

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

PREVENTIVNÍ REHABILITACE ARMÁDY ČESKÉ REPUBLIKY

Diplomová práce
(bakalářská)

Autor: Jarmila Sedláčková
Studijní obor: Rekreatologie
Vedoucí práce: Ing. Eva Schwartzhoffová Ph.D.
Olomouc 2016

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Jarmila Sedláčková

Název závěrečné písemné práce: Preventivní rehabilitace Armády České republiky

Pracoviště: Katedra rekreologie

Vedoucí bakalářské práce: Ing. Eva Schwartzhoffová Ph.D.

Rok obhajoby: 2016

Abstrakt:

Tématem této bakalářské práce je preventivní rehabilitace v Armádě České republiky. Hlavním cílem práce je popsat současný stav preventivních rehabilitací a provést výzkum zaměřený na způsob jejich využívání a spokojenosti s nimi mezi vojáky z povolání. Na základě anketního šetření ve všech složkách Armády České republiky bylo zjištěno, že vojáci z povolání mají zájem o preventivní rehabilitace z důvodu odpočinku, relaxace, psychického odreagování, zvýšení fyzické kondice a možností volnočasových aktivit v mimopracovním prostředí.

Klíčová slova: prevence, volný čas, rekreace, lázeňství a wellness, rehabilitace, vojsko.

Souhlasím s půjčováním závěrečné písemné práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical Identification

Author's first name and surname: Jarmila Sedláčková

Title of the bachelor's thesis: Preventive rehabilitation in the Army of Czech Republic

Department: Department of Recreationology

Supervisor: Ing. Eva Schwartzhoffová Ph.D.

The year of the presentation: 2016

Abstract: The theme of this bachelor thesis is preventive rehabilitation in the Army of Czech Republic. The main aim of this thesis is to describe current status of preventive rehabilitation and to carry out the survey based upon their way of use and satisfaction amongst the professional soldiers. Based on the questionnaire survey throughout the all branches of the Army of the Czech Republic it was found out that professional soldiers are interested in preventive rehabilitation because of the rest, relaxation, psychological abreaction, physical condition improvement and possibility of free time activities out of work environment.

Keywords: prevention, free time, recreation, spa and wellness, rehabilitation, military.

I agree with lending the thesis within the librarian services.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma: „**Preventivní rehabilitace Armády České republiky**“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucí diplomové práce Ing. Evy Schwartzhoffové Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

Olomouc 30. června 2016

Jarmila Sedláčková

Děkuji Ing. Evě Schwartzhoffové Ph.D. za pomoc, vstřícný přístup a cenné rady, které mi poskytla při zpracování bakalářské práce.

OBSAH

ÚVOD	8
1 TEORETICKÁ VÝCHODISKA	9
1.1 Volný čas a rekreace	9
1.2 Prevence	10
1.2.1 Pohyb jako prostředek regenerace a prevence	11
1.3 Wellness a lázeňství	12
1.3.1 Historie lázeňství	12
1.3.2 Definice lázeňství	12
1.3.3 Wellnes	13
1.4 Rehabilitace	14
1.5 Armáda České republiky	15
1.5.1 Rozdělení armády	16
1.5.2 Tělesná a psychická připravenost vojáků	18
1.6 Preventivní rehabilitace u armády	19
1.6.1 Vývoj a současnost preventivních rehabilitací	20
1.6.2 Volareza	21
1.6.3 Rozdělení dle nároku	22
1.6.4 Rozdělení dle typu programu	24
1.6.5 Podmínky a postup při získávání poukazu	27
1.6.6 Porovnání se zahraničím	28
2 CÍLE PRÁCE	29
2.1 Hlavní cíl	29
2.2 Dílčí cíle	29
3 METODIKA	30
4 VÝSLEDKY	32
4.1 Pohlaví respondentů	32
4.2 Bydliště respondentů	33
4.3 Vojenské útvary jednotlivých respondentů	34
4.4 Vojenská hodnost respondentů	36
4.5 Nárok respondentů na přidělení PR dle zákona	37
4.6 Účast respondentů na PR	38
4.7 Typy preventivní rehabilitace	39
4.8 Nejvíce využívané lokality a důvody pro jejich volbu	40

4.9	Důvody pro čerpání preventivní rehabilitace	42
4.10	Získávání přidělených poukazů	42
4.11	Zdravotní vliv PR na respondenty	43
4.12	Účast rodinných příslušníků během PR.....	45
4.13	Spokojenost se současnou podobou PR (délka, průběh, řízení)	46
5	DISKUZE A NÁVRHY	49
6	ZÁVĚR.....	50
7	SOUHRN.....	52
8	SUMMARY.....	53
9	REFERENČNÍ SEZNAM	54
10	PŘEHLED POUŽITÝCH ZKRATEK.....	58
11	PŘÍLOHY	57
11.1	Příloha č 1 Poukaz na PR I	58
11.2	Příloha č 2 Žádost o přidělení poukazu na PR I	59
11.3	Příloha č 3 Žádost o přidělení poukazu na PR II	60
11.4	Příloha č 4 Žádost o mimořádnou rehabilitaci.....	61
11.5	Příloha č 5 Žádost o povolení pobytu rodinného příslušníka	62
11.6	Příloha č 6 Žádost o přerušení preventivní rehabilitace	63
11.7	Příloha č 7 Program preventivní rehabilitace	64
11.8	Příloha č 8 Anketní lístek	66

ÚVOD

Tato bakalářská práce postihuje problematiku preventivních rehabilitací u Armády České republiky. Preventivní rehabilitace v prostředí ozbrojených složek je téma mezi vojáky často skloňované. Někteří jsou spokojeni se stavem věcí tak, jak jsou a jiní naopak ne. Jelikož jsem sama voják z povolání a splňuji podmínky pro udělení preventivní rehabilitace, chtěla jsem zjistit skutečný stav, poodhalit možné problémy a nastínit způsob nápravy či zlepšení. To vše na objektivním základě, z pohledu nejen mého, ale i z pohledu mých kolegů. Na základě mých vlastních zkušeností z preventivních rehabilitací, jichž jsem se zúčastnila, jsem si vytvořila vlastní názor na jejich účel, průběh a přínos. V této práci se porovnávám své zkušenosti a poznatky s názory mých kolegů.

Cílem práce je popsat preventivní rehabilitace jako zákonem daný způsob prevence u Armády České republiky a provést výzkum využívání tohoto benefitu a spokojenosti s ním mezi vojáky z povolání.

V teoretické části vysvětluji základní pojmy jako je volný čas, rekreace, prevence, lázeňství a wellness, rehabilitace a v neposlední řadě popisují armádu a její organizační strukturu.

V praktické části uvádím výsledky anketního šetření, které jsem provedla u vojáků z povolání v činné službě, kteří se již preventivních rehabilitací účastnili.

1 TEORETICKÁ VÝCHODISKA

1.1 Volný čas a rekreace

„Moderní vývoj práce vysvobozuje člověka ze zjetí přírody, ale zároveň ho od ní stále více vzdaluje. Člověk postupně ztrácí vztah ke krajině a vnímavost přírodního dění, ztrácí schopnost orientace v přírodě a ubývá mu tělesné zdatnosti a odolnosti, které se dříve pobytem a pohybem v přírodě formovaly a rozvíjely. Žijeme stále více v umělém prostředí, v hradbách kamene a betonu, polyesteru, skla a oceli“ (Daněk & Teplý, 1974, 24). I když máme nejmodernější přístroje a vymoženosti, které nám usnadňují naši činnost, jsme paradoxně neustále ve stresu. Příčin je mnoho. Náročné zaměstnání, rodina, společenské nárokya neustálý nedostatek času vše zvládnout.

Co je to volný čas? Ze spojení těchto dvou slov vyplývá, že je to čas „bez činnosti“ předpokládané pro daný časový interval. Je to čas, kdy činnost neprobíhá nebo probíhá jiná, než činnost převládající. Volný čas nebo také čas mimo převládající činnost jedince může být využit smysluplně k jeho regeneraci.

Rekreace, regenerace či znovu nabytí sil pro každého znamená něco jiného. „Je proto nutné ji rozdělit na regeneraci biologicky nutnou (pasivní odpočinek, spánek...), která je společná všem živým organismům a regeneraci individuálně i společensky žádoucí (aktivní odpočinek), která je vlastní člověku. Regenerace je tedy obnovárna základní životní i pracovní síly“ (Hodaň, 2006, 163). Dle Hodaň (2006, 36) „lze rekreaci rozdělit do subsystému zájmového, intelektuálního, společenského, uměleckého a pohybového. Ten dále dělí na rekreaci netělocvičnou a tělocvičnou.“ „Využití jednotlivých druhů rekreace je tedy závislé na předešlém zaměření a vnitřní motivaci každého jedince. Avšak, i při předpokladu určité dominance, by u kulturního člověka měly být zastoupeny všechny její druhy“ (Hodaň, 2006, 38).

Rekreaci lze rozdělit podle času či místa realizace na každodenní, víkendovou a dlouhodobou. „Pojem každodenní nelze ovšem brát doslovně, ale s předpokladem její realizace nejméně dvakrát až třikrát týdně. Cíle rekreace jsou plně splnitelné pouze za předpokladu vazby pracovní dny – víkendy – dovolená“ (Hodaň, 2006, 41).

Mejsnarová, (2004) a Dohnal (2009, 101) uvádí, že „rekreace je forma odpočinku nebo činnosti ve volném čase, která je nezbytná pro existenci a rozvoj fyzické a psychické energie člověka. Poskytuje možnost ke změně prostředí, monotónní práce i způsobu života, k rozvoji tělesné kultury a přímému styku s přírodou. Není však

pouze nezbytnou složkou obnovy sil, neboť je doplněna vhodnými zájmy a zálibami poskytující člověku i vnitřní uspokojení, obohacuje jeho intelekt a přispívá k růstu jeho osobnosti. Zdravotně preventivní funkce rekreace má však význam největší, neboť kompenzuje negativní důsledky pracovního procesu, nevhodného životního prostředí a četných tlaků, vyvolávaných nedostatky způsobu života ve vysoce organizované a hospodářsky rozvinuté společnosti“.

1.2 Prevence

Zdraví je hodnota, které lidé přisuzují mimořádně velkou prioritu. Nejčastěji citovanou a po mnoho let neměnnou definici zdraví vytvořila World Health Organization (WHO) v dubnu roku 1948 a zní následovně: „Zdraví je stav úplné fyzické, duševní a sociální pohody a ne pouze nepřítomnost nemoci nebo vady“ (P. Cooper, M. Cooper, 2009, 5). Jak již bylo naznačeno, výše uvedená definice byla po mnoho let platná a nahradila ji až v roce 1997 definice „Zdraví je stav pohody bez nemoci nebo postižení se zachováním základních lidských práv“ (P. Cooper, M. Cooper, 2009, 5).

Prevence jde se zdravím ruku v ruce. A to nejen ze zdravotního hlediska, ale také z ekonomického. „Výdaje na zdravotnictví se v průběhu 20. stol. zvyšovaly, např. za necelých 20 let (od roku 1975 do roku 1993) se v USA zvýšily 500 krát. Předcházet nemocem je tedy i finančně výhodnější než je léčit“ (Baštecká, 2009, 291).

Jak tedy definovat prevenci? Význam slova *praevenire* je předcházet nepříznivému stavu. Předcházení – prevenci lze provádět vzhledem k době vzniku nepříznivého stavu (nepříznivé události) před vznikem události, při jejím vzniku, šíření či narůstání a po jejím skončení.

Primární prevence má za cíl nalézt opatření k zamezení vzniku nepříznivé události. Jedná se o souhrn činností s cílem snížit počet nově vzniklých případů onemocnění. Dělí se na specifickou a nespecifickou. Specifická prevence cílí proti nemocem a rizikům. Nespecifická zahrnuje aktivity směřující k posílení a rozvoje zdraví. Prostředky nespecifické prevence jsou zdravotní výchova a životní styl. Primární prevenci zabezpečuje zdravotnický personál, občané, komunity, regiony a stát.

Sekundární prevence se snaží nalézt způsoby jak nepříznivé situace zastavit, zpozdit, snížit jejich účinky atd.

Terciární prevence se snaží hledat prostředky, které by zamezily opakovanému vzniku nepříznivé situace.

V problematice lidského zdraví se uplatňují všechny tři typy prevencí. Wellness a lázeňství spadá do všech tří kategorií prevence. Působí proti vzniku nežádoucí situace v oblasti lidského zdraví, zmírnění nebo odstranění příznaků nebo následků nemocí a úrazů a koneckonců jako prevence před opakováním se nepříznivého stavu.

1.2.1 Pohyb jako prostředek regenerace a prevence

Lze namítnout, že pohyb naopak regeneraci neposkytuje, že lidské tělo po ukončení pohybu naopak musí být uvedeno do klidového stavu, aby mohlo být zregenerováno. Ale je to právě naopak. Jistý druh pohybu prováděný po ukončení cvičení je blahodárný. Pomáhá uvolnit napětí a urychluje samotnou regeneraci. Proto je možné tento specifický pohyb považovat za součást regeneračního procesu. Jinak lze též nahlížet na samotnou pohybovou aktivitu. V případě pracovní náplně jedince založené na psychické a duševní činnosti je způsob regenerace opačný. Tak se dá jednoduše říct, že regenerace je pravý opak činnosti předešlé. Opak pohybu je klid a klidu pohyb.

Nehledě na to, že pohybové aktivity jsou lidskému tělu prospěšné. Působí například jako prevence proti obezitě, dýchacím obtížím, kardiovaskulárním chorobám, cukrovce nebo některým druhům rakoviny.

U osob, které nedodrží minimální pohybové aktivity, tj. 30-60 minut pohybu střední intenzity, je riziko vzniku onemocnění kardiovaskulárního systému až 1,5 krát vyšší (Global move for health day initiative gets underway to promote physical activity benefits).

Existují však státní i nestátní (např. příspěvkové) organizace, které podporují zdravý životní styl organizováním sportovních a volnočasových aktivit, školení a přednášek k této problematice, osvětových činností či pomoci jiným subjektům.

Tyto organizační činnosti mají vliv v širším slova smyslu. Pozitivně ovlivňují integrační snahy, posilují ducha a také snižují negativní aspekty násilí. Umožňují integraci menšin či osob se sníženou pohyblivostí a sociálně vyloučených nebo separovaných skupin společnosti.

1.3 Wellness a lázeňství

1.3.1 Historie lázeňství

Už ve starověkém Řecku existovala místa v blízkosti minerálních pramenů, kam se lidé chodili koupat. Pro úlevu, kterou jim koupel poskytovala na jejich rány i jiné neduhy, lidé začali věřit v její léčivé schopnosti. Věřili však, že tyto schopnosti či účinky vody ovlivnili bohové. Na jejich počest a pro velkou návštěvnost byla kolem léčivých pramenů systematicky budována zařízení dnešním jazykem pojmenovatelná jako lázeňská.

Vyššího rozvoje lázní došlo pak ve starověkém Římě. Zde lázeňská zařízení dostala jistou standardizovanou formu. Thermae, jak byly tyto domy nazývány, se skládaly z mnoha částí přesného účelu. Tři hlavní místnosti, kolem kterých se vše točilo: Caldarium – místnost s horkou lázní, Tepidarium – místnost s teplou lázní a konečně Frigidarium – se studenou lázní. Některé pak měly navíc Sudatorium – místnost s párou a Laconicum – místnost se suchým horkým vzduchem na způsob dnešní sauny. Většina lázní měla vlastní knihovnu a prostranství – Atrium, kde se muži mohli věnovat cvičení a atletice. V lázních se konali kromě masáží a koupání i kulturní akce, jako např. hudební produkce či přednes literatury (Bathing in Greek and Roman Times). Tím došlo ke spojení hygienické a rehabilitační podstaty lázní a sociálně kulturní. Z tohoto důvodu lázně tvořily nedílnou součást ve vzdělávání obyvatelstva.

1.3.2 Definice lázeňství

Dle Dědiny (2004) je možné pojem lázeňství chápat ve třech rovinách. První z nich je vědní lékařský obor, jímž je zajišťována prevence a léčba onemocnění pomocí přírodních léčivých zdrojů a také je zajištěna ochrana veřejného zdraví. Dále lázeňství vnímá z ekonomického hlediska jako souhrn činností a jednání, které zajišťují výdělek za pomoci nízkých provozních nákladů a také sociálně – politický systém související s doporučováním pacienta ošetřujícím lékařem.

Pásková (2000, 158) definuje lázeňství (angl. balneology) jako souhrn aktivit, specifické infrastruktury a lidských zdrojů v oblasti poznání a praxe zaměřené na znalost přírodních léčivých zdrojů (balneologie) a realizací technik a procedur při léčení různých somatických, psychosomatických i psychologických problémů (balneoterapie). Souhrnným cílem lázeňství je prevence a léčení lidských chorob, regenerace sil a relaxace. Je spojeno s „využíváním síly přírodních léčivých zdrojů, krásy přírody i kompozice kulturního prostředí“.

Pojmy jako balneologie či balneoterapie zmiňuje také Pásková (2002) ve své knize Cestovní ruch: výkladový slovník a říká o nich následující: Balneologie je lékařský obor, jinak také řečeno lékařské lázeňství, které pro své působení předpokládá využití přírodních léčivých zdrojů (minerální prameny, bahenní lázně, koupele). Balneoterapii chápe jako soubor technik a procedur, které se zaměřují na samotnou léčbu onemocnění postihujících tělo i duši.

„Přírodním léčivým zdrojem (natural health resources, medicinal/curative resources) jsou myšleny přirozeně se vyskytující příznivé klimatické podmínky, minerální vody, plyny, peloidy, humidity (slatiny, rašeliny), bahna (prostá, sirná), vysoká nadmořská výška, jeskyně a další přírodní zdroje, které příznivě působí na lidské zdraví. Představuje významnou součást zdrojů léčebného a lázeňského CR“ (Pásková, 2002, 237).

Léčebný pobyt v lázních hradí pojišťovny nebo je klient samoplátce. Z hlediska formy úhrady rozeznáváme tři typy lázeňské péče (Dědina, 2004):

- a. Komplexní péče – všechny náklady hrazeny pojišťovnou;
- b. Příspěvková lázeňská péče – pojišťovna hradí pouze léčebné procedury, pacient pak náklady na ubytování a stravování;
- c. Samoplátčká lázeňská péče – vše hradí klient

1.3.3 Wellness

Wellness je považován za komplexní životní styl představující preventivní snahu o udržení vysoké úrovně fyzického i duševního zdraví, a tím i životní pohody. (Klescht, 2008).

„Wellness je cesta, postup, přístup, který jsme zaujali k sobě samému a k okolí. Wellness je filozofie, pro kterou se svobodně rozhodneme a kterou budeme vyznávat. Je to pojem komplexní, jenž zahrnuje snad všechny oblasti našeho života“ (Cathala, 2007, 14).

Pohled na kvalitu našeho stravování, našeho vztahu k přírodě, k našim zvykům a stereotypům vůči nám samým a v komunikaci s druhými, pohled na péči, kterou věnujeme našemu tělu a našemu osobnímu růstu. Wellness je také prostor. Slovo wellness jako by vytrysklo z ideálního prostoru. Místo, kde je vše perfektní, kde je nám dobře. Pro někoho je to prostor snů“ (Cathala, 2007, 14).

Podle Kotíkové (2013) patří wellness pod zdravotně orientovaný cestovní ruch a můžeme jej chápat jako synonymum zdravého životního stylu. Ve volném překladu

znamená „být v pohodě a fit“ a nejedná se ani tak o aktivitu procedurní jako v balneologii či lázeňství, ale o rekreační a sportovní vyžití.

Z výše uvedených názorů vyplývá, že wellness můžeme popsat jako životní postoj, který nás naplňuje a zároveň napomáhá v prevenci proti civilizačním nemocem. Jeho provozování má pozitivní vliv, musí však vycházet z poznání a přesvědčení, že svoje zdraví a pohodu máme ve svých rukou a sami sobě za to i zodpovídáme (Klescht, 2008).

