



*„Překážky v nás vyburcují vlohy, které by za příznivějších okolností zůstaly dřímat.“*

**Quintus Horatius Flaccus, římský lyrik**

**Projekt**  
**REKORDY HANDICAPOVANÝCH HRDINŮ (RHH)**

je realizován za finanční podpory:

- Krajského úřadu Moravskoslezského kraje



- statutárního města Ostravy

**OSTRAVA!!!**

- Nadace ČEZ



© RHH, z.s.



[www.hecportal.cz](http://www.hecportal.cz)

# REKORDY HANDICAPOVANÝCH HRDINŮ



Foto na obálce: Monika Křístková (podrobnosti na stranách 18 – 20)

Fotografie:  
Prof. Jindřich Štreit  
Václav Krzywon  
archiv vítězů

Tisk: Tiskárna PRINTO, s.r.o  
Sazba: Robert Návrat  
ISBN 978-80-908313-0-8

**Str. 7:** Největší bitvu svedla Zuzana Habáňová s bílou hůlkou – a ta jí otevřela cestu



**Str. 16:** Užít si naplno i vzácné střípky běžného života



**Str. 33:** Brom Wikstrom: Život je takový, jaký si ho uděláme



**Str. 10:** Radim Řehůřek alias hluchoslepý chilli maniak



**Str. 21:** Příběh pěstounské rodiny Marty a Václava Flejberkových po 35 letech



**Str. 36:** Fotosoutěž FOCUS RHH 2021 má své vítěze



**Str. 12:** I hrdinové umírají. Takový je život



**Str. 26:** Český para hokej se dostává do povědomí stále více lidí



**Str. 46:** Adrian Anantawan: Hodlám dokázat lidem, že dovedu to, co ostatní



## Ocenění hrdinové handicapu

Letošní slavnostní vyhlášení výsledků celostátního projektu REKORDY HANDICAPOVANÝCH HRDINŮ (RHH) proběhlo 23. září v aule Krajského úřadu Moravskoslezského kraje.

Pátý ročník tohoto projektu se už tradičně uskutečnil pod záštitou náměstka hejtmana MSK Jiřího Navrátila. Zároveň mu udělila záštitu i náměstkyně primátora SMO Andrea Hoffmannová a Jiří Carbol, předseda sociálního výboru MSK.

Ceny RHH navrhuje instituce a veřejnost za mimořádný počin, vzor, nebo projekt ve prospěch osob se zdravotním postižením, a to ve čtyřech kategoriích.

- Hrdinové handicapu (příběhy obdivuhodných výkonů)
- Pečující v handicapu (sebeobětující se osobnosti)
- Projekty handicapu (projekty organizací a filantropů)
- Emisaři handicapu (následováním hodné příklady a vzory)

Projekt REKORDY HANDICAPOVANÝCH HRDINŮ má za cíl přispívat netradičními formami k lepšímu informování veřejnosti o aktivitách lidí se zdravotním postižením a těch, kteří se jim věnují. V uvedených čtyřech kategoriích převzalo ocenění deset vítězů, protože druhá a třetí místa zde nejsou.

Doprovodným projektem REKORDŮ HANDICAPOVANÝCH HRDINŮ byl rovněž druhý ročník fotosoutěže FOCUS RHH 2021 s podtitulem POMÁHÁME SI, jenž vznikl za podpory Nadace ČEZ.

### Celkový seznam vítězů

#### a) Hrdinové handicapu (příběhy obdivuhodných výkonů)

Zuzana Habáňová – začala si plnit sny, když ve třiceti letech oslepla

Radim Řehůřek, jenž se dal s Usherovým syndromem na cestu sebepoznání a chilli soutěží

Mário Muladi – hrdina, který byl mimo jiné inspirací pro celý projekt RHH

#### b) Pečující v handicapu (sebeobětující se osobnosti)

Marie Čalkovská, bojovnice s krédem „Co tě nezabije, to tě posílí“

Manželé Flejberkovi, profesionální rodiče ve službě svěřeným dětem

Monika Křístková, s progresivní svalovou dystrofií a obdivuhodným přístupem k lidem

#### c) Projekty handicapu (projekty organizací a filantropů)

Cena MOSTY, dlouhodobě podporující lidi se zdravotním postižením

Emil Open, jenž v podpoře handicapovaných sportovců patří na špici v ČR

Národní tým para hokeje, který se dostává do povědomí čím dál více lidí

#### d) Emisaři handicapu (následováním hodné příklady a vzory)

Eva Csölleová a Vítek Formánek - desítkami neuvěřitelných příběhů pozoruhodných lidí

## Jak to vidí podporovatelé projektu Rekordy handicapovaných hrdinů



### Jiří Navrátil, náměstek hejtmána MSK pro oblast sociální:

„V Moravskoslezském kraji je dlouhodobě kladem důraz na řešení problematiky aktivního začleňování občanů se zdravotním postižením, současně s jejich rovnoprávnou účastí v tomto dění. Nejvýstižněji tuto snahu vyjadřuje motto aktuálního Moravskoslezského krajského plánu vyrovnávání příležitostí pro občany se zdravotním postižením, které zní: „Svět pro všechny - kraj pro všechny“.

Motto vyjadřuje postoj Moravskoslezského kraje k občanům se zdravotním postižením. Za cíl si klademe vyrovnávat příležitosti pro občany se zdravotním postižením, především se zaměřením na kvalitu života, možnosti zapojení do celospolečenského dění a pomoci naplňování jejich základních práv a svobod.

Chtěl bych touto cestou poděkovat organizátorům Rekordů handicapovaných hrdinů za tento počin, neboť i díky tomu se ukazuje, že i lidé s handicapem dokážou velké věci.“



### Andrea Hoffmannová, náměstkyně primátora SMO pro školství a sport:

„Ostrava myslí na potřeby všech svých občanů a snaží se nabízet a podporovat nejrůznější projekty, handicapované nevyjímaje.

Pravidelně podporujeme v rámci dotačních programů města aktivní sport handicapovaných sportovců a také sportovní akce pro handicapované, které se staly již tradičními a divácky oblíbenými eventy, ať je to Para-table Tennis, organizovaný TJ Ostrava či Mistrovství světa v parahokeji, jež se v Ostravě konalo již třikrát.

Samozřejmostí je také zajištění bezbariérovosti sportovišť a škol či školských zařízení reflektovaná snahou o co největší inkluzivní přístup a rovné příležitosti.“



### Jiří Carbol, předseda sociálního výboru MSK:

„Jak jsem vždycky tvrdil, je nesporné, že zdravotně postiženým lidem i jejich rodinám může jejich okolí výrazně pomoci s integrací do společnosti a umožnit jim plnohodnotný život v co největší možné míře. Právě tyto snahy a otevírání nových obzorů jsou rovněž cennými devizami celostátního projektu Rekordy handicapovaných hrdinů.

Je velmi dobře, že tato – už pětiletá – tradice, kterou podporuji od jejího vzniku, bude v Moravskoslezském kraji pokračovat. A chci zároveň vyjádřit obdiv všem oceněným za to, co dokázali. Včetně toho, že jsou ve svých složitých životních situacích vzorem pro ostatní.“

## Vítězové fotosoutěže FOCUS RHH 2021 na téma POMÁHÁME SI:

### a) Mezilidské vztahy

Jana Sobotková

### b) Příroda

Adam Křištofor

### c) Kuriozity

Markéta Zadražilová



## Sny si začala plnit, když ve třiceti letech oslepla: vzala krosnu na záda a vyrazila do světa

### Největší bitvu svedla Zuzana Habáňová s bílou hůlkou – a ta jí otevřela cestu

Od dětství trpí cukrovkou a její život je závislý na aplikaci inzulínu. Ve třiceti letech jí nemoc způsobila masivní krvácení do sítnice a začala slepnout. O jedno oko přišla úplně. V té době žila sama, přátele ani rodiče, žijící několik set kilometrů daleko, nechtěla svým problémem zatěžovat. Dobrou práci a společenský život vyměnila za samotu, chtěla, ať si ji všichni pamatují jako dřív.



Houpačka v ekvádorské Amazonii

**H**rozba úplné ztráty zraku na ni psychicky dolehla, nevěděla však, na koho se obrátit. Jednou jedinkrát se šla poradit za psychologkou, ta jí ale řekla, ať přijde za tři měsíce, že má plno. „Tak to už budu mrtvá,“ proběhlo jí hlavou. Čekala ji totiž komplikovaná operace, která měla rozhodnout, zda ještě někdy bude aspoň trochu vidět. Pokud by přišla o zrak úplně, nechtěla už žít. I toto měla velmi dobře promyšlené, nebyl by to pro ni problém.

V den svých třicátých narozenin se na sebe naposledy detailně podívala do zrcadla, naposledy se projela ve svém milovaném autě, sbalila tašku a odjela do nemocnice.

Když jí sundávali z oka obvaz, čekala před sebou černo. Z husté mlhy na ni však prosvítala nevýrazná modř a jakýsi pohyb. Byla to ještě včera jasné modrá stěna nemocničního pokoje a mávající ruka lékařky. Zuzaně došlo, že neoslepla úplně, nepatrný zbytek zraku jí zůstal. V ten moment jí začal znovu bavit život.

Od té doby vidí jen na jedno oko, rozmazaně a pouze na 15 %. Nemá periferní vidění, nerozeznává lidi, schody, bariéry, po setmění nevidí vůbec nic.

Dál žila daleko od rodiny a sama se znovu učila běžné věci. Starat se o domácnost, nakupovat nebo se pohybovat venku, s jedním okem totiž měla problémy s rovnováhou. Největší bitvu ale svedla s bílou hůlkou.

Odmítala ji používat, nechtěla být ta ocejchovaná. Jenže s jedním rozmazaným okem měla vrávoravou chůzi, za-

kopávala v lepším případě o schody, v horším o lidi. Ti jí nadávali, že je opilá nebo zfetovaná. Nikdy nezapomene ten okamžik, kdy opět po nějaké nadávce vzala svou hůlku v podchodu metra poprvé do ruky. Když vyšla ven, svět se změnil. Lidé se usmívali, snažili se jí pomoci, přátelsky se s ní bavili. Bílá hůl jí otevřela cestu k lidem a Zuzana zvítězila nad svou pošetilostí. Od té doby jsou nerozlučnými kamarádkami. Ke spokojenosti jí chybělo už jen jediné. Zažít ještě nějaké dobrodružství.

Jednou odpoledne jí zazvonil telefon. Dávny kamarád navrhl, jestli nechce někam na výlet. Samozřejmě, že chtěla! Za týden už stála na letišti a mířila směr Istanbul a pak Thajsko. Do té doby seděla v letadle jen jednou a nikdy neopustila Evropu. Během letu jí kamarád oznámil, že z ohromného Bangkoku poletí domů sama. On totiž bude ještě pokračovat do Malajsie. Dobrodružství začalo!

Od prvního okamžiku ji naprosto vše uchvátilo – šílená vlhkost, vůně exotiky i smažených nudlí, mraveniště lidí, všudypřítomný chaos, který měl svůj vlastní systém. Když pak seděla na opuštěné pláži jižního Thajska s vrískajícími papoušky a opicemi nad hlavou, věděla, že tohle chce zažít znovu a znovu.

Let domů proběhl jako po másle. Letecké společnosti se o handicapované totiž vždy postarají.

S lupou na jediném oku se začala učit jazyky (dnes se dokáže domluvit několika), hledat levné letenky a sbírala informace od dobrodruhů. Nejtěžší bylo sehnat spolehlivého spolucestovatele. Sportovci ani zkušenému cestovateli by nestačila, proto s sebou do světa bere ty, kteří by sami nikdy nikam nevyrazili. Naplánuje cestu, zajistí letenky a ubytování, komunikuje s místními a partáci jí zase „dělají oči“. Hned při první cestě do jižní Indie měla největší radost z rozzářených očí spolucestovatele, který poprvé viděl jiný svět než ten český.

Za posledních 10 let navštívila 43 zemí, má v oblíbenějších turisticky málo navštěvovaných destinacích s nevalnou pověstí. Chce poznat pravdu, a hlavně místní lidi. Mezi její nejzajímavější cesty patří Írán, Irák, Kolumbie, Kosovo, Sulawesi, Balkán, divoký Kavkaz, ale třeba i neuznané republiky Podněstří a Náhorní Karabach. Podle jejích slov, čím horší pověst, tím lépe se jí tam cestuje. Díky svým kontaktům se úplně sama vydala mezi Kurdy do tu-



Jak vidí svět Zuzana



Tržnice v iráckém Kurdistánu



Mezi vojáky v Náhorním Karabachu

reckého a iráckého Kurdistánu. Shodou náhod zůstala sama v severní Indii, a tak si ji sama projížděla vlakem. A věřte, že 1. třídou tam necestovala.

Doma začala provozovat couchsurfing - ubytování pro cestovatele zadarmo. Díky tomu našla mnoho nových přátelství po celém světě. Sama couchsurfing na cestách také využívala, např. v Íránu s kamarádkou po celou dobu spaly jen v rodinách a mohly tak nakouknout do jejich životů. Na cestách ji zajímají především lidé, sleduje, jak se k ní jako k nevidomé chovají. Nedávno ji velmi překvapilo Mexiko, kde se lidé k nevidomým chovali s velkou úctou.

Zuzana ale nikdy zbytečně neriskuje, sama nechodí na opuštěná místa, ven po setmění, nestanuje mimo kempy. Moc dobře si uvědomuje, co by se jí jako ženě mohlo stát.

V roce 2014 přemluvila svého tátu, ať spolu někam vyrazí pěšky. V té době odešel do důchodu a neměl zrovna nejlepší náladu, přesto s ní vyrazil poprvé na vlastní pěst do světa. A rovnou do Santiagu de Compostela. Zuzana už jen s úžasem sledovala jeho stupňující se nadšení, jak s úsměvem šlape 300 km dlouhou pouť. Od té doby vyrážejí na několikaset kilometrové cesty každý rok. Nejtěžší prý byla norská cesta svatého Olafa, která není pro handicapované vůbec vhodná. To ale zjistili až na místě. Během 400 km přes hory, údolí a cesty plné překážek každý z nich zhubl šest kilo.

Praktická nevidomost není její jediný zdravotní problém. Dlouhodobý diabetes u ní způsobuje častý pokles krevního cukru – hypoglykémii. Diabetik může upadnout do bezvědomí, což je pro ni i spolucestovatele velmi stresující. Kromě inzulinu musí mít tedy u sebe neustále zásobu cukru.

Jak je svět neuvěřitelně barevný zjistila Zuzana Habáňová vlastně až poté, co téměř oslepla. A i když ví, jaké komplikace jí v budoucnu cukrovka přinese, včetně úplné ztráty zraku, motorem jejího života je poznávat nové země, jejich vůně, jídla, atmosféru a nové přátele. Protože vše je o lidech.



