



Bulletin pro příznivce asistenčních psů



# Helppsík



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

## Moc děkujeme, že nám pomáháte!!!

*Milí přátelé Helppes,*

*loni se nám díky Vaší laskavé pomoci podařilo vycvičit 15 skvělých psích pomocníků, kteří jsou dnes životní oporou pro naše klienty – dospělé a děti se zdravotním postižením. Téměř dvouletý výcvik asistenčního psa stojí cca 300 000 Kč. Každý trenér stráví výcvikem a prací s klienty na 2 000 hodin ročně.*

*Vše probíhá na nejrůznějších místech, zejména pak v našem Helppes výcvikovém areálu, který je potřeba stále udržovat.*

*Psi potřebují mít zázemí, krmivo, veterinární péči...*

*Projekt **Pomoc přichází na čtyřech tlapkách** můžete podpořit zasláním dárcovské SMS ve tvaru **DMS HELPPES 30** nebo **DMS HELPPES 60** nebo **DMS HELPPES 90** nebo **DMS HELPPES 190** na číslo 87 777 a podpořit nás Vámi zvolenou částkou 30, 60, 90 nebo 190 Kč.*

*Přispívat můžete také dlouhodobě. Stačí odeslat na číslo 87 777 SMS ve tvaru **DMS TRV HELPPES 30** či **DMS TRV HELPPES 60** nebo **DMS TRV HELPPES 90** případně **DMS TRV 190** a Vámi zvolená částka 30, 60, 90 nebo 190 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, 90 nebo 190 Kč.  
Helppes obdrží 29, 59, 89 nebo 189 Kč.*

*Více na [www.darcovskasms.cz](http://www.darcovskasms.cz)*

***Děkujeme ♥***

# Mikulášská pro všechny hodné (i zlobivé) pejsky

Loňského, již 19. ročníku *Mikulášské pro všechny hodné (i zlobivé) pejsky* se zúčastnilo přes blátivé počasí dvaadvacet pejsků. Zahájení bylo tradiční, všichni pejsci dostali od Mikuláše s anděly nadílku a zlobivci se mohli s čertem podívat do pekla.

Ač byly následující soutěže na blátě, všichni si je náramně užili a na prvním místě v Mikulášském pětiboji se umístila fena zlatého retrívrů Deysi, která sebou přivedla paničku Michaelu. Ani psi asistenti se nenechali zahanbit a druhé místo obsadil asistent slečny Maii, border kolie Bailey, třetí místo patřilo feně portugalského vodního psa Adiře Jikabo, která asistuje paní Daniele.



Buřtík při tradiční soutěži Aport buřta, na kterou se všichni hafani moc těší, opravdu moc chutnal a vítězem, který si tedy na něm nepochutnal, se stal zlatý retriever Loki, kterého doprovodil pan David.



**Naše velké poděkování  
patří partnerům a dárcům  
Mikulášské, kterými byly  
firmy AKINU  
a KEY PROMOTION.**



## **... a jak se Mikulášská líbila soutěžícím?**

*Milý helppes týme, rádi bychom vám všem chtěli poděkovat za loňskou Mikulášskou. Byla jako vždy úžasná, skvěle připravená a věřím, že si jí všichni navzdory rozbředlému sněhu a blátíčku dobře a s radostí užili.*

*Perfektní byl, ostatně jako vždycky, Míra Konvalina se svým průvodním slovem ať jako Mikuláš s družinou úžasných andělů s čertíkem v zádech či jako zachumlaný moderátor s pejsovsou beranicí na hlavě, taktéž náležitě výřečný a vše komentující. Obdiv sklidili také všichni dobrovolníci, kteří připravili Mikulášovské soutěže a následně u nich také asistovali a na vše dohlíželi a zapisovali. No a jasně, že nesmíme zapomenout na Dušana, škodiče z „mistráku“, ale tentokrát v opačné úloze. Neméně se i tentokrát své role zhostil výborně a náramně si ji užíval.*

*Rovněž nemalý obdiv patří samozřejmě paní ředitelce, která nenápadně proplouvala mezi účastníky i soutěžícími a pilně natáčela a dokumentovala průběh nadílky, soutěží i celého dne.*



*Velké poděkování jistě patří také paní Ruprichové, neúnavné dobrovolnici, která snad nikdy nechybí a u příchodu svým milým úsměvem vítá všechny účastníky. Vždy rozdává dobrou náladou, kterou již dopředu všechny prohřeje a naladí zvláště v tomto zimním dni.*

