

SPOLEČNĚ V POHYBU

11. červen 2026
11:30-15:00



Ruská 87, Praha 10

Společně v pohybu je doprovodná aktivita mezinárodní odborné konference **Rehabilitation in Multiple Sclerosis 2026**, která se koná ve dnech 10.–13. června 2026 v Praze.

Akce propojuje dopolední program realizovaný na Klinice rehabilitačního lékařství Fakultní nemocnice Královské Vinohrady s odpoledním odborným programem na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy.

Využijte příležitost setkat se s odborníky, studenty, lidmi s roztroušenou sklerózou i jejich rodinami a přáteli. Společně strávíme příjemný čas a zároveň upozorníme na problematiku roztroušené sklerózy, možnosti rehabilitace a význam aktivního života.



Fyzioterapie

Fyzioterapie je obor zaměřený na diagnostiku, prevenci a terapii poruch pohybového aparátu a nervového systému s cílem obnovit nebo maximalizovat funkční schopnosti člověka v každodenním životě. Terapie využívá poznatky neuroplasticity, motorického učení a senzomotorické integrace a klade důraz na aktivní zapojení klienta.

Petra Hánělová Lohniská, MHA

Na happeningu představí benefity nordic walkingu u lidí s roztroušenou sklerózou. Účastníci si budou moci tuto aktivitu prakticky vyzkoušet.

Mgr. Marie Procházková, Ph.D., a Mgr. Terezie Prokopiousová, Ph.D.

Fyzioterapeutky, které se problematice komplexní rehabilitace věnují již od studií na vysoké škole a následně v rámci doktorského studia na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Ve své odborné a výzkumné činnosti se zaměřovaly především na fyzioterapii u lidí s roztroušenou sklerózou, kde organizovaly studie hodnotící efekt terapie a funkční elektrické stimulace na klinické funkce, aktivaci neuroplastických procesů a další parametry. Na základě svých zkušeností založily spolek PRO tělo v rovnováze, jehož cílem je organizace komplexních terapeutických programů a podpora jejich dostupnosti prostřednictvím grantové a dárcovské podpory.

Na happeningu představí možnosti ovlivnění neuroplasticity pomocí fyzioterapie, metodu MPAT (Motorické programy aktivující terapie), praktické ukázky terapie a ukázku funkční elektrické stimulace pomocí neurostimulátoru WalkAide.

Ergoterapie

Ergoterapie je obor, jehož cílem je podpořit co nejvyšší možnou soběstačnost člověka. Terapie se zaměřuje na nácvik běžných denních činností, jako je oblékání, stravování nebo osobní hygiena, dále na rozvoj jemné motoriky, kognitivních funkcí a výběr vhodných kompenzačních pomůcek. Základem ergoterapie je úzká spolupráce s klientem a hledání praktických řešení pro každodenní život.

Bc. et Bc. Julie Branišová

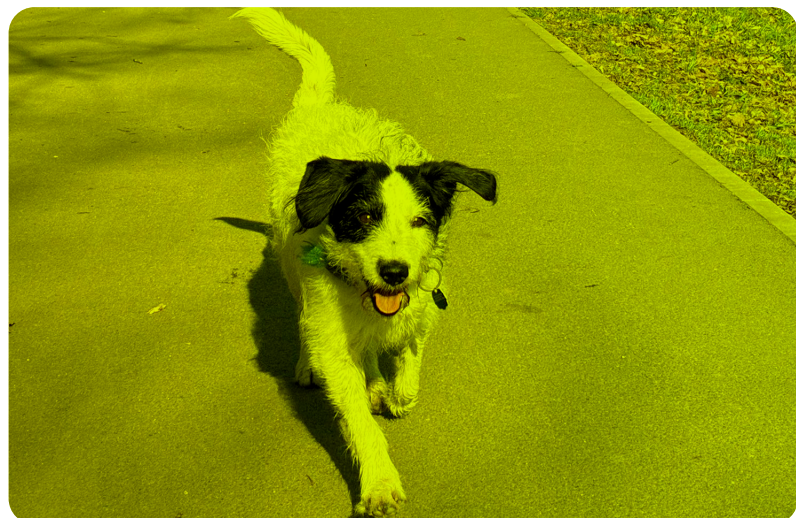
Vystudovala fyzioterapii na UJEP a následně ergoterapii na Fakultě zdravotnických studií UJEP. Ve své praxi se zaměřuje na práci s lidmi s neurologickými onemocněními, kde propojuje fyzioterapii a ergoterapii s cílem podpořit co nejvyšší soběstačnost klientů v každodenním životě. Působí v organizaci Rehafit o.p.s.

