

3P POPULARIS

ČTVRTLETNÍK NEJEN PRO OBČANY SE ZDRAV



„KVĚTINY A KNIHY
JSOU PRO MNOHO LIDÍ
PRÁVĚ TAK NEZBYTNÉ
JAKO DENNÍ CHLÉB.“

HONORÉ DE BALZAC

7. VYDÁNÍ, MĚSÍC 5, ROK 2013

Vážení čtenáři,

Většina z Vás jistě zná kouzelný film Nekonečný příběh. Je o síle představitivosti, o vzájemné závislosti světa fantazie a skutečnosti. Trochu jiný „nekonečný příběh“ připomíná naše dobrá známá sKarta. Příznivci projektu obhajují původní zadání, kdy slibovali víceúčelovou kartu užitečnou pro uživatele služeb i pro Úřady práce. Odpůrci argumentují porušováním zákona o ochraně osobních údajů, o špatné plošné dostupnosti služeb České spořitelny, o protiprávním postupu úřadů práce, které nutí občany k odebrání karet a ukládá jim povinnost otevřít si účet právě u České spořitelny. Spory se stupňují, přibývá argumentů na jedné i na druhé straně a nejistota občanů stoupá. V tuto chvíli je zřejmé jen to, že musí dojít buď k zásadním změnám v používání sKaret nebo ke zrušení celého projektu. V každém případě jsou ve hře další finanční prostředky ze státního rozpočtu. Možná je nekonečný příběh sKaret také o vzájemném propojení světa fantazie, skutečnosti a navíc určitě i peněz.... Ale než se dostanete k článku o sKartě, dobře se prosím podívejte na titulní stranu našeho časopisu a zařídte se podle návodu pana Balzaca.

Hezké slunné léto s květinami a s knihami
Vám přeje **Mgr. Jana Zavadilová**,
prezidentka 3P, o.s.

**Být spravedlivým v mysli
ještě neznamená být
spravedlivým v činech.**
Aristoteles

Z OBSAHU

- MINISTRYNĚ MÜLLEROVÁ ZASTAVILA VYDÁVÁNÍ SKARET
- KVALITA STÁRNUTÍ JE V ČESKÉ REPUBLICE MÍRNĚ NAD EVROPSKÝM PRŮMĚREM
- PROKOP REMEŠ VÁS ZAVEDE CESTOU HAGIOTERAPIE DO VAŠEHO NITRA
- REAKCE NA ZPRÁVU UVEDENOU V SERVERU IDNES.CZ 14. KVĚTNA 2013
- PRAGUE CUP 2013 A JAGUÁŘI
- DELFINOTERAPIE: ZAPLAVTE SI S DELFÍNY A ZBAVÍTE SE BOLESTI I TRAUMAT!
- MAHULENA BOČANOVÁ POMÁHÁ ZATOČIT S DYSLEXIÍ!
- PETR HAPKA MÁ PO NARKÓZE PROBLÉMY S PAMĚT

PÉČE O BLÍZKÉ NEZNAMENÁ KONEC PRACOVNÍ KARIÉRY

Inovativní projekt, který smysluplně podpoří soulad pracovního a soukromého života byl úspěšně zahájen

Realizátor projektu: SocIn, o.s.

Cílovou skupinou projektu jsou osoby pečující o závislého člena rodiny, jedná se nejen o ženy, ale i o muže pečující o zdravotně postižené děti nebo rodiče. Projekt se věnuje podpoře odstranění bariér při návratu na trh práce a je určen pro osoby žijící v hl. m. Praze.

Partnerem projektu je Občanské sdružení 3P, o. s., Wuchterlova 11, Praha 6, 160 00

Více se dozvíte na stránkách: <http://www.pecujiciosoby.cz>



EVROPSKÁ
UNIE

MINISTRYNĚ MÜLLEROVÁ ZASTAVILA VYDÁVÁNÍ SKARET



Úřady práce dostaly v pátek pokyn, aby přestaly vydávat karty sociálních systémů - sKarty. Ministryně práce a sociálních věcí Ludmila Müllerová to uvedla 7.5. 2013 na happeningu Národní rady osob se zdravotním postižením ČR před budovou Ministerstva práce a sociálních věcí.

