
I vozíčkáři mohou aktivně sportovat. Naučí je to v Centru Paraple

I vozíčkáři mohou aktivně sportovat. Naučí je to v Centru Paraple

Poškozením míchy se sice člověku život naprosto změní, mnoha věcí se ale vzdát nemusí. Patří mezi ně například sport. Handicapovaným pomáhá vrátit se ke sportovním aktivitám absolventka FTVS UK Mgr. Lenka Honzátková, DiS., a to nejenom v rámci Centra Paraple, ale i ve spolupráci se svou mateřskou fakultou.

Centrum Paraple je obecně prospěšná společnost, která pomáhá lidem ochrnutým po poškození míchy následkem úrazu nebo onemocnění i jejich rodinám překonat těžkou životní situaci a najít cestu dál. Klientům bezprostředně po úrazu poskytuje intenzivní sociálně-rehabilitační program, kde se naučí sebeobsluze, pohybu na vozíku a dalším důležitým úkonům, po roce pak mohou využít ještě rekondiční program. Tím však pomoc vozíčkářům nekončí, průběžně mohou podle svých potřeb a zájmů absolvovat různě zaměřené programy od autoškoly přes výtvarné a IT kurzy až po sportovní akce.



Handicapovaní mohou provozovat skoro všechny sporty stejně jako zdraví lidé, jediným rozdílem jsou vysoké finanční náklady. Podporu sportovních programů poskytuje Centru Paraple Nadační fond Avast. Handicapovaní hrají floorbal, basketbal, lyžují, plavou nebo dělají cyklistiku. Stačí jen mít speciální pomůcky a naučit se je ovládat. S tím vozíčkářům pomáhá vedoucí úseku sportu Centra Paraple Mgr. Lenka Honzátková, DiS., která vystudovala obor tělesná a pracovní výchova zdravotně postižených na FTVS UK. Kontakt se svou alma mater však nepřerušila ani po nástupu do Paraple.

„Oboustranně přínosná je dlouholetá spolupráce s doktorem Hrušou a Centrem sportovních aktivit zdravotně postižených studentů UK, s katedrou sportu v přírodě či s profesorem Buncem a Laboratoří sportovní motoriky, v níž mohou naši vozíčkáři dvakrát ročně v rámci kurzů zdravého životního stylu absolvovat zátěžové testy,“ vyjmenovává kontakty s FTVS UK Lenka Honzátková.

Klienti Centra Paraple jsou také každoročně zváni na Rektorský sportovní den do podolské loděnice, kde má Centrum sportovních aktivit zdravotně postižených studentů UK svou základnu a kde si mohou vozíčkáři vyzkoušet na začátečnické úrovni různé druhy vodních plavidel. Zároveň má Paraple v loděnici uskladněná speciální kola (handbiky),

neboť přímo kolem areálu vede velmi dobře upravená cyklostezka. Tato kola pak mohou na oplátku používat při různých akcích i handicapovaní studenti UK, protože univerzitní centrum jejich větším množstvím nedisponuje. Vzájemné půjčování pomůcek funguje i u jiných druhů sportů, protože pořízení různě modifikovaných kol, lyží i lodí je finančně velmi náročné.

V Parapleti se uplatní i dobrovolníci

Lenka však není jediná absolventka Univerzity Karlovy ve sportovním oddělení Paraplete. Studium Fakulty tělesné výchovy a sportu má za sebou i Jiří Pokuta, kolega Jakub Krátký pak na této fakultě právě dokončuje magisterský program. Do Centra Paraple dochází i spousta dobrovolníků například z Pedagogické či Filozofické fakulty nebo lékařských oborů. „Z FTVS přicházejí hlavně fyzioterapeuti. Překvapivé je, že přímo z katedry zdravotní tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství se studenti nehlásí, což je škoda,“ konstatuje Lenka Honzátková.

Velká „spotřeba“ dobrovolníků je zejména na docházkové aktivity, neboť je potřeba, aby vozíčkáře do sportovního centra někdo doprovodil a pomohl mu v šatně nebo se sportovním náčiním. Aby si mohl vozíčkář zahrát například kvadruragby, potřebuje dva pomocníky, kteří mu pomohou do upraveného vozíku. „Platit pro tyto účely speciální asistenty není v možnostech Centra Paraple,“ upřesňuje Lenka.

Chtěli byste se stát dobrovolníkem v Centru Paraple? Pak se neostýchejte a svůj zájem dejte vědět na e-mail honzatkova_paraple.cz. Je jedno, který obor studujete, můžete být třeba budoucí právník, učitel nebo ekonom. Zkušenosti, jež v Parapleti získáte, se vám budou určitě někdy v životě hodit.