

# DO TEKY

ČASOPIS LORM z.s. – JARO

94  
2018



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



VERŠE • ÚVODNÍ SLOVO • ZPRÁVY Z LORMU • NAD DOPISY  
ČTENÁŘŮ • MÍSTO MÉHO SRDCE • PŘÍBĚH • KOMUNIKACE  
OSOB S HLUCHOSLEPOTOU • PRÁVNÍ PORADNA • ZDRAVÍ  
• INFORMACE • OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH •  
ZE SVĚTA • SPOLEČENSKÁ KRONIKA • ZÁLIBY • VZKAZY  
MOUDRÝCH • RECEPTY

- 5 • DŮVĚRA, DOBRÉ JMÉNO, PRACOVITOST A  
TRANSPARENTNOST!
- 11 • VÝSTAVA „HIERONYMUS LORM – MUŽ, JENŽ  
OTEVŘEL HLUCHOSLEPÝM SVĚT“
- 19 • KAŽDÝ JE NĚČÍM VÝJIMEČNÝ A OBDIVUHODNÝ!
- 23 • TAKTILNÍ ZNAKOVÝ JAZYK



<b>VERŠE – Veselé Velikonoce!</b> . . . . .	3
<b>ÚVODNÍ SLOVO</b> . . . . .	4
<b>ZPRÁVY Z LORMU</b>	
Důvěra, dobré jméno, pracovitost a transparentnost! . . . . .	5
Předvánoční kontrola MPSV nezjistila žádné nedostatky . . . . .	10
Cena Hieronyma Lorma posedmé. . . . .	11
Výstava „Hieronymus Lorm – muž, jenž otevřel hluchoslepým svět“ . . . . .	11
Okénko do Prahy a Libereckého kraje. . . . .	13
<b>NAD DOPISY ČTENÁŘŮ</b> . . . . .	14
Vzpomínka na mládí / Průvodkyně, snad to šlo / Bylo nebylo / Víte, co je „Preciosa“?	
<b>MÍSTO MÉHO SRDCE</b>	
Tehdy rostlo hodně lišek. . . . .	17
<b>PŘÍBĚH</b>	
Každý je něčím výjimečný a obdivuhodný! . . . . .	19
<b>KOMUNIKACE OSOB S HLUCHOSLEPOTOU</b>	
Taktilní znakový jazyk . . . . .	23
<b>PRÁVNÍ PORADNA</b>	
Co se mění v roce 2018? . . . . .	25
<b>ZDRAVÍ</b>	
Život bez oka . . . . .	30
<b>INFORMACE</b>	
Světový výrobce umělých očí původem z Čech. . . . .	33
Publikace „Vodící pes“ . . . . .	35
Světelná signalizace AVISO . . . . .	36
Haptické mapy . . . . .	37
<b>OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH</b> . . . . .	40
Vanessa Vlajkovic . . . . .	40
<b>ZE SVĚTA</b>	
Světová konference Heleny Kellerové 2018 . . . . .	42
Unikátní divadelní zážitek pro hluchoslepé děti . . . . .	42
<b>SPOLEČENSKÁ KRONIKA</b> . . . . .	43
<b>ZÁLIBY</b> . . . . .	45
Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků: Rekondice	
<b>VZKAZY MOUDRÝCH</b> . . . . .	45
<b>RECEPTY</b> . . . . .	46

*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

### Veselé Velikonoce!

Jedna veselá slepice  
Chtěla snášet kraslice  
Barevné lentilky sezobala  
A předem se radovala:  
„To budou překrásné kraslice  
Veselé a strakaté velice!  
To bude slávy a velký ohlas  
Přijedou novináři, televize i rozhlas  
O mně se dozví celý svět, ostatní slepice i kohout  
Budou závidět!“  
Nadšeně se do hnízda usadila  
Námahou oči vykulila, těšila se na slavné chvíle  
Jenže to vytoužené vejce bylo bílé.  
„Proč jsem barevné lentilky sezobala  
Proč jsem je dětem nerozdala  
Teď už vím, že žádná slepice  
Nemůže snášet kraslice!“



## ÚVODNÍ SLOVO

Když prvně na jaře ženy si do ulic vyjdou (jak z rádia pjeje zlatý Karel), prosvětlí šed' skomírající zimy škálou barev jarního oblečení, tak nepodobné bundo-kabátové uniformitě předešlého ročního období, tak podobné kvetoucím bledulím, krokusům, narcisům a pampeliškám. Pampelišky – nevonící, sametové, léčivé a něžné. V nekončných zářivě žlutých kobercích pohlcují louky, zahrady, břehy potoků, zkrátka trávníky kam oko dohlédne. Taková krása! Nepochopíte, netrvá dlouho. O žluťoučkých polích plných řepky olejky, které záhy pampelišky vystřídají, raději hovořit nebudeme...

A když už o nich nehovoříme, napadá mě řepkový olej – dočetla jsem se na internetu, že 95 % odborníků na výživu ho doporučuje jako jediný možný pro naše skvělé zdraví, zatímco jiný článek, ústy rovněž 95 % takových odborníků, nás před jeho požitím důrazně varuje s tím, že kyselina chlorovodíková je ve srovnání s řepkovým olejem tělu „pro-ka-za-tel-ně“ prospěšnější. Tak to aby pak jeden nevěděl, či spíše věděl, však víte ☺

Ale možná nevíte, co všechno se mění od počátku roku 2018 v sociální oblasti? Čtěte pozorně, dost je toho. Když už vás unaví všechny ty novoty a novinky, zkuste vyrazit do Brna, moravské to metropole, kde můžete zhlédnout Jošta na koni velikém jako malý dům, porecitovat kolem Skácelovy kašny, prozkoumat, kde bude/nebude stát nové vlakové nádraží a hlavně zavítat do Technického muzea na výstavu o Hieronymu Lormovi. A do Brna vás také zavede Příběh z pera Ing. Jiřiny Vlčkové, členky Výkonné rady LORM z.s. A když už jste na Moravě, doc. PhDr. Eva Suralová, Ph.D. z Univerzity Palackého v Olomouci vám v rubrice Komunikace osob s hluchoslepotou připomene, co jsou manuální komponenty znaku! Ano, tušíte správně, další díl je věnovaný taktilnímu znakovému jazyku.

A mějte se jarně, mějte se dobře a buďte hodně spokojení a veselí. Já vím, je to těžká dřina, ale stojí to za to!

*Zdena Jelínková  
metodička LORM z.s.*

# ZPRÁVY Z LORMU



## Důvěra, dobré jméno, pracovitost a transparentnost!

Milí čtenáři Doteků,

v lednu jsme úspěšně uzavřeli účetnictví za rok 2017, do konce ledna stihli odeslat všechna vyúčtování dotací a grantů a já vám mohu nyní radostně odpovědět na otázku, jak jsme v loňském roce hospodařili. Dalo by se to shrnout zvoláním: „Velmi úspěšně a hospodárně s vyrovnaným rozpočtem!“ Loňský rok byl mimořádný výší dotací od Ministerstva práce a sociálních věcí ČR (MPSV) i štědrostí našich partnerů a dárců. Nejenže jsme dosáhli vyrovnaného rozpočtu, ale navíc jsme ušetřili část darů od našich dárců i ze sbírky pro rok 2018. A to je dobře, protože dnes, začátkem února, kdy vám píšu tento článek, stále netušíme, v jaké výši nás MPSV podpoří letos, a proto je dobré mít vždy v záloze nějakou rezervu pro „strýčka Příhodu“. Ostatně už se nám to mnohokrát osvědčilo!

Pojďme si ten loňský rok vyčíslit. Celkové náklady i výnosy v roce 2017 činily 6 447 581,23 Kč. Dotace MPSV na všechny 4 sociální služby dohromady dosáhla loni po červencovém navýšení částky 5 070 987 Kč, což představuje rekordní podíl na celkových nákladech ve výši 79 %. Příspěvky od Nadačního fondu Českého rozhlasu ve výši 875 835,35 Kč se podílely 14 %, sponzoři a dárci se podíleli na financování ve výši 4 %, výnosy a příjmy LORMu pokryly zbývající 3 %.

To ale není vše. Díky dobré finanční situaci jsme v roce 2017 ušetřili část příspěvku od Světlušek, kterou po domluvě se zástupci Nadačního fondu Českého rozhlasu můžeme dočerpat na stejný projekt v roce 2018. Konkrétně se jedná o částku 467 160,24 Kč na Sociální rehabilitaci. K této částce nám Světlušky na rok 2018 nadělily příspěvek ve výši 188 000 Kč. Na projekt/sociální službu Sociální rehabilitace máme tedy na rok 2018 jistých 655 160,24 Kč. Světlušky také podpořily další dva naše projekty, a to Sociálně aktivizační služby (klubová setkání a pobyty) částkou ve výši 480 000 Kč a 7. ročník Ceny Hieronyma Lorma částkou ve



výši 30 000 Kč. Nadační fond Českého rozhlasu patří k našim nejvýznamnějším a dlouhodobým partnerům a jejich podpory si moc vážíme.

Kromě toho jsme v roce 2017 ušetřili výnosy ze dvou ročníků sbírky (2016 a 2017) v celkové výši 249 172,88 Kč a část darů od našich příznivců ve výši 187 036,17 Kč. Všechny nevyčerpané dary jsou zaúčtovány na fondech a budou čerpány podle aktuální potřeby na sociální služby pro hluchoslepé.

Když vám zde shrnuji náklady a výnosy vyjádřené v procentech, přidělené výše dotací, příspěvků a darů, pohybují se v celkových číslech. Ale za každou získanou korunou se skrývá celá řada drobných dlouhodobých a celoročních aktivit, které jsou postavené na důvěře, dobrém jménu naší organizace, transparentnosti, otevřenosti, vytrvalosti a pracovitosti.

A protože před Vánocemi tyto aktivity tradičně vrcholily, shrnu vám jen pro představu všechna poděkování, která jsme od začátku prosince do začátku února zveřejnili na našich webových stránkách a facebookovém profilu. Když výčet aktivit po sobě čtu, nechápu, jak jsme vše mohli v tak malém týmu zvládnout... Proto bych v první řadě chtěla poděkovat kolegyním z LORMu za jejich podporu, pracovitost a akčnost!

- Děkujeme všem účastníkům charitativní akce „**Červenobílá jóga aneb jóga pro hluchoslepé lidi**“, kterou pro členy *SWISSCLUB CZ* (7. září 2017) a kolegy ve společnosti *STADLER PRAHA, s.r.o.* (4. prosince 2017) uspořádala JANA KONOPÁSKOVÁ. Výtěžek ze zářijové akce dosáhl částky **3 600 Kč** a z prosincové akce částky **900 Kč** ve prospěch hluchoslepých klientů. Tleskáme Janě za další parádní nápad, jak spojit cvičení s charitou.
- Děkujeme všem mlsounům ze společnosti *STADLER PRAHA, s.r.o.*, kteří nám na sbírkový účet zaslali **výtěžek z mlsného koutku** ve výši **19 000 Kč!** Za originální formu podpory děkujeme MARKU MAJTÁNOVI, VLADIMÍRU FURINDOVI a VÁCLAVU SCHINDLEROVI.
- Děkujeme společnosti *BILFINGER INDUSTRIAL SERVICES CZECH s.r.o.* za pozvání na tradiční **firemní vánoční večírek na Ořechovce** a za věnování **výtěžku z tomboly** ve výši **22 200 Kč**.
- Děkujeme všem účastníkům **7. ročníku Putování Pra-**

hou za **Duchem Vánoc**, kteří se letos spolu s námi vydali hledat Ducha Vánoc v oblasti Pětikostelí mezi Větrovem, Karlovem a Albertovem a přispěli na sociální služby pro hluchoslepé rekordní částkou **29 355 Kč!** Jmenovitě děkujeme spoluorganizátorům, členům A-týmu za všechny nápady, energii a nadšení, které vložili do přípravy i realizace charitativní městské vánoční hry: **FILIP KÁBRT, OLDŘIŠKA KÁBRTOVÁ, PÁJA KLUZÁKOVÁ, MÍŠA KUDOVÁ, LUCKA ZDRÁHALOVÁ a PETRA ZIMERMANOVÁ.** Děkujeme úžasným B-týmákům, pomocníkům Ducha, kteří zajistili akci na jednotlivých zastaveních: **MATTEO CAGGIO, HEDVIKA GÖRGLOVÁ, EVA HORČIČKOVÁ, LUKÁŠ HRADECKÝ, DUŠAN JANOVSKÝ, LUBOŠ LUŇÁK, TEREZA MALÁ, VĚRKA MÁLKOVÁ, GÁBINA NOVÁKOVÁ, TOMÁŠ PÝCHA, DAVID RAMBOUSEK, JAN ŠKOCH, LENKA VÍTOVÁ, JANA ZAJACOVÁ.** Za milou spolupráci děkujeme partnerům akce: organizaci **VELKÝ VŮZ, z.s.** za podporu a zázemí celé akci; Ing. **LADISLAVU PAVLATOVI**, řediteli **BOTANICKÉ ZAHRADY PŘÍRODOVĚDECKÉ FAKULTY UNIVERZITY KARLOVY** za možnost zahájit Putování v Tropickém skleníku v areálu Botanické zahrady; **ONDŘEJI TOMANOVI** ze **STUDENTSKÉHO KLUBU MRTVÁ RYBA** za ochotu otevřít pro nás Mrtvou rybu speciálně v sobotu a na celý den nám poskytnout zázemí pro svařákové a bonusové stanoviště; **PhDr. MARCELE MACHUTOVÉ**, ředitelce **MUZEA POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY** za vstřícnost při pořádání hry u kostela Nanebevzetí Panny Marie a sv. Karla Velikého a Muzea Policie ČR; **Mgr. DANĚ JURÁSKOVÉ, Ph.D., MBA**, ředitelce ze **VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE** za zpřístupnění Kateřinské zahrady; páterům **STEFANO PASQUERO** a **ANDREA BARBERO** z **ŘÍMSKO-KATOLICKÉ FARNOSTI U KOSTELA SV. APOLINÁŘE** za možnost uspořádat atmosférický závěr hry v krásném gotickém kostele sv. Apolináře; kapele **SHORES OF OTHERS** ve složení **DANIEL ZAPPI, JOHANA TURNEROVÁ, JO POON** a **MATOUŠ JELÍNEK** za krásný vánoční koncert v kostele sv. Apolináře; **DANIELOVI ZAPPI** za ztvárnění středověkého lékaře Rembota de Castro v závěrečném videu s poselstvím Karla IV.; **MICHALU ČERVENKOVI** za





natočení a sestřihání videa s poselstvím Karla IV.; MARKU VALIČKOVI a JOSEFU ČECHOTOVI za zapůjčení kostýmu pro středověkého lékaře z fundusu barrandovského studia; DAVIDU KALBÁČOVI za zapůjčení helmy a meče pro Rytíře; LUKÁŠI KUČEROVI za zapůjčení pláště pro Rytíře a Jedubabu z Jedové chýše; ONDROVI SUCHÁNKOVI za zapůjčení montérek pro zahradníka Václava Kořínka; *BY THE WAY BISTRU* za speciální menu a útulné prostory na afterparty po akci; MICHALU ČERVENKOVI za natočení reportáže ze 7. ročníku Ducha Vánoc.

