

# DO TEKY

44

2005



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND

BULLETIN LORMU – PODZIM



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

NEVIDOMÍ BUDOU MÍT PŘÍLEŽITOST VYUŽÍVAT  
ELEKTRONICKÝ PODPIS • str. 16

6. EVROPSKÁ KONFERENCE O HLUCHOSLEPOTĚ  
NA SLOVENSKU • str. 19

# Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA



<b>VERŠE</b> · Podzimní píseň o víně .....	2	
<b>SLOVO ŠÉFREDAKTORA</b> .....	3	
<b>ZPRÁVY Z LORMU</b>		
Sbor z Velké Británie vystoupil v Praze ve prospěch hluchoslepých .....	4	
Brahmsovo Německé Requiem v Praze .....	5	
Pobyt u řeky Labe .....	5	
<b>PRÁVNÍ PORADNA</b>		
Dávky státní sociální podpory /2. část/ .....	7	
<b>PORADNA PSYCHOLOGA</b>		
Asertivita /6. část/ .....	9	
<b>ZDRAVÍ</b>		
Ergoterapie .....	10	
Wolframův syndrom .....	12	
<b>INFORMACE</b>		
Pohár ze soutěže vodicích psů si odvezl hluchoslepý borec do Ostravy .....	14	
Druhý ročník literární soutěže Internet a můj handicap .....	15	
Nevidomí budou mít příležitost využívat elektronický podpis .....	16	
<b>HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI</b>		
Ze života Heleny Kellerové /2. část/ .....	17	
<b>ZE SVĚTA</b>		
6. Evropská konference o hluchoslepotě na Slovensku .....	19	
Hluchoslepé děti vnímají svět prostřednictvím vůní a doteků .....	24	
Neslyšící mají v Římě svou speciální restauraci .....	26	
Trochu povídání o jídle v Indii aneb mouchy nepočítejte .....	26	
<b>ŘÁDKY NEJEN PRO SENIORY</b>		
<b>Druhá světová válka očima čtenářů</b>		
Vzpomínky malého venkovského děvčátka .....	28	
<b>SPOLEČENSKÁ KRONIKA</b> · Jubilea · Vzpomínka .....		30
<b>DOPISY</b> · Vozíčkář .....		31
<b>ZÁLIBY (HOBBY)</b>		
Celík léčí nemocné ledviny .....	31	
<b>Pověsti z našich krajů:</b> Zloděj v hrobce .....	34	
<b>Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků:</b>		
Neboj se a pojď .....	35	
<b>VZKAZY MOUDRÝCH</b> .....		36
<b>RECEPTY</b>		
Nepravá dršťovka se Soja Vitou .....	36	
Cuketová omáčka k těstovinám .....	36	



*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

### PODZIMNÍ PÍSEŇ O VÍNĚ

Jaroslav Seifert

Ó jarní dnové, květy mimózy,  
Jež kývaly jste ze zavřených branek!  
Pěst hroznu z listí něžně pohrozí  
A vlasy zčechrá stěhovavý vánek.

Již letí vzduchem lehké pápěří  
A podzim nese naplněný džbáněk.  
Ó dnové lásky, růže na keři,  
Už prchá sen a rozkošnický spánek.

Když vína jsem si zbožně naléval,  
Tu vzpomínal jsem na tetřeva hlušce.  
Vždyť něčí vlas, který jsem miloval,  
Teď opuštěný leží na podušce.

A zlato vlasů z čížky stéká mi,  
Je zlíbám znovu, když se připozdívá.  
Za sedmi vrchy, sedmi řekami  
Jde starost o holi a prstem kývá.

# SLOVO ŠÉFREDAKTORA



Milí čtenáři!

V době, kdy píšu tyto řádky, venku panuje i přes ostré sluneční paprsky sychravé a dosti chladné počasí. Příroda se už pomalu ukládá k zimnímu spánku a zanedlouho jistě přijdou i nepříjemně studené dny s mrholením a plískanicemi. Ani nevlídné a mlhavé podzimní období však některé čtenáře neodradí od občasných pěších vycházek do přírody. Ti ostatní si alespoň za stále delších večerů přečtou nejednu pěknou knížku, případně si poslechnou jakoukoliv hudbu nebo písničku dle svého uvážení na kazetách či v rozhlase. Nesmím zapomenout ani na neslyšící Lormáky – vděčné televizní diváky.

Většina našich neslyšících spoluobčanů má v současné době k dispozici televizory opatřené skrytými titulky a mohou tak shlédnout různé televizní pořady. Pokud máte možnost sledovat veškeré dění prostřednictvím televizní obrazovky, neváhejte, napište nám do Doteků! Vaše ohlasy a připomínky rádi zveřejníme v našem časopise. Nezapomeňte přitom uvést, o jaký pořad se jedná a na které televizní stanici se vysílal! Kromě svých dojmů můžete uvést i datum dne a čas, kdy byl pořad uveden, případně také jméno titulkaře, pokud je známo.

V úvodu tohoto vydání Doteků si přečtete podzimí verše známého českého básníka Jaroslava Seiferta. Z letošních edukačních (výchovně vzdělávacích) pobytů tentokrát uvádíme pouze postřehy z Děčína od hluchoslepé účastnice J. Žákové. Ohlasy ze všech pobytů, případně jejich hodnocení, se pokusíme uvést až v příštím čísle. Velkou událostí tohoto roku byl pro hluchoslepé návštěvníky a jejich průvodce zářijový benefiční koncert v pražském kostele Nejsvětějšího Salvátora poblíž Karlova mostu. Zde se návštěvníkům naskytla jedinečná příležitost poslechnout si jedno z vrcholných hudebních děl německého skladatele J. Brahmsa Německé Requiem v podání smíšeného sboru z Velké Británie.

V rubrice ZDRAVÍ pokračuje seriál Příčiny hluchoslepoty, kde přinášíme některá fakta o Wolframově syndromu, velice vzácném onemocnění genetického původu. Dále se dozvíte, co je to ergoterapie (léčebná metoda zaměřená na opětovné navrácení a rozvoj pracovních dovedností nemocných lidí). Rubrika HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI je věnována druhé části



reportáže o nelehkém životě geniální Heleny Kellerové a její učitelky Anne Sullivanové. V příštím čísle přineseme pojednání o významné osobnosti současného světa, rovněž z USA – hluchoslepém psychologovi a básníkovi Robertu Smithdassovi a jeho též hluchoslepé manželce Michelle. Čtenáře Doteků budou jistě zajímat také nevšední cestovatelské zážitky z Indie od Bc. J. Blahoutové, speciální pedagožky a terénní pracovníce LORMu. Za zmínku rovněž stojí reportáž z Evropské konference o hluchoslepotě, která se uskutečnila v srpnu 2005 ve slovenském Prešově. Tradičně čtenářsky oblíbený seriál o léčivých a aromatických rostlinách je v tomto čísle věnován celíku, typicky podzimní rostlině, odedávna používané hlavně při léčení ledvinových chorob. Nechybějí ani další zprávy, cenné rady a informace z domova i ze světa.

Krásné prožití podzimních dnů, hodně životního optimismu, mír a světlo v duši, samozřejmě také dobré počtení, případně příjemný poslech upřímně přeje

*Váš Zdeněk Sedláček*



## ZPRÁVY Z LORMU

### SBOR Z VELKÉ BRITÁNIE VYSTOUPIL V PRAZE VE PROSPĚCH HLUCHOSLEPÝCH

Brahmsovo Německé Requiem doslova rozeznělo v sobotu 10. září každý kout barokního kostela Nejsv. Salvátora v podání anglického smíšeného sboru The Northern England Chorale v doprovodu Orchestru sv. Cecílie.

Koncert, který osobní účastí podpořila její excelence Linda Duffieldová, velvyslankyně Velké Británie v ČR a také páter Tomáš Halík, rektor univerzitního kostela Nejsv. Salvátora, pořádalo o.s. LORM na podporu sbírky „Červenobílé dny.“ Výtěžek z koncertu ve výši 13 218,- Kč byl uložen na speciální konto sbírky a bude použit ve prospěch projektů, které pro hluchoslepé LORM realizuje. Více informací o sbírce včetně průběžných vyúčtování jednotlivých ročníků na [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz).

Poděkování patří všem členům sboru, kteří na koncertě vystoupili zcela bez nároku na honorář a na vlastní náklady.

Velké DÍKY patří všem členům týmu LORM a dalším externím spolupracovníkům a dobrovolníkům. Obrovskou zásluhu na úspěšné realizaci benefice mají Ian McBride, manželé Anne a Peter de Voil, Diana Benšová a Martin Staněk. Za pomoc se zajištěním židlí děkujeme Divadlu Disk a studentům English College.



Sbírku lze nadále podpořit zasláním příspěvku na bankovní účet sbírky **35-0720850257/0100** anebo odesláním dárcovské SMS ve tvaru **DMS LORM** na číslo **87777**. (Účtování DMS je 30 Kč + DPH, organizace obdrží nejméně 27 Kč.)

*Petra Zimermanová*

## **BRAHMSOVO NĚMECKÉ REQUIEM V PRAZE**

V příjemném prostředí kostela Nejsvětějšího Salvátora nedaleko Karlova mostu v Praze se v sobotu dne 10. září uskutečnil mimořádný koncert. Vystoupil zde 80ti členný sbor z Anglie The Northern England Chorale za doprovodu Orchestru Svaté Cecílie vedený Tomášem Čechalem. Na programu byla jedna z vrcholných skladeb německého hudebního skladatele Johannese Brahmsa Německé Requiem.

Špičkové pěvecké výkony předvedli zejména oba sólisté z Velké Británie – sopranistka Kristene Sutcliffeová a barytonista Jonathan Pugsley. Výrazným hudebním talentem a citlivým přístupem však vynikl také dirigent tohoto početného sboru Russell Medley.

Pro mne jako vozíčkáře se zbytky sluchu kompenzovaným výkonným kapesním sluchadlem byl tento benefiční koncert na podporu organizace LORM velkým hudebním svátkem. Pro sluchově postižené účastníky byla v předních řadách lavic instalována indukční smyčka, která jim umožnila lepší a ničím nerušený poslech koncertu.

