**Informační servis pro seniory - rok 2017**

**Aktivity projektu** [**Celoroční informační servis STP pro seniory**](https://svaztp.cz/informacni-servis/) **jsou podpořeny z dotačního programu MPSV Podpora veřejně účelných aktivit seniorských a proseniorských organizací s celostátní působností. Projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky, z prostředků Ministerstva práce a sociálních věcí.**

**Realizátorem projektu je Svaz tělesně postižených v České republice z. s.**

**Tento článek odráží výhradně názory autora a MPSV ČR nenese zodpovědnost za žádné užití informací zde obsažených.**

[](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/MPSV-e1403514600335.jpg)

20. 12. 2018  
**Cvičení – video Zdraví v pohybu**

**České ILCO** (sdružení stomiků) připravilo **video Zdraví v pohybu**. Přináší sérii instrukcí pro nejjednodušší pohyb pro zdraví a pohodu ve speciálním provedení, vhodném i pro zdravotně silně oslabené jedince, zkrátka **lehké, nenáročné a účinné cvičení pro každého**, založené na józe.Video Zdraví v pohybu je ke shlédnutí na YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=At6ld4pbn2I> nebo si ho můžete pořídit na DVD v Informačním centru pro stomiky v Praze 2, Polská 15. České ILCO také nabízí **cvičení**, které se **koná každé pondělí od 21. 1. 2019 do 11. 3. 2019 od 11 hodin v Informačním centru pro stomiky**. *Zdroj: České ILCO*

20. 12. 2018  
**Co se mění v roce 2019? Novinky Ministerstva práce a sociálních věcí**

Stejně jako v předchozích letech přinese i rok 2019 **v oblasti práce a sociálních věcí řadu změn.** Od ledna 2019 dojde k historicky druhému nejvyššímu **navýšení minimální mzdy** od roku 1991, kdy byla zavedena. Velkým úspěchem jeplánované **navýšení příspěvku na péči pro osoby ve III. a IV. stupni závislosti na pomoci jiné osoby.** Schválené změny se pozitivně odrazí mimo jiné také na **výši důchodů nebo na náhradách zaměstnancům za pracovní úrazy a nemoci z povolání.** Výčet změn, jejich podrobnější popis a termíny, od kdy by měly platit, najdete v přiložené **tiskové zprávě MPSV**.*Zdroj: MPSV ČR*

[MPSV – Co se mění v roce 2019](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/MPSV-Co_se_meni_v_roce_2019.pdf)

20. 12. 2018  
**Nová možnost poradit se s odborníky**

**Revenium** a redakce magazínu **Inspirante** od prosince spouštějí novou sekci – **Poradny Revenia**. Potřebujete se **bezplatně poradit** **s odborníky o tématech souvisejících se zdravotním postižením**? Orientovat se v nové životní situaci? Nasměrovat na experty? Bude tu právě pro vás. Na mailové adresy odborníků je možné zaslat otázky a oni vám na ně odpovědí. Nejzajímavější a obecná témata najdete posléze i na stránkách Inspirante. Chystají se poradny zaměřené na **vzdělávání, kariérní a profesní poradna, sociálně-právní poradna a finanční poradna**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/nova-moznost-poradit-se-s-odborniky>. *Zdroj: Helpnet.cz*

20. 12. 2018  
**Vychází první číslo časopisu Jsem jedno ucho**

**Svaz neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR** vydává **první číslo časopisu Jsem jedno ucho**. Jedná se o **dvouměsíčník** vycházející z konceptu projektu Jsem jedno ucho, který každý týden od letošního května přináší veřejnosti příběhy lidí se sluchovým handicapem. Tématem prvního čísla jsou Úspěšní neslyšící doma i ve světě. Jsem jedno ucho navazuje na elektronický čtvrtletní newsletter NoNe – Noviny Neslyšících. Časopis čtenářům každé dva měsíce přinese téma, které se bude dotýkat nejen **neslyšících, ale i nedoslýchavých, ohluchlých nebo například lidí, které trápí tinnitus** (pískání v uších). Únorové vydání se zaměří na sluchadla, dubnové pak na kochleární implantáty. Časopis najdete na stránkách: <http://www.snncr.cz/CASOPIS-JSEM-JEDNO-UCHO>. *Zdroj: Helpnet.cz*

20. 12. 2018  
**Odvolání daru pro nevděk**

Zvláště starší lidé převádějí nemalé majetky na své potomky i pečovatele, a pak se nestačí divit, jak se změní chování obdarovaných. Co na to občanský zákoník? § 2072: „(1) Ublížil-li obdarovaný dárci úmyslně nebo z hrubé nedbalosti tak, že zjevně porušil dobré mravy, **může dárce**, neprominul-li to obdarovanému, **od darovací smlouvy pro jeho nevděk odstoupit**. Byl-li dar již odevzdán, má dárce právo požadovat vydání celého daru, a není-li to možné, zaplacení jeho obvyklé ceny. (2) Odůvodňují-li to okolnosti, považuje se za nevděk vůči dárci také zjevné porušení dobrých mravů vůči osobě obdarovanému blízké. § 2073: Nevděk činí obdarovaného co do jeho osoby nepoctivým držitelem. § 2074: Právo odvolat dar přechází na dárcova dědice, zabránil-li obdarovaný dárci v odvolání daru nebo zabránila-li v tom dárci vyšší moc. § 2075: (1) **Dárce může dar pro nevděk odvolat do jednoho roku ode dne, co obdarovaný dárci ublížil**, ale dozví-li se o tom dárce později, do jednoho roku ode dne, kdy získal vědomost o důvodu pro odvolání daru. Dědic dárce může dar odvolat nejpozději do jednoho roku od smrti dárce. (2) Je-li dar odvolán později a namítne-li obdarovaný opožděné odvolání daru, soud k odvolání nepřihlédne. *Zdroj: STP Štětí*

10. 12. 2018  
**Soukromí na internetu**

Nevládní organizace **Iuridicum Remedium** vydala novou **brožuru Digi-Obránci vs Data-Žrouti zaměřenou na děti a ochranu jejich soukromí na internetu.** Informace z brožury jsou ale přínosné pro každého, kdo se na internetu pohybuje. Brožura se snaží zábavnou a zároveň srozumitelnou a atraktivní formou **přiblížit největší úskalí a hrozby, které mohou číhat na naše děti v digitálním prostředí.** Dozvíte se např. jak se chránit na sociálních sítích, o bezpečnosti hesel, apod. Publikace je k dispozici **v elektronické podobě** na stránkách: <http://www.iure.org/15/brozura-ochrany-soukromi-pro-deti-digi-obranci-nyni-k-dispozici-i-v-tistene-podobe>.*Zdroj: Econnect*

10. 12. 2018  
**Evropská karta lidí s postižením je realitou již v osmi státech**

Na stránkách <https://sehnalova.cz/clanek/evropska-karta-lidi-s-postizenim-je-realitou-jiz-v-osmi-statech-jeji-prinosy-zhodnotila-konference-v-evropskem-parlamentu-2018-11-28.html> najdete informaci od poslankyně Evropského parlamentu paní Olgy Sehnalové o **Evropské kartě lidí s postižením**. V roce 2015 zahájila Evropská komise pilotní projekt na zavedení jednotné Evropské karty lidí se zdravotním postižením, která by umožnila **využívat výhody** průkazky osoby se zdravotním postižením (např. slevu na jízdné nebo levnější vstupné) **i v zahraničí**. Do projektu tehdy vstoupilo **osm členských států**, bohužel ČR odmítla se projektu účastnit. Evropská komise chystá v nejbližší době vyhodnocení tohoto pilotního projektu, na který by pak podle výsledků měla navázat jeho další fáze a případná možnost rozšíření na další země. *Zdroj: NRZP ČR*

10. 12. 2018  
**Vánoční bezlepkový trh**

Vánoční bezlepkový trh je **největší trh bezlepkového sortimentu v České republice**, který pořádá pacientská organizace **Společnost pro bezlepkovou dietu z.s.** Akce se koná **15. prosince 2018 na výstavišti v Praze – Letňanech** (PVA EXPO Praha Letňany, Beranových 667, Praha 9, hala č. 6). Akce je přístupná široké veřejnosti, přestože je určena zejména lidem, kteří musí ze zdravotních důvodů dodržovat bezlepkovou dietu. Cena bezlepkového sortimentu je výrazně vyšší, než je cena běžných výrobků, a proto má pro nemocné velký význam, když najdou prakticky celý bezlepkový sortiment na jednom místě, mohou jej ochutnat a výrobky mezi sebou porovnat. Využijte této příležitosti, kdy máte možnost seznámit se s velkým počtem vystavovatelů z řad **výrobců a dovozců bezlepkového sortimentu**. Můžete ochutnat výrobky a seznámit se s novinkami na trhu. Bezlepkový trh se koná na Výstavišti v Letňanech **souběžně se Stříbrnými vánočními dny**. Vstupenka na obě akce je společná. Na stránkách http://pvaexpo.cz/kalendar je možné si stáhnout **volnou vstupenku nebo vstupenku za poloviční cenu** (je jich omezené množství). Podrobné informace naleznete na stránkách <https://www.celiak.cz/vanocni-bezlepkovy-trh-15-12-2018>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 12. 2018  
**Vyplatí se při exekuci pracovat? Vyzkoušejte si kalkulačku pro dlužníky**

Stačí jedna nevýhodná půjčka a náhlá ztráta zaměstnání. Exekuce se může dotknout prakticky každého a jen za loňský rok jí musely čelit statisíce Čechů. Víte, kolik vám po zásahu exekutora zbyde na výdaje v domácnosti a na jaké sociální dávky máte nárok? **Centrum pro společenské otázky SPOT** připravilo **online kalkulačku**, která má **pomoci dlužníkům** a zároveň podnítit diskuse o výši nezabavitelného minima. Kalkulačka má dva hlavní cíle. Na jednu stranu by měla sloužit sociálním pracovníkům, dluhovým poradcům k tomu, aby mohli ukázat, **jaký dopad na finanční situace domácnosti (v exekuci) má přijetí zaměstnání**. Druhý účel je ukázat na systémové problémy v nastavení a vzájemných vztazích mezi exekucí, sociálním systémem dávkovým a systémem mezd. Kalkulačku si můžete vyzkoušet na stránkách <https://www.pracevobci.cz/kalkulacka/>. Na stránkách Centra pro společenské otázky SPOT najdete také **kalkulačku sociálních dávek**, která ukazuje, za jakou mzdu se vyplatí pracovat a kdy je výhodnější nepracovat a pobírat dávky podpory. Kalkulačku najdete na stránkách <https://interaktivni.rozhlas.cz/socialni-davky/>. *Zdroj: Verlag Dashöfer*

10. 12. 2018  
**Vodafone má nové tarify pro občany se speciálními potřebami**

Tarif s neomezeným voláním, SMSkami, s 10 GB dat a s 1000 minut volání do zahraničí za 538,50 Kč měsíčně. To je nová nabídka **Vodafonu pro osoby se zdravotním postižením**, které si mohou vybrat také tarif pro datově méně náročné s 500 MB dat za 339,30 Kč měsíčně. Oba tarify lze kombinovat s vánoční nabídkou denních Vodafone Passů zdarma. Nabídka je určena **pro držitele průkazu ZTP, ZTP/P** **či osobám závislým na pomoci jiné fyzické osoby ve stupni II., III. a IV.** Pro ty, kteří využívají internet především doma, je navíc v nabídce Wi-Fi síť s 60 GB dat na měsíc, o které se mohou podělit všichni členové domácnosti. Více informací najdete na stránkách <https://www.vodafone.cz/ztp/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 12. 2018  
**Inovovaná verze mobilní a webové aplikace VozejkMap**

Byla spuštěna inovovaná verze mobilní a webové aplikace VozejkMap <https://www.vozejkmap.cz/>. Aplikace je projektem **České asociace paraplegiků – CZEPA, z.s.** a klade si ambiciózní cíl – maximálně osvobodit lidi na vozíku od pomoci druhých. Nabízí **mapu, navigaci a informace o bezbariérových místech v celé ČR i v zahraničí.** Uživatelé aplikace nově mají možnost označit místa jako oblíbená a seznam oblíbených míst aktualizovat a doplňovat, např. psát komentáře k navštíveným lokacím a umožnit tak doporučení pro ostatní. Uživatelsky velmi přívětivá je také funkce **zobrazení a vložení trasy**, která rozšiřuje původní možnost, kdy se v aplikaci zobrazovaly pouze objekty. Uživatelé si tak naplánují cestu a budou kompletně informováni o tom, **kde se ubytovat, najít WC nebo centra volnočasových aktivit.** V neposlední řadě také mapa umožňuje vyhledávání dle lokalit i obsahu míst. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/aplikace-uci-vozickare-postavit-se-na-vlastni-nohy>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 12. 2018  
**12 000 bezplatných jízdenek na cestu po Evropě v roce 2019 pro osmnáctileté**

**Evropská komise** zahajuje druhý ročník **soutěže DiscoverEU**. Od čtvrtka 29. listopadu (12:00 SEČ) **do úterka 11. prosince (12:00 SEČ) 2018** mohou **mladí lidé ve věku 18 let** **požádat o jízdenku pro objevování Evropy příští léto**. **Lidem se zvláštními potřebami** Komise zprostředkuje informace a tipy a uhradí nezbytné **náklady na zvláštní asistenci** (např. doprovázející osoba, psi pro zrakově postižené účastníky). Úspěšní žadatelé pak mohou svou cestu v délce 1–30 dnů podniknout v době od 15. dubna do 31. října 2019. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/12-000-bezplatnych-jizdenek-na-cestu-po-evrope-v-roce-2019-pro-osmnactilete>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 12. 2018  
**Znáte Holubí poštu?**

Holubí pošta je projekt, který si klade za cíl **vytvořit kontrast všem negativním emailům**, které řetězově kolují po schránkách zejména starších lidí. Tahle pošta chce **zlepšit náladu ve společnosti**, a proto **každý den posílá svým odběratelům pozitivní zprávy** v podobě vtipných, zajímavých a hlavně nepolitických článků z různých oblastí. K odběru zpráv Holubí pošty se může přihlásit kdokoli. Více informací: <https://www.holubiposta.cz/>. *Zdroj: Wikimedia ČR*

10. 12. 2018  
**Další informace k úhradám zdravotnických prostředků**

Ve čtvrtek 5. 12. 2018 podepsal prezident republiky **novelu zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění**. Novela zavádí **nový systém úhrad předepisovaných zdravotnických prostředků**. Pro lidi se zdravotním postižením jde o přelomový moment v životních podmínkách. Již například nebudou platit desítky tisíc za vozík, který jim nepatří a pojišťovny jim uhradí až 7 cévek pro katetrizaci oproti současným pěti. Novela zákona sice vejde v platnost od 1. 1. 2019, avšak bude následovat přechodné období, během kterého bude platit stávající systém úhrad zdravotnických prostředků na poukaz. Podle nového kategorizačního stromu a nových legislativních úprav budou předepisovány pomůcky až **od 1.12.2019**. V lednu 2019 vydá VZP konsolidovaný seznam hrazených zdravotnických prostředků na poukaz. Výrobci a distributoři zdravotnických prostředků budou postupně přehlašovat do nového kategorizačního stromu své zdravotnické prostředky. V rámci novely bude také **od 1. 1. 2020 snížen roční limit na doplatky léků** na celkovou výši 500 Kč/rok pro poživatele invalidního důchodu ve stupni III. (i pro osoby, které jsou uznány invalidní ve stupni III. a II., ale důchod jim není vyplácen) – nyní limit 5000 Kč. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/paraplegici-prosadili-pripominky-do-novely-vozickari-si-polepsi>. *Zdroj: Helpnet.cz*

29. 11. 2018  
**Divadelní přednáška Senior bez nehod**

**Senioři České republiky, z.s.** organizují projekt na **zvýšení bezpečnosti seniorů v dopravě**. Senioři jsou v silničním provozu ve srovnání s ostatními věkovými skupinami nadprůměrně ohroženi. Představují 18 % z celkové populace České republiky, ale jejich podíl na počtu obětí dopravních nehod je více jak 24 %. Dle statistik skončí nehoda jedince ve věku 65 až 74 let s dvakrát vyšší pravděpodobností jako smrtelná než u osob ve věku 30 až 49 let. U osob starších 74 let je tato pravděpodobnost až 16 x vyšší. Součástí přednášek budou **naučná edukativní videa a herecké scénky**, které budou zajímavou a zábavnou formou ilustrovat reálné scénky s dopravní tématikou. Předpokládaná délka **představení** je 1 hodina 30 minut. Místo konání: Sídlo Senioři ČR, z.s., **Na Bělidle 34, Praha 5 – Smíchov.** Termín: **23. ledna 2019**, od 10:00. Vstup **zdarma**. Více informací: <https://senioricr.cz/divadelni-prednaska-senior-bez-nehod/>. *Zdroj: Senioři České republiky, z.s.*

29. 11. 2018  
**Novela zákona o veřejném zdravotním pojištění – nový systém úhrad zdravotnických prostředků**

Senát 15. 11. 2018 schválil novelu zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění. Tato novela zákona **zavádí nový systém úhrad zdravotnických prostředků předepisovaných na poukaz**. Novela zákona vymezuje, za jakých podmínek má pojištěnec nárok na dotčené **zdravotnické prostředky** **hrazené z veřejného zdravotního pojištění**, neboť obsahuje seznam zdravotnických prostředků, v němž jsou jednotlivé úhradové skupiny, stanoveny úhradové limity a další podmínky úhrady. **Státním ústavem pro kontrolu léčiv bude každý měsíc zveřejňován seznam hrazených zdravotnických prostředků předepisovaných na poukaz**. Pojištěnec se tak vždy dozví, **jaké výše úhrady jsou pro jednotlivé varianty zdravotnických prostředků stanoveny**. V konečném důsledku bude navrhovanou právní úpravou umožněna plná úhrada většího spektra zdravotnických prostředků, než je tomu doposud. Součástí novely zákona je **snížení ročního limitu na tzv. započitatelné doplatky** na předepsané léčivé přípravky nebo potraviny pro zvláštní lékařské účely, a to **na 500 Kč**. Tato změna se týká pojištěnců, kteří jsou **poživateli invalidního důchodu pro invaliditu 3. stupně**. Změna se také týká pojištěnců, kteří byli **uznáni invalidními ve 2. nebo 3. stupni, avšak důchod jim nebyl pro nesplnění podmínky doby pojištění přiznán**. V zásadě jde o to, že se sjednocují podmínky pro starobní a invalidní důchodce, pokud jde o limit na započitatelné doplatky na léky, protože doposud invalidní důchodci byli bráni z pohledu zákona jako ekonomicky aktivní, to znamená vztahoval se na ně plný limit 5000 Kč jako na jakéhokoli jiného občana ekonomicky aktivního. **Snížení limitu bude platné od 1. 1. 2020**. **Od 1. ledna 2019 vstupuje zákon v účinnost, kromě limitu výdajů na léky u příjemců ID**, tak jak je výše uvedeno. Více informací najdete na stránkách <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/2021-informace-c-89-2018-novy-system-uhrad-zdravotnickych-prostredku-schvalen.html> nebo na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/nova-pravidla-pro-uhrady-zdravotnickych-prostredku>. *Zdroj: NRZP ČR*

29. 11. 2018  
**Od 1. 1. 2019 se zvýší minimální mzda o 1 150 Kč**

Minimální mzda vzroste **od ledna 2019** o 1 150 korun na **13 350 korun**, rozhodla vláda. Spolu s minimální mzdou se zvedá **i zaručená mzda**, která představuje nejnižší výdělek, na který má pracovník **podle odbornosti a složitosti práce** nárok. Místo dosavadních 12 200 až 24 400 korun bude nově činit 13 350 až 26 700 korun. Více informací: <https://www.pamprofi.cz/33/zvyseni-minimalni-mzdy-od-1-1-2019-uniqueidgOkE4NvrWuMU-VXONoVEke3dEDogdkL3sPTwVrguwZk/?wa=WWW18E3%20MU&uid=CT02951890&e=838938&odkud=ENMUP&utm_source=ENMUP&utm_medium=enl&utm_campaign=ENMUP-2018-47&utm_content=ENMUP-zpravodajstvi-2&contract=E21079262&wa=WWW18E3%20MU&utm_content=ENMUP-zpravodajstvi-2>. *Zdroj: Verlag Dashöfer*

