

DOTEKY

59
2009



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND

BULLETIN LORMU - LÉTO



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

19 • CELÝ ŽIVOT POTKÁVÁM SKVĚLÉ LIDI

27 • MIMOŘÁDNÉ VÝHODY PRO TĚŽCE ZDRAVOTNĚ
POSTIŽENÉ OBČANY

31 • ALPORTŮV SYNDROM

39 • THOMAS ARMITAGE



VERŠE - Sdílená krása.	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORA	3
ZPRÁVY Z LORMU	5
Červenobílé dny pomohou posedmé hluchoslepým lidem	5
Lormos aktivně podporuje letošní sbírku	7
Úspěchy rodilých komediantů, jež ani hluchoslepota neodradí	8
Úryvek z recenze divadelního představení Lormos „O Kůzlátkách“	10
OKÉNKO DO JINDŘICHOVA HRADCE.	11
OKÉNKO DO HRADCE KRÁLOVÉ	12
NAD DOPISY ČTENÁŘŮ	13
Výstava soch	13
Návštěva Muzea Karlova mostu	15
Vzpomínání	17
Červenobílý koktejl.	17
ROZHOVOR	19
Celý život potkávám skvělé lidi (1. díl)	19
PRÁVNÍ PORADNA	27
Mimořádné výhody pro těžce zdravotně postižené občany	27
ZDRAVÍ	31
Příčiny hluchoslepoty - Alportův syndrom	31
HAF - Psi ve službách handicapovaných (2. část)	33
INFORMACE.	35
Digitalizace televize	35
Nové možnosti dopravy pro osoby se zdravotním postižením v Praze	37
Označení osoby v mobilním telefonu v případě nouze (ICE)!	38
HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI	39
Propagátor Braillova písma	39
ZE SVĚTA	40
Z pekařského synka věhlasný konstruktér.	40
SPOLEČENSKÁ KRONIKA.	42
ZÁLIBY (HOBBY)	45
LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY: Pupava zlepšuje močení	45
Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ	
V nouzi poznáš přítele	46
VZKAZY MOUDRÝCH	46
RECEPTY	47

*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

Sdílená krása

Nemohu vidět slavnou duhu pokrývat
deštěm umytou oblohu, když je po bouři.
Nemohu vidět ani slyšet ptáky, jenž pláčí
své písně v oblacích nebo v jasném jeteli.
Říkáš mi, že noc je plná hvězd
a že vítr a voda zpívají a proudí,
a ve svém srdci si přeji, abych mohl sdílet
s tebou tu krásu, kterou nemohu znát.
Vím jen, že když se dotknu květiny
nebo cítím slunce a vítr v tváři
nebo tě držím za ruku, má duše
zazáří tak, že to slovy nelze popsat.
Říkám tomu Život, a smích a potěšení.
Život je přeci mimo sluch a zrak.

*Robert J. Smithdas
magazín Totem.cz 10/2006*

SLOVO ŠÉFREDAKTORA

Milí čtenáři!

Zcela výjimečně nenajdete pod tímto úvodníkem podpis našeho šéfredaktora Zdeňka Sedláčka, ale můj. Věřím, že už v příštím čísle Vás Zdeňkova slova opět pohladí a dobře





naladí na přečtení či poslech podzimního čísla. Především však doufám, že Zdeněk tou dobou již nalezne to nejlepší řešení ve své současné nelehké životní situaci po náhlém odchodu tatínka. Zdenko, všichni ti držíme palce!

V tomto čísle se bohužel chtě nechtě musíme rozloučit s více osobnostmi, které se zapsaly do našich dějin a srdcí. Říká se, že jaro je období nových nadějí, to letošní však nejen mnohým z nás, ale i naší organizaci přineslo dlouhé období nejistoty a velmi těžkého rozhodování. Jak mnozí víte, díky drasticky sníženým dotacím od Ministerstva práce a sociálních věcí (MPSV) muselo vedení organizace řešit nelehkou situaci, jak ušetřit a nepřivést sdružení do ještě větší finanční krize. Věřte, že to je nejhorší situace pro ředitelku, když musí oznamovat klientům, že z finančních důvodů musí zavřít pobočky a omezit sociální služby ve vybraných regionech...

Naštěstí je dnes všechno jinak! MPSV nejen nám, ale i ostatním poskytovatelům sociálních služeb dotace navýšilo v rámci druhého kola, takže jaro nám nakonec skutečně tu novou naději přineslo! Jedeme dál, pouze služby pro klienty z plzeňského regionu od června zajišťují pracovníci z pražského centra.

Když píšete naštěstí, tak si mnohem více než kdy jindy uvědomuji, jak je to štěstí relativní a vrtkavé... Po několika dlouhých letech obrovského úsilí, kdy se nám podařilo rozvinout sociální služby pro hluchoslepé v osmi krajích, a to za cenu přesčasů a práce po nocích a o víkendech, stačí jeden jediný špatný rok, aby všechno bylo jinak. Bohužel jako nestátní nezisková organizace nemáme žádnou jistotu, že se podobná situace nebude kdykoliv opakovat. Jediné, co Vám mohu sama za sebe slíbit je, že se jen tak nedáme a budeme dál usilovat o zachování našich služeb pro Vás, hluchoslepé, ve stávajícím rozsahu a kvalitě.

Každý z nás si přeje, aby během svého života mohl být nositelem jen dobrých zpráv. Život nám však do cesty staví různé překážky, abychom si příliš na ty jistoty kolem nás nezvykli a stále se měli co učit. Doufám, že Vás následující stránky naplní letním optimismem a kromě novinek z našeho sdružení a zajímavých informací Vám zprostředkují setkání s neobyčejnými lidmi okolo nás. Naštěstí je jich stále dost, stačí jen se pozorně začíst nebo zaposlouchat...

Hodně hřejivých paprsků letního slunce, které vykouzlí úsměv na Vašich tvářích, Vám přeje

Petra Zimermanová
ředitelka o.s. LORM



ZPRÁVY Z LORMU

Červenobílé dny pomohou posedmé hluchoslepým lidem

Už sedmým rokem měla veřejnost možnost podpořit hluchoslepé spoluobčany během celonárodní veřejné sbírky Červenobílé dny. Letos se do sbírkové akce, kterou tradičně pořádá o.s. LORM – Společnost pro hluchoslepé na konci dubna, zapojilo celkem 392 dvojic studentů ve 40 městech České republiky. Prodejem malých červenobílých propisek vybrali dobrovolníci celkem 533 612 korun. Součástí letošní kampaně, která má za cíl seznámit veřejnost s důležitou pomůckou hluchoslepých, červenobílou holí, byla i celá řada doprovodných akcí. Celkový výtěžek na sbírkovém kontě díky nim překonal hranici 600 000 Kč.

Sedmý ročník podpořily také známé osobnosti ze společenského života – svůj medový hlas propůjčil již potřetí rozhlasovému spotu, vysílanému na Českém rozhlase, herec Vladimír Javorský a pozitivní dopad na sebe nenechal dlouho čekat. Jenom za březen a duben bylo sdružení LORM posláno přes 550 dárcovských sms v hodnotě přesahující 15 000 korun. Letos poprvé se do sbírky zapojil i herec Marek Vašut, který věnoval o.s. LORM své fotografické obrazy z cest po Panamě. Po dobročinné aukci darovaných fotoobrazů, která proběhla v polovině dubna na aukčním portálu www.aukro.cz, se sbírkový účet navýšil o dalších 12 040,39 korun. A hluchoslepí herci spolu s pracovníky ze sdružení LORM bavili a vzdělávali publikum svojí vtipnou zpěvohrou „O kůzlátkách“ na jarním turné divadélka Lormos po Moravě. Nezbedná kůzlata mečela a řádila naposledy 19. května v Moravské zemské knihovně v Brně.





Letos poprvé proběhl speciální *Červenobílý den* ve zcela novém a netradičním prostředí, v pražské zoo v Troji. Návštěvníky u brány vítala pruhovaná zebra a dobrovolníci s červenobílými propiskami, u Afrického domu si mohli všichni odvážlivci vyzkoušet chůzi s červenobílou holí nebo složit lodičku z papíru bez zrakové kontroly a také napsat své jméno na Pichtově psacím stroji v Braillově písmu. Stovky dětí si první květnovou sobotu v zoo zpestřily malováním červenobílých zeber na přistavených tabulích a organizátoři akce mohli na konto přidat 17 567 korun.

„Velmi si vážíme pomoci, které se nám letos dostalo od individuálních dárců, našich dobrovolníků a všech, kteří se aktivně zapojili do 7. ročníku veřejné sbírky, neboť právě díky *Červenobílým dnům* a podpoře veřejnosti máme jistotu, že všechny plánované sociální služby pro hluchoslepe můžeme letos zajistit a zrealizovat. Navíc máme obrovskou radost, že po několika velmi těžkých měsících plných obav nemusíme díky navýšené dotaci od MPSV propouštět pracovníky a rušit pobočku v Libereckém kraji,“ přibližuje finanční situaci Petra Zimermanová, ředitelka o.s. LORM. K částečnému omezení služeb z důvodu zvýšení efektivity dojde pouze v Plzeňském kraji, kam od června budou dojíždět terénní sociální pracovnice z pražského poradenského centra.

Kampaň o červenobílé holi se rozhodly aktivně podpořit i přední české módní návrhářky, které svoje nápady a energii spojily ve volném společenství Czech Fashion Centre (CFC). Ve středu 20. května pozvaly své zákaznice na *Jarní červenobílý koktejl* do svých pěti butiků v módní čtvrti v centru Prahy. Už od 13. května mohli všichni zájemci v buticích Ivany Follové (if...), Hany Havelkové (HH), Taťány Kovaříkové (TATIANA), Martiny Nevařilové (Navarila-design) a Hany Stocklassové (BOHÉME) přispět do sbírkových pokladniček libovolnou částkou na podporu hluchoslepých spoluobčanů. Celá akce vyvrcholila v podvečer 20. května ve francouzské restauraci Chez Marcel na Haštalském náměstí, kde se odpečetily pokladničky a byl spočítán celkový výtěžek. Všech pět návrhářek za asistence svých modelek ve stylových červenobílých modelech předalo zástupcům o.s. LORM šek s vybranou částkou 20 470 korun. Celková suma předčila veškerá očekávání a potěší

především hluchoslepé sportovce. Ti si díky výtěžku zasoutěží v září na Lormolympiádě – 2. ročníku sportovní soutěže osob s hluchoslepotou.

Červenobílé dny však nekončí a veřejnost může sbírku podporovat v průběhu celého roku, například zasláním dárcovské SMS ve tvaru DMS LORM na číslo 87 777 (cena jedné dárcovské SMS je 30 Kč, o.s. LORM obdrží 27 Kč). Pro příspěvky je také otevřeno sbírkové konto 35-0720850257/0100. Podrobné informace o sbírce včetně vyúčtování všech předchozích ročníků přináší stránky www.cervenobiledny.cz.



*Petra Zimermanová
ředitelka o.s. LORM*

7. ročník sbírky Červenobílé dny se koná díky laskavé podpoře partnerů:

Nadace člověk člověku, První stavební obnova, s.r.o., Toptrans, Impress Znojmo, a.s., Zoo Praha, MuchoGusto, OP TIGER, spol. s r.o., Screenet, s.r.o., Aukro, s.r.o., gzh, s.r.o., Český rozhlas, Radio Čas, Vladimír Javorský, Marek Vašut, Irena Šlachtová

Jarní červenobílý koktejl podpořili:

Bohème, Boutique Tatiana, HH – Hana Havelková, if... Ivana Follová, Navarila – Design by Martina Nevařilová, restaurace Chez Marcel, MuchoGusto, Marie Tomsová, Petr Tarčinec

Lormos aktivně podporuje letošní sbírku

Po několik let za sebou se snaží studenti středních a vysokých škol v mnoha městech naší vlasti podpořit naše služby aktivní účastí na sbírce ve prospěch LORMu.

Než vyjdou do terénu a samozřejmě i potom, co přinesou do jednotlivých center či škol výtěžek v pokladničkách, jsou veškeré přípravné i závěrečné práce se sbírkou spojené na bedrech ředitelky organizace a v o něco menší míře na nás, ostatních zaměstnancích. Nebudu Vám popisovat, co všechno úspěšná akce tohoto typu obnáší, na to nemáme čas ani prostor, spíše bych se s Vámi chtěla podělit o radost nad tím, že letos poprvé se do sbírky zapojili i někteří klienti.

Konkrétně, jak už sám nadpis napovídá, se jedná o členy divadélka Lormos, kteří se několika představeními *Kůzlátek*



a besedou s nimi spojenou ve Žďáru nad Sázavou, Brně, Ostravě a Olomouci rozhodli motivovat studenty k vyšší fyzické účasti i nasazení. K této myšlence nás vlastně přivedlo zjištění, že v letošním roce se o o.s. LORM a sbírku začali po výzvě Mgr. Lenky Hricové zajímat především ti studenti Pedagogické fakulty MU v Brně, kteří v listopadu minulého roku zhlédli naše divadelní představení – více k tomuto tématu následující příspěvek.