*Zdeněk Sedláček*

## **POBYT U ŘEKY LABE**

Od 2. do 9. července 2005 proběhl v hotelu Formule u Děčína výukový pobyt zaměřený na rozvoj taktilního znakového jazyka pro hluchoslepé. Na tento kurz jsem jela s velkými obavami, ale výuka probíhala v přátelském ovzduší a počáteční nejistota ze mne za chvíli spadla. Na druhou stra-



nu to zas tak lehké nebylo, každý znak jsem si musela ohmatat, uvědomit si postavení prstů i pohyb ruky a jednotlivé znaky si zapamatovat. Po chvíli intenzivní výuky jsem zpočátku mívala v hlavě zmatek. Moje spolubydlící Váša Turková a její kamarádka Zuzka si se mnou neustále znaky opakovaly a procvičovaly, tak jsem si přece jen něco zapamatovala.

V Hřensku jsme se svezli na pramici po Labi. Náš převozník nám velice poutavě vyprávěl o řece, historii průplavu, pašerácké stezce atd. Nakonec nám jako správný gondoliér zazpíval a zahrál na foukací harmoniku. Rovněž nám vyprávěl, jak je nádherná řeka v zimě, když na skalách visí rampouchy a jak se ve zdejší krajině všechno blyští, vysvitne-li sluníčko. Úplně jsem tu krásu viděla a vnímala.

Zdeňka Jelínková nám přichystala hezké a milé překvapení v podobě návštěvy místního zahradnictví, kde pěstují a prodávají různé druhy jehličnanů. Nacházela se zde spousta stromů a keřů (i poléhavých) všech možných velikostí a tvarů. Byly rozličně poseté dlouhými, jiné zase krátkými a různě ostrými, často barevnými jehličkami, které jsme si mohli též ohmatat.

Měla jsem výbornou průvodkyni, paní doktorku Evu Souralovou, která mi vše popsala tak barvitě, že jsem nabyla pocitu, že ty krásné jehličnaté stromy vidím na vlastní oči, ačkoliv jsem nevidomá. Celý pobyt se mi moc líbil a mám z něj hodně hezkých zážitků.

*Jarka Žáková, Jiřetín pod Bukovou*



## DÁVKY STÁTNÍ SOCIÁLNÍ PODORY (2.část)

V dnešním příspěvku bych chtěl naše čtenáře seznámit s právní úpravou jedné z dávek státní sociální podpory, konkrétně sociálního příplatku.

### Sociální příplatek

Sociální příplatek je určen pro rodiny s alespoň jedním nezaopatřeným dítětem. Rozhodný příjem v rodině se v tomto případě zjišťuje za kalendářní čtvrtletí.

Při výpočtu výše sociálního příplatku se postupuje tak, že od částky určené na výživu dítěte se odečte částka, která je výsledkem podílu součinu částky určené na výživu dítěte a příjmu rodiny a v čitateli součinu částky celého životního minima rodiny, tj. včetně nezbytných nákladů na domácnost a koeficientu 1,6. Z této konstrukce vyplývá, že je-li příjem rodiny rovný nebo vyšší než 1,6ti násobek životního minima rodiny, sociální příplatek již nenáleží. Pokud ovšem není na straně dítěte (dětí), či rodiče (rodičů) kvalifikovaná sociální událost, čímž se rozumí zejména zdravotní postižení.

Sociální příplatek má 3 formy:

- 1) nezvýšený – je určen pro rodiny s nezaopatřenými dětmi, u kterých není žádná sociální situace
- 2) zvýšený z důvodů sociální situace na straně dítěte (dětí) – je-li na straně dítěte jedna z dále uvedených sociálních situací, násobí se částka určená na jeho výživu příslušným koeficientem. Toto zvýšení se promítne také do životního minima rodiny.
  - jde-li o dítě dlouhodobě těžce zdravotně postižené, násobí se částka na jeho výživu koeficientem ve výši 2,7
  - jde-li o dítě dlouhodobě zdravotně postižené, násobí se částka na jeho výživu koeficientem ve výši 2,4
  - jde-li o dítě dlouhodobě nemocné, násobí se částka na jeho výživu koeficientem ve výši 1,2
  - jde-li o děti, které se narodily současně, a to do tří let jejich věku, násobí se částka na jejich výživu koeficientem ve výši 1,1





- 3) zvýšený z důvodů sociální situace na straně rodiče (rodičů) – je-li na straně rodičů jedna z výše uvedených sociálních situací, násobí se při výpočtu sociálního příplatku částka určená na výživu všech členů rodiny příslušným koeficientem; tímto koeficientem násobíme i částku na výživu dětí.
- jsou-li oba rodiče dlouhodobě těžce zdravotně postižení, násobí se částka na výživu členů rodiny koeficientem ve výši 1,4
  - žije-li dlouhodobě těžce zdravotně postižený rodič osaměle, násobí se částka na výživu členů rodiny koeficientem ve výši 1,4
  - je-li jeden z rodičů dlouhodobě těžce zdravotně postižený, násobí se částka na jeho výživu koeficientem ve výši 1,1
  - jedná-li se o zdravého rodiče žijícího osaměle, násobí se životní minimum rodiny koeficientem ve výši 1,05

V této souvislosti je třeba si uvědomit, že pokud je výše uvedená sociální situace na straně rodičů, násobíme příslušným koeficientem částku určenou na výživu všech členů rodiny, nikoli pouze rodičů. Jak již bylo uvedeno výše, nárok na sociální příplatek má rodič, pečující alespoň o jedno nezaopatřené dítě, s výjimkou dítěte svěřeného do pěstounské péče, jestliže rozhodný příjem v rodině je nižší než součin částky životního minima této rodiny a koeficientu 1,6.

Splňuje-li v rodině podmínky nároku na sociální příplatek více osob nebo splňuje-li podmínky nároku na sociální příplatek více osob z důvodu péče o totéž dítě, náleží sociální příplatek jen jednou, a to osobě určené na základě dohody těchto osob. Nedohodnou-li se tyto osoby, určí úřad státní sociální podpory, který o příplatku rozhoduje, které z těchto osob se sociální příplatek přizná.

*JUDr. Bohuslav Dohelský*



## ASERTIVITA (6. část)

Milí čtenáři,

**setkáváme se v období, kdy se blíží Vánoce. Stačí se podívat do některých obchodů, které již nabízejí vánoční zboží. Reklama začne doléhat na naše peněženky s přibývajícím silou. Může se vám stát, že nějaký obratný prodejce vás bude přesvědčovat, že bez jeho výrobku nemůžete být. Bude pak na vás, zda odoláte jeho tlaku a řeknete rozhodně „ne, děkuji“. Je to vaše další asertivní právo.**

Říci asertivní „ne“ může být velmi těžký úkol. Přímé „ne“ považují někteří lidé za hrubé a neslušné. V případě, že vás někdo k něčemu nutí, je to ale nejúčinnější způsob, jak se ochránit. Použijte techniku tzv. „gramofonové desky“. Opačujte stručné „ne, děkuji“ bez dalšího omlouvání a vysvětlování.

Složitější je říci „ne“ přátelům, rodině nebo kolegům. Pak zkuste své odmítnutí doplnit jednoduchým důvodem, který vysvětlí vaše stanovisko. „Půjdeme do kina?“ „Nechce se mi, zítra brzy vstávám“ nebo „Půjčila byste mi peníze?“ Asertivní odpověď může být: „Bohužel ne, mám pevný rozpočet.“ Neměli byste se přesprávit omlouvat, vaše omluva by mohla vyznít falešně. Proto se omlouvejte pouze tehdy, pokud je vám skutečně líto, že nemůžete udělat, o co vás někdo požádal.

Není také chybou, když uvedete důsledky, jaké by to pro vás mohlo mít: „Musím platit složenky a nevyšla bych.“ Jde o to žadateli, na kterém vám záleží, ukázat, že chápete jeho snahu vyřešit svou situaci, i když mu nevyhovíte.

Pokud je to možné, můžete navrhnout i alternativní řešení.

Zkuste si doma s partnerem nebo s přáteli zahrát hru, jak říci „ne“. Střídejte se v roli odmítajícího a přemlouvajícího. Měl by vás přemlouvat emociálně, manipulativně, rozzlobeně tak, aby vás vyvedl z rovnováhy. Vyzkoušíte si tak říci „ne“ pod silným tlakem. Zvažte vždy, do jaké míry se chcete omlouvat nebo vysvětlovat. Nakonec proberte vzájemně své pocity.

Mnoho úspěchů a spokojené Vánoce.

*Mgr. Magdalena Zurinková*



# ZDRAVÍ

## ERGOTERAPIE

Ergoterapie začala vznikat ve Francii v době Velké francouzské revoluce, kde ji začal praktikovat jako metodu francouzský psycholog dr. Ph. Filip Pinel a docílil tak zlidštění poměrů v psychiatrických ústavech. Z Francie začala ergoterapie postupovat do USA, Německa a do Holandska. U nás ji zavedl v 19. století Vincent Priessnitz v lázních Jeseníky.

První škola ergoterapie na světě vznikla v Bostonu v USA roku 1919. U nás se ergoterapie vyučuje od roku 1992 v Ostravě, od roku 1994 v Praze na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy, dále v Mostě a v Plzni, kde funguje Vyšší odborná škola ergoterapeutů.

Od zavedení studia na Karlově univerzitě došla výuka, přesněji řečeno její složení, k jistým změnám. Studenti jsou na svou profesi připravováni jednak studiem klinických oborů (anatomie, fyziologie, patologie, neurologie, ortopedie, geriatric...), jednak se učí používat různé přístupy a metody ke klientům podle jejich postižení (kognitivní, biomechanické, neurovývojové přístupy...) a nedílnou součástí studia jsou absolvované praxe, kde si studenti mohou vyzkoušet teoretické znalosti v praxi pod vedením zkušených pracovníků.

Ve chvíli, kdy člověka potká nějaký úraz či nemoc, se dostává do velmi složité situace. Často se stává, že ztratí nejen zaměstnání, přátele, ale i náklonnost své rodiny, svého životního partnera. Člověk je vyřazován ze společnosti. V této chvíli přichází na řadu ergoterapie.

Ergoterapie je léčebná metoda používaná v rehabilitaci u osob s tělesným, psychickým, smyslovým, mentálním či kombinovaným postižením, která nabízí aktivní pomoc lidem každého věku. Cílem ergoterapie je zvýšit kvalitu života každého klienta pomocí navrácení soběstačnosti, zařazení do společnosti, zařazení do pracovního procesu a vyplnění volného času. To vše se snažíme klienta naučit s co nejmenší asistencí (dopomocí). Má velmi povzbuzující účinek na udržení nebo znovuzískání ztracených sil a sebedůvěry, pomáhá odpoutávat pozornost od onemocnění a zbavuje lidi pesimistických

myšlenek, které často naše klienty doprovázejí. Pomocí ergoterapie nacházejí klienti nové způsoby, jak nahradit trvalé poruchy zdraví, jak se co nejlépe a nejdříve zapojit zpět do běžného života.

