**Helppsík 4/2018**

**Obecně prospěšná společnost Helppes – Centrum výcviku psů pro postižené o. p. s.** ® **vám letos nabízí své čtvrté vydání čtvrtletníku Helppsík. Během předchozích měsíců jsme stihli spoustu věcí...**

**Srdečně Vás zveme v sobotu 8. prosince na naši psí mikulášskou besídku.**

**Udělejte radost svému pejskovi, svým dětem i sobě. Dárky máme pro všechny!**

**S sebou vezměte očkovací průkaz s platným očkováním proti vzteklině, psince, parvoviróze, hepatitidě atd. Vstupné dobrovolné.**

**Praha 5, Plzeňská ulice, tram. č. 9 a 10 – zastávka Hotel Golf.**

**Super den 2018**

**Výcvikový areál psů Helppes v pražském Motole se 8. září již po šestnácté stal místem konání největší slavnosti psích pomocníků v ČR – veřejných promocí psích studentů – asistenčních, signálních a vodicích psů. Celým dnem provázeli skvělí a osvědčení moderátoři Patricie Solaříková a Mirek Konvalina.**

Hned v úvodu přítomné pozdravil radní městské části Praha 5 JUDr. Petr Lachnit *(na fotu)*. Patronát nad letošními psími maturanty již tradičně převzaly známé osobnosti, které svým benefičním vystoupením podpořily projekt „Pomoc přichází na čtyřech tlapkách“.

Všichni se samozřejmě velice těšili na vystoupení Karla Gotta, který od roku 2012 nevynechal jediný Super den. Své příznivce nezklamal. Jiskřivý, veselý, plný energie a viditelně ve velice dobré náladě po každé písni předstíral odchod z pódia, čímž zejména fanynky dostával do varu.

Dalšími patrony se stali umělci zvučných jmen... Marta Kubišová, Bára Nesvadbová, Leo­na Šenková, Pavel Callta, Jan Čenský *(na fotu vlevo)*, Martin France, Sámer Issa, Karel Kahovec a George & Beatovens, Jakub Kohák, Bohuš Matuš, Milan Peroutka, Miro Žbirka (podporuje a pomáhá již jedenáctý rok), skupina V-rock a Magic Alex, který na pódiu skvělým způsobem vykouzlil z bedny trenérku i se psem.

Jednou z hlavních hvězd byl ovšem Mystic Star Robin Gold Heart. Televizním divákům asi toto skvěle znějící jméno příliš říkat nebude. Ale je to pravé (dle průkazu původu) jméno miláčka diváků Snídaně s Novou – Snídaňového štěněte Sunnyho, které vyrostlo ve statného psího anděla – pomocníka. Ještě než Sunnyho slavnostně předal Karel Gott, bylo přichystáno malé překvapení. Jméno pro Snídaňové štěně vybírali diváci TV Nova. Nejvíce zaujalo jméno Sunny, které vybral klient Helppes – autista Ondra. Na pódium tak přišel za Sunnym Ondra s maminkou a svým čtyřnohým pomocníkem Spikem. Popřát k promoci přijeli Sunnymu až z Bratislavy i jeho dva bráškové – Kryštof a Ovečkin, kteří mu přivezli krásné a hodnotné dary. Na instagramovém účtu sleduje Sunnyho téměř 25 tisíc lidí. Díky projektu Snídaňové štěně se dostaly milionům diváků informace o významu asistenčních psů i o tom, že asistenční psi nejsou žádní trpící chudáci, ale milovaní parťáci. Text a foto: Jan Šimeček

**Mnohokrát děkujeme Osevě**

**Společnost OSEVA PRO s.r.o. vznikla privatizací a propojením některých částí státního podniku OSEVA Praha. Byla založena v roce 1993 a svou činnost zahájila 1. července 1994.**

V následujícím roce 1995 byla její činnost významně rozšířena vybudováním pracoviště v Západočeském kraji. Svými aktivitami navazuje na dlouholetou tradici jména OSEVA v oblasti výroby, úpravy a obchodu s osivem a sadbou polních plodin i vybudovaných kontaktů se zahraničními semenářskými organizacemi. Rovněž výzkumná a šlechtitelská činnost na vlastních pracovištích se pyšní letitou tradicí (VST Rožnov 1920 a VÚO Opava 1921) podpořenou jejich úspěchy v minulosti.

Proč je pro nás tato společnost tak zajímavá? Protože vymyslela projekt ,,Pomáhejme osivem“ a naše výcvikové středisko mělo to štěstí, že bylo mezi vybranými organizacemi, které byly z tohoto projektu podpořeny. Šek s úžasnou částkou 144 000 Kč nám byl předaný v Bzenci v rámci oslav 100. výročí vzniku Československa a 25. výročí vzniku společnosti OSEVA, a. s.

