

PARKINSON



Téma: Parkinson's Europe



Vážení přátelé, členové Společnosti Parkinson, z. s., když jsem v roce 2014 nastoupila do vlaku předsedkyně naší organizace, netušila jsem, že to bude na dlouhých deset let.

Ale tenkrát jsem nějak věděla, co dělat, a hlavně, měla jsem dost energie a ještě poměrně fungující mozek. Všechno mi šlo od ruky, překonala jsem odchod muže v době, kdy se vyúčtovaly dotace a já dělila čas na kancelář a nemocnici.

Musela jsem se naučit postarat nejen o organizaci, ale i o sebe.

Jako založením introvert jsem pořádala akce jako Výstup na horu Říp, v jeho posledních ročnících to obnášelo i 150 účastníků. Vedla jsem databázi členů, psala žádosti

o dotace, vydávala časopis, tvořila obsah webových stránek, ale podnikla jsem i cestu po moravských a českých klubech.

Byl to stres, ale zároveň mě ta práce držela nad vodou. Teď po dvaceti letech s Parkinsonem za krkem to jde rychle k horšímu. Pamatuji se, jak jsem brečela nad tabulkou k dotaci, kde po půl roce po nás chtěli nějaké změny, a já nedokázala přijít na to, jak jsem ji vytvořila.

Poslední roky mi byly velkou oporou Ilonka a pak Maruška.

Na jaře se situace vyhroutil, byly nám zcela odebrány dotace MZČR a Úřadu vlády, které pomáhaly krýt naše náklady ze 70%, hlavně na cvičení, časopis a mzdu asistentky.

Jsem moc ráda, že se v té době objevila Ivana Grusová, už nějaký čas vedoucí pražského klubu, s rozhodnutím převzít vedení celé organizace.

To je to nejlepší řešení, které mohlo nastat.

Já se však neloučím zcela, budu členkou výboru s úkolem vydávat časopis a vést webové stránky.

Za těch deset let jsem poznala tolik skvělých lidí a prožila s vámi tolik krásných chvil, že nelituji času ani práce na vedení organizace vynaložené, byl to smyslupný život.

Všem předsedům díky za hladkou spolupráci, vzpomínáte na valné hromady v Kroměříži, Šiklově Mlýně, Kolíně ...

Zdislava Freund

Časopis Parkinson obdržel čestné uznání Ceny VVOZP (Vládního výboru pro osoby se zdravotním postižením) za publicistické práce v roce 2021.

Vydavatel:

Společnost Parkinson, z. s.
Volyňská 933/20,
100 00 Praha 10

IČO 60458887,
reg. pod číslem zn. L6265
u Městského soudu v Praze,
registrace MK ČR E 7888
ISSN1 1212-0189,
telefon: 774 443 561,
kancelar@spolecnost-parkinson.cz
č. účtu: 1766806504/0600
MONETA Money Bank Praha

Vedoucí redakce:

Zdislava Freund, 774 443 561
freund@spolecnost-parkinson.cz

Redakční rada:

prof. MUDr. Martin Vališ, Ph.D., FEAN
MUDr. Vojtěch Mach
doc. MUDr. Marek Baláž, Ph.D.
Ing. Ivana Grusová

Grafické zpracování:

Luděk Neužil

Tisk: MHTisk, spol. s r. o.

Číslo 73 vychází v srpnu 2024.

Obsah časopisu nelze
uveřejňovat bez souhlasu
vydavatele.

SLOVO NA ÚVOD

Vážení přátelé, čtenáři,

dostává se vám do rukou zcela nový časopis PARKINSON.

Tedy po výrobní stránce nový, skromější. Odebrané dotace nás vystavily situaci, která měla dvě možnosti řešení. Buď časopis nevydat, nebo se pokusit velmi omezit výrobní náklady.

To se podařilo, vycházíme v nové verzi, s omezeným nákladem. Nemůžeme si už bohužel dovolit rozesílat časopis zdarma lékařům a dalším institucím. Členům Společnosti bude časopis distribuován jako dříve.

Krásné pozdní léto vám přeje Zdislava Freund

■ ÚVOD	1
■ Z KANCELÁŘE SPOLEČNOSTI PARKINSON, Z. S.	2
■ TÉMA : PARKINSON'S EUROPE	8
■ ZPRÁVY Z KLUBŮ	10
■ ŽIVOT PÍŠE PŘÍBĚHY	19
■ KONTAKTY	28

Z kanceláře Společnosti Parkinson, z. s.



Vážení přátelé,

dne 13. 6. 2024 na Valné hromadě Společnosti Parkinson, z.s. byla provedena změna vedení naší společnosti. Paní Zdislava Freund ze své dlouholeté funkce předsedkyně na vlastní žádost odstoupila, ale i nadále bude působit ve výboru Společnosti. Vzhledem k tomu, že se do výběrového řízení na nového předsedu nikdo jiný nepřihlásil, byla jsem jediným uchazečem. Valnou hromadou jsem byla jednomyslně zvolena.

Dovolte, abych se krátce představila pro ty, kteří se Valné hromady Společnosti nezúčastnili.

Jmenuji se Ivana Grusová, narodila jsem se 27. 6. 1957 v Praze. Na VŠE jsem vystudovala fakultu vnitřního obchodu. Pracovala jsem ve filmové produkci pro Krátký film Praha a zahraniční filmové společnosti. Jsem vdaná a mám dvě dospělé děti.

Nemoc mi byla diagnostikována v roce 2020 a členem Společnosti Parkin-

son, z.s. jsem se stala v roce 2022. Zapojila jsem se do tvorby časopisu a stala se předsedkyní klubu Parkinson Praha. Práce pro klub mě duševně pomohla a velmi inspirovala.

Funkci jsem přijala proto, že si velice vážím práce lidí, kteří se podíleli na vzniku Společnosti a chovám k nim hlubokou úctu. Jsem si vědoma, kolik úsilí a obětavé práce vynaložili pro její založení a rozvoj. Budu se snažit vykonávat práci pro Společnost v rámci svých možností i schopností poctivě a svědomitě.

Byla bych velice ráda, kdybyste se na mne obraceli se všemi dotazy, nápady i kritikou. Především se pokusím zajistit finanční podporu, posílit odbornou informovanost členů a ráda bych také prohloubila přátelství mezi jednotlivými kluby Společnosti. Napište mi o svých problémech a společně se je pokusíme vyřešit.

Přeji všem chuť do společné práce a hodně zdraví

Ing. Ivana Grusová
předsedkyně

Změna ve vedení Společnosti Parkinson, z. s.

Valná hromada Společnosti se letos konala 13. 6. 2024 už tradičně v restauraci U Gráffů. Kromě schválení výroční zprávy a účetní závěrky měla na programu důležitý bod, a to změnu ve funkci předsedkyně Společnosti.

Od 1. 7. 2024 tedy výbor působí v novém složení. Předsedkyní se stala Ing. Ivana Grusová. Nebyla to ale jediná změna. Z výboru odstoupil po více jak deseti letech Valer Mičunda, zůstává však jako

předsedou PK Plzeň, nově do výboru přichází Libuše Fályová z Prahy jako místopředseda. A jako člen výboru s úkolem vydávat časopis Parkinson a plnit webové stránky zůstává Zdislava Freund.

