

**ADAM
GŘEŠEK**

Rozhovor s kapitánem SKP Házená Frýdek-Místek.

Cesta Mikasy

Jsou lidé, kteří se bez pomoci druhých neobejdou.



Dvacet let tréninku házené s Adamem Gřeškem

Práce s mládeží je v Pepino SKP Házená Frýdek-Místek dle kapitána týmu, Adama Gřeška, na excelentní úrovni. Všechny mládežnické složky od těch nejmenších, až po starší dorostence, hrají nejvyšší soutěže v daných kategoriích. Všichni trenéři mají profesionální přístup a jsou dobrými mentory. Výsledkem je, že mnoho odchovanců týmu mělo možnost hrát v juniorském i seniorském národním týmu a házenou se třeba živit v zahraničí. Jak Adam Gřešek začínal s házenou, proč jeho tým podporuje lidi s autismem a další zajímavosti ze soukromého i sportovního života tohoto kapitána, si přečtete v našem dalším rozhovoru magazínu Cesta Mikasy.



Na fotografii: Adam Gřešek s rodinou.

1. Jak hodnotíte letošní extraligový ročník? Povedlo se vám dosáhnout vytyčených cílů nebo jste zůstali za očekáváním?

Prozatím zůstáváme dle mého pohledu za očekáváním. Na druhou stranu jsme dokázali porazit mistra z Karviné i vicemistra z Plzně, máme před sebou přívětivý los, takže máme vše ve svých rukou. Budeme nadále bojovat s vidinou postupu do play-off.

2. Házená nepatří mezi nejsledovanější sporty v Česku. Čím by podle vás mohla oslovit lidi, kteří ji doposud nikdy nesledovali a třeba o ní ani moc neví?

Dle mého by určitě házené prospěla větší propagace. Ať už v televizi, anebo na sociálních sítích. Výhodou je samotná dynamika tohoto sportu, hezky se na něj kouká, padá hodně gólů. Na reprezentační úrovni nás v blízké budoucnosti čekají v Česku dva velké turnaje, které by mohly také házenou zviditelnit.



Nadační fond Házená Frýdek-Místek odehrál nadační zápas a podpořil lidi s autismem prostřednictvím Mikasy. Věnoval také vstupenky na zápas do soutěže Mikasy.

3. Ve Frýdku-Místku, za který hrajete, zažívala největší boom na přelomu tisíciletí, kdy hrávalo družstvo pravidelně o titul mistra ČR. Jak na tuto dobu vzpomínáte? Vybavíte si, jak jste prožíval nejslavnější éru vašeho celku?

V té době mi bylo 8 let, s házenou jsem začal až o rok nebo dva později, tehdy jsem ještě netušil, že s jí budu dalších 20 let skoro každý den věnovat. Každopádně si pamatuji, když jsme s rodiči byli na finálovém utkání v tehdejší víceúčelové hale. Pamatuji si, jak se celá hala otřásala, všichni fandili. Takovou atmosféru by chtěl zažít asi každý hráč kteréhokoliv sportu.

4. Není žádným tajemstvím, že se házenou v Česku živí jen nepatrná část házenkářů. Mnozí hráči tak chodí do práce nebo studují. Jak náročné je skloubit tréninky a zápasy se zaměstnáním či studijními povinnostmi?

Nebudu nic zastírat, jelikož stíhat pracovní povinnosti a tréninky není nic jednoduchého. Zvlášť když už někteří z nás mají doma i vlastní rodiny. Každopádně pokud má člověk dostatečnou vůli, svědomitost a štěstí na lidi kolem sebe, vše se dá zvládnout.

5. A jak vypadají vaše tréninky? Čemu se na nich nejvíce věnujete? Pokuste se je přiblížit i lidem, kteří házenou tolik nesledují.

Každý trénink začíná rozvíčením a protažením. Následně, pokud má trenér dobrou náladu a my byli hodní, hrajeme 10 minut fotbal nebo jinou hru. Poté se rozházíme s míči a rozchytáme brankáře. V další části už se věnujeme buď nácviku útočných signálů nebo obranným činnostem, případně hrajeme tréninkový zápas mezi sebou.

6. Extraligový tým tvoří přibližně dvacet hráčů. Dá se tedy říct, že jste taková početnější rodina? Trávíte spolu čas i mimo tréninky a zápasy? Kdo patří mezi ty, kteří celé družstvo nejvíce stmelují?

Je fakt, že spolu trávíme v podstatě každý den. Užíváme si společně mnoho legrace, ale občas si dokážeme lézt i pěkně na nervy. Musím říct, že máme skvělou partu, držíme při sobě a v tom je asi naše největší síla. Někteří jsou povahou výraznější, někteří méně, ale pro fungování kolektivu je důležitý každý bez rozdílů.



Na fotografii: Adam Gřešek se spoluhráči z týmu házené na teambuildingu družstva jako vodák.



