



PAPRSEK

zpravodaj

OBSAH ČÍSLA:

- | | |
|---|------------|
| 1) Základní informace o členství v Asociaci PAPRSEK... | str. 3 |
| 2) Plán akcí na rok 2022 | str. 5 |
| 3) Informace z jiných pramenů... | str. 6–10 |
| 4) Zajímavé informace o různých mýtech... | str. 10,11 |
| 5) 7 babských rad o jídle | str. 11,12 |
| 6) S úsměvem jde všechno líp! Aneb, vždycky může být hůř! | str. 13 |
| 7) Svátky v rodině, na které bychom měli myslet... | str. 14,15 |
| 8) Úsměv nad vtípky Pavla Kantorka | str. 16 |
| 9) Recepty z ryb – polévky a jídla z kapra, štiky, pstruha a lína | str. 17,18 |
| 10) Zdravé pití nade vše aneb víte, že... | str. 19 |
| 11) Slavnostní únorový týden v PAPRSKU... | str. 20 |
| 12) Poděkování všem dárcům – sbírková pokladnička | str. 21 |
| 13) Narozeninové přání | str. 22 |
| 14) Poradna a půjčovna PAPRSEK – nabídka služeb | str. 23 |
| 15) Poradna a půjčovna PAPRSEK – částečný přehled pomůcek | str. 24 |
| 16) Poděkování sponzorům | str. 25 |



Základní informace o členství v Asociaci PAPERSEK na rok 2022:

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 složenkou 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 2022 byl členy výboru snížen
– odůvodnění: pozastaveny akce z důvodu pandemie.**
pro jednotlivce **150,- Kč/osobu**

Co Vám nabízíme...

- **Klubové aktivity** – rehabilitační a ozdravné prázdninové pobyty v ČR
 - ➔ Činnost zájmovou, kulturní, poznávací i sportovní či sportovně-vzdělávací
 - ➔ Benefiční ples, filmové nebo divadelní benefiční představení ...
- **Sociální služby** registrované i neregistrované
 - ➔ půjčování rehabilitačních a kompenzačních pomůcek
 - ➔ osobní asistenci

K dalším aktivitám patří...:

- Pravidelné vydávání brožury klubu „Zpravodaj“ – vydává klub **4x ročně**
 - Pravidelné vydávání brožury „Podpora pečujících“ a „Adresář/katalog poskytovatelů sociálních služeb“ – vydává provozovna **1x ročně**
 - Spolupráce s výrobcem speciální ortopedické obuvi pro děti i dospělé LUNA



Asociace PAPERSEK dlouhodobě spolupracuje s ...

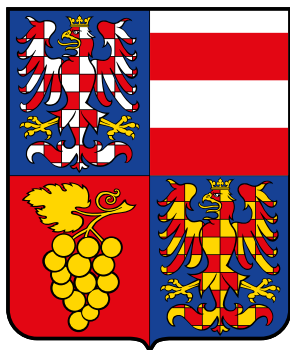
- ústředím v Praze, za jejich pomoci s různými ministerstvy MPSV, MZ
- samostatně s MPSV a Krajským úřadem Jihomoravského kraje v Brně
- státní správou a samosprávou v okrese
- nestátními a neziskovými subjekty, zabývající se péčí o zdravotně postižené
- pediatry, odbornými lékaři, psychology, socio-terapeuty,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



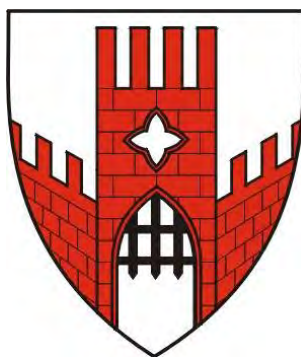
**Asociace rodičů a přátel
zdravotně postižených
dětí v ČR, z. s.**



Úřad vlády



Jihomoravský kraj



město Vyškov

Schválený plán akcí na rok 2022 (členy výboru)

- Únor:** ... 2. „Souboj s kuželkami“ + členská schůze
18. 2. IV. Benefiční PAPERKOVÝ ples Besední dům
pořadatel Asociace PAPERSEK a MAJÁK SVČ
- Březen:** 1. - 31. 3. **výstava fotografií v kině Sokolský dům**
- Duben:** 2. 4. **Velikonoce s PAPERKEM v TESCO**
... 4. zájezd na muzikál apod. Brno (*dle nabídky*)
29.4.-1.5. Valná hromada – Sázkavský ostrov – Sázava
- Červen:** 3. 6. noční ZOO v Brně k MDD
18. 6. **odhalení PAPERKOVÉ sochy před provozovnou**
- Červenec:** 1. – 7. 7. tuzemsko – rekreační areál REVIKA
- Srpen:** 13. – 20. 8. tuzemsko – rekreační areál VYHLÍDKA
- Listopad:** 7. 11. – 2. 12. **PAPERSEK pod lupou – výstava v TICku**
26.11. XXIV. ročník „Mrštná rybka“ aquapark Vyškov
27. 11. rozsvícení vánočního stromu na vyškovském náměstí
27. 11. benefiční filmové představení v Sokolském domě
- Prosinec:** 10. 12. **Vánoce s PAPERKEM v TESCO**

Vážení přátelé, členové PAPERSKU.

ANO, máte pravdu, když jste se letos těšili na „normální“ rok, kdy se budeme častěji vídat a plán akcí bude realizován, aniž bychom si dělali starosti jestli – BUDE – NE-BUDE, či jak to vlastně bude???

I my, „pořadatelé“ jsme se na VÁS těšili, ale zatím je omezení společenských aktivit i nadále. Nicméně se blýská na lepší časy a věříme, že pro Vás brzy nějakou činnost/akci připravíme a nabídneme.

Nezoufejte, určitě bude líp!





Informace z jiných pramenů...

Co se mění v roce 2022? Novinky Ministerstva práce a sociálních věcí

01.01. 2022 - 11:04

Rok 2022 přinese další změny v oblasti práce a sociálních věcí. Jedná se například o zvýšení minimální mzdy, valorizaci důchodů, pomoc v hmotné nouzi a řadu novelizací zákonů.

VYŠŠÍ DŮCHODY

V příštím roce porostou všechny vyplácené důchody. Základní výměra důchodů se zvýší o 350 Kč na 3 900 Kč, procentní výměra vzroste o 1,3 %. Nad rámec zákonné valorizace se důchody všem zvýší o 300 Kč.

