



Acces City Award

reportáž z Holandska

Novinky ze sociální oblasti

Klasika od Martiny Brožové

Neuvěřitelný Ota

Recenze a fejeton

Pozvánky na volnočasové aktivity

Minimálně do konce listopadu je co dělat



K+k+kk = K

(Krysa, kytka, kaštanový klobouček = krása)

Popojedem...



... směrem ke konci roku. Ten se blíží milovými kroky, případně záběry do kol, otáčením se naší maličké planetky se zdevastovaným ekosystémem, o čemž tak ráda v poslední době diskutuje kdejaká uvědomělá skupina lidí a samozřejmě putováním po vesmírné eliptické dráze do nejzazšího bodu, kdy to fotonům trvá o pár vteřin déle, než je tomu v létě, jež je úspěšně, snad úspěšně, za námi.

Do konce roku nám zbývají dvě další vydání, což může někoho vyděsit. Nebojte se ničeho, po novém roce budeme pokračovat v tom, co děláme – informování Vás o tom, co se děje, dít bude a jak případně dopadlo to, či ono, pokud to vůbec proběhlo.

Co Vás v tomto čísle čeká a nemine?

Náš milovaný pan ředitel si udělal výlet za hranice naší malé milované vlasti rozkládající se od Aše po Jablunkov, nebo naopak – dle libosti, do země tulipánů, někde u moře na původním území germánských a keltských kmenů.

Klasicky Vám chceme připomenout, že plánování služeb bude na přelomu roku trochu komplikovanější a je třeba si uvědomit s dostatečným předstihem, jestli nás v daném období budete potřebovat na 200%, více, klasicky, či méně, nebo vůbec, protože se přeci jen tak trochu předpokládá, že lidé v tomto období tráví čas s blízkými nebo v rodinném kruhu.

Kolegyně Martina Brožová opět propátrala hlubiny internetu a vybrala pro Vás spoustu zajímavých informací ze sociální oblasti.

Pan Otakar tentokrát dostal Přemka do kolen svým fejetonem. Týká se draků a pohádek... Nebo jen draků...

V samotném závěru je samozřejmě hromada volnočasových aktivit, které pořádáme, vymýšlíme, a proto neváhejte a určitě nás poctěte svou přítomností tam, nebo tam, možná i tam a tam taky.

A na samotném konci tohoto vydání je nabídka a může ji v blížícím se období svátků a zmatků využít kdokoliv ve věku 55 let a více.

Doufám, že sedíte pohodlně, máte po ruce svůj oblíbený teplý nápoj a přeji Vám čtení, které Vám následující 4 týdny do dalšího Zpravodaje změní ☺

Access City Award, že netušíte, oč se jedná?

Jedná se o ocenění evropské komise pro bezbariérová města

<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1141&langId=en>

Jak tato informace souvisí s Trendem? Budete se divit, ale velmi.

Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, už od roku 1999 spolupracuje s magistrátem města Olomouce na projektu zvaném „Bezbariérová Olomouc,“ který vznikl právě v roce 1999 na popud Spolku a právě díky tomuto projektu, dostalo město Olomouc ocenění Access City Award v roce 2012.

<https://www.olomouc.cz/zpravy/clanek/Projekt-Bezbarierova-Olomouc-ziskal-v-Bruselu-prestizni-evropskou-cenu-17368>

Letošní předávání ceny se uskutečnilo v nizozemském městě Breda, které se stalo držitelem ocenění pro rok 2019.



Evropská komise, která tuto cenu vyhlašuje, pozvala zástupce vítězných měst. Setkání se za město Olomouc zúčastnil pan Mgr. Bc. Michal Majer a za Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, ředitel Bc. Tomáš Zrnka.

Na setkání vystoupila paní Inmaculada Placencia Porrero, která působí jako expert Evropské komise pro oblast znevýhodnění a začleňování, která hovořila o budoucích možnostech rozvoje bezbariérovosti a změnách. Měli jsme možnost zhlédnout prezentace a hovořit s kolegy z jiných měst a zemí a zjistit, jak přistupují jiná města k bezbariérovosti, což bylo velmi přínosné.

Obzvláště zajímavá byla prezentace pana Jørgen tryk Hansena, architekta a projektového manažera z města Viborg v Dánsku, který prezentoval jak se i historické město může zbavit bariér, aniž by to ovlivnilo jeho historický ráz.

https://youtu.be/HI1Bh_KjZP0

Zástupci města Breda, platformy Breda for everyone a zdejší Breda University of applied sciences nás provedli po městě, mohli jsme si vyzkoušet jízdu na vozíku, která byla opravdu bezproblémová, jelikož Holandsko je vlastně rovina, schody zde téměř nenajdete a sjezdy z chodníku byly prakticky všude, nebo chodník plynule přecházel v silnici. Ničemu nevadily ani „kočičí hlavy“, které zde na rozdíl od našeho města byly zbroušené a tvořily téměř dokonalou rovinu.