Na happeningu představí možnosti ergoterapie v každodenním životě lidí s neurologickým onemocněním. Návštěvníci si budou moci vyzkoušet kompenzační pomůcky pro aktivity denního života (ADL), například oblékač ponožek nebo prodloužené hygienické pomůcky, a zapojit se do aktivit zaměřených na rozvoj jemné motoriky.

Bc. Karolína Straková, MHA

Vystudovala ergoterapii na UJEP a následně absolvovala specializační vzdělávání v ergoterapii pro dospělé. V roce 2026 úspěšně dokončila studium Master of Health Administration. Ve své závěrečné práci se věnovala implementaci ICF u lidí s roztroušenou sklerózou v Domově svatého Josefa. Pracuje jako ergoterapeutka v Ústřední vojenské nemocnici, kde se zaměřuje především na neurologicky nemocné pacienty a podporu jejich návratu do běžného života. Současně se podílí na výuce fyzioterapie na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy.

Na happeningu představí možnosti zvládání bariérových situací, se kterými se setkávají lidé odkázaní na mechanický vozík. Pomůcky pro workshop zapůjčila společnost DMA.



Canisterapie

Canisterapie představuje jemnou, ale účinnou metodu podporující snížení stresu, rozvoj kognitivních a motorických funkcí i posílení sociální interakce.

Míša Setnicková

Canisterapii se věnuje více než devět let. Ve své práci podporuje děti i dospělé v oblasti psychické pohody, pohybových aktivit i zvládání každodenních situací. Dlouhodobě se zaměřuje na využití kontaktu se psem jako přirozené formy podpory komunikace, motivace a aktivního zapojení klientů do terapie. Součástí její činnosti jsou také interaktivní programy zaměřené na prevenci psiho pokousání a bezpečný kontakt se psy. Nedílnou součástí její práce je fenka dalmatina Freky, se kterou realizuje terapeutické i preventivní programy. Působí v organizaci Rehafit o.p.s.

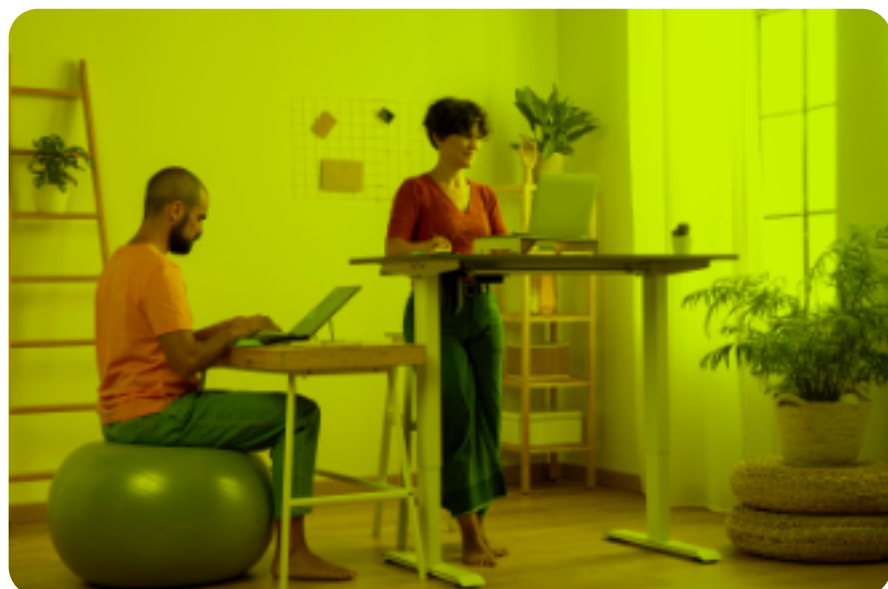
Na happeningu představí ukázky canisterapie a možnosti jejího využití v rehabilitaci i podpoře každodenního života.

