



Státní hrad Šternberk

Kulturní Horka

Povídka paní Věry

Okénko z poradny, volnočasové aktivity



Agáta, Qweetko, Karel a securiták...

Úvod-kník



Kdo byl na koncertech v rámci sbírky Zasukované tkaničky, tomu nemusím vysvětlovat fotku na úvodní stránce s moderátorkou Martinou Qweetko Procházkovou, která byla velmi, velmi, velmi dobrá, hyperaktivní a vtipná. S jejím kolegou Karlem občas komentujícím aktuální dění chrochtáním do mikrofonu a securitákem, ze kterého vylezl taky fajn chlapík. Počasí bylo první den na deštník, druhý den ideálně na pouštění draka a třetí už nevím, protože mě Přemek na Olodvorek nevzal. Kapely i jednotlivci měli slušný ohlas z publika v podobě potlesku, a co jsem si všimla, tak největší dav se sešel na Muchu, Jakuba Moulise a samozřejmě Divokýho Billa, kdy byla na náměstí hlava na hlavě od radnice po divadlo a od Trojice po vchod radnice. Výsledek sbírky se v tomto čísle bohužel nedozvíte, protože sčítání proběhne někdy v průběhu tohoto měsíce po vydání Zpravodaje, ale určitě sledujte naše stránky na facebooku, kde se objeví dřív.

Pokud jste se sbírky účastnili jakýmkoliv způsobem a chcete se podělit o svůj zážitek, klidně nám napište na známé emailové adresy, mrk, mrk.

V tomto čísle vás klasicky čeká obsáhlé okénko z poradny, zmínka o návštěvě Státního zámku ve Šternberku (tam jsem byla taky, hip, hip, výlet, hurá), článek o kulturní akci v Horce od klienta sociální rehabilitace Jaroslava Vehrle a již tradiční povídka od paní Schmidové, kterými nás pravidelně zásobuje. Celé číslo tradičně uzavírají pozvánky na volnočasové aktivity.

Pokud vám v aktuálním vydání chybí štafetový rozhovor, nezoufejte, o to víc se jich možná objeví v čísle příštím - listopadovém.

Mně osobně už pomalu ale jistě začínají chybět fejetony pana Oty. Poslední jste mohli potkat v lednovém čísle tohoto roku, kdy reagoval na další verzi Covidu, únorové pokračování jsme přesunuli do aprílového čísla a mezitím propukla ta „sranda“ s názvem speciální vojenská operace.

Uznejte sami, že s jeho stylem psaní by bylo zajímavé si přečíst glosování situace v rámci jednotlivých událostí od počátku invaze vojsk na území Ukrajiny, přes jejich vybavenost a moderní techniku až po jednotlivé strategické manévry, přeskupování a samozřejmě nesmíme vynechat zásobování nepřítele vlastní technikou, nebo aktuální téma anexy Kaliningradu Českou republikou, čímž bychom konečně získali přístup k moři, když neprošel kanál Dunaj-Odra-Labe...

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 20. 10. 2022, 13:00 – 14:30: Dávky pro OZP

Středa 30. 11. 2022, 15:00 – 16:30: Příspěvek na péči

Aktuality

V Olomouci jsou nové kontejnery na kovy

Pětadvacet kontejnerů o objemu přes tisíc litrů se objevilo v ulicích hanácké metropole. „Občané mají možnost do těchto kontejnerů odkládat drobný kovový odpad z domácností, jako jsou plechovky od nápojů nebo konzerv, plechová víčka od sklenic, plechové zátky, alobal, víčka od jogurtů a další drobný kovový odpad,“ vysvětlil v tiskové zprávě náměstek primátora Otakar Štěpán Bačák (spOLečně).

Větší kusy kovového odpadu budou nadále sloužit sběrná místa v Neředíně, v ulici Chelčického a nově i v ulici Andělská.

Zdroj: www.olomouckadrbna.cz

Pozor na délku platnosti poukazu na fyzioterapii či rehabilitaci, často se liší

Poukaz na vyšetření nebo ošetření FT má platnost pouhých 7 dní. Jedná se o fyzioterapeutickou nebo ergoterapeutickou péči. Neznamená to však, že do týdne je třeba začít rehabilitovat. Jen je nutné se v tomto termínu ozvat příslušnému specialistovi a objednat se u něj. Poukaz potom předložíte při prvním ošetření.

