



Bulletin pro příznivce asistenčních psů

4/2022



Helpsík



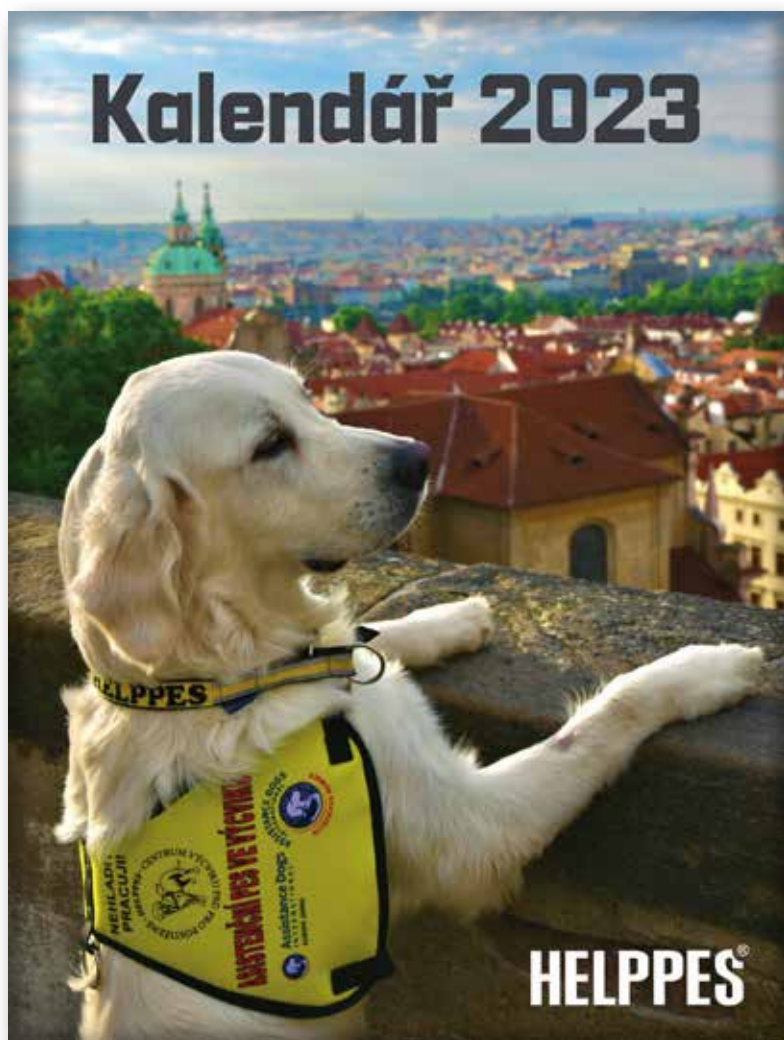
Obecně prospěšná společnost Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o. p. s.® vám letos nabízí své čtvrté číslo čtvrtletníku Helpsík. Pojd'te si s námi přechíst, co se událo nového...

Kalendář 2023



DUBEN

Somnolent



**Zakoupením kalendáře podpoříte výchovu
a výcvik našich nastávajících čtyřnohých hrdinů.
Udělejte radost sobě, rodině, přátelům či kolegům
a podpořte zároveň smysluplnou věc.
Cena kalendáře je 399 Kč + 114 Kč poštovné.
Kalendář Vám bude doručený doporučeně.**

POMOZTE NÁM DÁLE POMÁHAT!



Super den 2022, aneb 15 psích pomocníků bylo předáno novým páníčkům



Již podvacáté se letos konala v motolském výcvikovém areálu slavnostní promoce čtyřnohých absolventů akademie Helppes. Lidem s různými druhy postižení předali v sobotu 17. září známé osobnosti celkem patnáct nově vycvičených psích pomocníků, kteří se stanou jejich asistenty i parťáky.

Na našem tradičním Super dni se jako vždy sešli lidé s postižením, dárci, dobrovolní pomocníci a příznivci organizace Helppes a také celá řada známých osobností, které nás dlouhodobě podporují. Zlatým hřebem programu bylo předání patnácti psích pomocníků jejich novým páníčkům.

