



**LORM**

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND

# DO TEKY

## BULLETIN LORMU - ZIMA

Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA:

- **VERŠE** – Jsi
- **SLOVO ŠÉFREDAKTORA**
- **ZPRÁVY z LORMu** – 6. Valná hromada a víkendová konference LORM • Nová služba pro hluchoslepé • Setkání v Kralupech nad Vltavou • Liberecký klub Lormu na výletě • Able Sport Praha 2004: X. mezinárodní šachový turnaj zdravotně postižené mládeže
- **PRÁVNÍ PORADNA** – Příspěvek na provoz motorového vozidla (2.část)
- **PORADNA PSYCHOLOGA** – Asertivita (3. část)
- **ZDRAVÍ** – Příčiny hluchoslepoty: Meningitida – Oči nás vždy odhalí
- **INFORMACE** – Pro chvíle pohody
- **HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI** – Nezapomenutelná herečka s handicapem
- **ZE SVĚTA** – 7. Evropské prázdniny hluchoslepých ve Švédsku • V Prešově chystají 6. Evropskou konferenci o hluchoslepotě • Zázračná kůže
- **ŘÁDKY PRO SENIORY** – Tři vánoční vzpomínky
- **SPOLEČENSKÁ KRONIKA** – Jubilea
- **DOPISY** – Nevšední pohled na setkání Lormáků v Kralupech očima vášnivých turistek
- **ZÁLIBY (HOBBY)** – Maliník léčí různé záněty • Pověst o koláři Birkovi • Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků: Téměř pohádkový dědeček • Vzpomínka na lázně
- **VZKAZY** – Zrnka
- **RECEPTY** – Vydatné zimní polévky

**41** 2004

**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**

### **JSI**

Jsi,  
vždyť hlas ke mně zní svěží  
a jeho tóny dávno znám.  
Jsi,  
jen dotknout se tě lze jen stěží  
a bez dotyků uvadám.  
Jsi,  
a jako by ses stále ztrácel,  
když přeruší nás síť spleť.  
Jsi,  
a nevíš, kolik jsi mi scházel  
dříve, včera, právě teď.

*Ing. Jana Rzepecká*



## **SLOVO ŠÉFREDAKTORA**

Milí čtenáři!

Ve chvíli, kdy píšu tyto řádky, venku panuje dosti nepříjemná zima. V minulém čísle Doteků jsem se na tomto místě rozloučil se čtenáři s tím, že se s některými z vás setkám na oslavě 10. výročí našeho časopisu v Kralupech nad Vltavou. Bylo mi velice líto, že jsem musel z vážných rodinných důvodů (nemoci, hospitalizaci v nemocnici v Sedlčanech a následné

operaci matky v ÚVN v Praze-Střešovicích) svoji účast na této velkolepé akci odřeknout. Využívám této možnosti, abych poděkoval já osobně a zejména moje matka všem Lormákům, kteří svými dopisy, telefonáty, SMS a osobními návštěvami dodávali naději, sílu a přinášeli zprávy z aktivit LORMu. Všem vřelé díky!

Velice se omlouvám za obrovský skluz na Dotecích, které z výše uvedených důvodů dokončuji teprve nyní, tedy za těchto studených a nevlídných únorových dnů. Toto číslo totiž připravuji na starším kancelářském psacím stroji a strojopisné materiály průběžně odevzdávám do LORMu, kde je dále zpracovává studentka na praxi v LORMu, slečna Daniela Prchalová. Vzhledem ke svému tělesnému postižení se špatnou motorikou obou rukou nejsem schopen samostatně zvládat práci na PC, který mi v současné době nikdo nemůže obsluhovat.

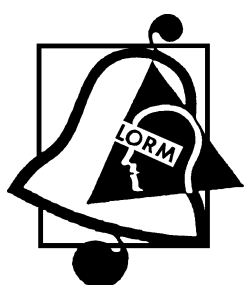
V tomto zimním čísle si přečtete zajímavé zprávy a postřehy z listopadové Valné hromady LORMu v Kralupech nad Vltavou. V rubrice ZDRAVÍ pokračuje seriál Příčiny hluchoslepoty, tentokrát věnovaný meningitidě, nebezpečnému onemocnění mozku. Již podruhé v Dotecích představujeme novou rubriku HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI, kdy do prvního dílu v minulém čísle byl zařazen článek o životě Heleny Kellerové, americké hluchoslepé spisovatelky a bojovnice za práva zdravotně postižených lidí na celém světě. Nyní jsou v této rubrice obsažena některá méně známá fakta o životě vynikající české herečky Růženy Naskové. Dnes už málokdo ví, že tato velká herecká osobnost minulého století bojovala s dosti výrazným smyslovým handicapem. Zejména na jevišti Národního divadla se Růžena Nasková nezapomenutelným způsobem zapsala do dějin české kultury. Stala se rovněž krásným a nenásilným příkladem boje proti diskriminaci zdravotně postižených v českých zemích. Do rubriky ŘÁDKY PRO SENIORY jsou v tomto čísle vloženy vánoční vzpomínky V. Sedláře na setkání s písničkářem a uměleckým fotografem Josefem Fouskem. ZÁLIBY (HOBBY) jsou tradičně ve znamení vašeho oblíbeného seriálu o léčivých a aromatických bylinkách, nyní se v něm dočtete o maliníku, známém ovocném keři. Následuje nepříliš známá pověst o koláři Birkovi a příspěvky z literární činnosti hluchoslepých Lormáků. Kultura hluchoslepých je u nás dosud velkou neznámou. Někteří ne-

slyšící Lormáci se často aktivně věnují pantomimě a poezii. Jiní členové nebo klienti LORMu, především s převažujícím zrakovým postižením, se kromě poezie věnují tanci, zpěvu, keramické tvorbě, vyšívání a jiným rukodělným pracem. Pevně však věříme, že se jejich aktivity budou dále rozvíjet a náš časopis vás bude o jejich úspěších na kulturních akcích informovat.

Hodně životního optimismu a dobré pohody, mír a světlo v duši, ještě více hezkého počtení, příjemný poslech v průběhu roku 2005 upřímně přeje

Váš

*Zdeněk Sedláček*



## ZPRÁVY Z LORMU

### 6. VALNÁ HROMADA A VÍKENDOVÁ KONFERENCE LORM /12. - 14. 11. 2004/

V listopadu 2004 proběhla, tak jako každý druhý rok, valná hromada všech členů občanského sdružení LORM, na které si členové zvolili nové vedení na příští dva roky. V historii organizace již šestá valná hromada se konala 13. listopadu 2004 v hotelu Sport v Kralupech nad Vltavou a měla rekordní účast. Z celkového počtu 177 členů se jí účastnilo prezenčně 54 osob, korespondenčně 34 osob, celkem 88 osob (50 % z členské základny).

Předsedou organizace byl opět zvolen JUDr. B. Dohelský, který je velikou autoritou i vzorem pro všechny naše klienty, protože sám je hluchoslepý, úspěšně vystudoval právnickou fakultu University Karlovy a provozuje vlastní právnickou praxi. Výkonná rada, která je pětičlenná a je nejvyšším orgánem sdružení (jejím členem je také předseda), doznala pouze jediné změny. Novou členkou se stala Mgr. J. Jesenská, bývalá ředitelka LORM a odbornice na hluchoslepotu. Ostatními členy Výkonné rady na další dva roky jsou J. Linhartová, P. Nepraš a D. Prošková. Dozorčí rada, která je tříčlenná a má na starosti kontrolu účetnictví a hospodaření organizace, byla zvolena ve složení Ing. M. Küblbeck, E. Slánská, Mgr. Ing. Petra Šimová. Dozorčí rada si za svého předsedu zvolila Ing. M. Küblbecka.

Valná hromada byla pro efektivnější využití prostředků spojena s konferencí o hluchoslepotě. V příjemné a přátelské atmosféře vyslechli klienti a členové sdružení přednášky a vystoupení hostů pokrývající témata: Péče o hluchoslepé ve Velké Británii (organizace Sense, Anne de Voil), Mezinárodní organizace hluchoslepých (Sdružení VIA, PhDr. Jakeš), Péče o hluchoslepé děti v Dánsku (Záblesk – sdružení rodičů a přátel hluchoslepých dětí, PhDr. Štěrbová, Ph. D. I. Rečková), Sociálně právní otázky (LORM, JUDr. Dohelský) a Novinky v kompenzačních pomůckách pro hluchoslepé a sluchově postižené – sluchadla, zvonkové systémy, budíky, smyčky a mikrofony (Audiocentrum, manželé Tvrzští).

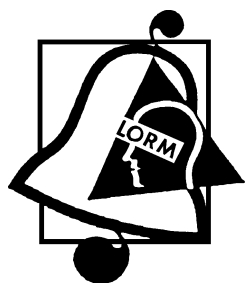
Sobotní večer na konferenci byl věnován oslavě desátých narozenin bulletinu Doteky. Akce byla vzácnou příležitostí, kdy se setkalo veliké množství našich klientů, členů, příznivců a čtenářů časopisu. Oslava narozenin se za nadšené účasti klientů protáhla do pozdních nočních hodin. K narozeninám bulletin ještě dostane nový grafický háv od ročníků 2005 z dílny partnera sdružení, agentury Men on the Moon.

