



V pátek 17. června to rozjedem!

První dva štafetové rozhovory

Pojede se na výlet!

A pojede se i na pobyt!

Okénko z poradny, paní Věra, volnočasové aktivity

...a inzerát



Ňam, Ňam, jahody od Marušky

Úvod-kník

Jak jsem již v minulém čísle zmínila, nebo jste postřehli na naší facebook stránce, jubilejní desátá Olomoucká štafeta na vozíku se blíží a v pátek 17. června v 10:00 vyrazí na trať první závodníci a snad se nám opět podaří udržet na trati v pohybu vlaječku celý den až do 22:00.



Protože je opakování matka moudrosti, přidala jsem vám program a letáček hned na začátek tohoto čísla.

Následuje krátké a stručné okénko z poradny, které rovnou přechází do ohlášených „štafetových rozhovorů.“ Jako první tázaná je Eliška Růčková, která předala pomyslný kolík Zuzce Plaché. A příště se můžete těšit na odpovědi Toma Černého.

Rozhodně nepřehlédněte informaci, že Trend chystá pobytový výlet na konci srpna, o čemž jste byli určitě již informováni i jinou cestou, protože už včera (1. června) jsem slyšela, že někdo přinesl vyplněnou přihlášku a zálohu.

Velmi jsem se pobavila u povídky paní Věry. Jak jsem říkala minule na závěr úvodníku – nikdy se nehádejte s blbcem – a hle. A ještě k tomu studovaným, respektive studujícím na vysoké škole, nejspíš života.

Pak už je jen obligátní okénko s volnočasovými aktivitami, na které jste srdečně zváni a nepřehlédněte rovněž inzerát na chodítko a elektrický invalidní vozík.

V příštích číslech se můžete těšit na reportáže ze zajímavých akcí, kterých se pracovníci i klienti Trendu účastnili, ať už se jedná o turnaj v boccie v Konopisku v Polsku, nebo účasti na předávání cen Mosty 2021, nebo nám můžete zaslat vlastní článek. Červenec a srpen je okurková sezóna, že ano a většina reportérů nemá o čem psát. Klidně nás zasypejte články až po hlavu. 😊

Co se Ukrajiny týče, vypadá to všelijak a pokud jste tak ještě neučinili a chtěli byste přispět a vědět, jaká částka stačí na tu kterou konkrétní věc v rámci darů Ukrajině a její armádě, zde je příjemná stráněčka se vším všudy:

<https://www.zbraneproukrajinu.cz/kategorie/vse>.

Pošlete dáreček strýčkovi Vladimíru Vladimíroviči a jeho „veselým puprlikům.“ Snad to skončí o něco dříve, ceny všeho se vrátí někam k normálu a možná se tím pádem dočkáme i dalšího článku pana Oty.

Jo, to by bylo bájo...

JEDNA TRAŤ, DVA SVĚTY...

Tradiční Olomoucká štafeta na vozíku se vrací v podobě svého jubilejního 10. ročníku. Během dvanáctihodinové sportovně-kulturně-benefiční akce čeká Olomoučany spousta zábavy pro celou rodinu a chybět nebude ani pestrý hudební program.

Olomoucká štafeta na vozíku se také vrací do starých kolejí, kdy proběhne den před Mattoni 1/2 Maratonem, a my si tak společně můžeme užít skvělý sportovní víkend.

Přijďte mezi nás! Jedeme v tom opět společně a spojujeme na jedné trati dva světy!

PROGRAM:

09:55 Zahájení programu se speciálními hosty: spisovatel Jaroslav Irovenský

10:00 ŠTAFETA NA VOZÍKU (do 22:00 hodin)

10:00 Prezentace elektrických vozíků ZOOM společnosti FlexiThrone (po celý den), dobrodružné úkoly a workshopy pro děti a školy (po celý den), slackline workshop s instruktorem - nízký slackline vhodný pro začátečníky (po celý den), Ballance boardy - houpací prkna (po celý den), Účastník reality show Survivor Česko&Slovensko Braňo Martanovič

10:30 Prezentace HSC Havířov a jeho paralympijského sportu boccia

Prezentace sportovních aktivit pro handicapované, Sledge hokej

14:00 Účastnice reality show Survivor Česko&Slovensko Johy Špačková

15:30 ISBINA

16:30 SuperStar ZBYNĚK DRDA

17:30 Žonglérská show CIRKUS LEVITARE

18:00 MINAMI

19:30 RICHARD PACHMAN

21:00 STRACENÉ RÁJ

Pivo, limo a občerstvení zajištěno

Moderují Michal Koutný & Lukáš Studený

Letos není potřeba se registrovat online. Stačí pouze přijít a provést registraci na místě.

