

# VÝZVA

zpravodaj pro lidi s výzvou



číslo 11  
leden 2006



# OBSAH

Na slovíčko s Milanem a Lenkou

/ 1

Boccia

Turnaj 2. ligy BOCCIA v Brně 28.-29.října 2005 / 2-3

„PSA“

Předvánoční setkání / 4

PSA - termíny pro rok 2006 / 5

Standardy

/ 6-7

Rodinný průvodce

Co bylo na Kukátku II. / 8

Malování na hedvábí / 9

Míčkujeme / 10

Ty a ty, ty teď budeš hlídati... / 10

Zábřeh, Zábřeh, Zábřeh... / 11

Za lano

První setkání v Ostravě - 10.11.2005 / 12-13

Jak jsme táhli ZA LANO... / 14-16

Očima klienta

Život s tělesným handicapem / 17-18

Na slovíčko s...

...Dankou Havlovou / 19-20

Klub Brána

Tvořivá Brána / 21

Respit

Co potřebuji od asistenta / 22-23

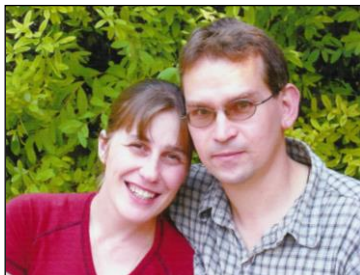
Rehabilitační okénko

/ 23-24

## Vážení a milí, zase o rok moudřejší...

Úvodem dovoluji trochu neumělé vlastní nenáročnou lehoučce humornou novoroční poezii :

*Rok se s rokem sešel,  
kdo by se však věšel,  
i když zase's sešel,  
rač být stále vešel.* (...já tam dal kvůli rýmu háček, to básník smí)



Ačkoliv sám ještě v předvánočních myšlenkách a přípravách, usedám, přepínám na novoroční program a píši nový novoroční úvodník do nového zpravodaje nového ročníku.

Přelom roku je pro mě především časem děkování. A děkování není nikdy dost. A tak chceme s mou milou ženou Lenkou moc poděkovat všem našim kolegům - zaměstnancům, šéfům, brigádníkům, dobrovolníkům, spolupracovníkům, lektorům, dárcům, fandům, přátelům, klientům, modlitebníkům a tak všelijak podobně.

Na naši novoročenku jsme napsali:



*Děkujeme všem,  
kdo společně s námi potlačili nebo potáhli  
vozíček se jménem VÝZVA o kousek dopředu.  
Do nového roku přejeme splnění nějakého  
srdečního přání a dostatek Božího požehnání  
pro věci krásné a dobré.*

A to platí všem, i těm, kteří naši novoročenku z nějakého důvodu nedostali do rukou. Nebudu raději nikoho jmenovat, neboť váš zástup je dlouhý a zásluhy mnohé.

Moc chceme poděkovat všem našim nejbližším doma, našim dětem za inspiraci, oporu, lásku a trpělivost. A ať se na mne nikdo nehněvá, největší dík patří moudrému Hospodinu, který žehná, pomáhá a radí. Bez něj by nebylo VÝZVY... a nejenom VÝZVY.

## Turnaj 2. ligy BOCCIA v Brně 28.-29.října 2005

Tak to vám musím přiblížit! Vynechám dlouhý popis průběhu celé akce, jen zkusím vyjádřit některé pocity, prožitky a postřehy.

Bomball!!! Finále v Naganu, baráž v Norsku, Katčin finiš, Jandysův Harrachov - úplná hadra !!! (pro neznalé nápověda - velké sportovní události v pořadí hokej, fotbal, běh na lyžích a skok na lyžích)



Náš devítiletý Jirka vyrazil jako vyslanec klubu BRÁNA poprvé v životě na oficiální závody. Měl v zádech největší fanklub v hale - náš osmičlenný rodinný tým, jednu Marušku, druhou Marušku, několik členů brněnského týmu, na telefonu babičku, dědečka, kmotry, osobní asistentku atd..

Říkali jsme si : „Jede na zkušenou, jen aby to nebyla velká nakládačka“. A pak Jirka nejprve vyhrál oba zápasy v základní skupině s borci zhruba o generaci staršími. Jako vítěz skupiny postoupil do čtvrtfinále. V tu chvíli byl pro nás absolutní mistr světa, něco mezi Jágrem a Nedvědem (pro neznalé nápověda - hokej, fotbal).

Zápasy jsme všichni šíleně prožívali, palce zatáté v pěst, zatajený dech, přimhouřené nebo vykulené oči, nervy v kýblu, vítězný povyk, slzy soupeřů.



Druhý den ve čtvrtfinále Jirka nastoupil proti mnohem zkušenější Hance a ještě v polovině zápasu vedl. Pak se však projevila zkušenost a Hanka Jirku porazila. Jirka neudržel emoce a dost dlouho nešťastně plakal (*Jirko, nezlob se, že jsem tě prásknul, ale všichni to pochopí*).



Celkově to však byl velký úspěch! Jirka něco dokázal, sám za sebe! Byl skvělý. Spal se svým spoluhráčem (drží rampu a prožívá s ním vše na kurtu) Martinem na ubytovně. (*Martine, díky moc, byl jsi super!*). Byl v kolektivu sportovců, spolu se potkávali, povídali, jedli, hecovali se. Pro dokreslení atmosféry připojuji přesné znění SMS, kterou nám chlapi poslali ve 21:06 hodin :

**„Ahoj celá rodinko ! Právě si dávám poslední tréninkový zápas s Milanem. Vyzval sem ho a doufám, že ho porazím. Zítřka vám to řeknu! Dobrou noc a zítřka ať ste čilí a dobře fandíte. Ahoj J+M“**

Asi bychom nikdy nevěřili, že budeme s Jirkou prožívat takové úžasné sportovní zápolení. Jasně, mohl taky dvakrát prohrát a jet domů s brekem. Ale myslím, že i tak by to stálo za to. Spousta krásných lidí, kteří bojují se svým handicapem, spousta zapálených zdravých, kteří vidí, co jen tak vidět nelze. Velká Srdce.

