

# Výroční zpráva MSrehab, z.s. za rok 2019

## Obsah

- Úvod
- Vznik a poslání spolku MSrehab
- Členové spolku
- Hospodaření v roce 2019
- Činnosti spolku v roce 2019
- Plány na rok 2020
- Závěr

## Úvod

Vážené dámy, vážení pánové,  
rok 2019 byl pro náš spolek rokem vydařeným a pracovně naplněným.

Podářilo se nám zorganizovat další ročník tradiční konference Fyzioterapie, psychoterapie, ergoterapie a RS. Zajistili jsme velmi kvalitní a bohatý teoretický i praktický program od českých i zahraničních přednášejících a zúčastnil se tak rekordní počet účastníků. Spolu s Asociací studentů fyzioterapie jsme na podzim uspořádali Fyziocafé speciál na téma Roztroušená skleróza. Účast byla velká a zaplnili jsme pražské Rock café. Dále jsme se tradičně podíleli na nejrůznějších přednáškách pro odborníky i pacienty, natáčeli edukační videa, organizovali víkendové kombinované programy pro pacienty apod. Podrobně budou všechny aktivity rozepsány později, protože jich je opravdu hodně.

Rok 2019 byl pro nás také velmi důležitou přípravnou etapou. Intenzivně jsme probírali, jaké jsou naše další cíle a kterým směrem zaměříme naši pozornost a úsilí. Jako prioritu jsme si určili zmapování a vyhodnocení současného stavu rehabilitační péče o pacienty s roztroušenou sklerózou v naší republice. Rozhodli jsme se zažádat o grant Nadaci ČEZ. Pokud vše dopadne, a já pevně věřím, že ano, první konkrétní přínosy budou patrné již v příštím roce. Rádi bychom také pokračovali v intenzivním vzdělávání všech našich členů, abychom byli schopni jak poskytovat špičkovou péči našim pacientům, tak i předávat naše zkušenosti dalším odborníkům.

V roce 2019 došlo k personálním změnám v našem spolku. Z pracovních důvodů náš spolek opustil Petr Růžička, se kterým jsme zůstali v přátelském vztahu, a jsem moc ráda, že s ním můžeme konzultovat naše plány a projekty. Ráda bych mu poděkovala za dlouholetou práci pro spolek, troufnu si říci, že bez jeho podpory by spolek MSrehab, z.s. nikdy nevznikl.

Ráda bych již nyní poděkovala všem členům našeho spolku za jejich práci a nápady a všem našim partnerům a sponzorům (úplný přehled všech našich partnerů najdete níže ve zprávě) za finanční a materiální podporu. Upřímné poděkování patří i všem lidem, kteří nám fandí a podporují nás svojí zpětnou vazbou o tom, že jim naše práce přináší užitek. Dohromady pak vzniká skutečný tým, jehož energie je inspirující a motivující pro další práci.

Lucie SUCHÁ  
Předsedkyně MSrehab, z.s.

# Vznik a poslání spolku MSrehab, z.s.

## Základní údaje

Název: **MSrehab, z.s.**

Datum zápisu: **19. března 2015**

Spisová značka: L 61993 vedená u Městského soudu v Praze

Sídlo: **Tomanova 1150/70, Břevnov, 169 00 Praha 6**

Identifikační číslo: **038 19 302**

Právní forma: **Spolek**

Název nejvyššího orgánu: **Členská schůze**

## Statutární orgán

Předseda: **Mgr. Lucie SUCHÁ**

Výkonný výbor: **Mgr. Klára NOVOTNÁ | MUDr. Blanka KECLÍKOVÁ | Renáta MALINOVÁ**

Základní dokumenty – Stanovy MSrehab, z.s. – v příloze tohoto dokumentu

## Účel

Účelem spolku je podpora a rozvoj expertních rehabilitačních postupů v péči o pacienty s roztroušenou sklerózou (multiple sclerosis, MS). Ve spolupráci s dalšími organizacemi se podílí na výchově a vzdělávání zejména fyzioterapeutů, psychoterapeutů, ergoterapeutů a rehabilitačních lékařů se zaměřením na MS. Stará se o členskou základnu rehabilitačních odborníků specializujících se na problematiku MS.

