DOTEKY

46
2006

BULLETIN LORMU – JARO

LORM
SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND

VERŠE • SLOVO ŠÉFREDAKTORA • ZPRÁVY Z LORMU • ROZHOVOR • PRÁVNÍ PORADNA • PORADNA PSYCHOLOGA • ZDRAVÍ • INFORMACE • HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI • ZE SVĚTA • ŘÁDKY NEJEN PRO SENIORY • SPOLEČENSKÁ KRONIKA • ZÁLIBY (HOBBY) • VZKAZY MOUDRÝCH • SEZNÁMENÍ • RECEPTY

VYHLAŠUJEME 1. ROČNÍK CENY HIERONYMA LORMA • 7•
BÝT NĚKOMU PROSPĚŠNÝ (ROZHOVOR) •12•
NA ČÁSTEČNÝ INVALIDNÍ DŮCHOD UŽ NEMÁ VLIV VÝŠE VÝDĚLKU •17•

OBSAH ČÍSLA

VERŠE – Přijde jaro 3
SLOVO ŠÉFREDAKTORA 4
ZPRÁVY Z LORMU
Čtvrtý ročník sbírky Červenobílé dny vynesl téměř 600 tisíc korun 6
Vyhlašujeme 1. ročník ceny Hieronyma Lorma 7
Druhé zimní radovánky na Vysočině – tentokrát z pohledu hluchoslepých účastníků 8
Drum circle aneb Bumtabumtabumtabum 10
Nevšední zážitek 11
ROZHOVOR
Být někomu prospěšný 12
PRÁVNÍ PORADNA
Dávky státní sociální podpory /4. část/ 15
Na částečný invalidní důchod už nemá vliv výše výdělku 17
PORADNA PSYCHOLOGA
Asertivita /8. část/ 18
ZDRAVÍ
Příčiny hluchoslepoty: Retinitis Pigmentosa 19
INFORMACE
Knižní novinky v knihovně LORM 21
Dobrovolníci a průvodci z Okamžiku 22
Info o soutěži Helppes 23
Život nejen na kolech 23
HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI
Robert a Michelle Smithdasovi 24
ZE SVĚTA
Mňoukající pomocnice 27
Raku-raku 27
ŘÁDKY NEJEN PRO SENIORY
Sova v krmítku 28
SPOLEČENSKÁ KRONIKA
Jubilea - Úmrtí – Smutný den 29
ZÁLIBY (HOBBY)
Léčivé a aromatické byliny: Tymián tlumí kašel a léčí nemocné průdušky i plíce 30
Pověsti z našich krajů: Bezhlavý templář na bílém koni 33
Z literární činnosti: Na horské stezce 34
VZKAZY MOUDRÝCH 24
SEZNÁMENÍ – DOPISOVÁNÍ 34
RECEPTY
Ovocné dobroty 35

Jste-li okouzleni krásou barev, zvuků, neděkujte tomu štěstí přede mnou, raději podejte mi bez rozpaků ruku, abych šla s vámi a ne za stěnou.

VERŠE

PŘIJDE JARO

Přijde jaro, přijde, zase bude máj,
usmívá se slunko, usmívá se háj.

Rozpuknou se ledy, volný bude proud,
po vlnách šumících lodě budou plout.

Stříbrné své vlnky voda vyleje,
rozkvete tu růže, slavík zapěje.

A ta lípa bude zelená,
květy mocných listů nám na věnce dá.

Pole vydá klasy, hojná bude žeň, kosa bude řinčet,
zpěv radostně znět.

A tak vlasti plesej, usmívá se háj.
Přijde jaro, přijde, zase bude máj.

Tuto starou lidovou píseň pro milé čtenáře Doteků zaslala Mařenka Váňová z Hybrálce u Jihlavy.

SLOVO ŠÉFREDAKTORA

Milí čtenáři!

Po letošní nekonečně dlouhé a kruté zimě s velkým množstvím sněhu nyní venku převládá příjemné jarní počasí. V těchto májových dnech se po občasných deštích již zelená tráva a každou chvíli se příroda promění v nádherně rozkvetlou zahradu. Jaro – to je ten správný čas nejen pro lásku a poezii, ale mnohý z nás cítí i u sebe příliv nových sil a chuti do života.

Hned v úvodu tohoto jarního vydání Doteků se musím zmínit o změnách ve Výkonné radě LORMu. Dne 17. března 2006 odstoupil z funkce předsedy LORMu a člena Výkonné rady, pan JUDr. Bohuslav Dohelský. Jako důvody svého odstoupení uvedl mimo jiné dlouhé období ve funkci předsedy, obtížnou dopravní dostupnost z místa svého bydliště v Libereckém kraji do Prahy na jednání Výkonné rady a především úmysl věnovat se naplno své právnické praxi. Přesto nás JUDr. Dohelský ujistil, že nadále zůstává členem i klientem LORMu a rovněž chce s naší organizací dále spolupracovat. O několik týdnů dříve, tj. k 6. únoru 2006, se z vážných zdravotních důvodů rozhodla rezignovat na funkci členky Výkonné rady také Mgr. Jaroslava Jesenská. Za celý kolektiv pracovníků LORMu přeji JUDr. Dohelskému hodně sil a pracovních úspěchů. K paní Mgr. Jesenské se též přidávám s přáním jejího brzkého uzdravení. Výkonná rada prozatím pověřila vedením LORMu jejího člena a dosavadního zástupce předsedy Pavla Nepraše, a to do konání 7. valné hromady LORMu, která bude svolána v listopadu 2006. Podle stanov a na základě výsledků hlasování na 6. valné hromadě z roku 2004, byli novými členy Výkonné rady jmenováni David Berenreiter a Milena Mačáková. Přejeme oběma novým členům Výkonné rady spoustu tvůrčích nápadů a věříme, že budou hájit zájmy a potřeby hluchoslepých i dobré jméno naší organizace.

V tomto čísle si přečtete další postřehy a ohlasy z letošního úspěšného zimního pobytu v Radešíně, tentokrát z pohledu hluchoslepých účastníků. V pražském Klubu LORM se dne 24. ledna 2006 uskutečnila netradiční hudeb-

ní akce pod exotickým názvem Drum circle. O této neobvyklé hře na různé druhy bubnů svým osobitým a humorným způsobem pojednává čtenář a dopisovatel V. Sedlář z Kladna. Na našem knižním trhu se nyní objevila zajímavá knížka Eliška – příběh hluchoslepé holčičky. Autorkou je Ivana Jarníková, maminka hluchoslepé Elišky, která v knížce mapuje pocity, složité životní situace, vývoj i pokroky své dcery v období od jejího narození až do současného věku 6 let. Knihu si též můžete zapůjčit v naší odborné knihovně v pražském sídle LORMu. V rubrice HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI přinášíme poměrně rozsáhlý článek o životě dvou velkých hluchoslepých osobností z USA – manželů Roberta a Michelle Smithdasových. V seriálu o léčivých a aromatických bylinách se tentokrát dočtete o tymiánu, známém koření a rovněž znamenité léčivé rostlině. Pro ty čtenáře, kteří rádi čtou staré pověsti z našich krajů, je v tomto čísle zařazena pražská legenda o bezhlavém rytíři. Samozřejmě nebudou chybět ani další zprávy z domova i ze světa, cenné informace a rady, které jsou určeny výhradně pro vás! Myslím tím nejen hluchoslepé, ale i všechny ostatní zájemce, kterým není osud těchto lidí lhostejný a chtějí jim být nápomocni.

Závěrem bych vám chtěl sdělit, že se dne 19. dubna 2006 uskutečnil v Praze na Malostranském náměstí koncert na podporu naší organizace. Touto hudební akcí byl zároveň zahájen letos již 4. ročník celostátní sbírky Červenobílé dny. O průběhu těchto prospěšných akcí přinášíme reportáž P. Zimermanové. Novinkou jarního čísla Doteků je speciální příloha, věnovaná zákonu o sociálních službách, což je v současnosti velice aktuální a ožehavé téma.

Hodně hřejivých slunečných paprsků, životního optimismu a ještě více dobrého počtení, případně příjemný poslech na kazetě upřímně přeje

Váš

Zdeněk Sedláček

ZPRÁVY Z LORMU

ČTVRTÝ ROČNÍK SBÍRKY ČERVENOBÍLÉ DNY VYNESL TÉMĚŘ 600 TISÍC KORUN

Prodejem komiksových pohlednic s obrázkem hluchoslepé osoby s červenobílou holí na zebře vybrali studenti celkem 597 417 korun. Sbírka, jejíž výtěžek je určen na služby pro hluchoslepé, tímto ale nekončí. Sbírku lze stále podpořit zasláním dárcovské SMS ve tvaru DMS LORM na číslo 87777. Pro další příspěvky je také otevřeno sbírkové konto 35-0720850257/0100.

Pouliční sbírka probíhala 24. a 25. dubna ve 46 městech České republiky a největší podporu měla v menších městech. Velkým překvapením však pro nás - organizátory bylo zjištění, že na sbírku štědře přispívali i lidé ve městech, která byla ještě před pár týdny ohrožována povodněmi.

Vážíme si každé i nepatrné finanční pomoci, díky které můžeme hluchoslepým zajišťovat například terénní, průvodcovské a tlumočnické služby, sociální rehabilitaci, osobní asistenci či pomáhat hluchoslepým získat práci. V loňském roce se nám například podařilo zajistit zaměstnání 15 zájemcům z řad hluchoslepých. O samotných projektech pro hluchoslepé informují bezbariérové stránky **www.lorm.cz**.