Poukaz na vyšetření nebo ošetření ORP má maximální platnost 3 měsíce. Lékař vám ho vystaví, pokud potřebujete ošetřovatelskou nebo rehabilitační péči, kterou poskytují zařízení sociálních služeb nebo lůžková zdravotnická zařízení v rámci zvláštní ambulantní péče. Přesnou platnost poukazu vyplní lékař.

„Časové omezení předpisů je nutné dodržet, protože po vypršení platnosti poukazu zdravotní pojišťovna nemůže uhradit z veřejného zdravotního pojištění poskytnutou péči poskytovateli zdravotních služeb,“ říká Viktorie Plíková z Všeobecné zdravotní pojišťovny.

Poukaz na vyšetření nebo ošetření DP se vydává pro domácí péči, a to od těchto lékařů:

- Praktického nebo dětského lékaře, přičemž takto doporučenou péči lze hradit nejdéle po dobu 3 měsíců. Lékař může poukaz vystavit opakovaně.
- Lékaře, který poskytl ambulantní péči (například v nemocnici), v tom případě poukaz platí max. 14 dnů.
- Lékaře, který vás ošetřil na pohotovosti, přičemž takto doporučenou péči lze hradit nejdéle po dobu 14 dnů.
- Lékaře poskytujícího zdravotní služby na urgentním příjmu, který pojištěnce ošetřoval, přičemž takto doporučenou péči lze hradit nejdéle po dobu 14 dnů.
- Ošetřujícího lékaře, který vás má na starosti na lůžkovém oddělení v nemocnici, poukaz má platnost 14 dnů.
- Ošetřujícího lékaře, jde-li o paliativní péči o nemocného v terminálním stádiu. Tuto péči lze hradit nejdéle po dobu 3 měsíců, ale lze ji předepsat i opakovaně.

Poukaz na vyšetření nebo ošetření K, který je určen pro konziliární vyšetření, nebo vyšetření specialistou a pro doporučení převzetí do péče. Vystavuje ho obvykle praktický lékař, který vás odesílá na vyšetření k odbornému lékaři.

Poukaz na vyšetření nebo ošetření předepisuje lékař, který vás posílá na RTG, ultrazvuk, magnetickou rezonanci, nebo na metody nukleární medicíny. Tyto poslední dva typy poukazů nemají stanovenou dobu platnosti, ale pacient by je měl využít co nejdříve.

Pokud jste dostali poukaz na léčebnou a ortopedickou pomůcku, na brýle a optické pomůcky, nebo na foniatrickou pomůcku můžete ho uplatnit do 30 dnů od jeho vystavení, nejpozději však do 1 roku.

Zdroj: www.mesec.cz

Vláda schválila balíček podpory zdravotně znevýhodněných: týká se příspěvku na mobilitu, zvláštních pomůcek nebo diet

Kabinet schválil několik opatření, která zlepší podporu cílenou na zdravotně znevýhodněné. Jde o pomoc, která reaguje zejména na současný růst cen, a to nejen energií. Součástí balíčku je například zvýšení příspěvku na mobilitu, příspěvku na zaměstnávání OZP nebo úprava příspěvků na zvláštní pomůcky.

Růst cen pohonných hmot bude zdravotně znevýhodněným kompenzovat příspěvek na mobilitu, který v současné době činí 550 Kč měsíčně. Nově vzroste o 350 Kč na 900 Kč.

S vlivem inflace, růstu cen energií, kontejnerové dopravy i nedostatku některých surovin se zvyšují i ceny plošin. Proto vláda přijala zvýšení maximálního příspěvku o 100 tisíc Kč ze stávajících 400 tisíc Kč.

U příspěvku na živobytí již existuje samostatná úprava, která umožňuje zvýšení přiznané částky příspěvku na živobytí osoby z důvodu nákladného dietního stravování, a to každý měsíc. Nárok na zvýšenou částku příspěvku na živobytí, která se ovšem nezvyšovala od roku 2012, vzniká na základě doporučení příslušného odborného lékaře.

Z důvodu výrazného nárůstu cen se částky jednorázově valorizují o 9,5 procenta od letošního října, a to prostřednictvím novely příslušné vyhlášky.