Filipíny - rýžová pole v Batadu



S beduinu v jordánské Petře



S tátou před katedrálou v Santiagu de Compostela

# Radim Řehůřek alias Hluchoslepý chilli maniak

**Má Usherův syndrom a je prakticky hluchoslepý, s poruchou rovnováhy. Radim Řehůřek: „Ale jsou i horší věci, podstatně horší věci. Já mám ovšem tu výhodu, že jsem optimista a mám skvělou rodinu. Jelikož není moc věcí, které bych mohl dělat, tak jsem se vrhl na soutěžení s chilli papričkami - mezi zdravými. A světe, zboř se, začal jsem soutěže vyhrávat, dokonce se mi podařil i světový rekord.“**

**Z**aložil YouTube kanál (ten se právě jmenuje Radim Řehůřek, s podtitulem Hluchoslepý chilli maniak) a začal postovat videa. Ze začátku šlo o recenze papriček, aby lidé věděli jak moc to pálí, jak to chutná a podobně. Pak k tomu přidal ochutnávky různých chilli pochutin, chilli omáček, i extrémní gastronomii. A jelikož to mělo úspěch, rozšířil pole působnosti a začal natáčet talk show: Radimův žhovej chilli pokec.

Zde zpovídá různé osobnosti, a pokud je to možné, tak s nimi ochutnává různé chilli dobroty. A k tomu má i blog na Facebooku, rovněž pod názvem Hluchoslepý chilli maniak.

Radim Řehůřek: „Ptáte se, proč to vše dělám?

Protože chci něco dělat.

Protože i toto je možnost seberealizace.

Protože chci dodat odvalu ostatním hendikepovaným a chci, aby si uvědomili, že jsme plnohodnotní a nemáme se čeho bát.

Protože chci dokázat běžným lidem, že my handicapovaní nepatříme do starého železa, a že něco dokážeme.

Protože mě štve, když se setkám s blahosklonností zdravých lidí a jejich povyšováním. Když si neuvědomují, že i my jsme lidé se svými potřebami a touhami.

Protože chci být mediálně známější, abych mohl shánět sponzory pro lidi, kteří jsou na tom podobně jako já, ale nedokážou se o sebe postarat.

Protože jsem.“



Ano, český a světový rekordman Radim Řehůřek je doslova chilli maniak. Loni v Pelhřimově, v sídle Agentury Dobrý den, stanovil nový český rekord tím, že dokázal během deseti minut sníst 93 gramů (13 kusů) papriček druhé nejvyšší pálivosti na světě.

Když za misku s papričkami usedl, byl vybaven kapesníky a potítky, do kterých si utíral orosené čelo. Běžně Radim během konzumace pojídá sýr, který neutralizuje chuť. Mléčná bílkovina navíc odstraňuje kapsaicin a mírní pálivost. Ale součástí rekordu

bylo vynechání veškerého zajídání či zapíjení...

Po prvních čtyřech papričkách začal poprvé smrkat.

„Přiznávám, že už to pěkně hoří,“ řekl po dalším sněženém kousku. Když polkl třináctý kus, do konce limitu mu zbývala minuta. „Oheň jako blázen, to už nedám, necháme to na třinácti, nebudu to hrotit,“ řekl a otřel si usazené oči.

„Podmínkou rekordu bylo na vlastní žádost pana Řehůřka, že zkonsumované papričky po dobu 30 minut po sněžení udrží v těle, což bylo splněno,“



vedl Miroslav Marek z pelhřimovské Agentury Dobrý den, která rekord zapsala.

„Běžnou praxí na soutěžích totiž je, že soutěžící sice papričky zkonsumují, ale během několika minut se jich pak jejich tělo zbaví, a to já neuznávám,“ řekl Radim.

Extrémně pálivých papriček moruga snědl při rekordu celkem 93 gramů. Pro netréované má tato odrůda v ústech,



v krku a na jazyku efekt stejný jako kontakt s vařící vodou.

Chilli papričky navíc tomuto borci mírní projevy nevléčitelného Usherova syndromu, kvůli kterému přichází o sluch a zrak. Kapky z pálivých papriček a bylin si kape přímo do očí.

Zatímco dříve vnímal muž z Radošova na Třebíčsku jen světlo, nyní dokáže rozeznat obrysy. Překvapení úspěchem léčby jsou i lékaři, kteří ho pravidelně sledují. V takzvané Scovilleho stupnici (SHU) má pálivost papričky hodnotu



přes dva miliony. Znamená to, že kapka jejího roztoku musí být rozředěná dvěma miliony kapek vody, aby přestal být pálivý. Feferonky mají hodnotu přibližně 1000 SHU. Pálivost paprik způsobuje alkaloid kapsaicin.

Jako bývalý zdravotník, který se zajímá i o bylinkářství, připravuje Radim Řehůřek vlastní kapky nebo mazání, jež mají podle něho blahodárné účinky na cévy a sliznice. Jejich aplikaci konzultuje s několika lékaři. „Jsou překvapení, že není žádný vedlejší účinek, že to nerozežírání očí, že sliznici trávicí soustavy mám v uvozovkách jako malé dítě,“ konstatuje. „Kapky z chilli, které jsem si vyrobil, mě zachránily od absolutní slepoty.“

Odborníci však paradoxně nedoporučují sahat si rukou, která se předtím dotkla chilli papriček, nejenom do očí, nýbrž i na jiné citlivé orgány...

Radim Řehůřek: „Jsme tady, abychom se zocelili. Naučili se být pokorní, nikoliv ale pokoření. Abychom se dali na cestu sebepoznání. A musíme bojovat. Svět, ani život, se s námi nemazlí - toto sice platí pro všechny, ale pro mě (a lidi podobné) vícenásobně.“

# I hrdinové umírají. Takový je život

**Seriózní lékaři připouštějí, že po očkování trojkombinací záškrt – tetanus – dávný kašel u kojence mohou nastat různé zdravotní komplikace, například kóma, snížení hladiny vědomí, nebo dlouhotrvající záchvat. Statisticky se to prý děje v malém počtu, ovšem v případě našeho syna nám taková statistika byla houby platná.**

**M**ário se narodil jako třetí syn, zdravý „valibuk“, plný síly a zvidavosti. V půlroce však dostal zmíněnou trojkombinaci, pak vysoké horečky a pár dnů nato první dlouhotrvající křeč. Nikdy jsme nezjistili ani my, ani lékaři, jak a čím se dá těm křečím předcházet. Evidentní bylo pouze to, že Máriovi způsobovaly hrozné bolesti a blokovaly mu vývoj mozku, následně i celého organismu. Mário nikdy neřekl jediné slovo, musel být krměn a po svých chodil přibližně do 15 let, ovšem s rizikem, že když dostane nenadálý záchvat, praští sebou, jako když ho střelí.

Přiznávám, že pod vlivem mužské logiky jsem chtěl původně pro Mária střídavou péči, částečně doma, částečně ve vybraném ústavu, ale to mi žena zadržela s mimořádnou razancí (a netrvalo dlouho, dal jsem jí za pravdu).

Postupem času jsem pochopil, že Mário je pro mne osobním dárkem od Boha. A nechci jít dál do podrobností o tom, jak opravoval žebříčky hodnot v podstatě každého, kdo ho jen trochu více poznal – půjdu přímo k Rekordům handicapovaných hrdinů.

Před pěti lety mi žena řekla, že spočítala, že za dvaadvacet let svého života měl Mário více než deset tisíc křečí. (Křečí, kdy celý ztuhl jako kus dřeva, pak často – s neuvěřitelnou silou – bojoval kolem sebe, a po zklidnění usedavě vzlykal, někdy už



ani to ne.) Po takovém sdělení mi problesklo hlavou: to je opravdový hrdina. A hned nato: takových je ale určitě víc – tak pro ně zkusme něco udělat...

Proto tady máme už pátý ročník Rekordů handicapovaných hrdinů. Samozřejmě, díky ochotě a vstřícnosti řady dalších lidí, kteří umí naslouchat svým srdcím.

Druhého srpna 2021 odešel 27letý Mário Muladi, po operačních komplikacích, do svobody. Už žádné křeče. Je prvním, kdo v našem projektu dostal ocenění in memoriam.

Své poslání splnil excelentně a chci zdůraznit, že jako jeden z mála lidí zemřel bez jediného hříchu...

A štafetu hrdiny předal dalším. Napište nám o nich na adresu [info@hecportal.cz](mailto:info@hecportal.cz)

**Jiří Muladi**



## Světlo Mário

*Z mlhovin a galaxií  
Připlul jako lampion...  
A tmu světa prozářilo  
Světlo jménem Mário*

*Nemluvil, jen pozoroval  
Se srdcem jak tichý zvon  
Láska, moudrost, trpělivost...  
To nás učil Mário*

*Lampion teď stal se Sluncem  
Bdí v souhvězdí Orion...  
Tak dál můžeš cítit v srdci  
Světlo jménem Mário*

## Srdečně: Jindra ze Sovince

*Život se nezastaví a nikdy nevíme, co nás potká, s čím se budeme muset vyrovnat, co budeme muset překonat.*

*Chovám velikou úctu k lidem s tělesným či duševním handicapem, ale také k lidem, kteří se o ně starají, kteří o ně pečují.*

*Snažím se zachytit život těchto lidí, které považuji za anděly na zemi.*

*Jsou pro nás všechny velikým příkladem, jak se umí vyrovnat se situací, do které se dostali, jak dokážou řešit nemalé problémy.*

*Nechť jsou pro nás vzorem, jak vnímat život a dokázat se z něho i v těžkých chvílích radovat a prožívat lásku.*

*Srdečně Jindra ze Sovince*



▲ Prof. Jindřich Štreit má na svém kontě více než 1450 samostatných výstav a vydal 59 knih (Foto: Pavel Rašík)



▲ V rehabilitačním středisku, i přes bariéry, vznikají krásná přátelství (Foto: Prof. Jindřich Štreit)



▲ Práce v kravíně, to nejsou jen povinnosti, ale i humor a láska...



▲ Na soustředěních pro tělesně postižené se vždy najdou dobrovolníci, kteří rádi pomohou



▲ I mezi tělesně postiženými a handicapovanými dochází ke krásným vztahům, které vedou až k lásce



# Užít si naplno i vzácné střípky běžného života

**Marie Čalkovská: „Můj syn je těžce postižený, je na vozíku, k tomu autista a život s ním mě naučil radovat se ze života, i když je náročný - žít ze dne na den a užívat si ho, neřešit hlouposti, ani hloupé lidi kolem;“**

Pečuje již téměř 20 let o těžce zdravotně postiženého syna na vozíku. Po celou tuto dobu se snaží, aby syn mohl kvalitně studovat, sportovat a žít běžným životem, jako každý jiný chlapec jeho věku. Mnohokrát si ověřila, že chceme-li něčeho dosáhnout, nesmíme se vzdávat a je třeba to zkusit stále znovu. Svoje aktivní působení v Unii pečujících vnímá tak, že pomáhá nejen sobě a synovi, ale i všem současným i budoucím pečujícím. Paní Marie Čalkovská je velká bojovnice a jejím krédem je:

**Co Tě nezabije, to Tě posílí!**

**R**ády bychom nominovaly v kategorii Pečující paní Marii Čalkovskou. Svou dobrovolnickou činností v Unii pečujících pomáhá velkému okruhu lidí. Zároveň jsou pro nás obrovskou motivací úspěchy jejího syna Erika, za které v mnohém vděčí právě své pečující mamince. Celý život hledala cesty k pokrokům ve vývoji syna.

Erik se Marii narodil v roce 1999 ve 27. týdnu těhotenství. Porodní údaje byly pouhých 1200 g a 36 cm. Marie začala s Erikem dennodenně opakovaně cvičit Vojtovu metodu. Přesto se diagnóze DMO triparéza s výrazným postižením dolních končetin nevyhnují. Erik je odkázán na invalidní vozík. Přesto se jeho máma snažila dopřát mu všemožný rozvoj. Pravidelně absolvovali rehabilitační pobyty, zejména

v Dětské léčebně pohybových poruch v Boskovicích. Erik byl v péči ortopedických a rehabilitačních kapacit prof. Koláře a Doc. Schejbalové, podstoupil několik ortopedických operací v Motole.

Od roku a půl navštěvoval rehabilitační stacionář v Brně. Navzdory předpoklům okolí, odborníků i laiků, se podařilo na základě doporučení SPC Brno Hlinky Erika integrovat s asistentem v běžné základní škole v místě bydliště. Do školy nastoupil dokonce bez odkladu školního vzdělávání. Přestože mu byl v 10 letech diagnostikován Aspergerův syndrom, dokončil nejen základní školu, ale maturitou i střední školu Gemini v Brně. Studoval jazykovou školu. Po pár měsících práce v neziskovém sektoru nastoupil na filozofickou fakultu, kde dosud úspěšně studuje.

◀ Marie Čalkovská: „Když minulý rok začal covid a lockdown, spousta pečujících zůstala uzavřená doma, bez možnosti odpočinku a možnosti si přivydělat. Proto pomocí Emil Open, Spolu silněji a Unii pečujících proběhla několika měsíční akce ZDARMA NÁKUP DO DOMU. Pečující v tíživé životní situaci si mohli zdarma online objednat nákup i s dovozem. Jelikož spousta z nich nemá PC, vše jsem pomáhala koordinovat, správně preposlat a objednat.“



www.spolusilnejsi.cz



▲ Na Fóru rodinné politiky v Pardubicích.



▲ Snímek z plesu, který pořádalo Gymnázium Křenová v Brně. Část ze vstupného šlo na rehabilitaci Erika.



▲ Potravinová pomoc pro pečující 2020 v Brně (Marie Čalkovská uprostřed).



▲ Ještě jeden snímek z plesu Gymnázium Křenová (Erik moc rád na ples vyhrává v tombole).

Ve volném čase sportuje - závodně plave za SK Kontakt Brno, jezdí na hipoterapie a jezdíval na kole. S úspěchem se zúčastňoval počítačových soutěží v Jedličkově ústavu v Praze. Získal dokonce i 1. místo.

Přes časovou náročnost péče se Marie snažila dovzdělávat jako pracovník v sociálních službách a pedagogický asistent. Své vzdělání a zkušenosti uplatnila i pracovně. V posledních letech se věnovala studiu jazyků a průběžně se účastní vzdělávacích seminářů pro pečující.

Posledních 6 let dobrovolnickou pomáhá v neziskových organizacích - v Unii pečujících, Klára pomáhá a Modrá beruška. Čtyři roky je dokonce členkou představenstva Unie pečujících. V Unii zastává funkci pokladníka, stará se o nábor nových členů z řad pečujících, prezentuje činnost Unie na sociálních sítích, organizuje fotosoutěže a fotovystavy zachycující život pečujících. Obstarává jednu z poradenských linek pro pečující, které byly důležité zejména v době restriktivních opatření proti šíření covidu, tedy v době, která velmi ztížila život pečujících.

Nejvíce jí vděčíme za pořádání společných setkávání neformálních pečujících v Café Práh v Brně, arteterapeutických dílen pro pečující a rozdělování potravinové banky pro pečující.

