

# magazín 213

2. číslo | srpen 2019

**OSTRAVÁCI MI V NĚČEM  
PŘIPOMÍNÁJÍ LIDI  
Z MÉ RODNÉ ŠUMAVY**

**213  
RBP**  
zdravotní pojišťovna



# BOŘÍME BARIÉRY



**Každý desátý občan České republiky je hendikepovaný. Tělesně postižení, zejména zrakově postižení občané, velmi těžce získávají informace. Proto jsme se v RBP rozhodli, že půjdeme těmto lidem vstříc.**

Myšlenka tvořit služby pro hendikepované lidi v našem odvětví byla zřejmá,

## NOVÝ WEB (NEJEN) PRO TĚLESNĚ A ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ



denně pracujeme na tvorbě kvalitního zázemí a jistot pro naše pojištěnce bez ohledu na to, v jaké jsou životní situaci. Postižení se různí, rozhodli jsme se pomáhat všem. Například občané se svalovou atrofií či Alzheimerem mají potíže uchopit do ruky počítačovou myš a pohybovat s ní při procházení webové stránky. Pro ně jsme přichystali procházení webové stránky pomocí

tabulátoru jednoduše jedním prstem. Tuto možnost navíc může využít občan, který si například zlomil ruku. Slabozrakým a seniorům umožňujeme zvětšit písmo až o 400 %. Tím, že je web responzivní, při zvětšení písma nedojde k deformaci grafických prvků, ale celá stránka se přeskládá do konzistentní podoby. Technologie responzivního webu umožní způsob stylování stránky, které zaručí, že zobrazení stránky bude konzistentní ve všech zařízeních (mobily, tablety, notebooky, netbooky atd.).

Speciální skupinou jsou nevidomí občané. Ti používají různá softwarová čtecí zařízení, která procházejí web a hlasovým asistentem čtou text včetně navigace na stránce. Web, který nevidomí mohou plnohodnotně procházet čtecími zařízeními, musí být speciálně upraven. Zaměřili jsme se i na detaily. Každá fotografie má svůj popis přístupný čtečkám, aby nebyli nevidomí ochuzeni ani o obrazový vjem. U příloh jsme implementovali označení typu příloh, aby čtecí zařízení rozpoznalo program, ve kterém lze příloha otevřít. Nevidomí jsou velmi často odkázáni na lidského asistenta, pro nás bylo proto důležité těmto lidem alespoň částečně pomoci přinést do života pocit soběstačnosti.

### Boříme bariéry

Web byl šestiměsíční projekt a mezi veřejnost jsme jej uvedli počátkem června. Cílem bylo vytvořit přehledný a srozumitelný obsah s moderní grafikou a jednoduchou uživatelskou orientací. Stávající produkty jsme zpřehlednili a vytvořili nové, podmínky proplácení jsme výrazně zkrátili a zjednodušili. Zaměřili jsme se na lepší dostupnost elektronické komunikace pojištěncům novým

produktem e-RBP. Boříme bariéry mezi pojištěnci a pojišťovnou, jdeme k lidem blíž a jako jediná zdravotní pojišťovna na trhu myslíme i na všechny hendikepované občany. Na vývoji bezbariérového webu jsme spolupracovali s organizací SONS - sjednocená organizace slabozrakých a nevidomých v ČR. Spoluprací jsme získali silné partnerství pro společný cíl - zbořit bariéry mezi zdravými a hendikepovanými lidmi. Bez SONS bychom došli cíle velmi obtížně. Budovali jsme něco, o čem si můžeme nastudovat technické normy, konkrétně problematiku bezbariérových webů řeší mezinárodní norma WCAG. V běžné rutině života ale pouze nevidomí a slabozrací občané vědí, co jim ulehčí procházení webu a získávání informací. Jejich komentáře a připomínky byly pro nás v celém vývoji velmi cenné.

Děkujeme tímto SONS za spolupráci i za výsledný audit, na základě kterého web RBP získal osvědčení o přístupnosti webu. Doufáme, že tento trend vývoje bezbariérových technologií bude stále více podporován. I my v RBP se nadále věnujeme rozšiřování online služeb dostupných pro všechny.



**Jan Šnyrych**, konzultant  
Sjednocené organizace nevidomých  
a slabozrakých /Vlevo/  
s výkonným ředitelem RBP  
**Antonínem Klímšou**



# DO 30. 9. 2019 SE MŮŽETE PŘEREGISTROVAT A STÁT SE NOVÝM POJIŠTĚNCEM RBP OD 1. 1. 2020!

RBP, zdravotní pojišťovna má přibližně 430 000 pojištěnců, více než 10 000 smluvních poskytovatelů zdravotních služeb a 41 poboček. Je známá stabilním hospodařením, o čemž svědčí úspěchy v soutěži „Zdravotní pojišťovna roku“, kde v kategorii „Finanční zdraví“ skončila v roce 2017 na 1. místě a v roce 2018 na 2. místě.