Pokud se však rozhodnete podpořit Štafetu jako tým, můžete se registrovat na e-mailu prmanager@trendvozickaru.cz u koordinátora akce Milana Papežíka, abychom předešli frontám u registrací.

Registrace je zdarma a akce se koná za každého počasí!



JEDNA TRAŤ, DVA SVĚTY...

10. OLOMOUCKÁ ŠTAFETA NA VOZÍKU

**Skvělá zábava pro celou rodinu | workshopy
ukázky sportů pro handicapované
slackline | žonglérská show CIRKUS LEVITARE
ISBINA | MINAMI | RICHARD PACHMAN
ZBYNĚK DRDA | STRACENÉ RÁJ**

**17. ČERVNA 2022 10-22 HOD
FLORA OLOMOUC (SMETANOVY SADY)**

WWW.TRENDVOZICKARU.CZ/STAFETA



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 23. 6. 2022, 13:00 – 14:30: Zaměstnávání osob se zdravotním postižením.

Čtvrtek 29. 9. 2022, 13:00 – 14:30: Osoby s komunikačními obtížemi.

Aktuality

Elektronický poukaz na zdravotnické prostředky

Tento krát jsem věděla již brzy, do jakého okénka budeme při čtení tohoto zpravodaje nahlížet a zároveň s jakou novinkou vás seznámím.

Dnes se budeme proto věnovat možnosti vystavení elektronické poukázky na zdravotnické prostředky.

Všichni určitě víme, že pokud si chceme vyřídit kompenzační pomůcku neboli zdravotnický prostředek hrazený přes zdravotní pojišťovnu, musíme zajít za praktickým lékařem, či specialistou, jenž nám vystaví poukázku. Nově však bude možnost ji získat nejen fyzicky, ale i elektronicky. Seznam lékáren a výdejen, kde bude možné ePoukaz uplatnit, zveřejňuje SÚKL na svém webu.

Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL) spustil v neděli 1. května novou funkci eReceptu – elektronický poukaz na zdravotnické prostředky. Tato služba je dobrovolná.

Aby bylo předepisování a vydávání zdravotnických prostředků co nejjednodušší, snažili se experti SÚKL při navrhování ePoukazu o maximální využití stávajících funkcionalit systému eRecept, který lékaři i lékárníci už dobře znají. Novinkou tak bude především pro výdejny zdravotnických prostředků. Vystavené

ePoukazy pacienti najdou ve svém lékovém záznamu (stejně jako vystavené eRecepty a záznamy o provedeném očkování). Do lékového záznamu je možné se přihlásit například prostřednictvím bankovní identity.

Krátce po spuštění systému začali zdravotničtí pracovníci tuto novou funkci eReceptu používat.

Elektronický poukaz na zdravotnické prostředky zachovává všechny typy poukazů, které se dosud vystavovaly pouze v listinné podobě.

Zdroj: www.zdravotnickydenik.cz

ŠTAFETOVÉ ROZHOVORY

Milí čtenáři Trendy zpravodaje,

Taky někdy přemýšlíte o lidech kolem sebe, jaký vlastně mají životní příběh, co všechno zažili, případně v rámci rozhovoru se svými blízkými zůstáváte v němém úžasu, koho vlastně vedle sebe máte a jak málo jste o něm věděli?

Stává se mi to často a vždy je to takový ten pocit – Ty brdó, vždyť ty vůbec nevíš, jak vzácné lidi máš kolem sebe.

Proto jsem navrhla novou rubriku s názvem ŠTAFETOVÉ ROZHOVORY, kterou vám od tohoto čísla budu zajišťovat. Jsem velmi zvědavá, jakým směrem se rozhovory budou ubírat a vy všichni prosím buďte připraveni, štafetový kolík na vás může vyjít kdykoli. Budu moc ráda, pokud se po výzvě zapojíte. Tak pěkné počtení. Jana Měrková

Koho nominujete a proč - k prvnímu štafetovému rozhovoru do Trendy zpravodaje jsem si vybrala **Elišku Růčkovou - naši osobní asistentku**, která v Trendu působila od roku 2019. Stala se součástí týmu, oporou a velkou pomocí. Zažila na službě náročné situace a období, která však skvěle zvládla a pomáhala, co jí síly stačily. Mimo to zajistila pomoc s překladem dokumentů služby osobní asistence do ukrajinštiny. Teď ji však čeká další cesta životem již bez Trendu, a proto jí přejeme jen to nejlepší a doufáme, že alespoň v online světě s námi nadále zůstane. Za případná každá další osobní setkání budeme všichni moc rádi.

