

## Fatální vteřina už nejde vrátit zpátky

Praha 2. 6. 2015 - [Česká asociace paraplegiků – CZEPA](#) uspořádala další seminář v rámci svého preventivního projektu [BanalFatal](#). V úterý 2. 6. 2015 jej uvedl tým BanalFatal spolu s hercem Hynkem Čermákem na [Základní škole Vojnovičova](#) v Ústí nad Labem. Seminář pro čtyři třídy žáků ze 7., 8. a 9. tříd se uskutečnil v rámci školního projektu Týden zdraví.

Na semináři BanalFatal se suše neteoretizovalo. Lektorem, který vysvětlil jak zacházet s tělem a správně odhadovat nebezpečné situace byl herec, bodyguard a kaskadér Hynek Čermák. Promítaná krátká videa ze života bez obalu ukázala vznik úrazu u těch, kteří si "trochu" zariskovali... Nechybělo ani autentické vyprávění lektorky BanalFatal týmu, která je sama po úrazu páteře a míchy. Otevřeně hovořila o tom, jaké zdravotní následky úraz páteře obnáší.

*„v ČR přibývá 150 lidí ročně, kteří si fatálně zraní páteř a zůstanou trvale na vozíku. **Jsou to banální situace s fatálními následky**, kterým jde v některých případech předcházet. Je třeba mluvit o možnosti zranění otevřeně, upozorňovat na křehkost těla.“*, konstatoval herec Hynek Čermák, držitel Českého lva. A před úrazy byli také žáci ZŠ v Ústí nad Labem varováni. Seminář upozornil na nebezpečí, která v létě - kdy je běžné vylézt na strom, posed, nebo si jen tak skočit z útesu do vody - hrozí. Pády jsou statisticky nejčastější příčinou úrazů páteře a míchy a nejsou doménou jen adrenalinových sportů. Častou příčinou pádu bývá např. sklizeň ovoce ze stromů, či oprava střechy nemovitosti.

S žáky ZŠ Vojnovičova se BanalFatal tým v posledním měsíci školního roku rozloučil po velmi živé diskusi filmovým spotem s protiúrazovou tematikou. Ten v několika minutách zachycuje častou příčinu úrazů míchy v letních měsících – náraz při skoku do vody. Věříme, že se slogan spotu: *„Opravdový frajer neskáče, jak někdo píská“* připomene žákům také v době letních radovánek u vody a přispěje k jejich zodpovědnému jednání. Spot mohou žáci vidět v letních měsících také ve vysílání České televize, která je hlavním mediálním partnerem programu BanalFatal.

Andrea Hutková, koordinátor BanalFatal

E-mail: [hutkova@czepa.cz](mailto:hutkova@czepa.cz)

Tel. +420 777 710 779

[www.czepa.cz](http://www.czepa.cz)

[www.banalfatal.cz](http://www.banalfatal.cz)

<https://www.youtube.com/watch?v=Kf7l8Gd1aro>

Pavla Habrdová, PR

Email: [habrdova@czepa.cz](mailto:habrdova@czepa.cz)

Tel. +420 602 298 655

[www.czepa.cz](http://www.czepa.cz)

[www.banalfatal.cz](http://www.banalfatal.cz)

---

## **Informace:**

**Česká asociace paraplegiků – CZEPA** - je nezisková organizace, která sdružuje vozíčkáře po poranění míchy z celé ČR. Vychází z přesvědčení, že člověk na vozíku může a má právo žít kvalitním a aktivním životem - v rodině, v zaměstnání, s volným časem vyplněným zájmy a koníčky, stejně jako všichni ostatní lidé bez handicapu.

## **Poslání organizace**

Hájíme zájmy vozíčkářů po poranění míchy, usilujeme o vytvoření podmínek pro jejich plnohodnotný život a pro integraci do většinové společnosti.

## **S tímto cílem realizujeme řadu projektů:**

- Informační a poradenský program pro vozíčkáře (sociálně právní poradenství, poradenství spinální specialistiky v oblasti kompenzačních a zdravotních pomůcek, bezbariérových úprav, lékařské a rehabilitační péče, intervence na podporu práv vozíčkářů, vydávání informačních materiálů)
- Tréninkové zaměstnávání pro vozíčkáře (charitativní obchod Hvězdný bazar)
- Podporované bydlení pro tetraplegiky
- Komunitní portál Vozejkov
- Mobilní aplikace VozejkMap (mapa bezbariérových míst s navigací, data zadávají a ověřují sami vozíčkáři)
- Půjčování kompenzačních pomůcek a automobilů s ručním řízením
- Osvětové a preventivní kampaně - BanalFatal
- Edukační program pro odbornou veřejnost
- Spolupráce s lékaři a legislativci na zkvalitnění sociální a zdravotní péče a další

Více zde: <http://www.czepa.cz>

## **BanalFatal**

BanalFatal je projekt České asociace paraplegiků – CZEPA, jehož cílem je prevence úrazů páteře a míchy. Významným členem lektorského týmu BanalFatal je herec a kaskadér Hynek Čermák, který spolu s týmem školí na ZŠ, SŠ i odborných seminářích pedagogů napříč Českou republikou, jak zacházet se svým tělem, a jak se učit správně odhadovat nebezpečné situace. Zdánlivé banality totiž mají často fatální následky – a před nimi preventivní program prostřednictvím seminářů i [spotů](#) varuje.

Více zde: <http://www.banalfatal.cz/>

## **Projekt je realizován za podpory:**

Ministerstva zdravotnictví České republiky, Všeobecné zdravotní pojišťovny a Konta Bariéry.

## **Mediální partner projektu:**

Česká televize.