Zvyšování procentní výměry o pevnou částku je výhodné především pro osoby s nižšími důchody. Průměrný starobní důchod vyplácený v lednu 2022 by měl činit **16 274 Kč**. Díky valorizaci jde tedy o zvýšení přibližně o **805 Kč**.



Doplátky valorizace

Pravidla pro valorizaci důchodů se od roku 2022 mění také v tom směru, že základní výměry a procentní výměry vyplácených důchodů se zvyšují od 1. ledna kalendářního roku, ve kterém dochází ke zvýšení, a nikoliv až od splátky důchodu splatné v lednu, jako tomu je do konce roku 2021.

ČSSZ vyplácí důchody v pravidelných měsíčních lhůtách na období, které začíná dnem splatnosti (*například od 16. ledna do 15. února atd.*) nikoli na běžný kalendářní měsíc jako ostatní orgány sociálního zabezpečení vyplácející důchody příslušníkům ozbrojených sil, vyplátí proto spolu s lednovou splátkou důchodu rovněž tzv. doplatek valorizace, který bude tvořen částkou zvýšení důchodu náležejícího za období od 1. ledna 2022 do dne předcházejícího dni splatnosti důchodu (*v příkladu do 15. ledna*) tak, aby bylo zvýšením důchodů pokryto i období od 1. ledna 2022.

VYŠŠÍ MINIMÁLNÍ MZDA

Od 1. ledna 2022 se bude zvyšovat také minimální mzda, a to o 1 000 Kč na 16 200 Kč za měsíc pro zaměstnance se stanovenou týdenní pracovní dobou 40 hodin. Minimální hodinová mzda vzroste z 90,50 Kč na 96,40 Kč. S minimální mzdou se zvyšují rovněž sazby nejnižších úrovní zaručení mzdy.

VYŠŠÍ PLATY

Od 1. ledna 2022 dochází k valorizaci platových tarifů zaměstnanců ve veřejných službách a správě a státních zaměstnanců, a to následovně:

- 1. stupnice – zaměstnanci jinde neuvedení – nevalorizuje se, platové tarify zůstávají na úrovni let 2020 a 2021;
- 2. stupnice – sociální pracovníci a pracovníci v sociálních službách – o 700 Kč;
- 3. stupnice – nelékařští zdravotničtí pracovníci – 2. až 7. platová třída o 700 Kč, 8. až 15. platová třída o 6 %;
- 4. stupnice – lékaři a zubní lékaři – o 6 %;
- 5. stupnice – pedagogičtí pracovníci v regionálním školství – o 2 %.





Informace z jiných pramenů... pokračování...

ZMĚNY V OBLASTI NEPOJISTNÝCH SOCIÁLNÍCH DÁVEK

Príspevek na péči

Od ledna 2022 nebude mít na výši příspěvku na péči vliv, jaký typ péče osoba ve stupni závislosti III nebo IV využívá. Dosud náleží osobám ve stupni závislosti III a IV, využívajícím pobytové sociální služby, dětský domov nebo speciální zdravotnické zařízení hospicového typu, nižší částka než těm, kterým péči a pomoc poskytuje neformální pečující nebo terénní či ambulantní sociální služba.

Od ledna 2022 činí výše příspěvku na péči:

- 13 900 Kč u dětí ve stupni závislosti III
- 12 800 Kč u dospělých ve stupni závislosti III
- 19 200 Kč u dětí a dospělých ve stupni závislosti IV

Částky příspěvku na péči budou upraveny automaticky, bez žádosti.



Príspevek na zvláštní pomůcku

Mezi těmi, kterým stát pomáhá s pořízením vozidla, se nově výslovně objeví osoby s poruchou autistického spektra. Až 200 000 Kč (dle příjmu) získají osoby s autistickou poruchou s těžkým funkčním postižením, s opakovanými závažnými a objektivně prokázanými projevy autoagrese nebo heteroagrese, které přetrvávají i přes zavedenou léčbu.

Príspevek na zvláštní pomůcku (např. na pořízení schodišťové plošiny, stropního zvedacího systému) získají nově osoby s těžkou demencí. Dosud jim tato pomoc poskytována nebyla. Také se zjednodušují a zpřesňují některé postupy a řízení. Děje se tak nejen u příspěvku na zvláštní pomůcku, ale i u příspěvku na mobilitu, u kterého se zjednodušuje postup při zastavení a obnovení výplaty příspěvku z důvodu hospitalizace.

Průkaz osoby se zdravotním postižením osoby s určitým dlouhodobě nepříznivým zdravotním stavem trvalého charakteru budou mít nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením bez časového omezení. Platnost průkazu – plastové karty – bude i nadále omezená. Pokud skončí osobě s trvalým nárokem na průkaz osoby se zdravotním postižením platnost plastové karty, nebude znovu hodnocen její zdravotní stav, jen se vydá plastová karta nová.

Další novinkou je, že krajské pobočky Úřadu práce České republiky budou 90 dní před koncem platnosti plastové karty písemně informovat jejího držitele o této skutečnosti.

Príspevek na bydlení

Tak, jako každý rok, zvyšují se částky, které se započítávají jako náklady na bydlení (normativní náklady na bydlení) i částky za pevná paliva, pro stanovení nároku a výše příspěvku na bydlení, který se bude poskytovat od ledna 2022.



Hmotná nouze

Na základě poslancecké iniciativy byl novelizován zákon o pomoci v hmotné nouzi. S účinností od ledna 2022 tak budou moci Úřady práce ČR na základě oznámení obce s rozšířenou působností provádět srážky z dávek – příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení,

na úhradu nezaplacených pokut za přestupky proti veřejnému pořádku, proti občanskému soužití a proti majetku.

Stejně budou postupovat v případě nepřihlášení dítěte k zápisu k povinné školní docházce a v případě zanedbávání péče o povinnou školní docházku žáka, nebo také u osob, které nezaplatili pokutu za porušení obecní vyhlášky, jež stanoví podmínky pro pořádání sportovních a kulturních akcí. O srážkách po oznámení budou rozhodovat Úřady práce ČR.