1.3 Rehabilitace

Ve středověké latině slovo *rehabilitatio* značilo obnovení. V současné době slovo *rehabilitace*, jehož je původcem, znamená v různých oblastech a profesních zaměřeních to samé. Obnovení stavu, nastolení něčeho, co bylo dříve, než došlo ke změně. Například v právu slovo *rehabilitace* znamená navrácení trestní bezúhonnosti a občanské cti. V lékařství návrat zdravotního stavu pacienta do doby před vznikem nemoci či úrazu nebo minimalizaci následků po nemoci nebo úrazu. V sociální sféře se může jednat o návrat jedince do společnosti resp. do původního sociálního zařazení po úrazu, kdy došlo ke zdravotnímu postižení jedince nebo jeho odloučení od společnosti a následná integrace zpět. Takovýchto příkladů je možné uvést celou řadu, různě členěných do větších celků s podskupinami navzájem oddělených nebo se částečně či úplně překrývajících. Tak jako příkladů existuje i celá řada definicí dle různých oborů.

Dle Obrdy a Karpíška (1964, 19) „Rehabilitace představuje souhrn veškeré péče o reparační a restituční pochody v lidském organismu, při jeho onemocnění, při úrazu nebo při vzácné vadě. Jsou to opatření, jejichž cílem je co nejrychlejší návrat do původního stavu fyzické i duševní výkonnosti, tak aby se zařadil opět do pracovního procesu a stal se jako schopný jedinec platným členem společnosti. Dále je to společenský proces, který má vysloveně léčebný charakter. Zahrnuje v sobě dvě základní složky – rehabilitaci léčebnou a rehabilitaci pracovní. Léčebná rehabilitace je součástí komplexní preventivně léčebné péče zdravotnického pracoviště. Pracovní rehabilitace se stará o pracovní a společenské začlenění postiženého člověka“. Cílem rehabilitace je návrat jedince do činného života. „Rehabilitace neznamená pouhé doléčení. Je to dynamický proces s výrazným preventivně léčebným charakterem a musí se stát neodmyslitelnou součástí komplexní péče o nemocného“ (Obrda & Karpíšek 1964, 20).

V roce 1969 WHO definovala rehabilitaci jako „kombinované a koordinované využití lékařských, sociálních, výchovných a pracovních prostředků pro výcvik a znovuzískání co nejvyššího stupně funkční schopnosti“ (Historie oboru pojetí a definice rehabilitace – IS MU).

1.4 Armáda České republiky

„Armáda České republiky je hlavní složkou ozbrojených sil České republiky, které dále tvoří Vojenská kancelář prezidenta republiky a Hradní stráž. Vrchním velitelem ozbrojených sil České republiky je prezident republiky“ (Zákon č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky).

„Primárním úkolem ozbrojených sil ČR je obrana území státu proti vnějšímu napadení v rámci systému kolektivní obrany NATO. Za tímto účelem se připravují samostatně či se spojenci a partneři v České republice i v zahraničí.“(Bílá kniha o obraně, 2011, 96)

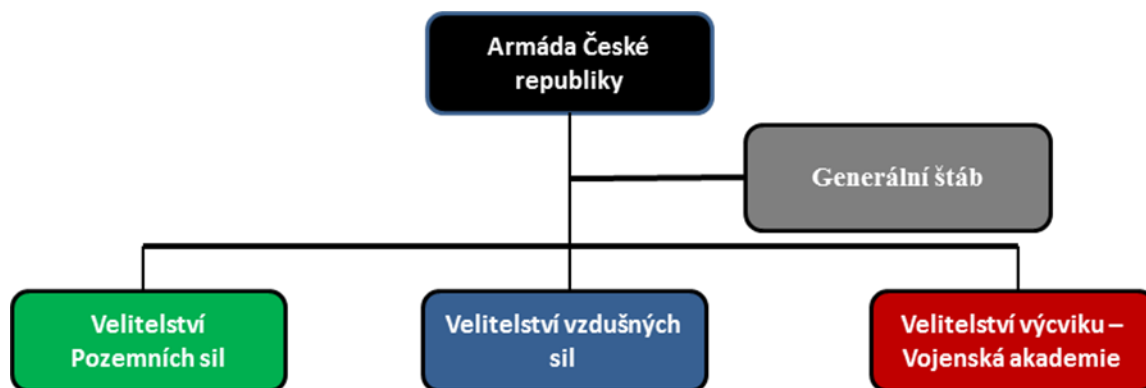
„Česká republika důsledně uplatňuje principy civilního řízení a demokratické kontroly ozbrojených sil, tak jak jsou normativně zakotveny v Ústavě České republiky a dalších právních předpisech a funkčně rozděleny mezi jednotlivé pilíře státní moci“ (Bílá kniha o obraně 2011, 29).

Mezi tři hlavní úkoly ozbrojených sil patří:

1. „Připravovat se k obraně suverenity a územní celistvosti ČR a bránit ji před vnějším napadením. Mohou být nasazeny i při záchranných pracích, k likvidaci následků živelných katastrof a v mezinárodních operacích na prosazení, podporu a udržení míru a záchranných a humanitárních akcích.
2. Zajištění úplné a všestranné obrany území ČR je možné pouze v rámci sdílené odpovědnosti a vzájemné pomoci v systému kolektivní obrany NATO. S členstvím v tomto systému Česká republika převzala příslušný díl odpovědnosti za bezpečnost a obranu svých spojenců, stejně jako spojenci přebírají část odpovědnosti za obranu České republiky. Členství v mezinárodních organizacích však z České republiky nesnímá její prvotní odpovědnost za vlastní obranu.
3. Pro zajištění obrany a bezpečnosti České republiky je též významné členství v Evropské unii. ČR podporuje vytváření vojenských schopností EU, a to v souladu s budováním schopností NATO“ (Bílá kniha o obraně 2011, 29).

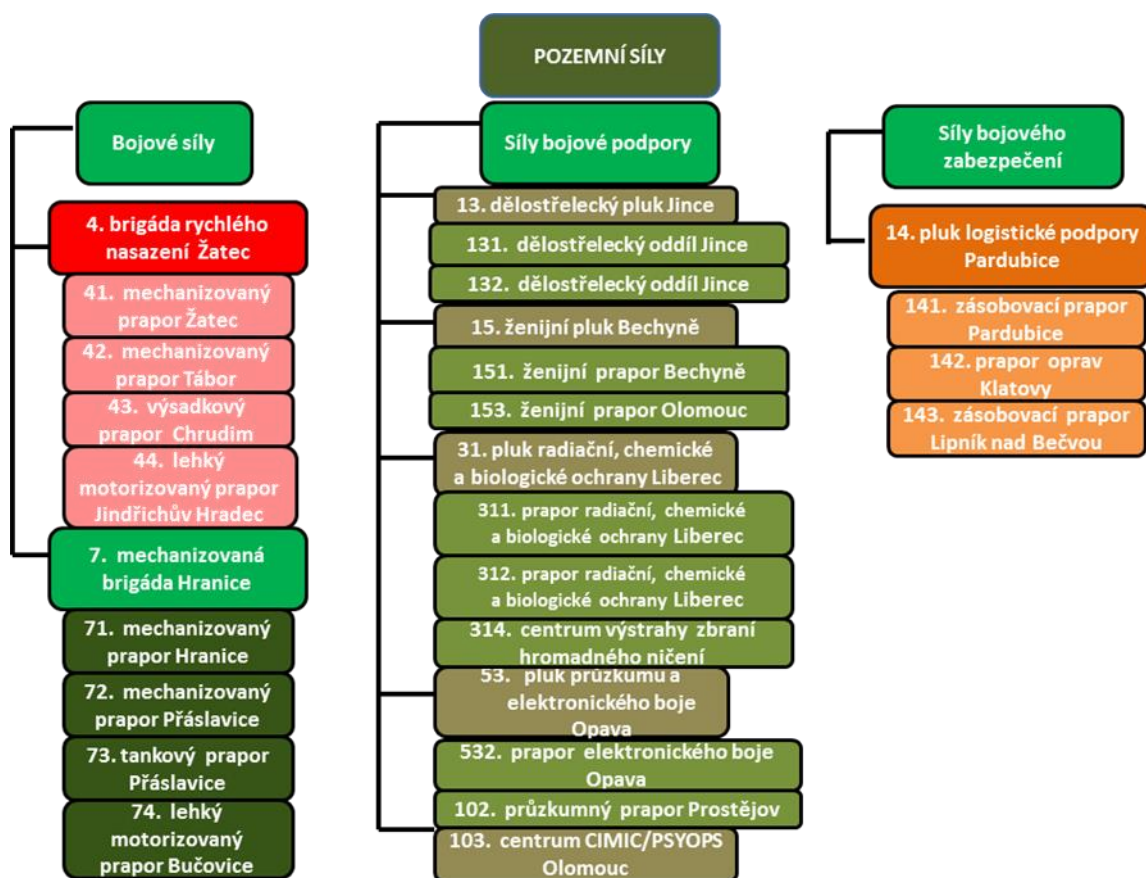
1.4.1 Rozdělení armády

Armáda České republiky je členěna dle schématu na obr. 1.



Obrázek 1 Členění Armády České republiky

Pozemní síly Armády České republiky

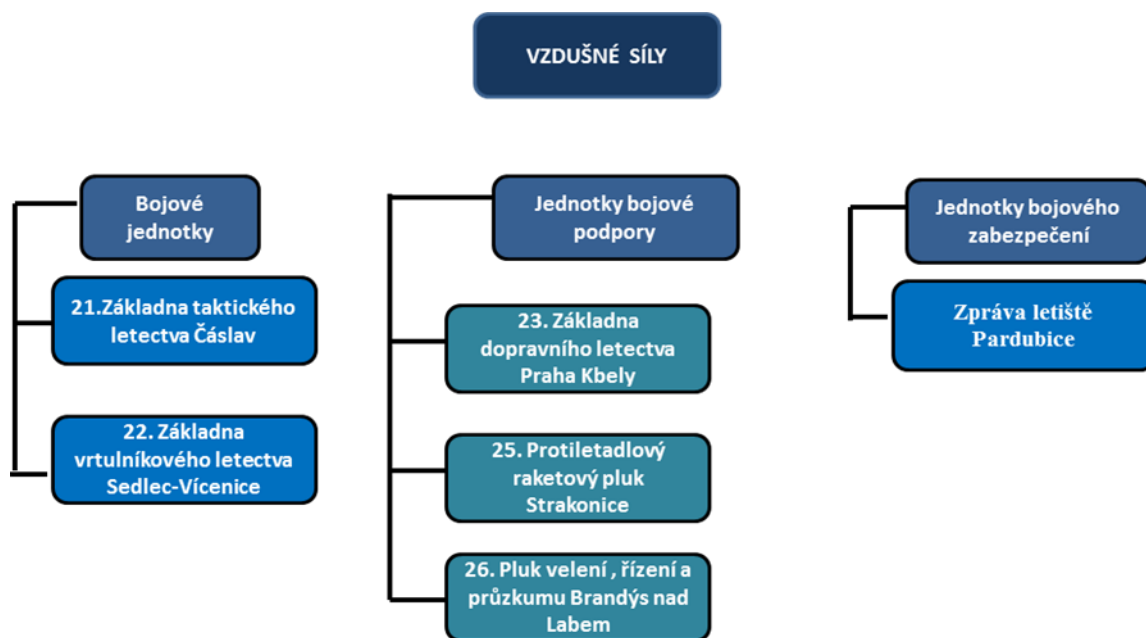


Obrázek 2 Členění Pozemních sil Armády České republiky

Mezi hlavní úkoly Pozemních sil na území ČR patří:

- a. Výcvik zaměřený na plnění prvořadých úkolů k dosažení a udržení cílových operačních schopností v rámci možností přidělených finančních prostředků;
- b. Zabezpečovat přípravu jednotek pro zahraniční operace a NRF;
- c. Rozvíjet spolupráci se zahraničními partnery v přípravě jednotek k dosažení plných operačních schopností;
- d. „Asistenční operace na podporu IZS a to jak při záchranných pracích při pohromách, závažných situacích ohrožujících životy, zdraví, značné majetkové hodnoty nebo životního prostředí. Dále k odstranění jiného hrozícího nebezpečí za použití vojenské techniky. Zabezpečení přepravy humanitární a zdravotnické pomoci“ (Mazurek, R., 2004, 104);
- e. „Asistenční operace na podporu Policie ČR (PČR) při zajišťování ochrany státních hranic nebo při plnění úkolů služby pořádkové policie nebo ochranné služby při nedostatku sil a prostředků PČR“ (Mazurek, R., 2004, 104);
- f. Použití ozbrojených sil při těchto operacích vychází z požadavků odpovědných ústředních a územních orgánů krizového řízení a to pouze pokud nebudou vázány přípravou k plnění svých hlavních úkolů a to krátkodobě.“ (Mazurek, R., 2004, 104).

Vzdušné síly Armády České republiky



Obrázek 3 Členění Vzdušných sil Armády České republiky

Mezi hlavní úkoly Vzdušných sil na území ČR patří:

- a. „Obrana vzdušného prostoru ČR v době míru, za krize a za války. Má výlučně obranný charakter a směřuje k odražení napadení teritoria ČR vzdušnými prostředky protivníka“ (Mazurek, R., 2004, 102);
- b. „Dále k leteckému monitorování pohromy nebo radiační a chemické situace na určeném území.“ (Mazurek, R., 2004, 106);
- c. V neposlední řadě k zabezpečení leteckého zdravotnického odsunu, pokud hrozí nebezpečí z prodlení a nestačí síly a prostředky letecké záchranné služby.

Velitelství výcviku – Vojenská akademie

Velitelství výcviku – Vojenská akademie (dále jen „VeV – VA“) je rezortním vzdělávacím a výcvikovým zařízením Ministerstva obrany ČR. Mezi hlavní úkoly VeV – VA patří:

- a. Organizace a provádění základní, odborné a speciální přípravy;
- b. Kariérové vojenské vzdělávání;
- c. Výcvik vojenských profesionálů a příslušníků Aktivní zálohy Armády České republiky;
- d. Příprava jednotek a útvarů AČR do zahraničních misí;
- e. Provoz a rozvoj výcvikových zařízení ve vojenských výcvikových prostorech AČR a simulačních a trenažérových technologií užívaných AČR.

1.4.2 Tělesná a psychická připravenost vojáků

Profesionální připravenost vojáků prezentuje efektivní jednání v podmínkách zatížení (od různých úrovní bojových a mírových operací až po likvidaci živelných pohrom). Strukturu profesionální připravenosti tvoří vojensko-odborná, psychická a tělesná připravenost znázorněné na Obr. 4 (Přivětivý, 2004).



Obrázek 4 Skladba profesionální připravenosti vojáka (Kubálek, 1993)

Jako vojensko-odbornou připravenost vojáků chápeme schopnost vojáků plnit před ně postavené úkoly z jejich konkrétní odbornosti.

Tělesnou připravenost potom jako celek optimálně rozvinutých a co do funkce úzce propojených tělesných a pohybových dispozic vojáků, které napomáhají splnit pohybově náročné profesní úkoly, a dále vojákům umožňuje přiměřeně jednat v zátěžových situacích, zejména psychosomatických a pohybových (Kubálek, 1993).

Psychická připravenost je dosažený stupeň odolnosti a schopnosti přizpůsobit se psychické zátěži (psychický stres).

Slepičková (2005) uvádí psychický stres definován jako proces psychického zpracování a vyrovnaní se s požadavky a vlivy životního a pracovního prostředí. Prostředí specifikuje jako to, co člověka obklopuje, včetně společenských vazeb, událostí a požadavků na chování. Stres lze rozdělit do třech forem psychické zátěže:

- a. Senzorická zátěž je dána požadavky na činnost periferních smyslových orgánů a jim odpovídajících struktur centrálního nervového systému;
- b. Mentální zátěž vyplývá z požadavků na zpracování informací kladoucích nároky na psychické procesy, zejména paměť, představivost, myšlení a rozhodování;
- c. Emoční zátěž vyplývá ze situací a požadavků vyvolávajících afektivní odezvu. Pro tento druh psychické zátěže se obvykle používá alternativní pojem psychosociální stres – zátěž vznikající ve společenském kontextu (Slepičková, 2005).

V rámci účasti mezinárodních (humanitárních i bojových) operací jsou vojáci vystaveni stresovým situacím, tyto mohou způsobit vznik různých psychických problémů.

V oblasti psychického zdraví se mohou projevit krátkou reaktivní psychózou, posttraumatickou stresovou poruchou, poruchami přizpůsobení či neurotickými poruchami. V somatické oblasti jsou nejčastější projevy ischemická choroba srdeční a vředová choroba, často označované za psychosomatické (Slepičková, 2005).

Zmíněným zdravotním obtížím můžeme předcházet prostřednictvím pohybové aktivity s přiměřenou mírou tělesné zátěže.

1.6. Preventivní rehabilitace u armády

Preventivní rehabilitace – náprava nebo předcházení stavu, který je nežádoucí. Jedná se o organizovanou činnost řízenou občanskými zaměstnanci Ministerstva obrany a vojáky z povolání. Slovo „organizovanou“ lze považovat doslovně. Nejedná se sice

o organizaci činnosti typicky vojenskou, nicméně je vojenské organizaci do jisté míry podobná.

Vojenské preventivní rehabilitace slouží k aktivnímu odpočinku a zregenerování psychických a fyzických sil pro náročnou službu v AČR. Cílovými osobami preventivních rehabilitací jsou příslušníci AČR. Účel preventivní rehabilitace je popsán v mnoha dokumentech, jako je např. Bílá kniha, kde je uvedeno, že: „Lidé tvoří nejvyšší hodnotu a jsou klíčovým činitelem pro naplňování požadovaných schopností ozbrojených sil i organizací v působnosti MO ČR. Nábor, vzdělávání, výchova kvalitních vojáků a civilního personálu a péče o ně je na prvním místě. Ministerstvo obrany musí být vnímáno jako odpovědný, spolehlivý a atraktivní zaměstnavatel a musí být schopno uspět v konkurenci na trhu práce“ (Bílá kniha o obraně, 2011, 74).

1.6.1. Vývoj a současnost preventivních rehabilitací

Pokud bychom chtěli zjistit, jak vypadaly začátky preventivních rehabilitací, je třeba se také zmínit, co předcházelo. Armáda nacházela své uplatnění v rámci světových dějin a kulturně společenského vývoje jako nástroj obranný nebo také jako nástroj prosazování mocenských zájmů. Obdobím, ve kterém dochází k prosazování mocenských zájmů či ke snaze zamezit mocenským zájmům jiných, se nazývá válka. Ve válce kromě úmrtí dochází v převážné míře k různým druhům zranění. Válčící strany se nejprve z nedostatku lidských zdrojů snažily o nápravu stavu zraněných tak, aby se tito mohli co nejrychleji navrátit do činné služby. Posléze, jelikož ne vždy byl stav zraněného takový, aby umožňoval jeho návrat do činné služby, se jisté druhy léčebných zařízení snažily o ulehčení návratu zraněných do normálního života. Je vcelku jedno, jak se zařízení umožňující uzdravení raněných a jejich návrat do činné služby nebo usnadnění jejich návratu do normálního společenského života, jmenovala (lazarety, obvaziště, špitály, sanatoria, atd.), funkce byla vždy stejná – uzdravit a umožnit návrat.

Pomineme – li vznik polních nemocnic a lazaretů v období již dávno minulém, lze považovat období první světové války za období vzniku a rozvoje vojenských léčebných zařízení. Kromě zařízení zaměřených čistě na záchranu života bojujících vojáků a jejich léčbu vznikla i potřeba existence zařízení, která umožní doléčení zranění a onemocnění pacientům, kterým nemohla být tato péče poskytnuta v zařízeních polního typu. Ať už z kapacitních důvodů či z důvodu absence potřebného vybavení byl urychlen vznik specializovaných rehabilitačních center. Někdy byla zřizovatelem těchto

zařízení armáda či stát jako takový jindy zase neziskové organizace a výbory jako například Červený kříž. V zařízeních rehabilitačního typu byla primárně léčena zranění typu ztrát končetin či deformace obličeje, tuberkulóza, epilepsie a neurastenie.