29. 11. 2018  
**Zdravotní pojištění od 1. 1. 2019**

V přímé souvislosti s placením pojistného zaměstnavateli i OSVČ hraje ve zdravotním pojištění důležitou roli **institut průměrné mzdy**. Protože průměrná mzda převyšuje **od 1. ledna 2019** částku 30 000 Kč, znamená tato skutečnost, že se od tohoto data návazně **zvyšuje rozhodná částka ze 2 500 Kč na 3 000 Kč** (blíže viz ustanovení § 6 odst. 2 z. č. 187/2006 Sb., ve znění pozdějších předpisů a Sdělení Ministerstva práce a sociálních věcí č. 236/2018 Sb.). Částka 3 000 Kč hraje roli při odvodu pojistného na zdravotní pojištění **u osob jako zaměstnanců**, vyjmenovaných v ustanovení § 5 písm. a) v bodech 4. – 6. z. č. 48/1997 Sb., ve znění pozdějších předpisů, tedy u: 1) člena družstva, který není v pracovněprávním vztahu k družstvu, ale vykonává pro družstvo práci (i funkci), za kterou je jím odměňován, 2) **osoby činné na základě dohody o pracovní činnosti**, resp. více dohod o pracovní činnosti u jednoho zaměstnavatele, 3) dobrovolného pracovníka pečovatelské služby. Jinak také řečeno, **pokud příjem těchto osob nedosáhne od 1. 1. 2019 částky 3 000 Kč, neplatí zaměstnavatel ze zúčtovaného příjmu žádné pojistné a ani neplní vůči zdravotní pojišťovně zaměstnance žádné povinnosti**. Tato osoba však nemá tímto zaměstnáním řešený svůj pojistný vztah, neboli pojištění u zdravotní pojišťovny, což si musí zajistit jiným způsobem. *Zdroj: Verlag Dashöfer*

29. 11. 2018  
**O sexualitě lidí s mentálním postižením pro rodiče a pečující**

**Seminář** se koná v pondělí **10. prosince 2018 od 15:00 do 18:00 hod. v prostorách SPMP ČR v Praze** (Karlínské náměstí 59/12, Praha 8 – Karlín). Program povede odborník v oblasti sexuality lidí s handicapem Petr Eisner. **Přihlásit** se můžete Pavlíně Mroczkowské na telefonním čísle 221 890 436 nebo na 776 237 799 nebo napište email na [Pavlina.Mroczkowska@spmpcr.cz](mailto:Pavlina.Mroczkowska@spmpcr.cz). Seminář **není určený pracovníkům a lidem s mentálním postižením.** Více informací najdete na stránkách <http://www.spmpcr.cz/o-sexualite-lidi-s-mentalnim-postizenim>. *Zdroj: Helpnet.cz*

29. 11. 2018  
**Cvičení po jízdě autem**

Pokud jezdíte autem často, zejména když se jedná o delší cesty, je vhodné **zařazovat pravidelné přestávky v jízdě a trochu své tělo protáhnout**. Praktické **video** připravila fyzioterapeutka RS centra ve VFN Mgr. Klára Novotná.Video si můžete přehrát na stránkách <http://www.msrehab.cz/novinka/cviceni-po-jizde-autem>. *Zdroj: Aktivní život*

29. 11. 2018  
**Náhrada za ztrátu na výdělku způsobenou pracovním úrazem**

Vzhledem k **novele zákoníku práce,** která je platná **od 1. 10. 2018**, došlo ke **změnám u náhrad za ztrátu na výdělku způsobenou pracovním úrazem nebo nemocí z povolání**. **Národní rada osob se zdravotním postižením ČR** připravila **rozbor** nových ustanovení zákoníku práce, která se týkají náhrad za ztrátu na výdělku. Na konci dokumentu je pak shrnutí jednotlivých situací, které se mohou běžně vyskytnout. Dokument najdete na stránkách <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/2024-informace-c-92-2018-nahrady-za-ztratu-na-vydelku.html>. *Zdroj: NRZP ČR*

29. 11. 2018  
**Přednáška Úzkosti v závěru života – kaplanské reflexe**

**Institut důstojného stárnutí Diakonie ČCE** pořádá **přednášku a diskusní setkání** v rámci cyklu setkání s osobností, tentokrát s Mgr. Pavlem Pokorným, a to na téma “Úzkosti v závěru života – kaplanské reflexe”. **Zaměření přednášky**: Jaké jsou nejčastější obavy umírajících? Z čeho pramení úzkost? Jak lze umírajícím pomoci z pozice nemocničního kaplana? Přednáška se koná **11. prosince 2018** od 17:00 v prostorách Diakonie ČCE (1. patro), **Belgická 22, Praha.** Více informací a **registrační formulář** najdete na stránkách: <https://www.dustojnestarnuti.cz/clanky/pozvanka-uzkosti-v-zaveru-zivota-kaplanske-reflexe/>. *Zdroj: Institut důstojného stárnutí Diakonie ČCE*

16. 11. 2018  
**Neztratit se ve stáří**

**Webové stránky** Neztratit se ve stáří provozuje organizace **Sue Ryder**. Jedná se o **poradenský portál**, kde najdete **odpovědi na časté dotazy týkající se stáří.** Jsou zde **tipy a informace nejen pro ty, kteří stárnutím procházejí, ale i pro jejich blízké, poradna, informace o stárnutí a užitečné odkazy na další informace a organizace.** Webové stránky naleznete zde: <https://www.neztratitsevestari.cz/>.*Zdroj: Můžeš*

16. 11. 2018  
**Fórum Stáří spojuje 2018**

Ve čtvrtek **22. listopadu 2018** se otevřou dveře v domě **Života 90 (Karoliny Světlé 18, Praha 1)** na celodenní fórum Stáří spojuje. Program Fóra zahrnuje **praktické semináře a poradny** stejně jako **nejnovější technologie, které mohou seniorům usnadnit život,** jakož i **zábavné pořady a divadelní představení** Drahá Mathilda s Danielou Kolářovou v hlavní roli. Na programu se bude mimo jiné probírat: problematika d**ůchodů, zdravotní a sociální služby, pečující osoby,** p**říprava na stáří**, n**ové triky šmejdů**. Vstup **zdarma,** včetně drobného občerstvení. Více informací: [https://www.zivot90.cz/146-novinky/1755-forum-stari-spojuje–22listopadu](https://www.zivot90.cz/146-novinky/1755-forum-stari-spojuje--22listopadu). *Zdroj: Život 90*

16. 11. 2018  
**Příručka „Jak na péči?“**

Jak na péči? je **příručka pro ty, kteří pečují doma o blízkého člověka** a vydal ji **Fond dalšího vzdělávání.** Příručka pomůže čtenáři se získáním **základních a důležitých informací v péči o blízkého, slouží jako rozcestník v začátcích a v průběhu péče a poradí, kam se obracet dále.** Můžete ji stahovat na stránkách<http://www.fdv.cz/>. *Zdroj: Sue Ryder*

16. 11. 2018  
**Plicní lékaři hledají 300 000 lidí s CHOPN**

Plicní lékaři se nyní snaží najít lidi, kteří **mají závažnou plicní nemoc a neví o tom. Chronická obstrukční plicní nemoc (CHOPN)** v ČR ročně „zabije“ 3 500 lidí, fatálním následkům choroby se lze přitom vyhnout **včasným zahájením léčby a změnou životních návyků**. V počátečních stadiích ji však lidé zaměňují za astma, nebo její projevy ignorují. Od letošního října startuje dvouletý **pilotní screeningový program, který pomůže odhalit nemoc včas.** Plošného screeningu se zúčastní **lidé ve 13 krajích České republiky**. Projekt realizuje **Národní screeningové centrum Ústavu zdravotnických informací a statistiky** (ÚZIS) ČR a **Česká pneumologická a ftizeologická společnost** (ČPFS) ve spolupráci s praktickými lékaři Společnosti všeobecného lékařství (SVL). Vybraný plicní lékař začne úzce spolupracovat se 4 až 5 praktickými lékaři. Ti mu budou posílat rizikové pacienty k preventivní prohlídce. **Člověk, který splní rizikové faktory, jako je věk nad 40 let, kouření průměrně 1 krabičky denně po dobu 10 let, zadýchávání se při klidné chůzi do prvního či druhého patra, může přímo oslovit plicního lékaře zapojeného do projektu. Tedy i v případě, že jeho praktický lékař se projektu neúčastní.** Seznam zapojených plicních lékařů uveřejní ÚZIS a ČPFS na svých internetových stránkách. V současnosti se s CHOPN u plicních lékařů léčí přibližně 300 000 pacientů, dalších zhruba 300 000 o své nemoci zatím neví. Zpočátku se nemoc projevuje jako chronický kašel, lidé se zadýchávají, vykašlávají hleny a jsou unavení. Pokud se zavčas nezačnou léčit a nepřestanou okamžitě kouřit, končí desítky z nich ročně s výrazným zhoršením příznaků (těžkou exacerbací) na akutním příjmu českých nemocnic. CHOPN mají z 80 % kuřáci, **přestat kouřit** je tak prvním pokynem, který pacient od lékaře kromě diagnózy uslyší. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/plicni-lekari-hledaji-300-000-lidi-s-chopn>. *Zdroj: Helpnet.cz*

16. 11. 2018  
**Video a textové přednášky z konference “O RS (nejen) pro rodinu“**

Nestihli jste zajít 3. listopadu 2018 na **konferenci o roztroušené skleróze** do IKEMu? Stránky Aktivnizivot.cz vám přinášejí **ve video verzi a v pdf přednášky** paní prof. Evy Kubala Havrdové, mgr. Kláry Novotné a prim. MUDr. Marty Vachové. Vše je ke stažení na stránkách <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/video-a-textove-prednasky-z-konference-o-rs-neje-a11625082>. *Zdroj: Aktivní život*

16. 11. 2018  
**Změna v důchodovém pojištění pečujících osob**

**Náhradní doba důchodového pojištění**, tedy odpracované roky, se započítává **osobě, která pečuje o osobu mladší 10 let, která je závislá na pomoci jiné osoby ve stupni I, nebo o osobu, která je závislá na pomoci jiné osoby ve stupni II – IV, pokud spolu žijí v domácnosti. Podmínka společné domácnosti se nevyžaduje, jde-li o blízkou osobu a nově (od 1. 9. 2018) také jde-li o asistenta sociální péče.** Dobu péče o závislou osobu nelze započítat současně více osobám; pokud se na péči podílí více osob současně, započte se tato péče jako náhradní doba pojištění té **osobě, která pečovala v největším rozsahu**. Novinka v praxi znamená **rozšíření okruhu osob, které budou moci požádat o zohlednění péče o závislou osobu při výpočtu jejich důchodu a při stanovení počtu odpracovaných let.** Dosud se péče o závislou osobu zohlednila pouze v důchodu osoby blízké (rodiče, prarodiče, sourozenci, zeť, snacha a manžel rodiče, a to kteréhokoli z manželů). Péče např. o tetu, strýce, neteř, synovce, sestřenici či bratrance se zohlednila pouze v případě, že závislá a pečující osoba žily ve společné domácnosti; péče o souseda či kamaráda se nezohlednila v žádném případě. Nově se péče o vzdálenější příbuzné, souseda nebo kamaráda zohlední i v případě, že spolu závislá a pečující osoba nebydlí. Možnost zohlednění péče o závislou osobu pro širší okruh pečujících osob však platí až **od 1. 9. 2018**, doba péče před tímto datem tedy zohledněna nebude i přesto, že další výše uvedené podmínky jsou splněny. Tuto informaci a další rady najdete na stránkách <http://www.vozickar.com/poradenske-okenko-duchody-prispevek-na-auto-i-duchodove-pojisteni-pecujicich/>. *Zdroj: Liga vozíčkářů*

16. 11. 2018  
**Noc divadel 2018**

**17. listopadu 2018** se koná noc otevřených divadel a výjimečných zážitků. Noc divadel je součástí evropského projektu European Theatre Night, který prezentuje divadlo tvořivým způsobem v netradiční formě vždy třetí listopadovou sobotu již od roku 2008. Noc divadel nabízí **nevšední zážitky**, jako jsou například **workshopy pro děti i dospělé, prohlídky divadelních zákulisí, diskuze s herci, scénografy a režiséry a další formáty divadelních setkání**, které v běžném programu nenajdete. Akce, kterou koordinuje **Institut umění – Divadelní ústav**, se díky stovkám akcí **ve zhruba 40 městech a místech ČR** stala jedním z největších divadelních svátků v Evropě. Program a více informací najdete na stránkách <http://www.nocdivadel.cz/>. Na většinu akcí je vstup **zdarma nebo za symbolické vstupné**. *Zdroj: Kudyznudy.cz*

8. 11. 2018  
**Národní potravinová sbírka**

Národní potravinová sbírka 2018 se uskuteční **v sobotu 10. listopadu od 8.00 do 18.00 hodin**. Tato potravinová sbírka je společnou iniciativou platformy Byznys pro společnost, Armády spásy, NADĚJE, České federace potravinových bank a Charity Česká republika. Hlavním posláním sbírky je podat pomocnou ruku těm, kteří trpí nedostatkem jídla a základního drogistického zboží. Národní potravinová sbírka se koná jednou ročně, pravidelně v listopadu. Letos do ní bude zapojeno **více než 664 prodejen po celé České republice**. Jedná se konkrétně o společnosti **Albert, BILLA, drogerie dm markt, Globus, Lidl, Makro, Penny Market, ROSSMANN a Tesco**. V den konání potravinové sbírky **mají lidé z celé České republiky možnost zakoupit trvanlivé potraviny a vybrané drogistické zboží a darovat je těm, kteří jsou na pokraji hmotné nouze.** Vybrané potraviny a drogistické zboží putuje pak do charitativních organizací poskytujících **pomoc zejména seniorům, matkám samoživitelkám, pěstounským rodinám a dětem z dětských domovů**, a to přímo ve městech a regionech, kde se sbírka koná. Více informací: <http://potravinypomahaji.cz/category/narodni-potravinova-sbirka/>. *Zdroj: Byznys pro společnost*

8. 11. 2018  
**Vdovské a vdovecké důchody „mýtů“ zbavené**

Úmrtí manžela či manželky patří k těm nejvíce zátěžovým situacím v životě vůbec. Pozůstalí potřebují čas, aby se s touto smutnou událostí alespoň částečně vyrovnali. V jejich tíživé situaci je připraven **finančně pomoci stát prostřednictvím institutu vdovských a vdoveckých důchodů**. S jakými „mýty“ či nepřesnostmi se odborníci **České správy sociálního zabezpečení** setkávají nejčastěji? Na stránkách <https://www.cssz.cz/cz/o-cssz/informace/media/tiskove-zpravy/tiskove-zpravy-2018/181030-vdovske-a-vdovecke-duchody-mytu-zbavene.htm> uvádí Česká správa sociálního zabezpečení **desítku dlouhodobě přetrvávajících mýtů na pravou míru**. Jedná se např. o mýtus, že vdovský nebo vdovecký důchod se přiznává automaticky nebo že manželé museli mít společné bydliště, jinak by na pozůstalostní důchod nebyl nárok. *Zdroj: ČSSZ*

8. 11. 2018  
**Metodika řešení krizových situací osob s PAS a jejich rodin**

Materiál vypracovaný **Ministerstvem práce a sociálních věcí** představuje základní postupy respektující standardní dosavadní režim osoby se zdravotním postižením s přihlédnutím ke specifickým situacím konkrétního **dítěte/dospělého s poruchou autistického spektra (PAS)** tak, **aby negativní dopad náhlých změn v důsledku krize byl co nejmenší**. Metodika splňuje funkci **podpůrného vodítka pro OZP, jejich rodiny a pečující osoby** (s přihlédnutím ke specifikům osob s PAS). Přispěje k jejich orientaci v jednotlivých typech stávající podpory, poskytne jim o těchto možnostech podpory základní informace, včetně doporučení jak postupovat, aby využívali těchto podpor na základě své dobrovolné volby a s přihlédnutím ke svým preferencím efektivně a včasně. Metodika může být také vodítkem pomáhajícím profesionálům k orientaci v multidisciplinární dynamice problematiky zajištění komplexní péče o konkrétní OZP. Metodika se nachází na stránkách **Vládního výboru pro zdravotně postižené občany**: [https://www.vlada.cz/cz/ppov/vvzpo/aktuality/metodika-reseni-krizovych-situaci-osob-s-pas-a-jejich-rodin–169227/](https://www.vlada.cz/cz/ppov/vvzpo/aktuality/metodika-reseni-krizovych-situaci-osob-s-pas-a-jejich-rodin--169227/). *Zdroj: Helpnet.cz*

8. 11. 2018  
**Mezinárodní konference “Nejlepší praxe v podpoře pečujících a seniorů”**

Konferenci pořádá **Česká společnost pro gerontologii, z.s.** **11. 12. 2018** od 9:30 do 15:00 hod. **v Hotelu Holiday Inn Prague Congress Centre v Praze**. Tématy konference a jednotlivých příspěvků jsou **integrované služby pro pečující, podpora rodinných pečujících na lokální úrovní, zaměstnavatelé pro pečující, dobrá praxe v podpoře pečujících a další.** Jednacím jazykem konference je čeština a angličtina. Simultánní tlumočení pro účastníky konference je zajištěno. Vstup na konferenci je **zdarma** po předchozí **registraci**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/kalendar-akci/mezinarodni-konference-nejlepsi-praxe-v-podpore-pecujicich-senioru>. *Zdroj: Helpnet.cz*

8. 11. 2018  
**Dny zdraví v Pardubicích**

**Odborná prodejní výstava** se koná ve dnech **22. – 23. 11. 2018** **v Domě techniky,** Nám. republiky 2686, Pardubice. Akce je zaměřená na **lázně, rehabilitační a relaxační zařízení, magnetoterapii, tejpování, estetickou medicínu a specializovaná zařízení, kompenzační a ortopedické pomůcky, sortiment pro zdravotnictví, farmaceutické produkty, péči o duševní zdraví, zdravý životní styl, přírodní produkty, biopotraviny, speciální výživu, potrav. doplňky, přírodní kosmetiku, léčivé byliny a detoxikaci.** Těšit se můžete na bohatý **doprovodný program** **a odborné přednášky** lékařů a dalších specialistů. Vstup **zdarma**. Více informací: <http://dtpce.cz/event/vystava-dny-zdravi-3/>. *Zdroj: Duhové noviny*

25. 10. 2018  
**Výprodej vozíků, kočárků a polohovacích zařízení**

Společnost **Otto Bock ČR s.r.o.** uzavřela divizi Mobility Solution, která se zabývala prodejem **kočárků, elektrických a mechanických vozíků Ottobock a polohovacích zařízení pro děti od společnosti Leckey. Nyní vyprodává demonstrační produkty za zvýhodněné ceny.** Všechny produkty je možné si vyzkoušet v sídle společnosti ve Zruči u Plzně. Vybavení jednotlivých produktů se liší a další úpravy již nejsou možné. Nabídka platí jen **do vyprodání zásob.** Podrobnosti na stránkách <https://www.ottobock.cz/voz%C3%ADky/v%C3%BDprodej/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

25. 10. 2018  
**Kulatý stůl na téma Bezpečné stáří**

**Ministerstvo práce a sociálních věcí** organizuje kulatý stůl, jehož tématem bude **Bezpečné stáří**. Kulatý stůl se bude konat v pondělí **5. 11. 2018  v Oblastní muzeu Praha – východ**, Arnoldinovský dům, Masarykovo náměstí 97, **Brandýs nad Labem**. Kulatý stůl je určen **pro seniory a osoby pracující v sociální sféře**. Cílem kulatého stolu je poskytnout hlavně seniorům, formálním i neformálním pečujícím a pracovníkům v sociální/zdravotní oblasti informace týkající se bezpečnosti seniorů z pohledu České obchodní inspekce, Zdravotnické záchranné služby, Policie ČR, Hasičského záchranného sboru a také o **nově připravované Seniorské obálce**. Program a pozvánku najdete v příloze. V případě zájmu **potvrďte svou účast** nejpozději **do 1. listopadu 2018** na e-mail [martina.doupovcova@mpsv.cz](mailto:martina.doupovcova@mpsv.cz). Kontakt na organizátora: Martina Doupovcová, tel.: 778 455 760. *Zdroj: MPSV ČR*