Zkusili jsme si i chůzi s bílou holí jakožto osoba se zrakovým postižením. To byl však oříšek, protože Holandsko je zemí kol a na ulici byl problém najít vodící linie podél stěn domů, jelikož zde stála opřená kola, vodící linie u přechodů a ve veřejných institucích byly však všude.

Ze setkání jsme si odvezli mnoho nových nápadů, které se pokusíme aplikovat i v Olomouci.

Vážené klientky a vážení klienti osobní asistence,

i když máme teprve podzim, tak nezahálíme a plánujeme, jak s naší/vaší službou naložíme kolem Vánoc a na přelomu roku. Stejně jako v loňském roce i letos **budeme plánovat asistence na dva týdny.**

To znamená, že požadavky na asistence na období od 23. 12. 2019 do 5. 1. 2020 budeme evidovat nejpozději do pátku 20. 12. do 9:00 hodin.

Od odpoledních hodin v pátek 20. 12. 2019 do 2. 1. 2020 bude kancelář osobní asistence zcela uzavřena. Neodkladné život ohrožující situace bude možné řešit pouze přes krizovou linku.

Pokud už tedy víte, že budete potřebovat asistenci i o Vánocích nebo mezi Vánocemi a Novým rokem, nebojte se oslovit asistenty a dohodnout si s nimi přesný termín už nyní. Dojednané asistence můžete nahlašovat do kanceláře osobní asistence emailem, telefonicky nebo osobně.



Děkujeme a přejeme krásný a poklidný konec roku
tým koordinátorek osobní asistence

Okénko z poradny

Pozvánky

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



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

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



FLEXiThrone

lehké skládací elektrické vozíky

V této kvalitě dostupné pouze na:
www.FLEXiThrone.cz
mail: Koprivova@FlexiThrone.cz
telefon: 604 800 716

Váha od 15kg*
(*nově lze snadno odejmout i kola s motory)
Možnost individuálních úprav.
Promyšlená konstrukce.
TUV certifikace.



po složení

Aktuality

Mytí aut už pro nás nebude odpuzující a náročnou činností

Vznikla unikátní aplikace, která:

- ovládá myčku, aniž byste museli vystoupit z auta
- umožní vybrat program, spustit mytí a zaplatit
- zobrazí seznam digitálních automyček
- zobrazí, jestli je na myčce fronta
- nabízí slevy na mytí, akční nabídky a úsporu

Nyní je v aplikaci 112 mycích linek na benzínových stanicích nebo soukromé myčky. Do konce roku 2019 budou postupně přibývat další. O zařazení velkých firem jako jsou ÖMV nebo Shell se jedná.

Zdroj: www.vozejkov.cz

České dráhy rozšiřují nabídku bezbariérových vlaků a spojů

Náš největší železniční dopravce disponuje 621 bezbariérovými vozidly a jednotkami. V nejbližších letech chce tuto flotilu až o třetinu zvětšit. „V současné době se již vyrábí padesátka vagonů pro 10 moderních expresních souprav, z nichž každá bude mít i bezbariérový vůz. Objednali jsme také 5 patrových bezbariérových jednotek pro Ostravsko a 31 elektrických nízkopodlažních jednotek typu RegioPanter. Devatenáct jednotek můžeme v rámci opce ještě doobjednat. Běží výběrové řízení na dalších 120 regionálních elektrických a motorových jednotek plně vybavených pro cestování osob s handicapem a připravujeme pořízení 20 moderních expresních souprav. Díky těmto investicím rozšíříme bezbariérové cestování na většinu našich linek,“ uzavírá Radek Dvořák.

Přeprava vozíčkáře je realizována na základě online objednávky zaslané nejpozději 24. hodin před odjezdem, při cestě do zahraničí je třeba počítat ještě se dnem navíc. Jde o minimální čas, který neplatí vždy. Při nutnosti zařazení mimořádného vozu se zvedací plošinou, v čase četných výluk, svátečních dnů a výjimečných kulturních událostí je vhodné svůj zájem o přepravu oznámit ještě dříve.

Do formuláře vyplníte údaje o cestě, nutné osobní údaje, typ vozíku, ale i požadavek na asistenci. „Asistencí se rozumí zajištění pomoci zdravotně postiženým osobám a osobám s omezenou schopností pohybu a orientace při nástupu a výstupu do/z vozidla, doprovod k vlaku, pomoc při nákupu jízdního dokladu apod. dle možností zaměstnanců ČD v dané stanici. Tento formulář tedy není určen pro objednávku jiných služeb cestujícím, např. pro zajištění nosičské služby zavazadel, hlídání dětí apod.“ Službu je určitě vhodné využít, pokud někam cestujete poprvé, nebo jedete v brzkých ranních či nočních hodinách. „Pokud z jakéhokoliv důvodu zrušíte již nahlášenou a potvrzenou přepravu, tak prosím neprodleně informujte telefonicky Centrální zákaznický servis ČD na čísle 221 111 122 nebo to sdělte u kterékoliv pokladní přepážky, případně zašlete e-mail na adresu: bookingtool@cd.cz, vždy s uvedením čísla přepravy.“

Veškeré informace najdete na webu ČD pod odkazem Přístupnost stanice. Nechybí zde kontaktní telefonní číslo, provozní doba místa a popis přístupnosti jednotlivých nástupišť.