Práce ergoterapeuta s klientem začíná již ve chvíli, když má klient zajištěn životně důležité funkce, tzn. ve chvíli, kdy je připojen např. na dýchací přístroj a jeho stav je stabilizovaný (ustálený). V této chvíli ke klientovi přistupujeme, abychom zabránili proleženinám, ochabnutí a zkrácení svalových skupin, snížili trvalé postižení a ulehčili mu tak práci při navracování soběstačnosti. Tohoto docílíme pomocí ukládání klientů do různých poloh, cvičením a masáží.

Působišťem ergoterapie je především soběstačnost. Ta se dá dělit na aktivní (péče o sebe sama – použití toalety, vykoupaní se, najezení se, uvaření si, schopnost se obléci, nákupy, cestování...) a pasivní (úprava prostředí, kde klient bydlí). Aktivní soběstačnost s klientem nacvičujeme většinou ve cvičných koupelnách, kuchyních... a poté přecházíme ke klientovi do domácího prostředí, abychom to zkusili i tam. Pokud najdeme u klienta doma jakoukoliv překážku, která brání úspěšnému provedení činnosti, pomůžeme klientovi tento problém řešit tzv. odstraněním bariér. Kromě vnitřního prostředí je potřeba zmapovat i prostředí venkovní – MHD, obchody a jejich bezbariérovost, poskytovatele různých služeb...

K tomu, abychom mohli s klientem pracovat a abychom věděli, na čem je potřeba pracovat, potřebujeme vyšetření. To provádíme pomocí testů, pozorováním a rozhovorem. Toto vyšetření nám ukáže problémy, na které se po dohodě s klientem zaměříme a začneme společnými silami pracovat na jejich zvládnutí. Nesmíme zapomínat na to, že každý klient potřebuje individuální přístup, pomůcky i péči.

Další náplní ergoterapie je doporučování a předepisování pomůcek. Každému klientovi nemusí vyhovovat standardní typ pomůcky, proto je pro klienty individuálně upravujeme, tzv. na míru a učíme ho s pomůckou zacházet.

Mnohdy k nám přicházejí klienti, kteří jsou soběstační, ale mají problém s pracovním uplatněním na běžném trhu práce. V tomto případě začínáme s klienty spolupracovat a pak se jedná o tzv. předpracovní rehabilitaci. Zde s klientem uděláme zhodnocení zbytkových pracovních schopností a určíme, zda se může vrátit zpět do své práce, či jakou práci by mohl





vykonávat. Vybíráme-li s klientem jiné zaměstnání, než které klient vykonával dříve, zkusíme klientovi schopnosti na modelových činnostech. Jedná se o činnosti, které jsou nasimulovány v umělém prostředí.

Dnes se posunuje předpracovní rehabilitace hodně do popředí, neboť práce je pro člověka nejen zdrojem příjmů a společenské produktivity, ale také přináší člověku pocit užitečnosti a lidské důstojnosti.

Každý člověk, kterého potká nějaký úraz či onemocnění, musí být následně posuzován jako budoucí pracovník i přesto, že může mít v práci potíže, práci bude vykonávat v omezeném rozsahu nebo původní práci nebude schopen vykonávat vůbec. Potom si bude muset hledat práci jinou, na kterou se bude muset rekvalifikovat.

### **Kde se ergoterapie provádí?**

Ústavní zařízení – lůžková oddělení nemocnic a rehabilitačních ústavů (RHB), psychiatrické ústavy, přechodná péče (LDN), soukromá zařízení

Ambulantní zařízení – nemocnice, RHB, částečná hospitalizace

V domově a obci – domácí péče, přechod z nemocnice k samostatnému bydlení, tzv. Halfway houses, skupinové bydlení, asistované bydlení, chráněné dílny, denní stacionáře, komunitní centra pro psychicky (mentálně) postižené.

*Simona Nachtmanová*

## **WOLFRAMŮV SYNDROM (WS)**

Wolframův syndrom je vzácná genetická choroba, často nazývána jako DIDMOAD. Jde o anglickou zkratku, která zahrnuje nejčastější příznaky tohoto syndromu, a to zejména: Diabetes Insipidus (úplavice močová vznikající z nedostatku antidiuretického hormonu, který zodpovídá za správné řízení moči), Diabetes Melitus (cukrovka), oční atrofie (která obvykle končí slepotou) a hluchota. WS je klasifikován jako progresivní neurodegenerativní onemocnění. To znamená, že primárně postihuje jak centrální nervový systém (mozek), tak periferní (obvodový) nervový systém a dochází k postupnému rozpadu jejich schopností.

Název Wolframův syndrom je označován po lékaři, který

v roce 1923 podal zprávu o čtyřech sourozencích s diagnostikou Diabetes Melitus a oční atrofie.

Zdravotní potíže WS mohou být širokého spektra a vážného rázu. Jedná-li se především o postižení mozku, kde je uloženo centrum základních životních funkcí jako např. dýchání. Často je u jedinců s WS přítomná roztroušená skleróza. U každého jedince s WS je současně oční atrofie, cukrovka a u 70-75% případů nacházíme močovou úplavici. Přibližně u každého druhého až třetího jedince se objevuje hluchota na základě postiženého sluchového nervu, ve 25% případů jsou nutná sluchadla. U každého druhého až třetího jedince s WS jsou také přítomny neurodegenerativní potíže, které se týkají především močového traktu. V 60% případů nacházíme specifické neurologické symptomy jako je ataxie (kolísavá chůze na základě špatné rovnováhy), při níž jsou mnozí z nich odkázáni na invalidní vozík. Značný počet lidí s WS (25%) má problémy trávicího traktu, mezi které patří především opakující se zácpy a průjmy. Tyto potíže jsou však úspěšně léčeny. Více jak polovina lidí s WS trpí často těžkými depresemi, psychózami (psychické problémy vážnějšího rázu), organickými mozkovými syndromy a agresemi verbálního a fyzického rázu. Přibližně 25% těžších případů vyžaduje psychiatrickou léčbu. U jedinců s WS je ve 25-50% případů pravděpodobné, že se u kteréhokoliv příbuzného stejné krve může objevit psychiatrická porucha různého druhu.

WS je nejběžnější dědičnou „autosomálně recesivní“ chorobou. V současné době jsou zmapovány geny, které způsobují WS. Jedná se o geny, které jsou lokalizovány na čtvrtém chromozomu. Geny v této oblasti chromozomu blokují jeho strukturální vlastnosti a funkce mitochondrií (část tělesné buňky).

Jedinci s WS vyžadují specifické sociální, emoční a psychologické potřeby.

## **Přehled symptomů v určitých věkových kategoriích**

### **0-9let**

Diabetes Melitus (cukrovka)	100%
Oční atrofie	100%

### **10-19 let**

Diabetes Isipidus	75%
Anomálie močového traktu	66%
Anomálie sexuálního vývoje	50%
Hluchota	66%





### **20let a více**

Symptomatické poruchy CNS 60%

### **Ve všech věkových kategoriích**

Duševní poruchy 50%

Srdeční poruchy 10%

Poruchy trávicího traktu 25%

### **Délka života jedinců s WS**

Podle lékařů dosahují jedinci s WS průměrného věku 28-30 let. 60% jedinců s WS umírá ve svých 25 letech.

Smrt lidí s WS může být způsobena selháním centrálního dýchacího centra a dalšími reakcemi a komplikacemi spojenými s dýcháním, hypoglykemií (nadměrně snížená hladina krevního cukru u lidí s cukrovkou), selháním ledvin, záchvaty a v některých případech dokonce i sebevraždami ovlivněné těžkými depresemi.

*Zdroj: <http://wolfram./150m.com>*

*Z anglického originálu přeložila a zpracovala  
Marta Karásková*



## **INFORMACE**

### **POHÁR ZE SOUTĚŽE VODICÍCH PSŮ SI ODVEZL HLUCHOSLEPÝ BOREC DO OSTRAVY**

První ročník soutěže vodících psů pro nevidomé „O pohár Českého kynologického svazu“ vyhrál hluchoslepý Ladislav Holba se svým 8letým vodícím psem Aramisem, loňský mistr České republiky ve výkonu vodících psů pro zrakově postižené.

V pražském areálu Helppes v Centru výcviku psů pro postižené soutěžilo v sobotu 25. června 2005 celkem 16 účastníků z celé republiky ve třech kategoriích pro nevidomé. Ve speciální kategorii Kombinovaný handicap, která byla určena pro hluchoslepy a nevidomé vozíčkáře, se utkali 4 hluchoslepi z řad klientů LORM.

Na prvním místě zvítězil již zmiňovaný celkový vítěz Ladislav Holba se svým křížencem labradorského a zlatého

retrievera Aramisem. Z druhého místa se radoval Martin Tarčinec se svojí vodící fenkou Elzou. Na bronzovém místě skončila Bára Tesková se svým vodícím psem Edou a na nevděčném bramborovém místě se umístila Jana Brožková s Čakimem.



Soutěž byla rozdělena pro vodící psy a jejich pány do dvou částí. V první se pod odborným dohledem skládala zkouška z poslušnosti. Soutěžící psi tak museli reagovat na standardní povely, záludností se jim stala například střelba nebo králík v kleci. Druhá, speciální část, byla již v terénu. Během náročné trasy musela dvojice projít mnoha překážkami v podobě nastaveného zrcadla, zavěšeného párku. Nutné bylo nalézání a označení chodníků, dveří, schodů, nelehký byl průchod benzínovou pumpou. A to vše pod dohledem nezávislých rozhodčích Českého kynologického svazu.

Kromě tradičních labradorských a zlatých retrieverů závodili také 2 belgičtí ovčáci, švýcarský bílý ovčák, border kolie nebo německý ovčák.

Šťastného vítěze i s pohárem si lze prohlédnout ve Fotoalbu na [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz).

*Jitka Hlaváčová*

## **DRUHÝ ROČNÍK LITERÁRNÍ SOUTĚŽE INTERNET A MŮJ HANDICAP**

Co znamená internet pro lidi se zdravotním postižením, jak ovlivňuje či může ovlivnit jejich život? Odpovědi na tyto otázky by měla přinést literární soutěž Internet a můj handicap, kterou již podruhé vyhlásily Asociace informačních systémů pro osoby se specifickými potřebami (AISO), BMI sdružení a Křižovatka. Mediálním partnerem druhého ročníku soutěže je časopis Vozíčkář.