Pro naše klienty představuje čtyřnohý asistent často jedinou šanci na samostatný život. Je tomu tak i v případě slečny Emy trpící úzkostnou poruchou. Přestože její potíže nejsou na první pohled viditelné, žije v neustálém pocitu strachu a ohrožení. Ema měla od malička velmi bohatou fantazii, kterou doprovázely děsy a úzkostné představy, v pubertě se potíže ještě vystupňovaly. Dodnes mívá potíže přejít po chodbě nebo vstoupit do místnosti, obává se nastoupit do autobusu, koupit si jízdenku, oslovit druhého člověka. V obchodě se cítí ohrožena lidmi kolem. Z nervozity si rozkousává rty, někdy si také škrábe kůži. Ve chvílích nejtěžší paniky jí ztuhne celé tělo a nemůže se ani pohnout. Všechny tyto potíže Emu vyčerpávají a brání jí v samostatném fungování. Nejlépe se cítí ve společnosti zvířat, proto požádala o psiho pomocníka, který by jí pomohl získat sebedůvěru, osamostatnit se a vstoupit do dospělého života. S asistenčním průvodcovským psem, zlatým retrieverem Tobym, bude Ema konečně odolnější proti obavám a strachům.

Na akci vystoupilo mnoho známých osobností, které s organizací Helppes dlouhodobě spolupracují, a podporují projekt *Pomoc přichází na čtyřech tlapkách*. Právě tyto osobnosti předávaly vycvičené

asistenční psy jejich novým páníčkům. Byli jimi Marta Kubišová, Alice Bonde, Anna Kateřina Fialová, Iva Frühlingová, Heidi Jančů, Lenny, Bára Nesvadbová, Jana Stryková, Leona Šenková, Katka Žbirková, Jaroslav Bulsara, Jan Burian, Jakub Kohák, Peter Pecha, Milan Peroutka, Pavel Roth a skupina V-Rock. Programem provázela sehraná moderátorská trojice Patricie Pagáčová, Mirek Konvalina a Milan Peroutka, který není „pouze“ patronem organizace, ale také členem správní rady. Jako správný člen helppsího **týmu**, **napsal pro Helppes „hymnu“**, která na této akci zazněla ve své premiéře.

Helppes dokázal za dobu svého fungování vycvičit a předat téměř 300 psích pomocníků, kteří se stali partnery lidí s nejrůznějšími typy zdravotního postižení.

Všem, kteří nás podporujete mnohokrát děkujeme!



Mnohokrát děkujeme všem sponzorům, kteří svou štedrostí umožnili konání našeho Super dne. Jsou jimi mimo jiné:

**AKINU CZ s.r.o., Key promotion s.r.o.,
MČ Praha 5, Pivovary Staropramen s.r.o.,
VAFO PRAHA s.r.o. a mnoho dalších.**





Helppsík



*Projekt **Pomoc přichází na čtyřech tlapkách** můžete podpořit zasláním dárcovské SMS ve tvaru **DMS HELPPES 30** nebo **DMS HELPPES 60** nebo **DMS HELPPES 90** na číslo 87 777 a podpořit nás Vámi zvolenou částkou 30, 60 nebo 90 Kč.*

*Přispívat můžete také dlouhodobě. Stačí odeslat na číslo 87 777 SMS ve tvaru **DMS TRV HELPPES 30** nebo **DMS TRV HELPPES 60** nebo **DMS TRV HELPPES 90** a Vámi zvolená částka 30, 60 nebo 90 Kč Vám bude automaticky odečtena každý měsíc.*

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

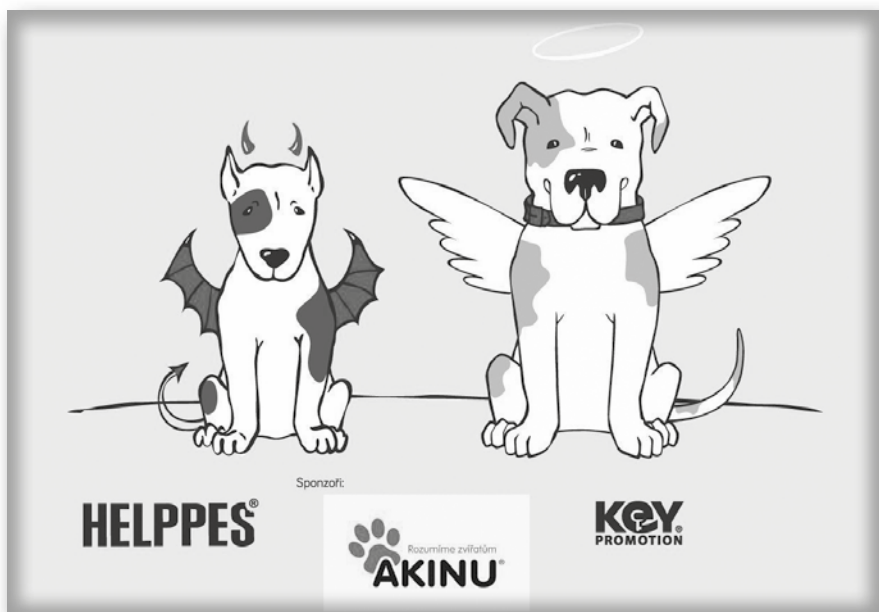
*Cena DMS je 30, 60 nebo 90 Kč.
Helppes obdrží 29, 59 nebo 89 Kč.
DĚKUJEME!*