Vydávání sKaret jednotlivé úřady utlumují už od února. Předávání klientům se oficiálně zastavuje poté, co vláda přijala usnesení, kterým ministryni doporučila zahájit intenzivní jednání a legislativní kroky k ukončení projektu sKaret. Ministryně Ludmila Müllerová se setkala s několika desítkami účastníků mítinku a mimo jiné uvedla, že na takových akcích není možné nikoho přesvědčovat o výhodách karty. Nalézt řešení projektu sKaret má nyní společná pracovní skupina expertů MPSV, Úřadu práce ČR a České spořitelny. Podle ministryně není možné připustit, aby vládou doporučené ukončení projektu sKaret znamenalo pro jejich držitele jakýkoliv problém. Dávky se vždy musí včas a řádně dostat ke klientům.

Ministryně Ludmila Müllerová na mítinku rovněž připomněla, že chce pomoci lidem se zdravotním postižením. A proto Ministerstvo práce a sociálních věcí navrhne na základě hodnocení dopadů sociální reformy úpravu zákonů. Ta bude znamenat, že lidé s postižením nebudou muset tak často jako doposud chodit na úřady. Stát by se o ně měl více postarat tam, kde je to skutečně třeba. Ministerstvo zvažuje například upustit od víceúčelového posudku o stupni závislosti, zrušit vazby přiznávání průkazů pro lidi se zdravotním postižením na uznaný stupeň závislosti nebo navázat čerpání příspěvku na mobilitu na průkaz osoby se zdravotním postižením.

Zdroj: MPSV

ROLE VE SKUPINĚ DLE R. SCHINDLERA aneb najdete svoji roli ve svých skupinách

Ve skupinách jakéhokoli typu se dle R. Schindlera (1957) pravidelně vyskytují čtyři skupinové role, které nazval alfa, beta, gama a omega a popsal k nim náležející role protivníka, který reprezentuje nepřátelskou skupinu.

1. **Alfa je vůdce**, který skupinu podněcuje k aktivitě, imponuje jí svými vůdčovskými sklony, tvoří program pro skupinu a dodává ji odvahu.
2. **Beta** tkz. expert se vyznačuje speciálním nadáním, schopností či znalostí, kterou skupina chce využít či ji potřebuje. Tohoto vyhranění si váží. Přístup experta je racionální, kritický, dokáže být neutrální a neangažovaný.
3. **Gama** jsou především pasivní a snadno přizpůsobiví členové. Dávají přednost anonymitě, kterou považují za ochranný faktor. Většina gama členů se identifikuje s názory vůdce (alfou).
4. **Omega** je člen, který působí na okraji skupiny z důvodu své vlastní neschopnosti, ale také odlišnosti či ustrašenosti. Stává se, že se někdy identifikuje s protivníkem, čímž skupinu provokuje.

–red–



KVALITA STÁRNUTÍ JE V ČESKÉ REPUBLICE MÍRNĚ NAD EVROPSKÝM PRŮMĚREM

V rámci Evropského roku aktivního stárnutí 2012 vypracovalo Evropské centrum pro sociální politiku a výzkum žebříček srovnání kvality stárnutí v jednotlivých zemích EU. Podle studie Česká republika obsadila přední místo mezi novými členskými zeměmi a je mírně nad evropským průměrem.

Z celkového počtu 27 hodnocených zemí zaujímá 12. příčku. Evropské centrum pro sociální politiku pracovalo se stávajícími statistikami a výzkumy v jednotlivých zemích, které jsou prováděny pravidelně a jednotně pod gescí Eurostatu (*Statistický úřad Evropské unie*). Samotné výzkumy jsou realizovány národními statistickými úřady (např. ČSÚ nebo ÚZIS).

Nejlépe si v tomto pořadí vede Švédsko a Dánsko, na opačné straně žebříčku se nachází Litva a úplně poslední Malta. Například Slovensko se umístilo až na 24. místě. V rámci šetření se posuzovala účast seniorů na trhu práce i na společenských aktivitách, také se hodnotila dostupnost potřebné péče, vzdělávání, úroveň životního prostředí, zdraví a bezpečí. Výstupy mj. slouží jako podklad pro vytvoření Strategie aktivního stárnutí v České republice. Součástí tohoto projektu je i tzv. Manuál pro samosprávy, který sbírá příklady dobré praxe v českých obcích, které jsou v integraci seniorů aktivní již nyní.