Nebylo to – jak by možná zdání mohlo klamat – zase nic tak jednoduchého, protože od derniéry v Brně se ze zdravotních důvodů několikrát změnilo herecké obsazení, došlo dokonce i na dvojrole, takže jsme museli znovu vymýšlet, zkoušet, přezkušovat, scházet se, cestovat a věřit, že to zvládneme ke spokojenosti naší i diváků.

A tak i díky pomoci Petry a Borůvky znovu kočujeme našimi kraji a moc si přejeme, aby se naše snaha promítla i do celkového výtěžku celonárodní sbírky Červenobílé dny.

*Zdena Jelínková
metodička o.s. LORM*

Úspěchy rodilých komediantů, jež ani hluchoslepota neodradí

Je výborné, že divadelní spolek Lormos chystá obnovenou premiéru své muzikálové hry – z velké části zpívané pohádky „*O kůzlátkách*“. V listopadu loňského roku jsem měla tu čest organizačně pomoci při uvedení derniéry tohoto kusu a bylo mi poměrně líto, že se jedná právě o poslední představení. Dorniéra se konala 27. 11. 2008 v Brně na půdě Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity a byla vlastně premiérou divadélka Lormos u nás.

Nejdříve se vznášely ve vzduchu obavy, zda se podaří zajistit pro herce i diváky ten správný prostor, ale díky velké vstřícnosti kolegů z katedry německého jazyka se tyto ukázaly jako zbytečné. Uvolnili divadlu ten nejlepší možný prostor na fakultě – velkou aulu na Poříčí 9. Paralelně s řešením prostorových záležitostí jsem řešila otázku, kolik studentů a lidí zvenčí na představení přijde a jak je nejlépe

do auly nalákat. Již skoro tradičně hrávají hluchoslepí herci na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci a návštěvnost bývá velmi vysoká, což je samozřejmě pro herce příjemné a odpovídající ocenění v podobě neustávajícího potlesku pak pochopitelně přináší radost a důležitou zpětnou vazbu pro každého z nich. To pro mne bylo velkou motivací.



Tak se dostaly plakátky a letáčky Lormosu upozorňující na představení takzvaně „všude možně“, ať už v tištěné podobě na nástěnky nebo k volnému rozebrání či pomocí emailu a internetu. A informace pochopitelně putovaly rovněž v neopomenutelném ústním podání.

V den a hodinu představení jsem byla napjatá jako struna, ale stará dobrá aula, která utrpěla ne zcela drobné změny v uspořádání židlí, se začala plnit a naplnila se do posledního volného místa. Byli i diváci, kteří museli sledovat děj hry vestoje. Přišli studenti, kteří byli dobře informováni i kolegy, přišli někteří kolegové, přišli lidé zvenčí. Sešlo se ideální publikum, které bylo zvědavé a natěšené. A podle všeho také velmi spokojené, soudě podle velkých ovací na konci představení. V sále panovala příjemná atmosféra, která dala možnost vzniku předem nabízené diskuzi s herci. Po úvodních informacích režisérky Zdeny Jelínkové o vzniku divadélka a jeho činnosti přišli ke slovu jednotliví herci, kteří sami sebe představili. Jednalo se o pět hluchoslepých klientů a tři pracovnice o.s. LORM – Společnosti pro hluchoslepé. Dále vyvstávající dotazy byly směřovány přímo na herce či na spolek jako takový. Jednalo se o otázky orientace v prostoru bez hole, zapamatování si textu a pohybových variací, otázky motivace k hraní divadla a jeho významu pro herce a podobně.

Všichni odcházeli naplněni novými dojmy a podněty k přemýšlení, ale hlavně s dobrou náladou a často i s písněmi z představení na rtech, které ještě dlouho potom zněly v uších diváků.

Jako dobrý nápad mi přišlo poskytnout hercům i režisérce nějakou hmatatelnou zpětnou vazbu od diváků, proto dostali studenti za úkol napsat recenzi na představení. Recenze jsem předala hercům a myslím, že se v nich dá najít ujištění v tom, na čem skupina pracuje dobře a kde jsou eventuálně nějaké nedostatky, studenti měli i návrhy



a připomínky. Ale většinou – v převážné míře – byly ohlasy veskrze pozitivní a přímo obdivné!

Lormos dokonce v řadách studentů objevil i novou nadšenou dobrovolnici a pomocnici, která se do hraní divadla aktivně zapojila. V novém obsazení můžete představení zhlédnout například 19. 5. 2009 ve 13 hodin v konferenčním sále Moravské zemské knihovny v Brně.

Tak se přijďte zasmát, pobavit a povесelit, rozezpívat...

*Mgr. Lenka Hricová
Pedagogická fakulta MU v Brně*

Úryvek z recenze divadelního představení Lormos „O Kůzlátkách“ studentky Pedagogické fakulty MU v Brně

Byl to překrásný zážitek... (Herci) pluli po jevišti tak samozřejmě, že by člověk málem zapomněl na obrovskou dřinu, která se za představením skrývá. Také nápad pokračovat po představení povídkám s herci se mi velmi líbil. Příběh byl jednoduchý, ale přesto nápaditý a milý. Paní Jelínkové se scénář opravdu povedl, děj je moderní, zábavný a má potřebné kouzlo pro zaujetí publika. Provedení bylo hluchoslepým hercům ušito přímo na tělo a pracovnice LORMu je svými výkony doplnily, aby bylo představení celistvé. Zvláště pasáž tance Kozla a Kozy byla nacvičená s velkou pečlivostí. Kořením představení byly hudební výstupy. Písničky mají chytlavé texty a veselé melodie. Hudební doprovod na harmoniku byl perfektní, tento nástroj se do představení hodil... Kdyby účinkující, kteří mají na označení herci plné právo, mohli vidět, viděli by záblesky slziček dojetí v mých očích.

Děkuji Vám všem za příjemně strávený čas a ze srdce přeji mnoho divadelních úspěchů, štěstí a radosti ze života!

OKÉNKO DO JINDŘICHOVA HRADCE



Milí Lormáci,

uplynul již rok od mého posledního pootevření okénka do Jihočeského kraje. Opět společně vítáme sluncem a teplem provoněné dny a rekapitulujeme oněch 12 měsíců.

Přivítali jsme mezi námi nové klienty. Stávajícím klientům poskytujeme mimo jiné doprovody, nově se učíme i znakovému jazyku či Lormově abecedě. V současné době jsou tedy sociální služby poskytovány 11 osobám s hluchoslepotou, a to nejčastěji v Českých Budějovicích a Jindřichově Hradci. Dále dojíždíme do Tábora či na území kraje Vysočina. Služby, které o.s. LORM poskytuje, se staly více vyhledávanými i díky podpoře ze strany současných spokojených Lormáků, na jejichž doporučení se nám hlásí noví zájemci o služby.

Před rokem se nám podařilo otevřít Poradenské centrum v Jindřichově Hradci, které je využíváno převážně ke službám sociálního poradenství a výuce komunikačních technik, avšak pro nás se stalo i příjemným místem pro společná klubová setkání. V prostorách centra jsme si mohli pohrát s podzimními dekoracemi z přírodnin, vyrobit si překrásné adventní věnce, procvičit si s úsměvem na rtech Lormovu abecedu a samozřejmě posedět u lahodné kávy a čaje.

Podařilo se nám také společně zorganizovat setkání i mimo prostory centra. V době předvánoční jsme společně navštívili Muzeum Jindřichohradecka, výstavu betlémů vyrobených ze dřeva, keramiky, krajky. Z letošních akcí zmíním zajímavou výstavu Jihočeského muzea *Šumava Karla Klostermanna*. V dubnu jsme radostně přijali nabídku zúčastnit se jednoho z pražských klubů a vydali se na výstavu Na vrcholky hor a výstavu exotických motýlů do botanické zahrady. Teplé májové počasí jsem uvítali turistickým výletem do zoo a na zámek v Hluboké nad Vltavou. V nejbližší době nás čeká výlet po úzkokolejné železniční trati do Kamenice nad Lipou, kde si prohlédneme místní zámek a v jeho zahradě i památnou lípu. Dalším plánovaným výletem je prohlídka Provaznického a Leteckého muzea ve městě proslaveném výrobou limonád, známých po



celých Čechách pod názvem „Deštěnka“, chystáme se do Deštné.

A v létě? To už nás čekají pobyty, kde budete mít příležitost jihočeské Lormáky více poznat a přivítat je v našem kruhu. Tak, milí přátelé, ať již na Vranově, Lovecké chatě či v jakémkoliv koutu Čech a Moravy, na setkání s Vámi se těší a srdečně Vás z jižních Čech zdraví

*Eva Paulíková
terénní pracovnice Jindřichův Hradec*

OKÉNKO DO HRADCE KRÁLOVÉ

Neuvěřitelné, jak ten čas letí. Někdy mi připadá, že každým rokem stárnu rychleji – roky se zkracují, měsíce se zkracují, týdny také – jen ty dny mi připadají stále celkem stejně dlouhé.

Nu, ale abych nezaplnila bílý papír článkem bez obsahu, přistupme k jádru věci.

Je to již rok, co jsem psala do tohoto časopisu a krátce se představila jako nový pracovník. Od té doby se mnohé změnilo. Například jsme získali krásné prostory, za které vděčím velkorysosti ředitele Úřadu práce pana Martina Horáka, kde se můžeme všichni scházet v rámci klubů a také poskytovat poradenskou činnost veřejnosti a zájemcům o hluchoslepotu, a to vždy každé pondělí od 9 do 17 hodin.

Díky probíhající depistáži v obou krajích k nám přibylo několik dalších členů, nových přátel – přestože jsme rozeseti do všech koutů kraje (Svitavy, Vrchlabí, Letohrad, Dobruška, Jičín, Chrudim, Heřmanův Městec atd.), pevně doufám, že se nám podaří, třeba s dopomocí dobrovolníků, alespoň občas sjednotit a zopakovat si ve větším počtu třeba výlet do Nové Paky, kde jsme byli pozváni do o.s. Život bez bariér, se kterým již delší dobu spolupracujeme v rámci pracovní rehabilitace.

Co nás v nejbližší době čeká?

Na konci května k nám na klub přijedou přátelé z Prahy. Program bude barvitý včetně prohlídky města, tak snad nám počasí bude přát.

Dne 18. června se také zúčastníme v Hradci Králové festivalu sociálních služeb *Poznejme se navzájem*, který bude probíhat celý den od 10 do 17 hodin. Všichni jste srdečně vítáni!

S přicházejícím létem se nám také již blíží první pobyt, a to ve Vranově – takže se můžeme těšit na setkání třeba tam.

Z Hradce Králové zdraví

Zuzana Krajáková
terénní pracovnice Hradec Králové



NAD DOPISY ČTENÁŘŮ

Výstava soch

Jednoho chladného lednového dne roku 2009 jsme s pražským klubem navštívili netradičně zaměřenou výstavu na vnímání hmatem, kterou pořádalo italské kulturní středisko.

V první části, která představovala moderní umění, byly mramorové sochy od nevidomého umělce Felice Tagliaferri. Z několika vystavených exponátů, které vytvořil, mě zaujal *Muž na procházce*. Socha byla v životní velikosti a opravdu působila velmi věrně... Muž se prochází za chladného podzimního počasí s naraženým kloboukem, teplým dlouhým kabátem, řekla bych hubertákem, a zkříženýma rukama za zády. Usilovně o něčem přemýšlí a přitom pomalu kráčí cestou, jež je plná napadaného listí. Přesvědčivost podzimu byla docílena šustícím listím i pod našima nohama...

V druhé části jsme zavítali na řecký Olymp. Procházeli jsme se mezi sádrovými kopiemi soch a velkým modelem paláce Partheonu, vytvořeným kombinací dřeva i sádry. Z antických soch tu dominoval *Poseidon*, bůh moře, ochránce námořníků v nadživotní velikosti. Ta možná symbolizuje sílu, se kterou musel zvládat mořské živly. Jeho bojovné





odhodlání bylo vyjádřeno pohledem do dále, rozkročeným postojem s jednou rukou mířící na cíl a druhou jakoby vyhazující jeho trojzubec, který zachraňoval obyvatele od pohromy. Dalším exponátem bylo torzo boha Apolona s ne zcela zachovanými rukama a nohama. Přesto socha působila pozitivně. Krásně propracované svaly jakoby ukazují na charakter, který byl Apolonovi připisován. Byl bohem světla, ochráncem života, umění a pořádku, neomylný střelec a věstec v Delfách.