RBP je pojišťovnou s bohatou historií, která nabízí svým pojištěncům moderní elektronické možnosti komunikace, a to zejména prostřednictvím **aplikace**

## MÁTE ZÁJEM BÝT NAŠÍM NOVÝM POJIŠTĚNCEM?

**my213.** Samozřejmostí je zde možnost elektronického nahlížení do svých osobních údajů o vykázané péči, předepsaných léčích i stomatologických výkonech. Majitelé mobilů pracujících v systému Android nebo iOS (iPhone)

tyto údaje vidí prostřednictvím my213 v mobilu.

Pokud stále váháte, seznamte se s naší nabídkou nadstandardních, bonusových nebo dalších zdravotních programů. V posledním období podporujeme zejména mladé rodiny, sportovce a dárce krve.

**K zásadním novinkám čerpání preventivního a bonusového programu roku 2019 patří:**

- bonusový příspěvek pro matky vícerčat (do 18 let věku dětí) **ve výši 1 213 Kč** na každé dítě pojištěné u RBP,

- možnost převodu části limitu z finančního příspěvku rodiče na své dítě **ve výši 500 Kč,**

- možnost navýšení limitu finančního příspěvku na očkování pro děti a mládež do 18 let sloučením limitu od rodičů a přátel celkem **do výše 10 000 Kč** (maximálně 9 osob),

- možnost navýšení limitu finančního příspěvku pro pojištěnce, kteří se léčí na celiakii sloučením limitu od rodičů a přátel celkem **do výše 10 000 Kč** (maximálně 9 osob),

- bonusový příspěvek na přímořský ozdravný pobyt dětí ve věku 8 – 15 let s opakujícími se recidivujícími onemocněními horních cest dýchacích, alergiemi a dermatózami **do výše 10 000 Kč,**

- bonusový příspěvek na čtrnáctidenní léčebné lázeňské pobyty pro seniory **ve výši 15 000 Kč,**

- trvalé každoroční příspěvky dárcům krve, kteří bezplatně darovali krev a mají minimálně 40 odběrů, a to až **do výše 2 500 Kč,** podle počtu odběrů,

- příspěvek **ve výši 1 213 Kč** pro prvodárce, který bezplatně daruje krev.

Máme pro Vás připraven bohatý dlouhodobý slevový program, jednorázové sezonní akce „**Plaveme s RBP**“ nebo speciální akce jako jsou „**Dny zdraví s RBP**“.

**Pokud jste se pro změnu zdravotní pojišťovny již rozhodli, navštivte nejpozději do 30. září nejbližší pobočku RBP, kde Vás očekávají vstřícní, odborně zdatní pracovníci.**

**Můžete také využít možnosti elektronické přihlášky na [www.rbp213.cz](http://www.rbp213.cz).**

Jako náš pojištěnec můžete také využívat nonstop Asistenční službu na telefonu 800 213 213 nebo službu Telefonní lékař na telefonu 840 111 245.

## PŘIDEJTE SE K NÁM!



Za účelem zkvalitňování a modernizace služeb byla v budově ředitelství RBP rekonstruována ostravská expozitura.

**V novém designu jsme tady pro vás:**

<b>Pondělí</b>	<b>7.00 - 11.30</b>	<b>12.00 - 17.00 hodin</b>
<b>Úterý</b>	<b>7.00 - 11.30</b>	<b>12.00 - 15.00 hodin</b>
<b>Středa</b>	<b>7.00 - 11.30</b>	<b>12.00 - 17.00 hodin</b>
<b>Čtvrtek</b>	<b>7.00 - 11.30</b>	<b>12.00 - 15.00 hodin</b>
<b>Pátek</b>	<b>7.00 - 11.30</b>	<b>12.00 - 15.00 hodin</b>

Kontakt:

Telefon: **596 256 232**

E-mail: **exp-ostrava@rbp-zp.cz**

## EXPOZITURA OSTRAVA V NOVÉM

**RBP, zdravotní pojišťovna také v letošním roce připravuje a podporuje společně s externími partnery řadu zajímavých akcí i projektů zaměřených na osvětu, prevenci a zdravý životní styl.**

Dny zdraví a Stany zdraví RBP nabízí pro širokou veřejnost tematicky pestré aktivity, které přispívají a motivují k péči o zdraví a prevenci nemocí. Náš zdravotní program mohou bezplatně využívat zájemci všech věkových kategorií v rámci akcí organizovaných ve spolupráci s městskými úřady, zdravotnickými a sportovními zařízeními, mateřskými i kulturními centry a dalšími institucemi. Největší ohlas zaznamenáváme u stanovišť s měřením zraku, cévního a plicního věku, diagnostiky tělesného složení. Tým externích spolupracovníků poskytuje individuální konzultace i přednášky v oblasti fyzioterapie, zdravého a bezbolestného pohybu, podologie, racionální výživy, odvykání kouření nebo ukázky a praktický nácvik poskytování první pomoci. Děti, ale i dospělí mohou absolvovat program zaměřený na osvětu v oblasti dentální hygieny, edukace probíhá formou her a názorných ukázek správného čištění zubů za pomoci využití dentálních pomůcek.