*Petra Zimermanová*

## **NOVÁ SLUŽBA PRO HLUCHOSLEPÉ**

Na podzim jsme zahájili nový (pilotní) projekt, jehož cílem je pomoci hluchoslepým si najít práci. Při stávající situaci na trhu práce a vysoké nezaměstnanosti je pro hluchoslepé s ohledem na duální smyslový handicap velmi obtížné najít vstřícného potenciálního zaměstnavatele, natož pak práci samotnou. Jsme si však vědomi, jak je tato otázka pro hluchoslepé důležitá, zvláště pro jejich vlastní sebedůvěru, pocit sebevědomí a pro skutečnou integraci hluchoslepých do společnosti.

Proto jsme do našeho týmu přijali novou pracovníci – ergoterapeutku Bc. Simonu Nachtmanovou, která ve spolupráci s úřady práce, neziskovými organizacemi i firmami pomáhá hluchoslepým klientům při hledání a výběru vhodného zaměstnání, ať už formou podporovaného zaměstnávání, práce v chráněných dílnách nebo domácí práce. Mnohé z klientů již Simona Nachtmanová sama nebo prostřednictvím terénní-



ho pracovníka kontaktovala, případně ráda kontaktuje. Zájemci o tuto službu se mohou na Simonu Nachtmanovou obracet přímo na mobil: 777 764 190, emailem: info@lorm.cz nebo tel.: 257 325 478. V některém z příštích čísel Doteků Vám přinese povídání o tom, co vlastně ergoterapie je.

*Petra Zimermanová*

## **SETKÁNÍ V KRALUPECH NAD VLTAVOU**

Víkendové setkání Lormáků se konalo ve dnech 12. až 14. listopadu 2004 v Kralupech nad Vltavou. V hotelu Sport byl připraven zajímavý a bohatý program. I valná hromada LORMu proběhla v pohodě. Věřím, že toto setkání nebylo poslední a určitě se bude moci uskutečnit ještě mnoho dalších prospěšných akcí pro Lormáky, kromě tradičních rekonvalescenčních pobytů. S programem tohoto setkání byli jistě spokojeni všichni zúčastnění klienti i členové LORMu.

Děkuji všem pracovníkům organizace a především úřadující ředitelce Petře Zimermanové za perfektně připravenou akci.

*Milena Mačáková*

## **LIBERECKÝ KLUB LORM NA VÝLETĚ**

Dne 30. září 2004 jsme měli pěkný zájezd mikrobusem do Turnova. Z klubu LORM v Liberci se nás sešlo celkem 12 lidí. Navštívili jsme muzeum Českého ráje, kde jsme měli možnost si prohlédnout či ohmatat různé polodrahokamy, které se všem účastníkům moc líbily. Odtud jsme jeli do lázní Sedmihorek a po krátké pěší vycházce v jejich blízkém okolí jsme výlet zakončili občerstvením v tamní stylové restauraci. Výletu se zúčastnila také Mirka Malášková z Brna.

Do Liberce přijela o den dříve a ten strávila u naší přítelkyně Jindry Huškové. Po zájezdu do Trutnova Mirka pobyla tři dny u mne v Jiřetíně. Toulaly jsme se společně po našich kopcích v Jizerských horách. Mirce se obzvláště líbily stromy s krásně barevnými podzimními listy. Byly to hezké dny a jsem ráda, že se Mirce u nás líbilo.

*Jaroslava Žáková, Jiřetín pod Bukovou*

# **ABLE SPORT PRAHA 2004 – X. MEZINÁRODNÍ ŠACHOVÝ TURNAJ ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ MLÁDEŽE**

Šachový turnaj se každoročně vždy na podzim pořádá v tělocvičně Jedličkova ústavu v Praze. Jedná se o otevřený turnaj mládeže bez rozdílu postižení. Pořadatelem jubilejního desátého ročníku, který se uskutečnil ve dnech 25. až 27. října 2004, bylo občanské sdružení PRO TEBE. Zúčastnili se jej mladí šachisté z Nizozemska, Polska, Německa, Slovenska a samozřejmě také početná skupina hráčů z České republiky. Naši organizaci LORM zde reprezentoval hluchoslepý Martin Tarčinec z Kryr u Loun. Jednotliví účastníci byli rozděleni do tří věkových skupin: Skupina A – hráči do 15 let, skupina B – hráči do 20 let, skupina C – hráči nad 20 let.

Každý hráč měl k dispozici 45 minut na každé utkání, nevidomí ještě o 5 minut více. Hluchoslepý Martin Tarčinec měl možnost využít této výhody pro nevidomé a vzhledem ke svému věku (27 let) byl zařazen do skupiny C.

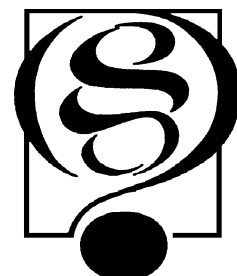
V kvalitní konkurenci 16 šachistů sice Martin Tarčinec vyhrál dvě partie nad soupeři z Německa, a to v soubojích s Elisabeth Braunovou a Eugenem Ivanovem, ale všechna ostatní utkání vždy čestně prohrál. V konečném pořadí skupiny C obsadil Martin Tarčinec až předposlední, 15. místo. Přesto byl se svou hrou docela spokojen a všichni mu přejeme co nejvíce sportovních úspěchů.

*Zdeněk Sedláček*

## **PRÁVNÍ PORADNA**

### **PŘÍSPĚVEK NA PROVOZ MOTOROVÉHO VOZIDLA (2. část)**

Příspěvek na provoz motorového vozidla se poskytne na období kalendářního roku občanu, který je vlastníkem nebo provozovatelem motorového vozidla, a jehož zdravotní postižení odůvodňuje přiznání mimořádných výhod pro těžce zdravotně postižené občany II. nebo III. stupně (průkaz ZTP



a ZTP/P), s výjimkou osob postižených úplnou nebo praktickou hluchotou a který bude používat toto vozidlo pro svou pravidelnou dopravu manžela, dítěte, popřípadě jiné blízké osoby, jejichž zdravotní postižení odůvodňuje přiznání mimořádných výhod pro těžce zdravotně postižené občany II. nebo III. stupně, s výjimkou osob postižených úplnou nebo praktickou hluchotou.

Příspěvek je rovněž možno poskytnout též rodiči nezaopatřeného dítěte, které je léčeno na klinice fakultní nemocnice pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastosou, a to v době nezbytného léčení akutní fáze onemocnění v tomto zdravotnickém zařízení; za rodiče se považuje pro účely tohoto příspěvku též občan, kterému bylo dítě svěřeno do péče nahrazující péči rodičů na základě rozhodnutí příslušného orgánu.

Jak již bylo uvedeno výše, příspěvek se poskytuje na období jednoho kalendářního roku, přičemž občan, kterému má být poskytnut, se musí písemně předem zavázat, že vrátí poměrnou část vyplaceného příspěvku v případě, že přestane plnit podmínky pro přiznání příspěvku. Příspěvek nebo jeho poměrná část se nevrací v případě, že zemře občan, kterému byl příspěvek vyplacen, nebo dítě, jehož rodičům byl vyplacen.

Je třeba upozornit, že v případě dopravy téže zdravotně postižené osoby více držiteli motorového vozidla lze příspěvek poskytnout pouze jednomu z nich, a to tomu, kterého tato osoba, případě příslušný obecní úřad, určí. Běžně se stává, že například zdravotně postižené dítě je dopravováno svými rodiči, kteří jsou držiteli (vlastníky) téhož motorového vozidla. V tomto případě se příspěvek poskytne pouze jednomu z nich.

Občanům, kterým byly přiznány mimořádné výhody III. stupně a rodiči dítěte, které je léčeno na klinice fakultní nemocnice pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastosou, se příspěvek na provoz vozidla poskytuje ve výši 3.920,- Kč u jednostopého vozidla (motocyklu) a 9.124,- Kč u ostatních vozidel. Občanům, kterým byly přiznány mimořádné výhody II. stupně, se příspěvek poskytuje ve výši 2.170,- Kč u jednostopého vozidla a 5.624,- Kč u ostatních vozidel.

Pokud občan splňuje podmínky pro poskytování více příspěvků, snižuje se výše druhého a každého dalšího příspěvku o 420,- Kč u jednostopého vozidla a o 2.124,- Kč u ostat-



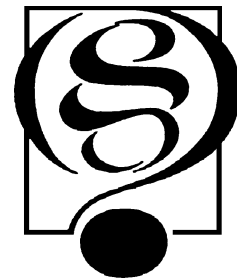
ních vozidel. Jsou-li splněny podmínky pro přiznání příspěvku na provoz motorového vozidla až v průběhu kalendářního roku, výše tohoto příspěvku činí poměrnou část z uvedených částek.