Tohle není agitka pro náš kroužek boccii, ale co vy na to ?

**Milan Svojanovský**



## Předvánoční setkání / Jolana Goluchová

Jak už se stalo příjemným zvykem, bylo poslední setkání osobních asistentů OASY v tomto roce více sváteční než pracovní. V úterý 20. prosince jsme se všichni sešli v útulném prostředí koliby Eukalyptus. Zavítali mezi nás i milí hosté, spolupracovníci a vedení Centra pro rodinu.



V uvolněné a pohodové atmosféře jsme zavzpomínali na právě uplynulý rok, došlo i na slova uznání a poděkování. Po dobrém jídle jsme se pobavili u tomboly. Bylo příjemné, že nás ten den nečekalo, jako jiné PSA, tolik školení a plnění pracovních povinností, ale měli jsme čas si povykládat a blíže se seznámit s novými spolupracovníky.

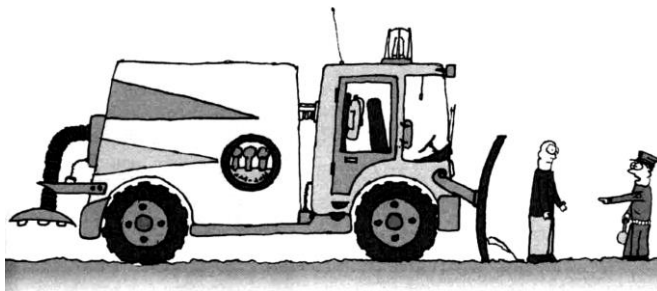
Všichni jsme se rozjeli domů osvěženi a nabití novou energií. Jediné, co již tradičně chybělo, byl Milanem slibovaný ohňostroj.

*PS: Tak alespoň takto ☺!*



## PSA – termíny pro rok 2006

31.1. - Frýdlant nad Ostravicí - (začátek 8.20 hodin)
27.2. a 28.2. - Zábřeh - osobní pohovory(začátek 8.30 hodin) + 16.00 Camelot
28.3. - Frýdlant nad Ostravicí (začátek 8.20 hodin)
25.4. - Frýdlant nad Ostravicí (začátek 8.20 hodin)
29. a 30.5. - Zábřeh - osobní pohovory (začátek 8.30 hodin) + Camelot 16.00 hodin
27.6. - Frýdlant nad Ostravicí (začátek 8. 20 hodin)
<b>červenec</b> - všichni asistenti pošlou výkazy poštou nebo dodají osobně <b>do 28. 7. 2005 do 15.00 hodin na adresu :</b> <b>Helena Krejčoková , Sedliště 377, 739 36</b>
29.8. - Frýdlant nad Ostravicí (začátek 8. 20 hodin)
22. a 23.9. - Frýdlant nad Ostravicí (začátek 8. 20 hodin) (dvoudenní školení)
30. a 31.10. - Zábřeh - osobní pohovory (začátek 8. 30 hodin)
28.11. - Frýdlant nad Ostravicí (začátek - 8.20 hodin)
19.12. - <b>Společné setkání asistentů v .....</b>



*Policista zastaví řidiče: „Už vás stavím po osmé s tím, že pořád ztrácíte náklad!“  
„A já vám už po osmé vysvětluji, že je náledí a já posypávám silnici pískem!“*

**STANDARD 3:** Zájemce o službu je před uzavřením dohody seznámen se všemi podmínkami poskytování služby. Pracovník zařízení zjišťuje, co zájemce od služby očekává a společně pak formulují, jakým způsobem bude poskytovaná služba dohodnuté cíle naplňovat.

**Zařízení aktivně informuje zájemce o jeho povinnostech včetně podmínek, způsobu poskytování služby a její ceny.** Pověřenou osobou pro jednání se zájemci o službu je vedoucí projektu Ing. Milan Svojanovský, jeho zástupkyně paní Lenka Svojanovská a koordinátora služby OASA paní Jolana Goluchová. Pouze s těmito osobami je možno jednat o poskytování služby. Při prvním jednání o službě je zájemci předán informační materiál o službě včetně ceníku poskytovaných služeb.

**Cíle, které by sociální služba měla naplňovat, stanovuje uživatel. Zařízení podporuje zájemce o službu při formulování osobních cílů.** Již při prvním jednání je zájemce dotazován čeho chce využíváním služby dosáhnout. Z tohoto důvodu je dohoda o poskytování služby uzavírána s uživatelem pouze na rok.

**Při uzavírání dohody musí být dojednáno jaká bude konkrétní forma, průběh, podmínky a rozsah poskytovaných služeb.** Dle potřeby je vzájemná komunikace opakována, dokud není upřesněna forma (v našem případě osobní asistence, jeden klient = jeden asistent), průběh (např. dopolední asistence ve škole a odpolední asistence dítěti v domácím prostředí), podmínky, rozsah poskytované služby (např. 40 hodin týdně, doprovod mimo školu i do kroužků atp.)

**Osobní cíle vycházejí z možností a schopností zájemce o službu.** Osobní cíle se ve většině případů týkají celého rodinného systému klienta tzn. nevyplývají přímo z jeho diagnózy. Diagnóza klienta, je-li dána k dispozici, slouží především k evidenci (zda klient spadá do naší cílové skupiny) a je také východiskem pro další



proškolení osobních asistentů (přednášky jsou cíleně zaměřeny tak, aby se asistenti dozvěděli co nejvíce o daném druhu postižení). Diagnóza pro naši práci není příliš podstatná, proto také diagnózy uvedené zákonnými zástupci klientů příp. klientem samotným nijak nepřezkoumáváme. Sledujeme především individuální potřeby a cíle klienta a jeho rodiny.