[pozvánka kulatý stůl](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/pozvánka-kulatý-stůl.docx)

[program kulatý stůl](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/program-kulatý-stůl.docx)

25. 10. 2018  
**Nadace opět naučí, jak pečovat o své blízké**

**Nadační fond Zůstaneme doma** nabízí znovu **zdarma pomoc při péči o blízké v domácím prostředí,** nejbližší **seminář se uskuteční v Krajské nemocnici T. Bati ve Zlíně v pátek 26. října 2018.** Setkání se uskuteční ve výukovém sále Centra klinické gerontologie v budově č. 48 v čase 16:00 – 17:30 hodin. Lektorky fondu pořádají pravidelně seminář, při kterém zájemce například naučí, **jak zvládnout polohování, jak provést hygienu či vybrat správné pomůcky**. O semináře je ze strany veřejnosti zájem. Péče o nemocné v domácím prostředí bývá totiž stále častější a jejich příbuzní jsou mnohdy bezradní. Znají sice základní věci, ale někdy je nedělají správně a mohou si nakonec sami ublížit. Na semináři jim lektorky ukazují, jak to umět jednodušeji a lépe. Další setkání se uskuteční **v Kroměřížské nemocnici, Nemocnici Milosrdných bratří ve Vizovicích, ve Frýdku – Místku a v Nemocnici Český Těšín**. Více informací: <http://www.zustanemedoma.cz/planovane-akce/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

25. 10. 2018  
**Časopis Unie vychází v tištěné i elektronické podobě**

Časopis Unie vznikl v roce 1992. **Česká unie neslyšících** jej vydávala až do roku 2010. Následovala přestávka, kdy se nepodařilo získat prostředky na jeho vydávání, a znovu začal vycházet jako dvouměsíčník od roku 2016. A to **nejen v tištěné, ale i elektronické podobě**. Elektronickou verzi najdou čtenáři na adrese <http://www.cun.cz/casopis-unie/cisla-unie/> nebo na portálu <https://issuu.com/casopisunie>. Když na něj kliknou, mohou v něm listovat podobně jako v tištěném časopise. Kromě toho od dubna 2017 začali redaktoři natáčet **vybrané články v českém znakovém jazyce**. Například v letošním prázdninovém dvojčísle je šest videí. Některá trvají až 15 minut. **Elektronická verze Unie je zdarma**. Tištěná podoba časopisu je zpoplatněna, a to pro jednotlivé vydání částkou 45,- Kč a zvýhodněné roční předplatné včetně poštovného stojí 210,- Kč. *Zdroj: Helpnet.cz*

25. 10. 2018  
**20. ročník festivalu Den poezie**

**Celorepublikový festival Den poezie** se pravidelně koná **ve víc než 60 městech a obcích České republiky.** Letos se koná v termínu **11. – 25. listopadu 2018.** Festival Den poezie je počtem akcí nejrozsáhlejším festivalem poezie v naší zemi. Koordinátorem festivalu Společnost poezie, z.s. Hlavním srdcem festivalu jsou regionální aktéři z řad **škol, knihoven, literárních spolků, klubů, divadel, muzeí i jednotlivců**, kteří společně pořádají ve svém kraji zajímavé **poetické akce pro veřejnost**. Díky nim lze většinu programů navštívit **zdarma**. Seznam pořadů, kterých se v letošním roce můžete zúčastnit (seznam je průběžně doplňován) najdete na stránkách <http://www.denpoezie.cz/>. *Zdroj: 90 dní v Praze*

25. 10. 2018  
**Dohoda onkologů s praktickými lékaři a MZ ČR: Vyléčené onkologické pacienty budou dále sledovat jejich praktici**

Vybrané **pacienty, kteří úspěšně absolvovali onkologickou léčbu, bude nadále sledovat jejich praktik**. Dohodli se na tom praktičtí lékaři s českými onkology a jejich domluvu posvětil ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. Tato dohoda specialistů s praktickými lékaři o rozdělení kompetencí začne platit **od 1. 1. 2019** a je součástí reformy, skrze niž se **dostává praktickým lékařům více pravomocí** i v jiných terapeutických oblastech. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/dohoda-onkologu-s-praktickymi-lekari-mz-cr-vylecene-onkologicke-pacienty-budou-dale>. *Zdroj: Helpnet.cz*

25. 10. 2018  
**Výpravy za kulturou bez bariér**

Výpravy za kulturou bez bariér je projekt, v rámci kterého vzniklo **deset online publikací přibližujících přístupnost kulturních památek a institucí ve vybraných regionech České republiky**. Jedná se vlastně o **typy na výlety**, na kterých si na své přijdou i návštěvníci potýkající se **s pohybovým omezením**. Publikace byly zpracovávané v průběhu roku 2017. Na stránkách <http://www.pov.cz/po-vyletech/vypravy-za-kulturou-bez-barier> si můžete **zdarma stáhnout** informace **o přístupnosti některých památek v centru Prahy, na východ i na západ od našeho hlavního města, v Mladé Boleslavi, Frýdlantu, Plzni, Českých Budějovicích, Olomouci, na území Českolipska a Jizerských hor**. *Zdroj: POV*

18. 10. 2018  
**Host pod parapletem – Ondřej Ruml**

Akce se koná **22. 10. 2018 od 18:00 hod. v Centru Paraple, o.p.s.** (Ovčárská 471/1b, 108 00 Praha 10 – Malešice). Vystoupí **Ondřej Ruml –** zpěvák, hudebník a herec. Vstup **zdarma**. *Zdroj: Helpnet.cz*

18. 10. 2018  
**Dotované potraviny pro seniory a hendikepované, doprava zdarma. Košík představuje klub Plná péče**

**E-shop s potravinami Košík.cz** připravil pro všechny **seniory nad 65 let a držitele průkazů ZTP a ZTP/P nový klub „Plná péče“.** Reaguje tak nejen na jejich omezené možnosti nakupovat v kamenných obchodech, ale také rostoucí životní náklady i snižující se dostupnost prodejen s potravinami v regionech. **Členové klubu** mohou využít **vynesení nákupu do patra zdarma, pomoc s jeho vybalením, ale také telefonickou asistenci při nákupu.** Patronem klubu se stalo Konto Bariéry se svým programem SenSen. Klub nabídne svým členům pro začátek **desítku základních potravin za trvale nízkou cenu – až o 33 % levněji.** Jejich počet se bude rozšiřovat, cílem je postupně zvýhodnit více produktů včetně drogistického zboží nebo třeba granulí pro domácí mazlíčky. E-shop nyní nabízí např. chleba pod deset korun, mléko za méně než 12 korun. **Cena dopravy se zároveň odečte jako sleva od dalšího nákupu. Doprava zdarma** je pro členy klubu Plná péče nastavena **od pondělí do čtvrtka od 9 do 16 hodin.** Objednávání mimo tento časový slot je zpoplatněno dle běžných tarifů. Košík.cz je **e-shop s potravinami, drogerií a potřebami pro domácnost,** který působí **v Praze a středních Čechách, na Plzeňsku, Liberecku, Ústecku, v Hradci Králové a na Pardubicku, ale také v okolí Teplic, Mostu a Chomutova.** Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/dotovane-potraviny-pro-seniory-hendikepovane-doprava-zdarma-kosik-predstavuje-klub-plna>. *Zdroj: Helpnet.cz*

18. 10. 2018  
**Konference Internetem bezpečně 2018**

Konference se bude konat **25. října 2018 v hotelu Thermal v Karlových Varech.** Odpolední část je určena pro širokou veřejnost, může přijít kdokoliv, vítáni jsou především **rodiče, mládež či senioři a další zájemci.** Účastníci se dozvědí např. **jaké jsou aktuální kybernetické hrozby, jak zabezpečit svá data, jak ochránit děti a mládež v kybernetickém prostředí, dezinformace na internetu – tzv. Fakes News, jak si zabezpečit svůj mobilní telefon, jak bezpečně používat internetbanking. Registrace** probíhá na webových stránkách [www.internetembezpecne.cz](http://www.internetembezpecne.cz). Na uvedeném webu je též umístěn podrobný program celé konference. Vstup je pro všechny účastníky **zdarma.** Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/internetem-bezpecne-2018>. *Zdroj: Helpnet.cz*

18. 10. 2018  
**Konference “O roztroušené skleróze (ne)jen pro rodinu”**

Konference se uskuteční **3. listopadu 2018** od 10,00 hodin **v pražském kongresovém centru IKEM** (Vídeňská 1958/9, Praha 4).Konference je určena výhradně **pro rodinné příslušníky, přátele a partnery lidí s diagnózou roztroušená skleróza** a pořádá ji **Revenium za podpory UNIE ROSKA,** NF Impuls a grantu společnosti Merck spol. s r. o. Kdo vystoupí na konferenci: E. Kubala Havrdová, MS centrum VFN – **Úvod do RS, novinky v léčbě,** K. Novotná, MS centrum VFN – **Jak si společně zacvičit, jak si společně ulevit,** M. Vachová, MS centrum Teplice **– Rizika očkování u pacientů s RS a jejich dětí.** I letos na konferenci nejen potkáte špičkové odborníky, ale navíc načerpáte spoustu nových poznatků a získáte cenná doporučení a třeba jiný pohled na eReSku. Na konferenci je nutná **registrace, a to do 23. října 2018** na email natalie.kavulicova@revenium.cz. Více informací: <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/nenechte-si-ujit-konferenci-o-roztrousene-skleroz-a11591978>. *Zdroj: Aktivní život*

18. 10. 2018  
**Giving Tuesday**

Giving Tuesday, **světový svátek dárcovství**, podporuje a oslavuje chuť pomáhat a dělat dobré skutky. Kampaň se koná po celém světě ve stejný den, oslavuje se vždy v úterý následující po dni díkůvzdání a nákupním šílenství na Black Friday. Letos Giving Tuesday připadá na úterý **27. listopadu 2018**, kdy otevírá charitativní sezónu před Vánoci. V Česku, kde svátek zastřešuje Asociace společenské odpovědnosti, se koná již potřetí. Pro **neziskové organizace** je Giving Tuesday skvělou **příležitostí k získání finančních prostředků pro své aktivity**. Na stránkách <https://www.giving-tuesday.cz/> můžou neziskové organizace **zaregistrovat svou výzvu nebo aktivitu** a motivovat dárce k podpoře organizace. **Jednotlivci nebo firmy** mohou **věnovat svůj čas, odborné znalosti, peníze, velké i malé věcné dary, jídlo, oblečení, nebo jen udělat někomu radost**. Každý má něco, co může nabídnout. A každý projev velkorysosti se počítá. *Zdroj: AVPO ČR*

18. 10. 2018  
**Podzimní Agora 2018**

**Středisko Teiresiás** spustilo registraci **na workshopy o ICT pro zrakově postižené**, které proběhnou **na Masarykově univerzitě v Brně 3. a 4. listopadu 2018**. Účastníci si budou moci vybrat z 20 workshopů, v plenární sekci zazní 10 příspěvků, s produkty ze své nabídky je na stáncích detailně seznámí pět vystavovatelů. Podrobně je program popsán na blogu Poslepu.cz: <http://poslepu.cz/podzimni-agora-2018-spoustime-registraci-na-workshopy-o-ict-pro-zrakove-postizene/>, kde se nachází také odkaz na **registrační formulář**. Účastnický poplatek: **0 Kč**, účastníci si hradí dopravu do a z místa konání, příspěvek na ubytování a nápoje při společné sobotní večeři. *Zdroj: Helpnet.cz*

25. 9. 2018  
**Podzimní den architektury**

**Běh za architekturou, horské túry, plavba parníkem, cyklovyjížďky, filmové projekce, workshopy, přednášky** a především pečlivě připravené **procházky vedené architekty, urbanisty či historiky a příležitost dostat se do jindy nepřístupných staveb –** letošní Den architektury chystá nejbohatší program ve své historii. **Od pátku 28. září do čtvrtka 4. října 2018** zamíří do bezmála **devadesátky měst po celé České republice a také na Slovensku** a nabídne **veřejnosti nový pohled na architekturu**, která nás obklopuje – od moderních, odbornými cenami ověnčených budov přes historické skvosty až po mnohdy opomíjené, ale o to zajímavější, stavby. Podrobný program mezinárodního festivalu Den architektury 2018 v jednotlivých městech v ČR i na Slovensku bude včetně otevřených budov v rámci Hurá dovnitř! k dispozici na stránkách [www.denarchitektury.cz](http://www.denarchitektury.cz). *Zdroj: Kruh*

25. 9. 2018  
**Šance pro zdravotně postižené: změňte si život**

**Časopis Reportér** a nezisková organizace **Revenium** hledají pro nový projekt **Šlápněte s námi do pedálů** jednotlivce nebo rodiny, kteří by chtěli od základů změnit svůj život. Nabídka platí pro **rodiny, kde je alespoň jeden z rodičů zdravotně postižený, případně kde rodiče mají postižené dítě a kvůli péči o něj nemůže minimálně jeden z nich chodit do zaměstnání.** Hledá se ideálně rodina, jejíž členy trápí nemoc nebo postižení, a která chce od základu změnit život. Zjistit, že nemoc či postižení nemusí být nutně stopkou pro skloubení rodinného a profesního života. Reportér a Revenium během roku pomohou dospělým členům **najít si dobrou práci na otevřeném trhu práce, dobrou a chápající školu pro děti či kvalitní bydlení** **upravené podle potřeb** (vzhledem k typu postižení). Více informací: <http://reportermagazin.cz/a/w5bhn/sance-pro-zdravotne-postizene-zmente-si-zivot>. *Zdroj: Aktivní život*

25. 9. 2018  
**Pomoc rodičům dětí s mentálním postižením**

Účast v programu „**Práce s rodinou, krizí a budoucností jako důležité prvky podpory neformálních pečujících“** nabízí **Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice**. V rámci projektu nabízí: spolupráci na řešení krizových situací (náhlá hospitalizace, úmrtí, vyčerpání atd.), provázení při procesu plánování budoucnosti potomka (bydlení, práce, volný čas, vztahy, finanční zabezpečení), kdy budeme společně pracovat na sestavení plánů na základě přání a potřeb Vás a Vašich potomků, individuální a skupinové podpůrné aktivity (psychologická podpora, koučing atd.), konzultace s různými experty (právní poradenství, finanční poradenství atd.), vzdělávání na základě Vašich potřeb a přání. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/pomoc-rodicum-deti-s-mentalnim-postizenim>. *Zdroj: Helpnet.cz*

25. 9. 2018  
**X. ročník týdne sociálních služeb**

Akce, která se koná **od 8. do 14. 10. 2018**, má za cíl ukázat české veřejnosti, že sociální služby v ČR jsou potřebné, nutné, kvalitní, pomáhají statisícům lidí a umožňují jim důstojný život. Týden sociálních služeb je každoročně obdobím, kdy se potkávají poskytovatelé sociálních služeb, zástupci státu, krajů, měst a obcí a mnozí další odborníci, aby diskutovali o sociálních službách. Je to období, během kterého probíhají **desítky různých aktivit zaměřených jak na veřejnost, tak na zaměstnance, zaměstnavatele a další odborníky z oblasti poskytování sociálních služeb**, ať již jde o **konference, kongresy, workshopy, veletrhy sociálních služeb, výstavy, setkání, ale i celostátní den otevřených dveří** poskytovatelů sociálních služeb. Více informací a seznam pořádaných akcí najdete na stránkách <http://www.tyden-socialnich-sluzeb.cz/>. *Zdroj:* *Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Vyšel Nápadník 2018**

**Publikace Ligy vozíčkářů** obsahuje **aktuální informace, postupy a praktické rady týkající se invalidních důchodů, příspěvků pro osoby se zdravotním postižením, průkazu osob se zdravotním postižením a jeho výhod, sociálních dávek, pracovně-právních vztahů a možností řešení bariér ve vašem okolí**. Publikaci lze **objednat** telefonicky na tel. č.: 725 122 853 nebo emailem: poradna@ligavozic.cz. Cena za publikaci je **99 Kč**. Publikaci si můžete **zakoupit osobně v Lize vozíčkářů, poštou obyčejně nebo na dobírku**. Při osobním převzetí hradíte pouze cenu publikace (v hotovosti); pokud chcete zaslat publikaci poštou, budete platit cenu za publikaci včetně poštovného, které je 27 Kč za obyčejnou zásilku a 106 Kč za dobírku. Bližší podmínky objednávky se dozvíte na výše uvedených kontaktech. Více informací: <http://www.ligavozic.cz/sluzby/poradna/napadnik>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Umíte poskytnout první pomoc?**

Poskytnutí první pomoci při nehodě je podle odborníků často stěžejním bodem, který rozhodne o životě nebo smrti zraněného. Přesto ji podle výzkumů umí a je ochoten poskytnout málokdo. Podle českých a evropských průzkumů je znalost a ochota poskytnout první pomoc nedostatečná. Pouze 14 % české populace věří, že by zvládlo první pomoc poskytnout. Polovina Čechů by se o pomoc pokusila s obavami a třetina by ji nezkusila ve strachu, že zraněnému více ublíží. Zranění zhoršující nastalou situaci jsou ale málo pravděpodobná a je lepší se o první pomoc alespoň pokusit. Častým problémem je podle odborníků **zastaralost informací o poskytnutí první pomoci**, kterou mohou mít starší generace. Dnes jsou její zásady nastaveny co nejjednodušeji, aby ji mohl poskytnout každý. Zákon dokonce ukládá, že **je povinností každého první pomoc poskytnout, minimálně v závislosti na svých možnostech**. Na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/blizi-se-svetovy-den-prvni-pomoci-umite-ji-poskytnout> najdete podrobnější informace a také **Šest zásad první pomoci**. **Český červený kříž nabízí také kurzy první pomoci**: <http://www.cervenykriz.eu/cz/pp.aspx>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Večírek Asistence**

**4. řijna 2018** se uskuteční další večírek **Asistence**. Bude se konat stejně jako loni v prostoru **Kasáren Karlín** **v Praze** (Prvního Pluku 2, Praha 8 – Karlín). Zahraje **Vltava**, jedna z nejoriginálnějších českých rockových skupin, neméně originální bratislavská kapela **Živé kvety** a zazpívá **pěvecký sbor Elpida s Václavem Havelkou**. Dále vystoupí **divadelní soubor Ještě chvilku** a slavnostně zahájíme výstavu fotografií Milana Jaroše na téma osobní asistence. Začátek je v 17 hodin, **vstup je dobrovolný** a jde na podporu služeb Asistence. Více informací: <http://www.asistence.org/akce/prijdte-na-beneficni-vecirek-asistence>. *Zdroj: Asistence*

12. 9. 2018  
**Roztroušená skleróza – mýty a skutečnosti**

**Učená společnost České republiky** pořádá **přednášku paní prof. MUDr. Evy Kubala Havrdové, CSc.,** která proběhne v úterý **18. září 2018 od 16. hodin v budově Akademie věd ČR na Národní třídě v Praze.** Sdělit diagnózu roztroušené sklerózy se ještě před pár lety rovnalo sdělení osudu. To však zároveň s její nepředvídatelnou aktivitou vedlo ke vzniku mnoha mýtů. Dnes jde o **jedno z nejrychleji se vyvíjejících odvětví neurologie, propojující poznání imunologie, zobrazovacích metod, animálních modelů a klinické neurologie.** Toto spojení přineslo většině nově diagnostikovaných pacientů dramatickou změnu života – přes polovinu pacientů s biologickou léčbou je schopno plného pracovního výkonu. Jde o autoagresivní onemocnění, naše poznatky jsou dnes doplněny i o psychologické studie a komplexní přístup k pacientovi zahrnuje také doporučení změn životního stylu. Více informací: <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/roztrousena-skleroza-myty-a-skutecnosti-a11589140>. *Zdroj: Aktivní život*

