

# DO TEKY

49

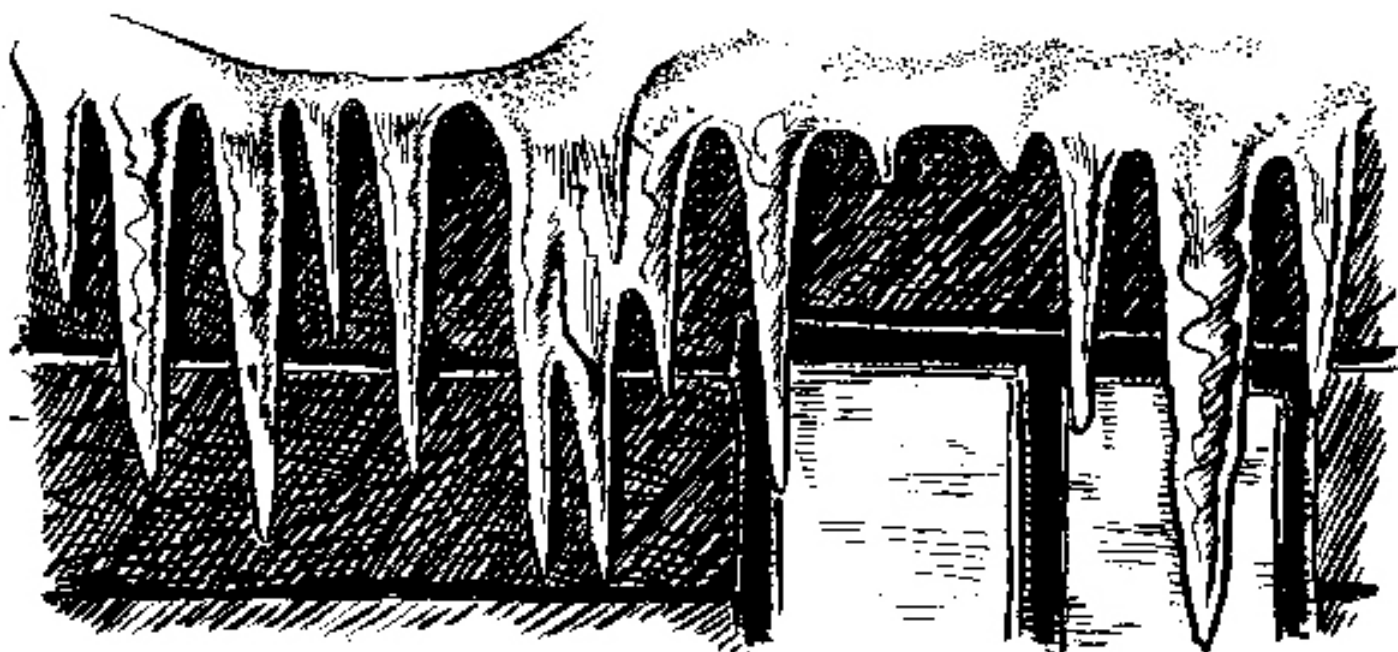
2006



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND

BULLETIN LORMU – ZIMA



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

12• MOSTŮ NENÍ NIKDY DOST (ROZHOVOR)

17• ZMĚNY V OBLASTI SOCIÁLNÍCH DÁVEK OD 1. LEDNA 2007

19• ROLE ETICKÉHO KODEXU V POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍCH

22• HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI: LEX GRANDIA



# OBSAH ČÍSLA

ZIMA 2006

<b>VERŠE – Smích</b> .....	3
<b>SLOVO ŠÉFREDAKTORA</b> .....	4
<b>ZPRÁVY Z LORMU</b> .....	5
Třináct hluchoslepých se zdokonalovalo v běžeckém lyžování na Vysočině.....	5
Dojmy z lyžáku.....	6
Střípky z Narozeninové konference LORM .....	7
Spolupráce LORM Brno s nestátními organizacemi .....	7
Zprávy z Moravskoslezského kraje .....	10
<b>ROZHOVOR – Mostů není nikdy dost</b> .....	12
<b>PRÁVNÍ PORADNA</b> .....	17
Změny v oblasti sociálních dávek od 1. ledna 2007 .....	17
Příspěvek na péči nepodléhá zdanění .....	18
<b>PORADNA PSYCHOLOGA</b> .....	19
Role etického kodexu v pomáhajících profesích .....	19
<b>ZDRAVÍ</b> .....	20
Příčiny hluchoslepoty: Presbyakuze .....	20
<b>INFORMACE – Žalář dotekem</b> .....	21
<b>HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI</b>	
Lex Grandia .....	22
<b>ZE SVĚTA</b> .....	28
Mezinárodní aktivity a konference ve prospěch osob s hluchoslepotou v roce 2007 .....	28
<b>DOPISY – Pohlednice z Liberce</b> .....	30
<b>SPOLEČENSKÁ KRONIKA – Jubilea – Úmrtí</b> .....	31
<b>ZÁLIBY (HOBBY)</b> .....	32
Léčivé a aromatické byliny:	
Hřebíček pomáhá proti bolestem zubů .....	32
Pověsti z našich krajů: O brněnském drakovi .....	34
Ze sportu: Hluchoslepý Luboš zvítězil v turnaji pražských zrakově postižených kuželkářů .....	36
Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků:	
Tvorba inspirovaná zimním pobytem na běžkách .....	36
<b>VZKAZY MOUDRÝCH</b> .....	37
<b>RECEPTY – Pochoutky od čtenářek:</b> .....	38
Zapečené rybí filé s brokolicí .....	38
Kakaový moučník s ořechy .....	38

*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

### SMÍCH

Loni jsem lyžovat zkusila,  
tak jsem se letos moc těšila.  
Když napadl minulý týden sníh,  
vyvolalo to ve mně radostný smích.

Sníh, vítr, ledová vánice  
na běhání nestačí nám vesnice.  
Protože nás nohy nebolí,  
vesele běháme i po poli.

Od druhého dne se nám sníh rozpouští,  
přesto nás smích neopouští.  
Zdeňka má i náhradní program v rukávu,  
zahrajeme si a pak dojdeme na kávu.

*Zuzana Urbánková, Jan Pavlíček*



# SLOVO ŠÉFREDAKTORA

Milí čtenáři!

Je konec ledna 2007 a paní Zima se zatím chová jako nevychované dítě školou povinné. Po několika neobvykle teplých týdnech, které vyvrcholily silnou větrnou smrští, se nakonec přece jenom objevil sníh, ale ten nyní opět mizí. V závěru loňského roku jsem si nechal zavést připojení k internetu, tak se v průběhu letošního roku budu snažit dohnat dosavadní zpoždění, k nimž docházelo v průběhu loňského roku. Vedle tradiční poštovní adresy máte možnost mi zasílat své náměty, názory, připomínky nebo dopisy také na e-mailovou adresu: [doteky@lorm.cz](mailto:doteky@lorm.cz).

Novinkou v tomto zimním čísle jsou zprávy o činnosti Poradenského centra LORM v Ostravě, kde dne 1. prosince 2006 proběhl za značného zájmu široké veřejnosti Den otevřených dveří. Kromě toho uvádíme ještě dvě krátké zprávy z akcí, které pro hluchoslepé klienty připravila nová oblastní pracovnice B. Hluchníková. Dále přinášíme vzpomínky na průběh Narozeninové konference LORM a vyhlášení 1. ročníku literární soutěže o Cenu Hieronyma Lorma, které se uskutečnily začátkem listopadu ve Žďáru nad Sázavou. Ne daleko od tohoto krásného města na Českomoravské vrchovině se právě nyní koná první letošní pobyt pro hluchoslepé ve Škrdlovicích, tradičně zaměřený na nácvik běžeckého lyžování. Tato akce probíhá v neobyčejně tvořivém duchu, tak se čtenáři Doteků mohou těšit na nevšední zážitky a ohlasy hluchoslepých účastníků ze sportovního zápolení. Po zprávách o činnosti a aktivitách naší organizace následuje zajímavý a poutavý rozhovor s hluchoslepu šéfredaktorkou mezinárodního časopisu Bridges Martou Zemanovou, kterou mnozí z vás dobře znají jako velmi dobrou pracovnici LORMu. Stálá rubrika HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI tentokrát přináší exkluzivní rozhovor s Lexem Grandiou z Dánska, nynějším prezidentem Světové federace hluchoslepých. Seriál o léčivých a aromatických bylinách je v tomto zimním čísle věnován hřebíčku, dnes známém exotickým kořením a vynikající léčivé rostlině, používané hlavně proti

bolestem zubů. Pro milovníky starých pověstí a zkazek je do tohoto čísla zařazena legenda o brněnském drakovi.

Prozatím jedinou změnou v našem časopise je zrušení ŘÁDKŮ NEJEN PRO SENIORY, a to z důvodů malého zájmu čtenářů a velkého množství rubrik. Doteky jsou určeny výhradně pro vás. Těšíme se na vaše příspěvky, články i ohlasy!

Hodně úspěšných dnů v roce 2007, ještě více životního optimismu a samozřejmě také dobrého počtení, případně příjemný poslech na kazetě upřímně přeje

*Váš Zdeněk Sedláček*



## ZPRÁVY Z LORMU

### TŘINÁCT HLUCHOSLEPÝCH SE ZDOKONALOVALO V BĚŽECKÉM LYŽOVÁNÍ NA VYSOČINĚ

Na přelomu ledna a února se 13 statečných z řad hluchoslepých vydalo na týden na Vysočinu, aby se zdokonalovali v běžeckém lyžování. V pořadí již třetí zimní pobyt v běžecké stopě pro ně pořádalo o.s. LORM.

Mezi účastníky byli již zkušení „mazáci“, kteří denně pod vedením svých trasérů - průvodců zdolávali i 10 kilometrové vzdálenosti v běžeckých stopách v okolí Velkého Dářka u Žďáru nad Sázavou.

„I přes letošní výjimečně skoupou zimu na sníh a mráz, jsme měli to štěstí, že jsme si do pátku skvěle, za pomoci navigace našich trasérů, zaběžkovali,“ shrnuje přínos akce jedna ze zdatných účastnic, Dáša Prošková. „Navzájem jsme se prostřídali, což bylo nejen pro nás, ale určitě i pro naše traséry a průvodce přínosem pro vzájemné poznávání a získávání dalších zkušeností komunikace s námi. S radostí jsme zjišťovali, že jsme na běžkách jistější a také dokonalejší,“ doplňuje svá slova.