„Chtěl bych za sebe i všechny obdarované poděkovat vám, našim zákazníkům, že nákupem ryze českých hybridů kukuřice jste pomohli lidem, kteří pomoc potřebují a nedokážou si ji zajistit sami. Myslím si, že akce ,,Pomáháme osivem“ byla úspěšná a že i v převážně komerčním prostředí jde podpořit dobrou věc, ze které mějme společně radost,“ píše Ing. Ladislav Kulas, předseda představenstva OSEVA, a. s., na internetových stránkách Osevy.

**Seniorské hrátky 2018**

**Co si pod názvem Seniorské hrátky představit? Dvouhodinové zastavení v sedmi městech Jihočeského kraje, kdy byl pro seniory připraven bohatý kulturní i doprovodný program.**

Největší hvězdou byla nestárnoucí legenda, zpěvák, herec a moderátor Josef Laufer. Senioři se mimo jiné dozvěděli zajímavé informace o úžasné kartičce plné slev – Senior pasech.

Kromě toho byly nachystány také historky z kriminalistiky k danému místu v podobě vyprávění historika a spisovatele Vladimíra Šindeláře.

Mockrát bychom tímto chtěli poděkovat Martinu Francemu, že jsme se mohli této báječné akce v Českém Krumlově, Blatné a v Českých Budějovicích zúčastnit.

**Seniorům naši pejsci prospívají**

**Dům sociálních služeb Na Neklance s registrovanou sociální službou – pobytovým odlehčovacím zařízením je určený pro seniory od 60 let.**

Odlehčení můžeme vnímat ze dvou hledisek: jednak z pohledu pečující osoby, která je tím, kdo potřebuje odlehčit vzhledem k náročnosti poskytování péče druhému. Nebo slouží tomu, kdo se není schopen již o sebe sám postarat. Významnou a nepostradatelnou součástí odborných pečovatelských a ošetřovatelských služeb je koncepce individuálních a skupinových aktivizačních programů zaměřená na komplexní péči o klienta seniora, na jeho psychiku a prožívání.

Oblíbenou se proto stala pro klienty canisterapie založená na přímém kontaktu klienta se psím terapeutem. Jsme rádi, že právě naši psí terapeuti mohou svou přítomností zpříjemňovat pobyt klientům Neklanky a už teď se těšíme na příští setkání.

**Mail, který nás potěšil**

*… pes jako nejlepší přítel člověka? Ano. Jako pejskařka mohu říct, že tohle platí opravdu na sto procent. Jen pejsek vás vítá, i když odejdete, byť jen na pár minut. Jen pejsek vás ráno při probuzení olízne, i když si člověk sám ráno při pohledu do zrcadla říká, kdo že se to na něj z toho odrazu dívá. A on miluje svého pána tak bezmezně a bez podmínek. Mnoho lidí nikdy neocení, kolik radosti nám ti andělé na čtyřech tlapkách přinášejí. Ale naštěstí je mnoho těch, kteří jsou majiteli pejsků a vyprávěli by celé hodiny o tom, jak jim ten jejich rošťák rozkousal boty a poslintal koberec, ale když ho pokárali a on na ně udělal ten jeho psí pohled… „No můžete se na něho potom zlobit?“*

*Pejskové si nás lidi vycvičili opravdu výborně. Není nic krásnějšího než za jakéhokoli počasí vyrazit na procházku, protože nosit aportem klacek je ta nejlepší zábava, jakou kdo kdy vymyslel. On má radost i za deště i za sluníčkového dne, jen když je se svým pánem a dělají všechny ty super věci. Lidé by si měli uvědomit, že pes je tvor velice chytrý, a může lidem v mnoha situacích i pomoci. Bohužel, informovanost lidí je tak špatná, a navíc si každý v životě všímá jen sám sebe a svých věcí a na okolí se příliš neohlíží.*

*Pracuji v obchodě a chodila k nám na nákup starší paní, která měla veliké problémy se zrakem, a proto měla po svém boku vodicího pejska. Vždy se pro jistotu zeptala, zda pejsek může do obchodu s ní. Samozřejmě že mohl, ona by si přece bez jeho pomoci ani nenakoupila. A já na reakcích svých kolegyní tehdy viděla, jak je ta neinformovanost strašně špatná věc.*