O své poznatky a zkušenosti se snaží podělit s ostatními pečujícími. Jejich příběh je pro mnohé motivací, že se nesmíme vzdát. Ale také inspirací, že se máme snažit naplno užít i vzácné střípky běžného života.

**Hana Svobodová  
za skupinu pečujících**

„Ing. Monika Křístková má až obdivuhodný přístup k lidem (ať s postižením či zdravým) a jako žena upoutaná na vozík je svou houževnatostí životním vzorem pro ostatní. Je člověkem nesmírně empatickým, vzdělaným, laskavým a tolerantním.“

S progresivní svalovou dystrofií je paní Monika na vozíku od střední školy (od 1989). S postupem času si její zdravotní stav žádá podporu např. dýchacích přístrojů, od konce roku 2019 i PEG. Monika je však velmi silný člověk a jen tak se nevzdává. Jako nadšený dobrovolník a milovník zvířat se aktivně podílí na rozvoji a propagaci canisterapie. V minulosti, když to ještě její zdravotní stav dovolil, navštěvovala v rámci canisterapie se svou fenkou zlatého retrívra Holy a následně Májou např. Hospic ve Frýdku-Místku.

Rok po založení canisterapeutické organizace „Podané ruce, z. s.“ vznikl v r. 2001 její pobočný spolek pro Osobní asistenci (pomoc člověka člověku). Iniciátorem této myšlenky byla právě paní Monika, a to společně se svým mužem Štěpánem i kamarádkou Bc. Helenou Fejkusovou – tato pomoc osobní asistence běží už 20 let.

Věříme, že každý, kdo paní Moniku osobně zná či pozná, pochopí, proč jsme tak skromnou a obětavou ženu nominovali na ocenění v Rekordech handicapovaných hrdinů.“

Za kolektiv Podaných rukou, z. s. Monika Olbrechtová

## Jejím krédem je: Nesedím a nekoukám z okna Zpověď pro naději a inspiraci

**Jmenuji se Monika Křístková a je mi 46 let. Kolem osmého roku si moji rodiče všimli, že něco není v pořádku. A po nejrůznějších vyšetřeních stanovili lékaři diagnózu: progresivní svalová dystrofie.**



V škole jsem měla úlevu v tom, že jsem neměla tělocvik a potom i pracovní výchovu. To, že jsem mohla na této škole zůstat, bylo pro mě dost těžké a tvrdé. Moje třídní udělala maximum proto, aby vše fungovalo. Některé děti se mi posmívaly. Nikdo mě před nimi nechránil, což bylo výbornou přípravou pro další život. Ne všichni ale byli takoví. Škola byla dvoupatrová a na druhém stupni se střídaly učebny. Měli jsme proto třídu až nahoře. Schody jsem tedy vyšla jen ráno a pak odpoledne domů. V osmé třídě už jsem nemohla sama chodit na obědy. Proto třídní vymyslela, že spolužáci budou mít tzv. služby a každý den mi donese oběd někdo jiný. Střídali se všichni - za celou dobu se stalo jen jednou, že jsem byla bez oběda. Ve třídě nás bylo 40. Neměla jsem žádného asistenta, ani moji rodiče se mnou ve škole nebyli. Byla jsem odkázána jen sama na sebe a na případnou pomoc spolužáků.



Manželé Křístkovi

rozesmátý a já se zamilovala. Já studovala SEŠ a on VŠ lesnickou. Oba jsme navštěvovali stejné křesťanské společnosti. Jezdili jsme po republice, navštěvovali přátele. Velmi brzo jsme věděli, že spolu chceme strávit celý život. Nechtěla jsem ale jen někoho, kdo o mě bude pečovat. Chtěla jsem rovnocenný vztah. Byla jsem velmi ctižádostivá a šla si za svým.

Shodou okolností jsem v létě na křesťanském pobytu potkala šéfa teologické školy v Kolíně a on mi nabídl, že k nim můžu jít studovat, že studentky to dostanou jako povinnost se o mě starat. Byl to pro mě šok. Na školu jsem tehdy opravdu šla, bylo to pomaturitní studium. Spolužačky se vlastně staly mými prvními osobními asistentkami. Rozdělili jsme péči tak, že každá u mě byla vždy týden. Bylo to velmi vzrušující a obohacující. Spolužáci mě nosili po schodech a spolužačky mi pomáhaly s ostatním. V rámci této školy se na mě obrátil ředitel, že se dočetl, že mám vystudovanou ekonomku a on že potřebuje sekretářku na krátký úvazek. Zda bych to mohla dělat při studiu - tak jsem kývla. Posadili mě k počítači a dali spoustu úkolů. Pro mě to bylo celé pokus omyl, ale poprala jsem se s tím. Postupně mi docela vzrostlo sebevědomí. Měla jsem vlastní první plat, byla nezávislá na rodičích, a nikdo se ke mně nechoval jinak kvůli vozíku. V podstatě jsem ho ani nevnímala.

V roce 1989 jsem dělala přijímačky na SEŠ na Kociánku. Během následujících čtyř let jsem mnohé zažila a leckdy to proměnilo můj život. Po revoluci bylo krásné období svobody, všichni to hltali, užívali si to. Celá Kociánka se rozběhla do města, lidi koukali, nebyli zvyklí vidět invalidy mezi sebou. Padla vysoká zeď, která Kociánku obklopovala.

Po revoluci se na Kociánce objevili také křesťané. Dnes jde o skupinu, kterou společnost moc nemusí. Ale já jsem jim vděčná za hodně. Předně změnili můj pohled na život, jeho podstatu, uvěřila jsem v Boha, v Ježíše, zamilovala jsem se do něho. Tím, že jsem mezi ně začala chodit, jsem se dostala do nové sociální skupiny.

Říkáte si: Je Bůh jen takovou berličkou pro život pro ty, co ho sami nezvládají? A i kdyby byl - co je na tom špatného? Kolik z nás používá vozík, berle a jiné kompenzační pomůcky? Je tím náš život horší? Dá se říci, že ho nezvládají? Zvládají, jen k tomu potřebují pomoc.

Během studií jsem pomýšlela i na to, že mít fajného partnera by taky nebylo marné. Byla jsem mladá a moc jsem toužila po někom, s kým budu moci



Už na této škole jsem také začala chodit jako dobrovolník na návštěvy do domova seniorů. Nejdříve jsem to měli jako praxi, ale seznámila jsem se tam s některými obyvateli a něco mě tam táhlo. Chtěla jsem být užitečná, těšit druhé. V tu dobu jsem začala uvažovat o asistenčním nebo canisterapeutickém psuvi.

Když jsem školu ukončila, hned jsem se vdávala. Přestěhovali jsme se do Frýdku-Místku a manželovi se podařilo přemluvit úřednice na magistrátu, aby nám přidělili volný bezbariérový byt. S pomocí úřadu práce jsem si vyřídila živnostenský list, úřad práce mi dal poměrně vysokou dotaci na zřízení pracovního místa, druhou polovinu zaplatili rodiče. Musela jsem se hodně naučit, vše sama, často pokus omyl. Postupně jsem byla schopná zaměstnat svoji vlastní osobní asistentku, a jelikož jsem cítila, že bych chtěla ještě něco dělat, tak jsem začala chodit do státní jazykové školy na angličtinu a němčinu.

Během prvních let ve Frýdku jsme si pořídili pejska - zlatého retrívra. Nebyl asistenční. Ale nadchla jsem se pro canisterapii a chtěla ji dělat. Našla jsem organizaci v Praze, která byla jednou z prvních u nás, a prosila o nasměrování. Postupem času a složitých vyjednávání jsme s pár lidmi, kteří měli společný zájem, založili vlastní místní organizaci. Byla jsem u toho od úplného začátku. Začala jsem se svojí fenkou Holy navštěvovat domov seniorů, potom speciální školku pro postižené děti a příležitostně i jinde. Hodně jsem se tím naučila. Měla jsem výbornou kolegyni, která už o tom něco věděla, a já ji sledovala, jak to dělá. Když jsme tuto organizaci (dnes Podané ruce, z. s.) za-



kládali, dohodli jsme se, že ve stánkách budou činnosti dvě, a to canisterapie a osobní asistence.

V době založení Podaných rukou jsem byla už cca 5 let vdaná. V tu dobu se Bůh rozhodl nám dát velký dar, nad všechny dary. Otěhotněla jsem. Vlastní děti jsme nikdy neplánovali. Díky Bohu vše dopadlo velmi dobře, narodila se nám krásná zdravá dcera. Dnes je dceři 19 let, po celou její ZŠ jsem se s ní učila převážně já a měla samé jedničky. Po úspěšné maturitě na gymnáziu zavedla životní cesta i mou dceru do Brna, kde v současné době studuje na Lékařské fakultě.

Když byla dcera ještě ve školce, přihlásila jsem se na vysokou školu. V Ostravě jsem školu vystudovala, a to magisterský obor v oblasti ekonomiky a podnikání. Co dělám dnes? Stále svoji

účetní a ekonomickou práci pro Podané ruce. To mě samozřejmě i živí. V omezené míře dělám i nějaké to učto navíc. Dále se věnuji canisterapii. Mám to prostě ráda. Máme druhou fenku Máju, se kterou jsem pár let v rámci canisterapie navštěvovala hospic. Mája musí perfektně poslouchat a být ovladatelná. Navštěvovali jsme klienty, kteří se mohli posadit, nebo ještě chodili a sami si zvládli Máju hladit. Já je dokázala nasměrovat, aby použili třeba více nemocnou ruku. A hlavně jsem si při tom s těmi lidmi povídala. Rovněž dcera se naučila, jak s lidmi pracovat v rámci canisterapie.

Další z aktivit, která mě velmi baví, je soutěž O poklad Krále králů. A proč to všechno říkám? I přesto, že jsem poměrně dost zdravotně postižená a odkázána téměř ve všem na pomoc druhých, tak nesedím a nekoukám z okna. Snažím se být aktivní. Chci žít tak, jako žijí jiní. Nejsem jen pasivním příjemcem pomoci, ale snažím se tu pomoc vracet. Čím více aktivit dělám, tím více lidí poznávám a zvyšuje se rádius těch, kteří mi můžou pomoci.

Nechci být závislá na jednom, dvou lidech. Díky tomu, že moji rodiče neměli ke mně ochranný přístup, jsem se dokázala starat sama o sebe. Dokázala jsem se zdravě osamostatnit, studovat, založit rodinu, pracovat a ještě dělat něco navíc. Zároveň, od mých 17 let kráčím ve svém životě s Bohem a nelituji toho. Život je někdy hodně těžký, ale Bůh mi dává sílu. Sílu mi dává i moje rodina. Myslím, že až se uzavře moje životní kapitola, budu spokojená s tím, jak jsem v rámci možnosti žila.



## Profesionální máma a táta ve službě svěřeným dětem

### Příběh pěstounské rodiny Marty a Václava Flejberkových po 35 letech



**„Měli jsme oba v životě velké štěstí na vlastní rodiče (navíc početná rodina na straně Marty a dva sourozenci na straně Václava). Vzor dobrých rodičů, jejich stabilního manželství, pevná a laskavá výchova, dar víry a poznání vzájemné lásky nás vedlo k velkým plánům na vlastní početnější rodinu. Svatbu jsme měli v roce 1980.**

**T**oužebně asi tříleté očekávání vlastního dítěte se však nenaplnělo. Začali jsme tedy uvažovat, zda náhodou není našim úkolem nabídnout rodinné teplo dětem, které již jsou na světě a na svou funkční rodinu nemají štěstí. Nejdříve jsme zvažovali adopci. Ale sociální pracovníce nám tehdy řekla, že budeme čekat nějakých sedm až deset let. Zažádali jsme tedy o pěstounskou péči, pravda, aniž bychom věděli, co to obnáší. Absolvovali jsme testy, vyšetření a posudky...

V kanceláři sociální pracovníce byla u kalendáře hezká motivační básnička Ch. Morgensteina:

*V lískovém keři bez oříšků sedí tři vrabci - bříško k bříšku.*

*Napravo Frantík, vlevo Eda, uprostřed Honzík neposeda.*

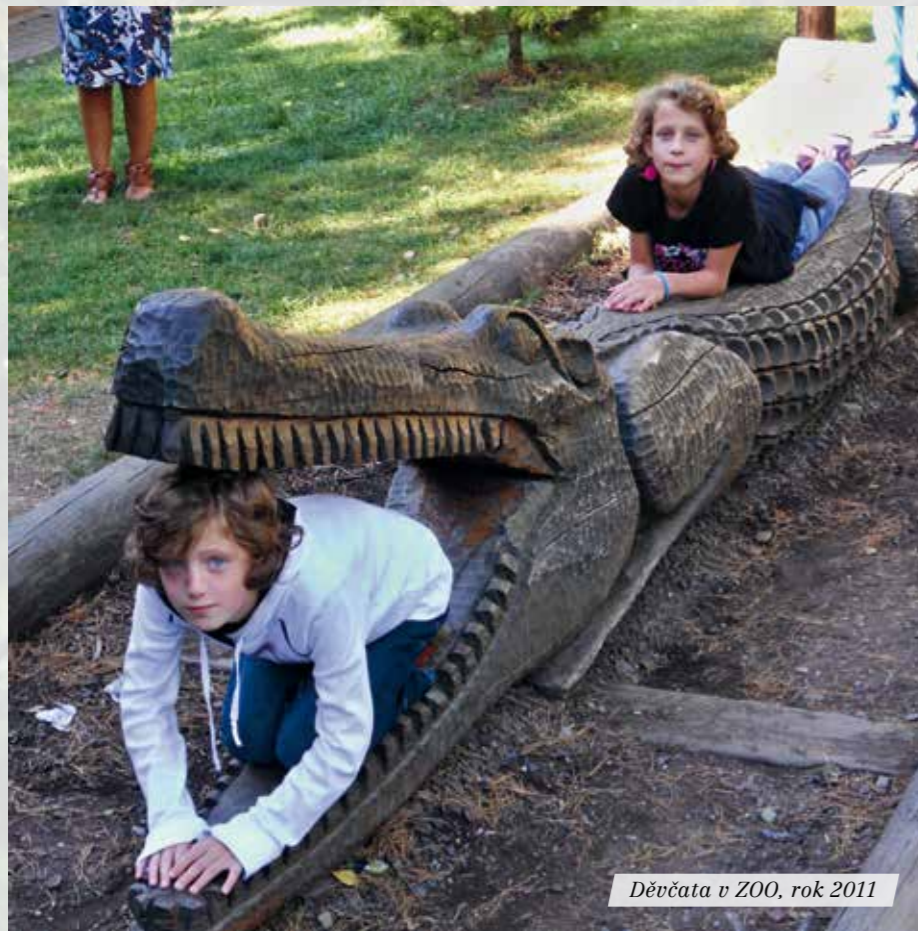
*Jak se tu choulí ve větvovi, nejtepleji je Honzíkovi.*

*Srdička tlukou tuk-tuk-tuk, vrabčáci sedí ani muk.*

Po půldruhém roce (1986) nám sociální pracovníce nabídla sourozence - pětiletou Blanku a jejího ročního brášku. Děvče bylo v dětském domově, chlapec v kojeneckém ústavu. Taková milá holčička s brejličkami. Vzali jsme ji do cukrárny, chtěla dva želatinové

řezy. Následovala druhá vycházka a pak jsme si ji vzali na neděli. S bráškou se poznali až u nás.

Mezi tím jsme dostavěli náš nový dům a po roce jsme se s dětmi přestěhovali. Když dorůstaly a začaly chodit do školy, zatoužili jsme po dalších dětech a nevedilo by nám ani mírnější postižení. S větším časovým odstupem nám bylo nabídnuto děvče téměř školního věku s poruchou, která by vyžadovala výchovnou eliminaci po týráni v raném dětství a zařazení do praktické školy. Byla to Jarmilka, která rychle zapadla do naší rodiny a dokázala se radovat z každé věci. Děti ji přijaly spontánně. Marta opustila zaměstnání zdravotní sestry a věnovala péči



Děvčata v ZOO, rok 2011



Natáčení v ČT na Kavčích Horách, náš Arnold v příběhu Pomáhejme si, rok 2009

dětem, už i kvůli nutnosti dojíždění do školy v Opavě.

Další děti jsme přijímali už s kratším časovým odstupem. Následující rok jsme převzali dvě sestřičky ve věku 12 a 10 let. Obě dvě byly již v pěstounské rodině. S tou mladší měla pěstounka problémy, proto nám byla nabídnuta, aby se nemusela vracet do dětského domova. Starší sestra se rozhodla, že půjde také k nám. Děti doma nové sestry uvítaly s radostí, nejvíce Jarmilka, protože se s oběma sestřičkami znala ještě z dětského domova.

Navázali jsme kontakt se Střediskem náhradní rodinné péče v Praze. Jejich prostřednictvím jsme se mohli zúčastňovat letních akcí jako táborů a také jednoho pobytu u moře v Chorvatsku. Navázali jsme kontakty a krásná přátelství s mnoha pěstounskými rodinami z různých koutů republiky. Bylo možno sdílet zkušenosti s rodinami, které pečovaly o různě postižené děti. Toto pražské středisko hledalo umístění pro dvanáctiletou Veroniku. Souhlasili jsme a jeli jsme si pro ni až do Jižních Čech.

Následoval příchod romského chlapce ve stáří čtyři a půl roku, a to už náš dvoupodlažní domek nestačil. Rozzebrali jsme střechu a domek jsme na přelomu roku 1999 až 2000 vylepšili o pěkné podkrovní.

Dva roky po tomto chlapci (2001) potřeboval kojenecký ústav umístit čtyřletého romského kluka, kterému se vyřizovala mezinárodní adopce. Tak jsme si zkusili i pěstounství na přechodnou dobu. Po necelých dvou letech jsme Tiborka předávali dánským rodičům k adopci.

Zažili jsme i odchod šestnáctileté Veroniky, která po čtyřech letech u nás při nástupu do učení začala zlobit a nechtěla respektovat domácí pravidla. Odešla z vlastního rozhodnutí.

Další děti, které jsme rok po sobě přijali, byli dva kluci ve věku 9 let. Oba zažili při pobytech v dětských domovech velmi stresující období. Bylo nejen naší radostí, když se chlapci opět stali plnohodnotnými členy naší rodiny.

Děti začaly odcházet a uvolnilo se místo pro poslední dvě sestry ve věku 9 a 10 let. Byly v dětském domově jako součást početnější sourozenecké skupiny. Pěstounská péče u nich probíhala při zajišťování kontaktů s biologickou rodinou. To byla pro nás nová



Fotografie ze svatby Aničky, plus sourozenci, rok 2018



Děvčata na vyhlídce, rok 2016



Na skautském výletě

zkušenost. Obě děvčata mají již dnes výuční listy a snaží se osamostatnit.

Vždy nás těšilo, že jsme vlastně úplně fungující rodina, kde nás děti oslovují: „mámo“, „táto“ a že se navzájem cítí jako sourozenci. Přitom jsme dětem nikdy nebránili v kontaktech s jejich příbuznými a někdy jsme příbuzné i vyhledali.

Všechny děti jsme „protáhli“ skautskou výchovou s mnoha zážitky v našem vesnickém skautském středisku a absolvovali jsme každoroční letní tábory. Ideálně, když taťka byl vedoucí a mamka kuchařkou a zdravotnicí.

Jsmo přesvědčení, že se nám společně podařilo vystihnout vlohy dětí a následně zvolit školu nebo učební obor. Tak máme (doma) zdravotní sestřičku, ošetřovatelku, kadeřnici, elektrikáře, truhláře, sociální vychovatelku, pečovatelskou kuchařku nebo zedníka.

Finance dětí se vždy evidovaly, někdy se ušetřilo, někoho stála škola víc prostředků. Naše investice do bydlení byly vždy odděleny od příspěvků, které patřily dětem. Vystrojili jsme svatbu několika našim dětem a ty založily vlastní rodiny. V současnosti můžeme napočítat 7 vnoučat. Podařilo se nám rovněž využít domek po rodičích a dětem vytvořit jakési startovací bydlení.

Dnes už rekapitulujeme. Život pěstounské rodiny dokáže být bohatý a pestrý. Je v něm jako v každé jiné rodině mnoho radostných zážitků a společných prožitků, není nouze o řešení všeho možného i nemožného. Oceňujeme i pomoc doprovázející organizace (Centra psychologické pomoci a rodinné a manželské poradny v Opavě) mnohá školení, školicí a rekreační víkendy, i konkrétní pomoc a stálý laskavý přístup. Potvrzuje se nám i poznání zkušených dětských psychologů, že je důležité a v zájmu dítěte pro jeho budoucnost určitě prožít dětství v teplém rodinném prostředí a také osvojit si vzor dobrého vztahu mámy a táty. Ze strany pěstounů, jakožto i rodičů, je potřeba vložit svou věru a naději do služby svěřeným dětem.“

**Marta a Václav Flejberkovi**

*P.S. Vážíme iniciativy Rekordů handicapovaných hrdinů a podotýkáme, že nám nejde o osobní publicitu, spíše vidíme potřebu motivovat pěstouny.*

*Děkujeme a srdečně zdravíme.*



Naše vnoučata

# AARON FOTHERINGHAM:

## INVALIDNÍ VOZÍK NENÍ PRO MĚ PŘEKÁŽKOU, ALE HRAČKOU



**K**dyž jsme se poohlíželi po někom zajímavém, s kým by se dal udělat rozhovor, do oka nám padl mladý Američan Aaron Fotheringham, který se narodil s chorobou zvanou Spina Bifida, což znamená, že nikdy nemohl používat nohy. Zpočátku sice používal berle, ale od osmi let je definitivně odkázán na invalidní vozík. Jednou šel se svým bratrem do skateparku a pozoroval jej. Pak se snažil dělat totéž, co bratr...ale na své technice piloval každý den a dnes je z něj účinný akrobat. S vozíkem dokáže neuvěřitelné věci, jako backflip, dvojitý backflip, frontflip otočku o 180 stupňů nebo skok z rampy dlouhé 13 metrů. V mnoha těchto skocích je prvním člověkem na světě, který to na vozíku dokázal. S ostatními BMX sportovci vystupuje v Nitro Circus Live Tour, se kterou objel celý svět. V roce

2008 vystupoval v reality show „Tajný milionář“ a získal cenu 20000 dolarů od milionáře Gregory Haerra.

**Jaké jste měl dětství a jak jste reagoval na skutečnost, že ostatní mohou chodit, zatímco vy ne?**

„Velkou část svého dětství jsem strávil po různých nemocnicích a prodělal spoustu operací, spojených s mojí chorobou Spina Bifida. Již od útlého věku jsem si všiml, že se od ostatních dětí liším, ale i přesto jsem se cítil jako někdo, kdo nad nimi má výhodu. Chápal jsem svoje berle nebo vozík jako nástroje, které mi umožní dosáhnout všeho, co jsem si vzal do hlavy.“

**Cítil jste se jako outsider a dali vám spolužáci najevo nějakou zášť nebo se vám pošklebovali?**

„Takoví blbci se najdou vždy a všude a jinak tomu nebylo ani u nás ve škole a posmívali se mi, ale myslím, že tam bylo dvakrát více těch, kteří při mně stáli a zastali se mě.“

**Začal jste dělat svoje triky na obyčejném vozíku, ale brzo jste zjistil, že je příliš těžký a křehký, tak jste si na něm začal dělat vlastní úpravy...**

„Původně jsem jezdil do skateparku s obyčejným, standardním vozíkem, ale totálně jsem ho zdemoloval za devět měsíců. Naštěstí byla poblíž firma, která je vyráběla a začala mě v začátcích sponzorovat. Tak jsem se dostal až k člověku, který se jmenuje Mike Box a který rozjel firmu Box Wheelchairs. Staví pro mě vozíky až do současnosti. Na stávající typ jsme přidali tlumiče, skateboardová kola a zpevnily rámy, aby vydržel všechny ty pády a nárazy.“

**Měl jste hodně pádů a několikrát si natloukl, než se vám daný trik povedl? Nebojíte se, že byste si mohl zlomit krční obratle a celý ochrnout?**

„Samozřejmě, že si uvědomuji možnosti vážného úrazu. Přestože to vypadá opačně, jsem hodně opatrný při provádění určitých triků a nezkusím nic, dokud si nejsem jistý, že to zcela zvládnou, nebo že jsem dokonale připravený. Příprava na daný trik je postupná a má několik fází. Nejdříve skáču a dopadám do měkké pěny. Pak přejdu na materiál, kterému se říká „resi“ a je to takový plastový povrch, kterým obložím doskočiště. A až když si jsem jistý, přejdu na klasickou, běžnou skateboardovou rampu. Kromě toho, vždycky nosím přilbu a krční límec, abych pro bezpečnost udělal maximum. I tak jsem si několikrát zle natloukl a zlomil i předloktí.“

**Jak se připravujete na provedení svých kousků? Promluvíte si nejdříve s lidmi od BMX a skejťáky ohledně techniky provedení a pak to jen prokalkulujete na váhu svého vozíku, nebo prostě jedete na rampu, uděláte nějakých 20-30 pokusů, párkrát si**

**namlátíte a postupně to vylepšujete a vylepšujete?**

„Abych byl upřímný, tak od každého něco. Nejdříve si promluví s lidmi, co dělají podobné kousky na BMX nebo na skejtu a pak na rampě skáču a skáču. Z každého pádu si odnesu nějaký nový poznatek, upravím něco na vozíku a jedu na nový pokus. Pak to samé opakuji a postupně techniku vylepšuji, až se jednou rozjedu a... bingo, úspěch.“

**Používáte tedy stejnou techniku jako BMX, takže vlastně nic nového nevyvíjíte, nebo musíte hledat vlastní cesty?**

„Jak kdy. Některé triky a kousky se dají převzít z BMX, ale některé jsou speciálně mojí disciplínou WCMX. Co se dá aplikovat z BMX je omezené, protože vozík je přece jenom trochu jiná záležitost.“ (Úsměv.)

**Požádal jste nějakého výrobce vozíků, aby vám pomohl se speciálními vylepšeními, nebo vás některý z nich uviděl, zavolal vás a vy jste se stal něco jako testovacím jezdcem? A můžete nám říct, kolik takto upravený speciální vozík stojí?**

„Mike Box mi stavěl speciální vozíky od svých devíti let. Pracovali jsme společně, kde já jsem mu předával informace a požadavky a on podle toho upravoval konstrukci, až jsme dospěli k velice odolnému modelu. Každý nový typ, který pro mě postaví, je odolnější a silnější, aby vydržel nové kousky a experimenty, které na něm provádím. Mike Box nabízí různé druhy



vozíků a podle vybavení a úprav se cena liší od zhruba 2500 do 3700 dolarů. Každý zákazník si může vybrat různé úpravy a barevné spektrum má 25 variací.“

**Děláte všechny skoky a úpravy jen pro svoje potěšení nebo dláždíte cestu ostatním a možná tak vytváříte novou disciplínu pro paralympijské hry?**

„Ano, doufám, že jednoho dne v nepříliš vzdálené budoucnosti bude WCMC (kombinace slov Wheelchair a BMX) na paralympijských hrách jako nová disciplína. Tento sport se v posledních letech hodně rozrůstá a jeden z mých nejvyšších současných cílů je dostat jej na Paralympijské hry a přitáhnout vozíčkáře z celého světa, aby si užili trochu adrenalinu, vzrušení a legrace.“

**Co pro vás znamenala série Nitrou Tour?**

„Na to turné jsem se dostal v roce 2010 a vlastně mě jen požádali, abych vyzkoušel novou rampu. Poté, co jsem skok úspěšně zvládnul, mě pozvali na celé turné jako součást týmu. Bylo pro mě velkým pozhledáním, že jsem mohl být součástí tak velké show a že jsem mohl vytvořit platformu, kde jsem mohl inspirovat lidi v různých zemích světa.“

**Řeknete nám o tom čtrnácti metrovém skoku v Brazílii? Kolikrát jste to musel zkusit, než jste bezpečně přistál? A hodláte vzdálenost zvyšovat a skákat přes auta i autobusy jako legendární Evel Knievel?**

„Zkoušel jsem čtrnácti metrovou rampu asi 5x, než jsem odjel do Brazílie a nikdy se mi nepodařilo úspěšně

přistát. Pak jsem tam vyrazil na velkou rampu, rozjel se a dopadl na obě kola na první dobrou, bez jakéhokoliv tréninku. Bylo to pro mě něco neuvěřitelného. Samozřejmě bych chtěl přidat nějaká auta nebo autobus, přes který bych chtěl skočit, možná bych přidal i proskočení ohněm nebo přes bazén se žraloky...“

**Máte v úmyslu se obklopit handicapovanými lidmi a naučit je svým kouskům, abyste pak mohl sestavit něco jako vlastní Létaující cirkus, se kterým byste jezdil po světě?**

„Myslím, že by bylo skvělé přivést spoustu lidí k této disciplíně a ukázat jiným, stejně postiženým, že vozík není jen zdravotnická pomůcka, ale i extrémní sport.“

**Vyhrál jste v reality show 20000 dolarů. Na co jste je použil?**

„Na nákup vybavení, abych otevřel svoji dílnu na opravu a přestavbu vozíků. Ještě nejsem na úrovni, abych začal rozjíždět vlastní byznys.“

**Teď máte status určité celebrity, jste první na světě, který ve svém oboru dosáhl výjimečných výsledků. Byl byste raději neznámým, ale zdravým člověkem, nebo vám současný stav vyhovuje?**

„Abych řekl pravdu, nepovažuji se za žádnou celebrity, ani za nic výjimečného. Bylo mi dopřáno vyzkoušet si několik skvělých věcí a mohu říct, že ať ve světle reflektorů nebo bez nich, rád bych zůstal na invalidním vozíku, protože si to opravdu užívám.“

**Hodláte se uplatnit jako invalidní kaskadér ve filmu?**

„Už jsem k filmu přičichnul jako kaskadér a trochu jsem i hrál a líbilo se mi to. Rád bych v tom pokračoval i v budoucnu, jestli bude o mě zájem.“

Děkujeme za rozhovor  
Vítek Formánek a Eva Csölleová



## Český para hokej se dostává do povědomí stále více lidí „Brousíme diamanty,“ říká trenér reprezentace Jiří Bříza

V České republice se para hokej začal hrát ve Zlíně v roce 1999. Zakladatel tohoto sportu u nás je Roman Herink, který sledge hokej poprvé viděl na paralympiádě v Naganu v roce 1998. Tento sport se mu jako vozičkáři ihned zalíbil a na tehdejší dobu začal vymýšlet šílený nápad, jak para hokej dostat i na zimní stadiony v České republice. Přes všechny komplikace s nedostatkem financí i vybavení, začal konstruovat první sánky. S vlastnoručně vyrobeným prototypem se mu podařilo na led vyjet zhruba po roce práce. Společně s Martinem Kudláčkem z Univerzity Palackého v Olomouci a dalšími nadšenci, se od roku 2000 věnoval rozvoji para hokeje v ČR.

První sledge se u nás podobaly tramvajovým sedačkám, které byly ukotvené na svařovaný rám s noži. I přes složité začátky se už v roce 2005 podařilo zorganizovat ve Zlíně mistrovství Evropy v para hokeji a následně i několik dalších mezinárodních

turnajů. V roce 2009 proběhlo v České republice první mistrovství světa. Konalo se v Ostravě a turnaj byl zároveň kvalifikací na paralympijské hry. České para hokejové reprezentaci se právě tam podařilo vůbec poprvé od svého vzniku na paralympiádu (Vancouveru 2010) kvalifikovat.

V roce 2019 se mistrovství světa do Ostravy opět po deseti letech vrátilo. Tento turnaj byl historicky nejúspěšnějším šampionátem, který se v rámci para hokeje kdy konal. Překonal i diváckou návštěvnost a sledovanost v rámci televizních a online přenosů. Česká para hokejová reprezentace



patřila k nejlepším celkům turnaje a obsadila 4. místo. MS se konalo v Ostravě i v roce 2021. Turnaj proběhl za přísných hygienických a protiepidemiologických podmínek. Český para hokej bral tentokrát páté místo a tím i přímý postup na Zimní paralympijské hry Peking 2022.

Kromě dlouholetých opor českého para hokeje (Michal Geier, Pavel Kubeš, Michal Vápenka, Zdeněk Krupička či Zdeněk Hábl a další), se k tuzemské reprezentaci v posledních letech podařilo přilákat i nové perspektivní hráče. K týmu se přidal třeba Václav Hečko, Patrik Sedláček, Tomáš Zelinka, Filip Veselý nebo Alex Ohar.

„V současné době jsme takovým meziklankem mezi úplnou elitou a zbytkem světa, který se para hokeji věnuje. Jsme limitovaní tím, že nejsme velká země jako USA nebo Rusko. O to víc můžeme ale zažívat pocit rodiny v kabině a o to víc i všechny členy realizačního týmu ta práce s hráči baví. Zatímco v Americe vybírají své hráče z dvaceti tisíc para hokejistů, my z dvaceti a musíme tak brousit diamanty,“ řekl k současnému vývoji české para hokejové reprezentace trenér Jiří Bříza.

„Vždy jsem hrál kolektivní sporty, i po tom, co jsem přišel o nohu, tak jsem rád, že se můžu aktivně něčemu věnovat. S klukama v kabině je sranda, můžu od nich leccos okoukat,“ dodal Radek Zelinka, který s týmem české para hokejové reprezentace trénuje teprve přes rok a už oblékl dres asistenta kapitána národního para hokejového týmu. „Na ledě člověk přijde na úplně jiné myšlenky a rivalita mezi klukama dodá i to sebevědomí do běžného života,“ řekl další nováček v para hokejovém dresu České republiky Václav Hečko.

Česká para hokejová reprezentace prošla v posledních letech generační obměnou. Vždyť průměrný věk tohoto celku patřil ještě nedávno k těm nejvyšším ve světě, přes 36 let. I díky nadšení stávajících hráčů a realizačního týmu a energii nových reprezentantů, se ale dostává para hokej do povědomí stále více lidí. Český para hokej organizuje pravidelně také rozvojové kempy a zájemci se na ně mohou kdykoliv přihlásit a vyzkoušet si tento úžasný, rychlý a progresivní sport. Bariéry neexistují a i noví hráči českého para hokejového týmu dokazují, že i handicapovaní mohou reprezentovat svou zem v národním dresu a plnit si opět své sny.

„Věřím, že je to jen otázkou nejbližší doby, kdy budeme mít i my na krku medaili z velkého turnaje,“ dodal para hokejový reprezentant Radek Zelinka.

Nejbližším cílem české para hokejové reprezentace jsou teď Zimní paralympijské hry Peking 2022.

# Ceny MOSTY na podporu lidem se zdravotním postižením

S pravidelným vyhlášením ceny MOSTY začala Národní rada osob se zdravotním postižením ČR (dále jen NRZP ČR) v roce 2003. Cílem byla a je podpora aktivit, jež přispívají významným způsobem ke zlepšení postavení osob se zdravotním postižením.

Cena je udělována za mimořádnou aktivitu nebo čin ve prospěch občanů se zdravotním postižením, a to ve čtyřech kategoriích:

- Cena NRZP ČR pro instituci veřejné správy za mimořádnou aktivitu nebo čin ve prospěch občanů se zdravotním postižením
- Cena NRZP ČR pro nestátní subjekt za mimořádnou aktivitu nebo čin ve prospěch občanů se zdravotním postižením
- Cena NRZP ČR pro osobnost hnutí osob se zdravotním postižením
- Zvláštní cena

Pokud jde o první kategorii, jsou v ní hodnoceny takové projekty, které dlouhodobě pomáhají osobám se zdravotním postižením – například snaha města o bezbariérovou úpravu veřejného prostředí, digitální mapa přístupných objektů pro osoby se zdravotním postižením a podobně.

Návrhy z řad podnikatelských subjektů a neziskových organizací jsou posuzovány ve druhé kategorii. Jako příklad lze uvést podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením, projekty zaměřené na kulturní i vzdělávací aktivity a podobně.

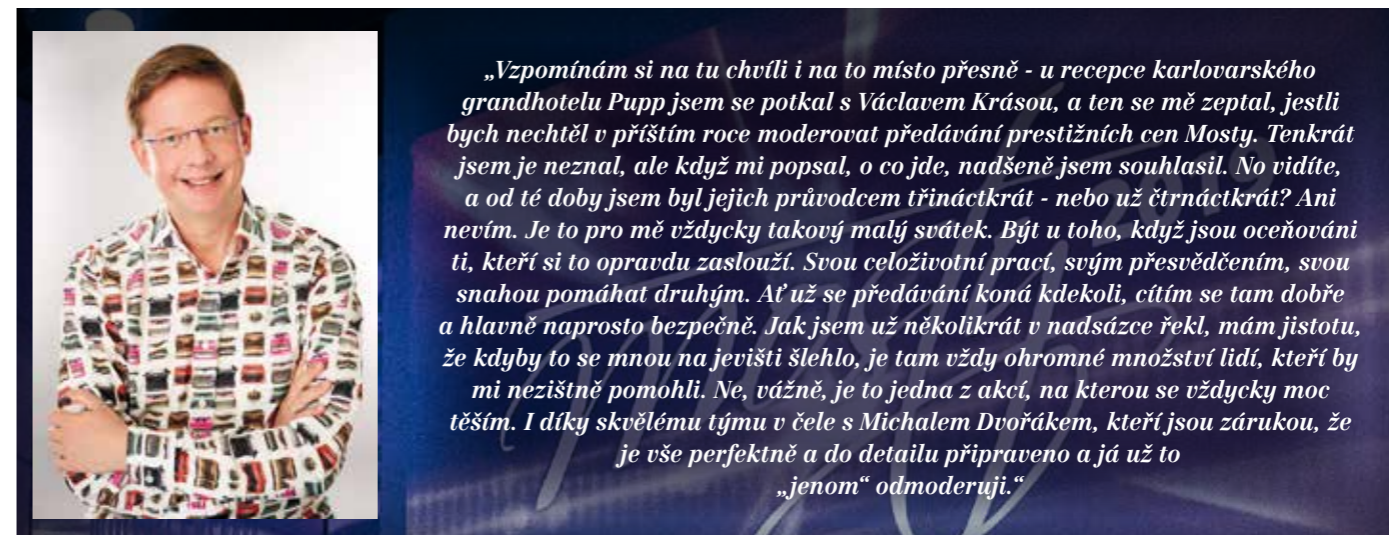
Ve třetí kategorii jsou oceňovány osobnosti, které dlouhodobě pomáhají v integraci osob se zdravotním postižením do společnosti, jsou ve svých regionech nebo celostátně mluvčími komunity lidí se zdravotním postižením, nebo jiným způsobem se zasloužily o rozvoj hnutí osob se zdravotním postižením. Příkladem může být Mgr. Jan Uherka, kterému byla předána cena za rok 2019. Pan Uherka má syna se zdravotním postižením a více než dvacet let pracuje v hnutí osob se zdravotním postižením. Při přebírání ceny Mosty uvedl, že:



Osvědčeným moderátorem akce je pan Aleš Cibulka



Předávání cen je prokládáno vystoupením umělců



„Vzpomínám si na tu chvíli i na to místo přesně - u recepcce karlovarského grandhotelu Pupp jsem se potkal s Václavem Krásou, a ten se mě zeptal, jestli bych nechtěl v příštím roce moderovat předávání prestižních cen Mosty. Tenkrát jsem je neznal, ale když mi popsal, o co jde, nadšeně jsem souhlasil. No vidíte, a od té doby jsem byl jejich průvodcem třináctkrát - nebo už čtrnáctkrát? Ani nevím. Je to pro mě vždycky takový malý svátek. Být u toho, když jsou oceňováni ti, kteří si to opravdu zaslouží. Svou celoživotní prací, svým přesvědčením, svou snahou pomáhat druhým. Ať už se předávání koná kdekoli, cítím se tam dobře a hlavně naprosto bezpečně. Jak jsem už několikrát v nadsázce řekl, mám jistotu, že kdyby to se mnou na jevišti šlehlo, je tam vždy ohromné množství lidí, kteří by mi nezištně pomohli. Ne, vážně, je to jedna z akcí, na kterou se vždycky moc těším. I díky skvělému týmu v čele s Michalem Dvořákem, kteří jsou zárukou, že je vše perfektně a do detailu připraveno a já už to „jenom“ odmoderuji.“

▲ Aleš Cibulka (Foto: Majka Votavová)



Pan Jan Uherka při přebírání Ceny MOSTY

„Je to ocenění pro všechny, kteří mě v mé práci konané ve prospěch osob se zdravotním postižením podporovali. Na prvním místě musím poděkovat své manželce a nejbližší rodině, protože převzaly ty úkoly, které manžel a otec zpravidla plní. Rodina mi také poskytovala silnou morální podporu. Rovněž děkuji všem přátelům, kteří mi dodávali odvahu a na které jsem se obracel o pomoc a radu.“

Zvláštní cena je udělována za aktuální mimořádný čin, který se dotýká lidí se zdravotním postižením, například vytvoření aplikace Záchranka, projekt Bible bez hranic – překlad biblických textů do českého znakového jazyka, nebo ocenění Hany Pánkové za záchranu dětské léčebny Vesna v Janských Lázních.

Dlouholetou patronkou udělování ceny MOSTY je paní Ing. Livie Klausová, která se vždy velmi zajímá o jednotlivé projekty. Před vlastním udělením cen se vždy sejdou všemi nominovanými, což je dvacet subjektů nebo jednotlivců a ptá se jich, jakým způsobem přispěli k pomoci lidem se zdravotním postižením, co je k tomu vedlo a také, co jim to přináší.

Posuzování návrhů na ocenění probíhá ve dvou kolech. V 1. kole vybere nominační komise pět nejlepších návrhů v každé ze čtyř kategorií. Nominační komisi tvoří Předsednictvo NRZP ČR. Ve 2. kole rozhodne hodnotící výbor o vítězích v jednotlivých kategoriích, a ti obdrží cenu MOSTY, což je keramické ztvárnění propojení dvou rukou tvořících most od akademické sochařky Jitky Wernerové. Ostatní nominovaní obdrží grafický list – pamětní diplom od akademického malíře Otakara Tragana. Jedná se vždy o originál.

Cena MOSTY je dnes již prestižní trofej. Slavnostní předávání se účastní zpravidla významní představitelé společenského a politického života a předávání cen provází významní umělci. Shodou okolností byly letošní výsledky slavnostně vyhlášeny a ceny uděleny 21. září 2021 v Ostravě. Moderátorem akce byl pan Aleš Cibulka a předávání bylo prokládáno vystoupeními pana Jaromíra Nohavici.



Zprava paní Livie Klausová, pan Václav Krása, paní Alena Schillerová

Moc díky za vše krásné, co jsme díky vám všem mohli prožít...

## Desáté evropské hry handicapované mládeže

**Sportovat a zažívat potěšení ze svobodného pohybu je snem mnoha lidí se zdravotním postižením. Sport je radost, nadšení i uvolnění, nabízí také nová přátelství a možnost zapomenout na každodenní starosti.**

**A právě proto chceme mladým handicapovaným lidem dát stejnou šanci, jakou mají všichni ostatní. Jen tak pochopí, že opravdová snaha a odhodlání mají smysl a jsou podporovány. Díky**

**Evropským hrám dostanou mladí sportovci s handicapem možnost sportovat s mládeží majoritní, najdou nové přátele a společně tak přispějí k odstraňování zbytečných předsudků a vzájemného ostychu.**

**Evropské hry umožňují mladým sportovcům se zdravotním postižením ukázat to nejlepší, co v nich je a získat tolik důležité a leckdy chybějící sebevědomí.**

**E**vropské hry handicapované mládeže ([www.emilopen.cz](http://www.emilopen.cz)) jsou mezinárodním, sportovním a společenským setkáním dětí a mládeže se všemi druhy zdravotního postižení. Akce je zaměřena na mladé, dosud nesportující či začínající amatérské sportovce ve věku 10 – 26 let. Právě jim umožňujeme zažít atmosféru skutečných mezinárodních závodů se vši vážností, která k takové události patří, a zároveň je tak motivujeme k aktivnímu sportování.

Mezi závodní sporty patří atletika, plavání, stolní tenis, boccia a bocce. Během her je prezentována řada dalších sportů a jsou pořádány kempy pro nováčky v basketbalu na vozíku a ragby vozíčkářů.

Pro zajímavost, do Brna díky evropským hrám handicapované mládeže přijelo přes 700 účastníků ze 13 zemí.

### Poslání Emil Open:

Možnost porovnat si síly v různých sportovních disciplínách a seznámit se se sportem na vyšší úrovni. U většiny zúčastněných se jedná o první kontakt se sportovci z jiných zemí a se soutěžením na mezinárodní úrovni. Díky intenzivnímu sportovnímu zážitku podporují hry nejen sportovní, ale i osobnostní rozvoj handicapovaných účastníků. Kromě sportovního klání se jedná převážně o příležitost přátelského setkání mladých lidí se zdravotním postižením z různých evropských zemí.

Umožňuje amatérským handicapovaným sportovcům zúčastnit se



závodů a setkat se tak se vzory z řad výkonnostních sportovců. Velký motivační potenciál má účast týmů až z 20 zemí Evropy. Díky soutěžením podle sportovních pravidel a v kvalitním sportovním prostředí mohou sportovci zažít nezapomenutelnou atmosféru medailového dekorování s veřejným oceněním vlastních výkonů.

Maximální podpora sociální inkluze dětí a mladých lidí se zdravotním postižením, a to prostřednictvím sportovních aktivit určených pro smíšené týmy mladých lidí s postižením a in-taktní mládeže. Dalším výrazným prvkem podporujícím sociální začlenění handicapovaných je aktivní zapojení dobrovolníků z řad žáků a studentů běžných škol.

Přiblížení sportu handicapovaných široké veřejnosti s cílem odbourávat předsudky a bariéry.

**Prezident Emil Open Pavel Zbožínek: „Pořadatelem Emil Open je Emilova sportovní, spolek založený Nadačním fondem Emil ([www.emilnadaace.cz](http://www.emilnadaace.cz)), který se zabývá podporou mladých handicapovaných sportovců. Ta probíhá ve třech hlavních oblastech – přímá finanční podpora, vytváření nových sportovních příležitostí a pořádání sportovních událostí.“**

**Mgr. Lenka Galušková SK Kaštani ZŠ a MŠ Uherské Hradiště**

„Dobrý den, moc děkujeme za certifikát, za fotky i videa, ale především za skvělé dny u Vás v Brně. Na Emil Open jezdíme již několik let, byli jsme i na 1. ročníku, proto mohu porovnávat a vidím velké pokroky;) Každým rokem je úroveň větší a větší. Na sportovní akce různého druhu jezdím s dětmi bezmála 40 let, ale Emil Open patří mezi TOP;) Všechno precizně připravené, vše klapě a když se nějaká maličkost objeví, hned je vyřešena.“

**Daniela Brašničková Klub Road**

„Hezký den! Chtěla bych poděkovat organizátorům Emil Open, že se nevzdali a i v nelehké době pro nás připravili další ročník této skvělé akce. Pečovali o nás téměř mateřsky a to nejen během sportovních klání, ale i ve volném čase - ubytování, doprava, doprovodný program, vše perfektně zorganizováno. Chtěla bych také ocenit filosofii her, kde téměř každý vyhrává. I když podle známého hesla není důležité zvítězit, ale zúčastnit se,



mám pocit, že v tomto případě dělá medaile na krku zázraky. Možná i díky tomu, že účastníci her nemají v běžném životě tolik příležitostí vyhrávat. Děkujeme!“

**Mgr. Eva Petrá ZŠ Kamenice nad Lipou**

„Dobrý den, jubilejní 10. Evropské hry jsou úspěšně za námi a opět se skvělými výsledky našich sportovců. Chtěla bych Vám moc poděkovat za výborně zorganizovanou sportovní akci i za krásný zážitek z doprovodného programu. V letošním roce pro Vás byla organizace velmi náročná s ohledem na dodržování vládních nařízení, ale vše jste zvládli dobře a patří Vám velký dík. Všichni naši žáci se už moc těší na další 11. ročník této nádherné akce. Poděkování patří také všem ostatním, kteří se o nás po celou dobu pobytu v Brně starali.“

**Ilona Literová SK Sluníčko Tanvald a DDM Vikýř Jablonec n.N.**

„Dobrý den, zdravím z Jablonce nad Nisou a děkuji za mailík, certifikáty a odkazy. A ještě jednou posílám velké poděkování za krásnou akci.“

Oba naše týmy (a sportovci i vedoucí) z SK Sluníčko Tanvald i Domu dětí a mládeže Vikýř byli velmi spokojeni, nadšení a hry si užili. Chválíme i skvělý sportovní program s organizací Černí koně a vašimi dobrovolníky na stadionu - handbike a trojboj, moc jsme si to užili a nasmáli se. Všechny nás to bavilo.

Na další doprovodný program jsme se nehlásili, protože bychom ho nestihli.

Všem organizátorům, dobrovolníkům, pomocníkům a všem patří velký obdiv za to, co všechno nám dokázali zařídit i v tak těžké době a že vše fungovalo.

Přeji všem hezké léto, pevné zdraví, hodně pohody a radosti. Těšíme se na příští ročník.

Moc díky za vše krásné, co jsme díky vám všem mohli prožít.“



## Brom Wikstrom: Ať jsme zdraví nebo tělesně postižení Život je takový, jaký si ho uděláme

**Osobně jsem potkal na cestách spoustu skvělých lidí, zůstával jsem v hippie komunitách a přijal příležitostní práci.**

**Viděl jsem teplé světlo, do kterého jsem se vydal, a byla to krásná zkušenost, která se mnou zůstala. Myslím, že po návratu do života to byla právě ona, která mě přiměla pomáhat druhým**

**Skromně musím přiznat, že jsem Andy Warhola trochu naučil, jak malovat ústy.**

**O** příběhu tohoto člověka jsme se dověděli úplně náhodou. Co nás na něm zaujalo, bylo to, že se zúčastňoval aktivně na protiválečných demonstracích na konci 60. let, že projezdil Ameriku jako černý pasažér na nákladních vlacích, což dodávalo příběhu určitou auru romantiky, svobody a nezávislosti, že se setkal s ikonou pop-artu Andy Warholem a ani přes celkové ochrnutí po hloupé nehodě to v životě nevzdal a žije naplno dál.

**Mohl byste nám říct něco víc o životě v USA na konci 60. let, kdy probíhala válka ve Vietnamu, o život přišel J.F.K a Martin Luther King a vůbec to bylo poněkud výbušné období? Na kolika protiválečných demonstracích jste byl a byly všechny brutálně potlačeny policií nebo proběhly poklidně?**

„Dospívat na konci 60. let bylo velice vzrušující. Co si pamatuji je hlavně to, že doznávala akutní hrozba nukleární války a totálního zničení, což nám připomínala každotýdenní nácviky při vyhlášení fiktivního atomového poplachu. Můj otec byl v armádě jako záložník a jeho bratr padl ve 2. světové válce, takže každodenní přítomnost armády a války byla u nás doma na denním pořádku. Protiválečné protesty se konaly ve stejnou dobu, jako černošské hnutí, a já jsem byl zapleten do obou těchto aktivit. Většina protiválečných demonstrací, jichž jsem se zúčastnil, proběhla pokojně, ale občas jsem byl svědkem nějakého násilí. Jakmile však došlo k zabíjení studentů Národní gardou na demonstraci v Ohiu, demonstrace se staly více mili-



pravicové názory, hodně fandil modernímu jazzu a k mým uším se tak dostala hudba Miles Davise a jiných progresivních umělců. To se mi hodilo později, když pak disko zaplavilo rádia, tak jsem se raději vrhnul na poslech jazzu a reggae.

**Vypadá to, že jste měl dobrodružného ducha: nejdříve jste hledal indiánské artefakty na Aljašce, pak jste žil v rozpadlých budovách a cestoval po Spojených státech na nákladním vlaku jako tulák. Snažil jste se objevit opravdovou Ameriku, nebo jste jen chtěl být tak svobodný a nezávislý, jak to jen šlo? Bylo ježdění na nákladním vlaku nebezpečné a ilegální a jaké pocity jste při tom měl - svoboda a žádné hranice?**

„Vyrůstal jsem v Seattlu blízko železniční tratě, a tak jsem často viděl tuláky, jak se zahřívají u kolejí u rozdělaného ohně a dělí se o to málo, co měli, s ostatními. Velmi využívanou metodou cestování bylo stopování a já jsem z důvodů bezpečnosti vždycky dbal na to, abych měl s sebou společníka. Krátké cesty uvnitř mého státu mě dodaly jistotu a odvalu, abych se vydal na delší cesty a pocit svobody a volnosti byly velice povznášející, člověk si na ně rychle zvykne. Několik mých kamarádů cestovalo podobně a jeden z nich měl otce zaměstnaného u drah a ten mě zasvětil do cestování na nákladních vagoncích. Technicky vzato, to bylo ilegální, ale pokud se jeden choval diskretně, tiše a evidentně nehledal něco, co by mohl ukrást nebo by obecně dělal potíže, bylo poměrně snadné se rozhodnout naskočit na vlak, který jel žadáným směrem.

tantní a já jsem byl mezi těmi demonstranty, kteří zablokovali dopravu na státní dálnici. Samozřejmě, že jsme proto čekali zásah policie, ale vyhnul jsem se zatčení a začal se věnovat více ilegální formě protestu, jako bylo noční vylepování plakátů či anonymní články ve školním undergroundovém časopise. Měl jsem štěstí, že jsem nemusel narukovat do armády, protože v té době bylo více branců, než bylo potřeba.

Seattle byl rodné město Jimi Hendrix a Bruce Lee, což mi dodávalo určitý pocit hrlosti, a ačkoliv jsem nikdy nehrál na žádný nástroj, aktivně jsem byl zapojen v místním kulturním hnutí a vášnivě rád navštěvoval koncerty, festivaly a setkání umělců v městských parcích nebo na školních kolejkách. Přestože můj otec měl



Prostě se našel prázdný vagón, naskočilo do něj a jelo se. To se všechno změnilo v roce 1975, kdy se železnice zhroutily, a byla přijata taková opatření, že už nešlo takto dál cestovat. Stopování bylo v pohodě, pokud se stopující choval slušně, rozdělil se o to, co měl a případně přispěl na benzín. Osobně jsem potkal na cestách spoustu skvělých lidí, zůstával jsem v hippie komunitách a přijal příležitostní práci, jako bylo třeba trhání ovoce.“

**Pak jste přišel k poranění míchy při plavání. Byla to nehoda nebo nerozvážnost s tragickými následky?**

„Tehdy jsem bydlel v New Orleansu několik měsíců a rozhodl se jít si zaplatvat do části řeky Mississippi, kterou jsem dobře znal a domníval jsem se, že vím, kde je mělčina a kde hloubka. Takže, já blbec jsem se rozběhl, místo abych do řeky vstoupil, a pak do vody skočil. Jenže tam byla naneštěstí mělčina a já narazil hlavou buď na dno, nebo na ponořený kmen stromu. Okamžitě jsem ochrнул, a kdyby můj kamarád stojící na břehu nerozpoznal nebezpečí, ve kterém jsem se ocitnul, určitě bych zemřel.“

**Jak dlouho Vám trvala rehabilitace, a byl jste ponechán svému osudu bez dolaru v kapse?**

„Díky bohu federální systém sociálního zabezpečení byl velmi dobrý, a tak veškerá moje rehabilitace byla pokryta pojistkou. Dokonce jsem měl nárok na invalidní důchod a jiné finanční benefity, které mi pomohly uhradit náklady za osobního asistenta, který za mnou denně docházel poté, co rehabilitace skončila. Trvala celý rok, protože se přidaly zdravotní komplikace. Měl jsem zranění v krku, díky špatné péči, které se mi zprvu dostalo. Nebyl

jsem dobře přikurtován k posteli, ze které jsem spadnul a dýchací trubice, kterou jsem měl přidělanou ke krku, se odlomila. Prošel jsem si klinickou smrt. Viděl jsem teplé světlo, do kterého jsem se vydal, a byla to krásná zkušenost, která se mnou zůstala a myslím, že po návratu do života to byla právě ona, která mě přiměla pomáhat druhým, speciálně nemocným dětem a tělesně postiženým.“

**Jaké byly podmínky pro tělesně postižené lidi na invalidním vozíku v USA na počátku 70. let? Byly již tehdy rampy u obchodů a u restaurací a existovala nějaká centra pro stejně postižené lidi, kam jste chodil? Nekoukali lidé na Vás na ulici jako na zjevení?**

„Seattle byl velice progresivním městem v postojích k vozíčkářům, a tak již na počátku 70. let byla většina městských autobusů vybavena rampou, stejně jako obrubníky měly vjezdy. Reakce obyvatel byla smíšená lítostí a zvědavostí. Velmi rychle jsem si zvykl na jejich civění a přímé otázky na tělo, zejména od dětí. Oceňoval jsem laskavost cizích lidí, kteří mi nabídli pomoc při vytlačení do kopce, nebo mi otevřeli dveře. Myslím, že právě tito lidé mě inspirovali k tomu, abych žil tak normální život, jak to jen bude možné. Takže jsem dále navštěvoval výstavy, muzea, chodil do galerií a do kina a zanedlouho jsem se stal ve městě



známou figurkou. Nedaleko mého domova je velké kulturní centrum vybudované na místě Světové výstavy 1962, které se stalo místem mnoha městských oslav a domovem pro celou řadu neziskových organizací, na jejichž programech jsem se začal podílet.“

**Jak jste se dostal k malování ústy a jak dlouho to trvalo, než jste se to naučil?**

„Když mě propustili z nemocnice, vrátil jsem se do domu svých rodičů, kteří mezitím vše upravili pro pohyb vozíčkáře a udělali mi i jednu místnost, kde jsem mohl trávit celé dny a věnovat se svým věcem, takovou mini dílničku, mini studio. Několik přátel mě nejdříve chodilo navštěvovat, ale většina se vrhla na kariéru, založili rodiny a časem jsem zůstal sám. Bylo to pro mě velmi těžké chvíle a trpěl jsem depresemi. Malování bylo pro mě způsobem, jak s depresemi bojovat a dostat se z nich a po několika měsících usilovného snažení malovat ústy jsem konečně viděl nějaký pokrok na svých obrázcích. Takže jsem zorganizoval malou výstavku svých obrázků v nemocnici, kde jsem trávil rehabilitaci, a když výstava skončila, obrázky jsem věnoval sestřičkám a lidem, kteří se o mě starali.“

**Vytvořil jste umělecký program pro dětskou nemocnici a stal se tam učitelem. Co přesně tam děláte?**

„Abych se dostal z těch čtyř stěn, kde jsem trčel doma celé dny, rozhodl jsem se dobrovolně učit dětské pacienty v neformálním uměleckém kroužku v místní nemocnici. V tu chvíli jsem si uvědomil smysl vlastního bytí a práce s dětmi - které byly buď nevyčísitelně nemocné, nebo více postižené než já a to již od narození - mi dala nové obzory. Takže jsem požádal o grant, abych mohl svůj program někam posunout. Bohužel to poněkud zkomplikovalo moji finanční situaci, protože jsem v tu chvíli spadl do jiné kategorie a snížil se můj příjem. Nicméně, naučil jsem se, jak správně žádat o granty a poznal lidi, kteří vytvářejí podmínky pro uměleckou sebe-realizaci pro tělesně postižené lidi. Také jsem začal dostávat pozvání na prezentaci v jiných místních školách, v komunitních skupinách a aktivně jsem se začal podílet na místních uměleckých festivalech. Učíl jsem takovou silnou pozitivní reakci na moji snahu, že jsem hledal možnost finanční pomoci od odborných institucí, abych se mohl zúčastnit art terapie, což mě přivedlo k národnímu programu v Kennedyho centru múzických umění ve Washingtonu DC.“

**Řekněte nám, jak jste se setkal s legendárním Andy Warholem a jaký byl?**

„Organizace známá jako VSA pořádala mnoho menších uměleckých festivalů, které oslavovaly snahu a díla umělecky zaměřených lidí s tělesným postižením. Kromě výtvarného umění ukazovali třeba tanec, drama, hudební produkce nebo literární počiny. Když jsem se dozvěděl, že národní festival se koná ve Washingtonu DC, hodlal jsem se stát delegátem za svůj stát. Měl jsem dost podpory od agentury, která podporovala můj pobyt v nemocnici, takže jsem pozici delegáta získal. Vzal jsem sebou několik mých maleb a také malířské potřeby, protože jsem hodlal malovat na festivalu účastníky, tak jak jsem to dělal i na místních akcích. Jako asistent se mnou jel můj starší bratr a byli jsme oba vzrušením bez sebe a také hodně nervózní, když jsme tam viděli všechna ty muzea, památníky a vůbec, že jsme součástí tak velké události. Andy Warhol byl pozván svým kamarádem a známým malířem Jamie Wyethem. Domnívám se, že ho lákala myšlenka být okolo rodiny Kennedyů, jejíž člen Jean Kennedy Smith byl zakladatelem celé umělecké organizace VSA.

