



# **PAPRSEK**

## **zpravodaj**

### **OBSAH ČÍSLA:**

- |  |             |
|--|-------------|
| 1) Základní informace o členství v Asociaci „PAPRSEK“...   | str. 2      |
| 2) Informace z jiných pramenů...                           | str. 4 – 12 |
| 3) ... s úsměvem, jde všechno líp! Aneb vždy může být hůř! | str. 13     |
| 4) Jaký byl červencový pobyt? – <i>postřehy odjinud</i>    | str. 14-16  |
| 5) Jaký byl srpnový pobyt? – <i>postřehy odjinud</i>       | str. 17     |
| 6) Jak je to vlastně v sociálních službách PAPERSKU???     | str. 18     |
| 7) Nezaškodí připomenout to, na co jsme již zapomněli...   | str. 19,20  |
| 8) Zajímavé recepty na pomazánky                           | str. 21,22  |
| 9) Zajímavé recepty na pomazánky...                        | str. 23     |
| 10) Narozeninové přání                                     | str. 24     |
| 11) Poradna a půjčovna PAPERSEK                            | str. 24     |
| 12) Poděkování sponzorům                                   | str. 25     |





## **Základní informace o členství v Asociaci na rok 2021:**

Máte-li jakkoliv zdravotně postižené dítě, můžete se stát členem organizace, i když nebydlíte přímo ve Vyškově a okolí. Pokud bydlíte ve větší vzdálenosti, musíte počítat s dovozem dítěte do místa odjezdu – týká se to hlavně vícedenních pobytů. Pokud jedeme kolem – dítě vyzvedneme po cestě...

### **A jak na to???**

Stále stejně. Stačí zavolat (*kontakty... na předposledních stranách zpravodaje*) a požádat o zaregistrování, popřípadě další informace. Zašleme Vám přihlášku, pro obvodního lékaře potvrzení o zdravotním stavu Vašeho dítěte, plán akcí na stávající rok, vše vyplníte a zašlete zpět na adresu klubu. Zároveň obdržíte složenku k uhrazení členského příspěvku nebo vložíte přímo na účet klubu 153 290 010/0300 a napíšete jméno klienta (*poznámka pro příjemce*) pro lepší identifikaci a pak jen stačí vše zaslat zpět na adresu: **Tyršova 142/29, 682 01 Vyškov**

### **Máte jen dvě povinnosti za rok:**

- 1) Uhradit členský příspěvek do 31. 3. v dané výši schválené členskou schůzí.
- 2) Zúčastnit se členské schůze 1x za rok.

Po těchto krocích záleží již na Vás, kdy, kam a s kým přijdete mezi nás. Akce, které uvedete v celoročním plánu, Vám budeme průběžně nabízet. Jsou určeny především zdravotně postiženým dětem, ale všech akcí se mohou zúčastnit i zdraví sourozenci s rodiči či Vaši kamarádi. Jedním z cílů naší organizace je i integrace zdravotně postižených dětí do kolektivu s dětmi zdravými a proto krátkodobé jednodenní akce jsou přístupny celým rodinám se zdravotně postiženými dětmi i široké veřejnosti.

**Členský příspěvek na rok 2021 byl členy výboru schválen  
ve výši 100,- Kč – odůvodnění: pozastaveny akce z důvodu pandemie.**  
pro jednotlivce **100,- Kč/osobu** pro kolektiv **150,- Kč/osobu**

### **Co Vám nabízíme...**

- Rehabilitační a ozdravné vícedenní prázdninové pobyty v ČR – bez rodičů
- Činnost zájmovou, kulturní, poznávací i sportovní či sportovně-vzdělávací
- Benefiční ples, filmové / divadelní benefiční představení ...

### **K dalším aktivitám patří...:**

- Pravidelné vydávání zpravodaje organizace
- Poskytování odborného sociálního poradenství
- Půjčování rehabilitačních a kompenzačních pomůcek včetně jejich prodeje
- Služby Informačního centra poskytovatelů sociálních služeb
  - Osobní asistence
  - Spolupráce s výrobcem speciální ortopedické obuvi pro děti i dospělé LUNA



**Asociace PAPERSEK dlouhodobě spolupracuje s ...**

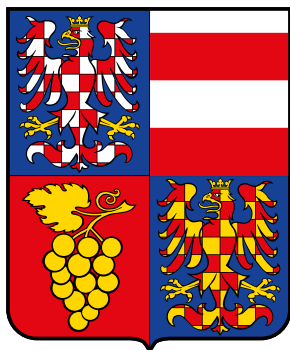
- ústředím v Praze, za jejich pomoci s různými ministerstvy MPSV, MZ
- samostatně s MPSV a Krajským úřadem Jihomoravského kraje v Brně
- státní správou a samosprávou v okrese
- nestátními a neziskovými subjekty, zabývající se péčí o zdravotně postižené
- pediatry, odbornými lékaři, psychology, socio-terapeuty, speciálními pedagogy, právníky, policií státní i městskou, sociálními pracovníky a pracovníky v sociálních službách
- fyzickými i právnickými osobami



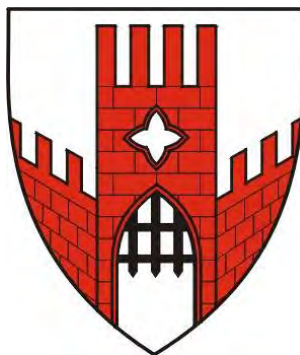
**Asociace rodičů a přátel  
zdravotně postižených  
dětí v ČR, z. s.**



Úřad Vlády



Jihomoravský kraj



město Vyškov

## Informace z jiných pramenů ...

### Zřizování vyhrazených parkovišť pro osoby se zdravotním postižením

zdroj: Veřejný ochránce práv

V minulém roce ombudsman zveřejnil výzkum týkající se vyhrazeného parkování, jehož výstupy byly následně zveřejněny a prezentovány na kulatém stole. Na základě tohoto výzkumu nyní ombudsman zveřejnil doporučení, které má za cíl sjednotit praxi v rozhodování o zřízení vyhrazeného parkování a je tak určeno především obcím a silničním správním úřadům.

Výzkum z minulého roku byl realizován na reprezentativním vzorku obcí a potvrdil naši dlouhodobou zkušenost, podle níž je nejčastějším důvodem pro nepovolení vyhrazeného parkování nesouhlas obce, tedy vlastníka dané komunikace.

„Některé obce mají vlastní kritéria, podle nichž posuzují jednotlivé žádosti. Byť lze takovou transparentnost uvítat, některé z obcí stanovily takové podmínky, které vylučují celé skupiny osob s postižením z možnosti získat vyhrazené stání. Jiné obce pak postupují čistě formalisticky, bez individuálního posouzení konkrétní situace žadatelů. Naše doporučení by proto mělo sjednotit nejednotnou praxi a učinit rozhodování v této oblasti předvídatelným, a to s ohledem na individuální potřeby lidí s postižením,“ říká ombudsman Stanislav Křeček.

Některá z doporučení obcím:

- Obec musí souhlas či nesouhlas se zřízením vyhrazeného parkoviště vždy odůvodnit a to písemně.
- Obec při udělování souhlasu nebo nesouhlasu nesmí postupovat svévolně.
- Pokud obec vytvořila pravidla pro udělování souhlasu, musí si nechat prostor pro individuální posouzení. Pravidla obec nesmí aplikovat mechanicky.
- Obce by neměly vyžadovat splnění kritérií, která nejsou relevantní pro posouzení situace žadatelů.
- Pokud žadatel či žadatelka se zdravotním postižením prokáže, že vzhledem ke svému stavu potřebuje v konkrétním místě parkovat, měla by obec udělit souhlas.
- Žádá-li o zřízení vyhrazeného parkoviště člověk s postižením, dopadá na obec povinnost přijmout přiměřené opatření ve smyslu antidiskriminačního zákona. Obec tak v těchto případech musí zvážit, zda žadatel nebo žadatelka vzhledem k omezením, která vyplývají z jejich dlouhodobého postižení, potřebuje v konkrétním místě parkovat. Pokud ano, představuje souhlas obce přiměřené opatření, které je obec zásadně povinna přijmout, tedy souhlas udělit.
- Obec nesmí odůvodňovat nemožnost vyhrazení parkoviště pouze nedostatkem parkovacích míst. Samotný nedostatek parkovacích míst však nesmí vést k odmítnutí udělení souhlasu bez dalšího, obec musí zvažovat další kritéria.



