Herink za dlouholetou angažovanost ve prospěch lidí se zdravotním postižením a za prosazování rovných příležitostí těchto osob a jejich rodin v oblasti společenských a kulturních aktivit. Roman Herink se zasadil o zrod českého parahokeje a byl jako první zástupce tohoto sportu uveden do Síně slávy českého hokeje. Cenu MOSTY mu předali Jiří Holík, trojnásobný mistr světa v ledním hokeji a držitel čtyř medailí z olympijských her, a Marek Beneš, ředitel Metropolitní univerzity Praha, o.p.s.



Zvláštní cenu ve IV. kategorii získala Ljubica Váchová, ředitelka Mateřské školy a Speciálně pedagogického centra Jihlava, za vybudování mateřské školy, kterou navštěvují děti se zdravotním postižením společně se zdravými dětmi. Prostředí mateřské školy je bezbariérové a třídy jsou připravené pro integraci dětí s různými speciálními potřebami. Součástí školy je Speciálně pedagogické centrum (SPC), které pečuje o děti se speciálními vzdělávacími potřebami. Cenu MOSTY převzala z rukou Petra Ryšky, primátora statutárního města Jihlava, a Daniela Šafáře, marketingového ředitele společnosti ASEKOL, zástupkyně ředitelky Mateřské školy a Speciálně pedagogického centra Jihlava Jana Ritichová.



V kategorii Nestátní subjekt byly nominovány organizace Středisko rané péče v Pardubicích, TyfloCentrum Pardubice, Háta a Centrum pro neslyšící a nedoslýchavé Kraje Vysočina.



Instituce veřejné správy byly nominovány město Prachatice, Plzeňský kraj – odbor dopravy, kavárna Pohodička z Náměští nad Oslavou, p.o., a Domov pod hradem Žampach.



Čestné diplomy v kategorii Osobnost hnutí se zdravotním postižením převzali Jan Příborský, Jiřina Kocmanová, Milan Pešek a Miloš Kajzrlík.



Čestné diplomy v kategorii Zvláštní cena obdrželi Aneta Ečeková Maršálová, firma NEUKLOUZNI, Mateřská škola a SPC Jihlava, Jan Punčochář a Dominik Dolejš.



Po předávání cen vystoupila skupina Třetí třetina, jejímž členem je hejtman Kraje Vysočina Vítězslav Schrek.

HURÁ TRIAL, TO JE VĚC, JEZDÍ TO JEN ŠÍLENEC

Část truck trialové hymny Velké ceny Mohelnice naprosto přesně vystihuje letošní ročník Mistrovství České republiky v truck trialu. Deštivé počasí před závodem i během prvního závodního dne působilo posádkám závodních strojů nemalé problémy.

V mazlavém blátíčku klouzaly nejen několikátunové trialové speciály, ale také spousta účastníků letošní Velké ceny Mohelnice. Alespoň tedy v sobotu. I přes všechny drobné potíže ale byly závody díky drobným opakujícím se přeháňkám divácky velmi atraktivní.

Na letošní Velkou cenu Mohelnice se registrovalo přes 600 zaměstnanců a zákazníků. Tak velký zájem jsme opravdu nečekali. Bohužel část návštěvníků odradilo deštivé počasí, část jich přitáhl semifinálový zápas české hokejové reprezentace se švédským mužstvem. Ti, kteří do areálu pískových lomů dorazili, ale s největší pravděpodobností nelitovali. Skvělé domácí klobásy, uzená žebra a řádně vychlazené pivo velmi zpříjemnily jak sobotní, tak nedělní návštěvu.

Neděle už byla ve znamení slunečného počasí a hlavně netrpělivě očekávaného večerního hokejového finálového zápasu. Návštěva zákazníků i zaměstnanců byla v neděli o poznání početnější, a my jsme rádi, že jsme díky skvělému zázemí dokázali všem zpříjemnit sportovní podívanou. ■



POMÁHÁME STAVĚT MOSTY, TENTOKRÁT V JIHLAVĚ

Národní rada osob se zdravotním postižením letos předávala ceny MOSTY za rok 2023 v Jihlavě. A protože je Jihlava rodným městem jednoho z nejlepších českých dakarských jezdců Martina Prokopa, domluvili jsme se na poněkud rozšířeném programu.

Ambasadorem udílení cen MOSTY je již čtvrtým rokem andorský závodník, člen týmu FESH FESH Albert Llovera. Když se jihlavský hejtman Vítězslav Schrek, velký fanda dakarského závodění, dozvěděl, že Albert Llovera bude na udílení cen v Jihlavě, neváhal zorganizovat unikátní setkání dakarských legend v jihlavském kině Dukla. „Tak to vypadá, že jsme postavili další most, který propojil svět závodních automobilů se závodními kamiony a ukázal kouzlo dakarského závodění studentům základních a středních škol

i široké veřejnosti,“ řekl po dvou úspěšných představeních ředitel marketingu skupiny OSTRA Jiří Kašpárek. Den před předáváním cen MOSTY se tak podařilo uspořádat dvě představení, během nichž se Martin Prokop, Albert Llovera, Jaromír Martinec a Šimon Polášek podělili o své zkušenosti a zážitky z Rallye DAKAR 2024. Jak studenti, tak veřejnost ocenili vyprávění proložené dakarskými filmy bouřlivým potleskem.

Další den pak přišla na řadu oficiální část, samotné předávání cen Národní

rady zdravotně postižených osob. Z rukou Alberta Llovery tak převzaly ocenění za svou práci Středisko rané péče v Pardubicích o.p.s., TyfloCentrum Pardubice, o.p.s., Háta o.p.s. a Centrum pro neslyšící a nedoslýchavé Kraje Vysočina, o.p.s.

Jsm rádi, že jsme i letos mohli podpořit organizace a jednotlivce, kteří se snaží zlepšovat život zdravotně postižených osob, a navíc zprostředkovat zážitky závodníků legendární Rallye DAKAR. ■



PŘEDSTAVUJEME ORGANIZACE

Členské organizace NRZP ČR představujeme v časopise MOSTY pravidelně. V minulém čísle jsme přinesli obsáhlé informace o organizacích, které se věnují Parkinsonově nemoci, jež patří k neurodegenerativním onemocněním. Jde o choroby, které mají společný rys. Postihují nervové buňky v mozku a v míše. Vyvíjejí se plynule a většinou pomalu, v řádu více let, postupně své nositele invalidizují a v pozdních stádiích vedou k naprosté nesoběstačnosti. Neurodegenerativní nemoci se dělí do dvou základních podskupin, a to neurodegenerativní nemoci s dominujícím postižením pohybu (odborně například spasticita, rigidita, akineze, dyskineze, ataxie a tak dále) a neurodegenerativní nemoci s dominujícím postižením intelektu (odborně demence).

Příkladem neurodegenerativních onemocnění je kromě Parkinsonovy nemoci také amyotrofická laterální skleróza, Alzheimerova nemoc nebo Huntingtonova nemoc.

K velmi bolestivým a omezujícím onemocněním patří také revmatická onemocnění, artritida, Bechtěrevova choroba či systémový lupus.

Kam se obrátit, pokud trpíte některou z uvedených nemocí vy sami nebo někdo z vašich blízkých?

SPOLEČNOST PRO POMOC PŘI HUNTINGTONOVĚ CHOROBĚ (SPHCH)

Jak se žije s HCH, nám popsala paní Iva Vestfálová, členka rady SPHCH.

„Nežije, přežívá,“ říká paní Vestfálová. „Tato nemoc devastuje nejen nemocného, ale celou rodinu. Zasáhne všechno a všechny. Nemocný na začátku vypadá jako opilý, postupně ztrácí schopnost koordinovat pohyby a dochází ke změně jeho osobnosti. Z inteligentního člověka se stává hulvát. Časem ho opouštějí známí a přátelé, protože nevědí, jak se k němu chovat. Nemoc je invalidizující a postupná ztráta všech schopností vysiluje a deptá všechny zúčastněné. Než je stanovena diagnóza a přiznán invalidní důchod, dochází zpravidla ke ztrátě zaměstnání. Rodina má velké finanční problémy a toto období může trvat velmi dlouho. Postupně musíte dělat úpravy v domácnosti, protože to vývoj nemoci vyžaduje. Vy se musíte naučit jednat s nemocným absolutně v klidu, poskytnout mu čas na odezvu a nenechat se vytočit. Jinak totiž hrozí neverbální i verbální útok. Osvojit si tento přístup není právě jednoduché. Valí se na vás spousta věcí k řešení a přebíráte povinnosti nemocného v rámci fungování rodiny.“

O příčinách onemocnění a o možnostech pomoci pacientům i jejich rodinám jsem si povídala s předsedkyní rady SPHCH Zdeňkou Vondráčkovou.

Co je vlastně příčinou této nemoci?

Huntingtonova choroba (HCH) je dědičné neurodegenerativní onemocnění mozku. Klinicky byla popsána již v 19. století, ale teprve v roce 1993 byla zjištěna mutace na chromozomu č. 4, která způsobuje, že u všech přímých potomků nemocného existuje 50% riziko, že nemoc zdědí. Objevily se

ale také informace, že nemoc nemusí být výhradně dědičná. Proč vzniká, co mutaci způsobuje, zatím není jasné.

Nemoc představuje velký nápor na pečující osoby. Pokud se zdravý člověk rozhodne opustit zaměstnání a starat se o nemocného člena rodiny, má nějakou naději na pomoc od státu?

V ČR neexistuje žádná nadace, žádní donátoři, kteří by vyhledávali a pravidelně podporovali rodiny zatížené HCH. Rodiny se musejí potýkat s jednáním posudkových i praktických lékařů, kteří často vystaví krutý ortel odmítnutím přiznání dávek, příspěvku na péči, na úpravy bytu, na auto a podobně.

A právě v tomto okamžiku může pomoci Společnost pro pomoc při Huntingtonově chorobě. Jak?

Po sdělení diagnózy přichází rozčarování. S nově vzniklou situací se obtížně vyrovnává jak nemocný, tak další členové širší rodiny. Často to končí rozvodem, ztrátou bydlení, roztáčí se spirála, která přivádí člověka s HCH až k bezdomovectví. Nejdůležitější úloha naší neziskové organizace spočívá v tom, předat rodině patřičné informace, seznámit ji s možnostmi terapie, a hlavně jí poskytnout psychickou oporu, kterou může získat v dalších rodinách zatížených HCH a v multidisciplinárním týmu SPHCH. V něm pro nás pracují především neurologové, genetici, psychiatři a psychologové a dále celá skupina terapeutů od logopedů a ergoterapeutů přes fyzioterapeuty, terapeuty pohybových aktivit handicapovaných i muzikoterapeuty až po a nutriční poradce.

S postupující nemocí se rodina musí neustále přizpůsobovat pokračující ztrátě schopností nemocného. Na zdravého partnera se postupně přenáší veškerá zodpovědnost za něho, ale i za děti a za finanční zajištění rodiny.