## Cíl

MSrehab, z.s. si klade za cíl vytvořit informační a kontaktní základnu pro fyzioterapeuty, ergoterapeuty, psychoterapeuty a odborníky na sociální poradenství, kteří pečují o pacienty s roztroušenou sklerózou mozkomíšni.

## Členové spolku MSrehab, z.s.

Jméno a příjmení	Funkce	Datum vstupu do spolku
Mgr. Lucie SUCHÁ	předseda	27. 1. 2015
MUDr. Martina HOSKOVCOVÁ		27. 1. 2015
Renáta MALINOVÁ	člen výkonného výboru	27. 1. 2015
Mgr. Klára NOVOTNÁ, Ph.D	člen výkonného výboru	27. 1. 2015
Mgr. Petr ŘEZNÍČEK		27. 1. 2015
Mgr. Lenka GEIEROVÁ		7. 9. 2015
Bc. Daniela HILLAYOVÁ		23. 1. 2016
Mgr. Renata VĚTROVSKÁ		23. 1. 2016
Mgr. Tereza KREJSKOVÁ		8. 3. 2017
MUDr. Blanka KECLÍKOVÁ	člen výkonného výboru	10. 10. 2017
Mgr. Edita STRUSKOVÁ		19. 1. 2018
Mgr. Jana DUŠÁNKOVÁ BLAHOVÁ		25. 1. 2019
Bc. Kamila KULÍŠKOVÁ		25. 6. 2019
Bc. Lucie ŠIMŮNKOVÁ		25. 6. 2019

## Představení členů spolku MSrehab, z.s.



Mgr. Lucie SUCHÁ



MUDr. Martina HOSKOVCOVÁ



Renata MALINOVÁ



Mgr. Klára NOVOTNÁ



Mgr. Petr ŘEZNÍČEK



Mgr. Lenka GEIEROVÁ



Bc. Daniela HILLAYOVÁ



Mgr. Renata VĚTROVSKÁ



Mgr. Tereza KREJSKOVÁ



MUDr. Blanka KECLÍKOVÁ



Mgr. Edita STRUSKOVÁ



Mgr. Jana DUŠÁNKOVÁ BLAHOVÁ



Bc. Kamila KULÍŠKOVÁ



Bc. Lucie ŠIMŮNKOVÁ



# Hospodaření v roce 2019

Číslo transparentního účtu: 2600782244/2010, Fio banka

V roce 2019 jsme organizovali mnoho zajímavých akcí a to samozřejmě díky laskavé podpoře našich milých sponzorů. Jmenovitě bych ráda poděkovala firmám (řadím abecedně): **Biogen s.r.o., Merck Spol. s.r.o., Novartis s.r.o., Roche s.r.o., Sanofi – Aventis s.r.o., Teva Pharmaceuticals CR, s.r.o., Viki s.r.o.** Dále pak Nadačnickému fondu Impuls za podporu vzdělávání členů spolku a projektu Setkalo se tělo s duší.

Na konci roku jsme se rozhodli podat žádost o finanční podporu nadaci ČEZ s projektem, který nese název „Zajištění komplexní rehabilitační péče u osob s roztroušenou sklerózou mozkomíšní“. Pevně věřím, že se nám finanční podporu podaří získat, abychom naši práci mohli zprofesionalizovat a posunout dále.

## Tabulka hospodaření v roce 2019

	Příjem (Kč)	Výdej (Kč)	Celkem (Kč)
<b>Doplatek 5. konference Fyziologie, psycho, ergo a RS</b>			
Spanhelová přednáška konference 2018		-2.000,00	-2.000,00
Přednáška – Procházková		-5.000,00	-5.000,00
<b>6. konference Fyziologie, psycho, ergo a RS</b>	68.411,95		68.411,95
Členské příspěvky	2.800,00		2.800,00
<b>Ostatní</b>			
Vzdělávání NF Impuls	38.900,00		38.900,00
Klára Novotná kurz		-38.900,00	-38.900,00
Viki, s.r.o.	6.000,00		6.000,00
Benefiční kalendář		-9.256,50	-9.256,50
Účetnictví za rok 2018		-3.000,00	-3.000,00
Registrační poplatek za článek		-21.235,86	-21.235,86
Poplatek zahraniční platba		-500,00	-500,00
Registrační poplatek za článek		-29.104,44	-29.104,44
Časopis Umění fyzioterapie		-344,00	-344,00
Časopis Umění fyzioterapie		-440,00	-440,00
Česká pošta		-165,00	-165,00
Organizační činnost – Renáta Malinová		-4.500,00	-4.500,00
Organizační činnost – Klára Novotná		-4.500,00	-4.500,00
Organizační činnost – Klára Kučerová		-4.500,00	-4.500,00
Kurz Lucie Suchá		-4.500,00	-4.500,00
Kurz Edita Strusková		-6.050,00	-6.050,00
Boss can – tisk		-565,00	-565,00
Copy general		-396,00	-396,00
Kalendář	200,00		200,00