Co čert nechtěl, náš stánek byl hned



vedle jeho a on se přišel podívat na moje vystavená díla a zavtipkovat si. Pak začal malovat svoji plechovku polévky Campbell a já jsem začal malovat portréty přítomných. Andy a Jamie pak přišli k mému stánku, aby sledovali, jak pracuji a skromně musím přiznat, že jsem Warhola trochu naučil, jak malovat ústy. Byl velmi srdečný, galantní a zdvořilý a upřímně se zajímal o moji práci.“

**Procestoval jste celý svět, včetně České republiky. Bylo to vždy jen v rámci nějakých výstav, nebo jste jeli s manželkou jako obyčejní turisté? Pokud byste mohl srovnat, kde byly podmínky pro tělesně postižené nejlepší a v které zemi nejhorší?**

„Díky Americkému zákonu o zdravotním pojištění z roku 1989 je u nás povinné, aby všechna pracovní a veřejná místa byla přístupná pro vozíčkáře. Z těchto důvodů je cestování



po Spojených státech docela jednoduché. Jsou tu samozřejmě výjimky, ale měl jsem opravdu jen minimum potíží při cestách u nás doma. Většina mých cest byla hlavně kvůli konferencím nebo výstavám a organizátoři těchto akcí vědí, jak se postarat o mé potřeby. Cesty, které podnikáme s manželkou jako obyčejní turisté, jsou daleko náročnější, ale překonávání překážek a poznávání přátelských lidí je vždycky takovou odměnou za potíže, které s cestováním mám. Manželka ráda cestuje a umí plynule italsky. Itálie nám přináší nezapomenutelné vzpomínky, ale co se týče dostupnosti pro vozíčkáře, byla to jedna z těch zemí, kde to bylo nejtěžší. Zaplatili jsme si také několik výletů lodí, jenže to se nám moc nelíbilo, neboť úzké prostory neskýtaly pro můj vozík příliš možností k pohybu a byla tu spousta potíží. Kromě toho se nám nelíbila ta neúpravná komercializace na lodích.“

**Jste členem mnoha různých charit a vedete aktivní život. Dělal byste to tak jako tak, i kdybyste byl zdravý - takže hra zůstala stejná, jen podmínky jsou poněkud jiné?**

„Začal jsem být aktivní v různých výborech neziskových organizací, abych nějakým způsobem kompenzoval státní podporu, kterou dostávám. Poté, co jsem poznal znalé a soucitné lidi, kteří pomáhali v těchto organizacích, snažil jsem se přispět stejně jako oni a učil jsem se z jejich zkušeností. Zjistil jsem, že mohu hrát důležitou a unikátní roli při řešení určitých případů a doufám, že se ze mě stane ještě lepší advokát v budoucnu. Domnívám se, že pokud bych byl zdravý, že bych dělal něco jiného.“

**Myslíte, že Vám život s handicapem víc dal nebo vzal?**

„Myslím, že život je takový, jaký si ho uděláš, ať jsi zdravý nebo tělesně postižený. Pravděpodobně proto, že jsem vyrůstal v Seattlu, cítil jsem závazek vůči komunitě. Jednou jsem slyšel přísloví, které říká: „Čím náročnější je úkol, tím sladší je vítězství“. Nevím, zda je to pravda nebo ne, ale pokud mohu někoho inspirovat, aby se snažil ještě víc dosáhnout svých cílů, nebo abych pomohl někomu, kdo potřebuje pomoc, pak jsem přispěl k tomu, aby bylo na tomto světě o něco líp.“

Děkujeme za rozhovor  
Vítek Formánek a Eva Csölleová

# FOCUS RHH 2021 MÁ SVÉ VÍTĚZE

Vážení přátelé a příznivci Rekordů handicapovaných hrdinů, letos jsme zahájili druhý ročník fotosoutěže FOCUS RHH 2021

na téma: POMÁHÁME SI,  
v kategoriích:

*Mezilidské vztahy*

*Příroda*

*Kuriozity*



Fotosoutěž vznikla za podpory Nadace ČEZ a její kritéria splňovalo 43 snímků, z nichž odborná porota vybrala devět, jejichž autoři obdrželi hodnotné ceny.

Konkrétními vítězi v jednotlivých kategoriích se stali:

a) *Mezilidské vztahy*  
Jana Sobotková

b) *Příroda*  
Adam Křištofory

c) *Kuriozity*  
Markéta Zadražilová

Vyhodnocení fotosoutěže přinášíme na straně 6 a s vítěznými snímky vás postupně seznámíme. Zájemci je mohou shlédnout rovněž na stránkách [www.vozka.org](http://www.vozka.org) a na stránkách [www.hecportal.cz](http://www.hecportal.cz)



▲ Když tlačím, tak tlačím...



▲ Zátíší



▲ Oddech u lva

# Eva Csölleová a Vítek Formánek: Psaní jako životní poslání Ať každý den stojí za to...

**Každý máme na této Zemi a v tomto životě nějaký úkol. Ten náš je vyprávět příběhy lidí, kteří nás zaujali a psát o nich knihy. Ať to zpočátku byli popálení letci RAF, zajatí letci, herci, bezdomovci, pankáči, umělci, nebo tělesně postižení. Tvoříme ideální tým: Eva ráda fotí a pracuje s PC, já se rád ptám a píšu.**

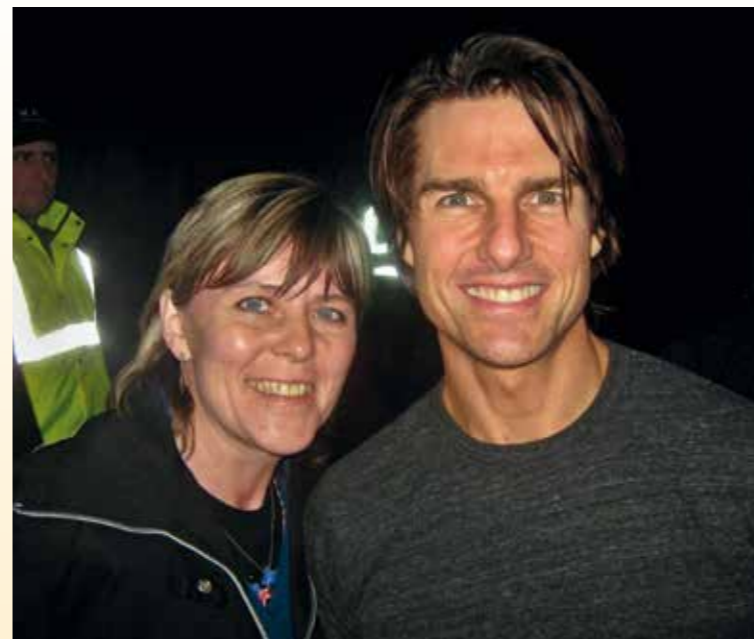
**K**dyž jsme před několika lety začali spolupracovat s paní Vidurovou z *Vozíčkáře*, bylo pro nás téma tělesně postižených pole neorané. S postupem času jsme ze začali otkávat a kladli si větší cíle, podobně jako sportovec, který začínal běhat 100 metrů a teď by si troufnul na 10 kilometrů. Když *Vozíčkář* skončil, nabídl nám spolupráci pan Plohák z časopisu *Vozka* a pan Muladi z *hecportalu*. Začali jsme se specializovat na zahraniční osobnosti, protože jsme zjistili, že to u nás nikdo nedělá. My jsme vždycky šli neprošlapanou cestou a dělali si věci po svém, takže se nejednalo o pohrdání, nebo nezájem o domácí scénu... A opět jsme hledali výzvy, čím zajímavější osobnost, tím větší touha ji vyzpovídat.

Zajímaví lidé jsou všude na světě, o mnohých ani nevíme, že žijí, nebo co dokázali, a dozvíme se o nich jen náhodou. Čím pozoruhodnější příběh, tím větší touha s ním navázat kontakt a vyzpovídat ho. Postupem času se nám podařilo sehnat desítky neuvěřitelných příběhů pozoruhodných lidí a tak vznikl nápad dát dohromady motivační knihu *Přes překážky, osudu navzdory*. Rok jsme sháněli peníze a našli podporu u vydavatele pana Šimona Ryšavého, kterému se nápad líbil, neboť podobná kniha u nás na trhu dosud nebyla.

S prosbou o propagaci nám vyšly vstříc portály pro tělesně postižené, takže víc jsme dělat nemohli. Přesto - a vůbec nevíme proč - o knihu zájem nebyl a byli jsme zdrceni nejen my, ale i pan vydavatel.



Tomáš a Vítek

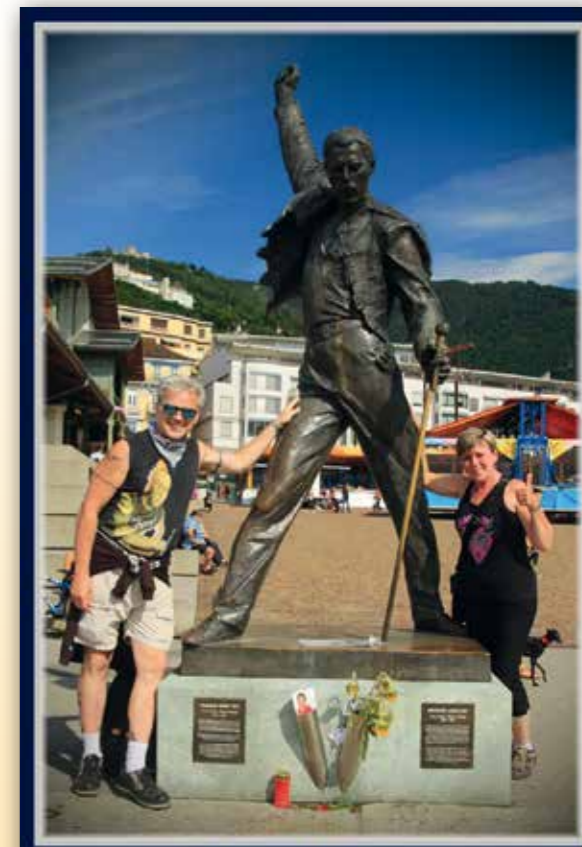


▲ Tom Cruise a Eva

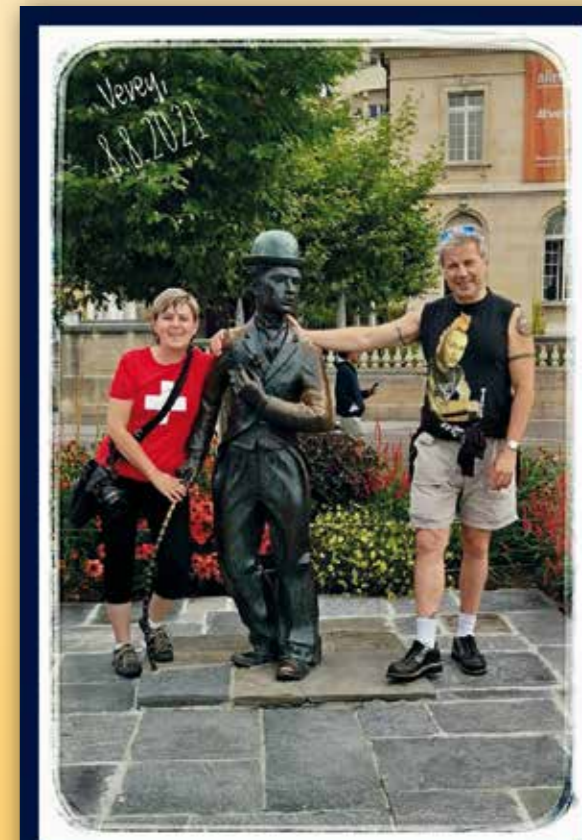
Nevíme, zda to bylo tím, že nešlo o bulvární drby mediálních „hvězdiček“ nýbrž o seriózní knihu faktů o lidech, kteří netouží po pochybné slávě. O lidech, kteří se spíš snaží život nevzdát a něco v něm dokázat - což není téma, které by se dnes moc nosilo. Připadali jsme si jako sportovci, kteří dají do přípravy na OH všechno, ale nakonec nejsou ani nominováni, protože neměli správný PR management. Přesto jsme na knihu pyšní.

I v životě je většinou cílem cesta, která je mnohem zajímavější a napínavější, než samotný cíl a výsledek. Nejinak je to i s naším psáním. Pokud vše půjde dobře a podle plánů (i těch edičních) tak k letošním čtyřem knihám nám příští rok vyjdou další tři. A díky panu Himalovi z nakladatelství Petrklíč si ten krásný, kreativní pocit vzniku knihy vychutnáme podvanácté za pět let. Odměna je minimální a řekněme si, i sekundární, ale ten pocit naplnění a uspokojení z vytvořeného díla, ten je úžasný. Ať každý den stojí za to.

▼ Šumava - jezero Laka



Pozdrav z Montreux



Pozdrav ze Švýcarska



▲ Vidím dobře – rychlé občerstvení?



▲ Já jsem se tu nevytlíhnul, jenom jsem se schoval...