*Všichni se svých úkolů zhostili opravdu dobře, a to z jediného důvodu, aby si všichni celý mikulášovský den náležitě užili.*

*A konkrétně my?*

*My se ještě ráno rozmyšleli, jestli vůbec do Prahy pojedeme.*

*Napadl sníh, kolem mlha jako mlíko. Jen neklouzalo. Tedy ne tolik, tak jsme vyjeli. I když dálnice vypadala taky všelijak. Ale když už jsme vyjeli, nevrátili jsme se. A stálo to za to!*

*Mikuláš byl skvělý jako vždycky. Soutěže prima. Nebyl to „Mistrák“ takže disciplíny pro zábavu a šlo o to si celý den užít. A hlavně, rádi jsme se v adventním čase potkali se známými milými lidičkami, s pejsky, popřáli si krásné svátky, zdraví, pohodu a abychom se ve zdraví zase sešli, nejspíš právě na vašem mistrovství.*

*A tak milý helpes týme, milý sponzoři, děkujeme za Mikulášskou, děkujeme za tu krásnou adventní atmosféru, děkujeme za krásná setkání. Děkujeme za vaši nikdy nekončící, a přece krásnou práci. Děkujeme!!!*

*P.S.: Připojuji pár fotek, jak si Ondra se Spikem Mikulášskou uživali, hlavně se líbilo kolečko.*



# Dny bezmoci a beznaděje...

**„Dny bezmoci a beznaděje, kdy vidíte své dítě pouze živořit, jsou pryč. Do našich životů vstoupilo sluníčko jménem Beyley,“ vzkázala nám maminka Zuzky.**

Flat coated retrívr Beyley proměnil v zázrak poslední tři roky života mladé slečny Zuzky trpící poruchou autistického spektra (PAS). Zuzka trpěla sebepoškozováním a depresemi, nevládala sociální kontakty, které u ní vyvolávaly záchvaty paniky a úzkosti. Přesto toužila začít studovat střední zemědělskou školu, obor ekologie a ochrana životního prostředí. To se jí podařilo právě díky získání Beyleyho, který na školu mohl nastoupit s ní. Jeho posláním se stalo být jí všude po boku, uklidňovat ji, pomoci jí začlenit se do výuky. Postupně začala být Zuzka aktivní, začala komunikovat se svými spolužáky, a dokonce před nimi vystupovat.

Dnes Zuzka končí třetí ročník střední školy, dochází na stáže do Akademie věd a spolupracuje s Agenturou ochrany a přírody, kde se bude podílet na výzkumu jednoho invazivního druhu hmyzu. A to vše za neustálého doprovodu svého úžasného asistenta a průvodce Beyleyho.

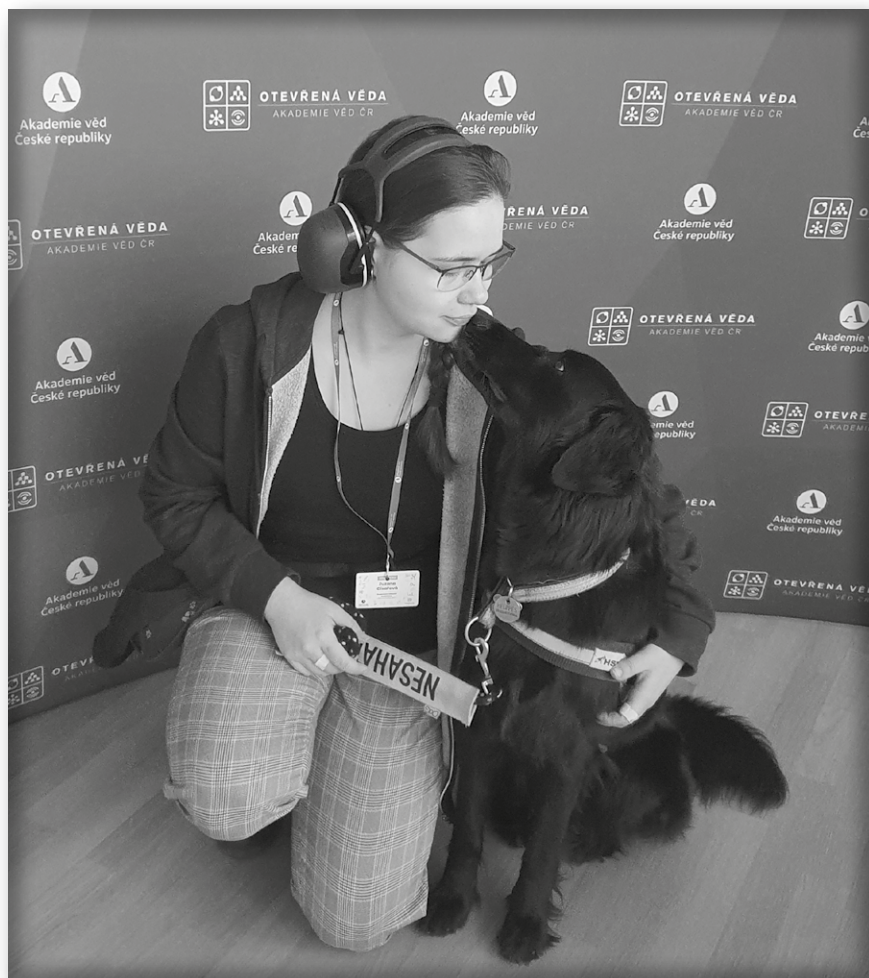
Takové životní příběhy jsou podstatou naší práce v Helppes. Bez Vaší finanční podpory se však neuskuteční.