Vítězové soutěže budou pozváni na konferenci INSPO 2006 – Internet a informační systémy pro osoby se specifickými potřebami, která se uskuteční v sobotu 11. března 2006 v Kongresovém centru Praha. Zde jim budou předány ceny a nejlepší autoři budou moci prezentovat svoji tvorbu.

Soutěžní práce může mít rozsah maximálně 600 slov. Autoři by v ní měli vyjádřit na základě vlastní zkušenosti, jak jim internet pomáhá vypořádat se se zdravotním handicapem. Při hodnocení se bude přihlížet jak k literární úrovni textu, tak





k zajímavosti tématu. Do soutěže se nepřijímají práce, které byly přihlášeny v 1. ročníku.

Vítězové získají hodnotné ceny, jejichž seznam bude postupně doplňován na [www.helpnet.cz](http://www.helpnet.cz) v rubrice INSPO.

Soutěžní práci opatřenou poštovní i elektronickou adresou je třeba poslat v elektronické podobě nejpozději do 12. února 2005 na adresu [info@helpnet.cz](mailto:info@helpnet.cz).

Kontakt: Jaroslav Winter, BMI sdružení,  
[winter@brezen.cz](mailto:winter@brezen.cz), tel.: 234 602 267.

Zdroj: <http://www.helpnet.cz>

## NEVIDOMÍ BUDOU MÍT PŘÍLEŽITOST VYUŽÍVAT ELEKTRONICKÝ PODPIS

Jedním z velkých problémů života těžce zrakově postiženého je podpis. Pro zdravého člověka je běžnou záležitostí, ale pro nevidícího se může stát nepřekonatelnou překážkou. Obecně prospěšná společnost Brailcom připravila projekt, který chce nevidomým umožnit používat elektronický podpis. ČTK to sdělil její ředitel Jan Buchal.

Těžce zrakově postižený člověk může pomocí speciálně upraveného počítače číst a psát a s pomocí technologie elektronického podpisu také elektronické dokumenty podepisovat. Projekt společnosti Brailcom je podle Buchala první svého druhu v České republice i v zahraničí.

Účast v projektu je bezplatná. Přihlásit se může každý těžce zrakově postižený, který ovládá základní dovednosti práce s počítačem. Obdrží čtečku elektronických karet, elektronickou kartu pro elektronický podpis, kvalifikovaný certifikát. Bude také vyškolen a organizátoři mu poskytnou technickou a právní pomoc. Zájemci najdou více informací na webové stránce <http://www.nepodpis.cz>.

Ministerstvo informatiky uvolnilo na realizaci projektu 300.000 korun. Technickou, právní i osvětovou pomoc poskytla První certifikační.

*Jitka Klejnová, ČTK*

# HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI



## ZE ŽIVOTA HELENY KELLEROVÉ (2.část)

Další průlom v životě malé Helenky nastal, když se učitelka Anne Sullivanová rozhodla naučit ji dotekovou abecedu. Po neúspěšných pokusech Anne zavedla svou žačku k pumpě, a to právě ve chvíli, kdy z ní někdo čerpal vodu. Pobídla Helenu k tomu, aby strčila svou ruku do vodního proudu. Když tak ona učinila, Anne jí do druhé ruky ihned začala hláskovat jednotlivá písmena, značící slovo „VODA“, která opakovala ještě mnohokrát. Najednou Helena pochopila, že tyto nové znaky představují písmena. Ve stejné chvíli si rovněž uvědomila, že všechno ostatní musí mít nějaké jméno. Po návratu se Helena samým štěstím a touhou po všem novém poznání rozběhla po místnosti. Dotýkala se všeho, co našla a chtěla po Anně, aby objevené věci pojmenovala. Když Helenka večer uléhala na lůžko, znovu prožívala ohromné radosti, které jí tento den přinesl. Poprvé v životě se těšila na příchod nového dne.

Anne Sullivanová pokračovala ve vyučování Heleny ještě několik dalších let, a to převážně výše zmíněnou formou. Vyprávěla jí o všem, co se okolo nich děje. Hláskovala všechno do Heleniny ruky, přičemž používala spíše celé věty než pouhá slova. Výsledkem této nesmírně náročné a trpělivé práce bylo, že Helena získala docela slušnou zásobu informací v podstatě stejným způsobem jako slyšící děti. Takto tedy Anne vybavovala svou žačku slovy a myšlenkami, když se postupem času měla Helena začít učit mluvenou řeč.

Učitelka Anne velice svědomitě učila Helenu předměty, které jí zajímaly. Společně se toulaly po polích a rozebíraly všechny myšlenky, které Helenu napadaly. Jak Helena vyrůstala a osvojovala si mluvenou řeč, začala se chovat mnohem vybíravěji. Brzy se také naučila číst a psát v Braillově písmu. Dokonce se naučila rozeznávat řeč jiných lidí dotýkáním se jejich rtů a rozlišením pohybů úst i vibrací pomocí konečků prstů. Tato schopnost se nazývá Tadoma a ovládá ji dodnes velice málo lidí na světě, většinou neslyšících.

Nakonec Anne správně usoudila, že Helena díky svému nadání potřebuje mnohem dokonalejší výuku, pokud chce dosáhnout svého cíle – dostat se na vysokou školu. Z těchto



důvodů obě odešly roku 1888 do tehdy nejznámější americké školy pro nevidomé „Perkins School for the Blind“ v Bostonu. Zde Anne pokračovala ve výuce Heleny, ale již s vybavením, učebnicemi a jinými knihami, které jim poskytovala škola. Potom v roce 1894 odešly do Wright-Humasonovy školy pro neslyšící v New Yorku. Anne chodila s Helenou do vyučování a pomáhala jí jako její osobní asistentka a tlumočnice. Vytkávala Heleně do ruky vše, co učitelé říkají a přepisovala každou knihu do Braillova písma. Helena dokázala, že je velice pozoruhodnou studentkou, když v roce 1904 dokončila s vyznamenáním vysokoškolské studium na Radcliffe College. Dokázala se výborně soustředit a měla fenomenální paměť stejně jako zarputilou odhodlanost, jež ji přivedly k tomuto velkému úspěchu. Ke své promoci napsala knihu *Povídka mého života*, která se stala světovým bestsellerem. Tato kniha byla přeložena i do češtiny a na přelomu padesátých a šedesátých let minulého století vyšla i v tištěné podobě. Tento náhlý literární úspěch jí vynesl dost peněz na to, aby si mohla koupit vlastní dům.

Helena Kellerová byla rovněž velice nábožensky založená a její křesťanská víra ji vedla k tomu, aby pečlivě prozkoumávala svět kolem sebe. Postupně si začala uvědomovat, že jsou mezi lidmi velké sociální rozdíly a že se se všemi nejedná vždy rovnoprávně. Stala se socialistkou, bojovala hlavně za rovnoprávnost žen a za lepší pracovní podmínky a vyšší platy pro chudé lidi, zvláště z řad dělníků. Po skončení první světové války se Helena zapojila do služeb pro nevidomé válečné veterány v různých částech světa. Pomohla též založit Americkou nadaci pro nevidomé, která poskytovala pomoc lidem s postižením zraku.

Kromě velkého množství novinových článků, fejetonů a různých pojednání v časopisech celého světa, napsala Helena Kellerová celkem jedenáct knih. Dále ráda cestovala, a tak byla zvána i do zahraničí, kde obdržela mnoho uznání, zejména od světových univerzit. V roce 1932 se Helena Kellerová stala viceprezidentkou Královského národního institutu pro nevidomé ve Velké Británii. Zemřela v úctyhodném věku nedožitých 88 let dne 1. června 1968 ve Westportu (stát Connecticut).

Rozhodně je důležité mít na paměti, že bez pomoci ostatních lidí by Helena Kellerová nemohla nikdy dosáhnout tako-

vých úspěchů. Velký podíl na jejím všestranném rozvoji má bezesporu Anne Sullivanová, která ji všude věrně doprovázela – více než padesát let. Bez této trpělivé, nesmírně obětavé a rovněž geniální učitelky by Helena s největší pravděpodobností zůstala navždy uvězněná uprostřed izolovaného a zmateného světa.

Není však pochyb o tom, že Helena Kellerová byla značně pozoruhodnou, vysoce inteligentní a odhodlanou, přitom velice citlivou a jemnou osobností. Právě pro tyto její skvělé a neocenitelné vlastnosti se plným právem řadí mezi největší světové osobnosti 20. století. Patrně jejím největším úspěchem bylo přesvědčování ostatních, že absolutní ztráta sluchu a zraku neznamená konec světa. Jedna japonská dáma o Heleně Kellerové řekla:

„Po mnoho generací, více než můžeme spočítat, jsme skláněli hlavy před slepotou a chudobou. Tato slepá a hluchá žena zvedla svou hlavu a naučila nás vítězit prací a smíchem. Přináší světlo a naději do našich srdcí.“

*Zdeněk Sedláček*

## ZE SVĚTA

### 6. EVROPSKÁ KONFERENCE O HLUCHOSLEPOTĚ NA SLOVENSKU

Prvního srpna 2005 se v Prešově sjelo pře 400 účastníků na 5-ti denní šestou evropskou konferenci, kterou organizovala Deafblind International (DbI). Přijeli lidé nejen z celé Evropy, ale také až z Jižní Afriky, Keni, USA, Argentiny a z Austrálie. Z České republiky přijela Ivana Rečková a další rodiče, kteří jsou členy organizace Záblesk, odborníci znakového taktilního jazyka z Olomouce, Jiřina Čermáková, která učí hluchoslepé děti v Berouně a já, Anne de Voil, za LORM.

Po našem příjezdu večer na místo konference nám příjemní asistenti v oranžových tričkách navigovali na báječnou uvítací párty. Staří přátelé, nové kontakty, zajímavé konverzace a spousta dobrého jídla a pití – ideální způsob, jak začít příjemnou a užitečnou konferenci.

Organizace Deafblind International (DbI) byla založena





více než před 30 lety a začínala jako celosvětová organizace prosazující služby pro hluchoslepé. Jejím posláním je sdružovat hluchoslepé lidi, jejich rodiny, profesionály, výzkumníky a rozšiřovat povědomí o hluchoslepotě. Dbl umožňuje lidem, aby si vzájemně sdělovali své zkušenosti z efektivní práce, což může mít vliv na zlepšení kvality života hluchoslepých dětí a dospělých všech věkových kategorií na celém světě. Jedním ze způsobů, jak si lidé mohli navzájem vyměnit své nové zkušenosti, byla i konference v Prešově, kde bylo k dispozici přes 100 přednášek.

