



Pololetník Oborové zdravotní pojišťovny zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví

Profesor Vladimír Beneš

Zajímejme se o kvalitu péče



- 3 - Úvodní slovo generálního ředitele OZP Ladislava Friedricha
- 4 - Rozhovor s neurochirurgem a entomologem Vladimírem Benešem
- 7 - Jak pečuje T-Mobile o své zaměstnance
- 8 - Vitakonto: Užijte si bonusy jako nikdy
- 12 - Jak jste spokojeni s Asistenční službou
- 14 - Vitakarta: Hlídejte si zdraví online
- 15 - Senioři se internetu nebojí
- 16 - Novinky v medicíně
- 18 - S vitamínem C je život zdravější
- 20 - Novinky v platbách pojistného na rok 2014
- 22 - Martin Kolomý: Drsný život závodníka Rallye Dakar
- 24 - Reportáž ozdravných pobytů v Chorvatsku
- 26 - Tadeáš Věrčák: Hudební skladatel se našel v televizní a filmové tvorbě
- 28 - Nejkrásnější lyžování v Jižním Tyrolsku nejen pro děti
- 30 - OZP podporuje úspěšného cyklistu
- 32 - Co nového v regionech
- 33 - Pozvánka na Mikuláše
- 34 - Křížovka o ceny

DOBRÁ ZPRÁVA Z OZP...

„S radostí oznamujeme, že v letošním roce OZP tradičně hospodaří s vyrovnanou bilancí základního fondu. Klienti se tak nemusí bát, že by pro ně nebyla nasmlouvána kvalitní a dostupná péče.“

Redakční rada: Mgr. Mario Böhme, MUDr. Taťana Bretyšová, Ing. Ladislav Friedrich, CSc., Romana Marmazinská, Ing. Milena Najmanová, Jan Paroubek, Ing. Tereza Podaná, Ing. Vladimír Turek, Ing. Ladislav Wagner

Vydavatel: Oborová zdravotní pojišťovna zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví

Redakční a DTP zpracování: Médea Group, Mikuleckého 1311/8, 147 00 Praha 4

Registrace MKČR 6866, ze dne 27. 08. 2003

Vydavatel neručí za obsah inzerce

Fotografie na titulní straně - archiv V. Beneše

BI
SA
BS
BS
BO

Nebojíme se změn ve zdravotnictví

... ŘÍKÁ GENERÁLNÍ ŘEDITEL OZP
LADISLAV FRIEDRICH



Jaký přívlastek byste dal našemu zdravotnictví v roce 2014?

Rok 2014 bude samozřejmě výjimečný v tom, že zde budeme mít novou vládu a její zatím neznámé programové cíle pro zdravotnictví. Je však současně jasné, že jakékoliv změny těžko mohou nastat dříve než od roku 2015. Rozhodně nás však čeká diskuse, co dál. Za úspěch však považuji alespoň to, že se zdravotnictví nestalo volebním tématem číslo jedna a vyhnuli jsme se tak částečně největším zjednodušování složitých problémů do hesel na plakátech. Bude nutno dořešit problém regulačních poplatků, který zatím dočasná vláda bez poslanecké sněmovny řešit nemohla a který vytváří finanční rizika a hlavně problém úhradové vyhlášky na rok 2014. Rok 2014 bych proto viděl jako rok „vášnivých diskusí“. Zda to budou diskuse racionální a konstruktivní, záleží hlavně na postoji nové vlády.

Co je nejdůležitějším úkolem zdravotní pojišťovny směrem ke klientům?

Zdravotní pojišťovna musí hlavně zajistit praktickou dostupnost a kvalitu zdravotní péče. Rádi bychom však našim pojištěncům garantovali i dlouhodobou stabilitu pojišťovny, kvalitní základní i nové doplňkové služby a atraktivní výhody navíc.

Jak odměníte ty, kteří se o své zdraví opravdu starají?

OZP pro rok 2014 přichází s opravdovou novinkou. Můžeme totiž asi jako první v České republice využít několika

připravených služeb a spojit je do opravdu kvalitní a unikátní nabídky. Naše Vitakarta umožňující moderní elektronické pojišťovnictví bude nově od 1. ledna 2014 provázána nejen s oblíbenou Asistenční službou OZP, ale nově nabídnou i atraktivní bonusový systém Vitakonto. Bude nabízet všem účastníkům individuálně plnou „peněženku“ s možností čerpání mnoha výhod.

Jakou službu/produkt OZP považujete za nejpraktičtější?

Věřím, že si každý najde to svoje. Základem je dlouhodobě budovaná široká síť kvalitních smluvních lékařů po celé ČR. Pro případ jakýchkoliv problémů je zde naše asistenční služba a pro ty, kteří chtějí něco navíc, přicházíme se skutečně atraktivní nabídkou výhod. Nelze vynechat oblíbené připojištění úrazů pro děti, pojištění při cestách do zahraničí a mnoho dalších smluvních pojištění - to vše s velkou slevou pro naše klienty nejen zůstává, ale bude se i rozšiřovat. Stejně tak zachováme i příspěvky na očkování a další výhody pro ty, kteří dosud do světa elektro-nických služeb neprošli.

Mají se lidé bát změn ve zdravotnictví?

Bál bych se takových změn, které by byly postaveny na tvzení, že občané budou mít vždy a všude vše snadno dostupné v nejlepší kvalitě, vše bude zdarma podle posledních vědeckých objevů a technických novinek a nikdo se nemusí o nic snažit. Stačí

s problémem zajít k lékaři a dál už má každý jen svá práva a žádné povinnosti s tím, že on už se někdo o vše postará. Moc by se nám to všem jistě líbilo, ale je to jen pohádka. Snadno by se nám mohlo stát, že nás pohádka uspí a až se probudíme, bude vše neúnosně nákladné a kvalitu si bude užívat stejně jen ten, kdo v tom takzvaně „bude umět chodit“. Pokud naopak změny postavíme tak, že solidární systém zajistí slušnou, moderní a efektivní zdravotní péči, ale bude mít svá omezení a bude nastavovat i povinnosti a motivace, aby každý z nás také přispěl k jeho fungování. To se netýká jen placení pojistného, ale i motivace k péči o své zdraví a tlaku na dodržování pravidel zodpovědného pacienta. Také kvalitní zdravotní pojišťovnu poznáte spíše podle toho, že občas některý z lékařů bručí o regulacích a kontrolách a sousedka zmíní, že jí zdravotní pojišťovna tentokrát zaplatí jen na příspěvkové lázně. Teprve pak můžete věřit, že se každá koruna, kterou jste odvedli, utratí za to, co je opravdu nutné a že v případě potřeby zbude i na vás.

Změny ve zdravotnictví rozhodně potřebujeme. Měly by však přicházet postupně, po racionální diskusi a nemohou být postaveny na iluzích a pohádkách, že jsme právě našli báječné a ideální řešení. Takové neexistuje. Naopak změn, které budou představovat a dohodnuty jako rozumný kompromis mezi mnoha klady a záporů, těch bych se nebál.

Nech brouka žít...

TENTO REFRÉN JEDNÉ PÍSNÍČKY SE MI V MYSLI VYBAVIL HNED POTÉ, CO JSEM DOSEDLA DO KŘESLA V PRACOVNĚ PROFESORA MUDR. VLADIMÍRA BENEŠE, VÝZNAMNÉHO NEUROCHIRURGA A PŘEDNOSTY NEUROCHIRURGICKÉ KLINIKY ÚSTŘEDNÍ VOJENSKÉ NEMOCNICE V PRAZE.

> Následoval dialog, který se spíš blížil pohodovému „klábosení“ o všem možném i nemožném ze světa kolem nás, než oficiálnímu rozhovoru, hodného novinářského umu. Omluvou je mi fakt, že mým oborem je spíš medicína, než novinářina.

O panu profesorovi vyšlo již mnoho článků; mnoho novinářů vstoupilo do jeho pracovny, kde kromě odborné literatury, počítače a dalších nezbytností, sídlí hroznýš, v předsálí pracovny se pak vyhrívají dvě krásné agamy vousaté z rodu Pogona. Proč však byla na začátku řeč o broucích? Ti se v posledních letech pro profesora Beneše stali vedle neurochirurgie a rodiny další vášní. Dříve spíš ještěři, ještěrky, hadi a jiná exotická zvířata, nyní brouci, broučci, motýli a další. Fakt je, že mne profesor moc nepochvává za titul tohoto článku, je trochu

v rozporu s preparovými exempláři na zdechových pracovnách, ale láska k tomuto druhu je zřejmě z obou rovin.

Neurochirurgická „magie“

Specializuje se na míšní nádory, na operace patologických shluků cév, ohrožující pacienta mozkovým krvácením a na zákroky v anatomickém středu mozku. „Přibližně u patnácti operací za rok nesmím či spíše nechci chybět, protože mě zajímají. Zvláště oblast glandula pinealis, neboli šišinky mozkové, žlázy, která se často považuje za bývalé třetí oko a má pravděpodobně vliv na spánkový rytmus, je anatomicky moje oblíbené místo. Ve většině ostatních případů si kolegové už dávno poradí beze mě, což je skvělé. Jenže nejde jenom o to provést operaci. Důležité je kolektivně se rozhodnout, kdy, co a jak udělat a co od toho očekávat.

Je to i výuka, kdy každý názor, třeba i hloupý, má svoji cenu. Vlastní operování, jestli chcete, vás klidně naučím, to není žádná magie. Jako student jsem si pohrával s myšlenkou dělat třeba ortopedii, ale na to rovnání desítek úlomků roztržštěné kosti nejsem dost šikovný a trpělivý. To, co dělám teď, je mnohem jemnější, čistší a preciznější práce s velkým tvůrčím potenciálem. A také žádná fyzická dřina. V mikroskopu si to desetkrát zvětším, takže i maličkou výduť na cévě vidím přes celé zorné pole.“ Nejvíce ho na neurochirurgii přitahuje hledání řešení a pestrost oboru, týkající se celého těla a zodpovědného za množství chorob a způsobů, jak na ně vyžrát. „Navíc věkové spektrum našich pacientů je od novorozenců po lidi těsně nad hrobem. Tím, jak populace stárne, objevuje se víc nemocí.

Po sedmdesátce jsou pro pacienta některé operace už příliš zatěžující, takže indikace pečlivě zvažujeme. V některých případech nejlepší operace je žádná operace. Zařadili jsme do repertoáru systémem sledování nemocného jako legitimní léčebný postup a starší nemocné operujeme, jen když je to skutečně nutné,“ uvádí Vladimír Beneš, v čem se obor za poslední desetiletí trochu změnil.