Ve skupince se našlo i pár začátečníků, kteří překvapovali nejen svými výkony, ale především odvahou a vytrvalostí, která je neopouštěla ani v obtížných povětrnostních i sněhových podmínkách. S orientací ve stopě pomáhali





hluchoslepým tzv. trasěři, kteří jim nahrazovali smysly při pohybu v zasněženém terénu.

Díky dobře načasované sněhové nadílce se mohlo běžkovat téměř celý týden. Kromě pár modřin z pádů do měkkého si odváželi účastníci s sebou domů především dobrý pocit, že i zima se dá strávit aktivně, na zdravém vzduchu a ve společnosti přátel.

Ve volném čase a po večerech se všichni věnovali literární a výtvarné tvorbě, při cestopisné přednášce poznávali dalekou Indii, velmi dobře se bavili v tanečním kole nebo při narozeninové oslavě. Fotografie zdatných běžkařů z řad hluchoslepých si lze prohlédnout ve Fotoalbu na [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz).

*Petra Zimermanová*

## DOJMY Z LYŽÁKU

Letos poprvé jsem se zúčastnila s LORMem lyžařského výcviku na běžkách, který se konal ve Škrdlovicích u Žďáru nad Sázavou.

Každý den se zahajoval rozčvičkou, po které následovala snídaně. Po snídani se šlo lyžovat. Po ranním lyžování byl oběd, na který jsem se vždy moc těšila, protože strava byla vynikající. Po obědě jsme měli hodinku na odpočinek a do večere se šlo opět lyžovat. Kdo byl hodně unavený, šel s trasérem na procházku. Po večeri byl vždy nějaký zajímavý program. Velmi se mi líbil taneční večírek a arteterapie (výtvarný program). Také jsme vyslechli zajímavé vyprávění o Škrdlovicích, např. jak vznikly atd. Po večerním programu se mohlo buď ponocovat v hotelové restauraci nebo u kulečníku, nebo se mohlo jít spát, jak kdo chtěl.

Lyžování jsme museli využít hned od začátku, protože snížek nám pomalu roztával, ale užili jsme si až až. Když jsem poprvé vstoupila po čtyřech letech na běžky, potěšilo mě, že jsem nepadala. Byla to paráda! Hrozně mě bavilo sjíždět kopečky. Bylo nádherné jen tak se nechat unášet sněhem a větrem.

Na pobytu se mi moc líbilo. Bylo příjemné alespoň na týden zapomenout na starosti všedních dnů. Docela jsem potřebovala alespoň na malinkou chvíli vypnout a odrea-

govat se od problémů v práci. Jsem ráda, že takovýhle pobyt existuje a určitě pojedou příští rok zase. Tedy pokud mě tam ten skvělý tým bude chtít.

*Michaela Marešová*



## **STŘÍPKY Z NAROZENINOVÉ KONFERENCE**

Ve dnech 3. až 5. listopadu 2006 se ve Žďáru nad Sázavou uskutečnila Narozeninová konference LORMu. Jako dlouholetou členku této organizace mne nejvíce potěšila hojná účast a skvělý profesionální přístup vedení LORMu. Také přednášky byly na vysoké úrovni. Nelze zapomenout ani na kontakty se zahraničními organizacemi, se kterými LORM navazuje styky a získává nejrůznější poznatky. Kromě tradičních voleb do výkonné a dozorčí rady LORMu byly v hotelu Jehla vyhlášeny výsledky 1. ročníku literární soutěže o cenu Hieronyma Lorma. V rámci této soutěže byla uspořádána i malá výstavka ručních prací hluchoslepých klientů. K vidění byly rovněž fotografie z mnoha akcí LORMu, z nichž se mi jevily jako dosti vtipné hlavně snímky z lyžařských pobytů.

Program byl završen narozeninovou oslavou 15. výročí založení LORMu s občerstvením, zpěvem a tancem. Velký dík patří všem pracovníkům LORMu, kteří se velkou měrou zasloužili o zdařilý průběh Narozeninové konference.

*Z dopisu M. Maláškové z Brna  
pro Doteky vybral a upravil Z. S.*

## **SPOLUPRÁCE LORM BRNO S NESTÁTNÍMI A STÁTNÍMI ORGANIZACEMI**

Ke spolupráci je třeba nejméně dvou. Je to věc chtění, tolerance, respektu, vstřícnosti a člověčenství bez ohledu na uvedenou posloupnost, z čehož plyne, že se nejedná o záležitost jednoduchou.

Já mám na lidi pracující v sociální oblasti u nás v Brně štěstí – možná i proto, že těm „dokonalým, nejchytřejším, bezchybným, nejpovolanějším a nejvyvolenějším“ v resortu svého působení se vyhýbám jak čert kříži. S takovými vše-



ználky, kteří jsou většinou jediní, kdo si to o sobě myslí a podle toho se taky chovají, totiž není možná ani diskuze, natož pak spolupráce.

Naštěstí jsou v mizivé menšině, zdravá většina vítězí.

Není pro mě snadné nezapomenout vyjmenovat všechny ty bezvadné lidi a lidičky, s nimiž se v rámci svých pracovních povinností setkávám a kteří mně nezištně a samozřejmě pomáhají a podporují, takže – pokud by se tak naprostým nedopatřením stalo, upřímně se jim tímto omlouvám.

Když jsem před 6-ti lety hledala prostor pro brněnskou kancelář a klubová setkávání našich klientů, nabídl mi pomocnou ruku Ing. Sláma, ředitel brněnské pobočky občanského sdružení Naděje. Po celá léta až do letošního jara jsem s Nadějí úzce spolupracovala díky zejména paní Mirce Suché, vedoucí ambulantního centra Naděje na Ponávce. Nebýt toho, že se naše klientela rozrostla do té míry, že jsme se do tamějších prostor prostě nevešli, scházeli bychom se u „nadějáků“ dál.

Však také lormáci dosud nostalgicky vzpomínají na krásné časy, které jsme na Ponávce prožívali...

Při hledání většího prostoru mi vyšla vstříc paní Marie Křištofová, vedoucí tréninkové kavárny Café Práh, kterou provozuje sdružení Práh. Ona i ostatní zaměstnanci nám vytvořili vynikající podmínky pro náš klub, a to nejen prostředím, ale zejména svým milým a přátelským postojem.

A abych nezapomněla na to nejdůležitější – nikdo si nikdy neúčtoval žádný pronájem, zapůjčené prostory jsme využívali a využíváme zcela zdarma!

Jedním z dalších dlouhodobě spolupracujících partnerů je Tyflo Brno – záměrně používám pouze první část slovní složeniny, neboť jak Tyflo centrum, tak Tyfloservis, tedy zaměstnanci obou obecně prospěšných společností zaměřených na poskytování služeb pro zrakově postižené a nevidomé spoluobčany, mi vždy ochotně přispějí radou či pomocí. Za všechny bych ráda jmenovala pana Karáska, Lenku, Andreu, paní Švejnovou, pana Pavlíčka, Janu...

V Lize za práva vozíčkářů je to paní Antonovičová a pan Škaroupka, v České unii neslyšících především naše dlouholetá instruktorka znakového jazyka paní Alenka Válková, za Českomoravskou jednotu neslyšících bych ráda jmenovala



pana Poláčka, pana Hrubého pak za HELP, organizaci pro nedoslýchavé.

Velmi si rovněž vážím spolupráce pana Dvořáka, majitele Školy pro výcvik vodících psů pro zrakově postižené a nevidomé občany. Mnohokrát nám pomohl radou i skutkem zpestřit naše klubová setkání a rekondiční pobyty.

Času nikdy nelitoval ani pan Svárovský, výrobce slepec-kých holí a holí pro hluchoslepé, pokaždé vše ochotně vyřídil, zařídil, vyrobil a dokonce ještě přivezl, no klobouk dolů...

Brněnská Diakonie sídlící na Hrnčířské ulici pro nás vždy měla dveře dokořán, mnohokrát děkujeme, Hani, ať se vám nadále daří!

Středisko Teiresias pomáhající zrakově, sluchově i jinak handicapovaným vysokoškolským studentům určitě představovat nemusím, ovšem vyjádřit radost nad spoluprací s nimi jmenovitě paní Radce Blatné zapomenout nesmím.

Také v Chrlicích, ústavu pro zrakově postižené, je spousta výborných lidí, kteří se s velkým nasazením věnují obyvatelům tohoto nedávno krásně zrekonstruovaného zámečku.

Kdykoliv se na ně obrátím, bezodkladně, profesionálně a s úsměvem mi vyhoví.

Jsem upřímně ráda a vděčná za všechny naše klienty za paní Radku Horákovou a paní Petru Hamadovou z pedagogické fakulty Masarykovy univerzity a mnohé, mnohé další partnery, spolupracovníky, profesionály i dobrovolníky, kteří mi sami nabídli ruku ke spolupráci nebo tu moji neodmítli.

Všem vám jménem naší brněnské pobočky LORM – Společnosti pro hluchoslepé, jménem svým a zejména za všechny naše uživatele ze srdce děkuji a těším se na další přátelskou a smysluplnou spolupráci!

A na závěr ještě přání – ať máte vy všichni, kteří svoji práci směřujete k potřebným spoluobčanům, také štěstí na lidi!!!

*Zdena Jelínková,  
oblastní terénní pracovnice o.s. LORM*





## ZPRÁVY Z MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJE

### Den otevřených dveří v Poradenském centru LORM v Ostravě

Je to pouze 5 měsíců ode dne, kdy v Ostravě bylo otevřeno Poradenské centrum LORM. A aby se o naší působnosti v Moravskoslezském kraji dověděli nejen organizace zde působící, ale i veřejnost, uspořádali jsme 1. prosince 2006 Den otevřených dveří.

Všichni, kteří se do centra přišli podívat, nejen že dostali informace o LORMu, ale měli šanci si sami vyzkoušet chůzi s červenobílou holí, vniknout do tajů Lormovy abecedy či seznámit se s taktilním znakovým jazykem. Také si mohli přečíst všechny literární příspěvky včetně vítězných, které naši klienti zaslali do literární soutěže o Cenu Hieronyma Lorma.

Dne otevřených dveří v Ostravě se zúčastnilo přes 40 lidí a také mnoho dalších se dovědělo o naší působnosti prostřednictvím regionálního vysílání České televize.