Na konferenci se sjela celá řada odborníků a lidí různých zájmů a proto byla konference tematicky rozdělena do 15 debatních skupin nebo sekcí. Ze široké nabídky jsme si museli vybrat a absolvovat buď všechny přednášky v rámci jedné ze tří hlavních tematických sekcí k tématům Komunikace, Vzdělávání hluchoslepých dětí a Rozvoj služeb pro hluchoslepé, anebo jsme si mohli vybrat dvě z témat shrnutých do kratších sekcí věnovaných oblastem Získaná hluchoslepotá, Rehabilitace, Potřeby hluchoslepých ve starším věku, Problémy dopadající na rodiny hluchoslepých, Vrozená hluchoslepotá u dospělých jedinců, CHARGE syndrom, Raná péče, Volnočasové aktivity a hry, Problematika u osob s Usherovým syndromem, Rozvoj pracovního týmu, Rozvoj tlumočnických služeb.

V jednotlivých sekcích následovala po každé přednášce diskuse a výstupy i doporučení z každé skupiny byly pak zpětně sdělovány všem účastníkům konference. Výhodou tohoto přístupu bylo to, že se o tématech mohlo uvažovat do větší hloubky a před další konferencí budou tato doporučení dále rozvíjena. Nevýhodou pak, že jsme museli vynechat pár velmi zajímavých přednášek, protože probíhaly v jiné sekci. Například jsem litovala toho, že jsem takto prošvihla přednášku Dany Štěrbové z Olomouce, která hovořila o svých pozorováních na téma Rodiny hluchoslepých dětí a jak se jim daří celou situaci zvládat. Ale všichni účastníci obdrží CD-ROM se všemi přednáškami včetně těch, které neměli možnost navštívit. Lepší později než-li nikdy!

Konference byla pořádána pod názvem „Od neviditelného k viditelnému.“ Toto téma při zahájení představil Paul Ennals z Velké Británie, který kladl důraz na pokračování snah a aktivit, aby společnost, politici a státní orgány si byli více vědomi důsledků, které přináší hluchoslepotá. Ve svém pro-

slovu však také uvedl několik kontroverzních myšlenek, které vycházely z problémů, na které narazili organizace v privilegiovaných zemích, když rozvíjely odborné služby pro hluchoslepé. Rovněž varoval před přílišným rozšiřováním současné definice hluchoslepoty. Podle Ennalse by definice měla jasně vystihovat dopad hluchoty a slepoty na schopnosti u jednotlivce při porozumění a poznávání světa, při komunikaci, při samostatném pohybu a při rozvíjení sociálních dovedností. Ve svém proslovu Ennals také nabádal k tomu, abychom nezveličovali počet lidí, kteří jsou postiženi hluchoslepotou. Spíše by naše snahy měli vést k tomu, aby se veřejnost zamyslela nad tím, jakým způsobem ovlivňuje hluchoslepotu životy jednotlivců a my mohli doložit, jakým způsobem mohou odborné služby skutečně hluchoslepým osobám pomoci, jak konkrétně, a přitom efektivně. Podle něj je lepší se pustit do obhajoby základních práv hluchoslepých a při tom navrhnout jasná, praktická, lokální řešení, která mohou být ušitá na míru individuálních potřeb hluchoslepých osob, jako například tlumočnické a průvodcovské služby v severských zemích.

Další plenární přednáška k tématu „Od neviditelného k neviditelnému“ zazněla od Aske Larsena, poradce v oblasti komunikace při Centru pro hluchoslepé dospělé a děti v Oslu. Larsen používá při svém výzkumu vědního oboru, tzv. sémiotiku (nauku o znacích), k tomu, aby porozuměl procesu, jak mezi lidmi vzniká ona neviditelná věc, tj. „skutečný smysl, význam“, který vede k porozumění a komunikaci, a to zvláště v případech ovlivněných hluchoslepotou. Vyprávěl nám příběh jednoho hluchoslepé dítěte, které kráčelo se svou učitelkou podél silnice. Najednou dítě ukázalo znak pro „matku“. Učitelka si toho všimla a pokusila se odpovědět tak, aby jí porozumělo dítě. Ukázala znak pro „domov“, ale chlapec na to nijak nereagoval. Stále ještě nenašli dostatek „smyslu, významu“ k tomu tématu, aby si porozuměli. Pokračovali v cestě a dítě opět ukázalo tentýž znak. Učitelčina interpretace (výklad situace, znaku) však byla opět chybná. Pokračovali v chůzi a dítě po chvíli znak pro „matku“ zopakovalo. Učitelka si najednou uvědomila, že tento znak ukazuje vždy, když kolem nich projede červené auto podobné autu jeho matky. V tomto momentu ukázala na auto a zároveň naznačovala „červený“, „matka“ a „auto“. Na to se dítě usmálo a ukázalo znak „matka“. Ve skutečnosti byl chlapec více zaujat autem než svojí





matkou, ale neměl pro to běžně užívaný znak, kterým by to vyjádřil!

Nakonec si v komunikaci porozuměli, našli ten skutečný význam. Dosáhli toho však jen díky tomu, že si učitelka dala tu práci a podívala se na situaci ze pohledu dítěte. Teprve potom se jí zjevil význam toho, co se jí snažilo dítě při komunikaci říci. Význam se stal viditelným. Larsen se ve své práci snaží vysvětlovat tyto procesy a rozvíjet dobrou výuku, která v posledních letech umožnila dětem s vrozenou hluchoslepotou sdílet se svými rodinami a učiteli skutečný význam prostřednictvím doteku. Jeho práce se týká i dospělých hluchoslepých lidí. Nabádá to všechny, kteří nejsou hluchoslepí, aby přemýšleli v širších souvislostech, když jsou v kontaktu s hluchoslepu osobou. K tomu, aby při komunikaci člověk našel tu správnou nit, měli by vidící a slyšící lidé přemýšlet o tom, jaké informace oni a hluchoslepá osoba v konkrétní situaci navzájem sdílejí, a také o významu znaků, slov nebo řeči těla, které hluchoslepá osoba zná a používá.

Během týdne se objevilo pár dalších zajímavých témat. Například to, jak často může mít něco význam současně pro osoby, kteří se s hluchoslepotou narodí, tak pro ty, kteří se stanou hluchoslepými v pozdějším věku. Na konferenci zaznělo několik přednášek na téma přínosu kochleárního implantátu pro děti, které se s duálním senzoryckým postižením narodí, tak pro lidi, kteří se stanou hluchoslepými na základě Usherova syndromu.

Jedno z dalších důležitých témat bylo partnerství. Nehovořilo se zde jenom o partnerství mezi hluchoslepými jedinci, jejich rodinami a profesionály, ale také mezi organizacemi. V sekci o získané hluchoslepotě mě zaujal nizozemský projekt s názvem "Jedna+Jedna+Jedna=Čtyři", který se zaměřil na vyřešení situace, kdy bylo v Nizozemí potřeba zajistit více lokálních (místních) odborných služeb pro hluchoslepe. Těch několik málo služeb, které v Nizozemí mají, jsou poskytovány třemi různými organizacemi. Proto se tyto organizace rozhodly, že budou spolupracovat a sdílet tak své odborné znalosti s cílem zjistit, jaké podmínky jsou zapotřebí k zajištění flexibilních lokálních služeb, které hluchoslepí lidé vyžadují. V současném zkušebním stádiu jsou v provozu čtyři centra, která se nacházejí v různých částech Nizozemí, která jsou otevřená nejméně jeden den v týdnu pro kohokoliv z hlucho-



slepých. Hluchoslepí lidé docházejí do center, aby se spolu setkávali, věnovali se zde společně volnočasovým aktivitám, absolvovali různé kurzy, například aby se naučili používat nové kompenzační pomůcky nebo se naučili novým praktickým dovednostem jako je znakový jazyk nebo vaření. Aktivity v centrech při tom vycházejí z potřeb a zájmů místní komunity hluchoslepých. Tento projekt má mnoho výhod, neboť organizace mohou svým klientům nabídnout profesionální pomoc a služby ve větší míře tím, že služby přiblíží svým klientům. Kromě toho mohou snížit náklady využíváním společných zařízení a zdrojů. V jednotlivých centrech přitáhl projekt velkou pozornost ze strany veřejnosti, médií i místní samosprávy a tak lze jen doufat, že tento přístup se podaří rozšířit po celé zemi.

Až dostanu CD-ROM z konference se všemi přednáškami, moc ráda předám do LORMU více informací. Mezitím si lze informace o Deafblind International a dalších konferencích najít v anglickém jazyce na webových stránkách [www.deafblindinternational.org](http://www.deafblindinternational.org)

Konference to byla náročná a nabitá, ale zažili jsme tam také hodně legrace. Ani dvoudenní déšť nám nezkažil náladu. Nikdo z nás nezapomene na vycházky do okolí Prešova. Byla jsem jedna ze sto dvaceti lidí, kteří se vypravili na plavbu na raftech po řece Dunajec nádhernou krajinou v oblasti zvané Pieniny. V řece bylo hodně vody a silný proud, takže jsme prožili několik krušných i mokrých chvil, když se na nás spustil liják z nebes. Později, když jsme si pochutnávali na dobrém slovenském jídle při táboráku, měla jedna matka spolu s učitelkou hluchoslepeho dítěte z České republiky příležitost si osobně popovídat s Barbarou Miles z USA, která inspirovala mnoho lidí svými odbornými pracemi a praktickými kurzy v oblasti vzdělávání hluchoslepých dětí.

Na závěrečné oslavě se děkovalo organizátorům konference v Prešově a také se tančilo dlouho do noci!

*Anne de Voil*

*Překlad Marta Karásková a Petra Zimermanová*





## HLUCHOSLEPÉ DĚTI VNÍMAJÍ SVĚT PROSTŘEDNICTVÍM VŮNÍ A DOTEKŮ

Patnáctiletý Karol sedí za stolem čelem ke svému vychovateli a pomalu skládá kartičky s různými obrázky k sobě. Jablko k jablku, hrušku k hrušce. Jde mu to docela dobře. Karol je jedním z jedenácti dětí, které navštěvují evangelickou internátní školu pro hluchoslepé děti v Červenici, malé obci ležící asi 30 kilometrů od Prešova na východním Slovensku.

Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) je hluchoslepota nejtěžším zdravotním postižením. Odhaduje se, že na Slovensku žije kolem 2000 lidí se souběžným postižením zraku a sluchu. Odhady z České republiky podle údajů českého sdružení hluchoslepých LORM hovoří o zhruba 4 000 takto postižených lidech. Žádné přesné statistiky ale neexistují. Hluchoslepota může být vrozená, nebo získaná v pozdějším věku úrazem či nemocí. Asi nejznámějším Čechem s podobným postižením byl hudební skladatel, klavírista a člen Osvobozeného divadla v Praze Jaroslav Ježek.

Na rozdíl od některých jiných dětí má Karol ještě zachovány zbytky zraku i sluchu. Školu navštěvuje již osm let a ke komunikaci s okolím používá obrázky a symboly, což u podobně těžce postižených lidí patří k nejvyšším formám komunikace. Duševně je však na úrovni asi pětiletého dítěte. „Je příkladem, že i děti s těžkým poškozením zraku a sluchu, ke kterému se často připojuje další mentální a tělesné postižení, je možno vzdělávat,“ říká zástupkyně ředitelky školy Marta Ovadová. Dodává, že ještě donedávna ve společnosti převládal opačný názor, podle něhož děti s tak závažným postižením vzdělávat nelze. O tyto děti tak po celý život pečovali jejich rodiče. V horším případě končily v různých ústavech, kde strávily celý život v zajetí ticha a tmy.

Škola pro hluchoslepé děti v Červenici vznikla z iniciativy ministerstva školství a Evangelické diakonie v roce 1992 jako jediné zařízení svého druhu na Slovensku. Fungovat v nynějších prostorách však začala až po rekonstrukci tamní evangelické školy v roce 1994. „Děti se zde učí komunikovat a vynahrazovat si ztrátu zraku a sluchu rozvíjením smyslů, které jim zůstaly, zejména hmatu, čichu nebo chuti,“ říká Ovadová. Procvičují si hrubou a jemnou motoriku i prostorovou orientaci. „Vedeme je k samostatnosti v samoobslužných činnostech, aby se dokázaly alespoň obléct,“ konstatuje dále.



Ve škole jsou tři smíšené třídy. V každé je jeden učitel a vychovatelé, kteří mu asistují. Každému dítěti se na základě individuálního učebního plánu věnuje jeden pedagog. Odpovědně o ně pečují vychovatelé. Pedagogický dozor je v internátní škole zajištěn také v noci.

„Pro tyto děti je velmi důležitý kontakt s jinými lidmi,“ říká Ovadová a dodává, že také proto s nimi jezdí na výlety do města, do jiných škol nebo do planetária, či na plovárnu. Osmiletá Martinka je zřejmě nejsmělejší ze všech jedenácti zdejších dětí. Jakmile zpozoruje rozruch za svými zády, vrhne se k hostovi, aby si jej osahala a prohlédla. Má vážné poškození zraku, proto má snahu přitáhnout si cizince co nejbližší k obličejí a osahat si jeho vlasy, tvář a šaty, zatímco roztomile koulí postiženýma očima.

„Martinka má velmi ráda nové lidi a také nové šaty,“ poznamená vychovatelka, která s ní procvičuje rozeznávání barev. Mnohé z těchto dětí jsou hyperaktivní a mají malou schopnost soustředit se. „Když dokáže pracovat půl hodiny, je to velký úspěch,“ informuje vychovatelka dále. Ve škole jsou také dvě děti s totálním poškozením zraku a sluchu. Attila, který pochází z okolí Galanty, trpí navíc také epileptickými záchvaty. „Má nejvážnější postižení z těch dětí, které tady máme,“ říká vychovatelka Eva Lenorovičová. Attila je těžký případ. Uzavírá se do sebe a nechce komunikovat. „Kdyby ale zůstal bez odborné péče, mohl by se uzavřít docela, přičemž takové děti se pak často uchylují k sebepoškozování,“ vysvětluje Ovadová.

Tříletý Majko je úplně jiný. Přestože je úplně slepý, nemá sluch vážně poškozen, a proto jakmile zazní hudba, pustí se do tance. Točí se dokola a nezastaví se, dokud do něčeho nenarazí a nepadne na měkký koberec. Má z hudby radost. Také osmiletá Veronika, která je s Majkem ve třídě, má ráda hudbu. Je rovněž nevidomá a když chce poslouchat hudbu, začne třít rychle obě dlaně o sebe. A když chce naopak přestat, několikrát před sebou zkrříží ruce.

Ovadová přiznala, že se k práci s hluchoslepými dětmi dostala náhodou. Kdysi pracovala v textilní dílně, která zaměstnávala i neslyšící šičky. Už tehdy prý pocítovala potřebu těmto postiženým lidem nějakým způsobem pomáhat. Nakonec jí tato touha přivedla k dětem do školy v Červenici, kde působí od jejího vzniku.



## NESLYŠÍCÍ MAJÍ V ŘÍME SVOU SPECIÁLNÍ RESTAURACI

Speciální restauraci pro neslyšící otevřel v Římě primátor italské metropole Walter Veltroni. Veškerý personál restaurace o kapacitě čtyřiceti míst ovládá znakový jazyk a handicapovaní návštěvníci tak mohou sami komunikovat s obsluhou.

Restaurace očekává své hosty nejen s obvyklými specialitami italské kuchyně, nabízí jim i další zajímavosti. V restauraci se například každý večer promítají filmy s titulky, aby je mohli bez potíží sledovat také neslyšící.

Jak uvedla vedoucí restaurace Andrea Migliottová, restaurace přesto není vyhrazena pouze neslyšícím a ráda uvítá i širokou veřejnost. Pro všechny je zde v provozu počítač, na němž se lidé mohou seznámit se znakovou řečí.

Při slavnostním otevření restaurace byl zájemcům představen také první italský ilustrovaný slovník znakové řeči.

*Z ČTK pro Doteky vybrala Jitka Hlaváčová*

## TROCHU POVÍDÁNÍ O JÍDLE V INDII ANEB MOUCHY NEPOČÍTEJTE

Když jsem před dvěma roky cestovala společně s přáteli do Indie, nedovedla jsem si představit, co mne čeká. Jak tam bude probíhat naše cestování, co budeme jíst, kde se uložíme ke spánku...

S cestováním to dopadlo docela dobře. Na celé čtyři týdny jsme si zapůjčili autobus, jmenoval se Mahindra, i s řidičem a závozníkem. Nemuseli jsme tedy řešit, kudy a jak se dostaneme na další místo. Zato s jídlem to bylo o něco horší. Vezli jsme si sice nějaké s sebou, ale pro dvanáct lidí stačilo tak akorát na čtrnáct dní. Byly to většinou polévky v sáčku, nej-různější omáčky, těstoviny, bramborová kaše atd. V Indii se těžko hledají obchody s jídlem, jaké známe u nás. A už vůbec nejsou v horách, kde jsme se pohybovali nejčastěji. Výčet potravin, které se zde daly koupit téměř na každém rohu, byl dost chudý. Většinou to byly brambory, banány, sušenky (veli-

ce dobré), rýže, cukr, sůl a různé koření. Velice špatně se sháněl chleba a pečivo vůbec. Když jsme se ptali, zda chléb mají, většinou odpověděli, že není nebo nám v lepším případě prodali osmažený či neosmažený sladký toastový chléb. Docela dobře chutnal osolený a potřeny česnekem, což byl ale další problém. Česnek i cibule patří v Indii k „zakázaným“ potravinám, protože prý podporují nízké pudy (životní, hlavně sexuální aktivity). Prodával se tedy na černém trhu jako podpultové zboží.



Postupně jsme také začali ochutnávat místní pokrmy. Koupovaly se v restauracích, které byly podle možností a stavebních zvyklostí zděné nebo dřevěné. Kuchyně se většinou skládala z jedné pánve, pár vařeček a několika dalších nádob. Při posezení se jídlo podávalo na kovové talíře a na cestu se balilo do papírových sáčků z novin. Oblíbila jsem si smažené toasty s kořeněnou směsí, které byly navíc obalené ve vajíčku, a rýžové nudle. Docela dobré byly také nejrůznější fazolové omáčky s rýží. Na několika místech se dala zakoupit také opečená kukuřice, potřená citrónem. Řekla bych, že je mnohem lepší než vařená, jak ji známe u nás.

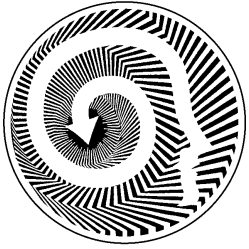
Při nákupu hotových potravin jsem se musela naučit příliš nesledovat místní hygienické poměry, zejména kolik drobné havěti se stihlo proběhnout po jídle, než se dostalo až ke mně. I když ke cti prodejců je nutno dodat, že se hodně snažili, aby těch zvířátek bylo co nejmíň, alespoň před námi.

Bez problémů se obstarávaly sladké nápoje. Na každém rohu se dá koupit Coca-Cola, Mirinda i další limonády, stejně jako u nás. Dobré to je rovněž s balenou vodou, i když v průvodcích na cesty či v informačních letácích pro turisty se často dočtete, že je dobré vždy důkladně kontrolovat uzávěr, abyste věděli, zda skutečně kupujete vodu balenou. Jiná se totiž bez převaření pít nedoporučuje.

Na závěr jedna dobrá rada pro případné zájemce o cestování po této velké asijské zemi. Pokud pojedete do Indie, nebojte se přibrat i několik kilogramů do zásoby. Nazpátek je určitě nepovezete.

*Konec první části.*

*Jana Blahoutová*



# ŘÁDKY NEJEN PRO SENIORY

## DRUHÁ SVĚTOVÁ VÁLKA OČIMA ČTENÁŘŮ

### VZPOMÍNKY MALÉHO VENKOVSKÉHO DĚVČÁTKA

Narodila jsem se pouhé dva měsíce před obsazením naší vlasti německými okupanty. Dalo by se tedy říci, že jsem se válkou z velké části probatolila. Přesto se i v tak útlém věku mohou vyskytnout okamžiky, které otřesou dětskou dušičkou tak, že navždy uvíznou v její paměti.

