

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

MOŽNOSTI TURISTIKY VOZÍČKÁŘŮ V BESKYDECH

Závěrečná písemná práce

Autor: Martina Korhelíková, studium Aplikované pohybové aktivity

Olomouc 2012

Jméno a příjmení autory: Martina Korhelíková

Název závěrečné písemné práce: Možnosti turistiky vozíčkářů v Beskydech

Pracoviště: Katedra Aplikovaných pohybových aktivit

Vedoucí: Martin Kudláček, Doc. Mgr. Ph.D.

Rok obhajoby: 2012

Abstrakt: Práce „Možnosti turistiky vozíčkářů v Beskydech“ se zaměřuje na monitorování pohoří Beskyd z hlediska přístupnosti turistických tras pro vozíčkáře. Záměrem bylo vytvořit soubor turistických tras sjízdných pro vozíčkáře a prostřednictvím organizace Kazuist s.r.o. tyto informace poskytnout široké veřejnosti především vozíčkářům. Výsledkem je zveřejnění monitorovaných tras na internetu prostřednictvím webu jedemetaky.cz.

Klíčová slova: rekreace, pohyb, turistika vozíčkářů, sport vozíčkářů, aplikované pohybové aktivity

Souhlasím s půjčováním závěrečné písemné práce v rámci knihovních služeb.

Autor's first name and surname: Martina Korhelíková

Title of the thesis: Tourism opportunities for wheelchair users in Beskydy Mountains.

Department: Fakulty of Physical Culture

Supervisor: Martin Kudláček, Doc. Mgr. Ph.D.

The year of presentation: 2012

Abstract: The thesis "Tourism opportunities for wheelchair users in Beskydy Mountains" focuses on monitoring Beskydy mountains in terms of accessibility for the disabled tourist paths. The intention was to create a set of hiking trails passable for wheelchair users and provide this information through organizations KAZUIST s.r.o. to the general public especially wheelchair users. The result is a publication of the monitored routes to the Internet via the Web jedemetaky.cz.

Keywords: recreation, movement, tourists of wheelchair users, sport of wheelchair users, applied physical activities

I agree with lending the final thesis within the library services.

Prohlašuji, že jsem závěrečnou písemnou práci zpracovala samostatně s odbornou pomocí Martina Kudláčka, Doc. Mgr. Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a řídila se zásadami vědecké etiky.

V Olomouci dne 10. června 2012

.....

Ráda bych touto cestou poděkovala Martinu Kudláčkovi, Doc. Mgr. Ph.D., za pomoc, připomínky a cenné rady, které mi poskytl při zpracování závěrečné písemné práce. Dále za to, že závěrečná písemná práce mohla být řešena ve spolupráci s organizací Kazuist s.r.o. a projektu Cestovní ruch bez bariér Reg. číslo: CZ. 1.10/2.2.00/07.00938.

OBSAH

1 ÚVOD	7
2 SYNTÉZA POZNATKŮ	8
2.1 Vymezení základních pojmů	8
2.2 Pohyb, aplikované pohybové aktivity	11
2.3 Pohybová aktivita a sport vozíčkářů	13
2.3.1 Základní cíle pohybové aktivity a sportu vozíčkářů	14
2.4 Rekreace a turistika	16
2.5 Turistika vozíčkářů jako sport a rehabilitace	20
2.6 Kompenzační pomůcky pro vozíčkáře využitelné při turistice	22
3 CÍL PRÁCE	23
4 METODIKA	24
4.1 Metody.....	24
4.1.1 Analýza literárních zdrojů.....	24
4.1.2 Formulář hodnocení od Kazuist s.r.o	24
4.1.3 Metoda pozorování a měření.....	28
5 VÝSLEDKY	29
5.1 Charakteristiky navržených tras	29
5.2 Vybrané hodnocené parametry.....	37
6 DISKUZE	45
7 ZÁVĚRY	46
8 SOUHRN	47
9 SUMMARY	48
10 REFERENČNÍ SEZNAM	49
11 PŘÍLOHY	51

1 ÚVOD

V současnosti jsou velmi opomíjený veškeré pohybové aktivity všemi věkovými skupinami lidí. Narůstá procento lidí s neinfekčním onemocněním v důsledku nezdravé stravy a nedostatečné pohybové aktivity. Je potřeba, aby bylo na tuto skutečnost poukázáno a aby si lidé uvědomili, že pohyb a pobyt v přírodě je pro člověka velmi důležitý. Snad každý z nás po procházce nebo túře prožívá pocity zdraví, pohody a duševního obohacení. Stejně tak pro člověka s tělesným postižením je pobyt na čerstvém vzduchu v přírodě neméně důležitý a obohacující. Vhodnou variantou jak trávit čas v přírodě a přitom se nejen hýbat, ale i poznávat nové věci a získávat nové zkušenosti je turistika. Pro lidi s tělesným postižením se nabízí turistika vozíčkářů, která vyžaduje dodržení určitých kritérií pro přístupnost a sjízdnost dané trasy. Dá se předpokládat, že v každé turistické oblasti se skrývají trasy sjízdné pro vozíčkáře, jen je potřeba je najít a ukázat. Je důležité vhodné trasy uveřejnit a nabídnout daným klientům. Mnoho z nich ani netuší, kam až by se mohli dostat a obohatit tak svoji fyzickou i psychickou stránku života a přispět tak ke svému zdraví. Výhodu turistiky na vozíku je, že k ní není potřeba žádného speciálního a drahého vybavení a lze ji provozovat v každém věku. Turistiku lze provozovat s rodinou, s kamarádem, s přítelem nebo samostatně. Cílem veškerých pohybových aktivit, tudíž i turistiky tělesně postižených by měla být co největší možná samostatnost, psychická stabilita a fyzická zdatnost. Vymanit osoby s handicapem z izolace. Snažit se vytvářet pozitivní mezilidské vztahy a tím lidí s postižením zařazovat do běžného života. Dle mého názoru turistika vozíčkářů splňuje všechny zmíněné faktory a tak je vhodnou volbou jak zpestřit nebo obohatit aktivní způsob života lidí s tělesným postižením.

2 SYNTÉZA POZNATKŮ

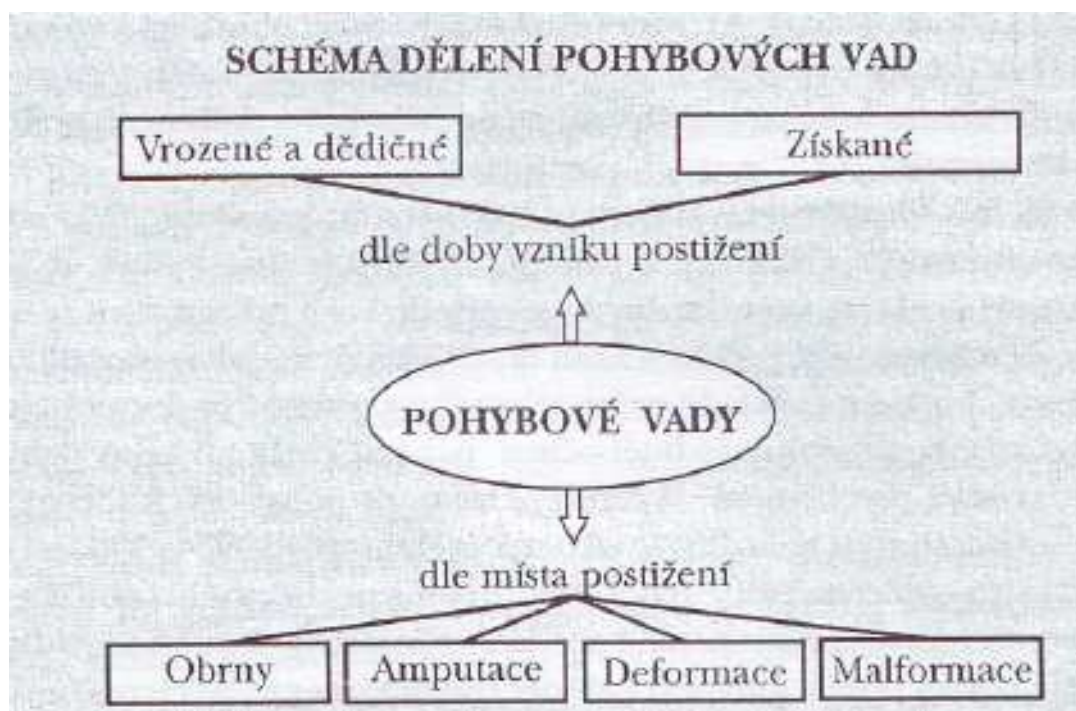
2.1 Vymezení základních pojmů

Dle Světové zdravotnické organizace WHO - Mezinárodní klasifikace vad je vada neboli impairment jakákoliv ztráta nebo abnormálnost psychologické, fyziologické nebo anatomické struktury nebo funkce. Postižení také disability je jakékoliv omezení nebo ztráta (vyplývající z vady) schopnosti jednat a provádět činnosti způsobem nebo v mezích, které se pro lidskou bytost považují za normální. A znevýhodnění též handicap je nevýhoda, vyplývající pro daného jedince z jeho vady nebo postižení, která omezuje nebo znemožňuje, aby naplnil roli, která je pro tohoto jedince s přihlédnutím k věku, pohlaví a sociálním a kulturním činitelům normální.

Zdravotní postižení je to nejen újma na zdraví jako následek vrozené nebo získané poruchy struktury a funkce organismu, ale i všechna postižení vedoucí k omezení pohybové zdatnosti, funkce smyslových orgánů, mentálních a jiných funkcí vyúsťující v handicap dotýkající se postavení takového jedince ve společnosti (Matějček, 2001).

Mezi jedince se zdravotním postižením řadíme jedince nemocné i zdravotně oslabené (Vítková, 2006).

Za tělesná postižení se považují přetrvávající nebo trvalé nápadnosti, snížené pohybové schopnosti s trvalým nebo podstatným působením na kognitivní, emocionální a sociální výkony. Příčinou může být poškození podpůrného aparátu, pohybového aparátu nebo jiné organické poškození. Vznikají na základě dědičnosti, nemoci nebo úrazem (Vítková, 2006). Tělesné postižení postihuje člověka jako celek. Hlavním znakem osob s tělesným postižením je omezení pohybu. Dle Lily Monatové (1994) můžeme pohybové vady rozdělit na dvě základní skupiny: poruchy vrozené včetně dědičných a poruchy získané. Podle toho, která část těla je postižena rozeznáváme skupinu obrn centrálních a periferních, deformace, malformace a amputace. Obrny centrální i periferní se dle závažnosti dále dělí na parézy a plegie (Vítková, 2006).



Obrázek 1. Schéma dělení pohybových vad (Vítková, 2006).

Pohybově postižení to jsou. nemocní, tělesně postižení a zdravotně oslabení. Například to mohou být vrozené tělesné vady končetin, rozštěpy páteře, DMO, respirační, svalová a kosterní onemocnění, alergie, nemoci kardiovaskulární aj. (Rénotiérová, 2006).

Paraparéza je částečné ochrnutí dvou končetin, nejčastěji dolních. Tito lidé většinou dokáží chodit o francouzských holích, ale na sportovní a pohybové aktivity využívají vozík.

Paraplegie je úplné ochrnutí dvou končetin, nejčastěji dolních. Většinou po poranění míchy v oblasti hrudní a horní bederní páteře. Paraplegici využívají vozík celodenně, ale mohou se zúčastnit mnoha pohybových aktivit.

Kvadruparéza je částečné ochrnutí všech čtyř končetin. Toto postižení se vyskytuje zřídka.

Kvadruplegie je úplné ochrnutí dolních končetin, ochrnutí rukou je v různém stupni od paréz až po praktické plegie. Ochrnutí v nižších partiích rukou je vždy horší než ochrnutí v horních partiích. Postižené bývá i břišní a zádové svalstvo. Proto je výběr sportovních aktivit omezen stupněm postižení. Specifickou hrou pro kvadruplegiky je ragby na vozíku nebo boccia. Postižení vzniká po poškození míchy v krční segmentu (Kudláček, 2007).

Motorika neboli hybnost pochází z latinského slova motus což znamená pohyb. Motorika je souhrn všech pohybů lidského těla a celková pohybová schopnost organismu. Je to souhrn instinktivně pohybových reakcí, jednoduchých nepodmíněných reflexů, podmíněných reflexů a pohybových návyků získaných v průběhu života. Předpokladem toho,

aby člověk uměl pohybově řešit situaci, je určitý stupeň inteligence, který je potřebný pro pochopení vzniklé situace a rozhodnutí jak bude pohybově vzniklou situaci řešit. Mezi složky motoriky patří pohyby spontánní, reflexní, záměrné, expresivní.

Na základě poruch nervového systému, kosterního systému, centrálních nebo periférních podmíněných poruch, deformací a narušení u tělesně postižených, vznikají různé formy poruch motoriky, které jsou ohraničeny koordinací a silou, obratností, rychlostí a ohebností končetin (Renotierová, 2006).

Hrubá motorika je motorika podpůrná, kořenová a axiální. Je to systém pro posturální motoriku a systém pro lokomoci.

Jemnou motoriku můžeme nazvat také motoriku obratnou je to motorika akrální, provádí pohyby ideokinetické, sdělovací motorika ovládající mimické svaly, gestikulaci apod. Jedná se o hybnost malých svalových skupin (Renotierová, 2006).

Motorika člověka představuje souhrn lidských pohybových předpokladů a projevů zahrnující průběh a výsledek pohybové činnosti. Motorická činnost je pak cílevědomý a systematický proces řízený centrální nervovou soustavou uskutečňovaný v interakci mezi člověkem a okolím za pomoci pohybové soustavy. V souvislosti s motorikou je nutno zmínit ještě termín mobilita.

Mobilita zvaná také hybnost znamená všechny pohybové funkce vykonávané kosterním svalstvem, přemístění těla v prostoru, pracovní výkon. Tyto pohyby jsou řízeny z motorické oblasti mozku (Renotierová, 2006). Mobilita jedinců s tělesným postižením z velké části ovlivňuje kvalitu jejich života a tudíž je základním předpokladem jejich úspěšné sociální integrace (Vítková, 2006).

2.2 Pohyb, aplikované pohybové aktivity

Pohyb pro nás znamená spouštěč procesů, které jsou řízené mozkiem a pro ten jsou důležité tři lokality - mozková kůra, mozkový kmen a mozeček. Impulzy potřebné pro jednotlivé cílené pohyby vychází z mozkové kůry velkého mozku. Pro diferencované pohyby jsou podstatné nepodmíněné pohybové podněty z mozkového kmene (subkortex), které procházejí extrapyramidovými nervovými drahami. Mozeček (Cerebellum) zajišťuje pohybovou koordinaci a jemnou diferenciaci pohybů (Vítková, 2006).

Svalstvo zabezpečuje veškerý pohyb organismu v prostředí. Je jedním ze základních projevů života (Jirák, 2005).

Pohyb živé bytosti je základním projevem jejího života. Je to aktivní proces probíhající podle fyzikálních zákonů. Je řízený záměrem sledující určitý cíl (Velé, 1997).

„Při nedostatku pohybu dochází v organismu k strukturálním změnám, např. k úbytku svalové hmoty, ke zkrácení vazivových struktur svalů a ligament, dokonce i ke změnám struktury skeletu.“ (Velé, 1997, s. 12)

Při nedostatku pohybu dochází k řadě onemocnění jako je nadváha, snížení krevního oběhu nebo osteoporóza. Pohyb má také podstatný vliv na průběh metabolických pochodů v organismu. Jestliže je pohybové zatížení střední, pak se pohybový systém udržuje ve funkci i struktuře, jeho výkon se postupně zlepšuje a struktura restituuje. Pokud dochází k nadměrnému pohybovému zatížení neboli k přetížení, pak dochází ke snížení pohybového výkonu, k omezení pohybu díky bolesti nebo únavě, následně může dojít i k strukturálnímu poškození. Zhoršuje se ekonomika pohybu a celý systém se postupně poškozuje.

Pohybová aktivita souvisí s intelektem a psychikou. Ovlivňuje zpětně i psychické procesy, proto můžeme použít motoriku i k ovlivňování psychiky (Velé, 1997).

„Protože pohyb je, byl a vždy bude součástí života každého jedince, a pokud dojde k jeho omezení, ať v důsledku jakéhokoliv úrazu, nebo jiné příčiny, tak je třeba poukázat, že jakákoliv alternativní pohybová složka cvičení přináší tu maximální možnou míru zlepšení sebeobslužnosti, soběstačnosti a to má za následek zvyšování celkového profilu kvality života.“ (Čichoň, Význam pohybových aktivit pro kvalitu života jedinců s tělesným postižením, 2005, s. 3.)

Pohybem obecně nerozumíme jen pohyb svalů, vnímáme i jeho psychologickou a psychofyzickou složku a další aspekty (Čichoň, 2005).

Lidský pohyb je velmi rozmanitý komplexní problém. Záleží na struktuře lidského těla, jeho schopnosti se pohybovat, na zkušenostech a na situacích, kterými je pohyb vyvolán. Lidský pohyb má vždy svou individuální jedinečnost. Pohyb k životu neodmyslitelně patří a je předpokladem i projevem lidského života (Hodaň, 2005).

Pohyb je zcela jistě člověku zdraví prospěšný a má pro něj pozitivní význam. Pro jedince s pohybovým postižením má význam také kompenzační ve smyslu vyrovnávání nerovnováhy v organismu a jeho funkcí v důsledku vrozené či získané poruchy a edukační či reedukační při nabývání nebo obnovování pohybové dovednosti. Je zdůrazňován pohyb nejen jako činitel upevňující zdravotní stav a prevenci, ale také tělesnou zdatnost. Je chápán jako koordinační faktor tělesného, psychického a sociálního vývoje. Zlepšuje kondici a aktuální psychický stav, vytváří nebo obnovuje životní perspektivy jedinců se zdravotním postižením a má vliv i na výskyt civilizačních chorob. Při pěstování pohybu dochází k rozvoji motorických kompetencí uplatnitelných v běžném životě, které přispívají ke zvýšení kvality i kvantity pohybových vzorců, upevňování sebevědomí, rozvíjení sociální dovednosti a empatie (Ješina, Hamřík a kol, 2011). Dle Rollanda pohybová aktivita souvisí s celkovým rozvojem lidské osobnosti a její celkové kognitivní kapacity. Pohybová aktivita má velký vliv na celkový psychický stav jedince. Díky fyzické náročnosti je trénovaná vůle, psychická vytrvalost, houževnatost, cílevědomost, rozhodnost, odvaha, odolnost proti stresu apod. (Hodaň, 2005).

Hrouda a Rybová (2010) uvádí, že překonáváním a zdoláváním jistých sportovních cílů posouvají osoby se zdravotním postižením své každodenní překážky do ústraní, stávají se běžně zdatelnými bez jakýchkoli problémů. Dokazuje to například výstup dvou vozíčkářů na nejvyšší vrchol České republiky sněžky. Pan Dušek říká: „Pro postižené jsou podobné akce ohromnou výzvou. Obstojí-li na horských cestách, je pro ně mnohem jednodušší překonávat překážky ve městech, například obrubníky nebo jiné potíže.“ (Vozíčkáři vyjeli na vrchol Sněžky, 2002)

Termín "aplikované pohybové aktivity" APA zahrnují například tělesnou výchovu, sport, rekreaci a rehabilitaci. Je to pohyb, tělesná aktivita nebo sport se speciálním zaměřením na zájmy a schopnosti osob s určitým omezením. APA je pro široké spektrum věkových kategorií, pro osoby s omezením různého druhu, charakteru a intenzity (Aplikovaná tělesná výchova, 2011).

2.3 Pohybová aktivita a sport vozíčkářů

Je nesporné, že vozíčkáři potřebují pěstovat pohybovou aktivitu a sport stejně nutně jako zdravá populace, k udržování optimální fyzické a psychické kondice. Ke zlepšení, respektive udržení fyzické kondice využívají vozíčkáři všech dostupných forem a prostředků pohybové aktivity a sportu modifikovaných s ohledem na pohyb v invalidním vozíku. Ukázalo se, že pro vozíčkáře je prospěšné zvykat si na fyzické aktivity, a to jak z hlediska fyziologického, tak psychologického. Pohybová aktivita se jeví jako jeden ze základních stavebních prvků celého komplexního rehabilitačního procesu. Z počátku je veškerý pohyb pro vozíčkáře velmi fyzicky namáhavý. Pro vozíčkáře trpící srdečními nebo plicními potížemi může být i rizikový. Nebo u jedinců, kteří nebyli zvyklí na fyzickou zátěž může dojít ke zpomalení či omezení rehabilitačních účinků (Kábele, 1992).

Cílem pohybové aktivity a sportu je všestranný a harmonický rozvoj osobnosti po stránce fyzické i psychické. Vytvářejí a rozvíjejí se při ní pohybové dovednosti, zvyšuje se jejich tělesná zdatnost a odolnost, překonávají se následky tělesných vad a onemocnění tělesně postižených. Každý vozíčkář je v pohybu omezen svou diagnózou. Rovněž je omezen rozsah a náročnost denních aktivit i výběr sportovních aktivit. Vlivem kultury je volný čas využíván vozíčkáři různě. Převažuje sezení u televize, počítače, komunikace prostřednictvím nových technologií. Volný čas je pro rekreační pohybové aktivity využíván méně. Na druhou stranu s moderními trendy ve společnosti roste počet lidí, kteří ve svém volném čase sportují. To má pozitivní vliv v oblasti fyzické, psychické i psychosociální (Čichoň, 2005).