Čeští senioři ve srovnání s těmi ostatními žijícími v EU vykazují horší pocit celkové mentální pohody (mental well-being), pod úrovní evropského průměru je i úroveň udržování sociálních kontaktů či využívání ICT technologií. Z průzkumu také vyplývá, že rezervy máme v širším zapojení seniorů do společenských aktivit jako je např. dobrovolnická činnost a v jejich sportovních aktivitách (physical exercise).

V oficiálním doporučení evropského centra se na základě získaných výsledků mj. uvádí: „Mezi tyto priority patří podpora sportovních aktivit a subjektů, které pomáhají koordinovat různé organizace, odvětví a odborníky. Dále by měly být rozděleny podle priorit strategie a iniciativy, které podporují duševní zdraví v širším smyslu, prosazují zdravý životní styl i ve vyšším věku, pomáhají dobrovolným pečovatelným a zlepšují propojenost formální a neformální péče.“

Naopak relativně dobře jsme na tom v oblastech, jako je dostupnost zdravotní či sociální péče a pocit fyzického bezpečí. Indikátor, kde vykazuje ČR nejlepší výsledek, je míra rizika ohrožení chudobou (no poverty risk).

Studie se věnovala i takovým aspektům, jako je zapojení do péče o potomky či vnuky, kde se ČR umístila nad evropským průměrem.

Evropské centrum v případě ČR apeluje na proaktivní přístup, který by umožnil vznik iniciativ, jež může zakládat a realizovat široká řada zájmových subjektů: „Aktivní stárnutí tak nemůže být podněcováno ve směru „shora dolů“, ale vyžaduje řízení ze strany více zájmových subjektů na více úrovních,“ píše se v dokumentu.

Zdroj: Ministerstvo zdravotnictví ČR

PROKOP REMEŠ VÁS ZAVEDE CESTOU HAGIOTERAPIE DO VAŠEHO NITRA



Prokop Remeš je dnes již pojem v české psychiatrii. Specializuje se na práci se skupinami látkově závislých (nejčastěji drogově závislí a alkoholici). V Psychiatrické léčebně Bohnice působí dopoledne jako gynekolog a odpoledne pracuje jako psychiatr a jako psychoterapeut se závislými. Založil a rozvíjí cestu hagioterapie, při níž se v léčbě využívá síly biblického příběhu. Pokud si myslíte, že jde o vnucování bible či víry, velice se mýlíte.

Já sama jsem prošla výcvikem hagioterapie, spíše ze zvědavosti, jen pro rozšíření obzoru a nikdy předtím mě nenapadlo, že se jedná o tak zajímavý směr, který zasáhne i ateisty.

Prokop Remeš byl v roce 1992 jedním z iniciátorů a spoluzakladatelů Společnosti pro studium sekt a nových náboženských směrů, která poskytuje poradenství členům sekt, také rodinám, kde vstup do sekty někoho z jejích členů změnil či mění život celé rodiny, ale i těm, kteří chtějí pochopit konkrétní směr. V roce 2000 se stal zakládajícím členem Společnosti pro hagioterapii a pastorační medicínu a zároveň byl zvolen jejím předsedou. Patří k nejvýznamnějším odborníkům se zaměřením na sekty a satanismus, expertem na nové náboženské směry.

„Sekta není patologií víry, ale spíš patologií moci“, říká lékař, psychoterapeut a teolog Prokop Remeš.

Teologickému vzdělání předcházelo studium teologie ve strukturách podzemní církve, v tzv. Dvořákově skupině, a jak popis studia naznačuje, skutečně se jednalo o výcvikové semináře za minulého režimu, takže za cestou poznání vcelku dost riskoval. Výcvik se konal ve spolupráci s podzemními aktivitami v bývalé NDR.

„Bible je stále považovaná za mimořádnou knihu, protože není jen o víře, ale o obecných lidských otázkách“, vysvětluje Prokop Remeš na jednom ze svých seminářů, kterého jsem se zúčastnila.

Hagioterapie: Podstatou je existenciální analýza s následnou terapií, prováděná prostřednictvím biblických příběhů, které se dotýkají hlubokých existenciálních témat. Znamená to, že se zabývá nejen smyslem života, ale i jeho dalšími hlubšími hodnotami. Každý z nás je nucen v životě řešit vinu či nevinu, utrpení, dobro, zlo, smrt, smysl a význam života a hagioterapie k tomuto pochopení vkládá do rukou bibli, která je jako projektivní zrcadlo vlastních pohledů na život a jeho smysl. Příběh z pohledu může řešit analogickou situaci, v níž se klient sám nachází.