- Obec je povinná souhlas udělit v případě, kdy je parkovacích míst dostatek, žadatel nebo žadatelka vzhledem k omezením, které vyplývají z jejich dlouhodobého postižení, potřebují v místě parkovat a neexistují jiné překážky pro zřízení vyhrazeného parkovacího stání.
- Obec nemá omezovat možnost žádat o vyhrazení parkoviště pouze na osoby s pohybovým postižením.
- Obec nemá omezovat možnost žádat o vyhrazená parkoviště pouze na osoby, které vlastní vozidlo nebo samy řídí, případně pouze na jejich nejbližší rodinné příslušníky.
- Na základě zákona o pozemních komunikacích lze zřídit vyhrazené parkoviště komukoliv. Rovněž člověk bez průkazu ZTP nebo ZTP/P může být osobou s postižením ve smyslu antidiskriminačního zákona, a nelze jej proto vyloučit z možnosti žádat o vyhrazené parkování.

Další doporučení jsou pak směřována silničním a správním úřadům, Ministerstvu vnitra a Ministerstvu dopravy.

### **Celé znění doporučení:**

<https://eso.ochrance.cz/Nalezene/Edit/9144>

<https://www.ochrance.cz/aktualne/>

[rizovani\\_vyhrazenych\\_parkovist\\_pro\\_osoby\\_se\\_zdravotnim\\_postizenim/](https://www.ochrance.cz/aktualne/rizovani_vyhrazenych_parkovist_pro_osoby_se_zdravotnim_postizenim/)

## **Informace z jiných pramenů ...pokračování**

### **Dostupnost nejmodernějších léčiv v České republice se postupně zvyšuje**



29.05. 2021 - 15:36  
Inovativní farmaceutické společnosti každoročně přivádějí na evropský trh desítky nejmodernějších léčivých přípravků, které přinášejí naději pacientům s onkologickými, kardiovaskulárními, neurologickými, respiračními a dalšími nemocemi. Z aktuální analýzy *EFPIA Patients W.A.I.T. Indicator 2020* vyplývá, že jen v období 2016–2020 bylo Evropskou agenturou pro léčivé přípravky (EMA) schváleno 152 centrálně registrovaných léčiv. V České republice je dostupných 57 % z nich, srovnatelný objem nových léčiv je pacientům dostupný také v Norsku, Španělsku nebo Švédsku.

Výrazně více nových léčiv mají k dispozici lékaři a pacienti v Německu, Dánsku či Rakousku. Naopak nižší dostupnost nejmodernějších terapií je v ostatních zemích V4.

Ve sledovaném období 2016–2019 bylo v České republice dostupných 87 ze 152 centrálně registrovaných léčiv, což o přibližně 8 % převyšuje evropský průměr.

„Rozdíly mezi evropskými zeměmi jsou způsobeny zejména rozdílným systémem stanovování cen a úhrad léčivých přípravků, celkovou délkou procesu vstupu léčiv do systému, případnou přetížeností lokálních regulačních autorit i komplikovaností vyjednávání s plátcí zdravotní péče,“ vysvětluje Mgr. Jakub Dvořáček, MHA, LL.M., výkonný ředitel Asociace inovativního farmaceutického průmyslu.





„Jsem velmi rád, že se v dostupnosti nejmodernější léčby pomalu přibližujeme úrovni západní Evropy. Svědčí to o postupných změnách českého zdravotnického prostředí, přenastavení priorit i dobře fungující spolupráci mezi výrobci léčiv, zdravotními pojišťovnami i Státním ústavem pro kontrolu léčiv, která většinou probíhá bez zbytečných prodlení,“ vysvětluje Jakub Dvořáček.

### **Budoucí vývoj**

Abychom podpořili současný trend postupného zvyšování dostupnosti nové léčby a umožnili tak např. vstup nejmodernějším přípravkům genové terapie, CAR-T terapiím, NASH léčbě a dalším převratným novinkám, je třeba dále rozvíjet kapacity Státního ústavu pro kontrolu léčiv a překlenout ekonomické i jiné dopady pandemie covid-19 na české zdravotnictví.

Je také nutné pokračovat v úpravách české legislativy, zapracovat na využívání moderních modelů financování inovací a zaměřit se na otázku indikačních omezení.

„To vše by se mělo dít při současném zachování systému ochrany duševního vlastnictví, který je motorem inovačního úsilí a umožňuje efektivní spolupráci inovátorů z privátních i státních výzkumných center za podpory širokého spektra investorů,“ říká závěrem pan Dvořáček.

Markéta Kolanová

<https://www.helpnet.cz/aktualne/dostupnost-nejmodernejsich-leciv-v-ceske-republice-se-postupne-zvysuje>

## **Informace z jiných pramenů ...pokračování**

### **Chystáte se do starobního důchodu?**

#### **Přinášíme vám seznam nezbytností, které si připravit**

Dosáhli jste důchodového věku a chystáte se o důchod v nejbližší době zažádat? Nebo vás odchod do důchodu teprve čeká, ale chcete na něj být náležitě připraveni? Přinášíme vám návod, jak při žádosti o důchod postupovat krok za krokem. Podrobné informace ke starobním důchodům najdete v nově vydané Příručce budoucího důchodce pro rok 2021.

Stručného průvodce, jak při žádosti o důchod postupovat krok za krokem, najdete i na následujících stránkách.

### **Co dělat předtím, než si o důchod požádáte?**

- 1. Ověřte si, jaký je váš důchodový věk a jakou dobu musíte být důchodově pojištěni, abyste důchod mohli začít pobírat.** Důchodový věk lze snadno zjistit pomocí *důchodové kalkulačky* nebo náhledem do aktualizované *Příručky budoucího důchodce pro rok 2021* na strany 6–7.
- 2. Sledujte pravidelně doby pojištění evidované ČSSZ.** Jednou ročně si můžete nechat zpracovat **informativní osobní list důchodového pojištění (IOLDP)**. Zažádat o něj lze prostřednictvím ePortálu ČSSZ, případně formou písemné žádosti zaslané na adresu: ČSSZ, Odbor správy údajové základny, Křížová 25, 225 08 Praha 5. O dalších možnostech podání žádosti o IOLDP se dočtete na webu ČSSZ. Na **ePortálu ČSSZ** dále můžete pravidelně sledovat evidované doby pojištění prostřednictvím služby *Přehled dob*





důchodového pojištění. Tato služba nabízí náhled na „konto pojištění“, které se průběžně aktualizuje na základě každého nově doručeného a zpracovaného dokladu. Nahlížet do svého „konta“ a mít tak údaje pod kontrolou můžete kdykoliv.

3. Pro podání žádosti o důchod budete potřebovat i další **doklady, a to o dobách, které ČSSZ nemá ve své evidenci**. Jde o tzv. **náhradní doby pojištění**. Týká se to například dob studia, vojenské a civilní služby a také péče o dítě, případně péče o osoby závislé na pomoci jiné osoby. Tyto doby je třeba dokládat prostřednictvím dokladů, které o těchto náhradních dobách pojištění svědčí. Jejich soupis najdete v Příručce budoucího důchodce pro rok 2021 na stranách 10–12.
4. Žádost o důchod lze podat nejdříve čtyři měsíce před požadovaným dnem přiznání důchodu. **Fakt, že dosáhnete důchodového věku, neznamená, že si o důchod musíte zažádat**. Lze tak učinit i později. Pokud se rozhodnete dál pracovat, toto „přesluhování“ se pozitivně odrazí na výši vašeho budoucího důchodu.
5. **Popřemýšlejte nad tím, zda si důchod necháte vyplácet** na účet, nebo v hotovosti. Pokud si chcete zařídit **zasílání důchodu na účet**, je třeba, aby byl veden na vaše jméno, případně na vašeho manžela/vaši manželku. V tomto případě je potřeba doložit ještě potvrzení od banky, že k účtu máte dispoziční oprávnění. Vyplácení důchodu na účet vašeho potomka ani vnuka či vnučky možné není. Druhou možností je **vyzvedávání důchodu v hotovosti na poště**. Tato služba je však zpoplatněna částkou 29 Kč, která se vám bude strhávat z každé měsíční splátky důchodu.



### Podání žádosti

**Nezapomeňte, že samotný nárok na důchod ještě neznamená, že vám důchod začne automaticky chodit na účet nebo na poštu.** Je potřeba si o něj požádat, a to osobně na OSSZ podle místa vašeho trvalého bydliště. Žádost o důchod s vámi sepiše pracovník oddělení důchodového pojištění. Tuto žádost podáváte osobně, můžete k tomu ale zmocnit i jinou osobu na základě plné moci (*vzorovou plnou moc najdete na ePortálu ČSSZ*).