Místopředseda Ing. Zdeněk Šula a člen výboru Ing. František Klíma zůstávají beze změny.

Delegáti valné hromady poděkovali končícím členům výboru za víc jak deset let práce pro Společnost.

Velký turnaj v bowlingu



Velké akce celospolečenského významu se plánují několik měsíců dopředu. Letos to byl nejen 11. duben, Světový den Parkinsonovy nemoci, ale zároveň uplynulo 30 let od založení Společnosti Parkinson.

Že to bude turnaj v bowlingu, na tom jsme se shodli poměrně brzo. I místo bylo poměrně rychle vybráno - hala na Proseku s dvanácti drahami.

Aniž bychom tušili, jaký bude o turnaji zájem, bylo nutno vymyslet a připravit registraci a hrací systém pro velký počet lidí. Nakonec jich přijelo na 80. Každý byl zaevidován ručně i do počítače, obdržel kartičku s číslem dráhy a lístek na oběd.

Po krátkém úvodním slovu předsedkyně Společnosti a seznámení hráčů s pravidly turnaje se usilovně koulelo a koulelo.

Přijeli i čtyři hosté ze Slovenska, kteří nakonec slavili velký úspěch. Vyhráli soutěž mužů a v ženách jim patřilo druhé místo. Zde jsou hlavní výsledky:



Pacienti-ženy:

1. Zdislava Freund 214, 2. Szusčíková Zuzana(SLO) 195, 3. Vyšehradská Růžena 182

**Pacienti-muži:**

1. Bložon Viliam (SLO) 248, 2. Holzepl Karel 238, 3. Kmoníček Luboš 214



Na závěr nás přišla pozdravit Adéla Gondíková, která vtáhla většinu účastníků do výprávení a nekončícího fotografování.

Poděkování patří firmě Medtronic za finanční příspěvek na akci a firmě ADIservis, která zdarma vytiskla diplomy. A ceny pro nejlepší? Ty dodala firma Desitin.

Tradičně v Lysé nad Labem

Šikovné ruce našich seniorů na Výstavišti v Lysé nad Labem je tradiční několikadenní svátek všech seniorů. Soutěž i atraktivní doprovodný program pořádá

Centrum sociálních a zdravotních služeb Poděbrady. Společnost Parkinson, z. s. se zde díky vstřícnému přístupu organizátorů každoročně prezentuje svým stánkem.



Velký úspěch zaznamenal Miroslav Kubec z Jistebnice (na snímku přebírá cenu), který vloni vyhrál hlavní cenu a i letos byl oceněn za své výrobky z kovu a dřeva.



U našeho stánku s hlavní organizátorkou soutěže Věrou Součkovou Josef Březina, předseda PK Ml. Boleslav a Zdislava Freund.

Změny u předsedů klubů

Změna je život a tak i v klubech se lidé mění, odcházejí, přicházejí.

V Ústí nad Labem už od ledna zastává funkci předsedkyně klubu Zdenka Lichtensteinová. Ano, tam jablko nepadlo daleko od stromu, Zdenka a Milan Hons, bývalý předseda klubu, jsou manželé.

V Mladé Boleslavi po odchodu dlouholetého předsedy Václava Fiedlera převzala vedení klubu jeho paní Eva Fiedlerová a nyní klub povede Josef Březina s velkou chutí do práce.

V Liberci, kde předsedu Jaroslava Rouse dostihly zdravotní komplikace, se podařilo získat pro spolupráci Dagmar Votrubcovou (na obrázku).

Klub v Litomyšli definitivně končí pro malý počet členů, loučíme se tedy

s předsedkyní Miladou Štursovou.

Všem končícím je nutné vyslovit velké poděkování, věnovali se organizaci aktivit pro stejně nemocné pacienty a vložili do ní svůj čas a práci.

Novým předsedům přeji pevné zdraví a uspokojení z pomoci druhým.



Milá návštěva ze Slovenska



Už na jaře jsme měli možnost osobně se seznámit s novou předsedkyní Společnosti Parkinson Slovensko Vierou Adamovou. Přijela s manželem – parkinsonikem a dcerou.

S velkým zájmem se ptala na systém naší práce, jaké pořádáme akce, apod.

Také jsme doladili naši účast na Tulipánovém pochodu v Levicích.

Tulipánový pochod



Na druhý den po bowlingovém turnaji nasedla naše delegace (Zdislava Freund a Andulka Šípková) do vlaku s předem koupenými jízdenkami a po celkem pohodlné cestě dojezdila do Levic.

Organizátorům Tulipánového pochodu vše vyšlo na jedničku. Přednáška lékařky, hosté, trička, občerstvení, náruče tulipánů, pochod městem s asistencí místní policie, zakončení na nádvoří hradu opět s občerstvením a lidovou muzikou, v krojích.

Skvěle zorganizovaná akce.



Parkinson's Europe

Přeložil a zpracoval

Petr Hořava, předseda PK České Budějovice

zdroj: Webové stránky Parkinson's Europe

Společnost PARKINSON'S EUROPE je jediná evropská organizace, která zastřešuje evropské pacientské, zájmové, odborné, případně jiné organizace, podporující a pomáhající lidem s Parkinsonovou nemocí a jejich blízkým.

Organizace sice oficiálně vznikla v roce 1992 pod názvem European Parkinson's Disease Association (Evropská asociace Parkinsonovy nemoci, pod zkratkou EPDA), ale již 3 roky předtím, v roce 1989, se rozhodly pacientské organizace ve Velké Británii, Švédsku, Francii, Holandsku a Německu vytvořit zastřešující organizaci, spojující podobné organizace v celé Evropě. Po 3 letech se to 9 takovým organizacím podařilo. Od té doby se jejich počet více než ztrojnásobil, s působností v té době ve více než 20 evropských zemích.

Cílem organizace PARKINSON'S EUROPE je podporovat pacienty s Parkinsonovou nemocí, jejich práva, předávat informace a zvyšovat ve společnosti povědomí o této nemoci. Organizace rovněž podporuje výzkum v oblasti léčby. Spolupracuje se soukromými firmami v oblasti léčby, dodržuje přitom vlastní kodex, tak aby zůstala nezávislou, i pravidla evropských lékařských a farmaceutických asociací.

Prostředky pro svou činnost organizace čerpá z partnerství s odbornými firmami, příspěvků členských organizací, grantů a darů.

11. dubna 1997 založila organizace PARKINSON'S EUROPE u příležitosti dne

narození Jamese Parkinsona, který jako první tuto nemoc popsal, mezinárodní den Parkinsonovy nemoci, viz. samostatný článek.

Významným mezníkem v historii této organizace bylo uspořádání Globálního průzkumu Parkinsonovy nemoci. Odborné studie, průzkumy, dotazníky apod. jsou důležitými nástroji, které organizace používá, aby mohla maximálně správně a hodnověrně reprezentovat názory a potřeby pacientů s Parkinsonovou nemocí. Ve své době byl zmíněný průzkum nejrozsáhlejší svého druhu, účastnilo se ho téměř 2000 pacientů, pečovateli a lékaři napříč třemi kontinenty.

