

## REHABILITAČNÍ POBYT V HLUBOKÉ NAD VLTAVOU

Tato akce se uskutečnila v Park Hotelu\*\*\*\* ve dnech 27.6. – 11.7. 2009 pod záštitou Československé rehabilitační společnosti Dr. Vojty. Koordinátorka celého pobytu Kateřina Maxová a zástupce pro organizaci Daniel Ženíšek nám jsou nejen dlouholetými správnými kamarády, ale také vedoucími, kteří jsou opravdu na svém místě a vždy vše dokáží vyřešit s úsměvem, noblesou a elegancí sobě vlastní.

Celého pobytu se zúčastnilo třináct dospělých účastníků - lidí po Dětské mozkové obrně z nichž velká většina je plně odkázána na používání invalidního vozíku a také převážně plnou pomoc při všech úkonech od osobních asistentů, kterých tu bylo přítomno jedenáct. Na tomto místě je třeba říci, že jejich činnost zde není nikterak jednoduchá. Přesto, ale vždy vše zvládnou s obrovskou profesionalitou, nadšením, překypujícím elánem a za každých okolností nikdy nechybí úsměv. Za to patří všem náš velký obdiv a vřelý poděkování.

Na počátku a pro milé uvítání našeho pobytu přišel mezi nás pán, který uměl vytvářet z nafukovacích balónků nejrůznější zajímavé věci.

První týden našeho pobytu byl intenzivně věnován rehabilitaci a spolu s ní souvisejícím aktivitám. Pod odborným vedením fyzioterapeutky Hany Haplové zde probíhalo denní cvičení reflexní Vojtovou metodou. Díky šikovným rukám našich osobních asistentek tu probíhaly masáže. Dále jsme velice rádi využívali vířivou a masážní vanu Whirpool. Po celou dobu zde byla také možnost Canisterapie s fenkou vlčáka Růženkou a na pomazlení tu byl i voříšek jménem Beny. Někteří z nás pravidelně každý den využívali prostory místního Fitness centra. S radostí jsme rovněž navštěvovali krytý bazén v Českých Budějovicích.

V průběhu prvních dní jsme se také jenom na okamžik rozdělili na dvě skupinky a každá jednotlivě se poté vyšla podívat přímo na prohlídku Státního zámku Hluboká, která je, jak se říká : pohádkovým sídlem utkaným ze snu krásné paní.

Za zábavou chodívali někteří z nás každý pátek do zdejšího Dizzy Dance Clubu na Disco a tanec.

První týden našeho pobytu byl ukončen kadeřnickým salonem a milou návštěvou kadeřnice Pavly Kotrmanové, kterou všichni již známe z předchozích pobytů a pokaždé ji mezi sebou rádi přivítáme. Vždy dokáže vyhovět každému našemu přání a jsme s jejími službami velice spokojeni. Modely účesů se líbí nejen nám, ale následně i našim rodinám a všem známým.

Průběžně jsme každý dle svého zájmu a přání chodívali na nejrůznější vycházky, např. k rybníku nebo na benzínku, do obchodů na nákupy a podobně. Byli i tací kterým se podařilo vidět při večerních aktivitách poměrně velký místní ohňostroj.

Rovněž tu probíhaly cílené společné rozhovory osobních asistentů - tzv. Reflexe.

Ve volných chvílích účastníků i jednotlivých osobních asistentů tu byla také možnost využití Ergoterapie v níž bylo zahrnuto modelování s plastelínou,

kreslení a vybarvování omalovánek, vystřihování z vystřihovánek a sestavování Perníkové chaloupky a nebo také s pomocí asistenta hrát hry na počítači.

Dále zde byla možnost Muzikoterapie – zpívání při kytáře.

Druhý týden byl hodně věnován nejrůznějším výletům a kulturním akcím.

Zavítali jsme např. na exkurzi do pivovaru v Českých Budějovicích. Prohlédli jsme si tu celý výrobní proces, i celkový provoz a byli nám ukázány i takové prostory kam se běžný návštěvník nedostane. O to více si této jedinečné šance a možnosti považujeme. Na závěr nám byla nabídnuta ochutnávka zdejšího lahodného pivovarského moku.

Uspořádán byl také pěší putovní výlet do nedalekého Hippocentra Vondrov. S obrovským zájmem jsme se rovněž zaposlouchali do výkladu a tak jsme se dozvěděli ledacos zajímavého z historie i ze současnosti právě tohoto místa. Následně jsme si prohlédli všechny koně ve stáji. Někteří z nich ve své době dokonce závodili a dosahovali jedinečných úspěchů.

