



Bulletin pro příznivce asistenčních psů

4/2023



Helppsík



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

Kalendář 2024

HELPPES®



**Potěšte sebe
nebo své
přátele naším
kalendářem.
Navíc potěšíte
také nás
a za to Vám
děkujeme!**

HELPPES



LEDEN

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Podpořte výcvik našich asistenčních psů koupáním kalendáře

Hravé fotografie (30×40 cm)
rozzáří Váš domov
nebo kancelář.

Cena kalendáře je **399 Kč**
+114 Kč poštovné.

Děkujeme, že nás chcete mít
celý rok na očích!

HELPPES



DUBEN

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

HELPPES



SRPEN

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31



ZVEME VÁS NA MIKULÁŠSKOU

PRO VŠECHNY HODNÉ (I ZLOBIVÉ) PEJSKY

2. PROSINCE 2023 OD 10.30

REGISTRACE OD 9.30

CELOU AKCÍ VÁS BUDE PROVÁZET MIREK KONVALINA

VSTUPNÉ DOBROVOLNÉ

ZÁPIS DO NADÍLKY VČ. SOUTĚŽÍ - 100,-

ZÁPIS POUZE DO NADÍLKY - 100,-

ZTP/P A ZTP - 30,-

VÝCVIKOVÝ AREÁL PSŮ HELPPES NA PLZEŇSKÉ ULICI V PRAZE 5, ZASTÁVKA
TRAMVAJÍ Č. 9 A 10 (HOTEL GOLF)



Super den 2023



V sobotu 16. září se ve výcvikovém areálu Helppes konal již 21. ročník slavnostních promócí psích asistentů – absolventů Helppsí akademie, Super den 2023. Tento svátek všech Helpsíků byl tradičně spojen s předáním psích pomocníků jejich

novým držitelům, lidem s různými druhy postižení, aby je provázeli a pomáhali jim na obtížné cestě životem. Krásné počasí už jen dokreslilo nádhernou atmosféru tohoto svátečního dne plného dojetí, štěstí a úžasného spojení mezi psími pomocníky a jejich páničky.



Letošní ročník byl skutečně výjimečný, a to především počtem vyvíčených psů – slavnostně promovalo dvaadvacet čtyřnohých superhrdinů! Do rukou lidem s postižením je symbolicky předávaly

známé osobnosti, které celou akci podpořily svou přítomností a benefičním vystoupením.

Již tradičně se na akci sešli lidé s postižením, dárci, dobrovolníci, příznivci a také celá řada známých osobností, které organizaci Helppes dlouhodobě podporují. Letošní Super den svou účastí podpořili Zdeněk Barnett, Jaroslav Břeský, Jan Burian, Martin France, Kristýna Frejová, Jiří Helekal, Jakub Kohák, Marta Kubišová, Magda Malá, Natálie Mikošková, kouzelník Richard Nedvěd, Bára Nevadbová, Peter Pecha, Milan Peroutka (který je členem správní rady organizace Helppes), Raego, Jana Stryková, Dana Syslová a V-Rock. Celou akcí provázela osvědčená trojice – Patricie Pagačová, Jan Čenský a Mírek Konvalina.

Příjemným překvapením byla písnička Jiřího Helekala, kterou složil speciálně pro slečnu Viki a jejího asistenta flat coated retrievera Enza. Zaspíval ji společně se svou vnučkou Natálií. Věnoval ji nejenom Viktorce, ale také

všem lidem s postižením a jejich psím pomocníkům, pracovníkům organizace Helppes i dalším návštěvníkům sobotní akce. Přejeme všem novým čtyřnohým absolventům a jejich páníčkům, aby si byli navzájem oporou.

Hana Kocvrlichová



Super den 2023 – na fotografiách





Rekondiční týden

Letos byl na rekondici, na kterou jsme jeli do Poslova mlýna u Doks, velmi nabitý program, ostatně jako každý rok. Pro klienty bylo připraveno mnoho tréninků, přednášek, ale také rekondiční maraton, kde si klienti mohli vyzkoušet se svým asistenčním part'ákem různé soutěže. Například oblékání postroje, obojku a vodítka s klapkami na očích nebo podávání různých předmětů ze čtverce v co nejkratším čase.

