

O činnosti Parkinson Klub Brno (PKB) v roce 2009

Brněnský Klub Parkinsoniků je jedním z dvaceti regionálních klubů Společnosti Parkinson, o.s., Volyňská 20, Praha. V roce 2009 oslavil **11.výročí svého založení**. Za tuto dobu se dostal nejen do povědomí brněnské veřejnosti, sdělovacích prostředků, ale stále nachází další příznivce.

Stejně jako v předchozích letech se zaměřuje na různé pohybové aktivity. **Rehabilitační cvičení v tělocvičně se koná každý čtvrtek** pod odborným vedením studentů magisterského studia a pro tuto práci zkušených fyzioterapeutů Kliniky funkční diagnostiky při FN u sv.Anny v Brně.

Od ledna 2009 se zájemci scházejí pravidelně **každé úterý v hale Moravské Slavie a trénují stolní tenis**. Díky pochopení vedení Moravské Slavie jsme získali slevu na úhradu pronájmu.

V podzimních měsících jsme obohatili naše **pohybové aktivity cvičením v bazénu**, rovněž pod vedením fyzioterapeutů Kliniky funkční diagnostiky při FN. Dle zájmu můžeme využít whirlpool, infrasaunu a parní kabinu. I když pronájem bazénu je finančně dosti náročný, podílí se členové PKB jen částečně, zbytek pronájmu je hrazen ze sponzorského daru Nadace zdraví pro Moravu. Toto cvičení nám přináší největší radost a dobrou fyzickou kondici. S příchodem jara se těšíme na jeho pokračování. Někteří naši členové s úspěchem absolvovali **individuální logopedická cvičení**.

Neustále se přesvědčujeme o tom, že informace o PN a dalších průvodních problémech je důležitou pomocí nemocným. Proto **pořádání odborných přednášek** zůstává naším nosným programem. Letošní rok byl obzvláště bohatý.

V březnu se ve své přednášce zaměřil doc.MUDr. M.Bareš na **„Noc parkinsonika“**. V dubnu jsme uspořádali konferenci **„Aktivně v životě i v léčbě“** za účasti odborníků na problémy spojené s Parkinsonovou chorobou:

prof.MUDr. I.Rektor, CSc, doc.MUDr. I.Rektorová, PhD,
MUDr. M.Baláž – za I.neurologickou kliniku LF MU ve FN U sv.Anny v Brně, dále doc.MUDr. J.Roth, CSc a MUDr. T.Uhrová z VFN Praha, 1.LF UK. Děkujeme společnosti Boehringer Ingelheim s.r.o. za podporu projektu k 12.Světovému dni Parkinsonovy nemoci, díky kterému se tato konference uskutečnila.

Poslední přednáška v roce 2009 „Smysl života s nemocí“, se uskutečnila společně s psycholožkou PhDr. Martou Pšikalovou. Že nemoc nemusí být jen omezením jsme se přesvědčili i při následujícím cvičení v tělocvičně, které bylo součástí tohoto listopadového odpoledne. Užili jsme si hodně radostí.

Obě přednášky (březen, listopad) se konaly pod záštitou a s přispěním firmy GSK, která nám zachovává svoji přízeň a podporu, což je pro nás velkým přínosem.

Pravidelná setkávání se pro mnohé členy stala nedílnou součástí terapie. Těší se nejen na shledání s přáteli, ale také zajímavý program, který na žádném setkání nechybí. Nemalý dík za to patří diecézní radě Církve Československé Husitské, která nám již druhým rokem bezúplatně poskytuje své prostory pro naše potřeby.

Z programů klubových odpolední lze například jmenovat:

- Besedy a praktická cvičení s logopedkou, psycholožkou
- Povídání o hudbě a jejích účincích na zdraví
- Zpívání pro pamětníky s kytarou Jiřího Látala a podobně

Jednou z dalších akcí byla návštěva PhDr. Kateřiny Solárové. Vyprávěla o své odborné stáži ve Francii, kde získala spoustu důležitých poznatků, zkušeností, materiálů a kontaktů (mj. se společností France Parkinson). Zaujala nás sdělení o lékařské péči a sociálním zázemí francouzských parkinsoniků.