A co podpora přímo nemocných? Existuje nějaké specializované zařízení pro ty, kteří nemají nikoho, kdo by se o ně postaral?

Veškerá podpora, kterou v ČR pacienti a jejich rodiny mohou dostat, pochází z více než třicetiletého edukativního působení SPHCH jako neziskové organizace, která je rodinám oporou a rádcem a také přispěla k zajištění celé řady aktivit a služeb u nás, které rodinám ulehčují vyrovnat se s HCH. Společnost však nepracuje pouze pro pacienty trpící HCH, ale i pro osoby v riziku a pro pečovatele, na kterých spočívá často i desítky let největší břemeno péče o celou rodinu. Pro osoby v riziku jsou nejdůležitější otázky genetického testování a dalšího vyrovnání s osudem. Zde má největší význam edukace genetiků, psychologů a psychiatrů. Pro pečovatele jsou připravovány edukační přednášky jednak z oblasti péče o pacienta s HCH, jednak jsou na ně zvány firmy, které prezentují své produkty usnadňující péči o nemocné. Nezapomínáme ani na psychologickou podporu pečovatelům a na relaxační techniky. Rekondičně-edukační víkendové pobyty se zdravotním programem se konají 2x ročně. Pobytů se účastní multidisciplinární tým lékařů a dalších odborníků věnujících se problematice tohoto onemocnění. Cílem našich informačních kampaní je zvyšování povědomí o HCH u laické i odborné veřejnosti prostřednictvím prezentací na veřejných i specializovaných kongresech, konferencích nebo veletrzích jak v České republice, tak v zahraničí. V rámci projektu Vzdělávání



a osvěta se snažíme o zajištění dostupnosti sociálních služeb, jako jsou pobytová zařízení, stacionáře a chráněné dílny, pro rodiny s HCH pořádáním odborných přednášek a seminářů přímo v daných zařízeních.

Na závěr jsem si nechala odpověd' paní Vestfálové na otázku, zda Huntingtonova choroba přinese do života i něco pozitivního.

„Přehodnotíte všechno ve svém životě. Ztratíte známé a poznáte skutečné přátele. Poznáte nové lidi se srdcem na pravém místě. Život vám přinese to, co by vás ani ve snu nenapadlo. Přivedl mě do situací, kdy jsem musela hodně změnit sama sebe a pochopit, že ne každý je toho schopen.“

Děkuji velmi vám oběma za zajímavé povídání a za svědectví o životě s těžkou nemocí. Do dalších dní přeji sílu, skutečné přátele a lidi se srdcem na pravém místě, protože to je bohatství, které se nedá koupit a nepřichází k člověku samozřejmě.

REVMA LIGA ČESKÁ REPUBLIKA

Jako první mě upoutaly webové strán-

ky této společnosti, které jsou pěkně a přehledně zpracované. I člověk, který má pocit, že se ho toto téma netýká, se s chutí začte. Ale brzy mu zatrne, protože Revma Liga, to není „jen“ o revmatu, který „asi určitě nemám“. Na jejích stránkách jsou zveřejňovány dopisy od nemocných, které většinou začínají slovy: „Sáhla jsem si na dno,“ nebo „Díky biologické léčbě žiji.“



Pak jsem zabrousila na stránku Nemoci. Zjistila jsem, že Revma Liga pomáhá lidem s Bechtěrevovou chorobou, s JIA (juvenilní idiopatickou artritidou), s myozitidou, s psoriatickou i s revmatoidní artritidou, se sklerodermií, se systémovým lupusem a s osteoporózou. Každá nemoc je představena videem nebo článkem obsahujícím odpovědi na 5 otázek:

O jaké onemocnění jde? Co postihuje?

Jaké jsou první příznaky?

Jak se onemocnění diagnostikuje?

Jak se onemocnění léčí? →



Co pro zlepšení svého zdravotního stavu může udělat pacient?

Zeptala jsem se předsedkyně spolku Revma Liga ČR paní Edity Müllerové, jak organizace pomáhá nemocným trpícím bolestivými nemocemi, které postihují i mladší ročníky.

Revma Liga Česká republika byla založena téměř před 33 lety s cílem zlepšovat životní podmínky osob s revmatickými onemocněními. Zaměřuje se na zvyšování povědomí o revmatických chorobách a o poskytování pomoci nemocným. Vede boj za lepší diagnostiku, léčbu a péči o pacienty s revmatoidní artritidou, s psoriatickou artritidou, se systémovým lupusem (erythematoses) a s dalšími revmatickými onemocněními. Od roku 2023 je také jedinou patientskou organizací, která se věnuje pacientům s osteoporózou.

Představme si podrobněji některé projekty:

- **Biologická léčba:** Díky projektu Revma výzva prosadila organizace přístup k biologické léčbě pacientů v časnějším stadiu

revmatoidní artritidy. Tato léčba může výrazně zlepšit kvalitu života pacientů a snížit progresi onemocnění.

- **Vzdělávací videa:** Revma Liga natočila více než 70 vzdělávacích videí pro pacienty, která pokrývají různá témata, jako je edukace v základních pojmech, tematické webináře, fyzická aktivita, strava a psychická pohoda. Zhlédlo je už přes 120000 diváků.
- **Workshopy:** Organizace pravidelně pořádá workshopy zaměřené na přímou patientskou pomoc. Od roku 2019 se jich zúčastnilo přes 250 osob. Workshopy se věnují praktickým dovednostem, sdílení zkušeností a podpoře pacientů.
- **Regionální kluby a patientské skupiny:** Spolek má 5 regionálních klubů a 4 patientské skupiny, které zajišťují podporu a sdílení zkušeností. Jsou místem setkávání, vzájemného porozumění a společného řešení problémů.

- **Vzácná revmatická onemocnění:** Revma Liga ČR se jako jediná organizace u nás věnuje pacientům se vzácnými revmatickými onemocněními.

V roce 2022 organizace získala ocenění jako 2. nejlepší malá neziskovka roku, které ji motivovalo k dalšímu úsilí ve prospěch pacientů. Na letošek připravila velký projekt s názvem Revma v klidu. Jde o motivačně edukační cvičební e-kurz, který je určen nejen pro pacienty s revmatem. Jeho cílem je rozšířit povědomí o důležitosti domácího cvičení a motivovat lidi, kteří nemají možnost dlouhodobě cvičit. Kurz nabízí speciálně připravená cvičení, motivaci a výzvy pro dospělé pacienty s revmatem. Podrobnější informace najdete zájemci na odkazu <https://www.revmaliga.cz/>. Na webu získáte i další užitečné informace a brožury, například Práva pacientů, Desatero pacienta či rady pro pacienty podstupující výměnu kyčelního kloubu, a také tolik potřebné povzbuzení v podobě motta: **Revma si nevybírání, ale spolu to zvládneme. Jedeme v tom spolu.**

Díky, Revma Ligo! ■



PEUGEOT HANDYCARS



Program HANDYCARS představuje ucelenou nabídku služeb pro zdravotně postižené zákazníky. Kromě cenového zvýhodnění lze využít spotřebitelský úvěr s akontací od 0% a délkou splácení až 7 let nebo havarijní pojištění se slevou až 30%. Zprostředkujeme sociální poradenství, zajistíme speciální úpravu vozu a spolupracujeme také s privátní autoškolou pro ZTP.

CENOVÉ ZVÝHODNĚNÍ PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ – KOMPLEXNÍ SERVISNÍ SLUŽBY

PEUGEOT doporučuje TotalEnergies PEUGEOT FINANCE by ESSOX



Infolinka PEUGEOT: **800 101 101**

Info HANDYCARS: **724 336 648**, www.handycars.cz

VÝLETY ZA PAMÁTKAMI

Jak jsme slíbili v minulém čísle časopisu, přinášíme vám bližší informace k letošní nabídce Památek bez bariér. Navazujeme tak na skvělou spolupráci s Národním památkovým ústavem, který s podporou společnosti ALTECH opět zpřístupní vybrané památky pro osoby se zdravotním postižením. Rozhodně je z čeho vybírat.

Zámek Lednice obklopený zahradou s minaretem a s umělou jeskyní

V Jihomoravském kraji na pravém břehu Dyje, jen kousek od vínem proslulého Mikulova, byla ve třináctém století vybudována tvrz. Dnes byste ji však hledali marně. V průběhu staletí prošel zámek, který na místě tvrze vznikl, několika významnými přestavbami, jež odrážejí různé architektonické styly. Nejvýznamnější změny však přišly v 19. století, kdy kníže Alois II. z Lichtenštejna pověřil architekta Jiřího Wngelmüllera přestavbou zámku ve stylu anglické novogotiky. Přestavba, jež byla dokončena v roce 1858, dala zámku jeho současnou podobu.

Rod Lichtenštejnův zámek přetvořil v honosné sídlo plné květin a vůní, původně dokonce i vůně citrusů. V roce 1700 zde totiž začala stavba velké oranžerie. Původně barokní stavbu pak v polovině devatenáctého století nahradila litinová konstrukce téměř sto metrů dlouhého skleníku. Následně byl skleník se zámekem propojen květinovým sálem, který sloužil také jako divadlo. Téměř 250 druhů tropických a subtropických rostlin rozhodně stojí za povšimnutí. Největší pozornost však návštěvníci věnují patrně až 500 let starému cykasu *Encephalartos altensteinii*. Geometricky řešená zahrada je pozoruhodná také díky uměle



vytvořenému zámeckému rybníku s ostrovy, které jsou významným hnízdištěm ptactva. Za zmínku rozhodně stojí také minaret – architektonická památka v maurském slohu, umělá jeskyně (grotta) či Apollónův chrám.

Interiéry zámku jsou bohatě dekorovány dokonalou truhlářskou a řezbářskou prací a nabízejí návštěvníkům pohled na luxus a eleganci šlechtického sídla 19. století. K nejvýznamnějším místnostem patří reprezentační sály, knihovna s nádherným dřevěným schodištěm a orientální salon, který je vyzdoben exotickými artefakty.

Zámek Lednice je nejen významnou historickou památkou, ale také místem, kde se snoubí historie, umění a příroda v jedinečné harmonii. Jeho návštěva poskytuje nezapomenutelný zážitek všem milovníkům architektury, zahradního umění a romantických příběhů aristokratických rodů.

Kontakt pro rezervaci návštěvy:
brno@nrzp.cz

Hospital Kuks, klenot barokní architektury a umění

Hospital Kuks, nacházející se v malebném údolí řeky Labe ve východních Čechách, je jedním z nejvýznamnějších barokních komplexů v České republice. Jeho historie sahá do počátku 18. století, kdy byl vybudován z iniciativy hraběte Františka Antonína Šporka, významného mecenáše umění a vášnivého sběratele.