12. 9. 2018  
**Slevy při cestování po železnici pro příjemce invalidních důchodů III. stupně a držitele průkazů OZP**

**Národní rada osob se zdravotním postižením ČR** připravila informace o **slevách při cestování po železnici pro příjemce invalidních důchodů III. stupně a držitele průkazů OZP:** Pokud jde o **průkazy ZTP a ZTP/P**, je sleva na jízdném ve všech dopravních prostředcích veřejné hromadné dopravy **75 %.** U držitelů průkazu ZTP a u průkazu ZTP/P je sleva stejná, ale zároveň průvodce těžce postižené osoby neplatí jízdné žádné s výjimkou místenky, kterou musí zaplatit. Tyto slevy jsou stanoveny v § 36, odst. 2, zákonem č. 329/2011 Sb., o dávkách pro osoby se zdravotním postižením. **Do 31. 8. 2018** **Česká republika neposkytovala důchodcům** (ani těm s invaliditou III. stupně) **žádné výhody v oblasti jízdného**. Proto České dráhy poskytly této skupině cestujících svou komerční slevu IN Důchodce. Od 1. 9. 2018 zavádí ČR ve zvláštním jízdném, které je regulováno cenovým Výměrem Ministerstva financí ČR, novou kategorii cestujících, a to **“Cestující 65+”**. Této skupině cestujících je **od 1. 9. 2018 poskytována sleva 75 % z obyčejného (plného) jízdného ve 2. vozové třídě**. Z tohoto důvodu přistoupily České dráhy a.s. k ukončení aplikace IN Důchodce a svým zákazníkům se rozhodly vyplatit poměrnou částku za nemožnost dalšího využití této slevové aplikace. Bohužel, cenový Výměr MF **nepamatuje na cestující, kteří již pobírají nějaký důchod a ještě nedosáhli věku 65 let**. České dráhy se těmto cestujícím rozhodly, na základě svého obchodního rozhodnutí, poskytnout komerční slevu na pořízení **slevové aplikace IN 50 D za zvýhodněnou cenu pro cestování v 1. i 2. třídě se slevou 50 % z obyčejného jízdného**. Aplikaci IN 50 D lze zakoupit za 550 Kč s platností na 1 rok nebo za 1 490 Kč s platností na 3 roky. Tímto pamatují České dráhy a.s. nejen na důchodce mladší 65 let, ale právě i na osoby s 3. stupněm invalidity, na které CV MF rovněž nepamatuje. NRZP ČR upozorňuje, že výše uvedené slevy IN 50 D jsou jenom u dopravce **České dráhy a.s.** Jak tuto situaci budou řešit ostatní dopravci, zatím NRZP ČR neví. Více informací: <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/1982-informace-c-65-2018-cestovani-po-zeleznici-pro-id-iii-stupne.html>. *Zdroj: NRZP ČR*

12. 9. 2018  
**Festival demokracie 2018 v Centru Paraple**

Festival demokracie probíhá **ve dnech 5. – 12. 10. 2018** a v jeho rámci se uskuteční na **50 akcí v Praze a dalších městech.** Jednou z nich je **9. října 2018** **diskuse se slavnou českou režisérku Helenu Třeštíkovou a promítání jejího filmu Mallory**, a to od 18:00 do 21:00 V Centru Paraple, o.p.s., **Ovčárská 471/1b, Praha 10**. Vstup **zdarma**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/kalendar-akci/festival-demokracie-2018-v-centru-paraple>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Asistence, o.p.s. spustila internetovou petici na zvýšení příspěvku na péči**

K petici **podporující přijetí návrhu na zvýšení příspěvku na péči**, kterou na [www.hlasujemepro.cz](http://www.hlasujemepro.cz) spustila **Asistence, o.p.s.,** se během prvního dne připojilo více než 1200 lidí. Poslanecká sněmovna bude 21. 9. 2018 projednávat **novelu zákona o sociálních službách**. Senátní návrh obsahuje zvýšení příspěvku na péči ve IV. stupni závislosti o 6.000 Kč měsíčně. **Toto zvýšení by zlepšilo situaci lidí žijících v domácím prostředí.** Petice vyzývá i k dalším systémovým změnám přinášejícím potřebnou individuální podporu. **I vy můžete připojit svůj hlas** pod petici na [www.hlasujemepro.cz](http://www.hlasujemepro.cz). Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/asistence-ops-spustila-internetovou-petici>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Právě teď! zve na ZáříME**

**Mezigenerační akci nejen pro seniory ZáříME,** na které si mohou účastníci s pomocí odborníků **protáhnout tělo i osvěžit svou mysl,** pořádá nezisková organizace **Právě teď! o.p.s.** **24. září 2018 v Základní škole Poláčkova v Praze 4**. Letos se na ZáříME setkají zástupci organizací zapojených do mezinárodního projektu **MemTrain**, která se zabývá vytvářením **postupů fyzického cvičení, aby senioři mohli zlepšovat své kognitivní funkce** (paměť, koncentraci, pozornost, funkce řeči, rychlost myšlení, schopnost pochopení informací…) **a snižovat dopady stárnutí**. Na akci bude představena **školící příručka podporující zdravé stárnutí osob starších 55 let**. Dále si budou moci účastníci vyzkoušet **Nordic Walking, specifické posilování pro seniory, trénink paměti nebo například zumbu**. Pro děti budou připravené atrakce a aktivity s fotbalovou tematikou od AFK Slavoj Podolí. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/prave-ted-zve-na-zarime>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Portál zdravotnické techniky**

Ve spolupráci s Ústavem zdravotnických informací a statistiky spustilo **Ministerstvo zdravotnictví ČR** Portál zdravotnické techniky. Na adrese <https://ztnemocnice.uzis.cz/> **pacienti naleznou přehlednou mapu jednotlivých kategorií přístrojů a informace o jejich dostupnosti**. Pacient si tak může sám z pohodlí domova vyhledat, jaká nejbližší nemocnice od jeho bydliště má přístroj, který potřebuje pro své vyšetření. Tento nový portál poskytuje veřejnosti ucelený přehled o výskytu zdravotnické přístrojové techniky v nemocnicích akutní péče na území ČR. Uživatelé si jeho prostřednictvím mohou zobrazit mapu přístrojů podle vybraného poskytovatele, kategorie přístroje, regionu nebo podle dostupnosti k bydlišti pacienta. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/portal-zdravotnicke-techniky>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 9. 2018  
**Bezplatná právní pomoc**

Od léta platí nová pravidla pro poskytování bezplatné právní pomoci **Českou advokátní komorou**. **Souhrnné informace** o této právní pomoci najdete na stránkách <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/nova-pravidla-by-mela-zpristupnit-bezplatnou-pravn-a11584935>. Kromě toho tam také najdete **leták ombudsmana k právní pomoci –** v tomto letáku najdete vysvětlení, **koho a kdy můžete požádat o radu, a také jak můžete pomoc advokáta získat zdarma nebo za sníženou odměnu,** ať už se jedná o právní pomoc u soudů, u úřadů, při trestním stíhání nebo v jiné záležitosti. *Zdroj: Aktivní život*

24. 8. 2018  
**Noc sokoloven**

**Česká obec sokolská** zve sokoly i širokou veřejnost k navštívení sokoloven po celé ČR dne **21. září 2018**. Nabízí **bohatý program a vstup zdarma**. Stejně jako loni i letos se uskuteční celorepublikový **den s historií a architekturou Sokola – den se sokoly v sokolovnách.** Tím, že se sokolovny stavěly od 60. let 19. století do zániku Sokola po druhé světové válce, zachovaly nám v podobě svých budov nejen kus sokolské a regionální historie, ale díky jejich velkému množství a podobným požadavkům na účel také záznam o vývoji českých, nejen sportovních, architektonických stylů v průběhu dekád. Kromě toho vidíme na sokolovnách stavební etapy, proměny jejich funkcí či změny životního stylu společnosti. Co vás čeká – Každá sokolovna si vytváří vlastní **večerní program**. Těšit se můžete samozřejmě na **přehlídky sportovní činnosti**, ale i na bohatý **kulturní program**, kdy se vám představí **sokolská divadla, loutkáři, hudební soubory**. Podrobnější informace a **přehled přihlášených jednot** najdete na stránkách <http://www.sokol.eu/obsah/3358/noc-sokoloven-21-zari-2018>. *Zdroj: MČ Praha 8*

24. 8. 2018  
**Navštivte ostravskou výstavu Život bez bariér 2018**

Chcete se dozvědět, jaké jsou **novinky na trhu s pomůckami pro zdravotně znevýhodněné osoby** nebo jaké změny a úpravy vyžaduje zdravotní omezení? Na oblíbené výstavě, která se bude konat **od 9. do 11. 11. 2018** **na Výstavišti Černá louka v Ostravě**, vám odborníci poradí s úpravou bytu, výběrem kompenzační pomůcky nebo ortopedického vozíku a s úpravou vozidla pro řidiče s postižením. Výstava se zaměřuje na **osoby se zdravotním postižením a seniory**. Na výstavě najdete pestrou nabídku firem poskytujících **sociální a asistenční služby, úpravy bydlení a vozidel, možnosti trávení volného času**, širokou škálu **ortopedických a kompenzačních pomůcek**, vozíčků, chodítek a mnoho dalšího. Výstava nabízí možnosti, jak zlepšit kvalitu života seniorů – **volnočasové aktivity, lázně a rehabilitační střediska** i praktické ukázky pomůcek. Na výstavě se prezentují výrobci, prodejci, distributoři i organizace z neziskového sektoru. Připraven je také bohatý **doprovodný program**. Současně s výstavou Život bez bariér se koná **výstava s názvem KREATIV**, která nabídne nepřeberné množství workshopů, korálků, látek, materiálů a pomůcek pro tvoření. **Držitelé TP, ZTP a ZTP/P průkazů a jejich doprovod mají vstup na výstavu zdarma.** Více informací: <https://www.vozka.org/aktuality/volny-cas/navstivte-ostravskou-vystavu-zivot-bez-barier-2018-816cz>. *Zdroj: Vozka*

24. 8. 2018  
**10 nejdůležitějších práv pacienta**

Pacientovi, tedy **fyzické osobě, které jsou poskytovány zdravotní služby**, je garantována široká škála různých práv. Ta jsou zakotvena jak na mezinárodní, tak na vnitrostátní úrovni, a to především v Listině základních práv a svobod, v zákoně o zdravotních službách (zák. č. 372/2011 Sb.) a v zákoně o veřejném zdravotním pojištění (zák. č. 48/1997 Sb). **Ombudsman pro zdraví** sestavil **desatero nejdůležitějších práv** doplněné o příklady. Naleznete je na stránkách <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/10-nejdulezitejsich-prav-pacienta-a11569664>. Patří tam např. právo ptát se a chtít lepší vysvětlení, když pacient nerozumí tomu, co mu sděluje lékař či zdravotnický personál, nebo právo odmítnout léčbu, se kterou pacient nesouhlasí. *Zdroj: Aktivní život*

24. 8. 2018  
**Nová důchodová ročenka ČSSZ přináší aktuální data**

**Česká správa sociálního zabezpečení** vydala **statistickou ročenku za rok 2017**. Publikace shrnuje **důležitá data z oblasti důchodového pojištění**, které představuje jednu z klíčových agend instituce. Ročenku standardně tvoří pět hlavních tabulkových částí. První tři tabulkové části (kapitoly 8-10) popisují kolik důchodů, jakého druhu v jaké kombinaci bylo v roce 2017 v ČR vypláceno, dále kolik důchodů a v jakém členění bylo v loňském roce nově přiznáno a také kolik důchodových dávek a z jakých důvodů přestalo být loni vypláceno. Zbývající dvě tabulkové části (kapitoly 11 a 12) se zaměřují na invalidní důchody, které přinášejí informace nejen o přiznaných a vyplácených invalidních důchodech, ale také o příčinách invalidity. V ročence lze nalézt také některé zajímavé informace ilustrující zvyšování kvality života a zdravotní péče v ČR, které se promítají také do oblasti důchodů. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/nova-duchodova-rocenka-cssz-prinasi-aktualni-data>. *Zdroj: Helpnet.cz*

14. 8. 2018  
**AkSenHry 2018**

Organizace **AkSen – aktivní senior, z.s.** zve na **sportovní soutěž pro aktivní seniory 50+** **AkSenHry 2018**, které se uskuteční v neděli **2. 9. 2018** od 10:00 h (od 9:30 prezence) ve venkovním sportovním areálu **Gymnázia Nad Štolou v Letenských sadech**. Oběd pro soutěžící a dobrovolníky bude zajištěn v přilehlé restauraci Na Baště. V průběhu celé akce bude k dispozici dostatek nápojů. **Přihlásit** do soutěže se můžete nejpozději **do pátku 31. 8. 2018** na e-mailové adrese: aksen@aksen.org. Soutěžit se bude v disciplínách: **chůze nordic walking, tenis, stolní tenis, pétanque, seniorský pětiboj** (hod na terč/cíl, střelba do bránky floorbalovou hokejkou, slalom 20 m se zátěží, chůze s balancí na čas, discgolf – všechny disciplíny pětiboje jsou nenáročné a mají zábavný charakter). Startovné: **30,- Kč**. Více informací:<http://www.aksen.cz/aktivity/aksen-zve-aksenhry-2018>. *Zdroj: AkSen*

14. 8. 2018  
**Zkontrolovat si údaje pro budoucí důchod může kdokoliv**

Do konce května měli zaměstnavatelé povinnost odeslat **České správě sociálního zabezpečení** (ČSSZ) evidenční list důchodového pojištění (ELDP) za rok 2017. Lze si ověřit, zda zaměstnavatel povinnost splnil? Ano, zkontrolovat si, zda máte údaje nejen za loňský rok, ale v zásadě za celou pracovní minulost v pořádku zaevidované, je snadné. Jedním ze způsobů je **požádat ČSSZ o zaslání informativního osobního listu důchodového pojištění**. Bez ohledu na to, zda vám do důchodu zbývá dvacet, patnáct, deset nebo jen pět let, své tzv. důchodové konto (přesněji: údaje o svém důchodovém pojištění) můžete mít pod kontrolou. O vyhotovení informativního osobního listu důchodového pojištění může totiž ČSSZ požádat každý, **a to jednou za kalendářní rok**. Obdrží ho **zdarma**. Tento přehled obsahuje **výčet a součet dob důchodového pojištění (odpracovaných let), případně náhradních dob pojištění** (např. dobu vedení v evidenci úřadu práce), uložených v evidenci ČSSZ. Jsou v něm rovněž uvedeny **výdělky** (přesněji: vyměřovací základy), ze kterých bylo odvedeno pojistné na sociální zabezpečení, a vyloučené doby (např. doba dočasné pracovní neschopnosti) od roku 1986. Přehled zároveň uvádí informaci o dobách neevidovaných, tzn. o dobách, ke kterým ČSSZ nemá v evidenci žádný doklad. **Pokud v něm lidé objeví nedostatky, mohou je včas začít řešit.** Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/zkontrolovat-si-udaje-pro-budouci-duchod-muze-kdokoliv-kazdorocne-tak-ucini-pres-200-tisic>. *Zdroj: Helpnet.cz*

14. 8. 2018  
**Vše o sociálním bydlení**

Informace přehledně na jednom místě poskytují **nové webové stránky zřízené Ministerstvem práce a sociálních věcí.** Internetové stránky [www.socialnibydleni.mpsv.cz](http://www.socialnibydleni.mpsv.cz) jsou určeny **pro občany, obce a neziskové organizace** a poskytují **fakta spojená s finanční podporou v bydlení, sociálními dávkami na bydlení, sociální prací, sociálními službami či s investiční podporou sociálního bydlení v ČR**. Jsou zde také sdíleny zkušenosti ze šestnácti obcí ČR a jejich rozdílným přístupem k sociálnímu bydlení. Kromě zveřejňovaných aktualit, výzkumů a řady dalších dokumentů je zde také poskytována přímá pomoc prostřednictvím odpovědí na tzv. „často kladené dotazy“. *Zdroj: Helpnet.cz*

14. 8. 2018  
**Dny evropského dědictví 2018**

Dny evropského dědictví v roce 2018 proběhnou **od soboty 8. září do následující neděle 16. září 2018**. Nabídnou jedinečnou možnost **navštívit zajímavé památky, které jsou jindy nepřístupn**é. Cílem akce je zpřístupnit nejširší veřejnosti nejzajímavější památky všech druhů tj. **architektonické, archeologické, sakrální, technické, dále také muzea, galerie a knihovny a i další prostory**, v nichž jsou uchovávány neuvěřitelně rozsáhlé sbírkové fondy movitého kulturního dědictví. Nejvíc akcí a dnů otevřených dveří probíhá o víkendu, ale během všedních dnů máte možnost nahlédnout do míst, která bývají zavřená právě o víkendech, a seznámit se třeba s procesem jejich záchrany a obnovy. Především bude možné navštívit také ty památky, které nebývají veřejnosti přístupné vůbec nebo pouze příležitostně. Například neveřejné **interiéry radnic, soudů, církevních institucí, škol, obytných domů atd.** V souvislosti se Dny evropského dědictví jsou pořádány nejrůznější **doprovodné akce – přednášky, koncerty, městské slavnosti, ale i soutěže a další kulturní programy.** V objektech, které jsou běžně přístupné veřejnosti a je v nich vybíráno vstupné, bývá v tyto dny nabízen speciální program (například zvláštní prohlídková trasa, koncert, výstava atp.). Desítky měst a obcí připravují komponované programy pro své občany i turisty. Na stránkách <http://www.historickasidla.cz/cs/dny-evropskeho-dedictvi/> najdete **přehled všech nabízených akcí a zpřístupněných památek**. *Zdroj: MČ Praha 8*

14. 8. 2018  
**Přispějte rodinným receptem či starou kuchařkou**

**Národní zemědělské muzeum** **vyzývá širokou veřejnost**, aby **přispěla do sbírky starých kuchařek, rodinných a regionálních recept**ů. Pomůžete tak uchovat kulinární bohatství českých zemí. Závěry výzkumu a některé z receptů budou zpřístupněny veřejnosti v podobě výstav, publikací i encyklopedie. Každý, kdo do muzejní podsbírky Gastronomie přispěje, **získá rodinnou vstupenku do Národního zemědělského muzea**. **Kontakt:** Jitka Sobotková, jitka.sobotkova@nzm.cz, [www.nzm.cz](http://www.nzm.cz). **Vždy uveďte co možná nejvíce podrobností o receptu, kuchařce či receptáři.** Nezapomeňte uvést, z jakého období a jakého regionu recepty pocházejí. Více informací: <http://www.tretivek.cz/201808/prispejte-rodinnym-receptem-ci-starou-kucharkou/>. *Zdroj: Třetí věk*

14. 8. 2018  
**Senior parlament – zapojte se do aktuálního dění**

Senior parlament je **diskuzní a názorová platforma** určená všem, kteří se **zajímají o politické a společenské dění**. Poslancem nebo poslankyní Senior parlamentu se může stát každý **občan České republiky starší 55 le**t. Po jednoduché **registraci** na stránkách [www.seniorparlament.cz](http://www.seniorparlament.cz) se přihlásíte a můžete vstupovat do aktuálních diskuzí. Jako členové Senior parlamentu se můžete vyjadřovat k aktuálním otázkám v naší společnosti a **vyjádřit svůj názor** k projednávaným zákonům v Poslanecké sněmovně. Záštitu nad Senior parlamentem převzal předseda PSP ČR Mgr. Radek Vondráček, který se dlouhodobě věnuje komunikaci se seniory. Základní myšlenkou Senior parlamentu je vytvořit **prostor pro diskuzi a názorovou výměnu starších občanů**, kteří disponují životními zkušenostmi a znalostmi, na jejichž základě obohatí relevantními myšlenkami celospolečenskou diskuzi nad konkrétními tématy a problémy. Více informací: <https://senioricr.cz/senior-parlament-zapojte-se-aktualniho-deni/>. *Zdroj: Senioři České republiky, z.s.*