Dalším podobným počinem byla v letech 2010 – 2013 kampaň s názvem Krok ke změně – tři celoevropské studie shromáždili názory 5366 účastníků, pacientů a pečujících osob ve 35 zemích.

V roce 2011 zahájil Evropský parlament diskuzi k dokumentu Evropský standard péče o pacienty s Parkinsonovou nemocí s ambicí nastavit zlatý standard péče při této diagnóze.

Organizace dále pořádá charitativní akce, např. pochody v evropských metropolích, s cílem upozornit na problematiku Parkinsonovy nemoci.

V roce 2015 začala organizace pro komunitu, dotčenou Parkinsonovou nemocí, vydávat on-line časopis Parkinson's Life.

V roce 2022 došlo při příležitosti výročí 30 let od vzniku organizace ke změně její-

ho názvu z European Parkinson's Disease Association na dnešní Parkinson's Europe. Součástí této příležitosti byl manifest 30 přání, shrnujících naděje, přání a ambice k zlepšení situace pacientů během příštích 30 let.

Spolu se změnou názvu přišlo i nové logo, výrazný červený tulipán, oficiální symbol pacientů s Parkinsonovou nemocí.

V České republice jsou členskými organizacemi Společnost Parkinson, z.s., a Parkinson-Help, z.s..

Stránky společnosti Parkinson's Europe můžete navštívit na internetu na adrese www.parkinsonseurope.org, nicméně je třeba počítat s tím, že jsou v angličtině.

Světový den Parkinsonovy nemoci: stručná historie

Petr Hořava

Každoroční připomínku Parkinsonovy nemoci založila Evropská asociace Parkinsonovy nemoci, později přejmenovaná na Parkinson's Europe, v dubnu 1997, za finanční spoluúčasti Světové zdravotnické organizace (WHO).

Datum připomíná narození Dr. Jamese Parkinsona (1755 – 1824), londýnského lékaře, který dal Parkinsonově nemoci jméno, když ji v roce 1817 ve své slavné esejí „Essay on the Shaking Palsy“ popsal jako určitý zdravotní stav. Termín „shaking palsy“ lze přeložit jako třaslavá obrna.

11. duben 1997, kdy se takto Mezinárodní den Parkinsonovy nemoci připomněl, byl zároveň spojen s podpisem charty Parkinson's Europe, která umožnila pacientům s Parkinsonovou nemocí, jejich rodinám i zdravotníkům společně předávat informace a šířit povědomí o Parkinsonově nemoci.

Charta získala podporu známých osobností po celém světě, byly mezi nimi členové britské královské rodiny princezna Margareta a princezna Diana, britský premiér John Major a Tony Blair, papež Jan Pavel II, operní zpěvák Luciano Pavarotti a legenda mezinárodního

boxu Muhammad Ali.

V návaznosti na tuto připomínkovou akci WHO vytvořila v květnu 1997 Pracovní skupinu pro Parkinsonovu nemoc. Následně byla v prosinci 2003 v indické Mumbai, dříve Bombay, vydána první globální deklarace Parkinsonovy nemoci, jejímž cílem bylo změnit postoj společnosti k Parkinsonově nemoci.

Během konference u příležitosti 9. mezinárodního dne Parkinsonovy nemoci v Luxemburgu v roce 2005 byl zvolen červený tulipán jako oficiální symbol této nemoci.

Nyní se každý rok Mezinárodní den Parkinsonovy nemoci připomíná na mnoha místech po celém světě, lidé se 11. dubna schází, aby společně zvýšili informovanost o Parkinsonově nemoci. Formy jsou různé – on-line kampaň, webináře, konference, zdravotní a lázeňské pobyty, charitativní sbírky a mnohé další.



Připomenutí Světového dne Parkinsonovy nemoci a oslavy 30. výročí založení Společnosti Parkinson, z. s. – 11. 4. 2024

Jana Trávníčková, PK Plzeň

Také my v Plzni jsme se zapojili do celostátních oslav tohoto významného výročí a zúčastnili se turnaje v bowlingu pořádaného Společností Parkinson.

A protože jsme dobrá parta a nezkazíme žádnou legraci, tak jsme se vypravili v počtu 8 odvážlivců do Prahy. Někteří z nás totiž bowling ani nehráli a nebo jen někdy dávno v minulých, ještě mladých letech.

Ale vzali jsme si k srdci slova naší předsedkyně paní Zdislavy Freund, ať turnaj bereme jako setkání, a že bowling je mezi členy velmi oblíbený a může ho hrát opravdu každý.

Závody probíhaly v bowlingové hale u hotelu Duo, Prosek.

Po přivítání účastníků ze všech klubů a dobrém obědě nám byla přidělena závodní dráha. A začal sportovní boj. Nejprve přijít na to, jakou kouli si vzít, jestli tu červenou, nebo modrou a jak ji odhodit, aby aspoň došla do cíle na konci dráhy a pokud možno shodila co nejvíc kuželek. Čas ubíhal, ti, co to uměli, se stále zlepšovali a my, co jsme to neuměli, jsme se učili a také zlepšovali...a hlavně měli radost z každého hodu. Za sebe mohu říci, že s blížícím se koncem turnaje, jsem už měla pocit, že tu kouli ani v ruce neudržím, natož ještě ji koulet rovně.

I když jsme po vyhlášení výsledků museli setkání opustit a odjet do svých domovů, všichni jsme se shodli, že to byla bezva akce a příjemné setkání lidí z klubů Parkinson celé republiky.

Zvítězili jsme totiž sami nad sebou a hlavně nad tím pánem Parkinsonem, co nás trápí.

Děkujeme Společnosti za zorganizování a přejeme do dalšího období mnoho dalších nápadů.



A ještě o klubu Plzeň

Valer Mičunda, Věra Škarvanová

Již delší dobu navštěvuje několik členů plzeňského klubu kurz trénování paměti v Dobrovolnickém centru TOTEM v Plzni, pod vedením zkušené a příjemné instruktorky Mgr. Jany Pittnerové DiS, koordinátorky sociálních a aktivních služeb pro seniory a osoby se zdravotním postižením.

Sezení jsou vedená zábavnou a nenucenou formou, takže se občas i zasmějeme. Je škoda, že se centru nepodařilo sehnat dotaci na uhrazení nákladů na naše sezení a proto si vše hradíme sami. Přesto budeme v návštěvě kurzu pokračovat.

Ve čtvrtek 4. dubna nás překvapil návštěvou Primátor města Plzně Mgr. Ro-

man Zarzycký. Byli jsme potěšeni jeho zájmem o nás a celkově o seniory. Nakonec se s námi i vyfotografoval. Dobrovolnické centrum Totem v Plzni zajišťuje širokou škálu služeb pro obyvatele Plzně, a doufám, že budeme i my nadále vyžívat jejich služeb.



Výlet do města Stříbra

Jana Trávničková, PK Plzeň

V rámci oslav Světového dne Parkinsonovy nemoci a 30 let existence Společnosti Parkinson z.s., jsme se v našem klubu rozhodli, že navštívíme nedaleké, asi 30km vzdálené od Plzně, město Stříbro ležící při řece Mži.

Vzhledem k tomu, že zde žiji od narození, mám město velice ráda, i když už dost často pociťuji zdravotní potíže při procházkách sice v krásném, ale dost členitém terénu.