POJISTNÉ NA SOCIÁLNÍ ZABEZPEČENÍ

V oblasti pojistného na sociální zabezpečení dochází od 1. 1. 2021 k těmto změnám:

- částka průměrné mzdy pro účely pojistného je 38 911 Kč,
- maximální vyměřovací základ pro placení pojistného činí 1 867 728 Kč,
- rozhodná částka (daňový základ) zakládající účast na důchodovém pojištění OSVČ, která vykonává vedlejší činnost, je 93 387 Kč ročně,
- minimální měsíční základ pro placení záloh na pojistné pro OSVČ vykonávající hlavní činnost je 9 728 Kč – z toho minimální záloha na pojistné činí 2 841 Kč,
- minimální měsíční vyměřovací základ pro OSVČ vykonávající vedlejší výdělečnou činnost je 3 892 Kč – z toho minimální záloha na pojistné činí 1 137 Kč,
- minimální platba pojistného na dobrovolné nemocenské pojištění OSVČ činí od ledna 2022 činí 147 Kč.

Od 1. 1. 2022 se výše penále podle § 20 odst. 1 zákona č. 589/1992 Sb., o pojistném na sociální zabezpečení a příspěvku na státní politiku zaměstnanosti, stanoví podle předpisů občanského práva o výši úroku z prodlení, tedy ve výši repositazby stanovené Českou národní bankou pro první den kalendářního pololetí, v němž došlo k prodlení, zvýšené o 8 procentních bodů.

NEMOCENSKÉ POJIŠTĚNÍ

Redukční hranice pro úpravu denního vyměřovacího základu, který slouží pro výpočet výše dávek nemocenského pojištění, se pro rok 2022 zvyšují takto:

- první redukční hranice na 1 298 Kč,
- druhá redukční hranice na 1 946 Kč,
- třetí redukční hranice na 3 892 Kč

Otcovská

Od 1. 1. 2022 se prodlužuje podpůrčí doba (*doba poskytování dávky*) z jednoho týdne na dva týdny. Prodlužuje se období, v němž může být otcovská poskytována, v případě, kdy bylo dítě hospitalizováno v období prvních 6 týdnů života, o dobu hospitalizace.

Ošetřovné

Od 1. 1. 2022 se již nevyžaduje podmínka soužití ve společné domácnosti u některých blízkých příbuzných. Podmínka soužití v domácnosti se nevyžaduje u příbuzných v linii přímé podle občanského zákoníku (např. otec, matka, babička, děda, syn, dcera, vnuk, vnučka), a dále u sourozenců, manžela, manželky, registrovaného partnera (*partnerky*), rodiče manžela (*manželky*) nebo registrovaného partnera (*partnerky*).





Informace z jiných pramenů... pokračování...

Dlouhodobé ošetrovné

Dochází ke zkrácení doby pobytu v zařízení lůžkové péče jako podmínky nároku na dávku ze 7 na 4 kalendářní dny. Ruší se podmínka hospitalizace pro poskytnutí dlouhodobého ošetrovného v případě péče o osobu v inkurabilním (*nevyлéčitelném*) stavu. Zavádí se možnost požádat o vydání rozhodnutí o vzniku potřeby dlouhodobé péče po skončení hospitalizace do 8 dnů od jejího ukončení.

NOVELA ZÁKONA O ZAMĚSTNANOSTI

Novela zákona zavádí příspěvek v době částečné práce, poskytovaný zaměstnavateli za účelem udržení úrovně zaměstnanosti při splnění zákonem stanovených podmínek po dobu stanovenou nařízením vlády. Příspěvek bude možné poskytovat při splnění zákonem stanovených podmínek pouze za předpokladu, že dosavadní úroveň zaměstnanosti bude ohrožena. Cílem je udržení úrovně zaměstnanosti.



Na základě příslušného nařízení vlády tedy dojde k aktivaci poskytování příspěvku v době částečné práce. Novela má dělenou účinnost – 1. července 2021, 1. ledna 2022 a 1. července 2022.

V souvislosti s novelou zákona o zaměstnanosti, provedenou v roce 2021 zákonem č. 248/2021 Sb., **vyvstane pro zaměstnavatele od 1. dubna 2022 nová povinnost zakotvená v zákoně o nemocenském pojištění** – v rámci oznámení o dni skončení doby zaměstnání se zaměstnancem vůči OSSZ bude zaměstnavatel muset uvádět také údaje potřebné pro přiznání a poskytování podpory v nezaměstnanosti (*podle § 42 odst. 3 zákona o zaměstnanosti*), týká-li se toto oznámení zaměstnaných osob.

Nově tak v souvislosti s touto změnou bude úřad práce na základě oprávnění zakotveného v zákoně o zaměstnanosti moci získávat údaje rozhodné pro přiznání a poskytování podpory v nezaměstnanosti z informačních systémů vedených Českou správou sociálního zabezpečení podle zákona o nemocenském pojištění. Tímto dojde k výraznému odbřemenění uchazeče o zaměstnání a zrychlení procesu rozhodování o přiznání podpory v nezaměstnanosti.

V reakci na výrazné změny hospodářské situace, které přímo souvisely se šířením nákazy COVID-19 v České republice a měly negativní dopad na trh práce a také v návaznosti na zvýšení minimální mzdy, je s účinností od 1. dubna 2022, tedy již pro 1. kalendářní čtvrtletí roku 2022, **navrhováno navýšení maximální částky**

příspěvku na podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením na chráněném trhu práce podle § 78a odst. 17 zákona o zaměstnanosti, a to ve dvou variantách: varianta I - 14 200 Kč (*zvýšení o 600 Kč*) nebo na 14 600 Kč (*zvýšení o 1 000 Kč*) – varianta II.



Navrhované opatření má zabránit nežádoucímu snižování zaměstnanosti osob se zdravotním postižením, které mají ztíženou možnost uplatnění na trhu práce. (Návrh nařízení vlády obsahující toto navýšení příspěvku je nyní v legislativním procesu, přičemž v současné době probíhá mezirezortní připomínkové řízení.)

Ve vztahu k problematice nelegálního zaměstnávání se předpokládá předložení návrhu na legislativní úpravu dosavadní definice nelegální práce zakotvenou v zákoně o zaměstnanosti. Nová pravidla směřující k vyšší bezpečnosti práce s takzvanými vyhrazenými technickými zařízeními, jsou zmíněna výše, v oddíle pracovněprávní oblasti.

NOVELA SPOD

Od nového roku se výrazně zvýší dávky odměny za pěstounskou péči. Zároveň budou nově mladí dospělí, kteří odcházejí z ústavní péče, příspěvek při studiu ve výši 15 tisíc Kč měsíčně a stát by jim měl pomoci s hledáním bydlení a zaměstnání. Změní se také financování zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc.

Podrobnosti k dispozici tiskové zprávě v tiskové zprávě.

