



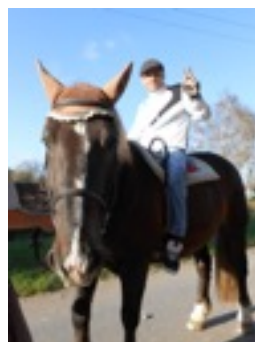
David Dovhun

7+1 rada jak úspěšně a bez stresu žádat o příspěvky

aneb jak efektivně žádat o co máte nárok i na
vytouženou věc přes nadace

7+1 rada jak úspěšně a bez stresu žádat o příspěvky

aneb jak efektivně žádat o co máte nárok i na vytouženou věc přes nadace.



Rád vám budu průvodcem životem na vozíku. Předám tipy pro život i volný čas. Mým cílem je inspirovat vás, jak ze života na vozíku dostat maximum.

Prohlášení: Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autora je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno.

Pokud ho chcete sdílet dále, dělejte to tak, že odešlete odkaz na stránky www.daviddovhun.cz

Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

OBSAH

Úvod.....	str.1-3
O mě.....	str.4-6
Invalidní důchod.....	str.7-8
Příspěvek na péči.....	str.8-11
Příspěvek na mobilitu.....	str. 11-12
Příspěvek na zakoupení motorového vozidla-zvláštní pomůcka.....	str.12-13
Příspěvek na úpravu bytu-zvláštní pomůcka.....	str.13-14
Příspěvek na invalidní vozík.....	str.14-16
Příspěvek na drobné věci, rehabilitační pomůcky, sportovní výbavu.....	str.17-19
Pomůcky přes pojišťovnu.....	str.20
Závěr.....	str.21

O mě

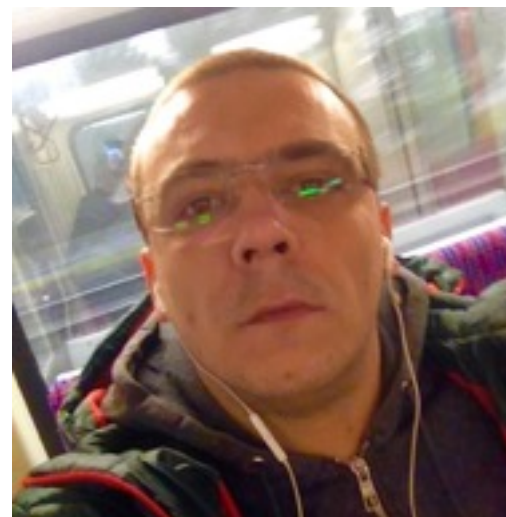
Dnes se cítím na vrcholu světa. Dělán co mne baví-práce i zájmy. A v tom co dělám nacházím radost a smysl. Plním si přání a cíle, jsem spokojený.

Ale vždycky to tak nebylo

Na vozík jsem se dostal roku 2007, vlastní vinou, díky depresím, po skoku z mostu. Několikrát jsem se pokusil ukončit svůj život.

Roky jsem trpěl depresemi a úzkostnými stavy. Byl jsem opak toho, čemu se říká společenský. Uzavřený do sebe. I když jsem zkoušel více sportů, v žádném jsem neukotvil. Všude jsem si připadal divně.

Nevěděl jsem jak trávit volný čas. Denně jsem řešil otázku financí, práce, zdravotního stavu, sexu, volného času. Nevěděl jsem kde si zajít pro pomoc, pro informace, pro radu.



Rodina mi v tom, že jsem skončil na vozíku nijak nepomohla, naopak mne odstříhli jen jako přítěž. **Byl jsem na vše sám.** Více si přečtete [zde>>](#)

Když jsem poprvé začal bydlet sám. **Nevěděl jsem co všechno je třeba vyřídit** co se týká bezbariérového bydlení, peněz, kde sehnat práci, jak se starat o své zdraví.

Co vůbec dělat ve volném čase?

Jediné s čím mi pomohli v nemocnici, než jsem se dostal domů, byla žádost o plný invalidní důchod.