Mikuláš, nejlepší přítel psa

**Zveme Vás na naši tradiční Mikulášskou
pro všechny hodné (i zlobivé) pejsky,
která se koná 3. prosince
od 10:30 v našem výcvikovém areálu.**

**S sebou vezměte očkovací průkaz
s platným očkováním proti vzteklině,
psince, parvoviróze, hepatitidě atd.
Vstupné dobrovolné.**

**Praha 5, Plzeňská ulice,
tram. č. 9 a 10 – zastávka Hotel Golf**



Festival ZLOMVAZ na DAMU

Náš Helppes se věnuje mnoha aktivitám a patří k nim i osvětová činnost pro veřejnost. Představujeme využití psů pro osoby s handicapem ve všech věkových skupinách, od dětí až po seniory. DAMU pořádala letos festival ZLOMVAZ a my jsme přijaly pozvání uspořádat na tomto festivalu workshop na téma canisterapie.



Na DAMU se vydal tým Helppes ve složení Natálie Nováková, asistentka ředitelky, Jolana Svobodová, trenérka a Jiřina Volšická, rozhodčí Klubu speciálního výcviku Helppes. Na praktické ukázky tým doprovázely dvě budoucí psi asistentky, které se okamžitě staly miláčky všech přítomných studentů a studentek.

Úvodem jsme představily, co se od canisterapeutického

psa očekává, jaké jsou standardní požadavky na socializaci štěněte, výchovu psa a jeho výcvik pro potřeby canisterapie. Pes se s vlohami pro canisterapeutickou činnost musí narodit, výchova a výcvik pak tyto vlohy vhodně rozvinou a podpoří. Ne každý pes je pro canisterapii vhodný, a proto je výběr psa nesmírně důležitý.

V současnosti se zájem o tyto aktivity se psy stále zvyšuje. Podstatné je ujasnit si v jaké oblasti si přejeme působit a vybrat si cílovou skupinu. Mohou to být děti ve školkách, školách, na prázdninových táborech, lidé s handicapem, s psychickými problémy, senioři v ústavech i v domácí péči, pacienti v nemocniční péči apod. Pokud si psa budeme teprve pořizovat, je lépe zvolit plemeno pro tuto činnost již osvědčené. Můžeme si tak ušetřit mnohá zklamání. Kromě psa musí být na canisterapii připraven i psovod. Nestačí pouze nadšení, ale každý musí zvážit i své komunikační schopnosti a schopnost přizpůsobit své chování prostředí a mentalitě klientů.

U dětí jsou v oblíbě psi temperamentní, ale zároveň trpěliví. Mnohdy je potřeba dbát i na pohodu psa a chování dětí korigovat. Senioři dávají přednost psům vyrovnaným, klidným, které rádi, a v dobré víře krmí. Bohužel ne každá strava je pro psa přínosem, i to si musí psovod ohlídat a situaci taktně vyřešit.



Ať si vyberete jakoukoli cílovou skupinu, nutné je mít podepsanou smlouvu, pojištění a úzce spolupracovat s personálem ústavu, školy, nemocnice apod. Pokud se dochází do soukromí rodiny, je to obvykle na písemnou žádost klienta nebo jeho zástupce. Je třeba si nechat vždy po třech měsících napsat krátkou zprávu, jak jsou klienti s canisterapií spokojeni a zda si přejí pokračovat.



Studentkám a studentům DAMU jsme odpověděly na všechny jejich dotazy a názorně předvedly práci canisterapeutických psů. Na závěr jsme posluchače pozvaly na návštěvu našeho areálu v Motole a sklidily za přednášku i praktické ukázky canisterapie dlouhý potlesk.

Jiřina Volšická

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.



Ach, ty zatracené ohňostroje...!

Jako každý rok se opět blíží doba, která je pro naše čtyřnohé rodinné příslušníky někdy až úplným hororem. Pojďme spolu našim chlupatým miláčkům zařídit alespoň trochu úlevy. Oslavy na Silvestra jsou pro pejsky náročné. Jak je připravit na rachejtle a ohňostroje?