Podat žádost o důchod je možné kterýkoliv úřední den. Doporučujeme vám však sjednat si konkrétní termín prostřednictvím online objednávání na webu ČSSZ. Počítejte s tím, že sepsání žádosti může zabrat nějaký čas. Jde o časově náročný úkon, při kterém je třeba uvést a ověřit mnoho údajů, mimo jiné i to, zda jste pracovali v zahraničí, jestli máte exekuci nebo jste v insolventci.

### Jaké doklady si k žádosti o důchod připravit?

1. Doklad totožnosti, tedy občanský průkaz nebo cestovní pas, případně povolení k pobytu.
2. Pokud se rozhodnete pro výplatu důchodu na účet, je třeba předložit vyplněný a bankou potvrzený





tiskopis Žádost o zařízení výplaty důchodu poukazem na účet v České republice – majitel účtu nebo Žádost o zařízení výplaty důchodu poukazem na účet manžela (manželky) v České republice.

3. Dále budete potřebovat dokumenty dokládající doby pojištění, které ČSSZ nemá ve své evidenci. Jsou to například:
  - doklady o studiu, popřípadě učení, i nedokončeném (*výuční list, maturitní vysvědčení, diplom nebo index*),
  - doklady o výkonu vojenské služby,
  - doklady prokazující výchovu dětí nebo péči o děti (*rodné listy dětí nebo výpisy z matriky narození, popř. jiné doklady o době a rozsahu péče*), pokud nelze uvedené ze strany OSSZ/PSSZ/MSSZ ověřit v agendovém systému evidence obyvatel,
  - doklady o dobách pojištění nebo náhradních dobách, které nejsou uvedeny v informativním osobním listu důchodového pojištění nebo o nichž víte, že je ČSS Z nemá ve své evidenci.
4. To, že některý z dokladů (*kromě průkazu totožnosti*) nemáte k dispozici, neznamená, že nemůžete podat žádost o důchod. Zbývající doklady, které předložíte dodatečně, budou také následně posouzeny a zohledněny.

<https://www.cssz.cz/web/cz/-/chystate-se-do-starobního-duchodu-prinasime-vam-seznam-nezbytnosti-ktere-si-pripravit>

## Informace z jiných pramenů ...pokračování

### **Kdy budu mít nárok na důchod a jak vysoký bude? IDA to vypočítá**

25.07. 2021 - 10:35

Poprvé v historii mají šanci i mladší než předdůchodové ročníky získat online aktuální informace o svých důchodech. Informativní důchodová aplikace (IDA) je nová online služba ePortálu České správy sociálního zabezpečení, která pojištěncům poskytne přehlednou a srozumitelnou informaci ohledně jejich dosud evidovaného počtu let důchodového pojištění.

Jedinečnost nové služby IDA spočívá především v zodpovězení základních otázek, tj. zda jsou v databázi ČSSZ evidovány všechny informace, zda budou mít nárok na starobní důchod, odkdy a jak vysoký by mohl být. Aktuálně probíhá testování služby IDA širokou veřejností.

IDA tak pomůže splnit požadavky na transparentnost a srozumitelnost důchodů.

*„Důchodová kalkulačka je součástí námi předložené reformy. Slíbili jsme, že lidé budou mít potřebné informace o svých důchodech kdykoli po ruce. A nyní mají lidé poprvé v ruce nástroj, s jehož pomocí na jednom místě získají informace o stavu svých současných nebo budoucích důchodů,“* vyzdvihuje ministryně práce a sociálních věcí Jana Maláčová (ČSSD).



*„Především pomůže lidem v produktivním věku 30 a více let, kteří už mají něco odpracováno a chtějí mít přehled do budoucna,“* dodává ministryně.



„Nová on-line důchodová kalkulačka je určena pro všechny pojištěnce v produktivním věku. K přístupu je nutná pouze elektronická identita,“ říká František Boháček, ústřední ředitel ČSSZ.

Ztotožnění uživatele sama ČSSZ neprovádí, ale využívá Národní bod pro identifikaci a autentizaci, který nabízí poměrně širokou škálu možností, jak se v elektronickém světě identifikovat, například prostřednictvím datové schránky, přes bankovní identitu nebo eObčanku.

„Odhad výše starobního důchodu u pojištěnců, kteří jsou v produktivním věku, je proveden z údajů o dobách pojištění a vyměřovacích základech, které má ČSSZ ve své evidenci,“ doplňuje František Boháček.

### **Co je hlavním cílem služby IDA?**

Díky této službě teď jednoduše a rychle každý pojištěnec zjistí, co ještě musí splnit pro nárok na starobní důchod, tj. zejména kolik let mu ještě chybí do dosažení důchodového věku nebo pro získání potřebné doby pojištění. K zodpovězení všech těchto otázek využívá IDA údajů o dobách pojištění uložených v evidenci ČSSZ.

Některé informace o chybějících dobách pojištění lze také doplnit přímo pojištěncem, ty jsou využity pouze jednorázově a nejsou ukládány v evidenci ČSSZ.

Služba IDA také poskytne informaci, jak vysoký by mohl starobní důchod pojištěnce být, pokud by do dosažení důchodového věku pracoval, a to s ohledem na jeho získané roky pojištění, dosavadní výdělky a počet vyloučených dnů.

### **Proč je dobré službu IDA používat?**

ČSSZ novým projektem reaguje na poměrně velkou poptávku lidí v produktivním věku, kteří se zajímají o své důchodové nároky s dostatečným předstihem.

### **Jak přesné údaje ze služby IDA získáme?**

Služba IDA neprovádí výpočet výše starobního důchodu do budoucna. Pracuje s informacemi o dosavadních výdělcích a získaných dobách pojištění konkrétního pojištěnce. Na základě takto získaných údajů a predikce ekonomické aktivity pojištěnce až do dosažení důchodového věku stanoví přibližnou hodnotu důchodového nároku vyjádřenou v současné hodnotě peněz v aktuálním okamžiku.

Výpočet záměrně nezahrnuje budoucí valorizace důchodů ani inflaci a další faktory. Tyto faktory mohou být pro pojištěnce značně matoucí, pokud nebude mít současně k dispozici informaci, jaká bude reálná hodnota finančních prostředků například za 20 let.

Díky tomu, že IDA ukáže, jak by mohla v daný okamžik vypadat výše starobního důchodu v současné hodnotě peněz, si může člověk lépe představit, o jakou částku se sníží jeho měsíční příjem oproti dosavadní mzdě či platu, a vyhodnotit, jak se nejlépe připravit na pokles příjmů v důsledku přechodu do starobního důchodu.

Služba má jednoduchý design, který zaručí snadnou orientaci v zobrazovaných údajích týkajících se budoucích důchodových nároků.

### **Pro koho je určena služba IDA?**

Služba IDA je určena každému pojištěnci, který dosáhl alespoň věku 19 let a zároveň získal alespoň 1 rok placeného pojištění. IDA pracuje zásadně s údaji obsaženými v evidenci ČSSZ, doplnit chybějící doby umožňuje pouze u těch dob po-



jištění, kterými ČSSZ nemusí disponovat a zároveň jde o doby, k nimž má každý pojištěnec příslušné doklady – jde o dobu studia na střední, vyšší odborné či vysoké škole, dobu vojenské nebo civilní služby, poslední dva roky výdělečné činnosti a v neposlední řadě dobu péče o dítě do čtyř let jeho věku, která je u žen dosazena službou automatizované po zadání data narození dítěte.

Cílem služby IDA je poskytnout uživateli informace týkající se jeho důchodových nároků s maximálním využitím dat uložených v databázi ČSSZ a s minimalizací požadavků na doplnění či úpravy ze strany uživatele. To vše proto, aby takto poskytnutá informace byla co nejautentičtější.

Jak službu jednoduše použít, se dozvíte ve videu, které najdete na ePortálu ČSSZ.

### **Proč lze službu IDA spustit pouze po přihlášení elektronickou identitou?**

Služba pracuje s konkrétními údaji konkrétního pojištěnce. Tyto údaje jsou velmi detailní a je třeba zajistit jejich ochranu. Poskytnout tyto údaje je proto možné pouze pojištěnci, kterého se týkají. ČSSZ pracuje se standardními nástroji eGovernmentu a pro elektronickou identifikaci proto využívá elektronickou identitu, která garantuje, že informace jsou poskytovány konkrétnímu pojištěnci.

