



Bulletin pro příznivce asistenčních psů



1/2021

Helppsík



Obecně prospěšná společnost Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o. p. s.® vám letos nabízí své první číslo čtvrtletníku Helppsík. Během předchozích měsíců jsme stihli spoustu věcí...

3 tipy, jak nám můžete pomoci s výcvikem asistenčních psů

1. POMOZTE NÁM VYCVIČIT 15 NOVÝCH PSÍCH PARTÁKŮ PRO LIDI S HANDICAPEM

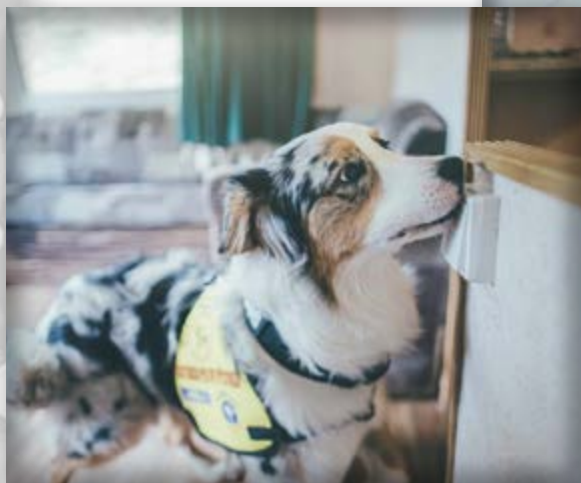
Věřte nám, že získat dobrého asistenčního psa není vůbec snadné.. Vhodných psů je málo, ale snažíme se. Cena výcviku jednoho psiho pomocníka je stále přibližně 270 000 Kč. Jakýkoli finanční příspěvek pomůže získat psiho partáka i těm, pro které by byl jinak nedostupný.

2. PODPOŘTE OPRAVY NAŠEHO AREÁLU A NÁKUP VYBAVENÍ PRO PEJSKY

Areál už něco pamatuje, a proto se musíme vrhnout na údržbu. Domeček pro secvičování klientů se psy bychom rádi vybavili nábyt-

KALENDÁŘ Helppes 2021

*I když rok 2021 už začal, zbývá ještě dost měsíců, během kterých Vám může náš kalendář dělat radost. Koupi nástěnného kalendáře Helppes (30×40 cm) podpoříte projekt **Pomoc přichází na čtyřech tlapkách**. Udělejte radost sobě, rodině, přátelům či kolegům a podpořte zároveň dobrou věc. Cena jednoho kalendáře je 400 Kč včetně poštovného.*



kem, nádobím a spotřebiči. Naši pejsci potřebují také vybavení pro výcvik – nové postroje, obojky, vodítka nebo pelíšky. Nic nevydrží věčně a už vůbec ne krmivo například pro 10 pejsků najednou.

3. PŘÍSPĚJTE LIDEM S POSTIŽENÍM A JEJICH ASISTENČNÍM PEJSKŮM NA LETNÍ REKONDIČNÍ POBYT

S pomocí dárců se nám daří organizovat letní rekondici již několik let. Rekondice pro 40 až 50 lidí slouží k předávání zkušeností, získávání znalostí i k prohlubování vztahu pejska a jeho pána. Letos míříme na jiné místo než loni, a to do Chlumu u Třeboně. Náklady na dopravu, ubytování i stravu budou vyšší. Musíme sehnat téměř 400 000 Kč. Je to hodně, ale věřím, že společně to dokážeme.

Jsme přesvědčeni, že si z našich projektů vyberete. Můžete podpořit jeden, dva nebo klidně i všechny tři. Vaše finanční podpora pak bude směřovat na vámi vybrané projekty. Za každý váš dar jsme nesmírně vděční. Více na:

2secure.bluedrm.com/donate/helppes/CZ/?purpose=130

JAK NÁM MŮŽETE POMOCI?