RBP, zdravotní pojišťovna podporuje také preventivní aktivity, letos jsme se například stali partnerem jarní **REVOLUTION TRAIN TOUR**. **REVOLUTION TRAIN** - protidrogový vlak je první realizovaný projekt nadačního fondu Nové Česko. Cílem vlakového programu je prostřednictvím zapojení lidských smyslů zapůsobit na návštěvníky a inspirovat je k pozitivním životním volbám, zdravému životnímu stylu i prevenci závislostního chování. Díky zapojení do reálného příběhu, emotivním situacím a interaktivnímu přístupu dokáže program zaujmout a dát prostor k přemýšlení nad nebezpečím legálních i nelegálních drog.

"Děkuji touto cestou za úspěšnou spolupráci v rámci projektu **REVOLUTION TRAIN** - Protidrogový vlak. Jsem velmi rád, že právě RBP, zdravotní pojišťovna si plně uvědomila přímou souvislost mezi investovanými prostředky do primární protidrogové prevence a svými budoucími náklady. Je první zdravotní pojišťovnou v České republice, která následuje strategii německých zdravotních pojišťoven, které jsou dlouhodobými partnery našeho projektu. V rámci pobytu vlaku v jednotlivých městech



**PODPORUJEME  
PROJEKTY  
ZAMĚŘENÉ  
NA OSVĚTU,  
PREVENCI  
I ZDRAVÝ  
ŽIVOTNÍ STYL**



**RBP se připojila k projektu  
REVOLUTION TRAIN TOUR**



**Zdravotní pojišťovna byla partnerem kampaně  
OSTŘE SLEDOVANÁ PRSA**

společnost signalizovala školám, veřejnosti a především rodičům s dětmi, jak klíčová je pro ni podpora prevence," uvedl Pavel Tůma, autor projektu **REVOLUTION TRAIN**.

### **Proti rakovině prsu**

Ve dnech 10. května - 10. června uspořádala Aliance žen s rakovinou prsu českou část mezinárodní kampaně **Ostře sledovaná prsa** v zemích Visegrádské čtyřky. Jejím cílem bylo upozornit veřejnost na důležitost prevence v boji proti rakovině prsu. RBP se stala jedním z partnerů kampaně vedoucí ženy i muže k odpovědnosti za své zdraví. Po dobu konání kampaně mohli diváci ostravského Divadla Petra Bezruče vidět Prsní stěnu složenou ze sádrových odlitků prsou zdravých, ale také nemocných žen. Stěna je upozorňovala na téma důležitosti boje s nádorovým onemocněním prsu.

"Zásadní součástí kampaně je vždy edukace samovyšetření prsu, kterou veřejnost vyučují ženy, jež si nemocí samy prošly, členky lokálních pacientských organizací. Partnerskými pacientskými organizacemi projektu v Moravskoslezském kraji byly **Onko - Amazonky Ostrava**, **Onko Niké Krnov**, **Onko Isis Opava**, **INNA Havířov** a pacientky z projektu **Bellis - mladé ženy s rakovinou prsu**. Díky spolupráci s RBP edukace proběhly na mnoha veřejných akcích. Aliance žen se například zúčastnila otevírání lázeňské sezóny v lázních Teplice nad Bečvou, **Rainbow Runu** nebo **Českého běhu žen**. Edukátorky se na těchto akcích staly součástí sehraného týmu **Stanu zdraví RBP**. Aliance žen s rakovinou prsu se zúčastnila celkem 10 akcí RBP, zdravotní pojišťovny," upřesnila **Eva Knappová**, ředitelka Aliance žen s rakovinou prsu.

### **Pro lidi s hendikepem**

RBP se pravidelně účastní a spolupracuje na organizaci významných sportovně-kulturních akcí. V průběhu května jsme podpořili tenisový turnaj **Prosperita Open by Moneta** a **Duhový běh Rainbow Run** v Dolní oblasti Vítkovic. V květnu také proběhl již 22. ročník **Dne zdraví s RBP** v Zoo Ostrava. Pro návštěvníky byl připraven tradiční soutěžně-zábavný program, zdravotnické poradny a odborná měření zraku, krevního tlaku, cukru, cholesterolu, osteoporózy, stanovení optimální hmotnosti, ultrazvuk cév a kontrola znamének. Novinkou byla možnost bezplatné anonymní kontroly na HIV.





RAINBOW RUN



ZLATÁ TRETRA 2019

V červnu jste mohli vidět Stan zdraví RBP a vyzkoušet zónu zdraví na Handi Zlaté tretře, při semifinále Čokoládové tretře, na Zlaté tretře 2019 a Českém běhu žen, kde se do závodu aktivně zapojil i náš tým my213.

"Velmi nás těší spolupráce s RBP, kterou se podařilo navázat letos na jaře. Spojení s tímto partnerem umožňuje závodit, reprezentovat, ale také mnohdy najít nový smysl života lidem s hendikepem. Naši sportovci získávají velmi cenná umístění na národních i mezinárodních závodech a my věříme, že propagací RBP otevřeme cestu nejen dalším partnerům, ale především novým, nadějným závodníkům," uvedla Martina Urbancová, organizátorka Handi Zlaté tretře, Atletika Ostrava ZTP.

