



Informace k roku 2021

Důležité akce:

- 1. ČLENSKÁ SCHŮZE ROSKY PRAHA / termín bude upřesněn**
- 2. MaRS – maraton s roztroušenou sklerózou / 19. – 20. 3. 2021 – po celé ČR, v Praze přesné místo bude upřesněno**
- 3. Sportovní hry – 4. Roskiáda / 17. – 19. 09. 2021, Nymburk.**
Pořádá Unie Roska

Prosíme všechny členy, aby se průběžně informovali o dalších akcích, které bude naše organizace pořádat. Aktuální informace naleznete na www.roska-praha.cz nebo Vám je rádi sdělíme na telefonním čísle 266 712 511.

1. Členství

Naše samostatná regionální organizační jednotka je základním článkem spolku Unie Roska, České MS společnosti.

Členský příspěvek na rok 2021 činí 150 Kč. Tento příspěvek prosím uhradte na náš účet 1824319/0800 nebo v hotovosti v MS Centru Roska Praha. Variabilní symbol této platby je 11. Můžete-li, rádi přivítáme i vyšší částku. **Při platbě musí být uvedeno jméno a příjmení člena.**

Úhradu členského příspěvku Vám potvrdíme do členského průkazu na základě předložení dokladu o platbě, který zasílejte na adresu MS Centrum Roska Praha, Tusarova 10, 170 00 Praha 7.

Členskou agendu zajišťuje Eva Urbanová, tel: 266 712 511, e-mail: centrum@roska-praha.cz. Případné změny Vašich osobních údajů (jméno, adresa, telefon, e-mail, průkaz o stupni postižení apod.) je nutné nahlásit na výše uvedeném kontaktu.

2. Rekondiční pobyty se zdravotním programem

Celková doba rekondičních pobytů nesmí přesáhnout 21 dotovaných dnů/1 rok (počítají se i akce pořádané jinými subjekty). Podrobnosti k jednotlivým rekondičním pobytům Vám sdělí vedoucí akce, který za ní zodpovídá.



Osoby, které potřebují osobní asistenci, jsou povinny si ji samostatně zajistit. Vedoucí rekondičního pobytu může požadovat před odjezdem na rekondiční pobyt lékařskou zprávu o aktuálním zdravotním stavu účastníka.

- 1. Exodus Třeboň u Plzně – bezbariérové / 02. 05. – 08. 05. 2021**
rekondiční pobyt více zaměřen na ergoterapii
zodpovídá: Alice Plundrová
telefon: 724 549 291 email: aliceplundrova@seznam.cz
- 2. Hotel pod Hořicí, Soběšice – bezbariérové / 12. 06. – 19. 06. 2021**
v hotelu krytý bazén (v ceně), sauna, masáže a hydromasáže (dle hotelového ceníku)
zodpovídá: Mgr. Daniela Bláhová
telefon: 774 185 784 e-mail: danielab@roska-praha.cz
- 3. Kladruby – hiporekondice / 13. 06. – 18. 06. 2021**
zodpovídá: Tamara Kynclová
telefon: 606 079 288 e-mail: Kynci@seznam.cz
- 4. Kladruby – hiporekondice / 20. 09. – 26. 09. 2021**
zodpovídá: Tamara Kynclová
telefon: 606 079 288 e-mail: Kynci@seznam.cz
- 5. Trnávka Želiv – fyzicky náročnější / 19. 09. – 25. 09. 2021**
zodpovídá: Helena Nedvědová
telefon: 723 317 776 e-mail: hela.ned@seznam.cz
- 6. Exodus Třeboň u Plzně - bezbariérové / 26. 09 – 02. 10. 2021**
rekondiční pobyt více zaměřen na ergoterapii
zodpovídá: Alice Plundrová
telefon: 724 549 291 email: aliceplundrova@seznam.cz
- 7. ÚPS Mačkov – bezbariérové / předpokládaný termín říjen 2021**
V Domově Petra je krytý bazén a masážní lůžko (dle ceníku)
zodpovídá: Mgr. Daniela Bláhová
telefon: 774 185 784 e-mail: danielab@roska-praha.cz

Účastnický poplatek členů činí zpravidla 400 Kč/osoba/den. U rekondičního pobytu č. 2, Hotel pod Hořicí činí účastnický poplatek 600 Kč/osoba/den. Účastnický poplatek členů, kteří z dietních důvodů chtějí rekondiční pobyt bez stravy, činí zpravidla 300 Kč/ osoba/den a u rekondičního pobytu č. 2, Hotel pod Hořicí 500 Kč/ osoba/ den.