Zdroj: www.vozejkov.cz

Spravedlivější příspěvek na auto pro postižené: dosud výrazně znevýhodňoval pracující

Od 1. března 2020 dosáhne část pracujících zdravotně postižených, kteří mají nárok na příspěvek na pořízení motorového vozidla, na výrazně vyšší sumu v rámci tohoto příspěvku. Nyní jim je již při dosažení příjmů převyšujících osminásobek životního minima příspěvek krácen, což je znevýhodňuje oproti nepracujícím postiženým. Tato hranice se nyní zvedne na šestnáctinásobek. Zákon již podepsal prezident.

O výši příspěvku na pořízení motorového vozidla pro zdravotně postižené, kteří pro něj splňují zákonná kritéria, rozhoduje výše příjmů postiženého a osob s ním společně posuzovaných vzhledem k násobkům životního minima. Do příjmů se počítá mj. i invalidní důchod.

Dosud jednotlivci stačí součtem invalidního důchodu a mzdy překonat osminásobek životního minima (27 280 Kč), aby došlo ke krácení příspěvku, jehož maximální výše je 200 000 Kč. Vyšší výdělek znamená větší krácení.

Od března 2020 sice zůstane mechanismus výpočtu stejný, ale částka se bude snižovat teprve od šestnáctinásobku životního minima. Limit příjmu 54 560 korun u jednotlivce umožní pobírat mzdu pohybující se okolo průměru a s ní invalidní důchod a neztratit nárok na příspěvek v plné výši.

Změna nastane s účinností zákona č. 228/2019 Sb. Ten novelizuje mimo jiné zákon o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením a dotkne se i příspěvku na pořízení motorového vozidla.

Zdroj: www.helpnet.cz

Důchodci si v příštím roce polepší v průměru o 900 korun

Důchody porostou v příštím roce o víc než jen zákonem stanovenou valorizaci. V průměru si penzisté od ledna 2020 polepší o 900 Kč na cca 14 400 Kč.

9 z 10 penzistů se zvýší důchod alespoň o 750 Kč měsíčně na minimálně 11 450 Kč. Dne 11. září 2019 poslanci schválili návrh Ministerstva práce a sociálních věcí. Novela zákona o důchodovém pojištění čeká už jen na podpis prezidenta. Návrh by měl pomoci seniorům s nižšími důchody. Podle statistik dnes totiž v Česku žije pod hranicí chudoby v podstatě každý sedmý senior. Ohrožený chudobou je každý třetí důchodce. Navíc dva z pěti seniorů

v současnosti pobírají starobní důchod, který nedosahuje ani výše minimální mzdy.

Poslanci projednávali i návrh Senátu, aby se přidalo dalších tisíc korun měsíčně těm, kteří jsou ve starobním důchodu alespoň 25 let a zároveň nedosáhli věku 85 let. Tento návrh ale nakonec Sněmovna nepodpořila. Návrh totiž pomáhá pouze úzce vymezené skupině důchodců. Ministryně práce chce naopak navýšit penze všem ženám, které vychovaly alespoň jedno dítě.

Zdroj: www.mpsv.cz

Změna místa konání veletrhu REHAPROTEX

Letošní ročník se přesunuje do pavilonů A1 a A2, které nabízí osvědčené bezbariérové i organizační zázemí.

Doprovodný program bude probíhat na pódiu v pavilonu A, v sálech Morava a Brno a ve výškové budově v sále 102. Vstup na veletrh bude umožněn hlavním vstupem a branou č. 4, která bude určena i pro vjezd aut. Parkovat budete moci přímo u pavilonu A, tak jako tomu bylo v minulosti.