Občanu, který ze závažných důvodů ujede více než 9 000 km za kalendářní rok, se výše příspěvku vyplaceného v tomto kalendářním roce zvýší za každých dalších započatých 500 km, a to o 400,- Kč, jde-li o občany, kterým byly přiznány mimořádné výhody III. stupně, popř. o rodiče dítěte, které je léčeno na klinice fakultní nemocnice pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastosou, a o 200,- Kč jde-li o občany, kterým byly přiznány mimořádné výhody II. stupně. Za závažné důvody se považuje zejména doprava do zaměstnání nebo zdravotnického zařízení a doprava dítěte do internátní školy nebo ústavu sociální péče pro zdravotně postiženou mládež.

Žádost o příspěvek na provoz motorového vozidla se podává jednou za kalendářní rok u pověřeného obecního úřadu obce s rozšířenou působností, příslušného podle místa trvalého bydliště žadatele. Žadatel přikládá čestné prohlášení, v němž se zaváže, že motorové vozidlo bude používat výhradně pro svoji potřebu nebo potřebu těch, jímž má být příspěvek poskytnut. Nedodržení této podmínky by mohlo mít za následek snížení, popřípadě odejmutí příspěvku. Dále je k žádosti třeba přiložit technické údaje o vozidle, které se ověřují předložením platného technického průkazu vozidla.

Občanům s těžkými vadami nosného nebo pohybového ústrojí uvedenými pod písmeny a) až g) přílohy č. 5 k vyhlášce č. 182/1991 Sb. v platném znění, a občanům úplně nebo prakticky nevidomým, kteří nejsou držiteli motorového vozidla ani dopravování motorovým vozidlem, na jehož provoz je poskytován příspěvek podle § 36 výše citované vyhlášky, poskytuje obecní úřad, příslušný podle místa trvalého bydliště žadatele, příspěvek na individuální dopravu. Tento příspěvek je upraven v § 37 výše citované vyhlášky a obec jej poskytne za podmínky, zaváže-li se žadatel písemně předem, že příspěvek nebo jeho poměrnou část vrátí v případě, že přestane splňovat podmínky jeho přiznání.

Příspěvek se poskytuje na kalendářní rok a jeho výše činí 6.000,- Kč. Vyplatí se do konce kalendářního měsíce následujícího po měsíci, v němž byl přiznán.



Jak již bylo řečeno, příspěvek poskytuje obecní úřad, příslušný podle místa trvalého bydliště žadatele. Žádost se podává na předepsaném tiskopise. K žádosti je třeba mimo jiné zpravidla přiložit údaje týkající se označení fyzické či právnické osoby, která dopravu uskutečnila, typ vozidla, technické údaje o vozidle. Některé obecní úřady, například v Praze, se spokojí pouze s čestným prohlášením žadatele o tom, že nevlastní motorové vozidlo ani nepobírá příspěvek na provoz motorového vozidla a z tohoto důvodu je odkázán pouze na individuální dopravu.

*JUDr. Bohuslav Dohelský*



## PORADNA PSYCHOLOGA

### ASERTIVITA (3. část)

Milí čtenáři,

nový rok je pro nás všechny příležitostí dávat si předsevzetí. A tak se přimlouvám za to, abyste nezapomněli na závazek chovat se **asertivně**. Zatím jsme si říkali pouze o dvou z jedenácti asertivních práv. Přesto se zkusme zamyslet, zda se něco v našem chování mění. Pokud se to ještě nedaří, jak bychom si představovali, tak vám nabízím rychlý návod na řešení.

Nastane-li situace, kdy se s partnerem neshodnete, vyvarujte se jeho obviňování - nepoužívejte slůvko „Ty“, mluvte vždy v první osobě „Já.“ Vaše vyjádření pocitů upřímně a bez zábrán může vašemu partnerovi ublížit a vyvolat v něm potřebu bránit se - ne problém řešit. Agresivním **ty – výrokem** (ve druhé osobě) říkáme: „**Ty** se mnou nikdy nikam nejdeš“. Partner pak většinou reaguje podrážděně a hledá důvody, aby se ospravedlnil a řešení vašeho problému – jít do divadla nebo kina – se nejspíš odloží, protože celá komunikace skončí hádkou.

A tak doporučuji vyzkoušet asertivní **já – výrok**. Řekneme:

„**Já** bych moc ráda s Tebou šla do divadla, schází mi, že na sebe nemáme čas.“ Zkuste stručně vysvětlit a popsat to,

jak na vás partnerovo rušivé chování působí, co cítíte a jak vás ovlivňuje. Tyto pocity nemají být útokem proti osobě partnera, ale mají jen poukázat na jeho, pro vás nepřijatelné jednání. Vyjadřujte se přímo a sami za sebe. Neobviňujte! Je také důležité zeptat se nejdříve sami sebe, jak to, co se chystáte právě říci, na partnera zapůsobí. Zda to povede k vašemu sblížení, nebo se spíše vzdálíte?

Nenechte se odradit tím, že i přes vaši snahu se Vám nepodaří změnit reakce partnera k lepšímu. I to se může stát. Uvědomte si, že Vy svým asertivním chováním získáváte účinný prostředek ke zmírnění vlastního hněvu. Zachováte si dostatečný nadhled, sebeúctu a kontrolu nad situací. Nezatížíte váš vztah dalšími negativními emocemi a výroky - to je velmi důležité!

Je pravděpodobné, že partner změnu ve vaší komunikaci zaregistruje a začne o tom, co mu říkáte, přemýšlet. A proto vydržte! Anebo dejte partnerovi přečíst články o asertivitě, protože příště budeme pokračovat 3. asertivním právem.

Srdečně zdraví a mnoho úspěchů přeje

*Mgr. Magdaléna Zurinková*

## ZDRAVÍ

### MENINGITIDA

Meningitida je onemocnění, při kterém dochází k zanícení mozku a páteřního kanálu následkem bakteriální nebo virové infekce. Onemocnění má obvykle bakteriální nebo virový původ, ale ve vzácných případech může být způsobeno i houbami. Lidé, kteří onemocní meningitidou bakteriálního původu, jsou v ohrožení života. Meningitida virového původu má většinou méně závažný průběh.

#### **Bakteriální meningitida**

Existuje nejméně 50 druhů bakterií, které mohou způsobit meningitidu, nejčastěji známou jako zánět mozku či mozkových plen (blan). Mezi hlavní druhy patří: meningokoky, pneumokoky, streptokoky skupiny Bb, bakterie E. Coli a Listeria, Tbc bakterie (tuberkulózní) a Hb bakterie ze skupiny B (bak-



terie hemofilní chřipky). U některých forem meningitidy, a to u meningokové a streptokokové skupiny B, se vyskytuje i septikémie (otrava krve). Jestliže se otrava krve vyskytne u meningitidy, je nemocný člověk ve vážném ohrožení života.

Pneumokokální meningitida postihuje ve většině případů dospělé jedince, ačkoliv se také může objevit u dětí. Jde o nejnebezpečnější formu meningitidy s největším rizikem úmrtí nebo dlouhodobého neurologického poškození a často i recidivou (opětovné zhoršení zdravotního stavu či návratu infekce).

Streptokokální meningitida zase postihuje ve většině případů novorozence. Ale na rozdíl od pneumokokální meningitidy je obvykle neškodná. Jen někdy se může objevit také septikémie, která je hlavním příznakem této formy meningitidy. Dále se může objevit i vyrážka, která však za normálních okolností není viditelná. Ve vzácných případech touto meningitidou mohou trpět i dospělí jedinci.

Meningokokální onemocnění může být také způsobeno bakteriemi E. Coli a Listeria. Tato forma meningitid je typická obzvláště u dětí, u lidí pokročilého věku a u těch, kteří mají oslabený imunitní systém. Jsou známy i další vzácnější bakterie, které způsobují toto onemocnění rovněž v této podobě.

## **Virová meningitida**

Tato forma meningitidy má za normálních okolností poměrně lehký až mírný průběh. Mezi běžné příznaky patří: bolesti hlavy, horečka a celková únava. Mohou se však vyskytnout i další projevy, typické pro meningitidu. Vzhledem k tomu, že se lidé často uzdraví bez sebemenších následků, aniž by užívali nějaké léky, je výskyt virové meningitidy poměrně málo známý. Je však běžnějším onemocněním než bakteriální meningitida. Ve většině případů je tento druh meningitidy způsoben virem v zažívacím traktu, které vyvolávají nevolnost a průjem. Dále může být způsoben virem průšnic, herpesovými virem (např. jako důsledek neléčených oparů) a vzácně i virem přenesenými hmyzem. V mnohých případech se lidé uzdraví během 14 dnů, ale u oslabených jedinců trvá nemoc i několik týdnů nebo měsíců.