Nikdo mne po úraze nepřipravil na to, co všechno život na vozíku obnáší.

A někde v té době se mi zrodil v hlavě plán webu pro vozíčkáře.

Kde by byly informace, které vozíčkáři hledají, o financích, příspěvcích, zdraví, aktivitách, volném čase, mapu s bezbariérovými místy jako restaurace, hotely atd. Jak ze života dostat maximum.

Ale hned jsem si řekl, kdo jsi abys předával lidem informace, kdo Tě bude číst. A i když jsem tomu věnoval pár měsíců, tak jsem to nakonec z těchto důvodů zabil.

Neměl jsem kolem sebe nikoho jen blízké, rodinu a ta mne jen utvrzovala v tom, že jsem jen vozíčkář, něco míň než člověk, lempl, který se na vozík dostal vlastní vinou. A já se i díky tomu utápěl v depresích.

Zlom pro mne nastal před necelým rokem.

Zlom pro mne nastal asi 3 měsíce po posledním pokusu. Sestra mne na chvíli nechala bydlet u sebe.

I když mi nadávala, že nejsem normální, tak za to, i za to, že mi vařila obědy jí děkuji. Do toho za mnou chodil i přítel sestry denně vykládat, i když jsem nechtěl, ale byl tam. Díky.

Začal jsem studovat osobní rozvoj. Nejdřív jsem četl články, ebooky na internetu poslouchal jsem audioknihy. Ale něco mi v tom chybělo, nebo spíše nadbývalo.

Všechno bylo moc přeslazené. Vzpomněl jsem si na své zápisy z dob depresí i na knihy o psychice člověka, které jsem od 18.let už přečetl a vybral pro sebe to čemu věřím.

A potom jsem začal zase číst a přidal jsem i webináře. A postupně vybíral ty kterým věřím.

Našel jsem si i několik koučů. se kterými probírám kroky, kudy se budu ubírat.

Práci jsem dal po měsíci sbohem a řekl si, že bych se mohl teď pustit do projektu Jsem na vozíku.

Nejprve jsem si koupil E-Book o podnikání na Amazonu, že začnu tam a jak vydělám peníze, tak že se pustím do webu s mapou.

To bohužel ale nevyšlo díky tomu, že má angličtina zatím za moc nestojí.

Dostal jsem se ale náhodou ke kurzu podnikání. Kde jsem trochu představil projekt Jsem na vozíku a po pár dnech mi přišly nadšené reakce, že by lidé byli rádi za informace ze světa vozíčkářů.

A kde bych mohl spustit i mapu s bezbariérovými místy. Takže jsem se do toho pustil.

Začal jsem psát blog, rozhodl jsem se formou blogu sdílet informace, které jsem nabył životem na vozíku. A na webu se \chystám spustit mapu s bezbariérovými místy.



Na vozíku jsem už 8 let a prošel jsem si jak žádostmi na invalidní vozík, motomed a dalšími, tak i několika posudkovými službami. Od roku 2011 jsem v insolvenci a vyřízení příspěvků jsem věnoval hodně času proto, abych i s tím málem žil jako člověk. Díky nadacím, které mi hodně pomohly, jsem mohl pracovat, sportovat a určitě mě to vrátilo do života.

Na dalších stránkách jsem proto, pro vás sepsal pár rad jak tím projít v klidu a bez velkých stresů. Budete vědět o co, kde a jak žádat příspěvky od ÚP nebo nadací, jak se neobávat jít před posudkovou kontrolu a co všechno k tomu budete potřebovat.



ID-invalidní důchod.

Já jsem s vyřizováním začal prakticky hned pár dní po úraze, ještě v nemocnici.

Celkově je tento proces podle mého bezchybný a od podání žádosti se o nic nemusíte starat. Pokud jste na vozíku, nebudou mít s posuzováním problém a dají vám plný-PID.

Když máte něco odpracováno, bude samozřejmě o něco vyšší, ale i pokud ne, bude dělat podstatnou část vašeho příjmu. I když budete pracovat.