Aktuální informace o veletrhu najdete na www.rehaprotex.cz.

zdroj: www.vozejkov.cz

Vozidla osvobozená od zpoplatnění

Mýtnému nepodléhá užití zpoplatněné pozemní komunikace silničním motorovým vozidlem:

■ vybaveným zvláštním výstražným světlem podle zvláštního právního předpisu, pokud se jedná o:

- ☐ vozidlo Vězeňské služby České republiky,
- ☐ vozidlo poskytovatele zdravotnické záchranné služby, přepravy pacientů neodkladné péče a zdravotnické dopravní služby,
- ☐ vozidlo složky integrovaného záchranného systému neuvedené v bodech 1 a 2;

■ Ministerstva vnitra používaným Policií České republiky a opatřeným nápisem "POLICIE";

- ozbrojených sil České republiky, včetně vozidel používaných Vojenskou policií a opatřených nápisem "VOJENSKÁ POLICIE" a vozidel ozbrojených sil jiného státu na základě vzájemnosti;
- celních orgánů opatřeným nápisem "CELNÍ SPRÁVA“;
- Hasičských záchranných sborů a jednotek dobrovolných hasičů opatřených nápisem "HASIČI“;
- obecní nebo městské policie opatřené nápisem "OBECNÍ POLICIE“ nebo "MĚSTSKÁ POLICIE“;
- Vězeňské služby České republiky se zvláštním barevným provedením a označením podle zvláštního právního předpisu;
- převážujícím těžce zdravotně postižené občany, kteří jsou podle zvláštního právního předpisu držiteli průkazu ZTP, s výjimkou postižených úplnou nebo praktickou hluchotou, nebo průkazu ZTP/P, pokud držitelem silničního motorového vozidla je postižená osoba sama nebo osoba jí blízká;
- převážujícím nezaopatřené děti, které jsou léčeny pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastosou;
- vedeným v registru silničních vozidel členů diplomatické mise;
- provozovaných domovem pro osoby se zdravotním postižením, slouží-li k přepravě osob se zdravotním postižením;
- provádějícím záchranné a likvidační práce a při ochraně obyvatelstva;
- Správy státních hmotných rezerv při přepravě materiálů státních hmotných rezerv, nebo humanitární pomoci státu za krizových situací podle zvláštního právního předpisu;
- správce zpoplatněné pozemní komunikace.

U výše uvedených vozidel osvobozených od zpoplatnění se mýtné nehradí. Vozidlo musí být zaregistrováno v systému elektronického mýtného a pro účely kontroly vybaveno elektronickým zařízením (palubní jednotkou).

Zdroj: www.myto.cz.eu

Praktičtí lékaři nabídnou pacientům širší spektrum služeb

Posílení role praktických lékařů navýšením jejich kompetencí, to je cílem reformy primární péče, na které nyní Ministerstvo zdravotnictví ve spolupráci s praktickými lékaři a pojišťovnami pracuje. Úhradová vyhláška pro rok 2020 reflektuje změny, ke kterým v primární péči postupně dochází a obsahuje celou řadu nových výkonů.

„Praktičtí lékaři budou moci pacientům nabídnout nové služby, jako například péči pro prediabetiky, časný záchyt demence či péči po onkologické léčbě,“ uvedl ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. Další novinkou je také management kolorektálního screeningu.

V ordinaci praktického lékaře pro děti a dorost bude nově možné zachytit a sledovat pacienta s obezitou. Mezi další nové výkony patří sledování novorozence s mimořádnými nároky na péči a edukační pohovor lékaře s rodinou v souvislosti s očkováním. „Lékaři budou odměněni za větší časovou náročnost a opakované nároky na edukaci pacientů o prospěšnosti a smyslu očkování.

Dohoda pro příští rok podporuje i prevenci, protože počítá s navýšením kapitační platby o 0,50 korun v případě, že lékař provede preventivní prohlídku alespoň u 30 procent svých registrovaných pojištěnců ve věku od 40 do 80 let.

Zdroj: www.mzcr.cz

Limity doplatků na léčiva nebo potraviny pro zvláštní lékařské účely

Od 1. ledna 2020 vstupuje v účinnost ustanovení § 16b, zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, které stanoví limit na doplatky za léky nebo potraviny pro zvláštní lékařské účely, pro příjemce invalidních důchodů ve III. stupni a dále pro osoby, kterým byla přiznána invalidita II. a III. stupně, ale pro nesplnění podmínek jim není invalidní důchod vyplácen.

Pokud příjemci ID chtějí, aby od 1. 1. 2020 měli limit na doplatky na léky pouze ve výši 500,- ročně, musí splnit základní podmínku, že do 31. 12. 2019 předloží svojí zdravotní pojišťovně kopii rozhodnutí o přiznání ID. Pokud jde o osoby, kterým byl přiznán II. nebo III. stupeň invalidity, ale pro nesplnění podmínek jim není vyplácen ID, musí svojí zdravotní pojišťovně dát kopii příslušného posudku o posouzení zdravotního stavu.

Dále upozorňuje, že zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění stanoví, že každý pojištěnec, který má limit na doplatky na léky, musí do 8 dnů nahlásit svojí zdravotní pojišťovně změny, které se týkají ID III. stupně, případně změny ve II. a III. stupni invalidity.

