

# TRISTEP 2020

## Jak to začalo

**METROSTAV HANDY CYKLO MARTON** je pětidenní cyklo maraton zaměřený na společnou motivační aktivitu osob se zdravotním postižením a osob bez postižení. Jedná se o 111hodinový cyklistický maraton napříč Českou republikou. Každý tým musí mít minimálně jednoho člena s jakýmkoli druhem postižení (držitel karty ZTP, ZTP/P, TP). Každý tým je navíc patronem jednoho člověka po těžkém úrazu nebo těžké nemoci. Pro tohoto člověka se tým závodu účastní a získává pro něj ceny.

Před dvěma lety jsme se zúčastnili Metrostav handy cyklo maratonu (dále jen MHCM) jako parta nadšenců téměř bez jakéhokoli zázemí. V osmi lidech jsme formou štafety urazili celou trasu závodu v limitu (2222 km do 111 hodin) a současně jsme si dokázali odřídit doprovodná vozidla v téměř celém průběhu MHCM. Bylo to možná trochu šílené, ale nám se to líbilo a zažili jsme skvělé chvíle týmového výkonu. Patronem byla Monča.

Loni jsme jeli v kategorii dvojic – viz medailonek o [Zdeňku Zvolském](#). Patronem byla Terezka.



(obr. 1, TRISTEP 2020 s Lukášem)

Letos jsme se rozhodli, že pojedeme jako **čtyřčlenný koloběžkový** tým ve složení: kapitán Zdeněk Hercik, Michal Jarůšek, Daniel Přívara a Tereza Chrastinová pro Lukáše.

Závod je pouze pro dospělé závodníky. Naši patroni Monča a Lukáš s námi prožili první den závodu v doprovodném autobuse. Lukáš s námi absolvoval první úsek závodu na svém elektro handbiku. Poslední den závodu jsme potom celý tým podnikli výstup na Bezděz. Terezka se bohužel z rodinných důvodů účastnit nemohla. My jedeme pro děti, děti jedou s námi. Sledujte nás:

<https://www.facebook.com/tristep111>

## Co je náš cíl?

- účast týmu TRISTEP na největším cyklistickém závodě v ČR – MHCM (**splněno**)
- zážitek pro handicapované děti – účast na MHCM (**splněno**)
- dokument o handicapovaných dětech na pozadí MHCM (**na dokončení chybí cca 60 tis. Kč**)
- nákup zdravotních pomůcek (tricykl, jeřáb, elektropohon) (**chybí 60-80 tis. Kč**)
- ~~nákup pomůcek pro pořádání dalších charitativních sportovních akcí (biatlonové sety) (u Nadace ČEZ jsme byli se žádostí úspěšní pouze částečně, od cíle prozatím odstupujeme)~~

Hlavním cílem bylo zprostředkovat dětským patronům našeho týmu zážitek přímou účastí na Metrostav handy cyklo maratonu. Při té příležitosti vzniká ve spolupráci s M&F Movies reportážní dokument o našich patronech. Přiblížíme běžné problémy, se kterými se handicapovaní setkávají. Ukážeme, že jsou to lidé jako my. Skvělé děti, které nepotřebují naši lítost, nepotřebují náš obdiv. Stačí, když jim občas trochu pomůžeme, a oni nám to vrátí svojí radostí ze života. Děti se v doprovodném autobusu zúčastnily prvního dne závodu. Poslední den se nám podařilo s našimi patrony vystoupit na Bezděz a společně protnout cílovou pásku závodu. Věříme, že náš příběh může být inspirací pro kohokoli dalšího. Překážky jsou totiž často jen v naší hlavě. I když se může zdát, že šance na úspěch je minimální, důležité je nevzdávat se svých snů.



(obr. 2, TRISTEP 2019 s Terezkou)

Nyní probíhají poslední úpravy dokumentu. Zpracování více než 40 hodin záběrů (cca 1 TB dat) do dokumentu o délce 45 minut bylo náročné. Práce ve studiu se protáhly vůči plánu na téměř dvojnásobek - 11 dnů.

Podařilo se nám celkové odhadované náklady dokumentu (250-350 tis. Kč) snížit zhruba na polovinu. Podstatnou část nákladů by měl pokrýt příspěvek Nadace ČEZ (můžeme získat až 95 tis. Kč). Dalších 60 tis. Kč (aktuální odhad) nám chybí k úhradě celkových nákladů dokumentu zpracovaného v profesionální kvalitě a rozlišení 4K.