	Příjem (Kč)	Výdej (Kč)	Celkem (Kč)
Seminář České Budějovice	40.000,00		40.000,00
Fyziocafé speciál		-4.841,00	-4.841,00
7. konference Fyzi, psycho, ergo a RS – záloha na rok 2020	3.583,00		3.583,00
Potkalo se tělo s duší – Monínec		-211.266,50	-211.266,50
<b>CELKEM</b>	<b>159.894,95</b>	<b>-351.064,30</b>	<b>-191.169,35</b>

Máte – li zájem vidět náš rozpočet dopodrobna, náš účet je transparentní. Je tedy možné všechny uskutečněné transakce prohlédnout.

## Činnosti spolku v roce 2019

Náš spolek pořádá nebo se spolupodílí na organizaci mnoha akcí. Přehled všech naleznete v níže uvedeném seznamu.

Tradiční a unikátní projekt Potkalo se tělo s duší, který realizujeme již od roku 2011, jsme se rozhodli představit podrobněji.

### Potkalo se tělo s duší

Přestože mají lidé s roztroušenou sklerózou dnes k dispozici kvalitní moderní léky, které jim pomáhají nemoc stabilizovat, stále více se ukazuje, že je nutné tuto léčbu doplnit aktivním přístupem sama k sobě. Fyzioterapie a psychoterapie jsou naprosto neopominutelnou součástí léčby. Ambulantní rehabilitační programy jsou výhodné pro svoji pravidelnost a dlouhodobost. Intenzivní vícedenní (či víkendové) pobyty velmi významně potencují účinek léčby. Proto pacienti, kteří běžně pečují o svou fyzickou a psychickou kondici s fyzioterapeuty a psychoterapeuty, dostávají další šanci jak se učit ovlivňovat průběh nemoci a svou životní pohodu v zážitkovém psychosomatickém víkendovém programu Potkalo se tělo s duší. Pokud plánujeme uskutečnit v našem životě určitou změnu, je velmi užitečné vyčlenit si určitý čas a prostor sám pro sebe a zajistit si odstup od každodenních povinností, starostí a vlivu našeho okolí.

Program Potkalo se tělo s duší probíhá formou tří denních pobytů s cca šestnácti účastníky na každém z nich. Ve skupině jsou jak pacienti relativně nově diagnostikovaní, tak ti, kteří s nemocí již nějakou dobu žijí.

Program běží kontinuálně od října roku 2011. Cyklus byl nastaven na tři navazující pobyty. V prvním víkendovém pobytu se nová skupina setkává ve znamení taneční terapie, kdy pomocí psycho/pohybové techniky zažívá, a později diskutuje, svá témata. Během programu se vždy střídají fyzioterapeutické a psychoterapeutické techniky, které poskytují příležitost být v kontaktu se svým tělem i se svými myšlenkami. Nezanedbatelnou součástí programu je i řízená relaxace, a pokud počasí dovolí, cvičení v přírodě. Komunitní forma pobytu dává všem členům skupiny, kteří jsou „na jedné lodi“, příležitost i k neformálním rozhovorům a vzájemně inspirujícímu sdílení. Půl roku po prvním pobytu se skupina schází podruhé. Tento víkend je ve znamení arteterapie. Externí psychoterapeutka připravuje program doslova na tělo (a duši). Fyzioterapeutický program uchopuje téma specifickým cvičením. Rok po prvním pobytu skupina přijíždí na víkend, ve kterém má hlavní slovo muzikoterapie, která je silným hybatelem emocí ve spojení s tělem.