Převzato z: www.helpnet.cz

Otův koutek

Poznámka pod čarou*

Je to marné, je to marné, je to marné. I když už jsem o tom psal, stále to pokračuje: Na sociální síti, ach jo, se zase vyskytl nějaký námořní inženýr z Norska, který prý zrovna pluje přes Středozemní moře. Požádal ženu z Hradce Králové (43 let), zda jí může poslat balíček se svými osobními věcmi, u kterého je potřeba zaplatit poštovné. Lodi totiž prý hrozilo přepadení piráty. Žena poslala v eurech 50 000 korun. Dále platila za údajné proclení, pojištění, vývozní daň a jiné věci. Protože jí došly úspory, vzala si u několika společností půjčky a půjčila si i u známých. Celkem mu naposílala 1 milion a 300 000 korun...

(zdroj: Blesk, 24. 9. 2019)

Má stupnice lidské hlouposti nějaké hranice???



Recenze: Sokolovo (ČSSR, 1974, režie Otakar Vávra)

Po pádu Polska začali českoslovenští vojáci odcházet do SSSR. Po napadení Sovětského svazu v roce 1941 se v jihouralském Buzuluku začala pod vedením podplukovníka Ludvíka Svobody vznikat československá vojenská jednotka. Po vítězství u Stalingradu se boje přenesly až k ukrajinskému městu Charkov. Přes nesouhlas londýnského vedení se do boje zapojila i jednotka Čechoslováků, která dostala za úkol bránit vesničku Sokolovo.

8. 3. 1943 vojáci svedli hrdinský boj, při kterém padl i velitel jednotky nadporučík Otakar Jaroš. Jednalo se o první vystoupení Čechoslováků po boku Rudé armády. Nadporučík Jaroš byl jako první cizinec vyznamenán titulem Hrdina Sovětského svazu.



Fejeton: Já jako pohádková bytost

Tak na tohle téma jsem narazil nedávno v Trendu v učebně a okamžitě jsem měl jasno – jsem šestatřicetihlavý drak!

Vyrazil jsem na výzvědy po kancelářích. Některé kolegyňky tvrdily, že o tom nikdy nepřemýšlely, ale nakonec se z toho vyklubala víla, Šípková Růženka, Maková panenka a dokonce se vyskytl i hobit. Tam si ovšem nejsem jistý, zda jej zařadit jako pohádkovou bytost, byť dotyčná měla v té době i chlupaté nohy, kterými se hobiti vyznačují. Mile mě překvapila zadavatelka tématu, která, i když neznala můj výběr, se označila jako drak. Tedy v jejím případě dračice. Dvouhlavá. Je vidět, že my, Blíženci, prostě uvažujeme stejným způsobem.

Počet hlav u nás draků je stanoven buď násobkem tří – tedy 3, 6, 9, atd. případně násobkem sedmi – tedy 7, 14, 21 atd... Rodí se ovšem i jednohlaví či dvouhlaví draci, ale ti hlavně daleko na východě, hlavně v Číně a tak. Ale vyskytují se u nás také. Hlavně je zde ale hnízdo nás – mnohohlavců.

Když se my draci chceme usídlit u nějakého města, žádáme si samozřejmě výkupné. Dříve to byly panny princezny. Dnes bychom asi umřeli hladem ☺, takže jako draci 21. století bereme i ženské. A nebojte se, už je nežereme, i když jsou opravdu někdy k sežrání ☺, ale mají u nás spokojený život. 36 hlav toho taky něco spořádá, takže je nutné je krmit. Ze světa tak přinášíme do jeskyně hovězí, vepřové, telecí, takže v podstatě každý den je grilovačka a tak. Nevadí nám ani zelenina, a protože jsou některé hlavy i pěkně mlsné, dotáhneme i cisternu mléka a uděláme krupici s cukrem a skořicí.

Jak vidíte, milé žínky, nebudete se u mě mít špatně. V jeskyni bude světlo, teplo, pro vegetariánky budu nosit metráky rajčat, paprik, okurek, z mléka budou sýry, kyška, podmásli – prostě co si řeknete. Oděny budete v kožešinách z medvědů a stříbrných lišek a v sobotu, když se budete chtít vykoupat,

vám ohřeju ve velkých kamenných kádích vodu, nanosím vám metráky levandule nebo heřmánku, aby to krásně vonělo. A samozřejmě vás budu z jeskyně nenápadně pozorovat ☺. V neděli po obědě mi budete vyprávět pohádku, nebo já vám a při tom mě můžete škrábat na zádech nebo na břiše.

Některé mohou mít představu, že je přijde osvobodit nějaký Honza, Pavel, Tomáš nebo Jirka. Cha! Nenechte se vysmát! Vždyť ti dnešní kluci nebyli ani na vojně, jsou těstovití, tvarohovití, rozbácaní... Dvoumetrový ocelový meč váží minimálně 140 kilo – vždyť by ho ti saláti ani neuzvedli! To by ho za sebou táhli na vozíku, či co? A hlavně nezapomeňte, že jsem šestatřicetihlavý drak! Vychrlil bych na něj tolik ohně, že by z něj nezbyl ani mastný flek! Co mastný flek – zbyl by tam po něm šestnáctimetrový doutnající kráter!