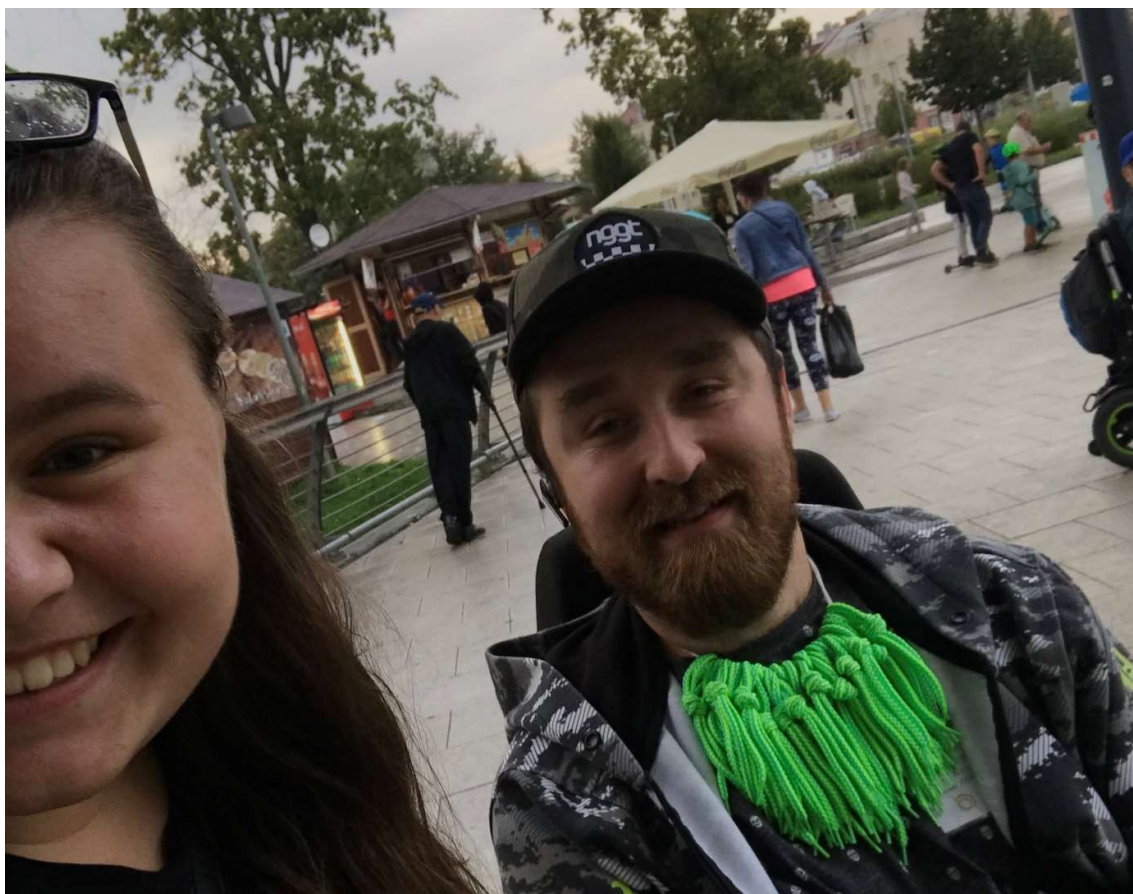
Za vše z celého srdce děkuji. Jana Měrková

Jak jste se dozvěděla o Trendu, jaká byla vaše cesta k nám?

O Trendu jsem se dozvěděla z [Asistujeme.cz](https://asistujeme.cz), když jsem začala studovat Caritas VOŠ v kombinaci s UPOL a hledala jsem práci, která by mě bavila, uživila a nejlíp bych byla ještě prospěšná. Měla jsem hodně vysoké nároky na kombinaci práce a školy, protože skloubit to dohromady bylo někdy obtížné. Když jsem poslala motivační dopis a životopis měla jsem tam jen práci za barem a na placu jako servírka, myslela jsem si, že nebudu ani přijata. Žádné zkušenosti s vozíčkáři, s přímou péčí s ničím, ale tak jako u všeho jsem si řekla, že to zkusím a buď to vyjde, nebo to nevyjde. No a vyšlo, strávila jsem v Trendu asi 2,5 let, XY hodin na asistencích, na sbírce Zasukovaná tkanička ať už v Olomouci nebo v Praze. :)

Co vás motivovalo k práci osobní asistentky?