Text, foto: Lenka Žáčková

SEMESTRÁLNÍ KURZ ZNAKOVÉHO JAZYKA



Program kurzů je připraven pro začátečníky i pokročilé. Kurzy probíhají 2x týdně po 2 vyučovacích hodinách. Po složení závěrečné zkoušky a splnění podmínek kurzu obdrží absolventi certifikát s akreditací kurzu MŠMT. Více informací na tel. **224 827 152** či e-mailu: **kurzy@cun.cz**.



REAKCE NA ZPRÁVU UVEDENOU V SERVERU IDNES.CZ 14. KVĚTNA 2013

V otištěném rozhovoru s ministrem zdravotnictví je zmiňována Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé v Luži Košumberku. Potvrzují sdělení pana ministra, že úbytek dětí v dětské rehabilitaci v

žádném případě nesouvisí se současně změněnými poměry díky nově vydaným zákonným předpisům.

Dopad negace těchto nových předpisů ale jen urychluje dlouhodobý, prakticky již dvacetiletý vývoj v léčbě dětských pacientů. Důvodem propadu počtu dětských pacientů je na jedné straně snížený počet dětí v našem státě obecně, tedy vlivy demografické. Nejvýraznějším důvodem, který pan ministr uvedl, je zcela zásadní změna v přístupu k taktice a v postupu v léčbě především u řady ortopedických chorob. Moderní chirurgické postupy přinášejí u řady těchto stavů zkrácení doby léčby, a to i o řadu měsíců.

Třetím důvodem je trvalá pozitivní snaha zdravotnického systému, aby se léčba dětí přesunula do sféry kvalitních ambulantních pracovišť, která jsou dosažitelná v místě bydliště nemocných dětí. Tím dochází k pozitivnímu dopadu, tj. že dítě není vytrženo z rodinného prostředí.

Na závěr jen drobná oprava: "Hamzova odborná léčebna pro děti a dospělé v Luži Košumberku má dosud trvale dětská lůžka, ale z původních 600 jich zůstala prakticky jen desetina, tj. 60 lůžek ve dvou plně vybavených pavilónech. Jeden z nich je přímo určen pro léčbu dítěte s doprovodem, obvykle s matkou. Léčebna má navíc pro tuto léčbu velmi kvalitní přístrojové a personální vybavení a mimo jiné nabízí především dětem i hipoterapii," dodává MUDr. Václav Volejník, CSc. - ředitel Hamzovy léčebny v Luži Košumberku.

Zdroj: Prohlášení léčebny pro děti a dospělé Košumberk

KOMISE EXPERTŮ BRAND COUNCIL PROGRAMU CZECH SUPERBRANDS UDĚLILA CENU SUPERBRANDS AWARD NF KAPKA NADĚJE!

Komise Brand Council složená ze 14 nezávislých odborníků a současně česká veřejnost rozhodli o letošních vítězích cen Superbrands Awards. Cena Superbrands Award vyzdvihuje nejlepší národní značky na základě odborných kritérií.

Komise Brand Council, která rozhoduje o vítězích, je složena z uznávaných odborníků, jejichž rozhodnutí a rozhodnutí české veřejnosti, tak potvrzuje dosavadní úspěch NF Kapka naděje. Značky jsou nominovány výhradně na základě odborných kritérií, přičemž společnosti nemohou žádat o toto uznání, komise si vybírá sama.

Presidentka NF Kapka naděje Vendula Svobodová si ocenění velmi váží a prohlašuje: "Protože se jedná o ocenění kvality, věříme, že je toto ocenění pro naše partnery ujištěním, že podporují ten správný projekt a zároveň povzbuzením při rozhodování potenciálních partnerů nadačního fondu Kapka naděje."

Zdroj: www.kloboukfilm.cz



PRAGUE CUP 2013 A JAGUÁŘI

Ve dnech 2. až 5. května 2013 se v Praze uskutečnil třetí ročník mezinárodního turnaje Prague Cup ve florbalu na elektrických vozících, který pořádá každé dva roky náš klub EWSC Jaguars Praha. O účast na našem turnaji letos projevilo zájem hned devět zahraničních týmů.