Nezapomněli jsme ani na červnové oslavy Světového dne dárců krve. Ve spolupráci s Hematologicko-transfuzním oddělením Slezské nemocnice v Opavě a Krevními centry Fakultní nemocnice Ostrava a Olomouc jsme přichystali pro dárce doprovodný program a kontrolní měření fyzické kondice.



HANDI ZLATÁ TRETRA



ČESKÝ BĚH ŽEN

DĚKUJEME KLIENTŮM RBP  
ZA NÁVŠTĚVU TĚCHTO  
AKCÍ NA PODPORU ZDRAVÍ  
A AKTIVNÍHO  
ŽIVOTNÍHO STYLU.

PODĚKOVÁNÍ PATŘÍ  
EXTERNÍM  
SPOLUPRACOVNÍKŮM  
I PARTNERŮM  
ZA SKVĚLOU SPOLUPRÁCI  
A ROVNĚŽ REALIZAČNÍMU  
TÝMU DNŮ ZDRAVÍ.



Řada lidí si jej pamatuje především jako herce nebo někdejšího člena a spoluzakladatele oblíbené hudební skupiny Chinaski. **PETR RAJCHERT** se nyní věnuje především moderování v rozhlasu i televizi a před časem vydal svůj první román. Nezapomíná ale ani na podporu dobročinných projektů.

## OSTRAVÁCI MI V NĚČEM PŘIPOMÍNÁJÍ LIDI Z MÉ RODNÉ ŠUMAVY

**RBP je partnerem kampaně Ostře sledovaná prsa, která upozorňuje na důležitost prevence. Kdy a proč začala vaše spolupráce s Aliancí žen s rakovinou prsu?**

S Aliancí jsem začal spolupracovat před několika lety poté, co mě o moderování jedné z jejich skvělých každoročních akcí s názvem Plaveme prsa požádala ředitelka Eva Knapová. Ženy mě tenkrát nazvaly „sexy moderátorem“, fakt si nevymyslím (smích), a od té doby jsem jím zůstal. Dnes pro ně moderuji prakticky všechno a dokonce se občas podílím i na tvorbě programu některých dalších eventů. Obdivuji jejich vůli poprat se s nelehkou a nezáviděníhodnou situací a chuť se bavit. Myslím, že

každý z nás zdravých by se měl jednou na tuhle radost ze života přijet podívat. Nejen proto, že se na jejich akcích dozvíte, jak můžete sami předejít zdravotním nepříjemnostem i katastrofám, ale většinou si tam ještě třeba zdarma zaplavete v akvaparku a dostanete nějaký dárek. Inu, tak už to na tomhle světě bývá, že většinou dává ten, kdo by vlastně sám něco potřeboval. Jak říkám, každou z veřejných akcí, jež pořádá Aliance žen s rakovinou prsu, stojí za to navštívit!

**Jste zpěvák, muzikant, herec, moderátor, ale kde se ve vás vzal spisovatelský talent? Bude ještě další kniha za vaší prvotinou Ruku na srdce, náhody neexistují?**

S dovořením vás trochu opravím. Zpěvák, muzikant a herec už dost

dlouho nejsem a co se týká mého románu, tak ten mi prostě přišel do hlavy a já ho napsal. Mimochodem, jednalo se spíše o tzv. intuitivní psaní, sám jsem totiž často netušil, jak děj bude pokračovat. O to víc mě potěšilo, že se knížka prodává, jak tištěná, tak i v audio podobě, kterou jsem sám namluvil.

**Kdo ve vás objevil herecký a muzikantský talent? A prý píšete i básničky...**

(Smích). Básničky jsem psal jenom holkám, které jsem balil, a texty písní vlastně taky. V kapele jsem tenkrát hrál kvůli kamarádům a holkám a na hereckou školu jsem se přihlásil, protože se tam neučí matematika a podobné běsy! Takže moje životní cesta byla

v podstatě nemožnost dělat cokoli jiného.

**Proč jste vlastně nechal hraní i hudby? Zahrajete si ještě na saxofon?**

Muziku necítím jako životní nutnost. Takže jí nehodlám kazit dobré jméno a sebe nutit k něčemu, co nepotřebuji, když existuje tolik činností, které naopak zkusit musím. Na saxofon už nehraju bezmála 20 let.

**Musíte mít v souvislosti s vaším stálým dojížděním do Ostravy cestování rád. Ale jak vás napadlo navštívit Nepál?**

Cestování naopak nesnáším. Ale protože se říká „odříkaného chleba největší krajíc“, život mi nadělil například skvělou práci v Ostravě, pak taky natáčení pořadu České televize o cestování po Evropě s názvem Bedekr a dokonce jsem se podíval do Himálaje a necelý měsíc si tam dával zabrat náročnou vysokohorskou turistikou. Všechno, co jsem kdy v životě dělal, mi něco přineslo, a proto jsem rád, že mě osud přiměl i trochu cestovat.

**Jak dlouho trvá vaše působení v televizním pořadu Dobré ráno? A jak dlouho to ještě miníte vydržet?**

Původně jsem nastoupil na půl roku, protože moderovat dvou a půl hodinové živé televizní vysílání pro mě byla velká výzva. Je to takový moderátorský prubířský kámen. No a pak jsem se zamiloval do ostravského týmu České televize, respektive Dobrého rána, i do té dávky adrenalinu v žilách, když se na kamerách rozsvítí červená a už se nedá dělat nic jiného, než být co nejlepší, abych to kolegům nekazil. Takže možná odejdu, až mě vyhodí pro vysoký věk (smích).

**Kdy vstáváte, když máte volno?**

Mnohem později než na Dobré ráno! Ale pak jsem z toho celý popletený, takže se







mi například v Českém rozhlasu, kde také někdy vysílám pořad Noční mikroforum, stane, že pozdravím posluchače „dobré ráno“ a přitom jeho začátek je stanoven na 22:30. Tak že by se to stáří už hlásilo (smích)?

**Vypadáte, že žijete zdravě. Je to tak? Máte za sebou nespočet rozhovorů s lékaři, fyzioterapeuty. Preventivní prohlídky si určitě pozorně hlídáte...**

K lékařům téměř nechodím, jen když od nich potřebuji nějaké potvrzení. To, že s nimi člověk hovoří ve studiu, ještě neznamená, že se s nimi rád setkává coby pacient. Takže suma sumárum pečuji hlavně o své duševní zdraví, a to těžkou fyzickou prací. Víte, narodil jsem se ve znamení Blíženců, a to jste dva v jednom těle. Zavání to trochu schizofrenií, že? A ona se i projevuje. Není to sice diagnóza, ale nálada se pohybuje od minus 100 až do plus 100 stupňů. No a můj recept na udržování jakési střední rovnováhy mezi těmito krajnostmi je extrémní námaha. Takže řežu a štípu dřevo, tahám velké kameny, z nichž stavím zed', a když už není co, tak aspoň cvičím v posilovně do té doby, než padnu.

**V pořadu Dobré ráno se střídá jeden kuchař za druhým, musíte mít odkoukáno hodně receptů. Jaký jste vlastně kuchař? A můžete prozradit svůj oblíbený recept?**

Mým nejlepším receptem je NEVAŘIT! Zaprvé mě to nebaví a tím pádem to, zadruhé, neumím. A nejhorsí na tom všem je fakt, že když už se k té plotně někdy musím postavit, pak většinou zapomenou, že vařím, takže všechno

shoří. Jediné, co jakžtakž zvládnu uhlídat, je káva v džezvě. Tu si připravuji, když jsem doma, denně, ale i ta už mi mnohokrát „utekla“.



OD ZVÍŘAT SE STÁLE  
SNAŽÍM ODKOUKAT  
JEJICH DOKONALOU  
SCHOPNOST  
RADOVAT SE JENOM  
PROTO, ŽE JSOU.

**Naši čtenáři vás mohou vidat i v televizním pořadu Chcete mě? Lásku ke zvířatům asi předstírat nemusíte...**

Od zvířat se stále snažím odkoukat jejich dokonalou schopnost radovat se jenom proto, že jsou. Prostě nepotřebují žádné další důvody k radosti, stačí jim, že se narodila. Kdyby tohle dokázal člověk, jsem přesvědčen, že by svět dneska vypadal hodně jinak.

**Živíte se mluveným slovem, hodně práce máte v ostravském studiu ČT, a to již řadu let. Možná jste si oblíbil i zdejší lidi s poněkud zvláštní náturou i řečí. Nezaplete se vám sem tam do monologu nějaké slovo z ostravštiny?**

No jasně! Bo už tam pracuju dlouhou dobu (smích). Ostraváci mi v něčem připomínají lidi z mé rodné Šumavy. Ale tihnu i k Jihomoravanům, asi jsem v minulém životě žil někde východněji než teď.

**Dá se tedy říct, že vám Morava a Slezsko přirostly alespoň trochu k srdci?**

Definitivně ano! Jenom tu slivovicu nějak nedávám a pak jsem za divného. Takže to posléze zachraňuji alespoň společným požíváním dobrého vína. A pamatuji si, že když jsem byl mladší, považoval jsem Moravu za zemi zaslíbenou ještě z jednoho důvodu: pokaždé, když jsem se vyskytl kdekoli na Moravě či ve Slezsku, měl jsem pocit, že se tam rodí nejvíce nejkrásnějších žen na kilometr čtvereční. A to v porovnání s celým mnou navštíveným zbytkem světa.



# HORIZONT I

## PROJEKT ZAMĚŘENÝ NA ZKVALITŇOVÁNÍ PÉČE O DIABETIKY

RBP, zdravotní pojišťovna zahájila v říjnu 2017 Pilotní projekt Horizont I, který je především zaměřen na odvrácení nebo alespoň oddálení komplikací u pacientů s onemocněním cukrovky 2. stupně. Do projektu Horizont I se zapojilo 29 diabetologických ambulancí a bezmála 6 tisíc pojištěnců RBP, kteří představují asi 15 % všech diabetiků registrovaných u RBP.

Hlavním důvodem, proč se RBP rozhodla k realizaci tohoto projektu, byla

skutečnost, že počet lidí s uvedenou diagnózou každoročně narůstá a z cukrovky se postupně stává civilizační choroba všech věkových skupin.

**Podle zdrojů ze zdravotnické ročenky ČR z roku 2016 trpí tímto onemocněním přes 861 500 Čechů, ale dalších 300 000 o své nemoci dosud neví. U 92 % pacientů jde o cukrovku 2. typu. Diabetiků 1. typu je v Čechách standardně kolem 6%.**

Cukrovka je ale na druhé straně onemocněním, jehož progresi do značné míry závisí i na chování samotného pacienta. Jak přistupuje k terapii, užívání předepsaných léků a jak dodržuje režimová opatření v souladu s radami zdravotníků a léčebných standardů. Různé formy opatření se přitom ukazují jako efektivní nástroj při snižování výskytu zdravotních komplikací u osob s touto diagnózou. Vzhledem k demografickému vývoji populace a vzestupnému trendu ve výskytu

rizikových faktorů civilizačních onemocnění je proto namísto ověřit a případně i implementovat opatření, která by byla přínosem pro pacienty, ale i pro celý systém veřejného zdravotního pojištění v České republice. RBP v tomto projektu sbírá a vyhodnocuje klinická data a laboratorní výsledky.

**Jen pro úplnost uvedme, že zatímco v roce 2007 jsme uhradili léčbu, léky a náklady na zdravotnické pomůcky 18 tisícům pacientů s diabetem z řad klientů RBP ve výši 116 milionů korun, v roce 2018 se jejich počet zdvojnásobil na 37 tisíc. Výdaje za léčbu, léky a pomůcky pak vzrostly na bezmála 393 miliony korun.**



# HORIZONT II

## ŠANCE PRO SRDCE

**V dubnu 2019 RBP, zdravotní pojišťovna ve spolupráci s Národním dohledovým centrem a Moravskoslezským krajem zahájila DVOULETÝ PROJEKT ZAMĚŘENÝ NA OPTIMALIZACI PÉČE O PACIENTY S HYPERTENZÍ (vysokým krevním tlakem).**

**Ambicí projektu je získat informace o možnosti prevence kardiovaskulárních příhod v podmínkách ČR z ekonomického i medicínského pohledu.**

**Jedná se o první projekt tohoto rozsahu v České republice**

- se zapojením telemedicíny (tlak krve, úroveň pohybové aktivity),
- s evidencí ukazatelů životního stylu prostřednictvím objektivních metod (úroveň pohybové aktivity, zatížení kouřením),
- s evidencí lipidového profilu,
- s intervencí.

**Cílem projektu** je snížení rizika vzniku kardiovaskulárních komplikací u osob s hypertenzí nebo v riziku hypertenze, monitoring vybraných indikátorů kvality léčby, spotřeby léčivých přípravků a rizikových faktorů kardiovaskulárních onemocnění u pacientů s léčenou hypertenzí, optimalizace hodnot tlaku krve u osob s léčenou hypertenzí, ověření vlivu vybraných faktorů životního stylu na léčbu hypertenze a ověření efektivity využití telemedicíny v léčbě hypertenze v podmínkách českého zdravotnického systému.

**Projekt HORIZONT II je určen pro cílovou skupinu ve věku 40 – 75 let s léčenou hypertenzí nebo v riziku hypertenze. Během dvou let bude do projektu zapojeno přes 2 000 pojištěnců RBP a 30 poskytovatelů zdravotních služeb.**





**Chřipka** je nakažlivé virové onemocnění, které se v Česku nejčastěji vyskytuje v průběhu ledna až března. Projevuje se horečkou, zimnicí, bolestí hlavy, kloubů a svalů. Chřipka trvá většinou 2-7 dní a nelze ji léčit antibiotiky.

Mezi významná preventivní opatření patří především očkování. V ČR je proočkovanost proti chřipce v porovnání s řadou dalších evropských států stále nízká (5 - 7 %). Vakcinace proti sezonní chřipce se provádí u dětí od 6 měsíců věku, nejdůležitější je doporučena **chronicky nemocným osobám**, u nichž nákaza chřipkou obvykle vede ke zhoršení jejich základního onemoc-

nění, a lidem nad 65 let. Dále se ochrana včasným očkováním doporučuje **těhotným ženám a těm, které plánují těhotenství během chřipkové sezony, obézním osobám a kuřákům**.

**Spalničky** jsou vysoce nakažlivé a nejčastěji postihují děti ve věku 4 až 5 let. Onemocnění se projevuje horečkou, rýmou, kašlem, slzícíma očima a charakteristickou vyrážkou.

Spolehlivou ochranou před spalničkami je očkování. Před zahájením plošného očkování bylo v tehdejších Československu hlášeno kolem 50 000 onemocnění ročně. Díky povinnému

očkování byl v letech 2000-2013 výskyt spalniček v České republice minimální. V dalších letech u nás proočkovanost klesala a v roce 2018 bylo hlášeno 203 případů spalniček, v prvních třech měsících roku 2019 pak více než 350. Kvůli odpůrcům očkování se v Evropě a ve Spojených státech v posledních letech vyskytují epidemie s desítkami tisíc nakažených, a to i v oblastech, kde byly již spalničky v minulosti eliminovány. Přeočkování proti spalničkám se doporučuje cestovatelům starším 25 let, zejména při návštěvách oblastí, kde plošné očkování neprobíhá (Asie, Afrika, Střední a Jižní Amerika).

## NEPODCEŇUJTE VÝZNAM OČKOVÁNÍ PROTI CHŘIPCE A SPALNIČKÁM

RBP, zdravotní pojišťovna v rámci preventivního programu nabízí příspěvek až **do výše 1 000 korun** na úhradu kteréhokoliv preventivního očkování nehrazeného z veřejného zdravotního pojištění. **Pro děti a mládež do 18 let** je zde dokonce možnost navýšení limitu finančního příspěvku na očkování sloučením limitu od rodičů a přátel celkem **do výše 10 000 korun** (maximálně 9 osob). **Využijte tuto nabídku a nechte se naočkovat například právě proti chřipce nebo spalničkám.**



## VYUŽIJTE PŘÍSPĚVEK RBP



Letos již po patnácté **od 1. dubna do 31. října** probíhá tradiční rodinná akce podporující zdravý pohyb v přírodě. Díky ní si **mohou pojištěnci RBP, zdravotní pojišťovny i nově registrovaní klienti** zajistit pobyty ve vybraných smluvních rekreačních zařízeních, a to se **slevou na ubytování a služby ve výši 10%**.

S ohledem na dobré zkušenosti z uplynulých let jsou opět zajištěny oblíbené destinace napříč Českou republikou, zejména **Beskydy, Českomoravská vrchovina, Jeseníky, Jizerské hory, Krkonoše, Lipno, Orlická přehrada, Pálava, Podjízí a Šumava**, na Slovensku **Liptov, Velká Fatra, Nízke i Vysoké Tatry** a v Maďarsku

**termální lázně. Novinkou letošního roku jsou pobyty v Polsku.**

Podrobné informace jsou k dispozici na pobočkách RBP, kde si zájemci mohou vyzvednout mapu s vyznačenou nabídkou rekreačních míst.

Generálním partnerem, jenž všešel z veřejné soutěže a opakovaně splnil naše požadavky, je Cestovní kancelář Atis. Ta uvedené slevy poskytuje nad rámec výhod ze své běžné nabídky. Dalším bonusem a zároveň podmínkou je, že si veškeré pobyty všichni zájemci zabezpečují z jednoho místa - **prodejněho dispečinku Atis**, telefonicky na **554 787 111** (pondělí až pátek od 7.00 do 18.30 hodin) nebo on-line na **www.atis.cz/kontakty/**.

**RODINNÁ AKCE  
ZA ZDRAVÍM  
A DO HOR  
S RBP  
POKRAČUJE  
I LETOS**

**A NEZAPOMNĚLI JSME NA OBLÍBENOU FOTOSOUTĚŽ  
LETOŠNÍ TÉMATA JSOU  
MILÁČCI NA HORÁCH A PŘÍRODNÍ KRÁSY**



Účastník soutěže musí splnit čtyři podmínky - **je pojištěncem RBP, dodrží zadané téma, ke každému tématu zašle maximálně 3 snímky a není profesionální fotograf.**

Soutěží se o tyto hodnotné ceny:

**1. místo** digitální fotoaparát  
**2. místo** horské kolo  
**3. místo** sportovní krosna  
**4. - 10. místo** dárkový balíček s vitamíny

**1. místo web** speciální dárkový balíček

Fotografie na soutěžní témata lze zaslat pouze elektronicky prostřednictvím speciální stránky [www.rbp-foto.atis.cz](http://www.rbp-foto.atis.cz), a to do 31. 10. 2019. Po celý listopad tam budou všechny fotografie zveřejněny a také proběhne hlasování o nejlepší snímek. Hodnotící komise vybere 10 nejlepších fotografií a návštěvníci webu zvolí jeden vítězný snímek. Díla oceněných autorů budou následně zveřejněna na stránkách [www.rbp213.cz](http://www.rbp213.cz).

Odesláním soutěžní fotografie spolu s uvedením ostatních údajů potvrzuje účastník soutěže souhlas s použitím

osobních údajů za účelem reklamy a prezentace RBP ve smyslu Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/679 ze dne 27. dubna 2016 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů a s použitím fotografií v souladu s licenční smlouvou uvedenou na [www.rbp-foto.atis.cz](http://www.rbp-foto.atis.cz).

Ze soutěže jsou vyloučeni všichni zaměstnanci RBP, zdravotní pojišťovny, ATIS, a.s. a pro Danter - reklama a potisk, s.r.o. Za žádou z výher nelze poskytnout finanční či jinou náhradu.



# KŘÍŽOVKA

Tajenku zasílejte do 30. 9. 2019 na e-mailovou adresu: rbp@rbp-zp.cz, tři vylosovaní luštitelé obdrží balíček dentální hygieny v hodnotě 1 000 Kč.

213 RBP	ZRALÉ VAJEČNÉ BUNKY	DÉLE (obecně)	PŘÍKLADNÍ	PATŘÍČÍ ANDĚ	KÓD HAITI	KAPROVITÁ RYBA	213 RBP	KOST (anatom.)	USTÝLATI	VYUČOVACÍ MÍSTNOST VE ŠKOLE	SLOVEN. „REPA“	POBÍDKA	ŘÍMSKÁ ŠESTKA	4. DÍL TAJENKY	NOSNÁ ČÁST KONSTRUKCE
KURÁŽ							OBYVATEL NAŠEHO MĚSTA								
2. DÍL TAJENKY							MUNICE								
							VYHYNULÝ PŠTROS								
SVOBODNÝ ŠLECHTIC. STÁTEK (zloč)								NÁRODNÍ STROM					INIC. ZPĚV. SIMONOVÉ		
								PLOD LUSKOVIN					BOJOVÁ LÁTKA		
213 RBP	KLADNÁ ELEKTRODA	JAPONSKÁ MÍLE			MOUČNÝ POKRM S NÁPLNÍ SKALKY							POSUNUTÍ			
		1. DÍL TAJENKY										STRANOU			
CIZOKRAJ. OVOČNÝ STROM (láhevnik)						VOZIDLA						SKVĚLÝ			
						VÍTĚZ VELKÉ PARDUBICKÉ						KOLOTÁNÍ			
NELIBOST							SOLMIZAČ. SLABIKA				PRÝMAŘ				
							ZNAČKA KOSMETIKY				TAKOVÉ MNOŽSTVÍ				
OPIČÍ				KLUKOV. ZBRAŇ					MAĎARSKÉ VÍNO						ODPŮRCE KLERIKALISMU
				ZESILENÝ ZÁPOR					SLOVAN						
PŘED-LOŽKA			KOVOVÝ PRVEK (Nb)					ITALSKÉ NÁR. JÍDLO							
			VELMI (nářečně)					HONOSNÁ BUDOVA							
PŘED-VÁNOČNÍ OBDOBÍ							POLÁMANÉ STROMY						NÁZEV HLÁSKY „N“		
							ASIJSKÁ ZEMĚ						VYSAVAČE		
213 RBP	HODNOTA					ZAKALOVAT						LIBERECKÉ PROD. TRHY			
	VYVSTÁVAT					PENĚŽNÍ ÚSTAV						TAM (knižně)			
MLÁDE KRÁVY					HNISAVÁ RANA							KOPYTNATCI			
					SLÁMKA							MUŽSTVA			
JMÉNO HERECKÝ GEISLEROVÉ				CHALUPA							TAXI				
				SIRNATÁ							PLAVIDLA Z KLÁD				
NUŽE			LESNÍ ZVÍŘE							SMYŠLENKA					
			EVROPANKA Z BERLÍNA							ROZKAZY					
SOUČÁST MOTORKU								NEALKOH. NÁPOJ					POLYETYLEN (zkratka)		
								VÝZVA KE VSTUPU					OTEC		
KUS LÁTKY K UTÍRÁNÍ NADOBÍ							RYBKA Z ANIMOV. FILMU						ŠKROBENÍ		
							FOTBAL						VOZKOVOSTUJ		
ROMÁN ALOISE JIRÁSKA						NÁPOJE						PYŠNÍ PTÁCI			
						KARNÝR						JM. MODER. POLÁKA			
213 RBP	JSOUCÍ V KONCÍCH	HAD Z KNIH DŽUNGLÍ (Kaa)			STRUMA							HMYZO-ZRAVEC			
		ZÁPASY			PĚNIVÝ MOK							PÁDOVÁ OTÁZKA			
TEMNOTA				POHÁDK. POSTAVA									SLOVEN. „JAKÁ“		
				ČERNÝ PTÁK									SLOŇÍ ZUBY		
EGYPTSKÝ BŮH SLUNCE			KILOGRAMY					BRIT. HEREC (Michael)						INIC. HER LUKAVSKÉHO	
			INIC. HER. RÓDENA					SLOVEN. „JÍL“						DOVEDNOST	
3. DÍL TAJENKY									DOMÁCÍ PTÁK						POMŮCKA: ANONA, OVA, HAI, ERŮT, MOA.
ZAMĚSTNANCI									SÍDLO ŘECKÝCH BOHŮ						



# Přivezte si jen ty hezké zážitky

**Speciálně zvýhodněná nabídka pro klienty RBP, zdravotní pojišťovny**

## CESTOVNÍ POJIŠTĚNÍ

Na cestách vás může překvapit ledacos – onemocnění, úraz, ztráta zavazadla nebo neúmyslné způsobení škody třetí osobě. Proto je tu cestovní pojištění České pojišťovny, se kterým si na cesty berete klid a pohodu. Cestovní pojištění můžete osobně sjednat na všech pracovištích RBP, zdravotní pojišťovny nebo on-line prostřednictvím webu [www.rbp213.cz](http://www.rbp213.cz). Zde nebo na bezplatné infolince 800 213 213 jsou také k dispozici podrobné sazebníky a Všeobecné pojistné podmínky cestovního pojištění.

[www.rbp213.cz](http://www.rbp213.cz)

800 213 213

**213**  
**RBP**  
zdravotní pojišťovna



**ČESKÁ**  
**POJIŠŤOVNA**