František Antonín Špork si v roce 1695 vybral Kuks jako místo pro své letní sídlo a lázeňský komplex. Inspirován zahraničními lázeňskými městy zde nechal vybudovat rozsáhlý lázeňský areál, který zahrnoval nejen léčebné lázně, ale také divadlo, knihovnu a lovecký zámeček. Architektonický



plán vytvořil italský architekt Giovanni Battista Alliprandi, který se podílel i na stavbě dalších významných staveb v českých zemích.

Špitál, jehož výstavba začala v roce 1707, měl původně sloužit jako útočiště pro vojenské veterány a chudé nemocné. Součástí komplexu je také kostel Nejsvětější Trojice, jehož interiér je bohatě zdoben freskami a sochami od významného barokního sochaře Matyáše Bernarda Brauna.

Jedním z nejcennějších prvků Kuku jsou právě Braunovy sochy, které zdobí nejen interiér kostela, ale také okolní zahrady. Nejznámější z nich je soubor alegorických soch ctností a neřestí, které se nacházejí v aleji vedoucí ke špitálu a mají návštěvníkům připomínat morální hodnoty a nebezpečí hříchu.

Součástí špitálu je unikátní lékárna, která je jednou z nejstarších dochovaných lékáren v Evropě. Interiér lékárny je zachován v původním stavu včetně nábytku, nádobí a lékařských přístrojů z 18. století.

Dnes je hospital Kuks významným kulturním a turistickým centrem. Po

rozsáhlé rekonstrukci, která proběhla v letech 2010–2015, je areál přístupný veřejnosti a nabízí návštěvníkům možnost prohlídky historických interiérů, uměleckých sbírek i krásně upravených zahrad.

Kontakt pro rezervaci návštěvy:
h.kralove@nrzp.cz

Zámek Kynžvart – klasicistní skvost v srdci západních Čech

Zámek Kynžvart, nacházející se v krásném prostředí Slavkovského lesa nedaleko Mariánských Lázní, je jedním z nejkrásnějších klasicistních zámků v České republice. Tento historický klenot s bohatou minulostí a s elegantní architekturou je důležitou součástí českého kulturního dědictví.

První zmínky o Kynžvartu pocházejí již ze 14. století, kdy zde stála gotická tvrz. Zámek byl několikrát přestavován, až se v 17. století dostal do rukou rodu Metternichů. Právě kníže Klemens Wenzel von Metternich, významný rakouský státník a diplomat, nechal na počátku 19. století přestavět zámek do současné podoby. Pod vedením architekta Petra Nobileho se z Kynžvartu stal reprezentativní palác, který měl sloužit nejen jako letní ➔

sídlo, ale také jako místo diplomatických setkání a společenských událostí.

Zámek Kynžvart je ukázkou klasicistní architektury vyznačující se přísnými geometrickými tvary, symetrií a jednoduchými, elegantními liniemi. Dominantou zámku je jeho monumentální vstupní portikus s dórskými sloupy, který okamžitě upoutá pozornost návštěvníků.

Interiéry zámku jsou bohatě zdobené a odrážejí vkus a bohatství rodiny Metternichů. Návštěvníci mohou obdivovat honosné sály, knihovnu s cennými tisky a rukopisy či sbírku uměleckých děl zahrnující obrazy, sochy a porcelán. Zvláštní pozornost si zaslouží kabinet kuriozit, kde jsou vystaveny různé exotické a neobvyklé předměty, které kníže Metternich přivezl ze svých cest.

Okolí zámku tvoří rozsáhlý anglický park, který byl založen na počátku 19. století. Park je navržen ve stylu přírodně krajinářských parků s romantickými zákoutími, s jezírky a se vzácnými dřevinami. Je ideálním místem pro procházky a relaxaci, kde mohou návštěvníci obdivovat krásu přírody a architektury v dokonalé harmonii.

Kontakt pro rezervaci návštěvy:
k.vary@nrzp.cz

Zámek Jaroměřice nad Rokytnou – barokní perla Vysočiny

Zámek Jaroměřice nad Rokytnou, který leží v malebném městečku na Vysočině, je jedním z nejvýznamnějších barokních zámků v České republice. Tento impozantní komplex obklopený rozlehlým zámeckým parkem představuje vrchol barokní architektury a kultury u nás.

Zámek Jaroměřice má bohatou historii sahající až do 12. století, kdy zde stála gotická tvrz. V roce 1700 zakou-



pil panství hrabě Jan Adam Questenberk, který se rozhodl přestavět starý renesanční zámek na moderní barokní sídlo. Přestavba probíhala pod vedením významného rakouského architekta Jakuba Prandtauera a trvala až do roku 1737. Výsledkem byla velkolepá barokní rezidence s honosnými interiéry a s nádhernou zahradou.

Stavba je typickým příkladem barokní architektury s bohatě zdobenými fasádami, s rozsáhlými sály a s kaplí svaté Anny. Interiéry zámku jsou vyzdobeny freskami, štukaturami a nástěnnými malbami, které odrážejí bohatství a vkus tehdejší aristokracie. Kromě samotného zámku je návštěvníkům přístupná i zámecká kaple, která je vyzdobena nádhernými freskami a barokním oltářem.

Jedním z nejcennějších uměleckých pokladů zámku je rozsáhlá knihovna. Zámecká galerie nabízí sbírku obrazů a soch od předních barokních umělců.

Za hraběte Questenberka se Jaroměřice staly významným kulturním centrem. Hrabě byl velkým milovníkem hudby a podporoval řadu hudebníků a skladatelů. Na zámku se konala mnohá představení a koncerty, na nichž se podílel například slavný skladatel František Václav Míča, který zde působil jako kapelník.

Dnes je zámek Jaroměřice nad Rokytnou přístupný veřejnosti a nabízí návštěvníkům možnost prohlídky bohatě zdobených interiérů, zámecké kaple i rozsáhlého parku. Kromě toho, že je skvělou ukázkou barokní architektury, je i významným centrem kulturního života na Vysočině. Každoročně se zde koná Mezinárodní hudební festival Petra Dvorského, který přitahuje milovníky opery a klasické hudby z celého světa.

Kontakt pro rezervaci návštěvy:
istar.tance@email.cz ■

Colours

OF OSTRAVA

17–20/7/2024

PŘIJEĎTE DO OSTRAVY
NA NEJVĚTŠÍ HUDEBNÍ FESTIVAL V ČR

Zažijte neopakovatelnou atmosféru festivalu, barevnou Ostravu a Dakarskou zónu, ve které budeme poskytovat servis invalidních vozíků v rámci Colours bez bariér.

OSTRA GROUP, partner VIP zóny Colours of Ostrava.

ostra 
blíž k lidem

ROZHODOVÁNÍ NA KONCI ONKOLOGICKÉ LÉČBY – PRACOVAT, A JAK?

Onkologické onemocnění představuje pro většinu nemocných velký zásah do života a do funkčního stereotypu. Ve většině případů znamená dlouhodobou pracovní neschopnost, protože obvyklá délka léčby i s nutnou rekonvalescencí se pohybuje okolo tří čtvrtě až jednoho roku. Během tohoto období se ve vnějším i vnitřním světě nemocných mnohé mění. I proto stojí ke konci léčby před rozhodováním, jak dál, a řeší mnoho nejasných otázek.

Patří k nim například otázky okolo rekonvalescence a rehabilitace. Byla dostatečná, udělal či udělala jsem dost pro prevenci trvalých následků léčby nebo návratu onemocnění? Mám či mohu se vrátit ke své původní profesi nebo do původního zaměstnání? Je pro mne vhodné? Jakou výši úvazku zvládnou bez zbytečného přetěžování? Jakou výši mi umožní stávající zaměstnavatel, případně jakou najdu na trhu práce? Mám žádat o prodloužení nemocenských dávek nebo o invalidní důchod? Jaký stupeň invalidity mohu předpokládat? Jak mohu při určitém stupni invalidity pracovat? Co budu dělat, když po vyčerpání podpůrné doby nemocenských dávek a po návratu do práce onemocním nebo budu mít úraz? Jak mám komunikovat se zaměstnavatelem o prodělaném onemocnění?

Většina těchto otázek ve skutečnosti směřuje k jedné klíčové: Jak mám pracovat, abych se nepřetížil či nepřetížila a aby se rakovina nevrátila? Na řadu otázek, které zazněly výše, nemá jedno-



značnou odpověď, onkolog, praktický lékař ani personalista a není ani mnoho prostoru pro bezpečné testování návratu do práce.

Některé otázky může zodpovědět praktický lékař, ale jeho rady nemusí být správné. Doba, kdy se invalidita řešila přes praktika, je pryč. Nyní si o většinu věcí žádá pacient sám, a praktický lékař zpracovává a sepisuje lékařský nálezný. Proto nemusí odhadnout, jak žádosti dopadnou, respektive jak rozhodne posudkový lékař.

Tím může nemocnému velmi zkomplikovat finanční situaci. Například když doporučí prodloužení podpůrné doby pracovní neschopnosti, nedopadne to, a nemocný zatím nemá ani požádáno o invaliditu a zůstává bez příjmu, anebo pokud lékař naznačí nemocnému, že mu invalidita v určitém stupni zůstane, a nestane se tak.

Kde tedy reálně hledat pomoc? Pomohl by sociální pracovník, ale při žádné onkologické ambulanci je ne-najdete, docházejí pouze na lůžková

oddělení. Úvaha tímto směrem se sice otevírá, ale je zatím zcela na počátku. Jedním z výstupů kulatého stolu pořádaného na podzim roku 2023 na ministerstvu zdravotnictví ve spolupráci s Hlasem onkologických pacientů bylo, aby v každém Komplexním onkologickém centru byl sociální pracovník na pomoc při řešení návratu do zaměstnání po onkologické nemoci.

Základní laickou pomoc najde nemocný nebo jeho blízcí v patientských organizacích, odbornou se zaměřením přímo na onkologické onemocnění v Amelii, z.s., která má jako jediná registrovanou sociální službu odborného sociálního poradenství pro onkologicky nemocné. Obecnější informace o pracovní neschopnosti, o invaliditě, o úřadu práce a podobně, lze získat v poradnách NRZP. Klíčové je však v pomoci a v reflexi situace sám nemocný.

Nad čím je třeba se zamyslet před návratem do práce? Především určitě nad tím, v jakém jsem stadiu onemocnění. Zda v remisi, tedy v bezpříznakovém období, nebo se onemocnění podařilo jen částečně zastavit, přestože zásadní potíže necítím. Zda znám svá omezení a potřeby úlevy pro komunikaci se svým původním nebo novým zaměstnavatelem. Jaké zákroky, ambulantní léčba nebo léčebné pobyty mne ještě čekají, abych mohl nebo mohla odpovědět na otázku rozsahu absencí v práci.

Nelehké je přemýšlet o výši pracovního úvazku, který dokážu zvládnout, zvláště po delším výpadku a při trvajícím pomoci rodiny či okolí při zvládnání domácnosti a jiných povinností, jako je péče o děti či o staré rodiče. Je třeba si na rozhodování dát čas a trochu testovat své síly a možnosti, například realizovat „pracovní týden na zkoušku“. Ten, koho by tato problematika zajímala, najde víc informací v brožuře Amelie



Návrat do zaměstnání po onkologické nemoci, jejíž 3. vydání je ke stažení na webu www.amelie-zs.cz.