Tréninky byly připravené hlavně v areálu mlýna a jeho okolí, ale také se uskutečnil jeden velký trénink ve městě Česká Lípa. Procvičilo se město jako takové a k tomu i obchodní centrum, obchody s potravinami, zverimexy apod...

Přednášky byly velmi bohaté. Přijeli za námi ze Staropramenu udělat přednášku o výrobě piva ve formě otázek a kvízu, za který klienti dostali bohaté ceny. Další za námi přijel MVDr. Lukáš Duchek z Vetcentra Duchek s.r.o. a přednášel o základní prevenci psů, první pomoci a zodpověděl spousty našich otázek. Velkou a také přínosnou přednáškou byla o Rally obedience od rozhodčí Obedience paní Bc. Vilemíny Kracíkové, kde představila, co to je a na odpovědne klientům nachystala malý závod, kde si mohli vše vyzkoušet.



Dále pro klienty byly připravené dvě ergoterapie, kde si mohli libovolně malovat na tašky a vytvořit svého čtyřnohého asistáka na čtvrtku pomocí lepení kuliček z krepového papíru.

Nechyběl ani karneval, ale letos jsme to pojali trochu netradičně. Převleky totiž měli jenom asistenční pejsci. Klienti měli maskou vyjádřit, co pro ně jejich asistenční pes znamená. Všem klientům se masky moc povedly.



Nejlépe o rekondici vypovídají zpětné vazby od klientů, například od slečny Kateřiny:

„První den soustředění jsem chtěla odjet domů. Cizí prostředí, lidi, jiný denní režim a strach z neznámého mě silně rozrušily. Druhý den však nastal zvrat. Začala jsem se cítit v bezpečí a uklidňoval mě pocit sounáležitosti. Ačkoli jsem si prožila pár záchvatů, nikdy to nebyla „chyba“ organizátorů. Hlavně však vidím posun jak u mně, tak i u Tary a líbí se mi, jak nás pro-

gram stmeluje. Překvapila jsem několikrát i samu sebe a překonala strach z volání pomoci druhým nebo strach ze tmy (byť jen teď, to se ještě uvidí). Jmenovitě bych ráda poděkovala Julce, která je nesku-
tečně empatická, uklidňující a podporující. Moc ráda jsem ji pozna-



**Více informací se dozvíte na
facebook.com/helppes**



la a doufám, že se znovu potkáme. Trenérka Denisa je skvělá svou taktickou rozhodností a přes to, že z ní mám silný respekt, dokáže být neskutečně přátelská. Například, když mě rychle „vyhodila“ z poškoje, kde kolabovala Maruška, mě sice vylekala, ale udělala přesně to, aby zabránila i záchvatu u mě. Naučila mě se o sebe více starat a nastavovat si hranice (ale je to běh na dlouhou trať).

Jsem ráda za skupinky, ve kterých jsme byli zařazeni, jelikož skupinka „Mušketýři“ byla bezpečné prostředí pro vyjádření emocí. Neměla jsem strach z nepochopení svých stavů a mohli jsme si vyměnit důležité zkušenosti. Tlak, který na mě byl vyvíjen, abych docházela na aktivity, mi v mém případě byl nápomocný. Děkuji Julce, trenérce Denče a koordinátorce aktivit Adělce za snahu namotivovat. Ocenila jsem také přednášku od pana veterináře, protože odpověděl na všechny mé otázky, a to i na ty, které bych určitě v blízké době měla.“

Káťa (klientka Helppes) a Tara

JAK NÁM MŮŽETE POMOCI?

Na číslo 87 777 jednorázovou SMS
ve tvaru **DMS HELPPES 30**
(pro 30 Kč nebo pro 60, 90 či 190 Kč).