Činnost sdružení je rok od roku více závislá na finanční pomoci ze strany veřejnosti a sbírka Červenobílé dny hraje pro financování služeb pro hluchoslepé stále významnější roli. Například v loňském roce se prostředky ze sbírky podílely na financování všech projektů sdružení LORM ve výši 23 %, zatímco Ministerstvo práce a sociálních věcí podpořilo služby podílem ve výši 29 %. Kompletní vyúčtování všech předchozích ročníků sbírky lze najít na **www.cervenobiledny.cz**.

Děkujeme všem, kteří se na organizačně velmi náročné akci podíleli. Poděkování patří studentům a koordinátorům ze středních a vyšších škol, kteří zajistili prodej pohlednic během pouliční sbírky. Dále děkujeme partnerům sbírky, kteří poskytli bezplatné služby spojené s organizací sbírky: Kostelecké uzeniny, Toptrans a Top střechy a fasády a Komerční banka. Za bezplatnou grafickou přípravu podkladů k tisku

a inzerci děkujeme Lukášovi Fritzovi, za ilustraci pohlednice Tomášovi Zachovi a za mediální podporu Českému rozhlasu, Respektu a firmě Netcentrum. Speciální poděkování vyjadřujeme zástupcům společnosti EuroArt Praha, kteří nám umožnili sbírku slavnostně zahájit na koncertu v rámci festivalu komorní hudby EuroArt Praha.

Obrovský DÍK si zaslouží všichni v týmu i dobrovolníci a další spolupracovníci LORMu, jmenovitě pak: Simona Nachtmanová, Daniela Prchalová, Jitka Hlaváčová, Jana Blahoutová, Zdeňka Jelínková, Naďa Tomsová, Marta Karásková, Láďa Holba, Luboš Sychra, Eva Paulíková, Jana Linhartová, Pavel Nepraš a Diana Benšová. Dále děkujeme všem, kteří nám drželi palce.

Petra Zimermanová, ředitelka o.s. LORM

VYHLAŠUJEME 1. ROČNÍK CENY HIERONYMA LORMA

Při příležitosti 15. narozenin občanského sdružení LORM – Společnosti pro hluchoslepé jsme se rozhodli věnovat hluchoslepým symbolický dárek, a to 1. ročník ceny Hieronyma Lorma. Jedná se o uměleckou soutěž pro všechny hluchoslepé bez věkového omezení, kteří zašlou do 15. září své příspěvky do soutěžní – literární sekce či nesoutěžní sekce – výtvarná a hudební kategorie - na společné téma *„K narozeninám…"* První ročník soutěže je motivován citátem od slavné hluchoslepé spisovatelky Heleny Kellerové: *„Žádný pesimista nikdy neobjevil tajemství hvězd."*

Soutěžní práce vyhodnotí pětičlenná nezávislá odborná porota z řad spisovatelů a osobností, které mají blízko k hluchoslepým. Kromě **Ceny odborné poroty** bude vyhlášena i **Cena veřejnosti**, která bude udělena na základě výsledků hlasování o literárních příspěvcích zveřejněných v měsíci říjnu 2006 anonymně na našich bezbariérových stránkách www.lorm.cz.

Slavnostní vyhlášení výsledků v soutěžní kategorii, ocenění a prezentace všech přihlášených příspěvků proběhne v listopadu 2006 na narozeninové konferenci LORM (místo a termín budou upřesněny). Autoři vítězných prací v literární

soutěži obdrží věcné ceny, na slavnostním vyhlášení budou oceněni i všichni ostatní autoři ve všech kategoriích.

Poznámka: Podrobnější informace k soutěži Vám rádi poskytneme na tel: 257 325 478, info@lorm.cz, či adrese LORM, Zborovská 62,150 00 Praha 5. Přihlášku do soutěže rádi na vyžádání zašleme všem zájemcům, ke stažení také bude od června na www.lorm.cz.

K vyhlášení soutěže nás inspirovala mezinárodní cena Heleny Kellerové, jejíž 7. ročník letos vyhlásila skotská organizace Sense Scotland. Slavná hluchoslepá spisovatelka Helena Kellerová založila v roce 1933 při své návštěvě Skotska fond pojmenovaný jako Cena Heleny Kellerové. Původně byla z fondu financována literární soutěž, která se konala 1x ročně. Když se správní radou soutěže stala v roce 1989 organizace pro hluchoslepé Sense Scotland, cena byla upravena do multimediální umělecké soutěže - dnes soutěž zahrnuje všechny umělecké kategorie, a je otevřená jak profesionálům, tak amatérům, jak postiženým, tak i veřejnosti z celého světa. V předchozím ročníku zvítězil film „Ztracené cívky", který natočil Matthew Humphries o svém neslyšícím otci, který oslepl.

Petra Zimermanová

DRUHÉ ZIMNÍ RADOVÁNKY NA VYSOČINĚ

TENTOKRÁT Z POHLEDU HLUCHOSLEPÝCH ÚČASTNÍKŮ

Lyžařský pobyt v Radešíně na Vysočině, který se konal od 27. 1. do 3. 2. 2006, se mimořádně vydařil. Celý týden, kromě jednoho dne bylo nádherně. Z modré oblohy svítilo a docela i hřálo sluníčko. Běžecká stopa, vyjetá rolbou, byla skvěle připravená a jelo se v ní jako po másle, takže mojí jedinou starostí bylo udržet se na lyžích a nepadat moc do sněhu. Díky dobré navigaci ochotných průvodců-trasérů jsem si však parádně zaběžkovala.

Na společných večerech v klubovně nám Honza Pavlíček zpíval a hrál na kytaru. Svoji zdařilou hru na tento hudební nástroj nám předvedla i Sylva Vymazalová. Dále jsme si zatančili při harmonice a zopakovali si taktilní znakový jazyk pro hluchoslepé. Podle návodu Evy Paulíkové a za pomoci průvodců jsme si z papíru vyrobili papírového hada, na kte-

rého nám naši traséři napsali vtipné ohodnocení našich lyžařských výkonů.

Jarka Žáková, Jiřetín pod Bukovou

Zimní lyžařský pobyt v Radešíně se vydařil. Každý den jsme měli výcvik na běžkách pod vedením průvodců-traséru. Spadl jsem třikrát do sněhu, ale když se jednou běželo po zamrzlém rybníku, pak už se mi na lyžích jelo dobře. Také jsem si vyšel na procházku do Bobrové. Během hudebního večírku jsme si zatančili při harmonice. Téměř celý týden nám přálo mrazivé počasí, navíc sluníčko krásně svítilo.

Jan Kessner, Brno

Na lyžařském pobytu v Radešíně se mi opravdu moc líbilo. Letos se nás sešlo 12 hluchoslepých klientů. Dalšími účastníky byli průvodci-traséři a naše vedoucí Zdena Jelínková, která mj. složila pěknou báseň, v níž zazněla všechna jména zúčastněných hluchoslepých Lormáků. Nejdříve jsme se seznámili s programem a rozvrhem na celý týden. Den jsme vždy začínali rozcvičkou se Zdeničkou, při které jsme si protahovali svaly. Po snídani se šlo na nácvik běžeckého lyžování. Po chutném obědě bylo vždy dvouhodinové volno, pak jsme znovu připnuli běžky a běhali jsme po nádherně zasněžené krajině, která byla pro tento zimní sport jako stvořená. Společné večery jsme trávili většinou v baru, kde se podávaly kromě nápojů například poháry se zmrzlinou nebo palačinky. Součástí zábavných večerních programů byla zejména kytara se zpěvem a také výroba papírových hadů. Jednoho večera si hluchoslepí účastníci zopakovali výuku taktilního znakového jazyka a naučili se i několik nových znaků. Oslavili jsme dvoje narozeniny a měli jsme rovněž večírek s tancem a zpěvem při krásné hudbě, kterou nám obstaral zdejší harmonikář. Na tomto mimořádně vydařeném pobytu nás vodili také dva věrní čtyřnozí pomocníci – můj vodící pes Čakim a druhým psím společníkem byl Eda od Báry Teskové. Za skvělou organizaci a velice dobrý průběh pobytu celému kolektivu pracovníků LORMu upřímně děkuji! Lyžařský pobyt s LORMem jsem absolvovala již podruhé, a pokud budou v příštím roce příznivé okolnosti, ráda zase pojedu.

Jana Brožková, Vsetín

DRUM CIRCLE ANEB BUMTABUMTABUMTABUM

Když se otočím dobrým uchem k nějaké kapele, rád poslouchám buben. Vnímám jeho rytmus i zvuk. Nikdy jsem neměl paličky v rukou. Při rádiu v kuchyni stojím zády k mycímu stolu. Prstama bubnuji do dvířek, až se hrnce uvnitř kredence třesou. Jenže to lze dělat jen tehdy, když moje manželka není doma. Ale co ti zcela neslyšící?

Na jedné rekondici jsem obdivoval hluchoslepého Míšu. Ťukal si slepeckou hůlkou do ústředního topení a do všech věcí u stěn. Tím se nejen bavil, ale současně si procvičoval orientaci v prostoru. Stejně postižený Jeník bubnoval prsty do bubínku při orchestru přesně v rytmu hudby. Na lednovém posezení v klubu pražského LORMu se mělo mluvit také o netradičním bubnování pod tajemným jménem Drum circle. Zvědavost mi nedala ani spát.