Byl levobočkem nejvyššího boha Dia. Diova žena Héra, která byla ochránkyní věrného manželství, brala svou úlohu velmi vážně. Sloužila tak všem bohyním a ženám svým vzorem. Zálety Dia byly pro Héru velmi bolestné, když se o nich dozvěděla. Vždy ztropila takovou scénu, až se třásl celý Olymp a na zemi vznikly bouře. Nakonec se manželé přece jen udobřili a na Olympu se opět rozhostila božská pohoda. Podle bájí přicházel pak Apolon na Olymp v čele krásných múz, bohyň umění, jako jejich uznávaný vůdce. Jeho hra na lyru přinášela vždy radost a dobrou náladu. Do těchto bájných postav zřejmě autoři vkládali svoji hlubokou touhu po nesmrtelnosti, dokonalosti i štěstí.

V třetí části byla vystavena díla vytvořená o mnoho staletí později.

Nádherné bylo dotýkat se kopie Michelangelovy *Piety*. Sousoší v životní velikosti vyjadřuje smutek a bolest matky nad ztrátou syna, kterého drží bezvládného na svém klíně. Snad každý v životě prožil nějakou bolest, i když se snažíme utrpení ze svého života vytěsnit. Ale utrpení je staré jak lidstvo samo a je nepochybně určeno k tomu, aby člověk překonával sám sebe. Naděje na snadnější překonávání obtíží spočívá v nalezení někoho blízkého, kdo nám rozumí a kdo je s námi, když už naše trápení nelze sejmout. Takový příběh potkává i matku Krista. Michelangelův podpis na šerpě, kterou má Maria na levé straně hrudi, jsme si mohli dobře odhmatat. V tu chvíli mě napadlo, že to není jen podpis autora, ale že je to postoj člověka, který chce svým dílem vyjádřit, že cítí s žalem člověka, že chce být s Marií v jejím osamocení, že chce být vepsán do jejího srdce.

V poslední části tohoto projektu umění bez bariér byla prezentace bronzové sochy *Tančícího satyra* od Praxitelese, která zachycuje postavu v životní velikosti v divokém tanci.

Satyr je prohnutý dozadu, ruce rozhozené a jedna noha je zalomená dozadu jako před výkopem. Socha byla umístěna na podstavci a světelnými efekty působivě dotvárněna. Satyrové mají lidskou podobu avšak obdařenou kozlími rohy a ušními boltci. Byli lesní démoni a průvodci boha Dionýsa, jenž byl dalším z mnoha levobočků boha Dia. Byl bohem vína a vinařství a dal nápoj ochutnat satyrům. Ten jim velmi zachutnal a pak našli zalíbení v divokém tanci a požiticích. Řekové však na rozdíl od satyrů prosazovali zásadu i při holdu Dionýsovi: „Ničeho příliš!“ Kolem dokola bylo umístěno několik bronzových kopií tohoto satyra v malém provedení, takže jsme si mohli detailně taneční rej prohlédnout.

Byla jsem velmi potěšená výstavou, která byla vlastně průřezem dějin umění od antiky přes středověk a vedla až k moderní době do současnosti. Každý autor vkládá do svého díla myšlenky, které můžeme odhalovat i třeba jen citem. A o to asi tvůrcům výstavy šlo.

Václava Turková

Návštěva Muzea Karlova mostu

V rámci klubů pro nás Lorm uspořádal prohlídku nově zřízeného muzea.

Bylo to krásné odpoledne, bohaté na zážitky jak duchovní, tak kulinářské a cestovatelské.

Muzeum je umístěno v bývalém klášteře Rytířského řádu křižovníků s červenou hvězdou na staroměstské straně těsně u Karlova mostu. Je to jediný rytířský řád, který byl založen v Českých zemích sv. Anežkou Českou v roce 1233. Uvítal nás muž ve středověkém oděvu se škorněmi na nohou. Náš pan průvodce. Byl obeznámen s našimi problémy, proto mluvil pěkně hlasitě, dobře vyslovoval a my jsme také dobře rozuměli. Seznámil nás s historií nejen Karlova, ale i Juditina mostu, který stál od roku 1172 do roku 1233, kdy jej pobořila povodeň. Karel IV. nechal potom stavět nový most hutí Petra Parléře. Na modelu jsme viděli oba mosty, mohli jsme si ohmatat hodně předmětů





a nástrojů používaných při stavbě. Zajímavý byl výklad, jak se stavěly oblouky mostu, mohli jsme vzít do ruky dřevěný model oblouku, kvůli nám odklopil skleněné víko nad románskou ramlí, kterou se spojovaly kamenné kvádry, abychom si ji mohli prohlédnout i rukama. Také jsme viděli výjev z kamenické huti a kameníky při práci a také jsme si sáhli na rytířské brnění.

Po důkladné prohlídce jsme byli pozváni na projížďku lodí. Nejdříve jsme váhali, byla přece jen zima, ale řekli jsme si, že taková příležitost se musí využít. A to jsme nevěděli, že loď je replika lodi ze 16. století!

Pomaličku jsme scházeli do hloubky pod první oblouk Karlova mostu. Svítily jen lucerny a zdola se linuly veselé tóny harmoniky, na kterou hrál námořník v bílém. Byl to opravdu romantický výjev a připadala jsem si jak někde v Benátkách. Zjistili jsme, že loď je jakoby dřevěná krabice s okénky, scházeli jsme dolů poschůdcích, u kterých stál kormidelník. V lodi byly dřevěné lavičky po dvou na obou stranách. Blízko kormidelníka stála malá litinová kamínka, ve kterých se opravdu topilo a sálalo z nich příjemné teplo. Okna byla uzavřená, takže žádná zima nebyla. Na cestu jsme dostali svařené červené víno ve skleničkách, které jsme si mohli dát do drátěných úchytek u okna, a k tomu ještě perníček. Jízda trvala 40 minut a během jízdy nám kormidelník udělal výklad, kudy jedeme a jaké budovy míváme. Po návratu jsme se šli ještě podívat na zeď pod Křižovnickým náměstím, kde je reliéf tzv. Bradáče – je to prý podoba stavitele Juditina mostu a zůstal zachován z 12. století. Sloužil při záplavách jako vodoměrka.

Potom jsme ještě zašli do muzejní kavárničky, kde jsme poseděli při kávě a dortíku. Jaké bylo naše překvapení, když nám dali velikou slevu.

Byly to takové zážitky, na které budeme dlouho vzpomínat a asi na to nikdy nezapomeneme díky Janě Kašparové a Lence Veverkové, které pro nás připravují samé krásné zážitky při klubových akcích.

A když přijedete do Prahy, nezapomeňte si užít takovou romantiku.

Stanislava Kníchalová

Vzpomínání



První pátek v březnu letošního roku jsme se opět sešli a trochu si zavzpomínali. A tentokrát to bylo na téma našeho města Ostravy. Jaké bylo a jak se mění. Ve svých vzpomínkách jsme zabloudili až do minulého století.

Bavili jsme se o starých tramvajových linkách, které nás vozily do Bohumína, Karviné, Hlučina apod., a to přímo přes centrum – nynější Masarykovo náměstí. Také jsme vzpomněli, jak jezdila úzkokolejka a tzv. „Komárek“. Kromě toho jsme si zavzpomínali i na důlní průmysl – ostravské šachty, kde se těžilo „černé zlato“. Ale také jsme si uvědomili, že tato práce se z Ostravy přestěhovala na Karvinsko a kolik těch pro Ostravu typických důlních věží už zmizelo. Kolik tu bylo dýmajících komínů továren, které nás hospodyňky nutily každý den utírat prach mezi okny.

A zároveň jsme si uvědomili, jak moc se naše město změnilo k lepšímu. Je čistější, je tady hodně zeleně a je mnohem barevnější – a to zejména na sídlištích. Máme krásná divadla, koncertní síň a malé obchůdky nahradila velká obchodní centra. Příznivci sportu mají svou krásnou arénu. A další a další akce se připravují k realizaci. Zmizely hornické kolonie a vyrostla nová sídliště. Rozrostla se Vysoká škola báňská, Ostravská univerzita. Zmodernizovaly se nemocnice, školy a školky. V sociální oblasti vznikly nové moderní stacionáře a domy seniorů.

Zkrátka a dobře – hodně se toho v tom našem městě změnilo k lepšímu a je na další generaci, aby se v Ostravě žilo ještě lépe.

Už se těším na naše další společné setkání.

Otilie Štaffová

Červenobílý koktejl

Nikdy by mne nenapadlo, že svět módy může být spjat s něčím takovým jako je problematika hluchoslepoty. A přesto v květnu roku 2009 se konal *Jarní červenobílý koktejl* pěti pražských návrhárek, které si vzaly za cíl propagovat



vedle autorské módy i červenobílou hůl tím, že vytvořily originální červenobílé modely, které prodávaly ve svých buticích v centru Prahy. V reprezentačních prodejnách měly umístěné pokladničky, kam mohli zákazníci přispívat, a výtěžek byl věnován občanskému sdružení LORM.

Propagace věhlasných návrhárek nás přivedla i do studia České televize. Zde jsme měly možnost potkat se s návrhářkou Martinou Nevařilovou, která byla jednou z hlavních iniciátorek této charitativní akce. Ohromila nás svým přístupem. Sama chtěla, aby v desetiminutovém vstupu přímého přenosu bylo co nejvíce času věnováno hluchoslepotě, místo toho, aby jej využila ve svůj prospěch. Také kromě chaosu, který v televizním studiu panuje a který na klidu nepřidá, jsme zažili i veselou historku s mým pršipláštěm.

Při našem příchodu do studia paní režisérka osobně a velmi ochotně odebrala můj starý pršiplášť na jednom místě od cigarety propálený a odnesla jej kamsi do rohu na věšák. „Ale ouha, když jsme se chtěly rychle vytrazit hned po skončení našeho vstupu, neb dole před budovou měl čekat Pavel Nepraš s autem, tak pršiplášť nikde. Asi po 10 minutách marného hledání, kdy se nedalo obrátit studio vzhůru nohama, protože stále běžely kamery a živé vstupy s dalšími hosty,“ jak sama komentovala toto dění Petra, „jsem se snažila Váše nenápadně šepotem vysvětlit, co se děje, a ona mi stejně půlku nerozuměla, a to si ještě fandím, k tomu odtáhnout všechny naše další svršky a tašky, no nakonec jsme to vzdaly bez pláště a už jsme s Vášou nasedaly našemu předsedovi do auta, když mi volali ze studia, že plášť se našel, že si ho údajně odnesl někdo omylem z předchozích hostů...“ A Pavel dodal se svým humorem: „Kabát našli jen proto, že se o něj dva hosté prali.“

Petra s Pavlem měli naplánovanou cestu do Plzně, kde právě probíhalo rušení a stěhování poradenského centra. Mám štěstí, že bydlím na trase Praha–Plzeň, a tak mě předseda s ředitelkou dovezli až domů. Byla jsem ráda, že mi nedali košem a přijali pozvání na kávu, kterou vypili v altánu na zahradě, a již spěchali dál. Trochu se mi zatočila hlava, když jsem si pomyslela, že vyšší funkci má už jen prezident...

Ale tím červenobílý koktejl neskončil. Další den odpoledne probíhalo vyvrcholení této sbírky ve všech pěti buti-

cích, kde čekalo překvapení nejen na zájemce o sbírku, ale i o autorskou módu. Navštívila jsem prezentaci v butiku návrhářky Ivany Follové, která je také ohromně milá a srdečná. Její ruce, které mi položila na ramena, vyjadřovaly lidsky hluboký úsměv. A navíc měla vynikající koňak. Byla jsem ráda, že jsem nakonec mohla za nás hluchoslepé poděkovat. Obdivuji, že dámy takového věhlasu dokáží stát nohama na zemi a dívají se kolem sebe. Šek v hodnotě přes 20 000 Kč byl později večer slavnostně předán ředitelce o.s. LORM za přítomnosti mnoha novinářů ve francouzské restauraci Chez Marcel na Haštalském náměstí. Večer moderovala Marie Tomsová a Petra zodpovídala mnohé otázky, takže osvěta o hluchoslepotě se šířila dál. Podávalo se tu stylově červené i bílé víno, doplněné i o růžový sortiment.

Když jsme se vraceli uličkami přes Staroměstské náměstí na metro, byla jsem nadšená z toho nádherně teplého večera, ulicemi se nesla hudba z otevřených dveří hospůdek, kdesi kolem jedné zněl houslový Vivaldi (jak mě poučila Lenka), měla jsem pocit, že za chvíli přijdeme na pláž s mořským přílivem. Ale místo toho jsme vlezli do studeného metra. Všichni jsme tu atmosféru vnímali stejně. Petra prozradila: „Já byla z toho letního teplého večera také unešená – než jsem odcházela, tak jsem si vyblejskla na foťák – neuvěřitelně krásně podvečerním světlem nasvícený kostel sv. Haštala se sytě modrou oblohou, v které mraky dělaly úžasné efekty. Byla to nádhera, ten středeční večer byl kouzelný i bez pláže mořského přílivu.“

Václava Turková

ROZHOVOR

Celý život potkávám skvělé lidi (1. díl)

Spisovatel a publicista Jan Nouza vede v Dotecích už od roku 2006 rozhovory se zajímavými osobnostmi ze světa hluchoslepých. Svůj život zasvětil vyprávění neobyčejných příběhů lidí okolo nás. Přitom ten jeho vlastní příběh stojí za povšimnutí. O tom, jak se z luž-





nické návsi ocitl v dole Kolumbus a pak se přes životní kotrmelce stal uznávaným spisovatelem a mistrem slova, vypráví s obrovským humorem a životní pokorou „Šupináč“ z jihočeské malebné vísky...

