

PARKINSON



Rozhovor: VČELKA sociální služby o.p.s.
a Domácí péče VČELKA





Přednáškové odpoledne při příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci v Hradci Králové – prof. MUDr. Martin Vališ, Ph.D., FEAN



A takto slavili v Brně – tradiční dvoudenní akcí

Časopis Parkinson obdržel čestné uznání Ceny VVOZP (Vládního výboru pro osoby se zdravotním postižením) za publicistické práce v roce 2021.

Vydavatel:

Společnost Parkinson, z. s.
Volyňská 933/20,
100 00 Praha 10

IČO 60458887,
reg. pod číslem zn. L6265
u Městského soudu v Praze,
registrace MK ČR E 7888
ISSN1 1212-0189,
telefon: 774 443 561,
kancelar@spolecnost-parkinson.cz
č. účtu: 1766806504/0600
MONETA Money Bank Praha

Redakce:

Zdislava Freund
telefon do redakce: 774 443 561
freund@spolecnost-parkinson.cz
příjem inzerce: 774 443 561

Redakční rada:

prof. MUDr. Martin Vališ, Ph.D., FEAN
MUDr. Vojtěch Mach
doc. MUDr. Marek Baláž, Ph.D.

Jazyková korektura:

Kateřina Stránská

Grafické zpracování:

TIGIS, spol. s r. o.

Tisk: TIGIS, spol. s r. o.

Číslo 67 vychází v srpnu 2022

Obsah časopisu nelze
uveřejňovat bez souhlasu
vydavatele.



SLOVO NA ÚVOD

Vážení čtenáři,

je srpen, krásný letní čas, ale kdesi v hloubi duše nám ukusuje z té pohody myšlenka, že už v září... třeba... může přijít nová vlna covidu-19. A o co víc informací můžeme najít na internetu, o to víc nejistoty v nás je, protože často jsou to informace protichůdné.

A není to jen covid-19, který nás připravil o klid, blízko našich hranic se bojuje opravdová válka a životní úroveň upadá kvůli hroživé inflaci.

Představovali jste si někdy, že budeme vystaveni takovým starostem? Já tedy ne.

A jak to souvisí s časopisem Parkinson? 70 % nákladů na vydání časopisu nám hrají dotace Úřadu vlády, ale do budoucna je tu argument, že tištěný časopis je drahý a je trendem vydávat internetový magazín. Jednala jsem s tiskárnou o možnostech, jak tisk zlevnit, jenže... všechny vstupy zdražily, tedy i tiskárna musí své služby zdražit.

Proti této nepřízni osudu stojí ale silný argument, časopis je určen pro pacienty s Parkinsonovou nemocí, lidem, kteří pro třes či ztuhlost nemohou pracovat s počítačem a pro něž je časopis mnohdy jediné spojení se světem informací či s přáteli a okolním světem.

Na valné hromadě jsem předsedy klubů seznámila s úmyslem podřídit se situaci a přejít na e-magazín. Byli proti, všichni. Shodli se na tom, jaký nezastupitelný význam časopis pro pacienty má.

Bude to velmi těžké, dotačních peněz bude méně a náklady na tisk budou větší, ale pokusím se v žádosti o dotaci zdůvodnit potřebu tištěného časopisu a také hledat další finanční podporu.

Buďte zdraví a napište mi, čím je pro vás časopis Parkinson.

Zdislava Freund,
předsedkyně Společnosti Parkinson, z. s.,
a vedoucí redakce

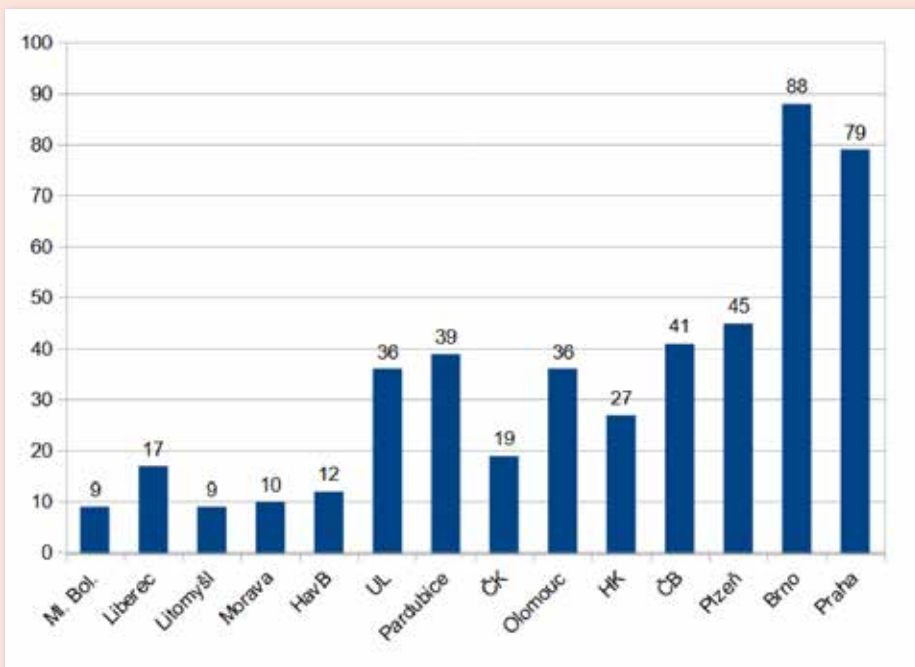
■ ÚVOD	1
■ Z KANCELÁŘE SPOLEČNOSTI PARKINSON, Z. S.	2
■ ROZHOVOR	8
■ POZDRAVY Z KLUBŮ	16
■ PÍŠETE NÁM	34
■ KONTAKTY	40

Z kanceláře Společnosti Parkinson, z. s.

- PŘI PŘÍLEŽITOSTI KONÁNÍ VALNÉ HROMADY SPOLEČNOSTI PARKINSON, Z. S., DNE 13. ČERVNA 2022 si připomeňme základní data.

Společnost Parkinson, z. s., má k červnu 2022 ve 14 klubech 467 členů.

POČET ČLENŮ V JEDNOTLIVÝCH KLUBECH



Ve volebním období 2020–2023 pracuje výbor SP ve složení:

- Zdělava Freund – předsedkyně
- Valer Mičunda – místopředseda
- Ing. Zdeněk Šula – místopředseda
- Ing. Jaroslav Borák
- Ing. František Klíma

■ TEST DOPLŇKU STRAVY Z KONOPÍ

Zdislava Freund

Oslovili jsme Ing. Bednařika ze Slušovic, který se na profesionální úrovni zabývá vývojem a výrobou konopného produktu a se kterým jsme se dohodli na testu jeho výrobku Cannasan.

Na výzvu se přihlásilo a test začalo asi 20 pacientů, Ing. Bednařík dodal Cannasan pro testování zdarma.

Hned zpočátku se objevil problém. Produkt byl olejovité konzistence, bez chuti. Na náš podnět byla konzistence upravena na kašovitou.

Vlastní testování – pravidelné užívání Cannasanu – tak začalo asi deset lidí a jejich počet se zmenšoval. Záměr byl užívat produkt půl roku.

Při průběžném dotazování nebyl zaznamenán pozitivní účinek na příznaky Parkinsonovy nemoci.

Dalo by se tedy shrnout, že užívání tohoto konopného produktu – Cannasanu – nemá pozitivní vliv na projevy Parkinsonovy nemoci, kdyby...

Kdyby nebylo jednoho pacienta, který vysloveně uvádí vymizení třesu ruky.

Světový den Parkinsonovy nemoci – 11. dubna 2022

Zdislava Freund

■ VÝSTUP NA HORU ŘÍP



Hlavní akcí letošního Světového dne Parkinsonovy nemoci byla odborná přednášková akce v Hradci Králové dne 11. 4. 2022, přesto se v neděli 10. 4. 2022 ve 12:00 na vrcholu Řípu – za mrazivého větru – v domluvený čas sešlo dvanáct statečných účastníků. Sedm z pražského klubu a pět z Českých Budějovic.

■ PŘEDNÁŠKOVÉ ODPOLEDNE

Při příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci uspořádala Společnost Parkinson, z. s., přednáškové odpoledne v pěkných moderních prostorách Výchovného centra v areálu Fakultní nemocnice Hradec Králové.



Devadesát účastníků mělo možnost vyslechnout odbornou přednášku těchto lékařů:

- přednosta Neurologické kliniky Fakultní nemocnice Hradec Králové, odborného garanta Společnosti Parkinson, z. s., a člena redakční rady časopisu Parkinson, prof. Martina Valíše – **o Parkinsonově nemoci**
- docenta Ivana Vařeky – přednosta Rehabilitační kliniky ve Fakultní nemocnici Hradec Králové – **o roli rehabilitace v neurologii**
- paní doktorku Libuši Smetanovou, rehabilitační lékařku ve FN Hradec Králové – **o rehabilitaci při Parkinsonově nemoci.**



Záštitu nad akcí převzal ředitel FNHK prof. Palička, který také pronesl uvítací řeč, kde velmi ocenil aktivity Společnosti Parkinson, z. s.



Děkujeme za podporu firmám UCB, Medtronic, Desitin a Coca-Cola.



Krátký proslov pronesla předsedkyně Společnosti Parkinson, z. s., Zdislava Freund.

Díky finanční podpoře firem výše jmenovaných jsme mohli poskytnout účastníkům i malé občerstvení včetně nápojů.

Na závěr jsme se dozvěděli o historii a fungování euroklíče, účastníci z řad pacientů si ho mohli také hned převzít.