▲ I boty si chtějí odpočinout



# Dlouhodobá pomoc handicapovaným lidem v praxi

## Jak Martina změnila svůj život...

**Zdravotně postižené Martině bylo dvaatřicet let, když se o ni rodina nemohla dál starat a našla jí nový domov v ostravském Čtyřlístku – centru pro osoby se zdravotním postižením. Tak, jako v mnoha jiných případech ani tentokrát nešlo o to, že by Martinu doma nechtěli, ale vzhledem k jejímu tělesnému i mentálnímu postižení byla pro stárnoucí rodiče péče o dceru fyzicky stále obtížnější, jakkoliv své rozhodnutí o jejím umístění do služeb sociální péče oddalovali.**

V roce 2008 se paní Martina stala klientkou Domova na Liščině ostravského Čtyřlístku. Pro mladou ženu na invalidním vozíku to byla velká změna. O kontakt s rodinou sice nepřišla, ale všechno bylo jiné, než dřív. Jak si zvyknout na rozlehlé prostory ve dvou budovách, kde se sotva orientovala? Na nové lidi, spolubydlící, které do té doby neznala? Jak přijmout společné stravování? Jak zaplnit volný čas?

To všechno bylo pro Martinu nové, dosud nepoznané. Personál domova tohle všechno dobře znal. Martina nebyla první klientkou, jež se ocitla v podobné situaci. Všichni se snažili krůček po krůčku Martině nový život usnadňovat a také jí pomáhat získávat více samostatnosti, aby nebyla tolik závislá na pomoci jiných.

Domov na Liščině také během let procházel postupnou modernizací,

takže zdejší vozíčkáři už nebyli odkázáni na doprovod personálu, aby se s vozíkem dostali do výtahu a posunuli se o patro výš nebo níž... Výtahy se zvětšily a přestaly se používat čipy. Pokoje pro klienty byly zrekonstruovány tak, aby v nich klienti měli více soukromí i pohodlí. Na stravu si v Domově na Liščině nikdo stěžovat nemohl, ta je výtečná a nutričně vyvážená, ale jídelna pořád společná... Martina chtěla žít jinak, v jiném pro-



Paní Martina v zahradním altánku s pracovníci v sociálních službách domku v Petřkovicích, paní Janou Mejstříkovou

středí, a tak jí po čase nabídli místo v chráněném bydlení. Rozlehlá vila se zahradou v Ostravě-Vítkovicích jí poskytla potřebné soukromí, vlídné prostředí i venkovní výtah. Ale tady Martina přece jen narazila na své limity. I když měla kolem sebe kamarády, zjistila, že samostatnější život v chráněném bydlení přece jen nevládne. Nezbylo nic jiného, než se vrátit zpátky do domova.

V té době už se ale ve Čtyřlístku zrodil plán na realizaci tzv. „transformačního procesu“, financovaného z velké části z fondů Evropské unie a zčásti také ze zdrojů zřizovatele – statutárního města Ostravy. Jeho smyslem byla kompletní změna životních podmínek klientů tří největších domovů pro osoby se zdravotním postižením ostravského Čtyřlístku. Během let 2019 – 2021 mělo být v Ostravě nově postaveno nebo kompletně zrekonstruováno 13 budov, v nichž by našlo nový domov 159 klientů Čtyřlístku. Tato převratná změna, jež svým rozsahem neměla v dosavadní historii organizace obdobu, měla významně ovlivnit i život Martiny.

V roce 2019 otevřel Čtyřlístek pro šedesát svých klientů v různých částech Ostravy pět nově postavených domků v rámci první etapy transformačního procesu. Každá z těchto novostaveb rodinného typu má moderní architekturu a odpovídá požadavkům ekologického bydlení. Ve dvou domcích žije v každé z nich dvanáct

klientů, kteří mohou bydlet buď ve dvoulůžkových, nebo jednolůžkových pokojích. Mají k dispozici společný obývací pokoj s jídelnou a otevřenou kuchyní, sociální zázemí, technickou místnost a rozlehlou zahradu, dávající prostor volnočasovým aktivitám.

Martina měla to štěstí, že se mohla nastěhovat do jednoho z prvních nově postavených domků v Ostravě-Petřkovicích. Je šťastná. Domeček jí poskytuje všechno, co potřebuje a má ráda. Bydlí v pokoji sama, protože ráda poslouchá hudbu, ráda sleduje televizi – jejím velkým hereckým favoritem je

Tomáš Holý a žádný z jeho filmů si nenechá ujít. Ke všem svým zálibám přece jen potřebuje trochu soukromí. V domku žije pět jejích kamarádek, s nimiž se podílí na úklidu, skládání vypraného prádla, mytí nádobí anebo práci na krásné zahradě, o kterou společně s personálem domku klientky s láskou pečují. Však je to na první pohled patrné každému, kdo jde kolem „Sv. Jana“, jak se zdejší ulice po nedalekém svatém patronovi jmenuje. Každý se může podílet na společných činnostech podle svých možností a schopností, ale vždy je nablízku personál, pečující o klienty nepřetržitě čtyřadvacet hodin denně.

„Moc se mi tady líbí a už bych určitě neměnila“, tvrdí Martina, která se dvakrát v týdnu setkává s dalšími kamarády z jiných domků v sociálně-terapeutických dílnách Čtyřlístku v Centru pracovní činnosti. To je příjemná změna. I tady jí to baví, protože může podle svého zájmu tvořit a naučit se něco nového, co jí dělá radost.

Loučím se s Martinou v zahradním altánku jejího domova, kde si Martina ráda dává svůj odpolední šálek kávy. Kocháme se krásnou zahradou a skoro se nechce odejít. Přemýšlím o tom, kolik toho Martina ve svém životě prožila, co ztratila a co znovu získala. Nejkrásnější na tom všem je, že přes svůj handicap neztratila sebedůvěru, našla nové přátele a teď se konečně cítí být doma tam, kde je. Definitivně.

BOHDANA RYWIKOVÁ



Paní Martina v sociálně-terapeutických dílnách Centra pracovní činnosti



▲ Nebeské pozdravení pařezu



▲ Svět ve skleněnce



▲ Srdíčko na hraní? Opatrně...

# Adrian Anantawan:

## Hodlám dokázat lidem, že dovedu to, co ostatní



Měli jsme zájem o rozhovor s tělesně postiženým hudebníkem. Zkoušeli jsme jednorukou japonskou houslistku, nebo tříprstého pianistu, ale marně. Pak jsme oslovili jednorukého houslistu z Kanady a vyšlo to.

Adrian Anantawan má matku z Hong Kongu a otce z Thajska, oba emigrovali ze svých domovin do Kanady na počátku 70. let. Narodil se bez pravé ruky a nikdo neví proč. Lékaři se pouze domnívají, že se mu pupeční šňůra omotala kolem ruky a přerušila mu proudění krve. Takže se narodil s pahýlem dlouhým 12 cm na pravé straně. Aby toho nebylo málo, naučil se mluvit až ve třech letech. Ale pak už se zpátky neohlížel a v 9 letech uchopil poprvé do ruky housle. Maminka ho podporovala, i když původně chtěla pro svého syna jiný nástroj – bicí, ale pak usoudila, že to je příliš hlučné. Aby překonal svůj fyzický deficit, mladý Adrian trénoval šest, osm až deset hodin denně. Díky své pílí a vůli vyhrál mnoho prestižních cen a umístěnek do kanadských hudebních těles, ale co hlavně, byl přijat na Curtis Insti-

tute of Music, což je nejvýběrovější hudební konzervatoř na světě. Komise netušila, že uchazeč má jen jednu ruku, když ho jako jednoho ze sedmi vybrala z celkového počtu osmdesáti zájemců. Mladý Adrian hrál před papežem Janem Pavlem II, před Dalai Lamou nebo před prezidentem USA v Bílém domě.

**Co Vás přivedlo do světa klasické hudby? Byli Vaši rodiče hudebníci, nebo jste tak nějak sám inklinoval k Mozartovi a Vivaldimu?**

„Rodiče nemají žádné hudební vzdělání, ačkoliv otec hrál jako amatér, když byl mladší. Klasická hudba se doma pořád poslouchala a já byl s ušima přilepenýma na rádiu, nebo u televize, zkrátka hudba byla vždycky to, co jsem měl rád a vnímal to. Mojí velkou inspirací a vzorem byl Itzhak Perlman, který byl také tělesně postižený.“

**Byl jste odmala nadaný hudebník?**

„Myslím, že jsem měl vždycky dobrý sluch. Učitelé mi říkali, že nejdůležitější věc nejsou ruce ale sluch, protože člověk musí poslouchat sám sebe. Byla to dobrá filozofie, zvláště pro tělesně postiženého s jednou rukou.“

**Řekli Vám někdy někde TAK TO ANI OMYLEM, když jste požádal o hodiny houslí?**

„Měl jsem to štěstí, že jsem byl doporučen k učiteli, který mi ukázal, jak začít hrát. Nejdříve jsem začal levou rukou, abych pochopil techniku hraní a jak mám pracovat se smyčcem. Poté jsme docházeli asi měsíc do specializovaného centra, kde mi zkoušeli a udělali nástavec na pravý pahýl.“

**Hraní na housle je náročné i pro zdravého člověka. A dvojnásob obtížné pro Vás, neboť jste se nejdříve musel naučit, jak pohybovat**



**umělou rukou. Byl to nejdříve “za uši tahající zážitek” pro posluchače, nebo jste hrál bez falešného tónu od samého začátku?**

„Myslím si, že obtížnost nástroje je univerzální, ať jste zdravý nebo tělesně postižený. Nevím, co si posluchači mysleli, když mě poprvé slyšeli, ale doufám, že zavřeli oči a slyšeli nejdříve tu hudbu a pak viděli mě.“

**Houslisté musí trénovat mnoho hodin denně, aby měli pořád pružné prsty. Jak to funguje ve Vašem případě - můžete hrát bez přestávky mnohem déle, aniž by Vás chytaly křeče?**

„Mám držák na smyčec na pravé ruce, takže nepoužívám prsty, ale rameno, a musím neustále sledovat jeho správný pohyb, což je stejně namáhavé a v začátcích jsem s ním musel chodit na rehabilitace.“

**Napadlo Vás někdy, že byste vystoupil před veřejností s myšlenkou typu “No, není to perfektní, ale lidé přece vidí, že nemám ruku, takže kdyby se chybička vloudila, tak to omluví”? Nebo jste říkal svému učiteli, aby na Vás byl tvrdý, dokud se nevyrovnáte nebo nepředčíte špičkové houslisty?**



„Je to o vyjádření příběhu, tělesné poškození není důležité. Sdílím svůj příběh, podle mého unikátní, s posluchači. Nikdo není dokonalý a všichni se stejně snažíme o nějaké umění. Myslím, že je důležité, aby si lidé mohli říct, že jsem dobrý hudebník a houslista, a ne aby si řekli, že jsem dobrý jenom proto, že nemám jednu ruku.“

**Stalo se Vám někdy, když Vás představovali orchestru, že by někdo z hudebníků poznamenal na Vaši adresu “jednoruký houslista, to má být vtip”?**

„Nevzpomínám si, že bych někdy měl problém se členy orchestru, kteří by viděli moje postižení jako problém. Jsem velmi adaptabilní a měl jsem štěstí na skvělé kolegy. Hodlám předvést a dokázat lidem, že jsem schopen zvládnout to, co ostatní. Myslím, že v tomto směru ukazují potenciál člověka a lidství. Někteří mě mohou vidět jako člověka, který zvednul hozenou rukavici a jiní mě mohou vnímat jako příklad hodný následování.“

Ideálně, orchestr by měl reprezentovat začlenění lidí s nebo bez postižení, protože všichni se učí a pracují společně a snaží se produkovat hudbu. Myslím, že je to podobné, jako v jiné vzdělávací instituci, prostě musíme najít správné lidi, kteří jsou jednotní ve svém úkolu: zdokonalit všechny účinkující.“

**Mohl byste nám říct něco o tom nástavci, kterým držíte smyčec?**

„Říkám tomu „špachtle“. Je to takový odlitek, který mám připevněný na své malé ruce a který drží smyčec, jenž je upnutý na trubičce a je připevněn na konci toho odlitku a umožňuje mi hrát. Držet to není problém, horší je naučit se techniku. Otáčí se to v určitých úhlech, a tak mohu vyloudit ze svých houslí tón. Cítím vibrace tónů, protože pro-



chází tímto umělým nástavcem.“

**Fungujete jako „pokusné morče“ pro výrobce houslí, kteří by využili Vašich pocitů a zkušeností, aby mohli zhotovit nástroje pro jiné tělesně postižené?**

„Ne, v současné době jako „pokusné morče“ nefunguji, ale nevylučuji, že s tím něco nezačnu dělat a myslím, že v brzké budoucnosti pomůžu trochu experimentovat s jinými smyčci. Měl jsem totiž potíže používat celé smyčce na začátku mé hudební kariéry. Bylo velmi těžké přijít na to, jak zahrát pizzicato nebo staccato. Nepoužívám celou délku smyčce, a tak více a častěji než jiní houslisté, střídám horní a dolní polohu smyčce.“

**Hrál jste po papeže Jana Pavla II, pro Dalai Lamu nebo v Bílém domě. Byla to Vaše sólová prezentace, nebo byl pozván celý orchestr a Vy jste byl jeho členem? A jaké máte pocity z těchto koncertů?**

„Ty koncerty byly rozdílné v mnoha směrech. V Bílém domě to bylo na pozvání, které dostal hudební institut, zatímco pro papeže jsem hrál u příležitosti jeho narozenin. Byla to pro mě velká čest, že jsem mohl hrát na takovýchto místech a uvědomil jsem si, že hudba nás může přivést až do míst, o kterých bychom dříve ani nesnili.“



**Vyhrál jste hodně prestižních cen. Máte nějaký cíl (jako se třeba vyrovnat Paganinimu), který Vás žene kupředu?**

„Cokoliv děláte na poli umění, to je nekončící cesta, protože permanentně si zdokonalujete techniku, muzikálnost, a to všechno musí jít spolu ruku v ruce. Myslím, že to je dobře, neboť nikdy nejste „hotov“, a tak vlastně nikdy nejdete do „dýchodu“. Řekl bych, že pak se z člověka stane umělec, který je čím dál více pokorný, a který touží toho čím dál více poznat.“

**Máte jednu náhradní ruku pro všechno, nebo si je podle potřeb měníte?**

„Mám několik protéz, které si přidělávám na konec své pravé malé ruky. Mám jinou na plavání, která je vytvarována jako normální ruka. Další mám třeba na vzpírání a další na každodenní život. Ta má kovové prsty, které reagují na svalové impulzy.“

Děkujeme za rozhovor  
Vítek Formánek a Eva Csölleová





NADACE ČEZ

Posláním Nadace ČEZ  
je již od roku 2002 podporovat  
veřejně prospěšné projekty, které  
reagují na aktuální společenské  
potřeby ve všech regionech  
České republiky.



[www.nadacecez.cz](http://www.nadacecez.cz)

