



Zpravodaj nejen o trendech ze světa vozíčkářů



! Pracovní doba o Vánocích

Pro zapomětlivé a ty, co nedávali minule pozor



Reportáže z nedávných událostí v Trendu

Co bylo a jaké to bylo?



Novinky a volnočasové aktivity

Neustále se něco děje ;)



Otův koutek

Fejeton, recenze, výročí



I Krysa se byla podívat na vánoční posezení

Úvodní speciální Kvík

Krysa říká: *Blíží se nám kanec roku, opět. Poznáte to hlavně díky chladnějšímu počasí, specifické výzdobě všech nákupních center a hromadám reklam všude, které Vám říkají, jak je čas myslet na Vaše blízké a obdarovat je, vyjádřit jim, jak je máte rádi, sejít se s nimi a tak dále, jako byste to nemohli dělat každý den v průběhu roku.*



Vánoce se slaví zhruba od 2. století, stabilní datum mají od 4. století. Faktem je, že Vánoce jsou v období zimního slunovratu, kdy se všeobecně slaví prodlužování dne, ústup zimy a sněhu a příchod tepla, lepší podmínky pro růst zemědělských plodin, respektive více úrody a jídla pro všechny. Také se uctívala památka předků a sem tam probíhaly i nějaké ty oběti.

Předkřesťanští germáni všeobecně slavili Yule spojený s časem Divokého honu (procesí duchů na noční obloze), které vede bůh Odin a se zvýšenou aktivitou nemrtvých, kteří chodí po světě. Jednalo se o 12 dní a nocí, během kterých se pokud možno nepracovalo, lidé se věnovali pouze bedlivému pozorování toho, co se děje a od počasí, chování zvířat a dalších jevů se odvozovalo, jaký bude nadcházející rok.

Římané slavili Saturnálie od 17. do 23. prosince Juliánského kalendáře. Obětovalo se v chrámu boha Saturna, ve fóru a na veřejných banketech, následovalo soukromé předávání dárků, pařby a karnevalová atmosféra, během které byl dovolen hazard, pánové nachystali hody i pro své otroky. Rovněž byl zvolen král Saturnálií, který vládl lidem a dohlížel na zábavu.

Existují i další zajímavé svátky v jiných kulturách více na východ a na jih. Třeba Yaldā v Iránu, kdy se schází rodina a přátelé, čtou si poezii a papají červené ovoce symbolizující východ slunce. Podobný Yule je slovanský Koročun. V Japonsku se koupou v horkých pramenech, jako prevence proti nachlazení... Prostě s každou vírou v jiné bohy a odvozenou kulturou existují různé oslavy ve všech regionech světa, které jsou si ve výsledku dost podobné. Stejně jako s pyramidami. Ty taky najdete všude, kde je nějaká ta civilizace.

Mimochodem, na Zemi žije přibližně 7.66 miliardy lidí, z toho 832 milionů je podvyživených, 1,6 miliarda lidí má nadváhu a 717 milionů lidí je vyloženě obézních. V současných známých ložiscích nerostných surovin je při dnešní spotřebě k dispozici ropy na zhruba 16200 dní, zemního plynu na 58 200 dní a uhlí na necelých 150000 dní.

A taky připomínám:



Pracovní doba o Vánocích:

Osobní asistence

- přítomnost sociálních pracovníků na kanceláři OA: do pátku 21.12, ve dnech 27., 28. a 31. 12. v době 8 - 12

Sociální rehabilitace:

- do 20. 12 do 12h, nepřítomnost od 21. 12. do 1. 1. 2019, od 2. 1. 2019 opět na kanceláři SR.

Půjčovna kompenzačních pomůcek:

- do 20. 12 do 12h, nepřítomnost od 21. 12. do 1. 1. 2019, od 3. 1. 2019 opět na kanceláři.

Odborná poradna:

- ve dnech 21. 12. 2018 – 1. 1. 2019 bude poradna z důvodů dovolené uzavřena.
Pokud budete chtít odpověď na některý z vašich dotazů, obraťte se na poradnu nejpozději do čtvrtka 20. 12. 2018, nebo pak až 2. 1. 2019., kdy již bude poradna opět fungovat a to dle stanovených konzultačních hodin.

Ekonomický úsek:

Nepřítomnost pracovníků v kanceláři: od čtvrtku 20. 12. 2018 do čtvrtku 27. 12. 2018.
Pracovní den: pátek 28. 12. 2018 od 8.00 hod. do 13.00 hod.