**Informace o službě jsou zájemci poskytovány s ohledem na jeho situaci a možnosti vnímat a chápat takovým způsobem a v takovém rozsahu, aby zájemce o službu poznal, zda služba naplňuje jeho potřeby a mohl se rozhodnout, zda ji využije či nikoliv.** Naši službu využívají především rodiny se zdravotně postiženými dětmi, proto jednání probíhá v naprosté většině případů se zákonnými zástupci. Jednání probíhá tak, aby zájemce o službu měl možnost se opakovaně ujistit o tom, že poskytnutá služba bude splňovat jeho potřeby. Pokud je služba sjednávána s dospělým klientem, má možnost k jednání přizvat osoby, které považuje za potřebné. Zájemce dostává také informační materiál, který má možnost si doma v klidu prostudovat a rozhodnout se, zda službu využije či nikoliv.

**Zařízení stanoví pravidla pro odmítnutí zájemce o službu z důvodu nedostatečné kapacity či nesplnění rozhodujících kritérií pro cílovou skupinu uživatelů.** Vnitřní předpis „Jednání se zájemci o službu“ obsahuje mimo jiné i pravidla pro odmítnutí zájemce o službu. Zájemce je odmítnut, pokud nesplňuje podmínky dané pro cílovou skupinu poskytované služby. V tomto případě jsou zájemci poskytnuty informace o jiných možnostech, které by mohl využít (kontakty na jiné poskytovatele soc. služeb). Pokud je zájemce odmítnut z důvodů naplněné kapacity uživatelů z dané obce, je zařazen do evidence zájemců a kontaktován, jakmile se naskytne možnost službu poskytnout.

## Co bylo na Kukátku II.

Naše druhé setkání z cyklu Kukátko, kde jsme se ptali, jaký vliv může mít DMO na dětskou psychiku, se uskutečnilo 12. prosince 2005. Ani to, že počet účastníků byl malý, neubralo na zajímavosti tématu.



Měli jsme skvělou možnost vnímat propojení názoru odborníka, paní Mgr. Nitrové, a pohledu člověka s postižením - naší kolegyně Magdy. Magda prošla jako každé dítě všemi etapami dětství a dospívání a tak mohla názor paní psychologičky obohatit o historky a zážitky ze svého vlastního života.

Za jednu z nejdůležitějších věcí obě považují to, aby rodiče byli především rodiči, maminky maminkami a tatínkové tatínky. Aby se z nich pod tíhou všeho, co musí dělat, nestávali pouze terapeuti, rehabilitační pracovníci či jiní odborníci. Protože i takové „obyčejné“ pomazlení s maminkou nebo tatínkem je pro dítě nenahraditelné.

Neméně důležitý, avšak často těžký, je úkol rodičů dětí s postižením vést děti k maximální možné samostatnosti. Magda nám vyprávěla, jak se mnohdy její maminka zdála být okolí vůči ní nepřiměřeně tvrdá a náročná. Kupodivu právě za to je jí dnes Magda vděčná. Díky tomuto přístupu je téměř ve všem samostatná a tam, kde jí síly nestačí, nemá problém o pomoc požádat.

Vám všem, kdo byste chtěli toto povídání slyšet na vlastní uši, můžeme slíbit, že se časem uskuteční ještě jednou. V jiném termínu „Kukátka“. Těší se na vás rodinní průvodci

H. Klicperová a J.V. Kreilingerová

## Malování na hedvábí

*„Nahoru dolu, malovat spolu, malovat pro radost, té není nikdy dost...“*

Všichni, kdo máte rádi něco nového a zajímavého, přijďte. Čeká nás totiž „Hedvábné malování“. Akce je určena rodičům s dětmi se zdravotním postižením a jejich sourozencům. Budeme malovat na hedvábí a objevovat, co všechno se dá s takovým hedvábním podniknout. **Pokud máte pocit, že tohle není pro vás a vaše děti, přijďte.**

Budete překvapeni jak málo stačí k vytvoření hedvábného pohlázení... Cílem totiž není umělecké dílo, ale pohoda a radost z něčeho dosud neobjeveného. No řekněte, kolikrát už jste sami malovali na hedvábí? A vaše dítě? Nenechte se mást. Malovat mohou všichni, každý podle svých možností.

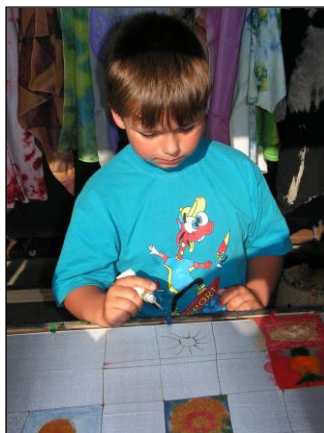
**Kdy: 28.1.2005 v době od 9 do 12 hodin**

**Kde: Centrum pro rodinu a sociální péči, Syllabova 19, stará zábřežská nemocnice**

Malovat s námi bude paní **Iva Zajíčková**. Barvy, štětce, rámy a vše potřebné bude k dispozici zdarma, jen hedvábí bude k zakoupení (nákupní ceny). Každý si totiž asi troufne na jinou velikost.

Pokud vás tato myšlenka zaujala, ozvěte se prosím co nejdříve - 775 244 297, 774 244 256, [cprpruvodce@doo.cz](mailto:cprpruvodce@doo.cz). Nejpозději však do 16. ledna 2005, abychom mohli zajistit dostatek materiálu i dobrovolníků, kteří by se dětem věnovali.