Postupem času jsme díky zájmu klientů přidali čtvrtý víkend, kde nabízíme různé další techniky – bioenergetiku, psychoterapii zaměřenou na tělo včetně bioenergetického cvičení a Feldenkreisovu metodu.

Cílem programu je prostřednictvím vybraných typů rehabilitace naučit pacienty lépe chápat propojení těla a duše, zvýšit jejich self-efficacy, nastartovat odpovídající zdravotní styl, naučit je pracovat se symptomy onemocnění, zvýšit efektivitu léčby a oddálit invaliditu.



O kladném působení skupinové rehabilitace není pochyb. Ke zlepšení dochází nejčastěji v oblasti symptomů, interpersonálních vztahů a životní spokojenosti. Toto je zcela zřejmé z celého procesu, který sledujeme. V prvních skupinách dominuje téma vyrovnání se s nemocí a léčbou, strachem a obavami, formuluje se mnoho otázek do budoucnosti pracovní i vztahové. Ve skupinové dynamice se objevuje silná empatie, souznění a podpora, probíhá velká burza inspirativních odpovědí. Při druhém pobytu jsou pacienti schopní a ochotní ponořit se do svého nitra a zvědoměním svých tělesných a duševních procesů postulovat změny. Při třetím pobytu se z ne-mocných pacientů, kteří přijeli na první pobyt, stávají mocní lidé, kteří žijí v symbióze se svou diagnózou svůj život.

Příští víkendová rehabilitace = fyzioterapie + psychoterapie pod jednou střechou proběhne v březnu 2020 a bude již třicátá. V minulých 29 pobytech se zde vystříдалo 144 pacientů. Z toho 66 pacientů absolvovalo tři pobyty, 41 pacientů už čtyři pobyty.

Víkendové pobyty pacientům přinášejí větší náhled na své problémy a potíže, dovednosti efektivní komunikace, umění sdělovat své potřeby a pocity. Získávají nové zkušenosti a dovednosti v přijímajícím, bezpečném prostředí a mohou vidět svůj problém v širších či jiných souvislostech než dosud. Volí vhodné řešení potíží na základě srovnání zkušeností druhých a prožití korekčních emočních zkušeností. Díky silnému sebepoznání jsou schopní a ochotní nastartovat odpovídající zdravotní styl a pracovat se symptomy onemocnění, což zvyšuje efektivitu léčby a tím oddaluje invaliditu. Umí využívat své možnosti a zdroje ke kvalitnímu a smysluplnému životu a posilovat motivaci k tomu, aby se naučili s nemocí žít. Snášejí lépe obtíže, které s sebou nemoc i léčba přinášejí, udržují zájem o všechny oblasti svého života a dobře spolupracují s léčebným týmem.



## Činnosti spolku v roce 2019

### LEDEN

18. – 19. 1. 2019 / Teplice

#### Konference sester MS center

Mimořádně důležitou součástí personálního obsazení MS center jsou specializované sestry. Jedním z pilířů jejich kontinuálního vzdělávání je i lednová konference sester MS center, které se pravidelně účastní většina z nich. V rámci 11. ročníku konference vystoupily i Lucka Suchá a Renata Malinová s praktickou přednáškou Co se děje s pacientem v komplexním rehabilitačním programu.



25. 1. 2019 / Praha

#### Valná hromada spolku

Již tradičně se valná hromada spolku spojená s poradou uskutečnila v předvečer Výroční konference spolku. Na programu bylo 10 bodů: usnášeníschopnost, přijetí nového člena spolku, volba předsedy a výkonného výboru, finance, interní komunikace, edukační akce směrem k pacientům, edukační akce pro zdravotníky, publikační činnost, vzdělávání členů spolku, ostatní a výhled do budoucna.