Z akce byl pořízen záznam, který bude využit pro další vzdělávání.

Odpolednem provázel Ernesto Čekan.





Paní Kousalíková z firmy Desitin seznámila účastníky s novým vitaminovým produktem Parkovit, vhodným právě pro parkinsoniky.

■ ZAHÁJENÍ PŘEDNÁŠKOVÉHO ODPOLEDNE – *Zdislava Freund*

Nejprve mi dovoluete pár slov k výstupu na horu Říp.

Z Řípu se stala velká akce, kterou navštívilo okolo 150 účastníků. Z Prahy byl vypraven autobus, v Krabčicích byl zajištěn sál, ozvučení, kulturní vystoupení, firma paní Staňkové nám uvařila a všem roznesla dobrý oběd, po kterém následoval výborný věneček místní pekařky.

Firma Adiservis poskytla už čtyři terénní vozy, které se několikrát otočily, aby vyvezly nahoru a pak zase svezly dolů méně zdatné účastníky. A to je hlavní důvod, proč už výstup na Říp nebude organizován v této původní podobě. Nebyli jsme na Řípu sami a provoz terénních aut, mimochodem zakázaný, omezoval další návštěvníky. Areál už také nepatří pod správu Krabčic, tudíž pod pana starostu, který nám vycházel velmi vstříč. Dvouletá koronavirová nucená přestávka se tak stala předělem v organizaci akcí při příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci. Výstup na Říp zůstal, ale v tzv. baťůžkové podobě, pouze s určeným časem setkání na vrcholu hory. Ten čas nastal v neděli 10. dubna a přes mrazivý vítr se nás na Řípu sešlo 12. Nejlepší, co můžeme pacientům poskytnout, jsou informace. A také mít možnost setkávat se, mít přátele se stejným problémem. Proto organizujeme přednášky, vydáváme časopis.

Ne vždy se daří komunikace pacienta s lékařem. Pacient si není jistý, jestli jeho dotaz souvisí s nemocí, a nechce zdržovat. Proto existuje naše poradenské centrum, kde se pacient nebo jeho blízcí ujistí, co je důležité, aby lékař věděl. A hlavně, je vyslechnut, uklidněn, že jsou řešení, že se má kam obrátit.

Co nás trápí, je neexistence pečovatelských zařízení pro pacienty v pokročilých fázích nemoci.

Myslím si, že se systém trochu zbavuje odpovědnosti argumentem, že pro pacienta je nejlepší co nejdelší pobyt v jeho původním prostředí. Ale původní prostředí se schody, s vanou v koupelně, bez auta, bez stálé pomoci se stává vězením.

Chci na tomto místě poděkovat sociálnímu odboru Královéhradeckého kraje, že mi věnovali čas na vysvětlení našich potřeb, i když jsme pro tentokrát nenašli společnou řeč. Důležité je, že jsem mohla naše představy alespoň prezentovat.

Světový den Parkinsonovy nemoci má celosvětový dosah. Naše komunita na sebe upozorňuje třeba i tak skvělou akcí, jako byl světový šampionát ve stolním tenise v Berlíně v září 2021.

Naši organizaci reprezentovalo šest hráčů a přivezli jsme jednu medaili.

VČELKA sociální služby o.p.s. a Domácí péče VČELKA

Eva Vojtová, regionální ředitelka pro Čechy

ptala se Zdislava Freund

Běžný člověk se o terénní služby začne zajímat, až když je sám potřebuje.

Aby měl základní představu, o co jde a jaké jsou podmínky pro zajištění péče v domácím prostředí, k tomu jsme oslovili organizaci VČELKA, sdružení pečujících organizací.

Zajímavý je příběh, který mě k oslovení Včelky inspiroval.

Byl to telefonický hovor s jedním člověkem, který trpí Parkinsonovou nemocí. Když došlo na otázku, jak má zajištěnu běžnou péči, odpověděl bez váhání, že k němu chodí pečovatelky ze Včelky. Tím to ale neskončilo, naopak. Dozvěděla jsem se, jak je spokojený s touto službou, a nadšeně se o ní rozpovídal.

Uvědomila jsem si, že vlastně nevím, o čem je řeč, a rozhodla se Včelku oslovit.



Včelka, sdružení pečujících organizací poskytuje:

1. registrované terénní sociální služby (VČELKA sociální služby o.p.s.)

- osobní asistenci
- pečovatelskou službu
- sociální aktivizační službu pro seniory a osoby se zdravotním postižením

2. domácí zdravotní péči VČELKA (Domácí péče VČELKA)

■ **Zjistila jsem, že zakladatelem organizace je pan Vojtěch Kubec, proti mému očekávání velmi mladý člověk. A tak moje první otázka směřuje k němu – v tomto sektoru pracuje hodně mladých lidí, ale rozhodnout se založit organizaci zaměřenou na pomoc seniorům? Jakou jste měl motivaci?**



Když jsem v roce 2016 zakládal sdružení pečujících organizací VČELKA, bylo mi 30 a největší motivací pro mne byla osobní zkušenost s péčí o blízkou osobu, která si přála i přes zdravotní komplikace zůstat doma, obklopena svojí rodinou.

Tím, že jsem se v té době již několik let věnoval pobytovým sociálním službám a zvýšení jejich dostupnosti v České republice, bylo pro mě překvapením, že služby zdravotní a sociální, poskytované v domácím prostředí, nejsou ani na území hlavního města Prahy dostupné, natož komplexní v takové míře, aby bylo možné pro neformálně pečující osobu skloubit jak osobní život (při péči o blízkého), tak ten profesní. To mě vedlo k tomu, že jsem založil VČELKU.

Nejprve jako poskytovatele domácí zdravotní péče právě na území hlavního

města Prahy, tehdy v týmu 8 lidí. Postupně pak ale zjišťováním situace i v jiných regionech došlo k rozšíření působnosti, kdy nyní VČELKA poskytuje domácí zdravotní péči ve 30 okresech České republiky a terénní sociální služby, konkrétně pak pečovatelskou službu, osobní asistenci a sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, v 8 krajích.

Rozvoj vycházel ze základní vize organizace zvýšit dostupnost těchto služeb všude tam, kde je péče o potřebné nedostatečně saturována, a zároveň se i aktivně podílet na kultivaci a systémových změnách, které se těchto služeb týkají a které jako takové pomohou k naplnění poslání a zkvalitnění života lidí.

Dnes organizace VČELKA čítá tým více než 550 lidí, kteří každý den pomáhají druhým vnášet do života naději, radost a pomoc a mnohdy řeší i sociální insuficienci u těch, o které pečujeme a kteří se z rozličných důvodů nemohou s prosbou o pomoc obrátit na svou rodinu ani blízké.

Důležitým aspektem je i naše snaha o zachování sociálních rolí osob, kterým pomoc poskytujeme, popřípadě i edukace rodiny.

To vše vede k již zmíněnému, zvýšení kvality života lidí, kteří se z jakéhokoli důvodu dostanou do situace, kdy jsou odkázáni na pomoc druhých.

■ **A nyní už se ptám paní Evy Vojtové, regionální ředitelky pro Čechy. Poskytujete dva druhy péče. Zdravotní a sociální. V čem spočívá rozdíl? Kdo rozhoduje o její potřebnosti a co pacienta stojí?**



V rámci sdružení pečujících organizací VČELKA poskytujeme **domácí zdravotní péči** a **terénní sociální služby** těm, kteří si přejí zůstat žít v domácím prostředí,

přestože potřebují pomoc druhé osoby, ať už tu zdravotní, či sociální.

VČELKA sociální služby o.p.s. poskytuje tři terénní registrované sociální služby: osobní asistenci, pečovatelskou službu a sociálně aktivizační službu pro seniory a osoby se zdravotním postižením. Každá ze služeb má přesně legislativně definované úkony, které můžeme klientům poskytovat, jedná se o tyto činnosti:

- pomoc s péčí o vlastní osobu
- pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu
- poskytnutí stravy nebo pomoc při zajištění stravy
- pomoc při zajištění chodu domácnosti
- výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti
- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí
- sociálně terapeutická činnost

pozn.: Jedná se o seznam úkonů všech tří registrovaných služeb dohromady, s výběrem vhodné sociální služby, i dle cílové skupiny, vždy pomůže sociální pracovnice na základě osobního setkání s vámi.

Domácí zdravotní péče VČELKA zajišťuje zdravotní terénní službu, jež je hrazena zdravotními pojišťovnami. Poskytujeme ošetřovatelskou rehabilitaci, odběry krve, aplikace injekcí, péči o rány, infuzní terapie, paliativní péči, péči o stomie, enterální sondy a mnoho dalšího.

Úhrady za VČELKA sociální služby o.p.s. a Domácí zdravotní péči VČELKA jsou nastaveny trochu odlišně, což je dáno platnou legislativou, kterou se při poskytování našich služeb řídíme.

1. Ve VČELKA sociální služby o.p.s je to následovně:

Registrované sociální služby osobní asistence a pečovatelská služba jsou hrazené dle platného ceníku. Jedná se o částku 135 Kč za hodinu. Vždy je hrazen pouze čas strávený u klienta, ale jsou i výjimky, a to úkony péče, které jsou hrazeny za realizovaný úkon, nikoli za čas strávený u klienta. Je to dáno legislativou a rádi vše upřesníme při telefonickém či osobním kontaktu se zájemci o naše služby.

Sociálně aktivizační služba pro seniory a osoby se zdravotním postižením je poskytována bez úhrady.