Slovo na úvod

Milí kolegové, pracovníci, uživatelé a přátelé Trendu vozíčkářů.

Letošní rok 2018, končící magickou „8“, byl plný překvapení, zvratů, ale i posunů. Byl bezpochyby náročný a vcelku úspěšný.

To, že fungovala po celý rok osobní asistence, poradenství, půjčovna kompenzačních pomůcek, sociální rehabilitace, to už je vlastně samozřejmost. Po delší odmlce absolvovali naši klienti pobyt v krásném středisku Březejc. Sociální podnikání v letošním roce oslavilo 10. výročí od svého založení.

Jede „naplno“ a dosahuje stabilních výsledků. Jsem pyšná na to, že Spolek není závislý jen na dotacích a příspěvcích od státu a donátorů, ale že je schopen přiložit „ruku k dílu“ a postarat se díky našemu sociálnímu podnikání o dofinancování svých nákladů. Zároveň u nás v letošním roce našlo uplatnění 36 zaměstnanců se ZP.

Ale je nutné si o Vánocích odpočinout, užít si pohody a trochu lenošení. Být co nejvíce s našimi blízkými. Děkuji svým kolegům za jejich obětavou práci. Jejich přičiněním patří Trend vozíčkářů k předním organizacím v regionu. Poděkování patří uživatelům služby, příznivcům a přátelům Trendu vozíčkářů za to, že nám zachovávají svoji přízeň a důvěru.

Přeji Vám všem v roce 2019 zdraví, lásku a ať se v něm daří po všech stránkách.



Úspěšný rok plný pohody a úsměvů přeje



Alena Ivanová

Ředitelka

Ohlédnutí za divadlem

Ve čtvrtek 15. 11. 2018 k nám do Trendu přišli zahrát divadelní představení s názvem „Zed“ herci z divadla Lopota. Představení bylo o životě za železnou oponou o touze po svobodě, porozumění a lásce. Celé představení sklídilo velký úspěch a diváci neskrývali nadšení.



Divadelní představení bylo prokládáno tanečním vystoupením taneční skupiny Denc, která předvedla dvě úžasné taneční představení. Nutno dodat, že kostým si každá z tanečnic vyráběla sama.

Pro velký úspěch divadelníci přislíbili, že nás znovu na jaře navštíví s novou divadelní hrou.



Jak se dařilo na muzikoterapii

Na konci října jsme za sociální rehabilitaci spustili pravidelná hudební setkání s prvky muzikoterapie. Vede je velice ochotný lektor, pan Ondrušák, který umí hrát na mnoho hudebních nástrojů, vystupuje s kapelou a absolvoval kurzy muzikoterapie. Na každé setkání přinese celou zásobu hudebních nástrojů, známých i těch exotických, které jako hudební nástroje vůbec nevypadají. A kromě hraní na ně s nimi on i klienti dále pracují.



Zatím došlo například na vyprávění příběhů každého nástroje, vymýšlení jeho jména či nálady. Účastníci se také mohli zaposlouchat do jednotlivých zvuků a nechat působit svou fantazii, co jim který zvuk připomíná. Od valašských pasáček ovcí jsme se dostali až k indiánům nebo Krokodýlu Dundee. Když už se ve svých asociacích klienti shodli a označili zvuk jako déšť, stejně se rozproudila bouřlivá debata, na jaký materiál kapky dopadají. Naštěstí šlo jen o naše představy, a proto neexistovala žádná správná odpověď.

V každé hodině také dojde na společnou hudební produkci, která je bohatá, protože si pan Ondrušák vypomáhá smyčkovacem. Na něj se nahraje určitá sekvence, která se pak přehrává stále dokola. Ačkoli je nás v místnosti pár, může to znít jako celý orchestr. Kdo si netroufá zkusit některý z nástrojů, zpívá, nebo jen jednoduše poslouchá.

Tato hudební setkání plánujeme přenést i do nového roku. Jsou určena primárně klientům sociální rehabilitace, ale pokud jsme nalákali i někoho mimo tuto službu, není nic jednoduššího, než se s námi spojit a domluvit se. O termínech Vás budeme informovat.

(soc.rehabilitace@trendvozickaru.cz,

731 144 670)

Kateřina Šindelářová



Dušíčková tančírna

8. 11. 2018

Když jsem se dozvěděl od kamarádů, že má být v Centru pohybu dušíčková tančírna, tak jsem se rozhodl, že vyrazím za zábavou. Hudbu miluji a tancuji podle mých možností. Hned po příchodu mě kamarádi pomohli sundat bundu a dal jsem se do řeči s jednou mladou dívkou, která pracuje v Trendu. Ze začátku si všichni povídali u teplého čaje a potom se zábava rozjela na plné obrátky. Děti si hrály s balónky a dospělí tančili. Atmosféra byla pohodová a líbilo se mi, že kdo mohl, tak se zapojil do tance.