Jednotlivé ceny rekondičních pobytů se mohou lišit dle aktuálních finančních možností organizace nebo nabízených služeb.



Platba za rekondiční pobyty musí být uhrazena vždy 14 dní před odjezdem převodem na účet Rosky Praha 1824319/0800 nebo v hotovosti v MS Centru Roska Praha, Tusarova 10, Praha 7.

Storno poplatky budou v případě neúčasti účtovány vždy dle pravidel ubytovacích zařízení.

V ceně rekondičních pobytů není zahrnuto pojištění účastníka. Doporučujeme všem účastníkům těchto pobytů, aby se pojistili.

3. Individuální rehabilitace

3.1 Individuální rehabilitace osob s průkazem ZTP/P je realizována u klienta odbornými rehabilitačními pracovníky zdravotnického zařízení **Monada** www.monada.cz.

Účastnický poplatek členů činí 2 500 Kč/10 hod. cvičení. Pro klienty pojišťovny OZP činí účastnický poplatek 5 800 Kč/10hod. cvičení, z důvodu, že klinika Monada nemá smlouvu s touto zdravotní pojišťovnou. Variabilní symbol této platby je 14. Možnost využití maximálně 2x v roce. Kopie potvrzení o zaplacení zasílejte na adresu MS Centrum Roska Praha, Tusarova 10, 170 00 Praha 7.

3.2 Centrum **Rehafit** Gen. Janouška 902, Praha 9, www.rehafit.cz, poskytuje rehabilitaci členům s průkazem ZTP/P. Příspěvek od naší organizace může činit až 2500 Kč/ rok.

Zodpovídá Mgr. Daniela Bláhová, telefon: 774 185 784, e-mail: roska@roska-praha.cz

3.3 Rehabilitační cvičení na **amerických stolech** – možno dle vlastního výběru. **Příspěvek od naší organizace činí 200 Kč/ 10 hod.** Tento příspěvek bude proplacen v MS Centru Roska Praha, a to na základě předloženého dokladu o provedené platbě.

3.2 Možnost zapůjčení rehabilitačních přístrojů – MOTOMed, rotoped a vozík. Zápůjční doba je zpravidla 1 měsíc. Poplatek individuální. Variabilní symbol této platby je 142.

Zodpovídá Eva Urbanová, telefon: 266 712 511, e-mail: centrum@roska-praha.cz.

4. Rehabilitační plavání

Rehabilitační plavání se koná v bezbariérovém bazénu Šutka, Čimická 848/41, Praha 8. Roska Praha přispívá na zakoupené permanentky v ceně 500Kč/150 Kč a v ceně 1000 Kč/300 Kč. Příspěvek Vám bude vyplacen oproti účtence za permanentky v MS Centru Roska Praha, Tusarova 10, Praha 7. Ke vstupu je třeba zakoupit čip, který je na dobu neomezenou, každý člen si ho hradí sám a zůstává tak jeho majetkem.

Zodpovídá Eva Urbanová, telefon: 266 712 511, e-mail: centrum@roska-praha.cz



5. Skupinová rehabilitace

Rehabilitační cvičení probíhá průběžně po celý rok pod odborným vedením vyškolených cvičitelek v pravidelných termínech v MS Centru Roska Praha, Tusarova 10, Praha 7.

- | | | | |
|-------------------|--------------------|------------|--|
| 1. Pondělí | 09:30 – 10:30 hod. | | cvičí Alice Plundrová
(pro osoby s průkazem ZTP/P zajišťována doprava mikrobusem) |
| 2. Pondělí | 18:00 – 19:00 hod. | Hatha Jóga | cvičí Ing. Petra Hrbková |
| 3. Úterý | 10:00 – 11:30 hod. | | cvičí Ivana Rosová
(pro osoby s průkazem ZTP/P zajišťována doprava mikrobusem) |
| 4. Úterý | 13:00 – 14:30 hod. | | cvičí Ivana Rosová |
| 5. Čtvrtek | 10:00 – 11:30 hod. | | cvičí Jana Císařová |
| 6. Čtvrtek | 16:30 – 17:45 hod. | | cvičí Jana Císařová |

Účastnický poplatek členů činí paušálně 300 Kč/osoba/rok. Variabilní symbol je 15.