14. 8. 2018  
**Slevy na jízdné budou pro důchodce od září 2018**

Na levnější jízdné se mohou studenti a senioři těšit až od září 2018. Sleva se bude týkat **jízdného ve vlacích a autobusech a činit bude** **75 procent**. Původně mělo zvýhodnění platit od 10. června 2018. Sleva se bude konkrétně týkat **studentů do 26 let a seniorů nad 65 let**. Více informací: <https://www.novinky.cz/ekonomika/470012-slevy-na-jizdne-pro-studenty-a-duchodce-budou-az-od-zari-oznamil-babis.html>. *Zdroj: Novinky.cz*

14. 8. 2018  
**Konference Zdravotní postižení v kontextu sociální práce**

Třetí odborná konference s tematickým zaměřením na **podporu inkluzivního života osob s postižením, rodinu, sociální práci a vzdělávání** se uskuteční **12. října 2018** od 9:00 hod. **v Olomouci** v budově Cyrilometodějské teologické fakulty Univerzity Palackého, Univerzitní 22. Pro přihlášené účastníky je konference **zdarma**. Přihlásit se můžete na <https://goo.gl/forms/rcX96NQorJr9XpMl2>. Program konference bude postupně upřesňován a jeho finální podoba bude zaslána včas všem přihlášeným e-mailem. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/zdravotni-postizeni-v-kontextu-socialni-prace-1>. *Zdroj: Helpnet.cz*

14. 8. 2018  
**Konference Komplexní péče u osob s těžkým neurologickým poškozením hybnosti (nejen) vlivem roztroušené sklerózy (RS)**

**Domov sv. Josefa a MS rehab, z. s.** pořádají **7. a 8. září 2018 v Žirči** 3. ročník této konference. Páteční program je určen pro zdravotnické pracovníky, **sobotní pro veřejnost (rodiny, přátelé, laičtí pečovatelé, pacienti s RS…)**. **Základní program konference** bude zahrnovat témata: Symptomatická terapie, Komplexní péče o klienta s RS v pobytové sociální službě, Specifika wound managementu u klientů s RS, Představení Domova sv. Josefa v Žirči, Terapie spasticity, Komplexní ergoterapeutická péče, Dostupné kompenzační pomůcky, Poruchy polykání, Péče o pacienty s těžkým neurologickým postižením hybnosti, Představení nejen psychoterapeutické péče v DSJ, Pády a poruchy rovnováhy. **Vstupné je dobrovolné.** Podrobný program vč. informací k povinné **registraci** na akci, která musí proběhnout **do 3. 9. 2018**, najdete na stránkách <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/komplexni-pece-u-osob-s-tezkym-neurologickym-posko-a11567680>. *Zdroj: Aktivní život*

30. 7. 2018  
**Penzion POEZIE**

**Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, z.s.** bude od 1. 8. 2018 provozovat **Penzion POEZIE v obci Kořenov** na rozhraní Jizerských hor a Krkonoš. Kapacita penzionu je 24 osob v 7 pokojích (s možností 7 přistýlek, celkem tedy 33 míst), všechny s vlastním sociálním zařízením – koupelnou (WC, sprchový kout, umyvadlo). Ubytování je vhodné pro rodiny, jednotlivce i skupiny. K dispozici je vybavená kuchyně, jídelna a společenská místnost s televizí. Hosté mají možnost připojení k internetu Wi-Fi. K dispozici je venkovní terasa a posezení u táboráku. Pro děti je připraveno venkovní dětské hřiště s prolézačkami, skluzavkou a pískovištěm. Díky dobročinnosti a vstřícnosti majitele penzionu **bude na jaře 2019 penzion bezbariérově upraven** s ambicí vybudování unikátního bezbariérového horského střediska. **Speciální cenovou nabídku pro osoby se zdravotním postižením** lze využít již nyní. Aktuální informace najdete na [www.penzionpoezie.cz](http://www.penzionpoezie.cz). *Zdroj: ARPZPD*

30. 7. 2018  
**Libverda Hotels**

**STP Lovosice** doporučuje ubytování v **Liberda Hotels za výhodné ceny**. Více informací najdete v přiložených letácích. Reference a své vlastní zkušenosti s pobytem v tomto zařízení vám může podat **pan Miroslav Kučer**a, tel.: 607 749 617, e-mail: kucerovajana1@seznam.cz. *Zdroj: STP Lovosice*

[Libverda Hotels 1](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/Libverda-Hotels-1.pdf)                 [Libverda Hotels 2](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/Libverda-Hotels-2.pdf)

30. 7. 2018  
**Úřad vydal desatero obrany před energetickými šmejdy**

**Nebrat dárky od podomních obchodníků, nepodepisovat smlouvy bez důkladného prostudování a raději odmítat všechny nabídky po telefonu.** Takové jsou některé z rad, které v **„desateru obrany” vůči agresivním praktikám prodejců energií** zveřejnil **Energetický regulační úřad** (ERÚ). ERÚ vydáním desatera reaguje na zvyšující se počet případů, **kdy obchodník nebo zprostředkovatel postupuje nepoctivým způsobem vůči spotřebiteli**. V současné době, kdy hlavně elektřina zdražuje, mění dodavatele energií stále více lidí. Na obchodníkem vnucené či neuvážené změně ale může i prodělat. ERÚ proto zákazníkům doporučuje, aby se nenechali do ničeho nutit a před změnou dodavatele využili například různých internetových srovnávačů cen. Podomní prodejci se rádi zaměřují na seniory, u kterých čekají menší odpor. Nejdůležitější a nejzásadnější rada zní: **nikdy nepodepisujte nic, co jste si důkladně nepřečetli a úplně nepochopili.** Úřad také připomíná, že od smlouvy o dodávkách energií, kterou uzavřeli mimo provozovnu držitele licence, mohou bez sankcí odstoupit do 14 dní od uzavření nebo ji vypovědět do 15. dne po zahájení dodávek. Více informací naleznete zde: <https://www.novinky.cz/ekonomika/478135-urad-vydal-desatero-obrany-pred-energetickymi-smejdy.html>. *Zdroj: Novinky.cz*

30. 7. 2018  
**Výzkumníci hledají zdravé dobrovolníky, srovnají je s pacienty**

**Středoevropský technologický institut Masarykovy univerzity v Brně** (CEITEC) **hledá zdravé dobrovolníky**. Vědci je potřebují pro srovnání s pacienty například při zkoumání Alzheimerovy choroby a dalších neurodegenerativních onemocnění v Laboratoři funkčního a multimodálního zobrazování. Kromě pacientů se zkoumanou nemocí jsou vždy potřeba i zdraví lidé **jako takzvaný kontrolní vzorek**, který umožňuje hledat rozdíly ve struktuře mozku. Právě tito lidé se ale výzkumníkům těžko hledají. Vytvoření **databáze dobrovolník**ů, které budou moci oslovovat s prosbou o účast na konkrétní studii, by vědcům mohlo výrazně pomoci. Na webových stránkách CEITEC <https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=I0-QEdvw3EyW9zkL1V_O6KpwkIfI6ZRIjGDseERu4m9UQUY4NllNR0FXNUhWSkdXWUlLMjY5WjNYUi4u> mohou všichni zájemci o zařazení vyplnit jednoduchý **formulář** s informacemi o pohlaví a věku. Odborníci také potřebují vědět, zda má zájemce nějakou diagnózu, ale není třeba ji detailně upřesnit. Není žádné věkové ani jiné omezení, vědci potřebují pestrou nabídku zájemců. Kdo se nějaké studie zúčastní, může na vyžádání dostat snímek svého mozku a v některých případech také drobnou finanční odměnu. Více informací: <https://www.mediprofi.cz/33/vyzkumnici-hledaji-zdrave-dobrovolniky-srovnaji-je-s-pacienty-uniqueidgOkE4NvrWuOKaQDKuox_Z32xLZCmIKy2_ZvcSiTqPME/?uri_view_type=8&wa=WWW18E7%20MP&uid=CT02951890&e=838938&odkud=ENZD&utm_source=ENZD&utm_medium=enl&utm_campaign=ENZD-2018-15&utm_content=ENZD-newest-paid&contract=E21079264&utm_content=ENZD-newest-paid>. *Zdroj: Verlag Dashöfer*

30. 7. 2018  
**Fotografická soutěž – Navzdory bariérám**

Cenu uděluje **Vládní výbor pro zdravotně postižené občany** za **fotografie, které nejlépe zobrazují okamžiky, kdy člověk se zdravotním postižením překonal stávající bariéry**, ať už architektonické, informační nebo i mezilidské. **Přihlášky se přijímají do 15. října 2018**. Dílo se přihlašuje do soutěže na sekretariát Vládního výboru pro zdravotně postižené občany, a to na email fotosoutez@vlada.cz. Fotografie se zasílají ve formátu JPG ve velikosti max. 6 MB. Přihlásit se mohou **profesionálové i amatéři z České republiky**. Přihláška musí obsahovat jméno autora, kontakt, název díla, údaje, kde a kdy byla fotografie pořízena, případně i její popis. Do soutěže budou přijaty od každého autora maximálně 3 snímky. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/navzdory-barieram>. *Zdroj: Helpnet.cz*

30. 7. 2018  
**Cena VVZPO za publicistické práce**

Do **soutěže** lze přihlásit **práce zaměřené na téma zdravotního postižení**. Pro rok 2018 se vyhlašují **3 soutěžní kategorie: a) televizní** (přihlásit lze díla vysílaná v televizi nebo jinak veřejně publikovaná, např. prostřednictvím internetu, kina apod.); **b) rozhlasová** (přihlásit lze díla vysílaná v rozhlase nebo uveřejněná prostřednictvím internetu); **c) tisková** (přihlásit lze písemná díla veřejně publikovaná tiskem nebo prostřednictvím internetu). Cena se uděluje za publicistické dílo, které nejlépe **popularizuje oblast života osob se zdravotním postižením a příznivě ovlivňuje postoj veřejnosti k těmto osobám**. Přijímána je původní česká tvorba. Přihlásit lze dílo publikované od 1. 10. 2017 do 30. 9. 2018. Dílo se přihlašuje do soutěže na sekretariát **Vládního výboru pro zdravotně postižené občany**, nábřeží Edvarda Beneše 4, 118 01 Praha 1, a to **do 30. 9. 2018**. Přihláška musí obsahovat název díla, jméno autora (kolektivu), údaje, kde a kdy bylo dílo zveřejněno, pokud bylo dílo uveřejněno prostřednictvím internetu, musí být uveden i odkaz na URL adresu. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/cena-vvzpo-za-publicisticke-prace-2>. *Zdroj: Helpnet.cz*

30. 7. 2018  
**Hepatitidu C už lékaři umějí snadno vyléčit. Jen se na ni musí přijít.**

**Virus hepatitidy C** (HCV) se přenáší krví. Objeven byl poměrně nedávno, až v roce 1989. Nákaza je rozšířená zejména u nitrožilních uživatelů drog. Častými nositeli viru jsou však i lidé, kteří se nakazili při krevní transfuzi v dobách, kdy se krev dárců na HCV netestovala. Medicína udělala v posledních letech ohromný skok. **Nákazu, kterou dřív bylo těžké z těla odstranit, dnes umí účinně léčit.** Mnoho nakažených ale o své nemoci neví. Virus jim přesto soustavně a nepozorovaně poškozuje játra. **Lidé v riziku a s podezřelými příznaky by proto měli zvážit vyšetření.** Léčbu mohou zkusit i ti, jimž nepomohly starší, méně účinné druhy terapie. Virus je jednou z hlavních **příčin chronického onemocnění jater**, orgánu naprosto nezbytného pro život. V České republice je podle panelu expertů chronicky infikovaných 0,4 až 0,5 % obyvatel. Ročně je však infekce diagnostikována jen asi u 1 tisíce lidí. Ostatní **o své nemoci většinou neví**. Zůstávají neznámí, šíří infekci a nemoc u nich může progredovat do jaterní cirhózy a rakoviny jater. Na přítomnost HCV mohou ukazovat **příznaky** jako únava, hubnutí, dále různé nemoci ledvin, kůže, diabetes, poruchy kognitivních funkcí, deprese, lymfomy, revmatické, endokrinologické, cévní choroby atd. Prvním krokem v diagnostice jsou jaterní testy a v návaznosti na ně případně test na přítomnost protilátek proti HCV. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/hepatitidu-c-uz-lekari-umeji-snadno-vylecit-jen-se-na-ni-musi-prijit>. *Zdroj: Helpnet.cz*

30. 7. 2018  
**Nová pravidla by měla zpřístupnit bezplatnou právní pomoc**

**Od 1. července 201**8 platí nová pravidla pro **poskytování bezplatné právní pomoci**. Ta by měla být nyní dostupnější. Zatímco doposud byla bezplatná právní pomoc poskytována obvykle v maximální délce 15 minut, od 1. července se může jednat **až o 120 minut ročně**. Podrobnější informace přinášejí **stránky Veřejného ochránce práv**: <https://www.ochrance.cz/aktualne/tiskove-zpravy-2018/nova-pravidla-by-mela-zpristupnit-bezplatnou-pravni-pomoc/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 7. 2018  
**Ministerstvo zdravotnictví spustilo portál pacientských organizací**

**Pacientům a pacientským organizacím** je určen nový portál, který spouští **Ministerstvo zdravotnictví**. Součástí portálu je mj. **databáze pacientských organizací**, které se věnují různým onemocněním či postižením a sdružují pacienty a jejich blízké. Pacientské organizace poskytují důležité informace, nabízejí možnost mluvit s lidmi, kteří mají zkušenost s konkrétní nemocí. Mohou zájemcům zprostředkovat cenné rady pro co nejkvalitněji život prožitý s nemocí. Jsou zde zveřejněny i aktuální informace o **Pacientské radě**, jejímž prostřednictvím jsou pacienti zapojováni do tvorby zdravotnických politik. Portál najdete na stránkách<https://pacientskeorganizace.mzcr.cz/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 7. 2018  
**Nové žádosti o příspěvek na bydlení**

Stejně jako každý rok, **i letos v červenci je třeba podat novou žádost o příspěvek na bydlení.** Tentokrát **na období od 1. 7. 2018 do 30. 6. 2019**. Zároveň je nutné, podle platné legislativy, doložit příjmy a uhrazené náklady za 2. čtvrtletí letošního roku. Příjemci dávky pak musí každé čtvrtletí dokládat příjmy a náklady související s bydlením, aby jim nárok na ni nezanikl. Doložit potřebné doklady budou muset v nadcházejících měsících také ti, kteří pobírají **přídavek na dít**ě. V článku na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/ani-v-lete-nemusi-lide-cekat-ve-frontach-na-cr> najdete další informace o způsobech podání žádosti, termínech či formulářích. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 7. 2018  
**Školení Instruktorů seniorů III. třídy**

**Česká asociace Sport pro všechny** pořádá školení Instruktor seniorů III. třídy. Jedná se o **základní kvalifikaci, která připravuje frekventanty školení na samostatnou cvičitelskou práci v oblasti pohybových aktivit pro seniory**. Upozorňujeme, že školení **je určené spíše pro cvičitele, kteří pracují se zdravými seniory**, nikoli se seniory se zdravotním postižením. Rozsah školení: **50 hodin**. Termín: **1. konzultace: 19. – 21. 10. 2018, 2. konzultace: 9. – 11. 11. 2018**. Místo konání: Školící centrum ČASPV, **Ohradské náměstí 1628/7, Praha 5**. Účastnický poplatek: pro členy ČASPV 1 800 Kč, pro ostatní **3 000 Kč**. Závazné přihlášky je nutné zaslat **do 10. 10. 2018** (včetně zaplacení poplatku). Podrobnější informace naleznete v přiložené pozvánce, včetně kontaktů pro přihlášení. *Zdroj: ČASPV*

[POZVÁNKA\_školení\_SEN\_2018\_III](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/POZVÁNKA_školení_SEN_2018_III.doc)

12. 7. 2018  
**Účtování osobní asistence**

Česká asociace paraplegiků – CZEPA uvítá vyplnění **dotazníku dostupnosti, kvality a úhrady osobní asistence, a to klienty osobní asistence**. CZEPA zaznamenala různé klientské podněty, které kromě nedostatečného pokrytí v místě a čase naznačují, že některé organizace, poskytující osobní asistenci v domácím prostředí osob se zdravotním postižením, účtují tyto služby různým způsobem. Situace pravděpodobně souvisí s mnohoznačnými výklady některých definic a pojmů jak v zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, tak v prováděcí vyhlášce č. 505/2006 Sb. Ne v každé lokalitě/kraji je dostatečné pokrytí sociálních služeb. Někteří klienti mají potíže službu osobní asistence sehnat, či zajistit asistenci ve dnech a časech, kdy ji osobně potřebují. Dochází tak k nerovnému postavení klientů, včetně jejich závislosti často na jediném poskytovateli. Kdo asistenci zajištěnou má, je často rád, že uspěl, a přijímá nastolené podmínky s obavou, aby o službu nepřišel. S ohledem na uvedenou problematiku organizaci CZEPA zajímá **osobní zkušenost klientů s čerpáním a účtováním terénní osobní asistence**. Proto připravila anonymní dotazník, o jehož vyplnění klienty žádá. Dotazník můžete vyplnit na stránkách <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScdPQ6mQJOKYQzDcjup6y4YgV5c882qunQIONjT0Vcir5g49Q/viewform>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 7. 2018  
**Kdo si letos může požádat o starobní důchod?**

Nárok na starobní důchod vzniká letos **při splnění dvou podmínek – dosažení důchodového věku a získání doby pojištění alespoň 34 let**. V letošním roce dosáhnou **důchodového věku**: muži narození v listopadu až prosinci 1954 a v lednu až srpnu 1955, bezdětné ženy narozené v květnu až prosinci 1955, ženy narozené v květnu až prosinci 1956, které vychovaly jedno dítě, ženy narozené v květnu až prosinci 1957, které vychovaly dvě děti, ženy narozené v květnu až prosinci 1958, které vychovaly tři či čtyři děti, ženy narozené v květnu až prosinci 1959, které vychovaly pět a více dětí. Odejít do starobního důchodu je **právo, nikoliv povinnost**. I po vzniku nároku na důchod je možné pokračovat ve výdělečné činnosti bez pobírání důchodu, a částku důchodu si tím navýšit. Výdělečnou činnost je možné vykonávat i při pobírání starobního důchodu a po 360 kalendářních dnech této činnosti pak lze požádat o přepočet důchodu. Aby mohli „odejít“ do starobního důchodu, musejí získat alespoň **34 let doby důchodového pojištění** (tedy odpracovaných let), do nichž se podle zákonných pravidel započítávají náhradní doby pojištění (např. péče o dítě do čtyř let věku, základní vojenská služba, pobírání invalidního důchodu pro invaliditu třetího stupně, doba péče o osobu závislou na pomoci jiné osoby aj.). **O důchod je třeba požádat**. Podrobnější informace najdete na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/kdo-si-letos-muze-pozadat-o-starobni-duchod>. *Zdroj: Helpnet.cz*

12. 7. 2018  
**Výběrové šetření osob se zdravotním omezením – VŠPO**

**Od 9. 7. 2018 do 18. 1. 2019** probíhá po celé České republice pod zkratkou VŠPO 2018 výběrové šetření zaměřené na to, **jak se žije lidem se zdravotním omezením**. VŠPO proběhlo již v roce 2013. Tentokrát se ovšem nezjišťují údaje o lidech se zdravotním postižením prostřednictvím lékařů, ale jsou dotazovány přímo osoby, které jejich zdravotní problém omezuje v běžných denních aktivitách. Šetření tak bude moci lépe postihnout, s jakými bariérami a komplikacemi se v reálném světě lidé se zdravotními potížemi setkávají. V rámci České republiky zkušení **tazatelé Českého statistického úřadu osloví na 9000 předem vybraných domácností, ve kterých žije alespoň jedna osoba se zdravotním omezením ve věku 15 nebo více let**. Jejich odpovědi pak pomohou získat velmi cenné souhrnné statistiky a údaje, které nejsou dostupné z jiných zdrojů. Tyto údaje mohou posloužit například jako podklad a argument pro prosazování legislativních změn směřujících k odstraňování bariér a zlepšení stávající situace osob se zdravotním omezením v ČR. S ČSÚ na šetření spolupracuje Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR. Výsledky minulého šetření VŠPO – 2013 najdete na stránkách <https://www.czso.cz/csu/vykazy/vyberove-setreni-osob-se-zdravotnim-omezenim-vspo>. *Zdroj: Český statistický úřad*