„S nástupem nové doby přichází i čím dále, tím více informací o nových pohybových možnostech, aktivitách pro zdravotně postižené. Dochází k nárůstu rozvoje nových sportů a rekreačních možností. Informace a následná realizace možnosti umožňují všem handicapovaným mnohem větší rekreační vyžití. Dochází k nalezení takových pohybových aktivit, které by byli ochotni a schopni provozovat před vznikem jejich handicapu.“ (Čichoň, Význam pohybových aktivit pro kvalitu života jedinců s tělesným postižením, 2005, s. 2)

Tedy sportující osoby s tělesným postižením dokáží prostřednictvím svých úspěchů přispět k seberealizaci a zařadit se do nového kolektivu, jehož součástí nemusí být pouze handicapovaní, překonávají tak sociální bariéry vzniklé handicapem, přijímají novou roli v kolektivu a navazují nové kontakty. V neposlední řadě se mohou stát také vzorem pro nesportující populaci (Titl, Zastat, Ješina, 2011).

2.3.1 Základní cíle pohybové aktivity a sportu vozíčkářů

Rozvoj základních pohybových schopností a dovedností, jako jsou obratnost, síla, vytrvalost, udržení rovnováhy, prostorová orientace, rychlost reakce, bravurní zvládnutí jízdy na vozíku ve smyslu „vozíku jako součásti těla“, manuální zručnost, hygienické návyky

Osvojení žádoucích regeneračních a kompenzačních metod, psychorelaxační techniky, automasáž, kompenzační cvičení, posilování, strečink.

Formování psychických vlastností - volního úsilí, schopnost koncentrace, zvládání emocí, adaptace a kooperace, vyrovnávání se s konfliktními situacemi, kompenzace pocitů méněcennosti.

Překonávání sociálních bariér - přijetí sociálních rolí, navazování kontaktů mezi zdravotně postiženými, společenské kontakty zdravých a postižených, pozitivní příklad pro dosud nesportující vozíčkáře, možnost výměny zkušeností a informací, propagace dosažených výsledků, sportovní diváctví

Předcházení vzniku takzvaných civilizačních chorob například z nedostatku pohybu, nevhodné životosprávy (pití alkoholu, kouření nebo ignorování racionální výživy), z časté neurotizace, z vlivu stresogenních faktorů .

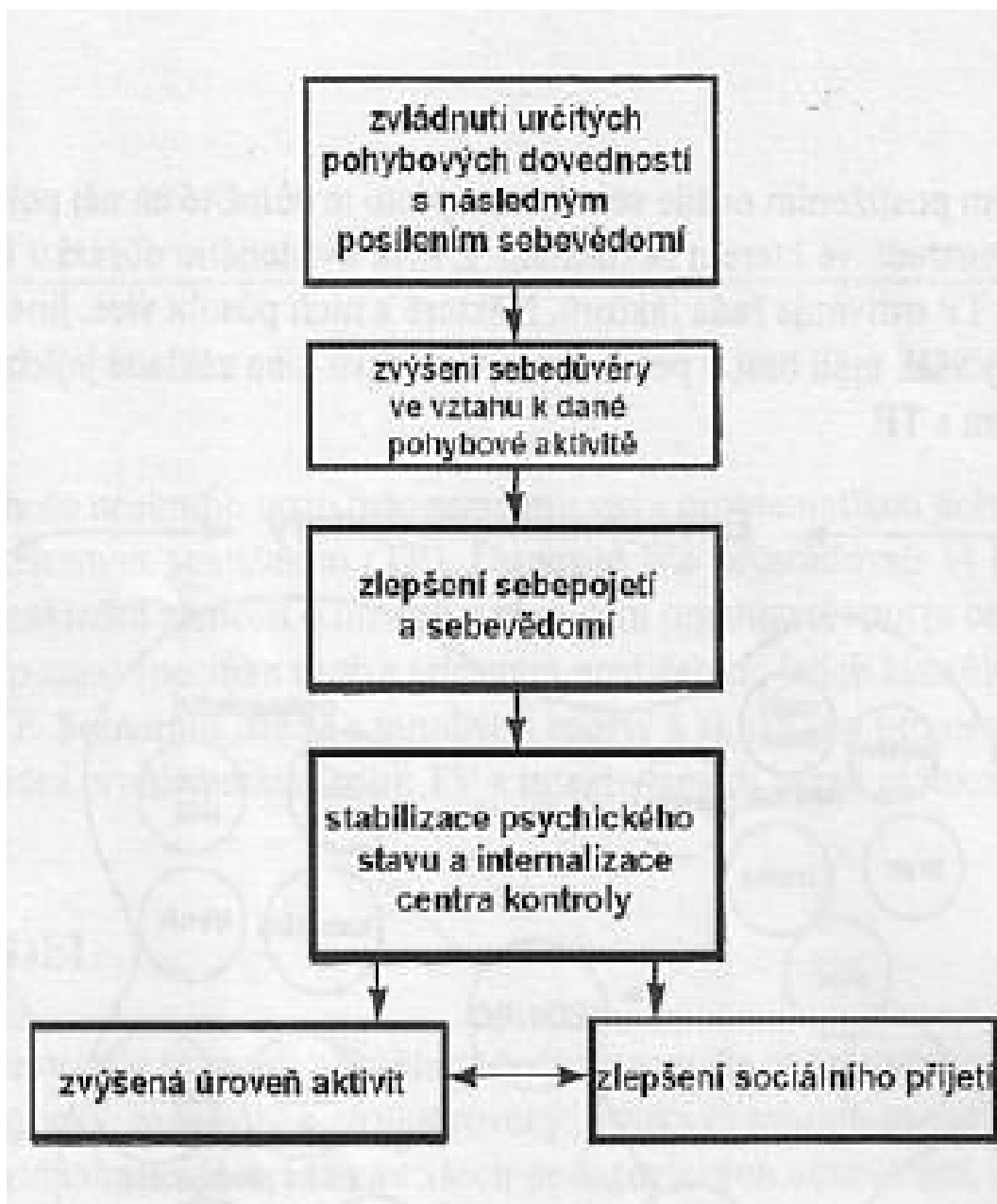
Lze říci, že pohybové aktivity a sport přispívají k možnosti žít plnohodnotný život včetně aktivního zapojení do pracovního procesu, rodinného a společenského života.

Sportovní úspěšnost vhodně kompenzuje pocity méněcennosti, zbytečnosti a poruchy seberealizace. Bylo zjištěno, že provozování sportu umožňuje společnou participaci zdravých a postižených (Kábele, 1992).

Tělesná aktivita osob s tělesným postižením s vrozenou vadou má za úkol přispívat k trvalému přizpůsobování se specifickému způsobu života. Prostředí a prostředky tělesné výchovy a sportu mohou vhodně kompenzovat omezený zdroj podnětů z vnějšího prostředí, přispívat k adaptaci jedince na život ve společnosti zdravých. Naopak tělesná aktivita jedinců se získaným tělesným postižením napomáhá překonávat a vyrovnávat se s touto nečekanou změnou životní situace. Určitý vliv na vývoj vztahu tělesně postiženého k aktivní pohybové činnosti má i jeho věk, stupeň postižení, nápadnost vzhledu a sociální prostředí (Karásková, 1993).

Hutzler a Sherrill (1999) popisují vliv pohybových aktivit v modelu znázorněném na obrázku 2. Na začátku je zvládnutí určitých dovedností – aktivit, které se projevuje ve zvýšení sebevědomí a zlepšení sebepojetí jedinců s tělesným postižením. Toto pomůže vytvořit určitou psychickou rovnováhu a pocit, že jedinec s tělesným postižením „má kontrolu nad

svým životem“. Důsledkem toho se lépe začleňuje do širší společnosti a má odvahu zkoušet nové pohybové, ale i jiné aktivity (Kudláček, 2007).



Obrázek 2. Model sportovního umocnění (sport empowerment, Sherrill, 2004)

I když jsou známy veškeré pozitivní vlivy pohybových aktivit na organismus člověka, stále nejvyšší procento účasti na organizovaném sportu postižených sahá pouze k třem procentům. Větší procento postižených osob sportuje jen příležitostně nebo s osobami bez postižení. Ovšem odhady ukazují desetkrát nižší procentuální zastoupení sporujících osob s tělesným postižením vůči ostatní populaci (Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby, 1996).

2.4 Rekrece a turistika

Rekreace z anglického slova recreation označuje čas nebo aktivitu, kterou lidé věnují aktivnímu nebo pasivnímu odpočinku při němž regenerují svoje tělo nebo mysl. Rekrece je také považována za synonymum pro oddech nebo osvěžení. Pojem rekreace také vymezuje prostor, umožňující realizaci zálib a zájmů, kultivaci vlastních tvořivých sil, schopností atd.

Pojem rekreace vznikl z latinského slova creare (= tvořit, vyrábět) přidáním předpony re (= znovu), to v podstatě vyjadřuje obnovování, znovuvytvoření něčeho, co již v určité podstatě existovalo, vrácení do původního stavu, dosahování původní kvality, což vše bylo z nějakého důvodu v negativním smyslu změněno. Z toho vyplývá, že proces, který je takto označován, má aktivní charakter. Můžeme to tedy pokládat za obnovování s vlastním úsilím. Re-creare má kompenzační a především obnovovací efekt. Uvedený pojem je nutno chápat jako dosažení předcházejícího stavu, ale i jeho zlepšení, pokud je to možné. I když je aktivní forma regenerativní činnosti biologicky nezbytná, stává se zájmovou činností a za určitých podmínek na sebe bere podobu rekreace (Hodaň, 2005).

Dle Hodaň je rekreace „pojem, označující činnosti, které jsou zaměřeny na obnovování vyčerpávaných sil a kompenzaci deformativních vlivů vyplývajících z běžných socio-profesních rolí člověka, z jednostrannosti práce, nesprávných životních návyků apod., na tvorbu zdraví, rozvoj a zdokonalování ve smyslu fyzickém, psychickém i sociálním a s tím spojenou kultivaci.“ (Hodaň, 2005, s. 45) Tedy české slovo rekreace je nutno chápat ve významu obnovy a dalšího rozvoje, kdy se člověk zaměřuje na sebe sama. Význam rekreace je vytváření prostoru pro participaci, pro realizaci zájmů, zálib a schopností, i pro kultivaci všech tvořivých sil člověka. Pod pojem rekreace lze zařadit všechny činnosti, které splňují regenerativní a rozvojové funkce. Hodnota rekreace spočívá i v působení na intelektuální, tělesný a sociální rozvoj, na zdraví a na ostatní faktory, které formují osobnost (Hodaň, 2005).

„Pohybová rekreace je zájmová tělocvičná, příp. jiná pohybová aktivita, zaměřená na obnovu a rozvoj sil po vykonané práci, na udržení tělesné i duševní kondice a na příjemné prožití volného času.“ (Hroza in Hodaň, 2005, s. 52,)

„Pohybová rekreace – zájmová pohybová činnost, konaná ve volném čase za účelem zotavení, osvěžení, udržování tělesné a duševní kondice.“ (Pávek in Hodaň, 2005, s. 52)

Pohybová rekreace je oblastí, jejíž podstatou je regenerace a rozvoj lidských sil formou aktivního odpočinku. (Mlateček in Hodaň, 2005)

Ze zdravotního hlediska má největší význam ta část pohybové rekreace, ve které jsou záměrně využívána tělesná cvičení, tedy tělocvičná rekreace. Smyslem tělocvičné rekreace je udržování úrovně celého organismu nad požadavky života. Dominuje rozvojový, regenerační a rekondiční charakter činnosti (Hodaň, 2005).

Turistika je odvozena z francouzského slova *tour* - okružní cesta, putování. Turistika je zájmová činnost, sport, koníček, hobby spočívající v krátkodobém cestování a poznávání prostředí, krajiny, památek, zvyků a lidí. Klasická turistika je pěší a spíše individuální a od poloviny 20. století turistika skupinová a organizovaná. Vzniká tak turistický průmysl a cestovní ruch jako stále významnější odvětví hospodářství. V ČR je turistika velice oblíbená a komunita turistů rozšířená. Od roku 1888 mají čeští turisté svoji organizaci, Klub českých turistů, který udržuje na území České republiky hustou síť značených stezek pomocí turistických značek. Turista je pak člověk, který, který cestuje za zábavou, poučením, sportem či rekreací

Turistické značení pro pěší turistiku je na území České a Slovenské republiky dobře propracované. Sitnianský klub vyznačil první slovenskou trasu roku 1874. První české trasy byly vyznačeny díky Pohorské jednotě Radhošť kolem roku 1884 a Klubem českých turistů roku 1889. Značení provádějí bezplatně dobrovolníci vyškolení a organizovaní v klubech turistů.

Turistická značená trasa (TZZ) je trasa vyznačená turistickými značkami. Turistické značené trasy bývají vedeny zejména turisticky zajímavými místy. Bývají vyznačeny v turistických mapách. (KČT, 2012)



Obrázek 3. Turistická značka (KČT, 2012) Obrázek 4. Turistická značka vozíčkář (KČT, 2012)



Obrázek 5. Značení turistických tras v mapě (mapy,2012)

V roce 2008, při příležitosti 120. výročí svého vzniku, založil KČT veřejnou sbírku na podporu turistiky zdravotně handicapovaných spoluobčanů a program Turistika pro všechny. V roce 2010 byla otevřena trasa pro vozíčkáře Mariánským údolím, další otevřená trasa byla nazvána Krajem Emy Destinové v Jihočeském kraji a v letošním roce byla otevřena třináctá trasa a to Centrálním parkem Prahy.(KČT, 2012) Organizací věnující se této problematice přibývá. Je jimi Správa Krkonošského národního parku, která v projektu pod názvem Krkonoše bez bariér vytvořila desítky stezek se speciálním značením pro handicapované(KRNAP). V oblasti Šumava vyskytují čtyři trasy vhodné pro turistiku lidí na vozíku(npsumava, 2012). Jizerské hory mají díky obecně prospěšné společnosti MOBILITĚ také několik turistických tras vhodných pro turistiku lidí využívají při pohybu vozík (mobilita, 2012). Na Šumperku je již dnes vybudováno několik kilometrů turistických tras vhodných pro vozíčkáře(jesenikytourism, 2012). Dnes se budováním turistických tras pro vozíčkáře a handicapované zabývají různé organizace a projekty.

Regionu Beskydy a zdejších možností turistiky vozíčkářů se věnuji ve spolupráci s organizací Kazuist s.r.o. v této práci.



Obrázek 6. Turista – vozíčkář (KČT, 2012)



Obrázek 7. Rozcestník (KČT, 2012)

2.5 Turistika vozíčkářů jako sport a rehabilitace

Sport je pohybová aktivita, motivovaná zvýšením celkové kondice, osobním prožitkem či cíleným výsledkem nebo výkonem. Přináší příjemný prožitek uvolnění zájmovou činností spojenou s pohybem v podobě různých aktivit jako jsou hry, soutěže, turistika, zimní sporty apod., které působí zlepšení psychofyzické rovnováhy a dobrý celkový pocit. Pohybová aktivita spojená se sportem a s příjemnými prožitky se dá použít při léčbě motoricky, ale i mentálně postižených, ke zlepšení intelektuálních schopností a seberealizace. Sport se tak stává léčebným i preventivním prostředkem pro zdravotnické a psychické účely (Velé, 1997). Slovo sport je anglosaského původu a je odvozeno od slova disport. Znamená obveselení, rozptýlení, útek od práce, od povinnosti k zábavě. Pojmem sport je dnes obvykle označována pohybová (fyzická) aktivita provozovaná podle určitých pravidel a zvyklostí, jejíž výsledky jsou měřitelné nebo porovnatelné s jinými provozovateli téhož sportovního odvětví. (Sport, 2008)

Sportovní úrovně jsou charakterizovány následovně.

Vrcholová úroveň, kdy sportovec provozuje sport profesionálně nebo poloprofesionálně (podle významu sportu a kvality sportovce) - sportovec obvykle denně trénuje, často i několik hodin nebo na „plný úvazek“, účastní se soutěží na mezinárodní nebo alespoň národní úrovni
Výkonnostní úroveň - poloprofesionálně nebo amatérsky - obvyklý je pravidelný trénink v rozsahu několika až několika desítek hodin týdně, registrace v některém sportovním svazu a pravidelná účast v soutěžích

Rekreační úroveň je příležitostné sportování v rozsahu maximálně několika hodin týdně, bez oficiální registrace nebo s registrací v rekreačních, čistě amatérských soutěžích. (Sport, 2008).

Sport tělesně postižených má fyzické, psychické a sociální pozitiva. Napomáhá k tvorbě aktivního životního stylu, k integraci jedince a k plnohodnotnému návratu do společnosti případně i ke sportu, kterému se jedinec věnoval před vznikem postižení (Heller, 1996).

„Kyrálová (in Sport report, 3, 1994, č. 10) uvádí, že prostřednictvím sportu se daří nenásilně začleňovat jedince se zdravotním postižením mezi jedince tzv. nepostižené a zdůrazňuje, že sport a tělesná aktivita umožňují snazší komunikaci mezi lidmi a sociálními skupinami a také integraci jednotlivců do těchto skupin“ (Kudáček, 2007).

Můžeme říct, že pěší turistiku provozujeme převážně v čistém prostředí. V prostředí lesů, luk a hor. Příroda na nás působí prostřednictvím slunce, vzduchu, vody a meteorologických faktorů. I krátkodobý pobyt v přírodním prostředí pomáhá odstraňovat psychickou únavu a obnovovat fyzické a psychické síly člověka. Příroda dnes člověku kompenzuje jeho pobyt a moderní způsob života v nepříznivých životních podmínkách měst a velkoměst. Aktivní odpočinek, čili pohyb, nám význam příznivých účinků znásobuje. Turistika spojuje aktivní pohyb s kulturně – poznávací činností a s osvojováním a využíváním různých odbornotechnických vědomostí a zručností, čímž je ideální aktivitou v přírodě.

Pohybovou aktivitou nedochází jen ke zlepšení fyzické zdatnosti, ale i psychické stránky člověka. Dochází ke změně struktury osobnosti. Zvyšuje se sebedůvěra, sebejistota a schopnost vyrovnat se s duševním napětím a stresem (Žiškaz,1988) .

Turistiku můžeme považovat za jistou formu rehabilitace. Dnes v zahraničí fungují profesní skupiny, které se věnují terapeutickému vyžití rekreace pro komplexní rehabilitaci osob se zdravotním postižením. V USA existuje Therapeutic Recreation (TR), terapeutická rekreace. Využívá rekreace k pomoci osobám se zdravotním postižením. Jejím cílem je rozvoj a naplnění volnočasových aktivit, tak aby se zlepšilo zdraví, funkční možnosti, nezávislost a kvalita života. Snaží se integrovat osoby se zdravotním postižením do komunity.

Adventure Therapy (dobrodružná terapie) pořádají dlouhé expedice v horách, po vodě i po sněhu. Almut Beringer (2003) zmiňuje možnosti využití programu v přírodě v procesu rehabilitace vozíčkářů. Dle něj působí příroda pozitivně na klienta a klient si sám může uvědomit své omezení ve snaze dostat se všude kam potřebuje.

Pobyt v přírodě nám naruší naše všední stereotypy. Podle Graga Laise (1996) je integrace jednodušší, když jsou lidé daleko od všedního života, zvyků a chování. Skupina lidí vždy s různým postižením společně splavují řeky a jezera na kánoích a kajacích, v zimě cestují na saních se psím spřežením (Kudláček, 2007).

I když je na začátku každý pohyb pro vozíčkáře velice fyzicky náročný, obtížný a unavující, lze říci, že jakákoli pohybová činnost a jakýkoli druh sportu je pro vozíčkáře velkým přínosem. Napomáhá ke zlepšení kvality života, k lepšímu zapojení do rodiny či sociálního prostředí, do společnosti, k navázání nových kontaktů, udržení či získání zaměstnání apod. Sportování a úspěchy ve sportu odstraňují nebo alespoň zmírňují pocity méněcennosti, životní zbytečnosti, napomáhají seberealizaci (Potměšil, J., Čichoň, R., 2005).

2.6 Kompenzační pomůcky pro vozíčkáře využitelné při turistice

Ortopedický vozík je kompenzační pomůckou. Umožňuje pohyb v prostředí bez architektonických bariér. Ortopedické vozíky se dělí na elektrické a mechanické.

Elektrické vozíky používají osoby s těžším postižením např. kvadruplegie, progresivní svalové onemocnění apod.

Mechanické vozíky se dělí na pasivní, ty slouží k přepravě s pomocí jiné osoby. Aktivní neboli každodenní umožňují zapojení do společnosti, mají nízkou hmotnost 13 – 15 kg, snadno se ovládají, mají atraktivní vzhled a dají se složit např. pro přepravu autem.

Většina tras uvedených v této práci je sjízdná i na níže popsanych kompenzačních pomůckách. Tyto kompenzační pomůcky nebyly při monitoringu brány v úvahu. Trasy jsou hodnoceny pouze z hlediska turistiky. Z důvodu finanční nedostupnosti pro klienta a komplikovanější přepravy daných pomůcky na místo.

Tříkolky neboli formulky jsou vozíky určené pro jízdu, dobře drží směr a jsou lehce ovladatelné v zatáčkách, váží asi 5 kg a dokážou jet rychlostí 40 km/h. Také lze použít tzv. adaptér, který se pomocí svěrek připojí k vozíku čímž vznikne tříkolka. Dnes dochází k velkému rozmachu jízdy na handbike (handcyclech) tj. cyklistika vozíčkářů (Kudláček a kol., 2007). Handbike je určený na silnice, ale vyrábí se i terénní Handbike, který je určený pro jízdu v terénu. Ve výzkumu je nyní možnost připojení elektrického pohonu na vozík či handbike, což umožňuje i méně zdatnému vozíčkáři projíždět i ty náročnější trasy.

3 CÍL PRÁCE

3.1 Cíle práce

Hlavním cílem práce je analýza podmínek pro turistiku vozíčkářů v Beskydech.

3.2 Dílčí cíle

a) Dílčí cíle

- Výběr vhodných turistických tras pro vozíčkáře
- Pilotní ověření
- Navržení turistického výletu pro vozíčkáře

b) Výzkumná otázka

- Jaké jsou podmínky pro turistiku vozíčkářů v Beskydech?

4 METODIKA

V práci byly použity metody analýza literárních zdrojů, pozorování a měření na základě připravených formulářů.

