



Bulletin pro příznivce asistenčních psů 1/2013



Helppsík

Občanské sdružení Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o. s. vám letos nabízí první vydání svého čtvrtletníku Helppsík. Během předchozích měsíců jsme stihli spoustu věcí. Více se dočtete na následujících stranách.

Jak nám
můžete pomoci?
Zašlete dárcovskou SMS
ve tvaru **DMS HELPPES**
na telefonní číslo **87 777**.
Děkujeme!

Cena DMS je 30 Kč,
Helppes získá 27 Kč.
www.darcovskasms.cz

Overěno
Pomoc jako součást
vašeho života.
dms
Dárcovská
SMS
Fórem dárců

*Sponzoři a partneři,
bez nichž bychom
asistenční psy
cvičit nemohli.
Děkujeme!*

wüstenrot

**PIVOVARY
STAROPRAMEN**

A MOLSON COORS COMPANY



Cajthaml
LAHODKY

SCHOLZ & FRIENDS PRAHA



nadace leontinka



Brit
Prevence výživou



**ČESKÁ
POJIŠŤOVNA**

ROSSMANN
DROGERIE PARFUMERIE



Městská část
Praha 4

BASE GANG

**MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 5**



Co je canisterapie?



Soužití člověka a psa se datuje do dávné minulosti. Vzájemným působením docházelo k modifikaci chování obou a poznávání oboustranné užitečnosti. Přesto aktivní využívání psa k terapeutickým účelům patří z tohoto hlediska do historie celkem nedávné.

K poznání a využívání pozitivního působení psa na lidskou psychiku dochází ve světě v 50. letech 20. století, u nás pak až od roku 1990. Ve světě se setkáme se třemi základními kategoriemi zoorehabilitace, a to:

- **AAA** (Animal Assisted Activities) – aktivity za účasti zvířat
- **AAE** (Animal Assisted Education) – vzdělávání za pomoci zvířat
- **AAT** (Animal Assisted Therapy) – terapie za pomoci zvířat

Canisterapie je podpůrná metoda ucelené rehabilitace, kterou lze spojit také s jinými terapiemi (muzikoterapie, arteterapie, hiporehabilitace atd.). Jedná se tedy o motivačně až léčebně zaměřený kontakt člověka se psem.

Canisterapie pomáhá psychicky strádajícím či osobám s tělesným i mentálním postižením při rehabilitaci. U autistů plní pes při dlouhodobém působení funkci prostředníka mezi nemocným jedincem a okolním světem. U osob s postižením neexistuje věkové omezení – pejsek pomáhá již malým kojencům stejně jako seniorům, a to jak v domácím prostředí, tak i v různých zařízeních.

Fyzický kontakt člověka se psem napomáhá:

- k psychickému uvolnění, prohloubení sociálního citění a rozvoji citové složky, zájmu o dění okolo sebe; k duševní rovnováze a motivaci nemocného přispívá dotyk hebké srsti, vnímání tlukotu srdce psa, jeho dechu i pohledu věrných psích očí;
- k procvičování koncentrace, paměti, orientace v prostoru; rozvíjení jemné i hrubé motoriky nemocného (hlazení psa, házení hraček,

podávání vlastnoručně rozdrobených pamlsků, držení a vedení psa na vodítku, nasazování obojku, výuka chůze s pomocí psa, snaha psa následovat, podlézání či překračování psa, přijímání podávané tlapky od psa apod.)

- k uvolnění spastických stahů svalstva, ale i k relaxaci díky vnímání energie od psa. Je zajímavé, že hřejivé teplo polohujícího psa – na rozdíl od termoforu – proniká až do hloubky svalů;
- k rozvoji rozumových schopností (cíleně zaměřená hra, rozšiřování slovní zásoby apod.).

Které plemeno je vhodnější?