26. 1. 2019 / Praha

#### 6. konference Fyzioterapie, psychoterapie, ergoterapie a RS

**Už po šesté začínáme rok pěkně zostra, a to hlavně naší nejdůležitější akcí – výroční konferencí spolku.** Místo i termín zůstávají stejné (hotel Olšanka, Praha), o to více se snažíme obměňovat program. Díky mezinárodní spolupráci našeho spolku se nám podařilo zajistit více zahraničních odborníků: Z finské rehabilitační kliniky v Masku nám přijeli představit jejich programy komplexní péče Anders Romberg, PT PhD (fyzioterapeut) a Tarja Huilla, OT (vedoucí ergoterapeut). Novinky ve výzkumu sledující vliv rytmu na pohyb (konkrétně chůzi osob s RS) představila fyzioterapeutka Lousin Moumdjian z belgické univerzity v Hasselt. Dále zde byli bohatě zastoupeni čeští odborníci z řad lékařů, fyzioterapeutů a psychologů/psychoterapeutů a dalších specialistů. Odpolední část programu tvořily již tradičně praktické workshopy, aby si účastníci mohli teoretické poznatky ověřit v praxi. Konference se zúčastnilo více než 75 osob z řad zdravotníků (pozn.: konference je určená pouze pro odborné zdravotnické pracovníky). Odborné přednášky byly doplněny přehlídkou vystavujících firem z řad sponzorů konference. **Zápis z celé akce včetně fotografií jsou k dispozici na webu spolku – <https://msrehab.cz/archiv-aktualit/zprava-o-prubehu-7-rocniku-konference-msrehab> . Zpětné vazby účastníků byly velmi pozitivní a většina zúčastněných považovala konference za velmi vydařenou. Zejména rozšíření podílu zahraničních přednášejících program výrazně obohatilo.**





## Činnosti spolku v roce 2019

ÚNOR

BŘEZEN

1. – 3. 3. 2019 / Praha a další města

### MaRS (maratón cvičení s RS)

Po předchozích sedmi ročnících již MaRS aspoň trochu vstoupil do povědomí veřejnosti. Tým MSrehab byl opět organizačním a odborným partnerem Nadačnímu fondu Impuls při pořádání této již rozvětvené akce. Terapeuti z řad členů spolku nejen odborně dohlíželi na provádění cvičení, ale samozřejmě si sami také do cvičení aktivně zapojili (i s rodinnými příslušníky a přáteli).



22. 3. – 24. 3. 2019 / Kde

### Potkalo se tělo s duší – téma JÁ A MOJE NEMOC

druhý víkend cyklu





## Činnosti spolku v roce 2019

### DUBEN

25. 4. 2019 / Teplice

#### Seminář pro mírně pokročilé pacienty s RS

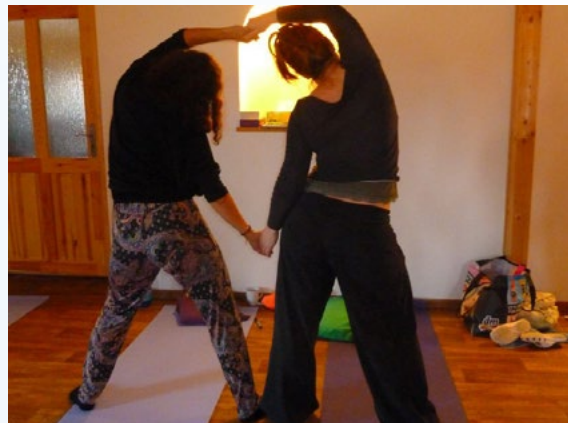
Většina edukačních akcí pro pacienty se zaměřuje na nově diagnostikované. Proto jsem se velmi rádi zapojili do nového typu seminářů pro pacienty, kteří již mají několikatou zkušenost s RS (a potřebují tedy jiný typ informací). Seminář byl organizovaný společností Solen za podpory Merck a ve spolupráci s teplickým RS centrem. Za spolek MS rehab se zúčastnila Klára Novotná (s přednáškou **Doporučené cvičení a životospráva u osob s RS s mírným až středním neurologickým nálezem**).

### KVĚTEN

17. – 19. 5. 2019 / Monínec

#### Potkalo se tělo s duší – téma OSM VĚKŮ ČLOVĚKA

třetí víkend v cyklu – Tanečně pohybová terapie



24. – 25. 5. 2019 / Praha

#### Jedličkovy dny

V rámci tradiční odborné konference Jedličkovy dny se spolek MS rehab prezentoval posterovým sdělením: Postoj lékařů RS center k rehabilitaci u osob s RS.

