

# DO TEKY

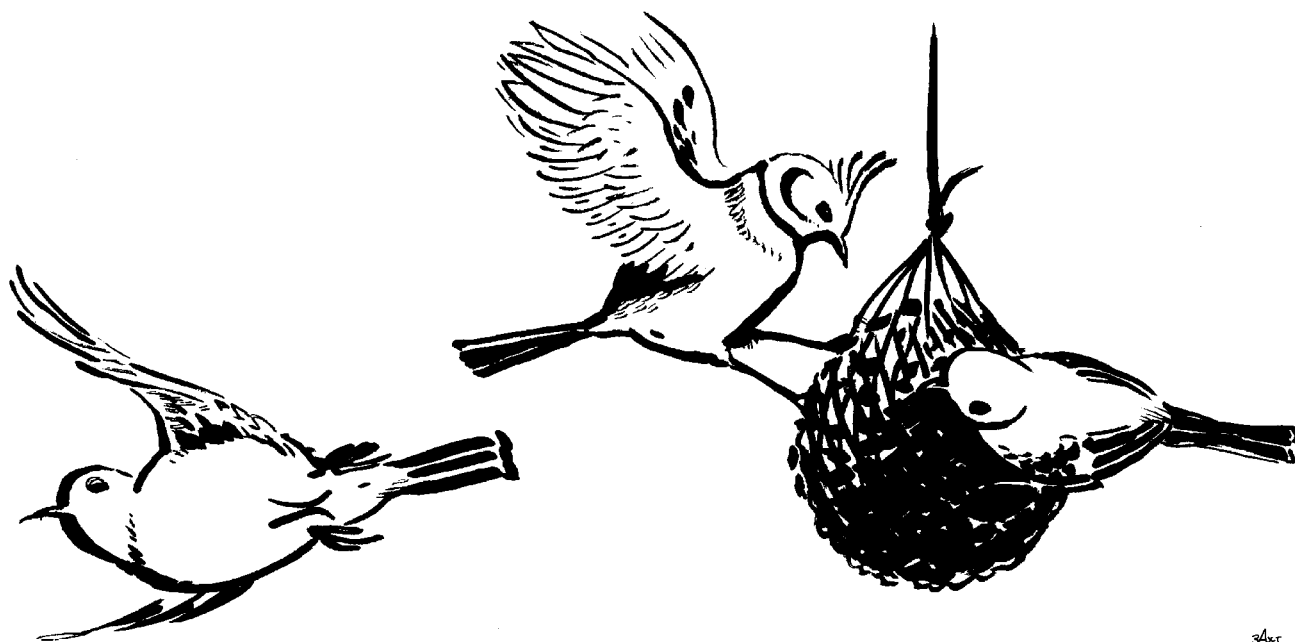
**BULLETIN LORMU – ZIMA**

**73**  
**2012**



**LORM**

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



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

**7 • SDRUŽENÍ LORM VYDALO PUBLIKACI NAHLÍŽEJÍCÍ  
DO SVĚTA OSOB S HLUCHOSLEPOTOU**

**25 • CO SE MĚNÍ OD LEDNA 2013?**

**33 • SLUCHADLA SOUČASNOSTI**

**40 • JAMES HANLON, HLUCHOSLEPÝ LÉKAŘ, KTERÝ SE STAL  
„HRDINOU PRO VŠECHNY“!**



<b>VERŠE – Hledání</b> .....	3
<b>SLOVO ŠÉFREDAKTORA</b> .....	5
<b>ZPRÁVY Z LORMU</b> .....	7
Sdružení LORM vydalo publikaci nahlízející do světa osob s hluchoslepotou – Ceny Hieronyma Lorma rozdány! – Okénko do Prahy – Okénko do Brna	
<b>NAD DOPISY ČTENÁŘŮ</b> .....	12
Krásné odpoledne s Pandičkami – Užitečný televizní pomocník – Tramvajová jízda v Ostravě a chodcilide.cz – Letošní literární soutěž	
<b>ROZHOVOR – Aby spolu dobře žili</b> .....	17
<b>PRÁVNÍ PORADNA</b> .....	23
Hlavní změny v nepojistných dávkových systémech od 1. 12. 2012 – Co se mění od ledna 2013?	
<b>ZDRAVÍ</b> .....	29
Civilizační choroby (1. část): Co vlastně jsou civilizační choroby? – Oko osleplé před 70 lety dokázali pardubičtí lékaři spravit	
<b>HAF – Služební plemena psů pro handicapované (8. díl):</b> Čínský chocholatý pes .....	31
<b>INFORMACE</b> .....	33
Sluchadla současnosti – Novinky v oblasti kompenzačních pomůcek	
<b>OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH</b> .....	40
James Hanlon, hluchoslepý lékař	
<b>ZE SVĚTA – Píseň naší Mélodie</b> .....	42
<b>SPOLEČENSKÁ KRONIKA – Jubilea</b> .....	44
<b>ZÁLIBY</b> .....	45
<b>Léčivé a aromatické byliny</b> .....	45
Skořicovník má velmi starou a slavnou historii	
<b>Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků</b> .....	47
Zimní boty – Pepinka	
<b>VZKAZY MOUDRÝCH</b> .....	49
<b>INZERCE</b> .....	49
