



2/2020

Bulletin pro příznivce asistenčních psů

# Helppsík

*Obecně prospěšná společnost Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o. p. s.® vám letos nabízí své druhé číslo čtvrtletníku Helppsík. Během předchozích měsíců, které nebyly jednoduché, jsme i tak stihli spoustu věcí...*

## Mockrát děkujeme



**Rádi bychom tímto  
upřímně poděkovali  
za ochranné  
pomůcky – roušky  
a dezinfekci –  
Magistrátu hl. města  
Prahy, Centru  
sociálních služeb  
Praha, Domovu pro  
seniory Dáblice  
a firmě Expodum.cz.**

# Mýdlo – náš největší kamarád

Každý rok připadá na 5. květen Světový den mytí rukou. Je součástí iniciativy Světové zdravotnické organizace Save lives: Clean your hands (Zachraň životy: Umývej si ruce).



Den hygieny rukou mobilizuje lidi na celém světě, aby zvyšovali dodržování hygieny rukou ve zdravotnických zařízeních, čímž chrání zdravotnické pracovníky a pacienty před infekcemi. Dodejme, že v současné době je naprosto zásadní mytí rukou nejen pro zdravotníky, ale pro nás všechny!



**Hlavním cílem kampaně je uvědomit si, že umývání rukou je jedním z nejúčinnějších kroků k omezení šíření patogenů a zabránění infekcím, včetně viru COVID-19. Samozřejmě kromě roušek! Máme vlastní – helpesácké. Jejich zakoupením můžete podpořit výcvik našich psích pomocníků, více na straně 17.**

Ale zpět k mytí rukou – jak si je správně mýt? Důležité je použít mýdlo, samotná voda nestačí. Jednoduchá rutina

je levnou a efektivní prevencí před vážnými obtížemi. Užití mýdla může podle OSN snížit výskyt průjmových onemocněním o 40 %, zánětu plic o 30 %. Lidem ve střední Evropě se může podobná kampaň zdát komická, faktem nicméně zůstává, že skoro polovina populace stále nemá k dispozici adekvátní hygienické prostředky.

# V seriálu Modrý kód se blýskl náš asistenční retrívr

Moc nás potěšilo, že scénáristé úspěšného seriálu Modrý kód, který vysílá TV Prima, zakomponovali do děje také asistenčního psa.

V pondělí 27. dubna byl odvysílaný díl, ve němž zazářil náš svěřenec, který v seriálu vystupuje jako Dženy. Nebylo to jednoduché, přeci jen na množství cizích lidí a kamery není zvyklý. Ale zvládl to, protože je to superpes!



# Cora pomáhá, seč jí síly stačí



Milí přátelé Helppes,  
díky finanční podpoře lidí, jako jste vy, se nám daří vycvičit psí pomocníky i pro děti jako jsou Eliška a Milánek (na snímku s Corou). Obě děti trpí poruchou autistického spektra. Pro PAS je charakteristické např. lpění na neměnnosti prostředí, zachovávání rutiny v běžných denních činnostech. Nečekané změny v režimu či v prostředí vyvolávají zpravidla silnou úzkost nebo zlost. Podobně je tomu s přecitlivělostí na smyslové vjemy (zvuky, hluk, světlo, doteky, chutě či pachy). Cora pomáhá oběma dětem každý den a jejich maminka nám poslala tuto básničku a senzační roušky. Mockrát děkujeme!





Posíláme pozdrav z dáli,  
aby dny za to stály.  
Posíláme zas a znovu,  
jistě znáte naši Coru.

Ušili jsme pro vás roušky,  
snad nebude vás bolet za oušky.  
Látku vybrali jsme snad správně,  
nevím, jak to vepsat do této básně.

Pro Helppesa i Helppsice,  
myslíme často na vás co nejvíce.  
Nezapomněli jsme ani na Helppsíčátko,  
vždyť trénovat nás může již zakrátko.

Snad již vše skončí zakrátko,  
jinak z naší Cory bude prasátko.  
Nechci na ni žalovat.  
ale ta holka má furt hlad.