Na číslo 87 777 jednorázovou SMS
ve tvaru **DMS HELPPES 30**
(pro 30 Kč nebo analogicky pro 60 Kč a 90 Kč).

Nyní můžete přispívat i dlouhodobě SMS
ve tvaru **DMS TRV HELPPES 30**
(pro 30 Kč nebo analogicky pro 60 Kč a 90 Kč, které
budou **automaticky odečteny každý měsíc**).

Ukončit podporu můžete zasláním SMS
ve znění STOP HELPPES na číslo 87 777.

Cena DMS je 30 nebo 60 nebo 90 Kč.
Helppes obdrží 29 nebo 59
nebo 89 Kč.



10 rad, jak se chovat při setkání s vodicím psem



1. Nevyrušujte psa a nechte ho pracovat.
 2. Na psa nemluvte, nemlaskejte, nesahejte na něj.
 3. Pokud si chcete psa pohladit, zeptejte se nejprve jeho majitele. Pokud na psa saháte bez vědomí majitele, je to totéž, jako kdyby Vám někdo sahal např. do Vaší tašky.
 4. Nedovolte Vašemu psu, aby vodicího psa jakkoli obtěžoval.
 5. Vodicího psa nikdy nekrmte. Nemůžete vědět, zda tento pes nemá nějaký zdravotní problém, a Vy, byť v dobré víře, byste mu mohli podáním nevhodného kousku jídla ublížit.
 6. Vodicí pes je očima nevidomého, ale řídicím „centrem“ je vždy člověk.
 7. Vodicí pes nerozlišuje barvy na semaforu ani zvukové signály na přechodu. O rozhodnutí přejít vozovku nerozhoduje pes, ale člověk.
 8. Pokud máte pocit, že nevidomý potřebuje pomoc, nejprve nevidomého oslovte a pomoc mu nabídněte. Pokud o ni nestojí, nevnučujte mu ji.
 9. V dopravních prostředcích uvolněte nevidomému a jeho psu místo. Pokud nastupujete se svým psem zároveň s nevidomým a jeho psem, dejte nevidomému se psem přednost.
 10. Nevykazujte nevidomého s jeho psem ze žádných veřejných prostor (obchody, divadla, zdravotnická zařízení, úřady atd.). Je to totéž, jako kdybyste např. člověku na vozíku řekli, že nesmí vjet s invalidním vozíkem.
- Vodicí pes je kompenzační pomůckou, prosíme, respektujte to!**



www.helppes.cz
nebo
facebook.com/helppes

Covid zasahuje nepřímo i do našeho výcvikového života...

S radostí vám představujeme našeho nového žáka psí školky. Conny – celým jménem Freddy Connor Horské Vršky je osmiměsíční labradorský retrívr, který se k nám nedostal jen tak náhodou.



Původním páníčkem Connyho byl pan František (dlouholetý trenér vodicích psů). Connýsek byl pro pana Františka vysněným štěnětem z krve pracovně vedených jedinců právě pro pomoc lidem. Bohužel, pan František onemocněl covidem-19, na jehož následky

zemřel. Jeho přáním bylo, aby Conny byl docvičen jako psí pomocník. Jediný subjekt, ve který měli pan František a jeho přítelkyně důvěru, že pes se bude mít dobře nejen po dobu výchovy a výcviku, ale i po předání, byl Helppes. A tak se ocitl Conny u nás.

Na Connym je znát nejen to, že pochází z výborných rodičů, ale i skvělé vedení už od útlého věku. Děkujeme rodině pana



Františka za svěření Connyho do našich rukou. Věříme, že z něj jednoho dne bude úžasný pomocník

Vzhledem k věku je vlastně teprve „předškolák“, který se na studium připravuje. S asistenčním výcvikem se začíná až v jednom roce věku psa. Věděli jste, že výcvik asistenčního pejska stojí 270 tisíc korun? Máte-li tu možnost a mohli byste nám pomoci s financováním výcviku Connýska, budeme vám velmi vděční.