Sešlo se nás dost dobrých přátel, ale program byl dne 24. ledna 2006 pro všechny účastníky nevídaný. Sedíme v kruhu kolem stolu. Indukční smyčka umožňuje dobré slyšení. Seznamujeme se s paní Plíškovou a s panem Petrem Šušorou. Především jejich zásluhou se dovídáme o rozličných bubnech různých národů, například Indiánů, afrických černochů nebo Eskymáků. V představách vidím všechny ty tvary i velikosti. Ale což si takhle na některý sáhnout nebo dokonce „bubnout“ – to by teprve byla neomylná skutečnost! Krátké odmlčení. Každý z nás dostává nějaký bubínek. Mezi mými koleny se však objevuje veliký buben, který osahávám ze všech stran. Prsty mých přátel už netrpělivě zkoušejí vyťukávání rytmu. Do ruky dostávám opravdovou paličku. Zkoušíme jednotlivě a pak společně čtyřdobý takt. Najednou jsme parta, kapela. Snažíme se bubnovat rytmicky. „Rychleji, hlasitěji! Víc! Ještě víc!!!“ Dům, ve kterém teď hrajeme, se třese v základech. Co si asi myslí nájemníci? Na chodníku před domem se prý zastavují náhodní posluchači. Hlas pana Šušory s obtížemi přehlušuje tu bubnující vřavu. „Tři, dva, jedna, stop!“ Naráz vše utichne. I v tomto okamžiku cítím stmelenost kolektivu. Všechny starosti ustoupily. Prostě, prima zážitek!

Vyťukávám si do kroku: bumta, bumta, bumta, bum.

Ale ten kolektiv bubeníků mi chybí. Podaří se vám pracovníkům LORMu, zorganizovat něco tak pěkného i pro ty, kteří se tentokrát nemohli zúčastnit?

Viktor Sedlář

NEVŠEDNÍ ZÁŽITEK

Naší příjemnou klubovou akcí byla opět návštěva pražské ZOO. Tentokráte se nás ujala dvě děvčata z přírodovědecké fakulty a po vzájemném seznámení v návštěvní hale, jsme měli možnost si ohmatat malé želví lastury, obří vejce od Emu, kabelku z krokodýla, kožešiny psíka mývalového, lišky aj., doprovázené teoretickou přednáškou a odpověďmi na naše zvídavé dotazy. Děvčata nám ukázala i živého třímetrového hroznýše královského, jménem Kryšpín, a prozradila nám, jak ke svému jménu přišel. Zajisté nikdo z nás netrpěl fobií, protože zvědavost, sáhnout si na hada, byla silnější. Naše klubová organizátorka Marta se odvážila Kryšpína vzít nejen do rukou, ale i si ho nechat omotat kolem krku a zapózovat.

Poté jsme došli k doktoru Vetlínskému, kde na nás čekalo milé překvapení. Měli jsme možnost vstoupit do terária mezi želví „drobečky", vážící asi 180 kg. Nejprve však bylo nutné odlákat od ostatních na pamlsek – jablíčko – záludného želvího samce Tora. Pak jsme si jen dávali pozor na naše nohy, aby na nás při lezení želvy nešláply. Mohli jsme si je hladit a mazlit se s nimi, což běžným návštěvníkům umožněno není, a při tom jsme zjistili, že samci jsou mazlivější. Také nám byly zodpovězeny naše dotazy, včetně stravy, stáří, páření. Opustili jsme jejich kout, vyhřátý na třicet pět stupňů a vyšli ven kolem voliér supů mrchožroutů. Nechali jsme si ukázat, kam sahala voda při povodních 2002 a zavzpomínali na osudy slona a lachtana. Prošli jsme kolem výběhu a jezírek plameňáků a rozloučili se s poděkováním a s přáním zase někdy naviděnou.

Co ještě dodat? Bylo to milé překvapení a už se těším zase někdy na další klubovou akci v ZOO.

Dáša Prošková

ROZHOVOR

BÝT NĚKOMU PROSPĚŠNÝ

Tak asi zní životní krédo Zdeňka Sedláčka. Připomínat čtenářům Doteků, že je redaktorem jejich časopisu, by bylo pověstným nošením dříví do lesa. Ale ne všichni vědí, kterými pěšinkami se ubíral jeho život, o čem přemýšlí…

Charakter člověka nejvíc formuje dětství. Jaké bylo to tvoje?

Láskyplné a bezstarostné. Na formování mojí osobnosti se vedle mých rodičů podílel také dědeček. Dokázal mne ve všem úžasně podpořit a splnil mi drtivou většinu mých dětských přání. Měl se mnou ohromnou trpělivost, nechyběl u žádné lumpárny a měli jsme spolu i klukovská tajemství.

To bylo doma. Jenže ty máš za sebou dětskou zkušenost i nemocniční.

Ano, od svých dvou let jsem byl v Thomayerově nemocnici v Praze Krči na "doléčování" dětské mozkové obrny. Strávil jsem zde v letech 1963 – 1966 nekonečné dlouhé tři roky. Během prvního roku pobytu u mne došlo díky rehabilitačnímu cvičení ke zlepšení zdravotního stavu. Potom však moje rehabilitační sestřička odešla na mateřskou dovolenou a podmínky v nemocnici se pro mne staly nesnesitelnými – celé dny jsem byl zavřený v postýlce a neměl s kým komunikovat. Rodiče i prarodiče za mnou jezdili každý týden, na prázdniny, a poslední rok i na víkendy, si mne rodiče brali domů, a to byl pro mne svátek.

Tvůj návrat domů natrvalo byl tak trochu únos…

Za tři roky v nemocnici nikdo nepoznal, že špatně vidím a ještě hůř slyším. Kvůli neskutečné izolaci a téměř nulové komunikaci jsem skoro nemluvil a prakticky jsem přestal chodit, tak mne považovali za mentálně retardovaného. V pěti letech mne rodiče z víkendového pobytu do Krče nevrátili – a od té doby jsem se začal rozvíjet.

Kdy poprvé se tě dotklo poznání, že svým zrakovým a sluchovým postižením jsi trochu jiný než ostatní děti?

Začínal jsem s brýlemi o čtyřech dioptriích, takže jsem zrakový handicap v dětství moc nevnímal. Vážnější sluchové postižení jsem si naplno uvědomil v 11 letech. Přes rok trvalo, než jsem dostal první sluchadlo, a protože v té době nebyla pro sluchově postižené žádná osvětová činnost, laickým přístupem ke sluchadlu se mi sluch ještě více poničil.

Absolvoval jsi rehabilitaci Vojtovou metodou. Ale ta byla tehdy zakázaná!

Když po okupaci Československa vojsky Varšavské smlouvy profesor Vojta emigroval, několik jeho žákyň pokračovalo v léčení dětských pacientů jeho reflexní metodou rehabilitace i přes přísný zákaz, a to v Praze – Malešicích pod vedením MUDr. Jaroslava Krause. Mně byla přidělena energická a velice přísná sestřička Lída Hodanová-Knoblochová. Pomohla mi hlavně po fyzické stránce, za což jsem jí dodnes velice vděčný. Odstranit poruchy rovnováhy, způsobené špatným sluchem, a s tím spojené psychické potíže, ovšem odstranit nedokázala.

Pro tvou generaci představovalo zdravotní postižení omezené možnosti vzdělání. Která z překážek na téhle cestě ti nejvíc "dala zabrat"?

Moje postižení po dětské mozkové obrně je tělesné, sluchové a zrakové – a k tomu jsem byl úředně prohlášen za nevzdělavatelného. Dokonce mi jeden "dobrák" do papírů připsal oligofrenii, lidově slaboduchost – kterou tatáž osoba po letech vyškrtla ze všech záznamů! S těmito skutečnostmi jsem žádnou školu absolvovat nemohl. Řešení se ale přece jen našlo. Maminka byla učitelkou na základní škole u nás v Chlumu u Sedlčan, s ředitelem školy pro mne vypracovali učební plán a individuální výukou jsem získal základní vzdělání.

Ovlivnily technické pomůcky tvoje komunikační možnosti?

O sluchadlech již byla řeč. Dostal jsem je však poměrně pozdě, takže si nemyslím, že by nějak moje komunikační schopnosti ovlivnily. Od roku 1985 mám významnou technickou pomůcku, indukční smyčku, která mi pomáhá udržet kontakt se světem. Je napojená na televizi a umožňuje mi rozšiřovat si znalosti.

To mi připomíná, jak jsi při natáčení televizního Klíče u vás v Chlumu udivoval znalostmi rostlin. Kdy a proč tě začala zajímat právě botanika?

Začalo to v mých asi deseti letech. Na školní chodbě jsem uviděl na okně hromádku starých kalendářů, na kterých byly barevné obrázky léčivých rostlin. Všechny kalendáře jsem si vzal domů a začal rostliny s podporou maminky a jejího kolegy – přírodopisce studovat. V té době jsem netušil, jak se mi tyhle znalosti hodí při sestavování čtenářsky oblíbeného seriálu v Dotecích.

Pracovat jako redaktor Doteků ti bylo nabídnuto v roce 1994. S jakým záměrem jsi tenhle úvazek přijímal?

Tenkrát jsem věděl, že v českých zemích časopis pro hluchoslepé neexistuje. Řadu měsíců jsem přemýšlel, jak hluchoslepé lidi vyvést ze společenské a sociální izolace, jak jim pomoci. A když mi tehdejší předseda LORMu PhDr. Jan Jakeš nabídl možnost pracovat jako redaktor prvního takového časopisu, bez váhání jsem ji přijal. Mým hlavním záměrem je prostřednictvím Doteků hájit zájmy a specifické potřeby těchto smyslově postižených lidí. S tímto předsevzetím jsem také roku 1992 vstupoval do LORMu. Považuji hluchoslepost za nejtěžší zdravotní postižení, a právě proto se tímto způsobem snažím pomáhat komunikační bariéry překonávat.

Co pro tebe a pro Doteky znamenají dopisy a ohlasy čtenářů?

Pro mne Doteky znamenají možnost seberealizace a příjemný pocit, že mohu být někomu prospěšný. Dopisy čtenářů vnímám jako důkaz, že práce, kterou vykonávám, má pro hluchoslepé význam.