Bolestné trauma ze ztráty očekávaného miminka před narozením, případně krátce po narození, bolestně zasáhne oba rodiče. Proto kabinet přistoupil na poskytnutí společného času, kdy se se smutnou událostí mohou vyrovnat.

Dosud mohly čerpat dovolenou pouze matky. Nyní se umožňuje přítomnost druhého rodiče, na dávku otcovské poporodní péče (tzv. otcovská) bude mít nárok totiž i muž. Po dobu pobírání této dávky bude příslušet zaměstnancům otcovská dovolená.

Zdroj: www.helpnet.cz

Tarif od ČEZ: Elektřina pro ZTP

Ceny elektřiny opět rostou. Ve srovnávači cen energií vycházel nejlépe tarif od ČEZu: nabízí tarif pro držitele průkazu ZTP a ZTP/P a přijímá je jako nové zákazníky. Vše lze vyřídit po telefonu a e-mailu bez nutnosti dojet na pobočku.

Odkaz na ceník:

https://www.cez.cz/edee/content/file/produkty-a-sluzby/obcane-a-domacnosti/elektrina-2021/moo/web_new-cenik_elektrina-pro-ztp_moo_102021_cezdi.pdf

Zdroj: www.vozejkov.cz

Pojišťovny přispějí na glukometr 1x za šest let

Úhrady z veřejného zdravotního pojištění a pravidla preskripce zdravotnických prostředků pro diabetiky stanovuje zákon o veřejném zdravotním pojištění a jeho příloha číslo tři.

„Glukometr může v indikovaných případech předepsat pacientům léčeným perorálními antidiabetiky diabetolog, internista nebo všeobecný praktický lékař. Pacientům léčeným inzulinem diabetolog či internista a pacientům léčeným injekčními neinzulinovými antidiabetiky pouze diabetolog,“ vysvětluje podmínky preskripce mluvčí Všeobecné zdravotní pojišťovny ČR [VZP ČR] Viktorie Plívová.

Zdravotnický prostředek následně pacientovi předá výdejna zdravotnických prostředků po předložení lékařem předepsaného „Poukazu na léčebnou a ortopedickou pomůcku“. Pojištěnec k tomu nepotřebuje souhlas revizního lékaře.

Glukometrů se vyrábí více typů. Zákon o veřejném zdravotním pojištění u každého z nich přesně stanovuje množstevní a úhradový limit.

Glukometr s možností stahování hodnot do univerzálních počítačových programů umožňujících vyhodnocení dat je ze zdravotního pojištění hrazen do výše 500 korun. A to na jeden kus nanejvýš jednou za šest let.

„Pro další typy glukometrů – glukometry pro stanovení ketolátek, glukometry s hlasovým výstupem, glukometry s integrovaným bolusovým kalkulátorem a komunikací s chytrým zařízením – platí taktéž množstevní limit jeden kus za šest let. Úhradový limit je 1 000 korun,“ upřesňuje mluvčí pojišťovny.

Obdobný postup funguje pro diagnostické proužky na stanovení glukózy z krve, které předepisuje diabetolog. U pacientů léčených perorálními antidiabetiky je smí předepsat i internista a praktický lékař. Dospělým pacientům, kteří nejsou

léčení intenzifikovanou inzulinovou terapií, smí proužky předepsat mimo diabetologa ještě internista.

„Zdravotní pojišťovna hradí diagnostické proužky na stanovení glukózy z krve v množství, které závisí na závažnosti zdravotního stavu, vždy však maximálně do legislativou stanoveného limitu,“ vysvětluje Viktorie Plívová.

V praxi to znamená, že pacientům léčeným perorálními antidiabetiky pojišťovna uhradí 100 kusů diagnostických proužků za rok, a to na základě indikace diabetologa, praktického lékaře nebo internisty. Vše se vykazuje na číslo pojištěnce.

„V praxi to znamená, že pacient nemá nárok dostat poukaz na 100 kusů proužků od praktického lékaře a dalších 100 kusů od diabetologa,“ upozorňuje mluvčí VZP ČR.