12. 7. 2018  
**Již 18 vybraných nemocnic z celé ČR má svůj paliativní tým**

V České republice každý rok umírá zhruba 100 tisíc lidí. Naprostá většina z nich umírá v nemocnicích a léčebnách bez podpory **odborného týmu vyškoleného pro práci s nevyléčitelně nemocnými pacienty. Centrum paliativní péče** se stalo odborným garantem a koordinátorem **programu Spolu až do konce**, který realizuje **Nadační fond Avast**, jehož cílem je **rozvíjet paliativní péči v nemocničním prostředí**. V roce 2016 bylo v grantovém řízení vybráno 18 českých nemocnic, které získaly prostředky na rozvoj nemocničních paliativních týmů, školení personálu, vytvoření vnitřních metodik a směrnic pro péči o nevyléčitelně nemocné pacienty. Více informací najdete na stránkách <https://paliativnicentrum.cz/projekty/spolu-az-do-konce>. *Zdroj: Institut důstojného stárnutí*

22. 6. 2018  
**Komu je určeno dlouhodobé ošetřovné a kdo novou dávku může čerpat**

**Od 1. června 2018** si lze poprvé požádat o **novou dávku nemocenského pojištění – dlouhodobé ošetřovné**. Tato **až 90denní dávka umožní lidem zůstat doma v situaci, kdy budou pečovat o člena rodiny, který byl hospitalizován** po dobu nejméně 7 dní a u kterého ošetřující lékař zdravotnického zařízení poskytujícího lůžkovou péči (zpravidla nemocnice) rozhodl, že jeho zdravotní stav vyžaduje **po propuštění z hospitalizace domácí celodenní péči po dobu nejméně 30 dní**. Aby vůbec vznikl na dlouhodobé ošetřovné nárok, musí být splněny zákonem dané podmínky. A ty se vztahují jak na osoby, které podle rozhodnutí lékaře nemocnice potřebují dlouhodobou péči, tak na pečující osoby. Podrobnější informace o tom, **v jakých situacích lékař vystaví rozhodnutí o potřebě dlouhodobé péče, jaké jsou podmínky pro nárok na dlouhodobé ošetřovné, jaké doklady jsou potřeba a jak se o dávku žádá, jak je to s omluvením nepřítomnosti v práci po dobu dlouhodobé péče, nebo jaká je výše dlouhodobého ošetřovného** najdete na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/komu-je-urceno-dlouhodobe-osetrovne-kdo-novou-davku-muze-cerpat>. *Zdroj: Helpnet.cz*

22. 6. 2018  
**Nemajetné rodiny mohou získat brýle pro dítě zdarma**

**Oční Studio Aleš Žejdl** věnuje 100 000 korun na **bezplatné brýle pro děti**. Akci Pomáháme pořádá Oční Studio Aleš Žejdl letos podruhé. Lze ji využít na **nákup brýlí nebo kontaktních čoček pro děti a mládež do 15 let**. Stačí **zaslat příběh rodiny** na e-mail **pomahame@ocnistudio.cz**. Firma žádost posoudí, vybrané děti pak získají brýle nebo kontaktní čočky na nejbližší jeden až dva roky. Přihlášky do projektu je možné zasílat **do 31. 8. 2018**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/nemajetne-rodiny-mohou-ziskat-bryle-pro-dite-zdarma>. *Zdroj: Helpnet.cz*

22. 6. 2018  
**Víte, na jaké preventivní prohlídky máte nárok a kde se můžete nechat ošetřit?**

**Prevence je nedílnou součástí péče o zdraví** i v době, kdy nepociťujete žádné potíže. Na preventivní prohlídky nezapomínejte, mohou totiž odhalit závažná onemocnění v jejich počátku. Víte, na jaké preventivní prohlídky máte kdy nárok? Setkali jste se někdy s tím, že by vás v nemocnici v neakutních případech odmítli vyšetřit, protože máte bydliště jinde? Argument takzvané spádovosti by se již používat neměl. Pojištěnec má ze zákona právo vybrat si smluvního poskytovatele. **Odpovědi na otázky spojené se spádovostí a s preventivními prohlídkami** se dočtete v **poradně**, která byla připravena ve spolupráci s MUDr. Janou Vyskočilovou, hlavní lékařkou EUC Kliniky Plzeň, a MUDr. Lucií Bejstovou, dětskou lékařkou EUC Kliniky Plzeň. **Informace najdete na stránkách** <http://www.helpnet.cz/aktualne/vite-na-jake-preventivni-prohlidky-mate-narok-kde-se-muzete-nechat-osetrit>. *Zdroj: Helpnet.cz*

22. 6. 2018  
**Širší bezplatná právní pomoc pro nemajetné**

**Od července 2018** **se rozšíří státem hrazená právní pomoc lidem, kteří si nemohou dovolit zaplatit vlastního advokáta.** Zájemce o bezplatnou právní poradu s advokátem na ni bude mít nárok, jestliže jeho průměrný měsíční příjem nepřesáhne posledního půl roku před podáním žádosti trojnásobek životního minima (to aktuálně pro jednotlivce činí 4310 korun). Podle místopředsedy České advokátní komory Roberta Němce bude stát **nemajetným nově garantovat i zastupování v oblastech ústavního a správního práva**. Bezplatná právní pomoc je trojího typu. Může to být **krátká informativní právní porada s advokátem**. Druhým případem je **poskytování právních služeb ze strany advokáta – tedy zastupování v řízení před soudem či správním orgánem**, nebo například sepsání listiny. Do třetice jde o právní pomoc cizincům v detenčních zařízeních. Žádosti o právní porady se budou podávat na formuláři sestaveném ministerstvem spravedlnosti. Za podání žádosti se bude platit **stokorunový administrativní poplatek, který komora odpustí mj. držitelům průkazu ZTP, lidem pobírajícím dávky v hmotné nouzi nebo dětem**. Konzultace bude **do 120 minut ročně**. Více informací: <https://www.inspirante.cz/index.php/2018/06/20/sirsi-bezplatna-pravni-pomoc-pro-nemajetne/>, nebo <https://www.cak.cz/scripts/detail.php?id=2617>. *Zdroj: Aktivní život*

22. 6. 2018  
**Nestihli jste INSPO 2018? Podívejte se na videozáznamy přednášek**

**Na konferenci INSPO 2018 zaznělo 23 přednášek**. Řada z nich představila v premiéře nová řešení **usnadňující život lidem s různým zdravotním postižením**. Aby se o nich mohli dozvědět i další zájemci, kteří se nemohli konference zúčastnit, připravilo Středisko Teiresiás videozáznamy přednášek. Jak je už tradicí, videozáznam v sobě integruje prezentaci, projev řečníka, pohled na tlumočníka či tlumočnici do českého znakového jazyka a simultánní přepis mluvené řeči. Kromě **videozáznamu přednášek** (na stránkách <http://www.helpnet.cz/inspo/inspo-2018/videozaznamy-prednasek>) je k dispozici také **sborník psaných příspěvků** (na stránkách <http://www.helpnet.cz/inspo/inspo-2018/program-konference>), ve kterých měli přednášející možnost přiblížit danou problematiku podrobněji. V několika případech, kdy přednášející nedodali příspěvky do sborníku, jsou zde vystaveny jejich **prezentace**. *Zdroj: Helpnet.cz*

22. 6. 2018  
**Kniha Možnosti fyzioterapie v léčbě roztroušené sklerózy**

**Knihu** vydal autorský kolektiv doc. PhDr. Kamily Řasové, Ph.D. **Klinika rehabilitačního lékařství** 3. LF UK a FNKV v Praze. **Roztroušená skleróza** (RS) je nemoc, která dovede život obrátit ze dne na den zcela naruby. RS je často diagnostikována v mladém věku, kdy většina lidí prožívá své partnerské vztahy, rodičovství a plánuje svou budoucnost. V těchto chvílích je velmi obtížné přijmout diagnózu závažného onemocnění. Proto je důležité, aby člověku s nově diagnostikovanou RS rodina i zdravotníci poskytli podmínky pro její přijetí. Zásadní je především **informovanost o nemoci a možnostech, jak i s ní lze prožít kvalitní život**. Nezastupitelnou úlohu v rehabilitaci nemocných s RS má **fyzioterapie**. Nemůže nemoc vyléčit, ale může výrazně zpomalit její progresi, ovlivnit její projevy a zlepšit kvalitu života. Proto autorský kolektiv připravil tuto knížku, jejímž cílem je informovat o možnostech fyzioterapie. Měla by nemocným pomoci se onemocnění RS aktivně postavit. **Knihu si můžete bezplatně objednat** na emailové adrese o.husek@seznam.cz. Více informací: <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/moznosti-fyzioterapie-v-lecbe-roztrousene-sklerozy-a11495939>. *Zdroj: Aktivní život*

22. 6. 2018  
**Začala kampaň Informace léčí**

Cílem kampaně je vytvořit zdroj **relevantních informací pro pacienty, kteří mají diagnostikovanou rakovinu, a pro jejich rodinné příslušníky**. Díky projektu **Asociace inovativního farmaceutického průmyslu** (AIFP) s podporou neziskové organizace **Liga proti rakovině** Vznikly **webové stránk**y [www.informace-leci.cz](http://www.informace-leci.cz), kde pacienti bezplatně získají důležité **informace o prevenci, možnostech léčby a v neposlední řadě také o zkušenostech pacientů**. Webový průvodce je určen všem, kteří chtějí získat z úst předních českých odborníků relevantní informace o onkologii v České republice, možnostech léčby a nezbytné rady pro úspěšné zvládnutí terapie. Návštěvník najde na webovém průvodci interaktivní videa, která ho seznámí se základními odpověďmi na otázky, které trápí nejen pacienty. S projektem je spojená také **edukační kampaň ve vybraných městech České republiky** – interaktivní boxy budou instalovány v nákupních centrech v Praze, Brně a v Plzni: **Praha 4.9. – 5.9.2018 OC Černý Most, Brno 11.9.2018 OC Futurum, Plzeň 12.9.2018 OC Luna**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/zacala-kampan-informace-leci>. *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Festival muzejních nocí 2018**

XIV. ročník Festivalu muzejních nocí 2018 bude probíhat ve dnech **18. května až 9. června 2018**. Fenomén muzejních nocí patří ve velkých evropských metropolích již řadu let ke stálým prezentacím kulturního dědictví zvláště atraktivním způsobem. **Muzea a galerie** nabízejí nočním návštěvníkům kromě prohlídek svých **stálých expozic a výstav** také řadu d**oprovodných i kulturních programů** a stávají se místy **mimořádných a nečekaných zážitků a setkávání**. Akci organizuje **Asociace muzeí a galerií České republiky, z. s.**, ve spolupráci s Ministerstvem kultury ČR a Národním muzeem. Festival spojil původně solitérní akce některých muzeí a galerií do jednoho společného, **téměř měsíc trvajícího svátku muzejních nocí**. Vstupné je často zdarma. Více informací o **programu, akcích a zapojených institucích** najdete na stránkách <http://www.cz-museums.cz/web/festival_muzejnich_noci/titulni>. *Zdroj: AMG*

17. 5. 2018  
**Zážitkový veletrh Kreativ i abilympiáda pobaví a potěší každého**

Blíží se 26. národní abilympiáda, **dvoudenní přehlídka pracovních a volnočasových dovedností osob se zdravotním postižením**. **V pardubické Tipsport areně** začne netypicky **ve čtvrtek 17. května 2018** dopoledne, konkrétně v 8:45 hod. O medaile bude v 17 soutěžních disciplínách bojovat 81 hendikepovaných lidí. Největší zájem je o návrh plakátu, fotografování, keramiku, malování na kameny a aranžování suchých květin. Hlavní akcí však je **zážitkový veletrh Kreativ**. Ten nabídne **desítky stánků s rukodělnými užitnými či dekorativními předměty a 15 tvořivých dílniček**, v nichž si dospělí i děti budou moci vybarvit mandalu, vyzkoušet drátování nebo třeba ozdobit perník. Novinkou je **burza zaměstnavatelů osob s postižením**. Po oba dny bude probíhat pestrý **doprovodný program**. Vstup na Kreativ i abilympiádu je **zdarma**. Více informací najdete na stránkách <http://www.caaos.cz/abilympiada-2018/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Co dělat, když…**

Žijeme v době, která je plná **nejrůznějších nástrah a nebezpečí**. Všechny mají ale jedno společné, lépe se zvládají, pokud jsme na ně **připraveni předem**. Na stránkách <https://bezpecnost.praha.eu/clanky/co_delat_kdyz> se dozvíte, **jak reagovat na nenadálé životní situace, jak se na ně připravit a jak jim předcházet**. Jak se zachovat v případě povodní, při úniku nebezpečných látek a mnoho dalších rad naleznete v menu na uvedených stránkách. Dozvíte se, co má obsahovat evakuační zavazadlo, jak postupovat při evakuaci, co dělat v případě výpadku elektrické energie, jak se zachovat při požáru, dopravní nehodě, jak správně nahlásit mimořádnou událost, co dělat při vyhlášení smogové situace a mnoho dalších postupů a doporučení. *Zdroj: Hl. m. Praha*

17. 5. 2018  
**Jarní hnízdění aneb je to na budku**

**Projekt**, který **podpoří osoby se zdravotním postižením**, především ty, které čelí následkům **poškození mozku**, zahajují **Dílny tvořivosti, o.p.s.** Projekt je zaměřen na snížení následků, kterým musí lidé po poškození mozku čelit v každodenním životě. Mezi nejzávažnější z nich oni sami řadí zejména neschopnost srozumitelně komunikovat, pamatovat si, samostatně organizovat a plánovat svůj čas i ztrátu schopnosti číst a psát. Všichni zúčastnění budou moci **zdokonalit své sociální a komunikační dovednosti**. Během projektu získá **pracovní zkušenost** přibližně 15 až 20 lidí se zdravotním postižením, kteří se budou podílet na všech hlavních aktivitách. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/jarni-hnizdeni-aneb-je-na-budku>. *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Včasná pomoc dětem**

Vznikla **online mapa dostupných služeb krizové pomoci pro děti**. **Nadace rozvoje občanské společnosti** v rámci svého programu Včasná pomoc dětem vytvořila online mapu dostupných služeb krizové pomoci pro děti. Jedná se o **podpůrnou webovou stránku určenou pro děti, které hledají pomoc**. Součástí stránky je sada ikon znázorňujících oblasti, ve kterých se děti nejčastěji setkávají s problémy. Každá ikona obsahuje **konkrétní příklady problémů** – ty jsou určeny dětem, které váhají, zda mají vyhledat pomoc. V mapě pak mohou děti **vyhledat nejbližšího poskytovatele služeb krizové pomoci** dle místa bydliště. Informace a mapa jsou dostupné na <https://krizovapomoc.vcasnapomocdetem.cz/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Telefonický hovor bez bariér – i osoby s postižením sluchu mohou plnohodnotně telefonovat**

**Sociální firma TextCom** rozšířila **mobilní aplikaci eScribeDroid** **pro simultánní přepis mluvené řeči** o novou službu **telefonický hovor s přepisem,** kterou poprvé představila na konferenci INSPO. Nová telekomunikační služba je určena **lidem, kteří komunikují v českém jazyce, sami mluví, ale potřebují zprostředkovat řeč druhé strany hovoru písemnou formou**. Nejefektivněji tak tuto službu využijí lidé ohluchlí v průběhu života, lidé s vrozenou či věkem získanou nedoslýchavostí, mohou ji však ocenit také cizinci s částečnou znalostí češtiny, jimž psaný text podstatně usnadní porozumění řeči volané osoby. Simultánní přepis mluvené řeči je doslovný, autentický a probíhá v reálném čase: uživatel služby sám mluví, má možnost bezprostředně reagovat, ptát se a odpovídat. **Hovor lze uskutečnit pomocí chytrého telefonu či tabletu s operačním systémem Android, aplikace je bezplatně ke stažení na Google Play.** Po její instalaci a spuštění je třeba se zaregistrovat, na zadanou e-mailovou adresu budou následně zaslány přístupové údaje a současně s registrací dojde k automatickému přihlášení do aplikace. Pro užití služby musí být **mobilní zařízení připojeno k internetu**. Více informací najdete na stránkách<http://www.helpnet.cz/aktualne/telefonicky-hovor-bez-barier-i-osoby-s-postizenim-sluchu-mohou-plnohodnotne-telefonovat>. *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Univerzita třetího věku Masarykovy univerzity**

**Univerzita třetího věku Masarykovy univerzity přijímá přihlášky od 2. května do 30. června 2018**. Univerzita třetího věku Masarykovy univerzity nabízí všem aktivním seniorům s chutí a vůlí **smysluplně trávit svůj čas** nejen možnost **vzdělávat se, dozvídat se nové poznatky** ze světa vědy a seznamovat se s erudovanými odborníky, ale i **navazovat nová přátelství se svými vrstevníky**. Zájemcům, kteří si chtějí rozšířit svůj přehled a vědomosti z nejrůznějších vědních oborů, je určen **Všeobecně zaměřený kurz**. Na jeho koncepci a obsahu se podílejí jednotlivé fakulty MU, čímž je zaručen víceoborový charakter. Po ukončení **tříletého cyklu** obdrží posluchači na slavnostní promoci osvědčení o absolvování. Naopak ty, jejichž zaměření je vyhraněné a patří mezi milovníky a obdivovatele umění ve všech jeho podobách, možná zaujme **tříletý kurz Umění, objednavatelé a umělecký styl v dějinách**. Neméně atraktivní jsou nabízené **jednoleté kurzy Kulturní dědictví a památková péče na Moravě** (ve spolupráci s Národním památkovým ústavem) nebo **Univerzita třetího věku v Moravském zemském muzeu. Přednášky trvají 90 minut a konají se jednou za 14 dní v období od října 2018 do května 2019**. Vzdělávání je bezplatné, každoročně se hradí **pouze zápisné**, které bylo pro akademický rok 2018/2019 stanoveno ve výši **800 Kč**. Přihlášky je možné podat od 2. května do 30. června 2018 buď osobně v kanceláři Univerzity třetího věku MU (Komenského nám. 2, Brno) nebo elektronicky. Další informace a podrobnosti o nabízených kurzech, podmínkách přijetí a možnostech přihlašování naleznete na [www.u3v.muni.cz](http://www.u3v.muni.cz). *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Smejkalovky pomáhají**

Na IV. ročník **charitativního běhu**, který se uskuteční **23. května 2018 v Olomouci – Smetanovývh sadech** v odpoledních hodinách, zve **Nadace prof. Vejdovského**. Jedná se o závody s bohatým **doprovodným programem pro celou rodinu**. Součástí je i závod **pro hendikepované, dětské závody**, apod. **Registrac**e je možná online do 16. 5., poté je možné se registrovat na místě. Více informací najdete na stránkách <http://rozbehamecesko.cz/smejkalovky-pomahaji-iv-rocnik/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

17. 5. 2018  
**Dotazník ke stravování**

Obrátila se na nás **studentka, Bára Svobodová**, která studuje Pedagogickou fakultu UK v Praze a jako součást bakalářské práce dělá **dotazníkový průzkum napříč generacemi ohledně stravování**. Vytvořila **online dotazník** (odkaz níže), a potřebovala by další respondenty ve vyšším věku, kteří by ho vyplnili. Pokud byste chtěli studentce pomoci, vyplňte prosím anonymní dotazník na stránkách <https://www.vyplnto.cz/databaze-dotazniku/stravovani-ve-20-a-21-stolet/>. Vyplnění zabere asi 10 minut. *Zdroj: STP ČR z. s.*