Otázkou, která je v souvislosti s canisterapií často kladena, je vhodnost či nevhodnost určitého plemene. Při canisterapii není vůbec rozhodující plemeno nebo velikost psa. Rozhodující je povaha psa – kontaktní, mazlivý, nebojácný, vyzrálý a poslušný pes, bez sebemenšího náznaku nervozity či agresivity, výborně komunikující se svým společenským a vyrovnaným majitelem. Pes s majitelem



*Norský lundehund (zřídka nazývaný rovněž norský papuchalčí pes)
je vlídné plemeno dosahující kohoutkové výšky 32 – 38 cm*

(eventuálně psovodem) vytvářejí sehraný tým rozdávající radost a pohodu. Je pravda – a možná to vyplývá trochu i z módnosti plemen psů, že mnoho lidí si s canisterapií nejčastěji spojuje zlaté a labradorské retrievry. Stejnou radost však dokáže vyvolat tým, v němž je zapojený kokršpaněl, bernský salašnický pes, novofundlandský pes, německý ovčák nebo rotvajler. Nedávno se v naší „canisterapeutické rodině“ objevilo i vzácné plemeno norského lundehunda.

Psychicky velmi náročná služba

Opomenuty nemohou zůstat nároky canisterapie na psychiku psa. Pro psa je canisterapie pouze zdánlivě jakýmsi druhem hry a požitkem, ale ve skutečnosti jde o – pro psa – velice psychicky náročnou disciplínu. Psi jsou vystaveni nezvyklým a nepředvídatelným situacím, někdy i náhlým změnám nálad klientů, nečekaným projevům náklonnosti či naopak nevole, např. ze strany dětí.

Dobrovolníkům patří náš obdiv a poděkování

Všem, kteří se rozhodli canisterapii se svým psím kamarádem věnovat a pomáhat tak lidem, kteří naši pomoc potřebují, je třeba vyjádřit náš obdiv a dík.

Ing. Hana Lukešová

Sledujte naše internetové stránky

www.helppes.cz

nebo

facebook

naleznete na nich veškeré
aktuální informace

Canisterapeutické zkoušky v Helppesu

Všech patnáct budoucích canisterapeutických týmů prožívá v předvečer zkoušek trému. Honem připravit všechny potřebné dokumenty, aby nás nevyřadili hned v úvodu. Následující ráno musíme být v 9.00 na místě.

Ráno je skutečně chladné, majitelé se svými chlupáči ještě honem pejsky venčí a procvičují s nimi na posled cviky poslušnosti. Úderem deváté hodiny se otevírají dveře do zkušební místnosti a týmy přistupují k registraci a kontrole dokladů, a hned poté k prvnímu cviku, kterým je „prohlídka psa“, spojenému s veterinární kontrolou psa. Cílem tohoto cviku je (kromě zjištění, že pes nejeví známky onemocnění, je čistý a v dobré kondici) hlavně ověření, zda pes to-



leruje od neznámé osoby vyzvednutí do náruče, postavení na stůl, prohlídku zubů, uší a omezení pohybu. A hle, hned dva pejsci jsou ze zkoušky vyřazení. Jeden nemá platné očkování a druhému se prohlídka výrazně nelíbí, což dává najevo vrčením a ceněním zubů.

Praxi předchází teorie

Poté už se všichni účastníci odebírají do tepla tělocvičny, kde proběhne zahájení zkoušek a také přednáška dlouholeté a zkušené pracovnice v oboru canisterapie a rozhodčí KSV paní Jiřiny Volšické.

Po teorii přichází na řadu praxe. Jednak za námi přicházejí klienti PLB, kteří jsou pomocníky při posuzování chování psů vůči oso-

bám s narušenou psychikou, ale už jsou také přítomni odborní pracovníci PLB, kteří posuzují toho druhého v týmu – majitele psa – jeho psychickou vyrovnanost, komunikativnost vůči zdravým lidem i lidem s duševními poruchami, dětmi apod., protože v tomto oboru je vyrovnanost majitele psa důležitá stejně, jako vyrovnanost psa.



Nejprve nastupují psi na přezkoušení z poslušnosti, včetně přivolání psa od zvířete. Helpes tentokrát trpělivou a zkušenou kočku Aranku nahradil slepicí. To bylo překvapení, hlavně pro majitele loveckých plemen. Ale dlužno přiznat, že až na jednoho psa se s tímto úkolem vyrovnali všichni se ctí. Stále je však patrné, že poslušnost je často v canisterapii majiteli psů podceňovaná. Mnozí si neuvědomují, že právě poslušnost je základem veškerého výcviku, a že zvládnutí základní poslušnosti je zásadním prvkem pro úspěšnou komunikaci se psem při snaze o jeho praktické využití v canisterapii. Po úspěšném zvládnutí poslušnosti nastupují účastníci k přezkoušení ve speciální části zkoušky.