Holky asi četly hodně pohádek, nebo se dívaly na Prince Bajaju, že? Na toho jsem se jednou díval taky a smál jsem se tak, že z toho vznikl hurikán Katrina. Ten drak byl prostě ostudou nás draků. Jen se na to koukněte – Bajaja je po useknutí dvou hlav úplně hotový a neví o sobě. A třetí hlava místo toho, aby z něho udělala řízky, tak tam koulí očima a kymácí se ze strany na stranu. No kde to jsme... Takhle je to ale jen v pohádkách, v realitě vždycky vítězíme my, draci.

Není špatné být drakem...

Otakar Altman

Krysa říká: *Tady by mohl být elaborát o dracích. Mohl. Ale byl by dost dlouhej a nejsem si jistá, že to někoho vůbec zajímá... Já jsem dostala několikahodinovou přednášku od Přemka, kterou Vám můžu zestručnit.*

Jediný žijící druh draků se nachází na ostrově Komodo a říká se jim varani.

První problém s draky začíná v počtu končetin a křídel. Dvě nohy a dvě křídla? Čtyři nohy a dvě křídla? Čtyři nohy a žádná křídla? A umí všichni létat..?

Pokud má drak více než jednu hlavu, jedná se o saň, i kdyby to byl samec. Stejně jako je slimák slimákem, protože nemá ulitu jako šneci.

Drak nechrlí jen plameny, občas je to způsobeno jeho přirozenému prostředí, takže draci bahenní na vás spíš plivnou kyselinu, než plamen.

Drak je kombinace tanku a helikoptéry – tank toho moc nenalítá, helikoptéra moc nevydrží... a nejdelší historicky použitý meč měl ±7 stop a váhu 23 liber!

Pozvánky

Kadeřnický salon pro přihlášené!

Kdy: 15. 10. 2019, 14:00-16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)



Zdravíme Vás ze Štursovky. Jsme budoucí kadeřníci a nabízíme své služby všem, kteří chtějí mít krásné účesy. Vyfoukáme, ostříháme, natočíme - a to vše zdarma. Pokud si dámy budou přát barvení, melírování, trvalou - uděláme taky, a vy zaplatíte pouze materiál, který použijeme.

Pánům nabízíme samozřejmě také holení.

Co pro své zkrášlení musíte udělat Vy? Pouze se **nahlásit se u p. Mackové**, my Vám následně sdělíme termín a účesy vytvoříme dle Vašich přání v Lužické ulici č. 7, v počítačové učebně.

První setkání plánujeme na **15. října na 14:00**, poté se budeme domlouvat dle Vašich požadavků.

Těší se na vás šikovní kadeřníci ze Štursovky.

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

Relaxační techniky spojené se svalovou relaxací a řízenou imaginací

Volné pokračování nácvičku relaxačních technik. Přijďte zrelaxovat, poslechnout si relaxační hudbu a zažít řízenou imaginaci. Tentokrát na téma naše vnitřní dítě. Věnovat se budeme rovněž progresivní svalové relaxaci podle Jacobsona.

Na společné setkání při relaxaci se těší Jana Dubová

Termín: Středa 16. října 2019 od 13:30 do 14:30.

Místo konání: Učebna Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7



Hudební setkání s prvky muzikoterapie

**Kdy: pondělí 21. 10. a 25. 11. 2019,
14:30 – 16:00**

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů

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



Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

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

Čajovna na kolečkách – Den otevřených dveří

**Kdy: 23. 10. 2019, 10h – 17h
Kde: Spolek Trend vozíčkářů
Olomouc, Lužická 7, Olomouc
(počítačová učebna)**



Srdečně vás zveme na posezení u dobrého čaje, kávy a něčeho sladkého k tomu...

10:00 – 12:00

- SETKÁNÍ SE SOCIÁLNÍMI PRACOVNÍKY JEDNOTLIVÝCH SOCIÁLNÍCH SLUŽEB
- PREZENTACE FOTEK VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT
- VÝSTAVA TVOŘENÍ PRO RADOST – HENDIKEP NENÍ PŘEKÁŽKOU
- OCHUTNÁVKA DOMÁCÍCH ZAVAŘENIN

13:00 – 15:00

- SETKÁNÍ S FOTOGRAFEM SVATOPLUKEM KLESNILEM
 - představení jeho práce a také výstupů účastníků kurzu Tvůrčího focení v Trendu



15:00-16:30

- ZDRAVÉ SVAČINY DO KAŽDÉ RODINY
ANIČKY PAČEVOVÉ
 - ochutnávka a tipy

Bližší informace: Ludmila Macková,
tel.: 734 442 040,
email: volnocasovky@trendvozickaru.cz



Plavání pro vozíčkáře v Baluo centru – pouze pro přihlášené!