Jsme velice rádi, že do našeho centra přicházejí stále častěji jak klienti LORMu, tak i lidé, kteří mají o problematiku hluchoslepoty zájem.

### Podzimní výlet na výstavu MiniUni a Slezskoostravský hrad

Byla sobota 22. října 2006. Sluníčko krásně svítilo, nádherně zbarvené listí stromů vypadalo jako zdařilý obraz malíře a paprsky příjemně hřály – byl ideální den na výlet.

Setkali jsme se v 10 hodin a naše kroky nejdříve směřovaly na výstavu MiniUni do areálu Výstaviště Černá louka v Ostravě. Venkovní výstava nám umožnila seznámit se s modely významných budov evropských měst (vyrobených v měřítku 1:25) či sedmi divů světa. Nikdo určitě nepřehlédl 12 metrů vysokou Eiffelovu věž, pod kterou je nejeden z nás vyfotografován.

Naše další kroky se ubíraly parkem, přes most a dále pak



klikatou uličkou ke Slezskoostravskému hradu. Zde jsme si prohlédli stálou expozici historie hradu a města Ostravy a expozici Třicetileté války, období husitství a také mučírnu se zajímavými středověkými předměty určenými k rozvázání jazyka mnoha obviněných. V upravených sklepních prostorech se nachází akvária se sladkovodními rybami a muzeum čarodějnic, kde jsme samozřejmě také byli. Vystoupili jsme na hradní pevnost, ze které byl krásný výhled do celého okolí. V zákoutích této pevnosti jsme se podívali na dřevěné sochy v nadživotní velikosti. Jelikož jsme měli za sebou tři hodiny chůze, každému přišel vhod šálek dobré kávy venku na nádvoří, při které jsme sledovali svatební průvod směřující za zvuku středověké hudby do útulné zámecké restaurace. Tento den se vydařil nejen díky krásnému počasí, ale i díky dobré náladě všech výletníků. Takže pokud budete mít cestu do Ostravy, určitě si najdete chvíli na krásnou procházku na Hrad.

## **Vánoční klub v Ostravě**

Vánoční atmosféra prosycená nejen vůní cukroví, ale také plápolajícími svíčkami, vánočními koledami a především dobrou náladou panovala v pátek 15. prosince 2006 na vánočním klubu v Ostravě.

Začátek našeho klubu byl okořeněn hrou na klávesy a zpěvem vánočních koled devítileté žačky hudební školy. Společně jsme si také některé z nich zazpívali. U dobré kávy a skleničky teplého svařeného vína jsme si společně popovídali nejen o Vánocích, ale každý prozradil i něco nového o sobě. Dobrá nálada panovala po celou dobu klubu a všichni odcházeli nejen s úsměvem na rtech, ale odnášeli si i kousek vánoční atmosféry domů.

*Zprávy sepsala Barbora Hluchníková,  
terénní pracovnice LORM Ostrava*



## ROZHOVOR

### MOSTŮ NENÍ NIKDY DOST

***Přežít jako miminko napadení meningokokem je prý totéž co být přímým účastníkem zázraku. Martě Zemanové – Karáskové se právě tohle v roce 1978 podařilo. Bohužel některá vítězství nejen bolí – zůstává po nich také trvalá památka...***

*Které následky meningitidy a kdy se projevily u vás?*

Byly mi jen čtyři měsíce, když jsem onemocněla meningitidou. A přežila jsem díky streptomycinu, jehož dávka byla tak silná, že by prý zabila i koně... Lékaři upozornili maminku, že přežiji jen díky této dávce léku, ale odnese to mé zdraví. Maminka bez váhání souhlasila s jeho aplikací.

*Zřejmě jste nebyla první případ...*

Byla jsem hodně veselá a živé dítě. Až kolem roku a půl maminka pojala podezření, že neslyším. Důvod byl prostý – vůbec jsem nemluvila. Navštívila se mnou ušního lékaře, který po řadě vyšetření stanovil diagnózu: praktická hluchota. Zraková vada, degenerace oční sítnice, se projevila až v mých dvanácti letech. Příčina není zcela jasná dodnes.

*Postižení dítěte nejdříve zasáhne jeho rodiče – oni už tuší těžkosti spojené s budoucností. Byla jste dítětem opečovávaným, nebo naopak vedeným k co největší samostatnosti?*

Ačkoliv mě maminka porodila ve svých osmnácti letech, dokázala to, co by mnoho rodičů nedokázalo. Vychovávala mě jako zdravou holčičku s ohledem na to, co zvládnu či ne. V ničem mě neomezovala ani neupřednostňovala před mými dvěma mladšími bratry. Dalo by se říci, že nastolila takzvanou demokratickou výchovu. To znamená, že dítě není úzkostně opečováváno ani stresováno přehnanými nároky svých rodičů. Celý život maminka stála a dosud stojí při mně. Byla to hlavně ona, díky které jsem udělala maturitu a pak, o sedm let později, držela ve svých rukou vysokoškolský diplom. Bylo to jakési poděkování za to, co dlouhá léta pro mě dělala.

*Měla význam pro vaši "duševní výbavu" skutečnost, že jste první roky života strávila na venkově v jižních Čechách?*

Svůj domov v jižních Čechách jsem milovala a bylo pro mě těžké jej navždy opustit. Strávila jsem zde nádherné a bezstarostné dětství. Byla jsem neustále s malými příbuznými venku, kde jsme vyváděli neplechy. Milovala jsem volnost, kterou teď dost postrádám...



*Jak velkou změnu představovalo přesazení do školy v Praze?*

Až ve škole pro sluchově postižené děti jsem si uvědomila, že jsem „jiná“ než ostatní. Celých šest let jsem vyrůstala ve „zdravé“ komunitě a najednou proti své vůli jsem se ocitla mezi dětmi, které stihl stejný osud jako mě. Já jsem komunitu sluchově postižených nikdy vnitřně nepřijala. Jak maminka správně říká – nejsem „ani ryba, ani rak“. Nevím, kam vlastně patřím. Možná to mělo zásadní vliv i na to, že jsem se dosud nenaučila přijímat autority.

*Co považujete za nejdůležitější pro "hladké přistání" v prostředí mezi dětmi se stejným postižením?*

Pokud se „zdravé“ rodině narodí postižené dítě, je na rodičích, zda dítě s postižením bude chodit do běžné či speciální mateřské školky. Ale určitě bych jim jako speciální pedagog doporučovala pravidelná setkávání s rodinami postižených dětí, například na společných výletech. Bylo by určitě fajn i to, kdyby se těchto setkání zúčastňovali i jejich nepostižení sourozenci. Nepostižené děti mají možnost přirozenou cestou poznávat, že děti s postižením jsou také „normální“, i když se někdy mohou chovat jinak. Tím by se pak předešlo předsudkům a posměchu.

*Vystudovala jste speciální pedagogiku na Karlově univerzitě. Proč právě tenhle obor?*

Už na gymnáziu jsem si uvědomovala, že kvůli svému těžkému handicapu budu mít značně omezené pracovní uplatnění. A představa, že bych po maturitě složila ruce do klína a byla existenčně závislá jen na invalidním důchodu, byla děsivá. Až někdy ve čtvrtáku jsem začala uvažovat o studiu speciální pedagogiky, neboť se mi líbila myšlenka, že bych mohla pracovat a pomoci postiženým lidem, kteří na tom jsou hůře než já.



*Postrádala jste na fakultě něco z techniky, která může studentovi se sluchovou a zrakovou vadou ledašco ulehčit?*

Celých pět let na univerzitě jsem bojovala s nedostupností – jak v oblasti techniky, tak v oblasti informovanosti. Studium speciální pedagogiky na Karlově univerzitě, které samo o sobě předpokládá, že je vhodné i pro studenty s postižením, nebylo téměř připravené ani vybavené speciálními pomůckami, například počítači pro sluchově či zrakově postižené studenty.

*Pomáhal vám tam někdo?*

Od začátku studia jsem mohla spoléhat na svou vnímavou kolegyni. Půjčovala mi poznámky z přednášek, chodila se mnou do knihovny, abych měla z čeho studovat. Ale největší dík patří mé mamince a manželovi. Nespočet hodin přepisovali mnohastránkové poznámky z přednášek do počítače a trpělivě snášeli mé často podrážděné chování, které bylo způsobené stálou únavou.

*Co vás přivedlo mezi klienty a později členy LORMu?*

V LORMu jsem od svých sedmnácti let pomáhala například na charitativních a propagačních akcích. Během studia jsem však vůbec neuvažovala o tom, že bych zde pracovníě zakotvila. Můj manžel pochází z Podkrkonoší, a již po roce naší známosti bylo zřejmé, že to budu já, kdo se z Prahy odstěhuje. Logicky jsem tedy uvažovala o uplatnění někde poblíž bydliště. Ale nenašlo se nic, co by se mi líbilo nebo bylo dostupné kvůli mému postižení. V LORMu mi slečna ředitelka nabídla pracovní náplň, podle které jsem mohla pracovat převážně doma na počítači. Což mi přišlo velmi výhodné.

*Začala jste jako metodička. Které povinnosti z tohoto úvazku vyplývají?*

Hlavně překládání odborných článků z oblasti hluchoslepoty jak pro klienty, tak pracovníky LORMu, vzdělávání a informování veřejnosti, což jsou přednášky na různých školách a úřadech o problematice hluchoslepoty, organizování pražských klubů pro naše klienty a také účast na některých zahraničních aktivitách hluchoslepých jako delegátka za Českou republiku.

*To není malý pracovní záběr!*

Zejména období přednášek na školách před veřejnou sbírkou „Červenobílé dny“, kdy brázdím Čechy křížem krá-  
žem, představuje časté výjezdy do různých končin Čech, a  
to je pro mě velmi náročné. Naštěstí většinu další práce mám  
možnost vykonávat u sebe doma, kde jsem si pro to vytvo-  
řila podmínky, především klid a počítač vybavený pro zra-  
kově postižené.



*Proč jste se soustředila na osvětlu o problematice kombino-  
vaného zrakového a sluchového postižení právě ve školách  
a na úřadech?*

Přednášky se realizují převážně na středních a vyšších  
školách různého typu po celé republice. Jejich studenti nám  
pomáhají jako dobrovolníci při celostátní sbírce „Červeno-  
bílé dny“. Je i úředníky seznamujeme s největšími problé-  
my, se kterými hluchoslepí bojují, ukazujeme jim, jak by měli  
správně komunikovat s takto postiženými lidmi.