Kromě léčebného režimu mnohá tato zařízení umožňovala svým pacientům různé způsoby kulturního vyžití jako např. kinematografie, různé přednášky či zájmové kroužky.

Dále byla svěřencům těchto ústavů umožněna i rehabilitace sociální, která zvyšovala jejich kvalifikaci na pracovním trhu. Byly zde vedeny různé kurzy jako například truhlářství, obrábění kovů, košíkářství, opravy elektrických přístrojů. (Rehabilitation after the First World War redcross.org.uk/WW1).

Podoba rehabilitací se dále přizpůsobovala potřebám doby a armády. Z rehabilitací pro vojáky zasažené válkou vnikly rehabilitace preventivní, určené vojákům sloužícím v míru. Od dnešní podoby se velice lišily. Určitě si dnes nedovedeme představit, že bychom během preventivní rehabilitace prováděli běžné pracovní činnosti jako je řezání a skládání dřeva či skládání uhlí. Tyto činnosti ale tehdy byly na programu. Hlavní důraz tehdy byl kladen na pohybovou aktivitu v jakékoli podobě a fyzická práce na čerstvém vzduchu mezi ně rozhodně patřila.

1.6.2. Volareza

Při službě vojáka z povolání nebo občanského zaměstnance může jít nejen o válečná zranění, ale o zranění k němuž došlo při výcviku nebo výkonu služby. Z tohoto důvodu je třeba umožnit, respektive zajistit nápravu zdravotního stavu.

Nejedná se však pouze o zranění, ale mnohdy během služby, zvláště pak ve zdraví škodlivých nebo nebezpečných provozech, může nastat situace, kdy dojde ke vzniku nemoci z povolání. Preventivní rehabilitace už podle svého názvu má takovým situacím předcházet.

V současnosti zajišťuje preventivní rehabilitace příspěvková organizace Vojenská lázeňská a rekreační zařízení – VOLAREZA (dále VLRZ), jejímž zřizovatelem je Ministerstvo obrany České republiky (Zák. 221, 1999, §97).

VLRZ byla zřízena k 1. lednu 1992 rozkazem ministra obrany ČSFR, je právnickou osobou ve smyslu § 54 zákona č. 219/2000 Sb., a je zapsána ve veřejném rejstříku.

„Statutárním orgánem VLRZ je ředitel. Ředitele VLRZ do funkce jmenuje a z funkce odvolává ministr obrany České republiky. Ředitele vnitroorganizačních

jednotek - zařízení VLRZ jmenuje a odvolává ředitel VLRZ. Ředitel VLRZ může část svých pravomocí delegovat na jim pověřené osoby. Delegování pravomoci musí mít písemnou formu s jednoznačným vymezením jejího rozsahu. Vnitroorganizační uspořádání VLRZ je v pravomoci ředitele VLRZ. K tomu je oprávněn vydat Organizační řád, který vychází z tohoto statutu a další organizační a řídicí dokumenty podle své potřeby, kterými upravuje a zabezpečuje činnost a realizaci úkolů VLRZ“ (Zřizovatelská listina VLRZ).

VLRZ má celostátní působnost a člení se na vnitroorganizační jednotky - zařízení. Jednotlivá zařízení nemají právní subjektivitu, v právních vztazích vystupují jménem VLRZ na základě pravomocí delegovaných ředitelem jednotlivých zařízení v Organizačním řádu VLRZ, interních normativních aktech VLRZ, případně na základě plné moci vystavené ředitelem VLRZ k jednání v určené věci. Zařízení VLRZ, která jsou vnitroorganizačními jednotkami:

- **Vojenská lázeňská léčebna Karlovy Vary (Mlýnské nábřeží 7);**
- **Vojenská lázeňská léčebna Františkovy Lázně (Nádvoří 15);**
- **Vojenská lázeňská léčebna Teplice (Svatopluka Čecha 2);**
- **Vojenská lázeňská léčebna Jeseník (Myslbekova 271);**
- **Vojenský rehabilitační ústav Slapy nad Vltavou (se sídlem ve Slapech);**
- **Vojenská zotavovna Bedřichov (se sídlem ve Špindlerově Mlýně 62);**
- **Vojenská zotavovna Měřín (se sídlem v Jablonném nad Vltavou);**
- **Vojenská zotavovna Dyje (se sídlem ve Vranově nad Dyjí 329);**
- **Vojenská zotavovna Ovčárna pod Pradědem (se sídlem v Malé Morávce 263).**

1.6.3. Rozdělení dle nároku

Preventivní rehabilitace dle nároku se dělí na:

- a. PR I. standardní;
- b. Mimořádná PR;
- c. PR II. léčebná rehabilitace.

Níže jsou uvedeny podmínky pro udělování jednotlivých druhů preventivních rehabilitací. Rozdělení dle druhu a typu je znázorněno v Tab. 1.

Typ preventivní rehabilitace	Druh preventivní rehabilitace			Délka trvání
	PR I. standardní	Mimořádná PR	PR II. léčebná rehabilitace	
Standardní preventivní rekreace	X	X		14 dní
Preventivní rekreace s tělovýchovným programem	X	X		14 dní
Preventivní rehabilitace I s nadstandardním programem	X	X		14 dní
Preventivní rehabilitace s lázeňským programem			X	14, 21, 28 dní
PR I. s kardiovaskulárním programem (PR I. KV)	X			14, 21, 28 dní
PR I. s všeobecně rekondičním programem (PR I. VR)	X			14, 21, 28 dní

Tabulka 1 Rozdělení preventivních rehabilitací

PR I. standardní

Podle §97 zákona 221/1999 Sb. „má voják nárok na poskytnutí preventivní rehabilitace v trvání 14 kalendářních dnů v kalendářním roce k upevnění zdravotního stavu, trval-li jeho služební poměr alespoň 10 let, nebo po dosažení věku 35 let anebo v závislosti na služebním zařazení, které musí trvat alespoň jeden rok. (jedná se o výkon služby se zvýšeným rizikem – piloti, pyrotechnici, hasiči, výsadkáři, potápěči aj.)“.

Mimořádná PR

„Váleční veteráni, zejména účastníci vojenských zahraničních operací, nasazovali svůj život na rizikových místech. Jako výraz společenské úcty jsou jim poskytovány sociální a další výhody zajišťující důstojný život. Do péče o válečné veterány jsou ve větší míře zapojovány i ostatní orgány státní správy“ (Bíla kniha 2011, 86).

Podle § 97a, zákona 221/1999 Sb. „Voják, který konal službu v zahraniční operaci po dobu nejméně 90 dnů vcelku, může být poskytnuta mimořádná rehabilitace v trvání 14 kalendářních dnů v kalendářním roce k upevnění zdravotního stavu. Mimořádná rehabilitace se poskytuje na žádost vojáka tak, aby byla zahájena nejpozději do 30 kalendářních dnů ode dne návratu ze zahraniční operace“.

PR II. léčebné rehabilitace

Podle § 97, odst. 3 zákona 221/1999 Sb. „Na základě doporučení poskytovatele zdravotních služeb má voják nárok na poskytnutí preventivní rehabilitace formou lázeňské léčebné rehabilitační péče spojené s částí řádné dovolené i před dosažením věku. Trvá-li preventivní rehabilitace formou lázeňské léčebné rehabilitační péče déle než 14 kalendářních dnů, má voják nárok na udělení navazující části řádné dovolené nebo udělení dovolené bez nároku na peněžní náležitosti, pokud již řádnou dovolenou v kalendářním roce vyčerpal“.

Náklady spojené s preventivní rehabilitací hradí Ministerstvo obrany.

1.6.4. Rozdělení dle typu programu

Tak jako rozdělení preventivních rehabilitací dle nároku, jsou preventivní rehabilitace děleny i dle obsahu a zaměření. Většina zařízení umožňuje všechny formy preventivní rehabilitace kromě lázeňské léčebné péče. Lázeňská léčebná péče je poskytována výhradně zařízeními, která se nachází v obcích se statutem lázní a která jsou na lázeňskou léčebnou péči zaměřena. Naopak lázeňská léčebná zařízení nabízejí v omezené míře i programy preventivních rehabilitací, které nejsou striktně zaměřeny na lázeňskou léčebnou činnost. Stručné rozdělení druhů preventivních rehabilitací je uvedeno výše.

Standardní preventivní rekreace

Tyto preventivní rekreace jsou vlastně pobyty v dané zotavovně, které jsou plně hrazeny MO AČR s využitím možností, které zotavovna nabízí (bazén, hřiště, tělocvična, posilovna, tenisové kurty, horské tury, výlety do okolí). Je na rehabilitantovi, jak naloží se svým časem k rekreaci. Musí však dodržovat podmínky stanovené pro preventivní rekreaci. K jeho pobytu se přistupuje, jako by byl v zaměstnání. Pokud chce voják opustit místo rekreace, musí o uvolnění z rehabilitace žádat předepsanou formou dle stanovených pravidel AČR.

Preventivní rekreace s tělovýchovným programem

Rozdíl mezi rehabilitací s tělovýchovným programem a preventivní rehabilitací se standardním programem je v tom, že PR s tělovýchovným programem řídí instruktoři tělovýchovy AČR nebo programoví pracovníci zařízení VLRZ. Tento řízený program je pro účastníky PR povinný. Mohou si však zvolit pohybovou aktivitu, která je jim blízká. „ Program probíhá od pondělí do pátku v trvání 6 hodin denně, a to zpravidla v čase 09.00 – 12.00 hodin a 14.00 – 17.00 hodin nebo 08.00 – 14.00 hodin. Kromě pohybových aktivit jsou jeho součástí i přednášky zaměřené na problematiku spojenou s tělovýchovnou činností a zdravým způsobem života v trvání 2×2 hodiny za turnus“. (Volareza, 2016)

Preventivní rehabilitace s tělovýchovným programem je zaměřena podle povětrnostních podmínek a ročního období. Celoročně lze provozovat ve všech oblastech pěší turistiku. Ve střediscích Měřín, Bedřichov, Ovčárna je k dispozici bazén a Balneo centrum (sauna, pára, masáže aj.). Dle Brtníka (Volareza NEWS, červen 2016) „druhým rokem se účastníci rehabilitací mohou setkat s nabídkou kompenzačního cvičení, které pomáhá uvolnit a protáhnout zkrácené svaly, odstranit důsledky svalových disbalancí a uleví od některých bolestivých stavů zejména páteře“.

V letním období se jedná především o cyklistické vyjížděky. Kola, cyklistické přílby a pomůcky pro případné defekty bezplatně zapůjčí na VZ Měřín, Bedřichov, Ovčárna, Karlovy Vary-Bellevue, Vranov a Bítov a VLL Jeseník. Vodní sporty, jako je rafting, jízda na kanoi nebo na dračí lodě, jsou možné ve střediscích Karlovy Vary – Bellevue, Měřín, Vranov a Bítov. Nově je pak možnost splutí řeky Dyje na gumových člunech ve středisku Vranov a Bítov. Sporty jako florbal, tenis, kopaná, golf, volejbal i stolní tenis lze provozovat ve většině středisek (Brtník, Volareza NEWS, červen 2016).

V období prosinec až duben jsou ve střediscích Bedřichov, Karlovy Vary-Bellevue, Ovčárna a Jeseník hlavní náplní především lyžování, snowboarding a skialpinismus. I v tomto období jsou, však i k dispozici tělocvičny, herny určené pro sportovní míčové hry, posilování a wellness. Ve všech střediscích lze počítat s možností zdarma si zapůjčit kvalitní sportovní materiál.

Veškeré sportovní aktivity plánované v programech rehabilitace turnusů s tělovýchovným programem zabezpečuje VLRZ zdarma. Náplň programu rehabilitací je uvedena u jednotlivých zařízení VLRZ.

Preventivní rehabilitace I s nadstandardním programem

Tato rehabilitace je určena pro vojáky, nepreferující sportovní a pohybové aktivity. Během nich je pro účastníky připravován zdarma zvláštní program podle možností příslušného zařízení. Jedná se např. o návštěvy hradů, zámků, muzeí, návštěvy aquaparku, večery s hudbou, tematické výlety dle zájmu účastníků PR a další nadstandardní služby. Jedná se o termíny mezi zimní a letní rekreací, kdy není možné využít v místě destinace jiný sportovní program.

Preventivní rehabilitace - s lázeňským programem

Tyto rehabilitace s lázeňským programem lze rozdělit na dva druhy. První typ patří jako podskupina preventivní rehabilitace PRI. Je prvotně určen většinou pro druhy vojska, které jsou více fyzicky zatěžovány (létající personál, výsadkáři, speciální jednotky) nebo vojáci se zdravotními potížemi. Probíhá standardně v rozsahu 14 dní.

Druhý typ této rehabilitace je označen PR II., PRI. – KV (preventivní rehabilitace s kardiovaskulárním programem), PRI. -VR (preventivní rehabilitace s všeobecně rekondičním programem). Tyto PR jsou určeny pro vojáky se zdravotními obtížemi a navrhuje je lékař. Probíhá v rozsahu 14, 21 nebo 28 dní. Jak již bylo zmíněno, 14 dní je délka standardní rehabilitace a zbylý počet dní rehabilitant čerpá z řádné dovolené.

Jedná se o pobyty v lázeňských oblastech Teplice v Čechách, Karlových Varech, Františkových lázních, Jeseníku. Po přidělení poukazu v den nástupu voják podstoupí lékařské vyšetření spolu s výpisem ze zdravotní knížky a lékař navrhne program na celý pobyt. Druh a množství procedur ordinuje lázeňský lékař. Jsou to například:

- Vodoléčebné procedury;
- Masáže;
- Sauna;
- Pohybová terapie;
- Bazén, aj.

Vzhledem k neuvěřitelnému pokroku v oblasti vědy a techniky se v rehabilitaci používají i techniky léčby jako je elektroterapie, laseroterapie, magnetoterapie, solux, elektroléčba, ultrazvuk, diatermie, biolampa, inhalace, přístrojová a manuální lymfodrenáž, plynové injekce, lokální kryoterapie a další.

1.6.5. Podmínky a postup při získávání poukazu

Vše začíná ročním plánováním, kdy si vojáci mající nárok naplánují typ preventivní rehabilitace a destinaci, o kterou mají zájem. Posléze VLRZ rozešle po útvarech po celé republice plánovaný počet poukazů s konkrétní destinací a termínem (Příloha č. 1). Tyto poukazy se rozdělí po štábech a jednotkách cestou personálních oddělení. Pokud vojákům místo ani termín nevyhovují, mohou s předstihem požádat o tzv. vrácený poukaz (Příloha č. 2), kde žádá o konkrétní lokalitu a termín.

Voják, který obdrží poukaz na PR, musí dodržovat všechny postupy, které určuje vojenský řád (např. přidělení poukazu konkrétní osobě i samotná cesta musí projít rozkazem útvaru). Během pobytu se k němu přistupuje, jako by byl v zaměstnání. Absence během pobytu je povolena pouze se schválením příslušné žádosti (Příloha č. 6).

Voják má možnost požádat o přítomnost rodinných příslušníků během preventivní rehabilitace (Příloha č. 5). Pokud je žádost schválena a splněny všechny podmínky dle všeobecných podmínek kritérií VLRZ a kapacity místa pobytu to dovolí je mu vyhověno. Rodinní příslušníci si celý tento pobyt hradí dle stanoveného ceníku služeb.

Samotný pobyt je vždy uveden a zakončen společným pohovorem s vedením konkrétního zařízení. Na tomto pohovoru se představí jak vedení, tak pracovníci odpovědní za program, sportovní aktivity, či stravování. Uvedou zde možnosti využití a specifické podmínky daného zařízení. Upřesní, kde je možnost si zapůjčit sportovní vybavení a potřeby. Na konci zhodnotí problémy či stížnosti, které nastaly během pobytu rehabilitantů.

Během celého pobytu je připraven tělovýchovnými pracovníky či programovými pracovníky program (Příloha č. 7). Účastníci si vybírají z přímo řízeného programu nebo volí možnosti, které poskytuje lokalita a samotné zařízení. Přítomnost a odběr stravy je povinný.

U rehabilitací s léčebným programem probíhají během dne místo sportovních a pohybových aktivit léčebné procedury. Sport lze ale provozovat během celého pobytu po skončení naplánovaných procedur.

1.6.6. Porovnání se zahraničím

Vojenské preventivní rehabilitace nejsou jen výsadou vojáků v naší zemi. „V souvislosti s poraněním pohybového aparátu během vojenského výcviku jsou významným medicínským problémem orientované vojenské organizace na celém světě. Preventivní rehabilitace (respektive jejich obdoba dle konkrétní země) se vyskytují i v zahraničí s cílem rozvíjet programy pro správu a prevenci zranění“ (Sharma, Greeves, Byers, Bennett, Spears, 2015, 106).

Pro příklad zájmu o prevenci v oblasti zdraví vojáků lze uvést studii publikovanou v časopise View Journal Information o poranění pohybového aparátu, z roku 2015. Tato studie uvádí, že v průběhu 2 let bylo zkoumáno celkem 6608 britských vojáků na jejich 26 týdnů trvajícím úvodním vojenském výcviku. Z výsledků této studie vyplynulo, že celkový výskyt poruch pohybového ústrojí je 48,6%, a diagnóza „IT kapela syndromu“ je 6,2%. „IT kapela syndrom“(IT skupina se váže na koleno a pomáhá stabilizovat kloub a jeho pohyb) je vaz, který stéká po vnější straně stehna od kyčle k holeni, a znamená, že je těsný nebo zanícený. Závěr této studie je, že četnost únavových zlomenin a poruch pohybového ústrojí a s nimi spojené časové i finanční náklady výrazně ovlivňuje potřeby stanovení priorit v prevenci.

Nám nejbližší orientovaný soused Slovenská republika má rovněž podobné programy určené k primární prevenci zdravotního stavu vojáků z povolání.

„Rozdělením Československa došlo také k dělení armády a tím i VLRZ. Zatímco České republice se podařilo zachovat jednotnou centrálně řízenou organizaci, kde se za centralizace finančních zdrojů systematicky do těchto zařízení investovalo, Slovensko zvolilo cestu individuálnějšího systému řízení rekreačních a zdravotnických zařízení. Do roku 2013 byla vojenská zdravotnická zařízení na Slovensku reprezentovaná třemi samostatnými akciovými společnostmi, které nebyly schopny ekonomicky zajistit svůj rozvoj v oblasti údržby nemovité infrastruktury zařízení ani obměnu vybavení pokojů a společných prostor. Zásadní zlom v řízení slovenských zařízení přišel v roce 2013, kdy byla nově vytvořena organizace Horezza, a.s. (Hotelové rekreační a zdravotnické zařízení), která se stará o preventivní rehabilitace slovenských vojáků dodnes“ (Lechota, Volareza NEWS, 2015).

2 CÍLE PRÁCE

2.1 Hlavní cíl

Cílem práce je popsat preventivní rehabilitace jako zákonem daný způsob prevence u Armády České republiky a provést výzkum využívání tohoto benefitu a spokojenosti s ním mezi vojáky z povolání.

2.2 Dílčí cíle

Dílčí cíle této práce jsou:

- Rešerše odborné literatury a internetových zdrojů;
- Tvorba anketního lístku;
- Sběr a zpracování dat a jejich vyhodnocení;
- Návrhy na zlepšení.

3 METODIKA

V mé bakalářské práci jsem použila tyto metody a techniky:

- Kvantitativní výzkum formou ankety;
- Analýza sekundárních zdrojů;
- Introspektivní metoda – vlastní poznatky a zkušenosti na základě výkonu profese voják z povolání AČR a vlastní 9 násobné účasti na tomto pobytu.