Na fotografii: Tým Pepino SKP Házená Frýdek-Místek na zápase.



S Adamem Gřeškem se můžete osobně potkat nejen na zápase házené, ale bude také hostovat na Mezinárodním dni porozumění autismu tento měsíc ve Forum Nová Karolina, které pro veřejnost pořádá Mikasa.

7. V letošním roce začal váš klub spolupracovat s Mikasou pomáhající lidem s autismem a těžkým mentálním postižením. Co říkáte na takové propojení sportovního klubu s touto organizací?

Z mého pohledu se jedná o vynikající spolupráci. O to více se mě to dotýká, jelikož má manželka před nástupem na mateřskou dovolenou pracovala právě s těmito dětmi. Byl bych rád, kdyby měly děti s hendikepem možnost vyzkoušet si být součástí sportovního kolektivu a zažít radost například z výhry. A zároveň by to mohlo pomoci smýt určitá stigma a rozdíly mezi dětmi.



**INÉZ BOHDANOVÁ BORTOLIOVÁ,
TISKOVÁ MLUVČÍ MIKASA**



Nalad' se na modrou vlnu
POZNEJ SVĚT AUTISMU

SOBOTA 5. 4. 2025 | FORUM NOVÁ KAROLINA

#nezivotuvkleci mikasazs.cz

**Cítíš se sám
a zvyšuje se
tvá úzkost?**

Obrať se na Mikasu, pomůžeme ti
a poradíme, jak navazovat vztahy.
Pomáháme lidem s autismem.

Mikasazs.cz/pripojse
Mikasa se o lidi s autismem
a jejich rodiny stará více než 15 let.



Výstavba Denního stacionáře Mikasa

Pokud i Vy chcete podporovat lidi s autismem, zajímejte se o projekt výstavby Denního stacionáře Mikasa a podpořte ho darem, [Mikasazs.cz/darujte](https://mikasazs.cz/darujte), [Mikasazs.cz/novystacionar](https://mikasazs.cz/novystacionar).



Na fotografiích: Projekt výstavby nového Denního stacionáře Mikasa a klienti stacionáře s autismem, mentálním postižením a chováním náročným na péči.

Sdílet společný prostor stacionáře je pro něj náročné

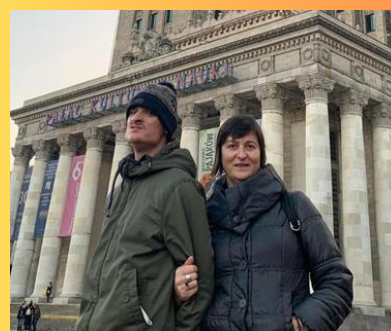
Volod'a Smělík se narodil předčasně. Jeho narození doprovázelo krvácení do mozku. Maminka, Olga Směliková, předčasně porodila, neboť se dozvěděla o smrti svého otce. Dnes je Volod'ovi 23 let, je člověk s autismem, mentálním postižením a chováním náročným na péči. Navštěvuje Denní stacionář Mikasa a stále žije se svou mámou. Ve stacionáři však čelí nedostatku prostoru, který by Volod'a bezpodmínečně potřeboval. „Nutně potřebujeme navýšit kapacitu prostor stacionáře. Jsme nuceni odmítat rodiny, které jsou přetížené, čelí vyčerpání a zdravotním potížím. Tíží je také finanční krize, protože nemohou pracovat a živit své rodiny. Mikasa a výstavba denního stacionáře, je jediným řešením, jak jim pomoci,“ potvrdila Michaela Nosová, vedoucí sekce terénních a ambulantních služeb.



Dětství Volodi

Příběh Volod'ovy rodiny je velmi silný. Volod'ovi rodiče se rozvedli, když mu byli dva roky. Jeho maminka zůstala na dvě malé děti sama. Volod'ova sestra, Táňa, o pár let starší, vždy svého bratra milovala a bránila. Dnes ve svých třiceti letech však říká, že až na psychoterapii zjistila, co prožívá. Vše špatné, s čím se potýká, se týká jejího dětství, kdy se ji nedostávalo pozornosti. Protože všechnu pozornost potřeboval Volod'a.

Celý příběh Volod'i najdete na **Mikasazs.cz/aktuality**. Tyto příběhy přinášíme nejen pro pochopení rodin života s autismem, ale protože můžeme těmto rodinám **nabídnout řešení, strategii a tou je výstavba nového Denního stacionáře Mikasa**, který pomáhá úlevou od péče rodičům a posouvá naše klienty k samostatnosti jako je Volod'a a jeho maminka. **Přispějte finančním darem na výstavbu stacionáře na Mikasazs.cz/darujte.**



Na fotografii: Volod'a Smělík s maminkou.

„K soudu jsem přišla bez vlasů, s šátkem na hlavě, a po chemoterapii. Víte, jak mi bylo?!“