- Děkujeme všem, kteří podpořili **charitativní výstavu fotek TWINS** částkou **49 800 Kč!** Výstava fotografií dvojčat Markéty Bøyesen a Petry Zimermanové se konala od 5. do 20. prosince 2017 v *KAVÁRNĚ A ČAJOVNĚ U BOŽÍHO MLÝNA*, současně probíhala online na webových stránkách <http://www.lorm.cz/gallery/charitativni-vystava-twins/>. Děkujeme všem, kteří si zakoupili foto-obrazy na vernisáži nebo na dernisáži během charitativní aukce fotek, případně online z webu. Proдалo se všech 24 fotek! Děkujeme MARKÉTĚ BØYESEN za to, že podpořila výstavu svými fotografiemi. Děkujeme FILIPU KÁBRTOVI za skvělé licitátorské dovednosti a HEDVICE GÖRGLOVÉ za půvabnou prezentaci fotek během dražby. Děkujeme PAVLU NEPRAŠOVI, předsedovi LORM z.s., za pomoc s instalací výstavy. Speciální poděkování patří DANIELOVI ZAPPI a TOMÁŠI LACINOVI z kapely *SHORES OF OTHERS* za krásný koncert na vernisáži, rovněž MARKÉTĚ a KARLOVI SVĚTLÍKOVÝM z kapely *KARMA* za minikoncert během vernisáže.
- Děkujeme všem, kteří se podíleli na organizaci a úspěchu **adventního charitativního jarmarku**, který 22. prosince 2017 pořádala *STŘEDNÍ PRŮMYSLOVÁ ŠKOLA SDĚLOVACÍ TECHNIKY PANSKÁ*. Náhodní kolemjdoucí, studenti i učitelé měli možnost si na jarmarku pořídit drobná umělecká díla z autorských dílen svých kolegů nebo spolužáků. Kdo nestihl napéct cukroví či perníkové dekorace, měl jedinečnou možnost ochutnat a za drobný peníz zakoupit dobroty třeba i na svou štedrovečerní tabuli. K chuti navíc přišla nabídka horkých nápojů nebo delikátní domácí burgery s láskou připravované absolynty





střední školy Panská. Ke skvělé atmosféře přispěl pestrý kulturní a společenský program. Celý výtěžek akce, který dosáhl částky **16 049 Kč**, se organizátoři rozhodli věnovat LORMu na sociální služby pro hluchoslepé.

- Děkujeme všem návštěvníkům, účinkujícím, kapelám a především organizátorům **Karlínského masopustu**, kteří na akci podpořili naši organizaci a hluchoslepé částkou **2 842 Kč**. Patnáctý ročník masopustního veselí pořádalo v sobotu 3. února 2018 **KARLÍNSKÉ SPEKTRUM DDM HL. M. PRAHY**. Návštěvníci mohli nahlédnout do světa hluchoslepých, mohli si vyzkoušet komunikaci v Lormově abecedě prostřednictvím interaktivního panelu a chůzi s červenobílou holí. Organizátoři pro ně připravili zážitkovou hru, cestu tmou a tichem, kterou si mohli projít s klapkami na očích a ušními ucpávkami, na jejímž konci dostali za odměnu koblihu. Speciálně děkujeme Mgr. **DAVIDU BERENREITEROVI**, zástupci ředitele z Karlínského Spektra DDM hl. m. Prahy, za dlouhodobou podporu a propagaci.
- Děkujeme všem našim **dárcům a příznivcům**, kteří k nám byli štědrí nejen o Vánocích, ale i po celý rok 2017! Jmenovité poděkování najdete na <http://www.lorm.cz/pro-verejnost/dekujeme/>.

A jaký je plán na rok 2018? Rádi bychom zajišťovali sociální služby v podobném rozsahu jako v předchozích letech, tj. při 5 Poradenských centrech LORM, i se stejnou četností terénních služeb i klubových setkání. I proto máme stále vypsána výběrová řízení do Prahy a na Moravu, aby-chom posílili terén. Letos bychom rádi pořádali tři týdenní pobyty. Dvě zajímavé lokality máme již zarezervované, ale stále čekáme na informace ohledně dotace MPSV na tuto službu. Rok 2018 bude patřit umělecké soutěži o Cenu Hieronyma Lorma, tentokrát na volné téma. A dál pro vás budeme připravovat časopis *Doteky* ve zvětšeném černotisku, Braillově písmu a zvuku. A navíc nás v říjnu čeká Valná hromada LORM z.s. Těším se na všechna společná setkání a přeji nám, ať je ten letošní rok minimálně tak dobrý jako ten loňský!

*Petra Zimermanová*  
ředitelka LORM z.s.



## Předvánoční kontrola MPSV nezjistila žádné nedostatky

V pondělí 18. prosince 2017 proběhla v naší organizaci LORM z.s. plánovaná kontrola ze strany Ministerstva práce a sociálních věcí ČR (MPSV ČR) ve věci čerpání dotace v roce 2016. Jak konstatuje Protokol o kontrole ze dne 21.12.2017, během kontroly nebyly zjištěny žádné nedostatky.

Od začátku je pro nás v LORMu důležitá transparentnost, otevřenost a důvěryhodnost ve vztahu k našim příznivcům, dárcům a podporovatelům, a proto každoročně zveřejňujeme ve Finanční zprávě vše o proběhlých kontrolách i výsledky hospodaření v daném kalendářním roce. Finanční zpráva je součástí obsáhlé Výroční zprávy. Každoroční samozřejmostí je u nás interní kontrola hospodaření a účetní závěrky, kterou provádí Dozorčí rada LORM z.s., a také externí nezávislá kontrola ze strany auditora. Kromě toho zpracováváme v řádných termínech průběžná a závěrečná vyúčtování všech služeb, projektů i veřejné sbírky Červenobílé dny, a to jak pro MPSV ČR (dotace) a Magistrát hl. m. Prahy (vyúčtování sbírky), tak pro nadace a nadační fondy i partnery organizace v souladu s podmínkami smluv.

V roce 2015, kdy dotace na sociální služby pro hluchoslepé ze strany MPSV nepřesáhla hranici 3 milionů korun, a tedy nemusela být dle zákona podrobena nezávislému auditu, bylo účetnictví i hospodaření včetně čerpání dotace a sbírky zkontrolováno jak Dozorčí radou LORM z.s., tak plánovanou kontrolou ze strany MPSV ČR. Opět nebyly zjištěny žádné nedostatky, jak dokládá Protokol o provedené kontrole ze dne 13. září 2016.

Za rok 2017 proběhne kontrola hospodaření a čerpání dotací ze strany Dozorčí rady LORM z.s. i nezávislého auditora, společnosti 22HLAV s.r.o., v průběhu dubna až května 2018. Zprávy budou zveřejněny do poloviny roku 2018 jako součást Výroční zprávy ve Finanční zprávě za rok 2017.

*Petra Zimermanová  
ředitelka LORM z.s.*

## Cena Hieronyma Lorma posedmé



Vážení přispěvatelé, soutěžící i čtenáři, fandové i nadšenci, nerozhodní i tvořící! Ano, je tomu skutečně tak, v říjnu tohoto roku proběhne už sedmý ročník soutěže o nejlepšího hluchoslepeho autora poezie, prózy a rukodělné tvorby pod názvem Cena Hieronyma Lorma. Dosud se zúčastnily desítky autorů, kteří neváhali předvést odborné porotě i veřejnosti svůj um, talent, odhodlání, odvahu. Kolik sil je muselo stát překonat ostych, nejistotu, obavu „jít se svou kůží na trh“?! A uspěli. Všichni. Každý ze soutěžících si odnesl první místo, první cenu. Ta se totiž bez diskuze uděluje každému, kdo překoná sám sebe. Kdo porazí bariéru těžkého zdravotního znevýhodnění a zúčastní se, ať už jde o sport, nebo umění.

Letošní víkendová akce pro všechny Lormáky, která bude spojena s Valnou hromadou, se uskuteční v Kralupech nad Vltavou ve dnech 26. až 28. října. Že už bude možná chladno? Deštivo? Nevlídno? Ale kdeže! Spolu nám bez ohledu na počasí bude dobře. Co dobře – skvěle! Jako vždy, když se sejdem ve velkém počtu ze všech koutů naší krásné vlasti, natěšení a odhodlaní si společné dny a chvíle parádně užít ☺.

Tak tedy prosím tvořte, vážení, téma je volné. Uzávěrka všech přihlášených děl je 31. července 2018! S vyplněním a zasláním přihlášky vám rády a ochotně pomohou naše „vaše“ terénní pracovnice. Na mně a paní ředitelce je všechno připravit a zabezpečit tak, aby celá mega akce měla hladký průběh. Samozřejmě že s vydatnou pomocí celého pracovního týmu. A tak budeme společně nejen pracovat, ale i se těšit – na Cenu Hieronyma Lorma, na Valnou hromadu a hlavně a především na vás, Lormáky!

*Zdena Jelínková  
metodička LORM z.s.*

## Výstava „Hieronymus Lorm – muž, jenž otevřel hluchoslepým svět“

Technické muzeum v Brně ve spolupráci s Regionálním muzeem v Mikulově, naší organizací LORM – Společnost pro hluchoslepé z.s. a dalšími institucemi pořádá od 27. února



do 10. června 2018 výstavu o významné osobnosti ze světa hluchoslepých a tyflopédie, Hieronymu Lormovi.

Do historie se Hieronymus Lorm zapsal nejen jako hluchoslepý spisovatel, filozof a novinář, ale především jako tvůrce prstové dotykové abecedy pro hluchoslepé, která se nazývá po svém autorovi – Lormova. Tento komunikační systém, založený na dotycích a stiscích prstů a dlaně, se brzy rozšířil do celého světa a patří dnes mezi základní komunikační systémy hluchoslepých.

Hieronymus Lorm, vlastním jménem Heinrich Landesmann, se narodil roku 1821 v mikulovském židovském městě. Většinu života strávil ve Vídni a Německu. V 16 letech přišel o sluch a částečně o zrak, který postupem života ztratil úplně. Ještě před definitivní ztrátou zraku vytvořil systém, který mu umožňoval dále komunikovat s rodinou. I přes totální hluchoslepotu dál tvořil a udržoval čilé kontakty se známými literárními osobnostmi své doby. Posledních deset let prožil v Brně. Zemřel roku 1902 a je pochován na židovském hřbitově v Brně-Židenicích.

Vedle připomínky této osobnosti je výstava věnována tématu hluchoslepoty obecně. Návštěvníci výstavy mají možnost poznat svět hluchoslepých, pomocí interaktivního panelu zapůjčeného z LORMu si mohou hravým způsobem vyzkoušet, jak se komunikuje pomocí Lormovy abecedy. Část expozice je věnována umělecké tvorbě osob s hluchoslepotou a soutěži o Cenu Hieronyma Lorma, kterou každé dva roky pořádáme v literární a výtvarné oblasti. Vybraná vítězná díla z naší soutěže si na výstavě můžete prohlédnout, stejně jako plakáty ke kampani o červenobílé holi a panel představující činnost organizace LORM z.s.

Výstava je financována z nadačního příspěvku Nadačního fondu obětem holocaustu a z dotace statutárního města Brna.

*Petra Zimermanová  
ředitelka LORM z.s*

## Okénko do Prahy a Libereckého kraje



Milí Lormáci,

dnes bych se s vámi ráda podělila o pár dojmů a zážitků, které jsem za necelý rok v LORMu prožila a které mají nějakou souvislost s cestováním. Cestování – to je totiž téma, které se v LORMu řeší velmi často. I já jsem ještě před nástupem na pozici terénní sociální pracovnice odpovídala na otázku, zda ráda cestuji. Po mé odpovědi, že ano, následovaly téměř vždy shovívavé úsměvy a prakticky pokaždé věta ve smyslu, uvidíme za pár měsíců. Dnes tomu dokonale rozumím. Cestování za klienty do různých částí republiky je poměrně náročné, a to jak časově, tak psychicky. Na druhou stranu se jedná o celkem poučnou záležitost, která člověka náležitě zocelí ☺. Ti, kteří vlakem či autobusem cestují pravidelně, mi dají jistě za pravdu.