Měli jsme radost, že se k nám vrátili všichni účastníci předchozího ročníku a čtyři nové týmy k nim přibýly. Spolu s dvěma dalšími českými týmy nás tak nakonec bylo dvanáct. Dvanáct týmů slibovalo mnoho zajímavých zápasů, ale zároveň i větší starost pro organizátory. Jako místo pro odehrání zápasů letošního Prague Cupu jsme si opět vybrali Sportovní halu Radotín a týmy byly ubytovány v prostorách Jedličkova ústavu a škol, Centra Paraple, Hotelu Slavia a ubytovny přímo ve Sportovní hale Radotín.

Náš první zápas byl proti favoritovi skupiny – Torpedu Ladenburg. Chyběli nám dva hráči, kteří maturovali, ale zvládli jsme překonat i menší komplikace kvůli technickým problémům.

Těsně před naším druhým zápasem dorazili naši maturanti a tak jsme proti Rhodie nastoupili už v plné sestavě. V první půlce zápasu jsme se opět ujali vedení, ale pak přišly dvě smolné penalty a rázem se přestalo dařit. Soupeř vyhrál 6:4.

Poslední utkání dne jsme sehráli se známými Indians Plzeň a od začátku se nám vůbec nedařilo. Soupeř dostal šanci v podobě penalty, kterou proměnil, a nám se nepodařilo nic víc než dorovnat skóre na remízu 1:1.

Čekal nás zápas s týmem BISO '65 a potřebovali jsme ho vyhrát a skutečně jsme vyhráli 4:1.

Následovaly zápasy o konečné umístění, tedy play-off a první a druhý tým z obou skupin si zahrál semifinále. Čekal nás tedy zápas o 7. - 8. místo, bohužel prohráli jsme 5:3. Na slovinské střely zdálky obrana nemohla najít recept a obsadili jsme konečné osmé místo.

První místo Star Riders, druhé místo Red Devils a třetí místo Torpedo.

Autor: Jana Stárková, brankářka Jaguars, která získala cenu za nejlepší brankářku

DELFINOTERAPIE: ZAPLAVTE SI S DELFÍNY A ZBAVÍTE SE BOLESTI I TRAUMAT!



Unikátní příležitost v České republice: pod dohledem zkušeného fyzioterapeuta budete mít možnost podstoupit zdravotní terapii s delfíny. Dolphin Assisted Therapy (DAP) byla vyvinuta v roce 1986 na Krymu. Pomáhá pacientům s Downovým syndromem, autismem, mozkovou obrnou, zadrháváním v řeči, stresem, depresí a dalšími tělesnými a psychickými problémy.

Jak terapie probíhá: Klient podá veškeré informace o svém zdravotním stavu a předloží své zdravotní záznamy. Společně s terapeutem, případně psychologem a fyzioterapeutem, se domluví na přesném postupu terapie. Ke každému klientovi je přistupováno individuálně dle aktuálního zdravotního a psychického stavu.

Terapeut pomůže klientovi při jeho seznámení se s delfínem. V případě, že je reakce u klienta i delfína kladná, dojde k fyzickému kontaktu - nejprve v podobě dotyků a hlazení, později i při plavání. Přímý kontakt s delfínem trvá cca 30 minut.

Následuje konzultace s terapeutem a psychologem, při které proběhne analýza dané terapie.

Hlavním očekávaným efektem je zlepšení celkové zdravotní kondice pacienta. Terapie za pomoci delfínů neníázrak. Zaručeným výsledkem je pocit radosti a harmonie během léčebných procesů u dětí i jejich rodičů a terapeutického týmu.

Atraktivní vodní scéna čeká na desítky tisíc návštěvníků od 20. června do 29. září 2013 v městské části Praha-Libuš. Umístěna bude v nejprostornějším stanu ve střední Evropě, který najednou pojme až 1 900 lidí.

Více a průběžné informace naleznete na: www.delfinivpraze.cz

LEGISLATIVNÍ OKÉNKO

Usnesením č. 264 ze dne 17. 4. 2013 schválila vláda návrh zákona o statusu veřejné prospěšnosti, s úpravami podle připomínek, uvedených ve stanovisku předsedy Legislativní rady vlády a podle připomínky vlády. Konečné znění vládního návrhu zákona uložila vypracovat ministru spravedlnosti.

Ministerstvo práce a sociálních věcí na základě připomínek akceptovalo prodloužení účinnosti § 101 zákona o sociálních službách o jeden rok do 31. prosince 2014 a zároveň odloženou účinnost § 101a zákona o sociálních službách o půl roku.

