



PRESSKIT

CENTRUM PARAPLE POMÁHÁ VÍCE NEŽ 30 LET

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

Každý rok v České republice dojde k poškození míchy přibližně u dvou set osmdesáti lidí, sto osmdesát z nich pak zůstává na vozíku. Příčiny jsou úrazové i neúrazové. 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 se pohybuje kolem padesáti pěti let, přičemž 70 % postižených jsou muži.

Služby centra reagují na specifické potřeby člověka po 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 (spinální jednotky a rehabilitační ústavy) a podporuje vzájemnou spolupráci všech zapojených subjektů.

Stovka zkušených zaměstnanců, externistů a dobrovolníků zajišťuje provoz sociálně-zdravotních služeb. Tým odborníků je složený ze sociálních pracovníků, psychologů, ergoterapeutů, instruktorů nácviku soběstačnosti, fyzioterapeutů, pohybových terapeutů, zdravotníků, osobních asistentů a dalších spolupracovníků.

Ředitelem Centra Paraple je od roku 2016 David Lukeš.

Centrum Paraple by nevyrostlo bez velké snahy zakladatelů, všech podporovatelů, skvělých zaměstnanců a dobrovolníků.



Pomáháme najít cestu dál.

JAK?

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

Všechny služby jsou poskytovány s respektem k člověku jako jedinečné bytosti s vlastním příběhem, myšlenkami, chováním a životním stylem a jsou přizpůsobovány potřebám klientů. Hlavní poskytovanou službou je sociální rehabilitace.

POBYTOVÁ SLUŽBA SOCIÁLNÍ REHABILITACE

Třítýdenní pobyt v Centru Paraple je určen pro klienty starší patnácti let, kteří mají v důsledku náhle vzniklého poškození míchy sníženou kvalitu života a chtějí tuto situaci změnit. Odborný tým vytváří spolu s klientem individuální plán jeho rozvoje a pracuje s ním formou case managementu. Společně řeší vše, co život s míšním poškozením přináší, ať už se jedná o prevenci zdravotních komplikací, péči o tělo, sebeobsluhu a soběstačnost, výběr a nastavení kompenzačních pomůcek, mezilidské vztahy, zaměstnání, vzdělávání, či trávení volného času. Cílem je celková adaptace klienta na život s míšním poškozením tak, aby vnímal svůj život jako hodnotný a naplněný. Ke spolupráci mohou být přizváni i lidé z blízkého okolí klienta, zejména rodina či pečující osoby.

V roce 2023 se uskuteční třináct turnusů, vždy určených pro maximálně dvacet klientů současně. Klientům je poskytována čtyřiašedesetihodinová asistenční a zdravotnická péče. Pobyt mohou v případě potřeby absolvovat opakovaně.

TEMATICKÉ PROGRAMY

Týdenní programy realizované v Centru Paraple i mimo něj jsou zaměřené na vyzkoušení pohybových aktivit a nabídku možností trávení volného času.

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

V roce 2023 se uskuteční šest programů se zaměřením na cyklistiku, vyzkoušení rozličných druhů sportovních aktivit či výlety.



DALŠÍ SLUŽBY

- Ambulantní fyzioterapie
- Ergoterapeutická poradna
- Posilovna
- Půjčovna kompenzačních a sportovních pomůcek
- Prodej zdravotnického materiálu a pomůcek
- Servis vozíků a pomůcek
- Kavárna

ODBORNÉ PRACOVÍŠTĚ A PARALAB

Z práce s klienty centrum čerpá nová rozvojová témata, spolupracuje na nich s odborníky v rámci výzkumů a studií či pořádáním odborných akcí a také vytváří inovativní postupy a metody pro práci se svou cílovou skupinou. Získané zkušenosti jsou předávány studentům zdravotních a sociálních oborů a odborníkům v rámci spinálního řetězce. U laické veřejnosti je rozšiřováno povědomí o problematice míšní léze.

„Laboratoř“ ParaLab řeší odborná témata, kterým se Centrum Paraple věnuje a rozvíjí je většinou již od svého vzniku. Jde o oblasti, které přesahují standardně poskytované služby. Vybraná témata ParaLabu pro rok 2023 jsou: sexualita, vertikalizace a chůze, respirační problematika – dech.

KOLIK STOJÍ KAŽDODENNÍ PÉČE O KLIENTY CENTRA PARAPLE A JEHO PROVOZ

Roční rozpočet Centra Paraple činí bezmála sedmdesát milionů korun. Náklady na jednoho klienta během třítydenního pobytu se čtyřicetihodinovou péčí jsou dvě stě tisíc korun. Přibližně polovina všech nákladů je hrazena z darů jednotlivců a firem.

MILNÍKY V EXISTENCI CENTRA PARAPLE

- **ČERVEN 1993**

Svaz paraplegiků otevírá v pronajaté části školky v Praze-Horních Měcholupích Centrum informací a pomoci pro vozíčkáře s poškozením míchy. Jde o dvě kanceláře a sociální zázemí, výhledově bylo přislíbeno získání celého objektu do pronájmu. Ředitelkou se stává psycholožka Alena Kábrtová, oblast fyzioterapie a ergoterapie zajišťuje a rozvíjí Zdenka Faltýnková.
- **PROSINEC 1993**

Zástupci občanského sdružení Svaz paraplegiků 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 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 začíná vznikat pracoviště respektující klienta a reagující svou činností na jeho individuální potřeby. Cílem bylo vytvořit pracoviště poskytující klientům komplexní službu – poradenství a sociální rehabilitaci a současně modelové pracoviště dokazující, že přístup, kdy odborní pracovníci a klient mají a mohou být v procesu komplexní rehabilitace rovnocennými partnery, je možný.
- **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, devět pokojů s dvaceti dvěma lůžky, kavárna, bazén, dílna, klubovna pro klienty spojená s počítačovou učebnou.
- **ROK 2009**

Přístavba nového křídla budovy – přibýlo dalších pět pokojů s jedenácti lůžky, velká tělocvična, dílna potřebná k údržbě domu a k úpravě a opravám pomůcek, posilovna, samostatná počítačová učebna, konzultační místnosti, sklady a další místnosti.

DUBEN 2010

Slavnostní otevření dostavěné budovy, která nově nabídla celkem čtrnáct pokojů s kapacitou až třicet šest 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

Alena Kábrtová odchází po devatenácti letech z funkce ředitelky Centra Paraple. V letech 2013–2015 se na základě výběrových řízení ve funkci vystřídali dva manažeři.

BŘEZEN 2016

Ředitelem Centra Paraple se stává 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.

NAVŠTIVTE WEBOVÉ STRÁNKY CENTRA PARAPLE

 www.paraple.cz

SLEDUJTE CENTRUM PARAPLE NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH

 [@paraple.cz](https://www.facebook.com/paraple.cz)

 [@centrum_paraple](https://www.instagram.com/centrum_paraple)

 [@centrum_paraple](https://www.youtube.com/centrum_paraple)

 www.linkedin.com/company/paraple



Pomáháme
najít cestu dál

PARTNEŘI CENTRA PARAPLE

HLAVNÍ PARTNEŘI



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



VEŘEJNÝ SEKTOR