*Jaké povinnosti pro vás vyplývají z členství ve Světové fede-  
raci hluchoslepých?*

Asi tou nejdůležitější povinností je reprezentovat hlu-  
choslepé z České republiky na zahraničních konferencích  
WFDB. Dále má člen WFDB právo na valném shromáždění,  
které se koná jednou za čtyři roky, hlasovat a volit nové  
členy do Výkonného výboru WFDB a dalších jeho orgánů.

*Je pro vás velkou komplikací mít pracoviště mimo Prahu?*

Obnáší to určité úskalí. Jsem zde do jisté míry kvůli své-  
mu postižení sociálně izolovaná. Jsem závislá na místním  
autobusu, který jezdí snad jen čtyřikrát denně, a na manže-  
lovi, jenž mě autem odveze tam, kam potřebuji. Do Prahy  
podle dohody s ředitelkou Petrou Zimermanovou jezdím  
kromě určitých výjimek jednou za čtrnáct dní. Ale třeba  
v období přednášení na školách, kdy lítám sem tam, si ně-  
kdy připadám jak štvané zvíře. Ale dalo by se říci, že jsem si  
na to už zvykla.

*Od loňska jste šéfredaktorkou mezinárodního časopisu  
BRIDGES, česky MOSTY, který vydává v elektronické podo-*



*bě Evropská unie hluchoslepých. Co bylo podnětem jeho vzniku?*

Už samotné motto: „*Chtěla bych vybudovat mosty mezi světem hluchoslepých a světem bez handicapu*“ napovídá, že tento internetový časopis by nebyl jen pro hluchoslepe čtenáře, ale i pro jejich nepostižené příznivce, do kterého by přispívali sami jeho čtenáři.

*Prozradíte něco z obsahu?*

Bridges má devět rubrik pro různá témata týkající se problematiky hluchoslepoty. Například si čtenáři mohou přečíst, co se děje nového v oblasti sociální politiky nebo v EDBU, mohou napsat své životní příběhy nebo se zajímavou osobností z oblasti hluchoslepoty. Pro první číslo jsem připravila rozhovor s hluchoslepým prezidentem WFDB Lexem Grandiou.

*Prý vrabčí poštou se proslechlo, že v Krakonošově revíru vyhlížejí přílet čápa. Jak si čekání na dokonce dvojnásobnou radostnou událost užíváte?*

Koukám, že to vrabci všude rozkecali rychlostí blesku...

Dvojčata jsou neplánovaná, ale nejsou v žádném případě nechtěná. Jsem přesvědčená, že jsem otěhotněla v pravý čas. Už delší dobu jsem byla duševně velmi unavená a pociťovala jakousi prázdnotu ve své duši. Ale to už je pryč. S manželem se na děti moc těšíme a já pevně věřím, že navzdory svému těžkému handicapu zvládnou jejich výchovu.

*Za odpovědi děkují Zdeněk Sedláček a Jan Nouza*



# PRÁVNÍ PORADNA

## ZMĚNY V OBLASTI SOCIÁLNÍCH DÁVEK OD 1. LEDNA 2007



Poslanecká sněmovna schválila dne 14. 3. 2006 návrhy zákona o životním a existenčním minimu, zákona o pomoci v hmotné nouzi a zákona, kterým se mění některé zákony v souvislosti s přijetím těchto nových právních předpisů. V souvislosti s přijetím zákona o pomoci v hmotné nouzi dojde ke zjednodušení dosavadního systému dávek sociální péče, které stát vyplácí sociálně potřebným občanům. Budou zavedeny nové dávky, které nahradí řadu těchto dosavadních.

Od 1. ledna 2007 budou existovat tři nové dávky - příspěvek na živobytí, mimořádná okamžitá pomoc a doplatek na bydlení, které nahradí dávky závisující na sociální potřebnosti, například dávky poskytované podle zákona o sociální potřebnosti, příspěvek na společné stravování, peněžité a věcné dávky občanům, kteří se přechodně ocitli v mimořádně obtížných poměrech apod.

V žádném případě tento krok nepovede ke zrušení všech sociálních dávek. Zaniknou pouze dávky, které stát poskytuje sociálně potřebným a které v průběhu minulých let vznikaly ad hoc za účelem řešení sociálních dopadů jednotlivých specifických událostí. V současné době ale už nemají opodstatnění.

Jedná se například o příspěvek na topnou naftu. Ten byl zaveden v souvislosti s podstatným zvýšením ceny nafty, kterou někteří občané topili, a který se už dnes prakticky neposkytuje apod. Dále budou zrušeny dávky vyplácené v situacích, které jsou v současné době řešeny jiným způsobem (slevami atd.). Jde např. o příspěvek na zřízení nebo na provoz telefonní účastnické stanice.

Nové právní normy nezruší dávky státní sociální podpory (např. porodné, rodičovský příspěvek, přídavek na dítě nebo sociální příplatek či pohřebné). Jejich výše bude v návaznosti na změnu konstrukce životního minima přepočte-



na tak, aby se nezměnila. Nebudou zrušeny ani speciální dávky pro lidi se zdravotním postižením, jako například příspěvek na zakoupení nebo provoz motorového vozidla apod. Nově budou řešeny dávky na bydlení. V budoucnu by měl každý občan vynakládat na bydlení maximálně 30 % (v Praze 35 %) svých příjmů a po zaplacení bydlení by mu měly zbýt prostředky alespoň na živobytí.

*Zdroj: MPSV*

## **PŘÍSPĚVEK NA PÉČI NEPODLÉHÁ ZDANĚNÍ**

Novela zákona o daních z příjmů č. 586/1992 Sb. reaguje na nově zavedený příspěvek na péči podle zákona o sociálních službách, a to tak, že doplňuje § 4, odst. 1, písmeno i) takto:

### **§4 - Osvobození od daně**

(1) Od daně jsou osvobozeny: .....

i) dávky sociální péče, dávky pomoci v hmotné nouzi, sociální služby, dávky státní sociální podpory a státní dávky (příspěvky) upravené zvláštními předpisy nebo obdobná plnění poskytovaná ze zahraničí, „příjem plynoucí z důvodu péče o blízkou nebo jinou osobu, která má nárok na příspěvek na péči podle zákona o sociálních službách, a to do výše poskytovaného příspěvku, je-li tato péče vykonávána fyzickou osobou, u níž se nevyžaduje registrace podle zákona o sociálních službách,“ ....

Znamená to, že pečující osoba nemusí přiznávat příspěvek na péči, který dostává od příjemce příspěvku, jako příjem pro účely daňového přiznání.

Novela nabude účinnosti dnem vyhlášení ve Sbírce zákonů.

*Zdroj: JUDr. Jan Hutař, NRZP,  
<http://www.infoposel.cz/index.php?>*



## ROLE ETICKÉHO KODEXU V POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍCH

Vážení čtenáři,

nový zákon o sociálních službách vám dává velkou možnost vybrat si poskytovatele sociálních služeb. Budete se rozhodovat, kdo si zaslouží vaší důvěru a komu za jeho práci zaplatíte. Kvalitu takové služby budete posuzovat sami a pokud nebude podle vašich představ, můžete se obrátit jinam. Jistě vznikne hodně nových subjektů, které budou nabízet pro vás potřebné služby.

My si dnes řekneme podle čeho se alespoň v začátcích orientovat, abyste oslovili ty správné profesionály.

Především je vždy lepší oslovit agenturu nebo jiný typ organizace, která své zaměstnance prověřuje a ručí si za ně. Samotná organizace by měla být registrována do 30. června letošního roku jako **Poskytovatel sociální služby**. Rejstřík poskytovatelů najdete na každém krajském úřadě, kde poskytují sociální poradenství. Každá taková organizace by měla mít pro svou práci přesně vypracovaný nejen druh a rozsah poskytovaných služeb, ale také Etický kodex. To, jaká péče je jeho vypracování věnována, o organizaci a jejich prioritách ledacos napoví.

V našem novém seriálu se pokusíme vysvětlit si, co je etický kodex a proč je pro nás tak důležitý.

**Etika** je obor filosofie, který se věnuje systematickému studiu lidských hodnot – teorie chování, teorie dobra, morálky, mravnosti. Jako obor zkoumání se poprvé objevila v 5. stol. př. n. l. u řeckého filosofa Sokrata. Dokument, který stanovuje základní principy etického chování pak nazýváme **Etický kodex**. Je to soubor etických norem či standardů pro výkon určitého povolání nebo odborné práce obecně.

Etické kodexy má většina tzv. „pomáhajících profesí“, například lékaři, zdravotní sestry, psychologové, psychoterapeuti, sociální pracovníci, manželští a rodinní poradci, ale také novináři, právníci atd. V demokratické společnosti mají



etické kodexy silnou tradici. Přestože nejde o zákonné normy, profesní komunity se jimi řídí, protože vedou ke zvýšení prestiže povolání a přispívají k lepší kvalitě nabízených služeb i jejich nositelů. Je to příslib, že se organizace a její pracovníci nad rámec právních předpisů České republiky dobrovolně zavazují jednat čestně a pracovat v souladu s mravním zákonem a platnou legislativou.

Protože se setkáváme nad stránkami DOTEKŮ, časopisu o.s. LORM, podíváme se v příštím čísle na Etický kodex tohoto sdružení.

*Mgr. Magdalena Zurinková*



## ZDRAVÍ

### PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY

#### **Presbyakuze (stařecká nedoslýchavost)**

Presbyakuze je zvláštním případem ztráty sluchu, která se většinou objevuje kolem 60. roku života.

Jde o postižení především v oblasti vysokých tónů, které je způsobené odumíráním buněk v hlemýždi nebo centrální sluchové dráze. Postižení mají dojem, že slyší dobře, ale špatně rozumějí. Je to pochopitelné, neboť většinu zvuků (jako jsou hlasy, zvuky aut, bouchání) vnímají bez větších potíží vzhledem k tomu, že vnímání hlubokých tónů není výrazněji postiženo. Přeslechnou ale např. zvuk bytového zvonku, zvonění telefonu nebo pískání konvice při vaření vody.

Špatné rozumění řeči, a to hlavně tehdy, je-li kolem ještě jiný hluk nebo hovoří-li více lidí najednou, je dáno tím, že postižení neslyší právě vysoké tóny, jež jsou důležité pro rozlišování jednotlivých hlásek.

