

*Můj život po Hrabyni
aneb
Půl roku v reálném světě*

Martin Škarpa



Obsah přednášky

1. Úvod
2. V ústavu
 - 2.1. Zklamání realitního agenta
 - 2.2. Mobilizace
3. Opuštění skleníku aneb Srážka s realitou
4. Papírová válka
5. Kam s ním?
6. Nástrahy velkoměsta
 - 6.1. Městským tankodromem aneb Jízda zručnosti
 - 6.2. Zámková dlažba a dlažební kostky
 - 6.3. Sklony nájezdových ramp, boční sklony chodníků a cest
 - 6.4. Zatravňovací dlažba
 - 6.5. Schodišťové plošiny
 - 6.6. Nakupování
 - 6.7. MHD
 - 6.8. Restaurace
7. Hitparáda omylů aneb Hajzlíková tragedie
8. Aktuální stav



1. Úvod

Jak už název napovídá, v následující přednášce se nedozvíte žádné převratné novinky ani vědecké poznatky. Přesto si myslím, že přednáška bude přínosná a odkryje vám trochu jiný pohled na svět a věci kolem vás, které jsou ve skutečnosti často jinak, než jak se na první pohled zdají být. (📖1)

Tato přednáška není jen o bariérách, tato přednáška je částečně také příběh. Příběh ze života o cestě, kterou jsem za toho půl roku od propuštění z RÚ ušel a s čím jsem se na ní setkal. Proto se dotknu také problematiky vyřizování soc. dávek, hledání bytu, rehabilitace, bariér atd.

Během vytváření přednášky jsem zjistil, že témat je spousta a s každým dnem narážím na nové podněty, které stojí za to zmínit.

V průběhu celé přednášky uvažuji, co jsem schopen zvládnout sám, bez cizí pomoci.

Považuji se v rámci vozíčkářů spíše za schopnějšího, spousta je jich na tom mnohem hůře, takže pokud se někde dostávám do potíží já, je to opravdu problém, kterému je potřeba věnovat pozornost.

2. V ústavu

Přestože se přednáška jmenuje „Můj život po Hrabyni aneb Půl roku v reálném světě“ musím se na začátek vrátit ještě k pobytu v rehabilitačním ústavu. Přesněji řečeno do jeho druhé poloviny, kdy již i mně bylo definitivně jasné, že ústav opustím na vozíku a tudíž se nemohu vrátit do svého stávajícího bytu, ke kterému nevede výtah, za to k němu vede poctivých 81 schodů

V této fázi jsem však neměl ani vozík ani byt, což bylo nutné bezpodmínečně vyřešit před opuštěním rehabilitačního ústavu. Nakonec to nebylo tak jednoduché, jak se na první pohled zdálo, a i díky tomu se můj pobyt v ústavu o tři týdny prodloužil.



2. V ústavu

2.1. Zklamání realitního agenta

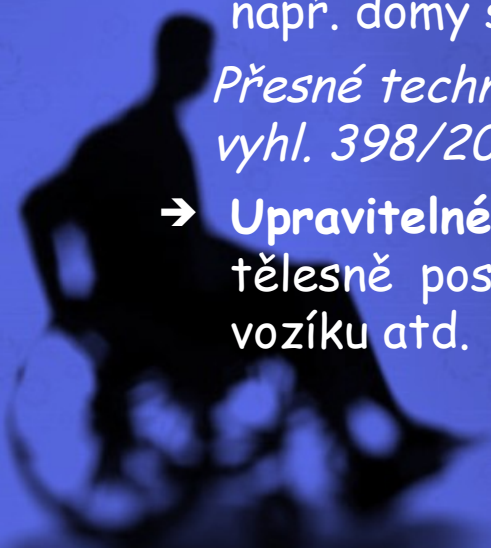
Bezbariérové byty:

*"Byty zvláštního určení jsou byty zvlášť upravené pro bydlení zdravotně postižených osob a byty v domech zvláštního určení."
(občanský zákoník §685)*

- **Byty zvláštního určení** - zvlášť upravené pro bydlení zdravotně postižených osob. Nachází v domech, kde většina bytů bezbariérová není, upravený je pouze jeden nebo několik málo bytů.
- **Byty v domech zvláštního určení** - domy kompletně bezbariérové, např. domy s pečovatelskou službou

Přesné technické požadavky na byt zvláštního určení pak upravuje vyhl. 398/2009 Sb.

- **Upravitelné byty** - byty, které bez STAVEBNÍCH úprav mohou sloužit tělesně postiženým osobám. Dostatečný prostor pro manévrování na vozíku atd.



2. V ústavu

2.1. Zklamání realitního agenta

Počátky shánění bydlení byly ve znamení euforického nadšení, neboť přítel „Strýček Google“ ,který ví všechno, a realitní kanceláře na mě vyplivly desítky nabídek, ceny rozumné, stačilo si prostě jen vybrat. Postupně mé nadšení chladlo, jelikož každý z bytů měl nějakou „bariérovou mouchu“ ne-li přímo masařku. Většinou jsem ji objevil až při prohlížení fotodokumentace bytu, což zabralo dost času (upřímně řečeno promarnil jsem takto zbytečně tři týdny).

Závěr z hledání bytu na internetu je následující:



Co si pod pojmem „bezbariérový byt“ představují lidé a realitní kanceláře?

Bezbariérový byt...

- Je byt, ve kterém jsou vytrhány prahy.
- Je byt s úzkými chodbami a 60cm dveřmi
- Může klidně být ve zcela bariérovém okolí, extrémem byl „bezbariérový byt“ nalézající se v domě, do kterého nebyl bezbariérový přístup!!!

Čekal jsem, že najdu něco z kategorie upravitelných bytů. Bytů bez madel, ale s dostatečným prostorem. Co jsem našel?

Pro účely přednášky jsem během 15 minut našel na internetu několik odstrašujících příkladů tzv. Bezbariérových bytů.



Odstrašující příklad 1 - kuchyně

- Nedostatek manévrovacího prostoru.
- Nemožnost zajet nohama pod linku.
- Nedostupné zadní plotýnky sporáku.
- Nedostupné horní skříňky



Odstrašující příklad 2 - koupelna poprvé

- Stavebně je zabráněno možnosti zajet nohama pod umyvadlo, tzn. Ruce bych si musel umývat v předpažení.
- V zrcadle bych mohl pozorovat maximálně své čelo



Odstrašující příklad 3 - balkón

→ Práh a šířka dveří představuje dost podstatnou bariéru



FGreality®

Odstrašující příklad 4 - záchod

- Úzké dveře
- Dveře otvírající se dovnitř
- Není možné se tam vejít s vozíkem a už vůbec ne za sebou zavřít.



Odstrašující příklad 5 - koupelna podruhé

- Bez komentáře!!! Takhle vyřešenou koupelnu by nechtěla mít ani většina zdravých lidí, kterým jsem tuto fotku ukázal!
- Jediná výhoda je z hlediska hygieny: cestou na záchod i ze záchodu musí vozíčkář nutně prolézt vanou a tudíž není nutný bidet:)



Jak je to s tedy s bezbariérovými byty? Existují, ale...