Strach se netoleruje

Po absolvování všech součástí zkoušek, které se odehrávaly venku, se týmy opět vrátily do tělocvičny, kde předváděly, zda jsou psi vhodné pro polohování, jestli se nebojí berlí, vozíčku, jak se chovají k lidem s postižením, jakým způsobem odebírají pamlsky a spousty dalších testů. Následoval oběd, rozhodčí převzali zkušeb-



ní protokoly a začali vyhodnocovat výsledky. Tohle byl nejtěžší úkol – objektivně posoudit všechny výsledky a hlavně spravedlivě vyhodnotit práci psa i jeho majitele. „U canisterapie je rozhodující to, aby pes měl z práce radost a nebyl k ní nucen a také výborně spolupracující a komunikativní psovod – což byl v některých případech tentokrát také velký problém,“ zhodnotila zkoušky Zuzana Daušová, „... ale canisterapie je o týmu – tedy o psu i jeho majiteli. Ostatně jakýkoli výcvik psa a jakékoli zkoušky psů jsou o spolupráci dvojice psovod a pes.“

Benevolence by ubližovala – uspěly dvě třetiny

Ředitelka Helppesu Zuzana Daušová začala s týmy, které bohužel kritéria nesplnily, pak se postupovalo od nejslabších týmů k těm nejlepším. Ti, kteří zkouškami prošli, obdrželi certifikáty o jejich absolvování a služební průkazy. Ještě zápis o složení zkoušek do dokumentů, podpis smlouvy s organizací Helppes o pravidlech o vykonávání canisterapie, nákup vestičky, kterou se pejsci budou prokazovat, že jsou skutečnými canisterapeutickými psy.

Helppes po těchto zkouškách přivítal do své canisterapeutické rodiny deset nových týmů. Některé z nich se hned v následujících dnech ujaly své práce buď ve svých zařízeních, nebo přijaly nabídky Helppes, jak do Klokánku na Praze 8, tak na Filipovku v Praze 4 či do Domova pro seniory v Hostivici.

Všem úspěšným účastníkům blahopřejeme, přejeme jim, aby se jim práce s klienty líbila a přinášela oběma stranám radost.

Ing. Hana Lukešová

Místo do samoobsluhy na internet...

Ráda bych čtenářům Helppsíka předala svou zkušenost s nákupy přes online iTesco. Hodně zapracovali na svém portálu, takže všechen sortiment je přehledně rozdělen, proto může člověk s jakýmkoli postižením nakupovat v pohodě z tepla svého domova.

Je to velká úleva, protože odpadlo zdoluhavé hledání prodavače, který by si našel čas, aby pomohl člověku s postižením vybrat zboží... a to také často bývá dobrodružství, protože mnohdy nám prodavači přidělí brigádníka, který je rád, že sám umí číst a to se pak dějí věci. Nemluví o šílenství u pokladny či o nesnadném odvozu nákupu, pokud nemá nevidomý k dispozici vlastní odvoz.



Zásilková služba iTesco je završena donáškou až do domu a velmi ochotnými kurýry. Klient si určí dobu, kdy mu nákup mají přivést, takže nemusí trčet půl dne doma. Služba, tedy dovoz jako takový přijde na 100 Kč, bez ohledu na výši ceny za nákup. Vůbec neřeším, zda to má společnost Tesco zapotřebí nebo ne. Pro mně je to velká pomoc a tu stovku ráda zaplatím, protože když si objednáám auto, stejně to stojí víc a ještě jsem závislá na druhých. Ještě je příjemné také to, že celý obchod je velmi dobře monitorován bezplatnou infolinkou. Takže v případě jakékoliv nejasnosti lze vždy věc dořešit.

Tuto zásilkovou službu používám od počátku, kdy ji společnost Tesco spustila a mohu říct, že opravdu pracují na tom, aby služby zlepšovali a ač to neměli původně v úmyslu a obchod měl sloužit zaměstnaným lidem, kteří nestíhají běžné otevírací doby obchodů, neuvěřitelně zjednodušili život rovněž lidem s handicapem.