O Vás se říká, že jste spjat s Lužnicí svým dílem, svým životem...

Ano, mám tady své kořeny. Už proto, že jsem skutečný lužnický rodák. Jsem na to taky patřičně pyšný, někdy až nezřízeně. Při sjezdech rodáků popichuju mladší ročníky, že jsou jen porodnicoví rodáci. Moje maminka tady ve vedlejší místnosti čekala, až otec dojede, bylo to v lednu, na bicyklu do Třeboně a vrátí se s porodní bábou... O nás Jihočeších se říká, že máme vztah k rodnému kraji silnější, niternější, než jak jej prožívají jiní.

Někde jsem si přečetla, že jste dohledal tyhle své kořeny až někam do šestnáctého století. Je to pravda?

Díky kamarádovi archiváři má náš rod doložené předky „po meči“, tedy v linii otce, od roku 1590. A do Lužnice se jeden z nich přizemnil 9. 5. 1854.

Vaši rodiče byli zemědělci?

Ano, stejně jako všichni předkové v otcově rodu. Jeden sedlák za druhým. Matka se sem přivdala ze sousední vesnice, o něco kratší řada doložených generací jejího rodu patří taky k selskému stavu.

Předpokládám, že i ve Vás vztah ke kraji, k půdě a práci rodičů byl, nicméně se objevujete v hornickém učilišti – a pak se z vás vyklubal spisovatel. Jak se vyvíjela tahle cesta?

Byla ovlivněná padesátými lety minulého století. Moji rodiče, stejně jako další sedláci, dostali cejch kulaků, museli vstoupit do jednotného zemědělského družstva nebo odevzdat veškerý majetek do takzvaného „bezplatného nájmu státu“ a jejich děti neměly šanci získat vzdělání. V mém případě by to bylo znamenalo po ukončení základní školy místo čtyřleté veterinární školy v Kroměříži, kam jsem se hlásil, dvouletou učňovskou školu zemědělskou a potom práci s párem koní, v lepším případě traktorem. Jenže teh-

dy přišli do školy náboráři z hornického učiliště a slibovali možnosti studia...



To byla jistě motivace!

A skutečnost, že kluk z jihočeské vsi, který do té doby šachtu neviděl, za pár týdnů v roce 1958 sfáral na dole Kolumbus nedaleko Litvínova poprvé pod zem. Jenže o pár měsíců později v tělocvičně nedotočil trochu komplikovanější kotrmelec, následovala luxace krční páteře a ochrnutí rukou i nohou.

Vy jste se sportu věnoval nějak víc?

Asi stejně jako každý jiný kluk ze vsi. Uměl jsem rychle utíkat, slušně skákat do dálky i výšky, dohodit někam kamelem, lézt po stromech, plavat... V učilišti jsem ale zjistil, že je možné dojíždět z Meziboří, kde jsme měli internát, do Litvínova na tréninky gymnastiky – a protože to byla i příležitost upláchnout na chvíli z dohledu vychovatelů, neváhalo nás několik.

Co následovalo po úrazu?

V noci 19. ledna roku 1959 jsem skončil na neurochirurgii Ústřední vojenské nemocnice v Praze. Tam tehdy bylo jedno z mála center, kde operovali poranění páteře. Dva měsíce po operaci mě letecky přepravili do Českých Budějovic, kde jsem další dva měsíce čekal, až se uvolní lůžko v rehabilitačním ústavu Chuchelná u Opavy. Ke cti horníků dodávám, že mi rehabilitaci vyjednali – bylo totiž běžné čekat na volné místo i půl roku... Pobyt v ústavu se protáhl na téměř dva roky, po propuštění domů následovala ještě několikaměsíční rehabilitace v Mariánských Lázních a potom v rehabilitačním ústavu Kladruba u Vlašimi.

S jakým výsledkem?

Člověk musí nejdřív poznat hranice možností, aby se spokojil s tím málem soběstačnosti a pohyblivosti, ke které se dopracoval. A když se musíte smířit s tím, že vám spěchající sestra bryndá polévku za límec pyžama, protože vaše ruce jsou téměř nehybné, nebo s neschopností otočit koly vozíku, začnete si vážit nově nabyté dovednosti sám se najíst či dostrkat tu doživotní limuzínu třeba k řece...



Mezitím jsem si prožil i jinou hořkou chvíli: Československý svaz tělesné výchovy už skoro kývnul na to, že mě pošle na léčení do světoznámého rehabilitačního centra ve Stocke Mandevill ve Velké Británii, potřeboval jsem k tomu jen lékařské doporučení, ale po vyšetření na klinice bylo sděleno, že tuzemské socialistické zdravotnictví mi může poskytnout stejnou péči jako kterékoli zahraniční...

A co přišlo, když tohle kolečko po nemocnicích a rehabilitačních ústavech skončilo?

Návrat natrvalo domů. A bylo mým obrovským štěstím, že moji rodiče a bráškové se o mne úžasným způsobem starali. Jen díky téhle péči jsem se vyhnul různým komplikacím, které pouřazové stavy poranění páteře a ochrnutí provázejí.

Člověk mezi patnácti a dvaceti lety je telátko – prožíval jste pocity bezmoci, naštvání, vzteku...?

Samozřejmě, chvíle depresí i zoufalství se nevyhnou nikomu. A záleží na každém, kdy a jak se z nich dokáže vybabrat. Já už dlouhou řadu let tvrdím, že jsem šťastný člověk, protože jsem v životě měl a mám pořád štěstí na lidi, které potkávám. Počítám do toho pochopitelně svoji rodinu, ale taky přátele mezi vozíčkáři. Jednoho z nich jsem poznal už v Chuchelné: o jedenáct let starší než já, sedmiletá praxe vozíčkáře – a ten se stal mým životním guru. Rádcem i přítelem. Byl to on, kdo mi vtlučoval do hlavy: Až se vrátíš domů, musíš něco dělat, něčím se zabývat! Když to neuděláš, zblázníš se! Nebo začneš chlastat!

Dá se tedy říct, že následkem úrazu jste taky brzy psychicky dospěl?

Nebylo zbytlí. Když musíte jen přihlížet, jak kamarádi a kamarádky kolem vás mizí, nejdřív na rande a potom ke svým rodinám a ke svým starostem, nezbyvá než ty různé běsy v sobě umravnit, pokrotit. A taky se naučit být sám. Číst jednu knížku denně, poslouchat rádio nebo civět na obrazovku televizoru se dá bez újmy na psychice pár měsíců, možná rok. Pak už je to o rozum.

A bylo jich víc...

Nemohu nevzpomenout na Jarka Rychlého. Vymyslel pro mne pomůcky pro psaní. Zpočátku jsem psal s tužkou sevřenou mezi dlaněmi, bylo to zdlouhavé i namáhavé. Psaní na stroji představovalo „datlování“ jedním prstem navlečeným do odstříhnutého ukazováku z kožené rukavice. Čistopis povídky pro redakci proto trval i několik hodin. Jarek mi nechal zhotovit speciální návleky na ruce, s jejichž pomocí mohu psát tužkou i „mydlit“ do klávesnice počítače. Tam písmenka přibývají v tempu přímo kvapíkovém.



A dostáváme se k literatuře. Váš zájem o ni a o psaní z nebe nespádl.

Z nebe opravdu ne. Já jsem byl od věku usmrkánka doslova umanutý čtenář. Začalo to předstíráním čtení různých říkadel, která jsem se díky předčítání maminky naučil z paměti, a pokračovalo čtenářskou lačností ve škole: nejdřív jsem přelouskal celou žakovskou knihovničku, potom přišla na řadu místní knihovna, kde po přebrání skříně s dětskou literaturou knihovník pan řídící mávnul rezignovaně rukou, když jsem začal lovit ve skříních pro dospělé.

A co psaní různých slohových prací ve škole, bavilo Vás?

Nevzpomínám si, že bych napsal někdy takovou, kterou bych třeba předčítal pro celou třídu, jak se leckde dělávalo. Můj učitel češtiny na základní škole literaturu téměř nevyučoval. Povinnou četbu nám samozřejmě neodpustil, ale byl to češtinář se zaměřením na gramatiku – a tou nás doslova „tejral“. Cesta k četbě je otevřená pro všechny, gramatika českého jazyka se musí nadřít.

A kdy přišla první povídka?

To už jsem byl po úrazu a léčení natrvalo tady doma, v roce 1965. Byl to kratičký, asi stránkový příběh chlapce s amputovanými nohama. Tu povídku jsem napsal, někam založil – a možná o několik měsíců později přijel na návštěvu přítel vozíčkář Olda Erben, příběh si přečetl, a když jsem ho ujistil, že není opsaný, text odvezl a poslal do časopisu Zpravodaj, vydávaného tehdejším Svazem invalidů. A povídku tam otiskli, jistý Boleslaw Skrzidlowsky ji přeložil do polštiny – a mně narostla ramena!



Dokážu si představit: první povídka – a hned takový úspěch!

Naštěstí jsem včas dostal pár pohlavků, abych se zase vešel mezi futra dveří. Začal jsem psát povídky další, posílal je do redakcí časopisů a deníků... A ty se vracely zpátky s průvodním dopisem: Vážený pane, Vaše práce nás zaujala, ale... A obvykle následovalo vysvětlení, proč povídka není dobrá. A já se vrátil se sklopenýma ušima na zem a začal se pokorně učit, co všechno dobrá povídka musí mít.

Kterým tématům jste se věnoval nejvíc?

Jak se říká docvaklo mi, že nejlépe bude psát o tom, co mám dávno v sobě. Tenhle kraj je proslulý pytláky – a můj tatínek k nim taky patřil. S partou kamarádů pytláčil v řece i v rybnících – a uměli o tom v zimě, kdy se chodilo „na hrátky“, vyprávět náramné hrdinské historky. A malý kluk poslouchal. Stačilo zalovit v paměti.

Nestalo se, že by se někdo v těch příbězích poznal a naštvál se?

Naštěstí ne, jen místní hostinský pan Ouška, na kterého jsem v jedné povídce „prásknul“ významné cinkání klíči, jímž posílal opozdilce od piva k manželkám, prý nad novinami, které chlapi do lokálu přinesli, prohlásil: „Počkej všiváku, tobě už nenaleju!“

A co tomu říkal Váš tatínek, když jste začal prozrazovat hříchy jeho mládí?

Tatínek se bavil. Všechno už bylo promlčené.

Kdy vám vyšla první knížka?

V roce 1978, *Z návsi je k nim blízko*. Výběr povídek z venkovského prostředí otisknutých dřív v přílohách deníků a v časopisech. Jsou to příběhy o sousedech, strýcích, tetách, známých, řada námětů pochází od mého tchána veterináře.

Prozradíte, kdo je Vaším prvním a nejpřísnějším kritikem?

To je asi lehké uhodnout – moje žena. A zvláště zpočátku to býval kritik drsný až nelítostný. Často mi vytýkala přílišnou rozvláčnost úvodů povídek a vychutnala si zadostiučinění, když vyšla recenze *Z návsi je k nim blízko*.

Jistý literární kritik napsal, že na Nouzových povídkách je pozoruhodná jejich sevřenost a stručnost...



Píšete teď jen na počítači nebo taky rukou? A jak tvoříte, pomalu nebo naopak spontánně?

Jak kdy. Někdy se článek nebo fejeton urodí za hodinu dvě, v takovém případě ruka pořád dobíhá myšlenku, u jiného sedím i několik dnů. Rozhodně raději ale píšu nejdřív rukou a později dál s textem pracuju na monitoru.

Vaši kamarádi a přátelé byli tak trochu z nebe a pro Vás spadlí andělé, kteří pomáhali...

Máte pravdu. Jeden z nich, František, říkává, když je třeba zařídit, udělat nebo zorganizovat něco komplikovaného: „Nedělej si starosti, to všechno udělají andělé.“ Dřív jsem se ho ptával, jestli jich má k dispozici několik pluků, teď už jen upozorňuju, aby je neuštvál... Opravdu to funguje: když člověk něco moc potřebuje, potkává právě ty lidi, kteří pomohou.

Zmínil jste se o tchánovi, a to mne vede k dotazu, jak jste se seznámil se svojí manželkou Ivou, Vaší kalupinkou, jak jí říkáte?