Mé posouzení trvalo rok. Může to tak být i u vás, pokud se u vás vyskytnou nějaké komplikace nebo jestli jste pracoval v zahraničí. Jinak to trvá 4-5 měsíců od podání žádosti.

Vyřizuje se na OSSZ-Okresní správa soc.zabezpečení.

Pokud jste v nemocnici, stačí vypsát **rodině nebo někomu z blízkých plnou moc**. Blízcí nebo rodina, ať za vás obejdou doktory pro lékařské zprávy a kopie ať zanesou vašemu praktickému doktorovi. Hlavně o poúrazové zprávy od neurologa a urologa apod.

OSSZ si vyžádá lékařské zprávy po vašem praktickém lékaři, proto by měl znát váš přesný aktuální stav.

K žádosti budete nebo budou potřebovat OP, doklad o studiu, buď vojenskou knížku pokud ještě máte nebo potvrzení o vojně, pokud pracujete-

od zaměstnavatele potvrzení o exekučních srážkách a nemocenské a evidenční list a pokud máte i smlouvy z bývalých zaměstnání, popř. by jste měl vědět, kdy a kde jste dělal, budou to potřebovat.

Nějakou dobu před rozhodnutím **vám pošlou část peněz-zálohu na doplatek.** U mne to bylo 3 měsíce před, 25 tisíc.

Pokud budete chtít peníze na účet, mají k tomu přímo tiskopis, který necháte potvrdit ve vaší bance. Zálohu je třeba si ve formuláři zaškrtnout.

Žádost jako taková ke stažení nikde není, vyplnit se musí na OSSZ. Nechod'te nikdy v pátek, mají zavřeno, v celé ČR.

[Tiskopis pro banku si stáhněte zde>>](#)



PnP-příspěvek na péči.

Připravte se na to, že vyřídit tenhle příspěvek bude náročné. Lidé co to posuzují mají v popisu práce zpochybňovat, v jak závažném stavu se nacházíte.

Nenechte se odradit, mohou vám tvrdit, že na něj nemáte nárok nebo, že máte nárok na nižší stupeň. To hlavně při opakovaném posouzení.

I když třeba sportujete, máte nějaké koníčky, je dobré se o nich zmínit tak, **at' vám to**

nevytrhnou z kontextu. Dát vědět, že **se snažíte žít plnohodnotný život, sportujete, ale váš stav je jaký je.**

Dlouhou dobu jsem se za některé věci styděl a můj praktik ani neurolog nevěděli, že mám **problém se obléct, nebo důkladně umýt bez pomoci druhé osoby. Neurologovi jsem zapíral bolesti** zad, aby mi nepsal léky po kterých mi je špatně.

Ani jsem mu neřekl, že si platím fyzioterapii, kde ke mě 1-2x týdně dochází domů se mnou cvičit fyzioterapeut.

Já jsem si tyhle věci uvědomil až, když mi z III.stupně, po opakovaném posouzení ho snížili na I.stupeň.

Jako důvod mi uvedli, že trénuji chůzi v ortézách, čili chodím a tak, že se můj zdravotní stav značně zlepšil.

Přes rok jsem posudkovým lékařům dokazoval, že se můj stav nezměnil, že jsem stále na vozíku. Nakonec jsem je sice přesvědčil, ale jen částečně, zvedli mi ho jen o 1 stupeň.

Třebaže vám tyhle věci **případají zbytečné nebo se za ně stydíte, jsou to důležité věci, které rozhodují o přiznání výše příspěvku.**

Nevyplatí se to podcenit. Mít a nemít peníze na péči je sakra rozdíl.

PnP je rozdělen do 4.stupňů.

- I.stupeň-lehká závislost- 800 kč/měs
- II.stupeň-středně těžká závisl.-4000 kč/měs.
- III.stupeň-těžká závislost-8000 kč/měs.
- IV.stupeň-úplná závislost-12000 kč/měs

Vyřízení trvá cca 6 měsíců, v případě odvolání se může protáhnout i na rok.