Doprava mikrobusem se řídí stanovenými pravidly. Základní podmínkou je vytížení mikrobusu (alespoň 3 přepravované osoby). **Účastnický poplatek členů s průkazem ZTP/P činí paušálně 500 Kč/osoba/rok. Variabilní symbol je 151.**

Zodpovídá Jana Císařová, telefon: 737 936 567, e-mail: janac@roska-praha.cz

6. Sociální rehabilitace

Roska Praha je registrovaným poskytovatelem služby sociální rehabilitace. Služby jsou poskytovány zejména v MS Centru Roska Praha, v terénu na základě předběžné domluvy a na pobytových akcích. Podle zájmu a možností budou pořádány akce sociální rehabilitace - např. z oblastí ergoterapie, arteterapie, dalšího vzdělávání, tréninku myšlení a paměti, přednášky, kurzy, workshopy či jiné akce. V případě zájmu zaškrtněte v přihlášce, že máte zájem o informace, týkající se akcí sociální rehabilitace. Zodpovídá Mgr. Daniela Bláhová a Martina Vitvarová, DiS, telefon: 774 185 784, 266 712 511 e-mail: danielab@roska-praha.cz, socialnip@roska-praha.cz

7. Denní stacionář, kontaktní místo, odborné přednášky

MS Centrum Roska Praha, Tusarova 10, 170 00 Praha 7. Za činnost MS Centra Roska Praha odpovídá Eva Urbanová, tel./fax: 266 712 511, e-mail: centrum@roska-praha.cz.

Rádi přivítáme Vaše návrhy na aktivity, o které byste měli zájem. Své návrhy hlaste v MS Centru Roska Praha nebo na e-mail: roska@roska-praha.cz.



8. Komplexní poradenství

Jsou to poradny zdravotní, sociální, právní včetně pracovně právní, psychologická a zdravé výživy. Jsou poskytovány osobně převážně v MS Centru Roska Praha po předchozí domluvě nebo na e-mailu poradna@roska-praha.cz.

9. Pravidla účasti na akcích s poplatky

1. Dotované akce jsou výhradně určeny pro **postižené roztroušenou sklerózou**. Výjimkou mohou být jen průvodci a asistenti imobilních osob s RS a průkazem ZTP/P. V případě volného místa se jich mohou zúčastnit i jiné osoby, které RS nemají, avšak za plnou cenu.
2. Základní podmínkou účasti na akcích je provedená platba **všech účastnických a členských poplatků, a to i za předchozí léta**.
3. Zájemce **každou akci, na kterou se přihlašuje**, zahrne do připojené **Závazné přihlášky**, kterou odevzdá podle uvedených pokynů. Podmínkou pro jeho zařazení do akce je **včasné odevzdání zcela vyplněné přihlášky včetně doporučení neurologa**. Tiskopis Závazné přihlášky zašleme na vyžádání zájemcům elektronicky nebo poštou, jinak je také ke stažení na www.roska-praha.cz
4. Účastnický poplatek postižených RS, kteří nejsou členy organizace, je o 25 % vyšší než u platících členů. I přitom jsou všechny poplatky dotovány. **Při uplatnění členské ceny se účastník prokáže dokladem o zaplacení členského příspěvku organizaci Roska Praha za předchozí léta a současně za rok 2020.**
5. Účastník **předem zaplatí v hotovosti, složenkou nebo bankovním převodem**. Způsob platby dohodne s vedoucím akce. Může platit za více akcí najednou. Na platební doklad doplní příslušný variabilní symbol platby akce nebo akcí, kterých se zúčastní. Případné vratky se provádí zásadně bezhotovostní platbou. Také proto je bezpodmínečně nutné, aby každý nahlásil číslo svého bankovního účtu.
6. Platbu stanoveného poplatku prokáže účastník tím, že **doklad o úhradě předloží vedoucímu akce**.

Můžete-li, rádi přivítáme i vyšší částky, než jsou stanovené poplatky. Předem děkujeme.

Schváleno výkonným výborem v Praze dne 20. 01. 2021

Mgr. Daniela Bláhová v. r.
předseda organizace Roska Praha