<b>RECEPTY</b> .....	50

*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

### Hledání

Když jsem se jemně nalíčila  
a očím dala jas,  
červeň rtům, tvářím propůjčila,  
já v zrcadle hledala svou tvář.

To přece k životu patří  
hledat svou pravou tvář,  
i když desítky nápadů snaží se vetřít,  
nenech se klamavou reklamou zmást.

Barvy zářivé hladily mě vůkol,  
koncert skřivánek a horských bystrin já slyšela hrát,  
s větrem si závod dát zdál se lehký úkol,  
já chtěla plnými doušky od života jen brát.

To přece k životu patří  
naplno život svůj prožívat,  
ale úspěchy i třpyt zlata pomíjí.  
Co však nedá se změřit  
je síla úsměvu, který můžeš darovat.

Když jednou noc svá křídla rozepjala,  
a ticho kolem, všichni šli snad spát,  
já z hloubi duše zatoužila  
nebeské hvězdy spočítat.



To přece k životu patří  
dotknout se vzdálených a přesto tak blízkých krás,  
vánek tě osvěží, ne však vichry či bezvětrí,  
tak lehce se zachvívá v srdci tvém hlas.

Co srdce říká, rozum nepochopí,  
když promlouvají hlubiny k hlubinám.  
Někdy býváme k životu hluší a slepí,  
a přesto nikdo není na světě úplně sám.

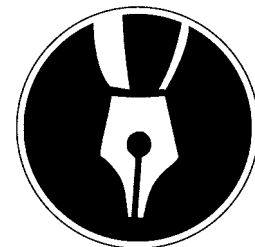
To přece k životu patří  
mít skvělých přátel pár,  
ale i když přijde temná noc po dni a vítr ostrý,  
měj srdce na dlani a nitkám štěstí dávej tvar.

Tam v hlubinách klíč od ráje nacházím,  
v darované náklonnosti i slově dobrém,  
to láska skrze lidské srdce přichází,  
skrze to nepatrné místečko ve vesmíru nekonečném.

To přece k životu patří  
najít svou pravou tvář,  
umět si všimnout, co druhý pro tebe tvoří  
a taky mít svět, lidi i sám sebe rád.

*Václava Turková*  
**Vítězné dílo 4. ročníku Ceny Hieronyma Lorma 2012**  
*Cena odborné poroty – 1. místo*  
*Cena veřejnosti – 2. místo*

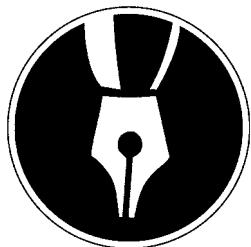
# SLOVO ŠÉFREDAKTORA



Milí čtenáři!

