

# VÝROČNÍ ZPRÁVA PARKINSON KLUB BRNO, SPOLEČNOST PARKINSON, z. s. ZA ROK 2017

## Počet členů a jejich zapojení do akcí klubu

K 30. listopadu 2017 eviduje PKB 81 členů. Z tohoto počtu 7 členů neuhradilo členské příspěvky za rok 2017 a budou z databáze vyjmuti. Takže **skutečný stav je 74 členů**. Z tohoto počtu se aktivně zapojuje do činnosti klubu 35 členů, asi 47%. Dalších 28% je zapojeno s menší aktivitou díky svému zdravotnímu stavu. Přibližně 25% členů se aktivit klubu nezúčastňuje, zaměřuje se pouze na odebrání časopisu Parkinson. Přesto se o činnost klubu zajímají, jsme s nimi ve spojení telefonickém, emailem apod. Dle možností je navštěvujeme a jsme nápomocni alespoň radou a povzbuzením. Věkový průměr členů je 71 roků, pohybuje se od 45 do 86 let. V roce 2017 se do PKB **přihlásilo 17 nových členů**.

## Spolupráce s lékařským garantem

Od vzniku PKB je lékařským garantem paní profesorka Irena Rektorová Ph.D, Neurologická klinika LF MU v Brně, Fakultní nemocnice u sv. Anny (FNUSA), vedoucí Aplikované neurovědní skupiny Středoevropského institutu CEITEC MU Brno. Paní profesorka Rektorová je s námi v kontaktu v průběhu celého roku, informuje nás o novinkách v léčbě PN. Její spolupracovníci z CEITECU nás navštěvují na klubových setkáních. Mnozí členové se opakovaně zúčastňují na výzkumném pracovišti CEITEC projektů, a napomáhají tak uplatnění výzkumu v léčbě PN. V roce 2017 se účastnili výzkumného projektu **Řeč a písmo u PN**, letos dochází na měření pro výzkumnou činnost **Posturálních změn při chůzi u pacientů s PN**.

23. listopadu 2017 nám paní profesorka přednášela na téma **Genetika a PN**, což je jeden z dalších projektů CEITECU. Zúčastnilo se asi 70 osob, nejen parkinsoniků, ale i rodinných příslušníků z Brna, a dalších parki-klubů. Byli jsme překvapeni, kolik novinek o PN je za poslední krátkou dobu nashromážděno. Pochopitelně jako vždy byla bohatá diskuze, kde se každý účastník dověděl i o svých osobních problémech v léčbě. V této souvislosti nelze opomenout skutečnost, že i další neurologové z FNUSA jsou nám kdykoliv nápomocni radou i realizací přednášky. A to především pan Doc. Marek Baláž. Propagaci zajišťujeme průběžně na nástěnce na Neurologické klinice FNUSA, včetně činnosti PKB, v případě potřeby instalujeme letáky ve Vojenské nemocnici, FN Bohunice, Poliklinika Lesná a dalších.

## Jak se daří společná cvičení

Lékaři jsou nám nápomocni především tím, že při každé příležitosti pacientům zdůrazňují důležitost pohybu. Na všech cvičeních je tak přátelská atmosféra, že se na něj členové vždy těší. Smlouvy o pronájmu prostor a odměny cvičitelům zajišťuje vedení klubu, včetně odvádění daní na FU.