Pacientům léčeným injekčními neinzulinovými antidiabetiky nebo inzulinem do dvou dávek denně či pacientům s nediabetickou hypoglykemií pojišťovna uhradí až 400 kusů diabetických proužků za rok. Diabetikům léčeným intenzifikovanou inzulinovou terapií, inzulinovou pumpou nebo perem, uhradí až 1 500 kusů za rok. Diabetikům do 18 let a těhotným diabetičkám pojišťovna zaplatí až 2 500 kusů za rok.

Většina pojišťoven nabízí z fondu Prevence příspěvky na další typy zdravotnických pomůcek. Jako jsou jehly k inzulinovým perům, na příslušenství k inzulinové pumpě, na port pro aplikaci inzulinu, na prostředky pro fixaci a lepší přilnavost senzorů a kanyl atd. V některých případech klientům pojišťovny nabízejí dokonce příspěvek na odborné pedikérské ošetření.

Zdroj: www.zdravezpravy.cz

Vláda určila maximální ceny pro elektřinu a plyn

Vláda stanovila maximální ceny elektřiny a plynu. Maloodběratelé, tedy domácnosti a živnostníci zaplatí za silovou elektřinu maximálně šest korun včetně DPH za jednu kilowatthodinu. Vliv na výši záloh bude mít stanovení cenového stropu již v listopadu. Za stejné ceny by měly nakupovat i samosprávy či veřejné instituce prostřednictvím státního obchodníka s energiemi. Celková cena elektřiny se bude pohybovat mezi sedmi a devíti korunami za jednu kilowatthodinu. Domácnost, která elektřinou i topí, by měla ušetřit až 111 tisíc korun za rok.

Stát má již nyní možnost mít státního obchodníka pod ministerstvem financí, cílem je ale mít tohoto obchodníka pod ministerstvem průmyslu a obchodu.

Platí, že stát počítá s odpuštěním poplatku za obnovitelné zdroje od letošního října a po celý příští rok.

Zdroj: www.olomouckadrbna.cz

Vláda schválila úsporný tarif, průměrná pomoc dosáhne 15 tisíc korun

Vláda schválila návrh takzvaného úsporného tarifu, který pomůže domácnostem s vysokými cenami energií. Průměrná výše podpory s energiemi bude celkem zhruba 15 tisíc korun, letos z toho dostanou domácnosti zhruba 4000 korun.

Úsporný tarif je určený pro domácnosti. Celková výše pomoci kombinuje příspěvek skrze úsporný tarif a odpuštění poplatku za obnovitelné zdroje energií, který činí 599 korun za každou megawatthodinu elektřiny. Odpouštění poplatku za obnovitelné zdroje se týká nejenom domácností, ale také firem či organizací.

Pomoc s energiemi přes úsporný tarif se začne zohledňovat ve fakturách za říjen. Od října bude platit také odpuštění poplatků za obnovitelné zdroje. Odpuštění poplatků má trvat po celý příští rok.

Letos se bude příspěvek na energie vyplácet přes smlouvu na elektřinu. V příštím roce již přes jednotlivé komodity, tedy přes elektřinu, plyn a teplo. Celková výše podpory s energiemi na nadcházející topnou sezonu dosáhne u domácností s nízkou spotřebou zhruba 11 tisíc korun, u domácností se střední spotřebou zhruba 14 tisíc až 15 tisíc korun, domácnosti s nejvyšší spotřebou dosáhnou až na zhruba 18 tisíc korun.

Zdroj: www.olomouckadrbna.cz

Zaplatit kartou poplatek na pohotovosti nebo nadstandard v nemocnici? Dnes už samozřejmost

Většina nemocnic již nějakou formu bezhotovostní platby nabízí, ať už v podobě platebních terminálů na jednotlivých odděleních nebo prostřednictvím zvláštních platebních automatů.

Fakultní nemocnice Olomouc zřizuje několik druhů lékařské pohotovostní služby na více klinikách. „Na Oddělení urgentního příjmu, Oční, Dětské a ORL klinice lze zaplatit pohotovostní poplatek bezhotovostně v ordinaci, nebo v hotovosti ve zde umístěném automatu. Na Klinice ústní, čelistní a obličejové chirurgie lze zaplatit poplatek bezhotovostně v ordinaci i v jednom z automatů a ve dvou automatech v hotovosti. Dále jsou bezhotovostní platby možné i na některých dalších klinikách, kde jsou běžnější přímé úhrady, a samozřejmě také na hlavní pokladně nemocnice a v lékárně. Platby kartou lze provádět i na odběrových místech pro vyšetření na COVID-19 a v platebních vjezdových automatech,“ shrnul mluvčí Fakultní nemocnice Olomouc Adam Fritscher.