Důvod: celková nepřipravenost přechodu financování sociálních služeb na krajskou úroveň, která by mohla destabilizovat celou síť sociálních služeb.

„Když jsou lidé čestní, zákony mají smysl, když jsou zkorumpovaní, zákony se porušují.“

Benjamin Disraeli

MAHULENA BOČANOVÁ POMÁHÁ ZATOČIT S DYSLEXIÍ!

Kdo má doma dítě, které se ne a ne naučit číst, měl by zbystřit! Nemusí to vždy být jen chyba na straně dítěte, ale často se jedná o nevhodnou formu výuky. Mahulena Bočanová má zkušenosti s metodou Sfumato® - Splývavé čtení®, kterou se snaží propagovat. Autorkou této metody je PaedDr. Mária Navrátilová.

Jak se asi musí cítit dítě, které se snaží, má vůli, ale přesto se nemůže naučit pořádně číst a čtený text chápat? A kdy přijde okamžik, kdy na čtení zanevře? Kdo neumí číst a neumí textu porozumět, nemůže se umět učit, má často špatné známky a v konečné fázi může na učení úplně zanevřít.

A to se s ním bude táhnout po zbytek života. *„Metoda paní Navrátilové zjednodušuje dětem život, je zábavná a má neuvěřitelné až zázračné výsledky. Děti, které nečetly, čtou a které nepsaly, píšou téměř krasopisně. Děti s ní poznávají úspěch a jsou šťastné. Tím rozkvetne celá rodina, a proto jsem pyšná, že jsem patronkou této metody,”* řekla Mahulena Bočanová.

Herečka a moderátorka přišla na křest s dcerou Marinou a jako host se objevila také Adéla Gondíková. Společně si učebnice nejprve prolistovaly, což Marinu náramně bavilo.



Následně autorce popřály, aby učebnice i metodika nadále přispívaly ke čtenářské gramotnosti dětí a aby si děti při výuce užily co nejvíce zábavy a získaly lásku ke čtení. *„Já jsem o metodě Sfumato do dnešního dne neslyšela, ale myslím, že v budoucnu ještě hodně uslyším. Když mi paní Navrátilová vysvětlovala, jak děti učí a kde jsou největší chyby ostatních metod, koukala jsem na ni s otevřenou pusou. To by mě ani v nejmenším nenapadlo, že předejít chybám je tak jednoduché,”* řekla oslněná Adéla Gondíková.

Metoda Sfumato® se od ostatních metod odlišuje především tím, že neučí děti všechna písmena najednou poznat, chápat, psát a číst. Žák se nejprve učí samotné písmeno důkladně poznat a poté jej teprve začne číst. Nejdřív však osamocené, později k němu začne přidávat další písmeno. Až zvládne toto, začne postupně číst i delší slova. *„Myslím, že tato metoda může spoustě rodinám pomoci a vnést do jejich života klid a harmonii. Dítě bude rádo číst a rodičům odpadnou starosti. Jen tedy nerozumím tomu, proč se zatím nedostavila žádná podpora od státu,”* divila se Adéla Gondíková. Velké plus lze také vidět v tom, že výsledek je vždy stejný - dítě čte plynule a textu rozumí. PaedDr. Mária Navrátilová tak svou metodikou dlouhodobě přispívá k snižování vzniku dyslexie. Mahulena již s těmito knížkami s Marinou pracuje a metodika jim oběma plně vyhovuje. *„Naše Márinka potřebovala doučování a tak jsem zasedla k internetu a našla odkaz, který mě hned zaujal: "Usnadněte svým dětem život". Dnes vím, že to platí na 100%. Je to úžasné, když dítě pocítí úspěch, který dříve ve čtení nemělo. Je to úplná změna v jejím i mém životě. Na výuku i na učitele se těší a být toho přímým účastníkem, to je pro mě vlastně takové divadelní představení,”* smála se spokojená Mahulena Bočanová.

Více informací najdete na stránkách: www.sfumato.cz, www.abcmusic.cz

Foto: Lenka Žáčková

PETR HAPKA MÁ PO NARKÓZE PROBLÉMY S PAMĚTÍ

Alzheimerova choroba je sice nepřenositelným onemocněním, ale šíří se jako epidemie a nevybírá si své oběti. Pokud ano, predispozice nejsou dostatečně známy. Tento degenerativní proces nervových buněk postihuje především přední mozek a mozkovou kůru. Zdá se, že jednou z obětí progresivní nemoci je i známý skladatel Petr Hapka.