Zařídte mi zdraví

„Co je ale pořád víceméně stejné, je vztah některých pacientů k vlastnímu zdraví. Zřejmě za to může komunistický režim, který se o nás staral od narození až do smrti. Člověk k nám přijde s přístupem: Tady mě máte a lečte si mě. Zdraví pokládá za jakousi přirozenost a komunální hodnotu a neváží si ho. Leckdy vidíme, že ani po operaci se názor pacienta nezměnil. Přitom my dodáme dvacet, třicet procent léčby a zbytek je vždy na pacientovi. Například u degenerativního onemocnění páteře. Po operaci plotýnek by měl pacient cvičit a hlídat si váhu. Někteří na to kašlou a pak se diví, že problémy se vrátily. Kdyby si lidi uvědomovali,

jak je léčba drahá, budou zodpovědnější.“

Naše drahá medicína

Na otázku, jak vidí současné zdravotnictví, profesor reaguje emotivně a zároveň racionálně. „Naše zdravotnictví je na vysoké úrovni. Občané této republiky často žehrají na nedostupnost péče, chtějí maximální péči za minimální peníze. Měli by se asi více zajímat o kvalitu zdravotnictví za hranicemi našeho státu. Nejsou to zrovna růžové informace. Stále platí jedna pravda: Medicína spotřebuje jakékoli peníze, které tam dáte. Žádný stát zatím nevyřešil rozdíl mezi má dáti, dal. A to nejen ve zdravotnictví, ale i třeba ve školství. My máme cca 150 nemocnic na 10 milionů obyvatel. To je moc. Dříve byla jedna krajská nemocnice na kraj. Co se týká ambulantních specialistů, s těmi je to podobné. Velká koncentrace v Praze. V některých krajích naopak poskrovnu. V globále pak čerpání financí, které stát nemá. A není dobré žít na dluh. Problémem je ale vysvětlit babičce, že doktor odnaproti nemusí být pro ni zrovna ten pravý ořechový. Že je lepší



PROFESOR MUDR. VLADIMÍR BENEŠ

- Neurochirurgy jsou i jeho otec a syn.
- V roce 1997 se stal přednostou neurochirurgické kliniky Ústřední vojenské nemocnice
- V roce 2002 se stal profesorem na Univerzitě Karlově v Praze.
- V roce 2011 se stal prezidentem Evropské asociace neurochirurgických společností.

dojet si o 40 kilometrů dál ke specialistovi, který podobné případy řeší častěji a má tedy zákonitě i větší zkušenosti. Totéž platí třeba v zobrazovací technice. Bohužel se občas setkám s rozdílným popisem snímků z magnetické rezonance lékařem bez 'prokoukaných' xy hodin a proti němu lékařem se stovkami hodin. Pak se může stát, že výsledná lékařská zpráva je zavádějící a pacientovi se tak nedostane kýžené včasné péče. Té babičce to vysvětlení však musí tlumočit nejen lékař či zdravotní pojišťovna, ale také ministerstvo zdravotnictví, představitelé jednotlivých krajů a celostátní politici. A zde je vůle minimální. Neboť i babička je volič, že?"

Na moji poznámku o letitém volání ze stran zdravotníků i politiků ve smyslu nalejme více peněz do zdravotnictví, pak budeme mít vyhráno, pan profesor reaguje velmi razantně. „To nic nevyřeší, i kdybychom ty peníze měli, jako že je nemáme. Jakékoli peníze, které my doktoři dostaneme, dokážeme spotřebovat. Když mi někdo nabídne dvacet

milionů, utratím je raz dva, pořád jsou přístroje, které nemáme, pořád je nějaká nová technika. Medicína je největší byznys na světě. Dříve bývala srovnatelná se zbrojením, to už ale dávno pokulhává.“

S panem profesorem Benešem jsme probrali ještě mnoho dalších otázek. Podstatné je, že jsme se závěrem vrátili k nutnosti a potřebě dobíjet baterky, ať již pomocí úspěšně vyřešených pacientů, či pomocí dovolené, spojené s oblíbenými brouky a broučky, kterou již profesor Beneš plánuje do dalších let.

A co standard a nadstandard

V ordinaci se setkávám s pacienty, kteří by si rádi připlatili třeba za lepší kyčelní kloub nebo dokonce upozorňují na možnosti připojištění některých nemocí, se kterými se setkali v zahraničí. Jenže u nás to skončilo na „sádře“. Co vy na to pane profesore? „Asi se budu opakovat, ale nedá mi to. Je to

jednoduché. Pokud se teď budete chtít dostat odtud z vojenské nemocnice na Václavské náměstí, máte tři možnosti. Jít pěšky, jet tramvají, nebo jet taxíkem. Výsledek bude týž: dorazíte na Václavák. V medicíně to znamená uzdravit pacienta, dostat ho na ten Václavák. Ale my se tváříme, že všichni máme na taxíka. Jenže nemáme. Máme všichni na tramvaj. Kdo chce jet taxíkem, musí si připlatit. Pokud budeme chtít všichni jezdit taxíkem, lít peníze do zdravotnictví, skončíme tak, že se budeme všichni na ten Václavák belhat pěšky. Jako to bylo za komunistů.“

Děkujeme, vrátíme se

Na otázku, jakou perspektivu mají noví absolventi medicíny, pan profesor zcela bez váhání doporučuje: „Ať jedou ven. Do zahraničí. Nemá cenu se bát odchodu lékařů. Narážím tak na v minulosti realizovanou akci lékařů: „Děkujeme, odcházíme“ s výřikem: „Náš exodus, Váš exitus.“ Naopak, lékaři venku získají zkušenosti a po návratu se lépe zařadí mezi erudované odborníky.“

MUDr. Táňa Breyšová

Zdravá firma s OZP

STEJNĚ TAK, JAKO JE SPOLEČNOST T-MOBILE VNÍMÁNA JAKO PŘEDSTAVITEL MODERNÍHO A NEZAMĚNITELNÉHO PŘÍSTUPU KE SVÝM KLIENTŮM, JE TAKÉ VELMI INOVATIVNÍ A ZÁROVEŇ NÁROČNÁ V OBLASTI PÉČE O BLAHO SVÝCH ZAMĚSTNANCŮ. TO VŠE PŘI NEUVĚŘITELNÉ ŠKÁLE PRACOVNÍCH POZIC, POČÍNÁJE TELEFONNÍMI OPERÁTORY AŽ PO TERÉNNÍ PRACOVNÍKY, ŘÍKÁ **URŠULA KRÁLOVÁ**.

> Společnost T-Mobile Czech Republic působí na českém trhu od roku 1996. K 30. červnu 2013 společnost obsluhovala téměř 5,7 milionu mobilních zákazníků a zůstává tak jedničkou na českém mobilním trhu. T-Mobile je integrovaným operátorem: vedle mobilních a fixních telekomunikačních služeb nabízí ICT služby a satelitní T-Mobile Televizi. V oblasti podpory zdraví zaměstnanců společnost T-Mobile sleduje trendy a svým pracovníkům přináší vždy něco navíc. Díky tomuto přístupu obdržel T-Mobile Czech Republic v r. 2012 ocenění udělované Ministerstvem zdravotnictví ČR - Podnik podporující zdraví 3. stupně (nejvyšší dosažitelný stupeň).

Jaká je filozofie vaší firmy v oblasti péče o zdraví vašich zaměstnanců?

Filozofie naší společnosti

se řídí pěti základními principy, přičemž jedním z nich je "To pravé místo pro naši práci a růst". Uvědomujeme si, že aby zaměstnanec mohl v naší společnosti růst, musí fungovat to základní, tedy fyzické zdraví



Uršula Králová, výkonná ředitelka lidských zdrojů

a duševní kondice. Obojí mnohdy všichni řešíme až v okamžiku, kdy jedno nebo druhé nefunguje. T-Mobile se z pozice zaměstnavatele snaží dát svým zaměstnancům maximální zdravotní zázemí

a účinné prostředky v oblasti fyzické i psychologické prevence.

V čem vidíte největší přínos spolupráce s OZP?

Přínos vnímám zejména v péči a podpoře. Líbí se mi flexibilita OZP a inovativní styl, se kterým k nám, jako ke korporátnímu klientovi, přichází. Zabývá se vnitřním nastavením naší společnosti a vždy tuto situaci reflektuje tím správným výběrem programů pro naše zaměstnance.

Jaký preventivní program vás osobně nejvíce zaujal?

Mě osobně nejvíce zaujal program z portfolia péče o firemní klienty - „Očkovací program Zdravá firma“. Zejména pak očkování proti chřipce vnímám jako velmi užitečné a je to i program, který letos sama ráda využiji.

Ptal se Ladislav Wagner.

VITAKONTO 2014: užívejte si krásu prevence

VÁŽENÍ KLIENTI, V ROCE 2014 K VÁM PŘICHÁZÍME S NOVÝM SYSTÉMEM PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ. CHCEME, ABY KAŽDÝ NÁŠ KLIENT MOHL ČERPAT PREVENCI V OBLASTI, KTERÁ MU PŘIPADÁ ZAJÍMAVÁ A **ATRAKTIVNÍ**, ABY **NEBYL ZÁVISLÝ** NA ČERPÁNÍ OSTATNÍCH KLIENTŮ A ABY MOHL **SÁM ROZHODOVAT** O VÝŠI ZÍSKANÝCH KREDITŮ, KTEROU MU NOVÝ SYSTÉM NABÍZÍ. TENTO BONIFIKAČNÍ SYSTÉM JSME NAZVALI **VITAKONTO** A JE JEN NA VÁS, JAK BOHATOU PREVENCI SI CHCETE V PŘÍŠTÍM ROCE UŽÍT.

> Vše funguje v prostředí Vitakarty v uživatelsky dnes již dobře známém prostředí podobném internetovým obchodům. Na jedné straně vidíte, kolik kreditů máte ve své „peněženke“, na druhé straně vidíte katalog programů, které můžete využívat a na něž vám kredity stačí. Vše si můžete v případě zájmu prohlédnout do největších detailů, vše je pro vás maximálně přehledné. Dokonce vám poradíme, co byste měli podniknout, abyste svůj oblíbený program mohli čerpat za více peněz.

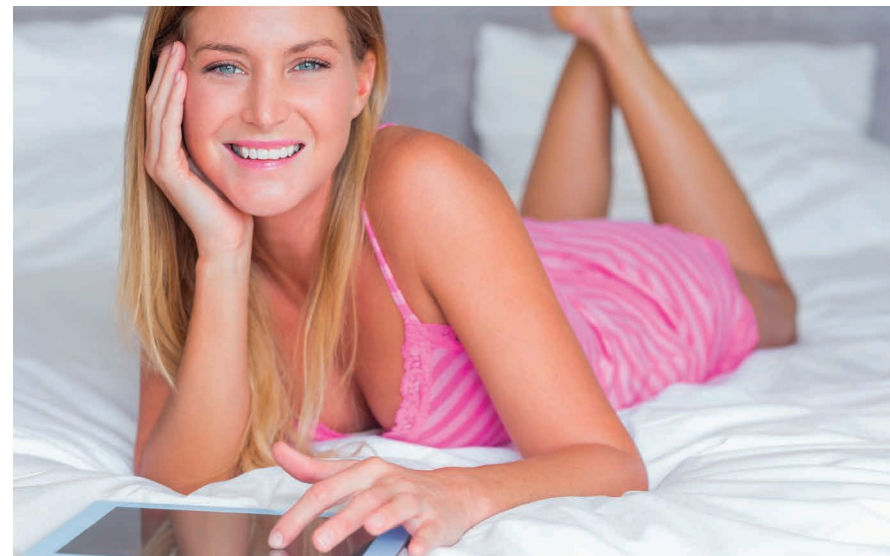
VITAKONTO maximalizuje vaše výhody

v rámci rodiny či okruhu přátel. Stačí uvést osoby, se kterými chcete sdílet své kredity a na které chcete případné nevyčerpané kredity převést, abyste zvýšili jejich možnost čerpání. Podpoříte tak nákup brýlí pro babičku nebo letního příměstského tábora pro vašeho školáka. Jak vidíte, systém je štedrý ke každému z našich klientů, jeho využití je přitom neuvěřitelně jednoduché.