*Tiskové oddělení MPSV a ČSSZ*

<https://www.helpnet.cz/aktualne/kdy-budu-mit-narok-na-duchod-jak-vysoky-bude-ida-vypocita>

## **Informace z jiných pramenů ...pokračování**

### **Česko stárne. Systém sociálních služeb přitom nestačí už dnes**

*14.07. 2021 - 14:10*

Stávající systém sociálních služeb je nedostatečný a potřebuje zásadní změny. Odhalila to analýza společnosti EY pro Asociaci poskytovatelů sociálních služeb v ČR (APSS ČR). „Počet seniorů roste, počet lůžek v pobytových sociálních službách ale naopak mírně klesá. Ty veřejně zřízené tak už dnes nedostačují, zatímco vstup soukromých subjektů na tento trh je i nadále ztěžován nedostatečnou transparentností, složitostí financování i nerovnými podmínkami,“ říká Romana Smetánková, partnerka EY pro veřejný sektor a vedoucí týmu, který rozsáhlou analýzu zpracoval.

Při stávajícím tempu růstu počtu obyvatel České republiky se do roku 2050 zvýší počet seniorů nad 65 let o jeden milion osob a o 522 tisíc víc bude lidí nad 80 let. Tak výrazný nárůst seniorů znamená, že se oproti dnešku zvýší počet příjemců příspěvku na péči až 3,2krát. Potřeba sociálních služeb tak velmi výrazně vzroste, jejich pokrytí nicméně v posledních letech naopak klesá.

Jen od roku 2010 dodnes ubylo v pobytových sociálních službách více než dva tisíce lůžek – např. už v roce 2018 na jedno lůžko připadalo celkem 37 seniorů – a domovy pro seniory dlouhodobě hlásí průměrně 98% naplněnost.



Situace se kvůli demografickým změnám bude dále komplikovat, což znamená, že chceme-li udržet zhruba stávající pokrytí, bude v souvislosti s nárůstem osob starších 65 let do roku 2050 třeba rozšířit kapacity pobytových sociálních služeb o 27,6 tisíc lůžek. Náklady na vybudování těchto

nových kapacit i na udržení kapacit stávajících budou vyžadovat investice zhruba ve výši 70 miliard korun.

*„Největším provozovatelem sociálních služeb v České republice je veřejná správa, nejčastěji samosprávné územní celky, jako jsou kraje nebo obce. Potřeba investovat jen do systému sociálních služeb do roku 2050 celých 70 miliard korun by tak jejich rozpočet značně zatížil,“* podotýká **Romana Smetánková**.

Pomoci by mohly soukromé společnosti. Jejich vstup do systému je ovšem složitý. Jak mezi jednotlivými službami, tak mezi kraji existují významné rozdíly, které nelze přičíst odlišné struktuře obyvatel, příjemců příspěvků na péči ani jiných „tvrdých“ ukazatelů, ale spíše historickému vývoji a odlišnému přístupu a způsobu financování jednotlivých druhů sociálních služeb.

Sítě služeb a jejich obsazování tudíž nejsou mezi kraji porovnatelné, a jak vstup do nich, tak i možnosti odvolání jsou limitovány. Soukromé společnosti proto aktuálně nejsou motivované do systému investičně vstupovat.



Legislativa navíc nedovoluje ani výraznější klientskou participaci na hrazení péče, která by pomohla k pokrytí nákladů na danou instituci i ke zlepšování kvality. Zákon a příslušná vyhláška omezuji úhradu za poskytnutou péči, ale i za ubytování a stravu na úroveň, která vynaloženým nákladům často neodpovídá.

*„To, že není současný systém financování sociální služeb efektivní a je dlouhodobě neudržitelný, víme, stejně tak, že je a bude nutné navýšovat kapacity sociálních služeb péče. Pro tato klíčová rozhodnutí je však nutné mít objektivně popsaný a zanalyzovaný současný stav, včetně prognózy budoucích potřeb. To je také hlavní důvod, proč jsme se obrátili na EY s tímto úkolem a zadáním. Věřím, že data, poznatky a návrhy budou využity v budoucích změnách sociálních služeb, které nás čekají,“* doplnil Jiří Horecký, prezident Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR.

### **Větší transparentnost a férové podmínky vstupu**

Na základě rozsáhlé analýzy českého systému sociálních služeb a jeho porovnání s vybranými zahraničními trhy – slovenským, rakouským a finským – nastínilo experti z EY několik hlavních přístupů, které mohou vést nejen k jeho zefektivnění, ale také k jeho dostatečné přípravě na důležité demografické změny, které nás čekají.

*„Za vzor, ke kterému by se český sociální systém mohl více přiblížit, pokládám například Finsko,“* říká vedoucí partnerka EY Česká republika Magdalena Souček. *„Podmínky jsou tam nastaveny tržně, do tendrů se mohou za stejných podmínek hlásit soukromé i veřejné subjekty a klienti mají k veškerým nezbytným informacím včetně hodnocení jednotlivých institucí přístup prostřednictvím bezplatných aplikací a webových stránek. Klientská spokojenost i kvalita jednotlivých služeb jsou tak výrazně vyšší než u nás.“*

### **Navrhované cesty k zefektivnění**

**Transparentnost systému financování:** Vstup do systému sociálních služeb musí být pro všechny poskytovatele bez ohledu na jejich právní formu rovný. Informace o tom, jak



je daná služba financovaná, navíc musejí být dostupné a snadno dohledatelné jak pro poskytovatele, tak i pro klienty a jejich blízké. Klienti by za služby měli platit stejnou cenu, ať už jsou veřejně či soukromě zřízené, a měli by také mít možnost vybrat si specifickou instituci podle vlastních preferencí a ne např. podle spádové oblasti.

**Přístup k informacím:** Jednoduchý klientský přístup k informacím ohledně nabídky, kvality a ceny za službu je spjatý s relevantním hodnotícím systémem, prostřednictvím kterého by zájemci o péči mohli zjistit, jak spokojení jsou s ní stávající klienti, a na základě toho se mohli lépe rozhodnout, zda je pro ně také vhodná či nikoliv. Naopak pro poskytovatele by podobný systém představoval důvod k neustálému zvyšování kvality nabízených služeb.

**Definice standardu služeb a měření kvality:** V Česku aktuálně neexistuje žádný jednotný a měřitelný standard kvality, poskytovatelé tudíž nejsou motivováni k němu směřovat a kvalitu svých služeb navyšovat. Jak by služba měla vypadat a co od ní očekávat tak nevědí ani samotní klienti. Nastavení podobného standardu a možnost klienta vybrat si z nabídky tu instituci, která se mu nejvíc líbí, by výrazně pomohlo ke kvalitnějším službám a vyšší klientské spokojenosti z celého systému.

**Participace klientů v hrazení péče:** Soukromý sektor není motivován do sociálního systému vstoupit zejména kvůli nedostatečným veřejným rozpočtům. Úhrady od klienta totiž nestačí na pokrytí nákladů na danou instituci a doplácení rozdílu není dle současné legislativní úpravy možné. Zařízení jsou tak závislá na dotacích a státní podpoře, ty ale nejsou poskytovány jednotně. Možnost aktivního zapojení klienta do úhrady by dokázala výrazně ovlivnit kvalitu služby. Na místě jsou rovněž dlouhodobě diskutované úvahy o novém typu pojištění, které by lidem pomáhalo sociální péči hradit.

**Právní jistota při investici do budování sítě:** Pro soukromé společnosti je motivační jen transparentně řízený systém, kde je poskytovateli umožněno generovat zisk a vybírat od klientů úhradu odpovídající úrovni poskytnutých služeb. Vstup těchto společností do systému sociální péče navíc dlouhodobě zvyšuje konkurenci v něm a přispívá k racionalizaci nákladů a zvyšování kvality služeb.

Zdravotní péče se rok od roku zkvalitňuje a s ní roste i kvalita života. Stárnutí populace je tak něco, čemu se nelze vyhnout. Aktuálně nastavený sociální systém na tyto demografické změny není připraven a připraven ani nebude, dokud stát buď zásadně nenavýší financování investičních nákladů sociálních služeb, anebo nezmění podmínky fungování tohoto systému tak, aby do něj byli motivováni vstoupit i soukromí poskytovatelé. Ať už se ale vláda vydá jakoukoliv cestou, je třeba začít co nejdříve.