4.1 Metody

4.1.1 Analýza literárních zdrojů

Pro posouzení současného stavu bylo potřebné nastudovat literaturu související s problematikou rozvoje turistického ruchu vozíčkářů. Především šlo o turistické průvodce a mapy sledované oblasti uvedené v referenčním seznamu. Při zpracování byly rovněž využívány elektronické zdroje, především mapového charakteru na serveru mapy.cz a cykloserver.cz .

4.1.2 Formulář hodnocení od Kazuist s.r.o

V první fázi byl proveden návrh sledovaných tras, z kterého byl proveden výběr monitorovaných tras. Mezi stěžejní kritéria výběru tras pro turistiku vozíčkářů patřily zejména faktory:

- kvalita povrchu
- příčný a podélný sklon trasy
- šířka trasy
- obtížnost trasy
- dostupnost trasy
- možnost využití služeb v okolí
- přítomnost odpočinkových míst a mobiliářů na trase
- možnost parkování
- značení a navigační prvky na trase

Přesné znění celého formuláře je uvedeno v příloze 13.

Strukturace hodnotícího formuláře

Hodnotící kritéria byly převzaty od organizace Kazuist s.r.o.

Trasou se rozumí vytýčená komunikace, pochozí plocha spojující výchozí a cílové místo. Dle potřeby monitoringu, byly sledované trasy rozděleny do jednotlivých úseků, přičemž byly hodnoceny vybrané charakteristiky trasy.

Hodnocení bylo zaměřeno na **kvalitu povrchu** z hlediska materiálů a stavu. Hodnotilo se z jakých materiálů (asfalt, kočičí hlavy, dlažba, štěrk atd.) je povrch, zda je i při deštivém počasí nekluzký. Rovněž byl posuzován povrch trasy z hlediska kvality povrchu a přítomnosti defektů a terénních nerovností, které by bránily sjízdnosti pro vozíčkáře.

Vhodná trasa by měla být široká min. 1500 mm pro bezpečné míjení dvou vozíčkářů, pokud toto kritérium trasa nespĺňuje je potřeba si všimnout přítomnosti rozšíření na trase, které umožňují bezpečné vyhnutí dvou vozíků. Fotografie měření šířky trasy v příloze 1. Za maximální příčný sklon, neboli sklon kolmo k chůzi byla pokládána hodnota 2%. Trasy, které překračují hodnotu 2% příčného sklonu jsou hodnoceny jako nevhodné z důvodu nepohodlné chůze a můžeme ji považovat za nebezpečnou z hlediska jízdy na vozíku. Měření se provádělo následujícím způsobem. Do roviny se rozložil jeden metr, počátek „0“ je na chodníku, druhá strana je nad zemí, změřením výškového rozdílu máme sklon – rozdíl 100 mm = 10% .Fotografie přiložena v příloze 1.

Podélný sklon byl hodnocen slovním vyjádřením ve smyslu rovinatý, mírně zvlněný, zvlněný, kopcovitý, mírné, prudší, prudké, krátké, dlouhé stoupání nebo klesání apod. **Bezpečnost trasy** je ovlivněna slunečním svitem. Trasa vedoucí po přímém slunci může být nepříjemná a v slunečných horkých dnech i nebezpečná. Bylo popisováno zda trasa vede chráněným lesním porostem, úbočími údolí nebo zda celá trasa vede lesem. Na nebezpečných úsecích např. strmých svazích, kde hrozí sjetí či trasách vedoucích v určité výšce nad zemí bylo posuzováno, zda je trasa lemována obrubníky, zábradlím nebo madly. Z hlediska charakteru povrchu byly přesně popisovány překážky vyskytující se na trasách, které by mohly omezovat uživatele vozíků při jízdě. Byly měřené přesné hodnoty výškových rozdílů a za nevyhovující byly pokládány hodnoty, kdy byl rozdíl větší jak 20 mm. Fotografie měření výškového rozdílu v příloze 1. Za překážky byly rovněž považovány díry, závory, svodnice vody, otvory, kameny, kořeny atd. , které nelze žádným způsobem objet nebo se jim vyhnout. Také bylo hodnoceno zda je trasa osvětlená.

Z hlediska komfortu a pohodlí vozíčkářů při zdolávání trasy byla hodnocena přítomnost, umístění a rozvržení **mobiliářů**, zdrojů pitné vody, odpadkových košů a bezbariérových WC podél trasy. Dle kritérií od Klacr s.r.o je vhodná lavička vysoká 450 –

500 mm, má opěrky na záda i na ruce pro usnadnění vstávání, je bezbariérově přístupná a na trase zasazena ve výklencích, tak aby nepřekážela v jízdě jiným vozíčkářům. Fotografie měření výšky lavičky v příloze 1. Nesmí zasahovat do prostoru trasy. Posezení nebo místo pro piknik, kde je součástí stůl, který musí být vysoký minimálně 700 mm z důvodu podjezdu vozíků. Stůl a lavičky by neměly být spojeny dohromady. Fotografie bezbariérového posezení v příloze 1. Pokud je součástí posezení ohniště, mělo by mít okolo otevřený prostor min. 900 mm. Odpadkové koše by měly být vzdáleny od okraje trasy max. 450 mm, aby byly na dosah vozíčkářům. Zároveň je vhodnější pokud jsou umístěny ve výklencích, aby nebyly překážkou na trase. Za zdroj pitné vody byly považovány různé fontánky, studánky, pítka atd. Opět musí být přístupné pro vozíčkáře tzn. maximálně vzdálené od okraje trasy 450 mm a v max. výšce 750 mm nad zemí.

Za **bezbariérové WC** je považováno každé, které má přímý bezbariérový vstup z venkovního prostoru. Pokud jsou při vstupu schody vyšší jak 20 mm je nutné umístit nájezdovou rampu. Dveře bezbariérového WC musí být široké min. 800 mm a otvírat se ven, současně by měly být vybaveny madly ve výšce 800 – 900 mm. Uvnitř WC kabiny musí být zachován volný manipulační prostor v průměru 1500 mm. WC mísa by měly být ve výšce 460 – 480 mm a měla by mít zachován volný prostor. Po obou stranách toaletní mísy by měly být umístěny sklopné madla a to ve výšce 800 mm nad podlahou. Každé bezbariérové WC by mělo být vybavené umyvadlem, zásobníkem na osušky, odpadkovým košem a věšákem rovněž použitelné pro vozíčkáře.

Na trase bylo hodnoceno značení a to **informační a orientační prvky**, které poukazují na směr trasy nebo ukazují cestu k cíli. Navigační prvky jako rozcestníky, směrové ukazatele, značení trasy nebo orientační panely s mapou by měly obsahovat jasné a srozumitelné informace. Měly by být dobře čitelné tudíž musí být zachováno určité umístění informačního panelu a to tak, aby byla zachována výška spodní linie informačních prvků 1000 mm, horní hrana by neměla být výš než 1600 -1800 mm. Pokud je zachována tato výška informační tabule a vzdálenost tabule je menší než 1830 mm pak by měla být min. velikost znaku 16 mm, pokud je vzdálenost větší než 1830 mm, pak by měla být min. výška znaku 16 mm + 3,2 mm na každých 305 mm horizontální vzdálenosti pohledu. Barva písma musí být kontrastní s barvou podkladu. Musí být zachován přístup k panelu a nesmí zasahovat do průchozího prostoru. Tabulka určení velikosti písma je uvedena v příloze 2.

V rámci hodnocení byla posuzována i **okolní infrastruktura**. Zda okolí trasy nabízí možnost bezbariérového občerstvení, kiosku nebo restaurace. Také jestli se v okolí nacházejí

zařízení v podobě různých atrakcí jako jsou např. vyhlídky, rozhledny, mola, dětské hřiště a rovněž jsem hodnotila jejich bezbariérovost.

Hodnocení také obsahovalo zjištění skutečnosti, zda je možné se o trase předem dozvědět a dočíst se podrobnější **informace o trase**, ať už v podobě tištěných informačních letáků, plánek, publikací nebo může klient informace získat v elektronické podobě z webových stránek nebo z audiovizuální prezentace.

Součástí formuláře bylo zjišťování zda je trasa obsluhována **personálem** a jestli je personál proškolen a připraven poskytovat kvalitní služby osobám se **specifickými potřebami**, v mém případě osobám s omezenou schopností pohybu využívající ortopedický vozík. Důležitou informací pro klienta je možnost využití různých **služeb na trase**. Mohou být poskytovány služby jako je možnost zapůjčení vozíků nebo motorové vozítka, možnost sjednání asistenční služby nebo průvodce. Neméně důležité je i zaznamenání do jaké míry je trasa pokrytá signálem a uvedení místa nejbližší nemocnice nebo lékařského zařízení, případně poskytnutí kontaktu na horskou službu, která v dané oblasti působí.

Mimo samotné trasy byl monitoring zaměřen na **přístupnost trasy** ve smyslu možnosti parkování, hodnocení přístupového chodníků k trase a pokud se nacházel, tak samotný vstup na trasu s jeho příslušenstvím tzn. hygienickým zařízením, pokladnou, restaurací a podobně.

Parkoviště bylo posuzováno z hledisky kapacity stání osobních aut, lokalizací parkoviště tzn. umístění parkoviště vůči začátku trasy, jak je vzdáleno od začátku trasy a zda je parkoviště osvětleno. Z jakého materiálu (asfalt, kočičí hlavy, dlažba, štěrk, travnatá plocha atd.) je povrch parkoviště a v jakém je stavu, tzn. zda se v povrchu vyskytují značné nerovnosti, defekty nebo výmoly bránící sjízdnosti vozíků. Dále na parkovišti bylo monitorováno zda na něm jsou vyhrazená parkovací místa pro vozidla přepravující osoby tělesně postižené, jaká je kapacita těchto parkovacích míst, jak je toto parkovací místo vyznačené a kde se nachází. Mělo by být značeno svisle i podélně. Vyhrazené parkovací stání by mělo být široké min. 3 500 mm pro kolmé i podélné stání a dlouhé 7 000 mm pro podélné stání. Sklon tohoto parkovacího stání by neměl přesáhnout 2%. Fotografie měření vyhrazeného stání je v příloze 1. Také bylo zjišťováno zda je možné případně zastavit přímo u vchodu na danou trasu.

Přístupovým chodníkem je myšlena cesta od parkoviště k začátku trasy. Na ni byl hodnocen materiál, zda je povrch přístupového chodníku nekluzký i při deštivém počasí. V jakém stavu je přístupový chodník, zda je bez defektů a výmolů případně byly měřeny výškové rozdíly mezi rozdílnými povrchy, které by neměly přesahovat hodnotu 20 mm nebo

5 mm při stejném povrchu. Bez povšimnutí by neměla zůstat skutečnost kudy přístupový chodník vede, jestli vede po silnici nebo je nutné silnici přecházet. Minimální šířka přístupového chodníku by měla být 1 500 mm a v zúženém místě min. 900 mm. Hodnoty příčného sklonu by neměly přesahovat 2 % a podélného sklonu 8,33 %. Bylo také zaznamenáváno zda je chodník osvětlený či nikoli.

Vstupy na trasu jsou výjimkou, ale pokud se vyskytují je důležité všimnout si zda je vstup vhodný pro všechny nebo je zde vstup speciálně pro lidi s omezením pohybu. Vstup by měl být průchodný bez jakýchkoli překážek typu závor, sloupků, turniketů nebo schodů a široký min. 900 mm. U vstupu bylo hodnoceno bezbariérové hygienické zařízení. Pokud se vyskytla pokladna, bylo měřeno zda je uzpůsobená pro vozíčkáře, tzn. aby byl prostor před pokladnou dostačující. Manipulační prostor pro otáčení vozíků je minimální kruh o průměru 1 500 mm nebo obdélník o rozměrech 1 200 x 1 500 mm. Maximální výška pultu by měla být 800 mm a min. délka 900 mm. Měl by být zachován prostor pro podjetí vozíků ve výšce 700 mm a do hloubky alespoň 300 mm.

4.1.3 Metoda pozorování a měření

Každou mapovanou trasu a cíl bylo potřeba fyzicky prověřit a sledované charakteristiky zaznamenat do připraveného formuláře. Metoda pozorování a měření se uplatňovala přímo v terénu. Především se jednalo o ověření vhodnosti terénu trasy, jejího povrchu, měření podélných a příčných sklonů jednotlivých úseků trasy a měření vzdáleností a následná korelace sledovaného stavu s mapovým podkladem. Dále měření a pozorování parkovišť, přístupových chodníků, případných vstupů a příslušenství. Sledována byla i dopravní dostupnost k trase a hodnocena náročnost dané trasy.

5 VÝSLEDKY

5.1 Charakteristiky navržených tras

Trasa Bílá a okolí I

Trasa je místní, vede z obce Bílá k Maxové nádrži po zelené turistické značce. Celková délka trasy je 5,5 km v jednom směru. Obtížnost pro vozíčkáře je červená, dle kritérií Klubu českých turistů. Celá trasa vede po asfaltovém povrchu, bez výrazných defektů nebo překážek, které by mohly znesnadňovat jízdu na vozíku. Terén je z počátku rovinatý, pak převažuje mírné táhlé stoupání. Trasa je dostupná autem. Parkoviště je prostranné, asfaltového povrchu, bez vyhrazených parkovacích míst pro osoby s tělesným postižením. Trasu lemují řada zajímavostí jako je Dřevěný kostel sv. Bedřicha na Bílé, „lovecký zámek“ na Bílé nebo pramen "Smradlavky". Tato trasa končí v příjemném prostředí Maxovy nádrže, kde se nachází i bezbariérové zastřešené místo pro posezení. Poblíž trasy je minigolf a bezbariérové dětské hřiště. Možnost nejbližšího občerstvení je v restauračních zařízeních v obci Bílá, které jsou bariérové. Bezbariérové WC se nachází přímo na parkovišti. Dle výsledků hodnocení je trasa pro vozíčkáře vhodná. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 3.

Trasa Čeladná žst - Kunčice pod Ondřejníkem žst

Jedná se o trasu místní, která začíná v žel. stanici Čeladná, dále vede kolem Rehabilitačního centra Čeladná a končí u železniční stanice v Kunčicích pod Ondřejníkem. Celková délka trasy činí 4 km. Obtížnost této trasy pro vozíčkáře byla určena jako červená, dle kritérií Klubu českých turistů. Terén je mírně zvlněný s jedním prudším klesáním. Výhodou trasy je, že celá vede po asfaltovém povrchu a že je možné se na trasu dopravit nízkopodlažním bezbariérovým vlakovým spojením, stejně tak využít tuto dopravu zpět z cílového místa. Rovněž je klientům dostupné bezbariérové WC v železniční stanici Čeladná. Trasa je také dostupná autem, ale vyznačené parkoviště se zde nenachází. Trasa je zajímavá svými výhledy na Beskydy především na nejvyšší horu Beskyd Lysou horu. Bezbariérové občerstvení se nachází na začátku i na konci trasy. Dle výsledků hodnocení je trasa pro vozíčkáře vhodná. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 4.

Trasa Grůň

Jedná se o trasu místní vede z parkoviště na Grůni po horském hřebeni směrem na Bílý kříž. Celkem je trasa je dlouhá 13 km . Z poloviny vede po asfaltovém povrchu bez jakýchkoli defektů. Druhou polovinu trasy tvoří lesní místy kamenitá cesta, z tohoto důvodu je trasa hodnocena jako černá dle kritérií Klubu českých turistů. Celý hřeben je zvlněný, částečně vede lesem částečně po volném prostranství a tak trasa nabízí krásné rozhledy do okolí. Trasa je dostupná jen autem. Parkoviště je prostranné s asfaltovým povrchem, ale bez vyhrazených míst pro osoby s tělesným postižením. Trasa na celé délce není zabezpečená bezbariérovými toaletami ani občerstvení či restauračním zařízením. Z důvodů nutnosti asistence v druhé polovině trasy, je trasa pro vozíčkáře částečně vhodná. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 5.

Trasa Hradní vrch

Trasa vedoucí po naučné stezce v podhradí zříceniny Hukvaldského hradu je dlouhá 2 km a má 6 zastavení. První část trasy od vstupu vede po asfaltovém povrchu od mírného stoupání až po prudší. Druhá část, zpáteční cesta vede po lesní stezce s prudkým klesáním, proto je pro vozíčkáře vhodnější vrátit se zpět stejnou cestou. Pokud se vrátíme totožnou cestou zpět, lze trasu hodnotit jako červenou, dle kritérií Klubu českých turistů. Jinak je druhá část trasy vozíčkáři nesjízdná. Trasa vede v prostředí listnatých stromů s množstvím bezbariérových laviček a jedním občerstvovacím zařízením. Dostupnost trasy je autem nebo autobusem. Parkoviště je velké asfaltové, ale bez vyznačených stání pro tělesně postižené. Přístupovou cestu tvoří asfaltový chodník do mírného stoupání vedoucí paralelně s cestou. Z důvodu nutnosti se vrátit po téže trase je trasa hodnocena jako částečně vhodná. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 6.

Trasa Naučné chodníčky v Podbeskydích

Naučná stezka je místní vede z žel. stanice Kunčice pod Ondřejníkem k Obecnímu úřadu. Je dlouhá 3,2 km v jednom směru a na celé délce má celkem 8 zastavení. Na jednotlivých zastaveních se dozvíte o přírodních zajímavostech tohoto území, rostlinách i živočišných, lesích, loukách a vodních plochách. Trasa vede zvládnutým terénem. Povrch tvoří asfalt, jen jeden úsek v délce asi 1 km vede v lesním prostředí úzkou a pro vozíčkáře obtížně schůdnou cestou. Tento úsek lze jednoduše objet po asfaltovém povrchu. Díky této překážce a asi 300m prudšímu stoupání je trasa označena za černou dle kritérií Klubu českých turistů. Dostupnost trasy je autem s možností parkování u žel. stanice v Kunčicích pod Ondřejníkem nebo vlakem. Trasa je lemována spoustou laviček a bezbariérových posezení. Na trase se nevyskytuje bezbariérové hygienické zařízení. Možnost občerstvení je v restauračních a občerstvovacích zařízeních podél trasy. Nutnost část trasy obejít se stává trasa částečně vhodnou pro vozíčkáře. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 7.

Trasa Pod Stolovou

Trasa vede v podhůří Beskyd po modré turistické značce. Začíná u železniční stanice Kunčice pod Ondřejníkem, dále vede ke kapličce do obce Čeladná. Trasa je dlouhá 4,5 km. Převážně vede po asfaltovém povrchu, občas se vyskytuje štěrk a makadám. Celá trasa je mírně zvládnutá a její obtížnost pro vozíčkáře odpovídá barvě červené, dle kritérií Klubu českých turistů. Trasa je dostupná jak autem, tak vlakovým spojením. Parkovat je možno u žel. stanice v Kunčicích pod Ondřejníkem. Parkoviště je asfaltové bez vyznačených stání pro tělesně postižené. Nevýhodou je, že se na trase nevyskytují lavičky, posezení ani občerstvovací zařízení. Restaurace se nachází poblíž začátku a na konci trasy. Trasa je pro vozíčkáře vhodná. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 8.

Trasa Radegast

Trasa z Poustevna na Radhošť je dlouhá 4 km a vede po modré turistické značce. Povrch je smíšený tvoří ho asfalt, betonové panely, lesní cesta. Trasa je označena jako černá a to z důvodu strmého úseku na začátku trasy, který je dlouhý asi 300 m a občasných značných nerovností v podobě vyčnívajících kamenů. Trasa vede volným prostranstvím po hřebeni s výhledy do okolí. Trasa je přístupná autem s možností parkování na asfaltovém parkovišti poblíž začátku trasy. Na parkovišti nejsou vyhrazená stání pro tělesně postižené. Od parkoviště vede do mírného kopce asfaltová cesta k začátku trasy. Na trase je spousta míst k zastavení a posezení, která jsou vozíčkářům přístupná. Bezbariérové WC se nachází na začátku trasy, kde je rovněž bezbariérová restaurace. Na konci trasy stojí restaurační zařízení, které je bariérové. S asistencí je tato trasa vhodná pro vozíčkáře. Trasu je nutno absolvovat s asistencí, proto je hodnocena jako částečně vhodná. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 9.

Trasa Šance

Trasa začíná u hráze přehrady Šance, která se nachází poblíž obce Ostravice a vede směrem přes Kobylík do Ústí Poledňany. Vzdálenost do Ústí Poledňany je 4 km. Celá trasa vede po asfaltovém povrchu bez značných defektů nebo nerovností bránící jízdě na vozíku. Profil trasy je zvlněný. K trase je možné dopravit se autem. Auto je možno zaparkovat při okraji silnice na parkovišti. Místa k stání zde nejsou vyznačená. Na trase nejsou žádné odpočinkové posezení nebo lavičky. Trasa kopíruje vodní nádrž s pitnou vodou, proto se zde nevyskytují žádná hygienická, občerstvovací ani restaurační zařízení. Díky povrchu je trasa vhodná pro vozíčkáře, ale z důvodu občasného stoupání je vhodné ji absolvovat s asistencí. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 10.

Trasa Údolím Černé

Na Starých Hamrech v údolí Černé začíná tato trasa, která po 8 km končí na Bílém Kříži. Povrch trasy je v celé délce asfaltový s občasnými defekty, které ovšem nebrání jízdě na vozíku. Trasa vede lesem a táhlým stoupáním, které se postupně zvětšuje a maxima dosahuje těsně před koncem trasy. Trasa je hodnocena jako červená dle kritérií Klubu českých turistů. Trasa je přístupná autem. Parkoviště zde není, ale auto je možno zaparkovat v zálivech kolem trasy, což umožňuje volitelně si regulovat délku trasy. Restauriční zařízení je na konci trasy na Bílém Kříži, vozíčkářům přístupné po zdolání jednoho schodu stejně tak WC. Odpočinková místa se vyskytují na trase dvě, z nich jedno je vozíčkářům přístupné. Trasa je vhodná pro zdatné vozíčkáře a vozíčkáře s asistencí. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 11.