## Houbová meningitida



Tato forma meningitidy je velice vzácná. Může být vyvolána kandidou (druhem kvasinkové plísně) nebo jinými houbami, které způsobují afty či jiné chorobné projevy v dutině ústní. V závažných případech mohou plísně způsobit nebezpečnou formu meningitidy především u předčasně narozených dětí s velmi nízkou porodní váhou. Rovněž houby *Kryptococcus neoformans*, které se běžně vyskytují v půdě, způsobují v některých případech „houbovitou“ meningitidu. Nejrizikovější skupinou jsou lidé s oslabeným imunitním systémem.

### Příznaky

Meningitida je onemocnění, vyznačující se často neobvykle rychlým průběhem. V některých případech dokáže usmrtit člověka i během jedné hodiny od vzniku prvních příznaků této nemoci. Rozhodující je především včasné rozpoznání prvních příznaků nemoci a stanovení původce. Jedině rychlá lékařská pomoc může zachránit nemocnému život.

Příznaky meningitidy jsou následující: vyrážka, která však nemusí být patrná ve všech případech, ospalost, narušené vědomí, horečka, zvracení, velké bolesti hlavy a ztuhlý krk. Kromě těchto příznaků se může objevit také septikémie (otrava krve). Po nástupu septikémie následují další projevy, a to: studené ruce a nohy, zrychlené dýchání, bolesti břicha, kloubů i svalů a někdy i průjem.

Ne u každého se rozvinou všechny výše uvedené příznaky a meningokoková septikémie se nemusí objevit u každé formy tohoto onemocnění.

### Důsledky meningitidy

K trvalým důsledkům meningitidy patří zhoršení sluchu (až hluchota), tinnitus (ušní šelesty), ztráta zraku (ve většině případů nemusí jít o ztrátu trvalou), poškození mozku (jen ve 2% všech případů se vyskytuje poškození těžšího rázu), ztuhlost v kloubech, ztráta rovnováhy, neobratnost, epileptické záchvaty (ve 4 % všech případů). Někdy je nutné amputovat prsty nebo části končetin nebo odejmout ostatní tkáň poškozené septikémií. Často bývá nutná transplantace kůže. Dále se můžeme setkat i s tělesnou slabostí, s paralýzou (ochrnutím) nebo spasmy (křečemi) a s nedostatečnou koordinací pohy-



bů. Mohou se objevit také záchvaty vzteku (hlavně u malých dětí) až agresivita, špatná nálada, únava, nesoustředěnost, ztráta paměti, potíže s příjmem informací, výukové obtíže (pravděpodobnost v 5% všech případů), změny v chování (někdy jen krátkodobě) i v charakteru (v extrémních případech).

*Z angličtiny přeložila Marta Karásková  
(redakčně upraveno a kráceno)*

## OČI NÁS VŽDY ODHALÍ

O očích se říká, že jsou okna do duše, ale pohledem do očí můžeme hodně zjistit i o zdraví. Zrak je jedním z našich smyslů, bez kterých se obejdeme jen obtížně. Čidla zraku – oči - si proto musíme chránit. Jakmile má člověk pocit, že špatně vidí, oči ho pálí a svědí, měl by vyhledat očního lékaře. V řadě případů je totiž příčinou zhoršení zraku, a pak pomohou vhodné brýle.

Je možné stanovit diagnózu pohledem do očí? Ano, a nemusí se jednat o irisdiagnostiku, což je jeden z oborů alternativní medicíny. Například krví podlité zarudlé oči jsou výsledkem rozšíření očních cév po podráždění alergenem, prachem či alkoholem. Pokud oči také pálí, je nejpravděpodobnější alergie. Úlevu přinesou oční kapky a antihistaminika. Jestliže se oči nezklidní, je třeba vyhledat lékaře, zda se nejedná o bakteriální infekci. Pálení očí svědčí také o únavě po dlouhém sezení u počítače, četbě při špatném osvětlení nebo pobytu v zakouřené místnosti. Pomůže studený obklad nebo několik kapek oční vody.

Nestejně velké panenky upozorňují na závažnější onemocnění, které brání přenosu nervového signálu do mozku. Příčinou může být nádor, proto jakmile toto objevíte, posviťte si před zrcadlem do každého oka baterkou a sledujte, jak zornice reagují. Pokud nestejně, jděte k lékaři.

Olupování kůže mezi řasami, vypadávání řas, začervenalá víčka, která svědí – to jsou příznaky podráždění očí nevhodnou kosmetikou. Zkuste přikládat teplé obklady. Příčinou může být také nemoc. Řasy a obočí pak vypadávají, stejně jako vlasy. obraťte se na kožního lékaře.

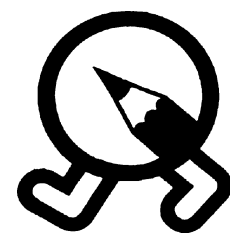
Podívali jste se do zrcadla a máte červené pálící oči a v koutcích sekret? Zřejmě máte zánět spojivek, způsobený bakteriální, plísňovou či virovou infekcí. Lékař předepíše kapky a výplachy. Důležité je nesahat do očí a používat pouze svůj ručník na obličej, denně čistý, nebo ještě lépe papírové ubrousky.

Oči doslova vylézající z důlků jsou příčinou nemoci štítné žlázy, která tvoří hodně hormonu urychlující látkovou výměnu.

*RYTMUS ŽIVOTA, č. 38/2004*

## INFORMACE

### PRO CHVÍLE POHODY

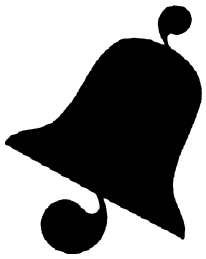


Karmelitánské nakladatelství v Kostelním Vydří vydalo knížku *S bílou holí*. Jiřina Medvedřová, která se o její přípravu k publikování postarala, vybrala pro čtenáře krátké příběhy převážně nevidomých autorů. Ti do nich vložili zážitky ze svých všedních dnů, a protože se lidé se zrakovým postižením umějí zasmát vlastním klopýtnutím, pádům skutečným i do všelijakých malérů, je to čtení především zjasňující náladu.

Knihu, jež humorem povzbuzuje a jinými kapitolami naznačuje cestu k odstraňování bariér nevědomosti o světě lidí se zrakovým postižením, je možné koupit v knihkupectví nebo objednat u zásilkové služby Karmelitánského nakladatelství na adrese: Lukáš Malotín, Kostelní Vydří 58, 380 01 Dačice.

*Jan Nouza*

Knihu si zájemci mohou vypůjčit také v knihovně v Poradenském centru LORM



# HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI

## NEZAPOMENUTELNÁ HEREČKA S HANDICAPEM

Dne 28. listopadu 2004 uplynulo 120 let od narození Růženy Naskové, herečky známé z filmových a především z mnoha divadelních rolí žen, vzbuzujících respekt a úctu. Narodila se v Praze roku 1884 a její život i herecká kariéra se zdá být navenek velmi jednoduchá a bezproblémová. Ve skutečnosti však Růžena Nasková musela bojovat s nepřízní osudu. Po zánětu mozkových blan v dětství jí zůstaly trvalé následky. Nedoslýchavost byla celkem zanedbatelná, k ní se ale přidala silná krátkozrakost a slabý, nevýrazný hlas, který jí zpočátku působil nemalé komplikace. Byla však obdařena skvělou pamětí, kterou si svůj handicap kompenzovala, zejména při orientaci v prostoru. Stačilo jí za doprovodu jiné osoby pouze jednou až dvakrát projít jeviště, aby se pak během divadelního představení pohybovala s obdivuhodnou jistotou. Herecký talent se u Růženy Naskové projevoval už od nejútlejšího dětství. Zajímavostí je, že se za svobodna jmenovala Nosková, tak si po svatbě s akademickým malířem Františkem Naskem nemusela příliš měnit svoje příjmení. Její otec Josef Nosek, byl znám jako potulný umělec mnoha profesí. Růženina starší sestra Helena se pod jménem Malířová stala spisovatelkou a manželkou slavného spisovatele Ivana Olbrachta. I František Naske, manžel Růženy, byl ve své výtvarné práci úspěšný – jeho plakát na pražský všesokolský slet vyhrál soutěž, vyhlášenou v roce 1932.

Už ve věku čtyř let zavedl otec malou Růženku do školky v Anenském klášteře v Ječné ulici. Zde se pod laskavým vedením mladých jeptišek učila první básničky a také si s dětmi hrála na divadlo. Později s rodiči často navštěvovala Národní divadlo. Výrazné pohybové schopnosti i vrozený talent se u Růženy stále rozvíjely a herecký sen se pomalu měnil ve skutečnost. Následovaly kontakty a přátelství s mladými umělci ve Společenském klubu Slavia, kde se ocitla ve společnosti velkých hereckých osobností, jakými byla například Hana Benoniová nebo Hana Kvapilová. A právě před Hanu



Kvapilovou se roku 1902 tehdy sedmnáctiletá Růžena odvážila předstoupit jako velká naděje hereckého umění. Největší herečce té doby přednesla těžký a náročný text z Oidipovy dcery Antigony, odříkala jej však s velkou trémou a plná úzkosti. Zklamání bylo velké, ale Růžena Nosková se nedala odradit. Zkusila štěstí u jiné velké herečky, a to u Otýlie Sklenářové-Malé. Časem se ukázalo, že to byla pro pilnou a nespírně houževnatou žačku Růženu šťastná volba. Pustila se s pomocí zmíněné učitelky do nápravy správné výslovnosti. Aby jí zesílil hlas, často svou řeč kombinovala i se zpěvem. Po necelém roce úmorného hereckého studia dostala příkaz: „A teď musíš hrát!“ Posléze sice Růžena hrála divadlo se žižkovskými ochotníky, ale profesionální divadla, kterých bylo tehdy v Praze málo, o ni neměla zájem.