Petra Cibulková

<https://www.helpnet.cz/aktualne/cesko-starne-system-socialnich-sluzeb-pritom-nestaci-uz-dnes>





**... s úsměvem jde všechno líp! Aneb vždy může být hůř!**

**Příznaky stárnutí**



1. Spíš odděleně od svých zubů.
2. Chceš si vyzkoušet ponožky a zjistíš, že je vůbec nemáš na nohou.
3. Z postele se postavíš až na druhý pokus.
4. Jedeš na dovolenou, ale unavíš se dříve, než utratíš peníze.
5. Svým dětem říkáš věci, které ti říkali tví rodiče a co tě vždy rozčilovaly.
6. Tvoje představa vzpírání – postavit se ze židle nebo z křesla.
7. Mnohem více času uplyne, než si odpočineš, než za jak dlouho ses dříve unavil/-a.



8. Vzpomínky se ti krátí, stížnosti prodlužují.
9. Dvě hodiny hledáš brýle, které máš na hlavě.
10. Zakousneš se do masa a zuby ti zůstanou v něm.
11. Zanechal/-a jsi všechny zlozvyky, ale vůbec se ti neulevilo.
12. V adresáři se ti objevuje více jmen, které začínají na MUDr.
13. Lékárník je tvůj nejnovější přítel.
14. Sedíš v houpacím křesle, ale neumíš ho rozhoupat.
15. Všechno tě bolí a co tě nebolí, to už nefunguje.







## Jaký byl červencový pobyt??? – postřehy odjinud...

Červencový tábor s Paprskem je úspěšně za námi, jako vždy nebyla nouze o pořádnou dávku zábavy: hry, výlety, rehabilitační procedury, diskotéka, táborák, vyrábění triček, návštěva hasičů, canisterapie, návštěva divadelního dua, anebo taky mobilního hospicu se sponzorskými dary, také nechybělo velmi oblíbené koupání, nebo hraní oblíbených písní na kytaru, posezení u kávy, piva, kofoly a požívání zmrzliny, či jiných dobrot. No prostě opět jsme se nikdo, ani děti, či naši úžasní vedoucí, nenudili... toto všechno bylo ještě okouřeno, o občasný zcela dobrovolný babysitting naší historický nejmladší účastnice Terezky. O naší nejmladší byl vždy velký zájem ...



U toho všeho nechyběl smích a velké přátelství nás všech. Víte, dospělý člověk s těžkým fyzickým handicapem, nejezdí na tábor až tak kvůli programu, ale kvůli skvělé partě lidí.

... a tu u nás v Paprsku skutečně najdete. Děkuji klientům a vedoucím za úžasný týden. Těším se na Vás všechny v srpnu a pokud někdo nejede, tak ahooy příští rok v červenci v našich oblíbených Vizovicích. *Keliška – stálá klientka ze severní Moravy*

### JAKO RYBA VE VODĚ

Protože jsem z blízkého okolí Vizovické Reviky, přijel jsem autem na místo jako první. Těšil jsem se z týdne volna přede mnou, kdy poznám fajm lidičky a užiju trochu relaxu. Přijela první auta s vozíčky a za nimi autobus z Vyškova plný dětí a vedoucích. Šílenství začíná. Seznamovačka a první program mě ujistily, že jsem doma. Popravdě, takovou nálož pozitivní energie a radosti dětí z toho, že jsou konečně na Revici, jsem nečekal.

Celý tým vedoucích mě jako nováčka přijal a já se začal cítit, jako ryba ve vodě. energii a nasazení programového vedoucího jsem obdivoval už v začátku, ale na tom to právě celé stálo. Kromě doby od večerky a poledňáku byly děti stále v pohybu. Zocelování těla i ducha braly smrtelně vážně a takovou houževnatost, píli a odvalu jít do úkolů na plné pecky, jsem už dlouho nikde nepostřehl (*ani u dospělých*). Ať to byly soutěže, výšlapy (*až 11 km*), koupání, rozcvičky, vědomostní úkoly, canisterapie, rehabilitace, exkurze, zdravotvěda a spousta dalšího, každý si užíval v nádherné přírodě kolem Reviky každou minutu tohoto skvělého tábora.



Nestává se běžně, že člověk během krátkého času najde spřízněnou duši, kamaráda. Pokud se těch opravdových sejde bě-



hem týdne více než sedmdesát a vy se stanete součástí této komunity, je to pocit, který se dá jen těžko popsat. Soudržnost, přátelství a smysl pro fair play mezi dětmi i vedoucími byly samozřejmostí. Stejně jako vzájemný respekt a odpovědnost vůči kamarádovi. Zkusím to vyjádřit konkrétním zážitkem:

Je 22.00, děti jsou v postelích a začíná porada vedoucích v jídelně. Turnus sousedního tábora na desátou večer bez předchozího upozornění v areálu spouští velkolepý ohňostroj. Do běžného ticha zazní tvrdá palba jako ve válce a v hlavě každého vedoucího, ve zlomku sekundy, se okamžitě mobilizuje obava o své spící svěřence. Bez jakéhokoliv povelu všichni vedoucí vyráží od stolu a sprintem se rozbíhají po areálu jako závodní slepice, do chatek, co nejrychleji k dětem. Jak je možné, že každý z nás reagoval bez jediného slova úplně stejně? Naštěstí nečekaná noční palba žádné z dětí nevydělala, sousední tábor se omluvil a vše dopadlo dobře.

Zkusím shrnout pozitiva. Mám nové přátele. Malé i velké, úžasné lidi, na které nikdy nezapomenu. Moc mě těší, že jsem mohl přispět k tomu, aby si týden na Revice tyhle úžasné děti užily naplno a odvezli si stejně krásné vzpomínky, jako já. Poznal jsem, že tábor na Revice má hlubokou tradici a důležité poslání, což ocení především děti a asi si prázdniny bez něj nedokáží představit. Tábor je v překrásném prostředí, výborně programově vedený a být dítětem, určitě mi týden nestačí.

Tak a teď negativa. Děti nechtějí jet domů. Při odjezdu brečím a to bych v mém věku neměl. Pár dnů mě bolí záda, ale vůbec mi to nevadí. Návrat do reálného života bolí víc, než záda, úplná adaptace je krátkodobě nemožná. Celý dlouhý rok budu vyhlížet další červenec a těšit se, až zase na Reviku přijedou první osobáky a za nimi autobus z Vyškova, plný kamarádů. Pokud mě s sebou vezmou, budu tam zase první.

*Romáro Hurikán Večeřa – poprvé na táboře s PAPSKEM*



Ahoj Jerry,

Grizzly mě oslovil, abych ti poslala pár řádek pro chystaný zpravodaj o mém pobytu s dětmi na táboře na Revice.

O Paprsku jsem se dozvěděla od kamaráda Honzy Galaty, který u Paprsku působil v loňském roce jako asistent, v letošním jako canisterapeut se svými dvěma psy – Border colii Kimem a Australským ovčákem Impulsem.



Vždy mě to k lidem s handicapem táhlo a ráda i své 2 děti, které jsou ve školkovém věku, ale i přímo děti v mé školce Pampelišce ve Slavkově u Brna, seznamuju s lidmi s handicapem. Do Pampelišky za námi chodí Vojta D., který se účastnil i letošního červencového turnusu na Revice spolu se svou asistentkou Pavlou.

Velmi pozitivně mě překvapilo, jak jsou všichni na táboře přátelští, jak děti, tak asistenti a vedoucí. Vlastně mě to až zaskočilo. Panovala tam taková pozitivní energie, úsměvy a ohromná tolerance a respekt!

Myslím, že by takový tábor s mnoha lidmi s různým handicapem měl zažít každý a nejlépe





i se svými dětmi, jelikož je to do života natolik obohacující zkušenost, jak pro nás dospělé, ale i děti, že na to se opravdu nezapomíná!

*fotka programového vedoucího Pavla Pojetý*

Na táboře jsme pomáhali Ondrovi Z. a můj 4 letý syn byl naprosto nadšený a na sebe hrdý, když mohl tlačit vozík, zajišťovat Ondrovi jídlo a pití. Dcera pomáhala na canisterapii a vlastně po chvíli jsme se cítili na táboře jako doma.

Mě osobně tato dobrovolnická činnost velmi naplňuje a jsem ráda, že i mé děti získaly pozitivní vztah a toleranci k lidem s handicapem.