V lednu 2014 pro vás navíc VITAKONTO připravilo srdečné uvítání v podobě mimořádného, počátečního kreditu pro každého klienta, který se do Vitakarty přihlásí. Nenechte si tento kredit utéct...

Jak to bude v praxi vypadat

Paní Táša se dopoledne přihlásí do své Vitakarty a zjistí, že jí za preventivní vyšetření u specialisty na VITAKONTO přibýlo dalších 50 kreditů. Zkontroluje si celkový stav účtu, a začne se rozhodovat, jak by nejlépe investovala svých 1150 kreditů. Ještě dopoledne si zajde do lékárny koupit přípravek na podporu kloubní chrupavky a zároveň se objedná na vyšetření nožní klenby. O pár dní později zašle originál účtenky za přípravek na klouby a navíc jí bude automaticky stržena hodnota kreditu za vyšetření nožní klenby. Zbylo jí



ještě 150 kreditů, které se rozhodne zaslat svému synovi Kryštofovi na účet ve Vitakartě, aby si za ně zaplatil kurzy plavání. Sama dobře ví, že brzy může očekávat další přísun kreditů za to, že doporučila OZP své kamarádce Zitě a už teď si může lámat hlavu tím, za co je utratí. Doporučujeme proto všem našim klientům, aby neváhali, a pouze ve vlastním zájmu si zcela zdarma zřídili přístup do Vitakarty a se zájmem nahlédli do své preventivní „peněženky“ zvané VITAKONTO. Utrácet můžete již na začátku roku 2014!

JAK MŮŽETE KREDITY NAPŘÍKLAD VYDĚLAT?

- Za věrnost OZP - čím déle jste u OZP, tím více kreditů získáváte
- Za využívání služeb OZP - využívejte služby Vitakarty či AS OZP a vyděláte si víc
- Za odpovědný přístup ke zdraví - připíšeme vám kredity za preventivní vyšetření u specialistů
- Za aktivní doporučení pojištění u OZP - čím více klientů nám doporučíte, tím bohatší bude váš účet

Prevence 2014:

účelná a nadčasová Kromě výše uvedeného programu VITAKONTO budou i nadále našim klientům k dispozici refundační programy, které znají z předchozích let a kterými

budou moci proplácet vynaložené náklady na prevenci. Takže např. historicky největší položku fondu prevence, kterou tvoří očkovací programy, najdete v naší nabídce i v roce 2014.

Nezapomeneme ani na onkologicky nemocné klienty či na dárce krve. Budeme nadále prosazovat i to, v čem jsme na trhu jedineční, a to jsou celoplošné preventivní programy bojující s civilizačními chorobami. Jen v roce 2013 jsme zdarma vyšetřili další desítky tisíc našich klientů na rakovinu kůže, prsu či břišních orgánů, případně na srdeční choroby a ušetřili jsme tak našim klientům starosti se zdravím i financemi. Pozadu nezůstaneme ani vůči našim firemním klientům, jejichž programy patří dlouhodobě mezi velmi účinné. Nebojte se zeptat na možnosti, které těmto klientům nabízíme.

Více podrobností se dozvíte začátkem ledna na našich webových stránkách www.ozp.cz.

Ladislav Wagner

DOBŘÁ ZPRÁVA Z OZP...

„I v roce 2014 pokračuje OZP v akci „Klient hledá klienta“. Doporučte OZP ve své rodině, v zaměstnání či svým známým a získáte nového klienta do OZP. Získatele odměníme mimořádným kreditem, který mu bude připsán na jeho VITAKONTO, a který může využít na rozmanité potřebné věci k upevnění svého zdraví. Akce trvá od 1. 1. 2014 do 30. 6. 2014. Podrobnosti najdete na začátku roku na webových stránkách OZP.“

NA CO KROMĚ JINÉHO MŮŽETE KREDITY ČERPAT?

- Na vybrané zdravotní pomůcky, jako jsou rovnátka či brýle, ale také např. na dětské cyklopřílby.
- Pro maminky a těhotné máme chůvičky, monitory dechu, ultrazvukové vyšetření, předporodní kurzy atd.
- Snad každý rád využije vitamíny, doplňky stravy, antikoncepci či prostředky na odvykání kouření.
- Nadstandardní očkování nehrazená z veřejného zdravotního pojištění např. proti rakovině děložního čípku, žloutence, klíšťové encefalitidě či černému kašli.
- Přispíváme na lázně, ozdravné pobyty dětí, letní tábory či jen masáže nebo pobyty v solné jeskyni.
- Zaplavte či zacvičte si výhodně s našimi programy podporujícími pohybové aktivity.

Život je nevyzpytatelný

S námi jste na něj připraveni

Společně s pojišťovnou Vitalitas budeme nad Vámi držet ochrannou ruku na cestách, budeme spolu s Vámi bdít nad Vašimi

menšími i většími dětmi, zkrátka uděláme vše, aby v roce 2014 bylo Vaší jedinou starostí rozhodnutí: pojistím se na pobočce nebo zasednu k počítači a pojistím se online?



Příspěvek na cestovní pojištění

V roce 2014 za všechny své pojištěnce (bez rozdílu věku) uhradíme polovinu ceny pojištění na léčebné výlohy v zahraničí při všech turistických cestách po Evropě. Tuto výhodu lze čerpat i při opakovaných zahraničních cestách, nejdéle však po dobu 30 dnů. Na cestovní pojištění Vám přispějeme i při sjednání online na www.vitalitas.cz.



A co pro jsme připravili pro vaše nejmenší?

Všechna miminka narozená v roce 2014 mohou získat **dětské úrazové pojištění Zvonek na první rok zcela zdarma**. A dětem, jejichž rodiče nabídku pojištění pro miminka využili v letošním roce, poskytneme **příspěvek ve výši 50 % na druhý rok pojištění**.



Kvalitní pojištění s řadou výhod získáte za **250 Kč** na celý rok.

Děti 0–17 let

Na cestovní pojištění **přispějeme navíc i dětem do 17 let** v rámci ročního pojištění opakovaných cest. Náš příspěvek je ve výši **100 Kč**, za roční pojištění tedy zaplatíte pouhých **500 Kč**.



PŘÍSPĚVKY OZP NA POJISTNÉ PRODUKTY VITALITAS V ROCE 2014

- ✓ 50 % ceny pojištění léčebných výloh pro všechny turistické cesty po Evropě
- ✓ příspěvek 100 Kč na pojištění opakovaných cest pro děti a mládež (0–17 let)
- ✓ 100 % ceny pojištění programu Zvonek pro děti narozené v roce 2014
- ✓ 50 % ceny pojištění programu Zvonek pro druhý rok pojištění
- ✓ 100 % ceny pojištění programu Gina pro prvňáčky na jeden rok, akce platí od 1. 4. 2014 do 30. 9. 2014
- ✓ 100 % ceny pojištění na jeden rok u programu Gina, platí pro děti, které ukončily program Zvonek a budou nadále pokračovat v pojištění

Podrobné informace o všech uvedených produktech a příspěvcích OZP jsou k dispozici na www.ozp.cz / www.vitalitas.cz, v klientských centrech OZP nebo na infolince 261 105 555

Nejste na to sami

VÍTE, KDO JE NAIVNÍ? JE TO TEN, KDO SI MYSLÍ, ŽE SE OBEJDE V DNEŠNÍM SVĚTĚ ZDRAVOTNICTVÍ BEZ POMOCI PROFESIONÁLA. ANI VRCHOLOVÝ MANAŽER, ANI ZDRAVOTNÍ SESTRA, ANI NIKDO DALŠÍ Z NÁS **NEMÁ JISTOTU, ŽE SI PORADÍ SÁM** V PŘÍPADĚ BĚŽNÝCH ČI DOKONCE SPECIFICKÝCH ZDRAVOTNÍCH KOMPLIKACÍ.

► Ale nechme mluvit skutečné a hlavně spokojené klienty, kteří již naši zdravotní asistenci využili a poznali, že svět zdravotnictví funguje i jinak, když ho spravují skuteční odborníci: „... všechno fungovalo přesně na objednaný čas, fyzioterapeutka byla příjemná, s profesionálním přístupem...“

„Asistenční služba je vážně super. Konečně profesionální služba ve zdravotnictví. Jsem z toho nadšená!“
„... chtěla bych Vám poděkovat za účinnou pomoc při hledání termínu operace. Je to pro mě téměř neuvěřitelné...“

Jaké vlastně vypadá klient, který se na nás obrací se svými požadavky? Přečtěte si příběhy našich klientů, kteří řešili konkrétní, každodenní situace právě přes zdravotní asistenci OZP.

Tak například paní **Alžběta (53 let) z Havlíčkova Brodu**. Tato klientka již dožrála do věku, kdy pro ni nejsou návštěvy lékaře výjimečnou záležitostí. Před časem si nahmatala bulku na hrudníku. Co dál? Zajít k praktickému lékaři? Zeptat se známých na nějakého specialistu,

kteří by poradil? Paní Alžběta rozhodně není typem člověka, který podléhá sebelítosti, ale v tomto případě se zdálo, že je na toto rozhodnutí prakticky sama. Navíc čas hrál proti ní, a tak obratem zavolala na Asistenční službu OZP, kde s ní specialista bez dalšího zdržení po telefonu probral různé možnosti a objednal paní Alžbětu v horizontu několika málo dní do specializované onkologické ambulance. Zde byla již paní Alžběta v péči odborníka, který si s ní v klidu a citlivě povídal o veškerých variantách a zařídil ostatní vyšetření ve specializovaném centru. Tyto konzultace za ni plně uhradila OZP. Paní Alžběta velmi dobře ví, že bez pomoci Asistenční služby OZP by mohla mít její choroba velmi

neblahý dopad. Po této zkušenosti se dokonce rozhodla definitivně vyřešit zdravotní problémy svého muže, který hrozně nerad chodí k lékaři. Jako dárek k jeho 57. narozeninám mu zaregistrovala Asistenční službu se všemi výhodami, aby se nemohl vymlouvat, že pečovat o své zdraví mu ubírá čas a nervy.

Jiná naše klientka, paní **Markéta (33 let) ze Zlína**, je přesně ten typ moderní maminky, který dá svým dětem všechno. Paní Markétu velmi zaskočilo, když jejímu dvouletému synovi Vojtovi v sobotu časně ráno vylétla horečka na alarmujících 40 stupňů. Co teď? Sebrat Vojtu a vyrazit na pohotovost? Bude tam teď někdo? V poslední chvíli ji napadlo využít linku Asistenční služby OZP. Za okamžik už lékařce popisovala všechny možné příznaky, které se u Vojty projeví. V konečném důsledku nešlo o nic závažného, i přesto lékařka odkázala paní Markétu na návštěvu pohotovosti následující den

a zároveň jí sdělila, kde ji najde a jaká je otevírací doba pro neakutní případy. Paní Markéta se přesvědčila, že asistenční službu určitě využije každý. Hned následující týden sjednala Vojtovi medicínskou asistenci od OZP včetně registrace do Vitakarty s maximálním využitím jejich služeb.