Když se roku 1904 Růžena Nosková dozvěděla, že ve slovinské Lublani, která tehdy ještě byla součástí Rakouska-Uherska, přijímají české herce pro nově vzniklé Zemské divadlo, poslala fotografii. Byla přijata do rolí naivních dívek a tím pro Růženu započala profesionální kariéra. Po jejím příjezdu do Lublaně, kam ji provázela obětavá maminka, nastalo v divadle zděšení. Hlavním důvodem byla její statná a téměř mužská postava. Tehdejší představitelky naivek musely být drobné, křehké, a Růženě Noskové chybělo jen málo do 180 cm! V Lublani přesto pobyla tři roky, zdokonalila se v řeči, naučila se slovinštině a především hrála všechny role, které přišly. Nejprve hlavně pohádkové prince, postupně i mnoho dalších rolí a také v opeře uplatnila své pěvecké umění. Měla v sobě kus dobrodružné povahy, zděděné po otci, proto neváhala hrát cokoli, dokonce i mužskou roli ve hře Friedricha Schillera Loupežníci. Roku 1907 se Růžena Nosková vrátila do Prahy, kde krátký čas hrála v holešovické Uranii. Zde ji uviděl dramaturg Národního divadla Jaroslav Kvapil, který ji do svého souboru přijal jako náhradu za zemřelou Hanu Kvapilovou, jeho manželku. Dne 7. července 1907 podepisuje třiaadvacetiletá Růžena Nosková smlouvu s Národním divadlem, kde zůstala až do roku 1948. Svou kariéru zahájila Růžena Nosková – po svatbě už Nasková – postavou Markétky z Goethova Fausta. Po této úspěšné premiéře přišly další zajímavé role, ztvárnila například Roxanu v Cyranovi z Bergeracu, Strouhalku v Maryše bratří Mrštíků nebo M. D. Rettigovou z Jiráskovy stejnojmenné hry. Filmový debut si

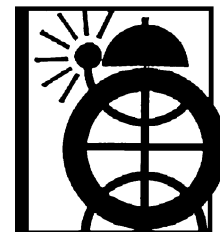
Růžena Nasková odbyla ještě v němé éře, a to roku 1915 ve snímku Josefa Kvapila *Ahasver*, a to hlavní postavou Sidonie Pimzlíkové, v němž si zahrála s Karlem Hašlerem, který byl znám jako pražský písničkář. Do filmových ateliérů se však vrátila až po více než dvaceti letech, tedy na vrcholu své slávy. Roku 1937 v úsměvné komedii *Kvočna* zazářila v titulní roli Anny Svojanovské, kterou si získala srdce diváků. Dále si Růžena Nasková zahrála jednu ze tří starých sester v *Kouzelném domě* režiséra Otakara Vávry (další dvě postavy ztvárnily Leopolda Dostálová a Terezie Brzková). K vrcholnému filmovému projektu bezesporu přivedl Růženu Naskovou režisér Martin Frič, když ji obsadil do titulní role Berty ve filmu *Tetička*. K dalším slavným filmovým rolím Růženy Naskové patří paní Hábová v *Konečně sami*, Šestáková z adaptace Tylovy hry *Paličova dcera nebo babička Pavlásková* ve snímku *Pod jednou střechou*.

Její poslední filmem bylo *Šrámkovo Léto* v roli stárnoucí slečny Růženky, natočeného roku 1948. To už slavnou herečku sužovala vážná nemoc, která vyžadovala častý pobyt v nemocnici a přinutila ji opustit nejen film, ale i milované divadlo. Zůstal jí už jenom rozhlas, ve kterém působila od samého začátku jeho vysílání. Zde svým příjemným a nezaměnitelným hlasem vyprávěla dětem pohádky, hlavně z knih od Karla Jaromíra Erbena a dánského pohádkáře Hanse Christiana Andersena. Nezapomenutelná však byla také tehdejší četba z *Babičky* Boženy Němcové. Růžena Nasková byla úspěšnou spisovatelkou, když v roce 1941, tedy v období 2. světové války, vydala svoji vzpomínkovou knihu *Jak šel život* a v roce 1947 *Malou kroniku dnů*. Jedna z velkých osobností české kultury 20. století, Růžena Nasková, zemřela dne 17. června 1960 ve věku 75 let.

*Zdeněk Sedláček*

# ZE SVĚTA

## 7. EVROPSKÉ PRÁZDNINY HLUCHOSLEPÝCH VE ŠVÉDSKU



*Jsem přesvědčena, že je důležité informovat každého o evropském prázdninovém setkání hluchoslepých. Někteří lidé si myslí: „Jsem hluchoslepý, nemohu nic dělat a nic na tom nezměním.“*

*Například moje hluchoslepaná sestra Annabelle píše článek o prázdninách ve Švédsku do zpravodaje francouzské asociace hluchoslepých. Když si lidé přečtou článek napsaný hluchoslepým člověkem, porozumí: „Život může být fajn, když se budete snažit, aby takový byl.“*

*Christell Larson Francie*

První prázdninový týden byl pro nás nabitý příjemnými zážitky a novými zkušenostmi. Od 5. do 11. července jsme měly díky finanční podpoře Nadačního fondu Českého rozhlasu, Nadace Sophia a Nadace Český literární fond možnost provázet Vášu Turkovou na 7. evropském prázdninovém setkání hluchoslepých ve švédském Mullsjö. Pořádání těchto již tradičních prázdninových setkávání se vždy ujímá některá z evropských organizací hluchoslepých.

Pořádající organizací 7. setkání se stala FSDB – The Association of the Swedish Deafblind – Asociace švédských hluchoslepých. Tato organizace zajišťuje činnost dvanácti regionálních poboček. Na pořádání celé akce se významným způsobem podíleli také mladí hluchoslepi členové přidružení DBU, Swedish DeafBlind Youth, což je švédská národní organizace hluchoslepých dětí a mládeže. FSDB má v současné době přibližně tři sta padesát členů.

Hluchoslepi strávili prázdninový týden v příjemném prostředí typického švédského městečka Mullsjö v areálu veřejné vysoké školy, která mimo jiné nabízí studijní program osobní asistencí handicapovaným. Součástí studijního programu je i tlumočnictví a průvodcovství hluchoslepých.

Setkání ve Švédsku se zúčastnilo dvacet pět hluchoslepých z devíti zemí Evropy – Švédska, Norska, Finska, Velké

Británie, Belgie, Francie, Itálie a Německa. Z České republiky přijel také Honza Jakeš se svou kanadskou tlumočnicí Liz. Přítomno bylo třicet pět průvodců a tlumočnicků. Měly jsme tak možnost sledovat práci profesionálních tlumočnicků taktilního znakového jazyka hluchoslepých, ale také povahu průvodcovství a tlumočení, které poskytovali svým blízkým rodinní příslušníci. Bezprostřední komunikace se přirozeně odehrávala také bez účasti tlumočnicků, prostřednictvím taktilního znakového jazyka.

Celý týden se nesl ve znamení pohody a přátelských setkávání uprostřed nedotčené severské přírody, kterou jsme poznávali z koňského sedla, při plavbě trajektem na královský ostrov Visingsö, i během dobrodružné výpravy na kánoích. Letošní švédské léto bylo poněkud chladné a deštivé, proto jsme hojně využívali i přátelského prostředí školy při výtvarných činnostech a sportovních soutěžích.

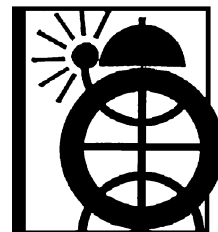
Se Švédskem a všemi přáteli jsme se rozloučily ve víru taneční zábavy závěrečného společenského večera. Už teď se však těšíme na další prázdninové setkání. V příštím roce bude pořádající zemí Bulharsko. Doufáme, že se řady českých cestovatelů rozšíří. Pojedete s námi?

*Anna Šarátková a Eva Rádlová*

## **V PREŠOVĚ CHYSTAJÍ 6. EVROPSKOU KONFERENCI O HLUCHOSLEPOTĚ**

Podpořit a zvýšit povědomí o problémech lidí s mimořádně těžkým zdravotním postižením – hluchoslepotou – je hlavní poslání konference, která se chystá ve slovenském Prešově. Bude mít celoevropský charakter a premiérově se její v pořadí už šestý ročník uskuteční ve střední Evropě.