Následně je důležité mít všechny informace, které v dané situaci připadají v úvahu, aby bylo možné vytvořit plán a případně i několik scénářů řešení. Proměnných je mnoho, a jeden plán je mnohdy málo. Někomu postačí web a vyhledávání, někomu šikovná brožura a někdo potřebuje individuální poradenství. Mnoho nemocných má stále pocit, že sociální poradenství je jen pro ty, kdo mají nedostatek finančních prostředků, ale není tomu tak. Sociálně právní a pracovní právní legislativa je dosti složitá, mění se, a zároveň nepatří k základnímu vzdělání, i proto je obecné povědomí velmi nízké a lidé dělají mnoho zbytečných chyb.

Co je tedy dobré vědět? K základním pravidlům patří, že pracovní neschopnost se vztahuje na zdravotní stav akutní, zatímco invalidita se zaměřuje na stav dlouhodobý. To je třeba řešit při rozhodování, zda žádat o prodloužení podpůrčí doby pracovní neschopnosti (jde o dokončení léčebného procesu), nebo o invalidní důchod (jde o dlouhodobé dopady léčby). Obě dávky jsou pojistné, tedy je nutné mít v potřebné době uhrazené pojištění, u pracovní neschopnosti nemocenské, u invalidního důchodu důchodové.

Důležité je také zohlednění času. O invaliditu je třeba žádat nejméně 3 měsíce před ukončením pracovní neschopnosti, pokud nemám návazný příjem (nepředpokládám návrat do práce/nemohu se do ní vrátit), zatímco o prodloužení pracovní neschopnosti mohu žádat maximálně 30 dní před koncem podpůrčí doby v pracovní neschopnosti.

Již zde je patrné, že může vznikat mnoho otázek pohybujících se na hranici legislativy a zdravotního stavu. Proto je vhodné se poradit, nejlépe u sociálního pracovníka se zkušeností s onkologickým onemocněním. Výše zmíněné však platí i u řady jiných dlouhodobých onemocnění, zejména u těch, která se vyvíjejí, jako je roztroušená skleróza, revmatoidní artritida nebo duševní onemocnění.

V souvislosti s tímto tématem je také třeba upozornit na obecně známou věc, že ČR patří k zemím s nejnižším podílem částečných úvazků v EU. Přitom o ně mají zájem nejen OZP, tedy osoby s handicapem, ale také starobní důchodci, studenti a ženy při nebo po rodičovské dovolené, a proto je třeba být aktivní, zajímat se včas, protože pak je vyšší šance na dobrý výsledek, se kterým bude onkologicky nemocný spokojen. ■



Lahodné čaje TEEKANNE



Čaj, to je TEEKANNE. Od roku 1882.

Sir Winston Tea

FINEST TEA  TRADITION



Sir Winston

JEDNA VLAŠTOVKA JARO NEDĚLÁ, ALE PŘINÁŠÍ NADĚJI

Máte doma pacienta s Parkinsonovou nemocí? Má nemoc již delší dobu? Onemocněl mladý? Bez pomoci někoho dalšího už se neobejde? A není mu ještě 65 let? Pokud zní vaše odpověď na všechny otázky ANO, bude vás následující informace zajímat.

V současné době v ČR není žádný domov pro osoby s Parkinsonovou nemocí do 65 let. Pokud nemocní nejsou schopni se o sebe postarat a nemají nikoho, kdo by jim pomohl, je jim nabídnuto nanejvýš místo v domovech pro pacienty s Alzheimerovou nemocí. Tato nemoc je opravdu jiná než Parkinsonova nemoc, a nemocní s Parkinsonem, kteří netrpí demencí, jsou v domovech pro nemocné s Alzheimerovou chorobou nešťastní.

Dobrá zpráva je, že je na obzoru možnost vzniku domova pro nemocné s Parkinsonovou nemocí do 65 let. Je to první vlašťovka a velice si přejeme, aby nezůstala sama.

Paní Lenka Beránková, která je členkou občanského zdravotně sociálního sdružení Medikum, z.s., je také ředitelkou nového projektu, který nazvala DOMOV LABE. O co jde, to nám již přiblíží ona sama.

Proč jste se rozhodli vybudovat právě domov pro klienty s Parkinsonovou nemocí?

Ti, kterých se to týká, nemocní i jejich blízcí, dobře vědí, že systém na parkinsoniky v produktivním věku prostě zapomněl. Mladý parkinsonik nemá



žádnou možnost institucionální péče, pokud se o něho nemůže postarat jeho rodina. Příští rok se to konečně maličko změní. Nebylo lehké přesvědčit středočeské zastupitele, že stojí za to být první a vybočit ze zajatých kolejí, a jsme vděční těm, kteří význam projektu pochopili a byli ochotni jej podpořit.

Hledali jsme projekt, ve kterém budeme spatřovat výzvu a význam. A jak to v životě chodí, trošku v tom mají prsty přátelé. Přátelé, kteří s touto nemocí žijí a díky nimž jsme získali a stále získáváme vhled do problematiky. Doufáme, že díky tomuto spojení vznikne zařízení nejen první, ale i výjimečné tím, že se na jeho koncepci, stavební i provozní, podílejí sami parkinsonici.

25. března schválilo zastupitelstvo Středočeského kraje zařazení DOMOVA LABE do sítě poskytovatelů sociálních služeb. Ač to tak nezní, je to významná informace. Znamená totiž, že v Obříství u Mělníka vznikne první pobytové zařízení sociálních služeb pro mladé parkinsoniky v České republice. Velmi si ceníme i toho, že náš projekt podporuje a po zahájení provozu bude jeho odborným garantem prof. MUDr. Robert JECH, Ph.D. přednosta Neurologické kliniky 1. LF VFN a UK. Tím získají naši klienti přístup k informacím o nejnovějších možnostech léčby a my možnost proškolit zdravotnický personál na špičkovém pracovišti.

Kolik klientů DOMOV LABE pojme, jaký bude a kdy zahájí provoz?

Půjde-li všechno, jak má, zahájíme provoz na podzim příštího roku. DOMOV LABE poskytne útočiště 18 klientům s Parkinsonovou nemocí bez podmínky dosažení důchodového věku. Momentálně čekáme na udělení stavebního povolení.

Rozhodli jsme se vybudovat zařízení, které by co nejvíc zachovávalo pocit domácího prostředí. Každý klient bude mít svou ubytovací jednotku o velikosti 30 m². Samozřejmě s vlastním



bezbariérovým sociálním zařízením a s kuchyňskou linkou. Všechny pokoje budou klimatizované. Budou mít přímý přístup buď do zahrady, nebo na terasu. Zařízení bude záměrně malé, řídíme se základní ideou, že budujeme domov, nikoli nemocnici.

Přejeme si, aby obyvatelé DOMOVA LABE měli možnost žít tak samostatně, jak jim jejich zdravotní stav umožní, a přitom měli absolutní pocit zázemí, bezpečí a podpory zdravotnického a pečovatelského personálu.

Detaily interiéru i provozu konzultujeme průběžně s patientskou organizací

Parkinson-Help. Bez této spolupráce by DOMOV LABE nebyl tím, čím bude. Zdravý člověk se nemůže přes veškerou svou snahu dostatečně vžít do toho, jaké obtíže přinášejí parkinsonikům běžné denní situace, pochopit různé fáze nemoci a změny psychického i fyzického stavu.

Osmnáct lůžek není mnoho...

To samozřejmě není. Potřeba pobytových zařízení tohoto typu daleko překračuje naše možnosti. Věříme však, že má smysl udělat alespoň první krok. A doufáme, že DOMOV LABE je první, ale nikoli poslední. Má potenciál stát se metodickým centrem a zdrojem

zkušeností pro další zařízení, která vzniknou, možná i pro další, která vybudujeme my.

Děkuji vám za informace a přeji do budoucna, aby tato první vlaštovka přinesla s nadějí i další možnosti pro budování podobných velmi potřebných zařízení. ■

Další informace je možné získat zde:

Občanské zdravotně sociální sdružení Medikum, z.s.,
Lenka Beránková
lenka@medikum.cz
+420 728 032 629

ČESKÝ PARAHOKEJ: INSPIRACE A ODVAHA NA LEDĚ!

Parahokej, dřív známý jako sledge hokej, je dynamický a napínavý sport, který přináší radost a nadšení hráčům s tělesným postižením. V České republice se stal důležitou součástí sportovního a společenského života, poskytující inspiraci nejen hráčům, ale i fanouškům po celé zemi.

Historie a vývoj parahokeje v Česku

Parahokej má své kořeny ve Švédsku, kde byl poprvé představen v roce 1961, aby lidem s tělesným postižením poskytl příležitost užít si lední hokej. Do České republiky se dostal v polovině 90. let a rychle si získal popularitu. První český parahokejový tým byl založen v roce 1999. Od té doby se parahokej v Česku neustále rozvíjí a rozšiřuje, v současné době u nás existuje několik týmů. Kromě HC Sparta Praha se prosadily například týmy SKV Sharks Karlovy Vary nebo SHK LAPP Zlín.

Pravidla a specifika hry

Parahokej se hraje na ledové ploše s použitím speciálních saní, které umožňují hráčům s různými typy tělesného postižení pohybovat se po ledě. Hráči používají dvě krátké hole, které mají na jednom konci čepele pro manipulaci s pukem a na druhém konci hroty pro odrážení od ledu. Hra je rychlá, fyzicky náročná a vyžaduje skvělou koordinaci a strategické myšlení.

PARAHOCKEY.CZ

OFICIÁLNÍ WEB ČESKÉHO PARA HOKEJE



Herní pravidla jsou obdobná jako u klasického ledního hokeje, ale s několika úpravami pro potřeby hráčů se zdravotním postižením. Zápas se na mezinárodní úrovni hraje na tři patnáctiminutové třetiny s patnáctiminutovými přestávkami mezi nimi, v české lize s jednou třiminutovou a s jednou patnáctiminutovou přestávkou. Tým se skládá minimálně ze šesti hráčů včetně brankáře, maximální počet

hráčů v týmu může být patnáct plus dva brankáři. Výstroj hráčů je přizpůsobena pro jejich ochranu, přičemž saně jsou vyrobeny z lehkých, ale odolných materiálů.

Úspěchy české reprezentace

Český parahokejový tým patří ke světové špičce. Pravidelně se účastní významných mezinárodních turnajů jako mistrovství světa a paralympijské hry.



