



Nová paní psycholožka

Fotky z akcí

Okénko z poradny, Oto, volnočasové aktivity

Povídka od paní Věrky

...a dva inzeráty



Hele, jahoda!

Úvod-kník

Podzim je tady, ráno je tma a zima, přes den se to trochu zlepší, ale brzo je tma a opět zima. Toho jste si určitě všimli a přizpůsobili tomu styl oblékání, že? Pořád ale vídám lidi v šortkách nebo sukních a je mi z nich zima už od pohledu.



*V tomto čísle najdete klasický obsah, jak již napovídá titulní strana a **dva inzeráty. Jeden je na konci okénka z poradny a druhý úúúúplně na konci.***

A jelikož mám ráda hloupé vtipy, podělím se o 3x 3 věci:

Smrt, daně a plyšový medvídek – tři věci, na které je vždy spoleh.

Láska, pravda a nastartovanej Harley – tři věci, které nejdou schovat.

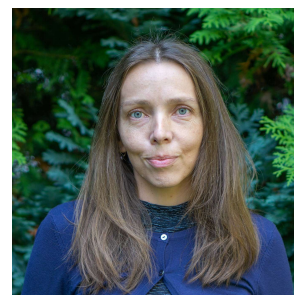
Děti, legíny a opilí lidé vždy říkají pravdu.

A nyní si můžete přečíst „představení se“ od nové posily našeho týmu:

Dobrý den,

jmenuji se Andrea Valová a nastupuji v Trendu na pozici *Psycholog*.

Nabízím psychologické poradenství při řešení osobních, rodinných a vztahových problémů.



Vycházím mj. z **psychosomatiky** (vnímání souvislostí mezi psychikou a tělem) a **celostního přístupu** (vnímání člověka jako bio – psycho – spirituálního).

Podporu v obtížných životních situacích zaměřuji k nalezení nového pohledu i nadhledu, protože:

„Žádný problém nemůže být vyřešen ve stejné úrovni myšlení, ve které byl stvořen.“

Albert Einstein

Nalezení „*nové úrovně myšlení*“ může vést k proměně prožívání, následně i k novým rozhodnutím a konkrétním změnám v našem životě – k získání většího klidu a pocitu smysluplnosti života.

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:

Středa 20. 10. 2021, 15:00 – 16:30: Průkaz pro osoby se zdravotním postižením

Čtvrtek 25. 11. 2021, 13:00 – 14:30: Osoby se zrakovým postižením

Aktuality

Všechny vás po dvou měsících opět zdravím a přicházím s pravidelnými aktualitami z různých oblastí, v nichž se dozvíte, co se za posledních pár týdnů nového událo. Tentokrát se spolu zaměříme na starobní a invalidní důchody.

Invalidní důchod a jeho vliv na starobní penzi

Invalidní důchod může mít vliv na výši starobního důchodu.

Invalidní a starobní důchody řeší zákon o důchodovém pojištění.

Nárok na invalidní důchod, bez ohledu na stupeň invalidity, zaniká dosažením 65 let. Od této chvíle vzniká nárok na starobní důchod, a to ve výši dosavadního invalidního důchodu. K přeměně dochází automaticky a není třeba o starobní důchod žádat.

Zůstává zachován nárok také na obecný starobní důchod stanovený „standardním“ způsobem, tzn. na základě skutečné doby pojištění a vyměřovacích základů (příjmů) dosažených za rozhodné období. O přiznání obecného starobního důchodu si však dosavadní invalidní důchodce už požádat musí.

Od 1. 1. 2010 existuje pouze jeden druh invalidního důchodu, u kterého se v závislosti na stupni invalidity rozlišuje invalidní důchod pro invaliditu prvního,

druhého a třetího stupně, kdy určující je míra poklesu pracovní schopnosti pojištěnce.

Při rozhodování, která z variant bude pro invalidního důchodce při dosažení důchodového věku nejvýhodnější, záleží na tom, jestli osoba invalidní důchod stále pobírá, nebo ho pobírala v minulosti po přechodnou dobu.