Trasa z Kunčic pod Ondřejníkem – Na Pekliskách

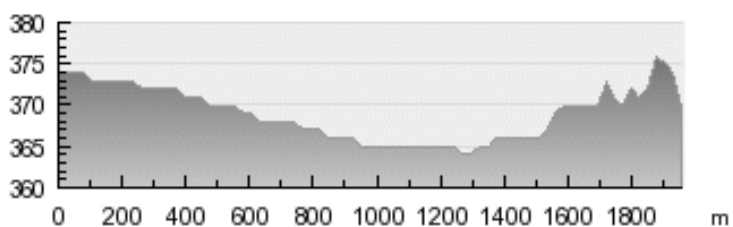
Trasa vedoucí po asfaltovém povrchu začíná u žel. stanice Kunčice pod Ondřejníkem a po 1,8 km končí Na Pekliskách. Trasa vede po zelené turistické značce. Začíná mírným klesáním, po kterém následuje krátké prudké stoupání dlouhé asi 200 m, dále je celá trasa mírně zvlněná. Prudkému stoupání se lze vyhnout a tak by se z černé klasifikace mohla stát klasifikace červená v hodnocení dle kritérií Klubu českých turistů. Hygienické zařízení se na trase nevyskytuje. Restauriční zařízení je na konci trasy vozíčkářům přístupné jen v letních měsících a to díky otevřené zahrádce. Z důvodu strmého úseku a nutností se mu vyhnout je trasa pro vozíčkáře částečně vhodná. Po zvolení alternativní objížďky prudkého úseku se trasa stává vhodná pro vozíčkáře. Návrh průvodce trasy je uveden v příloze 12.

Trasa Kamenec

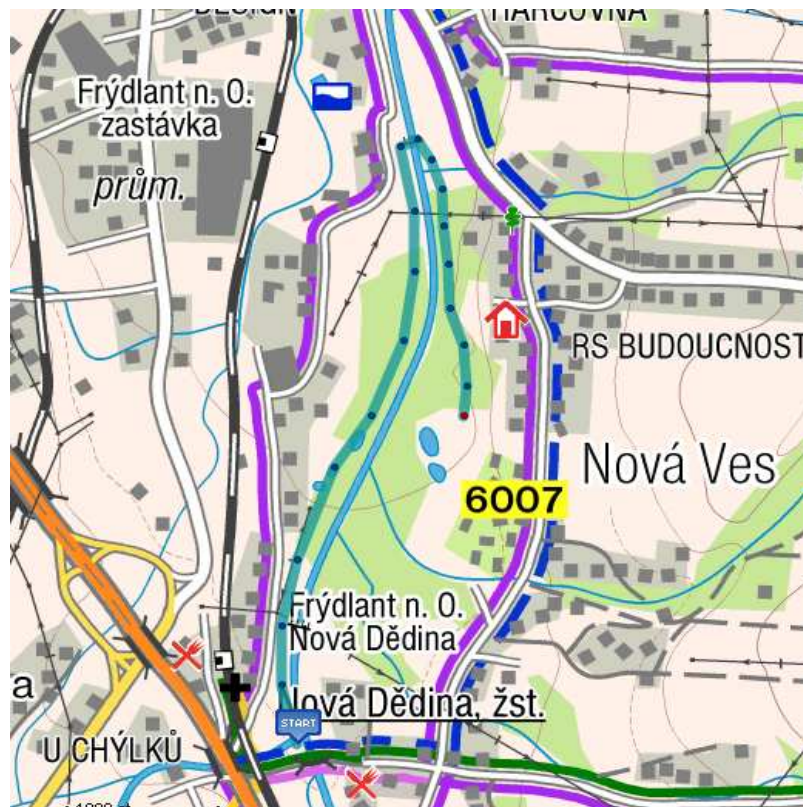
Trasa vede přírodovědeckou naučnou stezkou podél řeky Ostravice v obci Frýdlant nad Ostravicí. Je dlouhá 2 km a má sedm zastavení. Je značena bílým čtvercem s modrým pruhem. Trasa je dostupná autem. Parkoviště je asfaltové s vyznačenými místy pro stání tělesně postižených. Trasa vede převážně lesem po rovinatém terénu, ale po velmi úzké pěšině, často kamenité s množstvím kořenů. Na celé trase není občerstvovací ani restaurační zařízení. Odpočinková zařízení typu laviček nebo posezení se na trase nevyskytují. Hygienické zabezpečení se na trase nenachází. Proto je trasa hodnocena jako nevhodná pro vozíčkáře a nebyla zpracována do formy návrhu průvodce trasy.



Obrázek 8. Trasa Kamenec



Obrázek 9. Výškový profil Kamenec (cykloserver,2012)

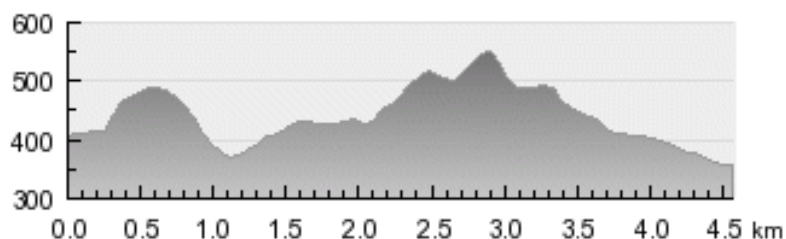
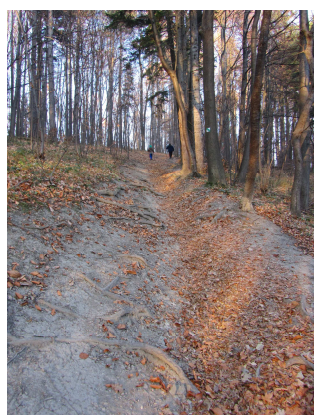


Obrázek 10. Mapa Kamenec (cykloserver,2012)

Obrázek

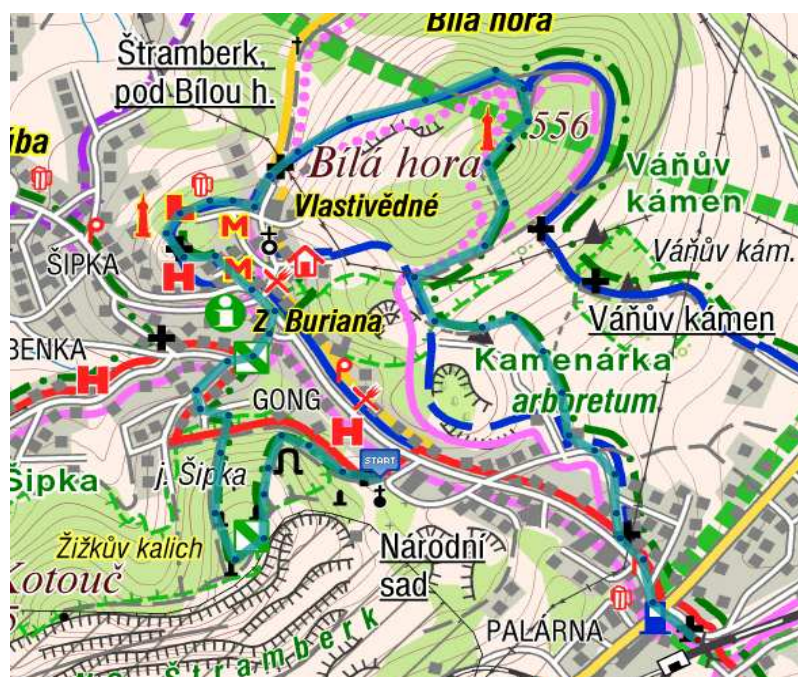
Trasa Lašská naučná stezka

Lašská naučná stezka měří 6 km a vede velmi rozmanitým terénem v okolí města Štramberk. Vede lesem po úzkém kamenitém a kopcovitém terénu, dále po travnatých loukách, asfaltové cestě i po dlažďených chodnících přes Štramberké náměstí. Na trase se vyskytuje velký počet schodů, které lze objet jen těžkým terénem pro vozíčkáře bez asistence nešjízdným. Trasa je dostupná autem i autobusem. Parkoviště odpovídá požadavkům. Má asfaltový povrch bez defektů a několik vyznačených stání pro tělesně postižené. Na trase se vyskytuje spousta laviček a odpočinkových míst. Ale bohužel je rasa pro svůj terén a povrch pro vozíčkáře nevhodná a nebyla zpracována do formy návrhu průvodce trasy



Obrázek 11. Trasa Lašská NS

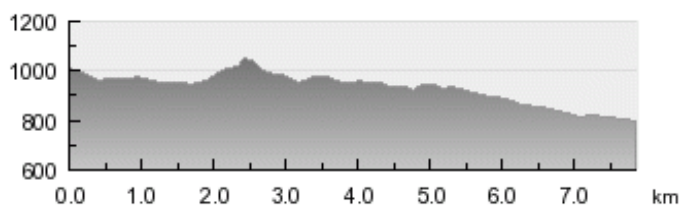
Obrázek 12. Výškový profil Lašská NS (cykloserver,2012)



Obrázek 13. Mapa Lašská NS(cykloserver,2012)

Trasa Čertův mlýn

Trasa je 8 kilometrová a vede z Poustevny přes Maňánky na Martiňák po naučné stezce s 9 zastaveními.. První 3 km trasy vedou po lesní cestě, následně trasa pokračuje po asfaltové silnici až poslední kilometr vede opět po lesní cestě. Oba úseky lesních cest, jsou pro vozíčkáře nesjízdné, ale je zde možnost vyhnout se těmto úsekům. Cestou tam je trasa mírně svažité a z větší části je chráněná stromy. Trasa je dostupná autem, které lze zaparkovat na asfaltovém parkovišti poblíž začátku trasy. Přístup k trase je po asfaltové silnici mírným stoupáním. Na začátku trasy je bezbariérové WC a bezbariérová restaurace. Podél trasy je množství odpočinkových míst vozíčkářům přístupných. Trasa dle značení naučné stezky je pro vozíčkáře nevhodná, ale po vyhnutí se bariérovým úsekům by se stala zcela vyhovující. Mapa a výškový profil trasy jsou uvedeny v příloze



Obrázek 14. Trasa Čertův mlýn Obrázek 15. Výškový profil Čertův mlýn (cykloserver,2012)



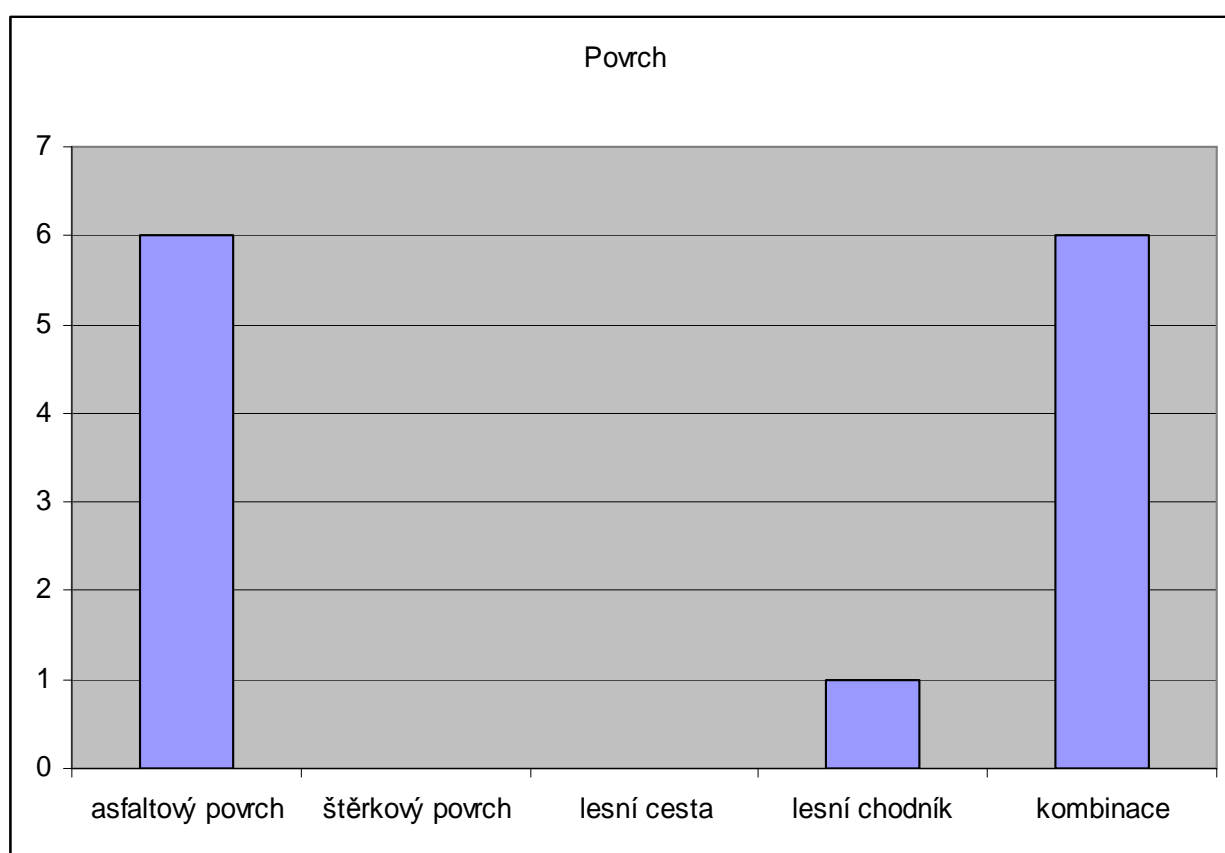
Obrázek 16. Mapa Čertův mlýn (cykloserver,2012)

5.2 Vybrané hodnocené parametry

Z použitých formulářů společnosti Kazuist s.r.o. byly pro tuto práci vybrány hodnocené parametry důležité pro turistiku vozíčkářů, kterými jsou povrch, obtížnost trasy, parkovací možnosti, charakter přístupového chodníku, toaletní zařízení a mobiliáře vyskytující se na trase, možnosti občerstvení a dostupnost informačních materiálů.

Tabulka 1. Typy povrchů na hodnocených trasách

Typ povrchu	asfaltový povrch	štěrkový povrch	lesní cesta	lesní chodník	kombinace
Počet tras	6			1	6

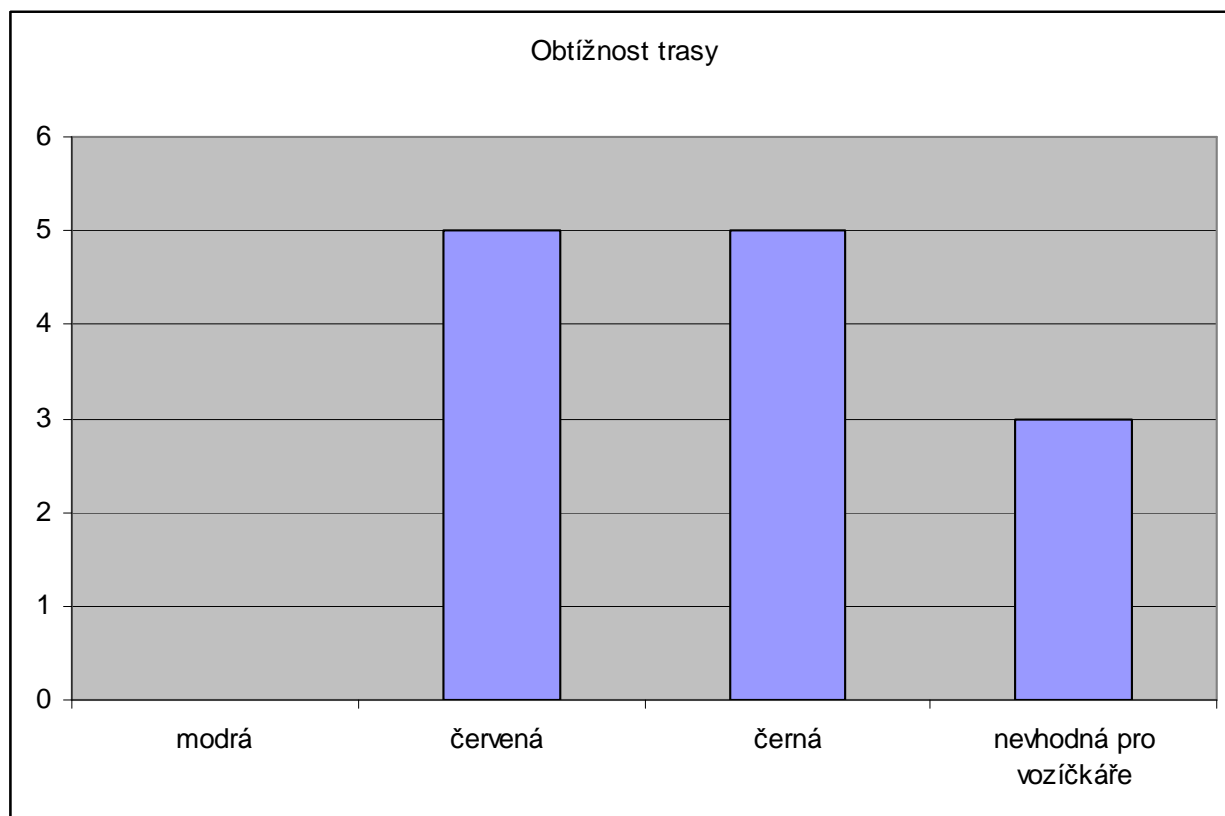


Obrázek 17. Grafické znázornění vyskytujících se typů povrchů na trasách

Z hlediska povrchu bylo monitorováno šest tras s asfaltovým povrchem můžeme je pokládat jako zcela vhodné pro jízdu na vozíku. Šest tras tvoří kombinace asfalt a jiný povrch typu lesní cesta nebo štěrkový povrch, tudíž se tyto trasy stávají částečně vhodné pro jízdu na vozíku. Většinou je sjízdná jen část trasy nebo je úsek s obtížnějším povrchem sjízdný jen s asistencí, případně se dá tomuto úseku vyhnout jinou trasou. Jedna trasa byla označena jako trasa s povrchem lesní chodník, tudíž nesjízdná pro vozíčkáře.

Tabulka 2. Obtížnost tras

Obtížnost trasy	modrá	červená	černá	nehodná pro vozíčkáře
Počet tras		5	5	3



Obrázek 18. Grafické znázornění obtížnosti tras

Obtížnost tras byla hodnocena dle kritérii Klubu českých turistů. Trasy byly rozděleny do tří skupin dle obtížnosti vzestupně modrá, červená a černá s následnou charakteristikou.

Modrá trasa je určena pro zdatné vozíčkáře, vozíčkáře s doprovodem, handbiky a elektrické vozíčky; vede po cestách s asfaltovým, betonovým nebo i přírodním zpevněným povrchem, který se však ani při deštivém počasí nepodmočí a nerozbahní; většinou bez stoupání nebo max. stoupání 8%; příčný sklon max. 2%; šířka cesty min. 1,8 m, krátké přímé průjezdy min. 1,0 m; stupně max. 2 cm.

Červená trasa určena pro zdatné vozíčkáře, vozíčkáře s doprovodem, handbiky a elektrické vozíčky; vede po cestách s asfaltovým, betonovým nebo i přírodním zpevněným povrchem, který se však ani při deštivém počasí nepodmočí a nerozbahní, stoupání do 6%, občas max. 12%, příčný sklon max. 4%, šířka cesty min. 1,2 m, krátké přímé průjezdy min. 0,9 m, stupně max. 5 cm.

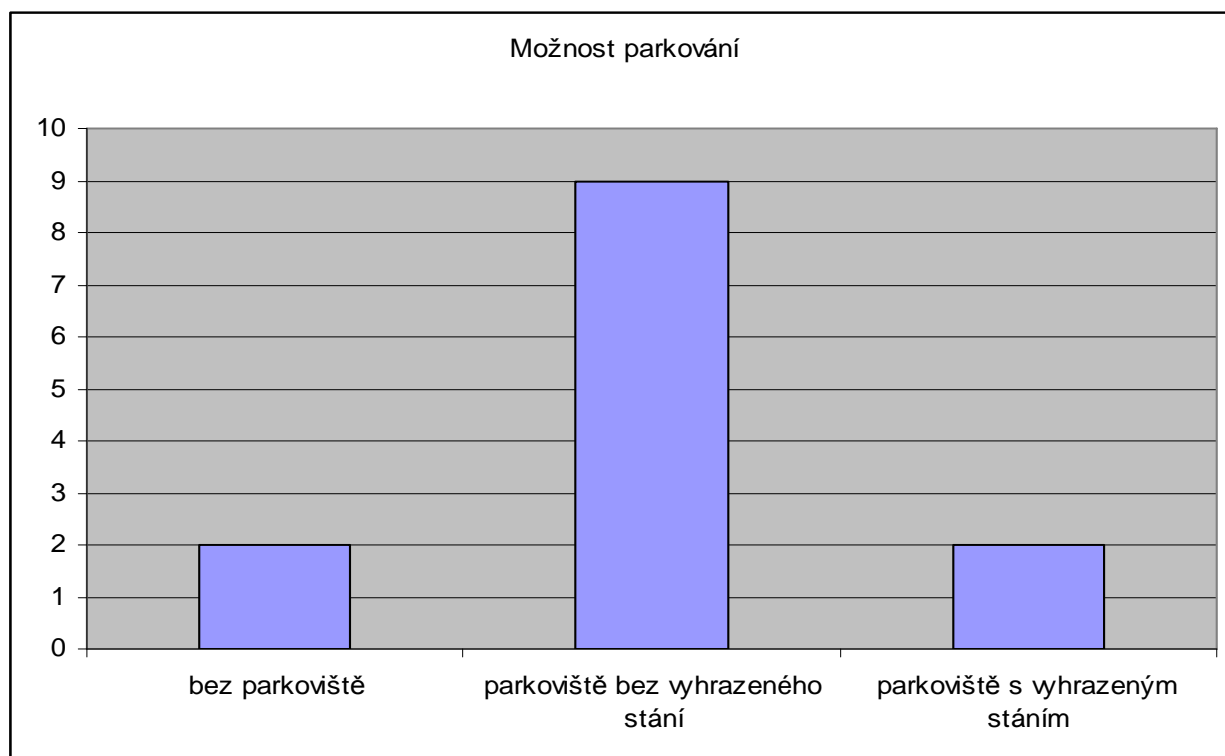
A černá trasa určena pro vozíčkáře s doprovodem a terénní elektrické vozíčky; trasa může vést i po cestách s přírodním povrchem, který se může při deštivém počasí mírně podmočit nebo rozbahnit; stoupání do 12%, občas max. 20%; příčný sklon max. 8%; šířka cesty v rovných úsecích min. 1 m, v zatáčkách 1,2 m, krátké přímé průjezdy min. 0,8 m; stupně max. 7 cm.