Při výběru práce pro mě bylo velkou motivací platové ohodnocení a již výše zmíněné kombinování školy, času a určitá prospěšnost společnosti.



Co byl pro vás nejlepší zážitek?

Zážitků je mnoho, ale nejlepší zážitek, když teda jen jeden, byla sbírka Zasukované tkaničky v Praze. Akce, která pro mě byla nejen psychiky, ale i fyzicky hodně náročná, ale sešla se nás skvělá banda lidí, strašně moc jsme se

nasmáli. Za udržování dobré nálady a kopec smíchu nejvíc vděčím asistentům, kteří v tom byli se mnou Tom, Dia a našemu klientovi Vaškovi, který z každé situace uměl udělat srandu.

Co bylo pro vás těžké?

Nejtěžší pro mě bylo říkat "ne" ať už na úkony, které jsme nesměli dělat, ale klienti je po mě vyžadovali, až na odmítání asistencí, které bylo potřeba pokrýt a já jsem mnohdy šla i přes svůj vlastní program nebo domluvené schůzky. Těžké pro mě byly také občasné výjezdy na krizovce, ale také pro mě byly nejvíc přínosné, protože jsem se naučila řešit krizové situace okamžitě a ve většině případů si myslím, že i správně. Pokud jsem vyhodnotila něco špatně nebo zpětně jsem si myslela, že moje kroky byly špatné, vždy jsem měla oporu na kanceláři. Za to jim patří velké díky, protože zvednout vám telefony třeba v jednu hodinu ráno se vám v jiné práci nepovede.

Koho nominujete jako dalšího a proč?

Nominuju Zuzku Plachou, protože byla celou dobu můj parťák v dobrém i ve zlém, trpěla se mnou na józe v pozici psa a užívala si pozici mrtvolky. :D

A HNEDLE I DRUHÝ ŠTAFETOVÝ ROZHOVOR ☺

Eliška Růčková (osobní asistentka) se ptá Zuzky Plaché (sociální pracovnice osobní asistence, sociální pracovnice sociální rehabilitace a koordinátorka volnočasových aktivit)

Co tě motivovalo stát se sociální pracovnicí?

Již od malička mým velkým snem bylo pracovat jako učitelka. A jak se říká, pokud vám na něčem opravdu záleží, jdete si za tím. A já šla. Nicméně můj osud již dávno přede mnou věděl, že na učitelku mě je škoda a připravil mi krapet trnitější a záludnější cestu, která mě k práci sociální pracovnice přivedla. Nejdřív jsem pracovala 5 let s dětmi, kdy jsem vedla dětské tábory nebo různé zájmové kroužky. Později jsem si vyzkoušela i práci v nízkoprahovém zařízení pro děti a mládež, kde mě sociální práce velice zaujala a byl to pro mě impuls, proč bych měla jít znovu studovat. Díky studiu jsem si mohla vyzkoušet pracovat se seniory, mentálně postiženými dětmi a autisty, nebo jsem se účastnila procesu doprovázení lidí na jejich poslední cestě životem. Díky všem zkušenostem jsem se v oboru sociální práce našla a věděla jsem, že to je přesně to, co chci v životě dělat.

Jakou máš psychohygienu?

Svou práci se snažím dělat s láskou, ale i přesto se najdou dny, které jsou těžké, a je velice nutné, abyste se dokázali odreagovat, restartovat sami sebe. Proto mým restartem je čtení knížek, procházky v přírodě a hraní počítačových her, u kterých si můžu z plných plic zanádat a tak ze sebe dostat všechnen ten přetlak.

Kde bereš své kreativní nápady?

Ve skvělém pracovním kolektivu je velice jednoduché něco vymyslet, když jste obklopeni tak báječnými lidmi. Nejvíce děkuji své kolegynce Kátě, která je mou největší podporou, partákem a hlavně dolaďovačem mých nápadů. Ale kde tedy vůbec mé nápady vznikají? Ve snech.



A kde nacházíš energii, když pracuješ na třech sociálních službách?

Popravdě, já sama nevím, kde беру svou energii. Považuji to jako dar a všímám si častých obav mých kolegů, kteří se bojí, že o ni přijdu. Nicméně cítím, že je to vlastnost, která mi zůstane napořád a vždy se obnovuje, když se mi něco podaří. Takže doufám, že energie v mém případě bude bezedná.

Koho nominuješ jako dalšího a proč?