Většina nemocnic se podle slov jejich zástupců přizpůsobuje trendu, kdy pacienti nespolehají na platbu hotovostí a nosí při sobě pouze platební kartu.

Zdroj: www.olomouckadrbna.cz

Výlet – Státní hrad Šternberk

Na začátku září jsme se společně s Trendáky vydali na poslední výlet letní sezóny, kdy jsme navštívili Státní hrad Šternberk. Hned po příjezdu do města čekala osobní asistentky nelehká výzva, a to vytlačit naše vozíčkáře k hradu. Prudký kopec neměl konce. Ještě štěstí, že nás v tom Trendáci nenechali a zapotili se pěkně s námi. Následně nám hrad nabídl bezbariérovou prohlídku





základního okruhu – Šlechtické reprezentační prostory. Do hradu jsme se dostali pomocí ližin. Všichni byli velice šikovní a ližiny za pomoci osobních asistentů zvládli sjet. Díky tomu jsme si mohli prohlédnout nejstarší části hradu, rytířský sál nebo renesanční přístavbu. Zároveň jsme se pokochali nádherně vybaveným interiérem, nově zrekonstruovanými kamny a bohatou výbavou uměleckých předmětů dovezených z celé Evropy, především umění 15. století. Výlet jsme uzavřeli návštěvou zámeckého parku.

Koordinátorka volnočasových aktivit Zuzana Plachá

Kulturně zábavný večer v Horce nad Moravou

Malá a nenápadná je obec Horka nad Moravou, ale pořád se tam něco děje, neboť je tam úžasná parta lidí včetně starosty, kteří myslí na místní občany a pořádají různé akce. Lokální nadšenci založili nový spolek Kulturní Horka z. s., který za podpory starosty využívá prostory obce pro pořádání akcí, na kterých se lidé mohou bavit.

Jedna z nich byla pořádána v sobotu 10. 9. 2022, což byl kulturně zábavný večer s bohatým programem. Příprava ze strany dobrovolníků začala již odpoledne v 16:00, ale oficiální zahájení bylo až od 17:00 v prostranství za obecním úřadem. Tam se lidé postupně scházeli a odsud se též vinula příjemná vůně dobrot z pestré nabídky občerstvení. Lidé, většinou dospělí, si zde mohli koupit grilované kuře s hořčicí a křenem, přičemž sám starosta obsluhoval gril. Dále byl v nabídce kornout s hranolky a kečupem nebo hořčicí, párek v rohlíku, což bylo zase většinou oblíbené pro děti. K pití bylo za nealko Pepsi Cola, balená voda, káva, ke které si v případě zájmu mohli koupit sladké mini věnečky. Pro dospělé bylo točené pivo Jadroš 11° a z panáků Jack Daniels, Jägermeister a rum Republika.

Zatímco si lidé vychutnávali něco dobrého a povídali se známými, se vybalovala kapela se svoji nástrojovkou, kterou postupně zapojovali, ladili a zkoušeli zvuk. Kolem 18 hodiny bylo vše připraveno k vystoupení rock-folkové skupiny Ztracený ráj z obce Meze, kde je též vyhlášená pískovna. Ačkoliv se každému zdá, že zpívají česko-moravsky, tak podle jejich slov zpívají hanácky. Podobně humorem svému vlastnímu nazývají svůj hudební styl jako Hanácké nezařazený. Složení v kapele je podle počtu nástrojů, tedy na basu, bubny, harmoniku, španělskou kytaru, ale i elektrickou, kupodivu sedmi strunnou.

Jakmile začali hrát, publikum se náramně bavilo, neboť muzika byla typicky vhodná pro zábavu, zejména když měli některé legrační texty. Po vystoupení kapely si její členové začali pomalu balit, a tak zároveň probíhala příprava na zlatý hřeb večera, a to promítání vybraného filmu, na který se



všichni těšili. Tomu předcházela anketa o hlasování filmu z vybraných nominovaných, což byly Hádkovi, Zátopek, Srdce na dlani a Střídavka. Lidé z Horky volili film z uvedené nabídky, který by chtěli příslušný večer vidět promítat. Vyhrál to film Zátopek a ti, kteří hlasovali pro vítězný film, byli před promítáním slosováni a čtyři z nich obdrželi hodnotné ceny. Díky sponzorům v blízkém okolí se podařilo dát dohromady dárky pro výherce. V souvislosti s tím je vhodné poděkovat Květinářství Chomoutov, Vinařství Dufek a Tam Tam Travel Dušan Porada. Jelikož se akce povedla, lze usuzovat, že nás Kulturní Horka zase něčím příjemným překvapí.