Vymýšlela jsem program pro nemocné lidi s Parkinsonovou nemocí, kteří mají problém s pohybovým ústrojím a potřebují bezbariérový přístup. Nakonec jsem pomocí mých přátel, kamarádů a známých mohla uskutečnit svůj plán, jak ukázat návštěvníkům z městečka co nejvíce.

Den před návštěvou jsem byla dost nervózní, neboť na středu 10.4. byla

předpověď počasí dost nepříznivá.

I když dopoledne občas zapršelo, vůbec nám to nevadilo. Sraz jsme měli na náměstí v 10.00 hodin u Morového sloupu. Většinou se naši výletníci domluvili a přijeli vlastními auty. Celkem nás bylo 15 lidí.

Naše první zastavení bylo na Městském úřadě ve starobylé renesanční radnici, která je dominantou náměstí. Tam nás přivítal tajemník MěstÚ Mgr. Radek Strankmüller. Celou hodinu poutavě vyprávěl a seznámil hosty jak s historií, tak i se současností města. Viděli jsme

i reprezentační místnosti představitelů města a nádhernou obřadní síň. O měste bychom mohli povídat celý den, ale čekala na nás dobrá kávačka a malé pochoštění pracovníků z Městské knihovny, kde jsem strávila 30 let svého pracovního života. Tam jsme načerpali další síly a s velmi milou knihovnicí dětského oddělení Alenkou jsme se vydali na malou procházku po památkách v okolí náměstí, sešli dolů k řece Mži na kamenný most a zpět podél řeky jsme od Červené lávky vystoupali nahoru upraveným parkem zpět na náměstí. Největším hrdi-

nou byl Kája, který vyšel i s vozíkem a to je pořádný kopeček.

A už nám pouze zbývalo podívat se do zahrad Minoritského kláštera a udělat společnou fotografii. Foto se povedlo a i to sluníčko nakonec vykouklo z mraků.

No a poslední tečkou byl dobrý oběd v restauraci Excellent na náměstí, kde nám prostřeli v malém salonku. Jídlo bylo výborné, všichni byli spokojeni.

Takže milí přátelé, už mám v hlavě plán další návštěvy ve Stříbře – prohlídka Městského muzea, hornický skanzen a řadu dalších historických památek.

Co u nás v Olomouci proběhlo a co chystáme?

Mgr. Dagmar Dupalová, Ph.D.



Zdravím všechny čtenáře časopisu Parkinson z Olomouce.

V březnu jsme obnovili tradici setkání členů klubu v aule neurologické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc.

Odborným programem byla zajímavá přednáška neurologa MUDr. Martina Nevrlého, Ph.D.: Možnosti využití léčebného konopí u pacientů s Parkinsonovou nemocí. Z přednášky vyplynulo, že reakce na konopí je velmi individuální a případné užívání je vhodné konzultovat se specialistou, v ideálním případě neurologem, který má zkušenost s léčbou nemocných s Parkinsonovou nemocí. Během setkání nám několika hudebními vstupy zpřijemnilo odpoledne studenti ZUŠ „Žerotín“.

U příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci, kterým je 11. duben, jsme letos místo setkání na Svatém Kopečku navštívili budovu olomoucké radnice. Součástí akce byla prohlídka radnice, domluvená

naši členkou Marcelkou Plachou. Pan průvodce Štefan Blaho nás obohatil o řadu informací, krásné prostory nás nadchly a doufáme, že se někdy u podobné příležitosti ještě setkáme.

Další akcí, kterou jsme dlouho plánovali, byli koně. Klub Parkinson Olomouc ve spolupráci s katedrou fyzioterapie Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého uskutečnil návštěvu v centru Ryzáček ve Vyšehorkách nedaleko Mohelnice. Po několikaletých „námluvách“ se nám letos na jaře podařilo uskutečnit tento dlouho slibovaný výlet. Naše skvělá kolegyně z katedry fyzioterapie Mgr. Hana Bundilová, Ph.D., která je garantem kurzu Hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii, nás lákala. „Pojďte to zkusit.“ Nejdříve nás však omezilo období covidu, pak zdraví koní a další organizační záležitosti. A tak to vyšlo až letos. Těšili jsme se dlouho a stálo to za to. Některým našim členkám se dokonce o koních již dopředu zdálo.





V Ryzáčku se zabývají hiporehabilitací dětí i dospělých a aktivitami spojenými s využitím koní. Zažili jsme tam slunečné a překrásné květnové dopoledne, přestože ještě ráno v Olomouci poprchávalo. Seznámili jsme se blíže s areálem a hlavně se dostali do blízkosti koní.

Aktivít byla celá řada. Svezli jsme se vozem taženým koňmi, připravili sítě sena

na večerní krmení, pokusili jsme se vyčistit koně a pobavili se při závodění s hobby horsíky. Ani jsem nečekala, že to bude mít takový úspěch. Ale legrace také pomáhá. Mohli jsme vést koně po dráze a nakonec jsme se i na koni svezli. Někteří z nás se do kontaktu s koněm dostali poprvé a jízda na koni byla tak velkou výzvou. „Bylo to skvělé“, „Nezapomenutelný zážitek“...přicházely

zprávy na mobil celý večer. Nadšené ohlasy od všech zúčastněných nás přesvědčují, že tuto akci rádi zopakujeme. Velký dík patří týmu centra Ryzáček za perfektní organizaci a zajištění bezpečnosti všech účastníků.

Od dubna do konce června jsme také chodili plavat a cvičit do bazénu v AC Baluo. Cvičení také probíhala pravidelně do konce června v tělocvičně. Přes prázdniny je společné cvičení přerušeno a těšíme se na sebe zase od září.

Přeji vám krásný zbytek léta.



Májová veselice v PK Brno

Eva Fialová, PK Brno



Květnové setkání v klubovně jsme pojali jako májovou veselici, vždyť jaro se už dere k veslu všema čtyřma a letos v květnu slaví kulatiny hned 3 významní členové Parkinson klubu Brno:

Skvělá dlouholetá předsedkyně klubu Eva Vernerová, úspěšná stolní tenistka Eva Korbičková a čestný člen, sportovec a organizátor Janko Jačisko.

Dámy s nadšením přivítaly doporučení dress codu a téměř všechny se dostavily v krásných toaletách a s květinami na kloboucích nebo ve vlasech. Plánovaná přehlídka se soutěží o nejlepší model se ukázala zbytečnou, jasnými vítězi byli beze sporu Radka a Milan v dokonalých kostýmech mafiána a jeho milenky.

Oslavenci si také dali záležet – Evička zářila v červené a druhá se blýskla malou večerní toaletou. Květinová víla Marienka přizdobila svého Janka královskou

korunou. Dunka využila svůj čarodějnický klobouk – velký fialový kokrhel z pálení čarodějnic.

I dárečky nebyly ledajaké, Evičky dostaly již v předstihu nádherné anglické muškáty v truhlících a Jankovi uvlili klobásovou kytici v řeznictví. Nemluvě o drobných osobních dárečkách a blahopřáních. S kytarou a písničkami nás přišel potěšit náš kamarád Juráš Látal, zpívalo se a trochu i tancovalo. Nechybělo káfičko a něco dobrého k němu, i bílé, červené a „rybízák“ na připitek z naší „Úřadovny“ U Žízňivé opice.