Ráda bych nominovala osobního asistenta Toma Černého, jelikož ho velice obdivuji za to, že pokaždé srší skvělou náladou, a to i v obtížných situacích. Díky, že jsi tu s námi!

Pobyt Hipocentrum Koryčany 2022

Kde: Hipocentrum Koryčany (Zámecká 432, 768 05 Koryčany)

Kdy: PO 22. 8. 2022 – PÁ 26. 8. 2022

Odjezd: PO 10:00h parkoviště Billa (Jeremiášova 1, Olomouc)

Příjezd: PÁ cca 12:30h na stejné místo

Cena: 3 500,- Kč

Po coronavirovém období obnovujeme pobyt a tentokrát i v novém objektu. Nečekejte prosím žádný přepych a spíše se připravte na to, že si prožijete svůj první Trendy tábor plný skvělých zážitků, přírody a koní na statku. Hipocentrum se nachází v malém městečku Koryčany, které je obklopeno pastvinami a okolními lesy Přírodního parku Chříby. Dále je město vybaveno obchody, hospůdkami, kostelem, zámek a přilehlým zámeckým parkem nebo koupalištěm.

Jelikož vás chceme podporovat v rozvoji sebeobsluhy a soběstačnosti, můžete se během týdenního pobytu těšit na různé přednášky a skupinové aktivity zaměřené na zdravý životní styl, soužití člověka s přírodou nebo péče o hospodářské zvíře. Součástí budou i sportovní skupinové aktivity a výlety po okolí. Základem celého pobytu bude posílení motivace, začlenění a zapojení se do kolektivu, získání nových zkušeností a užívání si plnohodnotného života. Tak neváhejte a pojedťe s námi.

Cena pobytu zahrnuje:

- ubytování (2-3 lůžkové pokoje) se společným sociálním zařízením
- stravování (snídaně formou švédských stolů, teplé obědy a večeře, pitný režim zajištěn po celý den)
- 1x opékání špekáčků/grilování
- doprovodný program
- autobusovou dopravu
- pomoc osobního asistenta

Přihlášení:

- přihlásit se můžete od **1. 6. 2022**, kdy vyplněnou přihlášku donesete paní ekonomce Marcelé Koupilové (*Spolek Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7, 779 00 Olomouc*), u které rovnou zaplatíte **nevratnou** zálohu ve výši **1 000,- Kč** v hotovosti, a to v úřední hodiny:
PO a ST 9:00h - 12:00h, 13:00 - 15:00h
- následně Vám bude vystavena faktura na doplatek celého pobytu, která bude splatná ke dni 15. 7. 2022. V případě neuhrazení do daného termínu bude osloven náhradník
- přihlašovat se můžete nejpozději do **30. 6. 2022** nebo do naplnění kapacity pobytu. V případě plné kapacity se stáváte náhradníkem a budeme Vás o tom informovat

Více informací k pobytu Vám poskytne Zuzana Plachá

tel.: 777 974 455, e-mail: volnocasovky@trendvozickaru.cz

Krysa říká: *Přihlášku si můžete utrhnout jako poslední dvoustranu tohoto čísla*



HLAVY STUDOVANÉ

Občas k nám na osobní asistenci přijdou studenti, kteří to mají jako povinnou praxi. Jedna mladá dívka přišla se slovy: „Dobrý den, já jsem vaše nová odborná asistentka, nebo taky odborná pečovatelka, jak chcete. Já to studuji.“



Když jsem ji poprosila, aby mi rozložila vozík, skočila mi do řeči: „Mě nepoučujte. Já vím, co potřebujete, já to studuji.“ Nadechla se, vypnula hrud' a dodala: „Na vysoké škole. A už mám dva semestry a zkoušky za sebou.“

V duchu jsem si vzdychla a začala tušit, co mě asi čeká.

„Jenom jsem vám chtěla říct, co od vás potřebuji.“ Dodala jsem na vysvětlenou. „Ale to já vím, co potřebujete, já to studuji. Na vysoké škole!“ Zopakovala hrdě dívka a začala rukou mlátit do vozíku. To už bylo na mě moc: „Řekla jsem rozložit, prosím. Ne rozmlátit. Ten vozík budu ještě pár let k životu potřebovat.“

„Když ten krám rozložit nejde!“ Začala se vztekat studentka.

Přitáhla jsem vozík k sobě: „Jednou rukou mírně nadlehčím kolo a druhou jemně zatlačím na protilehlou hranu sedačky. Šup a je to. Ani sílu nepotřebujete.“

„Tak se to nedělá!“ Zaprotestovala slečna. „A mě nepoučujte...“

„Já vím,“ skočila jsem jí do řeči. Už jsem toho „já vím“ začínala mít plné zuby.