Poté se konalo pro všechny zúčastněné obrovské překvapení v podobě výletu autobusem na nedaleké letiště Hosín, kde byli pro všechny zájemce připraveny vyhlídkové lety. A tak jsme dostali neopakovatelnou možnost a šanci vidět z ptačí perspektivy, jak Hlubokou tak i Český Krumlov a mnoho jiného. Viditelnost byla opravdu nádherná a zážitky velkolepé.

Po celou dobu zde také bylo přítomno vozidlo záchranné služby. Jeho kompletní vybavenost a funkčnost byla pak všem zájemcům předvedena a ukázána.

Následně jsme ještě navštívili multikino v Českých Budějovicích, kde byl právě promítán kreslený velmi populární film Doba ledová 3 Úsvit dinosaurů. Při shlédnutí této projekce se každý z nás ocitl rázem v okouzujícím světě pohádek. Což, ale nikomu z nás nevadilo a všichni jsme se skvěle pobavili.

Frymbuk, kam jsme podnikly náš další společný výlet je největší hotelový wellness komplex v České republice. Zde jsme navštívili aquacentrum. Někteří z nás si tu např. nejen zaplavali, ale vyzkoušeli si i vířivku, divokou řeku a jízdu na tobogánu a mnoho dalších možností. Také zde byla možnost občerstvení v příjemném prostředí, celou atmosféru tu také dokreslovalo velké akvárium ve kterém se každému z návštěvníků naskytl tichý náhled do překrásného mořského prostředí.

Dalším místem, kam jsme společně přijeli podívat bylo město Český Krumlov. To se zcela právem může pyšnit zápisem do světového, kulturního a přírodního dědictví UNESCO. My jsme tu zhlédli např. nádhernou scenérii řeky Vltavy, kde právě proplouvali vodáci na kánoích.

Navštívili jsme tady též stálou expozici výstavy Jana Saudka v Galerii. Což je známý český fotograf na jehož převážně ateliérových dílech se mohou nejčastěji spatřit téma : ženy, ženské tělo a motivy vztahu ženy a muže.

A abychom nezapomínali, že jsme na rehabilitačním pobytu zašli jsme také zde do léčebného prostředí Solné jeskyně. Všichni jsme si tu provětrali své plíce a s pocitem, že jsme udělali další správný krok pro zlepšení svého zdraví, jsme toto místo opouštěli.

Pro některé z nás byl připraven velice milý osobní dárek od organizátorů této akce v podobě úžasné, nečekané, naprosto netušící a 100 % nádherné jízdy

v kočáře, taženým koněm a řízený kočím. Za tento úchvatný a neopakovatelný zážitek, bych chtěla já osobně ještě jednou touto cestou velmi mnoho poděkovat. Takto velkolepě a pro dnešní dobu již ne tak tradičně jsme dojeli přímo před ZOO Ohrada v Hluboké nad Vltavou. Ta se stala jedním z dalších zajímavých objektů kam jsme při svých cestách za zajímavostmi jihočeského kraje také zamířili. Zde se specializují na zvířata Evropy a klimaticky mírné části Asie, zejména ale na druhy fauny České republiky. Nechybí tu, ale ani představitelé drobnějších druhů zvířat z jiných kontinentů.

Po návratu zpět na hotel nás čekalo ještě velice milé a zábavné představení od kulturní společnosti Alfa a tanečního divadla Na tenkém ledě, kteří nám zahráli taneční komedii v představení \* Barmanky \*

Poslední večer celého našeho pobytu přijeli přímo sem mezi nás šermíři. Jejich vystoupení v podobě zručnosti se zbraněmi, ukázkou soubojů, poté vystoupení s prapory a nakonec výstřel z kanónu to bylo naprosto úžasné.

Celá tato akce se nám všem velmi mnoho líbila a všichni jsme se obohaceni o spoustu nových a skvostných nezapomenutelných zážitků vraceli zpět domů.

Na tomto místě patří naše veliké poděkování všem sponzorům, kteří podporují tolik potřebnou a blahodárnou činnost, jakou jsou právě pro nás všechny tyto rehabilitační pobyty. Této Vaší pomoci si všichni nesmírně vážíme a plnou měrou ji oceňujeme. A to proto, že tyto všechny složky po spojení dohromady nám dávají daleko větší možnosti a šance na postupné či následně trvalé zlepšování našeho zdravotního stavu. A tím se nám stále zvyšují náhledy do budoucna na lepší zařazení do společnosti a ještě kvalitnější život.

**Svatoslava Klementová**