Téměř roční výcvik asistenčního psa stojí 300 000 Kč. Každý trenér stráví výcvikem a prací s klienty na 2000 hodin ročně. Vše probíhá v našem Helpes výcvikovém areálu, který je potřeba stále udržovat. Psi potřebují mít své zázemí, krmivo a výbavu.

Tímto bychom Vás rádi požádali o příspěvek na jednu nebo všechny tyto oblasti naší práce, které musí perfektně fungovat, abychom dokázali našim klientům skutečně pomoci. Více informací najdete na platební bráně <https://2secure.bluedrm.com/donate/helppes/CZ/>

Děkujeme!



# Psí láska dokáže neskutečné divy!

Nedávno k nám do výcvikového centra dorazil dopis, který patří Vám, laskavým dárcům, kteří pomáháte s výcvikem našich čtyřnohých hrdinů. Dopis je od rodiny dvou sourozenců – devítileté Elišky trpící primárně autismem a třináctiletého Míly s disharmonickým vývojem osobnosti a ADHD, které doprovází ještě další psychické obtíže. Co nám napsali o svém životě s fenkou zlatou retrívra Corou, se můžete dočíst níže...



*Milí dárci a dárkyně,*  
*jmenujeme se Eliška a Míla a tato krásná blondýnka mezi námi je Cora. Rok se s rokem sešel a my máme zase možnost se s Vámi podělit nejen o krásná slova, ale i především o možnost, jak Vám poděkovat za tuto naši skvělou šanci na život.*

*Asistenční pes nám nejen dal možnost volnosti, klidu a pohody, ale především je to náš nejlepší přítel. Cora je již s námi přes 5let a život bez ní už si nikdo u nás ani neumí představit. (...) Mezi dětmi a bohužel i mezi dospělými se často potýkáme s nepochopením. Naše duše jsou tak trochu jiné a pro některé lidi co je jiné, je často děsí. (...) Bohužel ne vše se dá vyslovit slovy, ne vše se vlastně dá celkově vysvětlit. V těchto chvílích často potřebujeme němou tvář, která nás miluje jinak. Tiše, oddaně a bezmezně. V tu chvíli je tu naše Cora. (...) Pomáhá nám každý den nejen v základních činnostech, ale je nám v podstatě kamarádkou, sestrou a naší druhou mámou. (...) Naši rodiče jí 100% věří a mají v ní důvěru. Berou nás spíše jak sourozence, a tak jak se maminka často bije za nás, je připravena kdykoliv se postavit za ni.*



*Chtěli bychom Vám moc poděkovat za to, že jste nám umožnili Coru mít. Bez ní by byl náš život prázdný a smutný. S Corinkou se nám otevřely úplně nové možnosti a náš zdravotní stav se natolik zlepšil, že tomu ani doktoři kolikrát nemohou uvěřit. Čistá psí láska dokázala více než některé léky.*

*Děkujeme za to, že nezapomínáte na lidi, jako jsme my a děkujeme za to, že jste nám umožnili mít lepší a kvalitnější život.*