- Jsou v nových rezidencích a bezbariérovost je nutno zaplatit. Bohužel místo, aby byly tyto byty dostupnější, jsou často naopak daleko dražší. Nájem 17 000 Kč měsíčně za 2+1 považuji za silnou kávu pro slušně vydělávající bezdětný pár, natož pro jednotlivce navíc čerstvě propuštěného z ústavu, musejícího řešit byt, auto, dávky, vozík, případně další pomůcky pro svoji existenci.
- Chybí větší výběr. Bud' jsou to byty příliš velké(drahé) nebo naopak malé (levné). Ovšem byt s 1+1 (1+kk) s 24m² není pro aktivního jedince nic moc. Z vlastní zkušenosti mohu říci, že se v něm dá žít, ale neustále do něčeho narážím. Přeci jen potřebuji více prostoru na manévrování. Pro případnou práci z domu a zřízení, když ne pracovny, tak aspoň pracovního koutku, kde bych mohl roztáhnout výkres A0, naprosto nedostatečný.



2. V ústavu

2.2. Mobilizace

Druhá věc po bydlení, kterou bylo nutno zařídit před opuštěním ústavu, byl vozík.

Požadavky na vozík:

- Manévrovatelnost
- Pevnost
- Tuhost zatížení 100kg
- Nízká hmotnost



Aktivní vozík s pevným rámem

Pár poznatků a úvah o výběru vozíku

- Když jsem vybíral vozík měl jsem o 7kg více a měl oteklé nohy
- Potřebnou šíři 46cm, kterou jsem tehdy potřeboval, nebylo možno vyzkoušet. Běžné testovačky byly v šíři 42-44cm. Ty jsem mohl otestovat, ale ne dlouhodobě s ohledem na čerstvě doléčený dekubit.
- Podobná situace byla i se sedáky

- Pacient si vybírá vozík v ústavu, aby měl na čem odjet domů
- Po opuštění ústavu se většinou změní postava. Někdo jako já zhubne, jiný na domácí stravě přibere
- Z toho vyplývá fakt, že během půl roku až roku sedí na vozíku nevyhovujícím zcela jeho postavě.
- Během půl roku taky zjistí, že pohyb ve městě je něco jiného než pohyb po chodbách ústavu a možná by zvolil vozík úplně jiný.



3. Opuštění skleníku aneb Srážka s realitou

Dne 10.4.2012 jsem byl po pěti měsících propuštěn z RÚH a vrátil jsem se do Ostravy. Začal tvrdý střet s realitou.

Ač se za poslední léta udělalo mnoho a situace je bez diskuze mnohem lepší než třeba na konci minulého století, stále to má k ideálu daleko. A o tom je druhá část přednášky.

Možná by se někdo zeptal: „Proč skleník?“ Na toto existuje jednoduchá odpověď. Řekneme-li o nějakých podmínkách, že jsou skleníkové, máme tím na mysli podmínky optimální.

V ústavu jsou chodby široké, stejně jako dveře, výtahy prostorné, koupelny a WC přizpůsobené, nikde žádná překážka. Pod jednou střechou jsou i potraviny, textil, kavárna, cukrárna, restaurace, pošta a plavecký bazén.

I okolí je uzpůsobeno pro pohyb na vozíku, za pěkného počasí není problém dojet bez větší překážky až k památníku II. světové války.

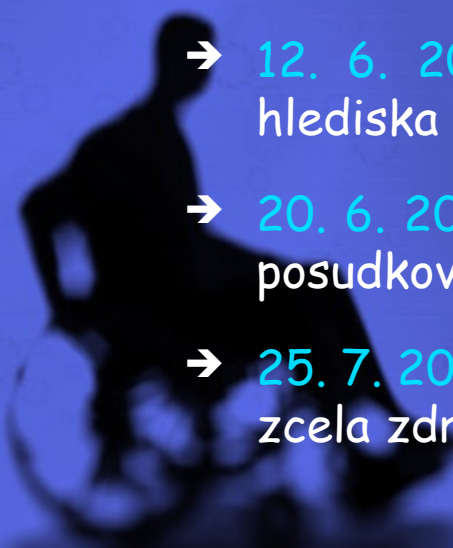
Dosažitelnost opavského Globusu je vcelku bezproblémová. V mezích možností ideální stav... je to prostě „vozíčkářský skleník“...tohle už nikde jinde nefunguje.

4. Papírová válka

Hned druhý den po propuštění byla podaná žádost o příspěvek na péči a příspěvek na mobilitu. V rámci tohoto procesu se posuzuje zdravotní stav, stupeň závislosti. A následně se vydává průkaz OZP.

Jak jsem vyřizoval příspěvek na mobilitu, péči a průkaz ZTP/P

- 11. 4. 2012 - byla přijata žádost o přiznání příspěvku na péči a na mobilitu
- 22. 5. 2012 - jsem obdržel informaci o přerušení řízení než bude provedeno místní šetření (pro zajímavost datum na oznámení je 7.5.2012, datum na razítku 21.5. 2012)
- 12. 6. 2012 - proběhlo místní šetření, kde jsem byl posouzen z hlediska dnes zkoumaných 10 kritérií
- 20. 6. 2012 - jsem obdržel dopis s dalším přerušením, než se vyjádří posudkoví lékaři (vyřizováno 12.6.2012, razítko 19.6. 2012)
- 25. 7. 2012 - Z hlediska příspěvku na péči jsem byl shledán prakticky zcela zdravý (I. stupeň závislosti - příspěvek 800Kč)



4. Papírová válka

- 17. 8. 2012 - Byl mi přiznán příspěvek na mobilitu ve výši 400Kč měsíčně (vyřizováno 6.8. 2012, razítko 15.8. 2012)
- 22. 8. 2012 - předal jsem fotku na průkaz ZTP/P
- 20. 9. 2012 - ukončena tato mise, po pěti měsících a devíti dnech jsem obdržel průkaz ZTP/P, který je však platný pouze do konce tohoto roku. Tento den mi byla vystavena i parkovací karta

Při pohledu na průběh vyřizování, zejména na datování dokumentů a data razítek z pošty, se nutně nabízejí úvahy jestli je na úřadech opravdu takový chaos, že trvá 14 dní než se vyřízený dopis dostane na poštu(pak se není čemu divit, že to trvá mnohem déle, než by mělo) nebo se data uvádějí tak, aby se nepropásla lhůta. (📖2)



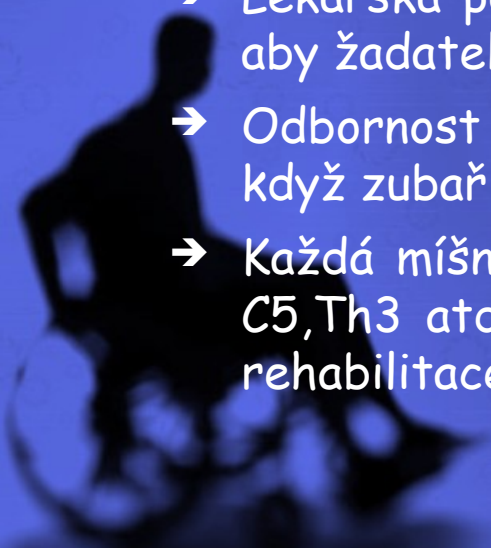
4. Papírová válka - dokončení

Zde je pro zajímavost, vstup na Úřad práce v Ostravě, kam se chodí žádat o příspěvek na péči, mobilitu, zvláštní pomůcku atd. V úřední dny je možno pozorovat vozíčkáře čekající na ulici až s nimi někdo přijde vyřídit jejich záležitosti. Elektrické vozíky dovnitř nelze přetáhnout...