Do povědomí veřejnosti se už dostaly aktivity LORMu. Jednou z nich bylo oficiální uznání červenobílé hole. K čemu by mělo směřovat úsilí v současné době, aby se svět hluchoslepých ještě víc otevřel lidem s dobrou vůlí rozumět mu a ochotou vstupovat do něj?

Patří sem bezesporu vytváření podmínek pracovního uplatnění, nejlépe formou chráněných dílen, dále například rozšíření a zkvalitnění vzdělávání hluchoslepých dětí. V tomto směru nás čeká spousta práce.

Za rozhovor děkuje Jan Nouza

PRÁVNÍ PORADNA

DÁVKY STÁTNÍ SOCIÁLNÍ PODPORY /4. ČÁST/

V předchozích číslech Doteků jsme vás seznámili s úpravou tří dávek sociální podpory – s přídavkem na dítě, sociálním příplatkem a příspěvkem na bydlení. V tomto čísle vám představíme rodičovský příspěvek.

Rodičovský příspěvek

Na rodičovský příspěvek má nárok rodič, který po celý kalendářní měsíc osobně celodenně a řádně pečuje alespoň o jedno dítě

a) do čtyř let věku, nebo
b) do sedmi let věku, jde-li o dítě, které je dlouhodobě zdravotně postižené nebo dlouhodobě těžce zdravotně postižené.

Podmínka nároku na rodičovský příspěvek podle předchozího odstavce se považuje za splněnou i v kalendářním měsíci, v němž

a) se dítě narodilo,
b) rodič měl alespoň po část měsíce nárok na peněžitou pomoc v mateřství, peněžitou pomoc nebo nemocenské poskytované v souvislosti s porodem,
c) osoba pečující o dítě je převzala do péče nahrazující péči rodičů, a to na základě rozhodnutí příslušného orgánu.
d) dítě dosáhlo věku čtyř, popř. sedmi let,
e) dítě nebo rodič zemřeli.

Rodičovský příspěvek náleží též v případě, že

a) dítě, které nedosáhlo 3 let věku, navštěvuje jesle nebo jiné obdobné zařízení pro děti, a to nejvýše po dobu 5ti kalendářních dnů v kalendářním měsíci, není-li dále stanoveno jinak; za návštěvu dítěte v jeslích nebo v obdobném zařízení pro děti v kalendářním dnu se rozumí každý den, kdy dítě jesle nebo uvedené zařízení navštíví, bez ohledu na délku doby trvání návštěvy,

b) dítě, které dovršilo 3 let věku, pravidelně navštěvuje mateřskou školu nebo jiné obdobné zařízení pro děti předškolního věku v rozsahu nepřevyšujícím 4 hodiny denně,
c) dítě pravidelně navštěvuje léčebně rehabilitační zařízení nebo speciální mateřskou školu nebo jesle se zaměřením na vady zraku, sluchu, řeči a na děti tělesně postižené a mentálně retardované v rozsahu nepřevyšujícím čtyři hodiny denně,
d) dítě dlouhodobě zdravotně postižené nebo dlouhodobě těžce zdravotně postižené pravidelně navštěvuje jesle, mateřskou školu nebo jiné obdobné zařízení pro děti předškolního věku v rozsahu nepřevyšujícím čtyři hodiny denně,
e) dítě navštěvuje jesle, mateřskou školu nebo jiné obdobné zařízení pro děti předškolního věku v rozsahu nepřevyšujícím čtyři hodiny denně, přičemž stupeň zdravotního postižení zraku nebo sluchu obou rodičů (osamělého rodiče) je v rozsahu 50 % a více.

Je-li rodič pobírající rodičovský příspěvek nebo dítě, které zakládá nárok na rodičovský příspěvek, ze zdravotních důvodů v ústavní péči zdravotnického zařízení déle než tři kalendářní měsíce, rodičovský příspěvek nenáleží od čtvrtého kalendářního měsíce trvání této skutečnosti.

Při péči o totéž dítě náleží rodičovský příspěvek jen jednou, a to rodiči určenému na základě dohody rodičů, a je-li v rodině více dětí zakládajících nárok na rodičovský příspěvek, náleží při péči o tyto děti rodičovský příspěvek jen jednomu z rodičů, a to rodiči určenému na základě dohody rodičů. Nedohodnou-li se rodiče, určí úřad státní sociální podpory, který o rodičovském příspěvku rozhoduje, kterému z rodičů se rodičovský příspěvek přizná. Jestliže v rodině došlo k zániku nároku na rodičovský příspěvek proto, že dítě dovršilo věk uvedený v předchozích odstavcích, a v témže kalendářním měsíci vznikl nárok na rodičovský příspěvek z důvodu péče o další dítě, náleží rodičovský příspěvek v tomto kalendářním měsíci jen jednou; o výplatě rodičovského příspěvku v tomto případě platí obdobně podmínky uvedené shora.

Rodičovský příspěvek rodiči nenáleží, jestliže jeden z rodičů má po celý měsíc nárok na peněžitou pomoc v mateřství,

peněžitou pomoc nebo nemocenské poskytované v souvislosti s porodem, a to v době ode dne narození dítěte.

Rodičem se pro účely rodičovského příspěvku rozumí též osoba, která převzala dítě do trvalé péče nahrazující péči rodičů. Za dítě převzaté do trvalé péče nahrazující péči rodičů se považuje dítě osvojené, dítě, jež bylo převzato do této péče na základě rozhodnutí příslušného orgánu, dítě, jehož rodič zemřel, a dítě manžela.

Podmínka osobní celodenní péče se též považuje za splněnou, jestliže rodič zajistil péči o dítě jinou zletilou osobou, nejde-li o případy uvedené v době, kdy je

a) výdělečně činný,
b) žákem nebo studentem soustavně se připravujícím na budoucí povolání, nejde-li o studium po dobu výkonu vojenské základní (náhradní) služby, civilní služby nebo za trvání služebního poměru příslušníků ozbrojených sil.

Výše rodičovského příspěvku činí za kalendářní měsíc součin částky na osobní potřeby rodiče, který má na rodičovský příspěvek nárok, a koeficientu 1,54.

Jestliže rodič pobírající rodičovský příspěvek v době, kdy pečuje o dítě zakládající nárok na rodičovský příspěvek, má po celý kalendářní měsíc z dávek nemocenského pojištění nárok na peněžitou pomoc v mateřství, peněžitou pomoc nebo nemocenské poskytované v souvislosti s porodem, jejichž výše je nižší než výše rodičovského příspěvku, náleží rodičovský příspěvek ve výši rozdílu mezi tímto příspěvkem a uvedenými dávkami. Má-li rodič pobírající rodičovský příspěvek v době, kdy pečuje o dítě zakládající nárok na rodičovský příspěvek, nárok na dávky nemocenského pojištění uvedené v předchozí větě jen po část kalendářního měsíce, náleží rodičovský příspěvek v plné výši.

JUDr. Bohuslav Dohelský

NA ČÁSTEČNÝ INVALIDNÍ DŮCHOD UŽ NEMÁ VLIV VÝŠE VÝDĚLKU

Od letošního února si mohou lidé, kteří pobírají částečný invalidní důchod, k němu přivydělat libovolnou částku. Zákon č. 24/2006 Sb., který změnil zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, a zákon č. 582/1991 Sb., o organi-

zaci a provádění sociálního zabezpečení, totiž upustil od sledování příjmů částečně invalidního občana.

Osoby částečně invalidní tak mají od 1. února 2006 nárok na celou výši částečného invalidního důchodu bez ohledu na příjem z výdělečné činnosti. Úpravu důchodu provede Česká správa sociálního zabezpečení automaticky, není třeba o to žádat, a to od května 2006. Spolu s upraveným důchodem obdrží klient také doplatek za únor, březen a duben 2006.

Převzato z tiskové zprávy České správy sociálního zabezpečení.

zpracovala Petra Zimermanová

PORADNA PSYCHOLOGA

ASERTIVITA /8. část/

Milí čtenáři,

zkuste si vzpomenout, kdy se vám naposledy stalo, že jste svému partnerovi nebo někomu z blízkých přátel řekli

„já ti nerozumím".

Přehrajte si v duchu celou situaci a pocity, které jste při tom měli. Většina z vás se mnou bude asi souhlasit, že vám nebylo nijak příjemně a že většinou se již v této chvíli schylovalo k nedorozumění. To, že je to přirozený signál zájmu se ztrácí v pocitu zklamání z nenaplněného duševního souznění. Pak reagujete lítostivě nebo podrážděně a ztrácíte příležitost vysvětlit, co cítíte nebo o co vám opravdu jde. **Uvědomte si, že je to další asertivní právo vašeho partnera**!

Uvedeme si příklad, na který si mnohá z vás s povzdechem vzpomene. Blíží se váš svátek nebo narozeniny. Na jednoduchou otázku jaký dárek byste si přála, podrobíte svého partnera zkoušce lásky a již vzpomínaného duševního souznění a odpovíte: „Však ty na to přijdeš, čím by jsi mi

udělal radost". V duchu si říkáte „tak a teď mi ukaž, jak mě máš rád a jestli na mě vůbec myslíš". A tak jste na nejlepší cestě připravit si velké překvapení. Po důkladné úvaze může opravdu pozorný manžel usoudit, že tím nejskvělejším dárkem je opravdu hezký a tak praktický mixer. Ten pěkný svetřík, který jste mu několikrát ukazovala, se rázem rozplývá někde ve skříni šťastnější ženy, která předešla nedorozumění vyslovením svého přání. Vy, pokud jste dobře četla, si v takové chvíli uvědomíte, že **váš partner nebo kdokoliv blízký má právo neporozumět vašemu přání.** Vůbec to neznamená, že by byl méně citlivý nebo vnímavý a nebo vás méně miloval. Pouze se řídil vašim pokynem, aby volil podle své stupnice vnímání priorit – svetříků máte přeci dost, ale ten mixer vám usnadní práci.

A tak odpovědi typu „tak často Ti naznačuji, co bych chtěla, ale ty to vůbec nevnímáš" nebo „nikdy jsi mi nerozuměl" nepatří do slovníku asertivní ženy a samozřejmě v obráceném příkladu ani muže.

Jako cvičení si můžete v rodinném kruhu zkusit zavzpomínat , kdy se něco podobného stalo ostatním členům rodiny. Možná budete překvapeni a možná se i zasmějete.

Přeji vám všem hodně trpělivosti, až se budete snažit přebudovat své staré návyky.

Mgr. Magdalena Zurinková

ZDRAVÍ

PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY

RETINITIS PIGMENTOSA (Pigmentová degenerace sítnice)

Retinitis pigmentosa (dále jen RP) je zastřešující pojem pro řadu různých, ale podobných očních onemocnění, které se vyznačují pozvolným zhoršováním funkce sítnice.

Sítnice je zadní vrstva uvnitř oční koule, která posílá zrakové podněty přicházející zorničkami do mozku. Pigmentová degenerace sítnice podmíněná Usherovým syndromem

nemá tak těžký průběh jako ostatní RP a vždy se rozvíjí symetricky, což znamená, že postihuje obě oči ve stejném rozsahu, kromě případů kdy se vyskytnou další komplikace jako je šedý zákal.

RP se projevuje řadou rozmanitých symptomů, ale je potřeba zdůraznit, že se zhoršuje do jisté míry velmi individuálně. Proto se u jednoho člověka nebudou nutně vyskytovat všechny následující příznaky:

Šeroslepota

je zpravidla prvním příznakem, kdy postižená osoba má problémy s orientací v prostoru a ve tmě, a často naráží do předmětů ve špatně osvětleném prostředí

Zužování zorného pole

nejprve se objevují slepá místa na periferii zorného pole, která se postupně zvětšují směrem do centra a výsledkem je velmi zúžené zorné pole, které se označuje jako tunelové vidění

Světloplachost

mnoho lidí s RP bývá oslepováno ostrým světlem, například odrazem od sněhu, slunečním světlem, ostrým umělým osvětlením nebo odrazem světla ze stěn a ploch stolů

Centrální ostré vidění

zachované centrální vidění se může postupem času zhoršovat

Problémy s adaptací

oči postižené RP mají největší problémy při snaze přizpůsobit se změně světla, která nastává při přechodu z tmavých prostor do světlých a naopak

Rozlišování kontrastů

mnoho lidí má problémy rozlišovat mezi malými kontrasty, například mezi světle šedou a bílou, proto špatně vidí bílý talíř na světle šedém stole

Rozlišování barev

častým problémem je rozlišování pastelových barev

Šedý zákal (katarakta)

u mnoho lidí s RP se rozvíjí další oční komplikace jako je šedý zákal, což je neprůhlednost čočky, která vede k rozmazanému vidění

Pigmentová degenerace sítnice je zřídka objevena

v průběhu běžného očního vyšetření, kde se posuzuje především centrální vidění. Centrální vidění je obvykle postiženo až při pokročilém stupni RP, kdy je pigmentová degenerace sítnice objevena.

RP se může diagnostikovat pomocí speciální vyšetřovací metody jako je elektroretinogram (ERG). Jedná se elektronické vyšetření sítnice, které umožňuje odhalit změny na sítnici, které jsou indikací pro RP.

Léčba

v současné době není léčba ani pro RP ani pro Usherův syndrom. V různých částech světa se provádí výzkumy, ale stále zůstává dlouhá cesta.

Šedý zákal, nejčastější komplikace Usherova syndromu, může však být korigován operací, při které se neprůhledná čočka nahradí čočkou umělou.

Přeloženo z dánské publikace „Not quite like the rest" od Centra pro získanou hluchoslepotu v Dánsku. Pro Doteky připravila a přeložila

Marta Karásková

INFORMACE

KNIŽNÍ NOVINKY V ODBORNÉ KNIHOVNĚ LORM

Odborná knihovna LORM se zvláště v posledních měsících rozrůstá o další zajímavé knižní novinky. V současné době obsahuje okolo 700 titulů, převážně vědeckých publikací z oblasti hluchoslepoty a ostatního zdravotního postižení a ze sociální a psychologické sféry.

Knihovna je dnes online přístupná na bezbariérových stránkách **www.lorm.cz**. Na těchto stránkách si můžete v online databázi prohlídnout tituly a publikace, které jsou v knihovně k zapůjčení. Pro čtenáře i širokou veřejnost jsou k dispozici také následující nové publikace, věnované tématu hluchoslepoty:

Eliška, příběh hluchoslepé holčičky

V únoru letošního roku se na našem knižním trhu objevila nová kniha o hluchoslepé holčičce, jejíž autorkou je Eliščina maminka, Ivana Jarníková.

Knihu si lze vypůjčit v naší knihovně anebo koupit či objednat v metodickém centru Společnosti pro ranou péči, Klimentská 2, Praha 1 nebo na telefonu 224 826 858. Cena: 140 Kč.

Hluchsolepota – lidé s ní a kolem ní:

Autorka Dana Štěrbová a kolektiv zpracovali teoretické i praktické poznatky o hluchoslepotě ze svých vlastních dlouholetých zkušeností.

Kombinované vady

V knize autorky Libuše Ludíkové se dočtete o problematice kombinovaných vad, některé kapitoly jsou věnovány také hluchoslepotě a komunikaci hluchoslepých osob.

DVD záznam z 8. světové konference Heleny Kellerové ve Finsku:

Průběh této světové konference, která se uskutečnila v červnu 2005 můžete rovněž zhlédnout na DVD v její zkrácené podobě.

Věříme, že si z naší nabídky vyberete a knihovnu budete hojně využívat.

DOBROVOLNÍCI A PRŮVODCI Z OKAMŽIKU

Okamžik – sdružení pro podporu nejen nevidomých poskytuje Průvodcovskou službu těžce zrakově postiženým, která spočívá v jednorázových doprovodech klientů prováděných vyškolenými dobrovolníky průvodci. V loňském roce byla uzavřena smlouva o spolupráci mezi sdruženími Okamžik a LORM – Společnost pro hluchoslepé. Nyní si mohou u sdružení Okamžik objednat doprovod Ti z Vás, kteří jsou zrakově postižení a mají přidruženou sluchovou vadu v takové míře, která nebrání samostatně si vyjednat doprovod s pracovníkem sdružení Okamžik a zejména nebrání

plynulé komunikaci s dobrovolníkem při doprovázení v terénu.

Okamžik nemá vyškoleny takové dobrovolníky - průvodce, kteří by byli schopni komunikovat jinak než běžným verbálním způsobem. Službu si můžete objednat např. na klubové akce LORMu, na pochůzku na úřad či k lékaři. Doprovody si objednávejte telefonicky vždy 5 pracovních dní před uskutečněním pochůzky prostřednictvím Dobrovolnického centra Okamžiku.

Kontakty na koordinátory průvodcovské služby Ivanu Maňasovou a Petra Vojtíška jsou 233 379 196, 604 841 926, 775 209 055

Petra Kasová, sdružení Okamžik

HELPPES POŘÁDÁ DALŠÍ ROČNÍK SOUTĚŽE VODÍCÍCH PSŮ

Tak jako v minulém roce se i letos koná soutěž vodících psů pořádaná centrem Helppes. Mistrovství České republiky ve výkonu vodících psů ČKS se koná v areálu výcvikového centra Helppes a v přilehlém okolí na Praze 5 – Motol dne 24. 6. 2006. Minulého ročníku se zúčastnil i hluchoslepý Ladislav Holba, který si také domů dovezl i vítězný pohár. Pro všechny zájemce! Do soutěže je potřebné se přihlásit do 16. června 2006. Všechny další potřebné informace zájemci naleznou na **www.helppes.cz** nebo tel: 603 769 864.

ŽIVOT NEJEN NA KOLECH

Problematiku života se zdravotním postižením veřejnosti atraktivní formou každoročně přibližuje fotografická soutěž a výstava „Život nejen na kolech“, jejímž tématem je pohled na svět zdravotě postiženého člověka viděný přes objektiv fotoaparátu. Soutěže se účastní jak fotografové se zdravotním postižením, tak bez postižení. Soutěžící ocení jednak odborná porota, která určí absolutního vítěze, ale také samotní účastníci výstavy, kteří hlasováním určí Ceny diváka.

Pro všechny zájemce: Práce posílejte nejpozději do 6. října na adresu Ligy za práva vozíčkářů, minimální rozměr menší strany je stanoven na 20 cm (bez pasparty či rámeč-

ku), maximální rozměr větší strany je stanoven na 40 cm. Bližší informace o pravidlech je možno získat na internetových stránkách **www.ligavozic.cz/index.php?akce=113** nebo tel/fax: 420 541 249 175-6, e-mail: info@ligavozic.cz

HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI

ROBERT A MICHELLE SMITHDASOVI

Robert Smithdas se narodil 7. června 1925 v Pittsburghu v USA. Po cerebrální meningitidě, kterou prodělal ve svých čtyřech a půl letech, oslepl a téměř ohluchl. Zbytky sluchu ztratil již v mládí.

„Kvůli neschopnosti slyšet zvuky vlastního hlasu jsem pozvolna ztrácel cit pro řeč, která je nezbytnou lidskou vlastností", píše Robert v roce 1953 ve svém životopise „Život pod špičkami prstů" (Life with my Fingertips).