Při stanovení výše úhrad za péči VČELKA sociální služby o.p.s. se vždy řídíme zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách.

2. Veškerá péče prováděná v Domácí zdravotní péči

je vykonávána pouze zdravotními sestrami a je plně hrazena zdravotní pojišťovnou. Pokud chce pacient péči nad rámec toho, co předepíše ošetřující lékař, je možné uhradit tyto služby jako samoplátce.

Pokud kdokoli potřebuje zajistit domácí zdravotní péči či pomoc ze strany terénní sociální služby (pečovatelská služba, osobní asistence, sociálně aktivizační služba pro seniory a osoby se zdravotním postižením), kolegyně vždy pomohou s určením, která služba je pro něj vhodná, a poradí, jak je možné u nás o služby požádat. Může se jednat i o kombinaci terénních sociálních služeb a domácí zdravotní péče.

Co se týče **sociálních služeb VČELKA**, zde o potřebnosti služby rozhodují naše

sociální pracovnice na základě osobního setkání se žadatelem o službu (sociálního šetření) a vyhodnocení nepříznivé sociální situace žadatele. O potřebnosti **domácí zdravotní péče VČELKA** rozhoduje praktický lékař, lékař specialista (na 14 dní) nebo po ukončené hospitalizaci nemocnice (na 14 dní). Pokud potřebujete pomoci, můžete kontaktovat naše kolegyně telefonicky, a to na pobočkách, které jsou nejbližší vašemu bydlišti, rády vám pomohou.

■ Platby klientů asi nestačí na financování organizace, potřebujete další zdroje?

Ano, je to tak, ve **VČELKA sociální služby o.p.s.** platby klientů za hodinu péče zdaleka nepokryjí veškeré náklady na provoz služeb. Financování je tzv. vícezdrojové, tedy větší část je hrazena z dotace Ministerstva práce a sociálních věcí a dále získáváme finanční prostředky od obcí, měst a krajů, kde naše služby zajišťujeme, a v neposlední

řadě i od soukromých donorů. Financování je takto zajištěno vždy na jeden kalendářní rok.

Domácí zdravotní péče VČELKA a jednotlivé její úkony jsou plně hrazeny zdravotními pojišťovnami a zde není třeba dalších zdrojů financování.

■ Mezi klienty jsou jistě i pacienti s Parkinsonovou nemocí. Péče o ně má svá specifika. Lékový režim, výživový režim, pohybový režim. Někteří podstoupili hlubokou mozkovou stimulaci, někteří mají aplikovanou duo-dopu, pumpu, která dopravuje levodopu přímo do tenkého střeva otvorem na břicho prostřednictvím pegu. Není to sice častý případ, ale jsou. Pak velmi záleží na informovanosti zaměstnanců, mají k těmto informacím přístup?

Ano, pokud máme v péči **VČELKA sociální služby o.p.s.** klienta, který používá například výše zmíněný PEG či má jiné specifické potřeby, jsou o této skutečnosti vždy informováni všichni pracovníci i pracovnice v sociálních službách. Jsou instruováni, jak mají ke klientovi přistupovat, na co je třeba dát pozor. To vše vychází z individuálních potřeb našich klientů, dle kterých je sestaven individuální plán péče, kde je vše podrobně popsáno. Vždy je s obsahem

seznámen i klient, který tento postup odsouhlasí, a pak je písemná podoba k dispozici i našim zaměstnancům.

Například v případě pegu nejsou pracovnice či pracovníci v sociálních službách kompetentní s ním manipulovat a v takovém případě se domluvíme na spolupráci s **Domácí zdravotní péčí VČELKA**, která pění o PEG a manipulaci s ním zajistí, jelikož se jedná o zdravotní pracovníky (zdravotní sestry).

■ **Jak obtížné je získat doporučení od lékaře (a kterého) k hrazené rehabilitaci v domácím prostředí pro osoby s Parkinsonovou chorobou, když už nemají možnost docházet např. na naše klubová cvičení?**

Doporučení, tedy indikaci k výkonům v domácím prostředí lékaři dávají v případě, že je stav pacienta vyžaduje. V případě vašich klientů si myslím, že by neměl být ze strany lékařů problém, přesně jak píšete, klient již nemá možnost docházet na vaše společná setkání, kde by mohl rehabilitaci využívat – klubová cvičení. Vždy je možno

kontaktovat nejbližší pobočku **Domácí zdravotní péče VČELKA** a kolegyně velmi rády podrobněji vysvětlí postup a poradí s případným řešením. Mimo jiné je možné v rámci domácí zdravotní péče zajistit i další ošetřovatelské výkony, např. převazy defektů, odběry krve, infuzní léčbu, podávání léků aj.

■ **Jste velká organizace s pobočkami téměř po celé republice. Kontakty na ně lze najít na vašem webu <https://www.pecevcelka.cz/vssl/jak-se-stat-klientem/>.**

Když k vám zavolá osoba neznalá podmínek poskytování domácí zdravotní péči či terénních sociálních služeb, můžeme ji ujistit, že se o ni postaráte?

Pokud se nám ozve zájemce o služby ať už sociální, či zdravotní, vždy poskytneme základní informace o našich sociálních službách či domácí zdravotní péči. To znamená, že poradíme každému, kdo se na nás obrátí, jaké služby by bylo vhodné využít, či odkážeme na jiné návazné služby, kde může získat potřebnou pomoc dle dané

lokality. Pokud bude dotyčná osoba potřebovat přímo služby, které poskytujeme, tak péči sociální či zdravotní zajistíme v co nejbližším možném termínu. V případě, že by bylo třeba, opět odkazujeme na jiné poskytovatele tak, aby měl klient potřebnou péči zajištěnou co nejdříve a v potřebném rozsahu.

Příběh pana L. K.

Panu K. je 67 let a je klientem Včelky již tři roky. Ještě donedávna žil spokojený život, pracoval jako technik a volný čas si užíval se svojí manželkou – lékařkou – a vnoučaty. Když přišly první zdravotní problémy, myslel si, že nejde o nic vážného. Ale po čase a mnoha vyšetřeních se bohužel potvrdila diagnóza Parkinsonovy choroby a život celé rodiny se obrátil vzhůru nohama. Nyní to byl pan K., který potřeboval pomoci s běžnými denními činnostmi. On ani jeho manželka si vůbec neuměli představit, že by nemohl zůstat doma. Zkontaktovali se proto se včelkami, které začaly do jejich domácnosti docházet. Panu K. je někdy lépe, někdy se cítí hůř, ale včelky mu vždy trpělivě pomohou s hygienou, jídlom, se vším, co zrovna potřebuje. A nezapomenou ani zhodnotit politickou situaci, dění ve světě či výkony našeho hokejového týmu. Někdy zbude čas i na karty. Jednou týdně připraví pana K. na cestu do stacionáře, kde tráví celý den, a má tak stále kontakt s lidmi a okolním světem.

■ Na pomoc s hrazením registrovaných sociálních služeb (pečovatelská služba, osobní asistence a sociálně aktivizační služba pro seniory a osoby se zdravotním postižením) v rámci organizace VČELKA sociální služby o.p.s. je určen příspěvek na péči, který je vyplácen Úřadem práce ČR. Pomůžete zájemci tento příspěvek vyřídit?

S vyřízením příspěvku na péči vždy rády poradí naše sociální pracovnice v rámci organizace **VČELKA sociální služby o.p.s.** Zájemcům o služby či klientům vždy vysvětlí, co je to příspěvek na péči, kde o něj lze žádat. Samotné podání žádosti o příspěvek na péči je zpravidla na žadateli či

jeho blízkých, ale pokud to není možné, samozřejmě pomohou naše kolegyně do té míry, do jaké je třeba. Jedná se o součást základního sociálního poradenství, kterou v rámci poskytování našich **sociálních služeb Včelka** zajišťujeme.

■ Organizací registrovaných pro poskytování terénních sociálních služeb (v domácím prostředí) je poměrně dost. Jaká jsou úskalí, na co si má zájemce o tyto služby dát pozor?

Obecně lze říci, že poskytovatelé **registrovaných sociálních služeb, jako je VČELKA sociální služby o.p.s.**, vždy splňují zákonem dané povinnosti, řídí se při poskytování služeb standardy kvality a dalšími pravidly, jež stanovuje platná legislativa, a tedy z tohoto pohledu jsou pravidla jasně nastavená a každý poskytovatel sociálních služeb je musí dodržovat. Například všichni pracovníci v sociálních službách musejí být trestně bezúhonní, nicméně těchto pravidel a povinností je mnohem více.

Já osobně bych určitě dbala na to, jakým způsobem je s vámi jednáno při dojednávání péče, zda jste seznámeni se všemi podmínkami poskytování sociálních služeb, a pak už je třeba zajímat se o přístup jednotlivých zaměstnanců. Pokud máte pocit, že péče neprobíhá dle vašich představ, vždy kontaktujte co nejdříve sociální pracovníci daného organizace a sdělte jí, jakou máte představu. Myslím, že poskytování sociálních služeb v domácím prostředí je často hlavně o komunikaci a vyjádření přání a potřeb klienta a o naslouchání ze strany druhé, tedy organizace a jejich zaměstnanců.

Pracovníků v sociálních službách není asi nikdy dost, ne každý člověk má dostatek empatie a citu pro to, všimnout si, co je potřeba v tom kterém případě dělat. Jak vidí tuto práci s lidmi sama pracovnice v sociálních službách?