Všechny změny v zákoně přehledně na webu MPSV.

Tiskové oddělení MPSV

Zajímavé informace o různých mýtech...

6 mýtů ve zdravé výživě

Jednou z nejvíce frustrujících věcí na zdravém stravování jsou všechny ty proti-čůdné informace o výživě, které najdete kolem. Jedna studie říká, že tuky zvyšují riziko vašeho onemocnění, zatímco jiné výzkumy naznačují, že to riziko naopak snižuje. Je to docela matoucí, a proto mrkněte na ty největší mýty, které ve výživě kolu-
jí.

1. Mýtus: Zmrazené ovoce a zelenina jsou méně výživné než čerstvé

Zmrazené ovoce a zelenina jsou zmrazené během několika hodin a všechny živiny zůstanou „uzamčené“ uvnitř plodu. Samozřejmě pokud máme k dispozici čerstvé ovoce a zeleninu, tak je nejlepší sáhnout po nich, ale jahody, maliny ani hrášek k sehnání celoročně není, tak proč nemít po ruce to mražené.

2. Mýtus: Musíte očišťovat svoje tělo a dělat detox

Takovou činnost naše tělo dělá 24 hodin denně a nepotřebujeme k tomu pít několik dní jen ovocné šťávy, kokosovou vodu či celerový džus.

3. Mýtus: Musíte počítat kalorie, pokud chcete zhubnout

Sníst 100 kalorií z dortíku, limonády nebo hranolek není stejná jako konzumace 100 kalorií zeleniny nebo hnědé rýže. Přestaňte honit kalorie a místo toho se soustřeďte na to, odkud je získáváte a na kalorický deficit.

4. Mýtus: Jeden typ diety je lepší než ostatní

Všechny dobré diety mají stejné charakteristické rysy. Zajímá vás které to jsou? Je dobré mít na paměti, že každý z nás je unikát a každý máme své jedinečné potřeby. Nemusíme přijít hned na to, který způsob stravování je pro nás nejlepší a to, že paleo dieta sedí vaší kamarádce, která při ní shodila 5 kilo neznamená, že to samé se bude dít i u vás.



5. Mýtus: Jíst tuky z vás učiní tlustochy

Podle hojného množství výzkumů je opak pravdou. Ano, po balíčku chipsů opravdu hubnout nebudete, ale potraviny bohaté na esenciální mastné kyseliny, jsou pro vaše tělo přínosné. Nebojte si připravit jídlo z vajec, ryb, avokáda a ořechů. Navíc, ženské tělo je tuk nezbytný, protože na něm závisí celý hormonální systém.

6. Mýtus: Nejezte moc vajec, škodí to vašemu zdraví.

Hlavně starší populace má skoro až fobii z vajec, protože se v jejich době říkalo, že vejce zvyšují cholesterol. Ve skutečnosti je to přesně naopak. Vajíčka jsou plná živin, protože z vajec se líhnou kuřata a ta se musí z něčeho vyvíjet. V jednom vejci je cca 6 gramů bílkovin a 5 gramů tuků.

<https://www.fitness007.cz/poradna/6-myty-ve-zdrave-vyzive/>

7 babských rad o jídle...

7 babských rad o jídle: Mýty, nebo skutečnost?

Opravdu dokáže jablko denně zaručit zdraví? A pomáhají na infekce močových cest brusinky? Co říkají vědci na nejběžnější babské rady spojené s jídlem a zdravím?

Rada č. 1: „Nejez čokoládu, zhorší se ti akné!“

Skutečnost: Ne. Respektive není možné za zhoršení či vznik akné vinit naši lásku k čokoládě. Tuhle kožní nemoc totiž ovlivňuje spousta nejrůznějších faktorů – od genetiky až po hormonální změny v organismu. Ano, vědci mají za to, že i výživa hraje u akné významnou roli a že potraviny s vysokým glykemickým indexem mohou ovlivnit hladinu androgenů, které již vliv na projevy akné mají. Nicméně na čokoládu není možné ukázat prstem.



Rada č. 2: „Sněž jablko denně a nebudeš potřebovat doktora!“

Skutečnost: Je to samozřejmě nadsázka, ale klidně se podle téhle rady chovejte. Jablka jsou pro náš organismus skutečně velmi prospěšná – obsahují vlákninu, vitamíny, minerály, antioxidanty. Takže si jedno každý den určitě dopřejte!



Rada č. 3: „Na infekci močových cest pomohou brusinky!“

Skutečnost: Pro tuhle radu neexistuje jediný důkaz. Když už se jednou infekce močového měchýře rozjede, pomohou antibiotika, brusinky ne. Ovšem některé výzkumy naznačují, že brusinky, respektive jejich pravidelná konzumace, mohou hrát důležitou roli v prevenci zánětů močových cest.



Rada č. 4: „Když chraptíš nebo máš rýmu, nepij mléko – zahleňuje!“

Skutečnost: Tenhle mýtus má až překvapivě tuhý kořínek. Takže znovu opakujeme – mléko tvorbu hlenu v dýchacích cestách neovlivňuje, můžete si ho klidně dopřát, i když jste nastydli!

Rada č. 5: „Jez hodně mrkve, aby dobře viděl/a!“

Skutečnost: Tak tahle rada je naopak pravdivá. Tedy ne, že by vás mrkev ochránila před zhoršováním zraku nebo nemocemi očí, ale rozhodně našemu zraku prospívá. Obsahuje totiž beta karoten, který naše tělo přemění na vitamin A. A ten naše oči potřebují.

Rada č. 6: „Horečka se musí nechat vyhladovět!“

Skutečnost: Hloupost. A pěkně nebezpečná. Při horečce naše tělo ztrácí spoustu energie, kterou bychom mu měli naopak dodávat. Problém je, že v takovém stavu nemá většina lidí na jídlo ani pomyslení. Přesto byste měli zkusit nějaké lehké, výživné pokrmy. Ideální je tradiční kuřecí vývar.

Rada č. 7: „Nejez ostrá jídla, udělá se ti žaludeční vřed!“

Skutečnost: Není tomu tak. Z pálivých a kořeněných jídel vředy nevznikají. Kromě některých léků za nimi stojí především *Helicobacter pylori*. A tuto bakterii žádné koření rozhodně na uzdě neudrží, ani jí k „tvorbě“ vředů nepřemluví...