Příspěvek se vyplácí jen na náklady spojené s péčí o vás, jak to má v názvu, na nic jiného. Ani na rehabilitace atd.

Žádost o PnP se podává na Úřadě práce v místě bydliště. Obvykle k vám domů potom dojdou sociální pracovníci, které s vámi proberou váš zdravotní stav. Šetření.

Žádost se podá na ÚP, kde si taky vyžádají lékařské zprávy k vašemu stavu. To se děje bez vás, proto je dobré před podáním žádosti vše **probrat s doktory.**

Je dobré s nimi probrat, kromě zjevného stavu i věci, se **kterými máte problém, co zvládáte nebo nezvládáte.**

Aby to bylo lékařsky potvrzené.

**Ujasněte si co a jak zvládnete:
Při posuzování stupně závislosti se hodnotí schopnost zvládat tyto potřeby:**

- Mobilita
- Orientace
- Komunikace
- Stravování a příprava stravy
- Oblékání a obouvání
- Tělesná hygiena
- Výkon fyziologické potřeby
- Péče o zdraví
- Osobní aktivity
- Péče o domácnost

Posuzuje se míra závislosti na pomoci druhé osoby ve:

I.stupeň- 3 nebo 4 základních životních potřebách

II.stupeň- 5 nebo 6 život. potřebách

III.stupeň- 7 nebo 8 život. potřebách

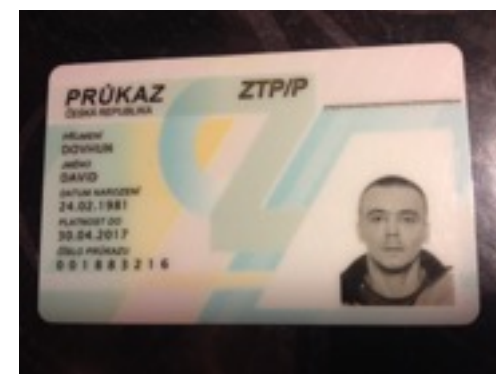
IV.stupeň- 9 nebo 10 život. potřebách

Nově je taky rozdíl, jestli vám péči poskytuje osoba blízká nebo organizace a jestli s vámi osoba blízká bydlí ve společné domácnosti nebo ne. Pokud je to osoba blízká a bydlí s vámi, je to ok.

Pokud ale s vámi nebydlí nebo je to organizace, tak musíte sepsat kromě nutných formulářů ještě smlouvu o poskytování pomoci a vykázat sumu za kterou o vás pečují.

[Žádost o příspěvek na péči stáhněte zde>>](#)

[Návrh na změnu výše přiznaného příspěvku na péči si stáhněte zde>>](#)



PnMob-Příspěvek na mobilitu (dříve na dopravu)

Kdysi se vyplácel ročně něco kolem 8000 Kč. Dnes je to 400 Kč/měs. Je to příspěvek na pohonné hmoty, pokud máte auto nebo na dopravu MHD atd., když auto nemáte.

Schválený je do měsíce. Pokud máte průkaz ZTP nebo ZTP/P tak by s tím neměl být problém.

Vyřizuje se na Úřadu práce v místě bydliště

Pokud máte auto, doložíte TP že ho máte. Pokud ne, je to spíše o průkazu ZTP. Ale záleží to od města k městu.

Např.v Ostravě stačí ZTP a nic se neřeší, ve FM musíte, když auto nemáte dokládat SPZ auta, někoho z rodiny, které vám dopravu zajišťuje.

[Žádost o příspěvek na mobilitu stáhnete zde >>](#)

PnZMV-Příspěvek na zakoupení motorového vozidla (na zvláštní pomůcku)

Poskytuje se na zakoupení vozidla. K němu je i druhý na úpravu vozidla (na ruční řízení)



Kdysi se obnovoval nárok po 5 letech. Teď už je nárok po 10 letech. Docela dost to pomůže, protože auto je důležité při dopravě k lékařům, za koníčky, dennodenní dopravě za nutným. Na zakoupení můžete dostat až 200 tisíc, na úpravu až 100 tisíc.