Mezi nejúspěšnější řadíme také besedu s brněnským dokumentaristou, cestovatelem a fotografem panem Markem Srbou. V duchu jsme se přenesli do Jižních Čech, na Třeboňsko, v povídání o historii budování rybníků v Čechách, nebo o výlovu kaprů. Bylo pro nás velkou ctí a potěšením setkat se s osobností, jehož výstavu fotografií obdivovali v loňském roce i pařížané. Některé z nich jsme mohli vidět i my.

Dojemné loučení se starým rokem nám připravili posluchači PF MU v Brně svým hudebním vystoupením laděným do vánočních tónů.

Důležitou součástí klubových aktivit jsou návštěvy divadelních představení. Především na Hudební scéně Městského divadla v Brně, letos muzikálů **Bídníci**, **Evita** a **Mozart**.

Díky projektu Nadace zdraví pro Moravu a s podporou ČR Brno jsme opakovaně „Zpívali pro zdraví“ s cimbálovou muzikou. Vstupenky jsme obdrželi jako sponzorský dar Nadace zdraví pro Moravu, stejně jako na divadelní představení „Žárlivost“ v Rubínu. Zúčastňujeme se také představení divadelního souboru

SLAWJENA, který nám rovněž věnoval vstupenky jako sponzorský dar.

„Hýbejte se pro zdraví brněnští draci v jednom kole!“

S tímto sloganem jsme v srpnu opět nastupovali do **sportovního klání na 2.Parkinsoniádě v Dubňanech**. Letos nás doprovázela jako čestný host paní Věra Černá, poslední Československá mistryně světa ve cvičení na kladině. Prožili jsme den plný sportu a radosti mezi dobrými přáteli. Přivezli jsme nejen stříbrnou a bronzovou medaili, ale mnoho nezapomenutelných vzpomínek. Velké poděkování patří celému dubňanskému realizačnímu týmu, který během celého dne svědomitě pečoval po všech stránkách o účastníky Parkinsoniády.

Přes mnohá zdravotní omezení našich členů jsme se účastnili **Sportovního dne ve Zlíně a Vánočního turnaje ve stolním tenise v Olomouci**. Děkujeme organizátorům za pozvání.

„I.Sportovní Bukovinka“ je název naší vlastní sportovní akce, kterou jsme zorganizovali díky pozvání manželů Varmužkových. Přes nepřízeň počasí se naše sportovní klání velmi vydařilo, ve sportovních soutěžích nám pomáhalo nové klubové tričko s logem PKB. Měli jsme možnost přivítat pana Václava Moudrého z Kanady, který zde společně s námi prožil kousek své dovolené v Česku. A prý byla zatím ze všech nejlepší! Těšíme se, že Bukovinka doplní naše dosavadní „trvalky“ různých aktivit.

Na **oslavě 11.výročí založení Klubu**, u příležitosti 12. Světového dne Parkinsonovy nemoci jsme se setkali se vzácnými hosty: Doc.Irenu Rektorovou, naší odbornou lékařskou garantkou a předsedou Společnosti parkinson Ing. Václavem Veselým. Jak se stalo již tradicí, akce se konala v prostorách Galerie Hády. Hráli a zpívali naši přátelé ze skupiny Kamarádi: Jiří Látal, Dáša Hlaváčková a Vojta Polanský s programem nazvaným **„Zpívejte lidičky“**.

Jako dárek k našemu jubileu jsme poprvé společně otevřeli **webové stránky brněnských parkinsoniků**. Za jejich vznik a následnou aktualizaci vděčíme Vladimíru Vernerovi, synovi našeho člena. Veškerou práci vykonává zdarma. Bez nároku na odměnu nám také vytvořil **nové klubové logo** výtvarník a ilustrátor Jaroslav Beneš, děkujeme.