Michaela Kováčová

Setkání „Staropraveňské” Kley s její budoucí paničkou

**PIVOVARY
STAROPRAMEN**

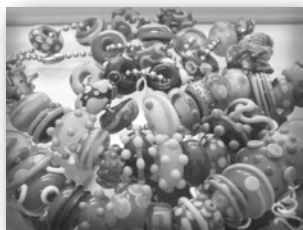
A MOLSON COORS COMPANY



Asistenční fenka Klea se po delší době zase setkala s rodinou své budoucí paničky. Ukázala jí nejen, co všechno už se naučila, ale její panička si to s ní měla možnost také sama vyzkoušet.

Korálky v Helppesu

V polovině prosince loňského roku jsme měli mooc milou návštěvu – navštívil nás pan Martin Stibor, majitel firmy Korálky.cz. A nepřijel sám, kromě svých kolegů nám



přivedl ukázat také svého krásného zlatého retrívra Alexe. A nepřinesly nám korálky, ale krásný sponzorský dar, který položil základ pro zvýšení bezpečnosti našich psích studentů. **Mnohokrát děkujeme Korálky.cz, jste u nás vždy vítáni!**

Asistenční pes musí umět i plošinu v metru

Na plošinu ve stanici metra Smíchovském nádraží, kde páníček s touto fenkou často potřebuje jezdit, se bezpečně nevejde zároveň pes a elektrický vozík. Proto se musí fenka naučit čekat u nástupu na plošinu, dokud páníček nevyjede nahoru (či dolů), nevystoupí z plošiny a fenku nepřivolá k sobě. V rušném prostředí metra a nádraží to není jednoduchý cvik, protože fenka se musí zároveň naučit ukázněně a klidně čekat do zavolání páníčka a nenechat se od nikoho odvést.



Sledujte naše internetové stránky

www.helppes.cz

nebo

facebook

naleznete na nich veškeré
aktuální informace

Ralf a já spolu žijeme a sdílíme všechny každodenní útrapy a krásy života už druhý rok. Loňský rok pro nás byl velice plodný. Rozhodli jsme se, že se zúčastníme Mistrovství ČR ve výkonu asistenčních psů.

Druhý rok s Ralfem

Nechtěli jsme ponechat nic náhodě a vypravili se i na trénink do centra Helppees.

Ačkoli děláme spoustu úkonů spolu doma, na mistrovství jsou přesně dané disciplíny a modelové situace. Takže za tuto možnost jsme byli rádi.

Trénovali jsme odložení psa při střelbě. To nám docela šlo, i když Ralfa moc neodkládám, většinou je mi na blízku. Dále jsme měli psa pustit na volno a vzápětí přivolat za přítomnosti jiného zvířete. Zvládli jsme to perfektně a návnady si vůbec nevšímal. Poté přišla na řadu ovladatelnost psa, nutno říci, že psa musí psovod ovládat perfektně i při všech dalších disciplínách, bez toho by to ani nešlo. Nicméně zde šlo o různé otočky – vpravo, doleva, dozadu a pokaždé, když se zastavíme, se pes automaticky srovná k vozíku a sedne si. K tomuto patřily i polohy psa vedle vozíku – sedni, lehni a vztyk. Ovladatelnost se cvičí dále i bez vodítka, což je pro oba náročnější, ale i s mírnými chybami jsme to zvládli a tím i obcerstvěli naše zkušenosti.

Tím byla poslušnost za námi a mohli jsme se pustit na takzvané speciálky – speciální činnost psa. Ty zahrnují třeba rozsvícení světla, otevírání a zavírání dveří, otevření ledničky a podávání lahve s nápojem. Dále pak otevírání zásuvek a podání konkrétní věci. Mezitím jsme prošli s Ralfem kolem salámu pohozeného na zemi. Pes také musel vyhledat ztracenou věc a samozřejmě vše mi podával hezky na přesně určené místo.





Na řadu přišla asistence při svlékání. Ralf mi sundával brýle – precizně a pak také čepici. Aby toho nebylo málo, měli psi podávat ze země tři druhy materiálů. Například klíče, propisku, hrneček, lékovku a podobně. Poslední úkon bylo přenesení věci druhé osobě. Všechny tyto disciplíny jsme plnili znamenitě.