*Eliška, Mila a Cora*





# Přečkejte zimu s pejskem v radosti a zdraví

**Víte, jak v nejchladnějším období pečovat o svého čtyřnohého kamaráda? Zaměřte se na tlapky, stravu a odpočinek v teple. Zatímco člověk si vezme hřejivou bundu nebo si uvaří horký čaj, jeho psí kamarád takovou možnost nemá.**

Aby si mohl užívat zimní radovánky bez následků, je třeba mít na paměti, že chladný vzduch, led a sníh, ale třeba i chemický posyp na chodnících s sebou přinášejí rizika. **Zuzana Daušová**, ředitelka organizace Helppes – Centra výcviku psů pro osoby s postižením, pro nás dala dohromady několik tipů, jak jim předcházet.

## **Péče o psí tlapky**

V zimním období přijdou psí tlapky často do styku s ledem, sněhem, studenou vodou i různými druhy posypů. Například běžná posypová sůl dokáže v kombinaci s chladem způsobit rozpraskání kůže, které se špatně hojí a způsobuje zvířeti velké nepohodlí. Ve městech se nasoleným chodníkům nevyhnete, proto před každou procházkou namažte psovi tlapky přípravkem k tomu určeným, případně vazelínou nebo jiným mastným přípravkem, po návratu je pak otřete či opláchněte. Zabráníte tak tomu, že si pejsek sůl z tlapek olíže a přivodí si zažívací problémy. Nejlepší ochranou psích tlapek jsou ale botičky s pevnou protiskluzovou podrážkou. U dlouhosrstých plemen je vhodné ostříhat srst mezi prsty, aby se na ni nenabaloval sníh.

## **U jídelníčku dbejte na kvalitu**

Není třeba přidávat množství potravy, u aktivnějších psů se však nebojte zvolit krmivo bohatší na tuky a bílkoviny. Před chladem totiž zvíře chrání hlavně dostatečná vrstva podkožního tuku a kvalitní srst, zejména psi žijící celoročně venku tedy mohou před zimou klidně i trochu přibrat. U domácích pejsků, kteří přes zimu mnoho času venku netráví, naopak hlídejte dostatek pohybu. Celodenní povalování na gauči nesvědčí ani lidem, ani zvířatům.

## Venku buďte v pohybu

Fyzická aktivita zahřeje nejlépe a pejsek i v zimě ocení dlouhé procházky. Vyhýbejte se pouze jeho dovádění v potocích, rybnících a řekách, které jsou v jiných ročních obdobích největší zábava. S promočenou srstí pes velmi snadno prochladne, a pak už je jen krůček k vážnému onemocnění. Hrozí také nebezpečí, že pod psem se prolomí tenká vrstva ledu, a dojde k jeho utopení.

## Pelech v teple a závětrí

Zatímco bytový pes se po každé procházce může těšit na teplo lidského domova, venkovní hlídači musí mít k dispozici úkryt, kde se zahřejí. Důkladně zateplená bouda je naprostou nutností! Pokud je váš pes zvyklý na pobyt venku po celý rok, odolejte pokušení ho v mrazech pustit do vyhřátého domu. Můžete jeho organismu způsobit teplotní šok.

## Čím huňatější srst, tím větší ochrana

Plemena s hustou srstí a bohatou podsadou, jako je třeba husky nebo tibetská doga, jsou na zimu pochopitelně připravena lépe než plemena krátkosrstá jako krysařík nebo rhodézský ridgeback. Pro krátkosrstá plemena může být vhodným řešením při silných mrazech psí obleček, který udrží tělo v teple. Na trhu jich najdete celou řadu, proto je dobré se s prodejcem poradit, který bude pro dané plemeno nejvhodnější.

Zdroj: [vecerni-praha.cz](http://vecerni-praha.cz)



# ... mail, který nás moc potěšil...

*Dobrý den,*

*přicházíme s Pupíkem zase po půl roce se zprávou, jak se nám daří. První, co se stalo od poslední zprávy byla možnost účastnit se Helppes rekondice. Psala jsem o tom v samostatném dopisu, ale ráda bych zopakovala, že jsem upřímně ráda, že jsme jeli a jsem vděčná za tu možnost. Doufám, že to nebude naše poslední rekondice, i když to, jestli pojedeme příště, nedokážu vůbec odhadnout, protože se nám v lednu narodí syn (a Pupíkovi lidský brácha).*