✓ Na Silvestra vyvenčete psa odpoledne a pak až k ránu, tedy v době, kdy je klid.

✓ Na Silvestra psa nikdy nepouštějte na volno, mějte ho vždy na vodítku, opatřeného známkou s kontaktem na vás a nejlépe očipovaného.

✓ Nikdy psa neberte na místa oslav, k oknu, na balkón, na zahradu. Pes určitě o nic nepřijde, když neuvidí „světýlka“. Pes vám bude vděčný, když ho těchto oslav ušetříte.

✓ Nikdy nenechávejte svého psa samotného na zahradě nebo na balkóně.

✓ Sami nebuďte ve stresu, váš stres se přenese na psa velmi snadno, což situaci ještě zhoršuje.

✓ Nikdy psa netrestejte za jeho nežádoucí reakce na petardy a ohňostroj.

✓ Nikdy však psa ani nechlácholte, vaše chlácholení pes bere jako chválení za to, že se bojí.

✓ Zachovejte klid, když pes uvidí, že vy jste v klidu, on sám bude také klidnější.





- ✓ Zavřete všechna okna i dveře a zatáhněte závěsy.
- ✓ Zapněte nahlas rádio, televizi, nebo jakoukoliv hudbu. Zvuk s blížící se půlnocí zvyšujte tak, abyste tlumili zvuk petard.
- ✓ Odvráťte pozornost psa – dejte mu žvýkáci mňamku (např. sušené ucho), hrajte si s ním s jeho oblíbenou hračkou.
- ✓ Pokud je pes již v takovém stresu, že si odmítá vzít pamlsky i si hrát, buďte u něj a dejte mu možnost být na místě, které si pes sám vybere (často to bývá koupelna nebo WC).
- ✓ Pokud předem víte, že pes je citlivější, podejte mu tabletku Aptus Relax, pokud je citlivý více, po poradě s veterinárním lékařem můžete podat přípravek Sileo. U psů bázlivých, u kterých hrozí ataky paniky, lze podat i silnější tlumící léky, ale vždy pouze po poradě a konzultaci s veterinárním lékařem!!! Psu nikdy sami nepodávejte lidská léčiva.
- ✓ Ideálně připravujte svého psa na silvestrovské petardové a ohňostroje šilenství po celý rok – trénujte a pracujte s neobvyklými zvuky. Intenzitu zvuků zvyšujte postupně. Můžete použít CD se zvuky bouřky, střelby, petard a dalších, pro psa nepříjemných, zvuků.
- ✓ Trénujte odolnost psa vůči střelbě – začněte bouchnutím dvou prken o sebe, pokračujte dětskou kapslíkovkou až po střelbu z pistole ráže 6–9 mm. Na trénink můžete použít i maličkaté dělobuchy, ale s nimi musíte vůči psu být velmi opatrní. Vzdálenost mezi psem a střelbou (dělobuchem) zkracujte postupně. Při tomto tréninku nikdy nespěchejte.

**Více informací se dozvíte
na www.helppes.cz nebo
facebook.com/helppes**



11,5 roku,
7 dní v týdnu,
24 hodin denně...

„Už 11,5 roku, každý den, 7 dní v týdnu, 24 hodin denně mi po úrazu dělá společnost ten nejveselejší, nejhravější a nejpracovitější miláček na světě, a věřím, že spolu ještě dlouho ve zdraví budeme. (...)

Rád běhá za balonkem nebo si rád ňuňá svého metrového plyšového médu, stejně tak rád pracuje, podává, otvírá, asistuje „o sto šest“. (...) Díky vám mě potkalo to největší a nejchlupepatější štěstí v mém životě.“ To jsou slova naší milé klientky paní Květy, kterou na cestě jejím životem doprovází jeden z našich studentů Helppees akademie, nyní třináctiletý psí partáček Plax.

Rádi bychom pomáhali dalším takovým lidem, jako je paní Květa, proto Vás prosíme, pojd'te podpořit naši činnost, ať může vzniknout víc takovýchto fantastických přátelství!

Příspěvek na výcvik asistenčních psů můžete na webových stránkách <https://2secure.bluedrm.com/donate/helppees/CZ/>

Za Váš dar Vám už nyní ze srdce děkujeme!