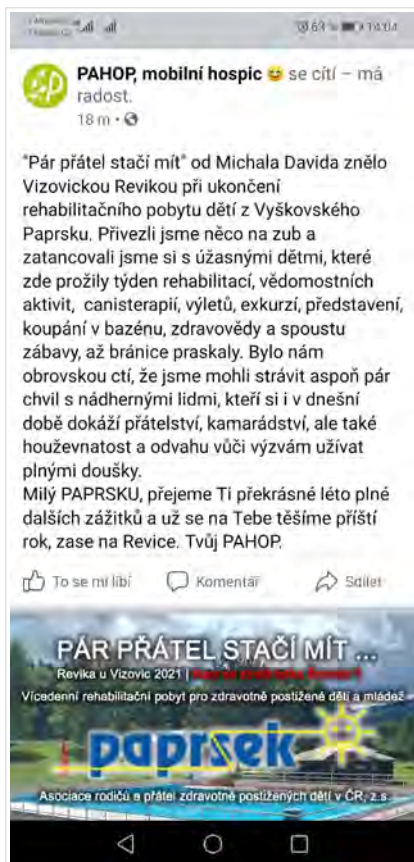
Byly to krásně strávené a obohacující chvíle, které věřím, že budou i nadále pokračovat, jak v činnostech asistenčních pro Paprsek na táborech, tak jako ve vzájemné spolupráci na společném projektu, který v Pampelišce plánujeme.

Jsem vděčná za tuto možnost se účastnit tábora s Paprskem.

Děkujeme!

*Alena Marková, Anička a Adámek; Lesní školka Pampeliška*

*14. července 2021*



## Jaký byl srpnový pobyt??? – postřehy odjinud...

Pod velením kapitána Lukáše Mořického a důstojníka Veroniky Osičkové se paprskoví nadšenci, malí i velcí, vydali na parádní pirátskou plavbu. Loď odrazila z Vyškova dne 14. srpna a na týden zakotvila v rekreačním zařízení Vyhlička v Blansku. Posádka se rozdělila do tří lodí, které našinec může znát pod názvem oddíly. Dny děti i dospělí trávili zdokonalováním svých lodí a vlastních námořnických schopností, trénovali výdrž i postřeh a svedli nelibostnou námořní bitvu o bonbóny. Po týdnů náročného výcviku objevily pirátský poklad posádky všech tří lodí. A mlsají na něm dodnes!

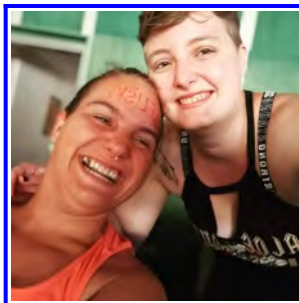
Pobyt jsme po týdnu ukončili tak parádní diskotékou, že někteří tančili ještě ve spaní. Když se pak ráno nakládaly kufry do autobusu a aut, bylo v nich nejen špinavé prádlo, ale hlavně spousta nových zážitků a vzpomínek na plavbu s přáteli.

*postřeh oddílačky Nikči*

Tak a je to zase za námi, právě dnes skončil skvělý srpnový paprskový tábor. A měli jsme se krásně paprskově, tak jak umíme jen my všichni Paprskáči. ☀️🌟👫💕

Celý týden jsme si všichni moc užili, tentokrát ve znamení pirátů, hry, rehabilitační procedury, vyrábění věcí, diskotéky, hraní a zpívání na kytaru, povídání si, zveřejnitelné i nezveřejnitelné zážitky a blbosti, dokonce nechyběla pravá pirátská koupačka v rybníce. Opět bych chtěla poděkovat mým milovaným paprskáčům, ať už klientům nebo vedoucím, za super a krásný průběh tábora.

A rodičům, kteří občas váhají jestli poslat svoje dítě na tábor, vzkazují: Nebojte je o nás krásně a zodpovědně postaráno a i drobné zdravotní komplikace se dají zvládnout ☺️. Ještě jednou všem díky, jsem ráda, že jsme tak super parta.



*Na všechny se těším za rok vaše Keliška*



## **Jak je to vlastně v sociálních službách PAPRSKU???**

Pro klienty osobní asistence je důležitá mobilita, pro klienty upoutané na vozíček o to víc. Od prosince 2020 se rozšířil náš vozový park o bezbariérový vůz s nájezdovou plošinou a klienti si začínají postupně užívat jeho výhod.

Pohodlné a bezpečné cestování umožňuje klientům na invalidním vozíku dopravit se k lékařům, na úřady, do školy, ale je to i možnost, jak po letech strávených doma, navštívit rodinu ze vzdálené obce, zajít si na fotbal nebo do kina. Možnost překonat bariéry a užít si společnost svých blízkých na koncertech, výstavách a rodinných oslavách je pro klienty vítanou změnou. Z našeho nového pomocníka máme velkou radost.

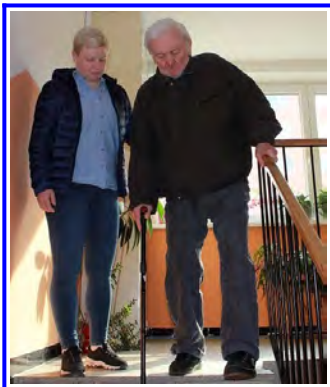
### **Osobní asistence Paprsek**

Články, které jsme v průběhu roku 2021 zveřejnili, se týkaly zejména nových vozů pro Osobní asistenci, a poděkování těm, kteří nám pomohli s jejich pořízením. Jsme si ale dobře vědomi toho, že Osobní asistenci nedělají auta, ale především lidé – naši zaměstnanci. Jsme velmi pyšní na náš stabilní a spolehlivý tým. Mnozí kolegové jsou s námi od založení Osobní asistence, tedy od roku 2014. Společně jsme překonali nelehký covidový rok, kdy jsme byli bombardováni nejrůznějšími příkazy, zákazy, restrikcemi a kdy jsme se obávali, abychom udrželi chod služby a zajistili bezpečí pro naše klienty. Osobní asistenti zajišťovali péči o klienty v covidových domácnostech, vedení služby zase poskytovalo veškeré materiální zázemí a podporu. Zkrátka jako mnozí z Vás, po celý rok jsme se nezastavili a dnes máme radost, že se nám zase o trochu lépe dýchá a že naši klienti přestáli celý rok ve zdraví.



### **Komu osobní asistenci poskytujeme**

- klientům se zdravotním postižením, s chronickým postižením a seniorům, od 1 roku věku až 100+ klientům z okresu Vyškov, Blansko, Prostějov



### **S čím Vám pomůžeme**

- s osobní hygienou,
- zajištěním sociálního kontaktu,
- s péčí o vlastní osobu (oblékání, obouvání..),
- péčí o zdraví,
- se samostatným pohybem,
- upevněním rodičovských kompetencí,
- zajištěním a přípravou stravy,
- seberealizací
- péčí o domácnost,
- s uplatněním práv, zájmů a obstaráním osobních záležitostí

Lada Bastlová – sociální pracovník Osobní asistence  
tel: 605 428 639; [lada.bastlova@paprsek-vyskov.cz](mailto:lada.bastlova@paprsek-vyskov.cz)

## **Nezaškodí občas připomenout to, na co jsme již pozapomněli...**

### **Co dokáže ocet?**

Myslíte si, že ocet je vhodný maximálně tak do salátů nebo k nakládání okurek? Možná vás překvapíme, s kolika dalšími věcmi vám může pomoci, a to nejen v domácnosti, ale i při vašem zkrášlování.

#### **1. Vyčistí koupelnový závěs**

A začneme hned v koupelně. Potíže se **špínou na sprchovém závěsu** zná téměř každý z nás. **Odstranit špínu** nebo dokonce **plíseň na plastovém materiálu** je velmi těžké. Ale nebojte se, závěs nemusíte hned vyhazovat a utrácet peníze za nový. Stačí vzít obyčejný ocet a **kartáčkem závěs vyčistit**. Bude téměř jako nový! Čistý a k tomu i vydezinfikovaný.



#### **2. Protáhne sprchovou hlavici**

I další rada se týká koupelny. Je vaše **sprchová hlavice zanesená vodním kamenem**? Ponořte ji na hodinku do octa a následně důkladně vyčistěte.



#### **3. Rozzáří zrcadlo**

Také **nádherně čisté zrcadlo** získáte díky octu. Místo drahých přípravků jej **vyleštíte hadříkem namočeným v octové vodě**. Uvidíte, jak se bude krásně blýskat!