Prožili jsme krásné odpoledne plné legrace a dobrá nálada nám ještě dlouho vydrží.



Jak jsem pekla Líšeňské koláčky

Jaroslava Pelikánová, PK Brno



Koncem března mi přišla jako obvykle pozvánka z Parkinson klubu Brno na Slavnostní setkání členů a přátel v sobotu 13. dubna 2024.

Letos je tomu 20 let, co se účastním této akce jako pomocná síla. Příprava na slavnostní odpoledne zabere realizačnímu týmu, pod vedením předsedkyně klubu Mgr. Evy Vernerové, vždy několik týdnů. Součástí slavnosti je také drobné pohoštění, a k němu patří i vyhlášené Líšeňské koláčky. Ty koláčky se nekupují, ale s láskou společně pečou. Je to tradice, které se velmi ráda účastním.

Původně každá z nás přispěla se svými doma upečenými moučníky. Vzhledem k tomu, že se slavnostní akce dříve konala na Základní škole Horníkova 1 v Brně Líšni, kde jsem pracovala, napadlo tehdejší paní ředitelku školy, Mgr. Olgu Kšicovou využít školní cvičnou kuchyňku a společně tam něco dobrého upéct. Byl to od školy takový sponzorský dar. I následující pan ředitel, Mgr. Roman Burda, již 10 let v této tradici pokračuje, za což mu patří velké poděkování.



V pátek 12. dubna brzy ráno sedám do dálkového autobusu – cílová stanice Brno. To odpoledne při společném pečení je vždy výjimečné nejenom tím, že se zase po roce pustíme do společné práce, ale že se potkáme a popovídáme si.

První věta, kterou slyším, když otevřu dveře do kuchyňky, zní: „Rychle zavři, ať nám neuteče teplo. Těsto ještě kyne!“ Vedle pracovního stolu trůní velká díže s krásně nakynutým „hedvábným“ těstem. U ní stojí Helenka a „vyhazuje“ malou lžičkou kousíčky těsta na pomoučený stůl. Tuto důležitou činnost převzala po své tetě. Když vidím maličký kousíček těsta, vždy si říkám, jak do něj zabalím kus tvarohu a velkou rozinku namočenou v rumu. A přece to jde. Obvykle se nás sejde deset šikovných. Každá má svou

práci. Helenka vykrajuje těsto, Věrka nás zásobuje kousky tvarohu, my ostatní plníme a tvarujeme koláčky. Růženka je potírá, zdobí drobenkou a hlídá je při pečení v troubách. Škola je provoněná omamnou vůní.

Letos si udělal pan ředitel chvíli času, takže přišel téměř „po čichu“ zkontrolovat, jak nám jde práce od ruky. S úsměvem na tváři a malou výslužkou nám popřál, aby se sobotní akce vydařila.

Teprve letos nám Liduška prozradila, že pečeme podle 150 let starého receptu její babičky. Nu a jak návštěvníkům a účinkujícím chutnalo? Koláčky pečené desetinásobnou láskou byly hned pryč. A to byla pro nás ta největší odměna.

Tak, děvčata, za rok u pečení na viděnou!



Pražský klub a jeho báječná organizátorka komentovaných procházek

Ivana Grusová, předsedkyně PK Praha



Díky naší milé paní Miroslavě Gáškové jsme v tomto čtvrtletí navštívili opět Galerii Kooperativa, kde jsme shlédli výstavu Horizonty. Ve vystavované sbírce se podařilo shromáždit unikátní soubor krajinomaleb, portrétů, zátiší a abstraktních maleb napříč stoletími a styly.

Navštívili jsme také vilu architekta, sochaře Františka Bílka. Bílkova vila je dvoupodlažní secesní budova v Praze 6 na Hradčanech, situovaná v zahradě, z jižní strany ohraničené ulicí U Písecké brány. Stavba je zapsána na seznamu kulturních památek České republiky. Byli jsme omráčeni Bílkovým

netradičním stylem práce a jeho rozmanitostí.

Parkinson klub Praha hraje každý týden ping pong a bowling, 1x za měsíc je trénink kognitivních funkcí v klubovně tzv. Veselá Kopa. Probíhá cvičení a logopedie.



ŽIVOT PÍŠE PŘÍBĚHY

S Parkinsonem na výlet

Dáša

I já jsem si vyslechla diagnózu: máte Parkinsonovu nemoc.



Před třemi roky se objevily první příznaky. Nemoc mám v začátku. Léků beru opravdu hodně, zatím zabírají, tak to není na mně moc vidět. Jsem ročník 1965, do důchodu mám ještě daleko.

Blíží se konečně léto, čas kdy si dobíjíme baterky a sbíráme energii na dlouhé měsíce kdy to na nás více padá.

Mnohdy již nemůžeme kvůli omezenému pohybu a jiným těžkostem někam do ciziny. Moře je daleko a to pomýšlení na cestu autem s vozíkem v kufru a hromadou léků!

Letadlo pro parkinsoniky je taky nic moc. Navíc jsme mnohdy velmi nápadní a ty obavy co by -kdyby. Řešit něco v cizině..?

Tak nám stále zbývá možnost zůstat u nás v Čechách a užívat si léto třeba i téměř za rohem.

Napadlo mě dát lidem s omezením pár typů kam se podívat.

Třeba i na vozíku. Mám vyzkoušená místa. protože jsme tam opravdu s vozíčkem byli.

Jsem z Broumovska, proto to jsou místa z okolí. Začnu přímo Broumovem s jeho nádherným náměstím a klášterní zahradou. Barokní cukrárně se určitě nevyhnete a neodoláte mlsání s výhledem na hraniční pohoří.

Kdo má rád zvířata, může v Broumově navštívit místní ZOO farmu Wenet. Najdete tu velké množství zvířat včetně velbloudů. Jsou zde udržované cestičky průjezdné vozíkářům. Dokonce lze zvířata i krmit z ruky. Krmení si můžete zakoupit přímo u vstupu.

Pro děti tu jsou různé poznávačky, houpačky aj.

Jestli máte vnoučata, je to pro ně bezva. Nejsou tu davy lidí, je tu klid a pohoda.

Kdybyste přeci chtěli vyrazit do ciziny a budete na Broumovsku, pak pár kilometrů za

hranicemi ve městě Klodsko je park miniatur. Je plný květin, fontán, potůčků s rybami. Také tam jsou pavilony ptáků, japonská zahrada i velký zábavní koutek pro děti.

Najdete tam miniaturní stavby známých objektů z celé Evropy, vše je bezbarierové, upravené a čisté.

A pak je přímo na hranici lázeňského města Kudova-Zdroj. Krásný park, kolonáda, lázeňská cukrárna a hlavně rybárny s jezírky, kde si můžete ulovit pstruha.

Dostanete se tam hraničním přechodem v Náchodě. Tak jestli jsem vás nalákala na výlet, budu moc ráda.