„Vy to sice studujete, ale rozkládat vozíky vás ještě neučili.“

„Dovolte!“ Urazila se slečna. „Vozíky jsme už rozkládali, ale normální, ne tady toto...“ ukázala pohrdlivě na můj vozík.

„To je sportovní vozík, slečno, a rozkládá se trochu jinak. Proto jsem vám to chtěla ukázat.“ Přitáhla jsem si vozík, abych naň mohla přesednout. V té chvíli mi ho ale slečna odtáhla.

„Co děláte? Málem jsem spadla.“ Pád na zem bylo to poslední, co jsem potřebovala.

„Chtěla jste přesednout, tak vám ho chystám,“ ohradila se dotčeně slečna.

„Já jsem si ho už nachystala!“ Začínala jsem ztrácet trpělivost.

„Ale to bylo blbě. Vozík musí být tady a vy musíte přesedat z této strany.“

V duchu jsem začala počítat do deseti, pak jsem se ještě zhluboka třikrát nadechla, než jsem pokračovala: „Já už jsem na vozíku dvacet pět let a dvacet

pět let předsedám z této strany a takto. Mně to vyhovuje takto. A ne všichni vozíčkáři předsedají stejně.“ Snažila jsem se jí vysvětlit.

„Mě nepoučujte! Já to studuji. Na vysoké škole. A když vám říkám, že to děláte blbě, tak to děláte blbě a musíte se to naučit dělat správně!“

„Ne!“ Nahlas jsem zakřičela a začala se modlit:

„Děkuji ti, Pane Bože, že jsi mi vzal sílu, jinak bych ji asi musela zabít.“

Trochu mě to uklidnilo, tak jsem se otočila na mladou dívku se slovy: „Jedťe, prosím vás. Po chodníku pořád rovně.“

Když jsme přijely k autobusové zastávce, zařvala jsem: „Stůjte!“ Pozdě.

Studovaná pečovatelka zkusila projet třiceticentimetrovou uličkou. Stalo se, co se stát muselo. Padesát centimetrů široký vozík se nevešel na třiceticentimetrovou cestičku. Jedno kolo vozíku jelo dál po chodníku, druhé chvíli viselo ve vzduchu, než tvrdě dopadlo na silnici, která byla o dobrých dvacet centimetrů níž než chodník.

„Jste normální?! Polámaná, díky Pánu Bohu, nejsem, zato jsem potlučená a celá špinavá. Co vás to napadlo?!“ Zařvala jsem na ni.

„Na mě nekřičte, já to studuji.“ A tiše, na svoji obhajobu dodala: „Na vysoké škole. Myslela jsem...“

„Tak se vraťte do školy, ať vám vrátí školné. To je zlý sen! Toto přece nemůže být pravda! Příště raději sama nemyslete, je to životu nebezpečné! Pouze plňte rozkazy. Já vím, že to studujete, ale ne na mě, buďte tak laskavá! Máme před vystoupením, nemůžu se polámat.“

Po příjezdu do tělocvičny se k nám obrátily všechny pohledy a pár úst se otevřelo údivem.

„Co... proč... jak to vypadáš?“ odvážil se kdosi zeptat.

Celá zablácená a dotlučená jsem si jenom vzdychla: „Tak to dopadá, když ...“

Byla jsem na pokraji nervového zhroucení. Párkrát jsem se zhluboka nadechla, napočítala raději až do dvaceti. Díky tomu jsem si to rozmyslela, vzdychla si a pouze dodala:

„Není nad vysokoškolsky vzdělané odborníky.“

Věra Schmidová

Krysa říká: *Tak tomu říkám masakr největší v rámci nerespektování klienta, jeho potřeb, zvyků a tempa...*

Akce v Trendu

Odpoledne se sociální rehabilitací: Batikování

Kdy: úterý 14. 6. 2022, 14:00-17:00

Kde: zahrada, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Už jste někdy zkoušeli batikování? Přijďte se za námi přesvědčit, že když se zvolí jednoduchá technika, nejde o nic složitého a zvládne to každý. Z obyčejných bílých triček tak zkusíme vytvořit originální pestrobarevná díla, které vám bude leckdo závidět. O materiál (trička i barvy) se v Trendu postaráme na základě počtu přihlášek. Kromě vašeho včasného přihlášení budeme potřebovat vědět také velikost trička a oblíbené barvy.