Sběr dat pro výzkum probíhal od konce března do poloviny června roku 2016. Anketa byla vytvořena mnou osobně ve spolupráci s vedoucím práce. Před vlastní realizací proběhla pilotáž mezi mými blízkými spolupracovníky. Anketní lístky byly zpracovatelům distribuovány v „papírové podobě“ a pomocí emailu Armádního štábního informačního systému (ŠIS). Útvary AČR v Hranicích, Olomouci a Přáslavicích byly osloveny formou tištěnou a ostatním respondentům byly odeslány emailem. K upřesnění jen dodávám, že v uvedených obcích se nachází i více vojenských útvarů s různou vojenskou odborností.

Celkem bylo distribuováno 5468 anketních lístků. Počet navracených anketních lístků činil 784. Vyhovující anketní lístky od respondentů účastnících se PR I. na základě kterých byly provedeny závěry výzkumu, čítá 711 lístků. Zkoumaný soubor 711 VZP (vojáků z povolání) pochází z 24 vojenských útvarů rozmístěných po celé České republice. Distribuce byla předem domluvena, respondenti byli informováni o důvodu sběru dat, dobrovolnosti vyplnění a jejich anonymitě. Anketní lístek tedy vyplňovali náhodní dobrovolníci, kteří jej byli ochotni vyplnit. Pro rozčlenění získaných dat jsem použila metodu popisnou a sekundární analýzu dat.

Získaná data byla vyhodnocena pomocí deskriptivní statistiky. Ke zpracování jsem použila programů Microsoft Excel 2007. Anketa sloužila jako výchozí zdroj, který byl modifikován na vojenské prostředí spokojenosti s Vojenskými preventivními rehabilitacemi. Byly zde zahrnuty otázky týkající se obecných informací o zkoumaném respondentu jako je působnost u vojenského útvaru, bydliště, hodnost a informace týkající spokojenosti PR a vykonávané pohybové aktivity.

Základní data o počtu respondentů a dalších důležitých údajů jsou uvedena v Tab. 2.

Počet VZP k 1. 6. 2016:	22295		
Počet VZP majících nárok na PR:	15870	% VZP mající nárok na PR z celkového počtu VZP	71,2%
- po 10 letech u AČR	14225		
- 35 let věku	12387		
- služební zařazení umožňující okamžitý nárok na PR	1812		
Osloveno:	5468	% VZP oslovených VZP z počtu VZP mající nárok na PR	34,5%
Vráceno:	784	Návratnost z počtu oslovených	14,3%
Vyhodnoceno:	711	Vypovídací hodnota	4,5%

Tabulka 2 Základní data o zkoumaném vzorku

4 VÝSLEDKY

4.1 Pohlaví respondentů

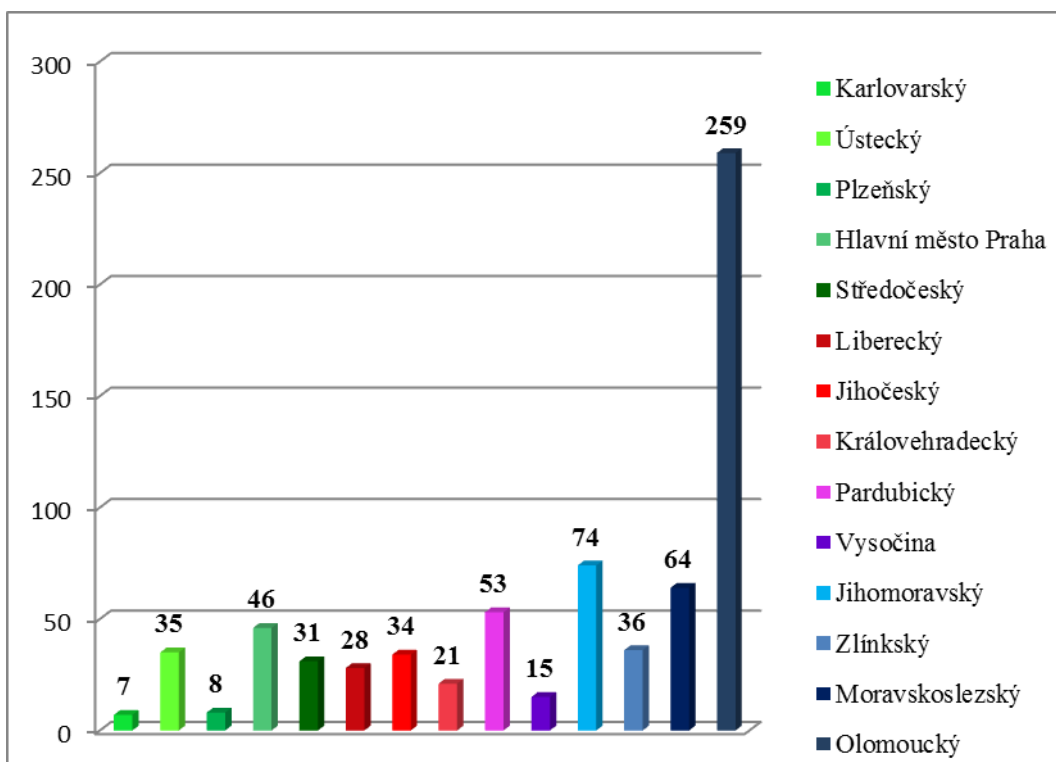
Procentuální zastoupení mužů ve služebním poměru Armády České republiky je mnohonásobně vyšší než žen, což vyplívá i s celkového počtu odpovědí anketního lístku. Z celkového počtu 711 odpovědí tvořilo zastoupení vojáků, kteří mají nárok na preventivní rehabilitace 72% mužů a 18% žen. V následujících grafech je vycházeno z hodnot uvedených v Tab. 3.

Počet všech respondentů	711
- muži	586
- ženy	125
Počet všech respondentů účastnících se PR	664
- muži	543
- ženy	121

Tabulka 3 Přehled zúčastněných respondentů

4.2 Bydliště respondentů

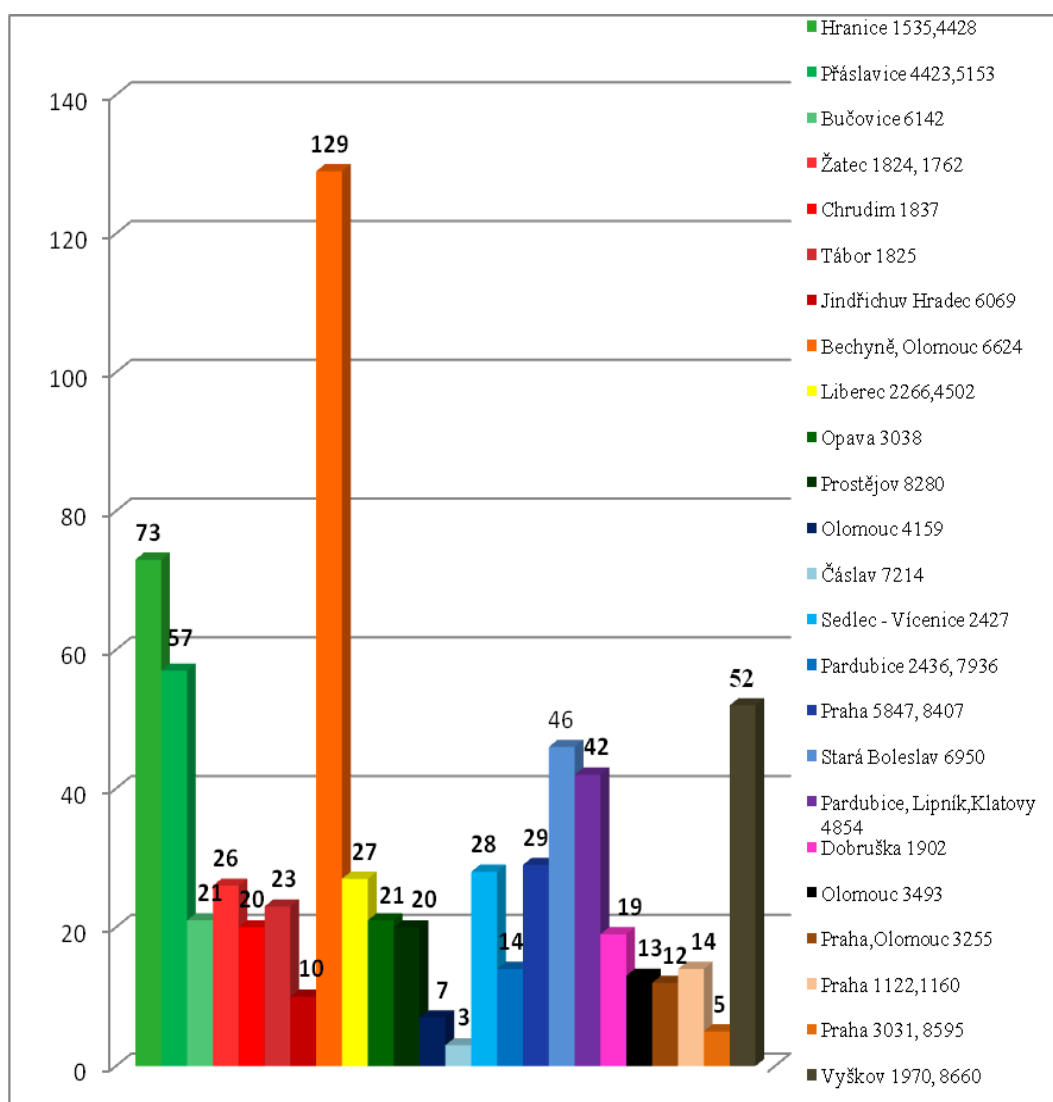
Dotazování proběhlo, v rámci celé České republiky. Na anketu odpovědělo více respondentů žijících na Moravě. Největší podíl dotazovaných respondentů je z Olomouckého 34,6% (259 osob), Jihomoravského 10,4% (74 osob) a Moravskoslezského 9% (64 osob) kraje. Z Čech byly nejvíce zastoupeny kraje Pardubický 7,5 % (53 osob), Hlavní město Praha 6,5% (46 osob) a Ústecký kraj 4,9% (35 osob).



Graf 1 Bydliště respondentů dle krajů

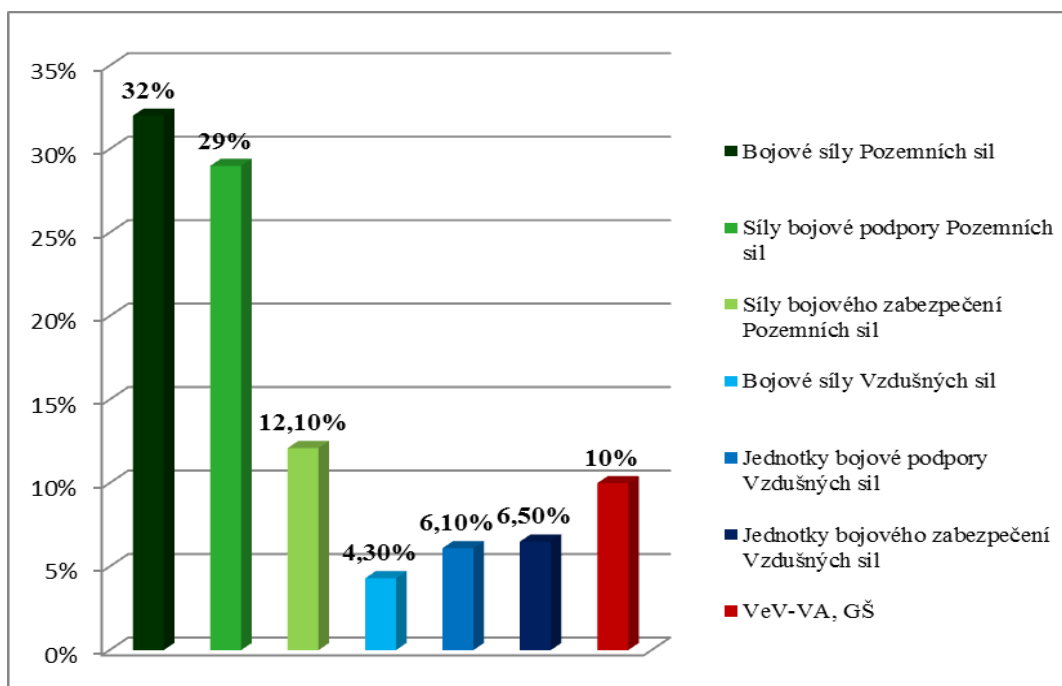
4.3 Vojenské útvary jednotlivých respondentů

Níže znázorněný graf zobrazuje počet příslušníků jednotlivých útvarů, kteří se zúčastnili ankety k preventivním rehabilitacím. Celkem odpovědělo 711 respondentů z 24 útvarů Armády České republiky. Nejvíce odpovědí na anketu bylo získáno z jednotek dislokovaných na Moravě, protože respondenti byli osloveni tištěnou formou anketního lístku anebo jejich služební zařazení umožňuje nárok na PR po roce služebního zařazení na funkci (pyrotechnici, potápěči).



Graf 2 Rozdělení respondentů dle vojenských útvarů

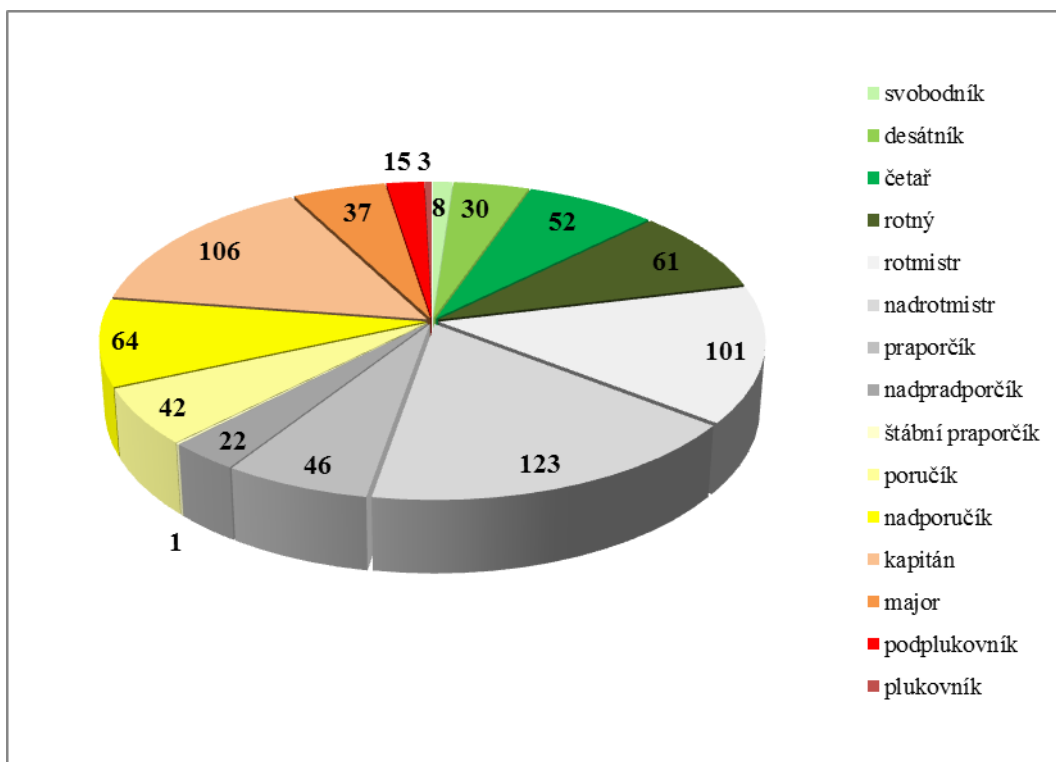
V následujícím grafu je vyobrazeno procentuální rozložení respondentů dle jejich příslušnosti k jednotlivým hlavním složkám Armády České republiky, kde jsou výše uvedené útvary zařazeny. Počet respondentů z jednotek Pozemních sil odpovídá 73,1%, z jednotek Vzdušných sil 16,9% a Velitelství výcviku – Vojenské akademie a Generálního štábu je 10,0% VZP.



Graf 3 Rozdělení respondentů dle složek AČR

4.4 Vojenská hodnost respondentů

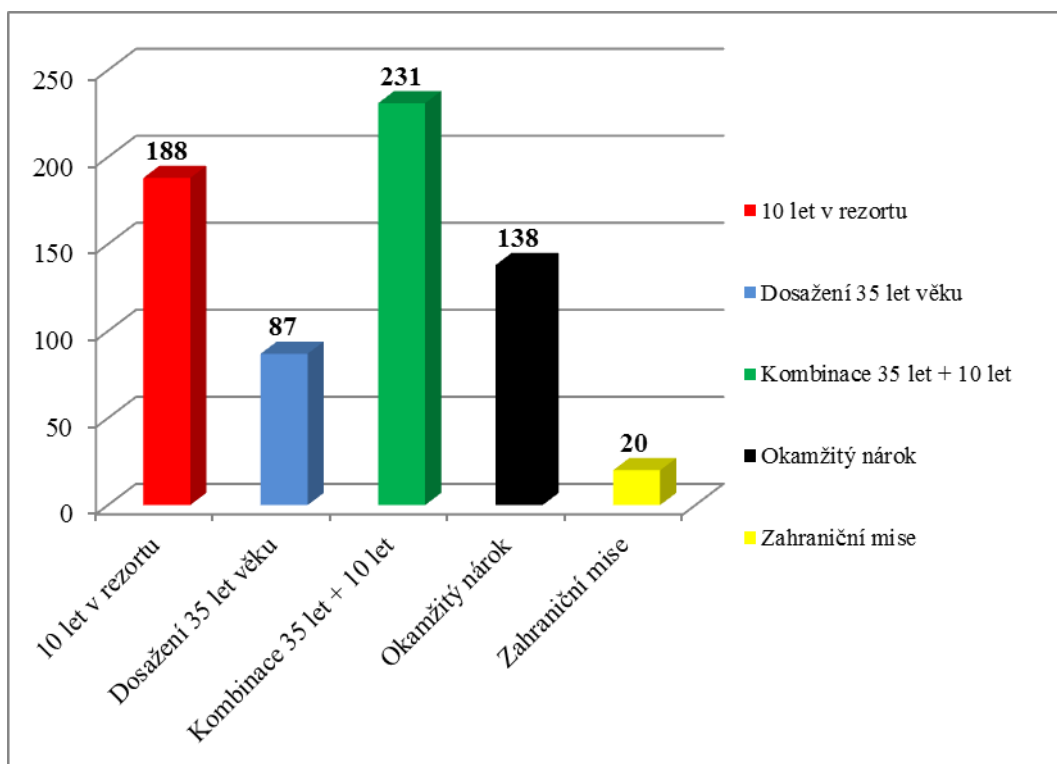
V rámci průzkumu odpovědělo na anketu 711 respondentů. Tito respondenti mají vojenské hodnosti odpovídající jejich služebnímu zařazení. Zastoupení respondentů zastupuje celou škálu vojenských hodností vyjma generálských. Jednotlivé hodnosti jsou zařazeny do hodnostních sborů: mužstvo – 1,1%, poddůstojníci – 20,1%, praporčický sbor – 41,2%, nižší důstojníci – 29,8% a vyšší důstojníci – 7,7%.