17. 5. 2018  
**Festival Colours of Ostrava 2018**

**Bezbariérový festival Colours of Ostrava 2018** proběhne **18. – 21. 7. 2018** v unikátním industriálním **areálu ostravských Dolních Vítkovic.** Festival nabídne na 21 venkovních i krytých scénách přes 350 programových bodů – **koncertů, divadel, workshopů, diskusí** v rámci mezinárodního fóra Meltingpot, **filmů i výtvarných akcí**. V rámci projektu **Colours bez bariér** stejně jako v minulých letech festival nabízí **řadu výhod pro držitele průkazů ZTP a ZTP/P** – jako jsou například zvýhodněná cena vstupenky, u ZTP/P doprovod zdarma, zprostředkování bezbariérového ubytování, možnost objednat si zdarma asistenta, který poskytne servis při pohybu v areálu. I v letošním roce je možné využít přepravu osob po Ostravě bezbariérovými automobily, tzv. BB TAXI. Návštěvníci se zdravotním znevýhodněním s průkazem ZTP a ZTP/P si navíc mohou zarezervovat parkovací místo před areálem i ve stanovém městečku. Bližší informace o projektu Colours bez bariér najdete v příloze nebo na webových stránkách [www.colours.cz](http://www.colours.cz), sekce Praktické. Pro všechny potřebné informace pro OZP funguje také kontaktní e-mail bezbarier@colours.cz a telefon 731 932 768. *Zdroj: Colours of Ostrava*

[Colours bez bariér – zvací dopis 2018](https://svaztp.cz/wp-content/uploads/Colours-bez-bariér-zvací-dopis-2018.docx)

17. 5. 2018  
**Poněšický Survival**

Světově unikátní **24hodinový závod dvojic** se koná **8. až 10. června 2018 v okolí Českých Budějovic**, ještě jsou volná místa **v kategorii “vozíčkář + choďák”**. Myšlenkou závodu je **integrace paraplegiků do závodu nehandicapovaných**. Cílem je umožnit oběma kategoriím změřit síly v několika průnikových disciplínách a dokázat tak, že handicap velmi často není problémem těla, ale nedostatkem vůle. Podrobnosti najdete na webu závodu: <http://www.survivalponesice.cz/zavod/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

11. 5. 2018  
**Webové stránky s bezbariérovými byty**

**Asistence, o.p.s.** usiluje o reálné řešení zoufalé situace lidí s postižením při hledání **bezbariérových bytů v Praze**. Vytvořili stránky [www.bezbabyty.cz](http://www.bezbabyty.cz), na kterých mohou majitelé nemovitostí nabídnout byty s bezbariérovým přístupem k pronájmu. Najdete zde také konkrétní lidi, kteří bydlení v Praze hledají. *Zdroj: Asistence, o.p.s.*

11. 5. 2018  
**Noc kostelů 2018**

Výjimečně a **zdarma** se pro všechny návštěvníky otevřou v jeden den **brány zhruba 1300 chrámů, kostelů a modliteben po celé České republice**. Akce se koná v pátek **25. května 2018** od 18:00 do 23:00 hod. Akce je opět příležitostí pozvat co nejširší veřejnost do kostelů a ve večerní a noční atmosféře zde nabídnout možnost setkat se s křesťanstvím prostřednictvím **hudby, umění, zážitku**. Letošní, již desátý ročník, nabídne pestrý **kulturně-duchovní program**, který organizují tisíce dobrovolníků z jednotlivých farností. Nebudou chybět **koncerty, komentované prohlídky, workshopy nebo divadelní představení**. Možnost bude **nahlédnout do kostelních sakristií či klášterních zahrad, zkusit si zahrát na varhany, vystoupat na věže či sestoupit do starobylých krypt**, prožít liturgii nebo jen v tichém zastavení vnímat to, co bylo inspirací pro stavitele křesťanských chrámů. Noc kostelů je určena pro co nejširší veřejnost – i pro ty, kteří stojí mimo církev či na jejím okraji. Více informací najdete na stránkách <https://www.nockostelu.cz/>. Zdroj: MČ Praha 8

11. 5. 2018  
**Den pro zdraví seniorů a festival pohybu pro děti Praha – Ládví**

Akci pořádá **Seniorfitnes z.s. spolu s KIS ops a Beachklub Ládví 18. května 2018** od 9.00 hodin **v areálu Beachklubu Ládví**, Chabařovická 4, Praha 8. Pořadatelé vás zvou na **den pro zdraví, den plný zajímavých aktivit**. Těšit se můžete např. na následující: **turnaj ve fotbalu v chůzi, turnaj v beachvolejbalu pro seniory – bez výskoků, sebeobrana, cvičení na židlích, pétangue, hry s Albi, řecké tance pod vedením české zpěvačky řeckého původu Marthy Elefteriadu, nebo setkání, besedy a cvičení se známými osobnostmi**. Startovné **40 Kč**. Každý registrovaný účastník obdrží dárky od sponzorů v hodnotě cca 200 Kč a poukaz na nákup od firmy Rohlík 100 – 200 Kč. Vzhledem k předpokládané návštěvnosti je nezbytné se **závazně přihlásit předem**. Více informací: <https://www.praha8.cz/Den-pro-zdravi-senioru-a-festival-pohybu-pro-deti-1.html>. *Zdroj: MČ Praha 8*

11. 5. 2018  
**Dobrý den Kociánko**

Od roku 2011 je **festival** Dobrý den Kociánko otevřen **pro širokou veřejnost**. Zámecká zahrada skýtá zákoutí jako stvořená pro **dílny, divadlo, výtvarníky, blázny a umělce** nejen z Brna a okolí. Najdete tu **Jarmark neziskových organizací, prodejní Jarmark, zajímavé a zdravé stánky s občerstvením stejně jako kvalitní kulturní program** pro všechny věkové kategorie. Festival se koná **24. května 2018**, od 10 do 21 hod. **v Centru Kociánka, Brno** (Kociánka 93/2, 612 47 Brno-Královo Pole). Vstupné dobrovolné. Více informací: <http://dobrydenkocianko.cz/>. *Zdroj: Liga vozíčkářů*

11. 5. 2018  
**Festival Open House Praha**

Festival Open House Praha každý rok otevírá v rámci jednoho květnového víkendu **zdarma pro veřejnost jinak běžně nepřístupné zajímavé budovy a prostory**. Akce se koná **v sobotu 19. a v neděli 20. května 2018 v Praze**. Letošní 4. ročník festivalu vám zpřístupní **více než 60 budov a prostorů, např. budovu Expo 58, Invalidovnu, Národní technickou knihovnu, Petschkův palác**, apod. Seznam všech zpřístupněných budov v rámci festivalu najdete na festivalových webových stránkách [www.openhousepraha.cz](http://www.openhousepraha.cz). Festival je **zdarma**, a to jak vstup do všech budov, tak účast na **doprovodných akcích** i listy pro malé architekty. Bezbariérovost je u každé budovy jiná – informace o přístupnosti najdete u medailonku budovy v katalogu nebo na webu. *Zdroj: MČ Praha 8*

10. 4. 2018  
**Léčebny dlouhodobě nemocných: jaké vybavení mohou pacienti vyžadovat?**

**Pacienti v léčebnách dlouhodobě nemocných** často netuší, **jaké služby a vybavení mohou očekávat a vyžadovat**. Potřebné informace chybí také jejich příbuzným. **Web veřejného ochránce práv** proto zveřejnil **přehled základních materiálních podmínek, které má každé takové zařízení splňovat. Ombudsmanka** dlouhodobě monitoruje podmínky lidí, kteří jsou umístěni v léčebnách pro dlouhodobě nemocné. O svých zjištěních pravidelně informuje veřejnost. Podrobnější informace najdete **v článku** na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/lecebny-dlouhodobe-nemocnych-jake-vybaveni-mohou-pacienti-vyzadovat> a **ve zprávě**, která je tam zveřejněna. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 4. 2018  
**Studenti a senioři ušetří za vlaky a autobusy**

Studenti a senioři ušetří za vlaky a autobusy, rozhodla vláda. **Sleva 75 procent z jízdného v železniční i autobusové dopravě pro studenty do 26 let a seniory od 65 let** bude platit od chystané změny jízdního řádu, tedy **od 10. června 2018**. Toto opatření má zlepšit dostupnost veřejné dopravy pro vymezené skupiny cestujících, ve kterých se obecně vyskytuje větší podíl lidí s nízkými příjmy. Současně chce ministerstvo dopravy stimulovat využívání veřejné hromadné dopravy mladými lidmi. **Děti do šesti let budou dál jezdit zdarma, zdravotně postiženým zůstává stávající sleva. Senioři nad 65 let a cestující od 15 do 18 let se budou prokazovat platným dokladem totožnosti**, jakým je nejčastěji občanský průkaz, cestovní pas nebo jiný oficiální průkaz s fotografií. **Cestující od 18 let budou předkládat studentský průkaz**, o jehož podobě se s dopravci jedná. Dopravci budou mít **možnost některé spoje ze slevy vyloučit**. O jaké spoje půjde konkrétně, je však ještě předmětem jednání. Více informací: <http://mdcr.cz/Media/Media-a-tiskove-zpravy/Schvaleno-Seniori,-zaci-a-studenti-budou-mit-od-p?returl=/Media/Media-a-tiskove-zpravy>. *Zdroj: Verlag Dashöfer*

10. 4. 2018  
**Veřejný portál Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb**

**Veřejný portál Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb** byl spuštěn na nové internetové adrese <http://nrpzs.uzis.cz>. Určen je především **pro širokou veřejnost k vyhledání potřebné zdravotní služby**. Portál nabízí v souladu s legislativou **přehled všech oprávněných poskytovatelů zdravotních služeb a zdravotnických zařízení** na území ČR s výjimkou zdravotnických zařízení zřizovaných Ministerstvem vnitra, Ministerstvem obrany a Ministerstvem spravedlnosti. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 4. 2018  
**„Česko-slovenské“ důchody**

Od 1. ledna **1993 se Česko i Slovensko staly samostatnými státy, což mělo dopad též do oblasti důchodů.** Přiznávání všech druhů důchodů za odpracované roky ve společném státě stanovují **pravidla zakotvená ve smlouvě mezi ČR a SR**. Pro Českou správu sociálního zabezpečení (ČSSZ) je i po 25 letech tato problematika stále aktuální, a to zejména z pohledu rozhodování o důchodech a poskytování odborných konzultací **lidem s pracovní historií z období ČSFR**. V souvislosti s rozdělením federace vstoupila od 1. 1. 1993 v platnost Smlouva mezi Českou republikou a Slovenskou republikou o sociálním zabezpečení. Ta mimo jiné zakotvuje stále platná pravidla pro rozdělení nákladů na přiznávání a vyplácení důchodů za doby zaměstnání (pojištění), které lidé získali za dobu společného „československého“ státu. Rozhodným kritériem bylo podle článku 20 Smlouvy stanoveno **sídlo zaměstnavatele občana k 31. 12. 1992**, tj. k datu rozdělení ČSFR. Více informací najdete na stránkách <https://www.mpsv.cz/cs/32529>. *Zdroj: MPSV ČR*

10. 4. 2018  
**Festival Pod duhovými křídly**

**Pardubický kraj a NRZP** společně pořádají **předání ceny „Duhové křídlo“** za práci v sociální oblasti. Nabízejí, že se této akce můžete zúčastnit. Dále organizují **festival „Pod duhovými křídly“**, který se uskuteční **25. 4. 2018 v Poličce** a **21. 5. 2018 v Pardubicích**. Hlavní cílem festivalu je **přehlídka vystoupení uživatelů sociálních služeb a organizací pro osoby se zdravotním postižením**. Do tohoto festivalu se můžete **přihlásit jako účinkujíc**í. Podrobnější informace najdete na stránkách <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/1915-informace-c-16-2018-duhove-kridlo-2018-festival-v-pardubicich.html>. *Zdroj: NRZP ČR*

10. 4. 2018  
**Na zimomřivost seniorů působí blahodárně pohyb a budování svalů**

**Článek** na stránkách <http://www.dustojnestarnuti.cz/clanky/na-zimomrivost-senioru-pusobi-blahodarne-pohyb-a-budovani-svalu/> uvádí, **co může za zvýšenou zimomřivost starších lidí, i to, jak proti ní bojovat**. U seniorů většinou není zimomřivost výsledkem jednoho faktoru, ale souhry hned několika vlivů. Častěji se u nich projevuje podvýživa, kvůli které nemá jejich tělo dostatek energie, aby mohlo vyrábět teplo. Příčinou bývá také úbytek svalů, které se na produkci tepla také podílejí. Za pocit zimy může i nízké množství červených krvinek nebo snížená funkce štítné žlázy, svou roli hrají i léky, které mohou způsobovat zimomřivost, ale i další nechtěné projevy. *Zdroj: Institut důstojného stárnutí*

10. 4. 2018  
**Škola zotavení – kurzy s tematikou spojenou s duševním zdravím a nemocí**

Širokou škálu kurzů s tematikou spojenou s duševním zdravím a nemocí nabízí **v Praze zdarma Centrum pro rozvoj péče o duševní zdraví**. Máte vy nebo někdo z vašich blízkých **zkušenost s duševním onemocněním**? Přihlaste se na kurzy, které vám pomohou žít spokojenější a naplněný život navzdory zdravotním obtížím, jimž musíte občas čelit. **Kurzy začínají v dubnu 2018**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/skola-zotaveni>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 4. 2018  
**Dotazník zdravotní péče**

**Od 1. 2. 2018 do 31. 8. 2018** mají **pacienti** v České republice opět možnost ovlivnit dění v českých nemocnicích a zdravotních pojišťovnách prostřednictvím 13. ročníku **celostátního průzkumu bezpečnosti a spokojenosti hospitalizovaných pacientů, ambulantních pacientů a zaměstnanců nemocnic – Nejlepší nemocnice ČR 2018**. Cílem průzkumu je postupné **zlepšování kvality zdravotních služeb a péče v českých nemocnicích** směrem k potřebám pacientů. Hlasovat můžete rovněž v celostátním průzkumu **Zdravotní pojišťovna roku 2018**, který má za cíl podpořit pozitivní komunikaci zdravotních pojišťoven s pojištěnci a zdravotnickými zařízeními (otázky zaměřené na hodnocení zdravotních pojišťoven z pohledu pojištěnců jsou součástí dotazníku pro hodnocení nemocnic). Aktuální **dotazník pro hospitalizované pacienty** naleznete na stránkách: <http://www.hc-institute.org/cz/dotazniky/pacienti-hospitalizovani.html?_=1>, Aktuální **dotazník pro ambulantní pacienty** naleznete na stránkách <http://www.hc-institute.org/cz/dotazniky/pacienti-ambulantni.html?_=1>. *Zdroj: NRZP ČR*

10. 4. 2018  
**Kurz angličtiny pro lidi s mentálním postižením**

Kurz pořádá **v Praze Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v ČR, z.s.** Kurz probíhá **každou středu od 16 do 17 hodin** na adrese Společnosti pro podporu lidí s mentálním postižením, **Karlínské náměstí 59/12, Praha**. kurz je pro účastníky **zdarma**. Zájemci o kurz mohou kontaktovat Evu Kremlíkovou na e-mailu: eva.kremlikova@spmpcr.cz, nebo telefonicky 221 890 436, 776 237 799. Více informací: <http://www.helpnet.cz/aktualne/kurz-anglictiny-pro-lidi-s-mentalnim-postizenim>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 4. 2018  
**Host Pod Parapletem Miroslav Táborský**

**Centrum Paraple, o.p.s.** pořádá **besedu** s filmovým a divadelním hercem a dabérem, panem Miroslavem Táborským. Beseda se uskuteční **21. května 2018 od 18:30 do 20:00 hod.** v Centru Paraple, o.p.s. (**Ovčárská 471/1b, 108 00 Praha 10 – Malešice)**. Vstup **zdarma**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/kalendar-akci/host-pod-parapletem-miroslav-taborsky>. *Zdroj: Helpnet.cz*

21. 2. 2018  
**Předdůchody mají vlastní web**

Problematice „zrychlené cesty do penze“ se nově věnuje specializovaná internetová stránka. Podobnost názvů **předdůchod a předčasný důchod** způsobuje, že je obojí mnohdy považováno za zcela totožný pojem. Opak je však pravdou. **Předčasný důchod je na rozdíl od předdůchodu státní dávka**. Žadatel o předčasný důchod tak není nijak limitován tím, že by musel disponovat dostatečnými úsporami, bez kterých se naopak žadatel o předdůchod neobejde. Zásadní rozdíl je však v pozdějším dopadu na výpočet starobního důchodu. **U předdůchodu se následný starobní důchod takřka nekrátí, naopak u předčasného důchodu probíhá krácení v intervalu každých 90 dní a je doživotní**. Vstup do předčasného důchodu znamená, že nárok na vstup do normálního starobního důchodu již nikdy nevznikne a pokračuje důchod předčasný. Při souběhu obou těchto penzí platí pravidlo, že předčasný důchod je „silnější kartou“ a přebíjí benefity předdůchodu (tzn. vyloučenou dobu, nekrácení starobního důchodu, neomezený výdělek). Před tímto souběhem penzí jsou však všechny tyto výhody zachovány. Systém předdůchodů byl uveden do praxe roku 2013, na základě tzv. „malé důchodové reformy“, kterou prosadil bývalý ministr MPSV – Jaromír Drábek. Hlavním záměrem zavedení předdůchodů bylo **umožnit lidem, kteří nemohou „těsně“ před starobním důchodem anebo z jiných důvodů (zdravotních, osobních) najít zaměstnání – překlenout dobu, než jim vznikne nárok na řádný starobní důchod**. Předdůchod je sice obecně užívaný pojem, který však v příslušném zákoně nenajdete. Fakticky se jedná o **starobní penzi na určenou dobu** – která zároveň musí splňovat další nezbytné podmínky, aby nárok na předdůchod vůbec vznikl. Pobírání předdůchodu **v podstatě znamená jednu z forem čerpání vlastních úspor z doplňkového penzijního spoření**. Přestože se tedy nejedná o „státní dávku“ – může mít na následný (státní) starobní důchod přímý dopad a rovněž vstup do předdůchodu je přímo navázán na datum vzniku nároku na tuto penzi. Detailně se problematikou předdůchodů a předčasných důchodů zaobírá nový internetový portál [www.predduchod.cz](http://www.predduchod.cz). *Zdroj: Helpnet.cz*

21. 2. 2018  
**Soutěž T-Mobile Rozjezdy**

Nosíte v hlavě **nápad na podnikání, nebo už na vlastní triko podnikáte**? Nebo znáte někoho takového ve svém okolí? Přihlaste svůj podnikatelský projekt do T-Mobile Rozjezdů! Vyhrát můžete jak v regionálním, tak i celostátním kole soutěže. Pro koho je soutěž přesně určena? Pro všechny, kteří: **a) mají v hlavě nápad a plán, jak na něm postavit podnikání, b) podnikají s přihlašovaným předmětem podnikání méně než rok** nebo své podnikání rozjedou do šesti měsíců od vyhodnocení soutěže. Nevadí tedy, jestli jste v minulosti s jiným produktem nebo službou již podnikali a že máte IČO déle než rok. Na vítěze čekají finanční výhry. **Přihlásit své projekty můžete do 12. března 2018**. Více o soutěži, bezplatných seminářích i on-line přihlášku najdete na [www.rozjezdy.cz](http://www.rozjezdy.cz). *Zdroj: T-Mobile*

21. 2. 2018  
**Cvičební maraton MaRS**

7. ročník 24hodinového nepřetržitého **cvičení na podporu lidí nemocných roztroušenou sklerózo**u napříč Evropou i všemi věkovými kategoriemi je opět tady. Bude se konat **2. – 3. března 2018,** od pátku (18:00 hod.) do soboty (18:00 hod.) **na různých místech České republiky**. Organizátorem je **Nadační fond IMPULS**. Cvičení probíhá pod odborným dohledem v kruhovém tréninku nebo při skupinových cvičeních, které jsou vhodné **pro pacienty s RS**. Pohybové aktivity jsou ale **určeny i jejich rodinám, přátelům, lékařům, terapeutům či zdravotním sestrám a komukoliv dalšímu**, kdo chce podpořit dobrou věc. Do maratonu se zapojují **i hendikepovaní lidé na vozíčku a imobilní pacienti cvičením z domova.** Mezi sportovní aktivity jsou zařazeny speciální kruhové tréninky, skupinové lekce (aerobní, posilovací cvičení), zdravotně-rehabilitační cvičení (jóga, taichi, pilates…) a jiné sportovní aktivity vhodné pro nemocné s RS (plavání, outdoorové aktivity atp). Vždy se cvičí pod dohledem odborných cvičitelů a fyzioterapeutů. Akce je spojena s **dobrovolným vstupným**, dary a finanční podporou od sponzorů. **Přehled sportovišť** a podrobnější informace najdete na stránkách <http://maratonmars.cz/>. *Zdroj: Aktivní život*