Deafblind International (Dbi) - Světová asociace hluchoslepých – našla spoluorganizátora v občanském sdružení Slovenská komunita hluchoslepých. Začátkem srpna 2005 se v Prešově očekává účast více než 500 odborníků, zabývajících se řešením problémů, týkajících se života osob s hluchoslepotou, zaměřených na výchovu a vzdělávání takto postižených dětí, rozvoj sociálních služeb, pracovních příležitostí a také na vzdělávání pracovníků, kteří působí v této oblasti. Evroská konference Dbi se poprvé uskutečnila v roce 1986.



Jak na setkání v Prešově zdůraznil sekretář Dbl, Angličan Richard Hawkes, volba Slovenska a Prešova v roli pořadatele byla cílená. V nedaleké obci Červenica totiž sídlí Evangelická speciální základní škola internátní pro hluchoslepe děti ve věku od 3 do 18 let. Zřízena byla roku 1992 a je dosud jediná v celé Slovenské republice. Dále R. Hawkes upozornil, že v řadě evropských zemí nejsou známy ani přesné počty hluchoslepých lidí. Na Slovensku se jejich počet odhaduje do 2000. Rovněž zdůraznil, že je třeba hledat odpověď na otázky: Kde tito lidé jsou, co dělají, kdo a jak se o ně stará? Název této konference by měl plně odpovídat charakteru zmíněných otázek – od neviditelného k viditelnému.

Podle předsedkyně Slovenské komunity hluchoslepých Marie Podhájecké zaměřilo toto občanské sdružení činnost od svého vzniku v červnu 2003 na organizaci projektů, zaměřených na rozvoj komunikačních a pracovních schopností hluchoslepých dětí ve spolupráci s Pedagogickou fakultou v Prešově.

*Ze slovenského časopisu Nový život přeložil  
Zdeněk Sedláček*

*Tento příspěvek zaslal ze Slovenska čtenář Doteků  
Jozef Serafín*

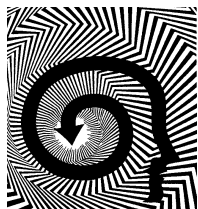
## ZÁZRAČNÁ KŮŽE

Lidská kůže, kterou údajně tak dokonale známe, se někdy chová tak neobvyklým způsobem, že nevycházíme z údivu. Naprosto neuvěřitelná je skutečnost, že by člověk mohl s pomocí kůže dokonce i vidět, aniž by k tomu potřeboval zrak. Takových případů se ve světě vyskytlo už několik. V roce 1956 studoval německý doktor Karl König hluchoslepe děvčátko, které svojí pokožkou dokázalo rozlišovat světla různých barev i intenzity. Co ovšem udivovalo nejvíce. Hluchoslepá dívenka byla schopna vidět i malé předměty do vzdálenosti 2 metrů s takovou ostrotí, že je mohla uchopit a zvednout z podlahy, aniž jí u toho musel někdo asistovat.

Podobnou schopnost měl také mladý Ved Metha z Indie, který ve věku tří let následkem meningitidy (zánětu mozku) úplně oslepl. To mu však nemohlo zabránit v tom, aby v přeplněných ulicích svého rodného městečka nejezdil na kole. Později projel autobusem celé Spojené státy americké

křížem krážem, aniž by potřeboval sebemenší pomoc. Nebyl sice schopen přesně popsat, jak takové vidění probíhá, ale skutečně dokázal vnímat a lokalizovat předměty jen prostřednictvím kůže obličeje bez použití zraku.

*Z časopisu Květy č. 46/2004 pro Doteky upravil  
Zdeněk Sedláček*



## ŘÁDKY PRO SENIORY

### TŘI VÁNOČNÍ VZPOMÍNKY

#### **První: 1964**

Kovárna na Poldovce na tři dny ztichne. Jen v pecích slabě hučí oheň. Mezi buchary přibývají těžké hromádky kového prachu. Předvánoční klid, ale teď je čas svačiny. Ukusují ze dvou krajců na sobě. Stejně tak musí otvírat pusy na své krajíce ten chlapec vedle mne. Prohlíží si při tom ztichlou halu. Říká mi: „Mám tu někde dělat, mám si vybrat.“ Namyšleně na své zkušenosti v této dílně povím tomuto chlapci o 1500 stupních Celsia v pecích, o tlaku 2000 tun v kovadlech lisu, o jeřábu 15 metrů nad hlavami kovářů. Čekám, jaké povolání si ten zelenáč vybere. Cítí, že mu tady tu práci budu rozmlouvat, ale nemusím. „Kdepak, tady já nebudu! Já si tu jen vydělám na dobrý foťák. Umělecké fotografie jsou mým cílem!“ Ještě víc otvírám pusy – údivem. V těchto letech není umění v módě.

#### **Druhá: 1984**

Bílá hůl přede mnou a černé brýle na nose uklízejí můj chodník. Jen pán, kterého nabrala hůl, mne nevnímal. S omluvou jsem ho obešel, ale i na to byl lhostejný. Zato já se zastavím a jako si čistím nos. Za mnou slyším: „Nazdar Pepo! – Jseš přeci Josef Fousek! – Před lety jsme přeci dělali spolu v kovárnách v Poldi!“ Asi si tisknou ruce. Asi vzpomínají, stejně jako já. Vždyť takhle se mi tenkrát představil ten naivní chlapec! Ti dva se poznali po dvaceti letech. Mne ve slepeckém stejnokroji nemohli poznat. Taky dobře! Ťukám si to dál. Nechtěl jsem v této chvíli před Vánoci vypadat jako prosebník.

## **Třetí: 2004 – 2. svátek vánoční**

Slyšící ucho se přilepí na rádio. Ten hlas je mi velice povědomý. Ano, představuje se stejně, jako jsme se před čtyřiceti lety seznámili na ocelové podlaze v kovárnách. Jenže tento Josef Fousek mluví o svých básních, literárních dílech, o svém zpěvu a kytáře, o spolupráci s Voborníkovou, Spáleným, Šimkem a dalšími umělci. To přece nemůže být ten tehdejší zelenáč! Ale na závěr připomíná svou výstavu fotografií. Je to určitě ten, který si tenkrát vydělával na „dobrý fotoaparát!“

Na rekondicích i na srazech v LORMu poznávám stejně zdánlivé „zelenáče“. Sluch i zrak jim nedovolí být zcela na úrovni pana Fouska, ale vím, že v nich dřímá mnohé umění, čekající na probuzení. Jen se, přátelé, klidně probudte!

*Viktor Sedlář, Kladno*

## **SPOLEČENSKÁ KRONIKA**

### **JUBILEA**

V prvním čtvrtletí roku 2005 oslaví či již oslavili svá životní jubilea tyto členové nebo klienti LORMu:

83 let – Marie Bednářová

82 let – Jiřina Růžičková

81 let – Vlasta Maňhalová, Zdeňka Slabá, Rudolf Růžička

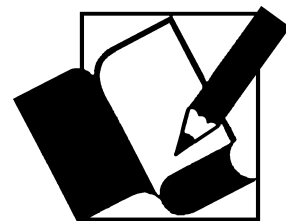
70 let – Petr Jílek, Josef Jandl

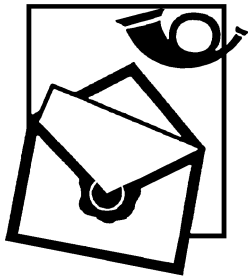
60 let – Slavie Koláčková

55 let – Julie Skopalíková, Květuše Dvořáková

40 let – JUDr. Bohuslav Dohelský

30 let – Mgr. Diana Benšová





## DOPISY

### NEVŠEDNÍ POHLED NA SETKÁNÍ LORMÁKŮ V KRALUPECH OČIMA VÁŠNIVÝCH TURISTEK

Jely jsme z Letohradu přes Prahu a vystoupily v Nelahozevsi. Byl smutný, mlhavý den. Přešly jsme velký silniční most a rozbitým plotem prolezly do parku Veltrusy. Prošly jsme celý park, kde jsou ještě vidět škody, napáchané povodní v roce 2002. Chodily jsme po krásném měkkém mechu a značnými cestičkami a kochaly se krásou, kterou tvořily generace před námi. Také jsme se dostaly do opravené části parku v bezprostřední blízkosti známku. Ten je ale přes zimu zavřený. Ještě jsme chvíli bloudily městečkem Veltrusy, kde jsme si daly alespoň čaj.

Potom jsme po starém mostě přešly zpátky do Nelahozevsi a nepříjemnou cestou kolem vody jsme putovaly na zámek. Jsou tam asi zařízení jen na dopravu silniční a vlakovou, pěší cesta je deprimující. Po silnici bez chodníku, kde sviští jedno auto za druhým, případně po blátivých a rozježděných cestách kolem kolejí. Nicméně jsme se dostaly k zámku, který Mášu (já jsem v něm už byla) uchvátil majestátním vzhledem a perfektní udržovaností. Prošly jsme také maličký park a spočítaly oblouky přístupového mostu (je jich 5). Poté jsme se poučily o životě hudebního skladatele Antonína Dvořáka a krásnou cyklostezkou putovaly do Kralup.