Jak již některé deníky informovaly, Petr Hapka začal trpět výpadky paměti s projevy zmatenosti, zhoršila se i jeho orientace a byl hospitalizován na psychiatrické klinice v pražských Bohnicích. Spekuluje se, že mu mohla ublížit narkóza, kterou nedávno podstoupil v souvislosti s operací kyčle.

Deník Blesk zveřejnil, že zatím probíhají příslušné testy a čeká se na výsledky.

Obecně o chorobě

V zasažených částech mozku vznikají škodlivé bílkoviny, které se v něm či v okolí nervových buněk usazují v podobě tzv. amyloidových plaků a nervové buňky nezvratně poškozují. Tento patologický proces vede až k zániku nervových buněk včetně jejich spojení. Buňky ztrácejí schopnost vzájemně si vyměňovat informace (nedostatek acetylcholinu). Nemoc způsobuje nenávratné změny v mozkové (nervové) tkáni a to jak atrofii (zmenšování), tak i rozšiřování dutin.

Tento proces prokazatelně vede k poklesu takzvaných kognitivních funkcí - myšlení, paměti a úsudku. Zhoršování kvality rozumových schopností vede k rozvoji demence. Nejdříve se projevuje porucha kognitivních funkcí, především paměti. Porucha vědomí přichází později. Plně rozvinutý obraz se projevuje po 2-3 letech od propuknutí nemoci. Nemoc se prozatím nedá léčit, pouze zpomalit. **Presenilní** výskyt - objevuje se v 5. - 6. desetiletí života, **senilní** výskyt - objevuje se v 7. - 8. desetiletí života.

Správné stravování sehrává významnou roli při rozvoji nemoci. Deník The Guardian informoval o vědecké stati zveřejněné odborným časopisem New Scientist, která uvádí, že Alzheimerova nemoc postupně devastuje lidský mozek i díky nezdravému stylu stravování. Ve stati se autoři zmiňují o tom, že choroba se může rozvíjet v důsledku návyku stravování typu rychlé občerstvení. Tato jídla se vyznačují vysokými kalorickými hodnotami, vysokým procentem tuků a soli. Stejně škodlivé jsou i přeslazené nápoje.

Rozvoj nemoci podporují psychosociální faktory, které způsobují stres a celkové oslabení nervové soustavy. Svoji roli rozhodně hraje také životní prostředí, věk, dědičnost a již zmíněné špatné stravovací návyky.

Vědci pozorují, že až dvojnásobná pravděpodobnost rozvoje demence hrozí obézním lidem s vysokým krevním tlakem či cholesterolem. Potkají-li se výše zmíněné faktory, riziko rozvoje nemoci se až šestkrát zvyšuje. Dnes je Alzheimerova choroba čtvrtou nejčastější příčinou úmrtí.

Přesná příčina vzniku nemoci není prozatím identifikována.

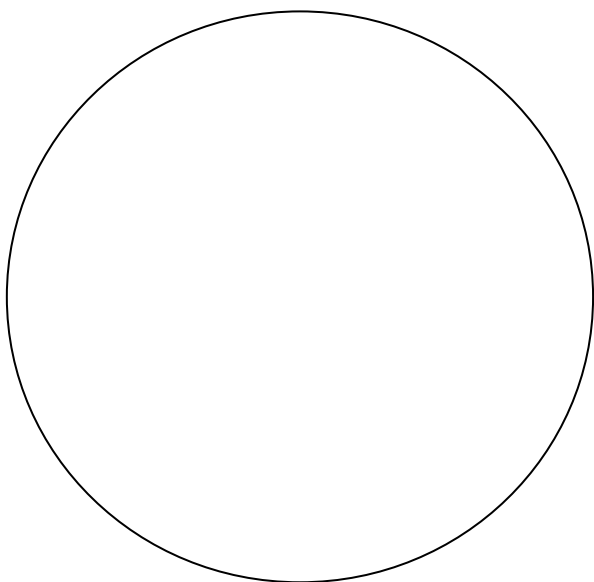


Nápadnosti člověka, který má Alzheimerovu chorobu

- U lidí s vyšším intelektem se dříve projeví oploštění intelektových schopností (*je nápadnější, nikoli výraznější od ostatních jedinců*).
- Často vyprávějí o tom, jak byli vykradeni a o tom, že se jim ztrácejí nejrůznější věci (*často je jen někam založí, či je vůbec neměli*).
- Často se nevhodně oblékají (*mají více triček, třeba dvoje kalhoty, ale bývají oblečení nevkusně*).
- Vyhasínají jejich automatismy a systémy (*nejčastěji při úklidu, věci ukládají na málo pravděpodobná místa a navíc na naprosto nevhodná místa*).
- Ztrácí se ve vlastním prostředí, bloudí ulicemi a nevědí, kde jsou, jak se tam dostali, ani kudy a jak se dostanou domů (*často neví, kde či u koho bydlí*).