Pro modrou obtížnost nespĺňovala kritéria žádná trasa. Pět tras bylo označených jako červené, které zdatný vozíčkář většinou sám zvládne. Pět tras bylo označeno jako černé, které vozíčkář zvládne pouze v doprovodu, proto je částečně vhodná. Nejčastěji byla trasa označena jako černá z důvodu úseku s prudkým stoupáním nebo úseku s obtížným povrchem, který vyžaduje asistenci.

Tři trasy nespĺňovaly žádné z těchto kritérií, byly vozíčkáři nesjízdné, proto byly označeny pro vozíčkáře jako nevhodné.

Tabulka 3. Možnosti parkování

Možnost parkování	bez parkoviště	parkoviště bez vyhrazeného stání	parkoviště s vyhrazeným stáním
Počet parkovišť	2	9	2

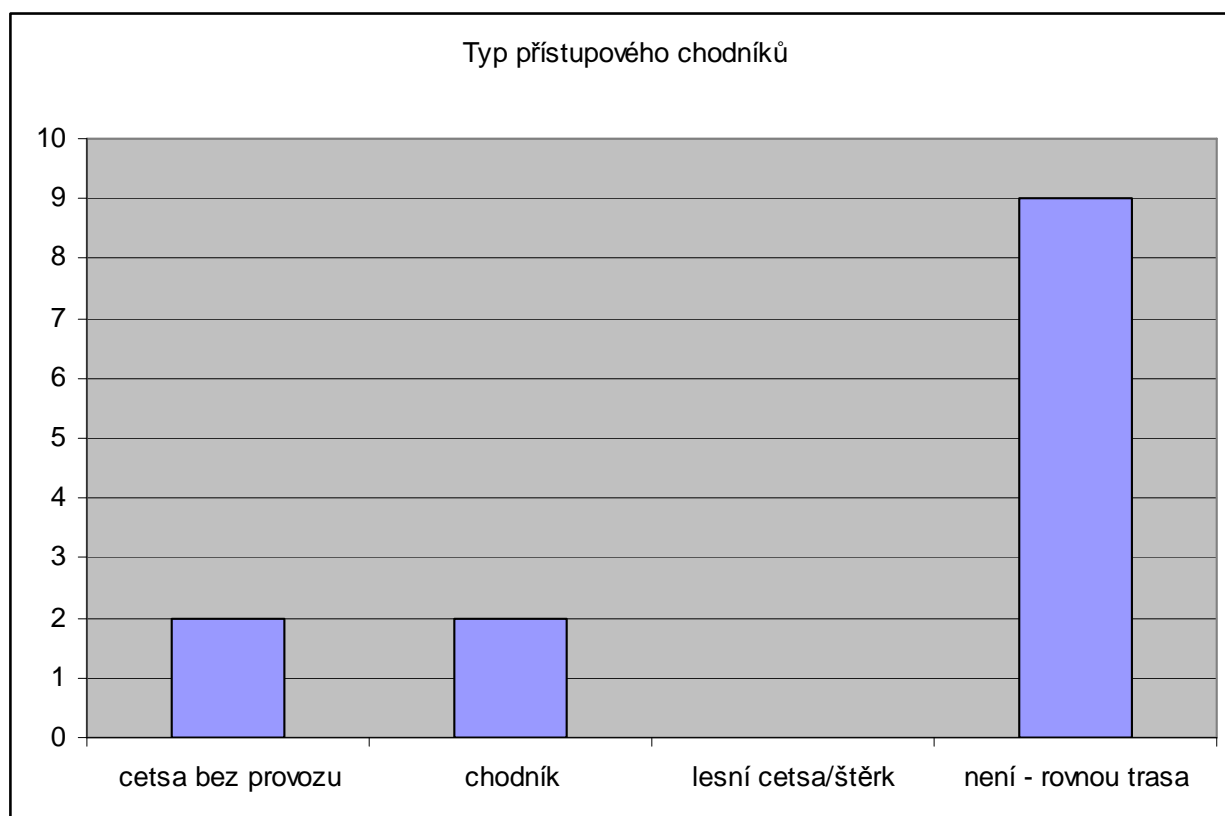


Obrázek 19. Grafické znázornění možnosti parkování

Parkoviště s vyhrazeným stáním pro lidi s tělesným postižením obsahovaly jen dvě trasy. Většina tras parkoviště měla, ale bez vyznačeného stání pro osoby s tělesným postižením. Na dvou trasách se nevyskytuje žádné parkoviště. Zde je nutno pakovat podél cesty. Mimo tyto kritéria, byly parkoviště hodnocena z hlediska materiálu a povrchu. V jakém stavu parkoviště je, zda je bez defektů, výmolů a jiných nerovností. Všechny parkoviště byly asfaltové, bez defektů, výmolů a jiných nerovností bránící jízdě na vozíku.

Tabulka 4. Typy přístupových chodníků vyskytující se na trase

Typ přístupového chodníku	asfaltová cesta bez silničního provozu	asfaltový chodník	lesní cesta/štěrk	není přístupový chodník - rovnou trasa
Počet tras	2	2		9

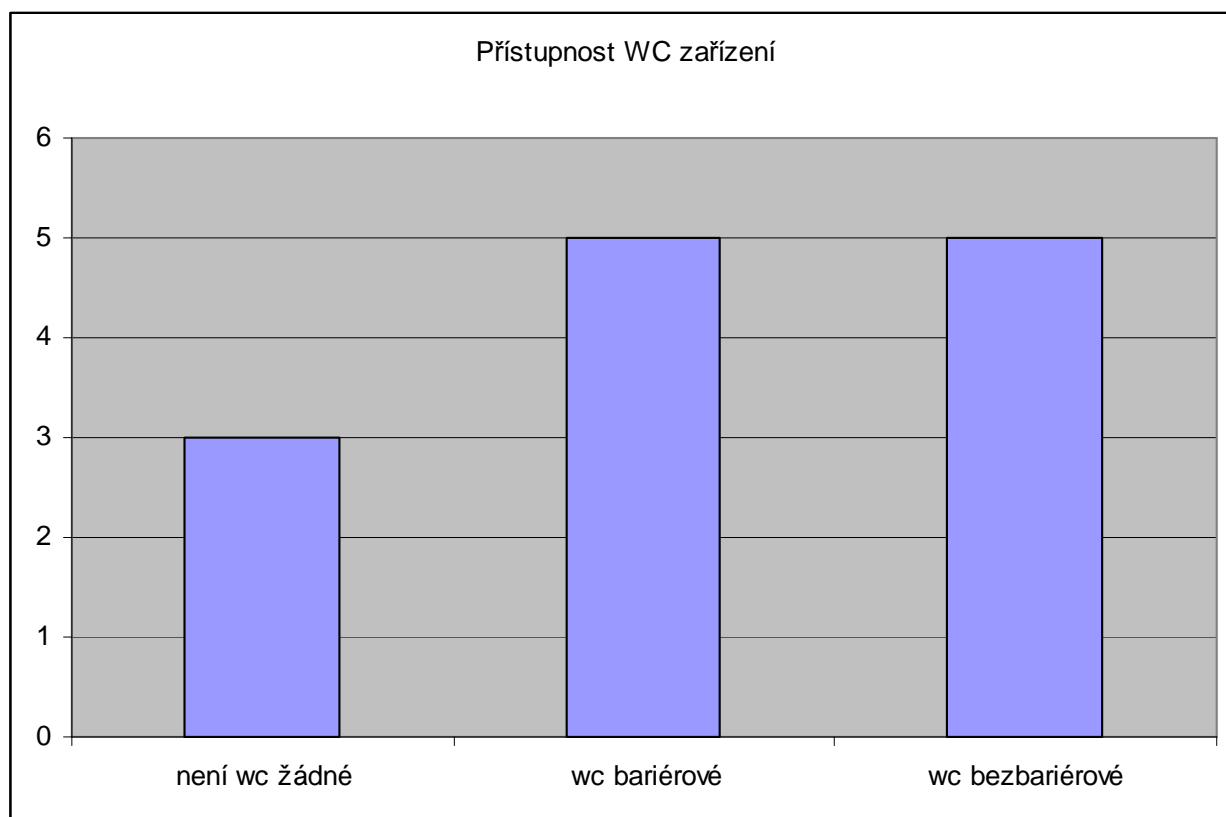


Obrázek 20. Grafické znázornění typů přístupových chodníků

Od parkoviště k trase se jen ojediněle vyskytoval přístupový chodník, jehož kritéria pro hodnocení jsou popsána výše v kapitole Strategie výzkumu. U většiny tras je možno jít z parkoviště přímo na trasu. Ve dvou případech vedl přístupový chodník po silnici bez dopravního provozu a dvou případech po asfaltovém chodníku.

Tabulka 5. Zabezpečení trasy hygienickým zařízením

Typ WC	není WC žádné	WC bariérové	WC bezbariérové
Počet tras	3	5	5

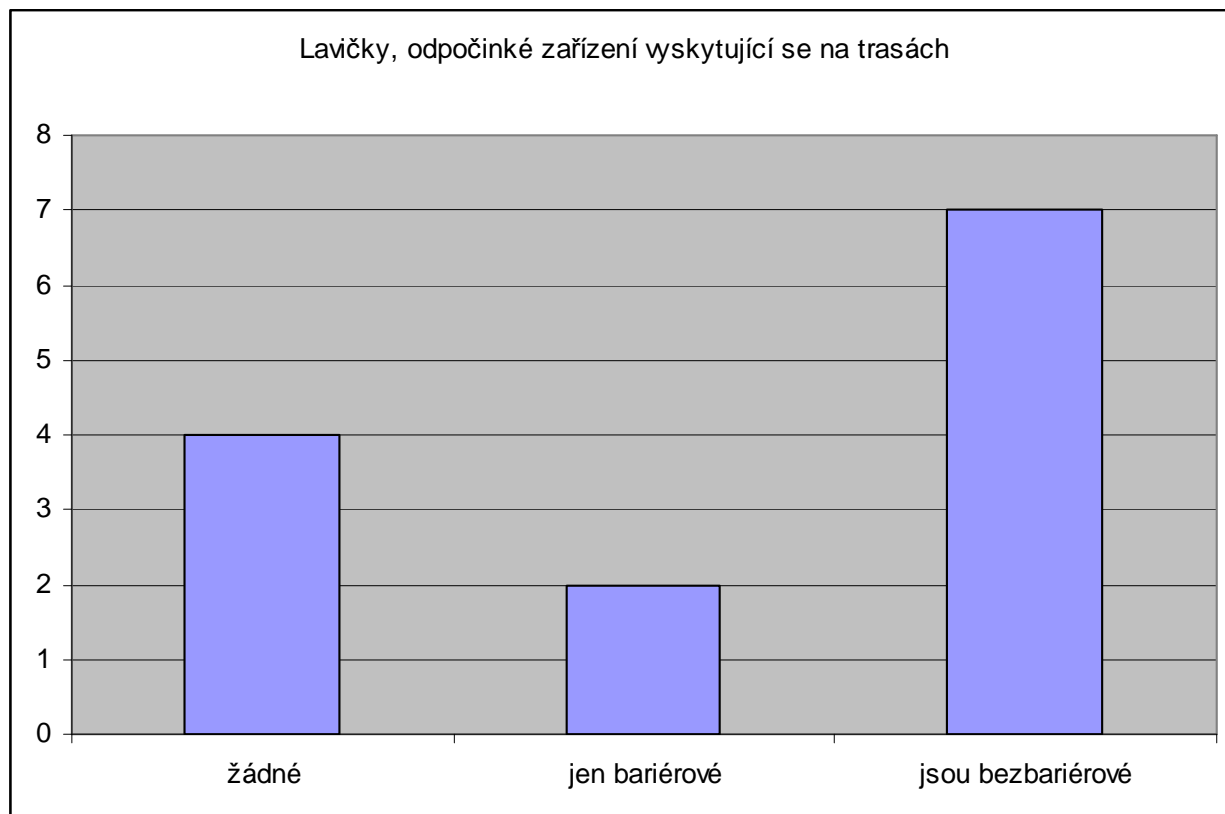


Obrázek 21. Grafické znázornění možnosti použití WC

Zabezpečení bezbariérovým hygienickým zařízením na trase je velmi podstatný faktor, díky kterému se může stát trasa pro vozíčkáře neakceptovatelná. V hodnocení pět tras mělo na trase nebo ve svém blízkém okolí bezbariérové WC. Na pěti trasách se vyskytovala pouze WC bariérové a 3 trasy byly bez jakéhokoli hygienického zařízení.

Tabulka 6. Možnost využít posezení nebo lavičky na trasách

Lavičky, odpočinkové zařízení	žádné	jen bariérové	jsou bezbariérové
Počet tras	4	2	7

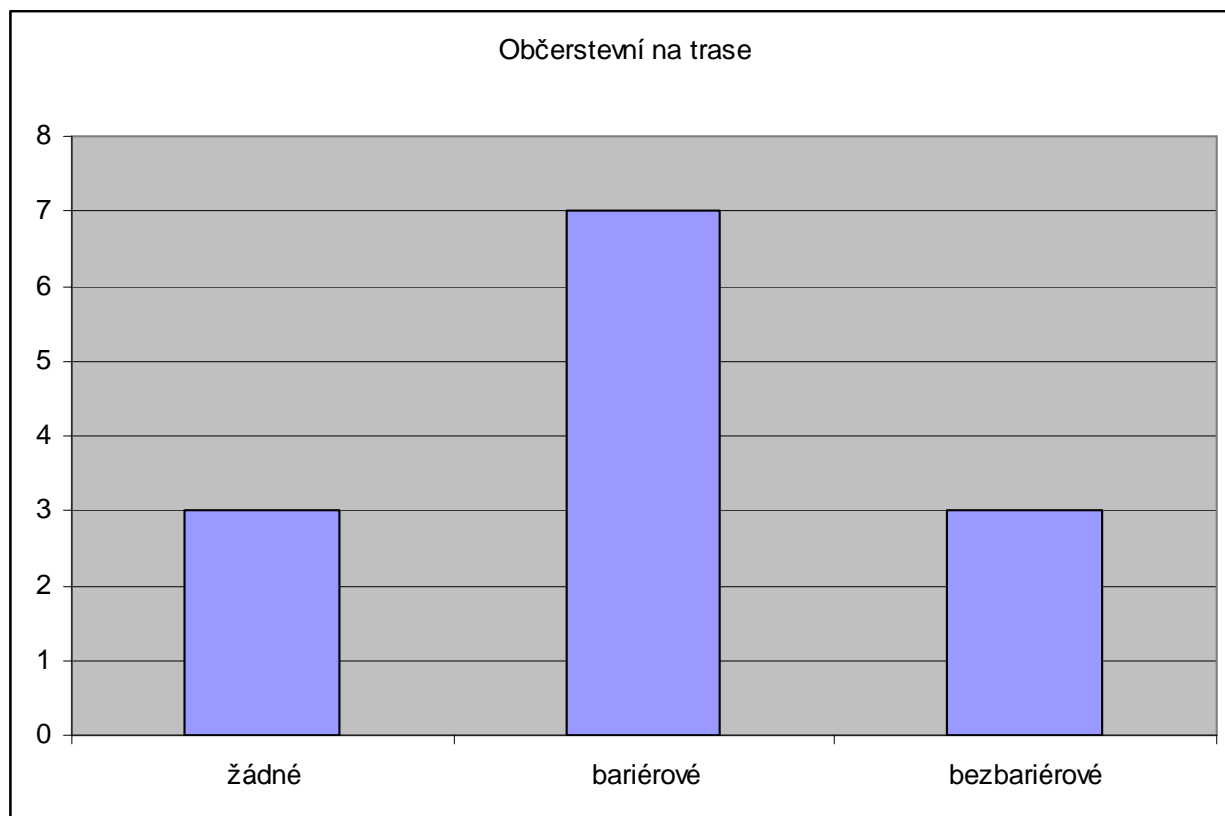


Obrázek 22. Grafické znázornění typologie laviček a odpočinkových míst vyskytujících se na trasách

Zabezpečení trasy bezbariérovými lavičkami či posezeními je relativně uspokojivé. Z třinácti monitorovaných tras má sedm tras lavičky či posezení bezbariérové. Dvě trasy mají lavičky nepřístupné pro vozíčkáře a bohužel čtyři trasy nemají lavičky nebo odpočinková zařízení žádné.

Tabulka 7. Možnosti občerstvení na trase

Občerstvení na trase	žádné	bariérové	bezbariérové
Počet tras	3	7	3

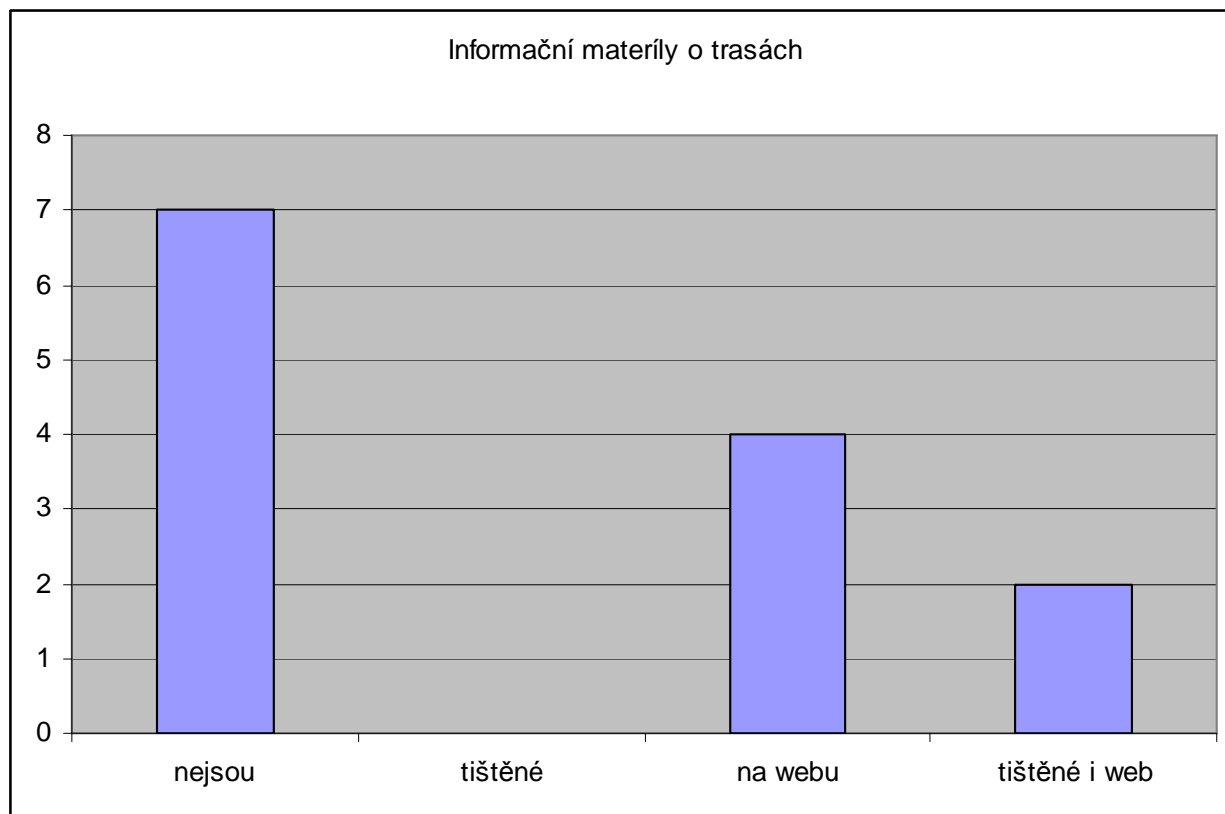


Obrázek 23. Grafické znázornění typů občerstvovacích zařízení na trase

Pouze na třech trasách má vozíčkář možnost občerstvit se v bezbariérovém restauračním či občerstvovacím zařízení. Na sedmi trasách k tomu, aby se občerstvil potřebuje doprovod, protože občerstvovací zařízení jsou bariérového typu a na třech trasách si musí vozíčkář vystačit s vlastními zdroji, žádné občerstvovací zařízení se na těchto trasách nevyskytují.

Tabulka 8. Znázorňuje možnost získat informace o trase z různých materiálů

Informační materiály o trase	nejsou	tištěné	na webu	tištěné i web
Počet tras	7		4	2



Obrázek 24. Grafické znázornění možnosti získat informace o trasách

Pokud chce vozíčkář dopředu získat informace o trase, což je pro něj podstatné, nejlepší variantou je internetový zdroj, kde získá informace o šesti trasách, z toho informace o dvou trasách může získat i v tištěné podobě formou letáků nebo informačních brožur. O sedmi trasách informace vedeny nejsou.

6 DISKUZE

Z monitorovaných třinácti tras byly na základě výše popsané metodiky hodnoceny jako vhodné trasy: trasa Bílá, trasa z žst. Čeladná do žst. Kunčice pod Ondřejníkem, trasa Šance, trasa Pod Stolovou a trasa Údolím Černé. Tyto trasy jsou zdatným vozíčkářem sjízdné bez asistence.