Kognitivní trénink

Kognitivní trénink je cílená forma stimulace mentálních funkcí potřebných pro každodenní fungování. Zaměřuje se zejména na paměť, pozornost, soustředění, rychlost zpracování informací, plánování a schopnost řešit problémy. V rehabilitační praxi slouží k podpoře nebo zlepšení těchto schopností a jejich využití v běžném životě.

Ing. Šárka Borská

Vedoucí MS Centra Roska Praha představí návštěvníkům ukázky procvičování paměti pomocí zábavných úkolů, možnost vyzkoušet si kognitivní cvičení a bude sdílet zkušenosti ze života s roztroušenou sklerózou.



Ergonomie

Ergonomie je obor zaměřený na přizpůsobení pracovního prostředí, pracovních činností a organizace práce člověku. Jejím cílem je vytvářet bezpečné, efektivní a dlouhodobě udržitelné pracovní podmínky s minimálním negativním dopadem na pohybový aparát, nervový systém a celkové zdraví zaměstnanců bez ohledu na to, jestli pracujete ve stoji vsedě nebo na invalidním vozíku. Významnou součástí ergonomie je prevence vzniku muskuloskeletálních obtíží a nemocí z povolání.

Bc. Pavel Košť

Fyzioterapeut s více než 15 lety zkušeností v prevenci a léčbě poruch pohybového aparátu. Ve své praxi se zaměřuje na funkční obtíže pohybového systému, ergonomii práce a prevenci přetížení vznikajícího v pracovním prostředí. Dlouhodobě spolupracuje s firemním sektorem v oblasti ergonomie, prevence nemocí z povolání a edukace zaměstnanců. Realizoval řadu workshopů, školení a konzultací pro významné společnosti a pravidelně přednáší na odborných konferencích zaměřených na BOZP, ergonomii a prevenci muskuloskeletálních onemocnění. Současně působí jako pedagog ergonomie na 3. LF UK.

Na happeningu představí výsledky studentských projektů zaměřených na mapování bezbariérovosti a dostupnosti Kliniky rehabilitačního lékařství, 3. LF UK a FNKV.

SPOLEČNĚ V POHYBU

11. červen 2026
11:30-15:00

 Ruská 87, Praha 10

CITAK – Centrum informačních technologií a alternativní komunikace

Projekt pomáhá lidem s roztroušenou sklerózou, kterým onemocnění výrazně omezilo hybnost nebo komunikační schopnosti, znovu získat větší soběstačnost a kontakt se světem. Odborný tým tvořený IT specialisty, sociálními pracovníky a logopedy společně s klientem identifikuje hlavní komunikační obtíže, navrhuje individuální plán a vybírá vhodné pomůcky alternativní komunikace přizpůsobené možnostem konkrétního člověka, například ovládání ústy, hlasem, pohybem hlavy nebo očima.

Na happeningu projekt představí: **Martin Kouba** je v Domově sv. Josefa klientem na trvalém pobytu. Pracuje zde na částečný úvazek a s týmem CITAK zpřístupňuje moderní technologie lidem s omezenou hybností. Na happeningu představí možnosti, jak ovládat domácnost pomocí chytrých prvků nebo jak využívat komunikační software navzdory ztrátě hlasu. Martinovi vzala roztroušená skleróza hybnost nohou a částečně i rukou, přesto dokáže pomáhat ostatním klientům nejen v chytrých bytech, ale i s mobilními zařízeními.

Jan Lhota je diagnostikován s roztroušenou sklerózou od 19 let. Ve spolupráci s týmem CITAK si ve svém bytě nastavil hlasové ovládání dveří, světel i televize. Počítač ovládá pomocí oční lišty, využívá i propojení s mobilem.