Mezi typické uživatele Asistenční služby OZP patří také klienti, kteří vyžadují kvalitní služby ve všech oblastech, se kterými se každý den setkávají, a péči vlastní zdraví do těchto služeb naprosto samozřejmě zahrnují také. Často nechťejí ztrácet čas, využívají mobil nebo internet a hlavně: vyžadují klientský přístup. A popravdě vůbec nechápou, proč by si nesjednali zdravotní

asistenci společně s elektronickým zdravotním deníkem Vitakarta, když obě služby skýtají řadu nadstandardních výhod. Podle nás neexistuje jediný důvod, proč byste neměli chtít to samé, co mají všichni naši spokojení klienti. Nenechte se překvapit tím, co na vás nebo vaše blízké běžný život vymyslí, a pořiďte se naši zdravotní asistenci také.

Asistenční službu OZP si můžete jednoduše **sjednat přímo na stránkách www.ozp.cz** a velmi brzy tak můžete patřit mezi klienty, kteří nejsou odkázáni jen sami na sebe. Uvidíte, že pro vás jako správná zdravotní pojišťovna umíme zařídit daleko víc, než jste doposud tušili.

Ladislav Wagner



ASISTENČNÍ
služba OZP

VITAKARTA

- univerzální klíč klienta OZP



JEDNA Z BANK MÁ VE SVÉ REKLAMĚ SLOGAN, KTERÝ ŘÍKÁ, ŽE I SVOU BANKU MŮŽE MÍT KLIENT RÁD. OZP BY SI NA SVŮJ POMYSLNÝ ŠTÍT MOHLA NAPSAT, ŽE DO NÍ KLIENTI VLASTNĚ ANI NEMUSÍ CHODIT. TO NEZNAMENÁ, ŽE BYCHOM VÁS VE SVÝCH POCOČKÁCH A KLIENTSKÝCH CENTRECH NEVIDĚLI RÁDI. MNOHO VĚCÍ JE NUTNÉ VYŘEŠIT OSOBNĚ, ALE NĚKTERÁ LZE VYŘÍDIT ONLINE.

> Tak si to zkusme: změnila paní po svatbě příjmení? Ano, oznámí to OZP jednoduše a online. A narodilo se miminko? Přece ke všem starostem ještě neponese do OZP registrační formulář! Pošle ho online.

Jedete na cesty? S VITAKARTOU se pojistíte online a základní sazba na den vás bude stát 8

(ano, osm) korun. A kdo z podnikatelů by šel podat Přehled o příjmech a výdajích OSVČ na přepážku, když to jde snadno, rychle (a jak jsme my Češi zvyklí - i na poslední chvíli) online z kanceláře či obývacího?

K VITAKARTĚ máte také zdarma Asistenční službu OZP, která je vaším průvodcem ve světě péče

o zdraví a může vám pomoci vyřešit nejen nepříjemný zdravotní problém.

Ve VITAKARTĚ se také dozvíte, kolik za vás pojišťovna zaplatila lékařům či lékárnám, naplánujete si očkování či jiné preventivní aktivity - a vlastně i tento časopis si teď čtete nebo budete moci přečíst ve VITAKARTĚ.

VITAKARTA SNADNO A RYCHLE

I samotnou VITAKARTU si můžete pořídit online. Nemusíte nikam chodit, nic podepisovat, vyzvedávat. V několika krocích projdete registraci, kterou naleznete na adrese <https://www1.ozp.cz/portal/aktivace/>. Do pole „Aktivační kód“ doplníte **BonP2013**. Po úspěšném dokončení registrace obdržíte do 2 dnů přístupové heslo pro přihlášení na OZP ONLINE, kde mimo jiné naleznete právě i VITAKARTU.

Mario Böhme

DOBŘÁ ZPRÁVA Z OZP...

Na přelomu roku se mobilní online zdravotní deník mVITAKARTA díky spolupráci se společností Microsoft dostane na platformu operačního systému Windows Phone. OZP je tak jedinou pojišťovnou, jejíž mobilní aplikace pokryje kompletní spektrum velkých operačních systémů.

Internet jen „pro mladý“?

MEZI SEDMI STOVKAMI TISÍC KLIENTŮ OZP JE 123 TISÍC STARŠÍCH 60 LET. A PŘESTO SE MNOHÍ Z NICH NEHODÍ DO ŠKATULKY „POČÍTAČOVĚ NEGRAMOTNÝCH“ A VYUŽÍVAJÍ VITAKARTU OZP A DALŠÍ ONLINE POMŮCKY ČASTO A RÁDI. NEJSTARŠÍM Z NICH JE **FRANTIŠEK VOJÁČEK Z PRAHY 4**, KTERÝ OSLAVIL JIŽ 93. NAROZENINY, ALE PŘESTO JE VE VITAKARTĚ JAKO DOMA.

Kdo nebo co vzbudilo váš zájem o Vitakartu?

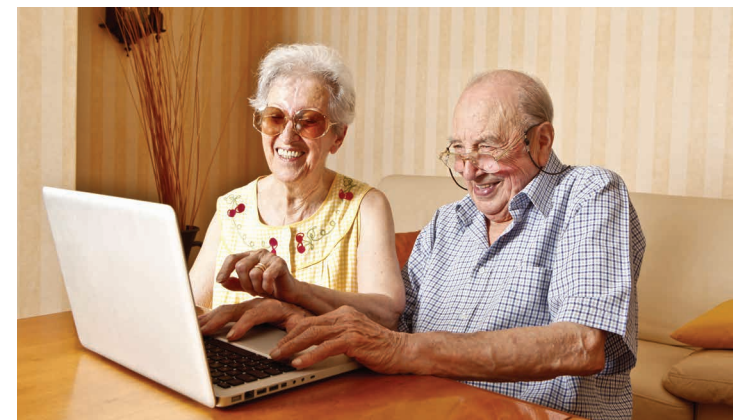
Byl to můj syn, který mi řekl, že na internetu mohu zjistit, jakou lékařskou péči a jaké léky jsem čerpal. A to mne zajímá.

Co v ní vyhledáváte?

Sleduji, zda jsem opravdu dostal tu péči a léky, které jsou na mé jméno vykazány. Myslím, že je to třeba sledovat, když člověk slyší a čte, že někteří lékaři chytráci a vykazují péči, kterou pacient nedostal. Já jsem naštěstí zatím na žádnou nesrovnalost nepřišel.

Co nového byste v ní uvítal?

Nic mne nenapadá, ale doporučil bych OZP, aby Vitakartu více propagovala. Všechny zdravotní pojišťovny by také měly všem svým pojištěncům jednou za čas poslat třeba



ilustrační foto

e-mail s přehledem péče, kterou čerpali. Jistě by se tak podařilo odhalit daleko více naúčtovaných, ale neprovedených lékařských úkonů a pojišťovny by ušetřily více, než by je rozeslání stálo. Stále se mluví o nedostatku peněz na zdravotní služby a přijde mi, že takto by se našlo možná i dost peněz.

Myslíte, že platí klišé, že „internet je jen pro

mladé“ a co vám osobně přináší elektronická komunikace?

Internet je určitě pro všechny, kdo ho zvládnou - bez rozdílu věku. Chodil jsem do internetové školičky pro seniory, kurz jsem dostal k 85. narozeninám. Z počítače mám ale přece jen určité obavy, ruku už nemám tak jistou a myš mi někdy utíká. Určitě je to ale dobrá věc.

Ptal se Mario Böhme.

Novinky v medicíně

MOHUTNÝ ROZVOJ NOVÝCH METOD V DIAGNOSTICE A LÉČBĚ VÁM MŮŽE VÝRAZNĚ POMOCI. O TOMTO FAKTU SVĚDČÍ VELKÝ OHLAS KLIENTŮ, KTERÝM INFORMACE V MINULÝCH ČÍSLECH NAŠEHO ČASOPISU **POMOHLY V ŘEŠENÍ** JEJICH ZDRAVOTNÍCH OBTÍŽÍ. TAKŽE POKRAČUJEME V PREZENTACI DALŠÍCH ZAJÍMAVOSTÍ A NOVINEK Z MEDICÍNY.

Obor chirurgie

RAL (recto anal repair) - miniinvazivní technika řešení vyhrzávajících nebo trvale fixovaných hemoroidů.

HAL (sonograficky navigovaná ligace) - metoda k řešení hemoroidů navigací pomocí sonografu, kdy je identifikována přívodní céva a cíleně ošetřena.

Obor ortopedie

Polynukleotidový gel, určený pro léčbu osteoartrózy, aplikovaný do kloubů s dvojitým efektem.

Obor urologie

PCA3 (prostate cancer gene 3) - nový genetický test karcinomu prostaty z moče, vzorek je získán urologickým vyšetřením.

Obor gynekologie a porodnictví

Viskózní gel, určený k prevenci srůstů

po gynekologických operacích (děloha, vejcovody, vaječníky). Test provedený stěrem

Je však třeba upozornit, že většina nových metod není hrazena z veřejného zdravotního pojištění, ale klient si je může zaplatit v případě, že je zařízení nabízí. Podrobnější informace o tomto typu nabídky můžete využít, pokud jste klienty Asistenční služby OZP.

z rodidel, určený ke stanovení zvýšeného rizika předčasného porodu.

Obor pneumologie

Diagnostický vysoce citlivý test z krve ke zjiš-

tění tuberkulózního onemocnění.

Obor zobrazovací metody/neurochirurgie

Speciální přípravek na bázi gelu k ambulantnímu řešení léčby výhřezu meziobratlové ploténky.

Obor fyzioterapie

Krátkovlnná diatermie - vyvolává intenzivní a hloubkové prohřátí léčené tkáně. Výsledkem následné silné lokální vazodilatace a hyperémie je svalová relaxace, analgezie a podpora místní látkové výměny a metabolismu.

Obor tělovýchovné lékařství

Genetický test z krve určený k posouzení rychlostních a vytrvalostních schopností u začínajících sportovců.

MUDr. Táňa Breyšová



Znovuobjevený zázrak - nitrožilně podávaný vitamin C

PŘED MNOHA A MNOHA LETY NA LŮŽKOVÉM RESUSCITAČNÍM ODDĚLENÍ NÁM, ZAČÍNAJÍCÍM LÉKAŘŮM, TEHDEJŠÍ PRIMÁŘKA DOC. MUDR. JARMILA DRÁBKOVÁ, OSOBA MAXIMÁLNÍHO ODBORNÉHO FORMÁTU, KLDLA NA SRDCE: „PRO ZDÁRNÝ VÝSLEDEK LÉČBY, ZEJMÉNA U TĚŽCE NEMOCNÝCH PACIENTŮ, APLIKUJTE MIMO JINÉ I TZV. „ZAMETAČE KYSLÍKOVÝCH RADIKÁLŮ“.