Dosáhl několika významných úspěchů včetně bronzové medaile na mistrovství světa v letech 2023 a 2024. Tento úspěch byl výsledkem tvrdé práce, odhodlání a talentu českých hráčů. Od roku 2010 se český tým účastnil všech paralympijských her, v roce 2010 v kanadském Vancouveru, kde se umístil na pátém místě, v roce 2014 v ruském Soči, kde obsadil rovněž páté místo, v roce 2018 se kvalifikoval na zimní paralympijské hry v Pchjongčchangu, kde skončil na šestém místě, a v roce 2022 na zimní paralympijské hry v Pekingu, kde byli naši parahokejisté také šestí.

Vliv na společnost

Parahokej má v České republice obrovský dopad na společnost. Pomáhá zvyšovat povědomí o schopnostech a možnostech lidí se zdravotním postižením a podporuje inkluzi a rovnost ve sportu. Parahokejové zápasy přitahují fanoušky všech věkových kategorií, kteří obdivují odvahu a dovednosti hráčů na ledě. Tento sport také dodává hráčům smysl pro komunitu a sebeúctu, což je nesmírně důležité pro jejich osobní a profesní život. ➔

MS V PARAHOKEJI 2024 - CALGARY

NOMINACE

BRANKÁŘI

MARTIN KUDELA (FLAMINGOS OSTRAVA)

MICHAL VÁPENKA (SPARTA PARAHOKEJ)

OBRÁNCI

PAVEL KUBEŠ (SHK MUSTANGOVÉ PARDUBICE)

PAVEL DOLEŽAL (SHK MUSTANGOVÉ PARDUBICE)

RADEK ZELINKA (SKV SHARKS KARLOVY VARY)

KAREL WÄGNER (SKV SHARKS KARLOVY VARY)

DAVID VRUBEL (FLAMINGOS OSTRAVA)

ALEX OHAR (SPARTA PARAHOKEJ)

ÚTOČNÍCI

MICHAL GEIER (SKV SHARKS KARLOVY VARY)

ZDENĚK HÁBL (SHK LAPP ZLÍN)

DAVID PALÁT (FLAMINGOS OSTRAVA)

MIROSLAV NOVOTNÝ (SPARTA PARAHOKEJ)

VÁCLAV HEČKO (FLAMINGOS OSTRAVA)

FILIP VESELÝ (SKV SHARKS KARLOVY VARY)

MARTIN ŽIŽLAVSKÝ (SOHO OLOMOUČTI KOHOUTI)

LUKÁŠ KAPKO (SPARTA PARAHOKEJ)

PATRIK SEDLÁČEK (SKV SHARKS KARLOVY VARY)

TRENÉŘI:

JAKUB NOVOTNÝ

JIRÍ BŘÍZA

JAN SZTURC





Hráči parahokeje často zažívají zlepšení fyzické kondice, psychické odolnosti a sociálních dovedností. Sport jim umožňuje překonávat bariéry a překážky, čímž přispívá k jejich celkovému rozvoji a k jejich integraci do společnosti. Mimo to parahokej funguje jako platforma pro šíření povědomí o problémech a potřebách lidí se zdravotním postižením, čímž podporuje inkluzivní přístup ve všech oblastech života.

padá velmi slibně. Zapojuje se stále víc mladých lidí, a to jak na amatérské, tak na profesionální úrovni. Parahockey.cz spolu s Českým svazem ledního hokeje a s Českou parahokejovou asociací neustále pracují na podpoře a rozvoji parahokeje, zajišťují financování a tréninkové možnosti a organizují soutěže. Cílem je nejen udržet vysokou úroveň sportovních výkonů, ale také rozšiřovat tento skvělý sport mezi širší veřejnost.

parahokeje v Česku. Výstavba specializovaných tréninkových zařízení, podpora trenérů a rozšiřování klubů po celé zemi jsou kroky, které pomohou zvýšit dostupnost tohoto sportu pro širší okruh lidí. Kromě toho je důležité pokračovat ve vzdělávacích a v osvětových aktivitách, které pomohou změnit postoj společnosti k lidem se zdravotním postižením.

Parahokej je víc než jen sport; je to inspirace, důkaz odvahy a toho, že i přes fyzická omezení lze dosáhnout neuvěřitelných výkonů. Český parahokejový tým je toho živoucím dokladem a jeho úspěchy přinášejí hrdost celé zemi. Společným úsilím můžeme zajistit, aby parahokej nadále prosperoval a aby přinášel radost a inspiraci dalším generacím. Pokud byste si chtěli tento sport vyzkoušet nebo znáte někoho, kdo by se s ním rád seznámil, ozvěte se na email talent@parahockey.cz. Všichni jste zváni do saní.

Budoucnost parahokeje v Česku

Budoucnost českého parahokeje vy-

Investice do infrastruktury a do vybavení jsou klíčové pro další rozvoj

Autor je reprezentačním trenérem parahokeje. ■

HLEDÁME NOVÉ TALENTY!

ROZVOJOVÝ KEMP PARAHOKEJE

PŘIJĎTE SI VYZKOUŠET PARAHOKEJ S PROFESIONÁLY A PŘIDEJTE SE K NÁM DO TÝMU! VEŠKERÉ VYBAVENÍ ZAPŮJČÍME.

OZVI SE [TALENT@PARAHOCKEY.CZ](mailto:talent@parahockey.cz)

PARAHOCKEY.CZ


BERNARD
Pivo



NÁVŠTĚVNICKÉ CENTRUM BERNARD

**PIVO PŘÍMO Z PIVOVARU
SKVĚLÁ KUCHYNĚ VE STYLOVÉ PIVNICI NA ŠTOKÁCH
PROHLÍDKY PIVOVARU PRO SKUPINY I JEDNOTLIVCE
FIREMNÍ A SPOLEČENSKÉ AKCE
ROZHLEDNA NA PIVOVARSKÉM KOMÍNĚ
ZÁŽITEK NA DOSAH RUKY**

www.navstivtebernard.cz
Návštěvníké centrum Bernard, Jihlavská 1820, Humpolec



NEVIDĚT NEBO NESLYŠET NIKTERAK NEBRÁNÍ VĚNOVAT SE NA VYSOKÉ ÚROVNI KRÁLOVSKÉ HŘE

Úvodem na vysvětlenou: poslední dvě slova v titulku znamenají šachy neboli šach (z perského šáh – panovník). Celosvětově všemi věkovými kategoriemi oblíbená desková hra pro dvě osoby vznikla z perské hry s názvem šatrandž. V současnosti se považuje také za sportovní odvětví, ve kterém hraje rozhodující roli přemýšlení a kombinování – pro tento článek to ovšem není podstatné. Jak už napovídá jeho název, chce čtenáře seznámit s faktem, že mezi vynikajícími šachisty je množství hráčů se zrakovým či sluchovým postižením. Ale ke stolům s deskou se 64 bílými/světlými a černými/tmavými políčky usedají samozřejmě také lidé s tělesným handicapem.

Šachy a nevidomé osoby

Na území naší republiky je organizuje Český svaz zrakově postižených sportovců, řízením pověřil sportovní komisi šachu. Vrcholným mezinárodním orgánem je Mezinárodní šachová organizace nevidomých šachistů (International Braille Chess Association, IBCA) se 74 členskými zeměmi ze všech světadílů, významné slovo má i Mezinárodní organizace nevidomých sportovců (International Blind Sports Federation, IBSF).

Šachovnice a figurky pro nevidomé hráče



K paralympijským sportům dosud nepatří, ale „velkých“ soutěží existuje hodně, a to pro šachisty i šachistky dospělého i dětského věku. Každý čtvrtý rok se pořádají mistrovství světa mužů i žen, juniorské šampionáty se konají dokonce po dvou letech. Čtyřletou periodicitu má šachová olympiáda čtyřčlenných družstev, prvních dvanáct týmů má vždy právo za dva roky bojovat o Světový pohár. Četné turnaje jednotlivců i družstev pochopitelně pořádají i členové IBCA – letos se od 15. do 25. června v rumunském městě Ploesti (Ploješť) uskutečnilo mistrovství Evropy jednotlivců.

Pravidla jsou shodná s pravidly pro praktický šach Mezinárodní federace šachu (Fédération Internationale des

Échecs, FIDE). Vzhledem k handicapu hráčů ovšem obsahují určité nutné úpravy, které uvádí příloha D aktuálních pravidel platných od 1. ledna 2023 (kompletní znění přináší web Šachového svazu České republiky www.chess.cz/sachovy-svaz-cr/legislativa/). Protože platí i pro vidící šachisty, mohou se nevidomí zúčastňovat v podstatě všech turnajů kdekoli na světě.

Zásadní rozdíl mezi normální a „slepeckou“ šachovnicí představují otvory ve všech políčkách – zasouvají se do nich figury s kolíky. Světlá políčka jsou kvůli rozeznání od tmavých zapuštěna asi tři až čtyři milimetry hlouběji do šachovnice. K odlišení barvy figur je na černých umístěn kovový špendlík, případně podobné jasné označení.

Na rozdíl od běžných partií, při kterých se nemluví, se každý tah musí hlásit: sloupce se označují jmény Anna, Bela, Cezar, David, Eva, Felix, Gustav, Hektor, řady – nerozhodne-li rozhodčí jinak – německými číslicemi eins až acht. „Dotknuto – taženo“ v tomto případě znamená provést tah (pokud není v rozporu s pravidly) figurou vyjmutou z příslušného otvoru. Zrakově handicapovaní šachisté mohou použí-

vat hodiny, které jim hlásí čas a počet tahů. Další možností jsou analogové šachové hodiny s vyztuženými ručičkami, každých pět minut označuje jeden a každých patnáct dva vyvýšené body, praporek je upravený tak, aby hráč mohl v posledních pěti minutách dobře nahmátnout velkou ručičku. Nevidomý šachista může při partii používat pomocníka, musí ho mít pouze při hře s neslyšícím soupeřem.

Z dostupných historických podkladů vyplývá, že právě před sto lety v českých zemích poprvé vyšel časopis pro slabozraké a nevidomé Zora nynější Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých s rubrikou Šachový koutek – existovala ale jen tři roky. Pokračující zájem o šachy ovšem redakci donutil zařadit od roku 1935 jako přílohu samostatný časopis Šachová příloha. Tu po delším čase čekalo také zrušení, ovšem po nějakém čase se ve jmenovaném časopise začala objevovat stránka šachových úloh, což trvá doposud.

Obliba královské hry mezi nevidomými se odrazila i v zakládání šachových klubů. V roce 1929 založili klienti Klárova ústavu v Praze klub Stela, v roce 1936 vznikl Klub nevidomých šachistů v Deylově ústavu pro slepé, další byl například v Ústavu pro nevidomé v Brně.

První celostátní šachový turnaj odehráli nevidomí šachisté v roce 1950 v rekreačním středisku Svazu invalidů v Hodoníně u Kunštátu na Blanensku. Tři roky po svém založení, tedy v roce 1961, uspořádala IBCA v tehdejší NDR premiérovou olympiádu družstev, první mistrovství světa jednotlivců se konalo v roce 1966 v NSR.

Velkou postavou tuzemského šachu nevidomých byl vystudovaný právník

Jaromír Florian (1911–1984) z Brna, který začal hrát šachy závodně ve věku šestnácti let. Za svoji dlouholetou kariéru zaznamenal četné úspěchy na domácích i zahraničních šachovnicích – mimo jiné byl v letech 1966 až 1982 šestnáctinásobným přeborníkem Československa a na mistrovství světa v NSR v roce 1975 získal stříbrnou medaili. V roce 1989 ho dokonce autoři Malé encyklopedie šachu zařadili mezi encyklopedická hesla.

Podrobnější informace o této šachové „odručď“ uvádí oficiální web IBCA <https://ibca-info.org>.

Šachy a neslyšící osoby

Z mezinárodního pohledu řídí boje šachistů se sluchovým handicapem Mezinárodní organizace šachu neslyšících (International Chess Committee of the Deaf, ICCD, původně International Committee of Silent Chess, ICSC), která čítá 52 členských států včetně naší republiky a několik individuálních členů. Spoluorganizuje mistrovství Evropy neslyšících i různé další soutěže našeho kontinentu. Ke sportům, které spadají do kompetence Mezinárodního výboru sportu neslyšících (The International Committee of Sports for the Deaf, ICSD), patří i šachy – počínaje rokem 2019 jsou součástí zimní deaflympiády, hrají se takzvané bleskovky jednotlivců (každý hráč má většinou 5 minut na partii) a týmové soutěže. Neslyšící hráči se navíc mohou zúčastnit šachové olympiády FIDE – pozvánku totiž vždy obdrží jako jeden tým vybraní nejlepší neslyšící šachisté z celého světa, v těchto výběrech měla několikrát zástupce také naše republika.

U nás sice v rámci Českého svazu neslyšících sportovců existují sportovní kluby, ve kterých jsou i šachisté, většinou jsou ale členy „normálních“ šachových oddílů.

Polsko, pořadatelská země prvního mistrovství světa v šachu neslyšících, vydalo při této příležitosti také poštovní známky.



Zmiňovaná Malá encyklopedie šachu uvádí jako osobnost Mojmira Švábenského z Brna: žil v letech 1924 až 2002 a měl rozhodující vliv na rozvoj šachu neslyšících v Československu. Tohoto absolventa filozofické fakulty, povoláním historika a archiváře, naučil šachy otec „až“ ve věku 17 let. Ve své velice úspěšně dlouholeté kariéře získal v roce 1962 titul mezinárodního velmistra ICSC, třikrát (1956 Zakopané, 1965 Malmö a 1968 Budapešť) byl mistrem světa neslyšících jednotlivců, ve švédském Leksandu byl v roce 1966 jedním ze čtyř členů vítězného družstva. Zároveň vykonával významné posty v ICSC – v mezidobí 1956–1964 byl místopředsedou, poté do roku 1976 generálním sekretářem a k tomu ještě redaktorem časopisu Mitteilungsblatt. V roce 1976 se stal prvním nositelem zlaté pamětní medaile ICSC.

Další úspěšný reprezentant Jaroslav Schmid skončil bronzový v roce 1972 na mistrovství světa jednotlivců v Lipsku 1972 a o osm let později v Amsterdamu, za obdivuhodný lze bezpochyby považovat také jeho 24násobný titul přeborníka republiky.

Zájemcům poskytne více informací týkajících se šachů neslyšících web <https://chessdeaf.org>. ■

ROZŠIŘUJEME SÍŤ PODPORY: NOVÁ PORADNA V JIHLAVĚ

Jste z Jihlavy a z okolí? Máme pro vás dobrou zprávu. Otevřeli jsme ve vašem městě novou poradnu sociálního poradenství.

Jihlava má nyní ještě víc prostoru pro poskytování podpory těm, kteří ji nejvíc potřebují. Nově otevřená poradna sociálního poradenství pro osoby se zdravotním postižením je připravena být jim oporou a průvodcem.

Naše poradna nabízí nové možnosti pro ty, kteří hledají pomoc s právními otázkami, se sociální integrací a s dalšími výzvami spojenými se zdravotním postižením. Otevřené dveře tu najdou všichni, kteří touží po individuálním přístupu a po podpoře, jež jim umožní dosáhnout svých cílů a žít plnohodnotný život.

Můžete se spolehnout na profesionální a citlivé poradenství zajišťované tý-

mem našich zkušených odborníků, které vám pomůže lépe porozumět vašim právům a možnostem a zvládat každodenní výzvy, jež život se zdravotním postižením přináší, s větší jistotou a s větším sebevědomím.

Přijďte navštívit naši novou poradnu a dejte nám příležitost být vašim partnerem na cestě k lepšímu zítřku. Jsme tu pro vás! ■



Kde nás najdete:

Poradna Národní rady osob se zdravotním postižením ČR v Jihlavě

Havlíčková 5719/46

586 01 Jihlava

Tel.: 777 572 365

E-mail: poradnajihlava@nrzp.cz

Konzultační hodiny

Ambulantní služba:

Po, St 9.00–12.00, 13.00–15.00

Čt 9.00–12.00

Terénní služba:

Po, St 12.30–14.30

Ostatní dny na objednání

Dále jsme aktualizovali adresy poboček v Českých Budějovicích a Liberci.

Poradna NRZP ČR v Českých Budějovicích

Lannova tř. 205/16, 370 04, České Budějovice

Tel.: 383 134 006, 736 751 209

E-mail: poradnacb@nrzp.cz,

poradnacb2@nrzp.cz, poradnacb3@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Liberci

Voroněžská 1329/13, 460 01 Liberec

Tel.: 731 504 057

E-mail: poradnaliberec@nrzp.cz

Ostatní poradny zůstávají na svých původních místech a jsou stále plně k dispozici.

Poradna NRZP ČR v Praze

Partyzánská 1/7, 170 00 Praha 7

Tel.: 266 753 427, 266 753 422

E-mail: poradnanrzp@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Brně

Cejl 892/32, 602 00 Brno

Tel.: 542 214 110, 542 214 111, 736 751 214

E-mail: poradnabrno@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Ostravě

30. dubna 2944/1, 702 00 Ostrava

Tel.: 596 110 282, 736 751 206

E-mail: poradnaostrava@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Olomouci

Slovenská 594/5, 779 00 Olomouc

Tel.: 585 242 865, 736 751 210

E-mail: poradnaolomouc@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Pardubicích

K Blahobytu 1763, 530 02 Pardubice

Tel.: 466 952 423, 736 751 217

E-mail: poradnapardubice@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Plzni

nám. Republiky 202/28, 301 00 Plzeň

Tel.: 377 224 879, 736 751 204

E-mail: poradnaplzen@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR v Otrokovicích

Tř. Osvobození 1388, 765 02 Otrokovice

Tel.: 739 577 168

E-mail: poradnaotrokovice@nrzp.cz

Poradna NRZP ČR ve Slaném

Fričova 199, 274 01 Slaný

Tel.: 605 918 252

E-mail: poradnaslaný@nrzp.cz



LÉTO V CHLÁDKU

Nejlepší přírodní stín při pobytu na zahradě či na terase poskytují stromy. Tam, kde nejsou, nám dobrou službu udělají markýzy, pergoly a sluneční plachty i starý dobrý slunečník. Do bytu vniká nejvíc tepla okny. Jaké jsou možnosti jejich stínění a na co se zaměřit při výběru?

V hlavní roli příroda

Pokud máte na pozemku vzrostlé stromy či keře, jste ve výhodě. Rostliny nejen stíní a zlepšují mikroklima, ale díky své bujné zeleni a barevným vonným květům jsou zároveň i potěchou pro naše smysly. Zelené stínění je možné si pořídit i na terasu nebo na balkon v podobě vyšší dřevěné zástěny, kterou necháte porůst pnoucími rostlinami.

Slunečník, nebo stan?

V oblasti stínění je nestárnoucí klasikou slunečník. Dá se umístit prakticky kdekoli, a když slunce nesvítí, jednoduše ho sklapnete. Jediným omezením je v podstatě jeho velikost – nezastíní celou terasu a často ani celý velký zahradní stůl. Variabilnější použití umož-

ňují naklápěcí slunečníky, které si nastavíte podle pohybu slunce po obloze. Party stany jsou oblíbenou možností hlavně tam, kde se počítá s větším počtem lidí. Existují typy, které se dají uzavřít ze stran, poskytují tak ochranu nejen před sluncem, ale i před větrem a deštěm.

Závěsy a paravány

Posezení s nádechem Orientu na terase, ale i na zahradě si můžete improvizovaně vytvořit také pomocí závěsů a paravánů, které poskytují příjemný stín, neochrání ale před větrem a před deštěm. K tomu je zapotřebí pevnější překážky. Na straně terasy, odkud nejvíc fouká, můžete postavit zídku. Zajistíte si tím také, že vítr nebudou na terasu zanášet listy ze zahra-

dy. Instalací skleněných zástěn, které ovšem vyjdou draž, lze přeměnit zastřešenou terasu ve skutečnou zimní zahradu využitelnou celoročně, nejen v létě.

Jak vybrat markýzu

Venkovní markýzu vybírejte takovou, jejíž látka bude odolná vůči povětrnostním vlivům. Tento požadavek splňují kazetové markýzy, které jsou ukryté v elegantním designovém boxu. Na trhu jsou typy kazetových markýz s motorovým pohonem, které se dají doplnit o sluneční, větrné nebo ořesové čidlo. Při výběru látky je vhodné zaměřit se spíše na světlé barvy, které dostatečně zastíní, ale nezatemní, takže ponechají terase vzdušný, letně prosvětlený vzhled.

Pergolu zastíňte i z boku

Pobývat celé léto venku na čerstvém vzduchu bez ohledu na rozmarný počasí umožňuje zahradní pergola. Může buď navazovat na dům, nebo tvořit samostatnou zahradní stavbu. Současný trend představují hliníkové pergoly, které jsou oproti dřevěným nenáročné na údržbu. Aby pergola poskytovala ochranu před sluncem a větrem i ze stran, lze ji doplnit o boční clony.

Napnout plachtu!

Terasa mezi dvěma částmi domu přímo vybízí k zastínění pomocí sluneční plachty. Plachta umístěná souběžně s domem se sklonem směrem do zahrady zajistí kromě stínu také ochranu před deštěm. Sluneční plachta je praktická i kvůli snadné údržbě – dá se uvolnit z napínacího lana a vyprat. Velkou terasu je možné rozdělit na několik dílčích ploch a zastínit je jednotlivě. Pro takové případy se nabízí dřevěná konstrukce, která zajistí překrývání šikmo umístěných stínících plachet, a tím i ochranu před deštěm. K zastínění větších ploch se hodí čtyřúhelníkové plachty, zatímto trojúhel-

níkové jsou ideální na menší terasu nebo jako doplněk ke slunečníku. Na zakázku se zhotovují i jiné tvary, například kosočtverec.

Záleží na materiálu

K zastínění terasy nebo zahrady je možné použít trojúhelníkové nebo čtvercové sluneční plachty z polyesterové tkaniny s ochranou před deštěm nebo z robustní HDPE tkaniny bez ochrany před deštěm. Impregnace teflonem nebo jinými materiály zajišťuje odolnost vůči ušpinění. Žádoucí je také vysoká odolnost vůči UV záření. Sluneční plachty se v poslední době vyrábějí stále častěji také z propustné síťoviny. Tím, že tento materiál propouští vítr a déšť, se snižuje zátěž na upínací prvky a na plachtu samotnou. Na druhou stranu tyto plachty propouštějí také víc slunečního světla a UV záření. Bez ohledu na typ použité tkaniny by mělo být zpracování co nejkvalitnější, hlavně na okrajích a v místech uchycení by měly být zdvojené švy a pevné lemy. Kovové součástky by měly být z nerezové oceli. Plachta pak může být bez problémů venku celou sezónu.

Snadná instalace

Instalace plachty je velice rychlá, pokud je možné její uchycení na domě, na garáži, na zahradním domku nebo na stromě. Chybějící montážní bod nahradí montážní tyč nebo bytelnější hliníkový sloupek. Pratelné stínící plachty se dodávají včetně příslušenství a trvale elastických napínacích lan. Ovládají se manuálně nebo motorovým pohonem doplněným o větrné a dešťové čidlo, můžete je tedy naklápět podle toho, odkud právě svítí slunce.

Ukotvení plachty

Aby sluneční plachta dostatečně stínila, je potřeba předem uvážit, jak během dne sluneční paprsky dopadají na terasu či na zahradu. Podle toho je pak potřeba vybrat plachtu vhodné velikosti. Měla by na všech stranách o kus přesahovat plochu, kterou má chránit před sluncem. Jen tak bude dostatečně stínit i při změnách polohy slunce; je pevně ukotvená, a proto se snadno nepřemístí podle potřeby jako slunečník. Musíte počítat se spádem 30 stupňů, proto je potřeba ji ukotvit například na fasádě dostatečně vysoko, aby na protější straně, například na přechodu mezi terasou a zahradou, nevisela příliš nízko a nebránila volnému pohybu. Sklon plachty zabraňuje hromadění dešťové vody, která zatěžuje uchycení a navíc může způsobit trvalé vyboulení tkaniny. Platí tedy zásada ukotvit jeden roh plachty níž než ostatní, aby dešťová voda mohla volně stékat.



Čtvercové nebo trojúhelníkové sluneční plachty Ingenua s důmyslným upínacím systémem jsou k dostání v 10 barvách.

Čím zastínit okna?

Když se rozhodujete mezi závěsy, žaluziemi, roletami a dalšími variantami vnitřního stínění, vybírejte podle zařízení domácnosti, ale i podle orientace →

oken. Okna orientovaná na jih a na západ potřebují větší stínění než ta obrácená na sever. Roli hraje i způsob ovládání stínících prvků – to, zda dáte přednost ovládání ručnímu, nebo elektrickému, které ocení zejména senioři a osoby s pohybovými omezeními. Na výběr je i ovládání přes chytrý telefon. Pohodlné ovládání nejen žaluzií a rolet, ale i brány, topení, osvětlení, alarmu a dalšího vybavení domácnosti pro větší pohodlí, bezpečnost a úsporu energií nabízí TaHoma® společnosti Somfy.

Závěsy

Vsadíte-li na klasiku a pořídíte si látkové závěsy, můžete využít různé textilní materiály, hladké i strukturované, a vyhrát si s barvami a se vzory, abyste dosáhli požadované míry zastínění a zároveň vytvořili příjemnou atmosféru. Jinak bude stínit těžký samet a jinak lehká poloprůsvitná látka. Záleží i na způsobu zavěšení a našasení látky.

Žaluzie

Hliníkové jsou odolné a snadno se udržují, dřevěné či bambusové dodají interiéru přírodní ráz, látkové ho

zútulní. Žaluzie jsou praktické, nastavení lamel umožňuje dobře filtrovat procházející světlo. Nabízejí se v různých barvách a v rozměrech odpovídajících běžným velikostem oken. Jednoduše se ovládají pomocí bočního řetízku.

TIP:

Fukčním a zároveň dekorativním interiérovým prvkem jsou vertikální látkové žaluzie.

Plisé

Oblíbenou variantu stínění představují plisé žaluzie. Jde o látku poskládanou do harmoniky, jejíž stahování a roztažení vytváří samo o sobě zajímavé efekty. Plisé žaluzie se montují přímo na okenní křídlo nebo na dveře a jsou vhodné i k zastínění atypických oken a skleněných ploch včetně kruhových, půlkruhových, lichoběžníkových a podobně, a také šikmých střešních oken. Ovládat se dají manuálně pomocí madla, řetízku či šňůrky, kliky nebo ovládací tyče, případně pomocí motorového pohonu s dálkovým ovládním. Snadno se montují i demontují, například při mytí oken.

Zatemňovací závěsy Hilleborg se hodí do ložnice. (IKEA)



TIP:

Plisé žaluzie existují i v papírovém provedení. Dají se nejen vytahovat zdola, ale také stahovat shora, takže zastíní přesně tu část okna, kterou potřebujete.

Rolety

Látkové rolety mohou mít konstrukci i ovládací řetězky z odolného plastu, případně z kovu. Připevňují se klasicky do rámu okna, na stěnu nebo na strop, nabízí se ale i varianta bez vrtání – upevnění rolety pomocí nasazovacích úchytů na rám okna. Rolety z látek se speciální povrchovou úpravou výrazně lépe odrážejí sluneční paprsky.

TIP:

Variantou vhodnou do ložnice je látková roleta den/noc zhotovená ze střídajících se pruhů látky s různou propustností světla. Můžete tak místnost buď úplně zastínit, nebo roletu použít místo záclony.

Římské rolety

Zatímco běžné rolety jsou tvořeny jednou vrstvou napnuté látky, která se navíjí nebo rozvíjí, látka římských rolet je navrstvená a pomocí dekorativních stužek se snadno nastaví do požadované výšky oken. Vzniká přitom

Výhodou rolet je jejich univerzálnost a snadné ovládání. IKEA



ozdobné pravidelné skládání či řasení. Římská roleta z tenčí tkaniny propouští víc rozptýleného světla podobně jako záclona, ta zhotovená z pevnější tkaniny umožňuje větší zatemnění místnosti.

TIP:

Výhodou římských rolet je jednoduchá údržba. Látku připevňovanou k hornímu hliníkovému rámu snadno sundáte a vyperete.

Japonské stěny

Variabilní japonské stěny jsou zajímavým řešením pro zastínění velkých oken moderních interiérů. Skládají se z posuvných látkových panelů, které můžete přesouvat tam, kam právě potřebujete. Můžou sloužit i jako pohyblivé dělicí stěny, potřebujete-li například oddělit prostor na spaní od obývací zóny. Velké vzory a výrazné barvy navíc pomůžou velkou místnost opticky zmenšit.

Převzato z časopisu Praktik, který najdete v elektronické podobě na www.casopispresinternet.cz. ■



Příčně pruhované rolety místnost opticky rozšíří. ISOTRA



DOMÁCÍ MÁTOVÉ MOJITO

V čase letního slunovratu nám příroda i naše zahrádky nabízejí tu největší pestrost a hojnost. Všechno kvete a objevují se první zahradní i lesní jahody, borůvky, plody muchovníku či zimolezu kamčatského. V tomto krásném období si můžeme i doma připravit oblíbený osvěžující nápoj – mojito. Můžeme k tomu použít mátu kupovanou či z vlastní zahrádky, ale také divokou mátu nasbíranou v přírodě. Její chuť a vůně je nezaměnitelná, proto ji i v přírodě snadno poznáme.

Mojito z divoké máty

Pro 2 osoby potřebujeme: menší svazek máty, 2 panáky bílého rumu, 1 limetku nebo bio citron, 2 lžičky hnědého cukru, led

V přírodě roste řada druhů divokých mát, které mohou mít více či méně

příjemné aroma. Já nejraději sbírám mátu vodní. Použít můžeme samozřejmě i mátu ze zahrádky, tady dávám přednost jemné chuti máty kadeřavé.

Mátu omyjeme a lístečky natrháme. Připravíme si vyšší sklenice, do kterých vložíme lístky a zasypeme každou porci lžičí hnědého cukru. Směs v každé sklenici podrtíme paličkou z hmoždíře nebo třeba jen obráceným koncem vařečky. Limetky důkladně omyjeme, nakrájíme na kousky a do každé sklenice vložíme půlku limetky. Směs znovu trochu rozmačkáme a do každé sklenice nalijeme panáka (40 ml) rumu. Doplníme ledem, a pokud nechceme mít nápoj příliš silný, dolijeme perlivou vodou. Ozdobíme snítkou máty.

Nealkoholické mojito s jahodami

Pro 2 osoby potřebujeme: menší sva-

zek máty, 8 jahod, 1 limetku nebo bio citron, 2 lžičky hnědého cukru, led

Stejně jako v předchozím receptu můžeme použít divokou mátu z přírody nebo některou z odrůd zahradních mát. Také jahody můžeme použít zahradní i lesní. Lesní jahody dodají nápoji výraznou chuť i vůni.

Omyté a natrhané lístečky ve vyšší sklenici zasypeme lžičí hnědého cukru a podrtíme. Jahody omyjeme a pokrájíme na kousky. Limetky důkladně omyjeme, nakrájíme na kousky a do každé sklenice vložíme půlku pokrájené limetky. Směs znovu trochu rozmačkáme, přidáme jahody a také je lehce podrtíme, aby pustily šťávu. Doplníme ledem a sklenici dolijeme perlivou vodou. Ozdobíme snítkou máty a jahodou. ■

PODPORA REGIONŮ - ZAJIŠTĚNÍ INFORMOVANOSTI A OBHAJOBA PRÁV OZP

Iv letošním roce podpořila nadace ČEZ projekt „Podpora regionů – Zajištění informovanosti a obhajoba práv OZP včetně administrativních a provozních nákladů“. Tento projekt, jak napovídá název, má za cíl zajištění informovanosti a obhajobu práv osob se zdravotním postižením. Smyslem je podpořit zvýšení povědomí o limitech a omezeních osob se zdravotním postižením. Národní rada osob se zdravotním postižením ČR mimo jiné propojuje profesionály s pedagogickými pracovníky škol a společným úsilím prohlubuje znalosti a dovednosti pedagogických pracovníků, čímž napomáhá ke snazšímu začlenění, tedy k inkluzi OZP. Takový přístup předchází diskriminaci dětí se vzácným onemocněním v přístupu ke vzdělání a umožňuje těmto dětem vzdělávání v běžných školách.



NADACE ČEZ

Zároveň nadace ČEZ podpořila profesionální rozvoj a technická zařízení pro naše pracovníky v rámci registrovaných sociálních služeb. Díky této podpoře naši poradci mají částečně obnovenou výpočetní techniku a zároveň mohli absolvovat různá profesní školení, která vedou k jejich větší erudovanosti. ■



PUBLIKACE, KTERÁ MŮŽE POSLOUŽIT JAKO KRABIČKA POSLEDNÍ ZÁCHRANY

Zdaleka ne každý novinář a televizní či rozhlasový redaktor nebo reportér si je i v současnosti zcela jistý v kramflecích, musí-li kvůli psaní článku, natáčení rozhovoru, reportáže a podobně komunikovat s lidmi s různým typem i stupněm zdravotního postižení.

Proto sepsala a v roce 2020 vydala tehdejší zástupkyně ombudsmana Monika Šimůnková (ve své zodpovědné funkci působila od prosince 2019 do srpna 2022) 26stránkovou publikaci s názvem *Jak mluvit a psát o lidech a s lidmi s postižením*. Tato příručka má tedy napomoci při odpovědi na otázku, jak důstojně a s respektem hovořit s příslušníky uvedené komunity.

Důvod je nabíledni – sdělovací prostředky mají při ovlivňování čtenářstva a posluchačstva rozhodující roli. Svým vyjádřením to ostatně výmluvně potvrzuje také autorka manuálu: „Média výrazně ovlivňují postoje a chování lidí. Představují určitý vzor, a jejich role při kultivaci společnosti je tedy nezastupitelná. Věřím, že pokud si nejen novináři osvojí námi navrhovaný způsob prezentace lidí s postižením, přirozeně tím ovlivní i pohled celé veřejnosti na

tuto skupinu lidí. V každé situaci by ale novináři měli mít na paměti jednu zásadu: Lidé s postižením jsou... (tajenka v označených políčkách spojených hřebenevk).“

Zmíněná publikace ale zdůrazňuje potřebu věnovat stejnou důležitost také přípravě před psaním či natáčením, stejně jako způsobu chování i možnému vzniku nepředvídatelných událostí, které mohou být pro zpovídanou osobu obtížně zvládnutelné.

M. Šimůnková při psaní textu těsně spolupracovala jak se speciálními pedagogy, s lingvisty a s novináři, tak se zástupci nevládních organizací, a především se samotnými lidmi s postižením.

Publikace *Jak mluvit a psát o lidech a s lidmi s postižením* je na webu Kanceláře veřejného ochránce práv stále k „prolistování“, a to konkrétně zde: www.ochrance.cz/uploads-import/CRPD/Doporuceni/6-2020_doporuceni_media.pdf.

A proč je vlastně v titulku krabička poslední záchrany (zkráceně KPZ, „kápézetka“)? Tento terminus techni-



JAK MLUVIT A PSÁT O LIDECH A S LIDMI S POSTIŽENÍM



VEŘEJNÝ OCHRÁNCE PRÁV

2020

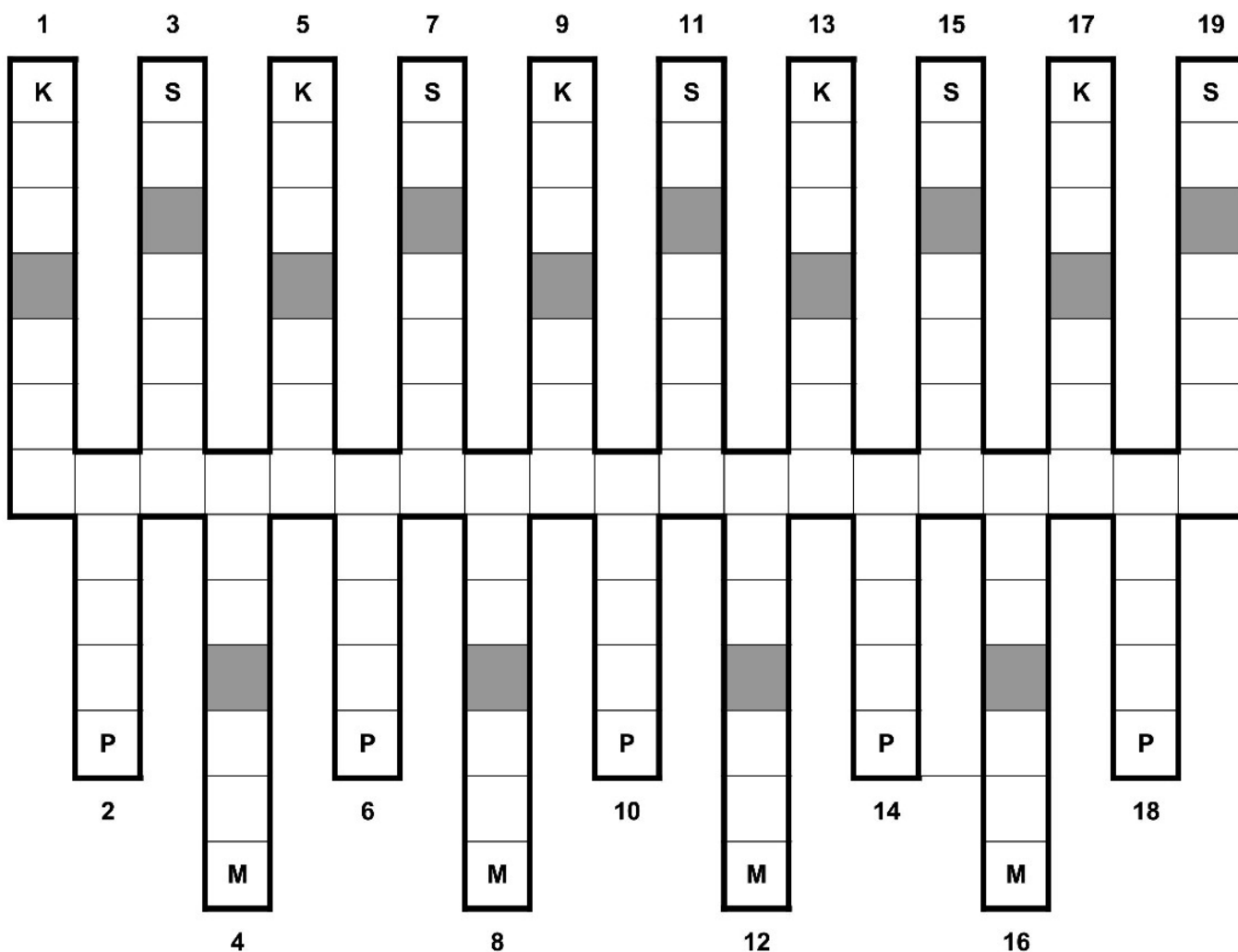
cus použil jako první Jaroslav Foglar, skautskou přezdívkou Jestřáb, v článku, který vyšel 12. října 1935 v tehdy velice oblíbeném *Mladém hlasateli*. Označil tak malou krabičku s drobnostmi, které mohou jejímu majiteli – skautovi pomoci při řešení svízelných situací. Coby synonymum se ale dá krásně použít i v jiných oblastech lidského života... ■

Vysvětlivky k luštění:

Vpisované výrazy začínají předtištěnými písmeny – v horní hřebenovce se tedy píše shora dolů, ve spodní zdola nahoru.

Horní hřebenovka: **1.** Vázanka. – **3.** Nádrže na splašky. – **5.** Čtvrtletí. – **7.** Studený vítr. – **9.** Součást nákladního železničního vozu. – **11.** Ranní jídlo. – **13.** Růst objemu těsta účinkem plynů. – **15.** Duševní neklid způsobený nesnáze-
mi. – **17.** Příborník. – **19.** Vynikající.

Dolní hřebenovka: **2.** Zbytek kmene. – **4.** Přemýšletí. – **6.** Jihoamerický indiánský přehoz. – **8.** Největší možné množství. – **10.** Sluha. – **12.** Tibetský výraz pro mumii. – **14.** Elegance. – **16.** Slovensky „manévr“. – **18.** Sebranka.
Pomůcka: klanice, mardung



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 nrzpccr@nrzp.cz.

2

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

3

Časopis vychází pětkrát ročně, bude vám zaslán 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 2024.

Osobní údaje, poskytnuté pro účely zaslání 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 námítky 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.

Nejlepší firemní časopis pro zákazníky v soutěži CZECH TOP 100.

3. číslo 2024 | 25. ročník
vychází 28. 6. 2024

YDAVATEL

NÁRODNÍ RADA OSOB SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM ČESKÉ REPUBLIKY, z. s.

Partyzánská 1/7, 170 00 Praha 7
tel.: +420 266 753 421
e-mail: nrzpccr@nrzp.cz
web: www.nrzp.cz
IČ 70856478



www.facebook.com/NRZPCR

PARTNER ČASOPISU

Úřad vlády České republiky



Projekt byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky. Výstupy projektu nerepresentují názor Úřadu vlády České republiky a Úřad vlády České republiky neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem těchto výstupů.

REDAKCE ČASOPISU:

Mgr. RADKA SVATOŠOVÁ	r.svatosova@nrzp.cz
MARCELA MÁDROVÁ	marcela.madrova@centrum.cz
Bc. ZUZANA DUFKOVÁ	z.dufkova@nrzp.cz
Mgr. PAVEL HRÍBEK	p.hribek@nrzp.cz
Mgr. VÁCLAV KRÁSA	v.krasa@nrzp.cz
Mgr. SABRINA PLISKOVÁ	sabrin.pliskova@gmail.com
BLANKA SEDLÁČKOVÁ	b.sedlackova@nrzp.cz
DANIELA THAMPY	thampy@sons.cz
JUDr. ZDENĚK ŽIŽKA	z.zizka@nrzp.cz

REDAKČNÍ RADA:

GRAFICKÁ ÚPRAVA:

JAKUB ŠENKÝŘ jsenkyr.design@gmail.com

TISK:

fronte, s. r. o., Sezemice

Vydávání povoleno Ministerstvem kultury ČR, zapsáno do evidence periodického tisku pod číslem MK ČR E 13338.

ISSN 1805-9562

NEPRODEJNÉ

Zveřejněné názory nemusejí být v souladu s míněním redakce, ručí za ně autoři článků. Příští číslo vyjde v září 2024.

Obdivujeme krásu přírody

Proto finančně podporujeme ty, kteří se věnují její záchraně. Aby se zachovalo co nejvíce ohrožených druhů i pro budoucí generace.

Pomáháme tam, kde působíme.

ČEZ. Čistá Energie Zítřka.



**ČISTÁ
ENERGIE
ZÍTŘKA**

www.cez.cz/pomahame

TŘÍDĚNÍM ELEKTRA POMÁHÁTE DVAKRÁT

- ✓ Chráníte životní prostředí
- ✓ Šetříte přírodní zdroje



Václav Krása,
předseda NRZP ČR

Najděte si vaše nejbližší sběrné místo na:

www.cervenekontejnery.cz

v České republice je jich již více než 4000 a stále přibývají další.

 **asekol**
ZE STARÉHO NOVÉ!