V roce 1942 jsem se svými rodiči bydlela u Litomyšle nedaleko Berouna na odlehlé samotě v lesích. Říkalo se tam „Na Vyšebohách“ – ještě roku 1938 bylo toto místo zaznamenáno na mapě jako stejnojmenný dvůr. Zdejší velkostatkář tam choval koně, a to pravděpodobně pro selskou jízdu, pokud si dobře pamatuji. Rodiče je ošetřovali a otec ještě přes den chodil na pole, vykonával však také jiné práce a vůbec vše, co bylo v tak velkém hospodářství zapotřebí. V jedné místnosti jsem bydleli my a druhý hajný, který většinou nebyl doma, protože lesů na hlídání měl více než dost. Není divu, že se tam moje maminka hodně bála, obzvláště po vypálení Lidic a Ležáků. Prvního září 1942 se mi narodila sestřička, ale zanedlouho (15. října) však maminka bohužel zemřela. Po její smrti se nás ujala tatínkova sestra. Naše předrahá tetička se strýčkem, kteří vlastní děli neměli, se nám rodičovskou lásku všemožně snažili nahradit. Navíc tetička ještě poskytovala pomoc tatínkovu nejmladšímu bratrovi, který v té době pracoval v Kamýku nad Vltavou jako švec, tehdy převážně pro německou armádu. Po nějaké době se tato armáda domnívala, že je nějak šizena na materiálu i na jeho dodávkách a tak se u nás jednoho krásného dne objevili cizí pánové v dlouhých kožených kabátech. Se sestřičkou jsme seděly přitisknuté k sobě a jen nechápavě zíraly, proč tetička se strýčkem musí otevírat vše, nač tito pánové ukázali. Když pak se zapalovačem bloumali pod naším lůžkem, to už jsem začala opravdu plakat a sestřička se dala také do breku. Jako malé děti jsme nikdy nesměly brát zápalky do ruky. Bylo nám důkladně vysvětlováno, co oheň dokáže a tak jsem si myslela, že bude hořet. Potom následovala prohlídka celého hospodářství. Nic se nena-

šlo a všichni jsme čekali na neděli, kdy měl přijet nejmladší strýček s prádlem. To bylo slziček na přivítání, ale radostných. Nikdo nic neprovedl a tak tyto prohlídky zůstaly u nás zcela bez následků. To bylo první a díky Bohu zároveň i poslední mé setkání s gestapem.

Nevím, zda se v době války nebo dříve hledělo na to, zda je dítě narozené dejme tomu třeba 30.12.1938. Prostě 1.9.1944 zahájilo školní docházku a basta. Tak se stalo, že i já, ač narozená 7.1.1939, jsem nastoupila v roce 1944 do první třídy základní školy v dalekých Dušnikách na Příbramsku. Byla válka, tak se doma rozhodli, ať do té školy jdu, že se naučím alespoň nějaké základy mateřského jazyka. Co víc si moji nejbližší mohli přát, když jsem si ke všemu ještě tak trochu šlapala na svůj jazyk. Paní učitelka Puchernová s panem řídícím Štěpánem se ve dvoutřídce snažili naučit nás všechno, co bylo v jejich silách. Pan řídící znal naši rodinu, tak se mne zeptal, kde je můj tatínek. Otec v té době sloužil u nějakého sedláka v Radouši. Panu řídícímu jsem tenkrát odpověděla: „On je nyní v Dadouši!“ Tato památná věta pochopitelně vzbudila úsměv nejen u pana řídícího. On mne však brzy naučil správně vyslovovat hlásku „r“, aby se mi už nikdo nesmál. Říkal mi například: „K tabuli no, třeba ty, dadouši!“ Takhle nějak jsem se začala učit český jazyk.

Čas plynul, přišlo jaro, byl tu ten nejkrásnější měsíc máj a s ním ustupující německá armáda. Bylo nám oznámeno, že se budeme ve vyučování střídat, neboť v prvním patře naší školy se prý ubytují německé rodiny. Na chodbách se objevilo nádobí, krabice, o přestávkách venku mne zaujala švihadla, míče a hračky, s kterými si hrály děti, mluvící německy. My prvňáčci jsme je neznali, pouze žáci ze třetí třídy a všichni učitelé. Naše paní učitelka prvňáčky takticky odvedla z jejich dohledu, aby jsme si mohli zahrát dětské hry, například „Peška“.

Neuplynul ani týden, chodby byly opět prázdné a vše začalo zase volně dýchat. Jako každý den jsme se vracely ze školy a najednou nám dětem bylo divné, že je u sousedů nějak rušno. Zvědavě jsem přidaly do kroku a na jejich rozsáhlém dvoře už stál kotel polní kuchyně, všude plno vojáků v jiných uniformách, kteří nám, zvědavcům, nabízeli sušenky. Až doma mi tetička řekla, že je opravdu můžeme sníst a že ti vojáci nám neublíží – byli to totiž Rusové. Večer hráli na „garmošku“, tančili kozáčka a spali všude v okolí, většinou na

půdách. Někteří z nich nás chovali i na klíně a snažili se říci, že doma mají také takové „děvušky“ nebo rodiče. Vše probíhalo v poklidu a jednoho rána byl dvůr prázdný. I ty ruské vojáky, co spali u nás na půdě, jsem zaspala a víckrát jsem je už nikdy nespátřila. Ovšem většina dospělých se s nimi rozloučila. To už byl skutečně konec druhé světové války.

*Zdena Menclová, Strahov (matka hluchoslepe Jitky)*



## SPOLEČENSKÁ KRONIKA

### JUBILEA

Ve čtvrtém čtvrtletí roku 2005 oslaví či již oslavili svá životní jubilea tito členové nebo klienti LORMu:

84 let – Věra Kessnerová, Zdeňka Laudátová, Josef Suchan

80 let – Zdeněk Lelek

75 let – Jaroslav Doležal

60 let – Jiří Schneider

55 let – MUDr. Daniela Němcová

45 let – Jitka Menclová, Ivo Volf, Luboš Sychra

### VZPOMÍNKA

Milovala veškerý život a všechno krásné, lidi, přírodu i jasné slunce. Dne 10. října 2005 si připomínáme smutné 1. výročí od doby, kdy nás navždy opustila naše výborná kamarádka Dobroslava Nováková z Adamova.

Ve svých deseti letech začal Slávince, jak jsme ji všichni nazývali, pozvolna slábnout sluch a o dva roky později se k tomu přidaly i potíže s očima. Přes značný smyslový handicap však Slávinka úspěšně zvládla nejen běžnou základní školu, ale i gymnázium. Později také absolvovala dokonce střední zdravotnickou školu – obor dětská sestra. Dlouhá léta pak pracovala jako dobrovolnice v Červeném kříži. Kvůli vleklému očnímu onemocnění se nikdy nevzdávala svému osudu a po absolvování půlročního rehabilitačního kurzu pro zrakově postižené ve slovenské Levoči začala pracovat jako instruktorka prostorové orientace. V bývalém Svazu invalidů zpočátku působila v organizacích pro sluchově postižené, odtud po nějaké době přešla mezi zrakově postižené. Své životní zkušenosti nemalou měrou zúročila i v LORMu, především jako vedoucí brněnského klubu. V letech 1998-2000 působila též jako členka Výkonné rady LORMu. Kdo jste ji znali, vzpomínejte s námi.

## DOPISY

Vážení čtenáři,

Liga za práva vozíčkářů, která je vydavatelem časopisu *Vozíčkář* – časopis nejen pro sedící, přichází s nabídkou bezplatného získávání jejich časopisu. Nabídka je určena všem, kteří vlastní počítač nebo mají alespoň přístup na internet. Časopis si můžete sami stahovat na adrese [www.ligavozic.cz/vozickar/](http://www.ligavozic.cz/vozickar/) ve formátu DOC (ve Wordu) nebo vám bude zasílán elektronickou poštou v případě, že sdělíte své jméno a příjmení a emailovou adresu na tel. číslo: 541 249 175-6 nebo na email: [martina.kolkova@ligavozic.cz](mailto:martina.kolkova@ligavozic.cz)

Časopis má pravidelné rubriky. Z nich vybíráme: Zaujalo nás, stalo se; Liga informuje, Zdravotnictví, Osobnost čísla, Rozhovory, Reportáže, Kultura, Sport, Inzerce a další. Věříme, že i vy si něco vyberete.

*VOZÍČKÁŘ, časopis nejen pro sedící,  
č. 3, 2005, ročník XIV, str. 11*

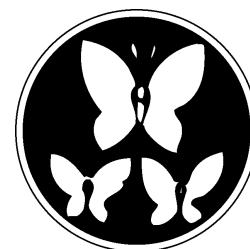


## ZÁLIBY (HOBBY)

### CELÍK LÉČÍ NEMOCNÉ LEDVINY

Při toulkách podzimní přírodou mohou naši pozornost upoutat kromě různých pestrých barevných listů mnoha rostlin, stromů a keřů také nápadná a nepřehlédnutelná zlatožlutá květenství celíku. Společně s růžovými až světle fialovými květy prudce jedovatého ocúnu jesenního (latinsky *Colchicum autumnale*) tato rovněž půvabná a ryze podzimní květina dobou svého rozkvětu obvykle uzavírá přehled kvetoucích rostlin kalendářního roku. Odedávna je celík ceněn i jako vynikající léčivá bylina, zejména proti chorobám ledvin a močových cest.

Celík zlatobýl (latinsky *Solidago virgaurea*), často uváděný jako zlatobýl obecný, je vytrvalá, 60 až 100 cm vysoká bylina s přímou a rýhovanou lodyhou (stonkem), která bývá ve spodní části obvykle nafialovělá. Přízemní listy jsou oválné, zašpičatělé, na okrajích pilovité a zúžené v dlouhý křídlatý řapík. Lodyžní listy jsou střídavé a směrem nahoru stále užší, krátce







řapíkaté až přisedlé. Žluté květní úbory průměru 1,5 až 3 cm jsou nahloučeny v dlouhé a dosti úzké latě. Je pro ně charakteristický víceřadý válcovitý zákrov, tvořený čárkovitě kopinatými listeny s kožovitým lemem. Obvodové samičí květy, kterých je pouze 5 až 8, jsou úzce jazykovité, vnitřní obouplavné bývají trubkovité. Po odkvětu se mění v plod, kterým je chlupatá nažka s jednoduchým chmýrem. Vyskytuje se v mírném klimatickém pásmu po celé severní polokouli. V českých zemích rok od roku značně ubývá, nejdeme jej však roztroušeně po celém území naší republiky. Roste převážně na slunných stanovištích, hlavně na pasekách, ve světlých lesích, na skalách, křovinatých stráních, často i na navážkách, u hromad kamení v blízkosti polí, na úhorech a kolem zemědělských staveb. Kveté od srpna do října, ale za příznivého počasí se však květy mohou objevit ještě začátkem prosince.