Absolvovala vysokou školu zemědělskou a tady nastoupila do zaměstnání jako zootechnička na farmě státního statku. Jednoho dne se vydala do městečka Lomnice nad Lužnicí do knihovny, potkala známého – a když mu prozradila, proč a kam šlape pěšky čtyři kilometry, poradil jí, ať se vrátí a zajde k Honzovi Nouzů, ten že má knížek spoustu. Takže slečna inženýrka se u nás objevila – a už jsem se jí nezbavil... V roce 1976 jsme se brali a o tři roky později se nám narodila dcera, která z nás hodlá letos na podzim udělat babičku a dědečka.

Začal jste časem spolupracovat s rozhlasem, televizí, vycházely Vám další knížky. Máte k některé z nich zvláštní vztah – třeba kvůli ocenění, které jste za ni získal?

Asi žádný autor nepíše s myšlenkou na nějaké pozdější ocenění, bývá to spíš z potřeby něco sdělit. U mne zvláštní, řekněme osobní záměr představovala kniha druhá, Nezůstat sám. Hlavní postavou je tam vozíčkářský novic v prostředí



rehabilitačního ústavu a použil jsem v ní i zúročil svoje vlastní pobyty v těch zařízeních, ale taky řady dalších lidí, které jsem tam potkal. Bylo to na jedné straně hodně obtížné, protože spousta těch prožitků jsou záležitosti bolestivé i deprimující, na straně druhé bylo všechno mnohem lehčí, protože jsem to prostředí opravdu důvěrně znal: pacienty, lékaře, rehabilitační sestry...

Ale já mám na mysli i jiné významné ocenění...

Myslíte cenu ministra zdravotnictví za dlouholetou práci pro lidi se zdravotním postižením? Je to cena čestná, žádná obálka s barevnými obrázky!

A jaké jste získal ceny povězme od života? Míním mezníky, kdy se člověk zastaví, a i kdyby byl nevěřící, řekne: Bože, děkuju!

Rozhodně jich není málo. Celý život potkávám skvělé lidi. Musím vzpomenout třeba na dlouhou řadu maminek, které jsou schopné pro své děti, jež se narodily s různým postižením, vymyslet a udělat zázrak, aby zlepšily kvalitu jejich života. Síla těchhle žen je v jejich srdcích a potkat je považuju za dar. V mém soukromí to určitě byl dvacátý červenec roku 1970, kdy přišla do Lužnice moje žena Iva. Za tohle zkřížení našich životních cest nemohu být osudu nebo Bohu nikdy dost vděčný! Taková setkání jsou honorář, který vám žádná účtárna nevyplatí.

Když spisovatel píše, jistě touží po čtenářské odezvě, ale někdy trvá dlouho, než si vytvoří jméno...

Není málo těch, kterým se to nikdy nepodaří... Takový už je život. Psát takzvaně do šuplíku je skličující. Už proto, že k čistému papíru nebo prázdnému monitoru autor usedá z vnitřní potřeby něco sdělit, přinést o něčem svědectví a nebo, což je můj případ, má to štěstí, že potkává tolik pozoruhodných lidí a tolik pozoruhodných příběhů, že si říká: Tohle by byl přece hřích, aby se o tom nedozvěděli další!

Za rozhovor děkuje

*Petra Zimermanová
ředitelka o.s. LORM*



Mimořádné výhody pro těžce zdravotně postižené občany

Vážení a milí čtenáři,

jedním z častých dotazů, se kterým se pracovnice LOR-Mu setkávají, je tematika mimořádných výhod pro těžce zdravotně postižené občany. Pojdme si proto nyní zodpovědět několik nejdůležitějších otázek, týkajících se této problematiky.

Komu jsou přiznávány průkazy mimořádných výhod?

Průkazy mimořádných výhod jsou přiznávány (na základě vyhlášky 182/1991 Sb., kterou se provádí zákon o sociálním zabezpečení) osobám starším jednoho roku s těžkým zdravotním postižením, které podstatně omezuje jejich pohybovou nebo orientační schopnost.

Jaká zdravotní omezení odůvodňují přiznání mimořádných výhod?

1. Mimořádné výhody I. stupně – průkaz TP
Přiznávají se především v případech postižení horních a dolních končetin, onemocnění páteře a dalších – nejsou zde zahrnuty žádné vady sluchu či zraku.
2. Mimořádné výhody II. stupně – průkaz ZTP
Přiznávají se v těchto případech:
 - oboustranná praktická hluchota nebo oboustranná úplná hluchota, kterou se rozumí celková ztráta slyšení podle Fowlera 85 % a více, více než 70 dB,
 - kombinované postižení sluchu a zraku (hluchoslepota) funkčně v rozsahu oboustranné středně těžké nedoslýchavosti, kterou se rozumí ztráta slyšení podle Fowlera 40 až 65 %, a oboustranné silné slabozrakosti, kterou se rozumí zraková ostrost s nejlepší možnou korekcí na lepším oku, kdy maximum je menší než 6/60 a minimum rovné nebo lepší než 3/60 nebo oboustranné koncentrické omezení zorné-



ho pole v rozsahu 30 až 10 stupňů, i když centrální ostrost není postižena,

- oboustranná těžká ztráta zraku, kterou se rozumí zraková ostrost s korekcí, kdy maximum je menší než 3/60, minimum lepší než 1/60.

3. Mimořádné výhody III. stupně – průkaz ZTP/P

Přiznávají se v těchto případech:

- neúplná (praktická) nevidomost obou očí, kterou se rozumí zraková ostrost s nejlepší možnou korekcí 1/60, 1/50 až světlocit nebo omezení zorného pole do 5 stupňů kolem centrální fixace, i když centrální ostrost není postižena, nebo úplná nevidomost obou očí, kterou se rozumí ztráta zraku zahrnující stavy od naprosté ztráty světlocitu až po zachování světlocitu s chybnou světelnou projekcí,
- oboustranná praktická hluchota nebo oboustranná úplná hluchota u dětí do ukončení povinné školní docházky,
- kombinované těžké postižení sluchu a zraku (hluchoslepota) funkčně v rozsahu oboustranné těžké nedoslýchavosti až hluchoty, kterou se rozumí ztráta slyšení podle Fowlera horší než 65 %, a oboustranné těžké ztráty zraku.

Co v případě, kdy má jedinec kromě sluchového a zrakového postižení ještě další zdravotní omezení?

Má-li jedinec kromě sluchového či zrakového postižení ještě nějaké další zdravotní omezení, posudkový lékař vybere to, které je nejzávažnější, a podle něj posuzuje, zda má osoba na průkaz nárok, případně na který stupeň. Zdravotní omezení se nesčítají!

Co přinášejí mimořádné výhody?

1. Mimořádné výhody I. stupně – průkaz TP:

- a) nárok na vyhrazené místo k sedění ve veřejných dopravních prostředcích pro pravidelnou hromadnou dopravu osob kromě autobusů a vlaků, v nichž je místo k sedění vázáno na zakoupení místenky,
- b) nárok na přednost při osobním projednávání záležitostí, vyžaduje-li toto jednání delší čekání, zejména stání.



Za osobní projednávání záležitostí se NEPOVAŽUJE nákup v obchodech, obstarávání placených služeb, ošetření a vyšetření ve zdravotnických zařízeních.

2. Mimořádné výhody II. stupně – průkaz ZTP:
 - a) výhody uvedené v bodu 1,
 - b) nárok na bezplatnou dopravu pravidelnými spoji místní veřejné hromadné dopravy osob (tramvaje, trolejbusy, autobusy, metro),
 - c) sleva 75 % jízdného ve druhé vozové třídě osobního vlaku a rychlíku ve vnitrostátní přepravě a 75 % v pravidelných vnitrostátních spojích autobusové dopravy.
3. Mimořádné výhody III. stupně – ZTP/P:
 - a) výhody uvedené v bodech 1 a 2,
 - b) nárok na bezplatnou dopravu průvodce veřejnými hromadnými dopravními prostředky v pravidelné vnitrostátní osobní hromadné dopravě,
 - c) u úplně nebo prakticky nevidomých nárok na bezplatnou přepravu vodícího psa, pokud je nedoprovází průvodce.

Znamená to tedy, že má držitel průkazu právo nárokovat místo k sedění jak v autobuse, tak ve vlaku?

Ano, místo k sedění lze nárokovat v autobusech i vlacích soukromých i státních dopravců (kromě místenkových). Jedná se však o „nárok na vyhrazené místo k sedění“.

Co v případě, jsou-li všechna vyhrazená místa k sedění obsazena osobami se zdravotním postižením?

Lze nárokovat uvolnění místa, které není určeno postiženým osobám?

Jsou-li všechna vyhrazená místa již obsazena zdravotně postiženými, zbývá jen požádat někoho z ostatních cestujících, a to už je mimo působnost zákona. Nelze tedy na základě průkazu mimořádných výhod požadovat uvolnění dalšího místa. Je možné zkusit požádat o pomoc řidiče, ale ani k jeho povinnosti nepatří zajišťování dalších míst k sedění. Počet vyhrazených míst a pravidla pro přepravu osob se zdravotním postižením lze nalézt ve vyhlášce č. 175/2000 Sb., o přepravním řádu pro veřejnou drážní a silniční dopravu.



Jak je to s nárokem na přednost při osobním projednávání záležitostí?

Nárok na přednostní vyřízení je věcí trochu spornou. Vyhláška totiž na jedné straně říká, že zde je „nárok“, ale na druhé straně přesně vymezuje situace, kdy tento nárok platí – „za osobní projednávání záležitostí se NEPOVAŽUJE nákup v obchodech, obstarávání placených služeb, ošetření a vyšetření ve zdravotnických zařízeních“.

Podíváme-li se na to prakticky, zjistíme, že ze všech situací nám zbyde asi jen jednání na úřadech, případně poštách apod. I v těchto případech však záleží na konkrétním zařízení, jaké služby nabízí a zda má ono „okénko“ pro držitele průkazů mimořádných výhod.

Doporučuji oslovit na příslušném úřadě některého pracovníka nebo úředníka a požádat ho o pomoc s vyřízením dané záležitosti. Na většině úřadů mají totiž zaměstnanci při jednání přednost. Doprovází-li Vás tedy některý ze zaměstnanců, může Vaši záležitost upřednostnit.

Existují nějaké další výhody/slevy pro držitele průkazů mimořádných výhod?

1. Držitelům průkazů ZTP a ZTP/P může být poskytnuta sleva poloviny vstupného na divadelní a filmová představení, koncerty a jiné kulturní a sportovní akce. Při poskytování slevy se poskytne sleva poloviny vstupného i průvodci. POZOR, na tuto slevu není právní nárok, je tedy na provozovateli, zda slevu poskytne, případně v jaké výši.
2. Příspěvek na provoz motorového vozidla.
3. Osvobození od správních poplatků při ověřování podpisu nebo otisku razítka na listině nebo na jejím stejnopisu.
4. Osvobození od poplatku za vydání stavebního povolení ke změně stavby, ke stavbě studny, čistírny odpadních vod, přípojky na veřejnou rozvodnou síť a na kanalizaci.
5. Osvobození od poplatku za zápis do registru vozidel a osvobození od poplatku za vydání řidičského průkazu.
6. Slevy na odebraný zemní plyn (firma RWE Group).
7. Slevy na telefonování.

*Marcela Lazecká
terénní pracovnice Olomouc*



Příčiny hluchoslepoty

Alportův syndrom

Alportův syndrom je druhý nejobvyklejší vrozený syndrom, způsobující poruchy ledvin. Obvykle postihuje mladé muže, ale může napadnout i starší osoby a ženy.

Co se děje při Alportově syndromu?

V každé ledvině je asi jeden milion drobných filtračních jednotek (glomerul), které filtrují krev skrz základní glomerulární membránu. Při Alportově syndromu kolagen typu 4, jeden z proteinů, které tuto membránu tvoří, buď chybí nebo je abnormální. Ačkoliv membrány filtračních glomerul vypadají v dětství normálně, v průběhu času dochází k jejich narušení, neboť kolagen typu 4, který by zde měl být, chybí či je přítomen v nedostačujícím množství.

Zrovna tak jako v ledvinách se tyto speciální kolagenové membrány nalézají v dalších částech těla – nejdůležitější jsou ve vnitřním uchu a v části oka.

Jaké problémy Alportův syndrom způsobuje?

Ledviny – u většiny postižených lidí dochází k rozvoji poruchy ledvin v pubertě nebo lehce po dvacátém roce života, pouze někteří (zvláště ženy), mívají potíže až v pozdějším věku.

Dříve než se zásadně zhorší funkce ledvin, může být v moči přítomna krev a bílkovina a dochází ke zvýšení krevního tlaku. U žen mohou přetrvávat pouze výše uvedené obtíže, jen u některých v průběhu života dojde k selhání ledvin.

Poruchy sluchu – nejdříve neschopnost slyšet vysoké tóny, později i hluchota, která se rozvíjí zároveň s poruchou ledvin, ačkoliv u některých osob k ní nemusí dojít.