24. – 25. 5. 2019 / Praha 2

#### Den otevřených dveří DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ RS CENTRA u příležitosti Světového dne roztroušené sklerózy

Spolek MS rehab již poněkolkáté organizoval Den otevřených dveří RS centra VFN v Praze u příležitosti Světového dne roztroušené sklerózy. Celosvětovým tématem letos byly neviditelné symptomy RS. Přednáška profesorky MUDr. Evy Kubala Havrdové i dalších specialistů z RS centra se zaměřovala na toto téma. Dále si měli účastníci možnost vyzkoušet různé rehabilitační pomůcky, konzultovat vhodná cvičení a využít i sociální poradenství.



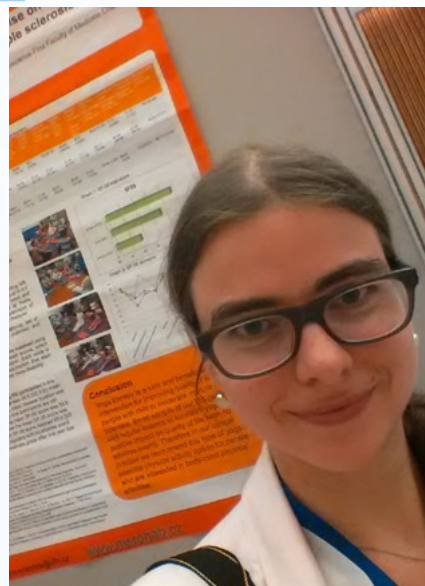
## Činnosti spolku v roce 2019

### ČERVEN

20. – 22. 6. 2019 / Ljubljana, Slovinsko

#### Mezinárodní konference RIMS (Rehabilitation in Multiple Sclerosis)

Také letos se zástupci spolku MS rehab aktivně zúčastnili mezinárodní evropské konference RIMS (Rehabilitation in Multiple Sclerosis). Přední evropští a světoví odborníci na rehabilitační léčbu RS zde prezentovali nejnovější trendy v rehabilitaci a výsledky výzkumů. Spolek MS rehab byl zastoupen příspěvkem formou posterového sdělení s názvem **Effect of long-term yoga exercise on quality of life in group of people with multiple sclerosis.**



24. 6. 2019 / Úvaly

#### Schůze spolku spojená s oslavou narozenin



### ČERVENEC

30. 6. – 4. 7. 2019 / Edinburgh, Velká Británie

#### Mezinárodní konference ISPGR (International Society for Posture and Gait Research)

Zástupci spolku se také zúčastnili mezinárodní konference s příspěvkem formou posterového sdělení s názvem **Effect of different exercise regimen on walking performance in people with multiple sclerosis.**



## Činnosti spolku v roce 2019

SRPEN

ZÁŘÍ

*Celoročně / Karlovy Vary*

### Cvičení pro pacienty s RS

Během celého roku probíhalo jedenkrát týdně cvičení pro osoby s RS (vyjma letních prázdnin). Do téměř stabilní skupiny cca 8 členů, přibýlo několik nováčků, několik klientů skupinu z časových důvodů opustilo, průměrný počet byl cca 12 cvičenců na lekci. V lekci pod vedením fyzioterapeutky Mgr. Lenky Geierové se střídají lekce jógy, relaxačních technik a technik pro vnímání těla a pohybu, s lekci laděnými více kondičně – zdravotní posilování, kruhový trénink. Nedílnou součástí jsou již pravidelná společenská setkání před koncem školního roku a před Vánoci, kam často přichází i bývalí cvičenci, aby udržovali navázaná přátelství.



*11. – 13. 9. 2019 / Stockholm, Švédsko*

### Mezinárodní konference ECTRIMS (Congress of the European Committee for Treatment and Research in Multiple Sclerosis)

Zástupci spolku MSrehab se zúčastnili také celosvětově nejvýznamnější konference předních světových odborníků pro léčbu RS ECTRIMS (Congress of the European Committee for Treatment and Research in Multiple Sclerosis), 11. – 13. září 2019 ve Stockholmu. S příspěvkem formou posterového sdělení: Gait performance in Timed 25 foot walk test and subjective perceived limitation of activities of daily living.