Na setkání s vámi se za všechny těší



## Míčujeme

Další setkání z cyklu „Kukátko“ bude věnováno všem, kteří by se rádi naučili používat rehabilitační metodu zvanou „míčková facilitace“. Tentokrát s odborníkem na slovo vzatým, fyzioterapeutkou Mgr. Lenkou Suchomelovou. Přijďte se naučit, jak využít míčky k uvolnění dýchacích cest, odhlnění organismu dětí i dospělých.



**Kdy:** v pondělí 23. 1. 2006 od 16,00 hodin

**Kde:** Centrum pro rodinu a sociální péči, Syllabova 19, stará zábřežská nemocnice

Další informace na tel.č.: 775 244 297

**H. Klicperová a J.V. Kreilingerová**

## Ty a ty, ty teď budeš hlídati...

Milí rodiče, uvědomujeme si, jak je mnohdy obtížné zařídit si hlídání tak, aby jste mohli navštívit naše setkání z cyklu „Kukátko“. Přicházíme tedy s nápadem.

Pokud se ozvete týden před setkáním na tel.č. 775 244 297, 774 244 256, máte velikou šanci, že se podaří zajistit některého z dobrovolníků a ten se bude vaší ratolesti v době setkání věnovat. Ani ve chvíli, kdy se nám nebude dobrovolníků dostávat, však nezoufejte. Stále je tu RESPIT (tel.775 244 249) a jeho občasná úlevová asistence. Zaplatíte sice 20Kč za hodinu hlídání, ale není to přijatelné, jde-li o zajímavou přednášku či setkání?

Těšíme se na vás.

**Hana Klicperová a J.V. Kreilingerová**

## Zábřeh, Zábřeh, Zábřeh...

---

... kouzelné slovíčko, jež se nám stává tak důvěrně známým. Mnozí z vás už do staré zábřežské nemocnice cestu našli a tak jen něco málo informací, co je nového:

- Máme již pevnou linku, která je pro všechny služby Výzvy společná - volejte **552 301 406**.
- Jsme připojeni na internet. Každá služba má tedy svou adresu:
  - OASA: [cprvyzva@doo.cz](mailto:cprvyzva@doo.cz)
  - Respit: [cprrespit@doo.cz](mailto:cprrespit@doo.cz)
  - Rodinný průvodce: [cprpruvodce@doo.cz](mailto:cprpruvodce@doo.cz)
  - Brána: [cprbrana@doo.cz](mailto:cprbrana@doo.cz)
- Kde a kdy nás najdete?

**Rodinný průvodce** - každé úterý od 12:00 do 17:00 Mimo tuto dobu, zde budou probíhat předem ohlášené schůzky a přednášky z cyklu Kukátko.

**Respit** - každé úterý a středu od 16:00 do 18:30

**OASA** - první úterý v měsíci od 13:00 do 16:30

**BRÁNA** bude pořádat své akce jak v Zábřehu, tak v CPR na Kostelním náměstí. Konkrétní místo bude vždy předem upřesněno.

Všechny služby také najdete na nových webových stránkách [www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz) !!!!

Jana Veronika Kreilingerová



Novomanželka stojí nad sporákem a drží za krk slepici.

Po půl hodině se muž zeptá: „Prosím tě, co to děláš?“

„No, tady je napsáno: Slepici půl hodiny mírně dusíme...“

## První setkání v Ostravě - 10.11.2005

Tak, jak bylo slíbeno v minulém čísle časopisu Výzva, přinášíme informace z historicky prvního setkání rodičů, dětí a dospělých do třiceti let se zdravotním postižením z různých regionů ČR.

Toto setkání s názvem ZA LANO se uskutečnilo

10.11.2005 v prostorách Ostravsko-opavského biskupství v Ostravě.

Musím říci, že počáteční obavy z nízké účasti rodičů se brzy rozplynuly jako dým, protože jsme dostali přihlášky třiceti rodičů z různých krajů (Moravskoslezský, Jihomoravský, Olomoucký, Zlínský a Pardubický). Rodiče jako zástupci jednotlivých sdružení i



jednotlivci přijeli a živě diskutovali nad předloženými tématy: „Co považuji ve stávajícím systému péče o osoby se zdravotním postižením za dobré, potřebné; co by bylo třeba změnit“. Z diskuse vyplynulo několik základních bodů.

### S čím jsou tedy rodiče spokojeni?

- Osobní asistence - možnost využít této služby, byť zatím pouze pro některé
- Přístup ke vzdělávání - zrušení pojmu „nevzdělavatelnost“
- Integrace - možnost integrovat dítě, byť zatím nejsou zcela vytvořeny vhodné podmínky

### Co by si rodiče do budoucna přáli?

- Dostupnost osobní asistence pro všechny potřebné
- Návaznost vzdělávání a péče o zdravotně postižené po ukončení povinné školní docházky - chybí střední školy, SOU, denní stacionáře
- Státní garance sociálních příspěvků, vzdělávání, osobní asistence, respitní péče, chráněného bydlení
- Propojenost služeb a meziresortní spolupráce (zdravotnictví, školství, sociální péče)
- Spolurozhodování rodičů resp. jejich sdružení např. při vzniku legislativy apod.
- Podpora neziskových organizací - zkvalitnění jejich financování tak, aby poskytované služby mohly být garantovány na delší dobu než dosud (víceleté granty apod.); současný stav znamená pro uživatele neustálou nejistotu
- Zachování existence sociálních příspěvků např. na kompenzační pomůcky, auto, dopravu, úpravu bytu apod.



Kromě zmíněných témat jsme se v diskusi dotkli také připravovaného Zákona o sociálních službách. Pro mnohé rodiče to byly informace zcela nové a tak bylo dohodnuto, že na druhém setkání ZA LANO se bude diskutovat hlavně na toto téma, na řadu by však měla přijít také otázka pedagogické asistence (Školský zákon). A závěr? Účastníci se dohodli, že si do příštího setkání nastudují zmiňované zákony a pokusí se kontaktovat ve svých krajích poslance, kteří by byli ochotni naslouchat a přijmout závěry z jednání rodičů jako podněty k pozměňovacím návrhům těchto zákonů.