JOSEF MAREŠ / KRESLÍM, MALUJI

1953–2024

Telefonovali jsme si, dostali jsme pozvání na výstavu, ale dohodli jsme se, že bude vhodné seznámit naše členy s jeho tvorbou prostřednictvím článku ještě před výstavou. To se už nepodařilo, přinášíme článek o panu Marešovi, který nám poskytla rodina po jeho odchodu.



O MNĚ

Narodil jsem se v Praze v roce 1953, vyrůstal jsem na kraji města. Měl jsem štěstí na paní učitelku Jériovou, která mě podnítila a podpořila v mé zábavě kreslit, SPŠ stavební (1969–1973).

Na UMPRUM jsem nebyl přijat, a tak jsem vystudoval ČVUT fakultu stavební (1973–1978).

Jsem ženatý a mám dvě dospělé děti.

Celý život pracuji jako projektant pozemních staveb - Magnetická Rezonance - Klinika JL, KD Mlejn - kulturním a vzdělávacím centrem Prahy 13, V Borovičkách...

Jako mladý jsem se zúčastnil výstav amatérů:

1969 – Mladí vystavují na Staroměstské radnici v Praze

1970 – Život v nás v OKD v Praze 4, na Sídlišti Krč a Bratislavě

1971 – Výstava z tvorby Pražských neprofesionálních výtvarníků, Praha

a v Jurkovičově výstavní síni v Bratislavě

1973 – II. Národní výstava amatérské tvorby Šumperk AMO 73

1974 – Mezinárodní výstava amatérských výtvarníků v Budapešti

Při tvorbě jsem používal v té době techniky perokresby, tuše, akvarelu a oleje.

V současné době tvořím na ruční papír Velké Losiny, kombinuji různé techniky, pastel Sennelier, pastelky, grafitové tužky i různé inkoustové linery.

Po operaci páteře v roce 2012 mám paretickou levou nohu a Parkinsonovu nemoc. Zdravotní stav mě omezil, ale poskytl mi příležitost znovu se plně vrátit ke kreslení a malování, kterému se věnuji skoro každý den.

“Maluji stejně jako když mluvím, je to skvělá rehabilitace.”

Kreslím hlavně mikro a makro svět, vesmír, květiny, faunu, horniny i lidi. Malování mi pomáhá být stále aktivní

a nepodléhat příliš nemoci a nemyslet na důsledky choroby. Dalšími koníčky jsou literatura, hlavně historie a tělesná cvičení (ta, která svedu).

Nové práce po návratu tvorbě jsem poprvé vystavil na faře v kostele Před Bateriemi v roce 2019.

Tato současná výstava KRESLÍM, MALUJI | 22. 5.–21. 6. 2024 v GALERII PRO ONKOLOGICKÉ PACIENTY A PODPORUJÍCÍ UMĚLCE - Anenská 13, Staré Město, Praha, je rozdělena do tří témat “andělé, kresby a vesmír”. V první místnosti za

vstupem, jsou obrazy s tématy „andělé“, kresby motýlů a kamenů z Jizerských hor. Ve druhé místnosti „andělé“, ve třetí místnosti „andělé“ a kresby zvířat. V poslední čtvrté místnosti jsou umístěny obrazy inspirované vesmírem.

Jsem vděčný, že zde mohu prezentovat svou tvorbu.

„V životě se nevzdávej, mějte se rádi, na světě jsme proto, abychom se radovali a ne abychom se trápili. Vše, co tomu pomáhá, musíte použít. Umění je zcela určitě nejdůležitější možností.”



Josef Mareš

28. 11. 1953 – 27. 3. 2024

Jeho srdce dotlouklo nečekaně při přípravách výstavy, na kterou se do posledních chvil pečlivě připravoval a těšil se na ni.

Za vzpomínku děkujeme, rodina Marešova

USA

Milan Dufek, PK Brno

Drazí přátelé, kamarádi, spolujojnici s naším nezvaným hostem, panem Parkinsonem!



Neodešel, drží se nás a bohužel se bude držet jako klíště každého z nás bez ohledu na věk. Proč o tom píší? Na posledním klubovém setkání jsme mezi námi přivítali nového člena, kterého pan Parkinson „odchytil“ do svých sítí ve věku pouhých 29 let a už se ho 8 let drží.

Tady už neplatí to, co Irové rádi říkají— isn't too bad (není to tak špatné) ...it's very bad, (je to velmi špatné).

Těch špatných informací má asi větší na z vás plnou hlavu, nemluvě o tom, co ti nejbližší dělají pro ty, kteří jsou na tom opravdu špatně...

Třetinu svého dosavadního života jsem strávil za hranicemi, a tak se zase pokusím napsat něco zajímavého a přivést vás aspoň na chvíli na jiné myšlenky.

Při mém pobytu v USA (1997-2006) jsem žil nějaký čas na Floridě. Bydlel jsem pár kilometrů od Mexického zálivu, moře je tam nádherné, a tak jsem se ve volném čase snažil náležitě si to užít. Na pláži platí zákaz pití alkoholu, pokud není v neprůhledném obalu. Nesmí být zkrátka vidět, že pijete alkohol. Samozřejmě, všude přítomná policie to kontroluje.

Když jsme na té pláži, tak je povinné nosit plavky (neexistují jako mnohde u nás dámy nahoře bez). Plavky musí mít i malé děti, holčičky i dvoudílné/vcelku. A pánové by měli preferovat „trenkový“ styl plavek, nebo dopadnou jako můj otec, který přiletěl na návštěvu, neměl plavky, a tak jsem mu půjčil svoje, takové ty tradiční „české“. Bohužel, od toho okamžiku nás Američané válející se na pláži začali považovat za gaye, neboť takové plavky tato skupina lidí preferovala. No, jiný kraj, jiný mrav.

Tolik pár úsměvných zajímavostí. Já jsem strávil 8 let za volantem obrovského amerického trucku (kamionu), jezdil jsem po USA křížem krážem, ale o tom třeba příště. Zůstaly vzpomínky, fotky

a čas, na který rád vzpomínám. Nesplnil se mi tedy tzv americký sen (dům v Hollywoodu, přetékaající dolarový účet) a navíc můj osud byl předurčen někomu jinému, o kom jsem tehdy neměl ani tušení, že existuje, a to pan Parkinson.

Po návratu z USA jsem žil ještě bez mála 11 let v Irsku. Tam jsem poznal svoji současnou manželku Radku a jsem nesmírně rád, že ji mám. Tak, jako u každého z vás, je mi i ona velkou oporou a vím, že se na ni mohu spolehnout a že budeme spolu bojovat s panem Parkinsonem.

A také jí děkuji za trpělivost, kterou se

mnou má, neboť jsem se na stará kolena rozhodl, že se stanu „mistrem světa“ v ping-pongu a nebudu podléhat tlakům pana P!

Trénuji se skvělými lidmi v rámci brněnského klubu, ale i individuálně každý den. Moc si přeji, abych dovezl z podzimního mistrovství světa ve Slovinsku třeba i bramborovou medaili, ale hlavně pocít, že jsem nad nezvaným hostem aspoň na pár měsíců vítězil.

A to vše a mnohem více ze srdce přeji každému z vás.