**Příspěvek můžete dostat dokonce i když nemáte řidičák.
Žádá se taky na ÚP v místě bydliště.**

Pokud žádáte poprvé. Budete potřebovat vyplněné formuláře, příjmy vaše a společně posuzovaných osob, doložit rozhodnutí PnP, důchodový výměr, výpisy z účtu. Pokud pracujete-smlouvu a výplatní pásky, výpis ze stav.spoření pokud máte, proformo fakturu kupovaného auta a cenovou nabídku úpravy auta.

Pokud už auto máte navíc technický průkaz.

Na zakoupení a úpravu auta se na každou věc vyplňuje samostatný formulář. K němu patří i prohlášení o příjmech, vašich i společně posuzovaných osob, které necháte potvrdit u zaměstnavatele.

Pokud budete auto kupovat, některé firmy nabízí odpočet DPH, poptejte se na to, dá se koupit auto dražší až o 40 000 Kč.

[Žádost o příspěvek na zvláštní pomůcku si stáhnete zde>>](#)

[Doklad o výši čtvrtletního příjmu si stáhnete zde>>](#)

[Prohlášení o celkových sociálních a majetkových poměrech si stáhnete zde>>](#)

PnZP-Příspěvek úpravu bytu- (na zvláštní pomůcku)

Od roku 2012 se příspěvek jako takový na přestavbu bytu i např. polohovací postele, zvedáky, notebooky apod. zrušil a sloučil se s úpravou bytu jako na zvláštní pomůcku.

Patří do toho i příspěvek na zakoupení a úpravu auta, ale při posuzování jsou tam jiné podmínky, proto jsem to rozdělil.

Teď přispívají jen na něco-rozšíření dveří, wc a koupelnu. Když chcete třeba vyměnit vanu za sprch.kout.

Do pomůcek se dále počítají nájezdové lyžiny, přenosná rampa, schodolez nebo schodišťová plošina nebo stropní zvedací systém- obojí včetně instalace.

A u všech těchto úprav vám **proplatí jen práci, materiál si žadatel musí zaplatit sám.** Kromě plošiny a zvedacího systému.

Žádá se taky na ÚP v místě bydliště.

Vyplní se klasická žádost, **pokud úprava přesáhne 24 tisíc a budete souhlasit s 10% spoluúčastí, pak nemusíte dokládat nic.**

Pokud nepřesáhne 24 tisíc, pak musíte doložit příjmy a cenovou kalkulaci úpravy s detailním rozpisem prací. Žádost posuzuje posudkový lékař.

[Žádost o příspěvek na zvláštní pomůcku si stáhněte zde>>](#)

Příspěvek na invalidní vozík

Jako další možná ještě dříve než zakoupení auta nebo přestavbu bytu budete řešit **kde, jak a za kolik sehnat invalidní vozík.**

Je jedno jestli chcete základní, levný nebo dražší, pojišťovna vám dá max.21 tisíc. Pokud nemáte na ruce hned celou částku a chcete jeden z těch dražších, **oslovte nadace. ÚP na vozíky nijak nepřispívá.**



Např. Konto bariéry mají projekty počítače proti bariérám-kde přispívají na PC, notebooky apod, sport proti bariérám-sportovní vozíky, handbiky. Nadace Agrofert-rehabilitační pobyty, zdravotní pomůcky, zakoupení auta.

Co se týká Konta Bariéry pomáhají i lidem **do 18.měsíců po úraze s příspěvky na úpravu bytu, zakoupení, úpravy auta.**

I rehabilitačních pobytů nad rámec standardu, všech rehabilitačních a kompenzačních pomůcek. Přispívají na různé druhy studia, seminářů, odborných kurzů, školného, které pomáhají najít práci.