Už bych neměnila

Radka Burková pracuje ve Včelce již pátým rokem, v současné době na pozici vedoucí pečovatelek ve středisku

Praha-západ. Služebně je jednou z nejstarších zaměstnankyň Včelky. V jejích šlépějích kráčejí i její dvě dcery, starší Andrea je zdravotní sestřičkou a mladší Bára studuje



sociální školu. Zeptali jsme se jí, co má na této práci ráda, ale také co by se mohlo zlepšit.

Paní Burková, jak jste se dostala k této práci?

Já jsem vlastně dříve pracovala v gastronomii, ale zhruba před sedmi lety jsem začala přemýšlet o změně. Odpověděla jsem na inzerát a nastoupila jsem do Včelky. Vůbec jsem nevěděla, co mě čeká, a musela se toho hodně naučit. Pomáhat lidem v jejich domovech mě začalo moc bavit a dnes si neumím představit, že bych dělala něco jiného.

Co se vám na práci líbí?

Právě ten kontakt s lidmi. Staří lidé vás mohou neskutečně obohatit. A jsem ráda, že naše práce jim umožní zůstat doma, i když už potřebují s něčím pomoci a jejich děti a vnoučata chodí do práce a nemají tolik času.

Je něco, co vás mrzí?

Myslím, že ve Včelce funguje vše skvěle, ale celkově mě mrzí, že stále spousta lidí nechápe, jak důležitá a náročná naše práce je, a také to, že se nám nehlásí moc uchazečů o práci. A klientů nám přitom stále přibývá.

**Pozvánka na setkání tentokrát opravdu vánoční
v sobotu 3. prosince od 13.00 hodin
v Divadle U Hasičů v Praze**

Římská 2135/45, 12000 Praha 2 (za Vínohradským
divadlem), Metro - trasa A - Náměstí Míru

Program:
beseda s lékaři Extrapyramidového centra
dětský pěvecký sbor

V přestávce občerstvení: vánoční pečivo, svažené víno

Vstup: volný

Srdečně zve Společnost Parkinson, z. s.



František Janda



Poznamenejte si do kalendáře! Termín je pevný, na programu se pracuje.
Ale hlavně, těšíme se na každého z vás.

... došlo po uzávěrce

Jak jsem se (ne)stala rybářem

Věra Skoupá

Kdysi, před mnoha lety, Bohouš chodil rád chytat ryby. Jezdil brzo ráno a já jsem s ním taky někdy jela. Byla to děsná otrava. Většinou jsem škemrala, že chci domů.

Až jednou, dal mi rybářský prut do ruky, abych pomalu navíjela vlasce a on to pomalu sbalí. Připadala jsem si důležitá. Byl to hezký pocit. Navíjení vlasce šlo lehce a navíják krásně cvrkotal. Líbilo se mi to. Ke konci to šlo trochu ztuha, jako kdybych zachytila za větev. Trochu jsem šklubla a pak jsem prut radši předala Bohoušovi. Nechtěla jsem přetřhnout vlasce se třpytkou. Třpytky si dělal Bohouš sám, bral na to moje bižukorálky, prý se to rybám líbí.

No, a šok byl, když Bohouš vytáhl metrovou štikou (asi trochu menší), ale krásně vybarvenou. Na chytání ryb mám už jiný názor. Klid, pohoda a ticho.

Rybaření mě nikdy nebavilo a nebaví. Je to smutný pocit, těžko pochopitelný jak na jedné straně, tak na druhé. Kořist, nebo lovec?



Pozdravy z klubů

PK Brno, Společnost Parkinson, z. s. Přednáška prof. MUDr. Ireny Rektorové, Ph.D. O nových léčebných postupech u PN

Eva Fialová



Klubová schůzka 21. 3. 2022. Bohatý program, zajímaví hosté a Yvetčiny narozeniny přilákali na březnovou schůzku 40 členů PKB.

Po důležitých informacích předsedkyně klubu Mgr. Evy Vernerové převzala slovo paní prof. Rektorová, aby posluchače seznámila s novými postupy v léčbě PN. Představila nové typy pumpy k léčbě PN a její studenti projekt léčení poruch řeči pomocí speciálního logopedického tréninku (LSVT; Lee Silverman Voice Treatment) a elektrické stimulace. Každá otázka byla ochotně zodpovězena.

Další host, ředitel Technology & Life pan Tomáš Bohovič, předvedl chodítko speciálně navržené pro parkinsoniky, lehce změnitelné na vozík s obsluhou. Zájemci měli možnost si pomůcku vyzkoušet na dlouhé chodbě. Na tento skvělý výrobek však zdravotní pojišťovna nepřispívá.

Malé občerstvení od farmaceutické společnosti STADA PHARMA CZ s.r.o. doplnily boží trubičky, jaké Yvetce k narozeninám upekla Anička, kterou Yveta loni přivedla

do klubu z Kyjova. A nechyběla ani kytička ani trocha bílého a červeného na upřímný přípitek naší milé Yvetce na zdraví.

Přítomný kameraman vše zdokumentoval, čekáme na sestřih jeho záznamu, který budeme moci zveřejnit se vším, o čem byla řeč.

Náš nový člen Zdeněk Uhýrek se všem představil jako talentovaný, ale skromný umělec – zpěvák, kytarista, básník, skladatel, fotograf, kameraman, člověk ochotný



svůj čas a schopnosti využít ku prospěchu druhých. Prohlídl nám svůj skvělý videoklip o životě s PN. Představil svůj projekt „Tancem proti nemoci“ a hned zorganizoval výuku svého „Valčíku parkinson“ pro případné zařazení do připravovaného slavnostního programu 9. dubna na Šelepce.

Současně v objektu probíhalo speciální měření mozku 2. skupiny přihlášených účastníků projektu Lékařské fakulty Ostravské univerzity v rámci studie o včasné diagnostice Parkinsonovy nemoci. Všem hostům i organizátorům podnětného odpoledne patří naše díky a upřímné pozvání na slavnostní setkání u příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci.



Přikládám kontakt na poradenství a prodej zdravotních pomůcek. Paní Lenka Oujezdská je ochotna na požádání podat informace o chodítce, včetně jeho předvedení:

tel: +420 602 770 375

e-mail: lenka.oujezdska@eldomed.cz

www.Eldomed.cz.



PK Brno, Společnost Parkinson, z. s. Výlet do Moravského Krumlova

Eva Fialová



Na středu 23. 3. 2022 pro nás Evička Vernerová připravila skvělý výlet na dechberoucí výstavu 20 monumentálních pláten Alfonse Muchy „Slovanská epopej“, inspirovaných slovanskou mytologií a dějinami Čechů, Moravanů a Slezanů.

Plátna se po deseti letech vrátila na opravený zámek v Moravském Krumlově do již upravených prostor, kam je hlavní město Praha zapůjčilo na dalších pět let. Zájem našich členů byl veliký, náhradnice Svatka přijela z Rosic a do odjezdu autobusu čekala, jestli někdo nedorazí. A měla štěstí, nakonec jela také.

Byl to pro všechny působivý zážitek, milá průvodkyně se snažila, aby jí všichni dobře rozuměli. Dokonce jsme mohli přenášet a používat pár židlí určených pro kus-tody. Hodinová prohlídka a nevyhnutelné schodiště byly pro některé parkinsoniky dost náročné, ale rozhodně to stálo za to.

Nádherné jarní počasí nám umožnilo příjemný odpočinek na lavičkách zámeckého





parku a pak jsme mohli naším minibusem pokračovat na oběd do nevšední restaurace Penzion Pastouška v Dobřínsku. Název není odvozen od příbytku obecních bezdomovců, ale podle stavení obecních pastýřů. Prostorná restaurace, příjemné prostředí, milá obsluha a vynikající jídlo, menu za slušnou cenu.

Rádi jsme využili možnosti prohlédnout si blízký zemědělský areál, který v současné

době především zásobuje potravinami svoji Pastoušku. Restaurace i farma jsou rodinným podnikem, o který s láskou pečuje cca 25 pracovníků. Dobře živená, čistá a evidentně spokojená zvířata ochotně pózovala našim foťákům a muži se pokochali moderními zemědělskými stroji.

Ince řekl pan majitel na její stesky, že počasí a vláda zemědělcům nepřejí, dřou se, a výdělek nevalný – a ta zodpovědnost a teď ta šílená válka na Ukrajině... že on ráno vstane, nepouští si tragické a deprimující zprávy v televizi, ale potěší se pohledem na slunečné ráno a s elánem jde na pole, do stáje či do kuchyně. Večer má za sebou kus dobře udělané práce, která ho těší. A o tom to je...



PK Brno, Společnost Parkinson, z. s. 11. duben 2022 – Světový den Parkinsonovy nemoci a 24. výročí založení Parkinson klubu Brno

Eva Fialová



Dubnové slavnostní odpoledne tradičně pořádané v Klubu Šelepka a následný nedělní výstup na Špilberk jsou vedle adventního setkání nejnámennější klubové akce, na které se vedení PKB dlouho a usilovně připravuje.

Po dvou covidových letech náhradní Výroční a Vánoční pošty slibuje předsedkyně Eva Vernerová všem účastníkům nezapomenutelné zážitky a již začátkem února předkládá členům výboru své nápady a rozdává úkoly. Každé setkání je příležitostí k diskusím, cvičení obvykle pokračuje U Žíznavé opice a do služby se Evě hlásí další členové, ochotní přiložit ruku k dílu.