Poznámky k vyřizování sociálních dávek

- Příspěvek na péči, mobilitu a zvláštní pomůcku vyřizuje od letošního roku nově úřady práce a nestíhají to.
- Místní šetření provádí sociální pracovníce (zaměstnankyně úřadu práce), jejíž kvalifikace k posuzování schopností žadatele je přinejmenším diskutabilní. Stav neposuzují ani se k němu nevyjadřují profese jako fyzioterapeut, ergoterapeut.
- Žadatel je posuzován v rámci svého domácího prostředí. Na to, že už dva metry za dveřmi svého upraveného bytu může být sám zcela neschopný samostatné existence se nějak nebere ohled.
- Lékařská posudková komise provádí své posudky od stolu, bez toho, aby žadatele viděli.
- Odbornost posudkových lékařů lze taky diskutovat. Není nejlepší když zubař či gynekolog v důchodu posuzuje poranění míchy.
- Každá míšňí léze je jedinečná, nelze ji paušálně shrnout pod pojem C5, Th3 atd. Svou roli hrají i ostatní faktory (doba od úrazu, fáze rehabilitace, fyzický stav, stav před vznikem poranění atd).



5. Kam s ním?

Problematika následné rehabilitace vozíčkáře po propuštění z RÚ.

- V Ostravě, která má více než 300 000 obyvatel, lze spočítat možnosti ambulantní rehabilitace na prstech jedné ruky a nikde to navíc není ideální.
- Bezbariérovost není zcela vyřešena ani v nemocnicích. Konkrétně např. ve vítkovické nemocnici je u bazénu zvedák, ale už neexistuje šatna pro vozíčkáře a není možno se ani osprchovat. Rovněž bezbariérové WC není samozřejmostí v každém pavilonu nemocnice.
- Druhým problémem je, ambulantní rehabilitace nemají tolik zkušenosti neurologických diagnóz, protože většina pacientů je jiných diagnóz než neurologických (zlomeniny, náhrady kloubů, bolesti zad...). S tím také souvisí absence vybavení (vertikalizační stojany, zvedáky, motomedy)



5. Kam s ním? - pokračování

Domácí fyzioterapie - může částečně řešit problematiku bariérovosti zdravotnických zařízení.

→ Do 1. 4. 2012 - nebyla domácí fyzioterapie oficiálně možná. Dle 221/2010 Sb. je definováno zdravotnické zařízení domácí péče pouze kontaktní pracoviště všeobecné sestry a pak porodní asistentky. Nikoliv fyzioterapeuta.

→ Od 1. 4. 2012 je umožněna dle 372/2011 Sb. §6 zdravotní péče poskytovaná ve vlastním sociálním prostředí pacienta. Dle §10 patří do této péče i léčebná rehabilitační péče.

→ Zatím nevím, jak se k této problematice staví zdravotní pojišťovny. Je to zatím čerstvé a ne zcela dořešené. Pouze jsem zjistil, že některé kódy např.

- 21 221 cvičení na neurofyziologickém podkladě
- 21 225 analytické cvičení

Jsou omezeny místem výkonu na schválená zdravotnická zařízení a tudíž pro zdravotní péči poskytovanou ve vlastním sociálním prostředí pacienta nepoužitelná. (📖3)

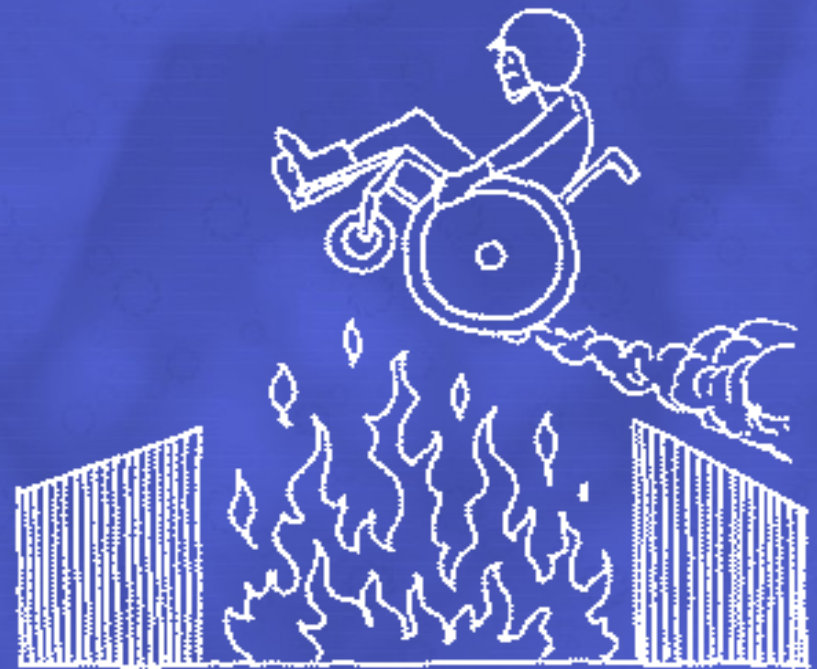


6. Nástrahy velkoměsta

A jsme zase u skleníku...mimo něj je veškerá bezbariérovost jen naoko: často nesmyslná, nedomyšlená, chaotická a nefunkční..

Někdy mi to dokonce připadá, že ohledně bezbariérovosti je situace podobná jako s tvorbou cyklostezek, ty dle mého názoru taky projektují lidé, kteří na kole nikdy nejeli. Stejně jako cyklostezky bezbariérovost zničehonic začíná a zničehonic končí.

Dále mě limituje, že mám rozhled jako osmileté dítě. I dospělý člověk malého vzrůstu 155-160cm vidí přes auta, já ne.



6. Nástrahy velkoměsta

6.1. Městským tankodromem aneb Jízda zručnosti

Již první měsíce provozu ukázaly, že aktivní vozík se sice otočí a dostane skoro všude, ale není úplně nejvhodnější na pohyb po rozbitých chodnících a cestách. Díky malému rozvoru se z něj při větší rychlosti velice snadno nedobrovolně vystupuje směrem vpřed. Záda jsem hodil jen jednou, ale před vozíkem jsem už ležel mnohokrát. (📖4)

Místa jsou chodníky v takovém stavu, že jezdím více po zadních než po všech čtyřech.

Ideálem by bylo mít vozíků několik, jeden obratný interiérový a jeden trochu stabilnější na výlety. Naráží to na dva problémy: peníze a prostor. Těžko si do malého bytu postavím další krám a sklepy se často vykrádají. Takže realizovatelné je to spíše pro někoho, kdo má domek a více prostoru.

Ze stejného důvodu si těžko jako obyvatel paneláku pořídím handbike. (📖5)



6. Nástrahy velkoměsta

6.1. Městským tankodromem aneb Jízda zručnosti



6. Nástrahy velkoměsta

6.1. Městským tankodromem aneb Jízda zručnosti



6. Nástrahy velkoměsta

6.1. Městským tankodromem aneb Jízda zručnosti



6. Nástrahy velkoměsta

6.2. Zámková dlažba a dlažební kostky

- jízda po zámkové dlažbě vyvolává spazmy
- dlažební kostky jsou nerovné
- v zimě pluhy vytrhají dlažební kostky a zbudou díry (📖6)



6. Nástrahy velkoměsta

6.3. Sklony nájezdových ramp a boční sklony cest a chodníků

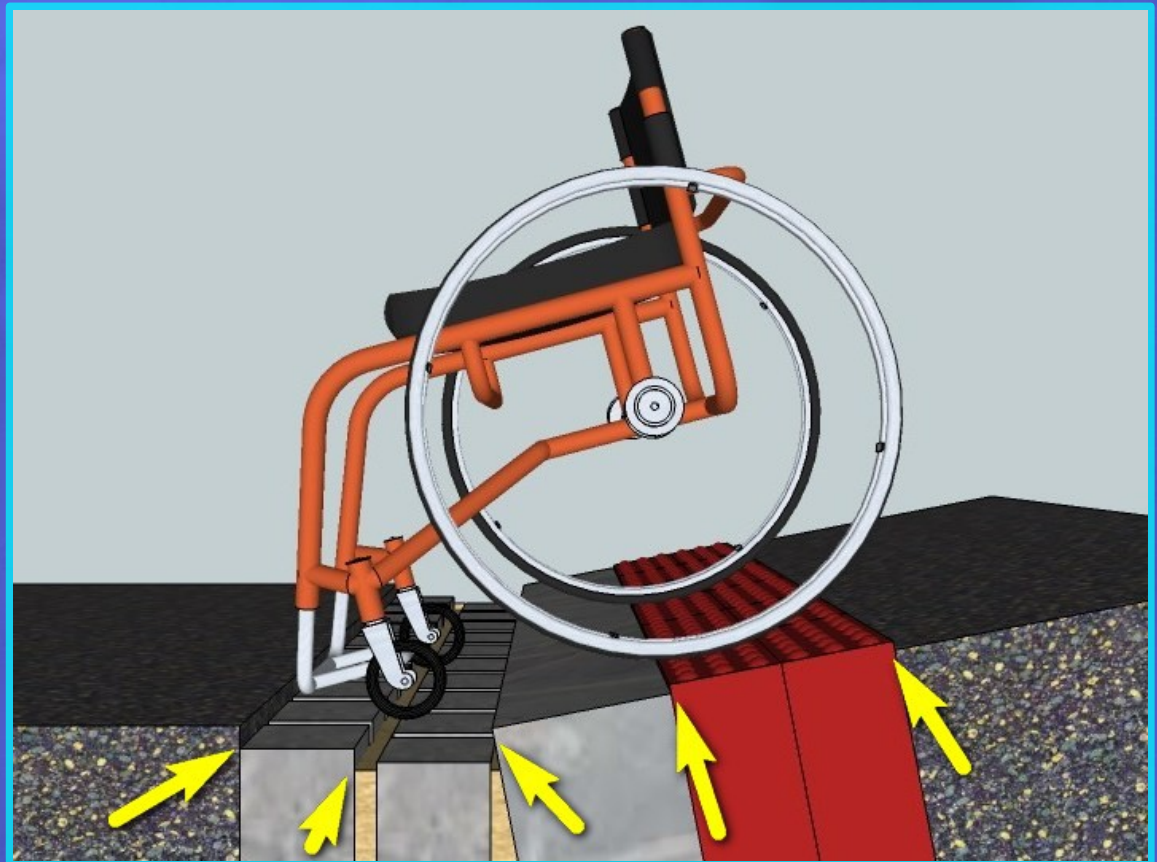
- sklony nájezdových ramp často přesahují povolenou mez, zejména tam, kde jsou dodělány dodatečně a nezbylo na ně dostatek místa
- povolený sklon nájezdové rampy je 6,25%, u ramp kratších než 3m je to 12,5%. Běžně se však pohybují i po sklonech 18-20%.
- 20% sklon to už je na hranici převrácení vozíku směrem vzad, i když jsou prsa přitisknutá ke kolenům.



6. Nástrahy velkoměsta

6.3. Sklony nájezdových ramp a boční sklony cest a chodníků

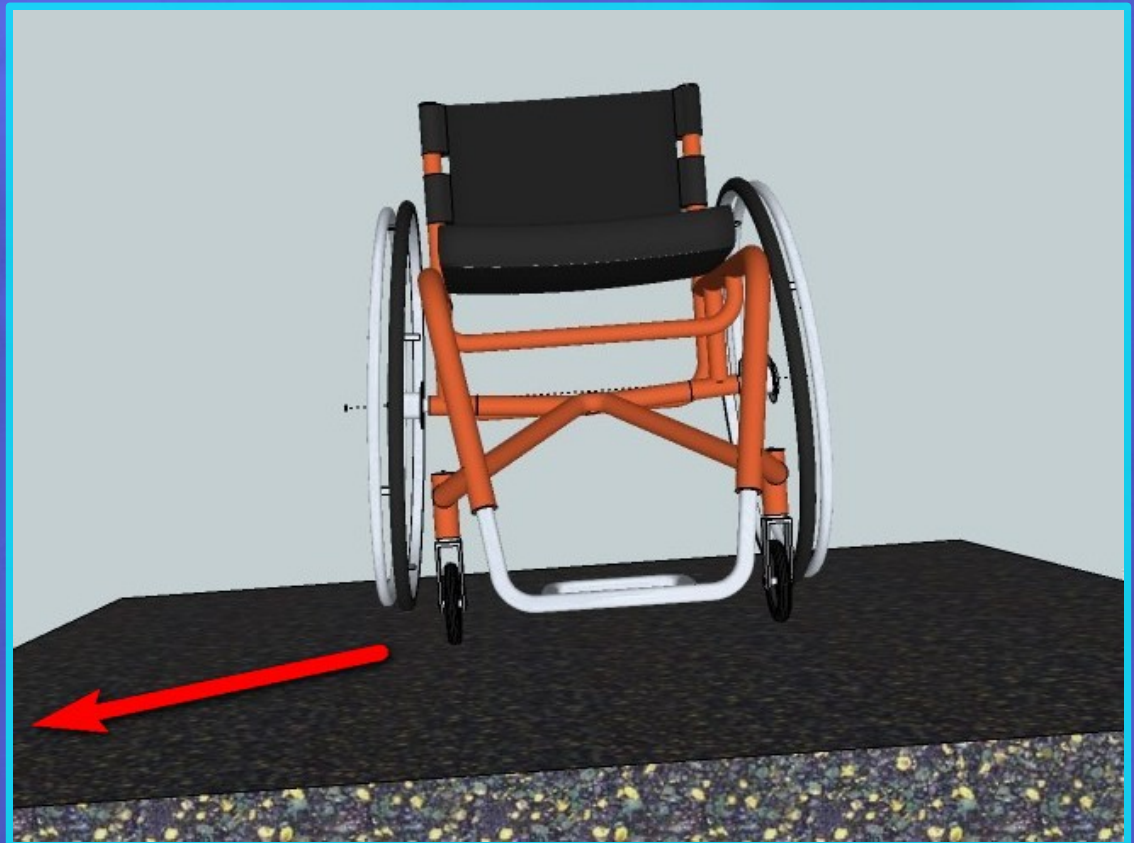
- překročené skony jsou často u přechodů pro chodce. V kombinaci s povolenou hranou 2cm (kterou se často nepovede dodržet) vzniká následující past - pět hran na jednom metru, které mohou zapříčinit pád, v tomto případě do vozovky. (📖7)



6. Nástrahy velkoměsta

6.3. Sklony nájezdových ramp a boční sklony cest a chodníků

- Překročený boční sklon chodníků způsobuje, že vozík citelně „táhne“ na stranu, kterým se chodník svažuje. V praxi to znamená jednou rukou zabírat silněji v případě mírného sklonu, nebo v extrémním případě jednou rukou zabírat a druhou brzdit.



6. Nástrahy velkoměsta

6.4. Zatrávňovací dlažba

→ často používána na parkovištích není z pohledu vozíčkáře nejt'astnějším řešením.



6. Nástrahy velkoměsta

6.5. Schodišťové plošiny

Bezpečnost x použitelnost x člověk nenechavý

- technické zabezpečení a nenechaví lidé udělají z plošiny nepoužitelné zařízení, aniž by bylo poškozeno
- problematika tlačítka TOTAL STOP (EMERGENCY STOP) - plošina má tři místa odkud ji lze ovládat:
 - z horní stanice
 - z dolní stanice
 - z plošiny

každé stanoviště je vybaveno nouzovým vypínačem tzv. červeným hříbkem.



6. Nástrahy velkoměsta

6.5. Schodišťové plošiny – Problematika tlačítka TOTAL STOP

- po stisku tlačítka se většinou odpojuje napájení, plošina zastaví
- po stisku zůstává tlačítko zamáčknuto a má být uvolněno až po pominutí příčiny, proč bylo použito. Tlačítko se uvolňuje pootočením ve směru šipek.



6. Nástrahy velkoměsta

6.5. Schodišťové plošiny – Problematika tlačítka TOTAL STOP

- pokud to lidé neví nebo ho zamačkávají schválně, protože svou barvou a provedením neodolatelně láká, dostaneme se snadno do situace, že stojíme na jednom konci plošiny, ale nevedeme ji do chodu, protože na druhém konci někdo ze srandy zamáčkne hříbek. Bez pomoci někoho, kdo oběhne všechny stanoviště a zkontroluje hříbky a centrální vypínač, se nepohneme. Zařízení je plně funkční a přesto nepoužitelné.
- nenechavci dokáží také poškodit ovládací prvky
- celkově vnímám tyto plošiny jako vhodné někam do budov, nebo někde, kde jsou pod dozorem, případně, kde je někdo povoláný obsluhuje. K jejich dlouhodobému použití v exteriéru, kde jsou na pospas vandalům, jsem skeptický.



6. Nástrahy velkoměsta

6.5. Schodišťové plošiny – Příklad z praxe

Nově zrekonstruovaný podchod u polikliniky v Hrabůvce, v provozu po rekonstrukci zhruba měsíc, hlídáno kamerovým systémem (bohužel v blízkosti diskotéka, herna, pivnice)

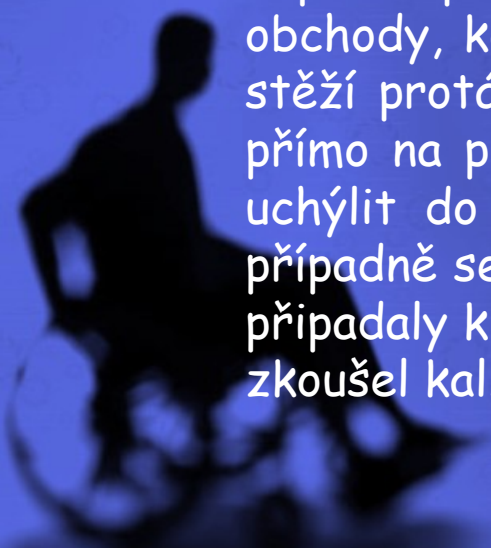
→ několikrát zamáčknutý TOTAL STOP, hlavní vypínač mimo dosah, zničené ovládací prvky, dle mě je jen otázkou času než se v tlačítku se zámkem objeví zápalka (📖8)



6. Nástrahy velkoměsta

6.6. Nakupování

- **Pultový prodej** - pokud vím, co chci a nepotřebuji studovat zboží v obchodě, docela mi vyhovuje pultový prodej. Vše si naskládám u pultu do batohu a nemusím bloudit po prodejně s košíkem nebo vozíkem.
- **nakupování v obchodních centrech** - pokud jde o potraviny, elektroniku atd. je taky celkem bez problémů, příjemné jsou i kryté garáže. Občas na některé zboží nedosáhnu, ale vždy se najde nějaká dobrá duše, která mi ho podá. Uličky mezi regály jsou dost široké
- největší problém je **nakupování oblečení**, tady často začíná neprostupná džungle hned za vchodem do prodejny. Jistě znáte obchody, kde jsou stojany s oblečením tak blízko u sebe, že se tam stěží protáhne štíhlá prodavačka. Trička, mikiny se dají vyzkoušet přímo na prodejně. Horší je to s oblečením, se kterým je nutno se uchýlit do kabinky. Tady často narážím na nedostatečný prostor, případně se do kabinky nedostanu vůbec. Popravdě mnohé kabinky mi připadaly klaustrofobní i jako zdravému člověku. Nejednou jsem tudíž zkoušel kalhoty mezi krabicemi ve skladu.



6. Nástrahy velkoměsta

6.7. MHD

Zpočátku jsem byl nadšený, kolik jezdí po městě nízkopodlažních spojů. Abych byl přesný nakoukl jsem na stránky dopravního podniku:

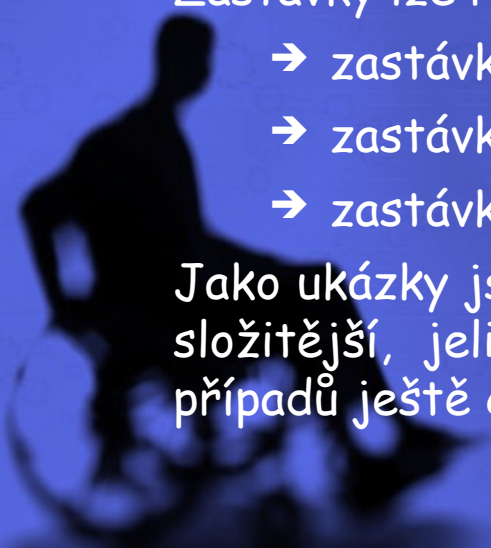
- nízkopodlažních tramvají je 32%
- nízkopodlažních autobusů je 44%
- nízkopodlažních trolejbusů je 66%

Bohužel, jak říkají matematici, nízkopodlažní spoj je nutná, nikoliv však postačující podmínka. K tomu, aby to fungovalo je nutná ještě bezbariérová zastávka.

Zastávky lze rozdělit do třech typů:

- zastávky bez ostrůvků
- zastávky s ostrůvkem, ale bariérovými
- zastávky bezbariérové

Jako ukázky jsou zvoleny tramvajové zastávky, protože u nich je přístup složitější, jelikož mezi kolejemi a chodníkem je v naprosté většině případů ještě cesta.



6. Nástrahy velkoměsta

6.7. MHD - zastávky bez ostrůvků

Na obrázku je příklad konečné tramvaje v Zábřehu. Mezi tento typ patří například také zastávky v centru Elektra, Stodolní....



6. Nástrahy velkoměsta

6.7. MHD - zastávky s ostrůvky, ale bariérovými

Na obrázku je příklad zastávka tramvaje Krajský úřad. Na ostrůvek nevede nájezd, ani přechod.



6. Nástrahy velkoměsta

6.7. MHD - bezbariérové zastávky

Jedná se zpravidla o zastávky nově vzniklé nebo rekonstruované v posledních létech.



6. Nástrahy velkoměsta

6.7. MHD - nastínění další problematiky

- Zatím byly uvažovány pouze tramvajové zastávky.
- V případě cestování s přestupem se snadno dostaneme do situace, že v nejvhodnějším přestupním bodě nejsou obě zastávky bezbariérové.
- U tramvajových zastávek je sice nutno nejdříve překonat cestu, ale zase je kolejemi pevně dána vzdálenost, ve které zastavuje tramvaj od ostrůvku, takže je-li zastávka bezbariérová, vždy jde plošinu sklopit na ostrůvek. U autobusů tohle neplatí, hlavně ve špičce, když stojí na zastávce více autobusů, nebo když tutéž zastávku využívají dálkové autobusy. Autobus MHD nemá dost prostoru zajet dostatečně blízko, protože předpokládá, že při výjezdu bude muset opět objet dálkový autobus, který stojí v zastávce déle.
- Předchozí bod může být často taky chybou řidiče. Situace, kdy je řidič zcela bezmocný nastává v zimě, kdy se přes odhrnutý sníh prostě dostatečně k chodníku nedostane.
- lidský faktor - ochota některých řidičů je opravdu úžasná, naštěstí většinou narážím na usměvavé a ochotné řidiče.
- a něco pozitivního na závěr: ve skutečnosti jezdí po Ostravě více nízkopodlažních spojů, než je uvedeno v jízdním řádu, ale pouze u označených je jistota, že opravdu přijedou. (📖9)

6. Nástrahy velkoměsta

6.8. Restaurace

Návštěva restaurace je pro spoustu lidí téměř každodenní záležitostí. Zejména pro lidi, kteří odskakují do restaurace z práce na polední obědové menu nebo pro lidi, kteří hodně cestují nebo se jen rádi často scházejí s přáteli. Proto se i tomuto tématu budu chvíli věnovat z pohledu vozíčkáře.

Pro začátek budu předpokládat, že restaurace má bezbariérový přístup (což není zdaleka všude) a že má také odpovídající WC (problematice WC se budu podrobně věnovat v následující kapitole). Dalším předpokladem je, že si není schopný vozíčkář přesednout.

Tento text vznikl za teplého babího léta, tak si pár příkladů, co může vozíčkáře zaskočit, ukážeme na letních zahrádkách, které jsou od jara do podzimu na každém kroku. Ukázky jsou sice z letních zahrádek, ale platí stejně i pro vnitřní prostory restaurací.

Prvním problémem je nedostatečný prostor mezi stoly druhým problémem jsou stoly samotné.

6. Nástrahy velkoměsta

6.8. Restaurace - příklad 1

- Posed osoby sedící na vozíku je oproti osobě sedící na židli o 10 až 20 cm vyšší (v závislosti na konkrétní židli a vozíku).
- Deska označená na obrázku šipkou může znemožnit zajet nohami pod stůl (zase záleží na souhře výšky stolu, vozíku, mohutnosti nohou vozíčkáře atd.)
- Pokud nemá stolová deska značný, cca 30cm přesah, zůstane vozíčkář příliš daleko od stolu na to, aby se pohodlně najedl. Dá se to, ale chceme jíst jako normální lidi, chod'áci si taky nesesnou dobrovolně půl metru od stolu, tak to po nás nechtějte.



6. Nástrahy velkoměsta

6.8. Restaurace - příklad 2

- V předchozím příkladě byl problém deskou nahoře, nyní je tento problém dole.
- V předchozím případě měli šanci vozíčkáři menších a drobnějších postav, že se pod stůl vejdou. Tady však narazí všichni stejně.
- Vyplývající problematika je stejná jako u předchozího příkladu.



6. Nástrahy velkoměsta

6.8. Restaurace - příklad 3 - lavičky

- S tím to řešením se setkáváme převážně venku, ale vyjimečně i ve vnitřních prostorách.
- Není možnost dostat se rozumně ke stolové desce.
- Když upustíme od předpokladu, že si osoba není schopna přisednout, stále zůstávají dva problémy:
 - Nebezpečí dekubitů na tvrdém dřevě, jedině dát si pod sebe svůj sedák z vozíku.
 - Nebezpečí spasmů. Osobám trpícími silnými spasmy bych přisednutí na lavičku bez opěradla rozhodně nedoporučil, hrozí příliš velké riziko pádu.



6. Nástrahy velkoměsta

6.8. Restaurace - příklad 3 - lavičky

- V prvním případě není, jak se dostat ke stolové desce. Po přesednutí nebezpečí pádu.
- V druhém a třetím případě nehrozí riziko pádu, za to přesun na lavičku by byl velmi obtížný.
- Někdy se dá dostat relativně blízko ke stolové desce z boku, bohužel v tom místě bývá obvykle nevelký průchod pro obsluhu nebo konec zahrádky (dole)



7. Hitparáda omylů aneb Hajzlíkova tragédie ...

Tato kapitola se věnuje místu, o kterém se říká, že tam i císařpán chodí sám. Chtě nechtě, sem tam tam musíme všichni. Z pohledu vozíčkáře se tato malá, ale veledůležitá místnost, stává podstatnou součástí plánování, ať už jde o volbu restaurace na večeři nebo celodenní výlet.

Je potřeba si uvědomit, že přijít na místo plánované akce (firemní večírek, rodinná oslava, posezení s přáteli) a zjistit, že bezbariérové WC je mimo provoz je podstatné narušení plánu, protože nemohu jít na dámy nebo naopak.

Bezbariérová WC nerostou jako houby po dešti, najít jiné může být problém nejen časový. V případě, že jsem měl potřebu jít na WC hned po příchodu, to znamená konec akce dříve než začala (pomineme-li nějaké krajní techniky, jako cévkování v úklidové komoře, které stejně nevyřeší problém jít na velkou).



7. Hitparáda omylů aneb Hajzlíkova tragédie ...

Hlavní problémy:

- záchod má nedostatečné rozměry
- záchod je využíván i jinak např. jako sklad, úklidová komora atd.
- jelikož se tak „často“ nepoužívá vážne tam úklid, doplňování toaletního papíru atd.
- dispoziční řešení záchodů
- technický stav
- nevhodné vybavení

Následuje trocha teorie a poté praktické ukázky.

Na ukázkových fotografiích si všimněte i drobností. Například, kde je štětka na mytí záchodu, jaké odpadkové koše jsou použity a kde jsou umístěny.



7. Hitparáda omylů aneb Hajzlíkova tragédie ...

Základ, co by mělo bezbariérové WC splňovat dle vyhlášky 398/2009 Sb. Detailně viz vyhláška.

- Záchodová mísa musí být osazena v osově vzdálenosti 450 mm od boční stěny. Mezi čelem záchodové mísy a zadní stěnou kabiny musí být nejméně 700 mm. Prostor okolo záchodové mísy musí umožnit **čelní, diagonální nebo boční nástup.**
- Po obou stranách záchodové mísy musí být madla ve vzájemné vzdálenosti 600 mm a ve výši 800 mm nad podlahou. Madlo přesahuje minimálně o 100mm přední hranu mísy.
- Horní hrana sedátka záchodové mísy musí být ve výši 460 mm nad podlahou.
- Je-li v hygienickém zařízení nebo šatně instalováno zrcadlo musí být použitelné pro osobu stojící i osobu na vozíku
- Umyvadlo musí umožnit podjezd osoby na vozíku, jeho horní hrana musí být ve výšce 800 mm.
- Pokud je v záchodové kabině instalován přebalovací pult nesmí zužovat šířku manipulačního prostoru vedle záchodové mísy.
- Po osazení všech zařizovacích předmětů musí být zachován volný manipulační prostor o průměru nejméně 1500 mm. (📖10)

WC - příklad 1



WC - Příklad 1 - komentář

A - Celá mísa je příliš blízko u zdi. Vozíčkáři se při oblékání naklánějí do stran, aby si potáhli kalhoty. Tady je to na jednu stranu naprosto nemožné. Oblékání je tudíž obtížnější a méně zdatným může přivodit těžké chvíle.

B - Díky celkovému umístění mísy blízko ke stěně, je i madlo blízko u stěny. Není kam dát ruku. Vyškově je madlo také umístěno zhruba o 10 cm výše než by mělo.

C - Štětka je umístěna tak, aby moc nezavázela uklízečkám, naopak pro vozíčkáře může být složité i z rohu vylovit.



WC - příklad 2



WC - Příklad 2 - komentář

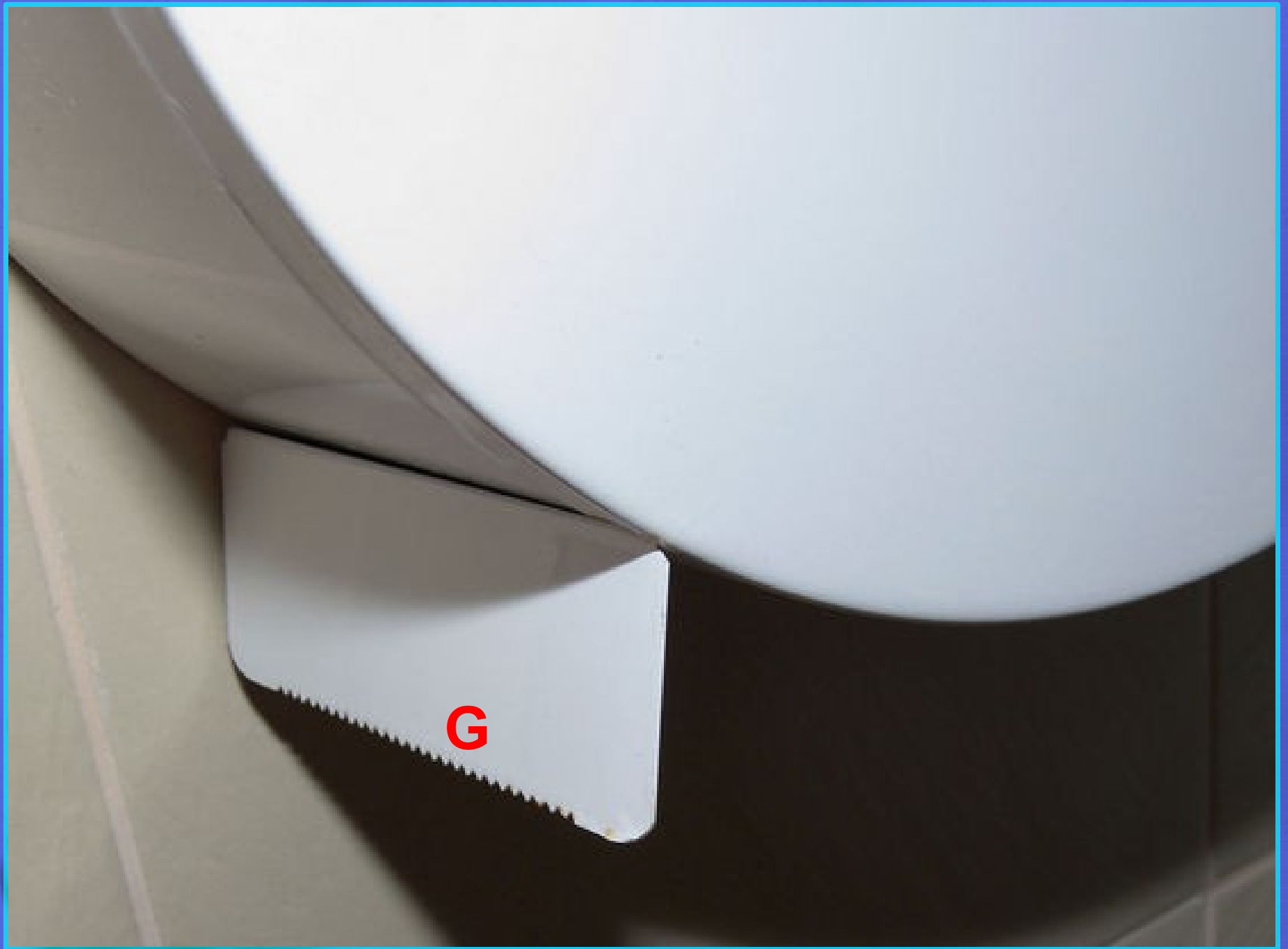
D - Umyvadlo je přímo před mísou tak blízko, že při předklonu (ať už jde o utření zadku nebo o zvednutí kalhot od kotníků při oblékání) člověk vrazí hlavou do umyvadla.

Kromě toho zde není splněná podmínka, že má být umožněn čelní, boční či diagonální přesun. Takto umístěné umyvadlo navíc zcela znemožňuje asistenci při přesunu.

E - Štětka ještě dokonaleji ukrytá než v předchozím případě.

F - Zásobník na toaletní papír je zde umístěn vhodně, ale často se setkávám s tím, že je posunut po stěně ve směru šipky. Bohužel snaha umístit ho, co nejbližší vede k tomu, že ačkoliv je mísa dostatečně daleko od zdi, aby umožňovala tělocvik při svlékání/oblékání, pohyb je omezen zásobníkem toaletního papíru a ten se umí - na rozdíl od zdi - pěkně zakousnout do holé paže (viz G), vlastní zkušenost.





G

WC - příklad 3



WC - Příklad 3 - komentář

H - Umyvadlo je přímo před mísou tak blízko, že při předklonu (ať už jde o utření zadku nebo o zvednutí kalhot od kotníků při oblékání) člověk vrazí hlavou do umyvadla.

I - Pokud vozíčkář zvládne vykonat potřebu bez úhony, je na něj nachystána další past: průtokový ohřívač umístěný pod umyvadlem tak, že brání zajetí nohama pod umyvadlo. Nezbývá než si mýt ruce v předpažení.



WC - příklad 4

L

K

J



WC - Příklad 4 - komentář

J - Opět dobře ukrytá štětka

K - Nášlapný koš je obvyklá provokace na vozíčkářském WC. Někdy je vylepšena ještě o to, že koš je velikosti, který spíše používají v koupelnách ženy na odličovací tampony a je potřeba se k němu řádně ohnout.