<https://www.prostreno.cz/zdravi-a-diety/clanky/6255/7-babskych-rad-o-jidle-Myty-nebo-skutecnost>





S úsměvem jde všechno líp! Aneb vždycky může být hůř!

Opravdu pro zasmání...



Jeptiška stopuje na silnici do Plzně a chytne mladého kluka. Během jízdy se kluk osmělí a položí ji ruku na koleno. Jeptiška na to: „Žalm 12, verš 5.“ On se lekne, nechá toho a v Plzni ji vysadí. Když přijde domů, otevře bibli, nalistuje žalm 12, verš 5 a čte: „Jsi na správné cestě.“

„Pepo, slyšel jsi, že budou zdrazovat i vodu?“ - „Taky už byl nejvyšší čas, aby došlo i na abstinenty!“

VÝROKY ZE ŠKOLNÍCH LAVIC

Bránici máme na vyrábění škytavky.

Člověk s nemocnými ledvinami jezdí na analýzy.

Hrách je zelenina v pilulkách.

Jaký je rozdíl mezi kohoutem a slepicí? Kohout má větší hřívu.

Když pijeme příliš mnoho alkoholu, tak se játra zatvrdí.

Krev se dělí na vystřikující, volnou a tryskovou.

Kuřice je slepice, která ještě nikdy neměla kuřata. Taková jako panna.

Žloutek ve vajíčku je kuře, kterému jsme nedali šanci.

Mikroorganismus je takový malý šmejd, na který si musíme vzít mikroskop.

Nejlepší čas k česání ovoce je tehdy, když je pes přivázaný.

Ovocné stromy se přivazují ke kůlu, aby se jim plody nerozkutálely.

Predátor je ten, který sežere někomu jinému jeho jídlo.

Rostlina dýchá to, co my vydechujeme. Kdyby dýchala to, co my, tak zvadne.

Srdce nám musí pracovat pořád, protože nikdo jiný nám za něj krev do hlavy nenažene.

Červ v jablku spatří světlo teprve tehdy, když do něho kousneme.

V lese je sice zdravo, ale nesmí tam růst zapařené houby.

Višně a švestky jsou alkoholické peckoviny.





Svátky v rodině, na které bychom měli MYSLET...

Svátek sv. Valentýna (14.2.)



Svátek zamilovaných, který známe též pod názvem Valentýn není převzatý americký komerční svátek. Původ tohoto svátku nás zavádí do starého Říma, a je památkou na upáleného mnicha Valentina. Právě tento mnich ve 3. století tajně odával páry proti zákazu císaře. Důvodem zákazu byla značná neochota mužů opouštět rodiny za účelem účasti v bitvě.

V současnosti je tento den poměrně komerčnější záležitostí, neboť se po celém světě v obchodech prodávají nejrůznější předměty od květin, přes srdíčka a plyšáky až po přání, které mají ve formě daru vyjádřit lásku ke svému partnerovi nebo alespoň vystihnout jak je pro nás druhý člověk důležitý.

MDŽ (8.3.)

Mezinárodní den žen, který většina z nás zná pod zkratkou MDŽ vznikl díky stávce švadlen roku 1908. Právě švadleny z New Yorku stávkovali za zlepšení životních podmínek. Cílem tohoto boje bylo získání volebního práva pro ženy, následoval boj za rovnoprávnost a spravedlnost a samozřejmě mír. V průběhu dějin se oslavy měnily, v živé paměti máme například socialistickou propagandu a nezapomenutelné karafiáty, ručníky, chlebičky apod.. Tento den protestují např. feministky dodnes. V mnoha rodinách v ČR se MDŽ slaví do dnešní doby, přestože od roku 1990 není MDŽ oficiálním svátkem.



Den matek (12.5.)

Den matek je velmi krásný svátek, který je rozšířen po celém světě. Oficiálně připadá den matek na druhou květnou neděli. V ČR je tento svátek ustanoven na 8. května, a začal se slavit roku 1923 a to díky propagátorce Alici Masarykové. Po druhé světové válce byl komunistickou garniturou trochu zneužit, právě k propagandistickým oslavám a byl přejmenován na MDŽ – Mezinárodní den žen. Po roce 1989 se opět začal slavit Den matek i veřejně. Typickým dárkem ke Dni matek jsou květiny a drobné dárky, které matky často dostávají hlavně od svých dětí.



Mezinárodní den rodiny (15.5)



Mezinárodní den rodiny je velice významným dnem pro společnost. Rodina je důležitým faktorem základu celé společnosti a je velice důležitým prvkem pro výchovu budoucích generací. Měli bychom si z ní odnést příjemný, naplňující a nenahraditelný pocit, který by nám v tento den měl být připomenut a vryt do paměti protože jak



někteří mohou zapomenout, není samozřejmostí.

MDD (1.6.)

Mezinárodní den dětí (MDD) se poprvé slavil ve více zemích až roku 1950. MDD je dnem kdy se po celém světě pro děti konají různé zábavné akce, hry nebo sportovní turnaje. Je třeba upozornit na práva a potřeby dětí, se kterými je v dnešní době často jednáno jako s dospělými. Jedním ze smyslů Mezinárodního dne dětí je, že rodina by měla být pohromadě a věnovat se sama sobě, přece všichni známe přísloví – kdo si hraje – nezlobí.



Mezinárodní den seniorů (1.10.)

Mezinárodní den seniorů je věnován našim rodičům, prarodičům, maminkám, tatínkům, babičkám a dědečkům, je to den, který ukazuje na to, že bychom si měli uvědomit s čím se musí potýkat senioři, jedná se o mnoho překážek a schody do obchodního domu jsou v některých případech tím nejmenším. V mládí si nikdo z nás neuvědomuje a ani nepřipouští, že jednou budeme všichni staří.

Světový den dětí (20.11)

A máme tu jeden z dalších svátků, který patří dětem. Světový den dětí, který můžeme znát také pod úředně vypadajícím názvem Výročí Úmluvy o právech dítěte, je den kdy si máme připomenout, že i děti mají svá práva. Na porušování práv dětí je nutné upozornit a to hlasitě, neboť někdy jsou děti oddělovány od rodičů, týrány, zneužívány a tomu se musí zamezit. Tento den navazuje zejména na Světový den prevence týrání a zneužívání dětí.



Den otců (třetí neděle v červnu)

Tradici oslavy otců založila Američanka Sonora Smart Doddová, která chtěla ocenit úsilí, s nímž se o ni a další čtyři sourozence staral její ovdovělý tatínek. Úplně první oslava Dne otců se konala v americkém městečku Spokane ve státě Washington 19. června 2010, v den narozenin Sonořina otce.