V srpnu a v září, za teplého počasí i v říjnu, se sbírá kvetoucí nať, která se odstřihává nejlépe zahradnickými nůžkami, případně seřezává nožem nebo srpem v délce asi 30 cm. Vzhledem k tomu, že celík zlatobýl ze svých přirozených stanovišť pomalu mizí, pro farmaceutický průmysl se dnes ve velké míře pěstuje. K léčebným účelům se též využívají ještě dva druhy celíku, pocházející ze Severní Ameriky – celík kanadský (latinsky *Solidago canadensis*) a celík obrovský (latinsky *Solidago gigantea*). Oba tyto druhy jdou do mohutného vzrůstu, dosahují výšky přes 2 m a mají menší květní úbory, vytvářející bohaté jednostranné laty. Pro svůj majestátní vzhled se často pěstují na zahrádkách jako okrasné trvalky. Na suchých slunných místech (například skládky a železniční náspy) zplaňuje celík kanadský, kdežto celík obrovský často vytváří rozsáhlé porosty na vlhkých místech, hlavně v pobřežních houštinách, v lužních lesích a v příkopech. Při sběru ve volné přírodě je nutné dávat si velký pozor na možnost záměny s několika druhy starčeků, zvláště za starček hajní (latinsky *Senecio nemorensis*), vyskytující se především v jehličnatých lesích a na pasekách. Starček hajní se celíku zlatobýlu skutečně podobá stavbou květů, které mají rovněž jen 5 až 8 obvodových jazykovitých květů. Hlavním rozpoznávacím znakem u všech druhů starčeků je pouze jednořadý zákrov s několika čárkovitými listeny ve spodní části a mívají zpravidla širší květenství. Navíc je nutno zdůraznit, že starčky nejenže nejsou léčivé, ale průkazně obsahují značně jedovaté látky, které

navíc mohou podporovat i vznik zhoubných nádorů. Nejsme-li si při sběru celíku ve volné přírodě jistí, je bezpodmínečně nutné dát si rostlinu prohlédnout odborníkem.

Nasbíraná nať se suší v tenkých vrstvách na lískách, anebo zavěšená v malých svazečcích ve stínu. Musí se sušit rychle, nejlépe v průvanu, aby si zachovala původní barvu. Umělá teplota při sušení v sušičce by neměla přesáhnout 40 stupňů Celsia. Příměs jinak zbarvených listů, stonků silnějších než 5 mm či překvetlých úborů kvalitu usušené suroviny značně zhoršují. Protože sušená nať má velkou schopnost přijímat vzdušnou vlhkost, je zapotřebí ji uchovávat na suchém a temném místě v dobře uzavřených obalech. Celík zlatobýl má podle nejnovějších lékařských výzkumů ze všech druhů celíků nejpříznivější léčivé účinky na lidský organismus. Používá se především jako výrazně močopudný a protizánětlivý prostředek, příznivě ovlivňuje látkovou výměnu a má též stahující účinek. Ve formě čaje, připraveného ze 2 čajových lžiček sušené natě na šálek vody (pije se 2 až 3x denně), se doporučuje zejména při chronických chorobách ledvin a močových cest. Dále se užívá při potížích s močením, způsobených zbytněním prostaty u mužů, při sníženém vylučování tekutin z organismu a při revmatismu. Někteří vědci uvádějí, že snižuje vylučování bílkovin močí. Jeho protizánětlivý účinek se uplatňuje ve formě koupelí nebo obkladů ze silného odvaru při léčbě podlitin (zvláště při sportu), špatně se hojících a hnisavých ran, hemoroidů a ekzémů.

Výborné, téměř zázračné hojivé účinky celíku byly známy už ve starověku, hlavně u starých Germánů, kteří jej uctívali pod jménem ranhoj. Indiáni ze Severní Ameriky jej používali proti hadímu uštknutí, například chřestýšů a proti žihadlům divokých včel. Vysoce ceněn je také v Rusku (hlavně na Sibiři), ve Střední Asii, v Mongolsku a v severní Číně. Jako medonosná rostlina je pro svou pozdní dobu rozkvětu v mnoha oblastech téměř nenahraditelnou pastvou pro včely.

V současné době je sušená nať celíku součástí několika průmyslově vyráběných čajových směsí. Je obsažena například v čajovinách Epilobin, Urcyston a směsi Ledviny a močové cesty, vesměs určených k podpůrné léčbě při onemocněních ledvin a močových cest.



*Zdeněk Sedláček*

# POVĚSTI Z NAŠICH KRAJŮ

## ZLODĚJ V HROBCE

V jistém kostele byla hrobka, v níž odpočívali zemřelí členové zámožného rodu šlechtického. Tvrdilo se, že v hrobce je značné množství drahých šperků. Touha po klenotech zmocnila se jistého muže, i vloupal se v noci do chrámu, sochořem nadzdvihl těžké kamenné víko hrobky a za matného svitu věčné lampy obíral mrtvoly o klenoty. Právě když byl hotov, odbíjela na věži kostela 12. hodina půlnoční. V tom okamžiku počaly mrtvoly z hrobky vystupovati a svými chřestivými těly sápany se na lupiče. Několika skoky se vrhl zloděj na schody a vyběhl na kůr. Kostlivci se však stavěli jeden druhému na ramena, až vytvořili žebřík sahající na kůr.

Zmatený muž hrůzou odříkával modlitby. Právě když poslední kostlivec chtěl přeskočit zábradlí kůru, vyslovil lupič slova: „Slovo tělem učiněno jest“. Na tato slova s rachotem zřítily se umrlci na kostelní dlažbu a muž byl zachráněn. Ráno, když přišli lidé do kostela, byla hrobka opět zavřena a lupič nalezen na kůru v bezvědomí.

*Jan Nouza, Lužnice*

# Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ



## NEBOJ SE A POJĎ!

Chceš znovu vnímat ty louky rozkvetlé  
i stráně mateřídouškou provoněné,  
slzičkami jak rubíny nazdobené?  
Chceš kytičku pomněnek, než kosou je pokosí  
si domu nést, či kytici kopretin  
na stůl do vázy si dát?  
Tak neboj se a pojd',  
já průvodcem i přítelem Ti dobrým,  
chtěl bych být!

Chceš v lese vůně modřínů,  
smrků i borovic dosyta  
se nadýchat?  
Houby, jež Ti ukáží, do košíku  
si nasbírat?  
Po mechu, jak po měkkém koberci,  
se volně procházet?  
Tak neboj se a pojd'!  
Já průvodcem i přítelem Ti dobrým,  
chtěl bych být!

Chceš města, hory, koncerty,  
divadla, přátele své, znovu navštívit?  
S nimi si zazpívat, srdce potěšit?  
Tak neboj se a pojd',

já průvodcem i přítelem Ti dobrým,  
chtěl bych být!

*Milým přátelům z Lormu Marie Doležalová, Jihlava*



## VZKAZY MOUDRÝCH

Snít krásnou vidinu arcidíla, blížít se jí a troskotat, prožívat krutá muka tvoření i nesrovnatelné uspokojení ze zdaru, ale nestrnout, nestát se otrokem sebe sama. Žít svobodně uprostřed divukrásného světa a nesloužit ani slávě. Maloval jsem k oslavě stvoření tak, jak mne dojalo, jak se mi líbilo a jak jsem to uměl. O nic jiného jsem se nestaral. To byl přepych mého života.

*František Nasko, akademický malíř a životní partner Růženy Naskové, hluchoslepé herečky Národního divadla*



## RECEPTY

### NEPRAVÁ DRŠŤOVKA SE SOJA VITOU

*2 lžíce rostlinného tuku, 1 větší cibule, 2 lžíce hladké mouky, asi 2 l vody, 8-10 lžic Soja Vity (sójová drť), 1 kostka slepičího bujonu, sladká i špetka pálivé mleté papriky, česnek, majoránka, sůl*

Na tuku zpěníme oloupanou a nadrobno nakrájenou cibuli, posypeme ji moukou a připravíme nepřiliš tmavou jíšku. Hned v ní promícháme oba druhy paprik a zalijeme vodou. Doplníme bujonem a přisypeme předem asi 10 minut namočenou Soja Vitu. Vše společně dobře 30 minut povaříme. Polévka musí mít výraznou chuť, proto ji nakonec dochutíme majoránkou, případně ještě prolisovaným česnekem a podáváme s chlebem nebo bílým pečivem.

### CUKETOVÁ OMÁČKA K TĚSTOVINÁM

*1 středně velká cuketa, olej nebo máslo, 200 g žampionů, půl lžíce hladké mouky, čtvrt kuřecího vývaru (vody), 1 dl smetany, 1 lžíce nasekané petrželky, sůl, pepř*

Na oleji nebo na másle podusíme na hranolky nakrájenou cuketu (asi 3 cm), přidáme pokrájené žampiony a dále dusíme tak dlouho, až je směs měkká. Poté ji zasypeme hladkou moukou, přidáme vývar, smetanu i petrželku a opepříme. Za stálého míchání uvedeme omáčku do varu, osolíme a podáváme s těstovinami.

**DOTEKY. Bulletin LORMU**, Podzim 2005, číslo 44. Vychází čtvrtletně.  
Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepe, Zborovská 62, 150 00 Praha 5.  
Vychází v černotisku, v bodovém písmu a jako zvuková nahrávka na kazetách.

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

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

Šéfredaktor: Zdeněk Sedláček, Chlum 55, 264 01 Sedlčany.

Redakční rada: Zdeněk Sedláček (šéfredaktor), Bc. Jitka Hlaváčová (speciální pedagog), Mgr. Petra Zimermanová (ředitelka).

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

Grafická úprava: Michal Vondráček, Tomáš Zach

Sazba a tisk: Fastr typo-tisk, Nad Buďánkami II./13, Praha 5

Náklad: 250 černotiskových výtisků

Tisk a distribuce bodové a zvukové verze: Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana, Ve Smečkách 15, 110 00 Praha 1, tel: 222210492, 222211523 Distribuce zvukových nahrávek: p. Ajm, adresa a telefonů 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 45 (Zima 2005) je 20. 12. 2005.

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

**LORM**

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

tel./fax: 257 325 478

**REGISTRACE MINISTERSTVA**

**KULTURY ČR Č. E 11000**