21. 2. 2018  
**Podpůrně vzdělávací setkání pro pečující o člověka s mentálním postižením**

Setkání pořádá v sobotu **7. dubna 2018** od 9 do 18 hod. **v Centru Marineum v Praze** **Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v ČR, z.s.** Program **pro rodiče dětí a dospělých lidí s mentálním postižením** povedou dva zkušení lektoři. Pro potomky a blízké s mentálním postižením bude zajištěn doprovodný volnočasový program. Cena je **150 Kč** pro každého účastníka. Podrobnější informace a **registrační formulář** najdete na stránkách <http://www.spmpcr.cz/podpurne-setkani-7-4-2018-praha/>. *Zdroj: Helpnet.cz*

21. 2. 2018  
**Hubnoucí senior by se měl vyhnout hlavně 3 věcem**

I starší lidé někdy potřebují **shodit přebytečná kila** a také oni mají sklony pokoušet se o to různými nevhodnými způsoby. Tato kategorie má navíc svá specifika daná věkem. Nadváhu je obecně potřeba redukovat **zdravým způsobem s ohledem na vlastní organismus, nespěchat a volit komplexní přístup**. Diety u seniorů je třeba více než u jiných kategorií přizpůsobovat i případným dalším onemocněním. V článku na stránkách <http://www.dustojnestarnuti.cz/clanky/hubnouci-senior-by-se-mel-vyhnout-hlavne-3-vecem/> najdete některá **doporučení**. *Zdroj: Institut důstojného stárnutí*

21. 2. 2018  
**Taneční workshop se Sportovním klubem vozíčkářů Praha**

**Taneční workshop** se **Sportovním klubem vozíčkářů Praha** se uskuteční ve středu **21. 3. 2018** od 17:30 do 18:30 hod. **v Centru Paraple** (Ovčárská 471, 108 00 Praha 10 – Malešice). Na workshopu si můžete zatančit spolu s členy tanečního oddílu pod vedením lektorky SKV Martiny Henrichové. Tato **ukázková lekce je určena i pro úplné začátečníky**, stačí chuť tanči či vyzkoušet něco nového. Lekce je volně přístupná **klientům Centra Paraple i široké veřejnosti**. Vstup **zdarma**. Více informací: <http://www.helpnet.cz/kalendar-akci/tanecni-workshop-se-sportovnim-klubem-vozickaru-praha-0>. *Zdroj: Helpnet.cz*

21. 2. 2018  
**Nezastavitelní by Birell**

Startuje další ročník projektu, který **pomáhá handicapovaným lidem zpátky ke sportu**. Přihlásit se do něj mohou **do 5. března 2018**. Handicapovaní lidé teď mají šanci **získat potřebnou sportovní pomůcku**, která jim chybí. Registrace přihlášek probíhá na [www.nezastavitelni.cz/registrace](http://www.nezastavitelni.cz/registrace). Ze všech došlých přihlášek vybere finalisty Nezastavitelných v České republice a na Slovensku odborná komise v čele s paralympionikem Jiřím Ježkem, který je také českým ambasadorem projektu. Ti, co budou vybráni, zažijí neobyčejný rok plný zážitků a zajímavých setkání. *Zdroj: Helpnet.cz*

1. 2. 2018  
**Kollárovka seniorům – zdarma 10 lekcí, jak na internet**

**Od 1. března do 3. května 2018** se v prostorách Karlínské obchodní akademie, **Kollárova 5/271, Praha 8** koná **bezplatný kurz pro seniory** zaměřený na rozvoj dovedností a znalostí **v oblasti mobilní a digitální techniky (smartphony, tablety atd.), sociálních sítí (Facebook, Instagram), kyberšikany a bezpečnosti na internetu, internetového bankovnictví nebo mobilních aplikací**. Kurz lektorují studenti Karlínské obchodní akademie. Podrobnější informace najdete na stránkách [www.kollarovkaseniorum.cz](http://www.kollarovkaseniorum.cz). *Zdroj: MČ Praha 8*

1. 2. 2018  
**Helpnuti.cz – nová bezbariérová doprava v Brně**

Od poloviny loňského roku funguje **v Brně bezbariérové taxi s názvem HelpnuTi**, které provozuje společnost **HelpnuTi s.r.o.** Vozidlo je vybaveno **najížděcí rampou pro usnadnění přístupu vozíčkářů** a jejich následnou přepravu bez přesedání. Přepraví elektrický i mechanický invalidní vozík, kočárek, invalidní skútr a v rámci možností i jiné kompenzační pomůcky, nákup, léky apod. Nabízen je i doprovod, například k lékaři, do obchodu atd. V případě delších cest lze zajistit dohled zdravotní sestry s dlouholetou praxí u lůžka (doprovod zdravotní sestry není hrazen ze zdravotního pojištění ani v sazbě za kilometr). HelpnuTi nabízí dopravu nejen po Brně, ale jezdí i do lázní nebo na výlety do zahraničí. **Kapacita vozidla je 1 vozíčkář + 1 doprovod** (počítáno bez řidiče). **Jízdné se slevou pro držitele ZTP, ZTP/P, držitele senior pasu, studenti s ISIC: 18 Kč/km**. Kontakt na dopravce: **tel. 777 56 16 56, e-mail: bra.bec@seznam.cz**. Více informací: <http://helpnuti.cz/>. *Zdroj: Aktivní život*

1. 2. 2018  
**Hledají se zdraví dobrovolníci na výzkum kognitivních funkcí u roztroušené sklerózy**

**RS centrum Neurologické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze** (RS centrum na Karlově náměstí) hledá za účelem svých studií kontrolní **skupinu zdravých osob, kteří jsou ochotni podstoupit neuropsychologické vyšetření** **(jedná se především o vyšetření paměti, pozornosti a dalších funkcí).** Vyšetřením **pomůžete výzkumu roztroušené sklerózy**. Hledají se **především: 1) lidé starší 35 let**, především co nejvíce lidí starších 55 let, **2) u lidí s nižším dosaženým vzděláním (ZŠ, SOU) jakéhokoli věku** – nad 18 let. Vyšetření je krátké, zabere **zhruba 30 minut**. Dobrovolníci by neměli mít žádné neurologické nebo psychiatrické onemocnění, bez závislostí (závislost na tabáku nevadí), neměli by mít v posledním roce absolvované neuropsychologické vyšetření a v RS centru Neurologické kliniky by neuropsychologické vyšetření neměli mít absolvované nikdy. Více informací najdete na stránkách: <http://www.aktivnizivot.cz/aktuality/hledame-zdrave-dobrovolniky-na-vyzkum-kognitivnich-a11327547>. *Zdroj: Aktivní život*

1. 2. 2018  
**Veletrh neziskovek – NGO Market 2018**

19. veletrh neziskovek, NGO Market 2018, se uskuteční ve středu **11. dubna 2018 ve Foru Karlín v Praze.** Vstup na veletrh je pro návštěvníky tradičně **zdarma**. Návštěvníkům se představí **neziskové organizace** aktivní v sociální oblasti, vzdělávání, dobrovolnictví, oblasti lidských práv, environmentální problematice nebo jiných oblastech. Již tradičně nabídneme návštěvníkům bohatý **doprovodný program** plný **workshopů, seminářů a praktických ukázek z činnosti více než 220 českých i zahraničních neziskovek**. Můžete se také těšit na **vzdělávací program** ve spolupráci s Nadací Neziskovky.cz, networkingový koutek, apod. Organizace, které mají zájem na veletrhu vystavovat, se musejí registrovat prostřednictvím on-line formuláře na webu: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfObEyjYdyIw4ONrZf_tw6KOBCtaaff4bYtglJ1sq8RoCfJMg/viewform>. Kapacita výstavní plochy je omezená, vystavovatelé by se proto měli přihlásit včas. Cena za výstavní stánek je od 1 250 Kč. Podrobnější informace o veletrhu najdete na stránkách [www.ngomarket.cz](http://www.ngomarket.cz). *Zdroj: Nadace Forum 2000*

1. 2. 2018  
**Vznikla mapa dostupných služeb rané péče**

**Nadace rozvoje občanské společnosti** (NROS) v rámci svého programu Včasná pomoc dětem vytvořila **online mapu dostupných služeb rané péče**. Jedná se o podpůrnou webovou stránku **pro rodiny, které hledají pomoc**. Součástí je návodné Desatero pro rodiče, které jim zodpoví otázky související s postižením dítěte, v mapě pak mohou rodiče vyhledat nejbližšího poskytovatele rané péče **dle druhu postižení u dítěte**. Mapa se je dostupná na <https://ranapece.vcasnapomocdetem.cz/>. Vyhledávat v ní je možné podle místa bydliště a druhu postižení. Zadat lze sluchové postižení, zrakové postižení, mentální postižení, kombinované postižení, poruchy autistického spektra a extrémně nedonošené děti. U každé z organizací poskytujících službu rané péče je uvedena adresa, kontaktní údaje a webové stránky. Nejméně možností najdou rodiče s extrémně nedonošenými dětmi, u ostatních druhů postižení je nabídka podstatně lepší. *Zdroj: Helpnet.cz*

1. 2. 2018  
**Výzva – biologická léčba**

**NRZP ČR** prosí o spolupráci při shromažďování informací o případech, kdy byla **onkologickým pacientům odepřena biologická léčba**: „Vážení přátelé, v poslední době jsou v médiích zveřejňovány případy, kdy pacientům, kteří mají onkologické onemocnění a není u nich již účinná chemoterapie či ozařování, je odmítána biologická léčba. Podle dostupných informací je biologická léčba je v některých případech indikována jako jediný možný způsob léčení. Je všeobecně známo, že tato léčba je velmi nákladná, a proto se jí často brání lékaři indikovat a ze strany pojišťoven je vyvíjen velký tlak na to, aby lékaři tuto léčbu příliš nevyužívali. Jsme toho názoru, že je potřeba tento problém řešit systémově tak, aby u těch pacientů, kteří mají od lékařů indikovanou biologickou léčku, jako již jedinou možnou léčbu, byla tato léčba proplacena. Chápeme, že je potřeba nastavit pravidla, která budou srozumitelná, a budou aplikovatelná v každém případě, kdy bude léčba stanovena jako jediná možná. Vážení přátelé, **pro jednání s odbornými společnostmi a pojišťovnami potřebujeme mít dostatek konkrétních případů a popisů situací, kdy byla biologická léčba odepřena, přestože ošetřující lékař ji předepsal jako jedinou možnou léčbu**. Byli bychom rádi, kdybyste nám **popsali Vaše životní příběhy, týkající se výše uvedených situací**. Jde nám jednak o to, zda odmítnutí biologické léčby bylo iniciováno ze strany zdravotní pojišťovny nebo ji odmítlo poskytnout samo zdravotnické zařízení, ať už z jakéhokoliv důvodu. Velmi bychom přivítali i spolupráci pacientských organizací, které se této problematice dlouhodobě věnují. Prosím, abyste nám svoje zkušenosti **napsali na adresu v.krasa@nrzp.cz**. Bez Vašeho souhlasu samozřejmě jednotlivé příběhy nebudeme zveřejňovat. Pro jednání se zdravotními pojišťovnami a odborníky v této oblasti je budeme anonymizovat.“ *Zdroj: NRZP ČR*

10. 1. 2018  
**Desatero praktických „důchodových“ informací**

**Odchod do starobního důchodu** je zásadní životní krok. Lidé, kteří se jej v blízké době chystají učinit, mají podle zkušeností odborníků správ sociálního zabezpečení v souvislosti s touto novou rolí často řadu dotazů, zajímají se především o to, jaká mají práva a povinnosti. **Česká správa sociálního zabezpečení** proto přináší **10 důležitých rad**, které najdete na stránkách <http://www.helpnet.cz/aktualne/desatero-praktickych-duchodovych-informaci>. *Zdroj: Helpnet.cz*

10. 1. 2018  
**První pomoc u dětí**

Každý rodič a prarodič už se někdy asi ocitl v situaci, kdy musel reagovat a pomoci svému **dítěti či vnoučeti, když se zranilo nebo se náhle zhoršil jeho zdravotní stav**. Umět zvládnout první pomoc znamená někdy zachránit i život. V článku na webových stránkách <http://www.sancedetem.cz/cs/hledam-pomoc/rodina-v-problemove-situaci/zdravotni-problemy-ditete/prvni-pomoc-u-deti.shtml?utm_source=Newsletter+port%C3%A1lu+%C5%A0ance+D%C4%9Btem&utm_campaign=46e0a28081-Newsletter-1-2018&utm_medium=email&utm_term=0_f4239a25ac-46e0a28081-127017941> si můžete **své znalosti ověřit či doplnit** a můžete si zde přečíst **základní pokyny a rady, jak postupovat.** *Zdroj: Šance Dětem*

10. 1. 2018  
**Přehled firem provádějících bezbariérovou úpravu osobních vozidel**

**Vládní výbor pro zdravotně postižené občany** se věnoval dostupnosti osobních vozidel upravitelných pro řidiče na elektrickém vozíku. **Ministerstvo průmyslu a obchodu** pro tyto účely **sestavilo přehled firem v ČR, které se zabývají bezbariérovou úpravou osobních vozidel**. Tento přehled najdete na stránkách <https://www.vlada.cz/cz/ppov/vvzpo/aktuality/prehled-firem-provadejicich-bezbarierovou-upravu-osobnich-vozidel-162452/>. *Zdroj: Úřad vlády ČR*

10. 1. 2018  
**Do nového roku aktivně**

Na stránkách <https://e-sportoviste.cz/sportoviste/cela/CR/cviceni-pro-seniory/> najdete některá z míst (sportovišť), kde se koná **cvičení pro seniory**. *Zdroj: Institut důstojného stárnutí*

10. 1. 2018  
**Informace o způsobu hlasování pro volbu prezidenta republiky konanou v lednu 2018**

**Národní rada osob se zdravotním postižením** rozeslala **informace o způsobu hlasování** při volbě prezidenta republiky (první kolo se uskuteční ve dnech 12. a 13. ledna 2018). Jedná se např. o informace způsobu hlasování **voličem, který nemůže sám vybrat hlasovací lístek** pro zdravotní postižení, nebo z jiných důvodů, nemůže číst nebo psát. Pro osoby se zdravotním postižením je také důležitá ta část informace, která informuje voliče, **jak požádat o hlasování do přenosné volební schránky**. Podrobnosti najdete na stránkách <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/1878-informace-c-4-2018-informace-o-zpusobu-hlasovani-pro-volbu-prezidenta-republiky-konanou-v-lednu-2018.html>. *Zdroj: NRZP ČR*

10. 1. 2018  
**Kurzy cvičení pro seniory na Praze 8**

**Městská část Praha 8** pořádá **kurzy cvičení pro seniory**. Konají se **v lednu 2018 každý pátek od 10.00 a od 11.15 hod.** v Centru RoSa, **Střelničná 1608/8, Praha 8 – Kobylisy**. Cvičení se zaměří na protahování celého těla, posilování hlubokých svalů, posílení pánevního dna, správné dýchání a držení těla, použití lehkých cvičebních pomůcek, cviky proti bolesti zad. Cvičí se v malých skupinkách. Účast na kurzech je **zdarma**. Termíny konání: **12. 1. 2018, 19. 1. 2018, 26. 1. 2018**. Více informací: <https://www.praha8.cz/Kurzy-cviceni-pro-seniory.html>. *Zdroj: MČ Praha 8*

10. 1. 2018  
**Začala registrace na konferenci INSPO 2018**

Registraci účastníků konference INSPO 2018 dnes spustilo pořádající **BMI sdružení**. Již 18. ročník **konference o informačních a komunikačních technologiích pro osoby se specifickými potřebami** se uskuteční v sobotu **7. dubna 2018 v Kongresovém centru Praha**. Největší a nejvýznamnější tuzemská konference tohoto zaměření představí **nejnovější tuzemské i zahraniční aplikace, programy a pomůcky usnadňující život lidem s různým zdravotním postižením**. Konference je ojedinělá i svou přístupností po účastníky s nejrůznějšími specifickými potřebami. Stejně jako v minulých letech bude ve všech třech jednacích sálech zajištěno tlumočení do znakového jazyka i simultánní přepis. Ten mohou sledovat účastníci se sluchovým postižením nejen na plátně, ale také na tabletu. A slabozrací návštěvníci mají možnost si na zapůjčeném tabletu nastavit prezentaci promítanou na plátno. Zájemci, kteří se nemohou zúčastnit konference osobně, budou moci sledovat on-line přenos programu z hlavního sálu na internetu. Po konferenci budou zveřejněny videozáznamy všech přednášek, které pořídí středisko Teiresiás. Program konference a registrační formulář najdete na stránkách <http://www.inspo.cz/>. Účast na konferenci je za symbolický **poplatek 300 Kč**, který zahrnuje i průběžné občerstvení a oběd. Účastníci, kteří mají průkaz TP, ZTP nebo ZTP/P, zaplatí pouze 200 Kč, pro osobní asistenty je účast zdarma. *Zdroj: Aktivní život*

10. 1. 2018  
**Literární soutěž Internet a můj handicap**

Soutěž je určena pro **autory se zdravotním postižením**. Soutěžní práce může mít rozsah maximálně 600 slov. Autoři by v ní měli vyjádřit na základě vlastní zkušenosti, **jak jim internet nebo telefon pomáhá vypořádat se se zdravotním postižením**. Při hodnocení se bude přihlížet jak k literární úrovni textu, tak k obsahové zajímavosti. Pro účastníky soutěže připravilo pořádající **BMI sdružení řadu hodnotných cen**. Soutěžní práci opatřenou poštovní i elektronickou adresou je třeba **poslat v elektronické podobě nejpozději do 25. února 2018** na adresu info@helpnet.cz. Vyhlášení výsledků soutěže a předání cen se uskuteční **na konferenci INSPO v sobotu 7. dubna 2018 v Kongresovém centru Praha**, kde budou promítnuty také videomedailónky tří vítězů, které pořídí pořadatelé. Podrobnější informace o konferenci INSPO i literární soutěži Internet a můj handicap najdou zájemci na stránkách [www.inspo.cz](http://www.inspo.cz). *Zdroj: Aktivní život*

10. 1. 2018  
**Zaměstnávání OZP v domácím prostředí**

**Národní rada osob se zdravotním postižením** na svých webových stránkách vyjasňuje aktuální situaci a podmínky pro **práci zaměstnanců se zdravotním postižením, kteří pracují doma**. Tito zaměstnanci i jejich zaměstnavatelé mají obavy, že současná úprava zákona č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti zhoršila podmínky pro zaměstnávání osob s těžkým zdravotním postižením z domova. Jedná se o výplatu příspěvku podle § 78 zákona. **NRZP ČR vysvětluje, že nová právní úprava možnost podpory domácích zaměstnanců zachovává, a to zejména z důvodu ztížené mobility těžce zdravotně postižených osob**, protože stanoví pouze maximální možný podíl tzv. domácích zaměstnanců u zaměstnavatele, který má být uznán na chráněném trhu práce. Jednou z podmínek pro poskytnutí příspěvků zaměstnavatelům je zaměstnávání nadpoloviční většiny zaměstnanců, kteří jsou osobami se zdravotním postižením, na pracovištích, která nejsou jejich bydlištěm, a to v období 12 měsíců přede dnem podání žádosti o uzavření dohody o uznání. Jedná se o podmínku, která byla rozhodná pro poskytování příspěvku na podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením již od roku 2012. V daném případě se tedy jedná pouze o legislativně technickou úpravu již existujícího právního stavu. **NRZP ČR je přesvědčena, že nová právní úprava nebrání lidem se zdravotním postižením vykonávat svoji dosavadní práci přes počítač a jiná zařízení z domova.** Podrobnější vysvětlení najdete na stránkách <http://www.nrzp.cz/aktualne/informace-predsedy-nrzp-cr/1877-informace-c-3-2018-zamestnavani-ozp-v-domacim-prostredi.html>. *Zdroj: NRZP ČR*