> Zaklínadlo? Nikoli. Pouze vitamin C, podávaný nitrožilně v infuzích. V současné době vitamin C opět vstupuje na scénu. Je však trochu

jiného charakteru, oproštěn od balastních látek - konzervačních a stabilizačních. Vstupuje na scénu pro zvýšení imunity, ale i jako prevence chřipky,

prevence cévních a nádorových onemocnění. Dále pro doplňkovou terapii alergií, autoimunitních onemocnění, např. Crohnově chorobě. A nejen to. Svoji roli hraje i v boji při již vzniklém nádorovém onemocnění. Dle studií pro podporu imunity a potlačení zánětu je vhodná dávka 0,1 g na kilogram tělesné hmotnosti. V onkologii jsou však nutné mnohem vyšší dávky, působící toxicky na nádorové buňky. Na základě výše uvedených studií onkologická společnost aplikaci vysokých dávek vitaminu C nitrožilně „požehnala“ jako jeden z možných doplňkových podpůrných postupů v komplexním přístupu u onkologicky nemocných



pacientů. Význam takto podávaného vitaminu C je zřetelný zejména při snižování nežádoucích účinků klasické onkologické terapie. Zároveň chrání zdravé buňky. Působí ale i proti únavě a slabosti. Celkově zlepšuje kvalitu života pacientů a zvyšuje šanci na vyléčení. Je někdy označován za přírodní chemoterapeutikum.

Častá otázka pacientů:

„Proč do žíly? Užívám přece tablety s 1000 g vitaminu C.“

Odpověď: Běžné dávky vitaminu C ze stravy či tablet pokryjí jen běžné fyziologické potřeby. Do krve se tak přes střevní bariéru nedostane dostatečné množství.

A i kdybyste spolykali megadávky vitaminu C, tělo je vyloučí močí. Nitrožilní aplikací se do krve dostane dávka, která působí protiinfekčně, protizánětlivě a antioxidačně.

Otázka: „Existují nějaké kontraindikace?“

Odpověď: Léčba je nevhodná pouze pro lidi s porušenou funkcí ledvin a ledvinnými kameny. Použití vysokých dávek vitaminu C, podávaných v nitrožilních infuzích, schválil i Státní ústav pro kontrolu léčiv. Zdravotní pojišťovny bohužel infuze vitaminu C z veřejného zdravotního pojištění zatím hradit nemohou. Nicméně,

vzpomenu-li na řadu pacientů z dob dávno minulých, ale především ze zkušenosti aktuálního charakteru, mohu jen potvrdit v titulu uvedené zvolání: Znovuobjevený zázrak - nitrožilně podávaný vitamin C.

MUDr. Táňa Breyšová



Novinky v platbách pojistného

1. LEDEN NESOUVISÍ JEN S PŘÍCHODEM NOVÉHO ROKU, ALE PRO NĚKTERÉ POJIŠTĚNCE MŮŽE ZNAMENAT I ZMĚNU ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY. JELIKOŽ SE TENTO TERMÍN BLÍŽÍ, ROZHODLI JSME SE ZODPOVĚDĚT **NĚKTERÉ DOTAZY NAŠICH BUDOUCÍCH I SOUČASNÝCH KLIENTŮ**, ABY SE PRAKTICKÉ INFORMACE OHLEDNĚ ZDRAVOTNÍHO POJIŠTĚNÍ DOSTALY I K VÁM.

Dotaz

Jsem osobou samostatně výdělečně činnou a v loňském roce jsem platil jen minimální pojistné. Jaká bude výše minimálního pojistného pro OSVČ v roce 2014?

Odpověď

Výše minimální zálohy platby pojistného za OSVČ se vypočítává ze všeobecného vyměrovacího základu z roku, který dva roky předchází příslušnému kalendářnímu roku, v tomto případě z roku 2012. Tzn., že v roce 2014 bude minimální záloha na pojistné za OSVČ 1.752 Kč.

Dotaz

Dobrý den, slyšel jsem, že od roku 2014 musím jako OSVČ odevzdávat Přehledy pouze elektronicky. Je to pravda?

Odpověď

Povinnost podání elektronického přehledu OSVČ neplatí pro zdravotní pojišťovnu (týká se pouze ČSSZ, resp. OSSZ). Přehledy tedy budete OZP odevzdávat stejně jako doposud. Pokud je však pro vás elektronické odevzdání Přehledu jednodušší, můžete jej zaslat přes datovou schránku nebo portál OZP ONLINE.

Dotaz

Dobrý den, od 1. 1. 2014 se nově stanu pojištěncem Oborové zdravotní pojišťovny. Jsem zároveň OSVČ a zaměstnanec, přičemž zaměstnání mám jako hlavní činnost.

Jak to bude s platbou pojistného a co vše musím udělat?

Odpověď

Předně byste měl svému zaměstnavateli oznámit změnu zdravotní pojišťovny. Ten již sám vypočítá a odvede pojistné z vašeho zaměstnání. Platba pojistného za činnost OSVČ bude probíhat stejným způsobem, jako u předchozí pojišťovny. Termíny pro platby a odevzdání přehledů jsou totiž ze zákona dané. Pro úplnost však dodáváme, že Přehled o příjmech a výdajích OSVČ musíte odevzdat do 1. 5. 2014, resp. 8. 4. 2014 jestliže nepodáváte daňové přiznání. V případě, že za vás daňové přiznání zpracovává daňový poradce, je povinnost Přehled OSVČ odevzdat do 1. 8. 2014. Oznámení o způsobu odevzdání Přehledu je nutné sdělit pracovníkům OZP do 31. 3. 2014. Výhodou je možnost odevzdání Přehledu přes portál OZP ONLINE. Více informací k registraci naleznete na www.ozp.cz/ozponline.

Dotaz

Od ledna 2014 budu pojištěncem OZP. Přes svátky a Nový rok však jedu do Rakouska na hory. Musím si před odjezdem dojit pro novou průkazku na pobočku?

Odpověď

Nemusíte. Kartačka vám bude doručena na vaši adresu již v předstihu, zhruba v polovině prosince.

Dotaz

Od 1.1.2014 přecházím k vaší pojišťovně. V říjnu jsem se vdala a přestěhovala. Dostane pojišťovna tyto informace automaticky nebo jí musím změny nahlásit sama?

Odpověď

Tyto informace nám musíte sdělit sama. Koncem roku však všechny nové pojištěnce obešleme dopisem, ve kterém uvedeme údaje, které ke každému pojištěnci evidujeme. V případě, že informace o vás nebudou správné, můžete nám změnu nahlásit třeba e-mailem nebo po 1. 1. 2014 přes portál OZP ONLINE.

Dotaz

Je portál OZP ONLINE určen jen pro OSVČ nebo ho mohou využít všichni?

Odpověď

Portál OZP ONLINE je aplikace, která slouží především pro komunikaci se všemi našimi klienty. A nezáleží na tom, zda jste OSVČ, zaměstnavatel, student či důchodce. Jednoduchou registraci zvládne každý. Přes portál OZP ONLINE si můžete sjednat cestovní připojištění, v případě ztráty či odcizení požádat o novou kartičku pojištěnce či rychle zjistit prostřednictvím aplikace VITAKARTA, jakou zdravotní péči si vyúčtoval Váš ošetřující lékař. Plátcí pojistného (OSVČ a zaměstnavatelé) mohou přes portál zasílat přehledy OSVČ, respektive Přehledy zaměstnavatelů, dělat hromadné přihlášky a odhlášky svých zaměstnanců nebo požádat o potvrzení o bezdlužnosti.

Doporučujeme vám navštívit naše stránky www.ozp.cz, kde v sekci OZP ONLINE naleznete přehled možností a výhod, které lze využít.

Tereza Podaná

Důležité informace pro rok 2014

Výše měsíční sazby pojistného pro OBZP je **1.148,- Kč**
 Výše minimální měsíční sazby pojistného pro zaměstnance je **1.148,- Kč**
 Výše minimální měsíční zálohy pojistného pro OSVČ je **1.752,- Kč**

Důležité termíny pro rok 2014

1. 5. 2014 – odevzdání Přehledu OSVČ
8. 4. 2014 – odevzdání Přehledu OSVČ v případě, že nepodáváte daňové přiznání
1. 8. 2014 – odevzdání Přehledu OSVČ v případě, že za vás daňové přiznání zpracovává daňový poradce

31. 3. 2014 – nahlášení termínu odevzdání Přehledu OSVČ
30. 4. 2014 – doložení skutečnosti, že daňové přiznání zpracovává daňový poradce

Více o zrychlené aktivaci elektronických služeb OZP můžete nalézt v tomto čísle v článku o VITAKARTĚ.

Vydržet a dostat se do cíle

O **MARTINU KOLOMÉM**, RODÁKU ZE STARÉHO MĚSTA U BRUNTÁLU, MÁME MOŽNOST NEJČASTĚJI SLÝCHAT JAKO O NELEPŠÍM ČESKÉM ZÁVODNÍKOVÍ V KATEGORII TRUCKŮ NA **RALLYE DAKAR**. JEHO VÝSLEDKY Z POSLEDNÍCH DVOU ROČNÍKŮ JSOU VYNIKAJÍCÍ 7. A 5. MÍSTO. K TĚMTO ÚSPĚCHŮM VŠAK BYLA CESTA OPRAVDU TRNITÁ.

> Na Rallye Dakar 2010 měla TATRA Martina Kolomého ošklivou nehodu a jak pilot, tak navigátor byli s vážnými zraněními páteře hospitalizováni a následně operováni. Ani tato nepřijemná zkušenost neodradila Martina od toho, aby se za volant závodní Tatry opět vrátil, závodil a vyhrával.

Martine, proč se vlastně účastní Rallye Dakar jako pilot trucku?

Už od mládí mám rád rychlá auta, vůni benzínu a vše co s automobilovým sportem souvisí. Kdysi jsem jezdil offroad maratony. Byla to hezká zkušenost, na kterou se nezapomíná. Díky ní jsem se naučil pracovat s volantem, rozeznávat terén atd. Časem mě to přestalo naplňovat. Dostal jsem se do kolektivu „dakaráků“ a začal koketovat s myšlenkou a vydal jsem se na Dakar jako divák.

Potom jsem se účastnil několika expedic v Africe a potom přišla nabídka na místo řidiče asistenční Tatry a účasti jako řidič mechanik asistenčního speciálu a pak jsem dostal nabídku z Czech Dakar Teamu zkusit si roli pilota v závodním speciálu. Taková nabídka se neodmítá a já do dnes působím v Bonver Dakar projektu jako pilot.

Co je na tak dlouhých a obtížných závodech to nejnáročnější?

Vydržet, dostat se do cíle a mít štěstí. Ano, Rallye Dakar je opravdu dlouhá. Denně se jezdí stovky kilometrů jen kvůli přejezdům mezi rychlostními zkouškami, člověk spí velmi málo, je ve stresu, zda technika vydrží. Jestli, když se porouchá nějaký díl, budeme schopni ho nahradit nebo na čas opravit. Těch aspektů je velmi mnoho.

Jak probíhá váš trénink a trénink vaší posádky?

Záda dostávají při otřesech v kamionu zabrat asi nejvíc. Proto je důležité být v dobré kondici a mít posílené především zádové svalstvo. Plavu každé ráno a mám výbornou rehabilitační sestru, která mi pomáhá s cvičením 2x týdně.

Vládne na trati závodu i solidarita nebo jen rivalita?

V soutěži se setkáte s obojím. Ve většině případů si pomáháme, vždyť se všichni velmi dobře známe a jsme z jedné země. Někdy se objeví sóloví jezdci a zde ta solidarita poněkud pokulhává.