### Orientační rozpočet našeho projektu:

Co hradíme z našeho transparentního účtu:	Částka	Chybí	Poznámka
Doplatek elektroponu handbiku Lukáše	5 111	0	uhrazeno
Dresy pro Terezku, Lukáše a Terku	4 847	0	uhrazeno
Projnájem autobusu a mikrobusu	22 100	0	uhrazeno
Program ve Veltrusích a na Bezdězu při MHCM	1 450	0	uhrazeno
Náklady na odměny pro přispěvatele	1 419	0	uhrazeno k datu 28.9.
Dokument o patronech na pozadí MHCM	155 000	-60 000	Nadace ČEZ (95 000,-)
Elektropohon pro handbike Terezky	12 100	-12 100	
Sportovní a zdravotní pomůcky pro patrony	50 000	-50 000	pro Lukáše a Monču
<b>Mezisoučet</b>	<b>252 027</b>	<b>-122 100</b>	<b>Na účtu 7 879,- Kč k 28.9.2020</b>
Startovné MHCM	9 000	0	uhrazeno členy týmu
PHM mikrobusu a další výdaje při MHCM	13 584	0	uhrazeno členy týmu
Trička pro dobrovolníky – řidiče MHCM	5 204	0	uhrazeno členy týmu
Zažitky a pomůcky dětem – cíle do budoucna	200 000	-200 000	paraglidy, plachtění, trenažéry, apod.
<b>Celkem</b>	<b>479 815</b>	<b>-322 100</b>	

### Kdo jsme?

Spolek TRISTEP proti handicapům doposud zprostředkoval dary na nákup monoski, handbike trenažéru a příspěvek na elektropohon k handbiku – celkově v částce přes 100 tis. Kč. Nechceme však zprostředkovávat pouze hmotnou pomoc, chceme handicapovaným ukázat, že je může jejich okolí vnímat jako plnohodnotné členy společnosti.

### **Závodní tým TRISTEP 2020:**

**Zdeněk Hercik** – kapitán a hlavní organizátor projektu TRISTEP. Nadšený koloběžkář, předchozí předseda a stávající člen předsednictva Českého svazu koloběhu, trenér atletické přípravy T. J. Sokol Říčany a Radošovice, vedoucí koloběžkového týmu UNIKOSY, vedoucí koloběžkového kroužku, od října 2019 pracuje v organizaci pro ohrožené děti – Dům tří přání. Člověk, kterého naplňuje pomáhat druhým.

**Michal Jarůšek** – člen týmu z roku 2018, v roce 2019 řidič doprovodného vozidla. Nadšený sportovec, který si na loňském koloběžkovém ME splnil sportovní sen – stal se několikanásobným medailistou v elitní kategorii. Člen koloběžkového týmu YEDOO. Parťák, kterého chce mít v týmu každý.

**Daniel Přivara** – nováček týmu, v koloběžkovém závodním pelotonu od loňského roku, člen koloběžkového týmu YEDOO. Od 14 let se věnuje námořnímu jachtingu, pracoval jako zalétavací pilot paraglidů. Do projektu se pustil s chutí, má rád nové výzvy a tou letošní projekt je.

**Tereza Chrastinová** – účastnice projektu Lvice 2020 Cesty za snem. Maminka na plný úvazek, které nejen obrazně chybí na zvládnutí rodinných úkolů jedna ruka. To, že jí chybí i noha, někdo ani nepozná. Na společnou týmovou schůzku se s tříletým synem vypravila vlakem na otočku až ze Zlína. Obětavost je jednou z vlastností, které jsme si na Terce hned všimli.

### Proč to děláme?

Pomáhat má smysl. Pomoc může mít různou podobu, ne vždy je to jen o penězích. Každý, kdo bude chtít pomoci jiným způsobem, je mezi námi vítán. Osudy handicapovaných možná budí emoce, ale ty nechceme zbytečně jítřit. Neměli bychom rozlišovat, komu a proč pomáháme. Pomáhat druhým by měla být běžná součást našeho života. My tomu věříme.



(obr. 3, TRISTEP 2018 s Mončou)

### Podpořte náš projekt

Nákupem v našem „obchůdku“ můžete podpořit náš projekt. Úhradu zasílejte na transparentní účet vedený u FIO banky: **2401703574/2010** (využít můžete QR kód pro snadné zadání platby). Kontaktní údaje prosíme zasílejte na e-mail: [TRISTEP@herca.cz](mailto:TRISTEP@herca.cz).

Poštovní adresa: TRISTEP proti handicapům, z.s., Jana Nepomuckého 23, 251 01 Břeží

Kontaktní údaje jsou poskytovány pouze za účelem předání zakoupeného produktu. V případě vyprodání produktu bez možnosti zajištění adekvátní náhrady, budou finanční prostředky vráceny.

**DĚKUJEME!**

## Partneři



Děkujeme za spolupráci na výrobě dokumentu o našich patronech.



Děkujeme za výhodně podmínky zapůjčení video techniky.



Děkujeme za věnování triček.



Děkujeme za výhodné podmínky pro přepravu našich patronů.



Poskytnutí prostoru na webu a finanční podpora.