



😊 **Přání do nového roku**

Od paní předsedkyně

👍 **Novinky Martiny Brožové**

To budete koukat!

😊 **Otův koutek**

Výročí, recenze, fejeton

👍 **Volnočasové aktivity**

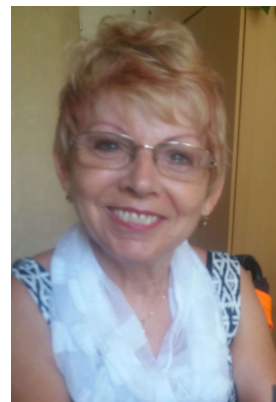
Přijďte mezi nás



I Krysa si chtěla postavit sněhuláka...

Zdravím členy, uživatele služeb, zaměstnance a přátele Spolku Trend vozíčkářů.

Dovolte mi Vám na samém počátku začínajícího roku 2019 popřát, ať každý jeho den prožijete ve zdraví, s kapičkou štěstí, láskou nejbližších, spokojeností, s úsměvem na tváři a s radostí v očích. Ať se Vám daří v osobním i pracovním životě uskutečňovat svá předsevzetí a přání.



V první polovině letošního roku čeká Trend zásadní personální změna – paní ředitelka bude odcházet do starobního důchodu. Za jejího desetiletého vedení se stal Trend vozíčkářů stabilní a prosperující organizací. Je to dlouhá doba, která obnáší velké množství práce, starostí, ale i radostí. Patří jí náš velký dík.

Na podzim letošního roku tomu bude dvacet pět let od založení naší organizace. Jsem ráda, že jsem byla u zrodu Trendu a po celé období mohla být jeho součástí. Práce v sociálních službách není lehká, proto chci poděkovat všem, kteří svou prací a ochotou pomáhají, tvořili a tvoří pracovní tým Trendu.

Ráda bych také popřála TRENDU – ať se nám daří i nadále plnit náš úkol pomáhat všem, kteří naši pomoc potřebují!

Přeji Vám pěkné dny

Marie Svobodová

Předsedkyně výboru Spolku Trend
vozíčkářů Olomouc

Úvod-Kvík

Vítejte v novém roce,

Spolu s ním přichází jedna změna v rámci Zpravodaje, která určitě všechny potěší, protože ne všichni máme zrak jako orel – Větší písmo 😊



Kromě toho, že nám občas může napadnout sníh – což je spíše velmi zvláštní a ojedinělá kouzelná událost/komplikace v Olomouci – je třeba se připravit i na zkouškové období asistentů – studentů, chřipkové epidemie a další podobné události, které se v tomto období pravidelně dějí...

V tomto čísle jste zatím mohli zjistit, že proběhne další velká změna ve vedení našeho úžasného Spolku na postu ředitele. Kdo se do něj usadí?

To Vám prozradíme v příštích číslech. Následuje klasická rubrika novinek v sociální oblasti od Martiny Brožové, která opět obsahuje velmi zajímavé a důležité informace. V těsném závěsu je Otův koutek ve složení výročí, recenze a fejeton. Hurá do něj! A závěr našeho čísla opět tvoří pozvánky na volnočasové aktivity.

Jsem silně zvědavá, co nám nový rok přinese a co všechno se stane. V politice, ekonomice, přírodě a vůbec všude, protože neustále se něco děje. Mávnutí křídel tropického motýla může způsobit tajfun o půl planety dál. Motýla. Co asi způsobí hejno albatrosů, kteří mají největší rozpětí křídel?

Faktem je, že je půlka ledna, což znamená, že za chvíli už je březen a bude zase teplo, všechno pokvete a bude fajn až do půlky října. Teď je sice fajn kombinace knížka-deka-čaj, ale deka- knížka-sluníčko a sangrie v parku je přece jen příjemnější záležitost. Nebo ne? Alergici si dají prášek, slečny odloží zimní bundy a začnou opět nosit sukně, do práce se nebudete brodit závějí sněhu, ale okvětních plátků magnólie... A hlavně bude teplo – a to je asi hlavní důvod, proč většina lidí nemá rádo zimu. Úklid sněhu a nízké teploty. Na druhou stranu, do mínus deseti se oblečete. Sice to chvíli trvá, ale oblečete a nic vás netrápí. Ale co uděláte, když je třicet stupňů? Ve stínu? Svlečete si kůži a svaly? Nebo jen kůži? Obalíte se bahnem jako kamarádi sloni?

*A pro zamyšlení: Kostnatý kostkovaný kos Klaus Kastrol kostěnou kosou koná klasickou katastrofu kosením krásnějších károvaných kosů na kostky...
...aneb kos kosou kosy kosí...*

Okénko z poradny

Poslanci zmírnili pravidla pro výplatu dávek v poukázkách

Poslanecká sněmovna přijala změnu zákona o pomoci v hmotné nouzi ve znění navrženém Senátem. Senioři nad 70 let, invalidé, osoby závislé na pomoci druhé osoby či klienti v pobytových sociálních službách a další zranitelné osoby již nebudou dostávat část příspěvku v poukázkách.



Nová úprava vyřeší současné praktické nedokonalosti zákona a současně zachová potřebnou míru prevence zneužívání dávek v hmotné nouzi. Nově se tedy dávka nebude vyplácet poukázkami v případech, kdy výše příspěvku na živobytí nepřesáhne 500 Kč a v následujících specifických případech, kdy je příjemce nebo osoba společně s ním posuzovaná osobou, která poskytuje péči podle § 3 odst. 1 písm. a) bodu 5 nebo osobou, které:

1. jsou poskytovány pobytové sociální služby
2. je poskytována zdravotní péče ve zdravotnickém zařízení po celý kalendářní měsíc
3. byla pravomocným rozhodnutím soudu omezena svéprávnost,
4. byl přiznán příspěvek na péči ve stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV. (úplná závislost), a to ode dne právní moci rozhodnutí o přiznání této dávky, nebo je osobou starší 70 let,
5. byla přiznána invalidita III. stupně,
6. nebo v případech, kdy se jedná o důvody hodné zvláštního zřetele.

Zdroj: www.mpsv.cz

Poslanci schválili skokové navýšení příspěvků na péči ve III. a IV. stupni závislosti

Poslanci dne (7. 12. 2018) ve 3. čtení schválili senátní novelu zákona o sociálních službách, která významně navyšuje příspěvek na péči pro osoby ve III. a IV. stupni závislosti, které nevyužívají pobytové sociální služby.

V nejvyšším IV. stupni (úplná závislost) se příspěvek zvýší ze stávajících 13 200 na 19 200 Kč. Pozměňovací návrh poslanců Romana Sklenáka a Aleny Gajdůškové (oba ČSSD) pak navyšuje příspěvek i ve III. stupni (těžká závislost), a to z 9 900 na 13 900 Kč u dětí a z 8 800 na 12 800 Kč u dospělých.

Cílem zvýšení příspěvků ve III. a IV. stupni závislosti je odlehčit finanční situaci těm, kteří se rozhodnou pečovat o své blízké v domácím prostředí.

Zdroj: www.helpnet.cz

Co se mění v roce 2019?

Stejně jako v předchozích letech přinese i rok 2019 v oblasti práce a sociálních věcí řadu změn. Od ledna dojde k historicky druhému nejvyššímu navýšení minimální mzdy od roku 1991, kdy byla zavedena. Velkým úspěchem je navýšení příspěvku na péči pro osoby ve III. a IV. stupni závislosti na pomoci jiné osoby. Schválené změny se pozitivně odrazí mimo jiné také na výši důchodů nebo na náhradách zaměstnancům za pracovní úrazy a nemoci z povolání.

Od 1. ledna 2019 se zvyšuje základní výměra všech důchodů, a to ze současných 9 % na 10 % průměrné mzdy (u důchodů přiznaných před 1. 1. 2019 bude náležená základní výměra od splátky důchodu splatné v lednu 2019).

- základní výměra se zvyšuje o 570 Kč na 3 270 Kč,
- procentní výměra se zvyšuje o 3,4 % procentní výměry, která náleží ke dni, od něhož se procentní výměra zvyšuje.

Důchody se tak zvýší v průměru o 900 korun. Zvýšení bezmála 3,5 milionu vyplácených důchodů provede Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) automaticky, není potřeba o ně žádat. O zvýšení důchodu bude všem příjemcům důchodu zasláno písemné oznámení.

Od lednové splátky 2019 se valorizují i vyplácené příplatky k důchodu přiznané podle nařízení vlády č. 622/2004 Sb., o poskytování příplatku k důchodu ke zmírnění některých křivd způsobených komunistickým režimem, a příplatky podle zákona č. 357/2005 Sb., o ocenění účastníků národního boje za vznik a osvobození Československa a některých pozůstalých po nich.

Další schválené opatření spočívá ve zvýšení procentní výměry důchodu o 1 000 Kč u osob, které dosáhly věku 85 let.

VYŠŠÍ MINIMÁLNÍ MZDA

Od 1. ledna 2019 se zvyšuje minimální mzda, a to z 12 200 Kč na 13 350 Kč za měsíc. Minimální hodinová mzda vzroste ze 73,20 Kč na 79,80 Kč. Společně s úrovní nejnižšího výdělku dojde také k růstu nejnižších úrovní zaručené mzdy, a to o 1150 až 2300 Kč měsíčně. Nejnižší úrovně zaručené mzdy jsou výdělková minima platná pro zaměstnance, jejichž mzdy nejsou sjednány v kolektivních smlouvách a pro zaměstnance ve veřejných službách a správě a ve státní službě, jimž je za práci poskytován plat.

Od 1. ledna 2019 se u OSVČ mění splatnost záloh na důchodové pojištění a pojistného na nemocenské pojištění. Nově od 1. ledna 2019 činí lhůta pro zaplacení záloh a pojistného celý měsíc, na který se záloha či pojistné platí a dlužnou zálohu na důchodové pojištění a dlužné pojistné na nemocenské pojištění může OSVČ doplatit ještě do konce dalšího měsíce bez sankce (bez penalizace nebo bez ukončení nemocenského pojištění).

Od roku 2019 může OSVČ, která vykonává vedlejší samostatnou výdělečnou činnost, požádat i o zrušení povinnosti platit zálohy. Bude jí vyhověno, pokud dosahuje tak malých příjmů, že lze předpokládat, že nebude povinna za tento rok platit pojistné na důchodové pojištění, a proto zaplacené zálohy za měsíce tohoto roku by jí byly vráceny.

S účinností od 1. ledna 2019 se zvyšuje rozhodný příjem pro účast na nemocenském pojištění z částky 2 500 Kč na částku 3 000 Kč. Redukční hranice pro výpočet dávek nemocenského pojištění se zvyšují v 1. redukční hranici na částku 1 090 Kč, ve 2. redukční hranici na částku 1 635 Kč a ve 3. redukční hranici na částku 3 270 Kč.

Od 1. 7. 2019 by měla náležet zaměstnancům náhrada mzdy nebo platu i za první 3 pracovní dny trvání dočasné pracovní neschopnosti. Poskytování náhrady mzdy nebo platu za první 3 pracovní dny dočasné pracovní neschopnosti již schválila Poslanecká sněmovna Parlamentu, návrh však ještě musí projednat Senát a podepsat prezident republiky. Zvýšené náklady na výplatu náhrady mzdy budou zaměstnavatelům kompenzovány snížením odvodu pojistného na nemocenské pojištění. Připravuje se i opatření, aby zaměstnavatelé získali informaci o uznání dočasné pracovní neschopnosti svých zaměstnanců co nejdříve elektronickou cestou. Zaměstnavatelé by mohli využívat službu ePortálu. Podle návrhu, který MPSV předložilo vládě, na úpravu zákona č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře, ve znění pozdějších předpisů,

by mělo dojít k navýšení rodičovského příspěvku na celkovou částku 300 000 Kč (450 000 Kč při péči o dvojčata či vícčata). Účinnost uvedeného opatření se navrhuje od 1. ledna 2020.

Od 1. ledna 2019 budou o 3,4 procenta navýšeny náhrady za ztrátu na výdělků po skončení pracovní neschopnosti vzniklé pracovním úrazem nebo nemocí z povolání a náhrady nákladů na výživu pozůstalých. Díky novele zákona č. 82/1991 Sb., o organizaci a provádění sociálního zabezpečení, ve znění pozdějších předpisů, dojde v oblasti lékařské posudkové služby ke dvěma hlavním změnám.

První spočívá ve vynětí lékařů působících v lékařské posudkové službě ze státní služby a jejich převod do režimu zákoníku práce. Druhou hlavní změnou je napojení smluvních lékařů. To dodá celému procesu posuzování větší flexibilitu, jelikož tito lékaři budou moci pracovat na základě dohod o pracích konaných mimo pracovní poměr.

Zdroj: www.mpsv.cz

Parkovací průkazy pro tělesně postižené zneužívají jejich rodinní příslušníci

Ne každý řidič parkující na místě vyhrazeném pro invalidy tam stojí oprávněně. A to i přesto, že za sklem jeho auta je předepsaný parkovací průkaz. Policie dosud neměla příliš mnoho možností, jak takový problém efektivně řešit. To se ale teď změnilo.

Vyřešit to má nová legislativa, která přišla s novelou zákona o provozu na pozemních komunikacích. Ta platí od 1. října. A policisté v tomto směru posílili své pravomoce.

Za tento přestupek může být uložena pokuta příkazem na místě do výše 2,5 tisíc korun. Oprávněním policisty je také vyzvat osobu k vydání věci, pokud jde o věc, která je důležitá pro řízení o přestupku.

Kromě finanční sankce tak případným hříšníkům hrozí, že o průkaz přijdou. Tedy alespoň do doby, než se všechno vyšetří. I když novela silničního zákona opravdu dává policistům možnost potrestat toho, kdo neoprávněně používá parkovací průkaz hned na místě, je tu i alternativa standardního přestupkového řízení, protože vyjasňuje pravomoc obecní policie řešit přestupky spojené s užitím parkovacích průkazů invalidů, a to takzvaným příkazem na místě, který byl dříve znám jako blokové řízení. Je však třeba zdůraznit, že řidič může

i nadále trvat na projednání věci ve správním řízení, kde se může potenciálně bránit. Ale riskuje naopak vyšší pokutu, a to od 5 do 10 tisíc.

Mnoho lidí je stále přesvědčeno, že pokud má parkovací průkaz vyřízený například na nemohoucí babičku, můžou ho používat neustále. To ale není pravda. Zákon hovoří jasně a pokud postižená osoba není přítomná v autě, musí ho řidič sundat.

Málokdo také ví, že v našich končinách zároveň parkovací průkaz nahrazuje i dálniční známku. V takovém případě ho může řidič použít, i když není zdravotně postižený právě v autě přítomný, ale musí to být cesta za účelem jeho převozu. Tedy například pokud pro něj jede do nemocnice, do lázní, na rehabilitaci a podobně.

Zdroj: www.helpnet.cz

Olomouc zvýší nájem ve svých bytech, víc zaplatí i senioři a postižení

Nemilé překvapení připravila na závěr roku olomoucká koalice seniorům a zdravotně postiženým v městských bytech. Nečekaně jim zvýšila nájem, zprvu dokonce o 20 korun za metr čtvereční. Po protestech lidí i opozice bude zvýšení poloviční.

Senioři a také jejich příbuzní proti dvacetikorunovému zdražení sepisovali petici, protestovat plánovali i na jednání zastupitelstva. Tématu se chopilo i opoziční hnutí Pro Olomouc, s nímž byli někteří ze seniorů a jejich rodin v kontaktu.

Opozice tak koalici ANO, ODS, KDU-ČSL a hnutí Společně mimo jiné vytkla, že o zdražení s nájemníky předem nemluvila a že jeho zdůvodnění nevychází ze stanoviska sociálního odboru.

Vedení města si za rozhodnutím stálo, Pak ovšem radní o nájemném jednali znovu a dohodli se, že v DPS a bezbariérových bytech půjde nájem nahoru o deset korun za metr, což je pro část seniorů již přijatelnější. Ve standardních městských bytech dvacetikorunové zdražení platí.

Bydlení teď čtyři roky nezdrazíme, slibuje primátor.

Podle oficiální tiskové zprávy města zvýšení nájmu v DPS a bezbariérových bytech o dvacet korun odmítla na prosincovém jednání rady náměstkyně pro sociální záležitosti Eva Kolářová z hnutí ANO.

Zdroj: www.olomouc.idnes.cz

Otův Koutek

Výročí

16. ledna 1969 se sebeobětoval Jan Palach

Po srpnové okupaci se začali v KSČ silně projevovat konzervativní komunisté a reformisté začali odstupovat z funkcí. Byla také znovu zavedena cenzura. V zemi zůstalo asi 70 000 sovětských vojáků. Lidé začali rezignovat.

16. ledna 1969 se na protest proti cenzuře, rozšiřování okupačního tisku Zprávy a proti beznaději polil student Filozofické fakulty Univerzity Karlovy Jan Palach hořlavinou a na Václavském náměstí se upálil.

Zanechal po sobě dopis, ve kterém svůj čin vysvětloval. Nazval se jako: Pochodeň č. 1. 19. ledna Jan Palach na následky sebeupálení zemřel. Jeho pohřeb 25. ledna se stal velkou protestní manifestací proti situaci v zemi. Reformní komunisté již ale nereagovali.

Palach byl pohřben na Olšanech. V roce 1973 Státní bezpečnost jeho ostatky exhumovala a spálila a urnu s popelem předala jeho rodičům ve Všetatech.



Recenze

Osvobození (SSSR, 1973, režie Jurij Ozerov)

Úžasná pětidílná sovětská epopej začíná v létě roku 1943 bitvou o kurský výběžek. 5. července zahájila německá armáda útok, kterým znovu chtěla převzít iniciativu na východní frontě. Na jižní části oblouku prorazila všechny tři sovětské linie. 12. července se u vesnice Prochorovka střetlo asi 2000 tanků v apokalyptickém boji, kdy nebylo poznat, kdo vlastně útočí a kdo se brání. Tanky na sebe střílely z několika desítek metrů, narážely do sebe a vojáci se navzájem masakrovali samopaly, bodáky, polními lopatkami a nakonec i holýma rukama. Bitvu rozhodla 5. tanková brigáda generála Rotmistrova. Na bojišti zůstalo asi 120 000 německých a 250 000 sovětských vojáků. Válečná iniciativa tak přešla do rukou Rudé armády.

Druhá část epopeje popisuje bitvu o Dněpr a dobytí hlavního ukrajinského města Kyjeva 6. listopadu 1943. Je smutné, že ve filmu není ani zmínka o tom,



že Kyjev dobyl 1. československý armádní sbor a důstojníci Tesařík, Buršík a Sochor za to obdrželi vyznamenání Hrdina SSSR.

Třetí díl se věnuje operaci Bagration. 22. července 1944 zahájila Rudá armáda pochodem přes pripjaťské bažiny osvobozování Běloruska a dalších států a území na západní hranici SSSR. Po vylodění spojenců v Normandii se Německo ocitlo v kleštích a muselo bojovat na třech frontách. Itálie se zhroutila a obsadili ji Angloameričané.

Zbývající dva filmy se věnují dobývání Berlína, které začalo 16. dubna 1945. Sověti prolomili obranné linie a posléze se bojuje přímo v ulicích hlavního německého města. Hitler 30. dubna spáchá sebevraždu a 2. května boje končí. Seržanti Jegorov a Kantarija vztyčují nad Reichstagem rudou vlajku se srpem a kladivem...

Bojové scény natočené nejen ze země, ale i ze vzduchu, jsou úžasné. Režisér Ozerov měl k dispozici neomezený rozpočet, vojáků a techniky - o kolik si řekl. Vždyť jen bitva u Prochorovku se natáčela dva měsíce. Při sledování nekonečných obrovských výbuchů či při překonávání bažin si často říkáte, kolik vojáků zahynulo i při tom natáčení...

Epopej obsahuje i dokumentární i dotáčené černobílé scény z jednání generálních štábů obou bojujících stran, zachycuje hrůzu generálů z Hitlera i Stalina, popisuje jednání spojenců v Teheránu 1943 nebo na Jaltě v únoru 1945. Více než půl hodiny je věnované perfektně natočenému atentátu na Hitlera v červenci 1944. Na konci celé série je děsivý počet obětí, který druhá světová válka přinesla.

Těm, kdo mají rádi válečné filmy, lze sledování jen a jen doporučit.

Fejeton

A máme tu rok 2019. Nemohl by už někdo konečně vymyslet a sestrojít stroj času? Přemýšlím, kam bych se s ním letěl podívat.

Vzal bych to asi úplně od začátku – kouknout na Velký třesk! To by byl zážitek! Potom bych už výrazně pokročil do doby někdy před 4,5 miliardou let, kdy se prý formovala Země.

Nechal bych ji vybudovat a přenesl se do doby, kdy se začal rodit život – všichni



ti prvoci, pak trilobiti a tak. První ptáci, plazi a následoval by přesun k dinosaurům, jestli je opravdu vyhladil ten meteorit. Zhlédnout prvního savce, ze kterého se vyvinul člověk, potom všichni ti opolidé, neandrtálci, postupně se kouknout do starého Egypta a podívat se, jak vlastně stavěli pyramidy, nahlédnout do doby ukřižování Ježíše Nazaretského a pak už rychle kupředu. Co takhle shlédnout bitvu na Moravském poli a smrt krále Přemysla Otakara II.? A letíme dál. Co smrt Jana Husa v Kostnici? Zkouknout bitvu na Vítkově 14. července 1420 a hanebnou porážku rytířů krále Zikmunda Lucemburského. Bitvu u Domažlic, kde 50 000 křížáků uteklo před husitskými vojsky a jejich zpěvem. Že by byl tak falešný? ☺

A letíme dál. Co Velká francouzská revoluce? Dobyť Bastily, poprava krále a královny, a jelikož revoluce požrala i své děti, být u popravy Dantona nebo Robespiera... V červnu 1812 vtrhnout s Napoleonem do Ruska, dobýt Moskvu a potom se nesmyslně v ruské zimě vypravit zpátky. Z půl milionu vojáků Grand Armee jich zbylo 20 000. Tomu říkám decimace...

Přesuneme se k modernějším dějinám. V arcibiskupském paláci v Olomouci se 2. prosince 1848 staneme svědky korunovace Františka Josefa I. císařem. 28. června 1914 přihlížíme střelbě Gavрила Principa na následníka trůnu Františka Ferdinanda d'Este... A letíme zase dál... Společně s hrabětem Stauffenbergem položíme 20. července 1944 bombu k nohám Vůdci. Bohužel ji generál Burgdorf posune na opačnou stranu stolu a Hitler přežije. Koukneme se 5. března 1953 do Stalinovy dači a staneme se svědky smrti jednoho z nejhorších diktátorů světa.

A potom už to půjde rychle do moderní doby. Ocitnout se u okna v 6. patře velkoskladu knih v Dallasu a zjistit, jestli to byl opravdu Lee Harvey Oswald, kdo 22. listopadu 1963 zabil prezidenta Kennedyho... Stát vedle Jacka Rubyho, když v přímém přenosu postřelí právě Oswalda.

V červenci 1969 bych chtěl přistát s Neilem Armstrongem na Měsíci, s posádkou Apolla 13 prožít boj o holý život a návrat na Zemi...

A to už by stačilo. Všechno ostatní už mám v živé paměti... Tak co, kdo se pustí do stavby stroje času?

Otakar Altman

Přijďte mezi nás

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**



Filmový klub

Kdy: 22. 1. 2019, 14:00 – 16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)

V lednu nás opět čeká filmový klub. Pustíme si film: Jmenuji se Sam.

Sam Dawson (Sean Penn, za tuto roli nominován na Oscara) je starostlivý otec, který miluje svoji dceru Lucy a cítí se být tím nejšťastnějším chlapcem pod sluncem. Problém je v tom, že jeho mentální vývoj se kdysi zastavil zhruba na úrovni sedmiletého dítěte. Až dosud se Samovi dařilo s pomocí přátel překonávat všechna úskalí otcovství. Teď ale do hry vstupuje agilní sociální pracovník a tak Samovi hrozí, že mu Lucy bude odebrána, protože ho začíná mentálně převyšovat. Samova případu se ujímá Rita Harrisonová, zkušená právnička, které se však kvůli pracovnímu vytížení značně odcizil její syn. Společně se snaží přesvědčit systém, že si Sam zaslouží být otcem se vším všudy a zároveň se oba dozvídají, co vlastně pravá rodičovská láska obnáší...



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

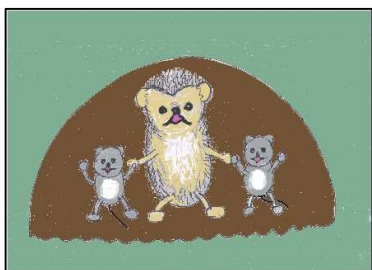
Autorské čtení s paní Šromotovou

Kdy: 29. 1. 2019, 14:00 – 16:00

Kde: učebna Trendu vozíčkářů (Lužická 7)



Zveme Vás na čtení z pohádkové knížky **O myšce a ježečkovi**. Autorka je středoškolskou profesorkou a tato knížka měla pohladit její duši v nelehkých chvílích a doufá, že pohladí duši i Vám.



Přihlášky a další informace:

Ludmila Macková

email: volnocasovky@trendvozickaru.cz

tel.: 734 442 040.

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

Šachy v Trendu

Kdy: 11. 2. 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 7. 2. 2019 přihlásit, abychom zajistili šachovnice.

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



Ozdravné cvičení vycházející z Čchikung

V novém roce pro vás chystáme speciální ozdravné cvičení s paní Věrkou Schmidovou (paní Schmidová je vystudovaný fyzioterapeut a psychoterapeut s několikaletou praxí). Díky tomuto cvičení si uvolníte krční, hrudní páteř, ramena ... můžete se zbavit migrén, předejít operaci karpálního tunelu, zmírnit astma, posílit plíce, srdce, zlepšit si imunitu a jako bonus se naučit

tu nejjednodušší masáž hlavy, díky které můžete mít pevnější a bohatší vlasy, nebo masáž, která vám pomůže oddálit tvorbu vrásek.

Některé cviky z tohoto jednoduchého cvičení už si někteří z vás měli možnost vyzkoušet v listopadu.

Při tomto cvičení se nezapotíte, tudíž se nemusíte převlékat (pokud nechcete).

Nepotřebujete karimatky, ani žádné jiné podložky – celé cvičení probíhá vsedě na židli, nebo vozíku.

Po cvičení nebudete unaveni – naopak, budete plni elánu, energie, síly, dobré nálady.

Přijďte si vyzkoušet a posuďte sami.



Bude-li příznivé počasí, první lekce začne 14. února ve 14:00. Cvičení by potom probíhalo jednou za čtrnáct dní vždy ve čtvrtek.

Přihlášky: Ludmile Mackové na volnocasovky@trendvozickaru.cz nebo tel.: 734 442 040.

Volnočasové aktivity v Trendu vozíčkářů podpořili:



Krysa dodává: Přemek chystá na březen (po návratu hraničáře z průzkumu) další dobrodružství v již rozjetém příběhu dračího doupěte. Pokud byste měli zájem se zapojit do této zajímavé činnosti rozvíjející fantazii, bude Přemek jen rád, protože mu chybí do ideální družiny dobrodruhů dva hráči.

Momentálně se stále nacházíme v situaci, kdy hlavní město padlo, král utekl, Temná strana si postavila portál, od kterého se šíří podivný mrak, v jehož stínu se dějí divné věci a naše družina „hrdinů“ se rozhodla vést odboj z vesničky Bolavá Noha...

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. 01. 2019** - 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. února 2019**

Shrnutí volnočasových aktivit

- 16. 01. 2019 – arteterapeutické setkání
- 22. 01. 2019 – filmový klub
- 23. 01. 2019 – svépomocná skupina klientů
- 29. 01. 2019 – autorské čtení
- 30. 01. 2019 – tvůrčí fotografie
- 11. 02. 2019 – šachy
- 14. 02. 2019 – Čchi-kung



Zveme čtenáře Trendy zpravodaje na semináře v rámci Odborné poradny ve Spolku Trend vozíčkářů Olomouc, které vede sociální pracovnice poradny paní Mgr. Martina Brožová PhD.

Semináře se konají v učebně Trendu vozíčkářů na Lužické 7 a jde o tato témata a termíny:

- 21. 2. 2019, 13:00 - 14:30 - Změny v sociální oblasti v roce 2019
- 21. 3. 2019, 13:00 - 14:30 - Průkaz osoby se zdravotním postižením