Filip Hyrák

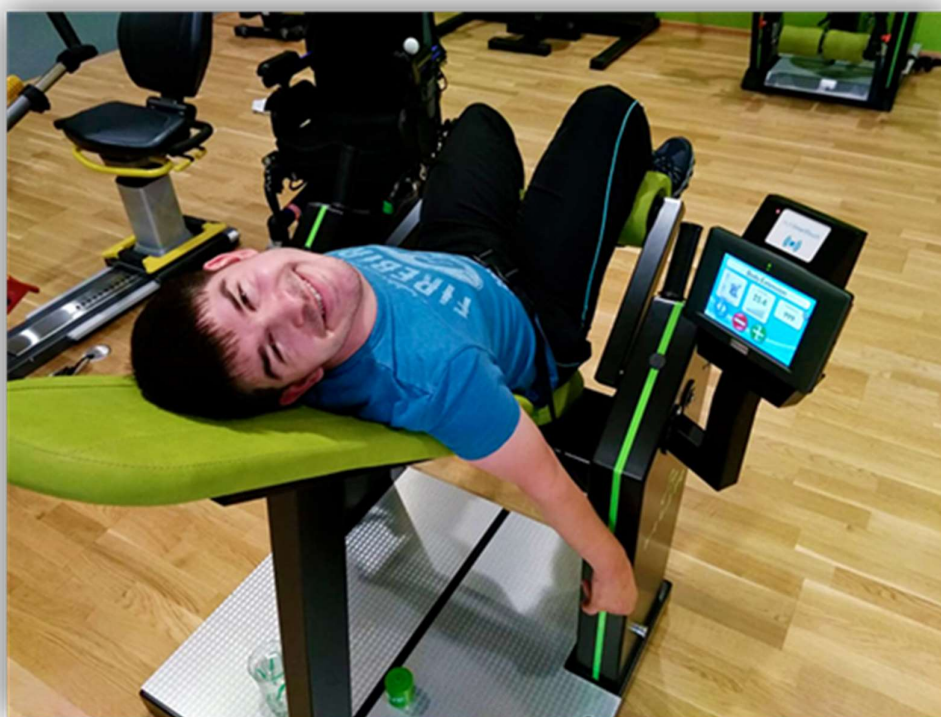


Volnočasové aktivity v Trendu vozíčkářů
podpořili:



Tip na posilování pro vozíčkáře: Baluo

Můj bývalý asistent a v této chvíli fyzioterapeut, mi napsal přibližně před rokem, jestli nechci chodit do aplikačního centra Baluo do posilovny. Zeptal jsem se ho, jestli některý přístroj je pro mě vhodný. Odpověděl mi, že asi ano, ale mám se zastavit a podívat se sám. Chvilí jsem váhal, protože posilovny bývají nepřizpůsobené pro vozíčkáře. Nakonec jsem se rozhodl, že se půjdu podívat. Vyzkoušel jsem pár přístrojů a zalíbil se mi jeden stroj na cvičení nohou. Ze začátku jsem našlapal cca 200 kroků. Po nějaké době jsem měl 500 kroků. Po pár týdnech chození do posilovny, dávám 1 000 kroků se závažím 16 kg s přestávkami. To už je slušný výkon. Tuto posilovnu vřele doporučuji.



Filip Hyrák

Nabídka:

Paní Mgr. Hana Grešková z NRZP nabízí šití fusaků, návleků a pásů pro lidi se zdravotním postižením, kontakt na FB SEN 45 plus, s.r.o., kontakt mail: sen-45@seznam.cz

(případné objednávky a další vyřizování výhradně na uvedených kontaktech v inzerátu)

Okénko z poradny

Senzor Walabot Home dohlédne na padající lidi. V případě nehody přivolá pomoc

Firma Vayyar Imaging představila svůj nový produkt Walabot Home. Cílí na seniory, kterým v případě pádu automaticky zavolá pomoc. Opadá tak nutnost nosit jakékoli „nouzové tlačítko.“

Jedná se o senzor, který je schopný i skrze překážky detekovat pohyb osob. Primárně cílí na seniory, kterým v případě pádu automaticky zavolá pomoc.