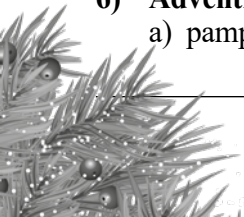
Vánoční kvíz - znáte odpovědi?



- 1) **Ve které americké firmě reklamní grafici vytvořili typickou postavu Santa Clause?**
 - a) v automobilce General Motors
 - b) v Coca Cole
 - c) v pivovaru Budweiser
- 2) **Jak se jmenuje vánoční píseň Ariany Grande?**
 - a) Santa Buy Me
 - b) Santa Tell Me
 - c) All I Want For Christmas.
- 3) **Kolik Vánoc z 10 je podle dlouhodobých statistik na sněhu a kolik na blátě:**
 - a) 2 na sněhu, 8 na blátě
 - b) 5 na sněhu, 5 na blátě
 - c) 3 na sněhu, 7 na blátě
- 4) **Koleda je:**
 - a) zpěv zpívaný ve vánočním čase
 - b) léčebný prostředek proti bolesti kolen
 - c) jméno prvního astronauta, který přistál na Měsíci
- 5) **Odkud pochází rostlina zvaná vánoční hvězda?**
 - a) z Čech
 - b) z Afriky
 - c) z Ameriky
- 6) **Adventní věnec zdobí:**
 - a) pampelišky, růže a jmelí
 - b) čtyři svíčky na větvíčkách obvykle z jehličnanů
 - c) čokoládová šlehačka a vanilkové rohlíčky
- 7) **Hvězda betlémská je:**
 - a) dnes nazývaná Halleyova kometa
 - b) planeta Venuše
 - c) neznámá hvězda, která přivedla tři krále do Betléma
- 8) **Z čeho se dělá vánoční františek?**
 - a) z mletého dřevěného uhlí
 - b) z koření
 - c) kope se ze země jako uhlí
- 9) **Kolik alkoholu můžeme o Vánocích vypít?**
 - a) raději méně než víc
 - b) o Vánocích se alkohol vůbec nesmí pít, protože by se Ježíšek moc zlobil
 - c) co se do nás vejde
- 10) **Proč máme na Štědrý den k večeři kapra?**
 - a) protože nám chutná
 - b) protože je levnější než řízek
 - c) protože proto...

8a, 9b, 10 a, b, c

Výsledky: 1b, 2b, 3c, 4a, 5c, 6b, 7c,



Koncert po Martu aneb oslava narozenin Marty Kubišové

Moc nás těší, že jsme byli pozváni na oslavu narozenin naší dlouholeté podporovatelky a velké milovnice psů Marty Kubišové. Atmosféra v pražské Lucerně byla fantastická a oslavenkyně si koncert očividně užívala. A co jsme Martě popřáli? No přeci hoooooodně zdraví!!! Děkujeme za přízeň.



Křížem krážem křížovkou



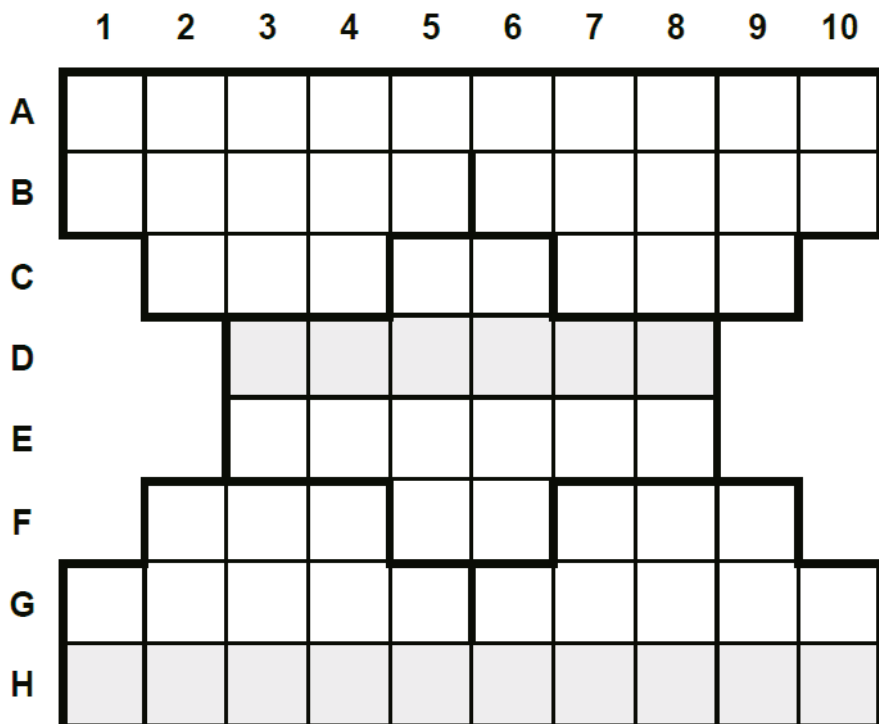
Skijöring (z norského slova skikjøring – v překladu „řízení na lyžích“) má svůj původ v Norsku. Jedná se o sport, při kterém pes, případně i několik, táhne lyžaře připoutaného k němu/nim lanem. („Tahačem“ může ovšem být také kůň nebo motorové vozidlo.)