Míša a jeho příběh

Míša se díky studiím a zaměstnání rodičů narodil v Austrálii. Několik dní po porodu však lékaři zjistili, že se narodil bez štítné žlázy. Když už se z největších obtíží dostal, začaly se po jeho prvním roce života objevovat příznaky autismu.

Ve třech letech se s rodiči a mladší sestřičkou vrátili do Čech, kde lékaři potvrdili diagnózu poruchy pozornosti a hyperaktivity a bohužel i středně těžkou mentální retardaci.

Díky školce a asistentkám se Míša naučil nestranit se lidí a společnost dětí si dokonce užívat. Nyní už chodí do první třídy školy, jež se zaměřuje na děti s podobným hendikepem.

Za svoje království však pořád považuje domov, kde se cítí nejbezpečněji. Rád se také vydává na výpravy do blízkého lesa, který lépe chápe jeho časté výbuchy energie a zvýšenou fyzickou aktivitu. Dorozumívání s Míšou probíhá pomocí speciálních obrázkových kartiček. Malý sympaták zároveň dokáže chodit jen po špičkách, proto na noc dostává speciální ortézy. I na někoho staršího a zkušenějšího by byly podobné problémy velkou zátěží. Míša se s tím vším však pere statečně, stále je tím veselým a bezprostředním klukem.

A jak by mu mohl pomoci asistenční pejsek od nás?

Orientace v prostoru by byla daleko jednodušší, navíc by na Míšu dával pozor při jeho náhlých přivalech energie. Stejně tak může psí kamarád svému novému páníčkovi zahřívát svaly, aby se lépe uvolnily. I komunikace by se zlepšila, vždyť víte, že pejskové se rádi vyjadřují jasně a srozumitelně.

Loňský rok nebyl vůbec snadný pro nikoho z nás. Není však toto možnost, jak do letošního roku, který s sebou stále nese nebezpečný covid, zase přinést trochu optimismu a naděje? Vše rozhodně není bezvýchodné. Pro Míšu by nový čtyřnohý kamarád představoval bezpečný obal, který by ho chránil před nástrahami světa. Za jakoukoliv pomoc děkujeme!



Radiožurnál propagoval naše psy

Moc nás potěšilo, že o naši práci projevil zájem Český rozhlas Radiožurnál a na podzim loňského roku odvysílal reportáž o našich psích asistentech, která byla součástí pětidílného seriálu *Výjimeční psi*. Přepis reportáže z pražského Centra sociální a ošetrovatelské pomoci Neklanka vám teď nabízíme...

Freddie a Pipi jsou psi, kteří chodí navštěvovat seniory do pražského Centra sociální a ošetrovatelské pomoci Neklanka. Na canisterapii je doprovázejí trenérky organizace Helpes Markéta Moravcová a Klára Maternová. Vycvičení psi dokážou v určitých situacích nahradit i lékaře – nemocným uvolní svalové křeče nebo proleženiny a léčí je také na duši.

„Freddie, pojd’ zpátky,“ volá na zlatého retrívra trenérka Markéta Moravcová. „Canisterapie je léčba pomocí psů a dneska jdeme sem do domova udělat radost seniorům, kteří se s pejsky pomazlí. Mají pak lepší náladu a den je pro ně hezčí.“ Na recepci centra Neklanka utírá po příchodu z deštivého počasí packy i asistentka výcviku Klára Maternová. Ta vede výrazně menší fenku Pipi, která je křížencem pinče. Všechny čtyři čeká hodina se skupinkou seniorů ve společenské místnosti.

„Dobrý den, dnes jsme vzaly dva pejsky. Velikou výhodou Pipi určitě je, že je maličká. Můžete si ji vzít hezky na klín a pomazlit si jí. Přeci jen ti velcí psi, když na vás naskočí, vás můžou poškrábat,“ vy-



světluje Klára. Bez jejího svolení ovšem psi skákat sami na klienty nesmějí.