Trasy Naučné chodníčky v Podbeskydí, Hradní Vrch, Grůň, z Kunčic pod Ondřejníkem – Na Pekliskách, Radegast bych označila jako částečně vhodné a to z důvodů nutné asistenci při zdolávání trasy nebo nutností vyhnout se určitému úseku po jiné trase. Po vyznačení by se některé trasy obtížnosti částečně vhodné, mohly stát vhodnými a sjízdnými pro velký počet vozíčkářů.

Tři trasy a to trasa Kamenec, trasa Lašské naučná stezka a Čertův Mlýn jsou pro vozíčkáře nesjízdné. Ve všech třech případech jsou trasy nesjízdné i s asistencí z důvodů kvality povrchu na většinovém úseku případně po celé délce trasy a není zde možnost vyhnout se tomuto úseku.

V lokalitě Beskyd se nacházejí také vozíčkáři sjízdné trasy mimo turistické a cykloturistické značení, které by se po zmonitorování a vyznačení mohly stát trasami vhodnými pro turistiku vozíčkářů.

Limitujícím faktorem při monitoringu byla nepřítomnost a neprojetí trasy vozíčkářem a to z časových důvodů.

Při zpracování byla navázána spolupráce s organizací Kazuist s.r.o. a výsledky práce budou použité při zpracování projektu Cestovní ruch bez bariér.

7 ZÁVĚRY

V současnosti se v pohoří Beskyd nenacházejí značené trasy pro vozíčkáře. Z monitorování vyplývá, že Beskydy jsou vhodnou lokalitou pro turistiku vozíčkářů. Pohoří Beskyd je typické přítomností velkého množství asfaltových tras bez silničního provozu, které jsou vhodné pro turistiku vozíčkářů, bohužel zde chybí zabezpečení typu bezbariérových WC, vhodných parkovišť, bezbariérových restauračních zařízení či občerstvovacích zařízení, které by vozíčkáři výlet usnadnily nebo zpříjemnily. Doplněním těchto nedostatků by se lokalita Beskydy mohla stát vhodnou turistickou oblastí pro trávení volného času vozíčkářů.

8 SOUHRN

Práce pojednává o možnostech turistiky vozíčkářů v Beskydách. Teoretická část se věnuje výkladu základních pojmů. V jednotlivých kapitolách je popsáno jak je pohyb a rekreace důležitá pro lidi, zvláště pak osoby s tělesným postižením. Co turistika lidem nabízí a jaké kompenzační pomůcky mohou při turistice využít. Jsou zde nastíněny oblasti, které lidem s handicapem nabízejí vyznačené turistické trasy.

V praktické části je popsána metodika, která byla použita při monitorování turistických tras v Beskydách. Jsou zde uvedeny charakteristiky jednotlivých vybraných a monitorovaných tras a graficky znázorněny výsledky vybraných hodnotících parametrů použitých při monitorování. V příloze jsou uvedeny tipy na zpracování výletů pro vozíčkáře.

9 SUMMARY

This thesis focuses on tourism opportunities in the Beskydy Mountains for wheelchair users. The theoretical part of the thesis deals with the explanation of the basic concepts. Each chapter describes how important exercise and recreation are for people, especially people with disabilities. Moreover, it describes what tourism offers to people and which compensation aids can be used for tourism. There are outlined the areas that offer marked hiking trails for people with disabilities as well.

The practical part of the thesis describes the methodology which was used for monitoring the trails in the Beskydy Mountains. There are presented the characteristics of the individual selected and monitored routes and graphically illustrated the results of the evaluation of selected parameters used for monitoring. The tips on the incorporation of the trip for the wheelchair users are shown in the supplement.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

Cykloserver.cz (2012) Retrived 13.5.2012 from the Word Wide Web:

<http://www.cykloserver.cz/cykloatlas/>.

Čichoň, R., Potměšil, J. (2005). *Sport a sportovní příprava zdravotně postižených*. Praha: NK UK.

Dohnal, T., Hodaň, B., (2005). *Rekreologie*. Olomouc: Hanex. Evropská charta sportu pro všechny: zdravotně postižené osoby. (1996). Olomouc: MŠMT ČR.

Hrouda, T., Rybová, L., (2010). Sport v životní dráze člověka s tělesným postižením. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi, 1(2)*, 56-61.

Ješina, O., Hamřík, Z. a kol. (2011). *Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Ješina, O., Kudláček, M. a kol. (2011). *Aplikovaná tělesná výchova*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

Ješina, O., Titl, Z., Zastat Zaki M.A. (2011). Vliv sportovních aktivit na kvalitu života osob s transfemorální amputací. *Aplikované pohybové aktivity v teorii a praxi, 2(1)*, 61-67.

Jiráček, Z., a kol., (2005). *Fyziologie pro bakalářské studium na Zdravotně sociální fakultě OU..* Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, Zdravotně sociální fakulta.

Kábele, J., *Sport vozíčkářů*.(1992). Praha: Olympia.

Krkonoše bez bariér. *Krkonošský národní park*. Retrieved 13. 10. 2011 from the Word Wide Web: <http://www.krnap.cz/krkonose-bez-barier-1/>.

Kudláček, M., a kol, (2007). *Aplikované pohybové aktivity pro osoby s tělesným postižením*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

mapy.cz (2012) Retrived 13.5.2012 from the Word Wide Web: <http://mapy.cz/>.

Matějček, Z., (2001). *Psychologie nemocných a zdravotně postižených dětí*. Praha: Nakladatelství H + H.

První trasa pro vozíčkáře v brněnském Mariánském údolí (16.7.2009). *Klub Českých Turistů*. Retrieved 25.10. 2011 from the Word Wide Web: <http://www.kct.cz/cms/prvni-trasa-pro-vozickare-v-brnenskem-marianskem-udoli>.

Rénotierová, M., Ludíková, L., a kol. (2006). *Speciální pedagogika*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.

- Trasy pro vozíčkáře. *Mobilita obecně prospěšná společnost*. Retrieved 15.10.2011 from the Word Wide Web: <http://www.mobilita.cz/cyklo/cyklo.html>.
- Trasy pro vozíčkáře. *Národní park Šumava*. Retrieved 18. 10. 2011 from the Word Wide Web: <http://www.npsumava.cz/cz/1446/sekce/trasy-pro-vozickare/>.
- Turistika pro všechny. *Klub Českých Turistů*. Retrieved 25.10. 2011 from the Word Wide Web: <http://www.kct.cz/cms/turistika-pro-vsechny>.
- Velé, F. (1997). *Kineziologie pro klinickou praxi*. Praha: Grada.
- Vítková, M. (2006). *Somatopedické aspekty*. Brno: Paido.
- Vítková, M. (2006). *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Brno: Paido.
- Vozíčkáři vyjeli na vrchol Sněžky (23. 9. 2002). *MF DNES*. Retrieved 20. 10. 2004 from the World Wide Web: <http://cestovani.idnes.cz/tiskni.asp?c=2002E01C&r=ig-paraple>.
- Vozíčkářské okruhy v Jeseníkách. *Jeseníky*. Retrieved 20.10.2011 from the Word Wide Web: <http://www.jesenikytourism.cz/trasy-a-programy/vozickarske-okruhy>.
- Žiškay, J.(1988). *Všestrannou turistickou činností k rozvoju fyzickém a psychockej zdatnosti*. Bratislava.

11 PŘÍLOHY

Příloha 1



Měření příčného sklonu



Měření šířky trasy



Měření vyhrazeného stání



Bezbariérové posezení



Měření výšky bariéry



Měření výšky lavičky

Příloha 2 Tabulka určení velikosti písma

Výška od země	Horizontální vzdálenost pohledu	Minimální výška znaku
1015 - 1780 mm	méně než 1830 mm	16 mm
	více než 1830 mm	16 mm plus 3,2 mm na každých 305 mm horizontální vzdálenosti pohledu větší než 1830 mm
1780 - 3050 mm	méně než 4570 mm	51 mm
	více než 4570 mm	51 mm plus 3,2 mm na každých 35 mm horizontální vzdálenosti pohledu větší než 4570 mm
více než 3050 mm	méně než 6400 mm	75 mm
	více než 6400 mm	75 mm plus 3,2 mm na každých 305 mm horizontální vzdálenosti pohledu větší než 6400 mm

Bílá



Trasa: parkoviště Bílá – Maxova nádrž – parkoviště Bílá

Délka: 11 km

Značení: zelená turistická značka

Obtížnost: červená

Charakteristika trasy: asfaltový povrch, rovina a mírné táhlé stoupání, max. sklon trasy 8% v krátkém úseku. Trasa vede v prostředí lesa

GPS začátku trasy: 49°26'35.135"N, 18°27'28.590"E

GPS konce trasy: 49°24'26.383"N, 18°26'26.718"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: u parkoviště a okolní bariérové restaurace v obci Bílá

Bezbariérové WC: na parkovišti

Posezení, lavičky: podél trasy, u Maxové nádrže

Atrakce: dětská hřiště, minigolf – na začátku trasy

Zajímavosti: dřevěný kostel sv. Bedřicha na Bílé, lovecký zámček na Bílé, pramen "Smradlavky", Maxova nádrž

Průvodce: ne

Lékařská péče: Horská Služba: mob.606 769 010, nemocnice Frýdek – Místek



Z Čeladné do Kunčic pod Ondřejníkem



Trasa: žst. Čeladná – žst. Kunčice pod Ondřejníkem

Délka: 4 km

Značení: cyklotrasa 6008

Obtížnost: červená

Charakteristika trasy: asfaltový povrch, terén mírně zvlněný, max. sklon trasy 8% v úseku asi 80m

Trasa vede volným prostranstvím s výhledy

GPS začátku trasy: 49°33'10.468"N, 18°20'4.140"E

GPS konce trasy: 49°32'5.371"N, 18°17'42.079"E

Možnost parkování: bez značeného parkoviště, možnost parkovat u žst. Čeladná

Dostupnost bezbariérovým vlakovým spojením

Občerstvení: u žst. Čeladná - restaurace u Pařezu s venkovním bezbariérovým posezením, v areálu

BRC –bezbariérová kavárna Lara, bezbariérová restaurace u Sestřiček

Bezbariérové WC: žst. Čeladná, kavárna Lara, restaurace u Sestřiček

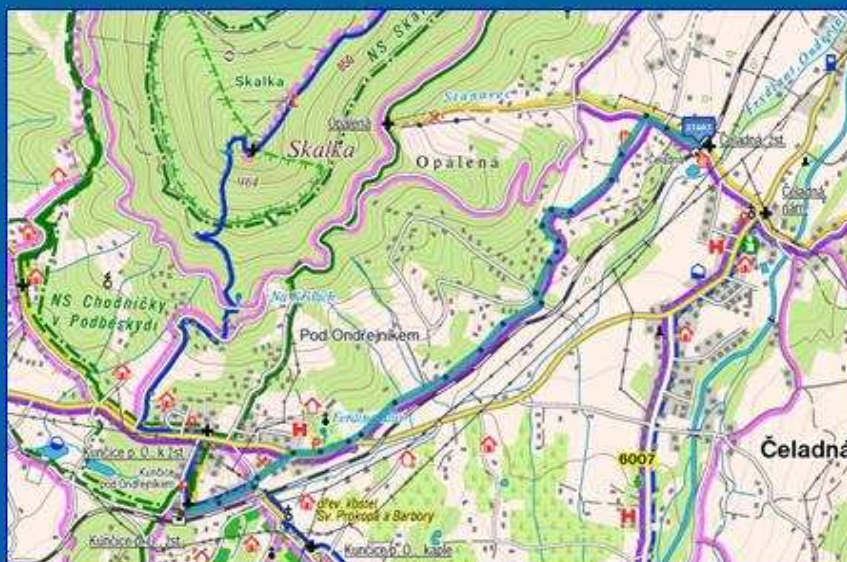
Posezení, lavičky: jen u restauračních zařízeních

Atrakce: zoopark s ovce a kamerunskými kozami, wellness Lara

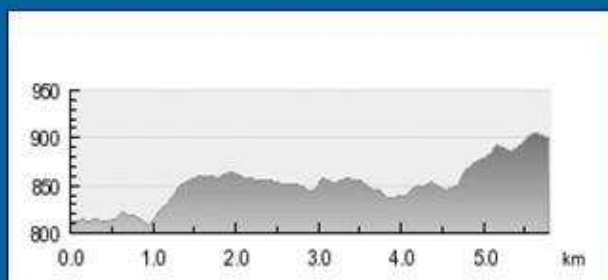
Zajímavosti: Ferdinandovo zřídlo a dřevěná kaplička Blahoslavené panny Marie v areálu lázni

Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek; poliklinika Frenštát pod Radhoštěm



Grůň



Trasa: parkoviště na Grůni – Bílý Kříž – parkoviště na Grůni

Délka: 13 km

Značení: žlutá turistická značka

Obtížnost: černá

Charakteristika trasy: první polovina trasy asfaltový povrch, druhá polovina lesní kamenitá cesta. Zvlněný terén, max. sklon trasy 12% v dvou 200m dlouhých úsecích. Trasa vede po hřebeni

GPS začátku trasy: 49°29'8.444"N, 18°28'36.473"E

GPS konce trasy: 49°29'57.770"N, 18°32'32.322"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: u parkoviště bariérová restaurace Charbulák, v polovině trasy bariérové občerstvovací zařízení Švamá Hanka, na konci trasy bariérová restaurace Sulov

Bezbariérové WC: není

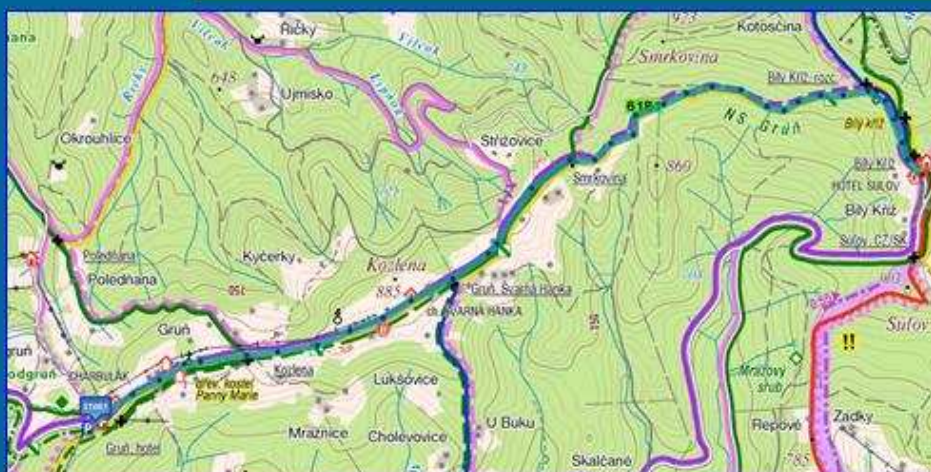
Posezení, lavičky: před koncem trasy

Atrakce: Dřevěný kostel Panny Marie Sněžné na Grůni, Bosý chodník, naučná stezka podél trasy, dětské hřiště u restaurace Sulov

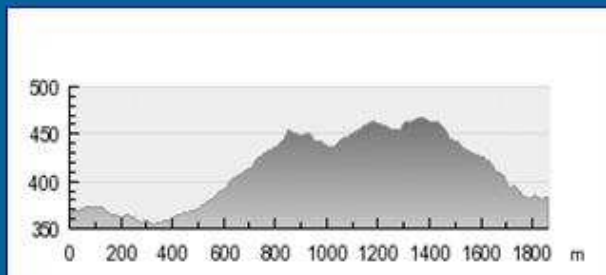
Zajímavosti: dřevěný kostel Panny Marie Sněžné na Grůni

Průvodce: ne

Lékařská péče: Horská Služba Grůň: 558 437 871, Horská Služba non-stop: 606 769 010, Nemocnice Frýdek – Místek.



Hradní vrch



Trasa: okruh Hukvaldskou oborou (sjiždňá vyznačená část)

Délka: 2 km

Značení: naučná stezka červená

Obtížnost: černá

Charakteristika trasy: sjiždňý úsek - asfaltový povrch, rovina následně táhlé stoupání, max. sklon trasy 12%. Trasa vede v prostředí lesa

GPS začátku trasy: 49°37'22.076"N, 18°13'24.122"E

GPS konce trasy: 49°37'16.914"N, 18°13'37.341"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením
 Občerstvení: bariérové občerstvovací zařízení v Hukvaldské oboře s bezbariérovým venkovním posezením.

Bezbariérové WC: ne

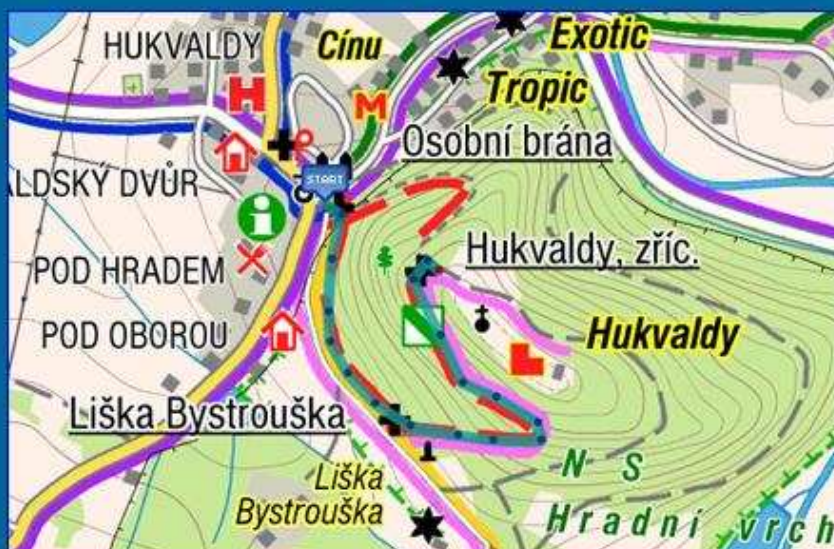
Posezení, lavičky: podél trasy

Atrakce: dle kulturního programu Hradu Hukvaldy (<http://www.janackovyhukvaldy.cz/cz/hrad/program/hradu/>)

Zajímavosti: naučná stezka seznamující s živočichy a rostlinami obory, hrad Hukvaldy

Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek



Naučné chodníčky v Podbeskydí



Trasa: žst. Kunčice pod Ondřejníkem – Obecní úřad Kunčice pod Ondřejníkem

Délka: 3,5 km

Značení: naučná stezka bílý čtverec s modrým pruhem

Obtížnost: černá

Charakteristika trasy: asfaltový povrch, zvlněný terén, max. sklon trasy 12%. Trasa vede po volném prostranství i v prostředí lesa

GPS začátku trasy: 49°32'5.371"N, 18°17'42.079"E

GPS konce trasy: 49°32'35.101"N, 18°16'21.922"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: bariérové občerstvovací zařízení podél trasy

Bezbariérové WC: ne

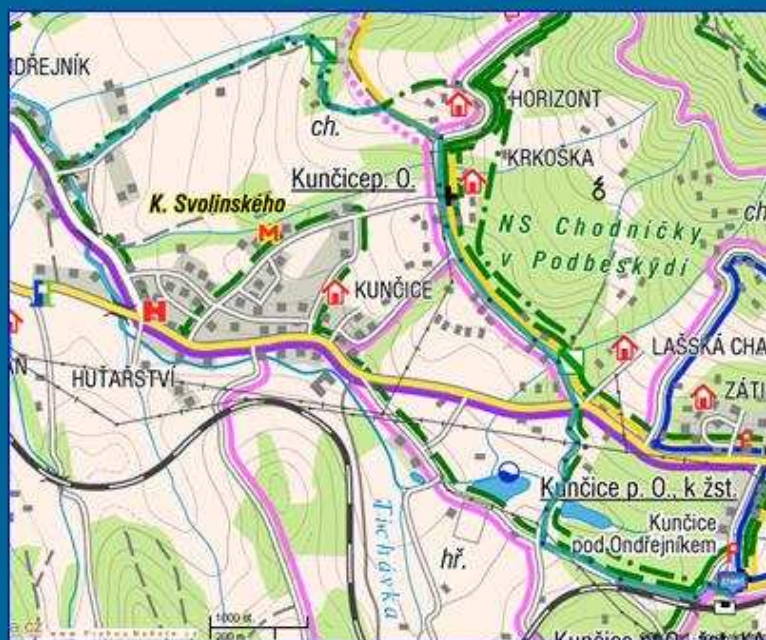
Posezení, lavičky: podél trasy

Atrakce: ne

Zajímavosti: naučná stezka seznamující s přírodními zajímavostmi na území Kunčice pod Ondřejníkem

Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek



Pod Stolovou



Trasa: žst. Kunčice pod Ondřejníkem – Horní Čeladná kaplička

Délka: 4,5 km

Značení: modrá turistická značka

Obtížnost: červená

Charakteristika trasy: asfaltový povrch, zvlněný terén, max. sklon trasy 12%. Trasa vede po volném prostranství luk

GPS začátku trasy: 49°32'5.371"N, 18°17'42.079"E

GPS konce trasy: 49°30'46.508"N, 18°20'16.028"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: podél trasy není