*Uběhl nějaký čas a na internetu jsem našla, že existuje organizace, která se snaží situaci změnit a lidem, kteří mají zdravotní handicap, cvičí pejsky, kteří jim jsou pak celý život pomocníky v různých životních situacích, a hlavně VELKOU psychickou oporou. Proto jsem si řekla, že tohle je přesně ta organizace, která si moje penízky zaslouží, která je dá na nejlepší možnou věc, a začala jsem peníze posílat. V životě potkáváme různé lidi. Co spojuje pejskaře? Pejsci a nějaká zvláštní síla vždycky zařídí, aby se potkali ti správní lidé.*

*Je velice smutný příběh, když člověk, který se rozhodl svůj život věnovat pomoci handicapovaným lidem tím, že jím vycvičí kamaráda pro život nepostradatelného, musí vysvětlovat lidem proč je daný pejsek cvičen pro konkrétního pána, a to jen proto, že lidé místo toho, aby si nejprve na internetu našli nějaké informace a pak se veřejně někde vyjadřovali, se bohužel nejdříve vyjádří a s hledáním informací si úplně hlavu nelámou.*

*Kdyby to totiž udělali, věděli by, že dnes pejsek není jen pomocníkem lidem, kteří jsou upoutáni na invalidní vozík a může jim pomoci s podáváním různých věcí, ale že může pomoci i jako veliká psychická opora u nemocí, které nejsou na první pohled viditelné, ale jsou mnohdy vážnější, než se může zdát.*

*Zdravý člověk, který je šťastným majitelem pejska, může sám vyprávět, obzvlášť pokud má náročné povolání, a občas potřebuje vypnout. „Přijdu z práce domů. Byl to opravdu mizerný den. Uvařím si čaj, sednu ke knížce a u nohou se mi začne ochomítat to moje čtyřnohé štěstí a přinese mi některou ze svých hraček a začne mi hračku podávat. Pohledem, který umí jen on, mi říká:* Nebuď smutná a abys na své starosti zapomněla, pojď a hoď mi míček.

*A v takové chvíli propadnu ve velký smích, protože mi dojde, že on je zkrátka naprosto dokonalý už jen pohledem, který mluví za všechno. Řekne vše, co člověk po mizerném dni potřebuje.“*

*A to máme jen špatné dny, kdy nás občas někdo nazlobí, a to jsou jen malé starosti. Mezi námi jsou děti i dospělí lidé trpící naprosto neviditelnými problémy. Pro ně to však jsou ty problémy opravdu velmi vážné, které jim nesmírně ztrpčují život.*

*Dítko, ale i dospělí mají problém se vypořádat s běžnými životními situacemi už jen třeba tím, že mají přijít do kontaktu s jinými lidmi. Právě v takových situacích je pejsek nejlepším parťákem a pomáhá při navazováním vztahů s okolím.*

*Mluvíme o nich jako o němé tváři. Oni však mluví tou nejkrásnější řečí, která nám všem pomáhá mít život veselý a plný dnů, které jsou naplněny láskou. Nejupřímnějším citem, nepodmíněným penězi nebo majetkem, ale jen tím, že jsme. A ať jsme zdraví, nebo máme potřeby výjimečné, ON je nám stále po boku připraven kdykoli pomoci. DĚKUJEME TI, ANDÍLKU NA ČTYŘECH TLAPKÁCH. Dita*

***… a ještě jeden prima mail***

*Jak jsem už několikrát psala, Helppesáci dovedou dát svoje srdce nejen pejskům, ale i klientům. A vlastně je hodně malá nebo spíš žádná hranice mezi Helppes týmem a klienty. A to, myslím, dělá ten úžasný tým úžasným týmem, super týmem, co myslí a jedná srdcem.*

*A Helppes má srdce hodně veliké. Pro své pejsky i své klienty.*

*To nejsou jen slova. To veliké srdce může vidět každý na vašich akcích, ať jsou to rekondice, tréninky nebo Super den a spousta dalších. A aniž bychom si to uvědomili, když se nás pár sešlo v Helppesu při akreditaci, normálně jsme se spolu bavili a paní hodnotitelka neviděla žádnou bariéru mezi Helppesem a klienty. Ba naopak. Viděla právě tu vzájemnou pohodu, spokojenost, takové fungující soukolí. A tak vlastně funguje celý Helppes. Děkujeme. Petra Urbánková*

**Cukrovka není jen řepa (bohužel)...**

**Cukrovka, nebo-li diabetes, je metla lidstva a to doslova a do písmene. Plíživý zabiják, který nebolí, o to víc nadělá paseky! Proto se v roce 1991 rozhodla Světová zdravotnická organizace společně s Mezinárodní diabetickou federací, že vyhlásí 14. listopad jako Světový den diabetu.**

Proč zrovna toto datum? Protože 14. listopadu 1891 se narodil kanadský lékař Frederick Grant Banting a sté výročí jeho narození byl veskrze příhodný důvod určit den, kdy se bude na celém světě bít na poplach a křičet z plných plic, že cukrovka je potvora, které bychom se měli velkým obloukem vyhnout.