Odumírání sluchových buněk může začít nepozorovaně již po třicátém roku života. Prvním projevem této poruchy sluchu bývá většinou to, že člověk přestává rozumět mluvenému slovu. Zhoršená schopnost správně rozpoznávat jednotlivá slova je dána atrofií mozkové kůry, zejména u sklerózy

mozkových tepen. Míra těchto změn a rovněž věk, ve kterém se začnou projevovat, je individuální.

Jde o pozvolnou ztrátu sluchu, která zpravidla postihuje obě uši (bilaterální ztráta sluchu). Jedinec s presbyakuzí má problémy rozumět běžné konverzaci v hlučném prostředí.

Presbyakuze však může vzniknout i v mnohem mladším věku. Mezi rizikové faktory patří častý pobyt v prostředí s nadměrným hlukem – stresy i celý životní styl dnešní doby posouvají výše uvedené změny na sluchovém ústrojí do stále nižších věkových kategorií. Polovina případů presbyakuze je však geneticky podmíněná.

Presbyakuze se nedá léčit, ale celkem úspěšně ji lze korigovat kvalitními sluchadly.



*Pro Doteky připravila Marta Zemanová*

## INFORMACE

### ŽALÁŘ DOTEKEM

Na hradě Špilberk v Brně, v expozici „Žalář národů“ byla zpřístupněna další z původních vězeňských cel. Jako součást prohlídkové trasy je určena především pro nevidomé návštěvníky. Interiér cely je rekonstrukcí způsobu věznění na Špilberku ve 30. letech 19. století.

Cela je navíc doplněna pryčnou s kovanou truhlicí, v níž jsou uloženy mučící nástroje, „používané“ v době vlády Marie Terezie.

K nové instalaci jsou připraveny dva texty, z nichž jeden obsahuje podrobný popis cely a druhý se věnuje stručné historii mučících nástrojů. Texty jsou psány v českém jazyce a současně v Braillově písmu, aby si je nevidomí mohli sami přečíst. Texty budou ještě doplněny o historii hradu Špilberk.

Prohlídku lze domluvit na místě v pokladně Muzea města Brna nebo objednat dopředu na e-mailových adresách: [blazek@spilberk.cz](mailto:blazek@spilberk.cz) nebo [olivova@spilberk.cz](mailto:olivova@spilberk.cz).



# HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI

## LEX GRANDIA

Lex Grandia pochází z Holandska, ale již přes 10 let žije v Dánsku, kam se přistěhoval za svou manželkou. Od narození je nevidomý a prakticky neslyšící. Navzdory svému těžkému postižení se mu podařilo vystudovat teologii a psychoterapii. Již dlouhá léta se velmi aktivně angažuje v oblasti hluchoslepoty. Například se významně podílel na vytváření dokumentu OSN Úmluvy lidských práv osob se zdravotním postižením. Od roku 2005 je prezidentem Světové federace hluchoslepých (WFDB).

Výjimečnou osobnost Lexe Grandii ve velmi originálním rozhovoru, který vznikl pro první číslo mezinárodního internetového časopisu Bridges, přibližuje čtenářům Doteků Marta Zemanová.

*Možná jste překvapený, proč jsem si pro rozhovor v prvním vydání mezinárodního časopisu Evropské unie hluchoslepých (EDBU) vybrala právě Vás. Minulý rok jsem si přečetla Váš článek „Sexuální vývoj u mladých hluchoslepých lidí“. Musím přiznat, že mě Váš příspěvek velmi zaujal. Myslím si, že my dva máme podobné osudy a zkušenosti, o kterých bychom mohli povídat celé hodiny.*

*Před třemi roky jsem psala diplomovou práci s názvem „Socializace hluchoslepých“. Mimo jiné jsem se v dotazníku ptala hluchoslepých na jejich sexuální a mezilidské vztahy. Očekávala jsem z jejich strany spíše rezervovaný a nejistý přístup k tomuto tématu. Ale zmýlila jsem se. Naopak! Naši hluchoslepi klienti byli velmi vstřícní a ochotní. Dobře vím, že tato problematika je pro většinu osob s handicapem velmi citlivou záležitostí. Mnoho lidí to považuje za „soukromou věc“. Při psaní diplomové práce jsem cítila, že velká část mých hluchoslepých respondentů by o svých sexuálních a mezilidských problémech chtěla hovořit, ale nemají odvahu to učinit. Obávají se předsudků. Já jsem však přesvědčená, že by bylo potřeba o tom více mluvit. Co si o tom myslíte?*

Ano, jedná se o soukromou věc, ale doufám, že to, co se chystám sdělit, přijmou i ostatní.

Je velmi důležité mluvit o každém pocitu a emoci, které prožíváte ve svých mezilidských vztazích. Většina z nás se to nenaučila vyjadřovat jinak než slovně. Mě trvalo mnoho let, než jsem se naučil mluvit o svých emocích. A stále se učím, neboť s tím mám dosud problémy. V onom zmiňovaném článku jsem popisoval své pocity ze sexuálních zážitků, které jsem prožil v institutu pro nevidomé, kde jsem do svých 19 let žil. Většina mých prvních zážitků z této oblasti byla spíše ve znamení sexuálního zneužívání. Sex byl cosi, co mi dělali ostatní. Nemělo to nic společného s láskou či přátelstvím. Láska a přátelství zde neexistovaly. Ve skutečnosti byl ze strany personálu institutu zakázán jakýkoliv fyzický kontakt, nesměli jsme se navzájem dotýkat.

*Lexi, Vy jste neměl strach z předsudků a neporozumění, když jste se svěřil se svými sexuálními zkušenostmi a zážitky?*

Dobře, nejprve bych se rád vyjádřil k tématu neporozumění. Je velký rozdíl mezi světem, ve kterém žijí vidící a slyšící lidé a převážně taktilním světem, ve kterém žiji já. Mnoho interakcí mezi vidícími lidmi se odehrává především prostřednictvím vzájemného pozorování gestikulace/řeči těla a obličejových výrazů. Oni při tom nepotřebují slova, komunikace probíhá beze slov. Kdežto já jsem nevidomý od narození a tudíž mi chybí schopnost se vyjadřovat prostřednictvím obličejové mimiky. Proto o svých emocích a pocitech musím mluvit. Je velmi obtížné najít vhodná slova pro své konkrétní pocity. Slova, která většinou používáme, nejsou dostatečně vhodná pro vyjádření pocitů a emocí. Já se mohu cítit osamělý, ale nemusí to nutně znamenat, že jsem smutný. Nemohu říci: „Cítím se sám“. Mým přáním je vymyslet jakýsi druh taktilní (dotekové) řeči těla k tomu, abych mohl lépe vyjadřovat své emoce. Samozřejmě bych své ženě a ostatním lidem musel neustále vysvětlovat, co svojí taktilní řečí chci říci. Zrak je v naší společnosti natolik dominantní, že skoro nemáme možnost něco takového u sebe rozvíjet.

Druhá věc je, že taktilní kontakt chci navazovat nejen se svojí partnerkou, ale i s ostatními lidmi. Když se mnou lidé





jenom hovoří, jsou mi hodně vzdáleni. Mé sny a představy jsou taktilní povahy. Svět, věci a lidi, kteří mě obklopují, poznávám především dotekem. Dobrým příkladem je návštěva toalety v letadle. Moje partnerka mi může vše popsat nebo mi nasměrovat ruku, abych si vše v neznámém prostředí osahal. Já však k tomu potřebuji obě své ruce, abych našel záchodovou mísu, splachovadlo, toaletní papír, vodu a mýdlo. Mám štěstí, že moje žena pracovala 25 let s hluchoslepými dětmi. Když moje žena hledá klíčky od auta, prohledá zrakem všechna možná místa. Já v takovém případě přemýšlím a snažím si vybavit, kde jsem naposledy odloženou věc nechal. Někdy se mi podaří hledanou věc skutečně lokalizovat. Lidé bez handicapu a osoby s hluchoslepotou dělají stejnou věc jinak.

Na předsudky narážím, když hovořím o dotýkání se druhých. Už několikrát jsem se snažil vysvětlit, jak je pro mě důležité objetí. Upřímná reakce vidících lidí nejprve byla, že si mysleli, že tímto způsobem jednání dávám najevo svou touhu po sexu s nimi. Je pak velmi obtížné vysvětlovat, že tomu tak ve skutečnosti není. Existuje celá řada způsobů, jak se lidé mohou objímat nebo dotýkat se navzájem, aniž by se hned jednalo o sexuální kontakt. Tomu všemu se musíme učit. Nasetkal jsme se však s předsudky ve smyslu, že by osoby s hluchoslepotou neměly mít sexuální vztahy. Předsudky jsem zažil pouze v zařízeních sociální péče, mimo tyto instituce však nikoliv.

*Na 8. konferenci Heleny Kellerové a 2. Valném shromáždění ve Finsku jsem měla možnost poznat Vaši ženu v roli Vaší průvodkyně. Mohu se zeptat na Váš vztah, obecněji na vztah mezi postiženým a nepostiženým partnerem?*

Řeknu to takto: pro vidící a slyšící osobu, která mi má být partnerkou, to obnáší mnoho věcí: musí mi předávat informace, číst noviny, dělat mi průvodce a tlumočníka, pomáhat mi ve složitých situacích a dělat pro mě to, co já kvůli svému těžkému postižení dělat pro ni nemohu. V duchu se stále ptám: „Jak jí to mohu oplatit, co pro ni mohu udělat já?“ Mohu jí zahrát na nějaký hudební nástroj nebo ji namasírovat, ale vzhledem k tomu, že oba pracujeme a jsme



velmi vytížení, tak se k tomu často nedostanu. Neustále mám pocit nevyváženosti, špatné rovnováhy.