Poruchy zraku – za použití speciálních testů můžeme docela často vidět změny na očním pozadí, někteří pacienti mají neobvyklou deformaci oční čočky.

Jak dochází ke zdědění Alportova syndromu?

Alportův syndrom je daleko častější u mužů a chlapců, protože gen, který způsobuje postižení (nazývaný CO-



L4A5), se nachází na X chromozómu. Ženy, jelikož mají dva chromozómy X, mívají jak abnormální, tak zdravou kopii genu. Muži mají pouze jeden chromozóm X, čili pokud mají postižený gen COL4A5, mají pouze tuto narušenou kopii genu. Chlapci, kteří zdědili tuto poruchu, jí museli zdědit od matky, protože od otce dědí pouze kopii chromozómu Y. Ženy, které nesou poruchu na svém X chromozómu, mívají menší obtíže s ledvinami (eventuelně krev a bílkovinu v moči, vysoký krevní tlak) a pouze občas u nich dojde k onemocnění a selhání ledvin. Asi jedna z pěti postižených žen má vysoké riziko těžkého ledvinového onemocnění, ostatní nemívají těžší obtíže a ty, které ano, je mívají až v daleko pozdějším věku než stejně postižení muži.

V dalších rodinách bývá postižen jiný gen (COL4A3 a COL4A4) nalézající se na druhém chromozómu, což je důvod početně rovnoměrného postižení mužů a žen, choroba se ale projevuje stejně.

Jak se stanovuje pacientovi a jeho rodině diagnóza?

Diagnóza se obvykle určuje na základě biopsie ledvin a změn zraku a sluchu. Pokud se ukáže, že někdo z rodiny má Alportův syndrom, neznamena to, že všichni ostatní musí projít všemi testy. Někdy stačí provést speciální test na vzorku kůže (pozorování pod mikroskopem), tyto testy jsou však prováděny pouze ve specializovaných centrech. Genetické zjišťování Alportova syndromu z krve je velmi náročné a složité a přesné určení syndromu je možné prakticky pouze u pár rodin, u nichž bylo postižení již rozpoznáno. V rodinách s diagnostikovaným Alportovým syndromem mohou být prováděny genetické testy za účelem sledování X chromozómu.

Dá se tato choroba léčit?

Ne. Preventivní léčba zažehnavá komplikace a případné selhání ledvin, ale samo postižení se léčit nedá. U spousty chorob spojených s výskytem bílkoviny v moči se používají k léčbě tzv. ACE inhibitory, je to víceméně doporučený způsob léčby pro většinu pacientů s bílkovinou v moči. Výzkumy prokázaly, že při této chorobě by pacientům mohla pomoci transplantace kostní dřeně, další výzkumy a jejich rozvoj budou probíhat v následujících letech.

Co když dojde k selhání ledvin?

Osobám s Alportovým syndromem obvykle velmi pomáhá dialýza a ještě lépe reagují na transplantaci ledvin. Jen velmi zřídka (asi jeden případ z dvaceti) dochází ke specifickým obtížím – protože transplantovaná ledvina má normální kolagen typu 4, může jí imunitní systém vnímat jako cizí těleso a napadnout jí. To způsobuje tzv. Alport anti-GBM onemocnění, a to, bohužel, obvykle zničí transplantát.



*Pro Doteky z anglického jazyka
připravila Zdena Krásová
terénní pracovnice Brno*

HAF

Psi ve službách handicapovaných (2. část)

Co je vodící pes pro nevidomé?

Myšlenka využití psa jako speciálního průvodce pro nevidomé vznikla patrně již v první polovině 17. století. V Evropě tehdy zuřila třicetiletá válka a v jejím důsledku ztratilo zrak i desetitisíce válečných slepců. Zejména ve Francii a v Německu byla za účelem výcviku slepeckých psů vyzkoušena velká a střední plemena, která v této době byla využívána k bojovým akcím a tehdy populárním psím zápasům. Tito vycvičení psi se však jako vodiči a strážci nevidomých ukázali jako nespolehliví, ke svým páníčkům se mnohdy chovali agresivně, a proto se od jejich uplatnění na dlouhý čas upustilo.

K velkému průlomů, vedoucímu k modernímu pojetí systematického výcviku vodících psů, došlo až krátce před vypuknutím první světové války v Paříži, kde bylo vybudováno první středisko výcviku slepeckých psů. O něco později byla obdobná zařízení založena také ve Švýcarsku a Rakousku a roku 1915 zahájily školy pro slepecké psy svou činnost i v Německu.

Vodící pes pro nevidomé je v současné době kompenzační pomůckou, kterou hradí sociální odbor příslušného úřadu. Pro svého pána bývá každý den nejen věrným a oddaným průvodcem, ale především partnerem a kama-





rádem, připraveným posloužit 24 hodin denně. Pomáhá mu zařadit se do běžné společnosti takzvaně zdravých lidí. Takto vycvičený pes svého pána provází stejně dobře jak po rušných ulicích velkoměst, po silnici, tak i v různých budovách a v prostředcích hromadné dopravy. Navíc je možno s ním vyjít i do přírody. Nevidomý člověk si svého psa nemůže vycvičit sám. Je to odpovědná a nesmírně náročná práce, kterou musí začít vykonávat vždy osoba, která vidí. Pro tento způsob výcviku se cvičitel musí cítit nevidomým, protože jedině tak se dosáhne žádaného výsledku. Cvičitel musí mít bezpodmínečně klidnou, trpělivou a rozvážnou povahu. Navíc je pro tento účel nezbytná cvičitelova absolutní důslednost a vytrvalost. Pes by měl být schopen zhodnotit konkrétní situaci a v případě, že je pro nevidomého nebezpečná, nesmí uposlechnout povelu a sám vyvede nevidomého na bezpečné místo, například když hrozí pád do kolejiště, náraz do sloupu apod. Při výcviku je kladen velký důraz především na zvládnutí základních prvků poslušnosti – zejména na přivolání. Není možné, aby se pes při venčení pustil například za kočkami či za zvěří nebo aby byl venčen pouze na dlouhém, eventuálně vypouštěcím, tzv. flexi vodítku, protože nevidomý člověk nemůže takovou situaci řešit. Posláním vodičího psa je provázet svého zrakově postiženého pána bezpečně všemi nástrahami jejich soužití a pomáhat mu v orientaci a samostatném pohybu, zejména při cestě do zaměstnání, v dopravních prostředcích apod. Nedokonale vycvičený pes může často způsobit nevidomému vážný úraz či dokonce smrt. Z uvedeného jasně vyplývá, že komplexní výcvik vodičího psa nelze v žádném případě uspěchat.

V podzimním čísle *Doteků* se budeme snažit čtenářům přiblížit plemena psů, využívaná jako průvodců pro nevidomé, a to od doby vzniku prvního střediska v Paříži až po současnost.

(Pokračování příště)

Zdeněk Sedláček



Digitalizace televize

Vláda ČR v květnu 2008 schválila postupný přechod z analogového na digitální vysílání, a to do roku 2012. Výhodou digitalizace je větší kapacita vysílacích frekvencí (4 digitální programy nahradí 1 analogový) televizních a rozhlasových programů, lepší kvalita obrazu, zvuku a nové typy služeb. Například elektronický programový průvodce (EPG – Electronic Program Guide) obsahuje informace o vysílaných programech na několik dní dopředu a umožní nám si naplánovat sledování i záznam pořadů. Dalšími atraktivními novinkami, které časem digitalizace přinese, jsou superteletext, TVmail, hry a interaktivní služby.

Přijímáte-li signál prostřednictvím

- **kabelové televize (DVB-C)**, pak Vám operátor kabelové společnosti při vypínání analogového vysílání poskytne potřebné zařízení, většinou formou pronájmu.
- **satelitního digitálního vysílání (DVB-S)**, není se třeba o nic starat – divák má velkou programovou nabídku, ale některé programy mají kódovaný satelitní signál a pak je třeba mít zaplacenou přístupovou kartu.
- **tzv. internetového protokolu přes pevnou linku (IPTV)**, pak je potřeba si zajistit u provozovatele službu digitální televize, zapojení převodníku signálu (set-top-box) mezi pevnou linkou a televizorem. Televize přes internetový protokol přináší např. možnost sledovat některé pořady ze záznamu prostřednictvím tzv. videoték. Je obdobou kabelové televize, takže opět přináší nabídku několika desítek programů. IPTV nabídne do budoucna možnost ovládat např. svůj bankovní účet. V současné době již nabízí tuto službu Poštovní spořitelna s operátorem Telefónica O2.
- **zemského digitálního vysílání (DVB-T)** – tento příjem je zdarma, záleží na tom, zda chcete digitální vysílání sledovat na Vašem současném analogovém televizoru, nebo si pořídíte nový digitální, případně zda chcete digitální televizi sledovat prostřednictvím monitoru Vašeho počítače nebo na notebooku. V každém pří-



padě potřebujete minimálně set-top-box („převodník“ signálu), neboť starší televizory si bez něj s digitálním vysíláním neporadí.

Chci použít současný analogový televizor

Potřebuje set-top-box, který se zapojuje mezi anténu a analogový televizor a převede digitální signál z antény do analogové podoby srozumitelné pro Váš televizor. Výhodou je poměrně nízká cena set-top-boxu a zachování stávajícího televizoru, nevýhodou další dálkové ovládání k set-top-boxu, přes které přepínáte digitálně přijímané programy. Ceny základních set-top-boxů už klesají pod jeden tisíc korun. Levnější neznačkové přístroje však bývají často poruchové, mívají také problémy s češtinou u elektronického programového průvodce (EPG), jakési obdoby novinových přehledů televizních programů.

Chci použít počítač nebo notebook

Pro sledování zemské digitální televize na osobním počítači potřebujete interní DVB-T televizní kartu nebo externí USB přijímač a malou anténku (obvykle se prodávají ve společném balení), notebook umožňuje připojení pouze externího přijímače. Cena se pohybuje mezi jedním a dvěma tisíci korun. Tento způsob je ale vhodný pouze v místech s dostatečně intenzivním signálem, tedy spíše ve velkých městech a blízko velkých vysílačů. Jinde by mohl být problém se signálem uvnitř budov, zvláště pokud mají silnější stěny nebo je jejich konstrukce kovová. V případě interní televizní karty se připojuje anténa jako k běžnému TV přijímači a i kvalita příjmu je srovnatelná.

Chci si koupit úplně nový televizor

Pokud se rozhodnete kvůli digitálnímu vysílání koupit zcela nový televizor, měli byste se ujistit, že kupovaný model už obsahuje digitální tuner. Zeptejte se prodejce, případně hledejte na televizoru nálepku s logem a zkratkou DVB-T.

kterých si ověříme podle místa bydliště pokrytí zemským digitálním signálem.



V České republice jsou zatím 4 digitální sítě:

- digitální síť 1 (Veřejnoprávní multiplex, rozhlas)
- digitální síť 2 (České radiokomunikace – Nova, Prima)
- digitální síť 3 (Czech Digital Group – Óčko, Public TV, Radio Proglas a v Praze Noe)
- digitální síť 4 (Telefonica O2, zkušebně vysílají Nova a ČT1)

V současné době probíhají různé kampaně a také NRZP ve spolupráci s nově vzniklým o.s. TRIANON ČECHY uspořádala 3 semináře pro zdravotně postižené občany. Od 15. 5. 2009 jsou k dispozici i webové stránky zaměřené na pomoc s digitalizací televizního vysílání osobám se zdravotním postižením: www.ozp-digitalne.cz. Zájemci se na nich dozvědí, kdy a kde se pro ně konají semináře, kde najdou informační centra, jak mohou získat asistenci při instalaci set-top boxů a další informace spojené s přechodem analogového televizního vysílání na digitální.

Kdo z nás si neví rady, pak je tu informační telefonní linka **800 90 60 30**, kde vyškolení operátoři poskytnou veškeré informace (jako třeba nákup vhodného set-top-boxu, popř. zajistí i podle místa bydliště i zapojení doma).

Dagmar Prošková

Nové možnosti dopravy pro osoby se zdravotním postižením v Praze

Lidé, kteří mají průkazy ZTP nebo ZTP/P a žijí trvale v Praze, mohou využívat unikátní typ přepravy, kterou zabezpečuje osm mikrobuseů příspěvkové organizace ROPID a obecně prospěšné společnosti Societa.

Nově zavedený systém dopravy (podobný taxislužbě) je založen na objednání, a to prostřednictvím dispečinku, který má nepřetržitou službu. V pracovních dnech vždy od 7 do 19 hodin je možné bezplatně využít tuto přepravu např. k lékaři, na úřady, do denních stacionářů či chráněných dílen apod.



Přeprava se objednává minimálně tři dny dopředu a vždy je potřeba uvést přesné datum a čas cesty, dále jestli je potřeba přepravit vozíček, který si lze u organizace také zapůjčit. Přepravováni jsou vodící a asistenční psi a po dohodě i další drobná zvířata. V případě, že má klient problémy zvládnout schody, má organizace k dispozici schodolez.