#### **4. Projasní pleť**

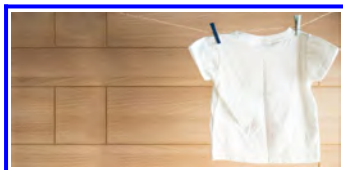
Ocet, i když v tomto případě ne ten obyčejný, konzumní, ale **jablečný**, je vhodný i k péči o pleť. Pomáhá **zmírňovat akné a bělí pigmentové skvrny**. Jablečný ocet vždy naředíte v poměru 1:1 a na místě, kde ho chcete použít, chvíli podržte houbičku nebo tampon v něm namočený. Provádějte 1x týdně.

#### **5. Dodá lesk vlasům**

Chcete mít **krásné a lesklé vlasy**? I v tomto případě můžete sáhnout po octové vodě. Smíchejte jablečný ocet a vodu, opět v poměru 1:1, a tuto směs naneste na vlasy, lehce vmasírujte a následně opláchněte vodou.

#### **6. Ušetří čas při žehlení**

Nestíháte žehlit a trápí vás **pomačkaná trička**? Poradíte si i bez žehličky. Tričko pověste na ramínko, postříkejte směsí z 1 dílu octa a 3 díly vody a nechte uschnout. Bude skoro jako vyžehlené od maminky!



#### **7. Šperky jako nové**

Také na drahé **šperky nebo bižuterii a jejich lesk** lze použít ocet. Namočte je na chvilku do octové vody a pak vyleštěte hadříkem. Z jejich **obnoveného lesku** se pak budete těšit ještě dlouhou dobu.







## 8. S octem do garáže

Také v péči o vaše motorové miláčky je ocet nepostradatelný. Máte **stěrače plné špíny** a mastnoty? Vyčistěte je octem. Nijak je to nepoškodí a budou vám sloužit ještě dlouho. Na konci roku se vám bude hodit ocet i na **odstraňování dálniční známky!**

## 9. Odstraní připáleniny

Ocet si poradí i s **připáleninami na nádobí**. Stačí do hrnce nebo pánve nalít vodu s octem a přivést ji k varu. Nádobí bude zase jako nové.

## 10. Prodlouží krásu květin

Milujete **čerstvé kytky ve váze**? Aby vám vydržely krásné co nejdéle, přidejte do vody trochu octa.

## 11. Zažene zápach z koše

Trápí vás **zápach z odpadkového koše**? K jeho odstranění budete potřebovat jen plátek toastového chleba a ocet. Chleba polijte octem a vložte do koše. Nechte působit zhruba půl hodiny a pak z koše vyndejte – nasaje všechen pach.

*Zdroj foto: Shutterstock*

*Připravil/a pro vás Pavla Maříková*





## Recepty z brambor na všední dny ...

### ★ Zapečené brambory

**Ingredience:** 1,40 kg brambor, 20 dkg sýru (NIVA), 25 dkg uzeniny, 3 vajíčka, 1 špenát, sůl, pepř, kmín, sádlo na vymazání bábovky

**Postup:** Na polovic uvařené brambory nakrájíme. Špenát si ochutíme.

Do vymazané a strouhankou vysypané bábovky dáváme vrstvu brambor a uzeniny se špenátem. Posypeme trochou sýra a takto vrstvy střídáme. Na konec zalijeme rozšlehaným vajíčkem. Pečeme asi ½ hodiny.

*Křižánky – Dana Hermonová*



### ★ Bramborové řezy

**Ingredience:** 40 dkg brambor, 5 dkg kakaa, 8 dkg hrubé mouky, 8 vajec, 30 dkg moučkového cukru, čokoládová poleva

**Postup:** Na misku nastrouháme vařené brambory, přidáme kakao a mouku. Utráme žloutky s cukrem a přidáme sníh z bílků. Vše zamícháme.

Upečené a vychladlé potřeme nastavovaným krémem. Polijeme čokoládovou polevou a ozdobíme podle vlastní fantazie.



*Rudíkov – Jaroslava Střechová*

### ★ Bramborové rohlíčky s ořechovou nádivkou

**Ingredience:** 35 dkg hladké mouky, 20 dkg vařených strouhaných brambor, 5 dkg cukru krupice, 5 dkg rozpuštěného másla, ½ kostky kvasnic, 125 ml mléka, špetku soli, 1 vajíčko, citrónová kůra

**Nádivka:** 12 dkg cukru, 12 dkg strouhaných ořechů, 10 dkg strouhanky, 2 lžice marmelády, 12 lžic mléka, citrónová kůra

**Postup:** Těsto řádně propracujeme a necháme vykynout. Mléko přivedeme do varu, přidáme cukr, ořechy a strouhanku. Provaříme a přidáme marmeládu a citrónovou kůru. Necháme vychladit.

Vykynuté těsto rozdělíme na bochánky. Rozválíme bochánek na placku a rádyčkem rozdělíme na 8 dílků. Naplníme nádivkou a stočíme do tvaru rohlíčků. Na plechu potřeme rozšlehaným vajíčkem a necháme ještě chvíli kynout. Upečené posypeme cukrem.

*Myslibořice – Marie Novotná*





## Recepty různých bramborových gulášů... pokračování...

### ★ **Bramborový guláš č.1**

**Ingredience:** 600 g brambor, 2 lžice oleje, 1 cibule, 200 g uzeniny, 1 lžice papriky, kmín, sůl, 2 lžice polohrubé mouky, 2 dl mléka nebo smetany, libeček, petrželka nebo pažitka

**Postup:** Brambory oloupeme a nakrájíme na kostky. Na oleji zpěníme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme na kostičky nakrájenou uzeninu, brambory, kmín, krátce osmahneme, zalijeme vodou, osolíme a zvolna dusíme. Mouku rozmícháme v mléce, přilijeme k bramborám a za občasného míchání dusíme doměkka. Pokrm podle chuti okořeníme pálivou paprikou a posypeme natěmi.



**Varianta:** Místo mouky použijeme 1/2 sáčku gulášové omáčky v prášku, místo uzeniny dáme uzené maso nebo maso z konzervy.

### ★ **Bramborový guláš č.2**

**Ingredience:** 2 cibule, 100 g slaniny, olej, 900 g brambor, 1 lžice hladké mouky, bobkový list, tymián, majoránka, sůl, pepř, kabanos, okurka

**Postup:** Nakrájíme cibuli a slaninu a společně osmažíme na oleji. Přidáme na kostky nakrájené oloupané syrové brambory a za stálého míchání krátce opečeme. Potom brambory poprášíme lžící hladké mouky a přidáme bobkový list, tymián, majoránku, sůl, pepř a dobře promícháme. Zalijeme trochou vody, aby nepřesahovala brambory. Dusíme pod pokličkou na mírném ohni.

Když se voda odpaří a brambory jsou měkké, podáváme je s opečeným kabanosem a sladkokyselou okurkou.

### ★ **Bramborový guláš č.3**

**Ingredience:** 1 kg brambor, 2-3 cibule, uzenina (druh a množství dle chuti), sádlo (ev. jiný tuk), paprika, pepř, sůl, masox

**Postup:** Nadrobno nakrájenou cibulku zpěníme na tuku dorůžova, přidáme nakrájenou uzeninu a rovněž opečeme dorůžova. Mezitím nakrájíme oškrábané brambory na větší kousky. Opečenou uzeninu posypeme paprikou, zamícháme a přidáme brambory. Osolíme a zalijeme vodou. Vše vaříme, až jsou brambory měkké. Poté přidáme 1/4 masoxu a zahustíme hladkou moukou rozmíchanou ve studené vodě. Dochutíme solí a pepřem. Podáváme samostatně nebo s chlebem či pečivem.



### ★ **Bramborový guláš č.4**

**Ingredience:** 600 g oloupaných brambor, 2 lžice oleje nebo sádla, 1 cibule, 1 lžička papriky, pálivá paprika, 200 g uzeniny, 1/2 sáčku gulášové polévky v prášku, 2 dl smetany nebo mléka, zelené natě (petrželka, pažitka, bazalka)





**Postup:** Brambory opláchneme a nakrájíme na kostky. Na oleji zpěníme jemně nakrájenou cibuli, zasypeme ji paprikou, přidáme na kostičky nakrájenou uzeninu a brambory, nepatrně osolíme, zalijeme horkou vodou a dusíme. Gulášový prášek rozmícháme v trošce studené vody, přidáme jej k téměř měkkým bramborám, promícháme a dodusíme. Pokrm zjemníme smetanou nebo mlékem a doplníme jemně nakrájenými natěmi. Doplníme zeleninovým salátem.

### **Zajímavé recepty na pomazánky...**

#### ★ **Pepkova pomazánka**

**Ingredience:** 150 g tresčích jater, 100 g másla, 125 ml mléka, 1 cibule, 20 g hrubé mouky, sůl, pažitka, citron

**Postup:** Z mléka a mouky uvaříme hustou kaši. Tresčí játra utřeme s máslem a po lžičkách přidáváme vychladlou kaši. Nakonec přidáme jemně usekanou cibuli, pažitku, citrónovou šťávu a vše promícháme. Podle chuti osolíme.



#### ★ **Pomazánka z tresčích jater I.**

**Ingredience:** 100 g másla, tresčí játra z konzervy, citrónová šťáva, půl litru mléka, lžice hrubé mouky, kousek cibule, lžička sekané pažitky

**Postup:** Uvaříme kašičku z mléka a mouky. Vychladlou přidáváme po lžičkách k máslu a utřeme ji pak s játry. Přidáme jemně sekanou cibulku, pažitku a citrónovou šťávu. Pomazánku mažeme na chlebičky, zakapeme citrónovou šťávou, zdobíme petrželkou, plátky rajčat, okurek a sypeme cibulkou nejmenno nakrájenou.



#### ★ **Pomazánka z tresčích jater II.**

**Ingredience:** 60-80 g tresčích jater z konzervy, 1/2 menší cibule, 100 g másla, 2 vejce natvrdo, citrónová šťáva, pažitka nebo petrželka

**Postup:** Máslo utřeme do pěny, přidáme rozetřená játra, jemně nakrájenou cibulku, citrónovou šťávu, sůl a dobře rozmícháme. Vejce nasekáme nadrobno a opatrně je zamícháme do pomazánky. Sypeme nakrájenou pažitkou nebo petrželkou.



#### ★ **Pomazánka z lučiny I**

**Ingredience:** 1 ks sýru Lučina, 2 lžice kečupu, 2 stroužky česneku

**Postup:** vše smícháme dohromady a přejeme dobrou chuť.

#### ★ **Pomazánka z lučiny II**

**Ingredience:** 2 ks Lučiny, 2 jablka, 1 mrkev, 3 lžice moučkového cukru

**Postup:** Lučinu utřeme s cukrem, přidáme jemně strouhaná oloupaná jablka a mrkev. Mažeme na bílé pečivo.



## ***Narozeninové přání pro ...***

***Přáníčko všeho nejlepšího, hodně štěstí, lásky a hlavně pevné zdraví  
přejeme kamarádům,  
narozeným od 1. září do 31. prosince ...***

Bělohlávková Martina, Vyškov  
Koutný Lukáš, Topolany  
Sopoušková Kristýna, M. Třebová  
Vlčková Pavlína, Luleč  
Zvěřina Jaromír, Polkovice

Buchta Petr, Ratíškovice  
Chaloupka Josef, Ivanovice  
Žáková Svatava, Luleč

Brázdová Kateřina, Vyškov  
Hutař Patrik, Jihlava  
Mikšovský Michal, Drnovice

***Přejeme Ti narozeniny,  
jaké nezažil nikdo jiný,  
jen se pořád bav a směj,  
ať všeho máš habaděj.***



## ***Poradna a půjčovna PAPERSEK***

**provozovna:** Lípová 364/2, 682 01 Vyškov  
**otevřeno:** PO – ČT 8,00 – 12,00 12,30 – 16,00



515 531 354



739 598 764

Marie Mikulášková – vedoucí provozovny



605 428 639

Lada Bastlová – osobní asistence



739 371 872

Lenka Žampachová – půjčování rehabilitačních  
a kompenzačních pomůcek

### ***Služby, které poskytujeme ...***



#### **ZDARMA**

Informace o poskytovatelích sociálních služeb v regionu  
Základní poradenství

#### **ZA ÚPLATU**

Osobní asistence  
Zapůjčení rehabilitačních  
a kompenzačních pomůcek

## **PODĚKOVÁNÍ za dary/dotace, poskytnuté v roce 2021**

### **Obce, Města, Městyse, ministerstva a jiné subjekty**

#### **– finanční dary a dotace na podporu Klubu PAPERSEK**

obce/městys/město: Brankovice, Brod nad Dyjí, Dražovice, Drnovice, Drysice, Heršpice, Hostěrádky-Rešov, Hoštice-Heroltice, Ivanovice na Hané, Krásensko, Křížanovice u Bučovic, Medlovice, Moravské Málkovic, Nemojany, Nesovice, Nížkovice, Švábenice, Tučapy, Tvarožná, Vážany nad Litavou, Vážany Vyškovské, Vyškov, Zelná Hora

#### **Poradny, Půjčovny a Osobní asistence PAPERSEK**

obce/městys/město: Bohatě Málkovic, Brankovice, Bučovice, Dražovice, Drnovice, Drysice, Hodějnice, Ivanovice na Hané, Komořany, Křenovice, Křížanovice u Vyškova, Luleč, Nemojany, Němčany, Nové Sady, Olšany, Orlovice, Podivice, Račice-Pístovice, Rašovice, Ruprechtov, Slavkov u Brna, Studnice, Tučapy, Vážany nad Litavou, Velešovice, Vyškov


BKR-Velux, Jihomoravský kraj, MMR, MPSV, SYNETT, Minaříkovi

#### **Právnícké osoby ... pravidelné věcné dary, služby, slevy ...**


cukrárna ADEX, CM ENGINEERING spol. s r.o., pekárny Halouzka + Rašner

#### **Poděkování patří i níže uvedeným subjektům,**

**kteří ve svých prostorách ponechali naše sbírkové pokladničky ...**

 Poradna a půjčovna PAPERSEK Vyškov

 TESCO Vyškov

 Turistické informační centrum Vyškov

### **... PAPERSKU i jinak pomáhají a s ním spolupracují...:**

Maják SVČ Vyškov, Medico Brno/Přerov, Městská policie Vyškov, MKS Vyškov, Plavecká škola paní Konkolové Vyškov, TESCO Vyškov, Vojenská akademie Vyškov-Dědice

... všem jmenovitě neuvedeným dobrovolníkům, rodičům zdravotně postižených dětí, oddílovým vedoucím, praktikantům, přátelům klubu, členům výboru ...

**... a také všem ostatním sponzorům, příznivcům, přátelům..., na které se nedopatřením pozapomnělo, za což se moc omlouváme...**





## **Zde všude můžete Zpravodaj PAPERSEK získat ... zdarma**

- Vyškov** - tabák JIRKA, Husova 6  
- Turistické informační centrum, Masarykovo náměstí 109/47
- Bučovice** - paní Nováková Marta – vedoucí Spolku zdravotně postižených  
Bučovice a okolí
- Ivanovice** - Medium, pan Boniatti Miroslav, Palackého náměstí
- Rousínov** - Papír, tabák, noviny, pan Lopour Josef, Sušilovo náměstí 16

## **Vydává ...**

### **Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, z.s.** **Klub PAPERSEK**

- Sídlo organizace Tyršova 142/29, 682 01 Vyškov  
Členové redakční rady Bednářová Jaroslava, Bečvářová Miroslava,  
Kaňová Blanka  
Příspěvky Bednářová Jaroslava, Kusalová Zdeňka, Mořický Michal,  
Večeřa Roman  
PAHOP, lesní školka Pampeliška – Marková Alena
- Mobil 724 993 367  
IČ 49408577 DIČ CZ49408577  
Číslo účtu klubu 153 290 010 / 0300  
Číslo účtu provozovny 215 057 493/0600  
Číslo spořicího účtu 236 050 995/0600 **POZOR!!! Nové číslo účtu.**  
E-maily paprsek.vy@seznam.cz; pujcovna.vy@seznam.cz  
Internetové stránky www.paprsek-vyskov.cz
- Evidenční číslo MK ČR E 10949
- Uzávěrka číslo 3/2021 18. září 2021  
Číslo 3/2021 vychází 20. září 2021  
Uzávěrka čísla 4/2021 prosinec 2021
- Náklad výtisku 400 ks**



Vydávání letošních zpravodajů je částečně finančně podpořeno

**Úřadem vlády České republiky**



Tisk: CM ENGINEERING spol. s r.o., provozovna Vyškov  
**září 2021**