Bezbariérové WC: ne

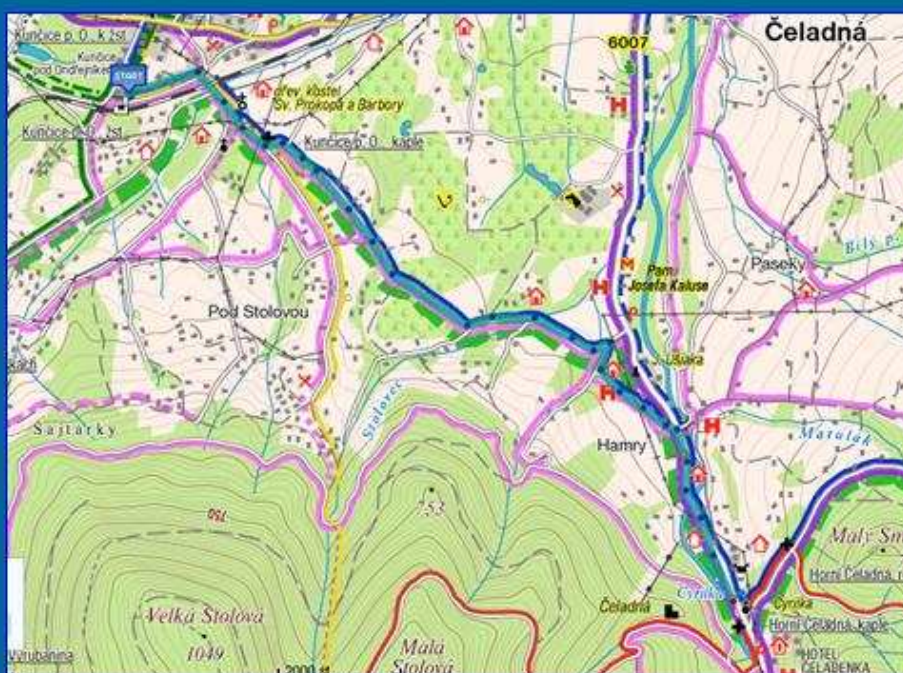
Posezení, lavičky: ne

Atrakce: ne

Zajímavosti: golfové hřiště, dřevěný kostel sv. Prokopa a Barbory, Pramen Cyrilka a roubená kaple sv. Cyrila a Metoděje v Horní Čeladné

Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek



Radegast



Trasa: žst. Pustevny – Radhošť kaple Cyrila a Metoděje - Pustevny

Délka: 8 km

Značení: modrá turistická značka

Obtížnost: černá

Charakteristika trasy: povrch asfaltová cesta, kamenitá lesní cesta, zvlněný terén, max. sklon trasy 12%. Trasa vede po hřebeni převážně volným prostranstvím

GPS začátku trasy: 49°29'21.104"N, 18°15'53.855"E

GPS konce trasy: 49°29'27.964"N, 18°13'21.765"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: bezbariérová koliba Valaška na začátku trasy, bariérové restaurace na konci i začátku trasy

Bezbariérové WC: na začátku trasy

Posezení, lavičky: na začátku a podél trasy

Atrakce: ne

Zajímavosti: soubor útulen na Pustevnách, socha pohanského boha Radegasta, kaple Cyrila a Metoděje

Průvodce: ne

Lékařská péče: Lékařská služba první pomoci Rožnov p.R. tel.: 571 655 444(so,ne,sv. 8:00 - 21:00hodin), Lékařská služba první pomoci Val. Meziříčí tel.: 571 758 758, Horská služba non - stop: 606 769 010, Horská služba Pustevny: +420 597 431 707



Šance



Trasa: hráz vodní nádrže Šance – ústí Poledňany - hráz vodní nádrže Šance

Délka: 8 km

Značení: modrá turistická značka

Obtížnost: červená

Charakteristika trasy: povrch asfaltový, zvlněný terén, max. sklon trasy 12%. Trasa vede okolo přehrady Šance v prostředí lesa

GPS začátku trasy: 49°30'45.856"N, 18°25'4.306"E

GPS konce trasy: 49°30'39.345"N, 18°26'50.104"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: ne

Bezbariérové WC: ne

Posezení, lavičky: ne

Atrakce: ne

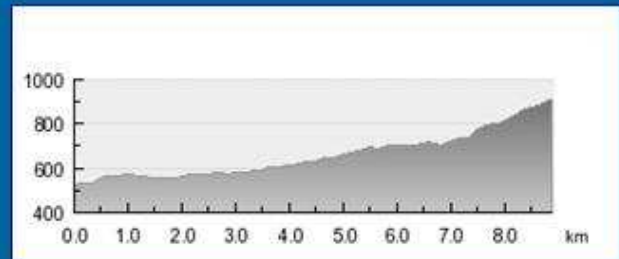
Zajímavosti: vodní nádrž Šance

Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek, Horská Záchraná Služba non-stop 606 769 010



Údolím Černé



Trasa: Staré Hamry Černá – Bílý Kříž - Staré Hamry Černá

Délka: 17 km

Značení: cyklotrasa zelená 6181

Obtížnost: červená

Charakteristika trasy: povrch asfaltový, rovina a převážně táhlé stoupání, max. sklon trasy 12% na konci trasy. Trasa vede v prostředí lesa

GPS začátku trasy: 49°27'24.003"N, 18°28'15.361"E

GPS konce trasy: 49°29'56.071"N, 18°32'32.796"E

Možnost parkování: bez vyznačeného parkoviště, možnost odstavit auto na začátku trasy nebo v zálezech podél trasy. Není zde vyznačené parkoviště

Občerstvení: bariérové na konci trasy

Bezbariérové WC: ne

Posezení, lavičky: v polovině trasy

Atrakce: na konci trasy dětské hřiště

Zajímavosti: Bílý Kříž, malířský ateliér olejomalby

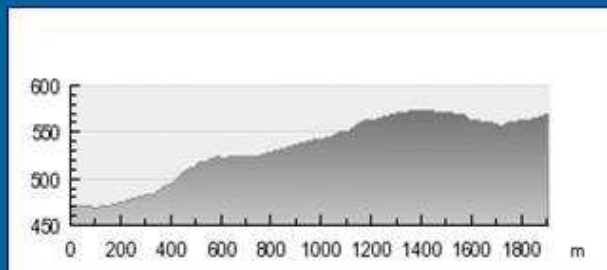
Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek, Horská Záchraná Služba non-stop: 606 769 010,

Horská Služba Grůň: 558 437 871



Kunčice pod Ondřejníkem – Na Pekliskách



Trasa: žst. Kunčice pod Ondřejníkem – Na Pekliskách – žst. Kunčice pod Ondřejníkem

Délka: 3,6 km

Značení: zelená turistická značka

Obtížnost: černá

Charakteristika trasy: asfaltový povrch, v jednom úseku kamenitý, zvlněný spíš táhle stoupavý terén, max. sklon trasy 12% v jenom úseku asi 200m dlouhém. Trasa vede po volném prostranství

GPS začátku trasy: 49°32'5.371"N, 18°17'42.079"E

GPS konce trasy: 49°31'24.075"N, 18°16'57.179"E

Možnost parkování: asfaltové parkoviště bez vyhrazeného stání pro osoby s tělesným postižením

Občerstvení: bariérová restaurace na konci trasy

Bezbariérové WC: ne

Posezení, lavičky: ne

Atrakce: dětské hřiště u restaurace Marešák na konci trasy

Zajímavosti: vyhlášené bramboráky v restauraci Marešák

Průvodce: ne

Lékařská péče: nemocnice Frýdek – Místek



Příloha 13 formulář

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník



CESTOVNÍ RUCH BEZ BARIÉR
Reg. číslo: CZ.1.10/2.2.00/07.00938

Hodnocení přístupnosti turistických tras

Dotazník (2.1)

Hodnocená trasa:

Hodnotitel:

Datum hodnocení:

Zpracoval: KAZUIST, spol. s r.o.



Investice do vaší budoucnosti
Evropská unie



1

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník



Podporované z Evropského fondu
regionálního rozvoje



ÚVOD

Turistickou trasou se pro účely tohoto projektu rozumí stezky pro pěši, cyklostezky/cyklotrasy nebo naučné stezky.

Přístupnost je hodnocena z hlediska osob s omezenou schopností pohybu a orientace.

Osoby s omezenou schopností pohybu: osoby na vozíku, osoby s kočárkem/doprovázející děti do 3 let, osoby používající berle, hole, chodítka nebo jiné pomůcky pro chůzi, těhotné ženy, osoby s omezenou hybností horních končetin, senioři

Osoby s omezenou schopností orientace: osoby se zrakovým postižením - osoby bez vizuální kontroly, používající k orientaci bílou hůl, vysílačku povelů, případně také vodícího psa (osoby nevidomé) a osoby s omezenou zrakovou schopností (osoby slabozraké)
osoby se sluchovým postižením - osoby bez sluchového vjemu (osoby neslyšící), osoby s částečným sluchovým vjemem využívající indukční poslech (osoby nedoslýchavé)

Přístupnost se hodnotí slovním popisem skutečného stavu (bariérovosti a bezbariérového řešení trasy).

Každá trasa má výtýčený začátek a konec. Cílové místo nemusí být totožné s počátečním místem. Počáteční místo nemusí odpovídat začátku trasy využívaného turistů bez omezení.

K hodnocení přístupnosti je zapotřebí:

- dotazník
- tužka/pero
- metr
- fotoaparát (pro pořízení min. 5 fotografií trasy)
- mobilní telefon

K hodnocení přístupnosti je dobré mít mapku trasy a zaznačit do ní vstup (začátek trasy) případně výstup (konec trasy), parkoviště, bezbariérové WC, zajímavá místa apod.

2

I. ZÁKLADNÍ ÚDAJE O TRASE

Název trasy:		<i>Metodická poznámka</i> Má-li trasa název, tak jej uveďte. V opačném případě uveďte odkud (začátek) kam (konec) vede.
Směr trasy:		Uveďte hodnocený směr cesty, body, kterými trasa prochází (průchozí/průjezdni místa).
Turistická oblast:	<input type="checkbox"/> Beskydy <input type="checkbox"/> Jeseníky <input type="checkbox"/> Opavské Slezsko <input type="checkbox"/> Ostravsko <input type="checkbox"/> Poodří - Moravské Kravaňsko <input type="checkbox"/> Těšínské Slezsko	Zaškrtněte všechny oblasti, kterými trasa prochází.
Geografické umístění:	GPS začátku trasy: GPS konce trasy:	Uveďte GPS začátku a konce trasy (není-li totožný), ve tvaru Loc: 49°40'35.59"N,18°40'19.13"E. Tyto údaje uvádí např. zdroj www.mapy.cz - klikněte na záložku "Měření, GPS" a poté na místo v mapě.
Typ turistické trasy:	<input type="checkbox"/> pěší trasa <input type="checkbox"/> cyklotrasa/cyklostezka <input type="checkbox"/> naučná stezka <input type="checkbox"/> jiný (doplňte):	Zvolte jednu možnost. V případě, že žádná z nabízených možností nevyhovuje, zaškrtněte "jiný" a typ trasy popište.
Charakter trasy:	<input type="checkbox"/> okružní (z bodu A do bodu A) <input type="checkbox"/> místní (z bodu A do bodu B a zpět po téže trase) <input type="checkbox"/> dálková (z bodu A do bodu B)	Zvolte charakter trasy (jednu možnost).
Délka trasy:		Uveďte délku trasy (hodnocené trasy) v km.

3

Převýšení:		Uveďte převýšení trasy (rozdíl mezi nejnižším a nejvyšším místem na trase) v metrech. Informaci získáte např. ze serveru mapy.cz - na záložce "Naplánovat trasu" - "Zobrazit výškový profil". Nebo na www.cykloserver.cz/cykloatlas.
Náročnost trasy:	<input type="checkbox"/> malá (rovina, mírné stoupání/klesání, vozíčkářem sjížděné bez asistence) <input type="checkbox"/> střední (sjízdnost terénu s minimální pomocí asistence, náročnější úseky stoupání/klesání) <input type="checkbox"/> velká (bez asistence nesjídný terén, prudší stoupání/klesání)	Posuďte náročnost trasy pro osoby s omezenou schopností pohybu a orientace.
Obtížnost trasy pro vozíčkáře:	<input type="checkbox"/> elektrické vozíčky; vede po cestách s asfaltovým, betonovým nebo i přírodním zpevněným povrchem, který se však ani při deštivém počasí nepodmočí a nerozbahní; většinou bez stoupání nebo max. stoupání 8%; příčný sklon max. 2%; šířka cesty min. 1,8 m, krátké přímé průjezdy min. 1,0 m; stupně max. 2 cm <input type="checkbox"/> elektrické vozíčky; vede po cestách s asfaltovým, betonovým nebo i přírodním zpevněným povrchem, který se však ani při deštivém počasí nepodmočí a nerozbahní, stoupání do 6%, občas max. 12%, příčný sklon max. 4%, šířka cesty min. 1,2 m, krátké přímé průjezdy min. 0,9 m, stupně max. 5 cm <input type="checkbox"/> černá: určena pro vozíčkáře s doprovodem a terénní elektrické vozíčky; trasa může vést i po cestách s přírodním povrchem, který se může při deštivém počasí místy mírně podmočit nebo rozbahnit; stoupání do 12%, občas max. 20%; příčný sklon max. 8%; šířka cesty v rovných úsecích min. 1 m, v zatáčkách 1,2 m, krátké přímé průjezdy min. 0,8 m; stupně max. 7 cm	Posuďte obtížnost trasy pro vozíčkáře, dle kritérií Klubu českých turistů.
Charakteristika:		Uveďte stručnou charakteristiku trasy - např. čím je pro návštěvníky zajímavá, co na ni lze shlédnout, pro koho je vhodná, k jakému účelu se nejčastěji využívá apod. U naučných stezek uveďte také jejich tematické zaměření a počet zastavení.
Sezóna/provozní doba:		Tam, kde je to relevantní uveďte od kdy do kdy je trasa v provozu, např. od jara do podzimu, celoročně, případně provozní hodiny.
Vstupné:	<input type="checkbox"/> ano	Uveďte, zda je trasa zpoplatněna. Pokud ano, zda nabízí

4

	snižené vstupné a pro koho.
Snižené vstupné pro (doplňte pro jaké kategorie): <input type="checkbox"/> ne	

Dopravní dostupnost:	<input type="checkbox"/> autem: _____ <input type="checkbox"/> veřejnou dopravou/MHD Zastávka bus: km _____ <input type="checkbox"/> NS Zastávka vlak: km _____ <input type="checkbox"/> NS Zastávka tram: km _____ <input type="checkbox"/> NS <input type="checkbox"/> pěšky Vzdálenost od centra obce: km _____	Je-li trasa dostupná autem, popište cestu k jejímu začátku od významných bodů/center. U veřejné dopravy doplňte název nejbližší zastávky a vzdálenost v km vč. informace, zda na ní zastavují (jsou nasazovány) nízkopodlažní spoje (NS). Pěší dostupnost - vzdálenosti od centra obce se rozumí vzdálenost počátku trasy od centra/středu obce, v níž se nachází.
-----------------------------	--	--

Zajímavosti:	Uveďte turistické cíle a zajímavosti podél trasy (přírodní atraktivita /např. vyhlídky, lesy, mokřady, rybníky, přírodní rezervace, rozhledny/ nebo kulturní atraktivita /např. hrady, zámky, sakrální stavby, místní architektura/) nebo v jejím bezprostředním okolí.
---------------------	---

Ubytovací zařízení:	Uveďte názvy ubytovacích zařízení podél trasy nebo v jejím bezprostředním okolí.
----------------------------	--

Stravovací zařízení:	Uveďte názvy stravovacích zařízení podél trasy nebo v jejím bezprostředním okolí.
-----------------------------	---

Příslušenství:	<input type="checkbox"/> parkoviště <input type="checkbox"/> WC <input type="checkbox"/> bezbariérové WC <input type="checkbox"/> kyvadlová doprava <input type="checkbox"/> obchod se suvenýry <input type="checkbox"/> půjčovna kol/handbiků	<input type="checkbox"/> minigolf <input type="checkbox"/> rybolov <input type="checkbox"/> dětská hřiště <input type="checkbox"/> koupání <input type="checkbox"/> cykloservis po trase <input type="checkbox"/> jiné (uveďte): _____	Vyberte, případně doplňte, služby a příslušenství dostupné návštěvníkům na trase/podél trasy. Kyvadlovou dopravou se rozumí doprava k začátku trasy např. z centra obce, od zastávky veřejné dopravy apod.
-----------------------	---	---	---

5

Provozovatel trasy:	Název Č. Tel. E-mail Web	Doplňte kontaktní údaje na provozovatele/správce trasy (kdo o trasu pečuje).
----------------------------	--------------------------------------	--

II. POPIS TRASY

Pomocí následující tabulky rozfázujte průběh trasy. V případě potřeby můžete přidat další řádky. Rozdělení na úseky proveďte na základě hodnocených kritérií, které se v průběhu trasy mění. Např. na prvním kilometru bude povrch trasy asfaltový, pak se mění na štěr. Do tabulky v takovém případě vyplňte úsek od 0 do 1 km a vyplňte sloupec povrch. V jednotlivých úsecích tedy nemusíte vyplňovat všechny sloupce (C-G).

Úsek		Povrch	Sklon/profil	Šířka	Bariéry	Foto
od (km)/místo	do (km)/místo					

6


III. PŘÍSTUPNOST TRASY

Číslo	Parametr	Popis parametru	Metodická poznámka	Skutečnost
A. PŘÍSTUP K TRASE				
A.1 Parkování				
A.1.1	Parkoviště	existence parkoviště nebo možnost parkování v blízkosti vstupu na trasu (začátku trasy)	<i>Hodnotí se pouze v případě, že je k dispozici.</i>	
a)	kapacita	celkový počet míst k parkování	<i>Není-li možné kapacitu parkoviště přesně spočítat (je jich hodně, nebo parkovací místa nejsou vyznačena), proveďte kvalifikovaný odhad.</i>	
b)	lokalizace	umístění parkoviště a vzdálenost od vstupu/začátku trasy	<i>Uveďte, kde se parkoviště nachází. Proveďte kvalifikovaný odhad vzdálenosti z nejbližšího místa na parkovišti k začátku trasy.</i>	
c)	osvětlení	parkoviště je osvětleno	<i>Uveďte, zda je parkoviště (zejména vyhrazené parkovací místa) osvětleno.</i>	
A.1.2	Vyhrazená parkovací místa	vyhrazená stání pro vozidla přepravující osoby tělesně postižené	<i>Parametry a-e) se hodnotí pouze v případě, že parkoviště má vyhrazená parkov. místa. Parametr f) se</i>	
a)	kapacita	počet vyhrazených parkovacích míst	<i>Započítávají se vyznačená vyhrazená parkovací stání.</i>	
b)	označení	vyhrazené parkovací místo je označeno svislou a vodorovnou dopravní značkou	<i>Popište, jak je vyhrazené stání označeno.</i>	

7

c)	parametry	Vyhrazené parkovací místo by mělo být široké min. 3500 mm (kolmé i podélné místo) resp. dlouhé 7000 mm (podélné místo), aby umožňovalo manipulaci osoby na vozíku. Vyhrazené parkovací místo je zastřešené.	<i>Uveďte, zda vyhrazená parkovací místa splňují předepsané rozměry. Pokud ne, uveďte jejich skutečné rozměry.</i>	
d)	sklon	Sklon vyhrazeného parkovacího místa v podélném a příčném směru by neměl přesáhnout 2 % (20 mm na metr).	<i>problematické (ve sklonu). (Sklon povrchu v % se počítá jako výškový rozdíl/délka*100.)</i>	
e)	lokalizace	vyhrazené parkovací místo je v těsné návaznosti na přístupový chodník nebo na vstup na trasu (tj. je do 50 m od vstupu)	<i>Uveďte, kde se vyhrazené parkovací místo nachází a odhadněte jeho vzdálenost od vstupu (začátku trasy).</i>	
f)	možnost zastavení u hlavního vchodu/vstupu	možnost zastavení auta označeného symbolem osoby na vozíku, pro nástup/výstup max. ve vzdálenosti 30 m od vchodu/začátku trasy	<i>Uveďte, zda je možné s autem zajet až ke vstupu, resp. na jakou nejmenší vzdálenost ke vstupu je autem možné dojet, případně komu je to dovoleno a za jakých podmínek.</i>	
A.1.3	Povrch parkoviště	povrch vyhrazeného parkovacího místa a zbývající části parkoviště, po němž vede cesta k přístupovému chodníku	<i>V případě, že parkoviště nebo vyhrazené parkovací místo není k dispozici, hodnotí se povrch místa, na němž lze autem zastavit pro nástup/výstup, co nejbližže vstupu.</i>	
a)	materiál	Povrch musí být pevný (zpevněný) a nekluzký, a to i při deštivém počasí (nerozmočený, nerozbahněný). Je vhodné, když je barevně odlišný (světlejší) od okolí. Spáry mezi dlažbou resp. světlost míří a roští ve směru chůze je max. 15 mm.	<i>Uveďte, z jakého materiálu (např. asfalt, beton, dlažební kostky, kočičí hlava, kámen, štěrka, panely, dřeva, tráva, zemina) je povrch parkoviště a zda se barevně odlišuje od okolí. V případě, že je tvořen vícero druhy materiálů, specifikujte.</i>	
b)	stav	Povrch musí být rovný a dobře udržovaný. Neměl by tedy mít výtluky a jiné defekty bránící sjízdnosti vozíku nebo chůzi nevidomých.	<i>Popište stav povrchu. Zaměřte se nerovnosti nebo defekty, které by mohly být nebezpečné nebo bránit sjízdnosti (tj. nelze je objet/obejít).</i>	
A.2 Přístupový chodník				
A.2.1	Povrch chodníku	(usek) od parkoviště (místa pro zastavení) ke vstupu (začátku trasy)		

8

a)	materiál	Povrch musí být pevný (zpevněný) a nekluzký, a to i při deštivém počasí (nerozmočený, nerozbáhněný). Je vhodné, když je barevně odlišný (světlejší) od okolí. Spáry mezi dlažbou resp. světlost mříží a roštů ve směru chůze je max. 15 mm.	Uveďte, z jakého materiálu (např. asfalt, beton, dlažební kostky, kočičí hlavy, kámen, štěrk, panely, dřevo, tráva, zemina) je povrch přístupového chodníku a zda se barevně odlišuje od okolí. V případě, že je tvořen vícero druhy materiálu, specifikujte je.	
b)	stav	Povrch musí být rovný a dobře udržovaný. Neměl by tedy mít výtluky a jiné defekty bránící sjízdnosti vozíku nebo chůzi nevidomých.	Popište stav povrchu a zda je udržovaný (např. sníh je odklizen a povrch ošetřen protiskluzovým materiálem). Zaměřte se na nerovnosti nebo defekty, které by mohly být nebezpečné nebo bránit sjízdnosti. Pořádejte fotku.	
c)	výškové rozdíly	Výškové rozdíly mezi rozdílnými povrchy by neměly být více jak 20 mm, v případě stejného povrchu do 5 mm. 	Uveďte, zda na chodníku jsou výškové rozdíly, případně jak velké (cca) a zda se jim dá vyhnout.	
A.2.2 Parametry chodníku				
a)	lokalizace	jaký charakter má přístupový chodník, kudy vede	Je třeba při zdolávání úseku od parkoviště ke vstupu zdolávat (překračovat) vozovku? Vede přístupová cesta po vozovce, tj. není tam chodník ve významu samostatné pozemní komunikace sloužící chodcům k přesunu po délce komunikace?	
b)	šířka	Chodník by měl být široký min. 1500 mm, v místě dočasně zúžení min. 900 mm.	Uveďte průměrné šířkové parametry chodníku. Splňuje min. požadované rozměry?	
c)	příčný sklon	Příčný sklon (kolmo k chůzi) je max. 1:50 (2 %, tj. 20 mm na 1 m).	osoby s omezenou schopností pohybu (zejména vozíčkáře) z důvodu nevhodného sklonu. Sklon povrchu v % se počítá jako výškový rozdíl/délka*100.	
d)	podélný sklon	Podélný sklon (ve směru chůze) je max. 1:12 (8,33 %, tj. 83 mm na 1 m).		