Graf 4 Rozdělení respondentů dle hodností

4.5 Nárok respondentů na přidělení PR dle zákona

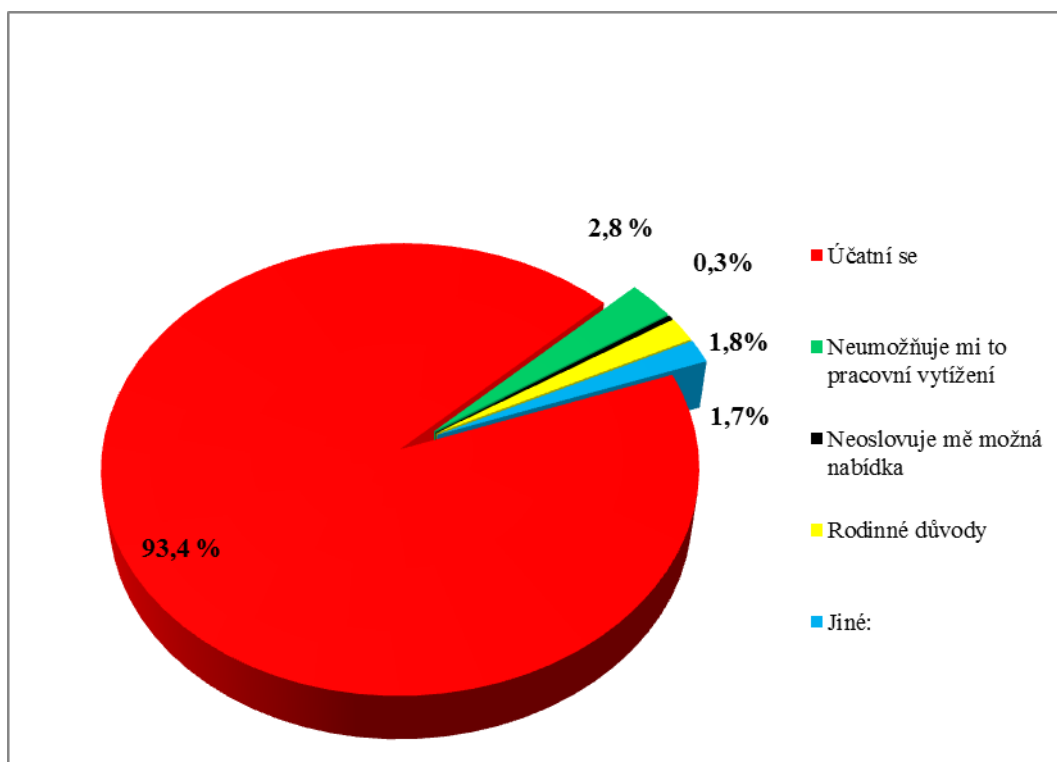
Rozdělení nároku preventivních rehabilitací dle zákona 221/1999 Sb. znázorňuje počty respondentů účastnících se PR dle §97 a §97a. Nejvyšší podíl respondentů připadá na kombinaci nároků 10 odsloužených let v AČR a 35 let věku – 34,7%. Nárok na PR po 10 odsloužených letech – 28,3%. Dosažení 35 let věku – 13,1%. Po roce odslouženém ve služebním zařazení se zvýšenou měrou rizika (piloti a létající personál, pyrotechnici, potápěči, hasiči, aktivní výsadkáři, aj.) – 20,8%. Nárok na mimořádnou PR po návratu ze zahraniční operace – 3,0%.



Graf 5 Rozdělení respondentů dle nároků na PR

4.6 Účast respondentů na PR

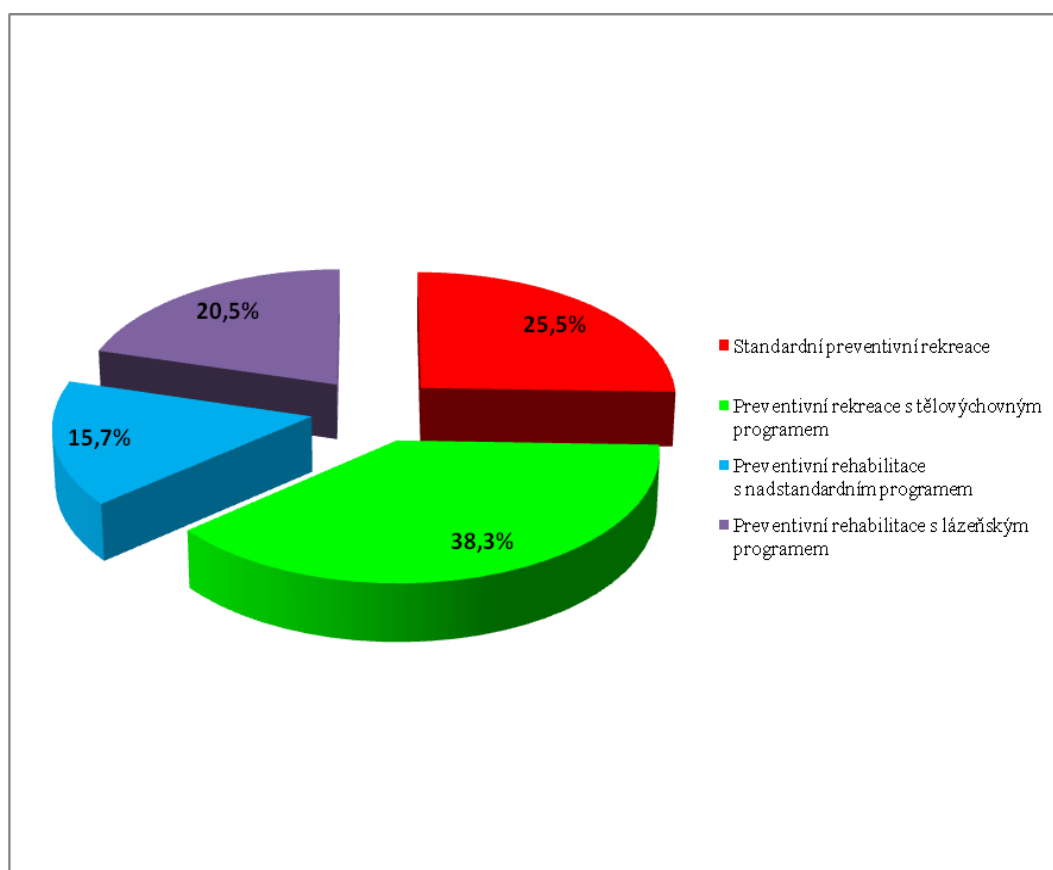
Dotázaní respondenti se vyjádřili, že využívají možnost účasti na PR v 93,4%. Zbylých 6,6% dotázaných uvedlo, že se neúčastní PR z různých důvodů. 2,8% respondentů to neumožňuje pracovní vytížení. 0,3% respondentů neoslovuje daná nabídka PR. 1,8% uvádí důvod neúčasti na PR z rodinných důvodů. 1,7% uvádí důvod neúčasti na PR z jiných důvodů.



Graf 6 Rozdělení respondentů dle využívání PR

4.7 Typy preventivní rehabilitace

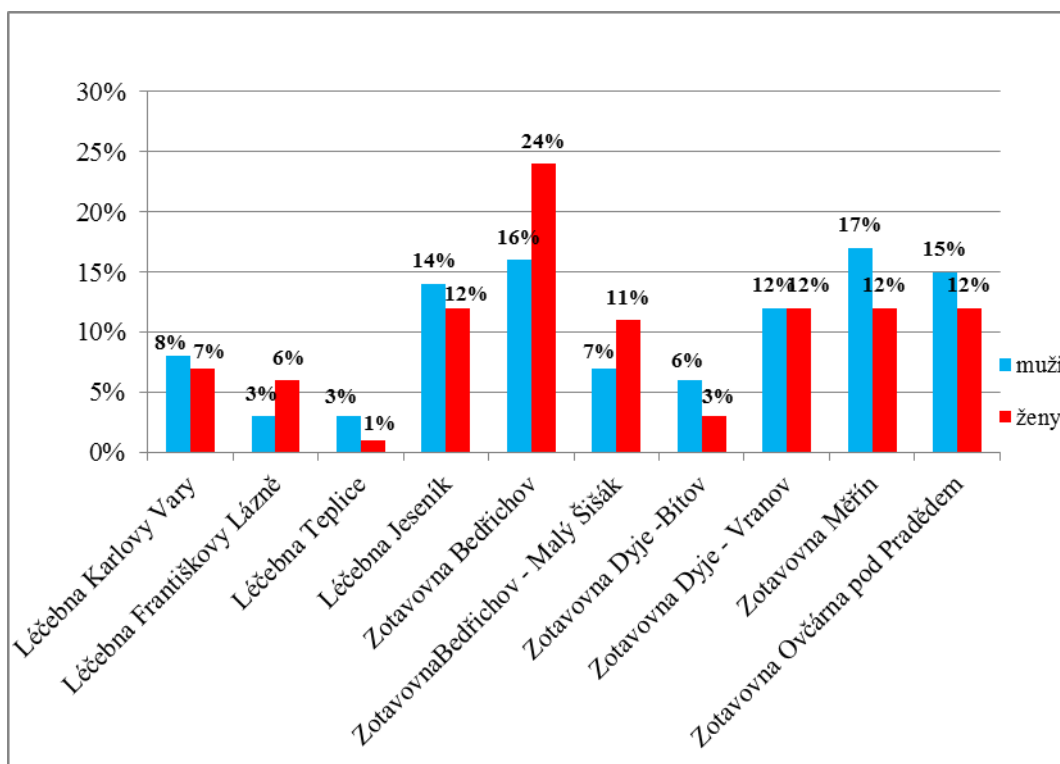
Z celkového počtu dotazovaných 38,3% respondentů volí účast na preventivní rekreaci s tělovýchovným programem. Tento program je řízen programovými nebo tělovýchovnými pracovníky. 25,5% si vybírá standardní preventivní rekreaci, kde si program volí dobrovolně. 20,5% absolvuje preventivní rehabilitace s lázeňským programem. Tyto rehabilitace jsou přednostně přidělovány pilotům, létajícímu personálu a aktivním výsadkářům. 15,7% upřednostňuje rehabilitaci s nadstandardním programem.



Graf 7 Rozdělení PR dle typů

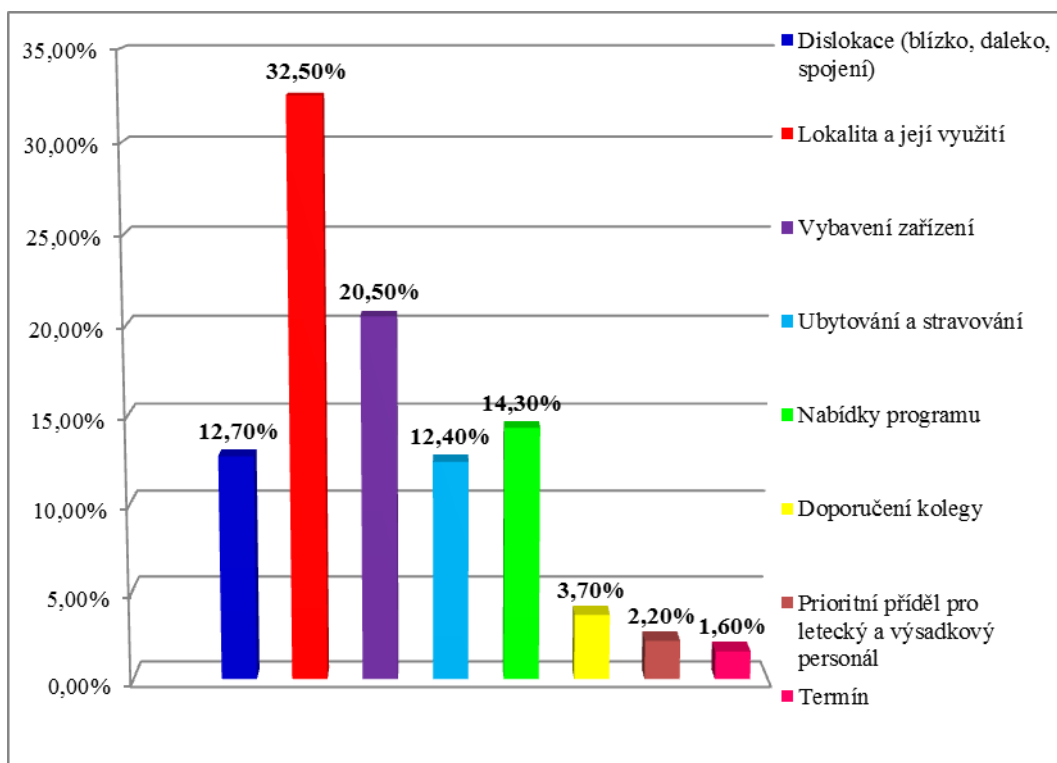
4.8 Nejvíce využívané lokality a důvody pro jejich volbu

Níže uvedený graf zobrazuje lokality, ve kterých PR probíhají. A dále procentuální rozdělení těchto lokalit podle osobní preference vojáků a vojákyně. Nejoblíbenější destinací ženského pohlaví je VZ Bedřichov – **24%**. Oproti tomu muži preferují VZ Měřín – **17%**. V celkovém součtu oblíbenosti v rámci obou pohlaví je na první pozici VZ Bedřichov – **32,4%**, druhé místo v oblíbenosti PR je VZ Měřín – **29,5%**, třetí místo obsadila VZ Ovčárna – **26,4%** všech dotázaných.



Graf 8 Rozdělení PR dle lokalit

Pro volbu výše zmiňovaných středisek je nejvíce rozhodující faktor lokalita a její využití – **32,5%** všech dotázaných. Dále pak při volbě rozhoduje vybavení zařízení – **20,5%** a nabídka programu – **14,3%** všech respondentů.

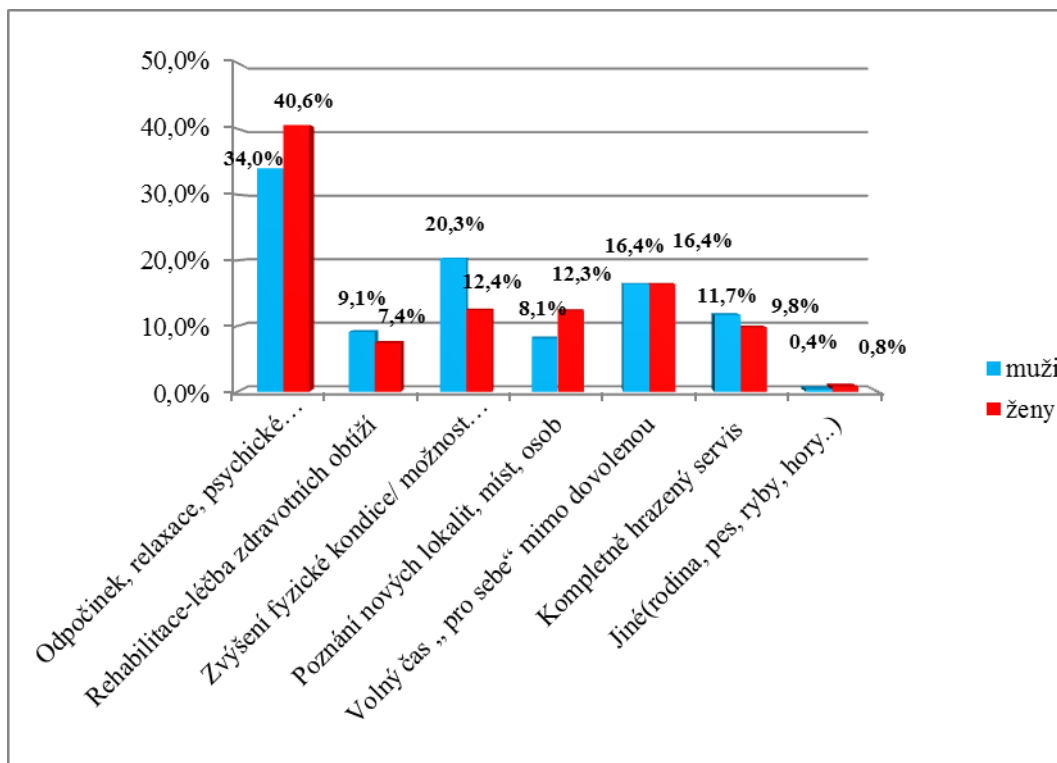


Graf 9 Rozdělení dle důvodu výběru lokality PR

4.9 Důvody pro čerpání preventivní rehabilitace

Nejvíce oceňovaný faktor pro vojáky a vojákyně účastnící se PR je jednoznačně odpočinek, relaxace, psychické odreagování – 34,0% mužů a 40,6% žen. Na druhé

pozici muži upřednostňují zvyšování fyzické kondice – 20,3%, zatímco ženy oceňují volný čas pro sebe mimo dovolenou – 16,4%. Vcelku vysoké procento dotázaných obou pohlaví oceňuje fakt, že celý pobyt je hrazen – 23,9%.



Graf 10 Rozdělení respondentů dle důvodu jejich účasti na PR

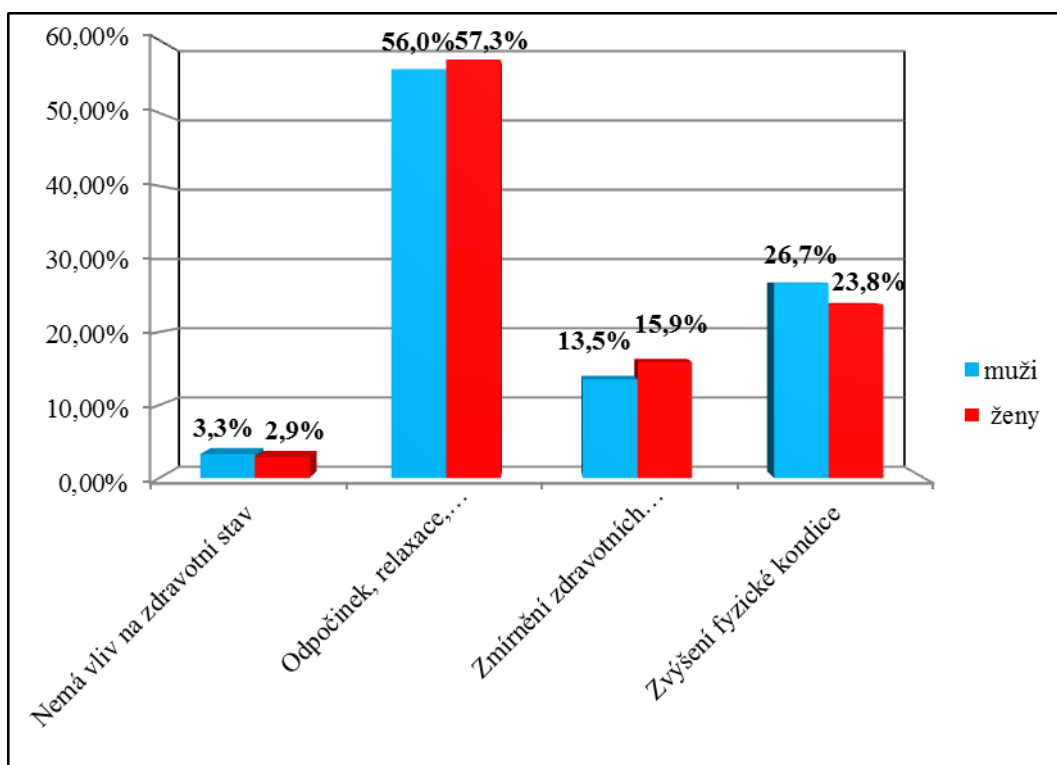
4.10 Získávání přidělených poukazů

Způsob získávání přidělených poukazů odráží, že plánovací činnost při distribuci poukazů na PR je na velmi dobré úrovni, čemuž odpovídá procentuálnímu zastoupení. Roční plánování PR využívá **79%** a žádosti o vrácené poukazy využívá **21%** respondentů.

