

Rehabilitační pobyty 2008

I letos byl sraz stejně jako vloni na parkovišti Centra Černý Most (u Globusu) ale o týden později v neděli 22.6., kde se postupně od deseti hodin scházeli asistenti a čekalo se na klienty, kteří měli čas na to aby dorazili, až do 12ti hodin, na kdy byl plánován odjezd do Třemošné u Plzně do domu EXODUS, kde nás již dosti nedočkavě očekávali Katka Maxová společně s Danem Ženíškem. Již cestou nás několikrát „kontrolovali“ po telefonu, zda vše probíhá tak, jak má, zda jsme již vyjeli nemáme li nějaké potíže a podobně.



Pobyt v Třemošné u Plzně měl dopředu stanovený harmonogram jídel včetně balíčků při plánovaných celodenních výletech. Letošní pobyt byl zahájen táborákem který byl na novém ohništi které bylo nově vybudováno spolu s pódium za domem EXODUS, kde jsme se večer sešli a při opékání buřtů asistenti s klienty a probírali radši ještě jednou předem dané aktivity a akce, zda někdo nemá výhrady či jiné návrhy ... byl zakončen společným zaspíváním si při kytáře.

První týden opět za námi přijela paní Haplová Hana, fyzioterapeutka, která s klienty v prvním týdnu od pondělí do pátku cvičila rehab. Vojtovu metodu na kterou všichni klienti rádi chodili. Toto cvičení jsme doplňovali podvečerními výlety do bazénu v Plzni na Slovanech, kdo z klientů chtěl mohl si vyzkoušet sjet tobogán v doprovodu asistentů, což někteří využili i několikrát za sebou a velice se jim to líbilo. A do solné jeskyně taktéž v Plzni kam nás dopravoval plošinový autobus. Někteří klienti bohužel kvůli časovému překrývání rehabilitačního cvičení a solné jeskyně jí nemohli navštívit ale byla v plánu ještě jedna návštěva solné jeskyně, pobyt v ní má prý stejně léčivé účinky jako pobyt strávený u moře v příštím týdnu kdy již se budou moci účastnit všichni klienti. Výlety byly přesunuty po loňských zkušenostech na druhý týden kdy již nebylo v plánu rehab. cvičení, které by se s nimi mohlo časově překrývat a mohli se jich účastnit všichni klienti. Ve čtvrtek nás navštívila Pavla Kotrmanová která nám zajistila kadeřnické a holičské služby dle našich přání.



V sobotu jsme podnikli s klienty hromadný soutěžní závod po Třemošné který byl hodnocen jak časově tak vědomostně a po jeho vyhodnocení jsme se připravovali jak psychicky tak fyzicky na nedělní unikátní celodenní výlet do Westernového městečka Halter Halley u Mantova kde byl plánován bohatý program. Začínalo se obědem ke kterému byl pro všechny steakaláwestern, po dobrém obědě následoval dlouhý, náročný ale pestrý a bohatý asi 4 hodinový program kde nám zdejší obyvatelé westernového městečka předvedli ukázkou který byli klienty netrpělivě očekávány. Měli jsme zde i ukázkou přestřelky, jak to kdysi na divokém západu chodilo. Své dovednosti nám přijeli ukázat dva chlapíci, jenž mají za sebou několik úspěšných výher na nejen evropských závodech a to manipulace a různé promakané triky s bičí a kolty, byl nám přiblížen život indiánu a jejich ukázkou jejich týpí, zvyky, tance jízda na koni atd. Kdo chtěl mohl si zde zakoupit upomínkové předměty nebo kovbojský klobouk ...



Po tomto programu přišla na řadu prezentace čtyřkolek pro invalidy které jsou v Česku velkou novinkou a kterou si každý klient za pomoci asistenta osobně mohl vyzkoušet a projet se na ní po této prezentaci následovalo jako večere pečené selátko a poté volný program při které jsme vydrželi až do odjezdu kdo měl ještě chuť mohl si dát mexické fazole ala western. Odjezd jsme měli naplánován na 22 hodinu. Tento celodenní výlet s programem vzbudil u klientů velký ohlas a všem se moc líbil a klienti ho probírali celý příští týden.

V pondělí každý spíš bral jako takový „relax den“ po náročném celodenním výletu, kdy většina klientů i asistentů odpočívala po včerejším náročném programu, proto všichni ocenili odpolední výlet do bazénu na „SLOVANECH“, kde pro mnohé se stala hlavní „atrakcí“ vířivka a relaxační bazén, kde jsme si postupně uvolňovali ztuhlé svalstvo a regenerovali duševní síly. Po návratu z bazénu bylo večer uspořádáno promítání filmů.