Kdy: každou středu od 23. 10. do 18. 12.

Kde: Baluo centrum, Neředín

Pokud rádi plavete, nebo si to chcete zkusit, můžete 1x týdně opět navštěvovat hodiny plavání v Baluo centru v Neředíně. Lekce budou probíhat v rámci výuky Centra APA při Univerzitě Palackého v Olomouci. Povedou je studenti Centra APA (pod dohledem vyučujících), kteří vám také pomohou s převlečením a přípravou na i po lekci. **KAPACITA JE OMEZENÁ NA 5 OSOB!**



První lekce proběhne 23. 10. 2019 12:00-13:00 hodin poslední 18. 12. 2019. **SRAZ PRO PŘIHLÁŠENÉ** je v 11.50 hodin v recepci Baluo centra.

Cena: 80,- Kč za 1 lekci (platí se na recepci centra). S sebou si vezměte plavky, 2x ručník a brýle na plavání (pokud je máte).

Máte-li o plavání zájem, přihlaste se co nejdříve Ludmile Mackové: mackova@trendvozickaru.cz, 734 442 060

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung
s paní Věrkou Schmidovou, fyzioterapeutkou
na vozíčku

Kdy: 24. 10., 7. 11., 21. 11. 2019
od 13:00 – 14:30

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

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



Trénink paměti

Kdy: úterý 29. 10. 14:00 – 15:30

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů

Přijďte si procvičit svou paměť
a rozpohybovat své mozkové závity
při plnění nejrůznějších úkolů.

Na pravidelných setkáních si kromě
praktických cvičení také vysvětlujeme, jak paměť a mozek funguje, a zkusíme
různé pomůcky, jak si paměť zlepšit. Na setkání se těší Kateřina Šindelářová.

Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

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



Svépomocná skupina klientů Spolku trend vozíčkářů Olomouc

Přijďte společně sdílet a popovídat si.
Téma svépomocné skupiny: volné,
podle potřeb a požadavků klientů.
Na setkání se těší Jana Dubová

**Termín: Středa 30. října 2019 od 13:30
do 15:00.**

Místo konání: Učebna Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7
Přihlášky a bližší informace: dubova@trendvozickaru.cz, 731 501 388



Zveme Vás na Výlet! Rehaprotex Brno

**Veletrh rehabilitačních, kompenzačních,
protetických a ortopedických pomůcek**

Kdy: 30. 10. 2019, 8:30

Kam: Výstaviště Brno



Veletrh REHAPROTEX nabízí prostřednictvím výrobců i distributorů široký **sortiment kompenzačních, protetických, ortopedických a rehabilitačních pomůcek**, ale i **služby pro aktivní život seniorů**.
Prezentovat své výrobky a služby budou také **poskytovatelé sociálních služeb, neziskový sektor** nebo **charitativní organizace** s širokou nabídkou originálních výrobků svých klientů.

Doprovodný program vzniká za spolupráce s mnoha významnými partnery, jako jsou Národní rada osob se zdravotním postižením ČR, Liga vozíčkářů, ParaCENTRUM Fenix, Senior pas, Česká obuvnická a kožedělná asociace (ČOKA) či Státní zdravotní ústav. Návštěvníky veletrhu jsou jak odborníci z oblasti státní správy, pojišťoven, úřadů práce, odborní a revizní lékaři či rehabilitační pracovníci, tak i laická veřejnost.

Autobus má kapacitu 33 míst, vejdou se tam bohužel jen 3 elektrické vozíky, proto bude dána přednost zájemcům, kteří letos s námi ještě nebyli na výletě.
Přihlašujte se, prosím, co nejdříve L. Mackové emailem na volnocasovky@trendvozickaru.cz nebo tel. 734 442 040.

Filmový klub: České nebe
Kdy: 31. 10. 2019, 14:00-16:00
Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

České nebe je divadelní hra z repertoáru Divadla Jára Cimrmana s podtitulem Cimrmanův dramatický kšaft. Autory jsou Zdeněk Svěrák a Ladislav Smoljak, jako spoluautor je uváděn fiktivní český vynálezce, filosof a dramatik Jára Cimrman.



Hra měla premiéru 28. října 2008 v Žižkovském divadle Jára Cimrmana.

Máte-li chuť se pořádně zasmát, přijďte!

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

Šachy v Trendu

Kdy: 4. 11. 2019, 14:00-16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Do 31. 10. 2019 se, prosím, přihlaste, abychom zajistili šachovnice.

Kontakt: Ludmila Macková

volnocasovky@trendvozickaru.cz nebo tel.: 734 442 040.



Přednáška Cesty k životní rovnováze

Kdy: 5. 11. 2019, 14:00-16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Jsme to, co jíme? Naše stravování výrazně ovlivňuje zdraví celého těla.