*20. 9. 2019 / Karlovy Vary*

### Lekce severské chůze neboli Nordic Walkingu

V minulém roce jsme poprvé zahájili procházky nordic walking s ergoterapeutkou Nemocnice Ostrov Bc. Petrou Wildumetzovou. Ta klienty seznámila se správnou technikou chůze s holemi. V roce 2020 plánujeme pokračovat v zavedeném cvičení. Rádi přivítáme nové klienty a poskytneme jim i úvodní základní poradenství. Sdílení zkušeností s léčbou a cvičením však přirozeně nejlépe funguje uvnitř skupin. Plánujeme také pokračovat v dalších lekcích nordic walkingu. Naše aktivity jsou realizovány také díky podpoře města Karlovy Vary. Od roku 2020 budou realizovány pod SKV Sharks Karlovy Vary.



## Činnosti spolku v roce 2019

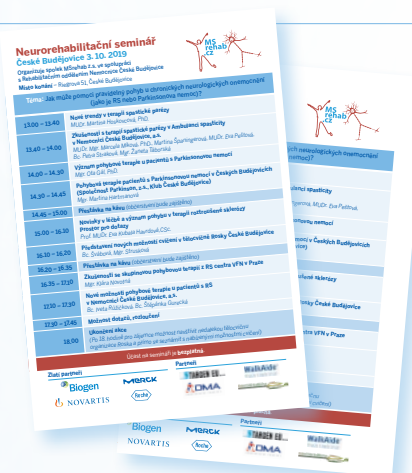
### ŘÍJEN

3. 10. 2019 / České Budějovice

#### Neurorehabilitační seminář

Spolek MS rehab se také podílel odborným poradenstvím při otevření nového cvičebního centra pro osoby s RS (nejen členy Rosky) v Českých Budějovicích.

K příležitosti otevření tohoto nového cvičebního centra uspořádal spolek MS rehab Neurorehabilitační seminář na téma rehabilitační cvičení osob s neurodegenerativním onemocněním (RS a Parkinsonova nemoc). Seminář byl určen odborné i laické veřejnosti a zastoupeni zde byli přednášející z 1.LF UK a VFN v Praze i ze Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity.



16. – 17. 10. 2019 / Janské lázně

#### Konference CEREBROCON

Zástupci spolku MS rehab se aktivně zúčastnili na odborní konferenci Cerebrocon v Janských lázních. Hlavním tématem 4. ročníku multioborové dvoudenní konference byla roztroušená skleróza. V rámci odborného programu vystoupily se svými sděleními také Renáta Malinová (přenáška Co mohu udělat pro svou duši – možnosti psychoterapie u pacientů s RS) a Klára Novotná (Multimediální ukázka rehabilitace u pacientů s roztroušenou sklerózou).

18. – 20. 10. 2019 / Monínec

#### Potkalo se tělo s duší – téma KOLOBĚH ŽIVOTA

první víkend nové skupiny





## Činnosti spolku v roce 2019

### ŘÍJEN

24. 10. 2019 / Praha

#### ROZTROUŠENĚ SPOJENÍ S INGRID MENKY & BAND

Spolek MS rehab se spolupodílel na organizaci benefičního koncertu Ingrid Menky a band – Roztroušeně spojení, který se konal 24. 10. 2019 na Novoměstské radnici v Praze. Celý výtěžek koncertu byl určen na podporu národního registru pacientů s RS–Remus.



31. 10. – 1. 11. 2019 / Kladruby

#### Kladrubské neurorehabilitačním sympozium

Zástupce MS rehab se také aktivně zúčastnil odborné konference v RÚ Kladruby – s přednáškou na téma: Využití krokoměrů pro monitoraci a motivaci pacientů s RS.

### LISTOPAD

15. – 17. 11. 2019 / Monínec

#### Potkalo se tělo s duší – téma POHYBEM K SEBEUVĚDOMĚNÍ

nástavbový víkend/čtvrtý víkend pro zájemce

Mgr. Helena Gogelová – Feldenkraisova metoda



## Činnosti spolku v roce 2019

### LISTOPAD

11. 11. 2019 / Praha

#### Fyziocafé na téma roztroušená skleróza

Fyziocafé je zavedený cyklus edukačních večerů Asociace studentů fyzioterapie. Téma RS připravené ve spolupráci se spolkem MSrehab bylo natolik zajímavé, že RockCafé bylo tento večer zaplněné do posledního místa.