Druhý den v úterý navzdory teplému počasí kolem 30ti stupňů C, dostávají všichni místo oběda a večere balíček a 10 hodin odjíždíme historickým autobusem do Mariánských Lázní kde je domluvena prohlídka Miniaturparku s více než 25 zmenšenými maketami. V areálu Miniaturparku byli k vidění věrné makety významných staveb z území České republiky a střední Evropy. Vodní zámek Červená Lhota je zasazen do vodní plochy, příjemné zastavení tvoří např. domy Babiččina údolí v Ratibořicích. Největší maketu představuje kopie kostela sv. Mikuláše v Českých Budějovicích. Miniaturpark se také může pochlubit modely



technických památek - letadel, lodí a jiných. Po prohlídce miniaturparku která byla náročná teplým počasím tak i kopcovitým terénem jedna z našich klientek tento nápor nevydržela a tak jsme zavolali rychlou záchranou službu a v doprovodu své asistentky byla převezena do místní nemocnice na důkladné vyšetření. Po prohlídce Miniaturparku která se všem moc líbila nás náš historický autobus odvezl zpět do centra kde jsme si prohlédli kolonádu, fontány,

přílehlé památky a ochutnali mariánskolázeňské oplatky které byli ještě teplé, příjemně se zchladili točenou zmrzlinou a vyčkávali 21 hodiny kdy se rozezněla zpívající fontána s nádhernými světelnými efekty. Ve 21.45 hodin na nás již čekal autobus a jeli jsme zpět do Třemešné.

Ve středu bylo volné dopoledne kdy měl každý z klientů možnost navštívit jednu z místních cukráren nebo si udělat s asistenty procházku po Třemošné a odpoledne nás plošinový autobus odvezl opět do oblíbeného bazénu na „SLOVANECH“ po příjezdu zpět do Třemešné proběhla příprava na čtvrteční celodenní výlet na zámek Manětín a jeho okolí a večer promítání filmů. Na čtvrtek byl na 10 hodinu naplánován odjezd na prohlídku zámku v Manětíně. I když po příjezdu Manětína jsme zjistili že prohlídka zámeckého interiéru je poměrně bariérová, s čímž se moc nepočítalo, takže jsme řešili menší komplikace, které jsme dokázali vyřešit a tak jsme si mohli zámek prohlédnout celý. Po prohlídce vnitřních prostor s průvodkyní jsme si recepci zámku prohlédli a někdo si zakoupil upomínkové předměty atd. a následně jsme navštívili rozlehlou zámeckou zahradu plnou zeleně, květin a zámecký park kde jsme si na lavičkách odpočali po prohlídce vnitřních prostor zámku a



zároveň počkali na druhou skupinu, do kterých jsme byli rozděleny kvůli vnitřní prohlídce

...

V pátek byla v plánu návštěva solné jeskyně kde klienti relaxovali po včerejší návštěvě Manětínského zámku a jeho zahrady s parkem která byla pro klienty ale zároveň pro nás asistenty kvůli teplému počasí dosti náročná a tak solná jeskyně klientům přišla vhod pro relaxaci v solné jeskyni jsme se s klienty vydali na prohlídku po Plzni. Po návratu do Třemešné čekal všechny táborák s grilováním na kterém jsme se již museli (i když neradi) pomalu loučit s letošním pobytem ... Sobota už nebyl tak moc veselý den, protože jsme si pomalu začali balit věci, připravovat se na opuštění domu EXODUS a na návrat domů. Byl to takový odpočinkový den, kdy jsme mohli zhodnotit celý letošní pobyt, který i přes občasnou nepřízeň počasí se povedl. Možná i díky možnosti promítání filmů. Ve chvílích, kdy večer venku panovalo pochmurné počasí se pustil projektor a mohli jsme si večer zpříjemnit společným koukáním na různé filmy. Odpoledne se posbíraly vysílačky, které měli asistenti k dispozici, aby si alespoň občas zjednodušili komunikaci mezi sebou.



K večeru jsme vyrazili do Plzně, kde jsme se usadili do restaurace „U Nováku“, kde jsme si dali závěrečnou, rozlučkovou večeři a v klidu se tam bavili o tom, komu se co líbilo, či nelíbilo, což je jedno z mnoha probíraných témat. Po návratu z Plzně byl na rozloučenou uspořádán na závěr pobytu malý rozlučkový ohňostroj . V neděli po snídani nás čekala příprava na odjezd z Třemošné od domu EXODUS do Prahy Černý Most, CČM obchodní dům ČM který byl plánován na

11.30 hodin vyráželo zpět do Prahy, kde jsme se rozloučili a rozešli a rozjeli do svých domovů. *Bohužel se to u některých neobešlo bez pár slz, což se uklidnilo s vědomím, že ten rok zase uteče a zase se shledáme na dalším pobytu.*