Na trhu je několik zařízení, která mohou uživatelé použít k přivolání pomoci. Zpravidla se jedná o různé náramky, hodinky či přívěsky, jež po stisku tlačítka vytočí zadané telefonní číslo nebo pošlou textovou zprávu. V případě nouze je však nutné, aby postižená osoba měla zařízení u sebe a byla schopna provést danou akci – tedy nebyla například v bezvědomí. U starších uživatelů se však bohužel často stává, že tato zařízení zapomínají nebo nechťejí nosit.

Walabot Home eliminuje nutnost mít cokoli neustále při sobě. Zařízení se instaluje na zeď, připojí se k bezdrátové síti a poté monitoruje pohyb osob. Pokud zaznamená pád, automaticky zavolá na určený telefon.

Jedná se o jedno z řady inteligentních domácích zařízení, které Vayyar postavil na základech své technologie, využívající nízkoeenergetické rádiové vlny k rozpoznání věcí přes překážky v poměrně velkém prostoru. Kromě upadnutí dokáže detekovat také zástavu dechu či srdeční kolaps.



Walabot Home jednoduše připevníte na zeď a můžete na něj zapomenout. Stane se tichým společníkem, o jehož přítomnosti se dozví příbuzní či blízcí v okamžiku, kdy bude potřeba jejich pomoc.

Nástěnný gadget pracuje v širokém spektru podmínek, které například webové kamery nezvládají, včetně páry a tmy. Sleduje okolí i přes předměty jako jsou záclony a skleněné stěny, takže se hodí například do koupelny, kde dochází k pádům nejčastěji.

Cena přitom není nijak vysoká – jeden kus přijde na 250 amerických dolarů, což je v přepočtu asi 5680 Kč. Zatímco tato částka není sama o sobě extrémní, kompletní pokrytí celého domu nebo bytu by mohlo být poměrně drahé.

Prozatím se zařízení prodává v USA, ale již brzy snad bude dostupné i v Evropě.

Zdroj: <https://www.zive.cz/clanky/senzor-walabot-home-dohledne-na-padajici-lidi-v-pripade-nehody-privola-pomoc/sc-3-a-195656/default.aspx>

Senát schválil novou úpravu úhrad zdravotnických prostředků, která má podle vlády zabránit výraznému nárůstu spoluúčasti pacientů o více než miliardu korun. Předloha, kterou nyní dostane k podpisu prezident, navíc zavede roční hranici na doplatky za léky pro invalidní důchodce.

Vyšší spoluúčast hrozila u zdravotnických prostředků předepisovaných na poukaz kvůli tomu, že předchozí úhradová pravidla zrušil s účinností ke konci letoška Ústavní soud. Nová úprava by měla od ledna podle vlády lidem ušetřit na spoluúčasti stamiliony korun, víc pomůcek bude bez doplatků. Novela po sněmovních úpravách sníží výdaje za léky některým invalidům. Od přespříštího roku by neměli na doplatcích vydat více než 500 korun ročně invalidní důchodci s invaliditou třetího stupně a invalidé s uznanou invaliditou ve druhém a třetím stupni, kterým úřady penzi nepřiznaly kvůli krátké době pojištění. Nyní do tohoto limitu spadají jen senioři starší 70 let. Nově si podle novely základní parametry úhrady stanoví přímo výrobci tím, že svůj produkt zařadí do skupiny výrobků. Peníze, které lidé ušetří, se mají v budoucnu hradit z veřejného zdravotního pojištění. Přílohou novely je aktualizovaný seznam zdravotnických prostředků, v němž jsou pro jednotlivé skupiny stanoveny úhradové hranice a další podmínky. Nové zdravotnické prostředky by měly být zařazovány do systému úhrad každý měsíc, nikoli jen jednou za půl roku. Pacienti se díky tomu ke svým zdravotnickým pomůckám dostanou rychleji. Zařazování nových prostředků budou navrhopvat přímo jejich výrobci, stát bude řešit jenom chyby, na které mohou

upozornit zdravotní pojišťovny, konkurenti nebo Státní ústav pro kontrolu léčiv. Úspory si úřad slibuje od pravidelných revizí cen jednotlivých kategorií.
zdroj: www.ct24.cz

ŠKODA Neřídít – podpora pro hendikepované zájemce o řidičský průkaz.