Ubytovaly jsme se a labyrintem chodeb v obrovském hotelu se vydaly na setkání s Lormáky. Každému jsme hlásily, jak jsme si užily turistiky. U stolu jsme se setkaly se známými, ale také s novou členkou LORMu z Brna, Zuzkou. Jednání valné hromady se dost protahovalo a v sobotu po obědě jsme se cítily dost unavené. Využily jsme toho, že po deštivém dopoledni vysvitlo sluníčko a vydaly se spolu se Zuzkou poznávat vlastní Kralupy. Přímo nad hotelem se zvedá kopec zvaný Hostibejk, na něm se nachází vyhlídkový altánek a výletní restaurace. Z kopce byla krásná vyhlídka, viděly jsme dokonce i Říp. Zuzka se vrátila do hotelu pro fotoaparát, aby měla památku na pobyt v podobě fotografie Řípu. My jsme s Mášou zkoumaly turistické trasy, ale daleko jsme nedošly. Cestička končila v ohradě rozestavěné vilky. Nicméně pro-



cházka po svahu Hostibejku, který je porostlý lesoparkem a je oddychovým místem pro občany města, byla moc prima. Brouzdaly jsme se bezstarostně kobercem zlatavého listí a na pokračování jednání dorazily se značným zpožděním.

Večerní raut na oslavu 10 let Doteků jsme však stihly a docela jsme se pobavily. Ovšem výdrž do ranních hodin (jako někteří účastníci rautu) nám chyběla. Zato ráno jsme se zase vydaly užívat si turistických radovánek. Takže jsme vyrazily za zajímavým hradem-zámekem ve Chvatěrubech. To byla kdysi tvrz, později přestavěná na hrad. V období baroka se z něj měl stát zámek, ale nedostavěli ho. Dnes je názornou ukázkou různých slohů. Dorazily jsme k němu asi po hodině chůze. Krásně se tyčil proti obloze. Máša si libovala, že ho nestíní listí stromů. Rychle jsme se vrátily do Kralup a stihly ještě závěr prezentace pomůcek pro sluchově a zrakově postižené. Poté jsme ještě měly čas popovídat si s několika Lormáky a po obědě se vydaly na vlak. Tento pobyt se nám moc líbil, určitě budeme dlouho vzpomínat. Jen máme trochu černé svědomí, že jsme se plně nevěnovaly jednání valné hromady LORMu. Snad to tak moc nevadí. To je asi všechno, co se nám ze setkání v Kralupech zapsalo do paměti.

*Irena a Máša Honzákovi, Letohrad*

## ZÁLIBY (HOBBY)

### MALINÍK LÉČÍ RŮZNÉ ZÁNĚTY

Maliník provází člověka pravděpodobně již od doby, kdy začal osidlovat Evropu a velkou část Asie. Jeho šťavnaté a chutné plody jsou všeobecně známé jako maliny. V některých krajích se dodnes maliny zpracované ve formě sirupu či marmelády často uplatňují jako lék proti herečce, zvláště u malých dětí. Listy z tohoto keře jsou rovněž odedávna vysoce ceněny při léčení různých zánětlivých neduhů, zejména hnisajících ran a špatně se hojících poranění kůže.

Maliník obecný (latinsky *Rubus idaeus*) je jeden až dva metry vysoký keř, vyhánějící z plazivého kořene prutovité výhonky, tzv. prýty. Tyto dvouleté lodyhy (stonky) bývají značně proměnlivé a na zimu vždy shazují listy. Některé lodyhy



jsou zcela lysé, jiné jemně rezavě chloupkaté zvláště ve spodních částech, kde často přecházejí v krátké a tvrdé ostny. Jednoleté výhony jsou obvykle nekvetoucí, jednoduché a přímé, na kterých se koncem léta vytvářejí pupeny. Teprve druhým rokem pruty dřevnatí a z pupenů vyrůstají postranní květonosné větve, na kterých po odkvětu vznikají a dozrávají plody. Po odplození pruty většinou odumírají. Střídavé listy jsou lichozpeřené, obvykle tří až pětičetné (zřídka i sedmičetné), s poměrně dlouhým řapíkem, mnohdy jemně ostnitým. Jednotlivé lístky jsou většinou svěže zelené, zašpičatěle vejčitého tvaru, na okrajích nepravidelně ostře pilovité, na rubu často běloplstnaté, zejména u keřů, rostoucích na slunných místech. Bílé květy, uspořádané v chudých latách, jsou převíslé, pětičetné s nazad ohnutými kališními cípy. Květy mají úzké korunní plátky, velké množství tyčinek a semeníčků, sedících na vypouklém květním lůžku. Plod je souplodí, složené ze srostlých drobných a červených peckoviček, známé jako malina, která se po dozrání vždy snadno odděluje od lůžka (na rozdíl od ostružiny). Výjimečně se v přírodě mohou objevit i rostliny s jantarově žlutými nebo bílými plody. Kvete od května do července a plody uzrávají od července do září – v teplých oblastech dříve, na horách a v severských oblastech později.

Maliník je rozšířen především v mírném pásmu celé severní polokoule. Areál jeho původního rozšíření zřejmě sahá od jižního Grónska a Špicberků na Island, odtud přes celou Evropu a rozsáhlé oblasti Sibiře až na ostrov Sachalin. V jižních částech svého výskytu se objevuje vzácněji a pouze v horských oblastech. U nás roste velmi hojně, zejména v podhorských a horských krajích, a to na mýtinách, v řídkých lesích, na okrajích lesů, křovinatých stráních, na mezích a ve starých zahradách. Často vytváří souvislé porosty, zvláště na mírně vlhkých půdách. Hojně se také pěstuje v zahradách v celé řadě vyšlechtěných odrůd jako ovocný keř.

Pro farmaceutické účely se sbírají mladé svěží listy, nejlépe bez dlouhých řapíků, aby rychleji schly. Nejvyšší jsou listy v době květu, tj. koncem května a v červnu, ale je možné je sbírat ještě v září, dokud si zachovávají svěže zelenou barvu. Z jednoletých nekvetoucích výhonů lze navíc získat listy sdrhnutím zdola nahoru, u plodných rostlin je třeba

trhat šetrněji. Sběr je dobré provádět v rukavicích, protože tvrdé a ostré chlupy či trny se z pokožky odstraňují velmi obtížně. Nasbírané listy se suší v načechráné vrstvě, vysoké do pěti centimetrů na stinném a dobře větraném místě. S usušenou surovinou je třeba zacházet opatrně, neboť se snadno drtí. Použijeme-li na sušení sušičku, pak umělá teplota nesmí přesáhnout 50 stupňů Celsia. Příměs listů ostružiníku nebo trav je nepřijatelná. Kvalitu suroviny snižují také jiné části rostlin a ztmavlé listy. Po usušení se musí skladovat v dobře uzavřených nádobách a chránit před světlem.



Listy maliníku se uplatňují nejen v lidovém léčitelství, ale i v moderní medicíně. Mají výrazné protizánětlivé, antibakteriální močopudné účinky, podporují tvorbu žluče a usnadňují trávení. Čaj z listů zlepšuje látkovou výměnu, doporučuje se například při snižování nadváhy. Dále zastavuje vnitřní krvácení, hlavně při vředové chorobě žaludku, krvácivých zánětech močových cest nebo při děložních potížích u žen. Těhotné ženy si pitím tohoto čaje v posledních měsících gravidity značně zvyšují činnost děložního svalstva a tím si usnadňují porod. Odvar z listů maliníku se používá jako kloktadlo, zejména při chrapotu a zánětech dutiny ústní. Ve formě výplachů se též doporučuje na vymývání zanícených ran a hnisajících nežitů. Často se používá i k výplachům očí, zejména při hnisavém zánětu spojivek a slzných kanálků. Někdy se sbírají i čerstvé maliny, které slouží k přípravě sirupu, používaného k potlačení nepříjemné chuti některých léčiv i jako prostředek při chorobách z nachlazení a poruchách zažívání, především u dětí.

Maliny patří mezi nejstarší ovoce v dějinách lidstva. Ve starém Řecku byla významným střediskem sběračů těchto vonných a chutných plodů hora Ida. Odtud vzniklo latinské jméno tohoto keře *Rubus idaeus*. Ve východní Evropě, hlavně v Bělorusku a Rusku, jsou k léčení různých nemocí hojně užívány i sušené plody, a to dokonce v běžném oficiálním lékařství. Čerstvých malin se rovněž velice často využívá i v potravinářství. Slouží hlavně k výrobě kompotů, marmelád, limonád a jiných nápojů. Sušené listy maliníku se většinou používají jako součást žlučopudných, močopudných a protiprůjmových čajových směsí. Někdy slouží jako náhražka pravého čaje, často společně s listy ostružiníku a jahodní-

ku. V současné době jsou sušené listy maliníku obsaženy v čajové směsi *Species chlagogae Planta*, a také v Dětském čaji s heřmánkem. Obě tyto čajoviny jsou určeny jako pomocný lék při poruchách zažívání.