Den otců je svátek na počest otců, oslavující otcovství, vztah otce k dítěti a roli otců ve společnosti. V mnoha zemích včetně České republiky se slaví třetí neděle v červnu, v některých státech se ale tradičně váže ke svátku sv. Josefa (19.března) či ještě k různým jiným datům. V severských zemích, například ve Finsku, je Den otců oslavován druhou nedělí v listopadu a červnový termín je vyhrazen Mezinárodnímu dni mužů, tedy i těm bezdětným.



V České republice se tento svátek slaví dosud jen ojediněle. První akcí podporující Den otců je Tátafest, pořádaný v mnoha městech České republiky od roku 2007

Ligou otevřených mužů spolu s různými rodinnými a komunitními centry za podpory Unie center pro rodinu a komunitu. Od roku 2011 občanských sdružení i webový portál Střídávka, jehož akce se v posledních letech konají na Staroměstském náměstí v Praze.



Úsměv nad vtípký Pavla KANTORKA ...



„Vždy, když odtud odejdete, tak se mu vrátí chuť k životu.“



„Pěkně, děti, pozdravte. To je ten pán, který na vás platí.“

Kdo má chytré rodiče, neví, po kom je blbej

Váš Pavel Kantorek



Pochopitelně, že jsem ožralej. Co jste si myslela, že jsem? Kaskadér?

Dobrá polévka nade vše... z ryb

Třeboňská rybí polévka

Ingredience: 150 g strouhané kořenové zeleniny, cibule, 4 kapří hlavy, 500 g kapřího mlíčí, kousek celého zázvoru, 5 pepřů, sůl, 100 g másla, smažená houska

Postup: Zeleninu na sucho osmahneme, přidáme celou cibuli, kapří hlavy bez žaber, sůl, koření a zalijeme 1,5 l vody. Vaříme 30 minut. Pak polévku přecedíme, obsah doplníme na 1,5 l, zavaříme mlíčí a vaříme dalších 15 minut. Poté polévku rozmixujeme, ochutíme čerstvým máslem a podáváme s osmaženou houskou.



Rožmberská polévka

Ingredience: Asi 3/4 kg kapra, 50 g másla, 50 g slaniny, 100 g kořenové zeleniny, 3 žloutky, pepř, špetka muškátového květu, sůl, 1,5 l vody

Postup: Kapra upečeme na másle a pokrájené slanině, pak kapra zbavíme kůže a kostí, umeleme ho a rozvaříme se strouhanou zeleninou, kořením a solí ve vodě. Polévku procedíme a zakvedláme žloutky rozmíchané v troše studené vody.

Jistebnická polévka

Ingredience: 300 g kapřích jiker, cibule, masox, 50 g másla, 2 lžíce hladké mouky, sůl, 1,5 l vývaru z ryb, 4 lžíce sterilovaného hrášku

Postup: Do procezeného vývaru přidáme strouhanou cibuli, pokrájené jikry, masox a po 10 minutách varu polévku zahustíme světlou jíškou z másla a mouky. Ještě povaříme a přidáme hrášek.

Dunajská polévka

Ingredience: 300 g kapřích vnitřností, 50 g kapusty, 50 g celeru, 50 g petržele, lžíce strouhané cibule, 100 g předvařeného hrachu, trochu rozmarýnu, 50 g másla, 2 lžíce hladké mouky, 1 a půl litru vody

Postup: Pokrájenou zeleninu dusíme s cibulí asi 10 minut na másle, zaprášíme moukou, přidáme hrách, rozmarýn a vodu. Vše vaříme dalších 20 minut. Polévku procedíme, osolíme a ještě povaříme s pokrájenými vnitřnostmi.

Budapeštská polévka

Ingredience: 1/2 kg masa bílých ryb, 200 g kapřího mlíčí, nepálivá zelená paprika, 4 rajčata, cibule, lžička sladké papriky, sůl, 1,5 l vody, těstoviny

Postup: Maso vaříme se zelenou paprikou, rajčaty a cibulí v osolené vodě. Pak polévku procedíme, ochutíme sladkou paprikou a zavaříme do ní vlasové nudle s nadrobno pokrájeným mlíčím.



Dobré jídlo nade vše... tentokrát z ryb

Kapr na žampionech s ořechy

Ingredience: 1kg očištěného kapra, olej, máslo, sůl, sladká paprika, mouka, 1/2 dcl smetany, 1 dcl bílého vína, 70g vlašských ořechů, 120g žampionů, pepř, citron

Postup: Kapra nakrájíme na podkovy, ty osolíme, opepříme, popaprikujeme, mírně pomoučíme, a zvolna pečeme na oleji s ořechy. Pak přidáme nakrájené žampiony, 2 plátky citronu, bílé víno a dusíme pod pokličkou. Potom rybu vyndáme a šťávu zalijeme smetanou, do které jsme rozmíchali mouku. Necháme zavařit a touto šťávou polijeme kapra a zdobíme citrónem. Přílohou jsou brambory.



Štika s citronovou omáčkou

Ingredience: Asi 800 g štiky, 100 g kořenové zeleniny, půlka cibule, 4 zrna pepře, 3 nová koření, bobkový list, lžíce octa, sůl,

Ingredience na citronovou omáčku: 40g Hery, 30g hladké mouky, 1/8 l bílého vína, 1/8 l vody, citron, žloutek, cukr

Postup: Do vody vložíme nakrájenou zeleninu, všechno koření a lžící octa. Vše povaříme a do horkého vývaru vložíme porce štiky. Rybu vaříme zvolna asi 12 minut, porce vyjmeme a podáváme s citronovou omáčkou. Přílohou může být slané bílé pečivo. **Příprava omáčky:** z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme ji studenou vodou a vínem, našleháme a povaříme nahladko. Pak přidáme citronovou šťávu a podle chuti osladíme. Před přelitím ryby vmícháme ve studené vodě ušlehaný žloutek a omáčku pouze prohřejeme.

Pstruzi s petrželovou omáčkou

Ingredience: 3 pstruzi, 3 žloutky, zelená jemně sekaná petržel, olej, citron, sůl, nové koření, kořenová zelenina

Postup: Nejprve připravíme odvar. Nakrájenou kořenovou zeleninu, nové koření, citronovou šťávu a sůl svaříme v 1 litru vody. Odvar ponecháme na mírném ohni a vložíme pstruhy i s hlavou a zvolna vaříme asi 15 minut.