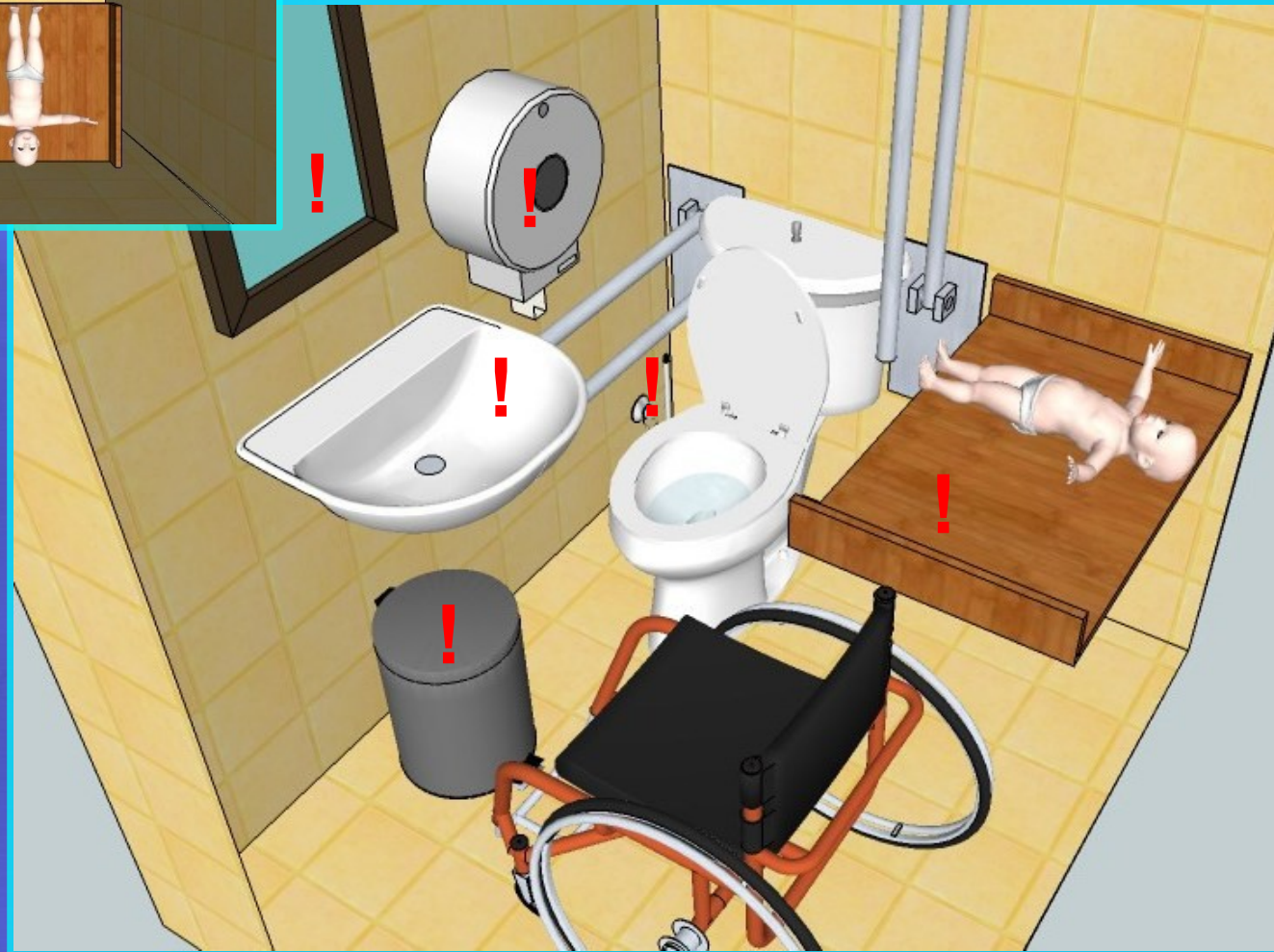
L - Zásobník na toaletní papír tady sice nebrání pohybu na WC, ba právě naopak podporuje záchodový strečink. Věřím, že s vymyšlením jeho umístění si dal někdo velkou práci. Dát ho kus vedle a v podstatě za záda je na zabití. Mám skoro 190cm, ale dosáhnout na něj bylo i pro mě na hranici.



WC - příklad 4 - i s modelkou :)



WC - příklad 5

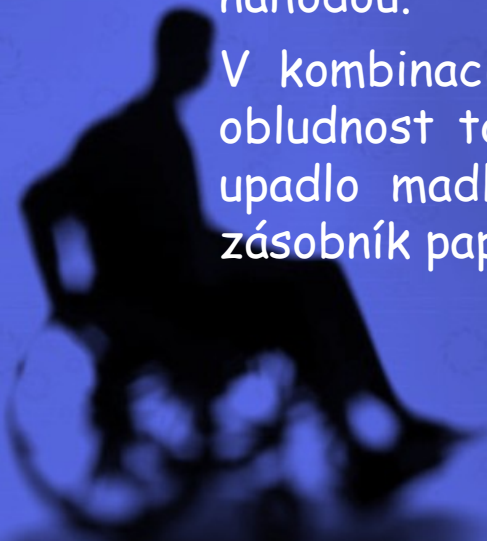


WC – Příklad 5 – Aneb WC, kde bylo všechno špatně

Poslední dobou často používaná kombinace bezbariérového WC a přebalovací kabiny. Osobně proti této kombinaci nic nemám, obě místnosti nejsou tak frekventované, aby nemohly být v jedné. Ale buď ať je pult sklopný (a drží v obou polohách) nebo ať je kabina dostatečně prostorná, což by v tak velkých stavbách jako je Tesco neměl být problém.

Kromě všech dříve uvedených chyb je tady přebalovací pult, který kromě toho, že svým umístěním vyvolával myšlenku, že maminka přebalující dítě u toho sedí na míse, bohužel nedržel v poloze sklopené ke zdi a blokoval přístup k míse. Manipulační prostor o průměru 150cm nebyl zachován ani náhodou.

V kombinaci s chatrným technickým stavem madel vyplula na povrch obludnost tohoto uspořádání v celé kráse: při přesunu z mísy na vozík upadlo madlo u zdi, narazil jsem si zadek o mísu, poškrábal paži o zásobník papíru a málem vybil zuby o umyvadlo.



WC - Příklad 6

Až dosud byly všechna WC takřikajíc z „civilního sektoru“ tj. obchodní centra, ZOO, restaurace, čerpací stanice atd.

Že zdravotnická zařízení na tom nejsou mnohdy lépe dokazuje následující fotka, která pochází z neurologického oddělení jedné nejmenované nemocnice.



7. Hitparáda omylů aneb Hajzlíkova tragédie ...

Technický stav:

Hlavním problémem je nejčastěji stav madel, která jsou často jen několik použití vzdálená od definitivního vypadnutí ze zdi.



7. Hitparáda omylů aneb Hajzlíkova tragédie ...

Nevhodné vybavení

- madla - konstrukčně nevyhovující a nezaručující dostatečnou pevnost. Madlo, které po zapření uhne o 10cm do strany je na nic
- sanitární keramika - objevují se mísy příliš nízké i příliš vysoké, nevhodná umyvadla atd.
- ostatní - zrcadla, odpadkové koše atd. (📖11)



6. Hitparáda omylů aneb Hajzlíkova tragédie ...

Nevhodné vybavení (madla) aneb Borec nakonec



8. Aktuální stav

- stále hledám variantu bydlení, která by byla konečná
- mám zažádáno o příspěvek na motorové vozidlo a jeho úpravu
- 4x týdně rehabilituji s fyzioterapeuty, kromě toho chodím do posilovny, plavat, cvičím SM systém, jezdím doma na motomedu a všemožně se snažím zlepšovat svůj stav.
- na jaře bych chtěl začít zase pracovat a to bude další střet s realitou, ale to zatím neřeším, teď si přeji suchou zimu.



Děkuji za pozornost!

Pokud vás tato problematika zaujala, doporučuji ke shlédnutí video z akce „Jedeme v tom s Vámi 2012“, v průběhu které si 20 pražských ředitelů a manažerů vyzkoušelo dojet do práce na vozíku. Video z této akce naleznete zde:

<http://www.youtube.com/watch?v=E4hOh0FHtZc&feature=share>