Vyzkoušejte si jednoduchý test:

Domalujte do kruhu hodinové ručičky tak, aby ukazovaly **čas 15 hodin a 50 minut**.



Pokud se Vám to nepodaří, není něco v pořádku a porad'te se se svým praktickým lékařem!

Publikaci *Dobrá praxe opatrovnictví a poskytování podpory při právních úkonech a při rozhodování* vydalo MPSV a byla vytvořena v rámci projektu Podpora transformace sociálních služeb.

Je určena pro opatrovníky, poskytovatele sociálních služeb, podpůrce, poskytovatele neformální podpory a pro ty, kteří podporu při rozhodování využívají. Publikaci naleznete na stránkách MPSV (*rubrika Publikace*) na odkazu: http://www.mpsv.cz/files/clanky/15053/manual_opatrovnictvi.pdf.

MÜLLEROVÁ: CHCEME POMOCI LIDEM S POSTIŽENÍM

Ministerstvo práce a sociálních věcí zvažuje změnu zákonů či nový právní předpis, který se bude týkat osob se zdravotním postižením. Měl by omezit jejich zbytečné návštěvy na úřadech a péče státu by měla být cíleně poskytována tam, kde je to skutečně třeba. Zvažované změny vycházejí z vyhodnocení dopadů sociální reformy. Celý text tiskové zprávy najdete na:

http://www.mpsv.cz/files/clanky/15131/TZ_300413b.pdf.

**„Bůh sám nemůže být bez moudrých lidí.“
Martin Luther**

PŮJČOVNA KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK

Wuchterlova 11, Praha 6

Telefon: 224 323 433

Mobily: 724 654 007, 736 509 866, 736 509 864, 724 654 090

Občanské sdružení 3P, o.s. zaměstnává více než 50 % osob se zdravotním postižením. Provozuje půjčovnu kompenzačních pomůcek a zvýhodněnou přepravu pro seniory a občany se zdravotním postižením.



PŘEPRAVA OSOB A POMŮCEK

Za každý ujetý km je účtována částka 12,00 Kč. Stanoviště tzv. sociálního auta je na adrese Wuchterlova 11, Praha 6 a Úlibická 547, Praha 19. Do výsledné ceny je zahrnuta jízda auta ze stanoviště. Přeprava pro seniory a osoby se zdravotním postižením se **neváže na žádné průkazy**.

KONTAKTNÍ PRACOVNÍCI

Saša Filip

Telefon:

736 509 864

Stanoviště: Praha 6

Luboš Kůstka

Telefon:

724 654 007

Stanoviště: Praha 6

Jan Vencí

Telefon:

724 654 089

Stanoviště: Praha 19

Přehled všech kompenzačních pomůcek a kritéria poskytování ze zdravotního pojištění je možné nalézt v Metodice k Číselníku VZP. Tato metodika je dostupná na stránkách: http://www.vzp.cz/uploads/document/1333310920-Metodika_PZT-860.pdf

Vydavatel: Občanské sdružení 3P, o.s., Wuchterlova 11, Praha 6, PSČ 160 00 •Registrace: Ministerstvo kultury ČR •Redakční rada: Bc. Lenka Žáčková, Mgr. Jana Zavadilová, Bc. Šárka Dořičáková •Inzerce, dotazy a připomínky zasílejte na adresu vydavatele •Bankovní spojení - číslo účtu: 245 110 988/0300 •IČ: 22853332 •Zveřejnění příspěvků je bez nároku na honorář •Nevyžádané příspěvky se nevracejí •Neprodejné •Uzávěrka čísla: 22. 5.2013 •O zasílání v elektronické podobě můžete požádat vydavatele na výše uvedené adrese (*obchodní vztah, pokud máte zájem celé číslo zveřejnit na vlastních webových stránkách*).