Co byste poradil českému řidiči, který je stresován stavem silnic a dopravními zácpami?

Že to lepší nebude? Asi bych všem poradil, aby se nestresovali, jezdili opatrně a vyhýbali se úsekům, o kterých je



známo, že na nich hrozí zdržení a jezdili v méně frekventovaný čas. Jinak jim přeji pevné nervy.

Blíží se zima. Na co by měl pamatovat dobrý šofér v první řadě?

Určitě dejte svůj vůz před zimou do servisu na běžnou kontrolu, výměnu pneumatik a přípravu na zimní měsíce. Nesmí se podcenit kontrola nemrzoucí směsi v chladící sousta-

vě a ve vodě do ostřikovačů, stav oleje, kontrola provozních kapalin. Řidiči by měli do svého vozu připravit škrabku na led, smeták na sníh a rozmrazovač zámků. Protože jsem z hor, kde zima začíná brzy a se sněhem se u nás nešetří, vozím sněhové řetězy. A co je na zimních silnicích nejdůležitější, je rozvaha a zdravý rozum.

Ptala se Libuše Šodková.

MARTIN KOLOMÝ

- Narozen 26. května 1973
- Vyučen automechanikem
- Úspěšný podnikatel a milovník rychlých kol
- Nejlepší český závodník na Rallye Dakar 2012 a 2013
- Má dvě děti
- Koničky: rychlá auta, soutěž Dakar, plavání a rodina

Moře, moře a zase moře...

NEMŮŽE BÝT PRO NÁS VĚTŠÍ ODMĚNA, NEŽ ROZZÁŘENÉ OČI DĚTÍ, KTERÉ SE VRACEJÍ Z OZDRAVNÉHO POBYTU U MOŘE A SPOKOJENOST JEJICH RODIČŮ.

> Pobytů se účastní děti s respiračním onemocněním, alergiemi, kožními problémy a s problémy pohybového aparátu. V překrásném prostředí střední Dalmácie tímto 14denním pobytem posilují svůj imunitní systém a zlepšují zdravotní stav. Během pobytu je pro děti připraven bohatý kulturní i sportovní program. Na letošním ozdravném pobytu v Chorvatsku strávily děti dva zajímavé týdny na ostrově Dugi Otok pod dohledem zkušeného zdravotnického i pedagogického personálu. Letos děti cestovaly po světě pod heslem „Cesta kolem světa za 8(0) dní“. Cílem programu bylo dětem přiblížit praktickou a zábavnou veselou formou kulturu a zvyky některých národů, jejich tradice a specifika. Hravě děti navštívily Grónsko, indii, Egypt, do Ameriky, do Egypta se podívaly za faraonem a tak dále po celém světě. Samozřejmě, že se nezapomnělo ani

na diplomy a drobné odměny.

OZP každoročně zaznamenává pozitivní účinek mořského prostředí na zdraví dětí, jak doklá-

„...na pláž jsme se odebrali, chlebovníky cestou nasbírali. Ve vodě se čvachtali, potápěli, plavali. Počasí nám přálo, sluníčko nás hřálo. Z lodi jsme si zaskákali a k hotelu doplavali.“

(z tvorby účastníků pobytu)

dají také ohlasy ošetřujících lékařů: „Dochází k viditelnému zlepšení zejména u respiračních a kožních onemocnění. Děti pobyt dobře snášejí, proto ho doporučujeme opakovat.“ I děti samy hodnotí letošní cestu kolem světa jako: „Super, bezva, velká spokoje-

nost,“ a už teď se těší na kamarády, se kterými celoročně prostřednictvím sociálních sítí komunikují a těší se, jak spolu budou další prázdniny trávit znovu u moře. Nadšení jsou i rodiče: Také internetové informace s množstvím fotografií rodiče hodnotí jako velmi dobře zpracované: „My jako rodiče jsme se těšili každý den na nové zprávy, byly opravdu obšírné a program dne zajímavý.“

Co připravujeme

Na základě kladných ohlasů všech zúčastněných připravujeme pro naše dětské pojištěnce ozdravné pobyty u moře i v roce 2014. Již od prosince 2013 mohou rodiče své děti na ozdravný pobyt pro rok 2014 přihlásit, nejpozději však do 31. března 2014. Podrobnější informace, včetně závazné přihlášky, termínů a ceny, jsou k dispozici na našich internetových stránkách www.ozp.cz.

Marie Paskerová



OZDRAVNÉ POBYTY PRO DĚTI 2014 v Chorvatsku

OZP ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA i pro vás!



Termíny pobytů
10. 06. 2014 – 26. 06. 2014
24. 06. 2014 – 10. 07. 2014
08. 07. 2014 – 24. 07. 2014
22. 07. 2014 – 07. 08. 2014
05. 08. 2014 – 21. 08. 2014
19. 08. 2014 – 04. 09. 2014

Nezávislé zdravotnické zařízení - **KOVOTOUR PLUS s.r.o.**
 Přívozká 12, 702 00 Ostrava
 Kontaktní osoby: Mgr. Tereza Vránová
 Tel.: 591 160 306, 602 727 301
 e-mail: ozpd@kovotour.cz, web: www.kovotour.cz

ZIMA 2013/2014

SLEVVY AŽ 8%

FREE SKI

jíž od 4.990 Kč

7x nocleh (dospělý) včetně skipasu

VAL DI FIEMME

jíž od 9.990 Kč

5x hotel **** s polopenzí a 4denním skipasem

Děti ZDARMA

SLEVA 5%
pro klienty
55+

Záloha
pouze 10%



volejte 14 001
volání za cenu místního hovoru

www.kovotour.cz
Vodičkova 34, 110 00 Praha, Tel.: 222 999 830

Hudba pomáhá dotvářet či vytvářet emoce

KDYŽ BĚŽÍ TITULKY NAŠEHO OBLÍBENÉHO SERIÁLU NEBO FILMU, UŽ JSME VĚTŠINOU MYŠLENKAMI NĚKDE JINDE. KDO BYL AUTOREM HUDBY, KTERÁ NÁS PŘI DRAMATICKÉ SCÉNĚ NEBO POHODOVÝCH ZÁBĚRECH DRŽELA V POZORNOSTI, ANI NEVNÍMÁME. PŘITOM HUDBA JE PROSTŘEDNÍKEM EMOCÍ, ŘÍKÁ **HUDEBNÍ SKLADATEL TADEÁŠ VĚRČÁK**.

> I když má na svém kontě stovky dílů televizních seriálů (např. Soukromé pasti, Dokonalý svět, Jseš mrtvej, tak nebreč, Ordinance v růžové zahradě, Velmi křehké vztahy), několik celovečerních filmů (Lištičky, René, Katka nebo Jedné noci v jednom městě), upozornil na sebe v poslední době veřejnost netradičním a krásným zpracováním znělek a hudebních předělů pro novou stanici ČT :D určenou dětem.

Jak jsi se k hudbě pro ČT :D dostal?

Spolupracuju s Českou televizí už roky a hovoře nad jiným projektem přišla řeč na ČT D. Nabídl jsem jim svoji koncepci a vizi, lidem z grafického oddělení ČT se to líbilo a tak jsme to vyrobili.

Kdy tě napadlo, že to nebudou jen elektronické melodie?

To je dáno logikou věci. Není to nic převratného. Na hudbě je milé, že jí občas hrají i živí lidé. V tomto případě to byl padesátičlenný orchestr Époque a dirigoval Jan Kučera. Dnešní děti slyší od malička v hollywoodské produkci fantastickou hudbu s živým symfonickým orchestrem za milión dolarů. Pro děti je to vlastně standard, součást jejich života. Řekli jsme si, že je načase jít touto cestou. Orchestrální hudba umožňuje vyjádření jakýchkoli emocí, smutek, radost, melancholii. Je to mnohem hravější a živější než práce se syntetizátory. Děti si skutečně zaslouží nefalšované krásné věci a esteticky zvukově nejkrásněji zní symfonický orchestr, pro svoji širokou škálu, kterou nabízí.

Jaký je rozdíl v psaní not pro počítač a pro orchestr?

Žádný. Hudba vzniká v hlavě. Je to nějaká myšlenka, která může mít různou formu. Počítač je jen nástroj jako kladivo nebo lopata. Na samotné hudbě se jeho užití nemá jak projevit.

Co tě inspirovalo při tvorbě, nějaké zážitky nebo vzpomínky z dětství?

Myslím, že nejvíc to, že nemám děti. Tudíž nemám to sebevědomí, že každý můj nápad, co jsem měl, by byl erudován rodičovskou zkušeností. Na druhou stranu bych tím ale vytvářel mylné domněnky, že každý, kdo má děti, je povolán pro ně tvořit.

Jak se skládá pro televizní seriál, jak vypadá takový pracovní den, když ti přivezou díly?

Ted' skládám hudbu pro 4 díly "nekonečných" seriálů každý týden a pro Českou televizi jeden



Foto archiv Tadeáše Věřčáka

nádherný seriál, který natočil Honza Pachl. Takže tak, jak jsem říkal. Vstanu v šest, sednu si na židli ve studiu, kam to mám jenom přes chodbu a večer v osm se kouknu s mojí Madlenkou na zprávy, dáme si lahev dobrého červeného vína, ještě chvilku pracuju a trochu se vyspím. Docela nezajímavý pracovní den.

Kdybys měl srovnat skládání pro „nekonečný“ seriál s filmem, který je uzavřený, má začátek a konec, jaký je v tom rozdíl?

Filmová a seriálová hudba se v podstatě liší především formou. Myšlenka jako taková je stejná. Hudba pomáhá dotvářet či vytvářet emo-

ce. Smyslem filmové hudby není, abych divákovi řekl, jakou emoci mám já z dané postavy či situace, ale abych mu pomohl pochopit jakou emoci má ona postava či situace. U seriálů může hudba usnadnit orientaci v čase a prostředí. V úvahu se musí brát spousta věcí a existuje množství manýr, jak dosáhnout té které emoce. Dramatická stavba střihu, světlo, barevnost, kamera, typ herců a způsob jejich vedení režisérem a samozřejmě příběh, charakter postav atd. To všechno ovlivňuje jak samotné hudební motivy, tak i samozřejmě instrumentaci hudby, její atmosféru, barvu, výběr nástrojů, je toho hodně. Ne vždy se hodí celý

orchestr čítající třeba 70 lidí. Někdy je jeden nástroj o moc lepší. A někdy je jeden tón lepší než dvacet a někdy je nejlepší ticho.

Neskládal jsi ale jen hudbu pro filmy...

Nahrál jsem přes dvacet desek s různými hudebníky nebo zpěváky a napsal několik tisíc hudeb pro asi všechny české televize. Připravil hudbu k cca 800 dílům seriálů a mohl jsem natočit hudbu k filmům Katka a René režisérky Helenky Třeštíkové. Zmíním ještě dvě "hudební" pro mě důležitá jména, která mi toho v životě opravdu hodně dala: Mejla Hlavsa a Michal Pavlíček.

Ptal se Vladimír Věřčák.