ŠKODA AUTO ve spolupráci s Kontem Bariéry spouští nový grantový program ŠKODA Neřídít, který usnadňuje hendikepovaným cestu k získání řidičského průkazu. Pro úspěšné žadatele je připraven příspěvek až do výše 15 000 Kč na absolvování autoškoly. › Grantový program vznikl ve spolupráci ŠKODA AUTO a Konta Bariéry. Nový grantový program ŠKODA Neřídít má za cíl finančně podpořit hendikepované k získání řidičského průkazu a tím i snazšímu zajištění mobility a samostatnosti. Finanční příspěvek až do výše 15 000 Kč na absolvování autoškoly obdrží žadatelé, kteří zašlou přihlášku a budou vybráni komisí složenou ze zástupců ŠKODA AUTO a Konta bariéry. Program je určen pro tělesně postižené s průkazem ZTP nebo ZTP/P, kteří doposud nejsou držiteli řidičského průkazu a jejichž hendikep umožňuje řídit osobní automobil. Na stránkách www.skodaneridit.cz žadatel nalezne veškeré informace k podání žádosti, zástupci ŠKODA AUTO a Konta Bariéry ze všech doručených žádostí vyberou minimálně 17 hendikepovaných, kteří získají finanční podporu. Ta je určena k získání řidičského oprávnění na osobní automobil v následujících 12 měsících, a to v libovolné autoškolě, která umožňuje řidičský kurz pro hendikepované. Poplatek za kurz je proplácen přímo autoškolě.
Zdroj: www.vozejkov.cz

Aplikace Lékárny v ČR převede SMS eRecept na čárový kód, i bez dat

Počet vydaných elektronických předpisů se zvyšuje, Česká lékárnická komora (ČLnK) proto zjednodušila zpracování eReceptu ze zaslané textové zprávy ČLnK v novém spotu představuje aplikaci Lékárny v ČR, jež kromě mapy a kontaktů do lékáren obsahuje i převaděč SMS eReceptů do čárového kódu. Verze pro Android je druhou nejlépe hodnocenou aplikaci v kategorii aplikací pro zdravotnictví. Je zdarma ke stažení v GooglePlay, kde si ji doposud stáhlo více než 10 tisíc uživatelů. Pro uživatele systému iOS je též zdarma dostupná v AppStore.

Nejnovější funkce mobilní aplikace ČLnK převádí jednotlivé identifikátory z textových zpráv plně automaticky. Stačí mít aplikaci staženou v mobilním telefonu, převod probíhá bez potřeby datového připojení. Čas ušetří nejen pacientům, ale také lékárníkům.

Aplikace LÉKÁRNY V ČR vám usnadní výdej léků na eRecept v mobilu. Dovede vás do nejbližší lékárny, poskytne vám informace o její otevírací době, telefonní číslo, info webových stránkách i její mailovou adresu. Propojením s navigací chytrého telefonu vás do ní i dovede.

Zdroj: www.mobilenet.cz

S cukrovkou na obvod. Reforma chystá víc pravomocí pro praktické lékaře

Léčit cukrovku druhého typu, únik moči nebo vysoký krevní tlak praktičtí lékaři léčit umějí, také vědí, co pacientovi na jeho potíže předepsat. Jenže nemají dostatek pravomocí. Na mnoho léků totiž můžou napsat recept jen ambulantní specialisté.

Ministerská reforma primární péče, kterou už měsíce úředníci resortu připravují, by jim mohla ulevit. Praktici by měli dostat více pravomocí v předepisování léků, což by pacienty mělo nasměrovat především k nim.

Praktičtí lékaři tak už Státnímu ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL) předali v létě seznam více než šedesáti léčivých přípravků, u kterých si se zdravotními pojišťovnami předjednali, že jim je nebudou v úhradách blokovat. Jde o léky na osteoporózu, některá kožní onemocnění, o urologické léky, nesteroidní antirevmatika a jiné.

Nejvíce si praktici stěžují na omezené možnosti péče u diabetiků II. typu, protože většina léků má omezení na odbornost. Všeobecná zdravotní pojišťovna chce, aby se lékaři o jejich pojištěnce s druhým typem cukrovky starali komplexně, a vytvořila proto projekt „standardu péče“. Bude-li jej lékař dodržovat, získá bonusové platby.

O větší možnosti v předepisování léků se snaží praktičtí lékaři už od roku 2011. Letos uspěli třeba se základními léky na močovou inkontinenci. Od ledna se uvolní i lék Pregabalin na neuropatické bolesti dolních končetin, které způsobuje poškození senzitivních nervů. Ty při chůzi umožňují člověku rozeznat, jestli jde po koberci nebo třeba po šterku. Do procesu vstupují i odborné společnosti, které můžou dát zamítavé stanovisko, a SÚKL lék praktikům „nepustí“.

