

CENTRUM PARAPLE POMÁHÁ VÍCE NEŽ 25 LET

Centrum Paraple od roku 1994 pomáhá lidem s poškozením míchy, kteří ochrnuli následkem nemoci či úrazu, při aktivním návratu do běžného života. Poskytuje jim zejména pobytovou službu sociální rehabilitace a odborné sociální poradenství.

Každý rok dojde k poškození míchy a k ochrnutí u asi 280 lidí v České republice. Téměř 1/3 z nich se stane novými klienty Centra Paraple. K úrazům dochází nejčastěji při sportu, skocích do vody, dopravních nehodách nebo následkem pádu, k onemocněním poškozujícím míchu patří např. záněty a nádory míchy, cévní onemocnění a další. Průměrný věk lidí s poškozením míchy je 50 let, přičemž 70 % postižených jsou muži.

Služby centra reagují na specifické potřeby člověka po míšní lézi (poranění míchy). Cílem je podpořit klienty v samostatnosti a osobní nezávislosti nejen v denních činnostech, ale i v rozhodování o svém životě, a to bez ohledu na míru závislosti na pomoci jiných osob. Centrum Paraple navazuje na práci kolegů spinálního řetězce a podporuje vzájemnou spolupráci na všech úrovních, včetně následné podpory v regionech.

Stovka zaměstnanců, externistů a dobrovolníků se stará každý den až o 30 vozíčkářů. Tým odborníků je složený ze sociálních pracovníků, psychologů, ergoterapeutů, fyzioterapeutů, pohybových terapeutů, zdravotníků, osobních asistentů, instruktorů nácviku soběstačnosti a dalších spolupracovníků. Ředitelem Centra Paraple je od roku 2016 David Lukeš.

Centrum Paraple letos slaví 25. výročí od svého založení, které si bude připomínat v průběhu celého roku. Paraple by však nevyrostlo bez velké podpory zakladatelů, partnerů, institucí, skvělých zaměstnanců, dobrovolníků a podporovatelů. Těm všem letos Centrum Paraple poděkuje. Oslavy vyvrcholí vydáním speciální výroční publikace a galavečerem ve Foru Karlín.

Život je jízda s Centrem Paraple

Jak pomáháme?

Centrum Paraple poskytuje služby klientům z celé České republiky v bezbariérovém areálu v pražských Malešicích, a to jak bezprostředně po úrazu, tak i kdykoliv v průběhu života.

Zkušení pracovníci v každém člověku respektují jedinečnou bytost s vlastním příběhem, myšlenkami, chováním a životním stylem. Základní poskytovanou službou je sociální rehabilitace.

Pobytová služba sociální rehabilitace

Třítýdenní pobyt v Centru Paraple pro klienty starší 15 let, kteří mají v důsledku náhle vzniklého poškození míchy sníženou kvalitu života a chtějí tuto situaci změnit. Odborný tým se podílí na realizaci individuálního plánu každého klienta. Společně řeší vše, co život s míšním poškozením přináší, ať už se jedná o prevenci zdravotních komplikací, péči o tělo, sebeobsahu a soběstačnost, výběr a nastavení kompenzačních pomůcek, mezilidské vztahy, zaměstnání, vzdělávání či trávení volného času. Ke spolupráci jsou přizváni i lidé z blízkého okolí klienta, zejména rodina či pečující osoby.

V roce 2019 se uskuteční 13 třítýdenních turnusů v bezbariérovém areálu Centra Paraple v Malešicích. Jsou vždy určeny pro maximálně dvacet klientů současně. Klientům je poskytována 24hodinová asistenční a zdravotnická péče a pobytu mohou využít opakovaně a v případě potřeby i vícekrát v jednom roce.

Tematické programy sociální rehabilitace

Týdenní programy realizované mimo Centrum Paraple zaměřené na vyzkoušení pohybových aktivit v různých místech České republiky.