*Vzpomínám, jak jsem na pohovoru v rámci žádosti o asistenčního psa s pláčem vyprávěla, že bychom s manželem chtěli mít děti a že mi snad asistenční pes pomůže dosáhnout takové samostatnosti a zdravotního stavu, že se na to s manželem odvážíme a bude to možné...no a o pár let později se náš sen pomalu naplňuje... až tomu nemůžeme uvěřit.*

*V těhotenství jsem si znovu uvědomila, o kolik jsem se díky Pupíkovi posunula...opravdu mi při pohledu zpět pomohl v postupné léčbě PTSD natolik, že jsem daleko silnější, samostatnější, umím bránit sebe i své blízké (včetně Pupíka před nevhodným kontaktu lidí na veřejnosti) a zvládnout víc.... v těhotenství mně Pupík samozřejmě provází na všech lékařských prohlídkách, za což jsem moc vděčná, protože pro mě stále nejsou vždycky snadné.*

*Ke konci těhotenství u mě došlo k mírnému zhoršení epilepsie, parciálních záchvatů. Mívám občas menší záchvaty v určité fázi spánku a Pupík mi pomáhá v mnoha ohledech, ale zároveň stále tak, jak je zvyklý.... hlavně psychicky po záchvatu, pomáhá mi se lépe orientovat a dodává mi následující den pocit bezpečí při cestování, jistotu při chůzi, pomáhá mi psychicky se vyrovnat s lehkou zmateností nebo zhoršenou pamětí.*

*Dost o mně a psí práci, taky bych měla napsat, jak se Pupík má... Je zdravý – dělali jsme i nějaké preventivní krevní testy, veselý, stále extra citlivý... Co by vám asi pověděl on sám: Na rekondici jsme koupili plyšového mývala, kterého kupodivu neroztrhal a je to jeho nejoblíbenější hračka. Nejradši má svou psí „ségru“ Dorotku, manželo-*



*vu fenu, a kámoše sousedovic Lokiho. Nemá rád, když prší. Má rád odřezky mrkve a dobroty v lizací podložce. V rámci hry se naučil panáčkovať a couvat, tak to pilujeme. Snad brzy zase přijde čas, kdy budeme moci spolu chodit běhat – to je totiž náš nejoblíbenější sport... těšili jsme se do Helppesu na Mikulášskou, ale nakonec to můj zdravotní stav úplně nedovolil.*

*Jsem zvědavá, co přinese následující období. Doufám, že se Pupík na brášku těší – díky práci*

*ve školce je zvyklý, že dělím pozornost mezi něj a děti, tak to snad pro něj bude o to snazší. Zatím podle jeho chování vůči bříšku to vypadá, že to bude dobrý velký brácha.*

*To je vše, ozveme se zase za půl roku.*

*Děkujeme všem, kteří podporují Helppes. Má to smysl, pejsci nejen pomáhají prakticky, ale jak je vidět na našem příběhu i léčí... a pomáhají plnit velké sny jako je ten náš. A samozřejmě moc děkujeme všem z Helppes, bez Vás by to nešlo!*