Celosvětově uznávaný neurofarmakolog a vědec v oblasti výživy

Dr. Paul Clayton, vyzdvihuje především tvorbu zánětů, které stojí za nemocemi.

Co způsobuje záněty v našem těle, proč nerovnováha Omega-3 a Omega-6 mastných kyselin ohrožuje naše zdraví a jak si tedy můžeme sami pomoci?

Jste zváni na přednášku, kde se dozvíte důležitá fakta i skutečné příběhy.

Přihlášky a další informace: Ludmila Macková email

volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 734 442 040.

Arteterapeutické setkání

Přijďte si vytvořit své vlastní království s erbem, s pečeti... tak, jak si ho sami vysníte.

Na společné setkání se těší

Jana Dubová.

Termín: Středa 6. listopadu

2019 od 13:30 do 15:00.

Místo konání: Učebna Spolku

trend vozíčkářů Olomouc,

Lužická 7



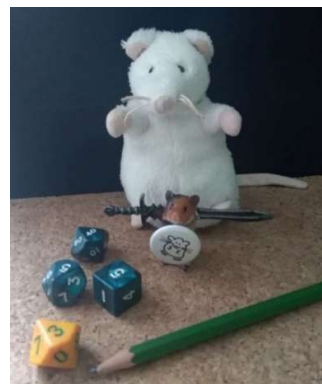
Přihlášky a bližší informace: dubova@trendvozickaru.cz, 731 501 388

Dračí doupě (4. a 5. sezení)

Kdy: 20. 11. a 11. 12. 2019 cca 15:30 – 19:00

Kde: učebna Trendu, Lužická 7

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



Vlci, unesené princezny a namyšlení šlechtici s ochrankou, třeště se.

Krysa říká: *Nahlaste, **prosím**, svou účast na mail drtil@trendvozickaru.cz, krysa@trendvozickaru.cz, třeba hned, nebo do 15.11*

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

Napsali pro vás: Přemysl D., Otakar A., Martina B., krysa a další
Distribuce a info s úsměvem: Milena B., Alena T. a Anna K.

Datum vydání: **14. 10. 2019**, Počet výtisků: +-80

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **1. listopadu 2019**

Shrnutí:

15. 10. – Kadeřnický salon
16. 10. – Relaxační techniky
21. 10. – Hudební setkání s prvky
Muzikoterapie
23. 10. – Čajovna na kolečkách
23. 10. – Lekce plavání
24. 10. – Čchi-Kung
29. 10. – trénink paměti
30. 10. – REHAPROTEX Brno

30. 10. – Svépomocná skupina
klientů
31. 10. – Filmový klub
04. 11. – Šachy
05. 11. – Přednáška Cesty k životní
rovnováze
06. 11. – Arteterapie
07. 11. – Čchi-Kung
20. 11. – Dračí doupě
21. 11. – Čchi-Kung

Nechte si udělat radost aneb Ježíškova vnoučata v Trendu!



Moc Vás zdravím!

Určitě už jste slyšeli o projektu Českého rozhlasu Ježíškova vnoučata. Má za cíl propojit dárce a seniory a udělat jim radost. Lidé dávají dárky lidem. Zejména těm osamělým.

Máte nějaké nesplněné přání? Může to být věc, může to být zážitek.

Potřebujete inspiraci?

- 82letý Jaroslav si přál projet se popelářským vozem. Ježíškova vnoučata mu to splnila
- Pan Ladislav dostal permanentku na zápasy Hranic a klubovou šálu
- Paní Emílie celý život strávila u krav. Teď ji Ježíškova vnoučata vzala na farmu, kde kdysi pracovala
- Paní Jarmila z Třebíče si přála setkání s papežem Františkem. Díky Českému rozhlasu se její sen splnil.
- Paní Olinka se přála podívat do karlovarského Motýlího domu

Můžete si přát také věc, která Vám udělá radost: košile, uzené, svetr, deku, nástěnný kalendář, víno, kosmetický balíček,...

Podmínkou je, aby Vám bylo 55+ a abyste byli uživatelem služeb Trendu nebo jeho členem.



Co je tedy potřeba udělat?

Rozmyslete si, co byste si přáli. Proč si to přejete (např. ráda chodím upravená, proto by mě potěšil dárek návštěva u kadeřníka atd.) a ozvěte se Ludmile Mackové.

Už v polovině listopadu se otevře databáze pro ty, kteří chtějí splnit Vaše přání nebo dárek. Tak neváhejte a ozvěte se mi brzy! Nejlépe do konce října. Dárky by se předávaly v průběhu listopadu a prosince v Trendu.

Ludmila Macková email: volnocasovky@trendvozickaru.cz, tel.: 734 442 040.
Úřední hodiny: PO, ČT 8-12, ST 8-12,14-17.