Všechno zlé je ale pro něco dobré, takže díky tomu jsem získala možnost poznat mnoho krásných míst, na která bych se jinak nepodívala. V rámci pravidelných klubů jsem s vámi navštívila Jičín, Litoměřice, Mělník, Svatou Horu v Příbrami anebo také Kutnou Horu. Právě na Kutnou Horu vzpomínám nejvíc, protože to byl první mimopražský klub, který jsem měla na starost po organizační stránce. A ač se neobešel bez drobných komplikací, věřím, že jsme si ho nakonec všichni užili. V Praze pak rozhodně stálo za návštěvu Muzeum Karla Zemana nebo třeba Hrad Červený újezd. Hezké bylo i to, že těm z vás, kdo se výletů nezúčastnili, jsem o nich mohla vyprávět. Všechno jsem si tak mohla prožít ještě jednou – a o to to bylo lepší.

Největší zážitky mám ale z každodenního cestování za klienty, a to například do Žatce, Chomutova, Plzně nebo třeba do Liberce. Člověk nikdy nevěděl, zda autobus či vlak odjede nebo přijede včas, což každému dni dodávalo to správné napětí. Nejnapínavější, nejdelší, ale zároveň i nejkouzelnější cestou byla cesta do Anenské Studánky u České Třebové. Anenská Studánka je malá vesnička s cca 180 obyvateli, do které se dostanete pouze klasickým motoráčkem. Zastávka je na znamení a při první cestě jsem měla dojem, že budu muset vyskočit za jízdy. Doufala jsem, že mi strojvůdce alespoň přibrzdí. Naštěstí mi hodný pan



průvodčí vysvětlil, jak funguje tlačítko STOP, takže vše proběhlo klasickým způsobem. Vlakovou zastávku tam tvoří malý domeček bez obyvatel a všude, kam jen oko dohlédne, jsou pole, lesy a hory. Zejména v létě je to nádherná podívaná, která hraje všemi barvami. V zimě zase člověk unese svetr navíc, protože je tam velká zima. A pokud se k ní přidá ještě mlha, tak tam můžete zažít dokonale mystickou atmosféru. Pokud někdy budete hledat krásné a tiché místo, Anenskou Studánku a okolí mohu rozhodně doporučit.

*Petra Holíčková*

*terénní sociální pracovníce pro Prahu a Liberec (k 30. 11. 2017)*



## NAD DOPISY ČTENÁŘŮ

### Vzpomínka na mládí

Když jsem byla mladá, vše jsem chtěla mít v pořádku. Byla jsem rychlá, až zbrklá. Na vesnici byl zvyk, že se jednou týdně dávaly za hezkého počasí vyvětrat ven peřiny. A mně se časem z toho stalo hobby – jak bylo pěkně, tahala jsem peřiny ven. Jednou jsem takhle vše vysoušela, uklízela, a když jsem byla hotová, zavírala jsem dveře. Byly dvoukřídlé, na zástrčky. Jak jsem byla rozlitaná, tak jsem jednu půlku přivřela a chtěla ji dole zastrčit a druhou ruku jsem měla už na klíce druhého křídla, že pak zavřu. Zatočila se mi hlava, a jak jsem se chtěla více přichytit kliky, přivřela jsem i druhé křídlo a tím si mezi dveřmi skřípla hlavu. Bolest to byla strašná! Okamžitě jsem si sedla na zem na zadek a začala křičet, že jsem se asi zabila!

Rodina mě nelitovala. Shodli se, že nemám být splašená a mám chodit pomalu. Nepoučila jsem se, splašená jsem dál...

## Průvodkyně, snad to šlo



Na 8. srpna 2017 bylo hlášeno pěkné a teplé počasí. Nabídla jsem se jako průvodkyně Lormákům po městě Příbrami, kam přijeli na návštěvu a kde já jsem žila 23 let. Vybrala jsem trasu a aktivity tak, aby nám teplo nezabránilo vidět co nejvíce a co nejvíce si to užít. Nejprve jsme dojeli autobusem do areálu Svaté Hory, kde jsem se snažila upozornit na všechny zajímavosti a pohovořila o historii a nakonec všechny provedla po celém areálu. Mohli jsme si také osahat dřevěný model mariánského poutního místa Svatá Hora umístěný v ambitu a druhý model, který jsem vyrobila osobně pro tuto příležitost pro úplně nevidící přátele, a to bokorys minor baziliky, neboť hlavní kostel má tento titul od papeže propůjčený. Po obědě v příjemné restauraci ve městě jsme šli na náměstí T. G. Masaryka, kde nás upoutal kostel sv. Jakuba a hrající fontána ve tvaru obří koule, pak jsme pokračovali hlavní ulicí pěší zónou na Václavské náměstí, kde se nachází socha sv. Václava a vodotrysk s vodními toky a rybníky města. Na přání Stáni jsme ještě zašli do cukrárny na kávičku a náš výlet byl zakončen v Jiráskových sadech u sochy Márinky z Filosofské historie. Vyprávěla jsem, jak sady vznikly a jak přišly ke svému jménu.

Nakonec jsem všechny naložila do autobusu a poslala expres domů 😊. Snad se líbilo, snad se podařilo.

*Olga Pírková*

## Bylo nebylo

S pražským klubem jsme jednoho dne v září 2017 vystoupili u Trojského zámku a rázem se propadli do řeckých bájí. Hned na stanici autobusu čekala příjemná mladá slečna, která si nás odvedla do EKO pavilonu, kde nám při dobrém kávičku či čajíčku – každému podle chuti, vypověděla něco o historii zámku a rodu Šternberků. Právě oni zbudovali barokní sídlo v 17. století ve znamení řeckých bohů i zahradu s bájným labyrintem. V příjemné vůni nám ani nevadilo, že lije jako z konve. Po přednášce jsme si osahali a zhlédli miniaturní výstavku. Potom jsme měli možnost aranžovat



květinový kelímek ze živých a sušených výpěstků. Za odměnu jsme dostali pohoštění a výsledek práce jsme si mohli odnést domů. Květinové zátiší zpříjemnilo můj jídelní stůl.

*Olga Pírková*

## Víte, co je „Preciosa“?

Jistě víte, co znamená slovo „precizní“. Preciosa je významný podnik v oblasti precizní sklářské a bižuterní výroby s mohutným vývozem. Jeho zisky umožnily v roce 1995 založit „Nadaci Preciosa“, podporující širokou škálu neziskové veřejně prospěšné činnosti severních Čech:

- v oblasti kultury přispívá na rozvoj knihoven, divadel, galerií, uměleckých škol, vydávání publikací, údržbu historických památek, činnost odborných pracovišť vysokých škol
- přispívá na ochranu životního prostředí Krušných, Lužických, Jizerských hor a Krkonoš
- podporuje činnost sportovních organizací dětí a mládeže
- přispívá na vybavenost předškolních zařízení a domovů mládeže
- obnovila značení horských cest
- významně podporuje libereckou zoologickou a botanickou zahradu
- podpořila založení nové expozice Vlastivědného muzea v České Lípě
- a nás zajímá hlavně podpora v oblasti zlepšení životních podmínek zdravotně postižených osob

Již několik let poskytuje Preciosa naší Základní organizaci nedoslýchavých Liberec, p.s., která je součástí Svazu neslyšících a nedoslýchavých osob v ČR, z.s., příspěvek na provoz sluchadel našich sluchově postižených členů. Náš upřímný dík za poskytování tohoto příspěvku.

*Jaromír Kavan*



# MÍSTO MÉHO SRDCE



## Tehdy rostlo hodně lišek

Napřed jsem bydlela v Písku, kde jsem se narodila, potom v Praze. Měla jsem ještě o rok a půl mladšího bratra. V Písku to bylo hezké, byl tehdy opravdu takový klidný. Říkávalo se, že je to město penzistů – právě kvůli tomu, že tam byl oproti Praze klid.auta tam skoro žádná nebyla. Když jsem byla malá a jelo auto, tak to byl takový zázrak. Jako děti jsme volaly: „Hele mami, auto!“ Autem naší ulicí jezdívala k pacientům paní doktorka.

A náš strejda měl taky auto, ale nákladní, protože byl mlynář. A to už tenkrát byl pokrok, takoví jezdili spíš s koňmi, a když měl někdo nákladní auto, tak to už bylo něco lepšího. Rozvážel s ním mouku do obchodů a jeho firma se jmenovala Jaroslav Roučka, Válcovní mlýn Putim, on byl z Putimi. Někdy pro mě a bratra přijel a vzal nás s sebou na cestu k zákazníkům. Nejčastěji jsme s ním jeli do Záhoří. Tam tahal pytle na zádech do obchodu a my jsme běhali kolem. Ten strejda neměl děti, neměl následníka, proto dal firmu svému synovci, který se vyučil mlynářem. Pak ale kvůli politickým změnám byl mlýn zabrán a strejda tam pracoval jako dělník a žili tam nějakí cizí lidé. Nakonec, až po revoluci v roce 1989, to dostali zpátky, ale v žalostném stavu.

V ulici bydlelo poměrně dost dětí, hrály jsme si třeba „na škatule“: rozdělily jsme se na dvě skupiny po stranách ulice a jedni druhým jsme říkaly: „Škatule, škatule, hejbejte se!“ Skákaly jsme s děvčaty přes švihadlo, to jsem měla ráda. Závodily jsme, která je v běhu se švihadlem rychlejší. Nebo jsme křídou na zem nakreslily paňácu z takových velkých čtverců a podle toho skákaly. I kuličky jsme hrávaly. Kluci, ti chodili s flintami a hráli si na vojáky, někteří měli i vzduchovky, ale na holuby střílet nesměli.

Jako malá jsem zpívat moc neuměla, ale zpívala jsem. Hlavně si vzpomínám, že maminka si zpívala při práci.

Maminka dělávala šmorum. To bylo takové těsto, smažilo se na tuku. Udělala se z toho placka a potom se to lžící roztrhalo. Někdo tomu říkal trhanec. Bylo to dobré měkké



těsto, měli jsme to rádi s malinovou šťávou. Taky jsem měla ráda amoletky, lívance, švestkové nebo borůvkové knedlíky... Borůvky nosívala babička z lesa a někdy jich přinesla opravdu hodně. Na houby jsme taky chodívali. Ráda jsem nacházela hříbky, a když se jich podařilo najít víc, nakládali jsme je. Vzpomínám si, že tam tehdy rostlo hodně lišek.

Na plovárně u řeky bylo všechno dřevěné, byly tam bazény, malý pro mrňata, a ještě tam byli schůdky do řeky. Když už jsem uměla plavat, ještě než jsme se stěhovali do Prahy, asi ve čtvrté třídě, tak tam s námi máma někdy chodila. Někdy jsme si půjčovali maňaska (to je taková malá loď) a veslovali jsme na řece Otavě. To tam ještě byla čistá voda. Na plovárnu jsme chodívali jen o prázdninách. Během školního roku jsme si hrávali na ulici.

V Písku stojí nejstarší kamenný most v Čechách, tenkrát, za mého dětství, to byl takový obyčejný most, nic krásného. Pokud se pamatuji, tak se po něm špatně chodilo i jezdilo, jaká tam byla špatná cesta.

Chodila jsem do obecné školy na Malé náměstí. My jsme bydleli na kraji lesa, dnes je tam hotel America. Ale Amerika jsme říkali tomu lesu. Ten les pořád ubýval, a jak se stavěly nové domky, tak už jsme nebyli na kraji. Do školy jsme to neměli daleko. Roháčovou ulicí, kolem pošty, parku...

Můj tatínek byl legionářem v 1. světové válce. Bojoval v Itálii na Piavě, a když se vrátil, myslím v devatenáctém roce, tak mu nabídli místo v armádě. V Písku byl 11. pěší pluk, tak tam byl štábním kapitánem, a když byl přeložen do Prahy, tak byl majorem a později podplukovníkem. Proto jsme se museli stěhovat do Prahy. Nebylo to nic příjemného. Mně se v Písku moc líbilo, ale museli jsme. V Praze se mi ze začátku nelíbilo vůbec. V Písku jsme měli takovou volnost a v Praze byl ten byt takový studený. Topilo se uhlím v kachlových kamnech, ale kamna byt nevytopila dobře, i když se do nich pořád přikládalo. A to byly tenkrát ohromný mrazy! Muselo se nosit uhlí do třetího patra bez výtahu. To nosívala spíš maminka, potom já a bratr. Občas jsme do Písku jezdívali na rekreaci. Tak jsem se někdy potkala s těmi svými známými z dětství. Ale už to bylo málo.

Když jsme bydleli v Praze v Moravské ulici, chodila jsem do sekundy, tercie a kvarty ve Slezské ulici, pak jsem šla do

obchodní školy. Tam v Praze jsme bydleli až do roku 1953. Jelikož byl tatínek voják z povolání, když skončil aktivní službu, musel se z bytu vystěhovat. Rodiče se vrátili do Písku, ale já už měla místo v Praze, tak jsem v tom bytě zůstala. Měla jsem k užívání jeden pokoj, do bytu nastěhovali jiného důstojníka s rodinou. S paní jsem vycházela dobře, i s holčičkou, ale tomu důstojníkovi jsem asi vadila, protože pořád něco měl. Vydrželo to osm let, pak jsem měla družstevní byt na Žižkově, tam se mi bydlelo dobře, celých 43 let. Odtud jsem šla roku 2004 na Palatu.

Utíká to... I když jsem většinu života prožila v Praze, na dětství v Písku vzpomínám často a ráda.