Jako dítě byl Robert přijat do školy pro nevidomé, ale pro špatnou komunikaci s lidmi byl brzy ze školy vyloučen. Naštěstí se našly jiné možnosti výchovy a vzdělávání. Dostal se na oddělení pro hluchoslepé v Perkinsově ústavu v Bostonu. Nejprve se naučil hmatem sledovat záchvěvy úst a hrdla, a pak teprve mluvit. Je jedním z mála hluchoslepých lidí, kteří se naučili ovládat tzv. TADOMA metodu. Jde o komunikační způsob, při kterém má hluchoslepý člověk palec položený na rtech svého komunikačního partnera a ostatní prsty spočívají na jeho krku.

V bostonském ústavu pro hluchoslepé se mu dařilo tak dobře, že dosáhl plného středoškolského vzdělání. Po ukončení studia si našel práci ve výrobě žíněnek ve slepeckých dílnách v Brooklynu. V této instituci mu byla poskytnuta i možnost vysokoškolského vzdělání. Soukromá dobročinná společnost mu platila osobního asistenta, který s ním po dobu devíti let studoval. Jiné dobročinné organizace mu platily přepisy literatury do bodového písma. Studoval na katolické univerzitě sv. Jana v Brooklynu angličtinu, literaturu a dějepis. Dosáhl titulu bakalář umění. Ve studiích pokračoval na Newyorské univerzitě, kde se zaměřil na poradenství a pracovní rehabilitaci handicapovaných lidí. Ukon-

čením studia dosáhl titulu magistr umění. Je tak po Heleně Kellerové prvním hluchoslepým člověkem, který dosáhl vysokoškolského vzdělání.

Robert byl po ukončení studia v New Yorku zaměstnaný jako propagátor dobročinné společnosti se zaměřením na péči o nevidomé. V roce 1980 obdržel tři čestné tituly, a to od Gallaudetovy univerzity, Western Michiganovy univerzity a John Hopkinsovy univerzity.

V současné době je Robert Smithdas ředitelem oddělení vzdělávání v Národním centru Heleny Kellerové (dále jen HK) pro mladé a dospělé hluchoslepé lidi v Sands Point ve Washingtonu, na jehož vzniku a rozvoji se významně podílel. Již během roku 1967 pomáhal shánět peníze na jeho založení. Stal se zářivým příkladem pro všechny hluchoslepé a dokázal, že i takto postižení lidé jsou schopni dosáhnout úspěchů. Toto centrum bylo nejdříve otevřeno na přechodném místě v New Hyde Parku v roce 1969 a dnes sídlí ve zmíněném Sands Point. Posláním Roberta Smithdase je seznamovat společnost s hluchoslepotou, pořádá přednášky, prohlídky Národního centra HK a píše příspěvky o hluchoslepotě do novin. Robert je dále rovněž uznávaným básníkem. Již od svého útlého mládí byl horlivým čtenářem. Byl schopen přečíst i tři až čtyři knihy za víkend. Ve dvanácti letech začal psát básně a rýmy, které podle jeho slov nebyly na dobré úrovni. Dodnes je členem Americké společnosti básníků, kde v roce 1990 také získal ocenění.

Od roku 1975 je Robert Smithdas ženatý s rovněž hluchoslepou Michelle. V roce 1993 jí byl voperován kochleární implantát, díky kterému je schopna vnímat různé zvuky. Seznámili se v roce 1972, kdy se Michelle zapojila do programu vzdělávání v Národním centru HK, kde byl Robert už tehdy ředitelem oddělení vzdělávání hluchoslepých. V současné době Michelle v Národním centru HK pracuje jako instruktorka a učitelka Braillova písma, znakového jazyka a dalších komunikačních technik pro nevidomé a hluchoslepé. Píše také různé knihy v Braillově písmu pro hluchoslepé neboť většina knih v tomto slepeckém písmu je dosud připravována pouze pro nevidomé.

Michelle se narodila jen s malou ztrátou sluchu, o který převážně přišla až v 16 letech. Později o zimních prázdninách které trávila ve Washingtonu na Gallaudetově univer-

zitě pro neslyšící studenty, utrpěla při nehodě na sněžném skútru vážné poranění hlavy, což mělo za následek její slepotu. Bylo to pro ni nejhorší období v životě. I přes tuto tragickou událost nakonec dokončila bakalářské studium. Později se stala prvním hluchoslepým člověkem na univerzitě Ivy League v Kolumbii, kde dosáhla titulu magistra v oblasti vzdělávání nevidomých a zrakově postižených.

Robert i Michelle jsou držiteli řady čestných titulů a mnoha dalších ocenění za práci pro hluchoslepé. Jejich posláním je rovněž vést hluchoslepé k co největší samostatnosti a nezávislosti a pomoci jim najít způsob, jak překonat nepříznivé situace v jejich životě. Národní centrum Heleny Kellerové je jedinečným centrem pro hluchoslepé nejen v USA, ale i v celosvětovém měřítku. Je zaměřeno především na rozvoj a zdokonalování dovedností hluchoslepých klientů. Bývá zde obvykle 40 studentů, jejichž délka pobytu se pohybuje v rozsahu několika měsíců až jednoho roku, a to v závislosti na jejich konkrétních potřebách.

V roce 2001 na benefiční akci, která připomněla 20. výročí otevření Národního centra HK, byl Robert Smithdas odměněn za celoživotní práci pro hluchoslepé.

Pro Doteky upravil Z. S.

Pták v hrsti

Robert J. Smithdas

Ve své ruce jsem těsně držel vystrašeného ptáka.
Divoce bil křehkými křídly ve snaze, že odletí.
Já zvědavě chtěl jsem jen vědět, jestli v svém zajetí
jeho srdce může chápat,
že s ním až příliš sdílím naprosto stejnou potřebu znát
nejzažší hranice, kam až duše živá
může volně jít, já neptal se na důvod,
a že nechtěl jsem mu volnost brát,
zazářil do výšek, kde nic nekončívá,
a náhle nebem zní ten nejlepší doprovod.

ZE SVĚTA

MŇOUKAJÍCÍ POMOCNICE

Čtrnáctiletá fenka labradora Cashew z amerického Middleburgu ve státě Pensylvanie nevidí ani neslyší. Věrnou a oddanou pomocnici však našla v mourovaté kočičce Libby, která jí dělá průvodkyni. Libby svou psí kamarádku odstrkuje od překážek, vodí ji k misce s jídlem a v noci spí vedle ní. „Jsou spolu od rána do večera a na chvíli se odloučí jenom tehdy, když jdu Cashew vyvenčit. Nebýt Libby, měla by to hluchoslepá psí dáma moc těžké. Nechápu sice, jak je to možné, ale Libby přesně ví, co je třeba dělat, a den co den se o Cashew vzorně stará", říká jejich majitelka Terry Burnsová.

Z časopisu Výběr pro Doteky upravil Z. S.

RAKU-RAKU

„Drahoušku, prosím, mohl bys mluvit pomaleji?" Japonští senioři, kteří mají problémy se sluchem, už o něco takového žadonit nemusejí. Nedoslýchaví obyvatelé v zemi vycházejícího slunce totiž mohou využít přístroj Raku-raku (japonsky „snadný k užívání"), což je „pomalý" mobilní telefon. Stačí, když si tento mobil, který zpomaluje hovory, pořídí. Přístroj od firmy Fujitsu zpomalí rychlost hlasu až o 30 procent, informuje list The Australian. Systém prodlouží každé slovo tím, že jej „nastaví" časem, který vezme z mezer mezi jednotlivými slovy. Mobil je rovněž vybaven výkonným reproduktorem a krokoměrem, který počítá kalorie spálené při chůzi. Kdyby snad majitel upadl, mobilní telefon spustí alarm o síle 80 decibelů. Jakmile se ohlásí hovor, mobil uživatele za pomoci blikajících tlačítek a instrukcí na displeji navede, jak hovor přijmout.

Zprávu z ČTK pro Doteky připravil Z. S.

ŘÁDKY NEJEN PRO SENIORY

SOVA V KRMÍTKU

Nechci vyprávět, jak rád jsem ještě za dobrého slyšení vnímal vláček na blízké železniční trati. Nechci ani vzpomínat na ustavičné hučení mrazivé meluzíny v průběhu letošní dlouhé a tuhé zimy.Teď už je mi i ten houkající tón zmíněného vláčku jen tlumočen.

Abych dosáhl do ptačího krmítka, nechával jsem ho na zídce pod stříškou. Nasypaná slunečnicová semínka vždy do rána zmizela. Zůstal jen hezký pocit, že zachraňuji ptáčky před hladem. Když jsem však přidával i slupky z brambor a zbytky zeleniny, byl jsem překvapen. Také tato pro běžné ptactvo ne zcela vhodná potrava brzy zmizela. Nedávno jsem poslouchal zvukovou nahrávku na magnetofonové kazetě „Příběhy nevidomých", kterou jsem měl vypůjčenou v Knihovně pro nevidomé v pražské Krakovské. Tam totiž jedna nevidomá paní vyprávěla, jak jenom náhodou přišla na to, že místo hladových ptáčků různými dobrůtkami vykrmuje potkana.