[Konkrétní projekty KB najdete zde>>](#)

A konkrétně KB pokud na danou věc nepřispívá vám **dokáže zřídit u nich na sebe podúčet,** s

tím, že přímo vy můžete oslovit s žádostí jakoukoliv společnost a ta vám může přispět na tento účet.

U KB je k žádosti nutné vytisknout jen čestné prohlášení o příjmu. Mají ho ke stažení na svých stránkách.

Některé nadace mají své formuláře- Agrofert. A žádat je budete písemně. Bude třeba doložit OP a další, ale např. Některé jako Nadační fond J&T můžete žádat online.

Když žádáte, popište svou situaci, že se vám zlepší zdravotní stav, věc vám usnadní život, pomůže v pohybu, dopomůže k zálibám, koníčkům, pomůže vám k překonání bariér, pohybu ve městě, mimo město atd.

V případě, že je věc drahá a **nepokryje to ani příspěvek od nadace, dá se koupit věc repasovaná.**

S těmito firmami mám dobré zkušenosti. Nabídli mi dokonce neomezenou záruku na motomed, který jsem přes ně koupil.

Pomůcky, které se dají pořídit přes pojišťovnu

O většinu věcí jako polohovací postel, zvedák do vany, stoličku nebo koupací vozík apod., na které už ÚP nepřispívá, kdysi to bylo až 50%, se žádá zdravotní pojišťovna.

Můžete žádat taky o příslušenství k vozíku jako kola, antidekubitní podložku nebo celé věci jako chodítka, ortézy atd.

Některé věci schvaluje revizní lékař, některé jdou přímo.

Ve zdravotnických potřebách si vyberete danou věc, řeknou vám jestli je plně nebo částečně hrazená. S kódem, který vám dají zajdete ke svému lékaři, většinou stačí praktik, ale může to být i neurolog, urolog, rehab.lékař apod.

Ten vám vypíše poukaz, který ho rovnou pošle na pojišťovnu. Tohle jde taky mimo vás. A pokud pomůcka na pojišťovnu napsat nepůjde, nebo není hrazená, existují ještě půjčovny kompenzačních pomůcek.

Pokud budete potřebovat další informace najdete je např. [Zde>>](#) nebo [Zde>>](#)

Nebo si můžete si za 95 Kč koupit příručku, kterou vydává Liga vozíčkářů, kde najdete taky hodně užitečných informací a kterou

koupíte [Zde>>](#)



V první řadě vám chci poděkovat, že jste si eBook stáhli. A jsem rád, pokud jste se dočetli až do konce a mohl jsem s vámi tyto informace sdílet.

Ted' víte kde, o které příspěvky si a jak můžete žádat. Víte co vzít s sebou, jaký formulář si stáhnout. Víte jak si zažádat na vytouženou i potřebnou věc u nadací.

Máte informace, které vám pomohou do začátku nebo i v průběhu života na vozíku. Věřím, že vám tyto řádky budou užitečné.

V případě státních příspěvků proberte vše s doktorem. Stud není na místě. Berte to tak, že i když se s něčím trápíte, měl by to někdo vědět. Protože jak se říká „Líná huba hotové neštěstí“. Berte to tak, že vaše zdravotní situace je jaká je a to sebou nese i náklady.

Co se týká nadací, nebojte si vybrat věc a nadace oslovit. I v období s nedostatkem peněz si můžete splnit sen.

Budu rád když mi napíšete na david@daviddovhun.cz, jestli se vám tento eBook líbil a jestli jste informace využili. Napište mi i pokud budete mít nějaké dotazy.

Budu rád, když navštívíte můj [blog](#), kde si můžete přečíst články, které vás mohou inspirovat k plnohodnotnému životu na vozíku.



Tipy na to, co se dá na vozíku najít na [YouTube](#), najdete mne na kanále David Dovhun. Nebo zajděte na facebook Jsem na vozíku
Mějte se fajn !!!

Právě připravuji eBook Deprese-jak z nich ven jednou provždy, jak znovu získat sebevědomí a radost ze života.