Klient služby sociální rehabilitace Jaroslav Vehrle

VZPOURA V RODINĚ NOVÁKOVÝCH

Na následující debatu se Terka psychicky připravovala už dlouho. Věděla, že to bude hodně těžké, že to bude krutý boj. Konečně se ale rozhodla, konečně posbírala všechny síly.

Počkala, až si matka sedne k šálku kávy, otočila se k ní a zhluboka se nadechla, než ze sebe vysypala větu, o které věděla, že rozpoutá peklo:

„V sobotu pojedu na vozíku, mami.“

„Ale v sobotu jdeme do města na oběd.“ Upozornila ji stará žena.

„Já vím, mami. Do města na oběd pojedu na vozíku,“ upřesnila Terka.

„Proč?“ Nechápala matka. „Ty nedoješ od autobusu k restauraci?“ Nečekala na odpověď a pokračovala: „Nevadí. Tak pojedeme autem.“

„I tak si vezmu vozík.“ Opakovala Terka. „I do auta.“

„Ale zastavíme dvacet metrů od restaurace.“ Opět oponovala matka a zatím pořád ještě v klidu popíjela svou odpolední kávu. Nebyla zvyklá a ani ve snu si nepřipustila možnost nedosáhnout svého. A ustoupit dceři? To už vůbec ne! Je přece postižená, musí poslouchat!

„Já vím, mami. I tak si vezmu vozík. Už mi i těch dvacet metrů ujít o berlích dělá veliký problém,“ začala vysvětlovat dcera.

Stará žena si urovnala zástěru, zamračila se a zhluboka si vzdychla. Pochopila, že dcera to myslí vážně. A to by mohl být veliký problém. Od malička byla paličatá, ale teď, po té havárce, neměla přece právo na paličatost! Začínalo ji to zlobit. To si přece ona, která se o ni musí starat, nezaslouží. Proto tvrdě rozhodla:

„Tak to raději zůstaneme doma. Nikam se nejede!“ Dopila kávu a považovala tento rozhovor za ukončený.

Tereza polkla. To nečekala. Byla připravená na cokoliv, na tvrdý boj, ale tohle ... Do očí se jí začaly tlačit slzy, ale jednou se rozhodla pro vzpouru, musí bojovat až do konce:

„Ne. Půjdeme do města na ten oběd. Domluvily jsme se. A já budu na vozíku.“ Trvala na svém.

„Víš o tom tvoje sestra?“ Zaútočila stará žena z opačné strany.

„Napsala jsem jí to do mailu, mami. Neboj.“

„Co ti odpověděla?“ Zeptala se žena a hned si i odpověděla: „Nic. Vidíš. I ona je proti. Ani jí se to nelíbí.“ Na chvíli se odmlčela a pak, jenom tak mezi vzdechy zkonstatovala: „Ještě, že se toho nedožil tvůj otec.“

Tak to byla rána pod pás, kterou Terka nečekala. Chtěla zaprotestovat, něco namítnout, v poslední chvíli si ale uvědomila, že otec nikdy nebral její vozík ani do auta – nevlezl se mu do kufru... na co, on všude zaběhne, ona ať jenom sedí v autě...proč by jezdila do obchodu, on tam zajde...proč by chodila k doktorovi, on to domluví, aby přišel doktor k nim domů...

Vždy si myslela, že to dělá z lásky k ní, ze soucitu a teď se dozvídá, že se za ni vlastně styděl. Styděl se za to, že zrovna on má dceru na vozíku. On – Pan (s velkým P) Novák.

Taky si uvědomila, že v jejich rodině muselo být vždy všechno dokonalé. Už od nejmenšího dětství. Ze školy musely obě sestry nosit jenom samé jedničky, už jedna mínus byla známka špatná. A netolerovala se ani dvojka, to byla úplná katastrofa, s následným domácím vězením. Obě dcery musely sportovat a zdravě jíst, aby měly perfektní postavy a aby byly vždy zdravé – přece nejsou žádné padavky, aby byly nemocné! Už obyčejné nachlazení bylo přece tak nedůstojné!

Byt musel být vždy perfektně uklizený, vše se muselo vždy a za každých okolností lesknout. Všechno mělo své stálé místo, nikde nic bokem ani o milimetr, nikde zrnko prachu, snítka, uschlý list... oblečení vždy perfektně čisté, perfektně vyžehlené, ve skříních perfektně uložené, na centimetr přesně... Perfektně, perfektně, perfektně. Vždy a všechno a za všech okolností. Když už to z jakéhokoliv důvodu nebylo možné, tak to schovat před světem, ututlat, že by oni, Novákoví, měli něco jenom dobře a ne perfektně!

Úklid, pořádek a perfektnost, dokonalost se musely stát smyslem jejich života.

To všechno si najednou Terka uvědomila, všechno jí to najednou došlo – rodina Novákových musela mít všechno perfektní, ano, celá rodina musela být perfektní. Tak to vždy bylo, a tak to vždy muselo být. A dcera na vozíku? To ne!

Tereza byla po hloupé bouračce částečně ochrnutá, ušla jenom pár metrů a s postupujícím časem a přibývajícími lety jí i těch pár metrů začalo dělat velké problémy. A tak čím dál tím častěji musela sáhnout po vozíku. Doma nesměla, prý kvůli malým prostorům a stejně sedět přece mohla i na gauči. Až teď jí

došlo, že skutečnost byla ale úplně jiná-co kdyby někdo přišel a viděl, že je na vozíku?

Nikdy ji nenapadlo, že se její rodiče ani po pětadvaceti letech nesmíří s tím, že jejich dcera není perfektní. A to jako vozíčkářka v jejich očích nebyla. Došlo jí to až teď. Bylo to kruté poznání.

Když už ale konečně po tolika letech našla v sobě odvahu ukázat se světu na invalidním vozíku, tvrdě si musela stát za svým i v tomto směru. Tajně ale doufala, že jí s tím rodina pomůže.

Hlavně taky chtěla, aby ji aspoň matka začala brát takovou, jaká je.

Netušila však, že to bude tak tvrdý boj, při kterém přijde o mnoho iluzí a při mnoha krásných vzpomínkách dostane ledovou sprchu. Ale takový už život je!

Věra Schmidová

Akce v Trendu

Street low – přednáška studentky Právnické fakulty UPOL na téma: Jak bezpečně využívat internet a mobilní telefon – 1. a 2. část

Kdy: čtvrtek 13. 10., 3. 11. 2022, 14:00-16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Srdečně vás zveme na přednášku studentky Právnické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, kterou pro vás zajistila Jana Měrková. Na přednášce se dozvíte, jak bezpečně využívat internet a mobilní telefony.

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

Plavání se studenty v Baluo centru

Kdy: 18., 25. 10. a 1. a 8. 11. 2022,
v čase 9:45 - 11:00

Kde: Aplikační centrum BALUO (U Letiště
976/32, 779 00 Olomouc)

Od října 2022 až do prosince 2022 nám opět začínají lekce plavání, které proběhnou v Aplikačním centru BALUO v rámci výuky Centra aplikovaných pohybových aktivit (APA) při Univerzitě Palackého v Olomouci.



Studenti vám také pomohou s převlečením a přípravou na i po lekci. S sebou si vezměte plavky, 2x ručník a brýle na plavání (pokud je máte). Plavat se bude do 13. 12. 2022. Lekci si můžete vyzkoušet i jednorázově.

Na lekci je nutné se přihlásit, a to vždy do středy do 17h na následující týden. Sraz pro přihlášené je v **9:45h** v recepci BALUO centra. Cena: **90,- Kč** za 1 lekci (platí se na recepci centra).

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

Vydlabávání dýní

Kdy: středa 19. 10. 2022, 14:00-16:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů
Olomouc

Zveme vás na odpoledne vydlabávání dýní, které k podzimu jednoznačně patří. Někdo tento zvyk může přiřazovat k Halloweenu, ale my tak chceme zajistit odpoledne plné pohody, kdy společnými silami vytvoříme strašidelné dýně, kterými následně vyzdobíme hlavní vchody Trendu. Věříme, že takové dýně udělají radost všem pracovníkům Trendu a především dětem z místní mateřské školy.