Míla ten je stejný,  
přijde mi už trošku nenažraný.  
Eliška ta nejí stále,  
bude z ní za chvíli dlouhá nudle.

Opatrujte se tam v Praze,  
i když se říká, že je tam blaze.  
Nezapomeňte na roušky,  
ať jsme všichni zdraví na zkoušky.

Fousovi posílají vám pozdrav,  
všichni to zvládneme bez obav.



# Naše on-line tréninky pro klienty



Během týdnů, kdy v naší republice probíhal nouzový stav kvůli – všeobecně známé – koronavirové pandemii, jsme nezháleli a alespoň na dálku jsme našim klientům zprostředkovali tréninky i zábavné doplňkové aktivity. Pro tento účel jsme na Facebooku založili pro klienty speciální on-line tréninkovou skupinu.

Smysl a pravidla skupiny jsou následující:

1. Všechny plánované tréninky a konzultace jsme museli, samozřejmě, zrušit. Tuto uzavřenou skupinu jsme založili pro vás, naše klienty, abychom vám, i v této nelehké době, byli nablízku.
2. Tato skupina slouží výhradně pro on-line tréninky – vy nahrajete video s problémem nebo s tím, s čím máte obtíže s vaším psím partákem a vložíte ho sem (pokud nemáte skutečně žádnou možnost nahrát a vložit video, problém co nejpodrobněji a velmi detailně popište, ale každopádně, hlavně „ukázaná“ platí). Zrakově postižení požádají vidoucího ve své blízkosti, aby jim video nahrál a vložil. My se pak pokusíme video s radou co nejvýstižněji popsat slovy, ale doporučujeme, aby se na návodné video podíval i někdo vidící, který může přesně popsat, co právě vidí.
3. My vám v co nejkratší možné době odpovíme téměř vždy video-

**www.helppes.cz**

nebo

**facebook.com/helppes**

návodem, jak daný problém řešit, což bude přínosné nejen pro autora videa, ale i pro všechny ostatní.

4. Pokud nebudeme reagovat hned, nezlobte se na nás. Je to proto, že se snažíme co nejvíc věnovat následovníkům vašich pomocníků, i když právě teď to není příliš jednoduché.

5. V této skupině se k sobě chováme slušně a s respektem.

6. Zde řešíme pouze problematiku výcvikovou (mezi kterou počítáme i cílené hry a aktivity). Na vše ostatní je Helppsi profil, příp. mail [info@helppes.cz](mailto:info@helppes.cz).

7. Samozřejmě sem můžete vkládat videa a pochlubit se i s tím, co se vám a vašemu parťákovi daří, a motivovat tak ostatní.

8. Doufáme, že jste všichni v pořádku a předpokládáme, že se doma vy i vaši psi kamarádi už nudíte a tyto on-line tréninky pro vás budou zpestřením tohoto ne právě snadného období a hlavně přínosem.

9. Těšíme se na – doslova – viděnou!

A návdavkem nabízíme jeden z mnoha rébusů, které dostávají naši klienti k řešení. Nejprve to byly filmy, seriály a televizní pořady, teď to jsou přísloví a písničky. Poznali byste, který slavný romantický film jsme se pokusili napodobit?

A to pořád ještě není všechno. Pro odběratele našeho newsletteru jsme natočili pár videí s návody na různé domácí hry, které lze „hrát“ se psy. Odezva je velmi pozitivní. Vzhledem k tomu, že cvičiště byla v době nouzového stavu zavřena, ocenili naši příznivci nápady na jednoduché hry, které alespoň na chvíli zaměstnaly hlavinky jejich čtyřnohých parťáků. Budeme rádi, když se na naše videa podíváte na [www.youtube.com/watch?v=fDBYZ\\_AhVCg](https://www.youtube.com/watch?v=fDBYZ_AhVCg) a napíšete nám, jak vám cvičení doma šlo, na [pomahame@helppes.cz](mailto:pomahame@helppes.cz).



# Stop diskriminaci osob s handicapem a jejich psích pomocníků



**Naše výcvikové centrum iniciovalo tuto petici. Pokud si myslíte, že souhlasíte s jejím obsahem, budeme rádi, když k našemu přidáte i svůj podpis. Děkujeme.**

**Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené, o.p.s.,  
Zuzana Daušová**

**[www.petice.com/stop\\_diskriminaci\\_osob\\_s\\_handicapem\\_a\\_jejich\\_psich\\_pomocniku](http://www.petice.com/stop_diskriminaci_osob_s_handicapem_a_jejich_psich_pomocniku)**

***PETICE dle čl. 18 Listiny základních práv a svobod a zákona č. 85/1990 Sb. o právu petičním „za vytvoření definice asistenčních a vodících psů a legislativní zakotvení přístupových práv osob se zdravotním postižením, využívajících pomoci psů se speciálním výcvikem“.***

***My, níže podepsaní, prostřednictvím této petice žádáme, aby byly celostátně uznány definice asistenčních a vodících psů a jejich využití ve prospěch osob se zdravotním postižením ve znění: Asistenční pes je pes se speciálním výcvikem, který byl vycvičen výcvikovým subjektem, akreditovaným mezinárodní organizací Assistance Dogs International nebo International Guide Dog Federation, a je kompenzační pomůckou pro osoby se zdravotním postižením. Vodící pes je pes se speciálním výcvikem, který byl vycvičen výcvikovým subjektem, akreditovaným mezinárodní organizací Assistance Dogs International nebo International Guide Dog Federation, a je kompenzační pomůckou pro osoby se zrakovým postižením. Držitelé asistenčních a vodících psů s certifikací mezinárodně akreditovaných organizací mají se svými psy se speciálním výcvikem stejná přístupová práva, jako ja-***



**Já lidem někdy fakt  
nerozumím... vždyť já  
pomáhám!**

*kýkoli občan ČR,  
který nevyužívá  
psa jako asistenta  
či průvodce. Asi-  
stenční a vodící  
pes je podpůrným  
opatřením pro dě-  
ti se zdravotním  
či zrakovým po-  
stížením, má pří-  
stup do školských  
zařízení všech  
stupňů, pokud  
pro jeho pořízení  
vydá doporučení  
lékař, a za před-  
pokladu, že dítě  
svého psa plně  
zvládá, a má se  
svým psem složen  
test chování psa  
na veřejnosti (test  
přístupnosti) dle  
mezinárodních  
standardů.*



# Jak se dělá známka

**Už je to čtrnáct let, co 3. května 2006 vyšla poštovní známka Canisterapie. Při té příležitosti uveřejnil časopis Pes přítel člověka rozhovor s autorkou známky – výtvarnicí Renátou Fučíkovou. Pojd'me si společně připomenout, jak se dělá známka...**



Dopisy, pohledy, poštovní známky... skoro by člověk řekl, že takový anachronismus nemá v dnešní době e-mailů, SMS zpráv a internetu právo na existenci. Natož, aby další nové někdo záměrně vytvářel. Snad je nás víc, kteří, když dostanou do schránky dopis nebo pohled, si také prohlédnou nalepenou známku. O Velikonocích potěší vajíčkový motiv, o Vánocích stromeček.

Výtvarníků, kteří byli vybráni, aby ztvárnili ten či onen motiv na poštovní známku, není mnoho. Navíc je to nepsaná výsada spíše kumštýřských matadorů, kteří vyvolávají úctu nejen díky svému umění, ale také stříbrem prokvetlou kyticí.



Náměty na poštovních známkách jsou nejrůznější. Od hudebních skladatelů, technických vynálezů, květin, důležitých výročí až po motivy celospolečensky významných témat. Málokdo by se však nadál, že vyjde poštovní známka s tématem canisterapie.

Za odpovědi na otázku *Jak se dělá známka?* jsme zajeli za autorkou výtvarného návrhu této známky Renátou Fučíkovou: „Známku zadává ředitelství českých pošt a autora známky si vybírá velice pečlivě. Protože není mnoho výtvarníků, kteří by známky dělali, měla jsem z toho opravdu velkou radost.“

## Výběr autora je přísný

Ilustrátorka a výtvarnice Renáta Fučíková už má na svém kontě známky, které byly vydané například k roku české hudby. „Proces vzniku známky byla poměrně dost zdlouhavá záležitost. Začalo to

tím, že mě pozvali na ředitelství pošt a řekli mi, jaké je zadání. Asi se očekávalo, že pejsek bude v nějaké dečce, jak si hraje s handicapovým člověkem...“ vzpomíná Renáta Fučíková na své první setkání se zadáním známky. I když ve skutečnosti nejde jenom o známku, ale rovněž o obálku tzv. prvního dne a razítko. To je v tomto okamžiku poměrně podstatná informace, protože Renáta Fučíková se rozhodla, že se pokusí ztvárnit dané téma poněkud netypicky. „Na obálku „prvního dne“ jsem navrhla kla-



sický motiv canisterapie, tj. pejska, který se mazlí se stařenkou, jež je na invalidním vozíku. Rytecky se na ní podílel Jaroslav Tvrdoň. Známkou jsem však chtěla pojmout trochu originálněji,“ vzpomíná na zrod známky výtvarnice. „Chtěla jsem vyobrazit psiho společníka jako skutečnou osobnost. Když se podíváte na známky, tak jsou na nich v převážné většině portréty skladatelů, spisovatelů, vynálezců. Proč tedy nemít portrét ušlechtilého tvora, který nám poskytuje

ohromnou pomoc a službu. Člověk je v tomto případě na známce jenom silueta, takový nepříliš podstatný stín. Dominantní je hlava retrívra. Vždycky jsem inklinovala k velkým loveckým plemenům. Připadají mi jako aristokrati a jejich pohled je skutečně nesmírně moudrý. Proto mi přišel pro téma známky jako nejvhodnější,“ objasňuje své pohnutky Renáta Fučíková.

Volba plemene tedy byla dána. Nastala fáze hledání typického představitele v encyklopediích, publikacích i časopisech. „Výsledný portrét na známce není jeden konkrétní pes, je to kompilace z několika fotografií plus moje vlastní fantazie, protože najít zlatého retrívra s vážným výrazem, aby neměl otevřenou tlamičku a vyplazený jazyk, nebylo možné. Na všech fotkách se retrívři jakoby smějí, ale já jsem chtěla, aby se ten pejsek tvářil vážně, ale na druhou stranu ne smutně. Retrívř s vyplazeným jazykem tento můj požadavek při nejlepší vůli nesplňoval,“ přiznává autorka známky.



*Boloňáček Bartík je rovněž velký „canisterapeut“, těžko by našel rodinu, kde by byl více milován.*

## Barvy nebarvy

Poštovní známky bývají barevně poměrně výrazné. V tomto případě tomu tak není... Vysvětlení Renáty Fučíkové je zajímavé: „Co se týká barev, chtěla jsem, aby vyvolaly pocit, který máte, když vezmete do ruky krabičku od léku. Na té většinou bývají takové ty „barvy nebarvy“. Když se rozhlédnete po lékárně, většina obalů má kromě bílé ještě zvláštní nevýraznou modrou, zelenou, žlutou barvu. Třeba si to ještě nikdo neuvedomil, až teď...“ doufá Renáta Fučíková. Právě o tuto souvislost jí šlo a každého výtvarníka potěší, když je jeho



dílo chápáno tak, jak bylo zamýšleno. I když – jak bylo řečeno úvodem – známky jsou v tomto směru velice nevědná díla. Navíc zdánlivě anonymní: výtvarnice i rytec jsou na známce podepsáni tak drobným písmem, že snad jedině filatelista přiloží k oku

lupu, aby si přečetl, že se na známce rytecky podílel Pavel Kovařík. Surově orazítkována projde známka rukama adresáta většinou bez povšimnutí. Tím spíše v případě, když má nominální hodnotu tak běžnou, jakou je sedm korun padesát. Natož dvacetikoruna na známce od Renáty Fučíkové. Ta je z pohledu českého čtenáře poněkud nepoužitelná. O nominální hodnotě rozhodla skutečnost, že její vznik byl iniciován Asociací veřejných evropských poštovních operátorů (PostEurop) a tudíž by měla být použitelná pro zásilky po Evropě.

Mecenáši by eventuálně mohli prostřednictvím této známky finančně přispět některému z canisterapeutických sdružení. Určitě by se na obálce s novoročním přáním dobře vyjímal. Výcvikem canisterapeutických psů se dnes zabývá už hodně organizací a jistě všechny občasy někdy někomu něco posílají poštou...

Nebo vám to připadá jako archaický nápad staromilce, který zapal dobu? Možná. Přesto mám pocit, že by se vždy mělo hledat spojení příjemného s užitečným. Výsledek je milejší. Praktická řešení – v dnešní době je z tohoto hlediska patrně nepoužívanější e-mail – ne vždy lahodí oko a ne vždy potěší duši.

Zuzana Trankovská ml.

# Křížovková procházka aktivitami pardubické neziskovky

Česká abilympijská asociace se od svého založení v roce 1997 zabývá prvořadě činnostmi, které značnou měrou přispívají ke zlepšování života osob se zdravotním postižením.

Výjimečné postavení mezi nimi náleží sociální rehabilitaci a osobní asistenci, dvěma registrovaným sociálním službám.

První výrazně napomáhá při hledání smysluplného zaměstnání, klienti do ní zapojení také mohou zejména díky několika tréninkovým dílnám tohoto spolku získat nejen potřebné pracovní zkušenosti a návyky. Terénní služba osobní asistence se uskutečňuje v domácím, tedy známém prostředí uživatelů: podporuje soběstačnost, pomáhá i při zajišťování běžných každodenních životních potřeb.

Stále větší oblibu si získává ... **(tajenka ve zvýrazněných sloupcích spojených doplňovaček)**. Tato aktivita je jedna z mála pro lidi bez zdravotního postižení, různého věku, vzdělání i povolání. Nejen předškoláci, školáci, studenti, úředníci nebo zdravotníci při ní sami na sobě poznávají = zažívají obtížnosti, které mohou zažívat při zvládání běžných každodenních situací vozíčkáři, nevidomí/slabožrací i jinak těžce zdravotně postižení lidé. Pro účastníky bez takových handicapů není proto vůbec jednoduché například psát nedominantní rukou (druhou, než většinou používají). Stejně problémy jim často také činí „hmatové pexeso“ – se zavazánými očima poznávání obsahu skleničky s nasýpaným kořením apod. po jejím zatřepání. V případě zařazení ukázek canisterapie vystupuje jako „učební pomůcka“ pes, přičemž je možný i přímý kontakt s takto speciálně vycvičeným čtvernožcem.

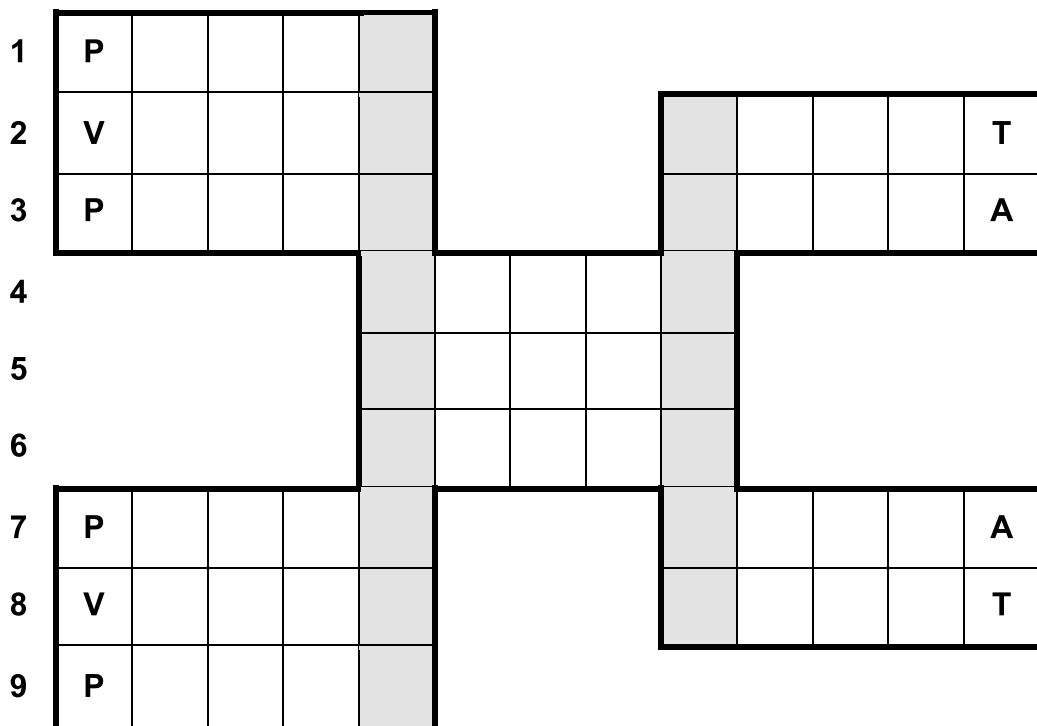
Většina aktivit se přitom soustředí do moderního sídla spolku s názvem Centrum Kosatec, které je vzhledem k zaměření asociace kompletně bezbariérové.





Českou abilympijskou asociaci a Helpes spojuje především chvályhodná činnost ve prospěch osob, které musejí kvůli svému zdravotnímu (nebo sociálnímu) handicapu čelit různým skutečným stavebním a podobným bariérám, ale i bariérám v myšlení mnohých spoluobčanů.

Česká abilympijská asociace uvádí vše podstatné o své široké činnosti na webu [www.centrumkosatec.cz](http://www.centrumkosatec.cz).



### Spojené doplňovačky

1. Mince. – 2. Oddaná; tělesná cvičení. – 3. Průchod budovou; výkvět společnosti. – 4. Kyčelník. – 5. Dráhy. – 6. Mořská vydra. – 7. Bydliště čertů; jogínská poloha. – 8. Vysévání; používat pilu. – 9. Opak levého.

*Pomůcka: ásana, ileum.*

Autor: Miloš Kajzlík



**Také přemýšlíte nad tím, co koupit svým příbuzným, přátelům, kolegům, kamarádům... zkrátka těm, které máte rádi?**

Nebylo by pěkné udělat radost hned dvakrát? Nejen obdarovanému, ale také tomu, od koho dárek koupíte?

## Rouška, která potěší...

Tričko přece užije každý... a je-li navíc s vtipným textíkem např. *Tlapku na to! HELPPES. HELPPES ŠTĚKÁM O POMOC! Když mám volno dělám psi kusy*, je úspěch zaručený, to nám věřte.



**Kromě triček máme aktuálně v nabídce našich reklamních předmětů také roušky s logem Helpesu. Podívejte se na naše stránky, možná vás budou inspirovat a našim klientům pomůžete. Objednat si je můžete na tomto odkazu <http://pomahame.helppes.cz/rousky/>**



*Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!*

 **BERNER**

**ŽIŽKOVSKÉ**  
 **DIVADLO**  
JÁRY CIMRMANA

**EY**

Building a better  
working world



Dopravní podnik  
hlavního města Prahy

**KEY**<sup>®</sup>  
**PROMOTION**



ANALOGIA



Auto Components  
International

*Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!*



**Equa bank**

**ŠKODA**



**ROSSMANN**



**WMC | GREY**



**VETCENTRUM**  
**Duchek s.r.o.**



**GENERALI**  
**ČESKÁ POJIŠŤOVNA**



**nadace leontinka**

**Nám psům rouška  
nevadí, vždyť je to  
takový jenom trochu jiný  
náhubek...**



**Přátelé,  
to je z letošního druhého čísla Helppsíka všechno.  
Přejeme vám i vašim pejskům do dalších měsíců  
hlavně hodně zdraví. Mějte se všichni moc hezky  
a nad stránkami našeho bulletinu se těšíme brzy  
zase na shledanou. Máme vás rádi.**

**Váš Helppsík**



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