4.11 Zdravotní vliv PR na respondenty

Zdraví je komplexní složka, skládající se jak z fyzické kondice, tak z psychického rozpoložení. Na tomto grafu je znázorněn v jakém ohledu rehabilitace působí na zdraví dotazovaných z jejich subjektivního pohledu. Z výsledků vyplývá, že rehabilitace jim nejvíce přináší psychické odpočínutí

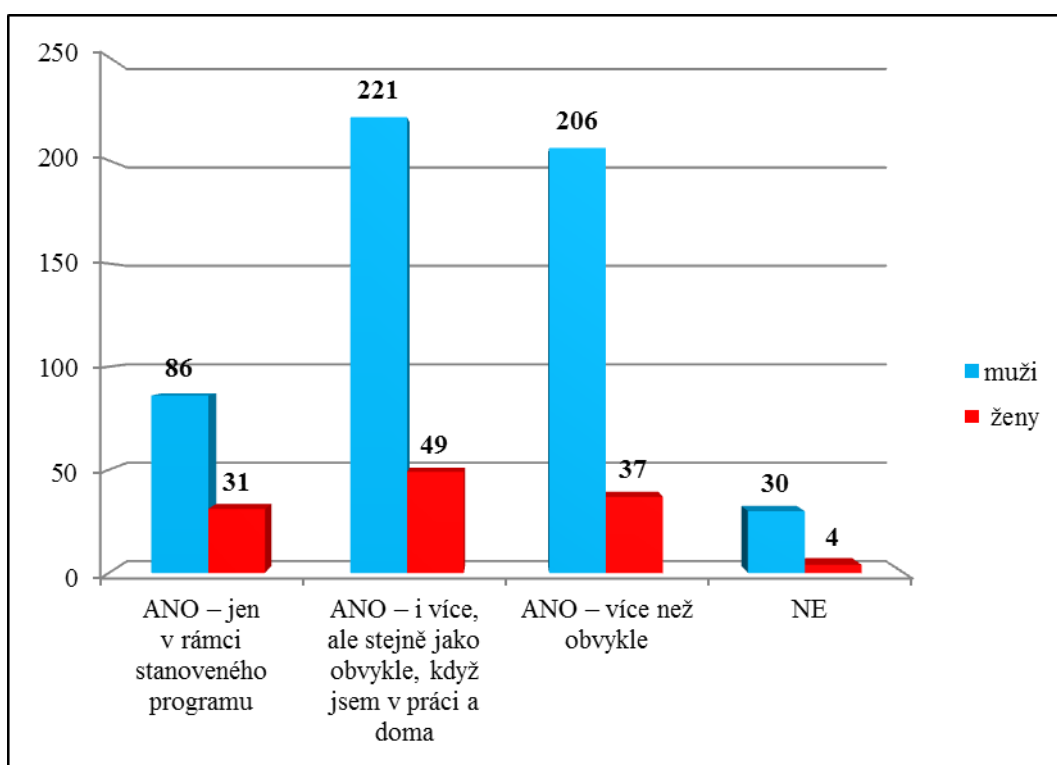
a relaxaci – 76,1%, na druhém místě oceňují zvýšení fyzické kondice – 35,8%. Zmírnění zdravotních obtíží dotazovaní kladou až na třetí místo – 19,3%.



Graf 11 Rozdělení dle vlivu na zdravotní stav respondentů

Průběh sportovních a pohybových aktivit během PR

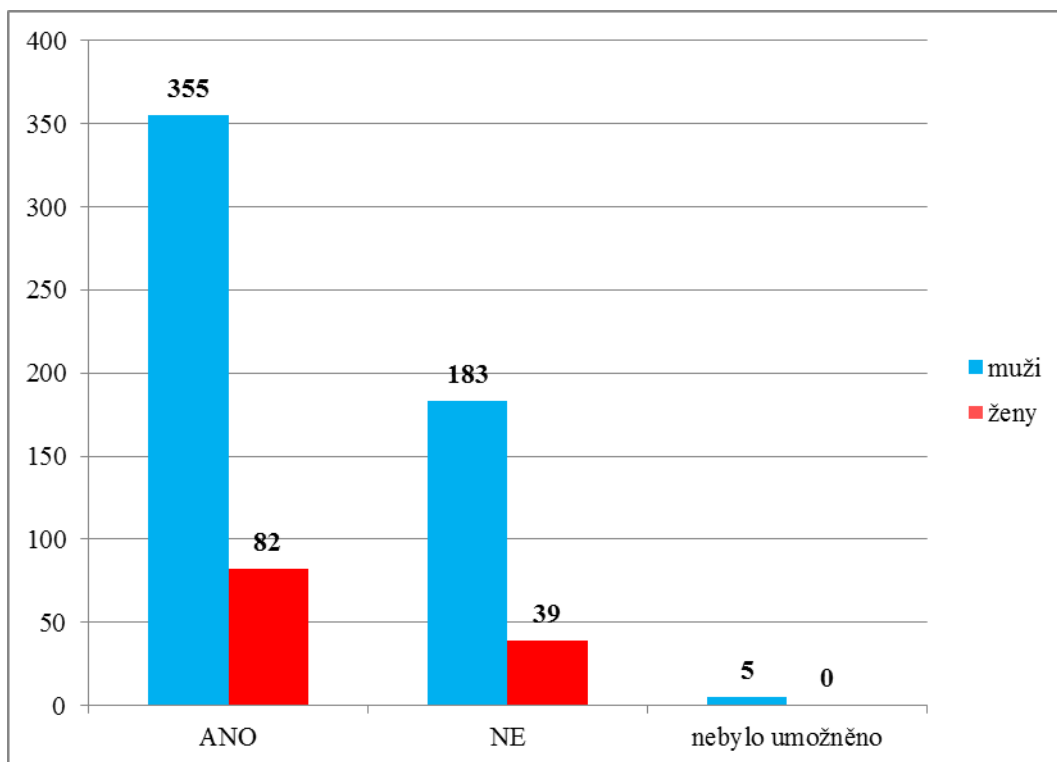
Pro vojáky z povolání je pohyb nedílnou součástí zaměstnání během celého roku. V následujícím grafu je znázorněno porovnání míry pohybových aktivit a sportu účastníků preventivní rehabilitace během pobytu s jejich běžným životem. Z následujícího vyplývá, že 40,7% mužů a 40,4% žen sportuje stejně jako v běžném životě. 37,9% mužů a 30,6% žen sportují více než obvykle.



Graf 12 Rozdělení respondentů dle míry pohybové aktivity

4.12 Účast rodinných příslušníků během PR

Čas strávený s rodinou je pro vojáky z povolání velice důležitý. Vzhledem k náročnosti služebního poměru s ní bohužel netráví mnoho času. Tudíž využívají možnost nabídky VLRZ vzít s sebou rodinné příslušníky na část tohoto pobytu. Z uvedeného vyplývá, že 65,8% rehabilitantů tuto možnost využívá.



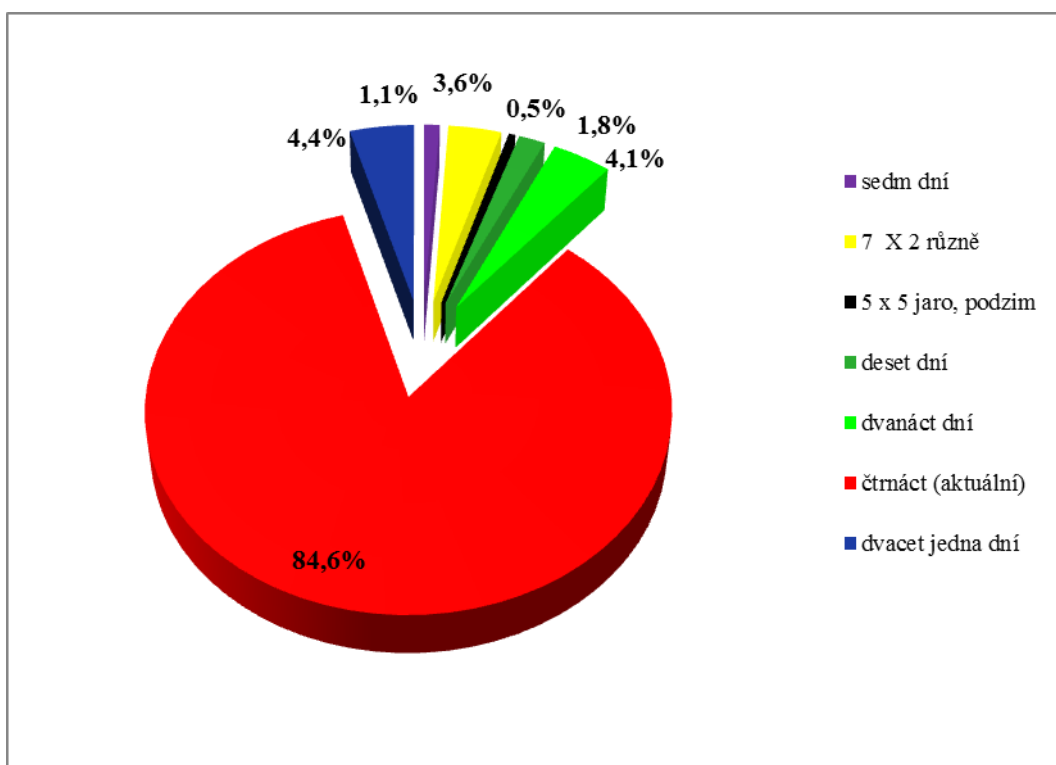
Graf 13 Rozdělení dle přítomnosti rodinných příslušníků respondentů na PR

4.13 Spokojenost se současnou podobou PR (délka, průběh, řízení)

V následujících grafech je znázorněna spokojenost z různých úhlů pohledu. Jsou zde i uvedeny možné návrhy na zlepšení služeb.

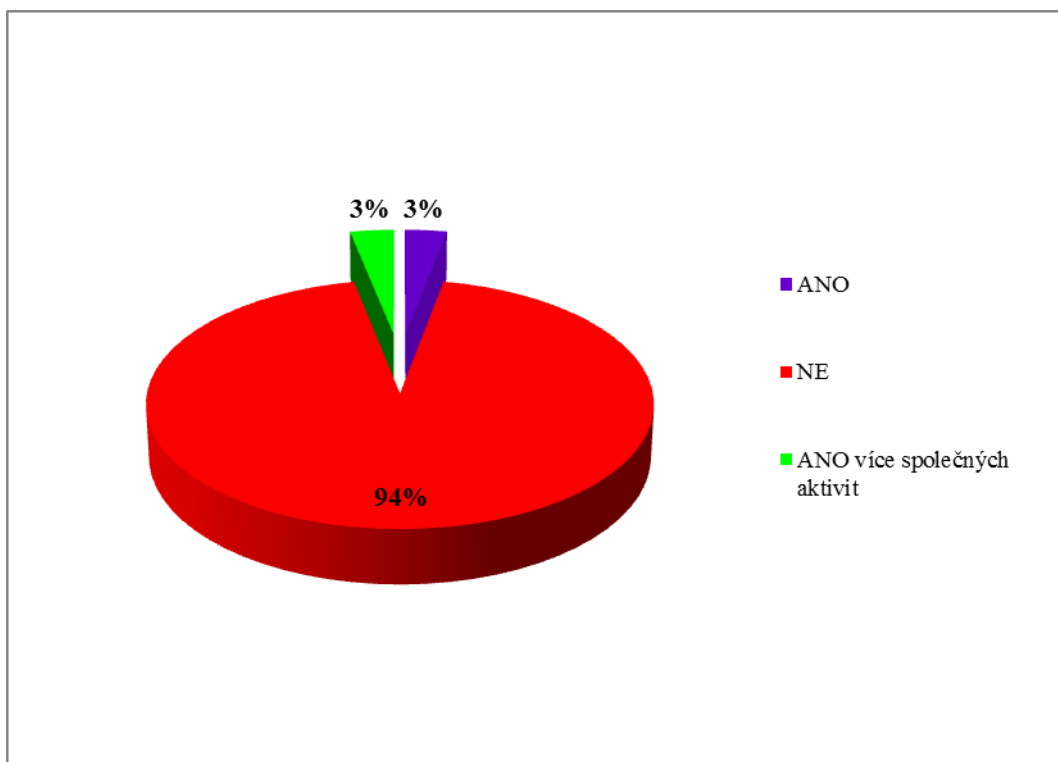
První z těchto grafů vyjadřuje spokojenost účastníků PR s délkou pobytu a navrhované možnosti vítané změny. 84,6% dotázaných je spokojeno se současným stavem tj. 14 dní v kuse. Zajímavý návrh je rozdělit PR do dvou stejně dlouhých bloků v různých termínech - 3,6% a 0,5%. Část respondentů 4,1% by ocenilo zkrácení pobytu

o poslední víkend. Nelze nezmínit i skutečnost, že 4,4% dotázaných by uvítalo prodloužení PR o týden.



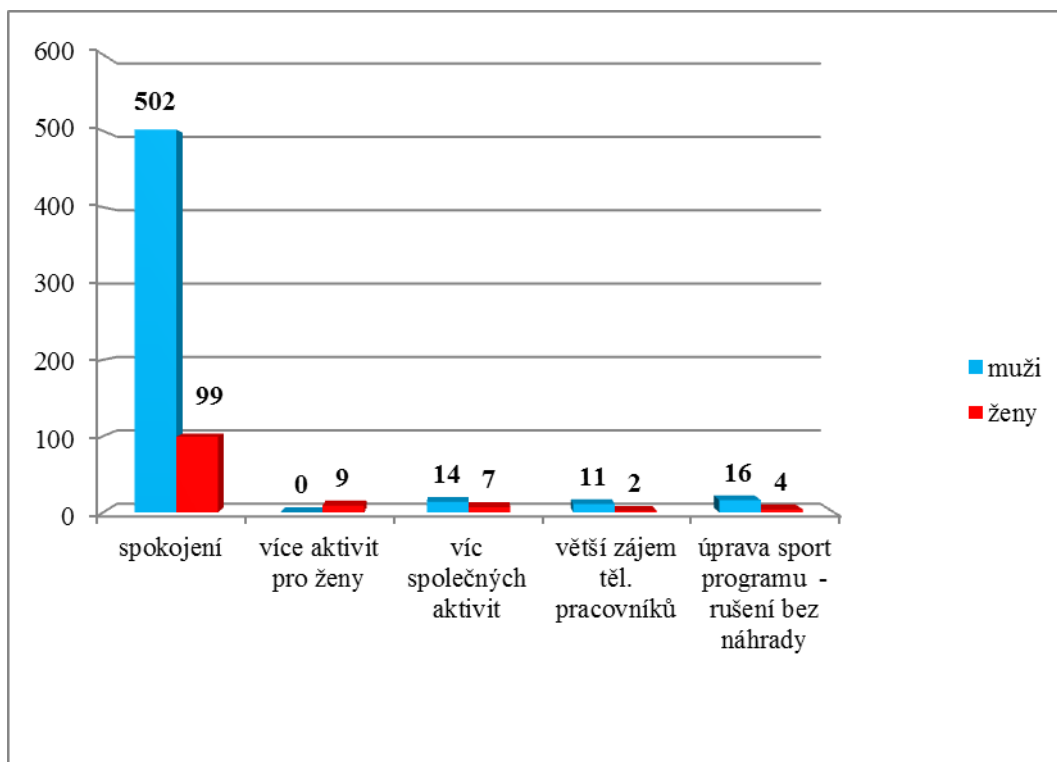
Graf 14 Rozdělení dle navrhované délky pobytu respondenty

Druhý z těchto grafů ukazuje spokojenost s mírou organizovanosti PR. 6% z celkového počtu dotázaných by uvítalo zvýšení míry organizovanosti, z toho 3% navrhuje více společných aktivit. 94% dotázaných o změnu nestojí.



Graf 15 Rozdělení respondentů vzhledem k úpravě striktnosti řízení PR

Poslední z grafů zobrazuje možné návrhy zlepšení. Většina dotázaných je se současným stavem spokojena – 90,5%. Největší podíl z navrhovaných změn je plánování více společných aktivit- 3,2%. Z navrhovaných změn 3,0% je nespokojeno s rušením plánovaných aktivit bez náhrady a 1,9% účastníků by uvítalo větší zájem tělovýchovných a programových pracovníků 7,4% z dotázaných žen má zájem o zařazení aktivit jen pro ženy (kalanetika, zumba, jóga, aerobik aj.).



Graf 16 Rozdělení respondentů dle spokojenosti

5 DISKUZE A NÁVRHY

Dotazováním bylo zjištěno, že nejvíce respondentů z daného vzorku odpovědí pocházelo z bojových jednotek Pozemních sil (téměř $\frac{3}{4}$). Paradoxem je, že složení těchto jednotek z hlediska věkového průměru je nejnižší, přitom doba než vojáci na základních funkcích dosáhnou daného nároku na PR je vzhledem k jejich služebnímu postupu značně dlouhá.

Zajímavé bylo, že z hlediska zastoupení jednotlivých hodnostních se zúčastnilo poměrně velké procento vysokých hodností (plukovník, podplukovník, štábní praporčík), kterých je v AČR málo.

Překvapující zjištění bylo, že přestože nejvíce respondentů uvedlo bydliště v regionech Moravy, tak jejich výběr není ovlivněn snadnou dosažitelností a raději volí destinace v Čechách. Tento fakt ani neovlivnila skutečnost permanentního cestování v průběhu služby.

Z výsledků anketního šetření vyplynuly i různé návrhy na zlepšení služeb, které bych zde ráda uvedla.

Jedním z těchto návrhů je změna délky a rozložení termínů PR, kde část respondentů navrhuje rozdělení PR na dvě stejně dlouhá období v různém termínu. Také bych zmínila možnost zkrácení PR o poslední víkend z důvodu přípravy do běžného pracovního procesu.

Pouze 6% dotázaných projevilo zájem o zvýšení organizovanosti průběhu PR. Současná podoba řízení sportovních aktivit respondentům téměř vyhovuje.

V rámci zkvalitnění PR, respondenti trvají na dodržování naplánovaného programu a v případě zrušení dané aktivity z provozních důvodů daného zařízení (různé konference pro civilní sektor) vyžadují jejich náhradu. Dále pak navrhují zvýšení počtu společných aktivit.

Vzhledem k tomu, že jsem žena, zmínila bych i nápad na zkvalitnění služeb PR, který vyplynul z anketního šetření – vytvořit více sportovních aktivit určených pro vojákyně (aerobik, zumba, jóga).

6 ZÁVĚR

Cíl této práce byl popsat aktuální stav preventivních rehabilitací v rámci Armády České republiky.

V období od března do června 2016 byly rozeslány anketní lístky ve dvou formách: tištěné a elektronické. Tyto anketní lístky byly zpracovány a vyhodnoceny. Na základě tohoto vyhodnocení bylo zjištěno:

Počet VZP mající nárok na PR je 15870, což představuje 71,2% vojáků z celkového počtu Armády České republiky. Počet anketních lístků, které byly vyhodnoceny, byl 711, tj. 4,5% z celkového počtu VZP.

Z uvedeného počtu respondentů což je 711, kteří se k dané problematice vyjádřili, bylo 586 mužů a 125 žen. Pouze 664 jich však preventivní rehabilitace využívá.

Dotazováním bylo zjištěno, že nejvíce respondentů z daného vzorku má trvalý na Moravě. Tito byli dotazováni převážnou částí tištěnou formou anketního lístku.

Do ankety byly zahrnuty všechny složky Armády České republiky. Největší počet, tj. téměř $\frac{3}{4}$ zúčastněných pocházel z Pozemních sil.

Průzkum byl veden napříč spektrem všech armádních hodností, což vypovídá o tom, že PR nejsou limitovány hodnostmi a pozicemi získané v armádě. Největší část tohoto vzorku je zastoupena praporčickým sborem, který odpovídá zhruba polovině řady z dosažených možných hodností.

Největší skupina VZP, která dosahuje možnosti využít PR, jsou vojáci, kteří slouží 10 let a zároveň dosáhli 35 let věku. Nelze však pominout fakt, že značnou část PR využívají profese ve služebním zařazení se zvýšenou měrou rizika (piloti a létající personál, pyrotechnici, potápěči, hasiči, aktivní výsadkáři, aj.) – 20,8%. Těmto příslušníkům jsou přednostně přidělovány rehabilitace s lázeňským programem. Z hlediska volby typu PR má většina respondentů 38,3% zájem o zvyšování své fyzické kondice, proto volí většinou PR s řízeným tělovýchovným programem.