Nyní můžete přispívat i dlouhodobě SMS
ve tvaru **DMS TRV HELPPES 30**
(pro 30 Kč nebo pro 60, 90 či 190 Kč, které budou
automaticky odečteny 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.



Romanka dělá úžasné pokroky

Během prázdnin se nám podařilo i díky Sofince odbourat potřebu invalidního vozíku pro Romanku, bez kterého se na delší vzdálenosti neobejde.



Romanka sama chtěla chodit bez vozíku, že už je velká a není miminko. Ale když už opravdu nemohla a sedala si na zem, tak hodně pomohla Sofie. Romance stačilo dát do ruky vodítko, Sofie ji olízla, zata-

hala, Romanka se zvedla a s povzdechem „ach jo“ pokračovala v chůzi. Ještě v dubnu na psychologickém vyšetření Romance psali hluboké opoždění v hrubé motorice právě kvůli chůzi. A teď máme takový obrovský posun.

O víkendu na školení pěstounů



všichni Romanku chválili, jak moc velký posun v chůzi udělala. Na minulém školení usínala na vozíku. Na tomto posledním zvládla ujít dost velkou vzdálenost a ani jí nikdo nemusel nutit. Čím déle Sofi máme, tím více pozitiv ve vztahu k Romance vidím. Přeji krásné dny a děkuji za vaši práci, která má opravdu smysl.

Magda Zambalová



*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

Děkujeme ♥

Výchova štěňat cennější než zlato

Vychovávat psí miminko je závazek, zodpovědnost, ale i potěšení a legrace, což nám již po několikáté dokazuje naše zkušená psí vychovatelka slečna Pavlína (na fotce se štěňátkem Carmen).

Jako první měla Pavlína ve výchově fenku flat coated retrívra Adélku, která již pomáhá svému páníčkovi Jakobovi, se nímž má úžasný vztah.

Z Pavlíniny vychovatelské péče brzy odejde také zlatá retríverka Ellie, z níž je již poslušná velká psí slečna, která se aktuálně chystá nastoupit do helppsího vysokého učení. Slečna Pavlína si proto vzala již třetí helppsí miminko, labradorku Carmen, aby z ní vychovala budoucího super psa. Pavlíně patří naše veliké poděkování!

A my stále hledáme další vychovatele pro naše budoucí psí asistenční superhrdiny.

Více informací na:

info@helppes.cz



6 záminek, proč se nestát dobrovolníkem pro asistenční psy a 6 důvodů, proč tyto mýty ignorovat

Posláním naší organizace je integrace osob se zdravotním postižením do společnosti a kolektivu. Jejich návrat do aktivního života, zařazení do vzdělávacího či pracovního procesu, rozšíření možností při sebeobsluze, získání větší soběstačnosti, nezávislosti, sebevědomí, svobody a bezpečí.

Níže uvádíme šest častých záminek, proč se lidé nechtějí stát dobrovolnými vychovateli budoucích čtyřnohých parťáků, zároveň nabízíme důvody, proč se jimi stát...

„Nemám finance na to mít psa.“ Od výcvikové organizace získáte vše potřebné, abyste mohli mít ve vaší domácnosti pejska bez nákladů! Mnoho členů organizace ADI (Assistance Dogs International) poskytuje vychovatelům podporu včetně individuálního průběžného školení až po úhradu nákladů na krmivo, hračky, vybavení, pelíšky a účty za veterináře.

„Nemám čas starat se o psa.“ Existuje celá řada různých dobrovolnických pozic, které vyhovují vašemu životnímu stylu a časovým možnostem – většina členů ADI potřebuje lidi, kteří by se starali o štěně po dobu několika měsíců a případně si brali štěňata do výchovy opakovaně.

„O výchově psů nic nevím.“ Podpoříme vás na každém kroku. Lidé, kteří se dobrovolně přihlásí do péče o naše štěňata, získají bezplatnou nepřetržitou podporu od zkušené koordinátorky výchovy štěňat, uznávaných trenérů, odborníků na chování psů a veterinářů.