Tento i v našich zeměpisných šířkách stále více oblíbený sport – první československé závody se jely 16. března 1985 v Peci pod Sněžkou – patří mezi individuální disciplíny mushingu (jízda se psím spřežením). Závodí se ve třech „kategoriích“ vzdáleností. Sprinterské tratě s dél-

kami pět až ... **(1. tajenka)** kilometrů se dělí na třídy s jedním psem pro ženy, muže a juniory (SKJ1W, SKJ1M, SKJ1J) a se dvěma bez rozdílu pohlaví lyžaře (SKJ2). V midu jsou tratě dlouhé od 30 do 45 kilometrů, tratě longu měří 45 a více kilometrů, v obou případech jsou pro závodníky bez rozdílu pohlaví se dvěma psy (MSKJ2, resp. LSKJ2). Sprinty a midy se zpravidla konají jako dvoudenní závody na stejné trati, u delších vzdáleností to může být i jinak.

Také v tomto sportu se pořádají mistrovství světa. Letošního šampionátu čistokrevných severských plemen (10.–12. března, Östersund, Švédsko) se zúčastnili také naši čtyři reprezentanti. A rozhodně nezlamali: v poháru národů na midových tratích obsadila naše republika díky stříbru Jakuba Urbana s Tarjem a Kaisou a bronzu Petra Soukupa s Ayri a Arlette třetí místo.

Neexistuje vyloženě specifické „skijöringové“ plemeno. Je zcela pochopitelné, že do záprahu se nejvíce používají husky, aljašští malamuti a samojedi, tedy psi, kterým nevadí zima a rádi tahají. Žádnému psímu sportovci by neměla mezi vlastnostmi chybět ... **(2. tajenka)**, vytrvalost a síla, neměl by být ani agresivní.



Vodorovně: **A.** Okolí města v okrese Blansko. – **B.** Průvodní listina zaručující bezpečnost; oráč (zastarale). – **C.** Předložka; SPZ okresu Rokycany; africký veletok. – **D. 1. tajenka.** – **E.** Nepříjemná žena. – **F.** Belgické lázně; včelí obydlí; jednotka hladiny intenzity zvuku. – **G.** Praním očistit; vrstva třetihor. – **H. 2. tajenka.**

Svisle: **1.** Celní kód Bulharska; obyvatel pralesa. – **2.** Anglicky „starý“; zkratka bývalého Svazu požární ochrany. – **3.** Asijský název pro suťový horský proud; značka decimetru; část ženského těla. – **4.** Iniciály autora Kytice; předložka; německy „úhoř“. – **5.** Člen rodiny (zastarale); pokrm z větších kostek masa s omáčkou; zde. – **6.** Cítoslovce vrčení; pevné železo; obec u Pacova. – **7.** Skotské mužské jméno; značka poloměru (foneticky); kupon. – **8.** Pocty; ukazovací zájmeno; italský spisovatel (Umberto). – **9.** Nečistota; spraš. – **10.** Část povozu; značka nitu.

Pomůcka: Aal, lés, sel. (mk)



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

Dárky, které potěší...

Nebylo by pěkné udělat radost hned dvakrát? Nejen obdarovanému, ale také tomu, od koho dárek koupíte? ...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 spoustu dalších věcí 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!



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

KEY®
PROMOTION



ŽIŽKOVSKÉ
DIVADLO
JÁRY CIMRMANA



Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!



VETCENTRUM
Ducheck s.r.o.

Schubert

R **SSMANN**

zoetis



DARUJME.CZ



WMC | GREY



beko

Bulletin pro příznivce asistenčních psů



**Přátelé, do nového
roku vám přeju pevné
zdraví a pevné nervy. Budou
potřeba...**

**Přátelé,
to je z letošního čtvrtého čísla Helppsíka všechno.
Přejeme vám i vašim pejskům do nového roku
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.