Vše jsme v podstatě jen zopakovali na mistrovství a umístili se na krásném třetím místě. Což se nám zdálo jako sen, protože jsme se účastnili takovéto akce poprvé. Hned na to jsme opět zavítali na rekondiční kurz s Helppsem, kde byla i možnost splnit další psí zkoušku a získat další – již druhý certifikát, který potvrzuje naši sebranost a pso-lidské partnerství mezi námi.

Splnili jsme výborně a toto potvrzení – pro nás ocenění – dostali. Jsem přesvědčen, že i Ralf vnímá to, jak nám to spolu jde. A vím jistě, že oba víme, jak jsme pro sebe navzájem důležití. Děkuji ti, Ralfínku!

Text: Bohumil Sokol

Foto: Štěpán Rieger

Před devíti lety jsem po úraze zůstala na vozíku. Propadla jsem hrozným depresím a hlavou se mi honilo mnoho způsobů, jak ukončit svůj život. Mých depresí si všimla primárka oddělení spinální jednotky rehabilitačního ústavu v Luži u Košumberka, kam jsem se dostala na pět měsíců na poúrazovou rehabilitaci. Jednoho dne si mě zavolala do ordinace a zeptala se mě, co mám ráda a já jí odpověděla, že mám moc ráda psy a že jsme jednoho měli. Paní primárka mi pověděla o asistenčních psech, kteří jsou vycvičeni na to, aby pomáhali lidem s postižením.

Helppes jsem poznala na rehabilitačním pobytu v centru Paraple, kde pomáhají vozíčkářům s poškozenou míchou. Zrovna tam měli v tomto termínu předváděčku, kde ukazovali, co všechno asistenční psi umějí. Podala jsem si žádost a oni pro mě vybrali fenku zlatého retrívra Brendu, která se narodila v chovatelské stanici Pálavské vrchy. Byla to oboustranná láska na první pohled a když jsem si ji 12.



prosince 2005 vezla domů, změnil se mi život. Zase jsem měla pro koho žít.

Brenda je moje zlatíčko. Je to moje velká pomocnice a nejlepší kamarádka. Moc ráda s ní jezdím na dlouhé procházky do přírody a sleduji, jak si vychut-

nává svobodu bez vodítka. Sice mi občas nachystá i krušné chvílky jako například, když jsme byli na procházce v lese a ona se najednou vynořila s čumákem celým od hnoje spokojeně se oblizující, jakou si to dala zrovna pochoutku. Jen mě hrozně mrzí, že ten čas s ní strašně utíká, už jsme spolu oslavili osmé Vánoce.

Věra Janoščíková

Čertice byly v přesile

Loňská psí oslava Mikuláše, kterou již tradičně pořádáme pod názvem **Mikulášská pro všechny hodné (i zlobivé) pejsky** se velmi vydařila. Počasí bylo pravé zimní, ale krásně nám svítilo i sluníčko a při soutěžních disciplínách se dvou i čtyřnozí účastníci pěkně zahřáli. Roli Svatého Mikuláše, moderování a obsluhu zvuku skvěle zvládl „náš Mireček“ vlastním jménem Mirek Konvalina – mockrát děkujeme! Poděkování za zajištění přípravy a průběhu akce si zaslouží tým dobrovolníků a celý tým Helpes. Akce proběhla pod záštitou a za přítomnosti místostarosty MČ Praha 5 JUDr. Petra Lachnita *(na fotu vpravo nahoře)*. Děkujeme!



*ŽE BYCH TÁMHLE
VIDĚL
UŽ RAŠIT SNĚŽENKY
A BLEDULE ...?*



**Přátelé,
to je z letošního prvního čísla Helppsíka všechno.
Čeká nás spousta dalších akcí a společných setkání.
Už teď pro vás připravujeme další vydání.**

**Mějte se všichni moc hezky, užívejte si přírody,
opatrujte se a zanedlouho se nad stránkami našeho
bulletinu těšíme na shledanou.**

Máme vás všechny moc rádi.

Váš Helppsík



Helppsík – bulletin pro příznivce asistenčních psů. Redakce Zuzana Trankovská ml., grafické zpracování Bohdan Bezvoda, fotografie archiv o. s. Helpes.