*Zdeněk Sedláček*

## POVĚSTI Z NAŠICH KRAJŮ

### Pověst o koláři Birkovi

Vchod do staré radnice v Brně je dost prostorný, u stropu visí drak, kterýž symbolizuje moravskou metropoli. Na jedné z bočních zdí je zavěšeno velké dřevěné kolo a na něm je napsáno jméno Birk. Pan Jiří Birk byl kolář, mistrem v Lednici, o kterém na Moravě koluje řada pověstí.

V době třicetileté války se jednoho dne sešlo 12 řemeslníků v jedné z mnoha hospod v blízkém okolí Brna. Všichni pili a pili, až se z kuráže začali vychloubat a posléze i uzavírat různé sázky. Jiří Birk se vsadil, že za jeden den porazí strom, udělá kolo a to dokutálí do města, než slunce zapadne. Vsadil se o sud vína, ale nikdo z přítomných mu nevěřil. Všichni se mu smáli a jenom se těšili na další sklenice vína. Brzy ráno kolář Birk vybral v lese vzrostlý jilm, pokácel jej, potom vyřezal loukotě, špice, hlavu, stvořil kolo a vydal se s ním na cestu. Do Brna to měl daleko šest mil. Do města skutečně s kolem došel ještě před západem slunce. Na radnici předal kolo starostovi města Gabrielu Guimovi, který mu navíc dal potvrzení, že kolo opravdu převzal. Doma na základě potvrzení milému koláři Birkovi teprve uvěřili a každý mu dal po tolaru a bečku vína a zase pili.

Mistr Birk prý však zemřel v úplné bídě, protože lidé ho nařkli, že je spolčen s ďáblem. Přestali k němu chodit, práce i peněz mu valem ubývalo, a to přesto, že tenkrát dokázal učinit tak slavný kousek.

*Miroslava Malášková*

# Z LITERÁRNÍ TVORBY HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ



## TÉMĚŘ POHÁDKOVÝ DĚDEČEK

Do doby, než jsme dostali klíče od bytu v Chomutově, jsem bydlela u babičky na venkově. Tu vesničku mám moc ráda pro nádhernou krajinu. Kolem se táhne prstenec Krušných hor s hlubokými lesy, mezi nimiž se proplétá denně nahoru k Vejprtům malý červený vláček motoráček. Poslouchala jsem jeho houkání, které se v lese rozléhalo.

Na Hradišti dříve stála dřevěná rozhledna, z níž byl ten horský kraj jako na dlani. Někdy se dohlédlo až k Doupovským vrchům a vesničky s červenými střechami domečků měl člověk přímo před sebou. Babička mne varovala, abych dávala dobrý pozor, že je tam hodně zmijí. Se začínajícím létem jsme do těchto lesů chodívali rádi na konvalinky a koncem prázdnin na houby, maliny a borůvky.

Co krásných chvil jsem tam strávila, se nedá spočítat. Jako malá dívenka jsem se také chodila celé prázdniny koupat do rybníka pod lesem. Ve vzpomínkách dodnes vidím tu nádhernou kopretinovou louku, táhnoucí se až k Spořicím. Škoda, že musela zčásti ustoupit rozrůstajícím se lidským obydlím.

Ale i tam mi dal tento kout přírody prožít nezapomenutelný zážitek. Cestou kolem rybníka nahoru do lesa na maliny jsem unavená a žíznivá pronesla poněkud hlasitě: „Jeden chtěl dát království za koně, a já bych dala nevím co za pořádnou sklenici vody!“ Zaslechl to starý dědeček, co bydlí na samotě ve staré chaloupce s pejskem, kozou a slepičkami. Otevřel branku a na tu vodičku mě pozval, dokonce nabídl i kousek čokolády. Pak mi vyprávěl, že je vysloužilý mašinfíra z chomutovského nádraží a že s lokomotivou sjezdil lán světa. Teď už jezdí jen na kole nakoupit si živobytí a s kytičkou na hřbitov za nebožkou. Slíbila jsem mu, že až sem půjdu na maliny, zastavím se. Ten děda mi připadal jako z pohádky a kdyby se nehnały bouřkové mraky, seděla bych tam s ním ještě hodně dlouho.

*Tento příběh do Doteků zaslala  
Jarka Navarová z Chomutova*



## VZPOMÍNKA NA LÁZNĚ

Krajina krásná malebná,  
tam na severu Čech,  
leží Mariánské Lázně.

Když jsem tam přijela,  
Pannu Marii prosila,  
by naši prosbu k léčbě vyslyšela.

Lékaři, sestřičky, moc hodní byli,  
lázeňskou léčbu předepsali,  
též cvičení a koupele,  
aby se nám zde žilo vesele.  
K tomu laskavý úsměv,  
hudbu, tanec a zpěv,  
s námi se roztančil celičkový svět.

Ptáčci kolem krásně zpívali,  
velkou naději na uzdravení nám dávali.  
Ta léčba v lázních moc krátká byla,  
přesto nám všem částečně zdraví navrátila.  
A proto, Mariánky krásné, jak ráda vás mám,  
tisíce pozdravů vám posílám!

*Marie Váňová, Hybrálec*

## VZKAZY

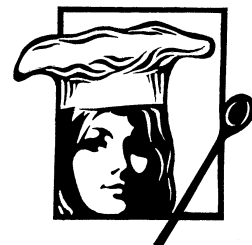


### ZRNKA

1. Handicap je schod, který musí postižený překonat, aby se vyrovnal ostatním – ale když je na něm, má oproti ostatním právě o ten schod blíž k poznání nejvyšších příček žebříčku životních hodnot a priorit...
2. Ani sebevětší vlastní bolest nám nedává právo působit bolest bližnímu.
3. Kdo bere těžkosti jako výzvu k souboji s nepřízní a ne jako tíhu osudu, má už napůl vyhráno!

*Rudolf Kukačka*

# RECEPTY



## RYDATTNÉ ZIMNÍ POLÉVKY

### Kapustová polévka

*2 hrnky nakrájené kapusty, 1 hrnek brambor pokrájených na malé kousky, 4 lžíce mouky, 2 lžíce oleje, 1/2 čajové lžičky mletého kmínu, 3/4 čajové lžičky soli, 1 čajová lžička majoránky nebo dobromysly (oregana), 5-6 hrnků vody*

Mouku nasucho opražíme do růžova, přidáme olej a zalijeme sklenicí studené vody. Necháme rozvařit. Přidáme mletý kmín, sůl, kapustu, brambory a další vodu a vaříme, až brambory změkknou. Před odstavením přidáme majoránku nebo dobromysl.

Tuto jednoduchou a dobrou polévku můžeme připravovat během celého roku, protože kapusta je jednou ze zelenin běžně dostupných stále na našem trhu.

### Čočková polévka

*1 hrnek čočky, 4 hrnky vody, 2 cibule nakrájené na měsíčky, 3 stroužky česneku nadrobno pokrájeného, 1/2 hrnku nakrájeného celeru, 2 mrkve nakrájené na kolečka, 1/2 lžičky pepře, 1-2 lžičky soli, 1-2 polévkové lžíce citrónové šťávy, 2 čajové lžičky octa, 1 lžíce červeného vína (podle chuti)*

Přebranou a umytou čočku vaříme na mírném plameni ve vodě asi 1-2 hodiny (v tlakovém hrnci asi 3 hodiny). V menším hrnku zpěníme na tuku cibuli, česnek, přidáme celer a mrkev a dusíme, až jsou měkké. Přidáme čočku i s vývarem, osolíme a vaříme dál. Přitom dobře mícháme, aby se polévka nepřipálila. Nakonec ji ochutíme pepřem, octem, citrónovou šťávou a červeným vínem. Nepodáváme ihned, ale necháme ještě asi půl hodiny odstát – bude lepší.

Milovníci masa si mohou do obou polévek přidat opečenou klobásu nebo pokrájené uzené či anglickou slaninu.

Dobrou chuť!

**DOTEKY. Bulletin LORMU, zima 2004, číslo 41.** Vychází čtvrtletně.  
Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepé, Zborovská 62, 150 00 Praha 5.  
Vychází v černotisku, 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), Petra Zimermanová (ředitelka).

Za LORM: Petra Zimermanová, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel: 257325478

Grafická úprava: Michal Vondráček, Pařížská 19, 110 00 Praha 1

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 rozeslán na základě objednávky členům LORM a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Zasláné rukopisy, kresby a fotografie se archivují a vracejí pouze na vyžádání odesílatele. Uzávěrka příspěvků do čísla 42 (Jaro 2005) je 20. 3. 2005.

**Doteky v roce 2004 mohly vycházet díky finančnímu příspěvku od Nadačního fondu Českého rozhlasu, dotaci od České rady humanitárních organizací a výtěžku ze sbírky „Červenobílé dny.“  
Děkujeme za PODPORU.**

## **LORM**

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

**REGISTRACE MINISTERSTVA  
KULTURY ČR Č. E 11000**