Noví členové se nadšeně zapojují do klubových aktivit. Jedním z nich je i náš Zdeněk. Rozhodl se stát členem Společnosti Parkinson, z. s., také pro možnost uplatnit své kreativní nápady a umělecké schopnosti k propagaci brněnského klubu, obohacení a ulehčení života parkinsoniků. Vytvořil svůj filmový medailonek, složil pro klub „Valčík parkinson“ a na klubové

schůzce 21. 3. všechny seznámil se svým nápadem – vystoupení na téma „Tancem proti nemoci“. Hned ve čtvrtek zakončila rehabilitační cvičení Zdeňkova 1. taneční hodina. Premiéry se působivý dokument dočkal již 9. dubna v Klubu Šelepka.

Sobotní program připravila skupina Kamarádi v režii patrona klubu, brněnského herce Zdeňka Junáka. Dech beroucí bylo vystoupení devítinásobného mistra světa ve stepu Tobiáše Košira, vzácným hostem byl mladý nevidomý pianista Tomáš. Jako vždy se líbily tanečnice ze Sokola Líšeň, které na závěrečný „Valčík parkinson“ vyzvaly do kola i obecenstvo. Také se zpívalo, vládla skvělá nálada, každý dostal na památku panáčka, kterých naše šikovné dámy vyrobily z barevných šňůrek přes stovku. Výborné bylo malé občerstvení



a všem, kteří obětavě akci připravovali, se dostalo vřelého uznání.

Zvláště Věrka si v neděli na Špilberku užila své narozeniny, které jí ostatní s humorem připravili. Dobrou duší a obětavou organizátorkou nevšedních zážitků a možností pro parkinsoniky a jejich rodiny je již 18 let předsedkyně Parkinson klubu Brno Mgr. Eva Vernerová.

Poděkování patří Magistrátu města Brna za každoroční dotaci, Klubu Šelepka za bezplatné poskytnutí prostoru a všem zúčastněným za podporu.

Nedělní výstup k brněnskému hradu Špilberk je alternativou k symbolickému pokoření hory Říp, kam šplhají kluby z českých regionů už od r. 2008. Kromě procházky s přáteli se pro některé zdolání kopce stalo

skutečným sportovním výkonem. Odměnou všem byla „polední“ zvonkohra na nádvoří hradu v 11 hodin, společná fotografie s klubovým praporem, zamávání směrem k Řípu a sestup dolů na oběd. Kromě červených klubových triček mezi parkinsoniky zářil náš indián Dlouhá jizva (Zdeněk) v příslušném kostýmu. Ti, kteří by výstup do prudkého kopce už nezvládli po svých, vyjeli autem nebo čekali až v restauraci, kde bylo možné si po obědě popovídat.

Mnozí však spěchali domů balit kufr, neboť již ráno společně odjížděli na 5denní ozdravný pobyt do hotelu Horník ve Třech Studních. I ten se velice vydařil, včetně krásného jarního počasí. Dva dny krásných zážitků s přáteli, v milé atmosféře, zábavě a poučení potěšily všechny přítomné.



PK Brno, Společnost Parkinson, z. s. Vzpomínka na rekondační pobyty PK Brno

Věrka Varmužková



Vysočina – Hotel Horník 2018–2022
napsáno s humorem

(re)Habilitační hostování

Hotel Horník – hrátky, hloubání, hovadinky.

Hej, hej – hoši, holčičky, honem, honem,
hned hopkejte horem hájem!!!

Hledáme hezké horácké hnízdečko, hodno hromadných her
– horský hotel „Hornická Hvězdička“ = hotel Horník!

Hodláme hrát házenou, honěnou, hromadně hulákat H dur,
H moll hvězdné hity – hluší houby huslyší, hihňavě hovořit hovadinky,
houbařit, hajat, hamat, halasně se hádat (i hudobřovat),
holdovat hazardním hrám, hlavolamy honit hlavou.

Hrajte si, hrajte, horujte horáckým hospodám,
holdujte hezké harmonii hromadně hbitých hladných hráčů!
Hleďte hledat hodně hezkého – honem hubit hovadiny, hastroše hozeného horem,
huntujte hrozný, hnusný handicap – PARKINSON!!!

**Zveme všechny kamarády
na podzimní pobyt pro
seniory s PN**

10. 10. – 14. 10. 2022:

**„Překážky nás nezastaví – aneb
Tancem proti nemoci“**

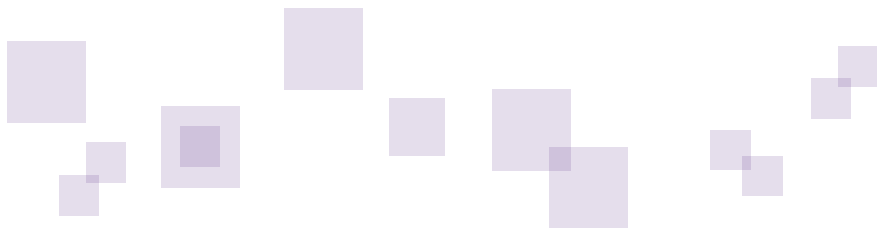
**Podrobné informace na adrese:
www.filianek.cz/pro-seniory**



PK Praha, Společnost Parkinson, z. s. Pastviny



I Pražáci letos byli na Pastvinách.



PK Olomouc, Společnost Parkinson, z. s. Mgr. Dagmar Dupalová, Ph.D., předsedkyně klubu



Srdečně zdravím čtenáře časopisu Parkinson z Olomouce a přeji krásné léto

V současné době cvičíme v pravidelných skupinkách ve středu a čtvrtek (10.00–11.00) v R. R. R. centru, občas i v pátek. V létě bude cvičení v tělocvičně omezeno, ale alespoň částečně ho zkusíme nahradit procházkami a cvičením venku.

V květnu jsme navštívili Arcibiskupský palác v Olomouci. Přestože jsme tento plán měli již dlouho, vzhledem k různým okolnostem se nám podařilo prohlídku absolvovat až nyní. Palác je krásný, pan průvodce se nám velmi věnoval. Shodli jsme se, že jeho výklad nabitý informacemi bychom mohli slyšet ještě několikrát. Prohlídku jsme završili v blízké kavárně.

Ráda bych zmínila pár poznatků o Arcibiskupském paláci, možná to někoho naláká k prohlídce.

Sídlo olomouckých (tehdy ještě) biskupů nechal postavit biskup Stanislav Thurzo. Základní kámen byl položen roku 1516.

Renesanční palác byl ale dokončen až v osmdesátých letech 16. století. V průběhu třicetileté války byl palác bohužel velmi poničen (zejména během švédské okupace Olomouce v letech 1642–1650). Biskup Karel II. z Lichtenštejna sídlo obnovil, před tím však vykoupil a zbořil okolní domy a tím získal větší prostor pro přestavbu. Další významné úpravy byly provedeny po požáru roku 1904. Roku 2011 byl palác zpřístupněn veřejnosti. Můžeme jmenovat některé významné historické události, které se zde udály:

- v roce 1777 bylo biskupství povýšeno na arcibiskupství
- 2. prosince 1848 byl uveden na trůn císař František Josef I.
- v paláci byli také hosty českoslovenští prezidenti T. G. Masaryk, Edvard Beneš a Václav Havel
- ve dnech 20.–22. května 1995 zde u příležitosti svatořečení sv. Jana Sarkandra pobýval papež Jan Pavel II.



PK Plzeň, Společnost Parkinson, z. s.

Valer Mičunda, předseda klubu



Jako náhradu za výstup na horu Říp, který pořádá Společnost Parkinson, z. s., u příležitosti 11. dubna, Světového dne Parkinsonovy nemoci, zorganizoval PK Plzeň výlet kolem Velkého Boleveckého rybníka v Plzni.

Sešli jsme se ve středu 13. dubna v 10:30 na parkovišti u zastávky autobusu MHD č. 30. Bylo nás třiadvacet a dva psiči pro veselou náladu.

Byli jsme překvapeni katastrofálně nízkou hladinou rybníka. Protože nemá žádný přítok, rozhodla se plzeňská radnice pro originální řešení. Pod Bílou Horou v Plzni se buduje přečerpávací stanice, která bude do rybníka čerpat vodu z řeky Berounky s ohledem na průtok vody v řece. Hotová má být v září letošního roku a při dostatečném množství vody by se měla zvednout hladina vody do letní sezony v příštím roce o metr.

Za příjemného jarního počasí jsme se po dvou hodinách a čtyřech kilometrech



setkali v restauraci Ostende při autokempu stejného názvu.



PK Liberec, Společnost Parkinson, z. s. Rekondiční pobyt ve Vráži, únor 2022

Jaroslav Rous, předseda klubu



Po vzájemné domluvě jsme si se členy z našeho libereckého klubu na týden vyrazili na rekondiční pobyt do jihočeských Lázní Hotelu Vráž, který nám nabídlo vedení lázní s výhodnou slevou při hromadné účasti. Takto jsme si mohli pěkně vylepšit svoji pohodu, i když jsme měli u nás v nemocnici pro pandemii přerušené pravidelné cvičení v bazénu.

V těchto lázních nabízejí různé léčebné procedury, které doporučí při nástupu pan primář při vstupní prohlídce. Uleví od neduhů naší protivné nemoci, cvičení podporuje rozhýbání celého těla, kloubů a svalů, aby se nám lépe pohybovalo. Užívali jsme si také různé masáže, koupele i obklady vyhřátou rašelinou.

Procedury probíhaly rychle díky přesnému načasování a profesionálnímu přístupu zaměstnanců. Ubytování je v krásném prostředí malého lobbického, původně loveckého zámečku, všude jsou rozmístěné zajímavé obrazy. V pokojích bylo příjemné teplíčko i klid. V kuchyni se výborně vaří, tak jsme si báječně pochutnali na jídle – to nemělo chybu a podávalo se podle přání a osobního výběru.