Klub parkinson Brno také letos zviditelnila na veřejnosti relace ČR Brno **„Apetýt“**. Hosty moderátorky Zdeny Dufkové tentokrát byly - doc.MUDr. Irena Rektorová, Ph.D., vedoucí centra pro kognitivní poruchy 1. Neurologické kliniky LF MU, FN

u sv. Anny v Brně, za PKB Mgr. Eva Vernerová a Ing. Helena Heimannová. Děkujeme ČR Brno za opakované projevy této přízně.

Brněnská veřejnost je opakovaně informována o PKB v Deníku Rovnost, týdeníku „Nos“ a měsíčníku „program Brněnsko“. Zveřejňování zpráv o naší činnosti je těmito periodiky sponzorováno.

Pro velký úspěch jsme i letos zopakovali **2.adventní setkání v Galerii Hády**, které obohatila **výstava betlémů**, program dětí ze souboru Líšňáček a MŠ při ZŠ Horníkova. Přišel i Mikuláš se svojí družinou!! Naděloval dárky aktivním členům klubu a bylo opět veselo. Naše díky patří vedení ZŠ Horníkova za možnost tato naše setkávání v prostorách školy realizovat.

Věkový průměr našich členů je 73 let. To je fakt, který sám za sebe hovoří o možnostech jejich začlenění do aktivit Klubu. Klub Parkinson Brno registruje v současné době asi 130 členů, kterými jsou nejen parkinsonici, ale i rodinní příslušníci a lékaři. Vzhledem ke zmíněnému vysokému věku většiny členů a jejich zdravotnímu stavu se aktivit pořádaných PKB může zúčastňovat pouze asi 40 z nich. S těmi, kteří již nemohou z domova vycházet jsme v písemném a telefonickém kontaktu, dle možnosti je také navštěvujeme. Rádi bychom i pro ně zorganizovali rehabilitační cvičení v rámci domácí péče, případně zajistili dopravu na specializované rehabilitační pracoviště, nebo některou z našich akcí, ale finanční prostředky k realizaci jsme doposud nenašli.

Pohlédneme-li ve vzpomínkách k výše jmenovaným činnostem klubu, máme velký pocit uspokojení z toho, kolik pomoci, radosti a příjemných chvil jsme parkinsonikům z Brna a okolí připravili. Obdivuhodné je to, jak malý počet lidí tohle vše dokázal. Proto je naším stále velmi aktuálním úkolem hledat aktivní členy, rodinné příslušníky nebo příznivce pro práci, které se PKB věnuje.

Naše plány pro příští období zahrnují především pokračování a zachování vynikající úrovně zmíněných aktivit. Důkazem toho je například nová **spolupráce s firmou Energy Group a.s.**, která vyrábí a prodává přírodní bylinné preparáty a regenerační kosmetiku. Někteří naši členové obdrželi v tomto roce jako sponzorský dar přípravky Geriatrim. Svým unikátním složením mimo jiné zkvalitňuje spánek, dodává životní sílu a optimismus. Napomáhá také odstraňovat negativní projevy stárnutí. Budou brněnští parkinsonici s Energy mládnout?

Závěrem zbývá poděkovat Společnosti Parkinson za takové akce, jako byl **Benefiční koncert, výstup na Říp, Pražský podzim** a jiné. Ze zdravotních důvodů se mohli účastnit jen někteří z brněnských členů, ale o krásné zážitky se s ostatními rádi podělili.

Úspěšnost léčby PN je závislá na účinnosti léků, psychické pohodě a dobrých, i když přiměřených pohybových aktivitách. To je a zůstává jako hlavní motto pro činnost PKB i v roce 2010. Přejeme sobě i vám všem, aby tyto atributy byly v plné míře naplněny a PKB uspokojil parkinsoniky a jejich rodinné příslušníky svojí nabídkou.

Hodně nových podnětů pro upevnění a zlepšení zdraví přejeme nejen parkinsonikům a jejich rodinám v Brně, ale také všem členům Společnosti Parkinson v celé České republice, přátelům parkinsonikům v Polsku i na Slovensku.

Mnoho dalších informací o nás na adrese:

www.parkinson-brno.cz

Za výbor Parkinson Klub Brno
Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně

Brno 11. 1. 2010