V praxi ale může lékař předepsat pacientovi jakýkoli lék, pokud je na něj však omezení pro konkrétní odbornost a předepíše mu ho třeba právě praktický lékař, pacient si lék musí zaplatit ze svého. Lékaři to třeba dělají u levnějších léků, pokud přesně vědí, jak potíže léčit, většinou ale posílají pacienta pro posouzení na odborné vyšetření

ke specialistovi, který má předpis léku v kompetenci.

zdroj: www.zpravy.idnes.cz

Vědci sestrojili implantát, který pomáhá paralyzovaným lidem znovu chodit.

Funguje podobně jako kardiostimulátor. Švýcarští vědci sestrojili implantát, který dokáže lidem paralyzovaným po úrazu páteře a míchy vrátit schopnost chůze. Implantát funguje na podobném principu jako kardiostimulátor. Posílá dávky cílené stimulace do svalů, které má rozpohybovat, přičemž napodobuje mechanismy v lidském těle. Léčba začíná operací, při které lékaři zavedou malý pás elektrod na povrch míchy v dolní části páteře. Poté ho připojí k zařízení podobnému kardiostimulátoru umístěnému na břicho. Po zapnutí vysílá přístroj signály do svalů. Pro zvednutí kolena aktivuje určité nervy, pro krok dopředu jiné. Tím si přístroj vytvoří šablony pro různé pohyby a jejich potřebné stimulace, které před zraněním tělo vysílalo samo.

Zdroj: www.ihned.cz



Rehabilitace jako hra. Inovativní technologie pomáhají pacientům v návratu do života

Virtuální realita, robotické systémy i speciální senzory mohou sloužit jako pomůcky při rehabilitaci. Nejnovější technologie odborníci představili na sympoziu v Rehabilitačním ústavu Kladruby. Novinky pomůžou hlavně pacientům s poraněním pohybové a nervové soustavy.

Jednou z nich je plošina, která zaznamenává i velmi jemné vychýlení těla a spojuje fyzické cvičení s herním principem. Pacient přesouváním těžiště trénuje a zároveň ovládá těleso na šachovnici.

Během rehabilitace se pacienti musí znovu naučit běžné každodenní činnosti. K tomu jim pomáhá třeba speciální hrnek, kterým pohybují po obrazovce. Procvičují tak různé pohyby, a to opět formou hry, která jim počítá skóre. Lékař zároveň získává přesná data a ví, na čem je potřeba ještě zapracovat. Dá se tady vyzkoušet i chytání dalších předmětů.

Další novinkou na rehabilitačním sympoziu je zařízení pro pacienty, kteří jsou dlouhodobě upoutáni na lůžko. Vak, který připomíná spací pytel, podporuje mikrocirkulaci v dolních končetinách. Pacientovi se díky tomu lépe prokrvují nohy, přestože se sám nehýbe, což může končetiny zachránit.

Zdroj: www.ct24.cz



Otův koutek

Fejeton

Rok 2018 pádí jako zběsilý ke svému konci a než se nadějeme, budou tu zase Vánoce. Jako malý kluk jsem se na Vánoce vždycky hrozně těšil. Zdálo se mi, že to trvá strašně dlouho, než konečně přijdou. Dny se zkracovaly, přicházela zima, nastal prosinec a pak to přišlo – Štědrý den!



Zlaté prasátko jsem nikdy neviděl, protože držet celý den půst se prostě nedalo. K obědu byla vždycky aspoň čočková polévka. Potom se setmělo a my, slavnostně oblečení, jsme se dočkali. Z obývacího pokoje se ozval zvoneček, otevřely se dveře a jéééé... Rozsvícený stromeček zářil, prskavky prskalo, co to dalo, a voskové svíčky voněly po celém bytě. Na slavnostně vyzdobeném stole stály mísy s hromadou dobrého jídla. Nejprve byla ta rybí polévka. Mně to nikdy moc nechutnalo a vůbec jsem nechápal, že sestry byly ochotné si ji přidat! A potom přišel bramborový salát s kaprem. Maminka nás naučila, jak vidličkou stáhnout maso z kostí, takže si nepamatuju, že by někdy někomu kost z kapra zaskočila. A nakonec ta největší lahůdka – vepřový řízek! Tak to jsem si přidat...