Chvíle volna jsme také využívali k procházkám po zámeckém parku nebo po okolních lesích, kde jsou všude široké cesty. Dojeli jsme i na výlet do nedalekého Písku.

Někteří účastníci nebyli úplně spokojeni a měli nápady na zlepšení, hlavně trápení s nízkými záchody, ze kterých se hůře vstávalo. Pan ředitel slíbil do roka nápravu.

Další kulturní akcí bylo vystoupení písničkářského pianisty, který několik pěkných skladeb doprovodil i odborným výkladem.

Jindy zas k dobrému spánku přispěla i pěvecká společnost při harmonice v zámecké restauraci, kde se většina z nás přidala a ráda si s chutí zapívala.



... a ještě

Klubový výlet na zámek Sychrov

Jaroslav Rous, předseda klubu



Před koncem června jsme si domluvili výlet na zámek Sychrov, kde se v bývalé konírně konala výstava korunovačních klenotů Českého království. Ty by si měl každý Čech alespoň jednou za život prohlédnout, aby si připomněl historii naší země. Po sobotním poledni jsme proto odjžděli na sraz, který byl na parkovišti před zámkem.

Samotná výstava je uspořádána jako seznámení se všemi 22 českými panovníky, kteří byli těmito klenoty korunováni. Je ale doplněná o různé zajímavosti, jako byl hermélínový plášť Rudolfa II. i slavnostní šaty Marie Terezie. Protože vystavované klenoty jsou velmi zdařilé repliky, je na místě k vidění i celý postup jejich výroby, který ukáže náš zručný zlatník Jiří Urban pracující v nedalekém Turnově. Známy základ je složen ze svatováclavské královské koruny, kterou nechal vytvořit už náš nejnámější král Karel IV., o několik století později doplněn žezlem a jablkem. Na zajímavosti výstavě dodává rozšíření o původní žezlo a jablko Karla IV. i meč, a tak jsme si mohli prohlédnout, co jsme

ještě neviděli. Dalšími zajímavými exponáty jsou kopie Pražského Jezulátka, Řádu zlatého rouna a Longinova kopí.



PK Ústí nad Labem, Společnost Parkinson, z. s. Činnost klubu za tři měsíce

Ing. Milan Hons, předseda klubu



*A tak tedy celkem vzato, i přes horka jdeme na to.
V autobusu máme saunu, v paneláku taky,
a tak jen nás zachrání ty bouřkové mraky.
Přiženou se rázem, hodí vodu na zem,
k tomu vítr, padají stromy, snad nepadnou další domy.
Omezili jsme činnost, ta horka pro nás kardiaky a parkinsoniky nejsou
dobrá, tohle počasí vydrží snad jen kobra.*

Tak to bylo pro začátek – a teď něco, co jsme skutečně dělali:

- členské schůze, fotografování
- máme předpoklad 3 nových členů-mužů – zatím nepodali přihlášky
- každý týden cvičení v bazénu
- každý týden cvičení v tělocvičně TJ Sokol
- Ústecký masopust
- prohlídka nově zrekonstruovaného kostela svatého Floriána v Krásném Březně s odborným výkladem
- návštěva našeho člena, který se již nemůže zúčastňovat společných aktivit
- zajištění pomoci parkinsonikovi panu Grimovi (91 let), jehož dcera se na nás obrátila
- kontrola členské základny
- prohlídka zámku Trmice s průvodcem a jeho odborným výkladem
- příprava krátkého pobytu ve Svinčicích spojeného s rehabilitací na koních
- kontrola placení členských příspěvků
- jak se máme chovat a jakou bychom měli vyvíjet činnost v době extrémních teplot
- příprava článku pro náměstka primátora pana Vlacha – co potřebujeme my, jako parkinsonici a kardiaci, od vedení

Magistrátu města Ústí nad Labem

- zapojení vedoucího klubu do činnosti Rady seniorů Ústeckého kraje – předání jmenovacího dekretu panu Honsovi, předsedovi klubu
- velmi dobře nám funguje posílání blahopřání všech druhů našim členům



PK Hradec Králové, Společnost Parkinson, z. s. Jak jsme prožili uplynulý půlrok

Stanislava Pospíšilová, předsedkyně klubu



Pozvolna, ale dobře jsme nastartovali nový rok 2022. Začali jsme obnovením pravidelného cvičení. A podařilo se. Každé úterý se scházela stálá parta a cvičila. Přidali se další, takže po měsíci nás byla plná tělocvična.

V dubnu jsme si uspořádali turnaj v bowlingu a opět vyzvali hradeckou tělovýchovnou jednotu Čechie. Tentokrát však mělo soupeření jen vítěze v jednotlivcích. Duel PKHK – Čechie neskončilo jednoznačným výsledkem, protože obsluha omylem vypnula dráhu, na které se hrálo. Ale den to byl prima, užili jsme si ho.

společnosti s přednáškami o Parkinsonově nemoci, lázních, rehabilitaci a prospěšnosti cvičení. Strávili jsme společně celý den a byl fajn.

Třetí dubnovou akcí byl turnaj ve stolním tenisu pro celou Společnost Parkinson, z. s. Měli jsme radost, přihlášek přišlo celkem dost. Těsně před termínem se však

Druhou akcí v dubnu byl výstup na Kunětickou horu u příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci. V pondělí 11. 4. bylo nádherné počasí. Sešli jsme se na dolním parkovišti. Malým oživením našeho výstupu byly nafukovací balonky v barvách obou klubů – žlutý pro Hradec Králové a zelený pro Pardubice. Výhled byl nádherný. Pořádili jsme pár dokumentačních fotografií a pomalu, každý podle svých sil a možností, jsme sešli dolů. V restauraci pod hradem jsme si dali společný oběd.

V jednu hodinu jsme pak vyrazili směr Fakultní nemocnice Hradec Králové. Ne, nikomu se nic nestalo, ale od dvou hodin byla ve výukovém centru akce naší





velká většina odhlásila. Ale turnaj jsme nezrušili a „nastoupili všichni, kdo měli ruce a nohy“. Tak jsme si říkali, jestli to má smysl, pořádat větší akci. Snad si zase zvykneme trochu cestovat.

V květnu jsme dostali pozvánku od německého klubu pétanquu, abychom si přijeli zahrát. A tak jsme v sobotu 21. května vyrazili do Němčic. Tam už na nás čekal prezident klubu, starosta Němčic, kamarádi z PK Pardubice, ale hlavně Míla Hájková, která to všechno iniciovala. Další super

den. Naučili jsme se pétanque a poznali další prima lidi.

Spolupráce s klubem Pardubice je pro nás příjemná. Bezva lidi a máme k sobě blízko. A tak jsme si společně vyrazili 2. června na výlet do Poděbrad. Projížďka lodí po Labi, prohlídka expozic na zámku, oběd, procházka po kolonádě, kávačka, zmrzlina, posezení v parku. Později odpoledne jsme dobrkali k autobusu a unaveni po nádherném dni jeli domů.



Tři dny nato, 5. června, jsme odjeli na ozdravný pobyt na Pastviny. Týden strávený cvičením s Jiřinkou Kosovou, tréninkem mozku s Maruškou Salavcovou a malování, psaní, skládání papírových skládaček, prostě cvičení prstů s mojí maličkovostí. Odpoledne procházky, povídání si, hraní karet





dalším kolem klubové bowlingové ligy, členskou chůzí a posezením. Naše poslední setkání před prázdninami navštívila zástupkyně Magistrátu města Hradce Králové paní Mgr. Martina Kalousková, koordinátorka pro komunitní plánování z oddělení koncepcí a sociální péče a oboru sociálních věcí a zdravotnictví. Podívala se na naše cvičení a seznámila se s problematikou nemocných Parkinsonovou nemocí.

Takový byl tedy uplynulý půlrok v našem klubu. Přejeme si, a vám také, krásné prázdniny. A se všemi se těšíme na setkání v září.

nebo stolních her a nesměl chybět stolní tenis. Výlet do muzea řemesel nás vrátil o desítky let zpět. Večer pak hospodský kvíz, bingo, společenská hra Co na to Češi. Myslím, že mohu s klidným svědomím napsat, že se nikdo nenudil. Počasí nám opět přálo.

Poslední úterý v červnu, tak jako každý rok, jsme se setkali na cvičení a pokračovali



PK Hradec Králové, Společnost Parkinson, z. s. Ozdravný pobyt na Pastvinách

Marie Salavcová, členka PK Olomouc

Již tradičně pořádá Parkinson klub Hradec Králové ozdravný pobyt. Letos to bylo v době od 5. do 12. června 2022 u přehrady Pastviny. Během pobytu jsem působila jako lektorka logopedie a své dojmy z něho jsem vyjádřila tímto vyznáním:

Milí moji Hradečáci, potažmo i Pardubáci,
neměla jsem s vámi žádnou velkou práci.

Všichni jste se činili
a mé úkoly zdatně plnili.

Každý den se na vás těším, přátelé.
S vámi všemi je pohoda a dny jsou veselé.

Dopoledne mluvu procvičíme,
své unavené mozky probudíme.

Ranní cvičení se Stáňou, to je věc,
protáhneme nohy, ruce, břicho, ba i plec.

Zvláště když je krásné klima,
je nám po protažení údů prima.

Dopoledne běháte, nahoru a dolů,
buď cvičíte, kreslíte, či jdete trénovat paměť dolů.