Rozhodující faktor k výběru daného zařízení z možné nabídky je lokalita a její využití, vybavení zařízení a nabídka programu. Z výzkumu vyplynulo, že tento požadavek v největší míře reprezentuje VZ Bedřichov. Téměř 8/10 respondentů využije plánování PR rok dopředu. Pouhá 1/5 respondentů využije možnosti vrácených poukazů.

Na těchto PR si vojáci nejvíce cení možnosti odpočinku, relaxace, psychické odreagování, zvyšování fyzické kondice, volný čas pro sebe mimo dovolenou, a to že je celý pobyt hrazen.

Lze konstatovat, že valná většina účastníků PR plně využívá příležitostí sportovat. Důvodem pro to je fakt, že pohyb je nezbytná součást profesní připravenosti vojáka z povolání.

Většina VZP vítá a využívá možnosti vzít s sebou na část PR své rodinné příslušníky. Tato skutečnost má pozitivní vliv v rámci působení proti sociálně nežádoucím jevům (SNJ).

V závěru práce bych se chtěla zmínit o spokojenosti z různých úhlů pohledu VZP s využíváním PR. V průměru 90% respondentů je spokojeno se současným stavem průběhu PR. Je to zajímavý bonus, který AČR nabízí a vojáci jej velice rádi využívají.

7 **SOUHRN**

Hlavním cílem práce bylo popsat preventivní rehabilitace u Armády České republiky. Provést výzkum jejího využívání jako způsobu prevence k upevnění zdraví, spokojenosti vojáků s jejím průběhem a organizací.

V teoretické části bylo uvedeno vymezení pojmů volný čas, rekreace, prevence, wellness a lázeňství, rehabilitace, struktura Armády České republiky a preventivní rehabilitace v rámci AČR.

V praktické části došlo k distribuci, sběru a následném vyhodnocení anketních lístků týkající se problematiky PR.

Z výsledků anketního šetření ve všech složkách Armády České republiky bylo zjištěno, že vojáci z povolání mají zájem o preventivní rehabilitace z důvodu odpočinku, relaxace, psychického odreagování, zvýšení fyzické kondice a možností volnočasových aktivit v mimopracovním prostředí.

8 SUMMARY

The main aim of this thesis was to describe preventive rehabilitation in the Army of Czech Republic, to carry out the survey of its use as a way of prevention in order to improve the health and satisfaction of soldiers with its running and organization. The free time, recreation, prevention, wellness and balneology, rehabilitation, structure and preventive rehabilitation of the Army of Czech Republic were described in theoretical part. The distribution, collection and evaluation of questionnaires concerning problematic of preventive rehabilitation in the Army of Czech Republic was carried out in practical part. Based on the questionnaire survey throughout the all branches of the Army of the Czech Republic it was found out that professional soldiers are interested in preventive rehabilitation because of the rest, relaxation , psychological abreaction, physical condition improvement and possibility of free time activities out of work environment.

9 REFERENČNÍ SEZNAM

Baštecká, B., (2009). *Psychologická encyklopedie - aplikovaná psychologie*. Praha, Portál.

Bílá kniha o obraně, (2011). Vydalo Ministerstvo obrany ČR – odbor komunikace a propagace (OKP).

Brtník, (2016). VOLAREZA NEWS, pro vnitřní potřebu rezortu ministerstva obrany ČR. Redakčně připravil Dr. Václav Kupilík. Dáno do výroby 8. 6. 2016. Reg. MK ČR E 8205.

Cathala, H. (2007) *Wellness od vnějšího pohybu k vnitřnímu klidu*, Praha, Grada.

Cooper P. E. & Cooper M., (2009): *Health and Wellness Tourism: Spas and Hot Springs*. Channel View Publications.

Dohnal T. a kolektiv, (2009) *Tři dimenze pojmu rekreologie*. Univerzita Palackého v Olomouci. Olomouc.

Daněk, K. a Teplý, Z., (1974). *Neodpočívej v pokoji aneb umění rekreace*. Praha: Olympia.

Dědina, J. (2004): *Management, organizování a ekonomika lázeňství – vybrané kapitoly*. 1. vyd., VŠ CRHL, Praha.

Hodaň, B., (2006), *Sociokulturní kinantropologie I. Úvod do problematiky*. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum.

Kotíková H. (2013): *Nové trendy v nabídce cestovního ruchu*. Grada Publishing, Praha,

Kubálek, K., (1993) *Koncepce speciální tělesné přípravy (I.). Vojenský profesionál*, č. 12, s. 18-19.

Lechota, (2015). *Horezza a.s., VOLAREZA NEWS*, Výtisk je neprodejný. Pro vnitřní potřebu rezortu Ministerstva obrany ČR. Redakčně připravil Dr. Václav Kupilík. Dáno do výroby 15. 6. 2015. Reg. MK ČR E 8205.

Klescht V., (2008), *Pět pilířů zdravého života*. Brno: Computer Press, a. s.

Mazurek, R., (2004). *Doktrína Armády České republiky*. Správa doktrín ŘeVD, Vyškov. AVIS Praha

Mejsnarová J. (2004). *Rekreační funkce v území. Rekreační aktivity z pohledu územního plánování*. Praha ČVUT FA.

Obrda, K. a Karpíšek, J., (1971). *Rehabilitace nervově nemocných*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství.

Pásková, M. a Zelenka, J. (2002): *Cestovní ruch: výkladový slovník*. MMR, Praha.

Slepičková, I. (2005) *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum.

Zákon č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky

Zákon 221/1999 Sb. o vojácích z povolání, ve znění zákona č. 155/2000 Sb.,

Zákona č. 129/2002 Sb., zákona č. 254/2002 Sb. a zákona č. 309/2002 Sb.

Praha: Ministerstvo obrany ČR.

Internetové zdroje:

Sharma, Jagannath, Greeves, Julie PByers, Mark, Bennett, Alexander N, Spears, mIain R. : MAY 4 2015, *Musculoskeletal injuries in British Army recruits: a prospective study of diagnosis-specific incidence and rehabilitation times*, View Journal Information 16-: 106.

Bathing in Greek and Roman Times. retrieved 26.5.2016 from World Wide Web: <http://www.crystalinks.com/remebaths.html>

Global move for health day initiative gets underway to promote physical activity benefits. retrieved 22.6.2016 from World Wide Web: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/releases/moves/en>

Preventivní rehabilitace PR, retrieved 22.5.2016 from World Wide Web: <http://www.volareza.cz/>

Historie oboru Pojetí a definice rehabilitace – IS MU, retrieved 25.6.2016 from World Wide Web: https://is.muni.cz/el/1451/podzim2014/bp2227/Terciarni_RHB_prednasky.pdf

Rehabilitation after the First World War. retrieved 26.6.2016 from World Wide Web: <http://www.redcross.org.uk/~media/BritishRedCross/Documents/Who%20we%20are/History%20and%20archives/Rehabilitation%20after%20the%20First%20World%20War.pdf>

Zřizovatelská listina VLRZ, (2005) retrieved 27.6.2016 z World Wide Web: <http://www.volareza.cz/soubory/informace/zrizovaci-listina-VLRZ.pdf>

10 PŘEHLED POUŽITÝCH ZKRATEK

AČR	Armáda České republiky
ČR	Česká republika
ČSFR	Československá federativní republika
GŠ	Generální štáb
HOREZZA	Hotelové rekreační a zdravotnické zařízení
EU	Evropská unie
IZS	Integrovaný záchranný systém
MO	Ministerstvo obrany
NATO	North Atlantic Treaty Organization
NNGŠ	Nařízení náčelníka Generálního štábu
NRF	National rection forces
PČR	Policie České republiky
PR	Preventivní rehabilitace
PRI. - KV	Preventivní rehabilitace s kardiovaskulárním programem
PŘI. -VR	Preventivní rehabilitace s všeobecně rekondičním programem
ŠIS	Štábní informační systém Armády České republiky
VeV-VA	Velitelství výcviku - Vojenská akademie
VLL	Vojenská lázeňská léčebna
VLRZ	VOLAREZA – Vojenská lázeňská a rekreační zařízení
VZ	Vojenská zotavovna
VZP	Voják z povolání
WHO	Světová zdravotnická organizace

11 PŘÍLOHY

10.1 Příloha č. 1 - Poukaz na PR I.

Vojenská lázeňská a rekreační zařízení, p. o., 101 00 Praha 10-Vršovice, Magnitogorská 12
 ☎ 973-201 633, 201 632, fax 973-201 659

POUKAZ

NA PREVENTIVNÍ REHABILITACI

PR I - NADSTANDARDNÍ PROGRAM

1602302130

ČÍSLO

2016

ROK

VLL KARLOVY VARY - Bellevue

U Imperiálu 12, 36001 Karlovy Vary

Tel : (973) 348 111 Fax : (973) 348 110

rezervace@bel.vlr.cz

Přiděluje se 1 lůžko na dobu od 7. listopadu 2016 do 20. listopadu 2016

Rozkazem velitele číslo ze dne

POUKAZ URČEN PRO:

Hodnost, jméno, příjmení

Datum narození ¹⁾

Číslo vojenského (služebního) průkazu

Trvalé bydliště (včetně PSČ)

Krycí číslo a místo útvaru

¹⁾Neupravovaný údaj – viz protokol čtení průkazu na druhé straně

VOJENSKÝ ÚTVAR 1535

HRANICE

krycí razítko útvaru a podpis velitele

datum přidělení poukazu

ÚSTRŽÍKEK pro vydání VÚP, nebo
 pro proplacení jízdní náhrady v hotovosti

1602302130

poukaz číslo

7.11.2016 - 20.11.2016

na dobu od – do

VLL KARLOVY VARY - Bellevue

Držitel poukazu

Zveřejněno v DR číslo

VOJENSKÝ ÚTVAR 1535

HRANICE

krycí razítko útvaru a podpis velitele

OZNÁMENÍ O PŘÍJEZDU

Svůj příjezd na PR oznamte zařízení VLRZ v období 30 - 14 dní před nástupem. Oznámení se nově zasílá pouze v elektronické podobě pomocí příslušné aplikace na webových stránkách www.volareza.cz v sekci "Pobyty pro MO". K přímému vstupu do aplikace můžete využít QR kód vytisknutý na tomto poukazu. Pro odeslání oznámení zadejte číslo poukazu a PIN.

Poukaz číslo

1602302130

PIN

BLYE

INFORMACE k pobytu rodinných příslušníků

Má-li voják nějaký vztah s sebou na pobyt na preventivní rehabilitaci nebo mimodobrovolné rehabilitaci (záleží na PR) **rodinného příslušníka, musí předložit písemnou souhlasu (Záznam o poskytnutí placené péče)** rodinného příslušníka spolu s účastníkem PR **redukce pracovního zařízení**. Bude-li na zářezích vnější ústřížky, kapacity, odědí dělní povrchy z zachování faktů a účelů svých při pobytu se příslušný počet není v souladu s platnými předpisy. Pokud je rodinný příslušník součástí účastníkem PR (cesta je uveden v každém vyjádření plakátu „VOJÁK“ v roce 2016). Nelze-li ji plně zahrnout v termínu přijetí, rozvozu se nelze. Cesta zahrnuje výstavbu a stavební materiál, přání peněz. Ostatní služby hradí klient na místě dle cenového seznamu a osobních potřeb. Voják je při nástupu písemně **prokázán existencí rodinných příslušníků**, kteří se pohybují společně s ním (zájem poskytovatelů ošetření je rodinné vojáky). Na pobyt rodinného příslušníka náleží vojáci, vyňatí vedoucí organizací celku resortu MO na PR, náležející v jiném okamžiku války, který nebyl odtud do 7 dnů 6 let. Za roční vojáky se dle odst. § 71 zák. č. 221/1999 Sb., považují, když si v vyhlášce v doplnění jako mužská (mužské) nebo družic (družic) se nepovažují děti. Ostatní osoby se ve vztahu k poskytování péče spojují s účastníkem PR provádějící na doporučení. K dítěti je jako i podle požadavků na rodinné vojáky pro služby poskytovateli péče spojují s účastníkem PR **pokaz**, jen ROK-číslo v vyhlášce v doplnění nepřesáhne číslo 3 miliónů a jeho přidělení na adresu vojáky k vztahům péče. Za opatrovníka osoby se rovněž považuje nezprávněný dík manželky (manželky) nebo družky (družky) ženatého PR. V případě, že se pohybuje spolu s účastníkem PR, začínají jako rodinný příslušník, nezpracovávají dle § 11 zákona č. 111/1999 Sb.) užití 15 let, které skončí po uplynutí čtyřech desetiletí, tj. účastník PR nepřetrvává.

* porovnání účelnosti o studií, nebo výzkum o studiu (index), příkaz SSC
 * potvrzení úst. práva, nebo úst. ústředního nepřetržitě zde. Závazek

Pokaz čísla: 1602302130

na preventivní rehabilitaci I jsem přidělil vojáky, který splňuje podmínky stanovené pro poskytování preventivní rehabilitace zák. č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání a rozkazem ministra obrany.

Voják, jemuž byl pokaz přidělen *) :

☐ dosah věku 35 let

☐ je nejmenší 10 let ve služebním poměru

☐ je nejmenší 1 rok služební záležitosti na funkci nebo v jednotkách dle Okružní služebního rozkazu pro poskytování PR uvedeného v § 4 vyhlášky MO č. 281/1999 Sb,

hodnot, jméno (titule) a podpis velitele

*) Základní kritérium, na jehož základě byli vojáky poukaz na PR přidělen.

POKYNY PRO ÚČASTNÍKA PREVENTIVNÍ REHABILITACE I

- PODMÍNKY poskytování preventivní rehabilitace jsou pro vojáky z povolání stanoveny zákonem č. 221/1999 Sb. o vojácích z povolání a rozkazem ministra obrany;
- STRAVOVACÍ SLUŽBY začínají ve dne nastupu ubytovaním a končí snídaní v den odjezdu. V den příjezdu mohou být účastníci PR ubytováni nejpozději v 10.00 hodin. Den odjezdu jsou účastníci PR povinni uvést pokladu do 10.00 hodin. V den nastupu plánuje příjezd na základě rozpisů do 16.00 hodin tak, aby se mohli zabývat vstupními povahami.
- DRŽITEL POUKAZU JE POVINEN:
 - a) ve lhůtě do 30 - 14 dní před nástupem na PR oznámít svůj příjezd do **VZ Karlov Vary - Bellevue**. Oznámení o příjezdu se provádí pomocí příslušné aplikace na webových stránkách www.vylar.cz u sekce "Pohybny pro MO" konkrétního zařízení nebo lze využít přímoho vstupu cestou QR kód vystáhnout na přední straně tohoto poukazu. Pro odeslání oznámení zadáte číslo poukazu a PIN.
 - b) při nástupu na preventivní rehabilitaci:
 - i) prokázanou svou totožností;
 - ii) předložit řádně vyplněný poukaz, opatřený krycím razítkem a podpisem vedoucího organizačního celku resortu MO.
- Rozdělit zařízení odepte pobyt vojáky, který nepřetáhne přepravené náležitosti pro nástup na preventivní rehabilitaci uveden v bodě 3., písm. b).
- INFORMACE K PORUBTU NA PR:
Program, sportovní aktivity a vybavení: Ve vz. jsou organizovány PR se čtyřmi typy programů (různé tělesné výchovy, kulturní výchovy, standardní wellness procedury a makroterapie). Na pobyt doporučujeme vzít si s sebou věci (nářadí a vybavení) s přihlednutím k vybavenosti zařízení, k roční době a k zaměstnání programu PR.
Ubytování: je zabezpečeno zpravidla v jedno nebo dvouložkových pokojích.
Pro vstup do restaurace či jídelny je požadován vhodně obléčen.
Místní poplatky účastník PR nechází.
Doprava: Vlakem nebo autobusem do Karlových Varů a dále:
 - z vlakového nádraží autobusem MHD č. 13 (směr „Anenské lázně“) na zastávku „LIBUŠINA“ (přimo nad hotelem);
 - z autobusového nádraží ze zastávky „Náměstí Svobody“ autobusem č. 2 na zastávku „SANSOUC“ (přmo pod hotelem) nebo ze zastávky MHD „Tržnice“ autobusem č. 7 (směr „Libkovský Finkelmaler“) na zastávku „SANSOUC“ (přmo pod hotelem). Informace při dopravě soukromým vozidlem bez telefonicky zjistit na recepci hotelu (tel. 973 348 111). Cena jízdenky na MHD v Karlových Varech je 18,- Kč bez přestupu. Jízdenku je možno také zakoupit u řidiče za 25,- Kč, která je přístupná. V případě použití soukromého vozidla je možno využít za poplatek odpovídající plochu v hotelu, která má kapacitu kapacit (18 míst). Poplatek za využití odstraňovací plochy hradí účastník PR jednorázovou pouštní částkou ve výši 390 Kč.

Podrobnější informace k vybavenosti zařízení a k programu naleznete na webových stránkách www.vylar.cz v sekci Pohybny pro MO - Preventivní rehabilitace - VLL Karlov Vary - Bellevue.

Potvrzení svým podpisem, že jsem se seznámil s informacemi a povinnostmi uvedenými v těchto Pokynech pro účastníka preventivní rehabilitace I. V případě vzniku závažných zdravotních (nepovinných) až četných závažných onemocnění se zpracováním osobních údajů dle zák. č. 101/2000 Sb.

V _____ dne _____ podpis držitele poukazu

10.2 Příloha č. 2 - Žádost o přidělení o poukazu na PR I.

Odešlete na Podatelství VLRZ, Magdátogorská 12, 101 00 Praha 10 (fax: 201 659, e-mail: podatelstvi@vlrz.cz).
V případě, že je žádost zaslána faxem (nutné černé razítko) nebo e-mailem, nezasílejte ji následně i poštou.

ŽÁDOST O PŘIDĚLENÍ VRÁCENÉHO POUKAZU na preventivní rehabilitaci I			
--	--	--	--

ŽADATEL:
PŘÍJMENÍ _____ JMÉNO _____
HODNOST _____ TITUL _____
TELEFON zaměstnání _____ domů _____ mobil _____
DATUM NAROZENÍ ¹⁾ _____

ADRESA VOJENSKÉ SOUČÁSTI:
KRYCÍ ČÍSLO _____
PSČ _____ MÍSTO _____

Bude-li to z kapacitních důvodů možné, žádám o přidělení vráceného poukazu na PR do následujících zařízení VLRZ:

1. pořadí	2. pořadí
ZAŘÍZENÍ VLRZ _____	_____
termín (od - do) _____	_____

V případě, že nebude možné v tomto termínu uvedený požadavek splnit, žádám o přidělení vráceného poukazu v následujících náhradních termínech:

1. pořadí	2. pořadí
náhradní termín _____	_____

Upozornění pro žadatele:
VLRZ zabezpečí poukaz na PR v jednom z požadovaných termínů. V případě volné kapacity v daném zařízení zašle poukaz i se zohledněním výběru zařízení. Nebude-li ve zvoleném zařízení volná kapacita, bude zaslán poukaz do jiného zařízení VLRZ při dodržení požadovaného termínu. Důvodem tohoto opatření je skutečnost, že poukaz na PR přiděluje velitel žadateli prioritně s ohledem na plnění služebních povinností (viz čl. 19 RMO č. 46/1999). Zaslání poukazu do jiného zařízení než je vyžadováno, není důvodem pro jeho vrácení. Pokud by byl poukaz z tohoto důvodu vrácen, pak žadatel nespokojí nárok na PR.
Žadatel je povinen včas se informovat o stavu podané žádosti na dispečinku Oddělení služeb pro AČR VLRZ cestou osoby určené pro styk s VLRZ.