Postup-omáčka: natvrdo uvařené žloutky rozetřeme a smícháme s citronovou šťávou, pepřem a drobně nasekanou kořenovou zeleninou. Za stálého míchání přikapáváme olej. Pstruhy podáváme s brambory a zalijeme omáčkou.

Lín se slaninovou omáčkou

Ingredience: 1/2 kg línů, cibule, bobkový list, pepř, nové koření, ocet, 2 žloutky, sůl, mouka, 5 dkg slaniny

Postup: Líny uvaříme ve slané vodě s 3 dkg cibule, bobkovým listem, třemi zrnky pepře, a zrnkem nového koření. Do 1/8 l tohoto odvaru přidáme 1/16 l octa, 2 žloutky, lžičku mouky a 5 dkg rozškvařené slaniny. Omáčku za stálého míchání zahustíme. Lína položíme na mísu a podlijeme omáčkou.





Zdravé pití nade vše aneb víte, že...

● *Mléko: Proti vysokému tlaku*

Přes některé laické názory, že zahleňuje organismus, lékaři ho pokládají za nejkompexnější a nejzdravější potravinu. Obsahuje tuky, které jsou zdrojem energie, minerály – důležité pro kosti a zuby, vitamíny, enzymy, bílkoviny s protirakovinovými, antisklerotickými a imunostimulačními vlastnostmi. Je dokázané, že lidé, kteří pravidelně pijí **nízkotučné mléko**, mají nižší riziko vzniku problémů s nízkým tlakem.

● *Zelený čaj: Proti rakovině*

Obsahuje polyfenoly, které zpomalují růst nádorů. Brání také vzniku zubního kazu. Pití zeleného čaje upravuje krevní tlak, odbourává cholesterol z krve a zabraňuje kornatění tepen. Neutralizuje vlivy záření. Kofein obsahující v čaji podporuje činnost centrální nervové soustavy, vitamín E zpomaluje degeneraci buněk, fluor brání vzniku zubního kamene. Přítomný draslík pomáhá pro správné fungování mozku a nervů, je účinný při detoxikaci organismu. Horčík je stavebním materiálem kostí a zubů, zinek se účastní na tvorbě červených a bílých krvinek, hojení ran a dělení buněk. Železo pomáhá vstřebávání kyslíku do krve, fosfor, sodík a mangan posilují kosti, metabolismus, spalování tuků, aktivují důležité enzymy a vitamíny.



● *Kakao: Proti vysušování pokožky*

Kakao obsahuje **flavonoidy**, které mají příznivý účinek na kardiiovaskulární systém. Mimo jiné se jeho pravidelným pitím dodává pokožce potřebnou vlhkost. Přípravovat bychom ho měli z prášku s vysokým obsahem kakaa a nízkým obsahem cukru, přidáním odtučněného mléka.

● *Voda: Pro silné srdce*

Voda je lékem na všechno! Pomáhá nejen při problémech s ledvinami, močovými cestami či překyselením žaludku, ale podporuje i krevní oběh, vyrovnává krevní tlak a dokonce zlepšuje paměť. Čistá voda dokáže zbavit mnohých chorob a bolestí, zlepšit zrak, sluch, snížit hladinu cukru v krvi, zlikvidovat tuky uložené v těle, porazit různé záněty a plísňe, odstranit bolesti hlavy, snížit riziko lámavosti kostí, kazivost zubů, odstranit poruchy spánku a prodloužit život **o 20 – 30 roků**. Denně by jsme měli vypít aspoň 2 litry vody.

● *Kefír: Na dobré trávení*

Má schopnost vyrovnat se v trávicím traktu s přemnoženými kvasinkami, bakteriemi, viry a stimulovat tak imunitní systém. Rozkládá těžko stravitelné látky a brání tak shromažďování a hnilobě potravy ve střevech.

Mimo toho, že obnovuje střevní mikroflóru, léčí i zácpu, onemocnění žlučníku, jater, choroby nervů, pomáhá i při vyrážkách, ekzémech a kvasinkových infekcích.



Slavnostní únorový týden v PAPRSKU...

V posledním zpravodaji roku 2020 jsme zveřejnili PAPERKOVÉ svatby...

Nyní se můžeme pochlubit tou nejkrásnější událostí v životě rodiny a tou je **narození potomka**.

V životě paní Veroniky (*sociální pracovník a osobní asistentka organizace*) se v posledním čase stalo nemálo příjemných událostí.

Jednou z nich je, že si na své jmeniny „nadělila“ nejkrásnější dárek v podobě malého človíčka – Jiříčka **7. února 2022**, ze kterého má určité nemalou radost i tatínek...



**Nový život začíná,
je tu malý klučina!
Přejeme ti, maličký,
život jako z písničky
o nejšťastnějším dítěti,
ať štěstí k tobě přiletí
a zdraví se tě drží jako klíště,
co nesplní se ti dnes, ať splní se příště.**



Se souhlasem životních partnerů (*nyní již manželů*) Vám můžeme sdělit druhou krásnou a nevšední „PAPERKOVOU“ událost a tou je svatba...

Naše Renátka se s přítelem rozhodla, že své životy **12. února 2022** spojí v jeden a vstoupí spolu do posvátného svazku manželského...

**Přejeme Vám, přátelé,
ať manželství máte veselé,
takové souznění se jen tak nevidí,
právem Vám všichni závidí.**



PODĚKOVÁNÍ všem dárcům ...

Adventní čas s sebou přináší pozitivní myšlení, empatii ke všem, kteří se nemají tak dobře jako my a hlavně se otevírají srdce, kolikolem je „cítit“ LÁSKA k bližnímu a mnozí pomáhají tam, kde je to nejvíce potřeba...

Někteří z Vás jste také přispěli do sbírkové pokladničky pod vánoční strom na Masarykově náměstí ve Vyškově ...

...a Vám všem patří naše srdečné PODĚKOVÁNÍ



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

*„Nikdo není zbytečný na tomto světě,
kdo ulehčuje břemeno jiných.“
Ch. Dickens*

tímto vyjadřuje

SRDEČNÉ PODĚKOVÁNÍ



*všem přátelům-dárcům,
kteří vložili peníze do sbírkové
pokladničky pro PAPERSEK,
umístěné pod vánočním stromem na
Masarykově náměstí ve Vyškově.*

*Získané finanční prostředky jsou
určeny na zajištění služeb pro
zdravotně postižené spoluobčany.*

***Výše vložených
darů
v roce 2021 - 2022
do sbírkové
pokladničky
25 385,00 Kč***



Narozeninová přání pro...