Proto jsem krmítko zavěsil na nízkou větev, takže se pěkně houpalo na provázku a dobře jsem tam mohl nasypat. Rovněž sousedé dobře na krmítko viděli a mohli nás tak informovat o opeřených strávnících. Sýkorky, kos, vrabci. Pak jsem zkusil přidat také slupky. Jenže i tentokrát vše zmizelo, což pokračovalo při každém doplnění slupek. Sousedé zvýšili hlídky, ale nic se nedělo. Až druhého února – ne, nepřiletěl si na Hromnice skřivánek vrznout… Už do husté tmy si soused vyšel zapálit poslední cigaretu – kolem ticho a mráz. Náhle mu nad hlavou zašuměla široká křídla. Krmítko se pak rozhoupalo pod velkým ptákem. Soused tiše postoupil blíž, aby ptáka lépe rozeznal. Slupky mizely jedna za druhou. Než se pták vznesl zpět do tmy, spokojeně zahoukal. Nebylo pochyb – byla to velká sova, která zřejmě měla tak ukrutný hlad, že musela vzít zavděk i pouhými slupkami z brambor, ačkoliv jinak loví hlavně myši a hraboše. Tak bylo objasněno neobvyklé a dlouhotrvající tajemství.

Přežili jsme zimu. Už vím, že si svou písničku přiletěl skřivánek zazpívat až koncem února. Do krmítka nosím již jen

slupky. Ráno nacházím krmítko většinou prázdné. To mne ujišťuje, že se i v noci zahrádkou nese nyní už nikoliv tajemné „hů-hů!“ Nepatří ani vláčku, ani vichřici, ba ani bájnému bahennímu strašidlu Jóžinovi. Tak v noci „zpívá“ pouze hladová sova.

Kdo máte dobrá sluchadla nebo docela i nějaký ten zbyteček vidění, prosím, nelekejte se zbytečně. Přeji Vám podobné setkání i prožitek.

Viktor Sedlář

SPOLEČENSKÁ KRONIKA

JUBILEA

V druhém čtvrtletí roku 2006 oslaví či již oslavili svá životní jubilea tito členové nebo klienti LORMu:

83 let – Jaroslav Kolář
82 let – Václav Řehák
80 let – Sonja Kazdová
75 let – Terezie Vagačová, Julie Matoušová
45 let – Zuzana Urbánková, Dagmar Kopáčová
35 let – Petr Boček, Michal Hanák

ÚMRTÍ

Ve věku 93 let zemřel Karel Bednář, člen a klient LORMu

Ve věku nedožitých 61 let po těžké nemoci zemřela paní Slavie Koláčková z Rajhradu, členka LORMu a maminka hluchoslepé Mirky.

Dne 14. března 2006 zemřel ve věku 85 let pan Jan Mokrý, průvodce členky a klientky LORMu Marie Váňové z Hybrálce u Jihlavy.

SMUTNÝ DEN

Mít tak maminku! Takhle si mnohý z nás povzdechne, když už maminku nemá. Někdo maminku ještě má, jiný otce, přítele nebo jen čtyřnohého kamaráda. Někdy je to jenom náhodné, krátké přátelství. Ale maminku nikdo zcela nenahradí. Vážíme si jí vždycky?

Kolem rozlučkové síně v Rajhradě postávají hloučky polohlasně hovořících lidí s kytičkami v rukou. Náhodná průvodkyně mne doprovází do předsálí. Ani tady není jediné místečko volné. Ticho. Myšlenky jsou u té, kterou přišli doprovodit na poslední cestu. Někde nablízku hrají dechové nástroje procítěné moravské písně. Vstupujeme do rozlučkové síně, kde je každé místečko zaplněné. Za všechny Lormáky pokládám kytičku s úklonou tam, kde tuším naposled blízkost té vzácné paní. Varhany střídají dechové nástroje. Snad hlas řečníka či kněze zklidňuje. Následuje modlitba a po ní doprovázíme rakev k nedalekému hrobu. Vlahý jarní větřík osušuje slané vlhko z nespočetných tváří. Někdo má zlaté srdce. Paní Slávka ho měla jen polovinu. Vše ostatní patřilo rodině, a především její nejmladší dcerce Mirce. Ta, ač zcela nevidomá a prakticky neslyšící, snad ani netušila, co všechno jí maminka ze sebe předávala. Ani my, kdo jsme ji znali, jsme zcela nedovedli ocenit její životní příklad.

Hluchoslepá Mirka všem dobrým lidem ukazovala, jak snadněji se bez zraku i sluchu dá žít s pomocí citlivého člověka. Tento životní úkol její maminka Slávka plnila vždy s velkou láskou a porozuměním.

Dne 16. března 2006 dotloukla i ta druhá část srdce z ryzího kovu. Paní Slávka Koláčková zemřela v nedožitých 61 letech.

Nestírejme slzy. Vždyť paní Koláčková zůstává ve vzpomínkách mezi Lormáky, mezi všemi, kdo jsme ji znali.

Viktor Sedlář

ZÁLIBY (HOBBY)

LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY

TYMIÁN TLUMÍ KAŠEL A LÉČÍ NEMOCNÉ PRŮDUŠKY I PLÍCE

Tato drobná a báječně vonící rostlinka je odedávna známá jako koření. Slouží též jako velice účinná léčivá bylina, a to nejen v lidové medicíně, ale i v moderním lékařství a v kosmetice. Uplatňuje se jako vynikající lék při úporném

kašli různého původu, onemocněních horních cest dýchacích a při plicních chorobách.

Tymián obecný (latinsky *Thymus vulgaris*) je drobný, vytrvalý a dřevitý polokeř. Na rozdíl od vždy polštářovitě rostoucí mateřídoušky, s níž je blízce příbuzný, vytváří přímé, bohatě větvené a odspodu silně dřevnatějící čtyřhranné lodyhy, dorůstající výšky 10-30, vzácně i 50 cm. Listy jsou oválně vejčitého tvaru, krátce řapíkaté, na okrajích silně podvinuté, svrchu lysé, na rubu jemně bíle plstnaté, obvykle s tečkovitými žlázkami (u mateřídoušky jsou listy mnohem širší a nikdy nebývají na rubu plstnaté!). Drobné, fialové nebo růžové květy se nacházejí v úžlabí horních listů a tvoří přetrhované lichoklasy. Celá rostlina je silně aromatická. Po odkvětu se květ mění v plod, kterým je drobná tvrdka, vždy obsahující čtyři semena.

Tymián pochází z oblasti kolem Středozemního moře, hojnější je však v jeho západní části (Portugalsko, Španělsko, jižní Francie, Itálie), kde tvoří součást tamějších křovinatých porostů, tzv. macchií. Je rovněž hojně pěstován prakticky na celém světě, hlavně na malých venkovských zahrádkách. Nejlépe mu prospívají lehčí hlinité půdy v teplých a slunných polohách, ale dá se poměrně úspěšně pěstovat i v chladnějších podhorských krajích. V českých zemích zplaňuje jen zcela výjimečně v nejteplejších oblastech, například v Polabí a na jižní Moravě. Kvete od června do září.

Sbírá se celá kvetoucí nať bez dřevnatých spodních částí. Sklizeň se provádí většinou ručně pomocí zahradnických nůžek nebo srpu. Při sběru je třeba zachovat na stanovišti nadzemní části rostlin o výšce minimálně 5 cm s několika listy tak, aby mohly znovu dorůst. Mladé rostliny ze semen se zpravidla po vzejití ještě přesazují a první sběr je proto možné provést až druhým rokem po výsadbě. Starší a zcela zakořenělé porosty lze sklízet během roku i dvakrát. První sklizeň se obvykle provádí v červnu, kdy bývá nejbohatší, případná druhá sklizeň může být provedena koncem srpna, nejpozději začátkem září, jinak hrozí vymrzání rostlin v průběhu následující zimy. Nasbíraná nať se suší poměrně snadno, nejlépe na půdách nebo v sušárně na lískách, rozložená ve vrstvě vysoké do 20 cm. Při použití umělého tepla v sušičce nesmí teplota přesáhnout 40 stupňů Celsia. Sušený tymián uchováváme v pevně uzavřených a neprůsvitných

nádobách tak, aby z něj nevyprchalo jeho výrazné aróma. Pro domácí potřebu lze usušenou nať také oddrolit od stonků a skladovat pouze sušené lístky a květy.

Tymián je dodnes oblíbenou a všeobecně uznávanou léčivou bylinou. Rozšiřuje průdušky i průdušinky, čímž uvolňuje v nich usazené hleny a mírní křeče. Používá se tedy hlavně proti kašli, doprovázeném zahleněním dýchacích cest. Ve formě čaje nebo sirupu se doporučuje zejména při chřipce, zánětu průdušek, lehčích formách astmatu a pro doléčování plicní tuberkulózy, zápalu plic apod. Dále zvyšuje tvorbu žaludečních šťáv, příznivě ovlivňuje střevní mikroflóru a působí dezinfekčně proti parazitům a plísním. Zevně se užívá ve formě koupelí či obkladů při zánětlivých onemocněních kůže a na hnisavé rány, neboť urychluje jejich hojení. POZOR! Obsahuje značně jedovatý thymol, proto platí zákaz jeho dlouhodobého užívání, nedoporučuje se ani podávání vyšších dávek, než je lékařem stanoveno. Čistá, neředěná silice, která se z této rostliny získává, smí být vydávána pouze na lékařský předpis a není určena k vnitřnímu užívání, neboť silně dráždí žaludeční sliznici a může také poškodit játra nebo žlučník.

Jako koření je tymián znám již více než 4.000 let. Staří Egypťané jej s velkou oblibou používali spíše jako voňavky a k balzamování mrtvých – má totiž velmi dobrý konzervační účinek, obdobně jako mateřídouška. Proto se dnes v mnoha zemích této rostliny využívá hlavně při uzení masa a k nakládání okurek, v Německu se spolu s bobkovým listem (listy vavřínu) přidává i do kysaného zelí. Ke kořenění různých pokrmů se většinou používá tymián drhnutý (jen sušené listy a květy), který bývá kvalitnější než tymián řezaný, obsahující i části stonků. Pěstuje se nejvíce ve Španělsku, Francii, Itálii, Albánii a Řecku. Tvoří součást francouzského polévkového koření „bouquet garni“, dále se přidává do sýrů a bylinkového másla, slouží k přípravě sekaných a mletých mas, zvěřiny, omáček, některých salátů a luštěnin (hlavně hrachu a fazolí) a rovněž k ochucení ryb a italské pizzy.