Psi s canisterapeutickým výcvikem od organizace Helpes pomáhají v léčebnách, stacionářích, seniorských domovech či zařízeních pro tělesně, smyslově nebo mentálně postižené. Praktikují canisterapeutické metody včetně polohování a hlavně přinášejí radost a často také zlepšení psychické-



ho i zdravotního stavu klientům těchto zařízení svými pravidelnými návštěvami. Někteří jsou zde umístěni nastálo.

Klienti centra dávají psům piškoty, hladí si jejich srst a povídají si s nimi. Markéta je u světlého retrívra Freddieho. „Dnes je načechraný, včera měl koupel a fénování,“ usmívá se. Jedna ze seniorek pak vzpomíná, že měli doma vždycky hodně psů: „Všechny možné. Co táta viděl, tak hned přinesl. Ale každý pes není na hlídání.“

Trenérka Markéta Moravcová vysvětluje, že ani na canisterapii se nehodí každý pes „Nejdůležitější je samozřejmě povaha, to musí mít ten pejsek vrozené. Je zvyklý, že se prosahává po celém těle, a i když ho někdo neohrabaně zatahá za ucho nebo za ocásek, tak mu to nevadí. Většinou si to všechno nechá líbit. Pokud by nastala situace, kdy by mu to bylo hodně nepříjemné, tak v krajní situaci odejde. Nevyvine ale žádnou agresi ani nic proti klientovi,“ zdůrazňuje.

Jeden z klientů má na klíně Pipi a myslí na podobně malého psa, kterého dostal po úrazu od rodiny. „Nemohl a nechtěl jsem chodit,

tak mi dali psa. Musel jsem s ním chodit ven a starat se o něj. To mě donutilo,“ vzpomíná.

Canisterapie neprobíhá podle Markéty Moravcové vždycky stejně, záleží na klientele. Mezi tou můžou být mentálně a tělesně postižení nebo lidé upoutaní na lůžku. „Tam se v rámci takzvaného polohování pes přikládá vyloženě do postele ke klientovi. Má to úžasný vliv a účinek. Například klient, který nekomunikuje a je v křeči, se dokáže uvolnit. Roztáhne ruce. Vidíme, že přínos to má.“

Markéta dál popisuje, že pes vnímá i psychiku klienta. „U zdravého člověka si dovolí dovádět, u nemocného se zklidní a je na něm vidět, že přepíná a nasává z něho problémy.“

Pipi a Freddie v rámci terapeutické hodiny také předvádějí, co umějí podat. Pipi podává lžičku i klíče. „Kov je na podávání náročnější a obtížnější, stejně tak skleněné věci. Není jim to příjemné na zuby,“ popisuje Klára.

Centrum sociální a ošetrovatelské pomoci Neklanka v Praze nabízí canis-





terapii šest let. Ředitelka zařízení Helena Volechová ji zařadila mezi takzvané aktivizační programy.

„Potřebovali jsme podpořit aktivizaci seniorů živým tvorem. Přínosy jsou skvělé – komunikace s klienty, kteří jsou třeba osamocení a úzkostní, se zlepšuje. Vzájemná komunikace je to nejdůležitější, co tady je. Lidé se na pejsky těší. Zároveň si cvičí psychomotoriku a snaží se reagovat,“ vypočítává.

JAK NÁM MŮŽETE POMOCI?

Na číslo **87 777** jednorázovou SMS
ve tvaru **DMS HELPPES 30**
(pro **30 Kč** nebo analogicky pro **60 Kč** a **90 Kč**).

Nyní můžete přispívat i dlouhodobě SMS
ve tvaru **DMS TRV HELPPES 30**
(pro **30 Kč** nebo analogicky pro **60 Kč** a **90 Kč**, které
budou **automaticky odečteny každý měsíc**).

Ukončit podporu můžete zasláním SMS
ve znění **STOP HELPPES** na číslo **87 777**.

Cena DMS je 30 nebo 60 nebo 90 Kč.
Helppes obdrží 29 nebo 59
nebo 89 Kč.



ŽIŽKOVSKÉ DIVADLO

JÁRY CIMRMANA

Žižkovské divadlo Járy Cimrnama, ale zejména jeho diváci, nás podporuje již od roku 2009 každoročním představením. Loni to bylo „zpestřené“ covidem, březnové představení covid zrušil, tak se přesunulo na 11. říjen, a to se stihlo na poslední chvíli. Den následující po jeho odehrání znovu zakázali hrát v divadlech. Celkem nás za ty roky podpořili krásnou částkou 1 324 300 Kč, za kterou nesmírně děkujeme!



Canisterapii nic nezastaví...

Z důvodu covidových opatření jsme nemohli vykonávat pravidelnou canisterapii v Domě sociálních služeb Na Neklance. Klientům zařízení se po pejscích moc stýskalo, tak nás pečovatelky z Neklanky oslovily s žádostí, zda by jejich klienty nemohli potěšit naši psi studentíci bez nás. Vyšli jsme jim vstříc a naši budoucí psi asistenti je navštívili bez trenérů.



Psí tlapky v zimě

Aktuální teploty určitě nezboří rekord $-42,2^{\circ}\text{C}$ z 11. února 1929, ale i tak nabízíme pár rad, jak se postarat o své mazlíčky v zimě.

Pes je v zimě často vystaven až 30stupňovému teplotnímu rozdílu (byť versus venkovní prostředí). Proto, zejména pro psy krátkosrsté či bez podsady, není funkční psí obleček ostudou, ponížením ani týráním. Naopak. Může psa uchránit od nastydnutí či zápalu plic.



Také psi staří, nemocní, po operacích páteře apod. si zaslouží ochránit před zimou a mokrem zateplenou vestou. Overall s nohavičkami je zase vhodný pro dlouhosrsté psy při pochůzkách po špinavých městských chodnících.

Před prosolenými chodníky a silnicemi nejlépe ochrání psí tlapku kvalitní, nepromokavé psí botičky s protiskluzovou podrážkou. Lepší ochrana psích tlapek neexistuje, bez ohledu na to, jestli se to nám lidem líbí nebo ne. V případě kontaktu psích tlapek se solí je dobré hned doma tlapky umýt, poté vysušit a nakrémovat.

Na závěr jedna zajímavost: sních psí kožišek regeneruje, stejně jako krém na tělo, takže se ho není třeba bát. Mnoho zábavy na vašich procházkách přejí Helppees.

www.helppees.cz

nebo

facebook.com/helppees



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...

...stejně tak jako tričko a je-li navíc s vtipným textíkem např. *Tlapku na to! HELPPES. HELPPES ŠTĚKÁM O POMOC! Když mám volno dělám psí kusy*, je úspěch zaručený, to nám věřte.



Kromě výše uvedeného máme aktuálně v nabídce také roušky s logem Helppesu. Podívejte se na naše stránky, možná vás budou inspirovat a našim klientům pomůžete. Objednat si je můžete mailem na adrese reklamnipredmety@helppes.cz



Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!

 **BERNER**

ŽIŽKOVSKÉ
 **DIVADLO**
JÁRY CIMRMANA

EY

Building a better
working world



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

KEY®
PROMOTION



Auto Components
International



AV

ANALOGIA

Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!



**Rozhodují
činy.**



Schubert

ŠKODA

RÖSSMANN



Equa bank



DARUJME.CZ



WMC | GREY



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



nadace leontinka



**GENERALI
ČESKÁ POJIŠŤOVNA**

Bulletin pro příznivce asistenčních psů

**Ty nevíš, že
máme mít rozestup
dva metry ?!?!**



**Přátelé,
to je z letošního prvního 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. Helppes.

Helppsík