*Vlasta Maňhalová*



## PŘÍBĚH

### **Každý je něčím výjimečný a obdivuhodný!**

*Vážení čtenáři,*

*když jsem oslovila Jiřinku pro tuto rubriku s tím, že když ne ona, tak kdo, odpověděla mi, že ji tak hladím po srsti, až to přeháním 😊. Nato, ihned po přečtení mé zprávy, pár chvil před půlnocí jednoho lednového večera, Jiřka usedla a pustila se do psaní, o sobě, o bratrovi, o LOR-Mu... A že nám má co povědět!*

Dovolte mi, abych se představila. Mé jméno je Jiřina Vlčková, za svobodna Kessnerová. Jsem sestra Jana Kessnera, který byl s naší maminkou Věrou Kessnerovou při zakládání organizace LORM.

Můj bratr se narodil těžkým klešťovým porodem a zanechalo to na něm následky – hluchotu a třes zraku. Naše rodina se od narození mého bratra po celý život soustředila na to, aby byl co nejlépe vzhledem ke svému postižení připraven pro praktický život. Tatínek byl profesorem, jeho čas byl regulován pracovními povinnostmi, maminka byla





učitelka, měla státní zkoušku ze tří jazyků – francouzštiny, němčiny a angličtiny. A já jsem o 2 roky starší než Jan.

Naše rodina byla vždy pohromadě a dělali jsme jen takové činnosti, které mohl rovnocenně dělat i bratr. Takže každou neděli po obědě výlet kolem Brna a v létě 2x na 14 dní turistika po horách v Čechách nebo na Slovensku. Bylo to krásné dětství!

Moje dětství bylo samozřejmě ovlivněno tím, že jsem vyrůstala vedle sourozence s postižením. Já byla takové to hodné, spíše zakřiknuté dítě, se kterým neměli rodiče žádné problémy. Učení mi šlo samo, asi jsme neměli tolik úloh, jako mají dnešní děti, a tak se maminka mohla plně věnovat mému bratrovi.

Od mých šesti let jsem bývala dost často nemocná. Do 1. třídy jsem nastoupila o půl roku později, až v lednu, kvůli prodělané infekční žloutence. Doma mě naučili písničky, dali tužku a šla jsem do školy. V raném mládí jsem prodělala snad všechny dětské choroby, které byly tehdy evidované v kartě školního lékaře, tedy jsem byla často doma a vždycky se těšila, až budu moci jít zase do školy. I když doma to také nebylo špatné. Moje babička byla zaměstnaná v Moravské tiskárně jako vedoucí oddělení pro 50 lidí a měla doma velkou nádhernou knihovnu, v ní spoustu knih, některé i s vlastnoručními podpisy spisovatelů. Mohla jsem si z knihovny vybírat ke čtení, co se mi zalíbilo. Někdy jsem si vybrala knihu s krásnou vazbou, ale nerozuměla jsem jí, nebyla vhodná pro dítě mého věku, tak jsem ji vrátila a vzala jinou. Za dobu mých nemocí jsem jich přečetla spoustu.

Po základní škole jsem studovala na gymnáziu, dále na elektrofakultě, obor lékařské přístroje a obor telekomunikace. Po dokončení studií na vysoké škole jsem pracovala dva a půl roku ve Výzkumném ústavu telekomunikací v Praze. Ve 24 letech jsem se provdala a vrátila do Brna. Absolvovala jsem ještě v Praze 6 semestrů průmyslového práva pro obor telekomunikace. A pak jsem se věnovala spoustu let své rodině s 3 dětmi, ale s mými rodiči a bratrem jsme byli stále ve styku – neděle, rodinné oslavy. Byli jsme spolu často.

Naše maminka se celý život snažila Janovi ulehčit jeho úděl. Když tlumočila na veletrhu, získala pro něj na zkoušku

naslouchadlo z Vídně, bohužel bratr neměl žádné zbytky sluchu, tak ho maminka zase vrátila. V roce 1988 maminka navázala kontakt s redaktorem švýcarské organizace pro hluchoslepé, panem Johanem Arpagausem, a začali si dopisovat. Moje první povědomí o této organizaci jsem získala až v roce 1989/90, kdy pan Arpagaus požádal písemně maminku, aby jim zaslala fotografii pomníku pana Hieronyma Lorma, který je pochován na židovském hřbitově v Brně. V té době nebyla na hřbitově žádná správa, která by nám pomník ukázala, a tak jsme dva dny chodili po hřbitově a hledali jeho pomník. Nakonec našli a fotku odeslali, pan redaktor Arpagaus ji zveřejnil v jejich časopisu ve Švýcarsku.

A to už se začalo chystat založení organizace LORM v naší republice.

Co se týká mého působení ve Výkonné radě LORM z.s., tak se mi dostalo té cti po úmrtí naší maminky, v době, kdy jsem již plně pečovala o svého bratra. Jsem tedy členem Výkonné rady druhé volební období.

Vzhledem k tomu, že jsme s bratrem měli k sobě vždy blízko, začala jsem v době, kdy naše maminka byla již nemocná, jezdit s Janem na pobyty LORMu já. Zjistila jsem, že klienti a členové společnosti jsou velmi přátelští a vstřícní, že mají velkou radost z toho, když se mohou vzájemně setkávat. Poprvé to byl úžasný zážitek, při dalších pobytech jsem to již očekávala a těšila se na to.

Každý je něčím výjimečný a obdivuhodný tím, čemu se i přes svoji vadu dokáže úspěšně věnovat. Ať na poli sportovním, například Milan Koklar, pro kterého se trénink na Lormolympiádu stal životní náplní, nebo paní Valenová, kterou sportovně vede od mala její syn Míla, na poli kulturním Váša Turková, která jako nevidomá dokonce absolvovala školu u sochařského mistra Axmana, a další klienti s krásnými rukodělnými výrobky nebo procítěnými verši či povídkami.

Je tady prostě spousta lidí, která si zaslouží, aby jim byla dávana příležitost se projevit, a tím je motivovat a povzbuzovat je k činnostem, které jim dávají radost do života. Myslím, že kulturní i sportovní soutěže mají od svého počátku stále stoupající kvalitu. Nejdůležitější ale je, aby tyto aktivity přinášely klientům radost.





LORM z.s. se léty vyvíjí jako celá naše společnost. Je veden více profesionálně, než tomu bylo na jeho počátku, jak to pamatuji z vyprávění od maminky. A to je dobře – z hlediska toho, abychom obstáli mezi ostatními. Ředitelka LORMu, Mgr. Petra Zimermanová, perfektně zviditelňuje náš spolek prostřednictvím mnoha akcí, předvánočních i celoročních, jako jsou např. charitativní běhy a maratony, a neposledně také svojí vlastní aktivitou – prodejní výstavou svých nádherných fotografií. To vše je prospěšné pro přilákání sponzorů.

Při tom všem je nutné myslet na to, že hlavní je klient, který je vzhledem ke svému postižení citlivý na přístup ke své osobě.

Tak přeji LORMu i nadále úspěšné skloubení profesionality a citu!

A co bych řekla ještě k mé osobě? Žijeme s Janem střídavě v mé a jeho domácnosti. Zabezpečuji vše, co potřebuje – lékaře, pobyty v nemocnici. Zajišťuji mu celodenní péči včetně pravidelného stravování, denně připravuji teplé obědy, jsem z generace, pro kterou je vaření doma samozřejmé.

Nyní už jen částečně působím jako externista na fakultě, dále jako průvodce na zájezdech do okolních německy mluvících zemí, mám z Evropské unie i certifikát na průvodcovství zdravotně postižených a sama se zúčastňuji některých přednášek Univerzity třetího věku. Mám tři vnoučata, která mi dělají radost. Dříve jsem hodně cestovala, hlavně po horách, tam se cítím vždy dobře, také ráda navštěvuji historické památky. Dnes si přeji hlavně zdraví a přeji ho i všem čtenářům časopisu Doteky!

*Milá Jiří,  
moc děkuji, za čtenáře, kteří měli možnost tě díky tvému příběhu blíže poznat, za všechny, kteří si vážíme tvou práci a nasazení pro LORM, a v neposlední řadě za sebe, protože patříš k lidem, kteří mě vždycky spolehlivě pobaví a rozesmějí, se kterými je zkrátka dobře na světě, a to se počítá!*

*Zdena Jelínková  
metodička LORM z.s.*

# KOMUNIKACE OSOB S HLUCHOSLEPOTOU



## Taktilní znakový jazyk

Taktilní znakový jazyk vychází ze znakového jazyka neslyšících a v odborné literatuře je uváděn jako jeho taktilní varianta. To znamená, že jednotlivé komponenty znaku, které jsou vnímány zrakem (např. místo, kde se znak artikuluje, tvar a pohyb ruky, která znakuje, doprovodná mimika atd.), jsou transformovány do podoby, která umožňuje jejich vnímání hmatem.

Taktilní forma znakového jazyka může představovat spolehlivý komunikační prostředek osob se současným sluchovým a zrakovým postižením, neboť mnohdy blíže nespécifikovaný způsob vzájemného dorozumívání je často vytvořen pouze na základě domluvy dvou komunikujících, např. průvodce – klient s hluchoslepotou, klient – rodinný příslušník. Tato skutečnost může způsobit určitou sociální izolaci, neboť používání individuálního způsobu komunikace znesnadňuje dorozumět se s těmi, kteří s ním nejsou obeznámeni.

Jedinci, kteří o zrak a sluch přicházejí postupně v průběhu života, mají na výběr řadu komunikačních technik a taktilní forma znakového jazyka je pouze jedna z nich. Zvládnutí tohoto komunikačního systému je pro ty, kteří si primárně osvojili jiný dorozumívací systém, například mluvený jazyk, Lormovu abecedu či Braillovo písmo, mnohdy velmi obtížné. Nejenže se potýkají s osvojením pravidel znakového jazyka, ale nedostačující zraková kontrola neumožňuje vytvoření představy o místě artikulace znaku, tvaru a pohybu ruky a doprovodné mimice. Uživatelům znakového jazyka však taktilní podoba nečiní větší potíže, na základě zkušenosti dokáží význam znaků prostřednictvím hmatu identifikovat.

První pokus najít vhodný komunikační systém vycházející ze znakového jazyka nebyl příliš úspěšný. Jednalo se o modifikované znaky znakového jazyka podle dánského modelu, jejich úprava dala spoustu práce, ale výsledek



vynaložené námaze neodpovídal, protože až na pár výjimek tento systém v České republice nikdo k dorozumívání nezačal používat.

Další výzkum taktilního znakového jazyka (dále TJZ) byl zahájen v roce 2003 ve spolupráci s organizací LORM z.s. Na základě konzultací s odborníky ze zemí, kde TZJ používají, bylo zjištěno, že jediná cesta je vycházet z českého znakového jazyka. Lze se sice inspirovat některými zahraničními přístupy, ale popsat a vytvořit český TZJ je třeba ve spolupráci s těmi, kteří tuto formu komunikace v České republice používají a umožní tak ověřit nejen funkčnost tohoto komunikačního systému, ale i způsob jeho výuky.

Dosud realizované výzkumy TZJ prokázaly, že nemanuální komponenty, které ve znakovém jazyce vyjadřují gramatické kategorie a jsou realizovány převážně mimikou, jsou nejčastěji nahrazovány různou rychlostí pohybů rukou, zvýšenou četností dotyků, zvýšením či snížením napětí svalů při artikulaci znaků, opakováním celého znaku nebo jeho části. Manuální komponenty znaku (tvar a pohyb rukou, místo artikulace znaku) jsou často pozměňovány v závislosti na konkrétních podmínkách konverzace, například artikulační prostor je modifikován v případě, že komunikující mají rozdílné postavy nebo artikulují přes plochu stolu. Prostor k artikulaci je také podstatně menší a pohyb rukou je v TZJ kratší než ve znakovém jazyce, protože oba komunikující při konverzaci stojí nebo sedí velmi blízko sebe. Tvar rukou při znakování nemá tolik variant vzhledem k permanentnímu kontaktu rukou obou komunikujících, komplikace mohou také nastat u znaků artikulovaných v prostoru se složitým tvarem rukou nebo při koordinaci rukou při artikulaci dvouručního znaku.

Používání jedné nebo obou rukou při komunikaci TZJ nemá podstatný vliv na schopnost diskriminovat jednotlivé znaky, i když v případě přijímání informací oběma rukama dochází k jejich zrcadlové transformaci. Komplikace při kontaktu obou rukou může představovat vychýlení těla do nepřírodní polohy a problém s postavením obou komunikujících, které vyžaduje mnohdy i velmi blízký kontakt. Příjem informací pouze jednou rukou klade vyšší nároky na identifikaci znaků, ale výhodou je, že je zaměstnána jen jedna ruka, tak lze dát druhou rukou kdykoliv partnerovi

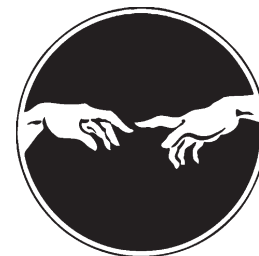


zpětnou vazbu o průběhu komunikace.

Důležitou dorozumívací roli mají také gesta ve funkci signálů změn, která jsou významná pro zahájení nebo ukončení komunikace. Umožňují navázat kontakt, udržet pozornost v průběhu konverzace, informují o přítomnosti komunikačního partnera a o reakci na jeho sdělení.