Elina, přítel a náhody

Naděžda Štědronská, PK Praha

Od malička v naší rodině s námi žili vždy 1 až 2 pejsci. Bývali to milí a radostní společníci hlavně nás děti. Po založení vlastní rodiny a odchodu do „paneláku“ jsem je 20 let postrádala. Hned jak to bylo možné koupili jsme si s manželem, celkem zkušeným kynologem, štěně. Byla to dobrmanka Katy, ze které vyrostla nádherná, rozumná a poslušná zakladatelka rodu. Od té doby mne dobrmani neopustili. Žili všichni tak 12-13 let. Když odešla poslední holka, bylo mě již 68 let. Byla jsem sama a zařekla jsem se, že už si žádnou další nepořídím a začnu si užívat já. Cestovala jsem, našla jsem si společnost a občas ještě chodila do práce.



Už po roce se mi začalo stýskat po chlu-patě společníci. Nedalo se to vydržet. Na ulici jsem závistivě pokukovala po všech velikostech a rasách psů, až jsem doma sedla k PC a hledala v inzerátech „prodám štěně“. Ale pak mi došlo, že v mých letech už by mne to „štěně“ mohlo přezít a co pak s ním? Tak jediné řešení bylo hledat v útulcích starší zvíře.

Pořád jsem se nemohla rozhodnout, až najednou mi padl do oka inzerát: „Z pracovních důvodů dám šestiletou fenu dobrmana majiteli domku se zahradou.“ To bylo ono. Tu chci!!

Hned jsem odpověděla a k mému překvapení se majitel ozval a domluvili jsme se. Za pár dnů přijeli. Krásný exemplář - ta fena. Majitel taky, ale bohužel byl ve věku mých třicetiletých vnuků. Přivezl zároveň veškeré psí potřeby i stravu na několik týdnů. Slíbil, že se na Eleonoru - alias Eli - přijede po pár dnech podívat. Předal mi vodítko i s fenkou, rychle se rozloučil a odcházel. Eli se na něj otočila a já jsem si všimla, že on se na ni taky ještě ohlédl. Ten okamžik byl plný smutku. Musel ji mít moc rád a nerad se jí vzdává. Asi měl hodně silný důvod. Tehdy si mne

oba úplně získali. Doma se Elinka poslušně uvelebila na své matraci a neprotestovala.

Za týden nás bývalý Elinčin pán přijel navštívit, Eli jej už od vrátek vítala. Když viděl, že je vše jak má být, určitě si odechl a rozpovídal se. Nabídla jsem mu, že může za Eli přijet kdykoliv, že jsme teď „jako jedna rodina.“ Tehdy jsem získala mnohem víc, než psí společníci. Seznámil mne i mého přítele se svými rodiči, sourozenci a manželkou. Přesto, že my bydlíme v Praze, oni v podkrkonoší a další ještě za Karlovými Vary, stali se z nás všech opravdoví přátelé. Několikrát do roka se sejdem, vždy u některé rodiny. Elinka je už také v psím nebi, ale před tím jsme spolu ještě prožili dalších 6 let krásného

života. Já jsem se ptala, proč dali Elinku právě mně, neznámé staré ženské? Předpokládám, že náhodou. Ale později se objevilo těch náhod víc. Mladý muž to zde už trochu znal.

Jeho otec v našem městě krátkodobě pracoval a syn jej zde párkrát navštívil. Shodou okolností můj otec pracoval ve vedlejší budově, na podobné pozici a práci. Náhodou byly obě naše matky učitelky, obě vyučovaly stejný předmět a obě rády malovaly. Moje maminka pro sebe „do šuplíku“, druhá maminka své obrazy vystavuje a i prodává. Můj bratr žije už řadu let s rodinou u „protinožců“ a Elinčin páneček rovněž pobýval v témž městě, dokonce celé dva roky. Opravdu zvláštní náhody a osudové shody.

Příběh, který plně pochopí ten, kdo má zkušenost s Parkinsonem

Romana Věnceková, PK České Budějovice

S tímto životem komplikujícím onemocněním se trápím více jak 10 let. Snažím se užívat co nejméně léků, ale stejně jsem denně na 4-5 Nakomech a Neupro náplasti dvě 8 + 4. Bojuji o každou půlku Nakomu navíc. Snažím se cvičit, chodit - a o výletě na Blaník je tento příběh

V úterý - na Josefa 19. 3. jsme se domluvily s mojí maminkou a kamarádkou, že půjdeme na Blaník. Dámy jsou osmdesátnice, velice čiperné, mně to někdy chodí, někdy ne. Sešly jsme se na autobusovém nádraží v Táboře, bylo krásné počasí. Ubezpečovaly jsme se, že nebude vadit, když nevyjdeme až k rozhledně, stačí i kratší výlet. Autobus nás dovezl do Louňovic pod Blaníkem. Šlo se nám krásně, povídaly jsme si - a brzy jsme byly u rozhledny. Svačina, pohoda, legrác-

ky - a jdeme na Malý Blaník - opět dolů a opět nahoru. Už to bylo trochu nad můj limit, ale mám neskutečnou radost. Ještě se mi ozval fyzioterapeut, který ke mně občas chodí, že má od 19 hodin čas a přijede. Čeká mě tedy luxusní zakončení dne. To si myslím...

V půl šesté se loučíme na nádraží, jdu domů, těším se na sprchu a masáž. Beru poslední půlku Nakomu...

Doma odemykám - a něco se mi nelíbí. Podívám se pozorněji - a chybí výplň

ve vchodových dveřích. V chodbě nepořádek, vyházené věci ze skříní. Nevěřicně se rozhlížím a rychle si беру další půlku Nakomu a volám 158. Policie je tu hned, ještě jedno auto s psovodem a jedno s technikem. Nemohu dovnitř kvůli stopám. Požádala jsem o podání oranžové bundy - dává se do mě zima. Ve skříní není - a již vůbec není. Postupně přijeli tři synové a manžel a procházíme dům. Chybí kolo, počítač, basa, váza, prstýnky, batoh, kabát. Přišla jsem si jak ve snu. Policisté byli zlatí, příjemní, ale všude neskutečný nepořádek. Po třech hodinách odjeli, ješ-

tě jsme zablokovali bankovníctví, karty, uklízeli a já fungovala úplně normálně. Vůbec jsem se neklepala. Druhý den jsem celý uklízela, vyřizovala ještě papíry na policii, pojišťovnu - a bylo mi výborně. Již několik let večer nikam nechodím kvůli třesu, který je i když přidám Nakom.

Dnes to je týden od vloupání. Vše se vrací do normálu, máme nový počítač, syn kovář udělal krásné mříže na dveře a ještě uvidíme, jak dobře máme domek pojištěný. A zase se klepu...

Dá se to pochopit? Jaké máte vy zkušenosti? Napíšete?

Jak se vyrovnat s nemocí, aneb krušný výlet do Krušných hor

Naděžda Štědronská, PK Praha

Odborník radí: Být stále aktivní. Tak aktivní já byla vždy až moc. S přibývajícím věkem pomalu ubývají naši přátelé a známí. Není-li se komu svěřit, hrozí, že zůstaneme se svými starostmi sami. V horším případě i s následnými depresi. Abychom – já a můj životní partner - tomu předešli, snažíme se hýčkat ty přátele a kamarády, kteří ještě zbyli. Ne vždy je to jednoduché.