Jejich záměrem je umožnit lidem po poškození míchy získat pozitivní zkušenost, zvýšit soběstačnost mimo domácí prostředí a také nabídnout způsob seberealizace a ideálně zařadit jednu z pohybových aktivit do běžného života klienta. Na pobytech klienty doprovází zkušený tým Centra Paraple, ale i externí specialisté a dobrovolníci.

Na rok 2019 jsou připraveny tyto pobyty:

- Lyžování
- Cyklistika
- Splouvání řeky
- Pobyt v přírodě
- Všeobecné pohybové aktivity
- Potápění ve spolupráci se Sportovním klubem vozíčkářů a z.s. RESTART
- Jízda na čtyřkolce ve spolupráci s Motoklubem vozíčkářů ČR

Odborné poradenství

Poskytování potřebných informací, rad a kontaktů, které potřebují lidé s poškozením míchy a jejich blízcí k řešení náročné životní situace.

Podpora při zajištění osobní asistence, rady v oblasti sociálního zabezpečení (dávky, příspěvky na péči), kompenzační pomůcky, konzultace zdravotních komplikací, podpora v seberealizaci.

Dle potřeby klienta službu poskytuje sociální pracovník, psycholog, ergoterapeut, fyzioterapeut, pohybový terapeut nebo zdravotník a to osobně, telefonicky i korespondenčně.

Víkendové programy

Máma, táta na vozíku

Určený rodičům i těm, kteří rodičovství teprve plánují. Zaměřuje se na otázky plánování rodičovství, partnerství a výchovy dětí rodičů na vozíku. Přináší praktické rady z oblasti pomůcek a vychytávek při péči o děti, ale i pohled na rodinu jako systém. Nabízí také důvěrný prostor pro sdílení ženských a mužských témat.

Výtvarné programy

Víkendové workshopy zaměřené na rozvoj výtvarných dovedností a různé techniky tvorby. S podporou ergoterapeutek, externích lektorů a asistentů může radost z kreativního vyjádření zažít každý.

Doplňkové služby

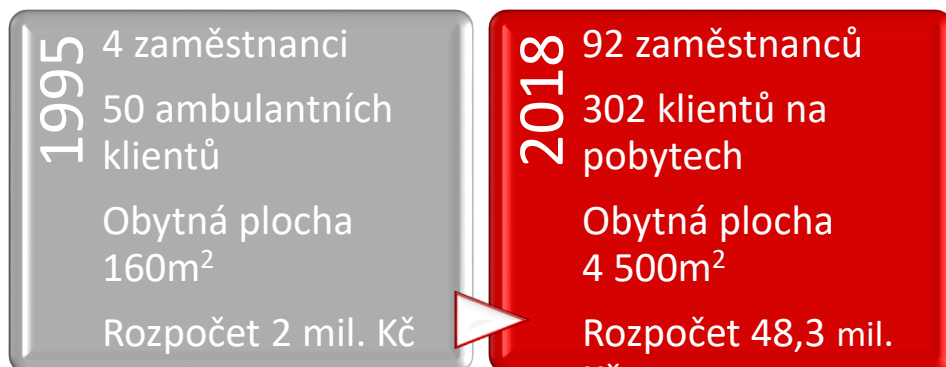
- Ambulantní fyzioterapie
- Posilovna
- Masáže
- Půjčovna kompenzačních a sportovních pomůcek
- Prodej zdravotnického materiálu a pomůcek
- Servis vozíků a pomůcek
- Kavárna
- Hotelové ubytování (i pro veřejnost)

Komunitní projekt Pod Parapletem

Projekt, jehož hlavním cílem je, aby se v něm bavili, něco se dozvěděli, učili a potkávali jak klienti, tak veřejnost. Centrum Paraple nabízí aktivity pro děti i dospělé – besedy, tematické večery, zdravotní cvičení a další.



Centrum Paraple v číslech



Kolik stojí každodenní péče o klienty Centra Paraple?