- a) Základem pohybových aktivit PKB je **rehabilitační cvičení v tělocvičně** (Sportbalkán, Jugoslávská 5, Brno) každý čtvrtek pod vedením zkušené fyzioterapeutky - rehabilitační pracovnice Úrazové nemocnice v Brně, Kateřiny Bazalové.
- b) Oblíbenou rehabilitační aktivitou je **cvičení v bazénu**. Pět let jsme cvičili v bazénu se slanou vodou ve FITNESS CENTRU Hotelu International Brno na Husově ulici. Letos pouze v 1. pololetí. Z komerčních důvodů nám nebyla smlouva prodloužena. Intenzivně hledáme jiný pronájem bazénu, abychom mohli v roce 2018 pokračovat. Z důvodu zavedení povinného plavání ve školách mají bazény v Brně naplněnou kapacitu. Jako malou náhradu jsme uskutečnili návštěvu termálního bazénu v Mušově. Členové byli nadšeni, takže i to je další varianta pro rok následující.
- c) Nedílnou součástí pohybových aktivit PKB je pravidelný **trénink stolního tenisu** každé úterý v klubovně Spartaku Slatina, Tuřanka 1, Brno. Letos jsme v této oblíbené činnosti slavili 10. výročí.
- d) Také **pravidelné trénování bowlingu** od roku 2014 je hojně navštěvováno. Zejména proto, že členové pod odborným vedením zlepšují své výsledky. Trénink je pravidelně 1 krát za 14 dní v bowlingové hale Bobby centrum v Brně. Jde o příjemné prostředí čtyřdráhové haly, navazující na moderní restauraci s barem, vybavenou i pro další hry (šipky, kulečnický, stolní fotbal).

Pravidelná návštěva při rezervaci dvou drah a elektronické zaznamenávání výsledků vnučka Liborovi Jašovi myšlenku využít těchto výhod pro soutěžení. Přišel s perfektním nápadem, založit **Klubovou bowlingovou ligu**. Průběžně všechny informuje a po skončení podzimního a jarního kola organizuje slavnostní vyhlášení výsledků, podle kterých jsou hráči odměňováni. Naposledy to bylo 24. června 2017, kdy byl vyhodnocen 1. ročník 2016/2017.

- e) Rádi chodíme na **různé vycházky**, nejčastěji do Arboreta MU v Brně, kde se konají různé výstavy orchidejí a dalších květin dle ročního období.
- f) Letos jsme se poprvé účastnili v počtu 25 členů klubu s rodinnými příslušníky **aktivizačního pobytu na Třech studních**. Vedoucí pobytu z pořádající organizace Filiánek připravily přebohatý program. Do cvičení dvakrát denně byly zařazeny i smíchovky. Nechyběla logopedická cvičení, vycházky a sportovní klání bylo završeno olympiádou se zajímavými disciplinami, např. oblíbená finská hra mölkky, hod šiškou na cíl, hod berlí do dálky apod. Po celou dobu nám dělal příjemnou společnost Bastík, canystrapeutický pes.
- g) Také v roce 2017 jsme zorganizovali společný **léčebný pobyt** pro 15 členů v Lázních Hodonín. Opět se vydařil po všech stránkách a vzhledem ke spokojenosti účastníků jej zopakujeme i v roce 2018. Jedinou jeho stinnou stránkou je jeho vyšší cena, kterou však plně kompenzuje vjímaná péče a kvalita služeb.

h) Přímou s nadšením se naši členové účastní **pohybových seminářů**, které pro nás několikrát ročně organizuje Fakulta sportovních studií MU. Seznamujeme se na nich nejen s různými hrami a formami pohybu, ale také netradičními rehabilitačními pomůckami. Společný pohyb je pro členy PKB především radost, pohybových aktivit je dostatek, jsou hojně navštěvovány, každý si může vybrat dle své chuti. Informace o rehabilitačních cvičeních získávají pacienti na webových stránkách PKB nebo přímo zasíláním zpráv emailem i ústním podáním.

### **Oblíbené akce, na které mohou přijet i členové jiných klubů**

Na všechny akce pořádané PKB pravidelně zveme všechny kluby, některé se také opakovaně účastní, stejně tak jako naši členové jezdí na sportovní soutěže klubů v dosažitelné vzdálenosti. Kromě výše jmenovaných akcí také srdečně zveme:

- Klubový turnaj ve stolním tenise Memoriál Luboše Vernera
- Sportovní setkání - Bukovinský pohár v Bukovince
- Jarní a podzimní turnaj v bowlingu
- Sportovní den Velké Němčice
- Slavnostní setkání **k poctě výročí založení PKB u příležitosti Světového dne PN** (duben 2018) v Divadle Bolka Polívky a na hradě Špilberku.