Co se týká přiznání atributu přirozeného jazyka taktilní formě znakového jazyka užívané při dorozumívání osob s postižením sluchu a zraku, je situace zatím lingvisticky nevyjasněná, neboť s jeho výzkumem se teprve začíná a dosažené výsledky mají pro celkové zhodnocení zatím jen marginální význam. I když TZJ vychází ze znakového jazyka, kterému je přiznán status jazyka přirozeného, teprve detailní lingvistická deskripce může odhalit charakter jeho znakových jednotek a jejich kombinatorická pravidla a prokáže, do jaké míry může být považován za jazyk přirozený, nebo zda bude pokládán za jazyk uměle vytvořený.

*doc. PhDr. Eva Suralová, Ph.D.*



## **PRÁVNÍ PORADNA**

### **Co se mění v roce 2018?**

#### **VYŠŠÍ MINIMÁLNÍ A ZARUČENÁ MZDA**

Od 1. ledna se zvyšuje minimální mzda, a to z 11 000 Kč na 12 200 Kč za měsíc. Minimální hodinová mzda vzroste z 66 Kč na 73,20 Kč. V návaznosti na to se valorizují i nejnižší úrovně zaručené mzdy pro zaměstnance, jejichž mzdy nejsou sjednány v kolektivních smlouvách, a pro zaměstnance ve veřejných službách a správě, kteří dostávají plat. V souvislosti se zvýšením minimální mzdy dojde od 1. ledna 2018 také ke zvýšení příspěvku u zaměstnávání osob se zdravotním postižením.

#### **VYŠŠÍ DŮCHODY**

Důchody starobní, invalidní, vdovské, vdovecké a sirotčí přiznané před 1. lednem 2018 se zvýší od splátky důchodu





splatné po 31. prosinci 2017 tak, že se základní výměra zvyšuje o 150 Kč na 2 700 Kč, procentní výměra zvyšuje o 3,5 % procentní výměry, která náleží ke dni, od něhož se procentní výměra zvyšuje. Důchody se tak zvýší v průměru o 475 Kč. Zvýšení provede Česká správa sociálního zabezpečení automaticky, není třeba o ně žádat. Prvky konstrukce výpočtu důchodů přiznávaných od roku 2018: všeobecný vyměřovací základ za rok 2016 ve výši 28 250 Kč, výše přepočítacího koeficientu pro úpravu (aktualizaci) všeobecného vyměřovacího základu za rok 2016, který činí 1,0612 první redukční hranice pro stanovení výpočtového základu ve výši 13 191 Kč, druhá redukční hranice pro stanovení výpočtového základu ve výši 119 916 Kč, výše základní výměry starobního, invalidního, vdovského, vdoveckého a sirotčího důchodu od roku 2018 činí 2 700 Kč.

### **RYCHLEJŠÍ ČERPÁNÍ RODIČOVSKÉHO PŘÍSPĚVKU A VYŠŠÍ PŘÍDAVEK NA DÍTĚ**

Díky novele zákona o státní sociální podpoře dojde k rychlejšímu čerpání rodičovského příspěvku. Celkovou částku příspěvku ve výši 220 000 korun bude tak možné vyčerpat mnohem rychleji. Zruší se současné omezení horní hranice výše čerpání rodičovského příspěvku ve výši 11 500 Kč za měsíc, čímž bude umožněno čerpat dávku až ve výši odpovídající peněžité pomoci v mateřství (až 32 640 Kč). Celá částka rodičovského příspěvku tedy bude moci být vyčerpána za kratší dobu než v současnosti (až 6 měsíců). Rodiče s vyššími příjmy tak mohou celou částku příspěvku vyčerpat rychleji než dosud. Ti, kteří v současnosti nemají nárok na peněžitou pomoc v mateřství, a čerpají rodičovský příspěvek v pevných částkách bez možnosti volby až do čtyř let věku dítěte, budou moci nově volit čerpání až do výše 7 600 Kč za měsíc a zkrátit si tak dobu čerpání až na tři roky. Jedná se především o studenty, OSVČ bez nemocenského pojištění a nezaměstnané. Rodiče dvojčat a vícčat budou moci čerpat vyšší rodičovský příspěvek, namísto současných 220 000 korun půjde nově o 330 000 korun, což se týká i rodičů dětí narozených před 1. 1. 2018, kterým ještě nejsou čtyři roky. Musí ale podat novou žádost o rodičovský příspěvek. Rozšíří se okruh rodin, které budou



mít nárok na přídavek na dítě, zvyšuje se hranice příjmu z 2,4 na 2,7násobek životního minima. Dále se zvyšují částky přídavku na dítě o 300 korun pro děti pracujících rodičů (alespoň jeden z rodičů musí mít příjem ze závislé činnosti, samostatné výdělečné činnosti či dávky nahrazující tento příjem). Nově tak budou činit 800, 910 a 1 000 korun měsíčně podle věku dítěte. Rodiny, které uvedené příjmy nemají, budou nadále pobírat přídavek na dítě v dosavadních (základních) částkách. O navýšení dávky není třeba žádat. Při splnění podmínek Úřad práce ČR zvýší dávku po doložení Dokladu o výši čtvrtletního příjmu automaticky. Pro všechny příjemce rodičovského příspěvku platí, že změnu volby výše čerpání rodičovského příspěvku podle nové právní úpravy lze provést kdykoli od 1. ledna 2018, bez ohledu na datum, kdy ji měnili naposled. Bez podání žádosti o změnu volby nebude výše rodičovského příspěvku změněna a od ledna 2018 bude vyplácena ve stejné výši, jaká náležela za prosinec 2017. Po první provedené volbě výše dávky podle nové úpravy bude zachována dosavadní možnost měnit ji jednou za tři měsíce. Možnost změny volby rodičovského příspěvku se bude týkat všech rodičů, tedy i těch, kterým se dítě narodilo před účinností novely zákona, a to samozřejmě za předpokladu, že budou splňovat podmínky nároku na příspěvek (pokud např. limit na příspěvek nevyčerpají ještě před účinností novely zákona atd.).

## **NEMOCENSKÉ POJIŠTĚNÍ**

Dlouhodobě nemocní budou mít od roku 2018 nárok na vyšší nemocenské dávky: od 31. kalendářního dne dočasné pracovní neschopnosti nebo karantény se zvyšuje sazba z 60 % na 66 % denního vyměřovacího základu a dále od 61. kalendářního dne dočasné pracovní neschopnosti nebo karantény se zvyšuje sazba z 60 % na 72 % denního vyměřovacího základu. Redukční hranice týkající se denního vyměřovacího základu, na základě kterého se vypočítá například nemocenské, jsou pro rok 2018 následující: první redukční hranice činí 1 000 Kč, druhá redukční hranice činí 1 499 Kč, třetí redukční hranice činí 2 998 Kč.



**DÁVKA OTCOVSKÉ POPORODNÍ PÉČE, TZV. OTCOVSKÁ**  
Zavádí se s účinností od 1. února 2018. Cílem otcovské je zejména umožnit otcům podílet se v době krátce po porodu na péči o novorozené dítě a zároveň tak významně pomoci matce v obtížném období krátce po porodu. Nárok na dávku bude mít otec dítěte, který o dítě pečuje, a osoba (muž nebo žena), která převzala dítě do péče nahrazující péči rodičů. Nástup na otcovskou nastává dnem, který si muž určí v období šesti týdnů ode dne narození dítěte nebo ode dne jeho převzetí, jestliže dítě nedosáhlo sedmi let věku. Výše dávky činí 70 % denního vyměřovacího základu a výplata náleží za dobu sedmi kalendářních dnů bez přerušení. Podat žádost o dávku a nastoupit na otcovskou bude možné sice až od 1. února, nárok na dávku však od tohoto dne vznikne i v těch případech, kdy se dítě narodilo v období 6 týdnů před tímto datem, tj. 21. prosince 2017 nebo později.

### **DLOUHODOBÉ OŠETŘOVNÉ**

Zavádí se s účinností od 1. června 2018. Dlouhodobé ošetřovné pomůže v době bezprostředně po propuštění ošetřovaného blízkého z nemocnice, například po vážném úrazu nebo nemoci. Podmínky pro nárok: u ošetřovaného muselo dojít k náhlému zhoršení zdravotního stavu, který vyžadoval alespoň sedmidenní hospitalizaci v nemocnici a v den propuštění bude potvrzeno, že potřeba celodenní péče bude trvat nejméně dalších 30 dnů, ošetřovaný musí dát písemný souhlas k ošetřování konkrétní osobě, pokud splní ostatní podmínky nároku na tuto dávku, bude dlouhodobé ošetřovné náležet nejen nejbližším příbuzným ošetřovaného (rodičům, prarodičům, dětem, sourozencům a jejich manželům nebo druhům), ale například i strýci nebo manželce synovce, u ošetřujícího bude vyžadována čekací doba; nemocenské pojištění muselo u zaměstnance trvat v posledních čtyřech měsících alespoň 90 dnů, OSVČ musela být nemocensky pojištěna v posledních třech měsících, ošetřující osoba nesmí po dobu ošetřování vykonávat žádnou výdělečnou činnost, v průběhu 90 dnů se mohou ošetřující libovolně střídat v ošetřování, dávka bude náležet ve výši 60 % redukováného denního vyměřovacího základu

maximálně po dobu 90 kalendářních dnů ode dne propuštění z nemocnice; nenáleží však za dobu, kdy dlouhodobá péče není poskytována (např. z důvodu další hospitalizace), nárok na další dlouhodobé ošetrovné vznikne nejdříve po uplynutí 12 měsíců od skončení předchozí dlouhodobé péče, zaměstnavatel může odmítnout poskytnutí volna ze zaměstnání pouze pokud mu brání vážné provozní důvody, zaměstnavatel nemůže dát pečujícímu po dobu ošetřování výpověď a po skončení ošetřování musí zaměstnance zařadit na jeho původní práci a pracoviště.



## **POJISTNÉ NA SOCIÁLNÍ ZABEZPEČENÍ**

Nejvýznamnější změny: částka průměrné mzdy pro účely pojistného je 29 979 Kč, maximální vyměřovací základ pro placení pojistného činí 1 438 992 Kč, rozhodná částka (daňový základ) zakládající účast na důchodovém pojištění OSVČ, která vykonává vedlejší činnost, je 71 950 Kč ročně, minimální měsíční základ pro placení záloh na pojistné pro OSVČ vykonávající hlavní činnost je 7 495 Kč – z toho minimální záloha na pojistné činí 2 189 Kč, minimální měsíční vyměřovací základ pro OSVČ vykonávající vedlejší výdělečnou činnost je 2 998 Kč – z toho minimální záloha na pojistné činí 876 Kč.

## **VYŠŠÍ PŘÍSPĚVEK NA MOBILITU**

Zvyšuje se příspěvek na mobilitu (ze 400 Kč na 550 Kč měsíčně), poskytuje se těm, kteří mají nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením ZTP nebo ZTP/P.

## **VÝHODNĚJŠÍ PŘÍSPĚVEK NA ZVLÁŠTNÍ POMŮCKU NA POŘÍZENÍ MOTOROVÉHO VOZIDLA**

Mění se způsob stanovení výše této dávky. Četnost a důvod dopravy a celkové sociální a majetkové poměry již nebudou zkoumány. Na výši dávky bude mít vliv pouze příjem osoby a její rodiny. Maximální výše dávky zůstává na hranici 200 000 Kč, nově se zavádí výše minimální, a to 100 000 Kč.

## **VYŠŠÍ PLATY PRO ZDRAVOTNÍKY**

Nové nařízení vlády o platových poměrech zaměstnan-



ců ve veřejných službách a správě snižuje počet stupnic platových tarifů v přílohách k nařízení (ze sedmi na pět). Dále se valorizují stupnice platových tarifů, podle kterých jsou odměňováni zaměstnanci poskytovatelů zdravotních služeb, od 1. ledna 2018 o 10 %. Novelou nařízení vlády o platových poměrech státních zaměstnanců byla obdobně od 1. ledna 2018 valorizována o 10 % stupnice platových tarifů pro lékaře orgánů sociálního zabezpečení a pro lékaře orgánů ochrany veřejného zdraví; ta byla již od 1. listopadu 2017 dorovnána na úroveň stupnice platových tarifů pro lékaře poskytovatelů zdravotních služeb.

### **CESTOVNÍ NÁHRADY – SAZBY A STRAVNÉ**

Mění se sazba základní náhrady za používání silničních motorových vozidel (v případě osobních silničních motorových vozidel jde oproti roku 2017 o zvýšení o 0,10 Kč za 1 km), stravné se zvyšuje v jednotlivých časových pásmech v rozmezí od 6 do 15 Kč a průměrná cena pohonných hmot činí 30,50 Kč a 32,80 Kč u benzínu 95 oktanů a 98 oktanů a 29,80 Kč u motorové nafty. Hodnoty jsou stanoveny podle aktuálních údajů zveřejněných Českým statistickým úřadem.

*Zdroj: MPSV*



## **ZDRAVÍ**

### **Život bez oka**

*Enukleace* je trvalé odstranění celé oční koule. Může k ní dojít např. z důvodu nemoci či úrazu. Jde o nevratný proces. Následně je při operaci sešita spojivka, popřípadě vložen orbitální implantát. Výsledkem je oční důlek krytý sešitou spojivkou. Víčka zůstávají na místě, po operaci (6–8 týdnů) se za ně vkládá protéza.

*Eviscerace* je trvalé odstranění rohovky a celého vnitřního obsahu oka, kdy zůstává ponechán pouze zevní obal, bělima. Zrakový nerv se na rozdíl od enukleace od oční koule neodřezává. Jedná se o nevratný proces, to znamená, že

oko již nikdy nebude mít normální tvar ani nebude vidět. V pooperačním období dojde k samovolnému oploštění zbytku bělimy a zahojení rány. Výsledkem je oční důlek, který po úplném zhojení (cca 6–8 týdnů) umožní vkládat za víčka protézu (**epitéza** = protéza, která je uchycena na měkké tkáni). Někdy je také nutná úprava vzhledu oka, které se liší od druhého tak nápadně, že budí pozornost okolí – i v tomto případě se používají oční protézy:



### **Protetické kontaktní čočky**

Obecně lze říci, že protetické kontaktní čočky se používají na různě poškozené oči (vidoucí nebo slepé) v případech, že je oko tvarově normální a nebolestivé a není nutná enukleace nebo eviscerace.

### **Skleněné oční protézy**

Skleněná oční protéza se vyrábí na speciálně upraveném sklofoukačském kahanu. Surovina se dováží ze zahraničí. Na oční kouli se používá speciální opálové sklo prosté těžkých kovů, zejména olova a kadmia. Tento materiál musí být díky neustálému dotyku se spojivkou zdravotně nezávadný. Duhovka se vytváří z různě barevných tyčinek skla, které se vzájemně mísí, až se dosáhne požadované barvy duhovky druhého zdravého oka. Na rohovku se používá speciální čirý krystal, kterým se překryje duhovka. Tím se docílí přirozeného vzhledu protézy. Výroba jedné protézy trvá asi jednu hodinu. První protéza se může nasadit čtyři týdny po operaci (prázdná očnice se může začít zužovat). Skleněná protéza se dá vyrobit též jako tenounká slupka, a tudíž je možné ji vložit i na slepé nebolestivé oko, které vzhledově kazí tvář. Docílí se tím přijatelného vzhledu. A pokud je protéza vložena na bulbus, je zachována hybnost oka.

Výhody: živý lesk povrchu jako u přirozeného vlhkého oka, nejsou zjištěny žádné alergické reakce (oproti protéze akrylové, na kterou může být někdo alergický), barva je stálá, nebledne a duhovka navíc působí plasticky a hloubkově, protože se na ni mohou nitkami vytvořit i drobné prohlubeniny, lakuny a krypty, které můžeme pozorovat na povrchní tkáni zdravé duhovky, hladký povrch – slzy mohou na skleněném povrchu vytvářet tenký, kluzký film,



který chrání citlivou spojivku před výraznějším třením. Lesk a přirozený vzhled pak vůbec není náročné udržet, jelikož víčka povrch protézy udržují přirozeně vlhký. Z tohoto důvodu není nutné používat jakékoli další pomocné roztoky.

Nevýhody: zornice se jeví jako kulička a působí rušivě a nepřirozeně, hlavně při pohledu zblízka, snadná rozbitnost, protéza je křehká, v zimě může někoho v očnici studit, je nutné vyvarovat se vystavování oční protézy velkým teplotním změnám, mohlo by dojít k popraskání či prasknutí protézy přímo v oku.

### **Akrylátové oční protézy**

Doporučují se hlavně u dětí (pro jejich nerozbitnost). Vyrábí se z metylmetakrylátu (materiál podobný plexisklu), akrylátu a superpontu. Tyto materiály jsou velice podobné látce na výrobu umělých chrupů, takže jsou vysoce odolné vůči naleptávajícímu účinku slz. Před samotnou výrobou se podle zkušebních protéz zjistí tvar protézy, vybere se barva a velikost duhovky, množství cévek apod. Výroba jedné protézy trvá většinou 7–8 hodin. Nechá se ještě dodatečně upravit. První protéza se může nasadit cca 4 týdny po operaci.

Výhody: delší životnost, která je dána větší odolností materiálu proti naleptávajícímu účinku slz, nerozbitnost, možnost protézy dále upravovat, zvětšovat či jinak přizpůsobovat a také možnost je kdykoli přeleštit, pupila vypadá daleko přirozeněji.

Nevýhody: méně hladší povrch než u skleněných protéz (je vyhlazen pouze mechanicky), u někoho mohou akrylové protézy vyvolat alergickou reakci, takže jsou pak jedinou možností skleněné oční protézy, na které nebyla dosud žádná alergie zjištěna, menší plasticita duhovky, nevypadají tak věrohodně, hůře se po povrchu protézy roztírají slzy, přerušování toku slz vede k podráždění víčka.

*Zdroj: <http://www.zivotbezoka.cz/protezky/typy-protez/>  
<http://www.zivotbezoka.cz/dalsi-vseobecne-informace/slovník-pojmu/>*





## Světový výrobce umělých očí původem z Čech

(poprvé vyšlo: Epoque 1909)

*Zručnost českých sklářů je známá po celém světě. Věděli jste, že stáli i za výrobou špičkových umělých očí? Více vám prozradí článek z roku 1909.*

Výrobou umělých očí zaměstnávali se již Egypťané, kteří svým balsamovaným mrtvým zasazovali umělé oči z vosku a drahokamů. Římané oživovali umělými očima ztrnulý výraz soch, a snad první přišli na myšlenku chránit umělým okem prázdnou oční jamku před škodlivými vlivy povětrnosti. Umělé oči římských soch se nám zachovaly, oči lidí nikoli; byly zničeny rozkladnými pochody hrobů. Spisy se zmiňují o dvou druzích umělých očí. Jedny byly nošeny pomocí pera upevněného na hlavě před okem, druhé se vkládaly dovnitř oční jamky, jako oči dnešní. Materialem bylo z počátku zlato povléknuté vrstvou smaltu; takové oči neměly přirozeného výrazu, a dráždily oční jamku, takže dříve či později vložku vůbec nesnesla. Obě vady byly rázem odstraněny, když se podařilo zhotovit oči celé z emailu nebo skla; o tento objev mají nesmírnou zásluhu Benátčané. K veliké dokonalosti přivedli techniku výroby umělých očí skláři francouzští a němečtí. Jmenovitě poslední dosáhli svým způsobem práce a volbou vhodného materialu výrobků přímo brilliantních, daleko předčících výrobky francouzské. Všimněme si této zajímavé německé industrie blíže. Kolem r. 1597 přišla do Durinska z Čech sklářská rodina Müllerova a založila společně s tamní rodinou Greinerů skelnou huť, kol níž záhy vznikla vesnička Luže. Členové obou rodin vstupovali vzájemnými sňatky v příbuzenství, a obě rodiny se rozmohly tak, že se ještě dnes jmenuje každý druhý člověk v oné vesnici Müller nebo Greiner. A jak tomu všude bývá, kde bydlí pospolu více rodin stejného jména, dávaly se záhy jednotlivým osobám za účelem snadnějšího rozeznání přezdívkou, které musily být zanášeny i do zápisů matrik.



## Prvotní dílna na výrobu skleněných očí v Luži

Původní skelná huť „Dorfhütte“, jak ji nazývali Müllerové, existovala ještě r. 1904; následujícího roku byla sbourána. V ní vyrobil r. 1868 po mnoha úmorných pokusech Bedřich Adolf Müller-Uris, zvaný přezdívkou Schulze Adolf, první dokonalé umělé oči. Dosavadní výrobky byly totiž hotoveny ze skla mléčně zakaleného moučkou z vypálených kostí; materiál ten však podléhal rozkladu a dráždil oční jamku. Bezvadný materiál našel Bedřich Müller spolu s Christianem Müllerem, zvaným Vathle, v nerostu kryolithu. Sklo jím zakalené naplňovalo ideálně všechny podmínky na ně kladené, neboť dodávalo oku přirozeného výrazu a nedráždilo pranic oční jamku. Znamenitych úspěchů dosáhl Müller svou methodou kreslení duhovky, kterou prováděl pomocí skleněných barevných tyčinek. Synové B. Müllera zdokonalili otcovu methodu v každém směru. Budeme sledovat výrobu umělého oka v jejich atelieru, který přeložili z Luže do Wiesbadenu.

## Postup výroby umělých očí

Na pracovním stolku obou umělců uvidíme především dva sklářské kahaný na plyn a celou řadu něžných skleněných tyčinek všech možných barev, které se tu střídají jako na malířově paletě. V prudkém ohni pícky vytáhnou se především mlékovitě zakalené skleněné trubice, které jsou hlavním výrobním materiálem. Trubice ty se vyfouknou v plameni kahanu na kouli velikosti oční bulvy. Nyní nastane hlavní práce umělcova. Kapkou černého skla naznačí pupillu a přikročí ku kreslení, či lépe řečeno vytváření duhovky různobarevnými tyčinkami skleněnými za stálého užívání ostrého plamene kahanu. Přitom pozoruje zdravé oko pacienta s toužou svědomitostí, s jakou se seznamuje malíř s tahy svého modelu. Když byl umělec nápodobil duhovku dle zdravého oka do všech barevných podrobností, nakreslí tyčinkou z červeného skla na bělmo oka síť krevních žilek; je s podivem, s jakou dovedností vetkává něžné červené nitky do skelné hmoty rozpálené kahanem. Po této práci jest oko hotovo; schází mu jenom tvar. Umělec vyřízne oko ze skleněné koule pomocí tenké skleněné tyčinky, kterouž

práci provádí s neobyčejnou jistotou jediným tahem ruky. Okraje oka se v plameni hořáku uhladí, a hotové umělé oko zaobalené do asbestové vaty se nechá zvolna zchladnout. Umělé oko se díky konečnému pozvolnému chlazení vyznamenává neobyčejnou pevností, což dokazuje následující případ. Jistý turista, který měl umělé oko, spadl při slézání hor do propasti, a byl těžce zraněný dopraven do nemocnice. Několik dní po zmíněné příhodě našel jeho průvodčí umělé oko turistovo ležet docela neporušeno asi 40 m od místa pádu.

Nakonec nutno se zmínit o tom, že se i zvířatům, jako koňům a psům, dávají umělé oči jako náhrada za oči ztracené. Dokonce i papoušci, kterým něžná polovička v manželském sporu vyklovla jedno oko, opatřují se umělým okem skleněným.

*Zdroj: [https://www.bejvalalo.cz/clanky.php?detail=183&utm\\_source=www.seznam.cz&utm\\_medium=sekce-z-internetu](https://www.bejvalalo.cz/clanky.php?detail=183&utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=sekce-z-internetu)*

## Publikace „Vodící pes“

Okamžik, z. ú. vydal v závěru loňského roku brožuru „Vodící pes – kompenzační pomůcka pro osoby s těžkým zrakovým postižením“. Brožovaná publikace, jejíž autorkou je Kateřina Kavalírová, se zabývá tématem vodících psů, kteří pomáhají lidem se zrakovým postižením. Čtenáři se dozvědí, jak probíhá výcvik vodících psů, jaké jsou výhody a nevýhody vodícího psa, jakým způsobem může postupovat zájemce o vodícího psa či jak pes pomáhá nevidomému v každodenním životě. Brožura je určena laické i odborné veřejnosti – všem, kteří se setkávají se zrakově postiženými (rodinní příslušníci, přátelé, dobrovolníci, pracovníci pomáhajících profesí, pracovníci městských či obecních úřadů, zdravotnický personál a další), také samozřejmě samotným zrakově postiženým – ať už z řad držitelů vodících psů, nebo těch, kteří o pořízení vodícího psa teprve uvažují. Text je proložen výběrem odpovědí z ankety mezi držiteli vodících psů a ozvláštněn postřehy ze života autorky, kterou na jejích cestách doprovází již druhý vodící





pes. Publikace je k dostání zdarma, je rovněž ke stažení ve formátu PDF na webových stránkách Okamžiku. Zájemci o tištěnou verzi si ji mohou po domluvě na telefonním čísle 233 371 277 vyzvednout na pracovišti Okamžiku. Brožuru ke stažení ve formátu Knihovny digitálních dokumentů a formátu zvukové knihovny KTN Okamžik připravuje.

*Zdroj: <http://www.okamzik.cz/main/okamzik/Publikace/VoPes.html>  
[http://www.okamzik.cz/view/okamzik/Publikace/PDF\\_ke\\_stazeni/Brozura\\_Vodici\\_pes\\_2017.pdf](http://www.okamzik.cz/view/okamzik/Publikace/PDF_ke_stazeni/Brozura_Vodici_pes_2017.pdf)*

## Světelná signalizace AVISO

Světelná signalizace AVISO třetí generace je diskretní, vzhledově elegantní zařízení, které lze díky malým rozměrům snadno zakomponovat do prostor vašeho bytu. Další podstatnou výhodou signalizačního zařízení je, že pracuje jako systém, to znamená, že jednotlivé díly navzájem spolupracují, takže je můžete dokupovat postupně. Díly světelné signalizace firmy KOMPONE ke svému provozu nepoužívají baterie. Odpadají tedy starosti s jejich nákupem a výměnou.

Jedná se o jednoduchý elektronický systém založený na jedné řídicí jednotce (zvané vysílač) a řadě zábleskových, vibračních a zvukových signalizačních dílů, zvaných přijímače. Na řídicí jednotku je možné pomocí kabelu nebo bezdrátově připojit jeden nebo více zdrojů zvuků nebo čidel událostí, které chcete signalizovat. Řídicí jednotka i přijímače se jednoduše zastrčí do elektrické zásuvky v bytě.

Řídicí jednotka (vysílač) je napojena na zdroje, které vydávají zvuk (zvonek u dveří, klepání na dveře, pláč dítěte a jiné) nebo na čidla snímající různé události, které chceme signalizovat (například otevření dveří, výskyt ohně a kouře, oxidu uhelnatého a další). Řídicí jednotka tyto signály zpracuje a rádiovými vlnami přenesení k přijímačům.

Přijímače jsou zařízení přijímající rádiové vlny, které řídicí jednotka (vysílač) vyšle. Pokud vznikne určitý zvuk nebo událost (zvonění domovního zvonku, telefonu, pláč dítěte, otevřou se dveře apod.), řídicí jednotka vyšle rádiový signál. Přijímače po příjmu rádiového signálu od řídicí

jednotky pomocí záblesků, vibrací nebo speciálním tónem signalizují vznik toho zvuku či události.

Barevné LED diody na přijímačích při zábleskování přijímače svítí v různých barevných kombinacích. Každý zvuk nebo událost má svoji barevnou kombinaci. Tak je snadno rozlišíte. Hned vidíte, zda zvoní zvonek, nebo telefon, nebo někdo otevřel dveře apod.

Světelná signalizace je doporučována lidem, kteří mají větší či menší ztrátu sluchu. Je vhodná pro osoby neslyšící i pro osoby používající sluchadla. Pokud sluchadlo nemají v daném okamžiku nasazené, např. při koupání, spánku, údržbě, příp. pokud ho mají v servisu, nemusejí se již obávat, že neuslyší zvonění zvonku, pláč dítěte apod.

Osoby, které splňují zákonné podmínky, mohou na pořízení této signalizace získat příspěvek od úřadu práce se spoluúčastí 10 %, nejméně však 1 000 Kč. Světelná signalizace je vhodná i pro instituce, které pečují o osoby se sluchovým postižením nebo je zaměstnávají, například školy, zařízení sociální péče, firmy se sluchově postiženými zaměstnanci. Vhodná je také do provozoven s velkou intenzitou okolního hluku, případně při používání pomůcek na ochranu sluchu.

*Zdroj: <http://www.kompone.cz>*

## Haptické mapy

Díky několikaletému společnému úsilí středisek ELSA na ČVUT v Praze, Teiresiás na Masarykově univerzitě v Brně a společnosti Seznam.cz mají nyní nevidomí lidé možnost využívat mapy umístěné na portálu Mapy.cz.

Vybraný mapový podklad je podle zásad hmatového vnímání konvertován do grafického dokumentu, který je optimalizován pro technologie využívající takzvaný mikrokapslový papír. Na jeho teplocitlivou vrstvu se předloha natiskne a ve speciálním zařízení pomocí infračervené lampy zahřeje. Tím tmavé kontury nabudou na objemu, vystoupí nad povrch papíru a vytvoří hladký, dobře hmatný reliéf.

Internetové hmatové mapy mají sloužit nevidomým lidem.





## ZOBRAZENÍ NA MAPOVÝCH LISTECH

Jednotlivé listy ve formátu A4 zobrazují území o velikosti 235 x 330 m v přibližném měřítku 1:1200. Obsah jednotlivých listů vychází ze stejné zdrojové databáze jako běžné mapy a je zpracován stejným nástrojem – Mapnik (volně přístupný nástroj pro tvorbu map). Použitá zdrojová databáze je vektorová. Omezení určená nástrojem pro generování map, tedy již zmíněným Mapnikem, jsou dána jeho vykreslovacími možnostmi a sadou pravidel, která lze použít. Nelze např. měnit polohu objektu na základě přítomnosti jiných objektů v jeho okolí. To má za následek mimo jiné nemožnost zamezení např. situaci, kdy se potok ztrácí pod cestou, která vede vedle něj. Dalším příkladem může být nemožnost „vygumování“ požadovaného okolí každého braillského popisku. V běžných mapách obvykle stačí „vygumovat“ drobné okolí každého znaku a popisek je pak dobře čitelný zrakem. V případě braillských popisů v mapách je nutné „vygumovat“ pod každým znakem velký obdélník. Tento technický nedostatek Mapniku je pak nutné v praxi obcházet dvojím vykreslováním všech popisů – nejdříve bíle fontem složeným ze samých obdélníků a až poté černě skutečným popiskem v Braillově bodovém písmu. Další kategorií omezení jsou ta, která vyplývají z použité databáze objektů. Proto jsou např. mosty v databázi uloženy pouze jako linie obou mostovek (které se na běžných mapách pak vykreslují správně), ale použití v nových hmatových mapách brání jejich příliš malá vzdálenost. Jejich kresba by pak znehodnotila kresby okolních objektů.

## OBSAH MAPY

Jako hlavní metoda byla použita metoda generalizace slučováním podobných prvků, která umožňuje obsah mapy zobrazit v čitelné a přehledné podobě pro hmatové vnímání. Veškeré plochy byly položkově sloučeny do následujících skupin: budovy, vodní plochy, zeleň a průmyslové plochy. Budovy jsou zobrazeny plnou vystouplou plochou ve svém reálném půdorysu (pokud je však budova v blízkosti ulice, dochází k mírnému ořezu jejího půdorysu touto ulicí). Vodní plochy jsou zobrazeny vodorovným rastrem s odsazenou hraniční linií. Pod plošnou značkou pro zeleň (tečkovaný rastr

bez ohraničení) jsou zahrnuty veškeré travnaté a zalesněné plochy. Průmyslové plochy jsou zobrazeny pomocí strukturovaného rastru s odsazenou obrysovou čarou. V rámci tohoto rastru jsou pro větší přehlednost zobrazeny jednotlivé budovy. Veškeré ostatní plochy jsou zobrazeny bez rastru, aby zbyl dostatek místa pro zobrazení dalších prvků mapy.



Základním liniovým prvkem hmatové mapy jsou ulice a cesty. Zobrazeny jsou ve dvou šířkách: základní šířka (13 mm), ve které je možné umístit popis ulice v Braillově písmu a úzká (5 mm), která je vyhrazena především pro cesty v zeleni a ulice ve výrazně husté zástavbě. Dalšími liniovými objekty, které základně dokreslují strukturu prostoru a jsou tudíž zobrazeny v hmatové mapě, jsou tramvajová linka, železnice a schody. Zobrazeny jsou ještě další doplňkové liniové prvky: samostatné zdi, potoky a visuté lanovky.

Přestože databáze bodových prvků nabízí nepřeborné množství možných objektů, bylo nutné s ohledem na srozumitelnost a přehlednost výrazně zredukovat bodové detaily pouze na tři prvky: zastávky tramvají, označení parkoviště, označení kostela v bloku domů. Popis mapy je z důvodu možnosti spolupráce nevidomého a vidícího uživatele bez znalosti Braillova písma realizován dvojím způsobem. Primárně jsou ulice označeny zkratkami tří písmen vycházejících z názvu ulice, které jsou vypsány v Braillově písmu v ose ulice. Tyto popisky jsou doplněny plnými názvy ulic ve světlezelené barvě. Obdobně jsou zpracovány popisky náměstí, kde jsou pro snadnější rozlišení použity zkratky 4 písmen (všechny zkratky spolu s vysvětlením plných názvů jsou automaticky generovány do pomocného textového souboru, který je k dispozici s nabízenými mapami).

Mapa (sada mapových listů) se zadává obdobně jako v běžné mapě, tzn. zadáním adresného bodu, zadáním ulice (zobrazuje se od středu ulice), případně přesným zadáním souřadnic středu. Po zadání středu zájmového území je uživateli nabídnut základní rozsah tisku listů. Jednotlivé listy na sebe přesně navazují, aby bylo možné vytvářet větší mapy. V dalším kroku uživatel stáhne archiv s jednotlivými listy (grafické soubory ve formátu PNG), seznamem použitých zkratk a dalšími doplňkovými informacemi (textový soubor TXT), případně – pokud tuto možnost uži-



vatel zvolí – i s legendou v grafické podobě (soubor PNG).

Od 9. května 2017 (tedy 3 roky od spuštění služby [hapticke.mapy.cz](http://hapticke.mapy.cz)) došlo k rozšíření nabídky o mapy menších měřítek. Pro přehlednou mapu se zobrazením polohy jednotlivých obcí a propojení mezi nimi (železnice, dálnice a silnice 1., 2. i 3. třídy) slouží mapa středního měřítka (1:37 000, 1 list zobrazuje území 7,5 x 10,5 km). A mapy v nejmenším měřítku (1:300 000) zobrazují velká města, železnice, dálnice a silnice 1. třídy (1 list zobrazuje území 60 x 85 km).

Haptické mapy jsou dostupné ve třech úrovních podrobností. Jak bude mapa vypadat, uvidíte při přiblížení na malé, střední a velké měřítko. Podklady jsou zatím dostupné pro Českou a Slovenskou republiku.

Mapy pro nevidomé, které lze přečíst hmatem, vám vytisknou za výrobní náklady v centrech ELSA a Teiresiás. Stačí si vybrat oblast, kterou chcete vytisknout, a požádat v centru osobně nebo na e-mailech [stredisko@elsa.cvut.cz](mailto:stredisko@elsa.cvut.cz) či [teiresias@muni.cz](mailto:teiresias@muni.cz).

*Připravila Jana Kašparová (kráceno)  
terénní sociální pracovnice Praha*

*Zdroj: [http://www.elsa.cvut.cz/media/BFM\\_INSP02014\\_sbornik.pdf](http://www.elsa.cvut.cz/media/BFM_INSP02014_sbornik.pdf)*



## OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH

### Vanessa Vlajkovic – mladá hluchoslepá dívka na cestě za svým snem

„Mám kolem sebe hodně pochybovačů. Lidí, kteří nevěří, že to zvládnou. A to jen proto, že vidím a slyším jen velmi málo,“ říká Vanessa, devatenáctiletá studentka žurnalistiky z Austrálie, prostřednictvím svého tlumočnicka. „Chci si život co nejvíc užít. Nic není nemožné.“ Zní to sice jako klišé, ale už nejednou dokázala, že svá slova myslí vážně. Nyní bude muset opět překonávat předsudky mnoha lidí,



aby dokázala uspět v konkurenčním prostředí žurnalistiky.

Vanessa se narodila s atrofií zrakového nervu a vidí pouze to, co je velmi blízko před ní. Zbytek vnímá pouze jako stíny a obrysy předmětů. Zpočátku slyšela normálně. Pochází z multikulturní rodiny a od dětství doma hovořili bosensky, indonésky a anglicky. K tomu se učila Braillovo písmo. V sedmi letech se jí začal zhoršovat sluch. Až do svých 16 let používala sluchadla, ale ta pak již přestala být efektivní. Vanessa začala tedy komunikovat pomocí australského znakového jazyka (Auslan). Využívá samozřejmě také moderní technologie, Facebook a přenosný počítač uzpůsobený pro uživatele Braillova písma.

Podle jejích slov byly nejtěžší dva poslední roky na střední škole. Teď je ve druhém ročníku na univerzitě, kde jí potkaly opět nové výzvy. „Vždycky jsem byla dobrá v angličtině. Ráda píšu a hodně čtu,“ říká. „Na začátku jsem musela své rozhodnutí studovat žurnalistiku hodně obhajovat. Bylo to vyčerpávající. Ale doma mě nikdy neučili se bát. Naučila jsem se požádat, když něco potřebuji, a říkat lidem, co potřebuji... Všichni máme právo na vzdělání. Není to nějaké privilegium, je to naše právo.“

Na univerzitě jí je k dispozici průvodce, dva překladatelé do znakového jazyka a ještě další asistent, který pro ni zapisuje na lekcích poznámky. Její vyučující věří, že Vanessa má šanci najít po studiu uplatnění v žurnalistice. V některých oblastech i přes svůj handicap vyniká nad svými spolužáky.

Vanessa Vlajkovic byla nedávno jmenována Mladou osobností roku roku v Západní Austrálii (WA Young Person of the Year) a získala také titul Miss neslyšící Austrálie (Miss Deaf Australia).

Její další vášní je cheerleading. V týmu roztleskávaček je tou, která je při vystoupeních vyhazována do vzduchu... Je odhodlaná pracovat na změně přístupu k hluchoslepým lidem. „Chci, aby lidé ke mně přistupovali s otevřenou myslí. Aby si řekli – ok, je jiná, komunikuje jinak, ale je v pohodě. Protože jsem na stejné úrovni jako všichni.“

*Připravila Hana Dvořáková*

*Zdroj: <http://www.abc.net.au/news/2017-04-22/deafblind-journalism-student-breaking-down-barriers/8461230>*





## ZE SVĚTA

### **Světová konference Heleny Kellerové 2018**

V letošním roce se uskuteční již 11. Světová konference Heleny Kellerové. Předcházet jí bude 5. Valné shromáždění Světové federace hluchoslepých. Obě akce, společně s bohatým doprovodným programem, budou probíhat ve dnech 19. až 27. června v Gran Hotel Bali ve španělském přímořském městě Benidorm.

„Naše práva; Náš hlas; My určujeme cestu“ – tak zní motto letošní konference, která se zaměří na posílení lidských práv, demokracii a rovnost při plné inkluzi lidí s hluchoslepotou ve všech aspektech globálního, regionálního, národního i lokálního společenského života.

Kromě konference a valného shromáždění je na programu také slavnostní večere při zahájení i ukončení akce, výlet či oslava Mezinárodního dne hluchoslepých.

Účastnický poplatek činí 300 euro za celou akci, případně 150 euro za účast pouze na samotné konferenci ve dnech 24. až 26. června. Za jednodenní účast se pak platí 50 euro.

Podrobnosti o konferenci včetně přihlášek můžete najít na [www.wfdb.eu](http://www.wfdb.eu). Případné dotazy vám zodpoví na e-mailu: [info.ga-wkhc2018@wfdb.eu](mailto:info.ga-wkhc2018@wfdb.eu).

*Připravila Hana Dvořáková*

*Zdroj: <http://www.wfdb.eu/wfdb-world-conference-2018/>*

### **Unikátní divadelní zážitek pro hluchoslepe děti**

Londýnská divadelní společnost Oily Cart připravila pro hluchoslepe děti ojedinělé představení s názvem Kubla Khan. „Multismyslové“ představení je založeno na básni, jejímž autorem je Samuel Taylor Coleridge. Doprovází ho živá hudba, doteky i chuťové a čichové vjemy. Představení je interaktivní a počet diváků je proto omezený na šest hluchoslepých dětí, každé v doprovodu průvodce či tlumočnicka.

Oily Cart navštěvuje se svými představeními školy pro děti s handicapem už od roku 1981. Jejich poslední představení Kubla Khan má 3 varianty: pro děti s poruchou autistického spektra, pro děti s poruchami učení a pro děti s hluchoslepotou. Představení trvá necelou hodinu a dětem je doporučeno přijít bez bot a v tričku s krátkým rukávem. Každé dítě dostane červenou pláštěnku. To proto, že děj interaktivního představení se odehrává na člunu, který s dětmi putuje po řece Alph až k Císaři. Děti sedí kolem dřevěného vodního koryta na „člunu“, což jsou vlastně houpací židle na kolečkách. Jejich průvodci s nimi pohybují podle pokynů herců. Na cestě děti doprovází posádka, která jim zprostředkuje mnohá dobrodružství, při kterých se zapojí všechny dětské smysly. Děti mohou během cesty pádlovat rukama ve vodě, očichávat rozkvetlé stromy, které míjejí, hrát si s pískem, když člun uvázne na mělčině, zažijí dešťovou přeháňku, projedou ledovou jeskyní, potkají fosforeskující ryby... Nakonec doplují až k Císaři. Ten se od každého průvodce dozví, v čem je které dítě dobré, a poté za to dostanou děti medaile a ochutnají i Císařův oblíbený meloun.



*Připravila Hana Dvořáková*

Zdroj: <http://www.bbc.com/news/topics/c8nq32jwj0qt/deaf-blind>  
[http://www.oilycart.org.uk/complex\\_disabilities/current/](http://www.oilycart.org.uk/complex_disabilities/current/)

## SPOLEČENSKÁ KRONIKA

### Jubilea

V prvním čtvrtletí roku 2018 oslaví svá životní jubilea tyto členové, klienti a přátelé LORM z.s.:

50 – Pavel Nepraš, Praha

55 – Petr Veselý, Chlumeck nad Cidlinou

60 – Anastázie Kubjátová, Valašské Meziříčí

70 – Jarmila Tarčincová, Kryry

82 – Jana Horáková, Praha

83 – Petr Baráček, Praha





- 85 – Antonín Ambrůžek, České Budějovice  
89 – Bohumil Volf, Bohumín-Záblatí  
90 – Věra Horáková, Praha  
92 – Ludmila Marešová, Praha  
93 – Marie Shonová, Praha  
93 – Věra Honová, Napajedla  
94 – Vlasta Maňhalová, Praha  
95 – Marie Němcová, České Budějovice

Vážení jubilanti, do dalších let vám přejeme hodně zdraví, spokojenosti a spoustu krásných setkání nejen v LORMu!

## Rozloučení

Dne 15. prosince 2017 nás ve věku 40 let po krátké nemoci navždy opustil pan MARTIN TARČINEC z obce Kryry. Tato zdrcující zpráva nás zastihla naprosto nepřipravené, o to spíše, že jsme byli s Martinem krátce před tím v Kralupech na Lormolympiádě, kde udatně bojoval ve hře v šachy a odkud si odnesl stříbrnou medaili! V Plzni na letním pobytu jsme během toulek městem probírali všechna možná i nemožná témata, loudali se krásou parků, osvěžovali se v prosluněných zahrádkách...

Je smutné loučit se s člověkem, který tolik let patřil do našich životů, je bolestivé doprovodit aspoň v duchu na cestu poslední člověka v rozpuku sil... Budeš nám chybět, Martine, se vším, co k tobě patřilo, co tě charakterizovalo, co tě činilo jedinečným!

Čest tvou památce!

*Zdena Jelínková  
metodička LORM z.s.*

# ZÁLIBY

## Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ



### Rekondice

Zažili jsme krásný slunečný týden v malebném prostředí Krkonoš. Byli tam přátelé i se svými čtyřnohými průvodci. Kamarád Jirka tam byl s manželkou Toničkou. Když mu soused z vedlejšího pokoje sdělil, že musíme odevzdat klíče od pokojů, manželka zrovna někam odběhla. Tak honem nacpal zbytek svých věcí do batohu a čekal při pootevřených dveřích na pokojskou. Poznal, že vešla, ale pro nevidomého je strašné, když chodí někdo okolo a mlčí, tak se ozval sám: „Paní pokojská, byl bych vám vděčný, kdybyste aspoň hlesla!“ A zase jen ticho, jen šustění u okna. „Paní, co tu děláte? To vás nenaučili slušnosti se aspoň omluvit, když tu tak štracháte?“ To už Jirka hodně zvýšil hlas a to inspirovalo vodící fenku ze sousedství, aby mu olízla nos. „Kuš, ty potvoro!“ Neurazila se 😊.

*Pavla Sykáčková*

# VZKAZY MOUDRÝCH

**Minulost je lež, paměť nezná cesty zpátky,  
k někdejším jarům se vrátit nelze...**



## **Gabriel García Márquez**

1927–2014, kolumbijský spisovatel,  
nositel Nobelovy ceny za literaturu



## RECEPTY

Co všechno nám přinese letošní jaro, čím vším nám ozvláštní život? Nové poznatky a zážitky nám nemusí přinést jen roční období, ale třeba i naše rubrika o vaření! Tentokrát se dozvíme něco o bezlepkové dietě, pohance a hrachové mouce a naučíme se uvařit nejen pro „bezlepkové návštěvy“, ale i pro sebe báječné karbanátky!

**Bezlepková dieta** spočívá v eliminaci konzumace potravin obsahujících lepek (gluten). Požívání potravin obsahujících lepek osobami nemocnými celiakií nebo alergií na lepek by mohlo vést k vážným zdravotním komplikacím. Osoby držící bezlepkovou dietu konzumují potraviny přirozeně bezlepkové nebo potraviny obsahující lepek jen v minimální koncentraci (deglutenizované). Základem diety je vyhýbání se běžným obilovinám (ječmen, pšenice, žito, oves), které jsou na lepek bohaté, a jejich nahrazení bezlepkovými potravinami, jako je např. proso, rýže, brambory či kukuřice. Tato dieta je v současnosti jedinou známou léčbou celiakie, alergie na lepek a Duhringovy nemoci. Celiakie je dosud nevyléčitelná.

**Pohanky** jsou jednoleté a vytrvalé byliny. Mají bílé a růžové květy v hroznech a lichoklasech. Plodem je nažka. V českých zemích se pohanka začala pěstovat na přelomu 12. a 13. století, kdy sem byla přivezena z východu přes Rusko, a od 15. století se její užívání v kuchyni rozšířilo, zejména na Moravě. Neobsahuje lepek, takže je na rozdíl od obilovin vhodná pro osoby trpící celiakií. Je významným zdrojem rutinu, který léčí problémy s cévami, hemoroidy i křečovými žilami. Vhodná je také pro psychicky a fyzicky namáhané osoby. Celkově představuje cenný zdroj řady živin od kvalitních bílkovin přes komplexní sacharidy až po vlákninu. Dodává i řadu vitamínů (B, C, E) a minerálů (hořčík, fosfor, draslík, vápník...).

**Hrachová mouka** se vyrábí semletím sušeného hrachu. Je přirozeně bezlepková a lze ji tedy použít pro bezlepkovou dietu. Hrachová mouka je velmi dobrým **zdrojem vlákniny, sacharidů** a je bohatá na **antioxidanty**. V hrachu jsou obsaženy aminokyseliny (lysin) a minerální látky – hořčík, fosfor a draslík. Hrách působí také pre-bioticky. Hrachová mouka je vhodná pro přípravu hrachové polévky, zahušťování pokrmů, polévek, lze ji přidat do těsta na chléb, sušenky, koláče pro zvýšení nutriční hodnoty a vytvoření zajímavé nazelenalé barvy pokrmů.

Obě bezlepkové suroviny jsou dostupné v obchodech se zdravou výživou, v obchodních řetězcích či si je můžete objednat na internetu s dovázkou až do kuchyně ☺.

## Pohankové karbanátky

Na 6–8 karbanátků potřebujeme:

*1/2 hrnku pohanky typu kroupy*

*1 lžička chia semínek + 3 lžičky vody*

*2 jarní cibulky*

*1 mrkev*

*1 stroužek česneku*

*zelenou petrželku*

*4 lžíce hrachové mouky, nebo více dle potřeby*

*sůl, pepř, kmín*

Pohanku propláchneme, zalijeme jedním a půl násobkem vody, vaříme zhruba 3 minuty, odstavíme z plotny a přikrytou necháme dojít. Chia semínka zalijeme vodou a dáme stranou, očistíme mrkev a najemno nastrouháme. Jarní cibulku nakrájíme na drobná kolečka, šupneme do mísy, přidáme nasekanou petržel, sůl, pepř, kmín, uvařenou pohanku, vykoupaná chia semínka, hrachovou mouku – a pořádně mícháme, hněteme, až vznikne celistvá hmota (jako na běžné masové karbanátky nebo sekanou). Je-li řídká, zahustíme trochou hrachové mouky. Namočíme si ruce a tvarujeme karbanátky, které vyskládáme na plech na pečicí papír. Pečeme 20 minut v troubě (remosce) předehřáté na 170 stupňů. Na talíř k nim přiložte, co máte rádi – brambory, lehký zeleninový salát, oblohu, krajíc čerstvého chleba, ovšem z bezlepkových surovin.

Dobrou chuť! – Počkat, ještě jsme si neřekli, co a k čemu vlastně jsou chia semínka.

**Chia semínka** neboli semínka z rostliny s názvem *šalvěj hispánská*. Jednoletá rostlina z čeledi hluchavkovitých pochází z oblastí Střední Ameriky a dnes je pěstována pro jedlá semínka, která vynikají skutečně mimořádným obsahem mnoha zdraví prospěšných či potřebných látek. Obsahují například pětkrát více vápníku než mléko, třikrát více železa než špenát a patnáctkrát více hořčíku než brokolice. A k tomu je třeba připočítat vysoký obsah bílkovin, vlákniny a omega-3 mastných kyselin, které brání nedostatku živin v těle při zvýšené fyzické aktivitě a stresu.

A teď už všechno víme a bez rušení jíme 😊!

*Zdena Jelínková  
metodička LORM z.s.*



## **DOTEKY. Časopis LORM z.s., Jaro, číslo 94. Vychází čtvrtletně.**

Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepé z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5.

Doteky vychází ve zvětšeném černotisku, Braillově písmu, jako zvuková nahrávka v mp3 formátu na CD-ROMu a v elektronické podobě.

### ***Sponzorství je vítáno a za sponzorské dary předem děkujeme.***

Naše bankovní spojení: Komerční banka Praha Smíchov, číslo účtu: 19-1451940207/0100.

Redakční rada: Zdena Jelínková (metodička), Mgr. Petra Zimermanová (ředitelka)

Za LORM z.s.: Mgr. Petra Zimermanová, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel: 257 325 478

Ilustrace na titulní straně: Tomáš Zach

Grafická úprava: Fastr typo-tisk, Nad Budčankami II./13, Praha 5

Tisk ve zvětšeném černotisku: QT Studio s.r.o., Hornokřčská 561/60, 140 00 Praha 4

Náklad: 140 černotiskových výtisků

Tisk v Braillově písmu: Teiresiás – Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky, Masarykova univerzita, Komenského náměstí 2, 602 00 Brno, [www.teiresias.muni.cz](http://www.teiresias.muni.cz)

Osoby s hluchoslepotou a se zrakovým handicapem odebírají časopis Doteky v rámci informačního servisu, který je součástí jejich sociální rehabilitace.

Celoroční příspěvek pro členy LORM z.s. včetně distribuce činí 50 Kč.

V elektronické podobě je časopis bezplatně zasílán na odbory sociální a zdravotní péče. Doteky v elektronické verzi jsou zasílány všem zájemcům zdarma. Ostatní zájemci z řad veřejnosti (fyzické nebo právnické osoby), kteří by si přáli zaslat Doteky ve zvětšeném černotisku nebo na CD-ROMu jako zvukovou nahrávku, se z důvodu vysokých výrobních nákladů spolupodílejí finanční částkou. Roční předplatné na Doteky za čtyři čísla činí 200 Kč. V Braillově písmu Doteky vychází pouze v omezeném nákladu 5 ks a jsou k dispozici hluchoslepým čtenářům k zapůjčení v Poradenských centrech LORM v Praze, Liberci, Jindřichově Hradci, Brně a Ostravě. Starší i nová čísla Doteků jsou zdarma veřejnosti přístupná na webových stránkách [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz) ve formátech HTML, doc a PDF.

Objednávky přijímá LORM z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5, email: [kancelar@lorm.cz](mailto:kancelar@lorm.cz). Časopis je rozesílán na základě objednávky členům LORM z.s. a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Na <http://www.lorm.cz/cs/doteky/> je k dispozici elektronická objednávka i ve formátu k vytištění.

Zaslané rukopisy, kresby a fotografie se archivují a vracejí pouze na vyžádání odesílatele.

**Uzávěrka příspěvků do čísla 95 (Léto 2018) je 15. 5. 2018.**



**Doteky vychází s pomocí nadačního příspěvku Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška. DĚKUJEME.**

**LORM z.s.**

**Zborovská 62**

**150 00 Praha 5**

**tel: 257 314 012**

**tel/fax: 257 325 478**

**REGISTRACE MINISTERSTVA**

**KULTURY ČR č. E 11000**