Roční rozpočet Centra Paraple činí více než 40 milionů korun. Přibližně polovina nákladů je hrazena z darů jednotlivců a firem.



*předběžné termíny

Stěžejní milníky Centra Paraple

- **Červen 1993** – Svaz paraplegiků otevírá v pronajaté části školky v Praze Měcholupech Centrum informací a pomoci pro vozíčkáře s poškozením míchy. Jde o 2 kanceláře a sociální zázemí, přislíbeno výhledové získání celého objektu do pronájmu. **Ředitelkou Centra se stává PhDr. Alena Kábrtová**, oblast fyzioterapie a ergoterapie zajišťuje a rozvíjí Zdeňka Faltýnková.
- **Prosinec 1993** – zástupci občanského sdružení Svaz paraplegiků Ing. Bohumil Kábrt, Alena Kábrtová a Jan Kašpar požádali Zdeňka Svěráka, Olgu Havlovou a další spřátelené osobnosti o pomoc při vybudování centra na pomoc vozíčkářům s poškozením míchy (tzv. krizová schůzka v Praze).
- **Leden 1994** – **Zdeněk Svěrák** se rozhodl pomáhat při zajištění nového centra a přichází s myšlenkou vybudovat společně Centrum Paraple.
- **Květen 1994** – Zdeněk Svěrák v přímém přenosu pořadu České televize nazvaném **Dobročinná akademie** žádá veřejnost o podporu při vybudování Centra Paraple na pomoc lidem s poškozením míchy.
- **Říjen 1994** – **Zdeněk Svěrák společně se zástupci Svazu paraplegiků a pozvanými hosty – Olgou Havlovou, Jaroslavem Uhlířem a dalšími společně otevírají poradenské a rehabilitační centrum pro vozíčkáře po poškození míchy, Centrum Paraple.** V pronajaté části budovy jeslí v Praze 10, v Ovčáрске ulici se začalo budovat pracoviště respektující klienta a reagující svou činností na jeho individuální potřeby. Cílem bylo pracoviště, poskytující klientům komplexní službu – poradenství a sociální rehabilitaci a současně modelové pracoviště, dokazující, že přístup, kdy odborní pracovníci a klient („pacient“) mají a mohou být v procesu komplexní rehabilitace rovnocennými partnery.
- **Rok 1998** – pro činnost Centra Paraple se podařilo získat budovu jeslí do vlastnictví.
- **Rok 1998 – 2000** - přestavba budovy pro potřeby Centra Paraple. Vzniklo nové rehabilitační i kancelářské zázemí, 9 pokojů s 22 lůžky, kavárna, bazén, dílna, klubovna pro klienty spojená s PC učebnou.
- **Rok 2009** – přístavba křídla budovy, přibýlo dalších 5 pokojů s 11 lůžky, velká tělocvična, velká dílna, potřebná k údržbě domu a k úpravě a opravám pomůcek, posilovna, samostatná PC učebna, konzultační místnosti, sklady a další místnosti.
- **Duben 2010** – slavnostní **otevření dostavěné budovy**, která nově nabízí celkem 14 pokojů s kapacitou až 36 lůžek.
- **Srpen 2010** – oficiálně zaregistrována obecně prospěšná společnost Centrum Paraple, o.p.s., založena společně zakladateli Zdeňkem Svěrákem a občanským sdružením Svaz paraplegiků.

- **Červen 2013** – PhDr. Alena Kábrtová odchází po 19 letech z funkce ředitelky Centra Paraple. V letech 2013 – 2015 se na základě výběrových řízení ve funkci vystřídali dva manažeři.
- **Březen 2015** – ředitelem Centra Paraple se stává **Mgr. David Lukeš** a začíná novou etapu jeho činnosti, zaměřenou na podporu klientů při hledání cest k seberealizaci a řešení problémů, které jim život na vozíku přináší.

Více informací na www.paraple.cz nebo www.facebook.com/paraple.cz/