„Už tak jsem dost vystresovaný.“ Asistenční psi jsou pro vás skvělou volbou! Dobrovolnické pěstounské rodiny a vychovatelé štěňat

mají podle svých slov fyzický i psychický prospěch – zlepšily se jim vztahy s lidmi, získali více pohybu, duševní pohodu a obohatil se jejich společenský život.

„Nemohl bych se se psem rozloučit.“ Je přirozené mít silné pouto se psy, o které pečujete. Ale když začnou svůj nový život jako pracov-



ní asistenční psi, není to konec příběhu. Čeká na vás obrovské uspokojení z toho, že jste pomohli změnit život – a samozřejmě je tu vždy další vrh štěnat, který čeká na dočasný domov...

„CO MI TO PŘINESE?“ To nejlepší na tom je, že někomu změníte život! Asistenční psi zlepšují život nespočtu tisícům lidí na celém světě tím, že jim pomáhají s praktickými úkoly, zvyšují tak jejich nezávislost a posilují jejich psychickou pohodu, důstojnost a sebedůvěru. Dobrovolnickou prací u člena ADI podpoříte prvotřídní program výcviku asistenčních psů.

Tak co, nalákali jsme Vás dočasně si osvojit jednoho z našich psích kuliferdů? Pokud ano, nebo víte o někom, kdo by byl vhodným adeptem pro výchovu štěněcího budoucího asistenta, pište na:

info@helppes.cz

Děkujeme!!!

Jak strávit Štědrý den s rodinou

Mít při sobě celou rodinu o Štědrém dni, případně po celé vánoční svátky je báječné. Konečně máte čas na všechny kolem sebe a na užívání si vánočních tradic.

Pokud budete Štědrý den ve společnosti svých blízkých, užijte si ho, máte jedinečnou příležitost mít všechny pohromadě, včetně našich čtyřnohých miláčků. Pokud však nechcete na Štědrý den chvátat na veterinu, veškeré dobroty raději umístěte dostatečně vysoko, aby na ně nedosáhli. Nenechte se



ukolébat tvrzením, že hračka nebo žvýkácí kost odvede psí pozornost od voňavých laskomin. Štědrý den je však o dárkách. Ty pro děti jistě nebylo těžké vybrat a ostatním dospělým poříd'te malé, ale milé drobnosti. Určitě je důležitější, že nejste sami než honosné vánoční dary.

... anebo s partnerem

Štědrý den s partnerem, manželkou, či manželem je velmi soukromý a osobní večer. Po nazdobení stromečku a pozvolně stráveném dni si zajděte na odpolední procházku po romantických místech, které máte společně rádi. Štědrovečerní večeri poté připravujte společně a ozdobte si krásně slavnostní stůl. Romantika o Vánocích pouze ve dvou má svou magii, na kterou budete v následujících letech vždy rádi vzpomínat.

Své dary si můžete odečíst z daní

Pokud jste nám letos roce přispěli na výcvik asistenčních psů, máme pro vás skvělou zprávu – své dary si můžete od určité výše odečíst z daní!

Ti, kteří nám zaslali svůj příspěvek skrze platební bránu z našich předchozích emailových newsletterů, si mohou své potvrzení o darech za rok 2023 vygenerovat na <https://check.bluedrm.com/online/PES/CZ/>

Pokud jste našimi dárci skrze naše listovní zásilky, vytištěné potvrzení o vašich darech můžete očekávat ve své poštovní schránce letos v druhé půli ledna 2024.

Pokud byste rádi podpořili výcvik našich psích super pomocníků už teď, můžete tak učinit na webové stránce https://2secure.bluedrm.com/donate/helppes/CZ/?purpose=123&source=muj_dar_pro_helppes&id_source=2

Děkujeme!



Křížem krážem křížovkou



Pes, nejlepší přítel i pomocník člověka se zdravotním postižením – autisté.

Svět autistů (autismus – z řeckého „autos“, tj. „sám“) je plný nečekaných reakcí na různé situace, které většinová společnost obtížně chápe.