Jižní Tyrolsko - ráj pro rodiny s dětmi

PERFEKTNĚ UPRAVENÉ SJEZDOVKY, 300 SLUNEČNÍCH DNŮ V ROCE A VÝBORNÉ JÍDLA - TO JSOU ZÁZRAKY, KTERÉ DĚLAJÍ Z JIŽNÍHO TYROLSKA, PROVINCE NA SEVERU ITÁLIE, IDEÁLNÍ MÍSTO PRO RODINNOU DOVOLENOU. A SÜDTIROL, JAK SE TAKÉ TOMUTO MÍSTU ŘÍKÁ, SI ZAMILUJÍ HLAVNĚ DĚTI.

> Špatné počasí v zimě na horách - to je noční můra většiny rodičů. Husté sněžení, teploty hluboko pod bodem mrazu nebo dokonce déšť dokáže udělat nejenom dětem z lyžování

vání hotové peklo. To ale neplatí pro Jižní Tyrolsko. Statistika uvádějí, že tady svítí sluníčko 300 dnů v roce, takže „chytout“ zde zmráčenou dovolenou je opravdu pech. „Pravdě-

podobnost dobrého počasí je v Jižním Tyrolsku vyšší než v Rakousku,“ shrnuje své zkušenosti český skikrosář Tomáš Kraus, který má lyžařská střediska po celé Evropě projetá. „Dnes už mají všechna střediska dobrou sjezdovku, ale když je špatné počasí, je vám to k ničemu,“ dodává. A pak je tu další jihotyrolský trumf. Vynikající jídlo... „Jihotyrolská kuchyně je výjimečná kombinací tradice z období monarchie a vlivu moderní středomořské kuchyně,“ říká Norbert Niederkofler, šéfkuchař michelinské restaurace St. Hubertus v hotelu Rosa Alpina St. Kassianu/San Cassiano in Badia. Michelinských restaurací je v Jižním Tyrolsku sedmá, celkem drží dvacet hvězdiček a většina z nich leží blízko středisek. Kombinace rakouské

Text: Petr Kamenický, foto: Südtirol Marketing



TIPY, KAM VYRAZIT LYŽOVAT

KRONPLATZ

Až 116 km sjezdovek, sedmikilometrové a pěkně členité tratě, výborná gastronomie. Rodiny s dětmi ocení, že na Kronplatz vyjíždějí kabinové lanovky, kde si mohou děti sednout. V hotelech Winklerhotels (Lanerhof, Sporthotel und Sonnenhof) u Kronplatzu nabízejí i dětské wellness. www.kronplatz.com

TAUFERER AHRNTAL/VALLE AURINA

Údolí nabízí lyžování ve dvou areálech Speikboden a Klausberg a 50 km sjezdovek. Ty se pyšní až 1500metrovým převýšením. Po lyžování můžete vyrazit na prohlídku hradu Taufer, který je otevřený i v zimě či do nedalekého Krippenmusea, muzea betlémů. www.tauferer.ahrntal.com

EISACKTAL/VALLE ISARCO

Až 140 km sjezdovek v osmi areálech. Na Plose najdete nejdelší sjezdovku na severu Itálie: Trametsch (9 km). Po lyžování je možné vyrazit na sánky. V celém údolí je 42 sánkařských drah. Nejdelší měří 11,7 km. www.eisacktal.com

a italské gastronomie navíc chutná dětem. Špagety, pizza, bílé klobásky či lasagne by mohly jíst každý den. A tohle přesně na jídelních lístcích jihotyrolských horských chat najdete.

Italové děti milují

Na každém kroku je tu také cítit, že „bambini“ v Itálii hrají prim. „Děti jsou pro Italy vše, jsou číslo jedna v rámci rodiny,“ doplňuje lyžařský instruktor Ladislav Janků, který pracuje v jihotyrolském Seiser Almu/Alpe di Siusi ve školičce Scuola Ski Schule Sciliar 3000. Děti si tu hýčkají a rozmazlují. Například pokud si rodiče v Jižním Tyrolsku koupí skipas Dolomity Superski, děti

do osmi let lyžují zdarma. Lanovkám nechybějí bezpečnostní zábrany, restauracím dětská menu. Pro nejmenší tu připravili bohatý program - jako například v lyžařském středisku Rotwand/Croda Rossa v Hochpustertalu/Alta Pusterii. Tady mají stezku soba Rudiho, který vysvětluje, jak bezpečně lyžovat. S mladšími dětmi vyberte z některého z menších rezortů, například v údolí Eisacktal/Valle Isarco nebo Tauferer Ahrntal/Valle Aurina. Tady totiž všechny sjezdovky končí v jednom bodě a malý lyžař se jen tak neztratí. Jihotyrolské resorty pravidelně německý automotoklub ADAC

řadí mezi přátelské pro rodiny s dětmi. Všiml už si například Seiser Almu s příjemnými červenými a modrými sjezdovkami či Kronplatzu, střediska s jedním z nejmodernějších vybavení v Alpách. A to vše se odehrává v nádherné kulise Dolomiti. „Ty jsou nejhezčí stavbou světa,“ prohlásil švýcarský architekt Le Corbusier. Dolomity jsou na seznamu UNESCO. A kde se s dětmi ubytovat? Třeba v jednom z 26 hotelů, které získaly nálepku Family-Friendly. Zaměřují se na rodiny s dětmi a pro své nejmenší návštěvníky připravují bohatý program. Děti mohou vyrazit s instruktory lyžovat, sánkovat nebo na procházku.

Úspěšný rok Jiřího Boušky

KLIENT OZP, REPREZENTANT V CYKLISTICE, PARALYMPIJSKÝ MEDAILISTA A MISTR ČR NEZAHÁLÍ ANI V OLYMPIJSKÉM MEZIDOBÍ. JEHO PŘÍPRAVA I ÚČAST V ZÁVODECH JE INTENZIVNÍ A DOSTAVUJÍ SE ÚSPĚCHY. O TO VÍČ HŘEJE VĚDOMÍ, ŽE **NA TĚCHTO ÚSPĚŠÍCH MÁ PODÍL I OZP, KTERÁ JIŘÍHO BOUŠKU DLOUHODOBĚ PODPORUJE.**

Jak jste se na letošní sezónu připravoval?

Na sezónu 2013 jsem se připravoval s Lawi - Author teamem na běžkařském soustředění na Bedřichově v Jižerských horách, kde jsme absolvovali třicet až čtyřicet kilometrů ve stopě. Dále na dvou čtrnáctidenních soustředěních v teple, kde jsme ve tvrdém terénu nastoupali přes 60 000 výškových metrů a strávili v sedle bezpočet hodin.

Vrcholem sezóny bylo mistrovství světa v Kanadském Baie-Comeau, nebyl to však jediný cíl. V letošním roce jsme se zaměřili i na celkové umístění v prestižní sérii závodů světového poháru, který se skládal ze tří podniků. První se jel v Meránu (ITA), kde jsem v časovce obsadil třetí místo a v silničním závodě páté. Následoval světový pohár ve Španělské



Segovii, kde jsem obsadil shodně třetí místo v časovce i v silničním závodě. Po druhém dílu se peloton přesunul do Matane (CAN), tam mé umístění negativně

ovlivnilo týdenní čekání na cyklistickou výbavu, která se ztratila. V časovce jsem obsadil třetí místo a v silničním závodě páté. Následoval světový pohár ve Španělské

jsem mnoho dalších závodů, bohužel tolik prostoru ale asi nemáte.

A tuzemské úspěchy?

Stal jsem se Mistrem ČR 2013 v časovce i v silničním závodě. V ČR jsem absolvoval dalších čtyřicet startů ve všech typech soutěží a několikrát vystoupal na pódiová umístění.

Jaké máte plány?

Letošní rok, ač byl paralympijský, byl náročný a ukázal trend vzrůstající výkonnosti světové špičky. Na sklonku letošního roku necítím pocit únavy, ale motivace. Protože jsem měl po olympijském roce větší zdravotní problémy, začal jsem spolupracovat s fyzioterapeutkou Zuzanou Malou a především jsme začali pracovat na zlepšení výživy a speciálního posilování.

Ptal se Václav Čech.

Hurá na hory!

Také už sledujete sněhové zpravodajství a kontrolujete lyžařskou výbavu? Pořizujete si nejnovější módní výstřelky na hory? A nemůžete se dočkat zasněžených hor a azurového nebe? Odškrtněte si posledních pár dní, které Vás dělí od zimní dovolené, a hlavně **nezapomeňte přibalit cestovní pojištění.**

Vitalitas má pro Vás **komplexní cestovní pojištění specializované na zimní sportovní aktivity.**

Za super cenu získáte **pojištění léčebných výloh v zahraničí včetně sportovního připojištění s plněním až do výše 5.000.000 Kč, pojištění odpovědnosti za škody na životě, zdraví či majetku třetí osoby (plnění 1.500.000 Kč), pojištění zavazadel (plnění 20.000 Kč) a pojištění pro případ úrazu.**

Navíc za Vás **uhradíme půjčkové v případě odcizení Vašeho sportovního vybavení a poskytneme kompenzaci za nevyužitý skipas v případě úrazu či nemoci.**

Relaxujte, sportujte a užijte si, starosti nechte na nás!

Pojištění můžete uzavřít na všech pobočkách OZP nebo na www.vitalitas.cz.



Soutěžíme s Ginou

Děti, zasoutěžte si spolu s naší žirafkou o super ceny!

Pravidla soutěže jsou uvedena na www.vitalitas.cz



Namalujte nám obrázek o tom, co všechno **žirafa Gina v zimě zažije** a pošlete ho do **31. 12. 2013** na adresu: **Vitalitas pojišťovna, a.s., Zelený pruh 95/97, 140 00 Praha 4** nebo na e-mailovou adresu gina@vitalitas.cz. Nezapomeňte uvést jméno, příjmení, adresu a věk! Nejlepší práce vystavíme na našich webových stránkách, ale hlavně – jejich autory oceníme.

Na hlavního výherce čeká tablet, ale ani ostatní nepřijdou zkrátka. Celkem mezi Vás Gina rozdělí dárky v hodnotě 10.000 Kč!

Co nového v regionech...

KRAJ VYSOČINA

OZP iniciovala prostřednictvím ředitelky pobočky OZP v Jihlavě, Gabriely Látové, propojení Asistenční služby OZP se systémem

eAmbulance, což je zcela unikátní bezplatná služba elektronického objednávání pacientů do ambulancí nemocnic Kraje Vysočina. Dobré dílo se podařilo a tuto službu aktuálně využívá už více než pět tisíc klientů. Pokud neradi čekáte u lékaře, není nic jednoduššího, než se zradit mezi ně a na vlastní kůži zkusit, jak dokáže být regionální zdravotnictví operativní, rychlé



a kvalitní. V klidu svého domova si sami během několika minut vyberte nemocnici, lékaře, termín i čas vyšetření, který vám bude vyhovovat. Nemocnice Kraje Vysočina nabízejí týdně více než 400 ordinačních

hodin pro registrované pacienty. V případě jejich plného využití tak odpadne čekání pro zhruba dva tisíce pacientů. Služba elektronického objednávání pacientů **eAmbulance** je dostupná přímo přes Asistenční službu OZP.

