



**Prázdniny za rohem...**

**Okénko z poradny**

**Povídka paní Věry**

**Štafetový rozhovor #16**

**Volnočasové aktivity**



**Maková krysenka**

## Úvod-kník

*Zasukované tkaničky proběhly i přes chladnější a deštivé počasí, obsah kasiček je spočítán, výsledek bude určitě v nejbližší době zveřejněn po splnění všech náležitostí.*

*A jelikož je červen, štafetu akcí pro veřejnost v Trendu přebírá – jak jinak – Štafeta na vozíku. Dorazíte i Vy?*

*Obsahově je aktuální číslo předzvěstí okurkové sezóny a žádné relativně zajímavé a speciální články neobsahuje. Máme tu tradiční Okénko z poradny, máme tu povídku paní Věry, další štafetový rozhovor a máme tu i seznam volnočasových aktivit, kterých se můžete zúčastnit.*

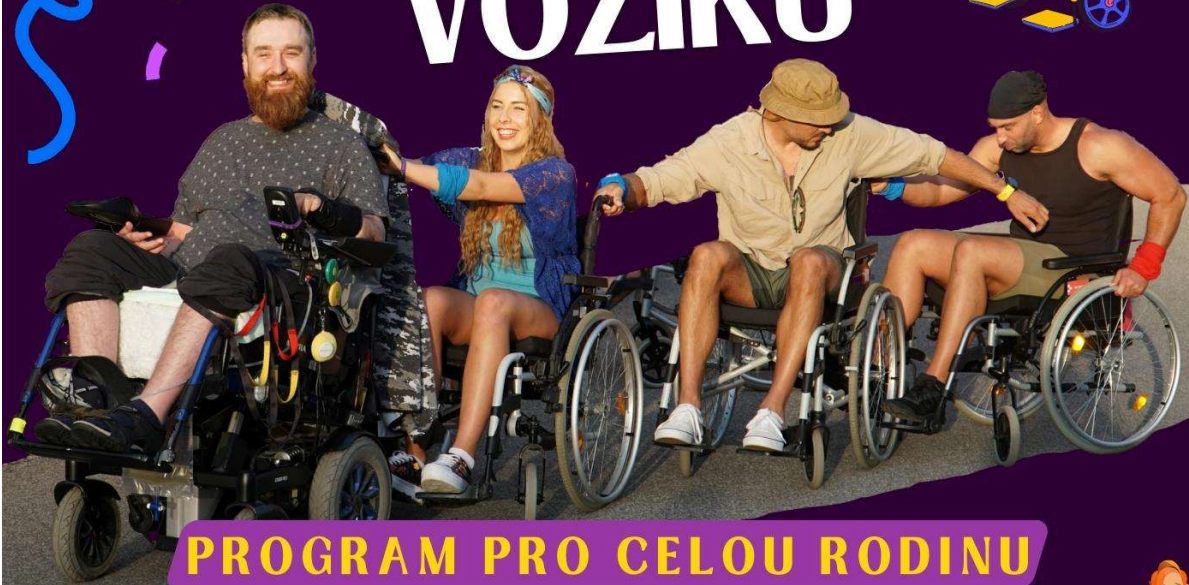
*Jelikož jsou za půl roku Vánoce a za dva týdny prázdniny, nejde to jinak a musíme uveřejnit inzerát s nabídkou práce pro Osobní asistenty, protože jak je zvykem, studenti nám stabilně chybí v měsících prosinec, leden, únor, červen, červenec a srpen, okrajově i kousek května, září a listopadu protože zkoušky a akademický rok... Pokud znáte nějaké šikovné a dobré duše, neváhejte a tuto nabídku sdílejte dál.*





SPOLEK TREND VOZÍČKÁŘŮ OLOMOUC UVÁDÍ

# 11. OLOMOUCKÁ ŠTAFETA NA VOZÍČKU



**PROGRAM PRO CELOU RODINU**

**WORKSHOPY PRO DĚTI / SKÁKAČÍ  
ATRAKCE / PONÍK / TETOVAČKY**

**KLÁVA / ZALIKA TEAM  
MARTIN ŠAFARIK / DNESKANE**



**LEGENDY SE VRACÍ**

**16.6.2023 10 - 22 HOD  
FLORA OLOMOUC - RUDOLFOVA ALEJ**



## Okénko z poradny

### Pozvánky

Zveme čtenáře Trendy zpravodaje na Školení v rámci Odborné poradny ve Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, které vede sociální pracovnice poradny paní Mgr. Martina Brožová, PhD.



Školení se konají v učebně Trendu vozíčkářů na Lužické 7, případně na počítačích, u každého z vás.

Jde o tato témata a termíny:

**Čtvrtek 29. 6. 2023, 13:00 – 14:30:** Osoby se zrakovým postižením.

**Středa 27. 9. 2023, 15:00 – 16:30:** Podpora a pomoc pro osoby se zdravotním postižením v dospělosti

## Aktuality

### Jak se co nejlépe připravit na cesty v případě cukrovky

Cestování s diabetem díky pečlivé přípravě může být pohodlné a bezproblémové. Před cestou by si však měli pečlivě připravit veškeré léky a další pomůcky pro kompenzaci diabetu. Dovolenu pomůže bezpečně zvládnout také pravidelná kontrola hladiny cukru v krvi. A to díky senzoru, který vás na cestách nijak neomezuje, ale naopak je užitečným pomocníkem.

Zvláště diabetikům se doporučuje, aby si vše důležité rozdělili pro jistotu do dvou zavazadel. Pokud tedy poletíte letadlem, nezapomeňte si vzít na palubu příruční zavazadlo s pomůckami, léky a jídlem. V případě, že by došlo k nečekané ztrátě vaší bagáže, se tak pojistíte, že máte k dispozici vše, bez čeho se neobejdete.

Svačiny a rychlý zdroj cukru jsou také základem diabetické tašky. Dobře vyvážená svačina pomáhá zabránit nebezpečnému kolísání cukru v krvi. Jídlo a pití byste proto měli naplánovat dopředu a jeho množství přizpůsobit délce cesty. Je vhodné si zavčas udělat seznam restaurací v místě pobytu, které nabízejí jídla vhodná pro diabetiky. Samozřejmostí by měl být i pravidelný pitný režim.

Množství zásob inzulínu by se mělo odvíjet od toho, zda máte v plánu aktivní dovolenou na horách nebo odpočinek na pláži. Vyplatí se mít inzulínu nadbytek, a to klidně až dvojnásobek. Pokud vám ale během cesty dojde nebo se nějakým způsobem znehodnotí, je třeba mít na paměti, že se koncentrace inzulínu v lahvičkách může v jednotlivých zemích lišit. Je tedy nutné znát koncentraci i typ látky, kterou používáte.

Během cesty myslete i na správné uchování léků. Proto je vhodné předem zjistit, zda je v hotelu nebo ubytovacím zařízení k dispozici lednička či minibar. Inzulín je totiž nesmírně citlivý na výkyvy teplot. Z těchto důvodů se doporučuje jej přibalit do příručního zavazadla a vzít s sebou na palubu letadla. V případě cesty autem je nezbytné pořídit přenosnou chladničku.

Pokud cestujete letadlem, je nutné si pořídit dokument, který informuje o diabetickém příslušenství. I se senzorem tedy můžete na palubu letadla. Každá letecká společnost však může mít jiná pravidla, proto byste si měli dopředu zjistit veškeré podrobnosti.

Během letu se nedoporučuje skenovat senzor ani zapínat čtečku! Bezdrátový přenos by se mohl vzájemně rušit s palubními systémy letadla. Čtečku je však možné během letu použít jako klasický glukometr.

Je lepší cestovat s někým, kdo je obeznámen s vaším zdravotním stavem a ideálně ovládá i první pomoc. Pokud ale preferujete sólo cestování, je dobré si například do peněženky vložit informace o vašem zdravotním stavu a užívaných lécivech. Nebo si můžete pořídit náramek či náhrdelník, které slouží jako „informátor“ zdravotního stavu. V batůžku je určitě dobré mít i další dokumenty.

Opatřit si lze také tzv. diabetický pas. Ten je vedený ošetřujícím lékařem, zpravidla přeložen do několika jazyků a obsahuje informace o tom, jaké předepsané léky užíváte.

Určitě potřebujete lékařskou zprávu o svém zdravotním stavu a léčbě, ideálně v angličtině. Případně můžete dokument přeložit i do dalších světových jazyků.

Hodit se bude i podrobný léčebný plán.

Dále přibalte doklad o tom, že jste diabetik, případně průkaz diabetika. Zapotřebí je i potvrzení o tom, že inzulín a další pomůcky slouží jako zdravotnický materiál.

Samozřejmostí je kartička pojištění, doporučuje se pořídit i cestovní pojištění.

Po ruce byste měli mít kontakty na ošetřujícího lékaře, ale i kontakty na lékaře v místě vašeho pobytu.

Diabetici by se měli předem zajímat o počasí v dané destinaci, časový posun, zjistit by si měli i dostupnost lékařské péče v okolí. Důležité je i cestovní pojištění, sestavené na míru diabetickým pacientům.

Před cestou by se pacienti měli poradit s ošetřujícím lékařem ohledně dávkování léků. Kromě toho je třeba se předem obeznámit s tím, jak v dané zemi funguje nákup léků a zdali je možné je pořídit s českým receptem.

Pokud nejsou potřebná léčiva k dostání, je nutné zajistit si náhradu. Proto je vhodné znát účinnou látku, kterou obsahuje potřebný lék. Kromě nezbytných dokumentů a léků by si diabetici měli přibalit i pohodlné boty a lékárníčku první pomoci.

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

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

### **Chorvatsko a dálniční známka v roce 2023: Jak je to letos s poplatky?**

Vyrážíte-li do Chorvatska autem, určitě budete řešit, jak se do cílové destinace dostat bez toho, abyste riskovali nemalou pokutu. Stejně jako v minulých letech, ani v roce 2023 není chorvatská dálniční známka potřeba. Průjezd některými chorvatskými dálnicemi je samozřejmě zpoplatněný, poplatky se ovšem vybírají prostřednictvím mýtných bran.

Povinnost mýtného platí pro osobní vozidla, motocykly i vozidla s hmotností nad 3,5 tuny. Cena mýtného závisí na kategorii vozidla.

Průměrná cena mýtného pro osobní vozidla do výšky 1,9 metru je zhruba 6 EUR/100 km. Pokud do Chorvatska vyrážíte v sezóně, je potřeba počítat s tím, že ceny mýtného budou o cca 10 % vyšší.

Nejjednodušší způsob, jak zjistit cenu mýtného na trase, je použití on-line plánovače tras skrze oficiální chorvatský mýtný systém.

Poplatek za využití dálnice se platí na mýtných branách, které jsou většinou umístěny na sjezdech z dálnice. Zaplatit mýto můžete v hotovosti (v eurech), platební kartou anebo pomocí palubní jednotky ETC.

Za jízdu po chorvatských dálnicích neplatí držitelé Smart Card se závažným postižením dolních končetin, osoby se 100% zrakovým postižením a váleční veteráni se závažným tělesným postižením. Více informací o této možnosti najdete na oficiálních stránkách hac.hr.

Pokud vyrážíte do Chorvatska vlastním vozidlem, nezapomeňte si kromě cestovního pojištění sjednat také krátkodobé havarijní pojištění, případně rizika související s cestou autem připojistit k cestovní pojistce. Pokud cesta nedopadne podle vašich představ, s opravou, odtahem nebo návratem domů vám pomůže pojišťovna, u níž budete mít pojistku sjednanou. Konkrétní pojištění vyberte nejen podle ceny, ale především krytých rizik, pojistných limitů a nezapomeňte ani na rozšířenou asistenci!

Zdroj info: hacr.hr.

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

### **Aplikace Klíšťapka pomůže se sběrem dat o výskytu klíšťat**

Aplikace Klíšťapka poskytuje informace o výskytu klíšťat v lesních porostech a s tím souvisejícím rizikem nákazy lymeskou boreliózou. Na tvorbě aplikace určené ke sběru dat v rámci prevence se podílela i Univerzita Palackého v Olomouci.

Mobilní aplikace k tomu zahrnuje taktéž data o druhovém složení porostu, stanovišti a dynamice klíšťat v průběhu roku a počasí. Krom údajů o aktuální aktivitě klíšťat v lesích přináší Klíšťapka také informace o infikovanosti klíšťat boreliózou v dané lokalitě.

Cílem projektu bylo zpracovat a pro veřejnost zpřístupnit data z předchozích výzkumů a vytvořit tak nástroj pro běžné užití.

V mobilní aplikaci je možné otevřít si složku „Wiki“, ve které jsou popsána opatření proti šíření klíšťat a jimi přenášených nemocí. Celkově obsahuje užitečné informace o druzích klíšťat, mýtech o lesním parazitovi, první pomoci, a především o prevenci.

Aplikaci je možné stáhnout pouze pro uživatele mobilů s operačním systémem Android. Ke stažení je na Google Play.

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

## Colours opět bez bariér

Festival Colours v Ostravě nabízí tradičně zdravotně znevýhodněným návštěvníkům nadstandardní servis, který dělá festival i po této stránce unikátním. Koná se ve dnech 19. až 22. července.

Možnost rezervace bezbariérového ubytování v ostravských hotelích s bezbariérovými pokoji na e-mailu: [bezbarier@colours.cz](mailto:bezbarier@colours.cz)

Kapacity bezbariérového ubytování v rámci Ostravy jsou velmi omezené a přednostně budou vyřizovány žádosti dříve došlé. Náklady na ubytování si každý hradí sám.

I letos nabízíme našim návštěvníkům bezbariérové ubytování ve festivalovém kempu u areálu Colours of Ostrava. V rámci kempu vedle festivalového areálu vyčleníme prostor speciálně určený pro naše zdravotně znevýhodněné návštěvníky s průkazem ZTP a ZTP/P, kde nabízíme 50 námi postavených stanů, každý z nich je určen pro dvě osoby – ubytování zdarma.

30 míst pro postavení vlastního stanu – poskytnutí prostoru zdarma.

10 parkovacích míst v areálu zdarma.

Kapacita stanového městečka je omezená a je předem nutná rezervace stanu, místa pro postavení vlastního stanu i parkovacího místa na e-mailu:

[bezbarier@colours.cz](mailto:bezbarier@colours.cz).

Na základě rezervace do stanového městečka vám vystavíme voucher s čárovým kódem, který vám zašleme e-mailem. Po vytištění vás bude voucher opravňovat ke vstupu do stanového městečka. Při vstupu do stanového městečka se kromě voucheru musíte prokázat i platným průkazem ZTP, případně ZTP/P.

Pro držitele voucheru zajistíme prodej zvládněných vstupenek za 990 Kč přímo v kempu, tudíž nemusíte pro nákup vstupenky navštívit speciální pokladnu Colours bez bariér u hlavního vchodu na festival. Bez rezervace předem (bez voucheru) vám nebudeme moci garantovat ubytování v našem kempu

Na parkovišti vedle festivalového areálu jsme vyčlenili pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P 50 parkovacích míst zdarma. Rezervace probíhají prostřednictvím e-mailu: [bezbarier@colours.cz](mailto:bezbarier@colours.cz).



Na základě rezervace vám vystavíme voucher s čárovým kódem, který vám zašleme e-mailem. Po jeho vytištění vás bude voucher opravňovat k parkování. Na místě se kromě voucheru musíte prokázat i platným průkazem ZTP, případně ZTP/P. Bez rezervace předem (bez voucheru) nebudete mít možnost v areálu zaparkovat

Jízdy na festival budou realizovány v době konání festivalu do 17:00 hod. Můžete si je objednat předem na telefonním čísle, které je určeno pouze pro rezervaci bezbariérové přepravy: 732 253 505, kontakt bude aktivní od 14. 7. 2023.

Pro jízdy z festivalu bude sloužit speciální zastávka BB TAXI u hlavního vchodu do areálu. S vlastním jízdním řádem v pravidelných hodinových intervalech mezi 19:00 – 02:00 hod. budou od areálu vyjíždět dvě bezbariérová vozidla BB TAXI, která vás odvezou do hotelu, na vlak nebo do vašich domovů v rámci města, u této služby je nutná rezervace.

Cena bezbariérové přepravy v rámci Ostravy je 70 Kč/jízda/osoba.

Pořadatel si vyhrazuje právo odmítnout přepravit podnapilé a nevhodně se chovající návštěvníky.

Asistenti jsou dobrovolníci, kteří usnadňují našim návštěvníkům pohyb po areálu, dělají jim doprovod a jsou jejich společníky a průvodci programem. Neposkytují osobní asistenční služby v sociální oblasti (zajištění stravování, hygieny, apod.).

Asistenta si můžete zarezervovat prostřednictvím e-mailu: [bezbarier@colours.cz](mailto:bezbarier@colours.cz) nebo od 15. 5. 2023 i na infolince 731 932 768

Asistenti se po festivalovém areálu pohybují v tričkách s označením asistenta Colours bez bariér. Tato služba je bezplatná.

Zvýhodněné vstupenky lze zakoupit pouze na pokladně Colours bez bariér u hlavního vstupu na festival (s výjimkou ubytování v kempu)

Každý držitel průkazu ZTP a ZTP/P obdrží na Info Pointu Colours bez bariér vlastní klíček na bezbariérové toalety oproti vratné záloze 100 Kč).

Bezbariérové tribuny (jedna s místem vyhrazeným pro osoby na vozíku a druhá plně k dispozici pouze zdravotně znevýhodněným návštěvníkům).

Všechny zpřístupněné budovy v areálu (Aula Gong, STC, Důl Hlubina) mají bezbariérová WC a výtahy. Festival vydává speciální mapu festivalového areálu,

kde jsou zvýrazněna všechna místa určená speciálně pro ZTP a ZTP/P (bezbariérová WC, tribuny, výtahy, sprcha, stanové městečko, parkoviště, stanoviště BB TAXI). Mapa, která vychází v českém i anglickém jazyce, je doplněna o praktické rady pro zdravotně znevýhodněné návštěvníky festivalu Colours of Ostrava. Příručka s mapou je dostupná zdarma v Info Pointu Colours bez bariér a na speciální pokladně Colours bez bariér.

Pokud se rozhodnete blíže prozkoumat nejen náš festival, ale i Ostravu, tak bychom Vás rádi upozornili na interaktivní mapu přístupnosti města Ostravy. Je na ní zmapováno více než 500 objektů a je uzpůsobena i pro dotykové mobilní telefony.

V době konání festivalu jsme pro vaše pohodlí soustředili všechny důležité služby na jedno místo u hlavního vstupu do areálu. Na tomto místě bude k dispozici Info Point a pokladna Colours bez bariér.

FB skupina Colours bez bariér

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



# Povídka paní Věry Schmidové

ZE VZPOMÍNEK SE ŽÍT NEDÁ

Když Tereza viděla Jirku poprvé, seděl na invalidním vozíku a v očích měl nekonečný smutek. Poslali ji za ním, jako psychoterapeuta v utajení. S „normálním“ se odmítal bavit, tak to zkusila takhle – v riflích, přiléhavém tričku a s brýlemi na očích si s hrnkem kávy sedla k němu na lavičku a jen tak, aby řeč nestála, se ho zeptala: „Co děláš?“

Nechápavě se na mě podíval.

„Vypadáš jako umělec,“ dodala na vysvětlenou.

Smutně se usmál a mávl rukou.

„A co jsi dělal předtím?“ Zatvářila se, že ji to v podstatě ani moc nezajímá, aby mu ta otázka od cizí ženské nebyla nápadná. Nebyla, myslel si, že jen zabíjí čas.

„Žil.“ Zněla jeho stručná, ale výstižná odpověď. Terce ovšem nestačila. Zнала to, ten smutek, bezmoc, beznaděj... Věděla i to, že to vše ze sebe potřebuje vypovídat, vykřičet, vybrečet. Jenom ho k tomu vyprovokovat. Zkoušela teda dál: „A teď nežiješ?“

S údivem se k ní otočil. „Copak takto se dá?“ Bouchl pěstí do vozíku. „Jezdili jsme k moři, běhali po pláži, milovali se, leželi v písku, byl tak jemný... v noci jsme se koupali nazí v moři, bylo krásně teplé... a znovu se milovali... a taky jsem maloval – obrazy plné lásky, života...“ Zasnul se.

Terka ho, ač nerada, musela vytrhnout z krásných vzpomínek a vrátit do reality.

„Co budeš dělat teď?“

Zarazil se: „Copak já můžu něco dělat?“ Znovu vztekle udeřil do svého invalidního vozíku. „Takto?“

„Jsi mladý,“ pokračovala. „Jak si představuješ svůj další život?“

Už zase měl v očích ten nekonečný smutek. „Nijak – budu sedět doma a vzpomínat.“

„Ale ze vzpomínek se nedá žít,“ oponovala.

„Nerozumíte tomu.“ Mávl rukou: „Ničemu nerozumíte.“ To byla poslední slova, která z něho dostala. Uzavřel se do sebe. Terka ale věděla, že ho musí donutit mluvit. Zkusila to teda z opačného konce. „A děvče máš?“ Neodpověděl.

„K moři jsi přece nejezdil sám. Říkal jsi: ...běhali jsme...plavali jsme...milovali jsme se...“

Zahleděl se do země.

„Nebo snad kluka?“ Zeptala se Terka opatrně.

Zavrtěl hlavou.

„Takže to byla dívka. Rozešli jste se? Nechala tě po úrazu?“

Rukou si utřel slzy: „Divíte se? Žádná holka nepotřebuje chlapa na vozíku, který nic nemůže.“

Skočila mu do řeči. „Jak nic? Něco přece můžeš, ne?“

Jirka opět jen mávl rukou a s očima plnýma slz dodal: „Ale milovat se nemůžu! Děti mít nemůžu!“ V té chvíli se rozbřečel jako malý kluk, i když se snažil slzy ukrýt.

„Za pláč se nestyd', potřebuješ ho. Vybřeč ten smutek, vybřeč ten vztek, vybřeč tu bezmoc! Pusť ji ven, jinak tě bude ovládat do konce života, až nad tebou zvítězí a zadusí tě.“

Nejprve plakal potichu, potom začal mlátit rukou do vozíku a sprostě nadávat. Nechala ho. Bylo to přesně to, co potřeboval – pustit svoje emoce ven, uvolnit ten ventil. Potichu vstala, z tašky vytáhla knížku o jiných možnostech a technikách v milování u lidí na vozíku, také o tantrickém sexu, orálu, o jiných pomůckách ... a letáček Práva na intimitu, položila to vše vedle něho a potichu odešla. Už ji nepotřeboval.

Podruhé ho potkala náhodou. Šla do galerie na výstavu nějakého mladého, začínajícího malíře. Byla překvapená, když zjistila, že je to Jirka. Seděl uprostřed galerie, na vozíku, obklopen obrazy a spoustou návštěvníků. Oči plné štěstí a na tváři úsměv. Jakmile Terku uviděl, opustil hlouček lidí a přijel k ní. „Víte, že Vám vděčím za toto všechno?“ Ukázal rukou po místnosti plné lidí a krásných obrazů. „Vám vděčím za všechno, co mám.“

„Mně?“ Nechápala. „To trochu přeháníte, ne?“

„Ale vůbec ne, díky vám jsem začal znovu malovat... už zase jezdím po světě, i k moři... akorát už neběhám po pláž,“ dodal smutně. Po chvíli ale zvedl hlavu a s úsměvem pokračoval: „A dívku taky mám. I se milujeme, i když teď tak trochu jinak... Ale na tom jak, přece vůbec nezáleží. Hlavně, že nám to oběma vyhovuje, no ne? Jsem šťastný. A to všechno jen díky vám.“

„Nepřehánějte!“ Bránila se Terka.

„Ale ano, tenkrát jste měla pravdu.“

„Vy jste si to ale nemyslel.“ Skočila mu do řeči.

„Tenkrát jsem nemyslel vůbec – dnes už vím – potřeboval jsem přesně to, co jste mi radila – vyřvat se, vybřečet, abych pochopil, že ze vzpomínek se opravdu žít nedá. A že život jde dál.“



## Štafetový rozhovor #17 s paní Evou Chládekovou

### Jaká cesta vás dovedla do Trendu?

V jednom olomouckém kostele byl na nástěnce inzerát Trendu.

### Vždy, když se s vámi potkám, tak se usmíváte, máte dobrou náladu, jak to děláte?

Při setkání s Vámi to jde samo. Ráda Vás vidím – to je celé.

### Na osobní asistenci jste jedna z nejzkušenějších asistentek, co byste poradila těm, kteří začínají?

Vůbec si nemyslím, že jsem jedna z nejzkušenějších a nikdy bych si netroufla rozdávat rady svým kolegyním. Právě naopak, já se mám co učit od našich skvělých, mladých asistentů. Všichni jsou úžasní a jsem moc ráda, že pracuji v našem Trendu

### Když byste si mohla přát jeden ideální den jen podle vás, jak by vypadal?

Ideální den – já mám každý den ideální.

### Koho nominujete na další rozhovor a proč?

Na rozhovor nominuji paní Helenu Krátkou. Je to má dlouhodobá spolupracovnice ve zlém i dobrém.



## Akce v Trendu

### Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 8. a 22. 6. a 13. 7. 2023, 12:30-14:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů  
Olomouc



I během června proběhnou již tradiční lekce Ozdravného cvičení vycházející z Čchi-kung s paní Věruškou Schmidovou, která se postará o protažení našich těl. V rámci cvičení se zaměříme na správné dýchání a posed na vozíku nebo na židli. Prodýcháme tak jednotlivé části našeho těla, kdy se nejvíce zaměříme na nádech do oblasti hrudníku, břicha a podklíčků. Zároveň se budeme věnovat protažení ramen a celkově zapracujeme na naší imunitě. Při cvičení se nezapotíte, tudíž se nemusíte ani převlékat. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku. Cvičí se podle vašich možností a tempa, tak se nebojte a přijďte si s námi společně zacvičit.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,  
e-mail [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

### Exkurze ve firmě M. L. S. Holice

Kdy: čtvrtek 15. 6. 2023, 9:00 do cca 12:00h

Kde: Průmyslová 5, Olomouc



M. L. S. Holice

Firma M. L. S. Holice, která se zabývá výrobou největších elektrických generátorů v České republice, nás zve na exkurzi do své firmy. Zaměstnanci nás provedou výrobními prostory a představí nám samotnou výrobu těchto generátorů, které slouží jako primární zdroj elektřiny hlavně v lokalitách bez rozvodné sítě, tedy tam, kde se zdroj elektřiny nevyskytuje, jako jsou polní nemocnice, lodě nebo ropné plošiny. Zároveň tyto generátory slouží i jako záložní zdroje, když dojde k výpadku elektřiny například v nemocnicích nebo na letištích.

Místa na exkurzi jsou omezená a je potřeba se **přihlásit**, a to Zuzaně Plaché do **čtvrťka 8. 6. 2023 do 12h**. Pokud budete potřebovat zajistit osobního nebo pracovního asistenta, zadejte si prosím požadavek na službě Osobní asistence nebo Sociální rehabilitace.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,  
e-mail [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

### **Tvořivé odpoledne s Tomem**

Kdy: pondělí 19. 6. 2023, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte si pod vedením lektora Toma a jeho pomocnice a pracovní asistentky Lucinky s námi společně namalovat originální hrnečky, kterými můžete udělat radost sobě nebo svým blízkým. Co je k tomu potřeba? **Přihlásit** se Zuzaně Plaché do **pátku 16. 6. 2023 do 12h**, abychom zajistili dostatek potřebného materiálu k tvoření. Přihláška na aktivitu je závazná. Těšíme se na společné tvořivé odpoledne s vámi.



Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,  
e-mail [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

### **Přednáška: Prezentace kompenzačních a speciálních pomůcek Trendácké Půjčovny**

Kdy: středa 21. 6. 2023, 12:30-14:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme vás na přednášku o kompenzačních a speciálních pomůckách, které máme nově k dispozici na naší Trendácké půjčovně. Všechny pomůcky vám představíme a zároveň budete mít možnost si je sami vyzkoušet nebo si je rovnou zapůjčit. Konkrétně se můžete těšit na pracovní stůl na vozík, otočnou sedačku do vany, ergonomické přístroje s fixačními pásky, držák na klíče, fixační vesty a mnoho dalších pomůcek.



Na setkání s vámi se již teď moc těší sociální pracovnice Odborné poradny.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,  
e-mail [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

### **Odpoledne se Sociální rehabilitací - vědomostní hra Dobyvatel**

Kdy: úterý 27. 6. 2023, 14:30-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů  
Olomouc



Máme tu další vědomostní hru, kterou si s vámi v rámci služby Sociální rehabilitace chceme zahrát. A o co jde tentokrát? Úkolem hráčů bude zodpovědět otázky z různých témat a zabrat co nejvíce jednotlivých krajů České republiky. Vyhraje ta skupina, která obsadí největší území a zničí základní tábor soupeře. Tak začněte šprtat otázky a na aktivitě na viděnou!

Přihlášky a další informace:

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

### **Trénink paměti**

Kdy: pondělí 17. 7. 2023, 14:30-16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

I v létě pokračujeme v oblíbeném tréninku paměti, kdy se můžete těšit na mnoho úkolů a cvičení. Díky tomu společně procvičíme naše mozkové závity a paměť. Nebojte se, pracujeme i skupinově, a když dáme hlavy dohromady, přijdeme na veškeré řešení společně. Moc se na vás těší holky ze Sociální rehabilitace.



Další informace:

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



## Výlet: Zámek Rájec nad Svitavou – NÁHRADNÍ TERMÍN

Kdy: čtvrtek 20. 7. 2023  
odjezd 9:00h parkoviště Billa  
(Jeremiášova 1, Olomouc)  
návrat cca 15:30h na stejné místo



*Jen pro cestovatelé - Zámek Rájec nad Svitavou*

Letos navštívíme klasický zámek francouzského typu - Státní zámek Rájec nad Svitavou, který zbudovali příslušníci šlechtického rodu Salmů v letech 1763-1769. Interiéry zámku vynikají bohatostí mobiliáře, zejména rozsáhlou kolekcí orientálního porcelánu a grafik a sbírkou křišťálových pohárů z období manýrismu. Zámek nabízí bezbariérovou prohlídku I. Reprezentačního prostoru. Délka prohlídky bude cca 40 minut. Po prohlídce si společně prohlédneme Zámecké zahradnictví a park.

**Vstupné:** držitelé průkazu ZTP a ZTP/P platí 140 Kč (doprovod je zdarma).

Náhradní termín výletu, který měl proběhnout ve čtvrtek 11. 5. 2023 a byl zrušen z důvodu poruchy autobusu. **Přihlásit se můžete Zuzaně Plaché, a to do středy 12. 7. 2023 do 12:00h. Na výlet jsou upřednostněni ti, kteří na něj byli přihlášení na předchozí termín. Děkujeme za pochopení.**

Zároveň prosím, abyste mi při přihlášení sdělili, zda pojedete na elektrickém nebo mechanickém vozíku, a zda si dokážete v autobuse přesehnout.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,  
e-mail [volnocasovky@trendvozickaru.cz](mailto:volnocasovky@trendvozickaru.cz), nebo tel.: 777 974 455.

Aktivity podporuje:



**Vydává: Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7, 779 00 Olomouc**

Napsali pro vás: Přemysl D., Věra S., Martina B., krysa a další

Distribuce a info s úsměvem: Milena B., Alena T. a Anna K.

Datum vydání: **12. 6. 2023**, Počet výtisků: +-50

tel: 734 478 665

email: [drtil@trendvozickaru.cz](mailto:drtil@trendvozickaru.cz), [krysa@trendvozickaru.cz](mailto:krysa@trendvozickaru.cz)

Uzávěrka **dalšího** čísla je **3. července 2023**

# SPOLEK TREND VOZÍČKÁŘŮ HLEDÁ OSOBNÍ ASISTENTY

Hledáš smysluplnou brigádu?

Láká tě být užitečný?

Rád poznáváš nové a zajímavé lidi?

Je tu příležitost stát se **osobním asistentem** u lidí s tělesným postižením

**Požadujeme:**

- Vzdělání podle zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách – **pracovník v sociálních službách** (možno doplnit)
- Věk nad 18 let
- Výhodou praxe v sociálních službách
- Flexibilní časové možnosti, práce i **o svátcích a víkendech**, dle požadavků klientů
- Zodpovědné a spolehlivé jednání, komunikativnost a aktivní užívání online nástrojů (kalendář, formuláře, email)

**Nabízíme:**

- Nástupní plat **150Kč/hod**,  
Příplatek **15Kč/ hod.** za víkendy, svátky a práci v noci
- **Smlouvu ve formě DPP a následně možnost DPČ**
- Pravidelné supervize a vzdělávání, volnočasové akce Trendu, přednášky

**Náplň práce:**

- Úkony osobní asistence – doprovody, dopomoc s úklidem domácnosti, doprovody, příprava a podání jídla, přesuny z invalidního vozíku, osobní hygiena, společnost
- Spolupráce s koordinátorem osobní asistence při plnění povinností, účast na poradách, školeních a supervizích
- Výkon služby osobní asistence podle pravidel, postupů a pokynů daných metodikou

V případě zájmu o pracovní místo zašlete strukturovaný životopis a motivační dopis na níže uvedené kontaktní údaje: **email: [asistence@trendvozickaru.cz](mailto:asistence@trendvozickaru.cz)**, **tel. Číslo: 734 236 589**. Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7, 779 00 Olomouc, [www.trendvozickaru.cz](http://www.trendvozickaru.cz)

**Do předmětu e-mailu napište OSOBNÍ ASISTENT – výběrové řízení**