Poté dobrý oběd slupneme
a někteří si s plným břichem s chutí schrupneme.

Odpoledne hry a zábava běží,



někdo se jde projít či do města jede cosi koupit,
že by se někdo nudil, to tedy stěží.

Hned první den se jakýsi otužilec nebál do vody v přehradě vstoupit
(byla to žena a sdělila nám, že voda teplá byla,
tudíž pokud bude krásně, nebylo by marné
tuto možnost využít).

Večery jsou veselé a často plné soutěží,
čas opravdu nám pomalu nebeží.
Poté do sprchy a hupky do pelechu,
ať po nás není ani slechu.

Také muzeum řemesel jsme prošli,
nad některými exponáty jsme žasli,
mnozí jsme ovšem mnohé v mládí zažili,
ze vzájemných vzpomínek se těšili.

Však přijde den poslední,
kdy pobyt náš nám končí,
každý uklízí a balit kufry nelení,
s přáteli a místem nerad se loučí.

Bylo mi s vámi dobře, přátelé,
a moje přání je nesmělé.
Doufám, že opět mě příště rádi uvítáte,
když ano, tak mě tu jistě máte.

Děkuji Stáně, tomu umělci v šatech,
takovou ženskou nemají ani v amerických státech.
Stará se o nás skvěle a má srdce na dlani,
tak toto je celé moje vyznání.



Jak bojovat s parkinsonem, když bolí srdíčko

Michaela Filípková



Každý z vás to už zažil, že přišel o někoho blízkého. Rodiče patří do kategorie nejhorší. Odchází člověk, který vás měl rád za každých okolností, mohli jste se vždy spolehnout na jeho pomocnou ruku. Co dál? Vše je už jen na vás. První otevření dveří, první otevření šuplíku, abyste našli doklady potřebné k pohřbu, vybrat oblečení na poslední rozloučení... Vše je těžké.

Začínáte přemýšlet, co s věcmi po mamince? Co s bytem? Kamarádka mi dala čas na přemýšlení, co s ním, a sílu sáhnout do maminčiných osobních věcí. Potřebuje nutně na přechodnou dobu tři měsíce půjčit byt.

První, co odvážíme, jsou veškeré doklady. Ve druhé vlně jde veškeré oblečení, aby si kamarádka mohla dát někam své věci. V rychlosti kouknout do ledničky a do spíže – prošlé potraviny vyhodit, zbytek nechávám. Kamarádka už zvoní, v rychlosti ještě popadnu velkou krabici (jednu z mnoha) se starými fotkami. Janě předávám klíče s omluvou, že úklid nechávám na ní. Doma jsou pytle s oblečením, krabice s doklady i dvacet let starými. Nejde projít bytem, abyste něco nemuseli přelézt. Řešíte otázky, kde začít, co si nechat, co někomu dát, co vyhodit... Jde to pomalu, každou věc máte kkrát v ruce.

Když už máte byt opět k bydlení, zbývá ještě krabice s fotkami. Váhám, zda ji nechat zavřenou, anebo otevřít a zavzpomínat. Udělám to druhé. Jedna z prvních fotek je fotka mamky s velkým bříškem a s babičkou u Vltavy, následuje fotka před Zemskou porodnicí s miminem zabaleným v teplých dekách. První koupání, první noc v proutěném košíku. Dojdu k první fotce, která mi mlhavě něco připomíná. Koupou se v moři, plavu s kruhem v podobě žraloka,

bradu opřenou o jeho hlavu, kopu nohama, voda stříká na babičku. Byla jsem s rodiči na 14 dní v Chorvatsku. Tedy abych byla přesná, první týden jenom s tátou, druhý týden s oběma rodiči a babičkou. První týden byla děvčata v Itálii, kterou projela od severu k jihu, od Benátek po Sicílii viděla to, co bylo možné stihnout za týden, a týden odpočívala s námi v Chorvatsku. Potřebovala jsem něco do vody, abych mohla i do míst, kde nestačím. Koupit kruh na plavání byl pro taťku nadlidský úkol. Nafukovacího zboží za účelem koupání a ležení na pláži bylo plno, ale o žádném krámku jsme nevěděli. A na otázku, kde můžeme koupit kruh, nás posílali od pekárny k pekárně a nabízeli různé druhy chleba. Pro mě po strašně dlouhé době, ušlé dlouhé cestě a s bolavýma nožičkami jsme krámek našli, já se na první pohled zamilovala do žraloka s velkou hlavou, přes kterou se mi při plavání nedostala do očí slaná voda.

Cestou domů, do Prahy, jedeme přes Vídeň. Píše se rok 1969 a pro mě to znamená, že Vídeň uvidím až za dvacet let. A nejenom já. Listuji fotkami dál. Zastavím se u fotky, kde je tátova maminka se sestrou a u nohou jim sedí boxer Bony. Jak je známo, boxeři nedají dopustit na svou smečku a milují děti. A se mnou byl velký kamarád. Těšila jsem se na něj stejně jako na babičku. Nachodili jsme se spolu spoustu kilometrů. V prvních

letech jsme chodili s babičkou. Bony tahal a já bych za ním poletovala vzduchem jako pírkó. Když jsem byla starší, už mě pouštěla babička s Bonym samotnou. Nemusela mít strach. Samotný vzhled boxera budí respekt, a i kdyby se na mě někdo špatně podíval, Bony by mu jasně a jednou provždy vysvětlil, že na člena smečky nesmí nikdo sáhnout. S Bonym mám plno příhod (jako s každým psem, kterého jsme měli).

Listuji fotkami dál a dál a divím se, jak jsme mohli vše stihnout. Jsou tu fotky z Petřína, Stromovky, Vyšehradu, z Červené Lhoty, Karlštejna, Konopiště, z Podolí, kde dohněda opálená skáču šipku do bazénu. Najdu tam fotky z Berlína, Budapešti a dalších městeček s termálními koupališti, z Varšavy, Krakova, fotky od Baltu – tam jsem koupání vzdala. Po pěti minutách chůze mi voda sahala maximálně ke kolenům a ponořenou část dolních končetin jsem zimou necítila. Na ostatních částech těla jsem se potila, teplota vzduchu se přibližovala 30 stupňům.

V roce 1984 rodiče kupují baráček (původně strážní domek) a do rodiny rok nato přibyla černohnědá kulička – velšterier, čubička jménem Betka. Já byla tehdy na průmyslovce, byla jsem v pubertě a Betka byla „spojenec proti rodičům“. Co o ní napsat? Ten, kdo zná duši teriéra, ví, že je to pes všech tváří a autor všech lumpáren. Umí zahrát pejska, který nedostane nic do mističky (minutku předtím vymetl denní dávku krmiva, vyžebal kus uzeného od oběda a kus dortu), nikdo ho nepohladí, a dokonce je zavírán do kotce (zrovna seskočil z postele a vynutil si přístup na velkou zahradu). Betka si dělala výlety mimo zahradu. A to docela často. To jsme ji nalézali v kurníku u slepic, jak zakusuje jednu po druhé, v králikárně honí zajíce, plave

v rybníce za bažantem a je našťvaná, že jí uletěl před nosem... Když se rozhodla, že je čas na večeři, milostivě se vrátila domů. Ale většinou musela být lapena a deportována do svého bydliště. Každá návštěva chtěla vědět, jaký kousek Betka zase vymyslela. Jednu zimní sobotu jsme byly s mamkou u její tety, hrály kanastu a přitom vyprávěly další humorné kousky naší fenky. Teta se smála, prý ji vodíme za nos – zda jsme četly knížku Robin od Zdenky Frýbové?

Po návratu od tety jsme si s mamkou lehly na postel a začaly půjčenou knížku o Robinovi číst. Prostě jsme se nemohly dohodnout, která si ji přečte jako první. A opravdu. My jsme všem převyprávěly knížku o Robinovi. Místo psa, foxteriéra, jsme vyprávěly o fence velšteriéra. Místo Letné jsme dosadily Nusle a chalupu jsme neměly na Šumavě, ale na České Sibiři.

Pak se zastavím u fotek z roku 1989. Sametová revoluce byla v době mého studia na stavební fakultě, mamka byla v lázních odříznutá od všeho dění. A táta doma měl nábytek ve všech místnostech veprostřed a maloval. Na mě byl našťvaný, že si užívám, a on musí makat, aby se mamka vrátila do čistého. S mamkou jsme před Vánoci stihly zájezd do Vídně. Všichni ze zájezdu byli spokojení, že sehnali mikrovlnku, levné rádio či kávu. S mamkou jsme byly exoti, neb jsme nekoupily nic, zato jsme se byly podívat za císařovnou Sissi, prolezly nejznámější památky historického centra a skončily jsme na vánočním trhu. Unavené, ale spokojené jsme nastoupily do vlaku, v Třeboni přistoupil táta s Betkou (byli se podívat za babičkou).

Vídní končí první krabice fotek. Příští víkend jsem domluvená s kamarádkou Janou, že zajdu na kafe a popovídáme. Mám si vzít další krabici s fotkami?