*Dominika a Pupík*



# Křížem krážem křížovkou



## **Pes, nejlepší přítel i pomocník člověka se zdravotním postižením – diabetici**

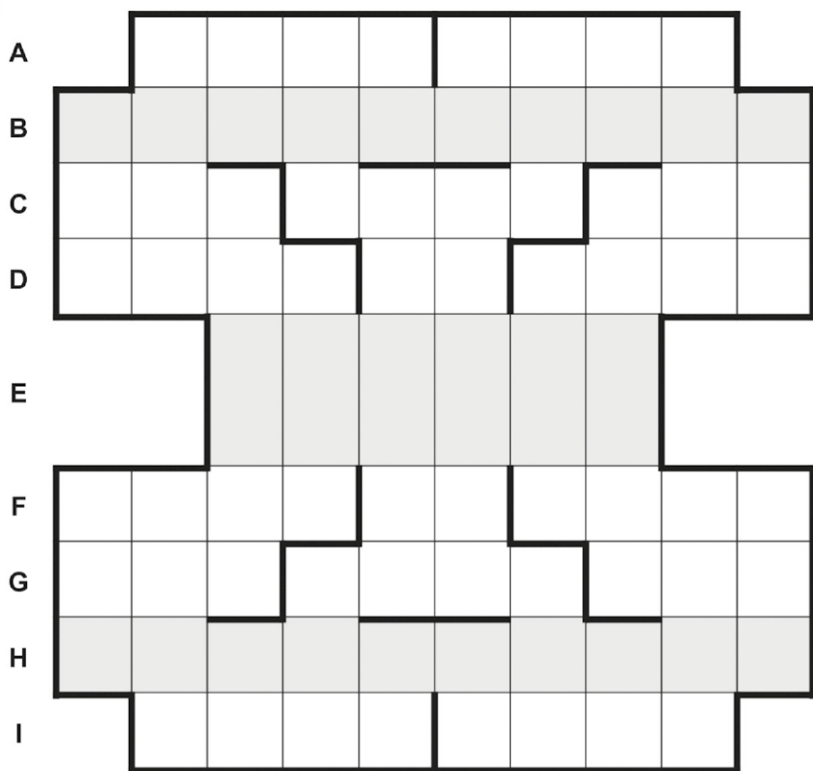
Prostřednictvím letošních křížovek navštívíme čtyři „třídy“, ve kterých společnost HELPPES vychovává psy pro pomoc lidem se čtyřmi určitými postiženími, kteří se tak díky nim mohou snáze integrovat a cítí se i více soběstační a nezávislí.

Některé diabetiky, osoby s neléčitelnou chorobou, mohou doprovázet signální psi. Jejich speciální příprava je unikátní výcviková metoda, kterou provádí

HELPPES jako ... (1. tajenka) tuzemská organizace za výrazné spolupráce autora metody, odborníka na výcvik policejních psů, specialistů na pachové práce.

V souvislosti s poklesem/stoupáním hladiny cukru v krvi dochází u lidí s cukrovkou k uvolňování chemických látek – každou přitom charakterizuje ... (2. tajenka). „Diabetický“ pes by po výcviku měl být přesnější a rychlejší než glukometry a podobná měřicí zařízení, měl by tedy včas upozornit na nastupující nežádoucí zdravotní komplikace. Diabetik si tak může v dostatečném předstihu zkontrolovat hladinu krevního cukru a následně přijmout doporučená opatření (případně to zařídí pečující osoba nebo i někdo jiný). Signální psi pro osoby s diabetem zvládnou dále například podat ... (3. tajenka) pero, láhev s pitím, ale i přivolat pomoc.

**Vodorovně:** A. Hudební nástroj; biblický pokrm. – **B. 3. tajenka.** – C. 24 hodin; lupen; anglický šlechtický titul. – **D.** Čili; MPZ Nizozemská; jméno lvíce. – **E. 1. tajenka.** – **F.** Hýkavec; cizí před-



ložka; značka kosmetiky. – **G.** Mezinárodní kód letiště Rumbinae (Papua-Nová Guinea); mohutný asijský strom; japonská lovkyně ústřic. – **H. 2. tajenka.** – **I.** Černí ptáci; okouzlení (řídce).

**Svisle:** **1.** Běloveská kyselka; pracoviště v dole. – **2.** Tamten; způsob hry smyčcem. – **3.** Citoslovce bzučení; nýbrž i (příslovce); předložka. – **4.** Včelí obydlí (zastarale); jednotka hladiny intenzity zvuku; jehličnatý strom. – **5.** Amsterodamský loket; asijský stát; římskými číslicemi 101. – **6.** Solmizační slabika; výměšek ústních žláz; SPZ okresu Kolín. – **7.** Staroslovan; španělská exkrálovna; umělec-ky bezcenný obraz. – **8.** Lidový souhlas; oslava; přátelský pozdrav. – **9.** Latinsky „pták“; jméno herce Sharifa. – **10.** Epocha; purpur.

**Pomůcka:** Ant, el, RMN.

Autor: (mk)





**Také přemýšlíte nad tím, co koupit svým příbuzným, přátelům, kolegům, kamarádům... zkrátka těm, které máte rádi, k narozeninám, svátku nebo jen tak?**

## **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](mailto:reklamnipredmety@helppes.cz)**



*Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!*



*Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!*



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

*Schubert*

**R**  **SSMANN**

**zoetis**



**DARUJME.CZ**



**WMC | GREY**



*Jééé, kámo, rád tě vidím!!!  
Jak jde život?*

*V kožichu dobrý,  
ale těším se na jaro!*



**Přátelé,**  
to je z letošního prvního čísla Helppsíka všechno. Přejeme vám i vašim pejskům v nového roce 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.