21. 11. 2019 / Praha

#### Konference Adapted physical activity conference

Zástupci MS rehab se zúčastnili také mezinárodní konference Adapted physical activity conference dne 21. 11. 2019 s příspěvkem formou posteru: Vliv kruhového tréninku na tělesné složení u žen s RS, výsledky pilotní studie.

27. 11. – 30. 11. 2019 / Praha

#### Český a Slovenský neurologický sjezd

Spolek MSrehab byl 2 příspěvky zastoupen na tradičním Českém a Slovenském neurologickém sjezdu.

**Prezentace:** Postoj osob s RS k rehabilitaci a pohybové aktivitě,

**Poster:** Spolupráce psychologa a fyzioterapeuta při terapii únavy u osob s roztroušenou sklerózou (pilotní studie kombinovaného edukačního programu pro pacienty).





## PUBLIKAČNÍ ČINNOST V ROCE 2019

–Novotna K, Sucha L, Kalincik T, Reznicek P, Sobisek L, Hoskocova M, Kubala Havrdova E: Circuit training can have positive impact on muscle strength, balance, depression and fatigue in multiple sclerosis patients: a randomized controlled study. *United Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*. 2019; 1(1): 1-8.

– Novotna, K., Janatova, M., Hana, K., Svestkova, O., Preiningerova Lizrova, J., & Kubala Havrdova, E. (2019). Biofeedback based home balance training can improve balance but not gait in people with multiple sclerosis. *Multiple sclerosis international*, 2019. ISSN: 2090-2654

– Článek R. Malinová, K. Novotná: Proč je fyzioterapie a psychoterapie pro pacienty s RS tak důležitá? Edukační článek pro pacienty vyšel v newsletteru 4/19 patientské organizace eReS tým ČR.

– Odborný článek v časopisu *Medicina Sportiva*

Na práci z názvem *Využití krokoměřů pro zvýšení pohybové aktivity a ovlivnění chůze u pacientů s RS* pracovalo hned několik členů spolku.

## Plány na rok 2020

Plány na další rok jsme rozdělili do tří hlavních kategorií

### 1. Edukační akce směrem k pacientům

- Edukační semináře pro nově diagnostikované pacienty
- Semináře pro "středně pokročilé" pacienty
- Projekt setkalo se tělo s duší – březen, květen, říjen a listopad 2019
- Účast na dalších akcích neorganizovaných spolkem: MaRS, víkendy SMS nejen pro nově diagnostikované pacienty, Den otevřených dveří VFN
- Natočení dalších edukačních videí

### 2. Edukační akce pro zdravotníky

- Konference Fyzioterapie, psychoterapie, ergoterapie u RS – leden 2020
- Regionální semináře – jaro Olomouc, podzim Praha
- Inovace webových stránek a odborných informací

### 3. Publikační činnost

- Příprava update brožury *Současné trendy v RHB u pacientů s RS II* a zjednodušená verze pro pacienty – termín vydání konec roku 2020
- Průzkum mezi terapeuty – průzkum zaměřený na zmapování současné situace rehabilitační péče v České republice a update databáze rehabilitačních odborníků pracujících s pacienty s RS

## Závěr

Závěrem bych nám chtěla popřát hodně energie a nadšení do dalšího roku.

Myslím, že všichni vnímáme, že jsme na křižovatce. Nikoliv životní, ale křižovatce týkající se budoucnosti spolku. Dobré nápady nám nechybí, ale pokud je chceme zrealizovat, musíme naši činnost „zprofesionalizovat“ a najít na práci čas nejen po večerech, ale vytvořit si pravidelnou pracovní dobu. To v současné době vidím jako jeden z našich hlavních úkolů, aby se naše práce stala podstatně systematictější a mohli jsme tak dosáhnout našich vysněných cílů. Tj. především zajistit našim pacientům kvalitní rehabilitační péči po celé České republice. A vytvořit fungující a spolupracující tým rehabilitačních odborníků – to bych zase přála nám odborníkům. Za velmi zásadní považuji společné sdílení, předávání zkušeností a vzájemné povzbuzování.

Pevně věřím, že nám přízeň zachovají i naši milí sponzoři, bez kterých by naše činnost nebyla možná.

**„Spojení je začátek, setkávání je pokrok a spolupráce je úspěch.“**

*Henry FORD, americký průmyslník (1863 – 1947)*