Pro všechny, koho aktivita ZA LANO zajímá a měli by chuť dozvědět se více, mohu doporučit naše internetové stránky [www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz). Nadcházející setkání by se mělo uskutečnit na jaře roku 2006 v Brně. Tak co, přijedete taky?

Hanka Klicperová

## Jak jsme táhli ZA LANO...

Jmenuji se Martina Čížková. Bydlím ve dvacetitisícovém městečku na rozhraní Čech a Moravy, které se jmenuje Svitavy. V první řadě jsem maminkou jedenáctiletých dvojčat - chlapců Tomáše a Lukáše, kteří přišli na svět předčasně, a tím se stalo i to, co nás

provází celou dobu jejich života. Oba hoši trpí dětskou mozkovou obrnou. Jejich zdravotní stav je kombinací tělesného, mentálního a zrakového postižení. To jen úvodem, aby bylo zřejmé, kde začala cesta, po které se svou rodinou kráčím.

Počítám se mezi lidi, kteří všechny problémy své a své rodiny nenechávají řešit jiné, ale snaží se je řešit vlastními silami. Jednou jsem slyšela příznačný název „Akční rodič“. Vyřešení problémů spojených s našimi dětmi potom přinášelo řešení i pro rodiny, které měly obdobné problémy. Trošku shodou okolností si tohoto začalo všimnat mé okolí a jednoho dne mě oslovila fyzioterapeutka našich chlapců s návrhem. Občanské sdružení zabývající se pomocí dětem se zdravotním postižením a jejich rodinám hledalo člověka, který by se ujal vedení klubu, fungujícího kdysi v našem městě. V té době byly našim hochům čtyři roky. Brala jsem to tehdy jako nějakou další „výzvu od života“. Tak jsem se roku 1998 stala předsedkyní občanského sdružení Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR Klubu Pohoda Svitavy a jsem jí dodnes.

A teď to hlavní, o co bych se s vámi chtěla podělit. Asi tak někdy v druhé polovině srpna pořádal náš Klub Pohoda rehabilitační pobyt pro děti se zdravotním postižením a jejich rodiny. Jednou z přínosných návštěv na našem pobytu byla i paní Hanka Klicperová, která jako konzultantka Střediska rané péče Olomouc přijela seznámit rodiče a dětičky s tím, co se děje ve Středisku.







Zároveň přivezla informaci ze svého nového působiště - služby Rodinný průvodce v Ostravě, že se chystá na listopad velké setkání rodičů, kteří pečují o děti se zdravotním postižením. Hned nás název setkání **ZA LANO** a nápad manželů Svojanovských oslovil.

Členové našeho Klubu se dohodli, že na toto setkání vyšlou svého zástupce. Slovo dalo slovo a během října jsem se závazně přihlásila na setkání ZA LANO. Protože ve Svitavách dobře funguje komunikace a spolupráce různých občanských sdružení, úřadů i poskytovatelů sociálních služeb, přidala se ke mně ještě zástupkyně občanského sdružení místní organizace Sdružení pro pomoc mentálně postiženým paní Silvie Sajdlová. Od ostatních rodičů jsme dostali za úkol rozšířit po návratu nabrané informace a poznatky směrem k sociálním pracovníkům Městského úřadu a Středisku sociálních služeb Salvia - velkému poskytovateli sociálních služeb ve městě Svitavy. S tímto jsme s mou kolegyní odjížděly do Ostravy.

Mé osobní očekávání spočívalo v tom, že se sejde dostatečné množství lidí, kteří, jak já říkám, jsou na jedné lodi a sejdou se ve víře, že chtějí měnit věci k lepšímu. Síla spojení mezi sebou a tlak vyvinutý tímto na zákonodárce pak zcela jistě přinese ovoce.

Velmi mě potěšilo, že se hodně hovořilo o právě projednávaném návrhu Zákona o sociálních službách, který je, myslím si, v současné době prioritou číslo jedna. Bylo ovšem znát, že všeobecně rodiče o tomto návrhu zákona moc nevědí. I v tom je smysl setkání ZA LANO, abychom věděli, co od tohoto zákona můžeme očekávat.

Musím říct, že účastníci si dobře uvědomili, že dnešní děti se zdravotním postižením mají život velmi usnadněn nastavenými sociálními dávkami. Ať jsou to dávky státní sociální podpory, příspěvky pro zdravotně postižené např. na provoz, zakoupení, nebo celkovou úpravu vozidla, úpravu bytu, na různé kompenzační

pomůcky a tak dále, nechci tu jmenovat veškeré příspěvky, které

16

## Za lano

jsou poskytovány. Také jsme si dobře uvědomili, že i systém vzdělávání funguje. Také nabídka v oblasti sociálních služeb je rozmanitá, i když v současné době ještě pořad není založena na základě již zmiňovaného zákona, který snad poslanci nechají spatřit světlo světa. Výčet témat, která se otevřela v diskusi, je velký a zcela jistě bych, kdybych se je pokoušela vyjmenovat, na některá zapomněla. Podstatné však je, že v každé oblasti je co zlepšovat. A to je velký cíl pro nás všechny, kteří chceme, aby naše děti měly ještě lepší podmínky pro život, než mají teď'.

Odjížděla jsem s pocitem, že došlo k naplnění mého očekávání, že cesta dlouhá bez mála 200 kilometrů, opravdu nebyla zbytečná! Ve chvíli mého odjezdu jsem věděla, že se těším na další takové setkání!! Proto na závěr velké poděkování Lence a Milanovi Svojanovským a jejich spolupracovníkům za zorganizování setkání „ZA LANO“.