Na akci jsou přednostně zváni klienti sociální rehabilitace.

V případě zájmu **je nutné se přihlásit do pátku 10. 6.** na e-mailu soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz nebo tel. 731 144 670.

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 16. 6. a 30. 6. 2022, 12:30-14:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Zveme vás všechny na cvičení s paní Věrkou Schmidovou, fyzioterapeutkou na vozíčku. Ve cvičení si zálibu musí najít každý sám, ale když to dokážete, tak díky tomuto cvičení si uvolníte krční, hrudní páteř a ramena. Můžete se zbavit migrén, zmírnit astma, posílit plíce nebo srdce a hlavně si zlepšit imunitu!



Při cvičení se nepotíte, tudíž se nemusíte ani převlékat. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku.

Tak se nebojte a přijďte si s námi zacvičit. Zaručujeme báječnou lektorku, super kolektiv, plno energie a dobrou náladu.

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

Máme rádi Česko

Kdy: úterý 28. 6. 2022, 14:00-16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Na motivy populární televizní soutěže si společně zahrajeme hru s názvem: Máme rádi Česko, která prověří vaši týmovou spolupráci, kreativitu, fantazii a třeba i to, jak umíte pracovat se stresem. Věříme, že hra zaručí spoustu zábavy. Tak se přijďte sami přesvědčit a odhalte, jaká disciplína bude vaší silnou stránkou.

Další informace: Zuzana Plachá,

e-mail volnocasovky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Výlet: Pivovarské muzeum Holba Hanušovice

Kdy: čtvrtek 7. 7. 2022

odjezd 9:00h parkoviště Billa (Jeremiášova 1, Olomouc)

návrat cca 15:30h na stejné místo

Jelikož jsme národ pivařů, tak návštěv pivovarů není nikdy dost. Loni jsme společně navštívili minipivovar Buchťák v Nemilanech a nyní máme možnost se společně vydat do Pivovarského muzea Holba v Hanušovicích, který má bohatou historii. První část expozice nás zavede do úplného počátku výroby piva v pivovaru roku 1874 a končí obdobím druhé světové války. Seznámí nás s pány BEDNÁŘI a jejich řemeslem, ale i s jejich křiváky, hoblíky, zejkovci a dřevěnými sudy. K vidění jsou i historické láhve a sklenice. V druhé části expozice pomalu začneme prozkoumávat vývoj našich pivních sklenic, lahví a korunek. Také nakoukneme do prostor dnešního pivovaru Holba a nakonec jejich výrobek i ochutnáme. Kdo bude chtít, může si dát dobrý oběd v místní restauraci, která je s pivovarským muzeem bezbariérová.



Cena prohlídky: 30,- Kč

Na výlet se prosím **přihlašte Zuzaně Plaché**, a to do pondělí **27. 6. 2022** (v termínu 20.-24. 6. budu čerpat dovolenou, proto vám na telefonáty a emaily odpovím až následující pondělí. Děkuji za pochopení.). Zároveň prosím, abyste mi při přihlášení sdělili, zda pojedete na elektrickém nebo mechanickém vozíku, a zda si dokážete v autobuse předsednout. Nakonec vás prosím o informaci, zda budete chtít jít na oběd (je potřeba rezervovat místa v restauraci). Místa na výlet jsou omezená a přihláška závazná.
e-mail volnocasovsky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Trendácké kafe aneb Trendáci na cestách

Kdy: pátek 8. 7. 2022, 14:00-16:00h

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



Cestovatelské přednášky a zajímavosti o různých místech našeho krásného a bohatého světa. Přednášet budou vždy vzácní hosté z řad uživatelů, pracovníků, praktikantů a blízkých přátel Trendu. Jste zvědaví, kam se vypravíme tentokrát?

Další informace: Zuzana Plachá,

e-mail volnocasovsky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Táborák

Kdy: středa 13. 7. 2022, 14:00-17:00h

Kde: zahrada, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

Náhradní táborák se nám velice vydařil, a kdy jindy plánovat další, než v létě? Zveme vás na další společné opékání špekáčků a jiných dobrot v báječné společnosti. Vezměte si něco skvělého na zub, dobrou náladu s sebou a přijďte mezi nás.



Aktivita se bude konat pouze za pěkného počasí.

Další informace: Zuzana Plachá,

e-mail volnocasovsky@trendvozickaru.cz, nebo tel.: 777 974 455.