**Přáníčko všeho nejlepšího, hodně štěstí, lásky a pevné zdraví
přejeme kamarádům,
narozeným od 1. dubna do 30. června ...**

Čtvrtníček David, Vyškov
Grycová Markéta, Rousínov
Mořický Michal, Nesovice
Paulíková Jana, Tvarožná
Škorvaga Tomáš, Heroltice
Benešová Žaneta, Vyškov
Hoňková Tereza, Velká Polom
Horáková Lucie, Ostrava
Kudlička Michal, Drnovice
Mihola Richard, Vyškov
Novotný David, Brno
Dvořáková Lucie, Brno
Galatíková Eva, Vyškov
Klimeš David, Šumperk
Suchomelová Kristýna, Rousínov

***Ať máš život jako sen,
ať víš, jak si užít den.
Od starostí žádné vrásky,
v každé chvíli plno lásky,
ať nepoznáš bolest, ani klam,
to všechno Vám přejeme
k narozeninám.***



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
Podpora pro pečující (např.: ukázka jak manipulovat
s pomůckou nebo klientem.. apod.)

ZA ÚPLATU

Osobní asistence
Zapůjčení rehabilitačních a kompenzačních pomůcek



Poradna a půjčovna PAPERSEK – nabídka služeb

Asociace PAPERSEK poskytuje svoje služby již od roku 1992. Letos oslavíme 30. výročí založení organizace.

Nejdříve se jednalo o klubovou činnost pro rodiny se zdravotně postiženými dětmi a mládeží, v roce 2006 byla otevřena Půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek. Nejnovější je terénní služba Osobní asistence, která je zde pro vás od roku 2014.

Stále více lidí využívá naši půjčovnu rehabilitačních a kompenzačních pomůcek. Nejčastěji jsou to pečující osoby, dále pak senioři, lidé se zdravotním postižením, ale i lidé, kteří utrpěli úraz, např. zlomeninu nohy.

Zapůjčení kompenzační pomůcky, např. elektrické polohovací postele, umožní rodinám, aby se mohli postarat o svoje nejbližší v domácím prostředí. Někdy je to jen na krátký čas a lůžko potřebují okamžitě. Tato varianta zapůjčení elektrické polohovací postele s matrací je pro pečující osoby rychlým řešením. Kromě elektrických lůžek máme k dispozici různé typy chodítek, toaletní židle, pomůcky do koupelny, mechanické invalidní vozíky, schodolez a zvedák.

Je také dobré pomůcku shlédnout a nejdříve si ji vyzkoušet, než si pořídíte vlastní, např. nechat předepsat na Poukaz od lékaře.

Z naší zkušenosti víme, že nevyzkoušená pomůcka někdy nemusí vyhovovat a nárok na další stejného typu je až za určitou užitnou dobu (*ta se dle typu pomůcky liší*).

Pomůžeme vám také vybranou pomůcku vyhledat na webových stránkách prodejců, kde jsou i u jednotlivých pomůcek kódy, které je nutné lékaři předat. Ten následně tento kód vypíše na Poukaz. Některé pomůcky jsou hrazené plně, některé částečně a jiné vůbec (*např. toaletní židle*).



V loňském roce 2021 se nám díky nadacím Výboru dobré vůle – nadaci Olgy Havlové, Nadaci J&T a projektu Tesco „Vy rozhodujete, my pomáháme“ podařilo pořídit nové mechanické vozíky, antidekubitní matrace a elektrické polohovací lůžko.

Lenka Žampachová – sociální pracovník

zde nás najdete:

Lípová 364/2, Vyškov

vychází 23. února 2022

Poradna a půjčovna PAPERSEK – částečný přehled pomůcek...

Půjčovna rehabilitačních a kompenzačních pomůcek PAPERSEK nabízí:

- zapůjčuje rehabilitační a kompenzační pomůcky všem klientům, kteří o ni požádají, zasílají se přepravní službou, pokud si je klient neodveze sám
- objemnější rehabilitačních pomůcky i rozvážíme



**PODĚKOVÁNÍ dárcům/sponzorům za dary/dotace...
poskytnuté do konce roku 2021, které nebyly zveřejněny!**

Obce, Města, Městyse, ministerstva a jiné subjekty

– **finanční dary/dotace na podporu Poradny a půjčovny PAPERSEK** 💰
obce/městys/město: Bohdalice-Pavlovice, Brankovice, Studnice

– **finanční dary/dotace na podporu činnosti organizace PAPERSEK** 💰
Nadace J&T, Spolek zdravotně postižených Bučovice, agentura ValFia, s.r.o.,

**PODĚKOVÁNÍ za dary/dotace...
poskytnuté již v roce 2022**

Obce, Města, Městyse, ministerstva a jiné subjekty



– **finanční dary a dotace na podporu Klubu PAPERSEK** 💰
obce/městys/město: Brankovice, Brod nad Dyjí, Hostěrádky-Rešov, Medlovice,
Olšany, Švábenice, Topolany

– **finanční dary/dotace na podporu Poradny a půjčovny PAPERSEK** 💰
obce/městys/město: Medlovice, Němčany, Olšany, Orlovice, Švábenice, Topolany,
Velešovice, Vyškov

– **finanční dary/dotace na podporu činnosti organizace PAPERSEK** 💰
Nadace Dětský mozek

Právnícké osoby ... pravidelné věcné dary, služby, slevy ...
CM ENGINEERING spol. s r.o.,

**Poděkování patří i níže uvedeným subjektům,
kteří ve svých prostorách ponechali naše sbírkové pokladničky ...**

-  Poradna a půjčovna PAPERSEK Vyškov
-  Turistické informační centrum Vyškov

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

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

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



**... 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
- 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
E-maily paprsek.vy@seznam.cz; pujcovna.vy@seznam.cz
Internetové stránky www.paprsek-vyskov.cz
- Evidenční číslo MK ČR E 10949
- Uzávěrka číslo 1/2022 22. února 2022
Číslo 1/2022 vychází 23. února 2022
Uzávěrka čísla 2/2022 červen 2022
- Náklad výtisku 250 ks**



Vydávání letošních zpravodajů je částečně finančně podpořeno

Úřadem vlády České republiky



Tisk: CM ENGINEERING spol. s r.o., provozovna Vyškov
únor 2022