Tuhle zazvonil telefon a ze sluchátka se ozvalo: „Ahoj, nechtěli by jste přijet, žena bude mít v neděli narozeniny, určitě by měla radost. V 16 hodin bych vás vyzvedl u autobusu“. Samozřejmě že chtěli. A rádi. Hned jsem začala organizovat cestu. Musím předeslat, že už oba dýcháme tento vzduch více než 80 let a čas se na nás hodně podepsal - muž obtížně chodí, mne napadl ten padouch Parkinson a i hlava už začíná stávkovat. Manžel rezignoval a jen se tázal, kdy že to má být. „No asi tuhle neděli“. Nebo říkal nějaké datum? Asi ne, určitě ne... nevím... ano, tuhle neděli.

V sobotu byl nachystaný proviant, který vezeme k takové příležitosti a další den jsme vyrazili. Vlakem. Osobákem do Prahy Hlavní nádraží a tam už byla přistavená očíslovaná souprava Regio Jet. Tímto rychlíkem jsem cestovala již jednou a cesta se mi moc líbila. Připadala jsem si v něm jako kdybych jela v Interkontinental Expressu napříč Amerikou. V povznesené náladě jsme si hned po usazení ke stolečku otevřeli noviny a popíjeli podanou kávu. V půlce cesty jsme si dopřáli ještě nějaké ovoce. Cesta klidně ubíhala a už pomalu začínáme počítat stanice. Most...



Jirkov...Chomutov a Klášterec nad Ohří. Vystupujeme.

Od nádraží musíme ještě autobusem do horské vísy téměř na hranicích. Podle čísel na sloupku u stanice zastavovalo před nádražím několik autobusových linek. Každá vedla jiným směrem a s intervalem asi 2x za dopoledne. Tak kterým pojedeme? Nikde žádní domorodci, není se koho zeptat. Ani pokladní na nádraží nám neporadila. S námi z vlaku vystoupila pouze jedna dvojice. Stáli opodál a něco si šuškali. Z nedostatku dalších informací se manžel na ně obrátil z dotazem, zda se tu vyznají. Nestačil se divit odpovědi. „Něznāju“. Ukrajinci. Nastala komická situace, kdy se dva cizinci domlouvají třetím jazykem. Potíž byla, že ani jeden z nich pořádně rusky nemluvil ani dobře nerozuměl.

Asi po půl hodině přijel první autobus a řidič nás uvedl do reality. Za dalších 30 minut přijede ten „náš“. To už byl manžel unavený a brblal. V autobuse bylo právě jedno dvojsedadlo volné. Ale ouha. Tepr-

ve až jsme se usadili, kolem sebe a na klín rozmístili svá zavazadla, zjistila jsem, že okénko u našeho místa nejde dovřít. Brzy jsme se klepali zimou. Autobus šplhal do strání po poměrně úzké asfaltce lesem, jedna serpentina za druhou, místy ještě lemovaná zbytkem sněhu. Občas zastavil a pomalu se prázdnil, až nás zbylo pět. Ale to jsme byli už na místě.

Do 16. hodiny zbývalo ještě dost času. Pěšky do kopce a se zavazadly se nám nechtělo a tak jsme si zašli udělat radost do útulné místní cukrárny. No to byla nádhara! Výborné dorty v prvotřídním provedení, přímo z rukou majitelky podniku. Luxusní! „Ale ne jen dorty, i ceny. V Praze by za 1 zákusek byla polovina dortu. Nevadí, zasloužíme si to.“

Byly čtyři odpoledne a náš kamarád nikde. Ještě počkáme tak 15 minut a pak budu volat. Cukrárna ve čtyři zavírá. Ale majitelka nás, zřejmě pod dojmem z útraty, nechává ještě sedět a zatím uklízí. A já volám: „Už jsme tady a čekáme na odvoz! – Kde tady? – Na náměstí u cukrárny. – Snad jste nepřijeli už dnes? Slavíme až příští neděli. Nejsme doma, ale ani dnes nebudeme. Spíme u přátel v Karlových Varech - Co budeme dělat? – Podívejte se, jestli vám ještě jede nějaký autobus zpět k nádraží. Teď jsme v kině, musím končit. Ahoj.“

Ani jsem to nemohla takhle říct svému muži. Měla jsem strach, aby jej ta zpráva neporazila. Nakonec jsme měli štěstí. Poslední autobus do Klášterce odjížděl za další půlhodinu a navazoval na rychlík do Prahy. Vše dobře dopadlo, ale já si vyslechla něco o mých ztřeštěných nápadech. A na narozeniny jsme příští neděli už nejeli.

KONTAKTY

Adresa: Společnost Parkinson, z. s., Volyňská 933/20, 100 00 Praha 10

E-mail: kancelar@spolecnost-parkinson.cz

VÝBOR			
Předsedkyně	Ing. Ivana Grusová	602211217	grusova@spolecnost-parkinson.cz
Místopředseda	Ing. Zdeněk Šula	606406186	zdsula@email.cz
Místopředsedkyně	Libuše Fályová	731135418	falyova@spolecnost-parkinson.cz
Člen výboru	Ing. František Klíma	604590597	fjklima@gmail.com
Členka výboru	Zdislava Freund	723123355	freund@spolecnost-parkinson.cz

KLUBY			
Brno	Mgr. Eva Vernerová	606145248	vern.eva@seznam.cz
Červený Kostelec	Helena Kukrálová	737109815	helena@kukral.cz
České Budějovice	Petr Hořava	604259414	horavaml@seznam.cz
Havlíčkův Brod	Jana Růžičková	737557902	ruzickova.brod@seznam.cz
Hradec Králové	Stanislava Pospíšilová	603815285	stanapospisilova@seznam.cz
Liberec	Dagmar Votrubcová	603542136	dagmar.votrubcova@seznam.cz
Mladá Boleslav	Josef Březina	728233022	josef.brezina@cejetice.cz
Olomouc	Mgr. Dagmar Dupalová, Ph.D.	604209687	dagmar.dupalova@upol.cz
Pardubice	Petr Šimon	775954466	petrstepanka@atlas.cz
Plzeň	Valer Mičunda	775342444	val.mic@seznam.cz
Praha	Ing. Ivana Grusová	602211217	grusova@spolecnost-parkinson.cz
Ústí nad Labem	Zdenka Lichtensteinová	721458133	lichtensteinovaz@seznam.cz

KANCELÁŘ			
Kancelář		774 443 561	

Všechny potřebné informace o činnosti Společnosti Parkinson, z. s., najdete na našich webových stránkách
www.spolecnost-parkinson.cz

PK Praha a jeho procházky s Mirkou



Návštěva kláštera Emauzy



V historické části Hlavního nádraží



Návštěva výsrtavy Kooperativa je už tradicí

Děkujeme našim sponzorům



PARDUBICKÝ KRAJ



PLZEŇSKÝ KRAJ



Jihočeský kraj



Olomoucký kraj



HRADEC KRÁLOVÉ



OLOMOUC

B | R | N | O



Pardubice



WIKOV



Medtronic



NEDCON



EOP ELEKTRÁRNY
OPATOVICE



Therap Tilia



NADACE
AGROFERT