Tvůrčí aktivity

Štěpánka Skalová

Navzdory zdravotním omezením způsobeným roztroušenou sklerózou zůstává aktivní v pracovním i rodinném životě. Ve volném čase se dlouhodobě věnuje tvořivé činnosti – pletení, keramice a výrobě košíků.

Na happeningu společně se svou dcerou Kačkou představí ukázky své tvorby a návštěvníci si budou moci některé výrobky zakoupit.

Maria Mucha

Věnuje se tvorbě historických kostýmů inspirovaných šlechtickou módou 14. století. Kostýmy jsou bohatě zdobené krajkou a prošívání zlatými a stříbrnými prvky.

Přestože ji v práci omezuje roztroušená skleróza, šití vnímá jako formu terapie i způsob, jak pomáhat ostatním. Na happeningu vystaví vybrané kostýmy.

Sportovní aktivity

Mgr. Marcela Řasová, Ph.D.

Získala titul Ph.D. v oboru kinantropologie se specializací na taneční a uměleckou výchovu. Věnuje se tanečně-pohybové terapii pro osoby s roztroušenou sklerózou, seniory i lidi s Alzheimerovou chorobou. Díky Sportovnímu klubu vozíčkářů Praha zůstává aktivní také ve sportu. Věnuje se handbiku, monoski a tanci na vozíku. V sólové kategorii získala titul mistryně České republiky.

Dne 11. června vystoupí od 19:30 v rámci welcome eventů v Karolinu s programem Dancing Wheels a Para Dance Performance.



Poděkování organizacím

Děkujeme všem organizacím, které se do projektu Společně v pohybu zapojily.

3. Lékařská fakulta Univerzity Karlovy

3. LF UK dlouhodobě rozvíjí moderní výuku, mezinárodní spolupráci a výzkum v oblasti biomedicinských a klinických oborů.

Fakultní nemocnice Královské Vinohrady

FNKV je vysoce specializované zdravotnické zařízení poskytující široké spektrum zdravotní péče. Zaměřuje se mimo jiné na traumatologii, kardiologii, kardiochirurgii a komplexní onkologickou péči.

Rehafit o.p.s.

Rehafit je ambulantní rehabilitační centrum pro osoby s tělesným postižením v Praze. Poskytuje zejména fyzioterapii a ergoterapii a podporuje dlouhodobou a individuální rehabilitační péči.

Sportovní klub vozíčkářů Praha

Cílem klubu je vytvářet podmínky pro sportovní činnost lidí s tělesným hendikepem a podporovat aktivní a smysluplný život.

Roska Praha

Roska Praha poskytuje sociální rehabilitaci, poradenství a podporu lidem s roztroušenou sklerózou. Organizuje rehabilitační pobyty, skupinová cvičení, ergoterapii a trénování paměti.

Domov svatého Josefa

Domov svatého Josefa je nestátní nezisková organizace a jedno ze středisek Oblastní charity Červený Kostelec. Zaměřuje se především na péči o lidi s roztroušenou sklerózou a dalšími neurologickými onemocněními.

CEROS

CEROS je obecně prospěšná společnost podporující moderní přístupy v neurorehabilitaci, výzkumu a vzdělávání odborníků.

PRO tělo v rovnováze

Spolek dvou fyzioterapeutek zaměřený na podporu komplexní rehabilitace, dostupnosti kvalitní terapie a edukace v oblasti sebek péče.

RehaKost

RehaKost se zaměřuje na prevenci poruch pohybového aparátu a ergonomii.

Nadace MONETA Clementia

Nadace podporuje lidi v obtížných životních situacích, studenty, neziskové organizace a další projekty zaměřené na podporu kvality života a vzdělávání.

Rehabilitation in Multiple Sclerosis

Mezinárodní organizace Rehabilitation in Multiple Sclerosis sdružuje přední odborníky v oblasti neurorehabilitace. Každoročně pořádá konferenci věnovanou problematice rehabilitace u roztroušené sklerózy. Letos se konference uskuteční ve dnech 10.–13. června 2026 v Praze. Hlavním pořadatelem je 3. lékařská fakulta Univerzity Karlovy.