*Můj manžel je též nepostižený. Jsme spolu téměř 7 let. Manžel je velmi inteligentní a vnímavý. Dal mi „normální“ život, je průvodcem mého života (neboť jako mnoho hluchoslepých lidí mám omezené sociální zkušenosti). Víím, že jsem pro něj normální rovnocenná bytost. Ale byla doba, kdy jsme měli mezi sebou velké problémy kvůli mému postižení. Dlouho jsme hledali společnou komunikaci. Jsem velmi rezervovaný člověk, který má nízké sebevědomí kvůli svému postižení a špatným zkušenostem v minulosti. Naopak můj manžel je sebevědomý a velmi společenský. Je to „typický stoik“. Stále mi říkal: „Martó, buď půjdeš se mnou do společnosti (vždy byl ochotný tlumočit mi vše, co se právě kolem nás děje), anebo zůstaň doma. Ale já nehodlám kvůli Tobě jen sedět doma!“ Dost dlouho jsem byla kvůli tomu nešťastná. Ale časem jsem pochopila, že se jednalo o „zdravý“ přístup. Uvědomila jsem si, že nemám právo omezovat jeho svobodu. Nyní je náš vztah vcelku bezproblémový. Jsem přesvědčená, že přežil jen díky manželově trpělivosti a toleranci.*

Tak to je hezké slyšet. Říkám si, že svým způsobem každý blízký vztah přináší určitá omezení svobody. Ale první, co mě v této souvislosti napadá, je jiná věc: činí mi obrovské potíže, když se mám o něčem rozhodnout. Nikoliv v mé práci, ale v mém osobním životě. Do svých 19 let jsem vyrůstal v institutu pro nevidomé, kde veškerá rozhodnutí za mne činil personál. Neměl jsem nikdy možnost se naučit rozhodovat se sám za sebe. A dosud s tím bojuji. Nejsm schopen chopit se iniciativy, vyjít si jen tak ven do společnosti nebo pobavit se. Nejsm si jistý, zda tomu není jen proto, že jsem hluchoslepý.

*Během psaní své diplomové práce jsem zjistila, že nejsem jediná s takovými problémy. Většina hluchoslepých lidí, kteří žijí v manželském svazku s nepostiženým partnerem, považují za největší problém sociální izolaci a obtíže v komunikaci. Mnoho hluchoslepých mi prozradilo, že mezi nimi a*



*jejich partnerem dochází k častým nedorozuměním díky špatné sociální komunikaci.*

Kromě všech problémů, o kterých jsem již hovořil, jsou hluchoslepí lidé často sociálně izolováni, ať už mezi příbuznými nebo ne. Často se mi stává, že nemohu sledovat vše, co se děje mezi vidícími lidmi. Je běžné, že hovoří více osob najednou a současně dochází k celé řadě vizuálních interakcí, které nemohu zaznamenat, a proto na ně reaguji špatně. Není čas, aby se mi vysvětlovalo vše, co se právě kolem mě děje a k takovým situacím dochází často, když jsem pohromadě s rodinou. Skutečnost, že dostatečně nerozumím emocím své ženy a že nejsem dostatečně schopen vyjádřit své vlastní emoce, může zapříčinit celou řadu nedorozumění. My skutečně potřebujeme více času na to, abychom si vše řekli a vysvětlili. Ale jak už jsem řekl, je to velmi obtížné.

*Často shledávám, že mnoho lidí (rodinní příslušníci, profesionálové a další) rozhodují za nás, hluchoslepé osoby, co je pro nás dobré a co nikoliv. Někteří lidé toto jednání přijímají pasivně, ale jsou i ti, kteří umí říci NE! Na jedné straně je takové jednání ze strany nepostižených lidí pochopitelné, neboť většina hluchoslepých lidí má problémy popsat a vyjádřit své pocity, potřeby a přání. Také s tím mám problém. Na vyjádření svých potřeb a přání potřebuji více času, ale někteří lidé jsou buď netrpěliví, nebo tomu nechtějí rozumět, protože to oni mají pravdu! Což má za následek, že já i mnoho hluchoslepých lidí, reagujeme podrážděně, mnohdy i neadekvátně. Podle mého názoru se však jedná o přirozenou reakci. Co byste poradil nám, hluchoslepým lidem, jak v takových situacích máme jednat? A co byste řekl nepostiženým?*

Je to velká lekce, proces pro nás pro všechny zúčastněné. Nejlepším způsobem pro nás, hluchoslepé, jak se s tím vypořádat, je: „Neustávat v kladení otázek“. Klást otázky, které se týkají například výběru konkrétní pomůcky nebo řešení určité životní situace anebo zapojení se do této aktivity, ptát se na věci, které potřebuji znát. Jednak to pomáhá zpomalit celý proces rozhodování a současně mi to pomáhá zjistit, co

chci opravdu já. A vidícím lidem bych řekl: „Podle nové Úmluvy OSN o právech osob se zdravotním postižením už nemáte právo činit za mě rozhodnutí. Musíte mi naslouchat“.



*Jak by se měl podle Vašeho názoru chovat „skutečný“ profesionál, který pracuje pro hluchoslepé? Mám pocit, že je to velký problém. Každý má svou představu, jak by skutečný profesionál měl jednat a chovat se.*

Ano, nemůžete nic změnit na faktu, že nejen lidé, ale rovněž profesionálové jsou různí, v lidské rozmanitosti však nevidím problém. Problém spatřuji v tom, že často neumíme mluvit o svých stanoviskách a očekáváních. Ideální profesionál, a to v jakémkoliv významu, je takové diskusi zcela otevřený. Což ovšem znamená, že i já musím být schopen otevřeně vyjádřit svá očekávání a stanoviska. Je to součást vytváření jakési dohody mezi námi, která se týká toho, co, jak a kdy budeme společně podnikat.

*V červnu roku 2005 jste byl zvolen prezidentem Světové federace hluchoslepých (WFDB). Jaké byly Vaše první pocity po zvolení do této funkce? Čekali jste to vůbec?*

Byl jsem na to dobře připravený, neboť už před zvolením jsem se jako generální sekretář WFDB věnoval všem činnostem, které jako prezident vykonávám nyní. Samozřejmě, že se o tuto funkci mohl do poslední chvíle ucházet další kandidát, ale nestalo se tak. No a najednou jsem se prezidentem stal já! Byl jsem šťastný, protože jsem si to přál. Současně jsem však cítil a stále cítím velkou odpovědnost a dobře vím, že tato práce vyžaduje hodně úsilí a času. Řekl jsem si: „Jako prezident budu při své práci určitě chybovat, největší chybou by však bylo tuto práci nevzít.“

*Co chcete pro hluchoslepé ve funkci prezidenta WFDB udělat v blízké budoucnosti?*

Spoustu věcí! Na valném shromáždění ve Finsku po mém zvolení jsem řekl: „Jsou čtyři věci, které považuji za důležité: vytváření sítí a kontaktů, rozvoj, lidská práva a „obětí pro mne“. Jak jste asi pochopili, to poslední slovo nebylo míněno pouze jako vtip.



Chtěl bych, aby docházelo k častější mezinárodní komunikaci mezi hluchoslepy lidmi, abychom si mohli navzájem pomáhat v dalším rozvoji. Dále bych si přál, aby Světová federace hluchoslepých měla více členů a také se chci věnovat rozvoji lidských práv ve všech aspektech: informovanost, edukace, zaměstnávání a kvalitní životní podmínky. Bude to pomalá a usilovná práce, ale na konec se výsledky určitě dostaví. To vám slibuji!

*Marta Zemanová, Bridges 1/2006*



## ZE SVĚTA

### MEZINÁRODNÍ AKTIVITY A KONFERENCE VE PROSPĚCH OSOB S HLUCHOSLEPOTOU V ROCE 2007 A 2008

#### **Evropská unie hluchoslepých (EDBU)**

V Praze bude od 2. do 4. března 2007 zasedat Výkonný výbor Evropské unie hluchoslepých, pořadatelem setkání je o.s. LORM. Jedním z hlavních bodů jednání je příprava 2. Valné hromady EDBU. Na sklonku roku 2006 vyšlo první vydání elektronického časopisu EDBU pod názvem „Bridges“ (Mosty), který v roli šéfredaktorky připravila hluchoslepaná Marta Zemanová. Bulletin je volně dostupný v anglickém jazyce na <http://www.edbu.org>, překlady nejzajímavějších článků zveřejňujeme i v Dotecích.

#### **2. Valná hromada Evropské unie hluchoslepých (EDBU)**

2. Valnou hromadu Evropské unie hluchoslepých, která naváže na 6. konferenci hluchoslepých EBU, pořádá od 25. do 30. dubna 2008 v Chorvatsku místní sdružení hluchoslepých osob „DODIR“ na téma: „Hluchoslepota: rovnost a různorodost“. Místo konání konference zatím nebylo upřesněno, více informací: [edbu2007@dodir.hr](mailto:edbu2007@dodir.hr).

## 10. Evropské prázdniny hluchoslepých v Norsku



V pořadí již 10. evropské prázdniny hluchoslepých pořádá ve dnech 6. až 12. srpna 2007 Norské sdružení hluchoslepých (NADB) v městečku Sogne, které se nachází na jižním pobřeží Norska poblíž města Kristiansand. Organizátoři hluchoslepým účastníkům slibují bohatý program, který se bude skládat z celé řady společenských, sportovních a rekreačních aktivit, které nabízí tato lokalita: koupání, rybaření u moře, výlety do okolí, nákupy a po večerech hudba s tancem. Oficiálním jazykem setkání bude anglický jazyk. Hluchoslepí účastníci, kteří však tento jazyk neovládají, se nemusejí ničeho obávat. Budou mít možnost se navzájem dorozumívat celou řadou komunikačních metod pro hluchoslepy.

Účastnický poplatek bude do 350 EUR. Poplatek bude zahrnovat ubytování, stravu a veškeré aktivity. Konečná výše poplatku bude záviset na výši finanční podpory, kterou norská organizace hluchoslepých získá u vlády a jiných dárců. Účastníci z východní a jižní Evropy mohou na prázdniny hluchoslepých v Norsku požádat o finanční podporu, a to na e-mailové adrese: [peter.vanhoutte@versateladsl.be](mailto:peter.vanhoutte@versateladsl.be). Účastníci mohou získat příspěvek v maximální výši 200 Euro, který jim v případě schválení žádosti bude předán v hotovosti v průběhu prázdnin hluchoslepých v Norsku.

Termín pro zaslání přihlášek je 30. dubna 2007. Registrační formulář je k dispozici na <http://www.wfdb.org/1166430832.europe.item.shtml>. Další informace všem zájemcům ráda poskytne hostitelská organizace na adrese: The Norwegian Association of the Deafblind (FNDB), Postboks 5922 Majorstua, 0308 Oslo, Norway, email: [fndbadm@online.no](mailto:fndbadm@online.no).