9

e)	vodící linie	Může mít podobu obrubníku (nikoli však obrubníku chodníku směrem do vozovky), stěny objektu, podezdívky plotu, zábradlí, kulatiny apod. Obrubník musí být vysoký min. 50-60 mm, vodící linie může být přerušena na max. 8 000 mm.	Uveďte, zda vodící linie existuje, jakou má podobu a zda vyhovuje popisu parametru.	
A.2.3 Osvětlení chodníku				
a)	osvětlení	Přístupový chodník je osvětlený.	Uveďte, zda je přístupový chodník osvětlen.	
A.3 Vstup				
A.3.1 Parametry vstupu				
a)	shodný vstup	Pro všechny návštěvníky existuje shodný vstup, tzn. není vymezen zvláštní vstup pro vozíčkáře.	Je-li pro vozíčkáře zvláštní vstup, uveďte kde se nachází.	
b)	průchodnost	vstup by měl být průchodný - široký alespoň 900 mm, bez schodů a jiných překážek typu závory, sloupky, turnikety apod.	Je-li vstup omezen nějakou překážkou, uveďte jakou a posuďte, zda je průjezdný pro osoby na vozíku. V případě schodů uveďte jejich počet.	
A.3.2 Hygienické zařízení u vstupu				
			Hodnotí se, zda je vstupu k dispozici (bezbariérové) WC.	

10

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
 Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník

a)	(bezbariérové) WC	<p>Je-li k dispozici WC, alespoň 1 je bezbariérové s přímým vstupem z venkovního prostoru.</p> <p>Parametry bezbariérového WC: bezbariérový přístup ke vstupu na WC (u schodů, překážek nad 20 mm je nutný nájezd) vstup: šířka vstupních dveří je min. 800 mm a otevírají se ven, madla ve výšce 800-900 mm kabina: uvnitř kabiny je volný manipulační prostor o průměru 1500 mm madla: po obou stranách toaletní mísy ve výšce 800 mm nad podlahou, sklopná WC mísa: výška 460 - 480 mm, bez soklu, volný prostor po stranách zařizovací předměty: umyvadlo/umyvátka, přebalovací pult</p>	<p>Je-li k dispozici WC, uveďte kde se nachází a zda splňuje parametry bezbariérovosti. Dále ověřte, zda je k jeho použití zapotřebí euroklíč, případně je-li uzamčeno, kde se vyzvedává klíč. Pořizte foto.</p>	
A.3.3	informace/pokladna	obsluha u okénka/přepážky	Hodnotí se tam, kde je u vstupu informační přepážka nebo pokladna.	
a)	Rozměry prostoru před přepážkou	<p>Rozměry umožňující pohodlný přístup k přepážce a manipulaci osoby na vozíku. Minimální manipulační prostor pro otáčení vozíku je kruh o průměru 1500 mm nebo obdélník o rozměrech 1200 x 1500 mm.</p>	Uveďte, zda je parametr naplněn resp. skutečnost.	
b)	Výška pultu/přepážky	<p>Maximální výška pultu je 800 mm v minimální délce 900 mm, přičemž prostor pro podjetí vozíku musí být nejméně 700 mm. Možnost alespoň částečného podjetí stupaček vozíku do hloubky pultu 300 mm.</p>	Uveďte, zda je parametr naplněn.	

11

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
 Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník

c)	Indukční smyčka a osvětlení	Indukční smyčka umožňuje indukční poslech a odezírání ze rtů. Prostory musí být dostatečně osvětleny.	Uveďte, zda je parametr naplněn.	
B.	TRASA	Trasou se rozumí vytýčená komunikace (pochozí plocha), spojující výchozí a cílové místo.		
B.1	Parametry trasy		Hodnotí se cesta (komunikace), po které trasa vede.	
B.1.1	Povrch			
a)	materiál	<p>Povrch trasy musí být pevný (zpevněný) a nekluzký, a to i při deštivém počasí (nerozmočený, nerozbohňený). Z tohoto hlediska nejsou příliš vhodnými materiály neupravený kámen (kočičí hlavy, dlažby z kamenných oblázků), zatravnovací dlažba, dřevo (ve větším rozsahu), písek, zemina, panely apod. Je-li použita betonová dlažba, neměly by být mezi dlažebními kostkami velké spáry. Jsou-li použity mříže a rošty, měly by mít světlost max. 15 mm. Je vhodné, když je povrch trasy barevně odlišný (světlejší) od okolí.</p>	<p>Uveďte, z jakého materiálu je povrch trasy a zda se barevně odlišuje od okolí. V případě, že se na trase vyskytuje vícero druhů materiálů, specifikujte je v části II. Popište trasy (rozfázujte trasu podle typů povrchu). Pořizte alespoň 1 fotografii.</p>	
b)	stav	<p>Povrch trasy musí být rovný a dobře udržovaný. Neměl by tedy mít výtluky a jiné defekty bránící sjízdnosti vozíku nebo chůzi nevidomých.</p>	<p>Popište stav povrchu a uveďte, zda je v zimě udržovaný (tj. sníh je odklizen a povrch ošetřen protiskluzovým materiálem). Zaměřte se na nerovnosti nebo defekty, které by mohly být nebezpečné nebo bránit sjízdnosti trasy (drobné výtluky nebo výmoly, které se dají obejít, jsou irelevantní). Odhadněte délku nebo procento úseků s nevyhovujícím stavem povrchu.</p>	
B.1.2	Šířka			

12

a)	šířka	Trasa musí být široká nejméně 1 500 mm, lépe 2 000 mm pro zajištění bezkolizního míjení osoby na vozíku s osobou chodící. Je-li trasa užší, měla by na ní být alespoň občas místa, na kterých se mohou návštěvníci pohodlně a bezpečně minout.	Uveďte průměrnou šířku trasy. Úseky, které nedosahují min. rozměrů specifikujte v části II. Popis trasy případně je vyznačte v mapce trasy. Uveďte, zda jsou na trase bočnice (prostor) pro míjení.	
B.1.3 Sklon				
a)	sklon/reliéf terénu	Příčný sklon (kolmo k chůzi) je max. 1:50 (2 %, tj. 20 mm na 1 m). Při větším sklonu je chůze nepohodlná, jízda na vozíku dokonce nebezpečná (hrozí převrácení či sjetí z trasy). Problémem je příčný sklon v obloucích cest (ohrožuje stabilitu vozíku). Podélný sklon (ve směru chůze): rovinatý, mírně zvlněný, zvlněný, kopcovitý, mírně/prudší/prudké, krátké/dlouhé stoupání/klesání apod.	Posuďte příčný a podélný sklon trasy. V části II. Popis trasy specifikujte profil terénu (rozřazujte trasu podle profilu, případně úseků s nebezpečnými příčnými sklony).	
B.1.4 Vodičí linie				
a)	vodičí linie	Vodičí linie je součástí prostředí sloužící k orientaci nevidomých a slabozrakých osob při pohybu v exteriéru. Může být tvořena různými materiály odlišujícími se strukturou, zvukem a barvou od pochozí plochy komunikace. Může mít podobu obrubníku (nikoli však obrubníku chodníku směrem do vozovky), stěny objektu, podezdívky plotu, zábradlí, kulatiny apod. Přerušena může být max. na 8000 mm.	Uveďte, zda vodičí linie existuje, jakou má podobu a zda vyhovuje popisu parametru.	
B.1.5 Bezpečnost trasy				

13

a)	charakter terénu	sluneční svit, stín, trasa je chráněná lesním porostem nebo úbočími údolí, vede lesem	Popište terén, kterým trasa vede. Trasa otevřenou krajinou může být nepřijemná za velmi slunečného počasí.	
b)	bezpečnostní prvky	Zajištění trasy lemováním, obrubníky, zábradlími, madly apod. na všech místech, kde je trasa výše než zem, na strmých částech a jiných nebezpečných místech, kde hrozí sjetí, spadnutí nebo zranění. U strmých úseků by mělo být madlo, které usnadní pohyby osobám s pohybovým omezením.	Uveďte, zda a jak je zajištěna bezpečnost návštěvníků na nebezpečných úsecích trasy.	
c)	osvětlení	osvětlení trasy	Uveďte, zda je trasa osvětlená.	
d)	překážky	mm), díry, otvory, svodnice dešťové vody (stružky, překopy), závory, kameny, kořeny, vyčnívající objekty (skály) apod.	Uveďte s jakými překážkami na trase musí návštěvníci počítat. Umístění bariér specifikujte v části II. Popis trasy. Všímejte si zejména nepřekonatelných překážek.	
B.2 Mobiliář				
a)	lavičky/odpočívky	Na trasách je žádoucí umístit odpočinková místa s pohodlnými lavičkami. Provedení: výška 45-50 cm, opěrka na záda a na ruce (usnadňuje vstávání) Umístění: vedle lavičky prostor na invalidní vozík/kočárek, bezbariérový přístup k lavičce, ve výklencích, aby nezasahovaly do průchozího prostoru (nesmí být překážkou pro nevidomé)	Uveďte, zda jsou na trase lavičky, v jakých intervalech a jak vypadají.	

14

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
 Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník

b)	posezení (místo pro piknik, altánky)	Lavičky se stoly přizpůsobenými pro vozíčkáře - pro podjezd vozíku musí být výška stolu min. 700 mm. Je-li součástí posezení ohniště s lavičkami, musí tam být otevřený prostor aspoň 900 mm, aby se k ohni dostal i vozíčkář.	Uveďte, zda a kde na trase se vyskytují místa pro posezení a jak vypadají, zda jsou zastřešená, spojená k sobě (stoly a lavičky); dostupnost pro osoby na vozíku.	
c)	odpadkové koše	dosažitelnost z vozíku (max. 450 mm od okraje trasy), umístění ve výklencích, aby nebyly překážkou pro nevidomé (nezasahovaly do pochozí plochy)	Uveďte, zda se na trase vyskytují odpadkové koše.	
d)	pitná voda	pítka, fontánky, studánky apod. pohodlný přístup pro osoby stojící i sedící - dosahová vzdálenost, výška (max. 750 nad zemí)	Uveďte, zda a kde je na trase přístup k pitné vodě. Nemyslí se tím místa s prodejem nápojů ani vodovody na toaletách.	
e)	(bezbariérové) WC	Je-li k dispozici WC, alespoň 1 je bezbariérové s přímým vstupem z venkovního prostoru. Parametry bezbariérového WC: bezbariérový přístup ke vstupu na WC (u schodů, překážek nad 20 mm je nutný nájezd) vstup: šířka vstupních dveří je min. 800 mm a otevírají se ven, madla ve výšce 800-900 mm kabina: uvnitř kabiny je volný manipulační prostor o průměru 1500 mm madla: po obou stranách toaletní mísy ve výšce 800 mm nad podlahou, sklopná WC mísa: výška 460 - 480 mm, bez soklu, volný prostor po stranách zařizovací předměty: umyvadlo/umyvátko, přebalovací pult	Uveďte, zda a kde na trase je/jsou WC a zda splňují parametry bezbariérovosti. V případě, že je k jejich použití zapotřebí euroklíč, tuto skutečnost uveďte.	

15

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
 Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník

f)	přístřešek	přístřešek pro úkryt před nepříznivým počasím	Uveďte, zda a kde jsou na trase přístřešky.	
----	------------	---	---	--

B.3	Značení	Značením se rozumí informační a orientační systém na trase.		
B.3.1	Navigační prvky	prvky ukazující cestu k cíli nebo navádějící k určitým místům na trase		
a)	rozcestníky, směrové ukazatele, značení trasy	Pro jasné a srozumitelné sdělování informací je nutné respektovat tyto principy: - nutné minimum informací (nezahrmovat větším množstvím informací, používat orientační piktogramy)	Uveďte, zda se na trase nacházejí, jaké informace obsahují a zda upozorňují na přístupnost míst, k nimž navigují (např. piktogramem vozíčkáře).	
b)	orientační panely s mapou	- čitelnost (kontrastní barva písma vůči pozadí) - výška umístění (sniženy pohledový horizont osob sedících na vozíku a osob nižšího vzrůstu)	Uveďte, zda a kde se na trase nacházejí, jaké mají provedení. Je na trase k dispozici reliéfní plán/model trasy/areálu?	
B.3.2	Informační prvky	prvky podávající informace o trase a významných bodech, které se na ní nacházejí		

16

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník

b)	posezení (místo pro piknik, altánky)	Lavičky se stoly přizpůsobenými pro vozíčkáře - pro podjezd vozíku musí být výška stolu min. 700 mm. Je-li součástí posezení ohniště s lavičkami, musí tam být otevřený prostor aspoň 900 mm, aby se k ohni dostal i vozíčkář.	<i>Uveďte, zda a kde na trase se vyskytují místa pro posezení a jak vypadají, zda jsou zastřešená, spojená k sobě (stoly a lavičky); dostupnost pro osoby na vozíku.</i>	
c)	odpadkové koše	dosažitelnost z vozíku (max. 450 mm od okraje trasy), umístění ve výklencích, aby nebyly překážkou pro nevidomé (nezasahovaly do chůzové plochy)	<i>Uveďte, zda se na trase vyskytují odpadkové koše.</i>	
d)	pitná voda	pítka, fontánky, studánky apod. pohodlný přístup pro osoby stojící i sedící - dosahová vzdálenost, výška (max. 750 nad zemí)	<i>Uveďte, zda a kde je na trase přístup k pitné vodě. Nemyslí se tím místa s prodejem nápojů ani vodovody na toaletách.</i>	
e)	(bezbariérové) WC	Je-li k dispozici WC, alespoň 1 je bezbariérové s přímým vstupem z venkovního prostoru. Parametry bezbariérového WC: bezbariérový přístup ke vstupu na WC (u schodů, překážek nad 20 mm je nutný nájezd) vstup: šířka vstupních dveří je min. 800 mm a otevírají se ven, madla ve výšce 800-900 mm kabina: uvnitř kabiny je volný manipulační prostor o průměru 1500 mm madla: po obou stranách toaletní mísy ve výšce 800 mm nad podlahou, sklopná WC mísa: výška 460 - 480 mm, bez soklu, volný prostor po stranách zařizovací předměty: umyvadlo/umývatko, přebalovací pult	<i>Uveďte, zda a kde na trase je/jsou WC a zda splňují parametry bezbariérovosti. V případě, že je k jejich použití zapotřebí euroklíč, tuto skutečnost uveďte.</i>	

15

KLACR - Cestovní ruch bez bariér
Hodnocení přístupnosti turistických tras - dotazník

f)	přístřešek	přístřešek pro úkryt před nepříznivým počasím	<i>Uveďte, zda a kde jsou na trase přístřešky.</i>	
----	------------	---	--	--

B.3	Značení	Značením se rozumí informační a orientační systém na trase.		
B.3.1	Navigační prvky	prvky ukazující cestu k cíli nebo navádějící k určitým místům na trase		
a)	rozcestníky, směrové ukazatele, značení trasy	Pro jasné a srozumitelné sdělování informací je nutné respektovat tyto principy: - nutné minimum informací (nezahrnovat větším množstvím informací, používat orientační piktogramy)	<i>Uveďte, zda se na trase nacházejí, jaké informace obsahují a zda upozorňují na přístupnost míst, k nimž navigují (např. piktogramem vozíčkáře).</i>	
b)	orientační panely s mapou	- čitelnost (kontrastní barva písma vůči pozadí) - výška umístění (snižovaný pohledový horizont osob sedících na vozíku a osob nižšího vzrůstu)	<i>Uveďte, zda a kde se na trase nacházejí, jaké mají provedení. Je na trase k dispozici reliéfní plán/model trasy/areálu?</i>	
B.3.2	Informační prvky	prvky podávající informace o trase a významných bodech, které se na ní nacházejí		

16

a)	informační panely/tabule	informační panely, zastavení na naučné stezce apod. Obsah a provedení: - množství informací (nezahrnovat větším množstvím informací, složitými texty) - čitelnost (kontrastní barva písma vůči pozadí) - umístění - výška (snižovaný pohledový horizont osob sedících na vozíku a osob nižšího vzrůstu), přístup k panelu, nesmí zasahovat do průchozího prostoru - srozumitelnost - jazykové mutace	<i>Uveďte, zda jsou na trase informační panely, jaké informace obsahují, v jakých jazykových mutacích.</i>	
b)	audiovizuální prvky	např. zvukový průvodce, interaktivní prvky, zvukové panely	<i>Jsou součástí informačních prvků audiovizuální prvky?</i>	
c)	taktilní/hmatové prvky	např. štítky v Braillově písmu, taktilní informace	<i>Jsou součástí informačních prvků hmatové prvky?</i>	

C.	OKOLÍ TRASY	zařízení na trase nebo v jejich bezprostřední blízkosti	<i>Hodnotí se tam, kde je to relevantní.</i>	
C.1	infrastruktura cestovního ruchu	Jaká zařízení se podél trasy nacházejí?		

17

a)	možnost občerstvení	stánky (kiosky) s občerstvením: - bezbariérový přístup (stezka k nim), (kolik schodů je třeba zdolat), - přístupné stoly a místa k sezení (výška stolu min. 700 mm, podjezd vozíku, přemístitelnost židli, židle s opěrkou zad, průchozí šířka/manipulační plocha mezi stoly 900 mm) - provoz - zda jsou v provozu po celý rok - umístění - aby nezasahovaly do pochozí plochy	<i>Uveďte, zda a kde na trase jsou stánky s občerstvením, zda jsou v provozu celoročně/sezónně a zda jsou řešeny bezbariérově.</i>	
b)	přístupnost atrakcí	např. vyhlídka, rybářské molo, dětské hřiště apod. bezbariérový přístup (počet schodů, které je třeba zdolat, průchozí šířka min. 900 mm, rovná a zpevněná plocha/povrch) - provedení a umístění - nezasahovat do pochozí plochy (aby nebyly překážkou pro nevidomé), ochranné hrazení (aby nebránilo výhledu osobám sedícím), lavičky, apod.	<i>Uveďte, jaké atrakce a kde se podél trasy nachází a zda jsou bezbariérově (přístupné).</i>	
C.2	informace a personál	<i>Hodnotí se tam, kde je to relevantní.</i>		
C.1.1	informační materiály a zdroje			
a)	tištěné informace	letáky, plánky, mapy, marketingové publikace apod.	<i>Z jakých tištěných materiálů je možné získat informace o trase? Kde je možné tyto materiály získat? Obsahují informace o přístupnosti trasy? V jakých jazykových mutacích jsou materiály dostupné?</i>	
b)	elektronické informace	web, audiovizuální prezentace, mluvené slovo, znaková řeč	<i>Jsou informace o trase dostupné v elektronické podobě? V jakém konkrétním formátu a jazykové mutaci? Obsahují informace a přístupnosti trasy?</i>	

18

C.1.2	Osobní kontakt/ personál			
a)	personál je připraven poskytovat kvalitní služby osobám se specifickými potřebami vč. informací o přístupnosti	proškolení personálu ve specifických potřebách osob s omezenou schopností pohybu a orientace a komunikace s nimi, v základech asistence a zásadách poskytování první pomoci	Je trasa obsluhována personálem?/Přijde návštěvník trasy do kontaktu s personálem provozovatele/správce trasy? Pokud ano, je tento personál proškolen a umí kvalifikovaně odpovědět na případné dotazy týkající se přístupnosti? Uveďte zdroj odpovědi.	
C.3	Služby			
a)	Možnost zapůjčení vozíku / motorizov. vozítka	ano x ne	Pokud ano, uveďte bližší informace - co, kde, kdy, případně kontaktní údaje	
b)	Možnost sjednání asistenční služby	ano x ne	Pokud ano, uveďte bližší informace - podmínky a kontaktní údaje.	
c)	Vstup se psy (asistenčními/vojičímí)	povoleno x zakázáno	Uveďte, zda je na celé trase a do doprovodné infrastruktury podél trasy povoleno vstup se psy.	
d)	Pokrytí celé trasy signálem (O2, T-Mobile, Vodafone)	ano x ne	Uveďte, zda je trasa pokryta telefonním signálem některého z mobilních operátorů.	
e)	Lékařská péče	nejbližší nemocnice, případně kontakt na horskou záchrannou službu	Uveďte, kde se nachází nejbližší nemocnice, případně doplňte kontakt (telefon) na horskou záchrannou službu	
f)	Odborná průvodcovská služba	ano x ne	odborná průvodcovská služba (výklad přizpůsobený osobám se zdravotním postižením) vč. bližších podmínek.	