**Martina Čížková**

## Okénko pro děti

Pro náš zpravodaj nakreslila Kristýnka Židlická. Děkujeme.



*Venku v přírodě*



## Život s tělesným handicapem / Magda Blažková

Na toto téma s kolegyní Katkou již téměř měsíc přednášíme pro žáky osmých a devátých tříd na základních školách v Ostravě a blízkém okolí. Do budoucna máme v plánu nabídnout naše přednášky také studentům víceletých gymnázií a jiných středních škol s humanitním zaměřením. Tato činnost nám byla nabídnuta občanským sdružením **ŽIVOT BEZ BARIÉR** působícím v Nové Pace, které se zabývá začleňováním především tělesně handicapovaných lidí do běžného života. V rámci své činnosti zaměstnává lidi s postižením jako školitele. Naším úkolem tedy je seznámit zdravé žáky s problematikou tělesného postižení.



Cílem našich přednášek je ukázat zdravým žákům, že my, lidi s tělesným postižením, se od nich nelišíme ničím jiným než tím, že máme omezenou funkčnost nohou, rukou nebo třeba hlasu. Vedeme téměř plnohodnotný život, i když s určitým omezením, a máme stejné starosti jako oni (chodíme do školy, někteří i do práce, prožíváme lásky, máme stejné zájmy...). Program přednášek dělíme do dvou částí. Teoretické a praktické. V teoretické části se posluchačům snažíme nastítnit náš život. V souvislosti s tělesným handicapem nikdy nezapomenu zmínit **VÝZVU**, a když pak mluvíme o volnočasovém vyžití nás tělesně postižených, nelze nezmínit **Bránu**. Ve druhé praktické části dáváme posluchačům možnost vyzkoušet jízdu na vozíku nebo chůzi o berlích. Půjčujeme jim k nahlédnutí časopisy zaměřené na život tělesně postižených. Mezi jinými také zpravodaje **VÝZVA**. Po celou dobu přednášky dáváme prostor dotazům posluchačů.



S potěšením musím říci, že naše přednášky

18

## Očima klienta

zatím mají úspěch, se kterým jsem opravdu nepočítala. A to nejen ze strany žáků, ale také ze strany vedení oslovených škol. Po překonání počátečního ostychu nám žáci i jejich učitelé kladou spousty dotazů a vyslovují vlastní názory k tématu. Mnohé z nich mě zaujaly a některé překvapily.

Jsem velmi ráda, že se nám pomocí přednášek daří pozitivně přetvářet názor zdravých lidí na nás tělesně postižené a oni se nás učí vnímat jako sobě rovné a přijímat nás mezi sebe.

Závěrem už zbývá jen zmínit důvod mého rozhodnutí nechat tento článek otisknout ve Výzvě. Je prostý. Jednak spouště lidem podepsaným pod projektem Výzva vděčím za to, že tyto přednášky mohou dělat. A také chci, aby všichni čtenáři zpravodaje měli možnost přečíst si o tom, jak se jejich činnost promítá v mém životě.



## ... Dankou Havlovou

*„A hlavně, prosím tě, nezapomeň udělat ten rozhovor!!!“, zdůrazňoval mi Milan v jednom z telefonátů. „Neboj, nezapomenul“, ujišťoval jsem ho. No jo, ono se řekne rozhovor, ale s kým a kdy? „Vybral“ jsem si Danku Havlovou, což bylo prima, horší bylo místo a čas - pauza při školení asistentů ve Frýdlantu. A to byl kámen úrazu! Rychle, rychle, ať to stihnem do začátku další přednášky!! A za dveřma dav asistentů dožadujících se vstupu do místnosti, kde jsme se bavili a kde oni měli mít skupinku. Prostě paráda ☺!*

*Doma jsem seděl nad diktafonem a „špekuloval“ co s tím. V ten okamžik mi začala na obrazovce monitoru blikat nová zpráva. Po jejím přečtení jsem věděl, že „to je ono“ (díky Danko) a rozhovor jsem vyhodil. Danka to řekla sama a je to super! Tak čtěte:*

Ahoj Honzo. K tomu rozhovoru do Výzvy ti posílám ještě pár věcí. Bylo to na mě moc hr a tak jsem si na ledacos nevzpomněla. Napiš, jak si vybavuji konkurz na pracovním úřadě v Ostravě. Bylo tam asi 30 žen a já jediná jsem si tam „dotáhla“ 4leté dítě. Po zahájení Lenkou a Milanem a



představení mé budoucí práce mě nenapadlo nic lepšího, než se zeptat na platební podmínky (sotva jsem to dořekla, hned jsem si v duchu nadávala). Druhá část konkurzu spočívala v tom, že ti, kteří měli zájem, zůstali na osobní pohovor. Stála jsem na té chodbě a Petra do mě hučela: „Mami já chci domů, mami já chci, mami já...“ a já usilovně přemýšlela, jestli mám poslechnout instinkt nebo své dítě. No, je jasný, jak to dopadlo že? I přes veškeré pochybnosti, že zrovna na „takovou“ co si není schopna zajistit hlídání, určitě všichni čekají s otevřenou náručí, jsem tu a jsem ráda.

O přechodu z rodiny do rodiny, bych řekla asi to, že jsem se

20

## Na slovíčko s...

docela bála a zároveň hrozně těšila. Strach pominul hned u vchodu, kde už nás čekala velká Ivča, maminka Ivanky (nemohla se dočkat). První moje kroky vedly do pokojíčku, kde v posteli ležela věrná kopie maminky. Velká hnědá kukadla, řasy až někde na čelo a pusa od ucha k uchu. No láska na první pohled! Taky jsem se bála, že maminka mě bude srovnávat s předchozí asistentkou Nikčou, ale dodnes jsem nic neslyšela a jsem opravdu ráda.



Můžeš třeba napsat i o těch lékářích. Už se o tom ale zmiňovala Karla. Taky nemám nikde problém. Všude mě berou a poslouchají mé názory a připomínky. Dnes už pojem „asistent“ znají opravdu všude. O té rehabilitaci Vojtovou metodou napiš jen, že ji cvičím. Kolik těch cviků, není nutné. Stejně ani nevím, jak přesně to označit, tak ať se zbytečně „neztrapňuji“! O tom, že mě Ivana (velká) „zdravě vysává“ napiš tak, ať se neurazí. Chtěla bych ať je to v souvislosti s porovnáním předchozí klientky, kdy jsem si moc



odbornosti za celé dva roky neužila. Šlo jen o to dovézt holčičku do školy, tam s ní sedět a pak ji zase odvézt domů. Kdežto teď je to akční. Pořád něco s maminkou vymýšlíme, ať Ivanka prospívá jak fyzicky tak duševně. Myslím, že se nám to daří (klepu na dřevo) a vidí to i

okolí, což mě moc těší a hřeje.

Už si opravdu na nic nevzpomenu. Jen to, že chodíme s Ivčou do výborné speciální školy ve Vítkovicích, kde máme obě perfektní podmínky. Ivanka tam má nejrůznější aktivity a mě tam berou a podporují jak v mých nápadech k programu Ivči, tak v mém nejbláznivějším nápadu - dodělat si maturitu. To už je opravdu všechno. Pokusím se ti poslat i nějaké fotky. Pa! S pozdravem

## Tvořivá Brána / Magda Blažková

Ve čtvrtek 1. prosince se v Zábřehu otevřela BRÁNA všem, kteří se nebojí povolit uzdu fantazii a kreativitě. Když říkám všem, myslím opravdu všem, bez rozdílu věku, druhu nebo rozsahu postižení. To, že se nás tu sešlo opravdu hodně, budete moci vidět na fotkách, na níž je celá akce s výstižným názvem Tvořivá Brána zdokumentovaná.



Posbírali jsme všechn materiál, který zásoby Brány nabízejí (sádra, kartony, barvy, plastelína, lepidlo, vata, fixy...) a za pomoci asistentů tvořili zimní krajinky. Jestliže obecně platí úsloví, že fantazii a kreativitě se meze nekladou, v Bráně to platí minimálně dvojnásob. Za dvě hodinky práce stála na stolech spousta zasněžených stromečků, sněhuláků a jiných symbolů zimy. To, že sádra a barvy skončily nejen na papíře, ale i na našich rukách, oblečení a u někoho dokonce ve vlasech, nikomu nevadilo. Hlavní je, že jsme se tady zase všichni sešli, nejen že jsme společně procvičili jemnou motoriku nás postižených a tím provedli jeden z mnoha druhů arteterapie, ale ještě jsme se fajn pobavili a pořádně se zasmáli. A se svými výrobky se můžeme pochlubit rodičům, věnovat jim je pod stromeček, nebo s nimi vyzdobit prostory BRÁNY.



Strávit takhle příjemné odpoledne, setkat se s fajn lidmi, pobavit se a ještě pro sebe udělat něco v rámci rehabilitace je

přece fajn a tak i vy, kteří jste z nějakého důvodu BRÁNU ještě nenavštívili, neváhejte a přijďte mezi nás.

## Co potřebuji od asistenta / Magda Blažková

V úvodu je třeba říci, že smyslem mého článku není mluvit o osobní asistenci jako takové, ale seznámit vás čtenáře s individuálními potřebami konkrétních klientů. V jeho první části se vám tedy pokusím nastínit, v čem spočívá pomoc osobních asistentů konkrétně u mne jakožto klientky RESPITU.



Snažím se být hodně čínorodá, proto služby Respitu využívám poměrně hodně. Vnímám je jako cestu vedoucí ke značnému osamostatnění zdravotně postiženého člověka. Cítím se být poměrně soběstačná, moje pohybové možnosti a schopnosti jsou však značně omezené. Zvláště teď v zimních měsících. Z toho vyplývá, že hlavní úkol asistentů v mém případě spočívá v pomoci při přepravě z místa na místo. Konkrétně to vypadá asi takto: asistentka mě v předem domluveno hodinu vyzvedne doma, pomůže mi dopravit se, kam je potřeba, počká, dokud nevyřídím vše potřebné a potom mě doprovodí zpět domů. Dalším úkolem asistenta je manipulace s mechanickým vozíkem, která v mém případě vzhledem k mému věku a hmotnosti není vždy úplně jednoduchá. Pokud mě asistent někam doprovází, po celou cestu mě na vozíku veze. Kromě toho často musí vozík nakládat do dopravních prostředků. Já se snažím své asistenty jak při manipulaci s vozíkem tak i při jakékoli pomoci navigovat tak, aby mi co nejvíce pomohli a aby pro ně byla spolupráce se mnou co možná nejpříjemnější. Spolupráce a komunikace mezi klientem a asistentem, pokud ji alespoň trošku umožňuje zdravotní stav klienta, je podle mého názoru strašně důležitá k tomu, aby asistent mohl v plném míře naplnit potřeby klienta.

Kromě tohoto hlavního úkolu, využívám asistenty jako partnery ke komunikaci. Každá s asistentek, které jsem v RESPITU dosud



poznala, se mi zdála být něčím zajímavá. Nejen, že si vždy fajn povídáme o běžných věcech, ale také jsem od mnohých

## Respit

23



z nich získala spoustu zkušeností užitečných pro práci s lidmi. Mne totiž s asistenty nepojí jen potřeba pomoci mně jakožto klientce, ale také společný cíl pomoci jiným lidem. Věřím, že i já z pozice klienta mohu svým asistentům předat spoustu toho, co oni sami budou moci v budoucnu při práci s lidmi využít.

Závěrem chci za sebe poděkovat nejen Andree a Katce za to, že asistence v RESPITU za jakýchkoli okolností funguje na sto padesát procent, že nám klientům vždy ochotně vycházejí vstříc, ale hlavně všem asistentkám, které mi dosud pomohli za jejich ochotu a přátelskost.

## Rehabilitační okénko

Po kratší odmlce se opět hlásím z rehabilitačního okénka. Nejdříve bych vám chtěla popřát všechno nejlepší v novém roce a kromě štěstí, zdraví a Božího požehnání taky trochu cvičebního elánu pro všechny děti a taky pro vás dospěláky.

Ted' vám prozradím, co způsobilo tu krátkou odmlku. Dne 6.12. na Svatého Mikuláše se nám narodilo třetí děťátko. Je to krásný kluk, jmenuje se Filípek. Váží 3150g a měří 50cm. Děkuji všem, kteří v modlitbě na nás mysleli.

A co budeme dnes cvičit? Ukážeme si cvik tentokrát pro malé děti. Cílem tohoto cviku je uvolnění spasticity na DKK, facilitace

extenze HKK, stimulace a posilování šijových svalů, trénujeme oporu o loket. Tento cvik můžeme nazvat jako LABYRINT:

## Rehabilitační okénko

24

**Popis cviku:** Dítě leží na zádech. Pevně si uchopíme ruce a nohy dítěte (viz obrázek) a pak valivým pohybem doprava nebo doleva vedeme dítě tak, aby se opřelo o loket a dostalo se až k sedu. Pokud dítě nezvládne samo držet hlavu nejde až do sedu, ale převalujeme je jen na jednu a na druhou stranu do opory o loket.



Důležité je dobře si uchopit ruce a nohy současně. Pokud se vám tento cvik nedaří, poproste svoji rehabilitační sestřičku nebo asistenta ať vám tento cvik ukáže.

My dospěláci si zacvičíme dva cviky na posílení šikmých a přímých břišních svalů. Myslím, že po Vánocích to budou aktuální cviky☺.

**Cvik č.1:** Ležíme na boku. Nohu, kterou máme nahoře dáme lehce před spodní nohu. Ruku, kterou máme nahoře, lehce položíme na tělo, nebo dáme vbok. O spodní ruku se opíráme-opora o celé předloktí. Zvedneme se nad zem tak, aby opora byla jen o předloktí a o nohy (dole). Celé tělo se snažíme udržet 30-60 sekund v jedné přímce (viz obrázek).



**Cvik č.2:** Je obdobou prvního cviku, ale je zaměřen hlavně na přímé břišní svaly. Ležíme na břiše, opřeme se o předloktí obou HKK a o špičky na DKK. Opět zvedneme celý trup a držíme v rovině 30-60 sekund. Pokud je tento cvik pro nás náročný a bolí nás záda, zvedneme více nahoru



zadeček. Čím více se snažíme udržet v rovině těsně nad zemí, tím je tento cvik náročnější.

Tak at' se vám dobře cvičí!

**vaše Markéta Hurníková**

činnost projektu VÝZVA v roce 2004 finančně podpořili:

Ministerstvo práce a sociálních věcí

Statutární město Ostrava

Moravskoslezský kraj

Úřady práce

Biskupství ostravsko-opavské

---

NROS / ČT, sbírkový projekt „Pomozte dětem !“

Nadace Eurotel

Nadace Patrik dětem

Nadační fond Českého rozhlasu

---

Firmy: - GMP MIX, a.s.

- Hayes Lemmerz Autokola
  - KOMA ložiska
  - Q-elektrik
  - Calumite
  - MTA Ostrava, s.r.o.
  - ODS - Dopravní stavby Ostrava, a.s.
  - Ha-vel
  - PREMIE Ostrava, s.r.o.
  - ESOS Ostrava, s.r.o.
  - Restaurace Eucalyptus
  - JPS - Pavlovič Jaroslav
- 

Manželé : Davidovi, Mikovi, Řehořkovi, Fuisovi, Hodečkovi,  
Kolouchovi, Pastorovi, Halašovi, Kunčarovi

..... **místo pro Vás nebo Vaši firmu !!!**



**Výzva** - zpravodaj projektu Výzva, který realizuje Centrum pro rodinu a sociální péči v Ostravě. Zapsán do evidence periodického tisku pod ev.č. MK ČR E 15625. Jazyková úprava - Jana Zuchnická, Stanislav Dostál. Nevyžádané příspěvky se nevracejí. Texty mohou být redakčně kráceny a upraveny. Názor redakce se nemusí ztotožňovat s obsahem článků.

Kontaktní adresa redakce: Jan Zuchnický, Lubojaty 57, Bílovec 5, 742 92  
tel.: 556 403 253 mobil: 731 625 620 e-mail: [jzuchnický@seznam.cz](mailto:jzuchnický@seznam.cz)

vyšlo 3. 1. 2006

uzávěrka příštího čísla 15. 2.

2006

## kontakty na nás



## Centrum pro rodinu a sociální péči

Kostelní nám. 1, Ostrava 1, PSČ 728 02

tel : 596 116 522 - linka 232

fax: 596 114 819

e-mail: [cpr@doo.cz](mailto:cpr@doo.cz), [www.prorodiny.cz](http://www.prorodiny.cz)

IČO: 48804517

Bankovní spojení: KB Ostrava,

č.ú.: 27-2497860207/0100 specifický symbol 111

## realizátoři projektu

### Lenka a Milan Svojanovští

Sedliště 378, PSČ 739 36

tel : 558 658 412

mobil: 777 100 327

e-mail:

[cprvyzva@doo.cz](mailto:cprvyzva@doo.cz)