V současné době se hojně využívá tymiánová silice, často i samotný thymol. Obě složky se uplatňují především při výrobě parfémů, přidávají se do mýdel, pleťových i ústních vod. Pro své neocenitelné dezinfekční účinky jsou rovněž součástí mnoha krémů, masážních přípravků a zubních past.

Ve farmaceutickém průmyslu slouží tymián jako hlavní součást mnohých léčivých přípravků. Vyrábí se z něj například známý sirup proti kašli Thymomel, dále kapky Biotussil, Pinosol (mast i kapky), z novějších výrobků tablety Bronchi Pret a Bronchicum (posledně jmenovaný také ve formě kapek i sirupu), které jsou určeny zejména k léčbě zánětu průdušek. V lékárnách jsou rovněž k dispozici různé druhy prsních balzámů, určených na masáže hrudníku při onemocněních dýchacích cest. Existují i kapsle, obsahující prášek z tymiánu. Sušená nať je obsažena také v několika čajových směsích, například v Pulmoranu a v Průduškovém bylinném čaji. V neposlední řadě je však tymiánová nať také důležitou složkou i v jiných čajovinách, jako je třeba ledvinový čaj Urcyston, užívaný při močových obtížích a ledvinových kolikách.

Zdeněk Sedláček

POVĚSTI Z NAŠICH KRAJŮ

BEZHLAVÝ TEMPLÁŘ NA BÍLÉM KONI

Tato stará pražská pověst vypráví o dávném rytíři templářského řádu, který byl popraven pro těžké provinění a neměl klid ani po smrti. Zjevoval se prý vždy v pátek o půlnoci v Liliové ulici na Starém Městě. V blízkosti této ulice kdysi stával templářský klášter svatého Vavřince, jehož přísným soudem byl nebohý rytíř nakonec zbaven života.

Přízrak v bílém plášti přijížděl na divokém bílém koni s ohnivými nozdrami. Hrůzostrašný pohled umocňovala skutečnost, že rytíř držel vlastní uťatou hlavu v ruce. Jakmile udeřila půlnoc, bezhlavé stvoření se rozplynulo jako dým. Vysvobodit ho mohl pouze mladý člověk, který by se odvážil chytit přízračného koně za uzdu a zakletého jezdce naráz probodnout mečem. Žádný takový hrdina se však po dlouhá staletí nenašel a bezhlavý rytíř objížděl Liliovou ulici až do zrušení templářského kláštera marně. Od té doby ho již nikdy nikdo nespatřil.

Ivana Mudrová, Deník Bohemia (upraveno a kráceno)

Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ

NA HORSKÉ STEZCE

Obláčku na nebi, snad mi poradíš,
jak dostanu se výš a k Tobě blíž?
Vidím Tě, vidím a slyším Tvůj hlas.
Z dědiny v údolí přes horský sráz.
Vystupuj stezkou, kde lesní klid,
jen laň s kolouškem může přerušit.
Když stezka vyšplhá se do lučiny,
před Tebou hory rozevřou svůj klín.
Až nad štíty hor dravce létat uvidíš,
tak budeš k obláčkům i sluníčku blíž.

Jaroslava Navarová

VZKAZY MOUDRÝCH

Kolik by se ztratilo z úžasného bohatství lidské zkušenosti, nebýt překážek, které je třeba překonat. Nádherná chvíle na vrcholu by neznamenala ani z polovice tolik, nebýt temných údolí, které je třeba přejít.

Helena Kellerová

SEZNÁMENÍ – DOPISOVÁNÍ

56-letá hluchoslepá žena střední postavy hledá hodného muže do 70 let, nejlépe nekuřáka z řad klientů LORMu k vážnému seznámení, může být i ze SONS či jiné organizace zdravotně postižených.
Zn. Ve dvou se to lépe táhne. 010 d.

Adresy inzerentů v této rubrice zásadně nesdělujeme. Odpovědi zasílejte na adresu šéfredaktora Doteků: Zdeněk Sedláček, Chlum 55, 264 01 Sedlčany. Na zadní stranu obálky uveďte značku a číslo inzerátu. Nové inzeráty přijímá šéfredaktor jen písemně s udáním zpáteční adresy jednotlivých inzerentů. Inzerce je bezplatná.

RECEPTY

OVOCNÉ DOBROTY

ČERVNOVÝ POHÁR

V mixéru rozmixujeme 400 g jahod a podle chuti je přisladíme cukrem. Do 200 ml vody namočíme 1 sáček želatiny, po jejím nabobtnání ji rozpustíme ve vodní lázni (nevařme, pouze zahříváme při teplotě do 60 °C). Umyté čerstvé nebo kompotované jahody promícháme s rozpuštěnou želatinou, nalijeme do čistých pohárů a necháme v chladničce ztuhnout. Před podáváním ještě ozdobíme šlehačkou a vanilkovou zmrzlinou.

KYNUTÉ OVOCNÉ KNEDLÍKY

500 g hrubé mouky, 1 vejce, 1 žloutek, 0,3 litru mléka, necelá lžíce pískového cukru, 15 g droždí, 4 g soli.
Náplň: čerstvé nebo kompotované půlené meruňky, čerstvé borůvky, jahody, maliny apod.
Na posypání: 100 g tvrdého strouhaného tvarohu, 100 g moučkového cukru a 120 g másla.

Nejdříve si v hrnečku připravíme kvásek: Z vlažného mléka odlijeme malou část, přidáme do něj cukr, rozdrobíme droždí a dáme na teplé místo krátce zkynout. Do mísy prosijeme mouku (asi třetinu oddělíme), přes cedník do mouky přecedíme kvásek a postupně přiléváme vlažné mléko, v němž jsme rozmíchali vejce a sůl. Těsto pečlivě zpracováváme vařečkou, až se dělají puchýře. Je poměrně řídké a dobře se sním pracuje. Teprve ke konci do něj vmícháme třetinu mouky, kterou jsme oddělili. Hotové těsto musí být tuhé, protože kynutím trochu zřídne. Povrch těsta poprášíme moukou, přikryjeme utěrkou a necháme na teplém místě asi tři čtvrtě hodiny kynout.

Část vykynutého těsta vyklopíme na pomoučený vál a rukama ho rozprostřeme na placku silnou asi 2 centimetry. Sklenkou omočenou v mouce vykrajujeme menší kolečka. Na kolečko dáme polovinu meruňky, slupkou nahoru, okraje těsta přehrneme a v dlaních zakulatíme knedlík. (Kompotované ovoce necháme okapat, ke každé čerstvé meruňce přidáme ještě půl kostky cukru.). Zabalené knedlíky necháme pod utěrkou ještě chvíli kynout a pak je vkládáme do vařící vody. Vaříme je asi 7 až 8 minut a v polovině této doby je obracíme. Uvařené knedlíky dáváme do tukem vymazaného hrnce, aby se neslepily a hned je propícháme vidličkou. Podáváme posypané strouhaným tvarohem a cukrem a omaštěné rozpuštěným máslem.

DOTEKY. Bulletin LORMU, Jaro 2006, číslo 46. Vychází čtvrtletně.
Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepé, Zborovská 62, 150 00 Praha 5.
Vychází v černotisku, v bodovém písmu a jako zvuková nahrávka na kazetách.

Sponzorství je vítáno a za sponzorské dary předem děkujeme.
Naše bankovní spojení: Komerční banka Praha Smíchov, číslo účtu: 19-1451940207/0100.

Šéfredaktor: Zdeněk Sedláček, Chlum 55, 264 01 Sedlčany.
Redakční rada: Zdeněk Sedláček (šéfredaktor), Bc. Jitka Hlaváčová (speciální pedagog), Mgr. Petra Zimermanová (ředitelka).
Za LORM: Mgr. Petra Zimermanová, Zborovská 62, 150 00 Praha 5,
tel: 257 325 478
Grafická úprava: Michal Vondráček, Tomáš Zach
Sazba a tisk: Fastr typo-tisk, Nad Buďánkami II./13, Praha 5
Náklad: 250 černotiskových výtisků
Tisk a distribuce bodové a zvukové verze: Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana, Ve Smečkách 15, 110 00 Praha 1, tel: 222210492, 222211523
Distribuce zvukových nahrávek: p. Ajm, adresa a telefony uvedené výše. Každé nové číslo se zasílá výměnou za vrácenou kazetu (distributorovi se vracejí zpět původní nebo zasílají nové kazety C 90 pro pořízení nahrávky nového čísla).

Minimální příspěvek na 1 výtisk je 12,50 Kč. Celoroční příspěvek včetně distribuce činí 50,- Kč. Informace a objednávky přijímá LORM, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, email: info@lorm.cz. Časopis je rozesílán na základě objednávky členům LORM a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Zaslané rukopisy, kresby a fotografie se archivují a vracejí pouze na vyžádání odesílatele. Uzávěrka příspěvků do čísla 47 (Léto 2006) je 20. 7. 2006.

DĚKUJEME TOMÁŠI ZACHOVI
za nový grafický háv Doteků
bez nároku na honorář

LORM
Zborovská 62
150 00 Praha 5
tel: 257 314 012
tel./fax: 257 325 478

REGISTRACE MINISTERSTVA KULTURY ČR č. E 11000