Byl to právě dr. Banting, který se svým asistentem Charlesem Bestem objevil léčebné účinky inzulinu, který – jak známo – produkuje slinivka břišní. Když slinivka inzulin neprodukuje, nedochází tím pádem k přesunu glukózy do buněk, a protože glukóza je zejména pro buňky mozku a červených krvinek jediný zdrojem energie, dostává se naše tělo do velmi svízelné situace, kterou řeší tím, že si glukózu začne nouzově vyrábět odjinud např. z bílkovin ze svalů.

Frederick G. Banting a Charles Best začali nejprve testovat inzulin na psech. Po úspěšných testech přišli na řadu pacienti. Prvním, kdo byl léčený inzulinem, byl v roce 1922 čtrnáctiletý Leonard Thompson. Počátkem roku 1922 byl v kritickém stavu přijat do torontské nemocnice. První injekce inzulinu mu byla aplikována 11. ledna, na tu však měl Leonard alergickou reakci. Proto biochemik dr. James Collip, který se zabýval izolováním inzulinu ze slinivky psů, bleskově vyrobil ještě čistší vakcínu, tu již pacientovo tělo přijalo bez obtíží a v květnu téhož roku byl Leonard Thompson z nemocnice propuštěn.

Fredericku G. Bantingovi byla udělena v roce 1923 za objev léčebných účinků inzulinu Nobelova cena. Udělení této ceny však provázela jistá kontroverze – cena byla totiž udělena zároveň Johnu Macleodu, který se na torontské univerzitě rovněž podílen na výzkumu izolace inzulinu. Dr. Bantingvšak prohlásil, že zásluha Macleoda na objevu nebyla tak zásadní a polovinu své finanční odměny (která je součástí ceny) věnoval svému asistentovi Charlesi Bestovi. Nutno dodat, že se John Macleod „chytl za nos“ a polovinu ze své odměny věnoval Jamesi Collipovi. Dr. FrederickBanting zahynul 21. února 1941 při letecké havárii.

**Vyznáte se ve vánočních zvycích?**

**Proč se na svátek sv. Barbory nosívala do stavení větvička z ovocného stromu?** Aby děvčata zjistila, zda se příští rok vdají – podle toho, zda větvička vykvetla.

**Odkud pochází zvyk zavěšování větvičky jmelí v místnosti?** Z Anglie, málokde chybí o Vánocích zavěšené jmelí. Čím více bílých bobulek jmelí má, tím více štěstí na vás prý v novém roce čeká.

**Proč se věřilo, že hospodyně nesmí vstát od štědrovečerního stolu?** Protože by slepice neseděly na vejcích. Většina vánočních zvyků a pověr se týkala hospodářství – zvířat, polností, ovocných stromů, počasí. Lidé se snažili všemožně zajistit hojnost a zdraví i do dalšího roku.

**Proč se dříve dávaly ve stavení do oken svíčky?** Aby trefily zpátky ke stolu duše zemřelých předků, dokonce se pro ně i prostíralo u stolu.

**Jakým skutkem získal sv. Mikuláš pověst o své dobrotivosti?** Vlastními penězi vykoupil tři dcery jednoho kupce z nevěstince.

**Z čeho se skládal tradiční český vánoční pokrm muzika?** Z kousků sušených švestek, jablek, hrušek a meruněk, které se rozvařily s hřebíčkem a skořicí, přidala se lžíce povidel, rozinky, vlašské ořechy a nastrouhaný perník. Vše se následně ještě krátce povařilo a muzika se podávala horká na předem nahřátých dřevěných miskách.

**Co bylo hlavní složkou pučálky – oblíbeného pokrmu z pohanských dob?** Hrách. Nabobtnalý se nechal 2–3 dny klíčit – pučet. Pak se opražil na omastku nebo na sucho a podával se slazený medem, cukrem nebo osolený a opepřený. O Vánocích a Velikonocích (velikonoční pražmo) prodávaly pučálku v Praze v Kotcích tzv. baby Pučálnice.

**Přátelé,**

**to je z letošního čtvrtého čísla Helppsíka všechno. Přejeme hodně zdraví vám i vašim pejskům. Mějte se všichni moc hezky, opatrujte se a nad stránkami našeho bulletinu se těšíme na shledanou. Máme vás rádi.**

**Váš Helppsík**