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: čtvrtek 14. 7., 12:30-14:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Zveme vás všechny na cvičení s paní Věrkou Schmidovou, fyzioterapeutkou na vozíčku. Ve cvičení si zálibu musí najít každý sám, ale když to dokážete, tak díky tomuto cvičení si uvolníte krční, hrudní páteř a ramena. Můžete se zbavit migrén, zmírnit astma, posílit plíce nebo srdce a hlavně si zlepšit imunitu!

Při cvičení se nezapotíte, tudíž se nemusíte ani převlékat. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku.

Tak se nebojte a přijďte si s námi zacvičit. Zaručujeme báječnou lektorku, super kolektiv, plno energie a dobrou náladu.

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

Aktivitu 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: **10. 6. 2022**, Počet výtisků: +-60

tel: 734 478 665

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

Uzávěrka **dalšího** čísla je **1. července 2022**

Inzerát

Oslovila nás paní Ivana Kytlicová a ráda by věnovala zcela zdarma chodítko, které bylo používáno, ale je velmi zachovalé, čtyřkolové, vhodné pro pohyb doma.

A zároveň nabízí k prodeji elektrický invalidní vozík značky Puma. Je ještě 1 rok v záruce, s nabíječkou a jeho pořizovací cena byla cca 46000,- Kč, ale jelikož byl používán, prodejní cena bude nižší a lze se na ní s paní domluvit. ☺

V případě zájmu ji lze kontaktovat

tel.: 739 114 093

e-mail: ivankakytlicova@gmail.com



parametry vozíku lze nalézt na:

<https://www.vozikyinvalidni.cz/elektricke-invalidni-voziky/elektricky-vozik-pro-invalidy-handicare-puma-yes-id35>



Závazná přihláška

Pobyt ve středisku Hipocentrum Koryčany v termínu od 22. 8. do 26. 8. 2022

Odjezd: **pondělí 22. 8. 2022** v 10:00 z parkoviště u Billy na ulici Jeremiášova 1, Olomouc

Návrat: **pátek 26. 8. 2022** v odpoledních hodinách na parkoviště u Billy

Cena: **3 500,- Kč**

Cena zahrnuje:

- ubytování (2-3 lůžkové pokoje) se společným sociálním zařízením
- stravování (snídaně formou švédských stolů, teplé obědy a večeře, pitný režim zajištěn po celý den)
- 1x opékání špekáčků/grilování
- doprovodný program
- autobusovou dopravu
- pomoc osobního asistenta

Ubytování je zajištěno ve středisku Hipocentrum Koryčany 2 – 3 lůžkových pokojích. V areálu je zajištěno také stravování formou plné penze.

Klient/ka:

Jméno a příjmení:

Adresa:

RČ:

Zdravotní pojišťovna:

Telefonní kontakt:

E-mail:

Dieta (popřípadě vegetariánství), jaká:

Pobytu se účastním jako:

- uživatel služeb Spolku Trend vozíčkářů
- rodinný příslušník/doprovod klienta Spolku Trend vozíčkářů
- jiné, specifikujte:

Vyplní klienti Spolku Trend vozíčkářů:

Z důvodu omezeného místa v autobusu, prosím, zaškrtněte:

Jaký vozík si budete brát s sebou?

- mechanický
- elektrický

Mohu a jsem ochoten/ochotna si přesednout z mechanického vozíku na sedadlo autobusu:

- ano
- ne

Budete potřebovat zajistit osobního asistenta?

- ano
- ne

Pokud ano, uveďte, k jakým činnostem asistenta potřebujete (pomoc se vstáváním, hygienou, WC, při jídle, pomoc s ukládáním atd.):

Vaše přihláška se považuje za závaznou po vyplnění, předání a zaplacení nevratné zálohy

ve výši 1 000,- Kč v hotovosti na pokladně u paní ekonomky Marcely

Koupilové v úřední hodiny:

PO a ST: 9:00h – 12:00h, 13:00h – 15:00h

Následně Vám bude vystavena faktura na doplatek celého pobytu, která bude splatná ke dni

15. 7. 2022. V případě neuhrazení do daného termínu bude osloven náhradník.

Přihlašovat se můžete nejpozději do **30. 6. 2022** nebo do naplnění kapacity pobytu. V případě plné kapacity se stáváte náhradníkem a budeme Vás o tom informovat

- Souhlasím s vytvořením foto, video a zvukových záznamů a jejich zveřejněním za účelem propagace.
- Souhlasím se zpracováním osobních údajů dle platných zákonů.

Datum:

Podpis:

Kontaktní osoby: Zuzana Plachá

tel.: 777 974 455, e-mail: volnocasovky@trendvozickaru.cz