Jirka Kalista (57)

Foto a text Zdislava Freund

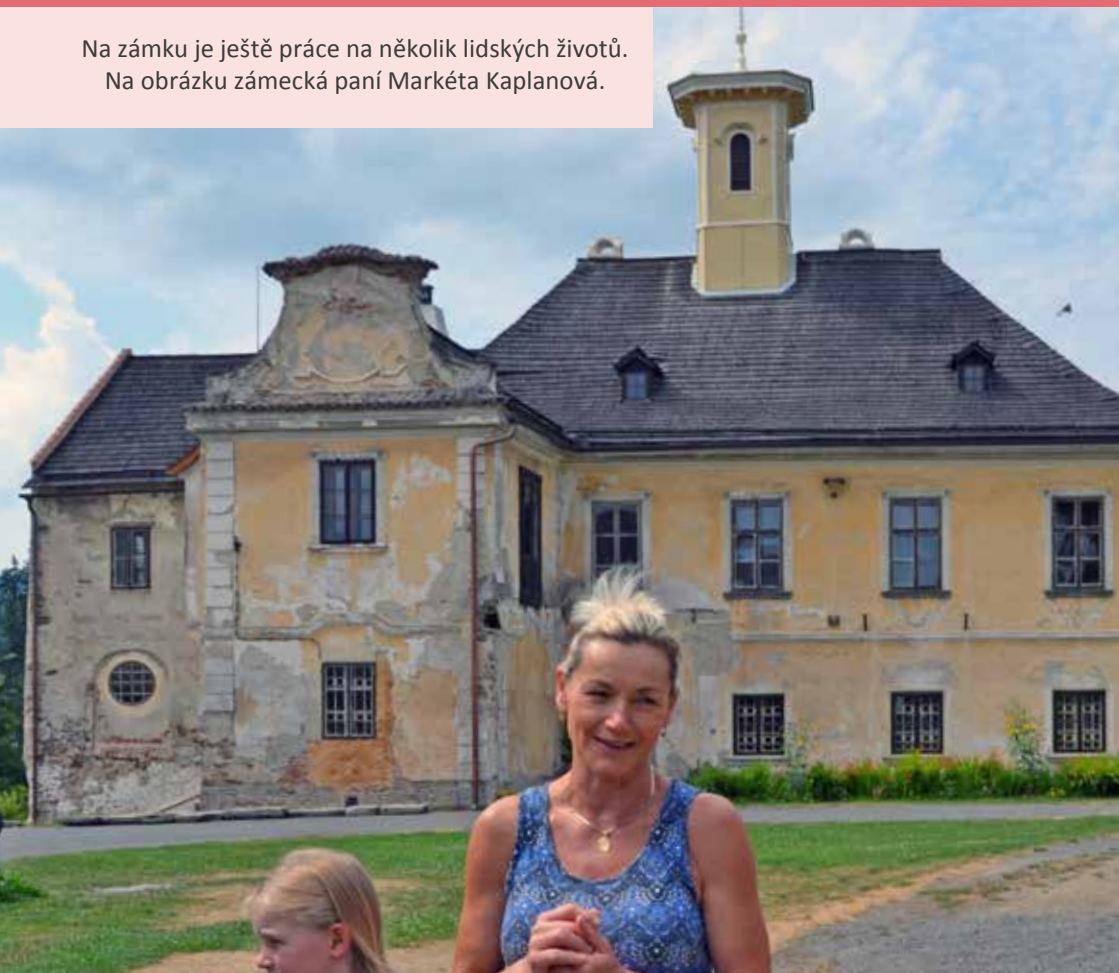


Jirka Kalista žije v Nemilkově u Velhartic, blízko Sušice, v domě s velkou dílnou plnou dřevoobráběcích strojů.

Výroba nábytku, doplňků, ale třeba i parketových podlah atypických tvarů je jeho povolání a velká záliba.

Nedaleko jeho domu, ve Velharticích, přešel do soukromých rukou poplužní dvůr s budovou záměčku. Rekonstrukce a výroba oken, nábytku, podlah i schodišť je Jirkova práce. Jirka pracuje pro chráněnou dílnu ve Velharticích, ale nyní je plně vytížen na zámku.

Na zámku je ještě práce na několik lidských životů.
Na obrázku zámecká paní Markéta Kaplanová.





Ano, je parkinsonik a nedávno podstoupil hlubokou mozkovou stimulaci.

Zatím je s výsledkem operace spokojen, a tak mu přejeme ještě hodně let plně využitých tvorbou dřevěné krásy.



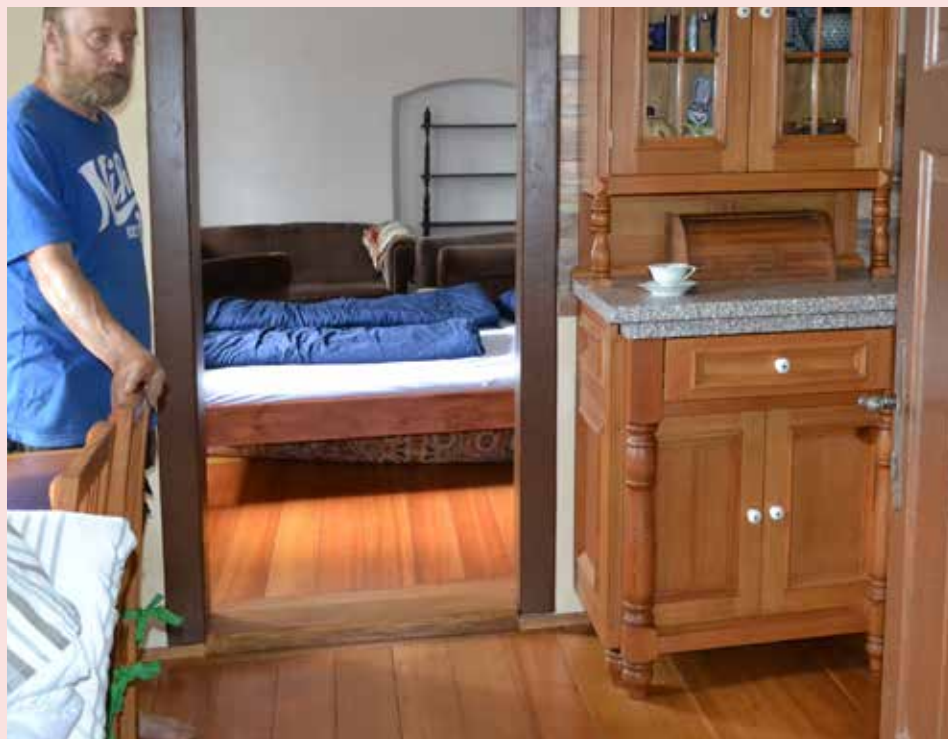
Chráněná dílna vyrábí nejrůznější předměty určené k prodeji třeba jako suvenýry.



Tato podlaha je předmětem všeobecného obdivu.



Na zámku je bezpočet dveří. Některé Jirka renovuje, některé vyrábí nově.



Soukromé prostory majitelů zámku – to všechno je Jirkova práce.



I rám tohoto zrcadla.



Kontakty

Adresa: Společnost Parkinson, z. s., Volyňská 933/20, 100 00 Praha 10
E-mail: kancelar@spolecnost-parkinson.cz

VÝBOR

Předsedkyně	Zdislava Freund	774 443 561	freund@spolecnost-parkinson.cz
Místopředseda	Ing. Zdeněk Šula	606 406 186	zdsula@email.cz
Místopředseda	Valer Mičunda	775 342 444	val.mic@seznam.cz
Člen výboru	Ing. František Klíma	604 590 597	fjklima@gmail.com
Člen výboru	Ing. Jaroslav Borák	602 377 022	borak.jar@seznam.cz

KLUBY

3	Brno	Mgr. Eva Vernerová	606 145 248	vern.eva@seznam.cz
4	Červený Kostelec	Helena Kukrálová	737 109 815	helena@kukral.cz
5	České Budějovice	Ing. Petr Hořava	604 259 414	horavaml@seznam.cz
7	Havlíčkův Brod	Ilona Štěpánková	606 900 914	pk-havl.brod@spolecnost-parkinson.cz
8	Hradec Králové	Stanislava Pospíšilová	737 747 263	stanapospisilova@seznam.cz
10	Liberec	Jaroslav Rous	728 875 983	rous.jarda@email.cz
11	Litomyšl	Milada Štursová	720 561 180	milada.stursova@seznam.cz
12	Mladá Boleslav	Eva Fiedlerová	777 566 383	evafiedlerov@gmail.com
14	Olomouc	Mgr. Dagmar Dupalová, Ph.D.	604 209 687	dagmar.dupalova@upol.cz
16	Pardubice	Petr Šimon	775 954 466	petrstepanka@atlas.cz
17	Pizeň	Valer Mičunda	775 342 444	val.mic@seznam.cz
19	Praha	Ing. František Klíma	604 590 597	fjklima@gmail.com
20	Ústí n. Labem	Ing. Milan Hons	606 342 666	milan.hons@seznam.cz
26	Morava	JUDr. Zdeněk Valášek	732 421 850	minesz@seznam.cz

KANCELÁŘ

Kancelář	Marie Mrkvová	272 739 222	mrkvova@spolecnost-parkinson.cz
----------	---------------	-------------	---------------------------------

Všechny potřebné informace o činnosti Společnosti Parkinson, z. s.,
najdete na našich webových stránkách
www.spolecnost-parkinson.cz



*Na besedu o organizaci Včelka k nám do pražského klubu přišly
Mgr. Eva Vojtová, regionální ředitelka pro Čechy,
a Bc. Lucie Příhodová Pešková, personální ředitelka.*

Děkujeme našim sponzorům



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



PARDUBICKÝ KRAJ



PLZEŇSKÝ KRAJ



Jihočeský kraj

B | R | N | O |



HRADEC KRÁLOVÉ



Pardubice



WIKOV



Taneční klub Jiřího Šindlera,
Prostějov