Posledním Adventním setkáním jsme se rozloučili s rokem 2017. Bylo to ve středu 13. prosince od 14 hod. v restauraci U čápa, s bohatým programem a opět pohybem při tanci.

### **Pravidelné akce jsou stále pevným základem činnosti**

- setkání v klubovně, každá 3. středa v měsíci, budova CČSH Husova 16, Brn
- rehabilitační cvičení v tělocvičně každý čtvrtek, Sport-balkán, Jugoslávská 5, Brno
- trénink stolního tenisu pravidelně každé úterý, Spartak Slatina, Tuřanka 1, Brno
- trénink bowlingu, pondělí 1x za 14 dnů (v týdnu, kdy není bazén), Bowling Boby Královo Pole, Sportovní 2a, Brno (spojený s Bowlingovou ligou parkinsoniků)
- rehabilitační cvičení v bazénu 1x za 14 dnů, Fitness centrum hotel International (v roce 2017 ukončen)
- Adventní setkání v restauraci s bohatým programem uzavírá pravidelně každý rok
- generální zkoušky muzikálů MDB (leden, květen, říjen, prosinec)

Nemalý podíl na úspěšnosti našich aktivit je **podpora Magistrátu města Brna**. Díky úspěšnému projektu (vytvořil pan Ján Jačisko) jsme opět obdrželi finanční dotaci.

Za přidělení dotace MMB jsme velmi vděční. Umožňuje našim členům kvalitně prožívat radosti života i přes obtěžující příznaky nevléčitelné choroby. Tedy aktivně prožívat **Pohyb versus život**, jak byl projekt 2017 nazván. S finančními prostředky nakládáme velmi uvážlivě a pouze ve prospěch našich členů.

## Zamyšlení předsedkyně závěrem

S vděčností chci poděkovat všem členům klubu, kteří přidali svou „ruku“ ke společnému vytváření přátelského kolektivu, vzájemné pomoci i organizování činnosti klubu. Mnozí neváhali zapojit i rodinné příslušníky, což byl pro klub velký přínos. Vřele děkujeme všem, kteří nás finančně podpořili darem osobně, nebo našli sponzora.

Z výsledků našeho společného snažení mám velkou radost, je pro mne dopingem pro další práci. Žádnou radost mi nedělá stále neurovnaná symbióza s vedením Společnosti Parkinson, z.s. Proto jsem velmi hrdá, že my smýšlíme jednotně, což mne naplňuje důvěrou ve vás všechny.

Musím důrazně opakovat své dvě výzvy z loňského roku.

- Přemýšlejte, jak můžete prospět svému klubu, síly nás „úřadujících“ slábnou. Pomozte najít mladší a akceschopné nástupce. Opět zdůrazňuji, že rozvinout práci klubu do dnešních rozměrů byla trpělivá cesta mnoha let a zahodit všechno úsilí, které bylo vynaloženo mnoha lidmi pro nejaktivnější a největší klub v republice, by bylo hanebné.
- V roce 2018 budeme připomínat 20. výročí jeho založení. Mnoho přátel a významných lidí se rozhodlo s námi spolupracovat a pomáhat nám. Prosím, zúčastněte se, přiveďte svoji rodinu, přátele a známé do Divadla Bolka Polívky v sobotu 7. dubna odpoledne a 8. dubna na Špilberk. Ukažme Brnu, že parkinsonici žijí aktivně a v radosti. Bude to váš velký projev sounáležitosti s klubem parkinsoniků v Brně.

Pozvánku a informace obdržíte včas!

Přeji vám všem hodně zdraví, plno krásných chvil pro každý den, plno chápajících lidí kolem sebe a radost pro všechny dny příští.

Za výbor PARKINSON KLUB BRNO  
Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně

V Brně 18. února 2018

[www.parkinson-brno.cz](http://www.parkinson-brno.cz)