Vyřádkování velitele: _____
Se žádostí souhlasím. *datum a podpis žadatele*

_____ *krycí razítko vojenské součásti* _____ *jméno, příjmení (vypsat) a podpis velitele*

Poznámka:
1) Nepovinný údaj (v případě jeho uvedení souhlasím se zpracováním osobních údajů dle zák. č. 101/2000 Sb.).

10.3 Příloha č. 3 - Žádost o přidělení o poukazu na PR II.

Odešlete na ředitelství VLRZ, Magnitogorská 12, 101 00 Praha 10 (fax: 201 659, e-mail: podatelna@vlrz.cz)
V případě, že je žádost zaslána faxem (numé černé razítko) nebo e-mailem, nezasílejte ji následně i poštou.

ŽÁDOST O PŘIDĚLENÍ VRÁCENÉHO POUKAZU
na preventivní rehabilitaci II, I-KV, I-VR

ŽADATEL:

PŘÍJMENÍ JMÉNO

HODNOST TITUL

TELEFON zaměstnání domů mobil

DATUM NAROZENÍ ¹⁾

ADRESA VOJENSKÉ SOUČÁSTI:

KRYCÍ ČÍSLO

PSČ MÍSTO

Žádám o přidělení vráceného poukazu na preventivní rehabilitaci s lékařským návrhem:
PR II ; PR I - KV ; PR I - VR ²⁾

ZAŘÍZENÍ VLRZ 1. pořadí 2. pořadí

termín (od - do)

V případě, že nebude možné v tomto termínu uvedený požadavek splnit, žádám o zaslání vráceného poukazu v následujících náhradních termínech:

náhradní termín 1. pořadí 2. pořadí

Upozornění pro žadatele:
Žadatel je povinen včas se informovat o stavu podané žádosti na dispečinku Oddělení služeb pro AČR VLRZ cestou osoby určené pro styk s VLRZ.

datum a podpis žadatele

Vyjádření velitele:
Se žádostí souhlasím.

krycí razítko vojenské součásti jméno, příjmení (vypsát) a podpis velitele

Poznámka :
1) Nepovinný údaj (v případě jeho uvedení souhlasím se zpracováním osobních údajů dle zák. č. 101/2000 Sb.).
2) Nehodící se škrtněte.

10.4 Příloha č. 4 - Žádost o mimořádnou rehabilitaci.

Odešlete na ředitelství VLRZ, Magnitogorská 12, 101 00 Praha 10 (fax: 201 659, e-mail: podatelna@vlrz.cz).
V případě, že je žádost zaslána faxem (numé černé razítko) nebo e-mailem, nezasílejte ji následně i poštou.

ŽÁDOST O PŘIDĚLENÍ POUKAZU na mimořádnou rehabilitaci podle § 97a, zákona číslo 221/1999 Sb.			
--	--	--	--

ŽADATEL:

PŘÍJMENÍ JMÉNO

HODNOST TITUL

TELEFON zaměstnání domů mobil

DATUM NAROZENÍ ¹⁾

ADRESA VOJENSKÉ SOUČÁSTI:

KRYCÍ ČÍSLO

PSČ MÍSTO

DATUM NÁVRATU ZE ZAHRANIČNÍ OPERACE:

ŽÁDÁM O PŘIDĚLENÍ POUKAZU NA MIMOŘÁDNOU REHABILITACI:

TERMÍN (OD - DO)

V případě, že nebude možné v tomto termínu uvedený požadavek splnit, žádám o přidělení poukazu v následujícím náhradním termínu:

NÁHRADNÍ TERMÍN

Bude-li to z kapacitních důvodů možné, žádám o přidělení poukazu do následujících zařízení VLRZ:

	1. pořadí	2. pořadí
ZAŘÍZENÍ VLRZ		

Upozornění pro žadatele:

VLRZ zabezpečí poukaz na mimořádnou rehabilitaci (MR) v požadovaném termínu. V případě volné kapacity na požadovaném zařízení zašle poukaz i se zohledněním výběru zařízení. Nebude-li na požadovaném zařízení volná kapacita, bude veliteli zaslán pro žadatele poukaz do kteréhokoli zařízení VLRZ při dodržení požadovaného termínu tak, aby žadatel mohl absolvovat MR do 60 kalendářních dnů po návratu ze zahraniční operace. Poukaz na MR není určen pro vojáky splňující kritéria pro poskytnutí PR dle RMO č. 46/1999.

Vyjádření velitele:

datum a podpis žadatele

jméno, příjmení (vypsáno) a podpis velitele

krycí razítko vojenské součásti

10.5 Příloha č. 5 - Žádost o povolení pobytu rodinného příslušníka

ŽÁDOST O POVOLENÍ PLACENÉHO POBYTU rodinných příslušníků spolu s účastníkem preventivní rehabilitace				
ŽADATEL:				
PŘÍJMENÍ			JMÉNO	
HODNOST		TITUL	PŘÍSP. Z FKSP ¹⁾	☐ ano ☐ ne
TELEFON	zaměstnání		mobil	E-MAIL
VOJENSKÁ SOUČÁST				
JSEM DRŽITELEM POUKAZU NA PR:				
ČÍSLO		TERMÍN:		ZAŘÍZENÍ:
ŽÁDÁM O ZAJIŠTĚNÍ PLACENÉHO POBYTU PRO RODINNÉ PŘÍSLUŠNÍKY:				
Příjmení a jméno	Datum narození ²⁾	Vztah k žadateli	Dítě ³⁾	Pobyt v termínu od - do
			☐	
			☐	
			☐	
PODMÍNKY PRO ZRUŠENÍ OBJEDNANÝCH A ZAŘÍZENÍM VLRZ POTVRZENÝCH SLUŽEB: Žadatel je oprávněn písemně zrušit objednané a zařízením VLRZ potvrzené služby (dále jen "služby"). Služby jsou považovány za zrušené dnem doručení písemné zprávy žadatele na zařízení VLRZ, ve kterém jsou služby zajišťovány. Poplatky za zrušení služeb (stornopoplatky) jsou následující: a) do 14 dnů před nástupem - bez úhrady stornopoplatků, b) 14 až 8 dnů před nástupem - 40 % z ceny služeb, c) 7 dnů až 1 den před nástupem - 60 % z ceny služeb, d) v den nástupu nebo nedojezd - 100 % z ceny služeb, e) zrušení služeb v průběhu pobytu - 100 % z ceny služeb.				
PROHLÁŠENÍ ŽADATELE: 1. Tuto žádost považuji za závaznou a její případné zrušení oznámím zařízení VLRZ. 2. Před podáním žádosti jsem se seznámil s podmínkami pro zrušení objednaných a zařízením VLRZ potvrzených služeb a souhlasím s nimi. 3. Na www.volareza.cz jsem se seznámil s podmínkami pro placení pobytu rodinných příslušníků s účastníkem preventivní rehabilitace a souhlasím s nimi. 4. Před podáním této žádosti jsem provedl oznámení o příjezdu na zařízení VLRZ.				
			_____ <i>datum a podpis žadatele</i>	
VYJÁDRĚNÍ VELITELE: Potvrzuji správnost uvedených údajů.				
_____ <i>jméno, příjmení (vyplat)</i> <i>a podpis velitele současti (úřadu, zařízení)</i>			_____ <i>krýcí razítko vojenské současti</i>	
POUČENÍ PRO ŽADATELE: 1. Žádost odešlete elektronicky, faxem nebo poštou přímo na zařízení VLRZ, do kterého Vám byl přidělen poukaz na preventivní rehabilitaci. Před odesláním žádosti proveďte Vaši registraci v příslušné aplikaci na www.volareza.cz (proved' te oznámení o příjezdu na zařízení VLRZ). Veškeré kontakty naleznete na www.volareza.cz. 2. Věnujte pozornost vyplnění veškerých údajů v žádosti včetně e-mailové adresy. Elektronická forma komunikace je preferována. 3. V případě, že je žádost vybovňována, obdrží žadatel voucher a zálohovou fakturu k úhradě ceny objednaného pobytu. Nebude-li faktura uhrazena v termínu splatnosti, rezervace se ruší a uvolněná kapacita bude přidělena jinému žadateli.				
Poznámky: 1) V případě úhrady pobytu rodinných příslušníků z FKSP zaplate spolu se žádostí i objednávku vystavenou plátcem pobytu. 2) Nepovinný údaj (v případě jeho uvedení souhlasím se zpracováním osobních údajů dle zák. č. 101/2000 Sb.). 3) Pokud žádáte zajištění placeného pobytu pro dítě a neuvádí (-a) jste jeho datum narození, zaškrtněte toto pole. Dítětem se rozumí osoba ve věku 2 až 6 let, přičemž je rozhodující její věk v první den pobytu.				

10.6 Příloha č. 6 - Žádost o přerušení preventivní rehabilitace PR

ŽÁDOST VOJÁKA O PŘERUŠENÍ POBYTU PR															
ŽADATEL: <table style="width: 100%; border: none;"><tr><td style="width: 30%;">PŘÍJMENÍ</td><td style="width: 30%; border-bottom: 1px solid black;"></td><td style="width: 20%;">JMÉNO</td><td style="width: 20%; border-bottom: 1px solid black;"></td></tr><tr><td>HODNOST</td><td style="border-bottom: 1px solid black;"></td><td>TITUL</td><td style="border-bottom: 1px solid black;"></td></tr></table> Žádám o přerušení pobytu na preventivní rehabilitaci I – II ^{*)} od do v souladu s Vyhláškou č.263 ze dne 5. 11. 1999 – z jiného důvodu^{*)}. Důvod: V dne <table style="width: 100%; border: none;"><tr><td style="width: 50%; border-bottom: 1px solid black; text-align: center;"> <i>krycí číslo a místo VÚ</i></td><td style="width: 50%; border-bottom: 1px solid black; text-align: center;"> <i>podpis žadatele</i></td></tr></table> <tr><th colspan="2" style="background-color: #cccccc; text-align: center; padding: 5px;">POVOLENÍ PŘERUŠENÍ POBYTU PREVENTIVNÍ REHABILITACE</th></tr> <tr><td colspan="2" style="padding: 10px;"> Na základě výše uvedené žádosti účastníka preventivní rehabilitace I – II ^{*)} pana (-i) příslušníka VÚ povolují – beru na vědomí ^{*)} přerušeni – předčasné ukončení ^{*)} pobytu na preventivní rehabilitaci na dobu od do . V dne <i>ředitel zařízení VLRZ</i> Pořízeno ve 2 výtiscích o 1 listě a odesláno: Výtisk č. 1 pro VÚ Výtisk č. 2 pro spis ^{*)} Nehodící se škrtejte. </td></tr>		PŘÍJMENÍ		JMÉNO		HODNOST		TITUL		 <i>krycí číslo a místo VÚ</i>	 <i>podpis žadatele</i>	POVOLENÍ PŘERUŠENÍ POBYTU PREVENTIVNÍ REHABILITACE		Na základě výše uvedené žádosti účastníka preventivní rehabilitace I – II ^{*)} pana (-i) příslušníka VÚ povolují – beru na vědomí ^{*)} přerušeni – předčasné ukončení ^{*)} pobytu na preventivní rehabilitaci na dobu od do . V dne <i>ředitel zařízení VLRZ</i> Pořízeno ve 2 výtiscích o 1 listě a odesláno: Výtisk č. 1 pro VÚ Výtisk č. 2 pro spis ^{*)} Nehodící se škrtejte.	
PŘÍJMENÍ		JMÉNO													
HODNOST		TITUL													
 <i>krycí číslo a místo VÚ</i>	 <i>podpis žadatele</i>														
POVOLENÍ PŘERUŠENÍ POBYTU PREVENTIVNÍ REHABILITACE															
Na základě výše uvedené žádosti účastníka preventivní rehabilitace I – II ^{*)} pana (-i) příslušníka VÚ povolují – beru na vědomí ^{*)} přerušeni – předčasné ukončení ^{*)} pobytu na preventivní rehabilitaci na dobu od do . V dne <i>ředitel zařízení VLRZ</i> Pořízeno ve 2 výtiscích o 1 listě a odesláno: Výtisk č. 1 pro VÚ Výtisk č. 2 pro spis ^{*)} Nehodící se škrtejte.															

10.7 Příloha č. 7 - Program preventivní rehabilitace

Vojenská zotavovna DYJE

Vranov nad Dyjí

Středisko Vranov

Čj. /2016- VLRZ/D/OU

Výtisk číslo:1

Počet listů: 2

Schvaluji: Ing. Albert PROCHÁZKA
ředitel

PROGRAM PREVENTIVNÍ REHABILITACE

Dle RMO 46/1999, čl. 27, písm. a) „Poskytování preventivní rehabilitace“

Standardní program

v turnusu od 30.5. do 12.6. 2016

DEN	DATUM	ČAS	ČINNOST	MÍSTO	POZNÁMKA
Pondělí	30. 5.	Do 16:00	Nástup, vyřízení formalit, ubytování	Recepce	
		13:00-16:00	Posilovna, infrasauna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		13:00-16:00	Sauna, vířivka, squash, minigolf	Wellness	objednat ve Wellness
		16:00	Vstupní pohovor s ředitelem VZ Dyje	Kinosál	účast povinná
Úterý	31. 5.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-12:00	Vycházka do Vranova nad Dyjí	Od recepce	účast list, prog. ref.
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Středa	1. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		14:00-21:00	MDD	Dětské hřiště	účast list
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Čtvrtek	2. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-13:00	Cyklovýlet na Bítoř, exkurze pivovaru	Od recepce	účast list
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		14:00-14:45	Kompenzační cvičení	Wellness	účast list, prog. ref.
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Pátek	3. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-12:00	Vycházka ke Claryho kříž	Od recepce	individuálně
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Sobota	4. 6.	09:00-12:00	is	Wellness	objednat ve Wellness
Neděle	5. 6.	09:00-12:00	is	Wellness	objednat ve Wellness

DEN	DATUM	ČAS	ČINNOST	MÍSTO	POZNÁMKA
Pondělí	6. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-10:00	Ruské kuželky	Kuželky	individuálně
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Úterý	7. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-12:00	Cyklovýlet na Hardeggskou vyhlídku	Od recepcie	účast list
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		14:15-16:30	Vyhlídková plavba lodí po přehradě	Od recepcie	účast list, prog.ref
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		19:30-21:00	Grilování v kavárně	Kavárna	Radek Jedlička
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Středa	8. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:00-12:00	Squash - hra o medaile	Wellness	účast list, prog.ref
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		14:00-18:00	Cyklovýlet na Boskovštejn - muzeum kol	Od recepcie	účast list
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Čtvrtek	9. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		09:15-12:30	Prohlídka vodní elektrárny Vranov	Od recepcie	účast list, prog.ref
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		14:00-14:45	Kompenzační cvičení	Wellness	účast list
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Pátek	10. 6.	08:30-09:00	Půjčování kol	Baja 3 a 5	
		10:00	Výstupní pohovor s ředitelem VZ	Kinosál	účast povinná
		09:00-17:00	Posilovna, stolní tenis, tenis	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Infrasauna, vířivka, squash, adventuregolf	Wellness	objednat ve Wellness
		15:00-19:00	Sauna	Wellness	objednat ve Wellness
		09:00-17:00	Cykloturistika, turistika	Okolí VZ	individuálně
		09:00-17:00	Míčové hry – volejbal, nohejbal	Hřiště	objednat ve Wellness
Sobota	11. 6.	09:00-12:00	is	Wellness	objednat ve Wellness
Neděle	12. 6.	do 9:30	Uvolnění pokojů – odjezdy		

Vypracoval: Programový referent Jana Kašparová

Počet účastníků PR- ST 90

Hlavní náplň: Míčové hry, cykloturistika, turistika

Doplňková náplň: Posilovna, squash, stol. tenis, tenis, adventuregolf, sauna, vířivka

Doba organizované činnosti: PO -PÁ 09,00 – 12,00 14,00 – 17,00

Půjčování a vrácení kol pondělí - neděle 8,30 hod – 9,00 hod. Zapůjčení i vrácení.

Půjčování sportovních potřeb na Wellness 9,00-21,00 hod.

10.8 Příloha č. 8 - Anketní lístek

ANKETNÍ LÍSTEK

Pohlaví:

Bydliště (město):

Útvar:

Hodnost:

1. Účastníte se preventivních rehabilitací (PRI.) dle možnosti Zákona 221/1999 Sb. o vojácích z povolání?

ANO	NE

2. Pokud ne z jakého důvodu?

(pokud jste v předchozí otázce odpověděli „ANO“, přejděte k otázce č. 3)

a) Neumožňuje mi to pracovní vytížení	
b) Neoslovuje mě možná nabídka	
c) Rodinné důvody	
d) Jmé	

3. Jaký typ PR využíváte?

a) Dosažení 10 let v rezortu	
b) Dosažení 35 let věku	
c) Služební zařazení umožňující okamžitý nárok	
d) Služba v zahraniční operaci trvající déle jak 90 dní	

4. Která zařízení si vybíráte z dané nabídky?

a) Standardní preventivní rekreace	
b) Preventivní rekreace s tělovýchovným programem	
c) Preventivní rehabilitace s nadstandardním programem	
d) Preventivní rehabilitace s lázeňským programem	

5. Jaké dislokace Vás nejvíce zajímají?

a) Vojenská lázeňská léčebna Karlovy Vary	
b) Vojenská lázeňská léčebna Františkovy Lázně	
c) Vojenská lázeňská léčebna Teplice	
d) Vojenská lázeňská léčebna Jeseník	
e) Vojenská zotavovna Bedřichov	
f) Vojenská zotavovna Bedřichov- Malý Šišák	
g) Vojenská zotavovna Měřín	
h) Vojenská zotavovna Dyje -Vranov	
i) Vojenská zotavovna Dyje	
j) Vojenská zotavovna Ovcárna pod Pradědem	

6. Podle čeho si PR vybíráte?

(může být i více odpovědí)

a) Dislokace (blízko, daleko, spojení)	
b) Lokalita a její využití	
c) Vybavení zařízení	
d) Ubytování a stravování	
e) Nabídka programu	
f) Doporučení kolegy	
g) Jmé (napíšte jaké)	

7. Jakým způsobem většinou získáte přidělený poukaz?

a) Využíváte ročního plánování PR	
b) Zádáte o vrácené poukazy	

8. Co nejvíce oceníte na PR

(může být i více odpovědí)

a) Odpočinek, relaxace, psychické odreagování	
b) Rehabilitace-léčba zdravotních obtíží	
c) Zvýšení fyzické kondice/ možnost věnovat se pohybové aktivitě	
d) Poznání nových lokalit, míst, osob	
e) Volný čas „pro sebe“ mimo dovolenou	
f) Kompletní servis hrazený v rámci pobytu	
g) Jiné (napíšte jaké)	

9. Sportujete během pobytu PR / Věnujete se během pobytu PR sportovní aktivitě?

a) ANO – jen v rámci stanoveného programu	
b) ANO – i více, ale stejně jako obvykle, když jsem v práci a doma	
c) ANO – více než obvykle	
d) NE	

10. Myslíte si, že mají PR pozitivní vliv na Váš zdravotní stav?

ANO	NE

11. Pokud jste v předchozí otázce odpověděli „ANO“, v jakém ohledu?

(může být i více odpovědí)

a) Odpočinek, relaxace, psychické odreagování	
b) Zmírnění zdravotní obtíží	
c) Zvýšení fyzické kondice	
d) Jiné (napíšte jaké)	

12. Jste spokojeni s programem, zapojením tělovýchovných a programových pracovníků a jejich činností v rámci PR?

ANO	NE
Pokud NE, jaké služby, programy byste navrhli, zlepšili, či doplnili?	

13. Upřednostnili byste striktněji řízenou PR?

ANO	NE
Pokud ANO v jakém ohledu?	

14. Využíváte možnosti vzít si sebou rodinné příslušníky?

ANO	NE

15. Myslíte si, že je současná doba pobytu adekvátní?

ANO	NE
	Pokud Ne uveďte počet dní ve dnech: