

OCHRNUL, PŘEMÝŠLEL O SEBEVRAŽDĚ, DNES ŘÍKÁ:

Vozík ze mě udělal lepšího člověka

Z jeho příběhu běhá mráz po zádech, ale zdá se, že má happy-end. V sedmnácti vyjel na jeden z prvních výletů na velké motorce a srazil ho nákladák, který mu nedal přednost. Od pasu dolů ochrnul, skončil na vozíku, přemýšlel o sebevraždě. Ale díky sportu se mu vrátila radost ze života. Má krásnou manželku a tříletého synka. A jak sám říká: „Snažím se teď víc dávat než brát.“ ZBYNĚK SÝKORA (34) z Českých Budějovic, hendikepovaný sportovec a majitel firmy Ultina na výrobu vozíků. Na co je pyšný a jaké má plány?





Zbyněk Sýkora ve své českobudějovické dílně Ultina, kde už letos vyrobili pětatřicet vozíků pro sportovce i nesportovce.

■ **V sedmnácti jste boural na motorce a sedmnáct let jste na vozíku. Je to půl na půl. Jaký byl život před a po?**

Jsem na vozíku spokojený.

■ **Jste šťastnější než předtím?**

Je dobře, že se mi něco takového stalo... Troufnu si tvrdit, že ze mě vozík udělal lepšího člověka. Strašně věci mi vzal, nedojdu si doma normálně na záchod. Neudělám si doma děti pěkně postaru (*usmívá se*). Nevylezu po schodech. Ale tak jsem si řekl, že kam nemůžu, tam nelezu. S tím se musím smířit. Ale spoustu mi toho vozík dal.

■ **Co konkrétně?**

Díky vozíku jsem si uvědomil hodně věcí. Získal jsem rozhled, dospěl jsem. Otevřelo mi to oči. Hned po úraze jsem se dostal mezi správné lidi, začal jsem sportovat. Ještě v lázních Kladruby, kde jsem byl půl roku po úraze, jsem začal s atletikou, házel jsem diskem. Pak jsem zkusil florbal, basket. Tím jsem se chvilku dokonce i živil.

■ **Živil?**

Hrál jsem basket za Salzburg a rok bundesligu v Německu. Rostá Pohlmann, co hraje florbal za Ostravu, se celý život živí basketbalem na vozíku v Německu ve Zwickau. Dá se tím slušně vydělávat. Podobně jako tenisem třeba v Německu nebo Itálii. I když já nikdy nebyl žádná velká hvězda. Mně zaplatili hotel, cestovné a diety. K tomu jsem měl důchod. Mně to stačilo.

■ **Všechny ty sporty stiháte dělat naplno?**

S diskem jsem přestal, protože jsem si drobet utrhнул rameno. Dnes mi zůstal jen florbal, protože mi kolektivní sporty přijdou zábavnější. A protože už mám normální práci, a s kamarádem jsme navíc rozjeli firmu na výrobu vozíků. Díky sportu si udržuju fyzickou a snažím se předávat zkušenosti dál. Tenkrát v Kladrubech mi pomohli matadoři, co byli dvacet let na vozíku, teď je řada na mě, abych pomáhal mladým klukům, kteří jsou po úraze vykulení jako tehdy já. Jsou to praktické rady typu: tady to chytني, takhle to drž, takhle se převlíkej.

„**Je dobře, že se mi něco takového stalo...**“

■ **To, co říkáte, je obdivuhodné, ale k tomu jste musel nějak dospět. Nebyla ani ze začátku chvíle, kdy jste se litoval a říkal si: „Proč právě já jsem takhle skončil?“**

Jasně, byl jsem sedmnáctiletý kluk, od šesti let jsem jezdil na pionýru. Vyrůstal jsem na vesnici, miloval jsem traktory a motory. Děda mě vždycky na něco posadil a nechal mě jezdit po louce. S tátou jsme pořád opravovali všelijaké motorky. V sedmnácti jsem se šel projet na své první velké motorce, papíry jsem měl půl roku, srazil jsem se s ná-

kladákem, který mi nedal přednost. Úplně se mi změnil život. Najednou jsem necítil nohy, necítil jsem nic od pasu dolů... Nemohl jsem moc hýbat ani rukou, měl jsem hadici v krku, abych mohl dýchat, různé dreny po těle, zlámaná žebra, otevřenou zlomeninu v noze, vnitřní krvácení, silný otřes mozku, takže i částečnou ztrátu paměti. Vyndali mi ledvinu a slezinu. Na ARO jsem byl přes čtvrt roku. Strašně to bolelo. Samozřejmě, že jsem se litoval. Přemýšlel jsem o tom, že bych to nějak skoncoval. Ale ty Kladruby mě hodně zvedly. Ti správní kluci mě z toho vytáhli.

■ **Jak?**

Viděl jsem kluky, co byli dvacet let na vozíku, a normálně žili. Sportovali, večer šli na pivo, smáli se. Tam jsem si řekl, že to přečte dokážu taky. To mě nakoplo. Pak jsem jel na soustředění s atlety. Ještě v Kladrubech jsem si udělal řidičák na auto. Pak jsem šel na internát a měl jsem spoustu nápadů, co dělat. Už jsem zase žil!

■ **Zvládl jste to i bez antidepresiv?**

To jsem nikdy nebral. Sport je mnohem lepší než léky, alespoň u mě to tak zafungovalo. Dnes jsem přesvědčený, že sport je pro hendikepované ještě důležitější aktivita než pro zdravé lidi. Sport používáme jako nástroj k návratu do aktivního života. Nezlepšuje jen fyzickou, ale má to pozitivní vliv i na psychiku. Mladý hendikepovaný člověk je najednou v kolektivu, má dobrý příklad. Vidí,

že když při sportu někdo vypadne z vozíku, tak se na něj zase vydrápe zpátky a pokračuje. Vidí, že i vozíčkář může řídit auto, mít práci a rodinu. Sport používáme k tomu, abychom mladým hendikepovaným ukázali, že život na vozíku je naprosto normální. S nějakými problémy samozřejmě. Ale kdo je nemá, že? Mají je i zdraví lidé. A dost často jich mají o hodně víc, protože z mého pohledu řeší kravinu (*usmívá se*).

„**V sedmnácti jsem vážil 117 kilogramů.**“

■ **Řekl jste: „Je dobře, že se mi něco takového stalo.“ Při tom mě až zamrazilo. Na to jste přišel po kolika letech od nehody?**

Postupem času jsem si uvědomil hodně věcí. Na hodně věcí se dívám jinak, udělal bych je jinak než ve dvaceti. Prozířel jsem. Několikrát jsem se přistihl, jak si říkám: „Předtím jsem žil takhle a chtěl jsem dělat tohle.“ Ale díky tomu, že jsem na vozíku, žiju úplně jinak. Mám úplně jiné kamarády, úplně jinou práci. Úplně jiné záliby. Díky nim můžu cestovat po světě. Žít aktivně, plnohodnotně. Předávat zkušenosti a cítit se prospěšný. Proto jsem rád, že se mi to stalo, protože mi to otevřelo oči. Díky tomu jsem se ohlídl na tím, jak jsem žil, a rozhlídl se.

■ **Co vás bavilo v těch sedmnácti?**

Tehdy jsem byl hodně pasivní, trochu zapšklý a nežil jsem úplně veselý život. Měl jsem 117 kilo. Nesportoval jsem a vždycky mi chutnalo, sladké limonády jsem pil po litrech. Bavil mě počítač a hry. Teď mě baví všechno. Nejvíc rodina, mám krásnou ženu, tříletého kluka. A pak práce a sport. Baví mě lyžovat, s tátou jezdíme na čtyřkolkách. Před úrazem jsem byl mnohem uzavřenější, izolovanější, žil jsem ve vesnické bublině, poblíž Českého Krumlova, chodil jsem jen do školy, nejdál jsem byl v Praze. Díky vozíku mám větší rozhled. A ten počítač se hodil. V dnešní době stačí v podstatě umět na něm a cizí jazyk a člověk se může uplatnit kdekoli na světě a může dělat prakticky cokoli.

■ **Kolik vážíte teď?**

Kolem 82 kilo. Řekl jsem si, buď můžeš být i na vozíku hrouda, nebo zhubneš a bude ti líp. Když jsem házel diskem, měl jsem kolem stovky. Tehdy to nevařilo, většina vrha-

čů má mohutnou postavu. Dřív jsem měl skoro dva metry, ale scvrkávám se. Teď mám tak 195 centimetrů.

■ **Neříkal jste si někdy u fotek z puberty, že kdybyste byl štíhlejší, mohl jste mít třeba víc holek?**

Mě holky v těch sedmnácti moc nebvily. Byl jsem v té době panic. Všechno jsem zažil až na tom vozíku (*usmívá se*).

■ **Jak jste se poznali s partnerkou?**

Při sportu, hraje s námi florbal. Dokonce mi jednou při finále nahrála na gól.

■ **Je také hendikepovaná?**

Ne. Florbal hrála závodně se zdravými. A jednou se přišla podívat, jak trénujeme. Později s námi začala hrát. Ve florbalu vozíčkářů mohou hrát i zdraví. Maximálně

jeden v poli, ale musí samozřejmě sedět na vozíku. Ještě zajímavější je to třeba v basketu nebo v ragby. Každý hráč má nějaké body za hendikep, ten s nejmenším hendikepem má nejvíc bodů, já mám v basketu dva. Součet všech hráčů na hřišti se musí vejít do limitu. Záleží na taktice, jak se tým skládá. Pivoti v basketu bývají téměř zdraví hráči. Můžou sedět na vysokém vozíku a nevypadnou z něj, i když do nich někdo nabourá, díky svalům to ustojí. A když se dostanou pod koš, trefo ho snáze než hráč s větším hendikepem, který ve vozíku sedí zapadlý s koleny nahore a má to hlavně při střele mnohem těžší. Já se dvěma body jsem byl spíš na křídle, párkrát jsem hrál i rozehrávače, ale to mi moc nešlo.

Zbyněk Sýkora je velkým sportovcem, závodně hraje florbal. I díky sportu oproti minulosti (snímek nahoře) dost zhubnul. Loni a letos se coby ambasador zúčastnil charitativního běhu Wings For Life World Run, který pořádá Red Bull. Smyslem běhu je získání peněz na výzkum poranění míchy. Běží se najednou v několika desítkách měst světa. Závod končí pro každého závodníka individuálně podle toho, kdy ho dojede auto, které vyjíždí půl hodiny po startovním výstřelu a postupně zvyšuje rychlost.





„Nevylezu po schodech. Ale tak jsem si řekl, že kam nemůžu, tam nelezu. S tím se musím smířit. Ale spousta mi toho vozík dal,“ říká Zbyněk Sýkora.

■ Zvládnete při florbalu vystřelit oběma rukama?

Dost hráčů mého postižení se musí rukou držet vozíku a střílet můžou jen jednou. Já zvládnu vystřelit oběma. Díky atletice mám vytrénované břišní svaly. Zapřu se do opěrky a vystřelím. Jednobodový hráč by to nezvládl. Tříbodový už se na vozíku i vykloní. Čtyřbodový by dal pumelici. Pětibodový umí vystřelit tak, že „sundá“ brankáři helmu. Je to velký rozdíl. A je třeba umět dokonale ovládat vozík. Na něm se nedá udělat rychlá otočka nebo změna směru jako na nohou. Ze 60 až 70 % je to tudíž o ovládnutí vozíku a poziční hře. A taky samozřejmě budujeme fyzickou, protože to je hodně náročný sport i na vozíku.

■ Ale zmluvili jste to vaše první setkání s ženou. Jak to bylo dál?

Tenkrát jí ještě nebylo ani dvacet. Když jsem ji viděl, řekl jsem si: „Ty jo, to je kost! Ta bude moje.“ Půl roku dělala, že mě nevidí a neslyší. A za tři roky byla svatba. Svoji jsme pět let.

■ Čím jste ji přesvědčil?

Nevím, prostě jsem ji ukecal. Má dobré srdce, umí lidem naslouchat. Sedli jsme si, oba nás baví sport, taky pochází z vesnice...

■ Vyprávěl jste, jak jste se v nemocnici z bezvědomí probudil jako paník. Napadlo vás, že už si nikdy neužijete?

Tenkrát jo. Sex provozuju, akorát to úplně necítím. Ale strašně mě to baví. Mnohem víc se věnuju partnerce, což tak nějak souvisí s tou mou novou životní filozofií, že chci víc dávat než brát (*usmívá se*). Před sexem si dám buď prášek, nebo speciální injekci, a během minuty jsem připraven. Záleží, jak velkou dávku si píchnu, můžu pak být v „pohotovosti“, když na to přijde. Ale většinou nám stačí dvě tři hodinky (*usmívá se*). Pokud má člověk zdravé ruce jako já, může

si v posteli dovolit víc, tedy nejen ležet. Před deseti roky jsem si koupil Intimate Rider, speciální mašinu na sex. Byl jsem možná první Čech, který ji sem přivezl. Je to taková malá židlička, která se hýbe. Na tu si člověk sedne, to je pak jízda (*směje se*).

„Sex mě baví, i když to moc necítím.“

■ A nemáte pocit, že jste se před svatbou nevyřádil?

Řekl bych, že právě naopak. My jsme s kluky pořád honili holky. Měli jsme hodně divoké období. Jezdili jsme s atlety na soustředění do Brna, předváděli jsme se. Pak jsme jeli na pivo, tam jsme si upili a většinou jsme nějakou ukecali a skončilo to hezky. Používali jsme k tomu takovou pohádku: „Holka, která neměla vozíčkáře, neví, co je sex. My to vůbec necítíme, takže se ti budeme věno-

▼ Jako basketbalista. „Sport je pro hendikepované ještě důležitější aktivita než pro zdravé lidi. Sport na kempch vozíčkářů používáme jako nástroj k návratu do aktivního života,“ vypráví Zbyněk Sýkora.



vat. To jsi nezažila!“ Mezi dvaceti a pětadvaceti jsme se s kluky cítili nesmrtní. Dnes už jsem hodnej, samozřejmě. Z té doby mám čtyři nejbližší kamarády, jeden z nich mi šel za svědka na svatbě. A dnes spolu vyrábíme vozíky.

■ Řešil jste, jestli mít partnerku na vozíku, nebo ne?

Neřešil. Když se mi holka líbila, tak jsem po ní šel. Měl jsem pletky i s vozíčkářkami. Ale když chcete založit rodinu, je samozřejmě snazší, když je aspoň jeden z páru bez hendikepu. Když otěhotní holka na vozíku, je to rizikovější.

■ Váhali jste s partnerkou, jestli založit rodinu, nebo to bylo od začátku jasné?

U mě to bylo jasné. V momentě, kdy jsem se vyrovnal s tím, že nebudu chodit a že život na vozíku nekončí, ale začíná, věděl jsem, že nechci být sám a že chci mít prcka. Jsem na něj hodně pyšný, chodíme s ním na plavání, to ho baví. Navštěvuje i všeobecnou sportovní průpravu, skáče přes překážky, dělá kotouly, běhá. Určitě bych ho chtěl vést ke sportu.

■ Co motorky? Změnil se váš vztah k nim? Co až za vámi syn přijde, že by chtěl taky jezdit?

Zakazovat mu je asi nebudu, ale budu ho vychovávat tak, aby ho úplně nepohltily. Já po úrazu přesedlal na čtyřkolku a jezdím dál. Jednou za rok se s tátou sebereme a jedeme do Rumunska na expedici. Jezdíme v lese v bahně, strašně si to vždycky užijeme.

■ Nemůžete z toho spadnout?

Hlavně ze začátku jsem padal strašně, i teď občas sletím. No co, tak si na to zase vlezu. Je to bezpečné, máme chrániče, páteřáky,

helmy, pevné boty. Nikdy nejedu sám, nikdy nejedu na krev.

■ Jste nějak připásaný?

Ne. Myslím, že když se s připoutaným začne čtyřkolka kutálet, tak ho utluče.

■ Setkal jste se s viníkem nehody? Omluvil se vám?

Ne. Vůbec jsme spolu nemluvili. Byl to skoro souseď, chlap ze sousední vesnice, znal jsem ho odmalička. Vyjížděl od baráku a nedal mi přednost. Měli jsme nějaké soudní řízení, které se celkem protáhlo. Viděli jsme se párkrát, ale nic jsme si neřekli. Zaplatil mi nějaké bolestné. To jsme s manželkou použili jako základ na nákup bytu.

■ Mluvil jste o tom, že teprve na vozíku pro vás začal opravdový život. Ale řekněte mi, co je pro vás největší problém? Bývalý hokejista Tomáš Zelenka, který po úraze ochrnuł, mi vyprávěl, jaké má potíže s toaletou. Když se zdravému chce na malou, vydrží to třeba dvě hodiny, on musí jít hned. A ještě si u toho musí masírovat podbřišek, takže když ho to přepadne v autě, vypadá to, jako by masturboval. Co vy?

Mám to podobně. Když jsem se probral, necítil jsem slabiny. Mně se nechce na záchod, respektive to moc necítím. Existuje více typů paraplegie, třeba paraplegie chabá nebo spastická. U té druhé je problém dostat moč z těla, protože je člověk pořád jako by v křeči, to je asi případ Tomáše. Já mám tu chabou. Než jsem se to naučil, fungoval jsem jako „průtokáč“. Napil jsem se a šlo to ze mě, všechny svaly jsem měl povolené, počurával jsem se. Takže jsem nosil plíny, nebo urinální kondomy nebo záchytné pytlíky. To mě otravovalo, protože to hodně snižuje životní komfort. Nesrovnatelně víc než třeba nastupování do autobusu.

■ Jak jste to vyřešil?

Díky operaci jsem se plen zbavil. Do těla mi zavedli umělý svěrač. Je pod kůží, takže není vidět. A velkou potřebu mám naučenou. Musím na to myslet a pravidelně si na záchod ráno a večer sednout a tam se to nějak povede. Učil jsem se to dlouho. Díky hendikepu se člověk naučí mnohem víc vnímat tělo. Když mám husinu, studený pot na čele, tak vím, že musím spěchat na záchod. I to se snažíme mladým vozíčkářům předávat. Ať se vykašlou na plínky a trénují to takhle. Na vozíku se dá opravdu žít plnohodnotně. Když jsme začali plánovat děti, pomohla nám soukromá klinika v Brně. Vytáhli ze mě semeno, z manželky

vajíčka a povedlo se umělé oplodnění. Nezní to sice moc romantický, ale výsledek je nádherný.

■ Na syna jste pyšný. Co dál? A na co jste byl pyšný v sedmnácti před úrazem?

Jako puberták jsem byl pyšný možná na nějaký rekord v počítačové hře. A taky jsem měl velkou radost, když jsem se dostal na Střední průmyslovou školu strojní a elektrotechnickou v Budějovicích. A dneska? Rodina, syn. Mám nádhernou ženu, doma nám to klapne. Za syna jsem strašně šťastný. Pro rodinu žiju. A taky pro firmu vyrábějící vozíky, která nás snad bude jednou živit.

„Díky operaci jsem se plen zbavil.“

■ Jak jste se k výrobě civilních a sportovních vozíčků dostal?

Po úraze mi chodil důchod, živil mě malinko i basket. Tři dny v týdnu jsem byl v Salzburku, zbytek doma. A kamarád z basketbalu mi jednou řekl, že anglická firma, co vyrábí vozíky, hledá v Česku prodejce. Tak jsem to zkusil. Lítal jsem do Anglie, seznámil jsem se s chodem té firmy, získal tam know-how, jak se co vyrábí, na co si dát pozor. A jak změřit zákazníka, protože my vyrábíme vozíky na míru. Z klienta sejme více než pětaticet rozměrů, abychom



▲ Z motorky přesedlal na čtyřkolku. Jednou za rok si s otcem vyrazí zajezdit do Rumunska.

vyrobili vozík, co pasuje jen jemu. Jsme jako zakázkový krejčí (*směje se*).

■ Kolik stojí?

Od konkurence stojí třeba i přes 200 tisíc. Řekli jsme si, že budeme o třetinu levnější, takže náš je do 150 000 korun... Každopádně po pěti letech práce pro britskou firmu jsem přes švagrovou dostal nabídku dělat pro energetickou firmu E.ON. Dva roky jsem dělal na podpoře prodeje, pak dva roky na nákupu plynu na velkoobchodních burzách. Poslední dva roky dělám na IT podpoře. To mi přináší nějaký životní standard a zároveň to dotuje náš koní-



Začínal jako diskář. „Ale musel jsem přestat, protože jsem si drobet utrhнул rameno. Dnes mi zůstal jen florbal, kolektivní sporty přijdou zábavnější,“ říká.



ček, výrobu vozíků. Naše firma ještě totiž není dospělá, jak říkáme. Založili jsme ji s kamarádem Ivanem, zdravým chlapem, co má syna na vozíku. Je to pro nás koníček, do kterého rveme peníze, a věříme, že jednoho dne nás to bude živit. Celé to má vlastně na svědomí Ivan. Díky jeho nápadu jsme v roce 2015 udělali první Aktivitu Kemp v Třeboni. Pozvali jsme tam všechny mladé začínající vozíčkáře z republiky, kteří byli třeba rok dva po úrazu a na které jsme sehnali kontakt. A začali jsme s nimi zkoušet florbal, basket, plavání. Večer jsme pokecali u piva. Na závěrečném večírku jsme si uvědomili, že máme sice nové hráče, ale nemáme pro ně ty drahé sportovní vozíky. Pět vozíků dělalo asi milion korun. Byl u toho můj švagr, který po třech pivech pronesl památnou větu: „Kluci, ty vozíky nebude těžké vyrobit.“ Půl roku nato, v lednu 2016, vyjel z naší firmy první vozík. Kamarád z dětství Pepa Písko to umí nakreslit. Švagr to umí vyrobit. Já mu pomáhám. A Ivan je velmi šikovný jako manažer. Do toho tam mám dva nejbližší kamarády vozíčkáře. Švagr a Pepa tam už dělají na plný

úvazek. Moje žena nám dělá účetnictví. Dnes je to firma už o jedenácti lidech.

■ Kolik vyrobíte vozíků za rok?

První rok to byly tři vozíky, loni pětatřicet a letos máme totéž za půl roku. Máme objednávky z celé Evropy a práci na rok a půl dopředu. Nikdy jsme aktivně neinzerovali, ale tím, že jezdíme na turnaje a na akce, kde jsme na těch našich vozíkách, tak se lidi ptají sami od sebe. Před rokem a půl jsem

„Na vozíky máme objednávky z celé Evropy.“

potkal jiného kamaráda, který nás seznámil s termínem sociální podnikání a také s projekty regionálního rozvoje Ministerstva práce a sociálních věcí. Udělali jsme podnikatelský plán, který má víc než 70 stránek, poslali ho na ministerstvo a získali jsme dotaci z Evropské unie. Díky ní jsme si pořídili svoji továrnu (*zasněně*). Máme dlouhodobý pronájem, objekt jsme zrekonstruovali, vy-

bavili ho mašinami, soustruhem, vrtačkou, frézku, svářečkou, brusku, pilou... Do té doby jsme všechno dělali na koleni. Švagr byl mistrem ve strojírenské dílně, zůstal tam vždy tři čtyři hodiny po práci a vyráběl to tam. Pepa po práci seděl u počítače a kreslil plánky.

■ A vy? Jste manuálně šikovný?

I když jsem kluk z vesnice a celé dětství jsem se hrabal v motorech, moc šikovný nejsem. Od doby, co jsem na vozíku, hodně pracuji na počítači. Ale úplný moula nejsem, při komplementaci vozíků klukům pomáhám. Svářet železo umím, ale není to úplná krása... Na to pyšný být nemůžu, ale jsem pyšný třeba na to, že jsme letos s českobudějovickým florbalovým týmem obhájili titul mistrů extraligy vozíčkářů. Jsem hrající trenér. A mám spoustu dalších plánů... Chtěli bychom založit neziskovou organizaci, kde bychom pro vozíčkáře sháněli peníze, abychom mohli například zvyšovat jejich životní komfort ve městech.



Milan Eisenhammer