Nová služba nabízí lidem také možnost objednat si přepravu o víkendech, a to nejen mimo Prahu, ale i do zahraničí. Tato služba je ovšem již zpoplatněna a pohybuje se v částce od 5 do 20 korun za kilometr.

System je nastaven tak, že pokud se klient nedostaví na sjednané místo do 15 minut, řidič volá dispečink, který se pokusí zákazníka kontaktovat. V případě neúspěchu auto odjíždí.

Přepravu zajišťují proškolené posádky, které absolvovaly kurzy zdravotní pomoci. Pro přepravu osob s rizikovějšími zdravotními problémy se nasazuje posádka tvořená dvojicí řidičů s praxí ze záchranné zdravotní služby.

Přepravu lze objednat na www.societa.cz, dispecink@societa.cz, bezplatná telefonická linka 800 141 756 nebo 722 166 799.

*Převzato a upraveno z www.helpnet.cz
Marcela Lazecká, terénní pracovnice Olomouc*

Označení osoby v mobilním telefonu v případě nouze (ICE)!

Záchranáři a zdravotníci si všimli, že při dopravních a jiných nehodách mají zranění při sobě obvykle mobilní telefon. Při záchranných akcích však cizí osoby nevědí, koho z dlouhého telefonního seznamu mají kontaktovat. Personál záchranné a rychlé zdravotní pomoci proto navrhuje, aby každý měl v telefonním seznamu na svém mobilním telefonu rozpoznatelný seznam kontaktních osob pro případ nouze.

Mezinárodně uznávaný pseudonym je ICE (In Case of Emergency). Pod tímto jménem bychom ve svém mobilním telefonu měli uvést telefonní číslo a osobu, kterou v případě nouze může kontaktovat policie, záchranná

zdravotní nebo hasičská služba. Pokud chcete jako nouzový kontakt uvést více osob, použijte pseudonymy ICE1, ICE2, ICE3 atd. Je to jednoduché a nic to nestojí a může přitom zachránit život.

Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR

HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI

Propagátor Braillova písma

Thomas Rhodes Armitage

* 2. 4. 1824 † 23. 11. 1890

V minulém čísle Doteků jsme čtenářům představili francouzského vynálezce slepeckého písma Louise Brailly, od jehož narození letos uplynulo 200 let. Po Braillově předčasné smrti si tento typ písma pozvolna razil cestu mezi nevidomými nejen ve Francii, ale i po celém světě. Mezi velké osobnosti, které se zasloužily o dynamický rozvoj Braillova písma, nesporně patří také v dospělosti hluchoslepý anglický lékař Thomas Rhodes Armitage, nadšený propagátor a organizátor vzdělávání nevidomých a autor adaptace Braillova bodového písma na anglický jazyk.

Thomas Armitage se narodil roku 1824 ve staré zámožné anglické rodině v Yorkshire. Rodina se brzy po jeho narození odstěhovala do Normandie a posléze do Německa. Základní hochovo vzdělání, které získal, bylo tedy německé. Vysokoškolská studia sice mladý Thomas započal na pařížské Sorbonně, avšak doktorát z medicíny dokončil v Anglii. V této době začal mít potíže se zrakem, zřejmě vinou atrofie sítnice. Studium musel dokonce na několik let přerušit. Usadil se jako lékař v Londýně, kde pracoval řadu let. Patřil mimo jiné k prvním propagátorům používání teploměru a studených zábalů. Během roku 1860 se však doktor Armitage pro praktickou slepotu a slábnoucí sluch vzdává svého povolání. K nevidomým ho vlastně přivedla náhoda. Sblížil se s jedním svým londýnským pacientem, pracovníkem slepeckého spolku, kam později vstoupil i sám a poznal problémy nevidomých zblízka. Byl už takový, že nechtěl být pouhým pasivním pozorovatelem. Svou osvětovou činnost mezi nevidomými





mohl organizovat proto, že byl hmotně zabezpečený rodinným jměním. Velkou pomocnicí mu byla i manželka Harriet. Vzdělávání nevidomých prosazoval formou zřizování tzv. Center v různých částech Londýna. Děti nemusely cestovat daleko a dvakrát až pětkrát týdně se shromažďovaly na určitém místě poblíž jejich bydliště, kde jim bylo poskytnuto elementární vzdělání. Potom byly přijaty do ústavu. Thomas Armitage se rovněž zasloužil o založení vyšší odborné hudební školy pro nevidomé, k čemuž ho přivedl jeho americký přítel Francis Campbell. Ředitelem školy se stal sám nevidomý Campbell, známý bojovník za práva černochoů. V Anglii i ve Skotsku vzniklo velmi mnoho návrhů na slepecké písmo, ale Thomas Armitage je po pečlivém prozkoumání za pomoci nevidomých spolupracovníků nakonec všechny odmítl. Osleplý a těžce nedoslýchavý lékař se jednoznačně postavil za písmo Braillovo, které už roku 1868 adaptoval na anglický jazyk. Jedním z důvodů jeho zájmu byla skutečnost, že ve Francii působilo hodně nevidomých hudebníků, z čehož Armitage usoudil a předpokládal, že zásluhu na tom má právě Braillova bodová hudební notace. Z jeho popudu začal rovněž roku 1868 vycházet časopis Progres, který byl jako jediný v Anglii tištěný Braillovým písmem a patřil tak mezi první svého druhu na světě. Armitage založil také Royal National Institute for the Blind (Královský národní institut pro slepé) a je i zakladatelem anglického slepeckého zkratkopisu. Jeho spis o přednostech Braillova písma byl přeložen také do němčiny. Zemřel v Irsku na následky pádu z koně jako absolutně nevidomý i neslyšící.

Zdeněk Sedláček

ZE SVĚTA



Z pekařského synka věhlasný konstruktér

Oskar Picht

(* 27. 5. 1871 † 15. 8. 1945)

Učitel v Ústavu pro nevidomé děti v Berlíně-Steglitz, později ředitel ústavu v Bromberku a konečně v Berlíně-Steglitz Oskar Picht je znám především jako konstruktér několika typů psacího stroje Braillovým bodovým písmem. Dále

byl také propagátorem vzdělávání nevidomých a organizátorem jejich společenského života.



Narodil se v Pasewalku jako syn pekaře. Jelikož toto řemeslo mělo v rodině dlouholetou tradici, předpokládalo se, že i Oskar bude pokračovatelem pekařského rodu. Brzy se však u něho projevil mimořádné intelektuální nadání. Místo pekařského řemesla po dokončení povinné školní docházky proto mladý Oskar odchází na učitelský seminář. Po jeho absolvování (1891) působil jako učitel nejdříve v Marienthalu a od roku 1894 v pomořanském Bahnu.

V roce 1897 vstupuje do kurzu, pořádaného vedením ústavu pro nevidomé ve Steglitz u Berlína, pro přípravu učitelů, kteří se hodlají věnovat výchově a vzdělávání nevidomých. Během dvou let vnikl do problematiky natolik, že kurz absolvoval s tvůrčími záměry přispět k rozvoji přesnosti, rychlosti i kvality psaní Braillovým bodovým písmem s možností současné kontroly psaného textu, což dosavadní pomůcky neumožňovaly.

Roku 1899 nastupuje do steglitzkého ústavu jako učitel. Byla mu svěřena péče o rozsáhlou ústavní knihovnu. Stará se o soustavné rozšiřování jejích fondů. Technika opisování tradičním způsobem byla velmi nesnadná. Psaní na pražské tabulce vyžadovalo značnou námahu. Použití jiných pomůcek bylo ještě náročnější. Od začátku se proto Picht zabývá zdokonalováním svého psacího stroje, který zkonstruoval již v době dokončení speciálního kurzu (1899).

O. Picht byl iniciátorem natočení prvního filmu o životě a práci nevidomých. Později začal také využívat rozhlas, který se začal rozvíjet, k přednáškám o výchově nevidomých.

Již ve zmíněném roce 1899 rovněž spatřil světlo světa první skutečný Pichtův psací stroj pro Braillovo písmo s dosud neobvyklým řešením. Byl konstruován pro psaní oběma rukama. Patentovat si jej nechal až v roce 1901, potom následovalo dalších devět patentů, jejichž předmětem byly stroje pro stenotypisty i pro psaní běžnou latinkou. Zvláště zajímavá byla novinka z roku 1916, v této době totiž O. Picht nahradil mechanickou sílu elektromagnety. Ve dvacátých letech učinil pokus vyrobit perforováním pásku papíru automatické psaní.

V roce 1912 odchází do Ústavu pro nevidomé v Bromberku jako ředitel. Po skončení první světové války byl



během roku 1920 O. Picht nucen území dnešního Polska opustit. Ještě tentýž rok je jmenován ředitelem ústavu ve Steglitz, který vedl 13 let. Po nástupu fašismu v Německu byl v roce 1933 dán z tzv. úsporných důvodů do penze. Prožil potom druhou světovou válku v ústraní. V muzeu jeho rodného městečka jsou vystaveny dva typy jeho stroje včetně pomůcky pro dorozumívání s hluchoslepými.

*Zdroj: Josef Smýkal – Tyflop edický lexikon jmenný
(upraveno a kráceno)*

SPOLEČENSKÁ KRONIKA



JUBILEA

Ve třetím čtvrtletí 2009 oslaví svá životní jubilea tito členové nebo klienti o.s. LORM:

- 20 let – Ladislav Čureja, Kladno
- 30 let – Barbora Tesková, Praha
- 30 let – Pavel Pelikán, Opava
- 45 let – Ladislav Holba, Ostrava
- 50 let – Dagmar Prošková, Liběšice u Žatce
- 50 let – Dana Ťukalová, Praha
- 55 let – Jana Jungmannová, Praha
- 55 let – Miroslav Klem era, Brno-Chrlice
- 80 let – Josef Jeřábek, Brno-Komín
- 80 let – Viktor Sedlář, Kladno
- 80 let – Anna Zemanová, Rožmitál pod Třemšínem
- 81 let – Eva Doležalová, Liberec
- 84 let – Libuše Světlíková, Plzeň

SMUTNÁ LOUČENÍ

Dne 9. dubna 2009 dotlouklo tiše srdce **prof. PaedDr. Jána Jesenského, CSc.** ve věku 78 let. Mnozí jste profesora Jesenského znali jako velkého odborníka, který celý svůj život zasvětil sociální rehabilitaci osob se zrakovým postižením. Nebyl však jen teoretik, celý život byl v úzkém kontaktu s organizacemi pro osoby se zrakovým postižením a také s naším sdružením LORM. Mezi nevidomými i hluchoslepými měl mnoho přátel. Vzpomínku věnovanou osobnosti profesora Jesenského přineseme v příštím čísle Doteků.

Petra Zimermanová

Dne 27. 4. 2009 náhle zemřel můj otec, **pan Václav Sedláček**, člen LORMu, ve věku nedožitých 68 let. Kdo jste ho znali, vzpomínejte s námi.

Zdeněk Sedláček



Vzpomínám...

Poprvé jsem Václava potkala na pobytu v Luhačovicích. Byla doba příjezdu, ubytování a vláčení zavazadel, kdy jsem se poněkolkáté vrhla k výtahu pro další brašny, kabele a kufry – tedy ne všechny vlastní, abyste si nemysleli... Před výtahem na křesílku seděl muž zralého věku, tvářil se bohorovně, slastně potahoval z cigarety a jakoby nezúčastněně naslouchal štěbetání linoucímu se otevřenými dveřmi blízkého pokoje. Pozdravila jsem vychovaně a prohodila pár nezávazných vět jak se sluší a patří, než se mi podařilo přivolat výtah a odfrčet.

Záhy jsem zjistila, že štěbetání zaopatřovala Václavova žena Jaruška směrem k jejich synovi Zdendovi, a tak jsem poznala všechny Sedláčkovy.

Pokud žila Jaruška, téměř veškerá konverzace probíhala mezi námi dvěma, ať už jsme se potkávaly na lormáckých akcích nebo si později, když jsme k sobě už měly blíž, telefonovaly. Václav se nám do našich dialogů (občas navzájem se prolínajících monologů) zásadně nepletl, stejně bychom ho nepustily ke slovu, tak co by se namáhal.

Po odchodu Jarušky, kdy jsme si na různých společných setkáních LORMu „zbyli“, se po léta mlčenlivý Václav rozpovídal, ovšem naší slovní kadence s Jaruškou ani ve snu nedosahoval.

Neomylně jsme se pokaždé setkali u popelníku, jak už to tak u lidí holdujících zpustlé kuřácké vášni bývá. Probírali jsme v rychlosti život horem dolem – zdraví, rodinu, politiku, televizní programovou nabídku, společné známé, znáte to, času nikdy nebylo nazbyt a cigareta zas tak dlouho nehoří.