A potom nastalo to hlavní – rozdávání dárků. Opatrně jsme rozbalovali všechny dárky a nadšení neznalo mezí. No a co se tenkrát dávalo? Samozřejmě knížky – ty mne vždycky potěšily, samozřejmě oblečení, svetry, gramodesky i klasické ponožky, holky dostávaly panenky a já jako kluk třeba vláček nebo Stiga hokej – paráda! Po rozdání dárků jsme všichni dostali punč, konzumovalo se šamky cukroví a já jsem buď popadl novou knížku, nebo jsem složil koleje a rachotil s vláčkem. V kamnech praskalo dříví, bylo krásně teplo a všichni jsme měli krásnou vánoční pohodu. Potom asi přišla na řadu televizní pohádka, nebo film, ale tím si fakt nejsem jistý.

Sladká únava a nacpané břicho nás nakonec přemohly a my jsme se uložili ke spánku. Další dva vánoční svátky se také nesly ve znamení pohody, dobrého jídla a užívání si dárků. Všechny ty dny se zdály nekonečně dlouhé a krásné...

Dnes mi připadá, jako kdyby byly vánoce každou chvílí. Sotva jedny skončí, hned tu jsou další. Já už slavím sám – děti jsou velké, Umím péct i cukroví, ale přiznávám, že jsem lenoch ☺ a raději si ho koupím. Kapra a řízek s šamky bramborovým salátem mít budu, pohodička bude taky, samozřejmě nezapomenu jít do knihovny, abych měl co číst, filmů mám na DVD spoustu, takže bude i na co koukat a budu si užívat.

Vám všem přeji hezké vánoce plné klidu, míru a pohody...

Otakar Altman



Výročí: 31. prosince 1991 se rozpadl SSSR

11. března 1985 byl generálním tajemníkem ÚV KSSS zvolen 54 letý Michail Gorbačov. Jeho politika perestrojky a glastnosti, osobní lidská slušnost a nezasahování do vnitřních záležitostí jiných států vedla na konci roku 1989 k pádu komunistických režimů ve střední a východní Evropě. Po ukončení mocenských represí otřásaly Sovětským svazem stávky, demonstrace a národnostní nepokoje s desítkami mrtvých.



V lednu 1991 vystoupily ze Svazu pobaltské země Lotyšsko, Litva a Estonsko. 19. srpna 1991 se skupina konzervativních komunistů pokusila o puč. Když se k pučistům odmítly přidat silové složky, za dva dny bylo po všem a Sovětský svaz začal kolabovat. V září oznámila vystoupení Gruzie, následovala Arménie a Azerbajdžán a v říjnu oznámily konec účasti i asijské republiky.

8. prosince 1991 se Bělověžském pralese setkali prezidenti Ruska, Běloruska a Ukrajiny, aby ukončili svazovou smlouvu z roku 1922. 31. 12. 1991 o půlnoci byla z Kremlu stažena rudá vlajka se srpem a kladivem a neuvěřitelné se stalo skutkem. SSSR přestal existovat... Nástupnická práva přešla na Ruskou federaci.



Recenze - Hvězdná brána, seriál (Stargate SG-1, USA, 1996 - 2006)

Seriál navazuje na stejnojmenný film. Po roce se aktivuje pozemská brána a přichází další mimozemšťan se svítícíma očima, který unese jednu z vojaček. Plukovník O'Neill je opět povolán do služby. Nový velitel základny, generál Hammond, jej vyšle zpět na Abydos pro Daniela Jacksona. Na Abydos ale také přijde stejný muž, jako na zemi a unese Danielovu ženu Shauri a abydoského chlapce Skaarua. Daniel se vrací na Zemi.

Tým SG-1 potom navštěvuje další planety a setkává se s různými mimozemskými civilizacemi. Největší hrozbou vesmíru jsou Goauly. To jsou parazité v lidských tělech a zastávající pozice pozemských bohů, jako je Ra – bůh Slunce, Apofis – bůh podsvětí či Kronos – bůh Času. Jsou to egomaniaci, neváhající ovládat či vyhubit celé planety. Ale máme i přátele. Toláni, Tok'Raové, což je odboj proti Goauldům a samozřejmě Asgardi – to jsou ti malí šediví mužičci s velkýma mandlovýma očima, známí i z pozemské mytologie. Díky nim a jejich vyspělým technologiím je Země zařazena mezi chráněné planety.

A nad tím vším jsou Antikové. Lidské bytosti povznesené na vyšší úroveň bytí. Působí jako čistá energie, ale mohou se převtělit zpátky do lidského těla. Do záležitostí ovšem nezasahují, aspoň tedy většinou.