VÝHODY ELEKTRONICKÉHO OBJEDNÁVÁNÍ

- jednoduché ovládání přes internet, ale i přes telefon, popř. možnost osobní návštěvy kontaktního centra
- možnost objednat se 24 hodin denně, 7 dní v týdnu, 365 dní v roce
- výběr ideální hodiny pro ošetření, zkrácení doby čekání
- výběr nemocnice i konkrétního lékaře (vybraných ambulancí)
- zrychlení komunikace a zvýšení pohodlí při pravidelných vyšetřeních
- automatické připomenutí termínu ošetření 24 hodin předem (SMS zprávou)
- úplný přehled nad dostupnými ordinačními hodinami a volnými termíny mohou nyní využívat klienti nemocnic

ZLÍNSKÝ KRAJ

Ředitelka zlínské pobočky OZP Ivana Zeťková zahájila pilotní projekt adresného obesílání pojištěnců v rámci nabídky preventivních programů OZP. Ve spolupráci s vybranými smluvními specialisty tak OZP nabídla klientům na Zlínsku vyšetření s možností objednání přes Asistenční službu OZP.

Milena Najmanová

Dny pro zdraví v Praze

POBOČKA OZP PRAHA POŘÁDÁ PRAVIDELNĚ VE SVÝCH KLIENTSKÝCH CENTRECH „DNY PRO ZDRAVÍ“. V ČERVNU A V ZÁŘÍ 2013 ÚSPĚŠNĚ PROBĚHLY „DNY PRO ZDRAVÍ V PASÁŽI“ (KLIENTSKÉ CENTRUM V PASÁŽI ČNB V PRAZE 1).

> Den pro zdraví probíhá na vybraném clientském centru většinou od 11 do 17 hodin. Maskot OZP OZPáček upozorňuje kolejdoucí na probíhající akci, rozdává dětem balonky a hostesky zvou k návštěvě clientského centra OZP. Zaměstnanci clientských center vysvětlují návštěvníkům výhody pojištění u OZP, seznamují je s jedinečnými a neustále se vyvíjejícími produkty OZP – VITAKARTA a Asistenční službou a odpovídají

na jejich dotazy. Jako bonus si návštěvníci

Na 4. prosince 2013 vás zveme na předmikulášský „Den pro zdraví v clientském centru OZP Tusarova“ v Praze 7, kam dorazí Mikuláš a možná OZPáček.

odnášejí drobné dárky. Nedílnou součástí Dne pro zdraví je možnost

nechat si odborně a bezplatně změřit tlak, puls, cholesterol a glykemii. Tuto službu tradičně zajišťuje MUDr. Táňa Breyťšová, kterou znají čtenáři Bonusu jako autorku řady článků a která ráda poskytne klientovi medicínské rady a doporučení – zejména, pokud naměří hodnoty mimo normální rozmezí. Měření samozřejmě probíhají v odděleném diskretním prostoru.

Milena Najmanová



KŘÍŽOVKA o outdoorové ceny

monom. ozon, tapu, Alma Mater	Iniciály herce Plachty	Kůň (básn.)	Nalévati	A sice	Zápor	Latinsky "Země Živi- telka" (2 slova)	Továrna na Klobouky	Trikyslík	Pražské pekárny a mlýny (zkr.)	4 (řimsky)	Hmotnost	Obyvatel Aše
Ženské jméno						Otopy						
2. díl tajenky						1. díl tajenky Kyselá pochutina						
	Seník	Tohle 4. díl tajenky			Jednočlen Dávka (kníž.)				Chemická zn. hahnia Evropanovo			
Osobní zájmeno				Darebák Sport. a tu- rist. nakla- datel. (zkr.)				Bod v judu Primitivní papírovina				
SPZ Berouna			Záhyb na látku Starší znač- ka čepetek				Zvuk trubky Geologický útvár druhohor			Provést seť	Žert	
Matřím dokola zašpinit							Italské město Značka audiokazet					
Srovnávat							Neostrost Předložka					
Otázka při sázce				3. díl tajenky								
Úspěšná píseň				Mléčná kořalka				Oddíl tělesně postižených (zkr.)				

AŽ DO KONCE LEDNA 2014 POSÍLEJTE
NA OZPACEK@OZP.CZ SPRÁVNÉ ZNĚNÍ
TAJENKY. VYHRÁT MŮŽETE CENY OD LOAP
- STAN, SPACÁK, BATOH A NĚKOLIK
OZPÁČKOVÝCH DÁRKOVÝCH BALÍČKŮ.



VYPLATÍ SE SLEDOVAT OZPÁČKŮV
PROFIL NA FACEBOOKU.
DOZVÍTE SE LECCOS NOVÉHO
A NEPŘIJDETE O MOŽNOST SE MNOU
TŘEBA I SOUTĚŽIT.



A POKUD BYSTE CHTĚLI DOSTÁVAT SEM
TAM OBČAS OZPÁČKŮV NEWSLETTER
PŘÍMO DO MAILOVÝCH SCHRÁNEK,
NAPIŠTE MI NA OZPACEK@OZP.CZ
A JÁ VÁS ZAŘADÍM MEZI ODBĚRATELE.

ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
i pro vás!

Výhody pro pojištěnce OZP:

- **Slevy** z doplatků na receptové léky až **60%**
- **Sleva** při prodeji zboží bez receptu nejméně **5%**
- **Sleva 5%** na všechny druhy antikoncepce
- Speciální nabídky a **Vánoční akce**

NAVŠTIVTE
NAŠI
LÉKÁRNU



Kontakt:

Adresa: **Tusarova 1152/36**
Praha 7 – Holešovice
(v budově OZP)

Telefon: **283022112**

E-mail: vitapharma@vitapharma.cz

Další výhody pro držitele karet Silver/Gold:

- **Další slevy** z doplatků na receptové léky až **100%**
- **Sleva** při prodeji zboží bez receptu nejméně **10%**

50 Kč

při jednorázovém nákupu nad 500,- Kč

100 Kč

při jednorázovém nákupu nad 1000,- Kč

ZIMNÍ AKCE

pro pojištěnce **OZP**
v **Lékárně Vitapharma**

tel.: 283 022 112

Kupóny nelze sčítat
a kombinovat
s jinými poukázkami

platný od 1. 11. 2013 do 31. 3. 2014

ZIMNÍ AKCE

pro pojištěnce **OZP**
v **Lékárně Vitapharma**

tel.: 283 022 112

Kupóny nelze sčítat
a kombinovat
s jinými poukázkami

platný od 1. 11. 2013 do 31. 3. 2014

KONTAKTY A KLIENTSKÁ CENTRA OZP

ŘEDITELSTVÍ OZP PRAHA | Roškotova 1225 /1 | 140 21 Praha 4 | fax: 261 105 300

www.ozp.cz

Pobočka PRAHA - klientská centra OZP

Na Příkopě 24, Praha 1
Po - Čt 8:30 - 17:30
Pá 8:30 - 14:00

Tusarova 36, Praha 7
Po, Út, Čt 8:00 - 16:00
St 8:00 - 18:00; Pá 8:00 - 14:00

Roškotova 1225/1, Praha 4
Po - Čt 8:00 - 16:00
Pá 8:00 - 14:00

Klientská centra Na Příkopě a v Tusarově ulici nejsou určena k zaslání korespondence.

Výhradní adresa pro poštovní styk s ředitelstvím OZP je Roškotova 1225/1, 140 21 Praha 4

POKUD NENÍ UVEDENO JINAK, JE PROVOZNÍ DOBA KLIENTSKÝCH CENTER OZP:

POBOČKA (POB) Po, St: 8:00 - 17:00 Út, Čt: 8:00 - 15:00 Pá: 8:00 - 14:00

EXPOZITURA (EXP) Po, St: 9:00 - 12:00; 13:00 - 17:00 Út, Čt: 12:00 - 15:00 Pá: 9:00 - 12:00

EXPOZITURA (E) St: 12:00 - 17:00 (Nejsou určeny pro zaslání korespondence.)

DIVIZE ČECHY | ROŠKOTOVA 1225/1 | 140 21 PRAHA 4

BENEŠOV

Tyršova 2071 (E)
256 01 Benešov
tel.: 602 731 214
benesov@ozp.cz

BEROUN

Palackého 31/2 (EXP)
266 01 Beroun
tel.: 311 611 488
beroun@ozp.cz

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Rudolfovská 1817/2 (POB)
370 01 České Budějovice
tel.: 387 319 117, 387 425 335
ceske.budejovice@ozp.cz

DĚČÍN - jednatelství

Palackého 1225/17
405 02 Děčín IV-Podmokly
tel.: 412 530 622
Po - Čt: 8:30 - 12:00; 13:00 - 17:00
decin@ozp.cz

HRADEC KRÁLOVÉ

Herbenova 40 (POB)
500 02 Hradec Králové
tel.: 495 523 547
hradec.kralove@ozp.cz

JIHLAVA

Dr. Jiřího Procházky 5281/20 (POB)
586 01 Jihlava
tel.: 567 330 854
jihlava@ozp.cz

KARLOVY VARY

T. G. Masaryka 42 (POB)
360 01 Karlovy Vary
tel.: 353 176 401
kvary@ozp.cz

LIBEREC

Jablonecká 16/294 (POB)
460 01 Liberec
tel.: 485 101 150
liberec@ozp.cz

MOST (v pob. České spořitelny)

Bankovní 1300 (E)
434 57 Most
tel.: 725 066 712
most@ozp.cz

PARDUBICE

Hronovická 2761 (POB)
530 02 Pardubice
tel.: 466 052 271
pardubice@ozp.cz

PLZEŇ

Purkyňova 17 (POB)
301 36 Plzeň
tel.: 377 325 310, 377 320 472
plzen@ozp.cz

TÁBOR

nám. Fr. Křižíka 2840 (EXP)
390 01 Tábor
tel.: 381 210 681
tabor@ozp.cz

TRUTNOV

Krakoňovo náměstí 21/15 (E)
541 01 Trutnov
tel.: 724 112 210
trutnov@ozp.cz

ÚSTÍ NAD LABEM

Klíšská 1346/14 - P. O. BOX 120 (POB)
400 01 Ústí nad labem
tel.: 475 214 310, 475 214 317
usti.nl@ozp.cz

ŽDĀR NAD SÁZAVOU

Dolní ulice 165/1 (EXP)
591 01 Ždár nad Sázavou
tel.: 566 521 273
Po, St: 9:00 - 12:00; 13:00 - 17:00;
Pá: 9:00 - 12:00; zdar.ns@ozp.cz

DIVIZE MORAVA | PŘÍVOZSKÁ 12 | 701 61 OSTRAVA

BRNO

Příkop 4 (POB)
604 35 Brno
tel.: 545 175 681, 545 175 677
Středa do 18:00
brno@ozp.cz

OSTRAVA (klientské centrum)

Českosobotská 26 (POB)
702 00 Ostrava
tel.: 596 475 822, 826
Středa do 18:00
ostrava@ozp.cz

ZLÍN

Zarámí 92 (POB)
760 01 Zlín
tel.: 577 584 159
zlin@ozp.cz

OLOMOUC

Wellnerova 1322/3b (POB)
779 00 Olomouc
tel.: 585 423 914
olomouc@ozp.cz

OPAVA

Řádův nám. 22 (EXP)
746 01 Opava
tel.: 553 610 304
opava@ozp.cz

ELEKTRONICKÁ PODATELNA
<https://portal.ozp.cz>
DATOVÁ SCHRÁNKA q9iadw9

Telefonní informační centrum
(Po - Pá: 8:00 - 16:00)
261 105 555