Pokud osoba dosáhla důchodového věku a invalidní důchod již nepobírá, nezáleží na tom, o jaký invalidní důchod (stupeň invalidity) se v minulosti jednalo. Ke dni dosažení důchodového věku a při splnění potřebné doby pojištění si můžete požádat o obecný starobní důchod. Bude vám vypočten z výpočtového základu odvozeného z celého vašeho rozhodného období, nejméně však z výpočtového základu, který byl stanoven z osobního vyměřovacího základu, z něhož byl dřívější invalidní důchod vyměřen, přepočteného na současnou úroveň.

Je výrazný rozdíl mezi starobními důchody ve výši invalidního důchodu pro první, druhý nebo třetí stupeň invalidity.

Pokud pobíráte invalidní důchod pro první nebo druhý stupeň invalidity, odborníci doporučují požádat o přiznání obecného starobního důchodu, a to nejlépe již ke dni dosažení důchodového věku, je-li nižší než 65 let.

Výši starobního důchodu zásadně ovlivňují dva faktory. Je to doba pojištění a výpočtový základ.

Důležité je ohlídat si dobu pojištění, tedy nepřipustit neevidované doby a omezit náhradní doby pojištění, které se redukují na 80 procent. Cílem je tak dosažení maximální doby pojištění.

U výpočtového základu odborníci upozorňují, že maximalizovat výpočtový základ nemusí být vždy efektivní. Jak omezit odvody, které nijak nenavýší budoucí penzi? Kombinací minimální (resp. nízké) mzdy a dohody o provedení práce s příjmem do výše 10 tisíc korun měsíčně, dále kombinace dohody o pracovní činnosti s příjmem alespoň 3500 korun měsíčně (platí pro rok 2021) a dohody o provedení práce s příjmem do 10 tisíc korun měsíčně nebo výdělečná činnost jako osoba spolupracující podle § 13 zákona o daních z příjmu s daňovým základem zakládajícím účast na důchodovém pojištění (v roce 2021 je to 85 058 korun).

Zdroj: novinky.cz, www.pixabay.com

WWW.vozickar.cz

O kolik se příští rok zvýší důchody

Průměrný starobní důchod se od prvního ledna 2022 zvýší o 805 korun. V této sumě je zákonný růst (v průměru o 505 korun), tzv. valorizace, a tři sta korun. Zmíněný průměrný starobní důchod bude po celkovém zvýšení o 805 korun dosahovat částky 16 280 korun, což odpovídá zhruba 43 procentům průměrné mzdy. Nárůst oproti letošnímu roku bude představovat 5,2 procenta, pokud by se neschválilo přilepšení o 300 korun, pak by to bylo jen o 3,3 procenta. Kromě toho se promítne do výše důchodu i valorizace základní výměry o 350 korun. Zjednodušeně se dá říct, že si běžný důchodce (neplatí to například, pokud dostáváte důchod i ze zahraničí) polepší nejméně o 650 korun.

300 korun pomůže tomu, aby se rozdíly v důchodech nezvětšovaly.

Konkrétní zvýšení důchodu se bude vypočítávat tak, že se k základní výměře připočte 350 Kč (v příštím roce bude činit tato základní výměra 3900 korun). K procentní výměře se pak připočte 1,3 procenta její nynější hodnoty a také 300 korun.

Obě komory parlamentu už v létě odsouhlasily i další změny, které budou platit od začátku roku 2023. Půjde o tzv. výchovné, které by mělo všem primárně pečujícím rodičům o děti přilepšit k důchodu o 500 Kč za každé vychované dítě.

Schválený byl dřívější odchod do důchodu u záchranářů. Záměrem MPSV je i dřívější odchod do důchodu u pracovníků v náročných profesích, aniž by se měnila výše jejich penze. Mělo by jít například o horníky, svářeče, brusiče, kováře nebo specializované sestřičky.

Zdroj: www.mpsv.cz

Opakovaný inzerát

Prodám auto Citroen Berlingo 14l kombi verze GJKFWC červené barvy, rok výroby 5. 6. 2008, technická kontrola provedena 7. 8. 2020, najeto 29 500 km, bez závad. Vhodné i pro vozíčkáře, v zavazadlovém prostoru el. jeřábek i na vozík elektrický, sedadlo pro spolujezdce otočné, výsuvné. Na boku dveří nasazovací jeřábek na osobu s postižením. Náhradní 4 rezervní kola letní, střešní nosiče, garážované, el. okna centrální, nová baterie.