Pro jeho přiblížení nabízíme alespoň několik příkladů – dítě s tímto postižením se dokáže v okamžiku ztratit z dohledu, autisté nejsou mnohdy schopni jít sami nakupovat, vykazují závažné změny v chování, neumějí navázat

sociální vztahy a mít přátele, často nesnesou žádný blízký fyzický kontakt od kteréhokoli člověka.

V té souvislosti je rozhodně zajímavé, že takový velice přátelský vztah včetně fyzického kontaktu, jaký si autisté udržují k psovi, ... **(1. tajenka)** k lidem. I proto pro ně speciálně vycvičený asistenční průvodcovský pes představuje velkého pomocníka a třeba i zachránce života. V obecné rovině lze konstatovat, že díky psímu kamarádovi se život autistů stává plnohodnotnějším, kvalitnějším a soběstačnějším s ujištěním, že se není třeba ničeho obávat, protože stojí vždy na jejich straně. A co se takový pes například „učí“? Mimo jiné se cvičí na rychlé vyhledání ztraceného autisty včetně rychlého dovedení/přivolání pomoci. Velký význam má pro rodiče autistických dětí v případě odstranění nutnosti jejich stálého vodění za ruku, tj. umožnění samostatnějšího pohybu – psa na delším vodítku kontroluje rodič, může ho tedy z důvodu zachování bezpečnosti dítěte příslušným povelům i snadno zastavit apod., dítě přitom má psa zároveň na zkráceném vodítku.

Jelikož autisty se může třeba kvůli spadlému batohu na chodník zmocnit taková panika, že ho tam nechá ležet a uteče, nebo že se bojí sáhnout na kovové madlo skříňky či kliku dveří, trénuje se čtyřnohý asistent také na podávání nejrůznějších předmětů, otevírání/zavírání dveří apod.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
A											
B											
C											
D											
E											
F											
G											
H											

Dříve popsané shrnuje následující věta: Speciálně vycvičený asistenční průvodcovský pes je pro autistu ... **(2. tajenka)** prvek.

Vodorovně: **A. 1. tajenka.** – **B.** Tamten; jméno zpěvačky Sumac; kraj s jeskyněmi. – **C.** Pěna ušlehaná ze žlutků, cukru a bílého vína; dešťová voda stékající po zemském povrchu; jméno manželky Chaplina. – **D.** Skotská řeka; lososovitá ryba; šachová prohra. – **E.** Dobrý nápoj; hněv; výkon fotbalisty. – **F.** Uhlovodík; citoslovce překvapení; vojenská jednotka. – **G.** Zvířecí doupě; z vnitřku pryč; otevřený turnaj. – **H. 2. tajenka.**

Svisle: **1.** Nealkoholický ovocný nápoj; jídelníček. – **2.** Asijský sudokopytník; opuchlina. – **3.** Toxické látky; jméno spisovatele Maye. – **4.** Dcera thébského krále Kadma; kód Nového Zélandu; vzorec jodidu sodného. – **5.** Osobní zájmeno; herecká úloha; římskými číslicemi 495. – **6.** Mužské jméno; požár. – **7.** Solmizační slabika; obloha; citoslovce konejšení. – **8.** Čidlo zraku; předložka; včelí společenství. – **9.** Mimo; píka. – **10.** Ženské jméno; člen rodiny. – **11.** Výtažek z čerstvých léčivých bylin; manželka.

Pomůcka: Ínó, Tay, ysat. **(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!



Rozumíme zvířatům

AKINU[®]



Dopravní podnik
hlavního města Prahy

KEY[®]
PROMOTION

ŽIŽKOVSKÉ
DIVADLO
JÁRY CIMRMANA



PAS
... a kancelář má tvář

KCDYS[®]



ACI[®]
Auto Components
International

Všem, kteří nás podporujete, mnohokrát děkujeme!



VETCENTRUM
Duchek s.r.o.



Schubert

RROSSMANN



zoetis



DARUJME.CZ



WMC | GREY





**Tepla jsme si užili až až,
co říkáte?
Tak teď zase trochu zimy.**



**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.