Jedna vzpomínka z pobytu se mi ale vrací: dřepíme po obědě pod slunečníkem na zahrádce hotelu, líně mžouráme do vedrem se smažícího vzduchu, popijíme kávu, samozřejmě hulíme a svorně mlčíme. Únava mě pomaloučku odvádí blíž spánku, když v tom Václav začne vyprávět – jen tak, sám od sebe. O rodinných dovolených, o Zdendovi, o vnoučatech a o Jarušce. Nechávám oči zavřené a potichoučku s ním procházím zlomky jeho života...

Najednou je Ticho. Pootevřu jedno oko a mrknu vedle sebe. Václav se tváří rozpačitě a začne se omlouvat: „Já tě tady hodinu otravuju, plácám pátý přes devátý místo toho, abych tě nechal v klidu vydechnout.“

Kdepak, Václave, ani vteřinu jsi mi neukradl. Nechal jsi mě nahlédnout do dvou statečných srdcí – Jaruščina a toho tvého. Dovolil jsi mi aspoň náznakem poznat možnosti lidské síly, odvahy a statečnosti.

Copak se na to dá zapomenout?

*Zdena Jelínková
metodička o.s. LORM*



Poznala jsem gentlemana

Dne 26. března zemřel pan Václav Suchan. Bylo pro mne ctí v LORMu trávit čas s panem Václavem.

Vyprávěl o svých zážitcích – snad měl jen veselé nebo i ty smutnější vyprávěl vesele – bez hořkosti, zatrpklosti či nějakých výčitek. Neměl ve zvyku nikoho pomlouvat. Vyprávěl o tom, jak se v Praze začínala hrát košíková a on byl u toho, vzpomínal na své fotbalové zápasy a historky kolem nich. Taky vyprávěl o tom, jak se učil v tiskárně, byl na nucených pracích v Německu – tam pracoval jako účetní. V Praze pracoval jak v obchodě s knihami (kde snad všechny o přestávkách přečetl), tak v tiskárně velkých novin. Dokud mohl, tak četl a hodně si z knih pamatoval. I o knihách uměl poutavě vyprávět. Svými problémy neměl ve zvyku zatěžovat druhé, přestože jich neměl málo. Již dlouho bydlel sám, protože, jak říkal, manželka odešla příliš brzy. Kontakt s lidmi příliš neměl – v domě se sousedi vyměnili a nové už nepoznal a neslyšel. Akcí LORMu se účastnit již nemohl, ale živě se zajímal o to, co jsme podnikali. Jeho největším přáním – asi posledním – bylo, aby nebyl nikomu na obtíž a mohl bydlet ve svém bytě. To se mu vyplnilo. Přestože musel absolvovat třikrát v týdnu nemocniční ošetření, dokázal si do posledních dnů sám ohřát oběd od pečovatelské služby. Říkával, že někdy podle vůně poznal, co je v kastrůlcích, ale často až podle chuti. Do posledních dnů svého života se snažil každý den obejít o dvou francouzských berlích alespoň svůj blok (ač raději s doprovodem, protože často upadl a nedokázal vstát bez pomoci). Sám si pral a uklízel, jen jednou v týdnu přišla paní z pečovatelské služby doladit drobné nedokonalosti vzniklé nevidomostí pana Václava.

Proč gentleman? Důsledně dával ženám přednost ve dveřích a těžce nesl, že on v autobuse sedí a pro mne, zdravý doprovod, místo již nezbývá.

Jsem LORMu vděčná, že jsem pana Václava Suchana poznala, zůstane v mých vzpomínkách.

*Jana Kašparová
terénní pracovnice Praha*

Rozloučení

Ve věku 83 let nás 15. května nečekaně opustila paní Jindřiška Ouřadová. Pamatuji si, jak mě při prvním setkání velmi zaujala barva jejích vlasů – ani náznak šedivění. Při našich dalších schůzkách jsem pochopila proč. Potkala jsem totiž člověka, který byl v duchu i činech o moc mladší. Budeme rádi vzpomínat.

*Věra Dirlbecková
terénní pracovnice Plzeň*

ZÁLIBY (HOBBY)

LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY



Pupava zlepšuje močení

Tato trnitá a skromně vyhlížející rostlina bývala kdysi i v našich krajích uznávanou léčivou bylinou. Dnes pupava opět nabývá na velkém významu, neboť se zjistilo, že má především velmi dobrý močopudný účinek.

Pupava bezlodyžná (latinsky *Carlina acaulis*) je nízká vytrvalá bylina se zakrnělou lodyhou. Listy vytvářejí přízemní růžici, měřící kolem půl metru v průměru. Jsou peřenolaločné až peřenosečné, mnohdy na rubu pavučinátě vlnaté, úkrojky přisedlé širokou bází, pichlavé, často tuhé a křídlaté. Ve středu růžice se objevuje jediný květní úbor o velikosti 4 až 6 cm, za příznivých podmínek někdy až 15 cm v průměru. Je tvořen pouze z bílých až nahnědlých trubkovitých květů. Úbor vyrůstá z dužnatého lůžka, které je jedlé a má jemnou chuť, připomínající kedluben. Bílé zákrovní listeny se při vlhkém počasí ohýbají dovnitř a vytváří nad lůžkem stříšku.

Vyskytuje se hlavně ve střední a východní Evropě, zejména v teplejších oblastech. Najdeme ji na okrajích lesů, na lesních paloucích, na suchých loukách, na pastvinách, na mezích a na stráních. Místy je ještě dosti hojná, v některých oblastech však chybí, například v Karlovarském kraji. Kvete od června do konce září.

Sbírá se kořen, a to buď na jaře (květen) nebo na podzim. V čerstvém stavu sice nepříjemně páchne, ale sušením se toto aróma rychle ztrácí. Kořen se po vyrýpnutí omyje, rozdělí na menší části a suší ve stínu nebo v sušičce za teplot do 40 °C. Po dokonalém usušení se musí skladovat v dobře uzavřených nádobách na suchém a temném místě.

Pupava se uplatňuje zejména v urologii, působí močopudně, potopudně a zlepšuje činnost ledvin. Dále působí dobře při zánětu či zvětšení prostaty, při zánětu močových cest, desinfikuje střeva, zevně lze pupavu použít ve formě koupelí při plísňových onemocněních, hnisavých kožních afekcích nebo na ekzémy. Nejčastěji se podává ve formě prášku, a to 3x denně na dvě špičky kulatého nože nebo ve formě nálevu (4 sklenky denně). Čaj nebo odvar se rov-

něž osvědčil proti katarům, nachlazení, zahlenění, nebo při potížích spojených s funkcí ledvin, močových orgánů i žaludku. V lidové medicíně je sušený kořen pupavy často doporučován do urologických čajových směsí, například s vrbovkou malokvětou, se zlatobýlem a jehlicí trnitou.

Zdeněk Sedláček



Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků

V nouzi poznáš přítele

Po smrti maminky pro nás nastaly těžké chvíle, protože jsme v našem bytě zůstali jenom já s tatínkem. Sice ve všední dny do naší vsi u pošty přivázejí obědy ze závodní jídelny z vedlejší vesnice, ale o víkendech nebo o svátcích nám zpočátku neměl kdo vařit.

Nějakou dobu k nám jezdila pomáhat sestra Eva, která tehdy měla rizikové těhotenství před narozením mladší neteře Jitušky. Ještě dnes před Evou smekám pomyslný klobouk, co toho pro nás vykonala! Jelikož sestra žije svůj rodinný život v Dobříši, její manžel pochází z Nymburka, tak nám bylo jasné, že k nám trvale jezdit nemohou. Naštěstí má tatínek sestřenici Lídu a její nejmladší dcera Marta nám jednoho dne nabídla, jestli něco nepotřebujeme. Dopadlo to tak, že se s tatínkem dohodli, že nám dle našich potřeb ukuchtí něco dobrého k snědku. Od té doby nám Marta a její manžel Jaromír vaří o svátcích a víkendech obědy, a to vždy, když sestra Eva k nám přijet nemůže. Vzniklo tak velké přátelství, které se utužilo přesně v duchu známého přísloví: v nouzi poznáš přítele.

Zdeněk Sedláček



VZKAZY MOUDRÝCH

**Až ti bude v životě nejhůř, otoč se ke slunci
a všechny stíny padnou za tebe.**

*John Lennon (1940 – 1980)
britský zpěvák a skladatel
člen hudební skupiny Beatles*

RECEPTY



Plněný bramborák v troubě

Milí kuchtíci, zvu Vás k přípravě – a posléze i k snědku – velmi jednoduchého, skvěle chutnajícího a přesto zdravého pokrmu, jehož základem jsou brambory.

Na 3 slušné porce potřebujete: *6 velkých brambor nebo odpovídající množství menších, 6 stroužků česneku, 3 celá vejce, sůl, majoránku, 15 – 20 deka sýru (balkánský, niva, eidam – dle chuti), kapku oleje nebo kousek sádla.*

A jdeme na to: syrové brambory zbavíte slupky a nastrouháte nahrubo na struhadle. Můžete také rozmixovat v mixéru nebo pomlít na masovém strojku, jak jste zvyklí či jak je libo. Směs přecedíte přes síto (utěrku, cedník, děrovanou pokličku z hrnce na špagety), ale pozor – nevymačkávejte z ní vodu tlakem, nesmí být vysušená, jen zbavená nadbytečné tekutiny. Přesunete do misky, přidáte celá vejce, rozdrčený či také nastrouhaný česnek, malou lžičku majoránky a sůl dle chuti, v případě použití balkánského sýru nebo nivy spíš méně, ostatně dosolit se dá na talíři vždy a vše.

Zapékací misku nejlépe obdélníkového tvaru volte takové velikosti, aby po naplnění byl obsah kousek pod okrajem. Vytřete sádlem nebo olejem, a to prosím pořádně, aby se směs během pečení nepřilepila na dno a stěny nádoby. Zhruba polovinu dobře promíchaného těsta dáte do pekáče a začnete pokládat kousky sýra dle volby. Můžete dát na polovinu jeden druh, na polovinu jiný, můžete i více druhů smíchat, fantazii a odvaze se meze nekladou. Nakonec vše zalijete druhou polovinou těsta a dáte péct do předehřáté trouby na cca 230 °C.

Pokrm je hotový ve chvíli, když je pokryt křupavou kůrčičkou dozlatova vypečenou a lehce se dá oddělit od pekáče. Časově se jedná o půl až jednu hodinu, záleží to na tloušťce (výšce) těstíčka v zapékací misce.

Obměny: místo sýru či sýrů můžete použít pěkně rozklepaný kuřecí plátek, to pak hotová bašta chuťově připomíná valašský řízek Ondráš, ovšem pozor, je mnohem zdravější!

S pozdravem a přáním dobré chuti

*Zdena Jelínková
metodička o.s. LORM*

DOTEKY. Bulletin o.s. LORM, Léto, číslo 59. Vychází čtvrtletně.

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

Vychází ve zvětšeném černotisku, v Braillově písmu a jako zvuková nahrávka na CD-ROMu.

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, zdsedlacekdoteky@seznam.cz.

Redakční rada: Zdeněk Sedláček (šéfredaktor), Zdena Jelínková (metodička), Mgr. Petra Zimermanová (ředitelka), Mgr. Marcela Lazecká a Mgr. Lenka Veverková (terénní sociální pracovnice)

Za o.s. 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: 200 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. Každé nové číslo zvukové nahrávky se zasílá na novém CD-ROMu. Distributorovi se vrací zpět pouze prázdný poštovní obal na slepecký tisk pro zaslání nového čísla Doteků na adresu KTN, která je vytištěná na štítku z druhé strany.

Osoby s hluchoslepotou a se zrakovým handicapem odebírají bulletin Doteky zdarma v rámci informačního servisu, který je součástí jejich sociální rehabilitace. Celoroční příspěvek pro členy o.s. LORM včetně distribuce činí 50 Kč. V elektronické podobě je bulletin Doteky bezplatně zasílán na odbory sociální a zdravotní péče. Doteky v elektronické verzi jsou zasílány všem zájemcům zdarma. Ostatní zájemci z řad veřejnosti (fyzické nebo právnické osoby), kteří mají zájem o specifické formáty (zvětšený černotisk, Braillovo písmo, zvuková nahrávka), se z důvodu vysokých výrobních nákladů spolupodílejí finanční částkou: roční předplatné na Doteky ve zvětšeném černotisku činí za čtyři čísla 400 Kč; v Braillově písmu a ve formátu zvukové nahrávky činí roční předplatné za čtyři čísla 800 Kč.

Starší i nová čísla bulletinu Doteky jsou zdarma veřejnosti přístupná na bezbariérových webových stránkách o.s. LORM ve formátech HTML, doc a PDF.

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

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

Uzávěrka příspěvků do čísla 60 (Podzim 2009) je 15. 8. 2009.



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



**Děkujeme společnosti OPTYS, spol. s r. o.
za umístění inzerátu na hospodářských tiskopisech.**

**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**