### **Světová konference DbI o hluchoslepotě**

Odborníci i hluchoslepi ze všech kontinentů světa se sjedou ve dnech 25. až 30. září 2007 v Perthu, Austrálii, na 14. světové konferenci Deafblind International o hluchoslepotě. Více informací o konferenci lze najít na <http://www.dbiconference2007.asn.au/>.

*Pro Doteky připravila  
Marta Zemanová, Petra Zimermanová*



## DOPISY

### POHLEDNICE Z LIBERCE

Často dostávám otázku, jak to u vás v poradenském centru v Liberci vypadá?

Zvu vás tedy na návštěvu do Zahradní ulice a otevírám vrátka před dvoupatrovou vilkou se zahradou, která kdysi bývala mateřskou školkou. Dnes je zde v přízemí Centrum pro zdravotně postižené, my půjdeme do prvního patra, kde máme pronajaté prostory.

Společně obýváme předsíň, sociální zařízení a kuchyň s ředitelkou CZdP, která zde má také svou kancelář.

Pojďte dál, vítám vás.

Naším zázemím Lormu je místnost s výklenkem, velká přes dvacet metrů čtverečních, se dvěma okny, vybavená nalevo u zdi sedací soupravou s konferenčním stolem, vpravo ve výklenku stolem s TV lupou, indukční smyčkou a psacím stolem s PC. Pomůcek je víc, např. Pichtův psací stroj, dymokleště, drobné pomůcky k údržbě sluchadel nebo pomůcek do kuchyně. Nemohu zde všechny vyjmenovávat. V rohu mezi okny je malá knihovnička a uprostřed tři stoly a deset židlí. Nástěnka vlevo před sedačkou je plná informací o naší činnosti a také fotografií z klubů a pobytů. Stěny jsou bílé, zdobí je nejen výtvarná, ale i literární díla našich klientů. Čalouněné židle ve vínové barvě oživují světlé barvy nábytku a lina s imitací dřeva. Vybavení máme skromné, ale útulné.

Ptáte se co je to za vůni? Téměř vždy to tu voní, možná ještě cítíte vůni čajů a vánočního cukroví, které jsme si /jako každoročně/ v naší kuchyňce upekli na vánoční klub. Také můžete cítit vůni přírody podle ročního období ze zahrady. Vlastně letos ne, když teď v lednu máme jaro. Výhled z oken je do zahrady s posekaným trávníkem, břízami, ovocnými stromy a jedním velikým ořešákem. Oknem jsou vidět také věžičky kostelů a radnice v centru města, druhé okno směřuje k Ještědu. Kdysi si na zahradě hrály děti, dnes už jen sousedovic kořata.

Á, slyším dveře, někdo k nám jde. To jsou naši dobrovolníci. Ráda bych vám je představila: Iva, Jana, Jarka a Jan.

Studentky Ivu Procházkovou a Janu Havlovou někteří pamatujete z pobytu ve Střelských Hošticích, pomáhají na klubu a s doprovody. Další dobrovolnicí je sportovkyně Jarka Malafová. Přestože chodí o berlích a vypadá velmi křehce, vím, že vrhá koule, oštěpem, zkrátka dělá atletiku. Pomáhá při třídění informací a časopisů a při sbírce bych se bez ní neobešla. S děvčaty se znám již léta. Díky loňské sbírce se o nás dozvěděl Jan Pobřísl, který mi tenkrát mimo jiné napsal: „ Jsem muž v plném běhu života, přesto se domnívám, že jsem schopen odebrat z prolinošeného času a sdílet ho ...“ Krásné, že? Honza pomáhá v zájmu klientů nejen s doprovody a organizací klubu, ale také se vším, co souvisí s PC. Počítačům rozumí a také se tím živí.

A to si představte, že kromě Jarky všichni za námi dojíždí z Jablonce, kde bydlí.

Dohromady odpracovali a věnovali nezištně asi 150 hodin ze svého volného času. Proč to dělají? Na to vám dnes nebudu odpovídat za ně. V některém dalším vydání Doteků vám sami odpoví, co jim přináší dobrovolnictví.

Já se budu těšit na další společné akce s přáním, aby naše zázemí, kterému říkáme „na Zahradní“, zůstalo dál voňavé a útulné s příjemnou atmosférou.

*Nad'a Tomsová*

## SPOLEČENSKÁ KRONIKA

### JUBILEA

V prvním čtvrtletí roku 2007 oslaví či již oslavili svá životní jubilea tito členové nebo klienti LORMu:

- 35 let - Jan Pavlíček
- 40 let - Jana Dopitová
- 45 let - Jaroslava Navarová
- 65 let - Vítězslav Kryl
- 80 let - Emilie Svobodová
- 82 let - Marie Shonová
- 83 let - Vlasta Maňhalová
- 83 let - Věra Weberová
- 97 let - Josefa Šutrová





## ÚMRTÍ

### Rozloučení se Zdeničkou Slabou

Ve věku 82 let zemřela Zdeňka Slabá, členka a klientka LORMu. Zdenička - jinak jsme ji neříkali, celé roky docházela do Poradenského centra LORM v Liberci pravidelně. Všichni budeme vzpomínat: na její laskavý úsměv, na její obětavou pomoc, když nám někomu bylo zrovna ouvej - potěšila kytičkou ze zahrádky nebo bramborovou placičkou, jakou uměla jen ona. Milována svými blízkými i přáteli, odešla po dlouhé těžké nemoci 6. února 2007.



## ZÁLIBY (HOBBY)

### LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY

#### Hřebíček pomáhá proti bolestem zubů

Toto příjemně vonící exotické koření je dnes každému známé, neboť slouží jako přísada do mnoha pokrmů. Jsou to vlastně sušená nerozvitá květní poupata, která se získávají z tropického stromu hřebíčkovce. Po dlouhá staletí se hřebíčku užívá také v lékařství, především při ošetření zubů.

Hřebíčkovce kořenný (latinsky *Syzygium aromaticum*) je bohatě větvený stále zelený tropický strom, dorůstající výšky kolem 10 metrů. Má tmavě zelené kožovité listy, dlouhé 10 cm, které jsou podlouhle oválné a na vrchní straně opatřené drobnými vonnými žlázkami. Rovněž vonné bělorůžové až růžové květy vyrůstají na koncích větví a mají jasně červený kalich. Plodem je v plné zralosti purpurově zbarvená jednosemenná bobule.

Pochází ze souostroví Moluky v Indonésii, kde dosud roste planě ve vlhkých tropických pralesích v blízkosti moře. Kvete po celý rok. K léčebným účelům se využívají hlavně poupata s kalichem bez stopek, běžně se sbírají také listy a dosti často i plody. Hřebíček se dnes získává pouze ze stromů, pěstovaných téměř ve všech tropických oblastech kolem rovníku, odtud je dodáván na trhy po celém světě. Z jednoho vzrostlého stromu se ročně sklídí kolem 2-4 kg hřebíčku. Kvalitní hřebíček má mít barvu tmavohnědou, nesmí být zčernalý. Černá barva je znakem stáří a svědčí





také o nedostatku aromatických a účinných látek. Před použitím jej můžeme dát do sklenice s vodou a vyzkoušet si tak jeho kvalitu. Nový a zdravý usušený hřebíček klesá ke dnu nebo plave ve svislé poloze, kdežto starý a nekvalitní zůstává na hladině nebo zaujímá polohu vodorovnou.

Hřebíčkovce patří v současné době mezi nejběžněji využívané léčivé byliny, zvláště v zubním lékařství (stomatologii). Z listů, pupat i plodů se destilací získává silice, jejíž hlavní složkou je eugenol. Obdobně velký význam a neocenitelné léčivé vlastnosti má také hřebíčkový olej. V lidové medicíně je doporučováno žvýkání hřebíčku hlavně pro utišení bolestí zubů, při paradentóze, aftech a zánětech dásní. Velmi příznivě působí též při nadýmání, zvyšuje činnost žaludečních šťáv, pomáhá proti nevolnosti a zvracení. Dále zastavuje rozvoj bakterií, působí proti střevním parazitům (hlavně roupům), některým virům chřipky a brzdí růst kožních plísni. Hřebíčkový olej je často doporučován na potírání bradavic, mozolů a kuřích ok na nohou, mletý hřebíček je zase účinný pro urychlení hojení ran. Nejnovější lékařské výzkumy dokonce prokázaly, že hřebíčková silice, užívaná v dávce 3 - 4 kapek do šálku pravého čaje, pomáhá chránit zrak u starších lidí, zejména proti makulární degeneraci sítnice. **POZOR!**

U citlivých lidí silice i olej silně dráždí sliznici a mohou být zdraví škodlivé! K ošetření kůže je bezpodmínečně nutný souhlas lékaře.

U malých dětí se silice ani olej nesmějí vůbec užívat a pro diabetiky by měly být určeny pouze na lékařský předpis, a to i v případech, kdy jsou součástí bylinných přípravků.

Na Dálném východě i v Indii je hřebíček znám již přes 3 000 let a kolem roku 400 před Kristem jej poznali také Číňané. V těchto asijských zemích byl používán hlavně proti bolestem zubů a k navonění dechu. Do Evropy se začal dovážet z egyptské Alexandrie, kde jej prodávali arabští kupci. Počínaje 9. stoletím se pak hřebíček stal módním kořením zámožných rodin. Mezi prvními Evropany, kteří spatřili stromy hřebíčkovce, byl také cestovatel českého původu Oldřich z Furlánska, když je asi kolem roku 1325 objevil při svých dobrodružných cestách po Asii. Až do přelomu 18. a 19. století byl hřebíček vzácným a drahým koře-



ním, jeho veškerá světová spotřeba totiž do té doby pocházela jen z Moluckých ostrovů. Teprve roku 1770 tajně a pod hrozbou trestu smrti propašovali Francouzi v dutých podrážkách bot semena hřebíčkovce na dvou malých lodích a dovezli je na ostrovy Mauritius a Réunion v Indickém oceánu. Zde se podařilo hřebíčkovce úspěšně rozmnožit a později sklídit první úrodu tohoto koření. V současné době jsou vedle Indonésie jeho největšími producenty a dodavateli „hřebíčkové“ ostrovy Zanzibar a Pemba u východního pobřeží Afriky. Nejvíce hřebíčku se jako koření užívá v Indonésii a je rovněž součástí indického karí koření.