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

Ozdravné cvičení vycházející z Čchi-kung

Kdy: 20. 10. a 3. 11. 2022, 12:30-14:00h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů
Olomouc



I během prázdninového provozu se uskuteční ozdravné cvičení s paní Věrkou Schmidovou, fyzioterapeutkou na vozíku. Cvičení probíhá vsedě na židli nebo na vozíku. Díky němu se můžete zbavit migrény a taky si procvičit a uvolnit krční a hrudní páteř nebo ramena. Zároveň během cvičení budeme nabírat a pracovat i s naší energií. Zaručujeme báječnou lektorku, super kolektiv, plno energie a dobrou náladu. Tak se nebojte a přijďte si s námi zacvičit.

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

Seminář s Martinou Brožovou – Dávky pro osoby se zdravotním postižením

Kdy: čtvrtek 20. 10. 2022, 13:00-14:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc nebo
online na odkaze: meet.google.com/ydh-jprj-vgf



Kolegyně Mgr. Martina Brožová, PhD. si pro vás v rámci Odborné poradny připravila seminář na téma: Dávky pro osoby se zdravotním postižením. Dozvíte se, jaké dávky si mohou OZP zažádat, na jakém místě a jaké jsou podmínky pro získání jednotlivých dávek a příspěvků. V rámci semináře se společně zaměříme na příspěvek na zvláštní pomůcku, příspěvek na pořízení a úpravu motorového vozidla a výhody s tím spojené. Dále pak příspěvek na mobilitu, průkaz osoby se zdravotním postižením, parkovací průkaz, výhody a slevy vyplývající z průkazu osob pro zdravotně postižené jako např. sleva na energie, telefony, dopravu atd. Těšíme se na setkání s vámi.

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

Se sociální rehabilitací do divadla:

Když se zhasne - pouze pro přihlášené

Kdy: čtvrtek 27. 10. 2022, 18:15 - 21:00

Kde: Divadlo na Šantovce, Polská



S klienty Sociální rehabilitace opět zavítáme za kulturou, tentokrát do Divadla na Šantovce. Navštívíme zde komedii „Když se zhasne“ připravenou Moravským divadlem, která nás zavede na vánoční večírek proměněný v rozvodovou bitvu manželského páru. Jelikož vstupenky jsou v prodeji již od začátku léta a místa pro vozíčkáře jsou omezena, jednali jsme po domluvě s klienty služby rychle a přihlášky na tuto akci jsou tedy již uzavřené. O naši zkušenost s bezbariérovostí v tomto prostoru se posléze podělíme v tomto zpravodaji.

Akce je pouze pro klienty sociální rehabilitace.

Vypalování do dřeva

Kdy: úterý 1. 11. 2022, 14:00-16:30h

Kde: učebna, Spolek Trend vozíčkářů Olomouc



Srdečně vás zveme na tvořivé odpoledne, které zaměříme na vypalování obrázků do dřeva.

Přijďte si jen tak pro radost vyzkoušet práci s pájkou a vytvořte si své vlastní pyrografické dílo, které můžete věnovat svým blízkým třeba jako vánoční dárek.

Na aktivitu je nutné se přihlásit Zuze do 26. 10. 2022.

Přihlášky a další informace: Zuzana Plachá,

e-mail 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., Otakar A., Martina B., krysa a další

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

Datum vydání: **13. 10. 2022**, Počet výtisků: +-50

tel: 734 478 665

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

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

Shrnutí:

- 13. 10. - Street low I.
- 18. 10. - Plavání
- 19. 10. - Vydlabávání dýní
- 20. 10. - Čchi-kung
- 20. 10. - Dávky pro OZP
- 25. 10. - Plavání
- 27. 10. - Do divadla se SR
- 01. 11. - Plavání
- 01. 11. - Vypalování do dřeva
- 03. 11. - Čchi-kung
- 03. 11. - Street low II.
- 08. 11. - Plavání

Krysa říká: ... a pokud se vám zdá, že je počasí na houby...



... tak opravdu je. ☺