Když se týmu nakonec podaří vypořádat s Goauly, přichází z daleké galaxie další nebezpečí – Oriové. Kdysi žili společně s Antiky, ale po konfliktu se rozešli. Jako všichni tihle fanatici prosazující jen svou pravdu, napsanou v knize Počátku. Pokud ji přijmete, stáváte se poddanými. Pokud ne, budete vyhlazeni... To známe i ze Země, že ano? Nic nového. Boj nikdy nekončí...

Přijďte mezi nás ☺

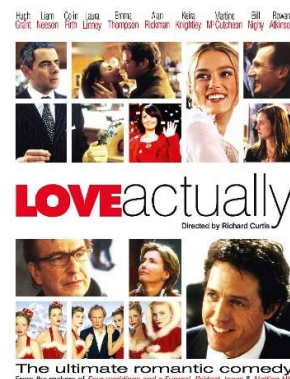
Filmový klub

Kdy: 18. 12. 2018 14:00 - 16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Opět vás zveme do filmového klubu. Tentokrát nás čeká lehčí romantická komedie ve stylu Čtyři svatby a jeden pohřeb, Notting Hill a Deník Bridget Jonesové. Zavede nás do současného předvánočního Londýna, kde se odehraje příběh skládající se z mnoha milostných historek - někdy romantických, někdy smutných, někdy pošetilých. Žádná nepostrádá svůj osobitý humor.

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



Podpůrné setkání rodinných příslušníků klientů.

Přijďte společně sdílet a popovídat si o úskalích péče o osoby se zdravotním postižením. Vyměníte si vzájemně zkušenosti, budete mít možnost vyjádřit své pocity a emoce v bezpečném prostředí.



Budu se těšit na setkání s vámi všemi.

Jana Dubová

Termín: Středa 19. prosince 2018 od 15:00 do 16:30.

Místo konání: Učebna Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7

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

Kouzla východní Afriky

Kdy: 8. 1. 2019 14:00-16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Zveme Vás na povídání o Africe s osobní asistentkou Vendulou Pavláčkovou. Podělí se s námi o své zážitky z Keni, Ugandy a Tanzánie, kde pracovala.

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



Šachy v Trendu

Kdy: 14. 1. 2018 14:00 – 16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

Přijďte si zahrát šachy pod vedením pana Jiřího Přenosila z Šachového klubu Olomouc z. s.

Je jen nutné se do 10. 1. 2019 přihlásit, abychom zajistili šachovnice.

Kontakt: Ludmila Macková volnocasovky@trendvozickaru.cz nebo tel.: 734 442 040.



Arteterapeutické setkání

Tématem dalšího arteterapeutického setkání bude schopnost spolupráce, tzn., pokusíme se vytvořit společný obraz za použití rozmanitých výtvarných technik. Těším se na vás. Jana Dubová

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

Místo konání: Učebna Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7



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 23. ledna 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



Inspirační přednáška o krásách tvůrčí fotografie pro osobní fotografování (krajina, momentky rodinného života, zátiší atd.)



Tentokrát se zaměříme na praktické fotografování přímo na lekci - i malé úkoly pro domácí fotografování. Probereme zpracování zadaných domácích úkolů. Fotky si s sebou přineste buď přímo v mobilu či fotoaparátu nebo uložené na flash disku.

Doporučuji vzít si sebou svůj fotoaparát, případně mít k dispozici foťák v mobilu.

Na společné setkání se těší Jana Dubová a Svatopluk Klesnil

Termín: Středa 30. leden 2019 od 13:00 do 15:00

Místo konání: Učebna Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, Lužická 7

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

Krysa říká: *A to je vše, přátelé, tády dády dáááá (Prasátko Porky z Looney tunes)*

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

Napsali pro vás: Přemysl Drtil, Otakar Altman, Martina Brožová a další
Distribuce a info s úsměvem: Milena Březinová, Alena Třešková a Anna Koziolová.

Datum vydání: **14. 12. 2018** - Počet výtisků: +80

Adresa redakce: Spolek Trend vozíčkářů, Lužická 7, 779 00
Olomouc, tel: 731 144 670; email: drtil@trendvozickaru.cz

Uzávěrka příštího čísla je **4. ledna 2019**

Shrnutí volnočasových aktivit

18. 12. 2018 – filmový klub

19. 12. 2018 – podpůrné setkání rodinných příslušníků klientů

08. 01. 2019 – kouzla východní Afriky

14. 01. 2019 – šachy

16. 01. 2019 – arteterapeutické setkání

23. 01. 2019 – svépomocná skupina klientů

30. 01. 2019 – tvůrčí fotografie