Používá se buď celý nebo mletý ke koření sladkých pokrmů, perníků, některých druhů vánočního cukroví a pečiva, ale také masa, přidáváme ho do jemných rybích marinád, ke zvýraznění chuti kompotů, do likérů a dezertních vín. Hřebíčkový olej je hojně využíván v aromaterapii a v parfumerii. Pro své vynikající léčivé účinky je hřebíčkový olej také součástí četných ústních vod, zubních past a tinktur. Mezi nejznámější výrobky s obsahem hřebíčkového oleje v současnosti patří zubní pasta Promise, která se vyznačuje velmi dobrým účinkem proti krvácivosti a zánětu dásní.



## POVĚSTI Z NAŠICH KRAJŮ

### O brněnském drakovi

Kdysi dávno se v Brně objevilo hrůzostrašné stvoření – velký drak. Ležel na Slatinské skále mezi Líšní a Slatinou, kde ho prý na vlastní oči viděla jedna Líšňačka, když šla do Brna na trh. Dlouho jí nikdo nevěřil, ale poté, co se v okolních dědinách začal ztrácet hovězí dobytek, věděli že je zle. Jakmile nestvůra měla hlad, požírala a polykala i drůbež a chodila to zapíjet do řeky Švarcavy, jak se dříve říkalo Svatce.

Chlapci z Líšně se domluvili, že se na draka vypraví. Sebrali vidle, cepy, kosa, motyky, sekery a šli. Ze začátku měli ještě odvalu, ale jak se blížili ke skále, kde drak byl, už se pomalu začali bát a pomyslili si: „Co když nás všechny sežere?“ Než bys řekl švec, jeden po druhém se vypařili jako pára nad hrncem a nenávratně zmizeli.

Na celý kraj padl strach, protože nikdo nevěděl, jak se draka zbavit. Proto dali brněnští radní po celém městě bub-

nováním vyhlásit výzvu: Kdo město draka zbaví, dostane bohatou odměnu – sto zlaťáků.

Dlouhou dobu se nikdo nehlásil. Pak jednoho dne do Brna přišel nějaký řeznický tovaryš, který vandroval od města k městu. Vešel do jedné hospody a hned se ptal, co je ve městě nového.

„Pěkného nic, milý brachu,“ řekl hostinský, „velice nás sužuje hrozná nestvůra, sežere všechno, na co přijde.“

„Já bych toho draka zabil,“ řekl tovaryš, „potřebuji však velkou volskou kůži a pytel nehašeného vápna a potom uvidíte.“

Všichni v hospodě si říkali: „Nějak moc si troufá, takových už tady bylo, no však uvidíme.“

Donesli mu všechno, co chtěl, a pak čekali, co se bude dít. Řezník vzal vápno, které zašil do volské kůže, naložil na vůz a jel ke Slatinské skále. Zde hezky kůži položil na místo kde drak lehával, a sám vylezl na strom, aby se mu nic nestalo. Chtěl také dobře vidět, co se bude dít. Za nějakou chvíli řezník uviděl, jak drak vylezl, spatřil a očichal kůži, hned ji začal žrát a přitom funěl, že to bylo slyšet až ve městě. Když drak všechno spořádal, dostal žízeň, a proto se doplazil ke Svratce. Pil a pil, div že ji celou nevypil.

Na tohle právě tovaryš čekal! Pitím se vápno začalo hasit, bublat, vřít, drak se pak začal nadouvat, tlouct sebou a strašně řvát. To trvalo hodně dlouho, až náhle nastalo ticho. Řezník viděl, že se obluda přestala hýbat. Opatrně slezl ze stromu a spatřil, že drak má roztržené břicho a z něho pomalu vytéká vápno. To bylo radosti! Nejen v Líšni a Slatině, ale po celém Brně. Řeznický tovaryš dostal sto zlaťáku za odměnu a zase se vydal dál do světa, teď už s plnou kapsou.

V brněnské části Pisárkách se ovšem tvrdí, že si Líšňáci draka přisvojili neprávem, protože ten se neusadil na Slatinské skále, nýbrž u nich v Čertově rokli. Uprchl prý z cirkusu a o život ho připravil jeden trestanec ze Špilberka. Za tento hrdinský čin ho pustili na svobodu a ještě mu vyplatili odměnu.

*Z knihy Pod brněnskými věžemi od Marty Šrámkové  
pro Doteky připravil Z. S.*



## ZE SPORTU

### Hluchoslepý Luboš zvítězil v turnaji pražských zrakově postižených kuželkářů

V neděli 11. února na kuželně SK Slavia Praha ve Vršovicích se konal již 31. ročník pražského přeboru zrakově postižených kuželkářů. Přeboru se zúčastnilo 16 pražských sportovců, kteří měli v roce 2006 nejlepší výsledky. Velkým překvapením bylo vítězství našeho hluchoslepeho kolegy, Luboše Sychry! Luboš suverénně zvítězil shozením 685 kuželek. Za vítězství v turnaji si Luboš domů odvezl krásnou trofej – sošku krále. Fotografii šťastného vítěze můžete najít ve Fotoalbu na [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz).



## Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ

### LYŽE

Bylo to v roce 1982, kdy jsme se společně – tehdy hodně mladí lidé, vydali směrem k Banské Bystrici na lyžák. Někteří nesli na svých ramenou běžky – jiní sjezdovky – zkrátka lyže. S teorií lyžování jsme se seznamovali již dlouho předtím, tak zbývalo jen uplatnit ji v praxi ... Jedna kamarádka měla prkýnka dvoje – jedny běžky (ty zlomila jako první ...) a sjezdovky, které se jí podařilo zlomit asi tři dny na to. Tak konec lyžáku, i závod, který byl na závěr, trávila jen jako divák.

Já jsem se za těch několik dní na lyžích sjezdovkách naučila všechny potřebné dovednosti, takže před připravovaným závodem jsem projížděla asi tak 20x trať pokaždé s úspěchem a v krátkém časovém intervalu ... Pedagog mi říkal, že mám téměř jistou medailovou pozici, ale já se znám a tak jsem si myslela své.

S blížícím se závodem se tréma zvyšovala – napětí stoupalo. Nedokázala jsem zachovat klid. Vzhledem k poměrně bezpečnému vázání se mi pokaždé – z těch 3 možných startů – vyply lyže. A tak jsem neměla tu nejmenší šanci ani na cenu útěchy. Tak končí i moje téma – lyže.

## TVORBA INSPIROVANÁ ZIMNÍM POBYTEM NA BĚŽKÁCH



### Óda na vedoucí zimního pobytu

Zdena má hlas jako zvon,  
kde se objeví, tam je shon.  
Den nám naprogramuje,  
zasměje se, vtip poví,  
věru těžko by nám bylo bez ní.

### Trasér Pavel

Pavel je kučeravý hoch,  
dlouhý jako věž.  
Na běžkách za mnou pokřikuje:  
„Rovno, Jarko, za mnou běž.“

Vesele si pohvizduje,  
z příkopu mě vytahuje.  
Při tanečku lehce piruetu udělá,  
je to zkrátka šikula.

### Báseň na uvítanou pro průvodkyni „Borůvku“

Pojď dívka luzná,  
pojd' dál v můj háj.  
Neboj se, nekousnu Tě,  
neboť falešné zuby mám.

*Všechny tři básně vytvořila inspirována Vysočinou  
Jaroslava Žáková*

## VZKAZY MOUDRÝCH

Čas je vzácný dar, jenž nám byl dán, abychom se v něm  
stali chytřejšími, lepšími, zralejšími a dokonalejšími.

*Thomas Mann*





## RECEPTY

### POCHOUTKY OD ČTENÁŘEK

#### **Zapečené rybí filé s brokolicí**

*4 plátky rybího filé, 6-12 růžiček brokolice, 2 balíčky sýra Hermelín, 2 lžíce másla, hladká mouka, olej, sůl, mletý bílý pepř.*

Porce rybího filé osolíme, opepříme a obalíme v hladké mouce. Pak je na oleji a lžici másla lehce opečeme. Na rybu položíme předvařené růžičky brokolice (nesmí se vařit dlouho, aby neztratila barvu a chuť) a přikryjeme příčným řezem nakrájenými plátky hermelínu. Pokapeme zbylým máslem a v předehřáté troubě zapečeme dokud se hermelín neroztaví. Podáváme s bramborovou kaší.

*Dobrou chuť přeje Jarka Navarová z Chomutova*

#### **Kakaový moučník s ořechy**

*2 hery, 4 mírně navršené lžíce kaka, 2 sklenice od hořčice pískového cukru, 12 lžic vody*

Heru rozpustíme na mírném ohni (nesmí se vařit, jen zahřívát!), do ní přidáme ostatní přísady, necháme přejít varem a pak necháme vychladnout (za občasného míchání). Během doby, než vychladne tato směs, si připravíme do mísy: *3 sklenice od hořčice hladké mouky, 2 balíčky prášku do pečiva, 8 žloutků, 5 dkg nasekaných vlašských (i jiných) ořechů a 5 dkg rozinek*

Do mísy nalijeme vychladlou směs, rozmícháme, přidáme rozšlehaný sníh z 8 bílků a rozprostřeme na tukem vymazaný a moukou vysypaný pekáč. Nakonec ještě můžeme posypat další směsí sekaných ořechů a rozinek a dáme péct do trouby. Vychladlý moučník krájíme na kostky a zdobíme šlehačkou.

*Dobrou chuť přeje Jarča Kolářová, Chrudim*



**DOTEKY. Bulletin LORMU, Zima, číslo 49.** Vychází čtvrtletně.

Vydává: o.s. LORM – Společnost pro hluchoslepé, Zborovská 62, 150 00 Praha 5.  
Vychází v černotisku, v bodovém písmu a jako zvuková nahrávka na kazetách.

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

Naše bankovní spojení: Komerční banka Praha Smíchov,

číslo účtu: 19-1451940207/0100.

Šéfredaktor: Zdeněk Sedláček, Chlum 55, 264 01 Sedlčany, [doteky@lorm.cz](mailto:doteky@lorm.cz)

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 Budřánkami 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](mailto: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 50 (Jaro 2007) je 20. 4. 2007.

**o.s. LORM**

**Zborovská 62**

**150 00 Praha 5**

**tel: 257 314 012**

**tel./fax: 257 325 478**

**REGISTRACE MINISTERSTVA**

**KULTURY ČR č. E 11000**