Prodám elektrický vozík Groove, zachovalý, zánovní baterie, naklápací sedačka, opěradlo, naklápací podnožky, ovládání na pravou ruku, nabíječka, přizpůsobený na zvedání jeřábem v autě.

Kontakt: Dagmar Sedláčková – majitelka, Tel: 603 57 11 73, Cena dohodou.

Otův koutek

Fejeton

Když byl starý Řím v ohrožení, zvolil si na rok nebo dva diktátora, který to dal zase dohromady. Když vidím ty komedie a hrůzu, co se odehrává u nás, případně v Evropě, klidně bych se toho ujal. Vládl bych pomocí dekretů. Tady máte první 4:



Dekret číslo 1 – zrušit letní čas

Tento nesmysl se už 40 let valí Evropou. Od 1. ledna budeme předsedat Evropské unii, tak jsme pro to mohli něco udělat. Ubohá a zbabělá česká vláda bohužel přijala rozhodnutí o letním čase na příštích 5 let dopředu. Přitom stačilo říct, že už to nebudeme zavádět. Směju se nad bláboly cestovních kancelářů, že mají zájezdy nastavené na letní čas. Panebože! Když je na hodinkách osm ráno, tak je osm ráno v březnu, dubnu, květnu, červnu a furt!!!

Dekret číslo 2 – vypsát referendum o Evropské unii

Když vidím všechny ty nesmysly typu Green Deal, migrace, větrníky, elektroauta a další, nic z toho nechci. Čeho se vláda tak bojí? Když si myslí, že 80% lidí bude pro EU, tak potom může přece klidně triumfovat. Je mi zle z lidí jako EuroUršula, Frans, Euro Jourová a tak. EuroUršula jako ministryně obrany úplně zničila německý Bundeswehr, který je díky ní prakticky nebojeschopný. Ji zajímalo jenom gender a uniformy pro těhotné vojákyně. A tato osoba vede Evropskou komisi. To bylo i za komunistů – jsi neschopný, tak tě vykopneme někam výš, ať škodíš někde jinde.

Dekret číslo 3 – obnovit trest smrti

Samozřejmě pro mnohonásobné vrahy a vrahy dětí. Na co chcete žít takové zmetky? V českých věznicích je 44 doživoťáků, z nichž drtivá většina by si trest smrti zasloužila. Už slyším námitky, že je to nehumánní a tak. Zločinci mají větší práva, než slušní lidé. Co byste udělali s tím Konopkou, co v Bohumíně upálil 11 lidí? On si bude spát v měkké posteli, třikrát denně dostane najíst, pracovat nemusí, může kouřit, popíjet káfičko, prostě pohodička. A co ta nešťastná mladá dívka s miminkem v bříšku, která skočila z 11. patra, než aby uhořela? To nikoho nezajímá...

Dekret číslo 4 – zrušit všechny ty komedie kolem covidu

K tomu snad není co dodat, mé názory všichni znáte...

Tak co, byl bych dobrý diktátor? ☺

Otakar Altman

Povídka paní Schmidové

DĚTSKÁ UPŘÍMNOST

Není nad dětské filosofování, jejich závěry, nad dětskou upřímnost. Několik let jsem dělala balet na vozíku. Snad proto, že jako zdravá jsem závodně tancovala a už hooooódně dlouho cvičím každé ráno hodinu čchi-kung.



Za těch deset let tancování někdo odešel, někdo přišel – normální kolotoč. Zvláště mezi vozíčkáři nic zvláštního. Přece jenom – člověk na vozíku má určitá zdravotní omezení, trochu víc zdravotních problémů, někdo založí rodinu a už nemá tolik času a sil.

Proto jsme vítali každého nového vozíčkáře majícího chuť si to vyzkoušet. Jednou přišla nová, mladinká dívka. Ale ruce zdravé a chuť dělat balet na vozíku veliká. Byli jsme všichni rádi.

„Nejsi unavená?“ Zeptala se mě na zkoušce o přestávce.

„Ani ne,“ odpověděla jsem jí. „Taky si zvykneš.“

„A nebolí tě celý člověk?“ Vyzvídala dál.

„Mě už ne. To tě přejde,“ snažila jsem se ji uklidnit. Domnívala jsem se, že se ptá kvůli sobě. „To jenom ze začátku, potom už si zvykneš.“

Bláhově jsem si totiž myslela, že je, jako každý nováček, unavená, ubolená.

Dívka se však ještě chvíli ošívala, pak ale vyrukovala s otázkou: „Ty budeš asi tak stará jako moje máma, vid’?“

Dost mi to polichotilo, její mamince mohlo být tak pětatřicet.

Usmála jsem se: „No ...“ chvíli jsem váhala, pak jsem ale přihloupě přikývla:

„No, asi tak nějak.“

Dívka se na mě smutně podívala: „Tak to už brzy půjdeš do domova důchodců a umřeš.“

Překvapeně jsem na ni vykulila oči. To jsem teda opravdu nečekala. Moje překvapení si ale vysvětlila po svém, protože mě soucitně chytla za ruku, vzdychla si a úplně vážně pronesla:

„Nebud’ proto smutná, to je život! Ale neboj, já se všechny tvoje role naučím.“

Z našich akcí

Výlet do zámku a muzea kočárů v Čechách pod Kosířem

Začátkem září jsme vyrazili na poslední výlet v tomto roce. Díky ochotě personálu jsme se dostali i do zámku, který není úplně bezbariérový a mohou tam pouze mechanické vozíky. Okouzli nás krásný nábytek, obrazy i šaty. V zámecké kavárně jsme se občerstvili. Při prohlídce muzea kočárů jsme zažili naprosto famózní průvodcovské představení majitele pana Obra. Moc nás to bavilo a výlet jsme si užili.



Víkendové dračí doupě

Na přání účastníků jsme uspořádali sobotní sedmihodinové setkání. Sešlo se nás dohromady osm včetně dvou dobrovolníků Kačky a Vojty. Bylo to super, Přemku díky!



Akce v Trendu vozíčkářů

Podzim je v plném proudu, počasí nám přeje, tak neváhejte a přijďte k nám! Moc rádi se s vámi zase setkáme na některé z našich akcí. V nabídce jsou jak ty u nás na Lužické 7, tak online z pohodlí vašeho domova. Přizvěte i své známé!



Zdroj obrázku: <https://www.oprahdaily.com/entertainment/g33312858/autumn-poems/>

Plavání se studenty v Baluo centru

Kdy: 19., 26. 10., 2. 11., 9. 11., 16. 11., 23. 11., 30. 11. 2021 v 9:45 -11:00 (každé úterý do 14.2.)
Kde: Baluo centrum

Lekce probíhají v Baluo centru v rámci výuky Centra APA při Univerzitě Palackého v Olomouci. Studenti vám také pomohou s převlečením a přípravou na i po lekci.



SRAZ PRO PŘIHLÁŠENÉ je v 9:45 v recepci Baluo centra. Cena: 90,- Kč za 1 lekci (platí se na recepci centra). S sebou si vezměte plavky, 2x ručník a brýle na plavání (pokud je máte). Plavat se bude do 14. 12. 2021. Kdo bude mít zájem jen zkusit si to jednorázově, není problém.

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

Zdroj obrázku: <https://apa.upol.cz/novinky-apa?view=article&id=360:studenti-pomahaji-zakum-s-postizenim-s-plavanim&catid=9>

Online setkání s Diou a Kryštofem

Kdy: 27. 10. 2021, 16:00 – 17:00

Kde: na odkaze u vás doma  <https://meet.google.com/cam-xvaf-dnj?authuser=1>

Léto (a září) uteklo jako voda a nyní opět budeme mít čas na naše společné online aktivity. Neváhejte se tedy připojit [tehdy a tehdy] na první poprázdňinové online setkání. Společně si můžeme popovídat o všech zážitcích, které jsme přes léto nasbírali, ale především můžeme zase společně vymyslet, jakým aktivitám se budeme v budoucnu věnovat. Pakliže budeme mít chuť a čas, volné zábavě a spontánním nápadům se meze klást nebudou. Těšíme se na vás a rádi vás opět uvidíme,
Dia a Kryštof



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

Zdroj obrázku: <https://www.zs-logopedicka.cz/2021/04/09/online-setkani-s-rodici-11-4-2021/>

Trénink paměti

Kdy: úterý 2. 11. 2021

Kde: online přes odkaz, který pošleme a zveřejníme (e-mail, Facebook)

Čeká nás další z řady Tréninků paměti, na který vás srdečně zveme. Po domluvě s pravidelnými účastníky aktivity se přes zimu uchýlíme k pohodlné a na rozdíl od počasí přívětivé online variantě. Přes e-mail či Facebook se tak v daný den dostanete k odkazu, na němž na vás bude čekat vždy několik cvičení různého zaměření, druhu a obtížnosti. Projít si vše můžete libovolně dle svých časových možností. Na dálku se na vás těší Kateřina Halfarová.



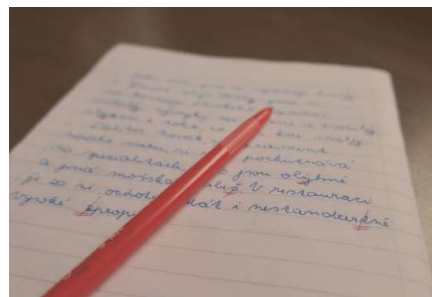
Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu o zaslání odkazu na e-mail nebo o poskytnutí předání varianty se hlaste na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670.

Hezky česky: lekce spisovné češtiny

Kdy: pondělí 8. 11. 2021

Kde: online přes odkaz, který pošleme a zveřejníme (e-mail, Facebook)



Zveme vás k další lekci spisovné češtiny s názvem Hezky česky, kde se učíme nedělat chyby tam, kde je dělá většina ostatních. Po domluvě s pravidelnými účastníky aktivity se přes zimu uchýlíme k pohodlné a na rozdíl od počasí přívětivé online variantě. Přes e-mail či Facebook se tak v daný den dostanete k odkazu, na němž na vás bude čekat nová lekce s informacemi i procvičením. Projít si vše můžete libovolně dle svých časových možností. Na dálku se na vás těší Kateřina Halfarová.

Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu o zaslání odkazu na e-mail nebo o předání vytištěné varianty se hlase na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670.

Kadeřnický salon s učni ze Štursovky

Kdy: listopadové datum dáme včas vědět! 15:00 – 17:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů, Lužická 7

Chtěli byste být zase o něco krásnější? Učni kadeřníci ze Štursovky vás ochotně a zdarma ostříhají i učešou.

Neváhejte a přihlaste se!

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



Zdroj obrázku: <https://cz.depositphotos.com/vector-images/skica-kade%C5%99nick%C3%A9-za%C5%99%C3%ADzen%C3%AD.html?view=106582920>

Aktivity podporuje:



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. 2021**, Počet výtisků: +-60

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **1. listopadu 2021**

Shrnutí:

19. 10. - Plavání
26. 10. - Plavání
27. 10. - Online setkání
02. 11. - Plavání
02. 11. - Trénink paměti
08. 11. - Hezky česky
09. 11. - Plavání
16. 11. - Plavání
23. 11. - Plavání
30. 11. - Plavání
XY. 11. - Kadeřnický salon

Hodinový manžel

Opravy všeho druhu. Nabízíme také pozáruční opravy vozíků.

Kde: možnost domluvy v prostorách Trendu vozíčkářů. Konkrétní termíny dáme operativně vědět.

Oto Sabo

IČO:06773184

Mobil: 777543180.

Na vyžádání vystavíme doklad. :-)

Krysa říká: Přemek se zná s Otou už od šesté třídy a vyzkoušel si jeho služby a dělá různé věci, třeba zásuvky v bytě jsou jeho specializace, protože má hlavní činnost montáž, opravy, revize a zkoušky elektrických zařízení, tam se to řeší ceníkem elektrikářským a co se týče montáží různých věcí, má hodinovou sazbu 250kč/h + náklady na dopravu na místo. A kvůli kontrole pár zásuvek přijel až z Bruntálu...