Zatímco zimomřiví lidé zůstávají v těchto dnech raději v teple domova, jiní zase vyráží do zimní přírody, ve které sníh a mráz dokážou vyčarovat tak úžasné jevy, jaké se v jiném ročním období spatřit nedají. Ani se mi nechce věřit, že rok 2012 je nenávratně za námi! Přesto myslím, že se můžeme aspoň na chvíli vrátit k nedávno uplynulým Vánocům, nejkrásnějším svátkům roku, protože právě vloni tomu bylo přesně 200 let, kdy se v českých zemích objevil první vánoční stromeček. V předchozích staletích byl po celé Evropě rozšířen jiný vánoční zvyk, a to stavění betlémů, nejdříve v kostelích, odtud se rozšířil i v domácnostech. Nejvíce se o tuto vánoční tradici zasloužil italský mnich, misionář a mystik Giovanni Battista Bernardone, známý jako sv. František z Assisi, který byl patrně první, kdo v roce 1223 v Grecciu na Vánoce zpodobnil scénu narození Páně v chlévě s živými lidmi i zvířaty. Hlavními motivy betlému byly vždy betlémská hvězda a postavičky narozeného Ježíška s Marií a Josefem, osel a vůl. Později je podle lidské fantazie doplňovaly i další biblické postavy, především průvod Tří králů, andělé, pastýři a ovce. V polovině 16. století, zejména na českém venkově, k nim přibyl motiv zasněžené krajiny, postupem času obohacený nejen o figurky koledníků, hospodyň a pradlen, ale také různých řemeslníků, například uhlířů, rybářů, řezníků nebo pekařů. V některých krajích bývalo zvykem každým rokem přidat nějakou novou figurku a tím betlém obohatit a rozšířit. Stavba betlému bývala jednou z nejvýznamnějších událostí Vánoc. K jeho výrobě se nejběžněji používalo dřevo a papír, dále třeba keramická hlína, sádra, sláma, kukuřičné šustí, vizovické těsto apod. Méně často se odléval ze stříbra, cínu nebo z jiného kovu.

Tradice zdobení vánočního stromečku má svůj původ v německých Brémách, kde se datuje již od roku 1570. Z Brém se vánoční stromeček postupně rozšířil i do ostatních měst po celém Německu. Zprvu se vyskytoval pouze



v řemeslnických a cechovních domech, teprve od poloviny 17. století se vánoční stromeček začal objevovat i v soukromých obydlích. Za hranice Německa se tradice zdobení vánočního stromečku rozšířila až počátkem 19. století, mimo jiné také do Čech. Úplně poprvé jej prý o Vánocích roku 1812 postavil a nazdobil v libeňském zámečku Šilboch bavorský rodák Jan Karl Liebich, režisér a ředitel pražského Stavovského divadla. Připravil ho jako překvapení pro své přátele, pozvané na Štědrý večer. Tento obyčej se v Čechách začal více prosazovat až ve 40. letech devatenáctého století, a to především v rodinách bohatých pražských měšťanů. Už tehdy byly ve velké oblibě smrčky, jedličky nebo borovičky ozdobené ovocem, rozinkami, mandlemi, perníkem a jiným sladkým pečivem. V roce 1860 se v Čechách na vánočním stromku rozsvítily první lojové svíčky.

V tomto zimním čísle Doteků přinášíme opět celou řadu zajímavých článků, aktuálních zpráv, důležitých informací a cenných rad. V rubrice HAF, věnované psím pomocníkům, se tentokrát dočtete o čínském chocholatém psu, což je plemeno s neobvyklým vzhledem a neobyčejně milou povahou. Za přečtení určitě stojí také článek o skořicovníku, zařazený do seriálu o léčivých a aromatických bylinách. Toto asijské koření totiž používá každá správná kuchařka, zejména při přípravě horkých zimních nápojů, jakými jsou svařené víno či punč. Kůra skořice vcelku nebo mletá se též přidává do nejrůznějších likérů. Skořicí se též ochucují jablkové záviny i jiné skvělé moučníky, rozličné drobné pečivo a cukroví.

Krásné a pokojné prožívání zimního období, do nového roku 2013 hlavně hodně životního optimismu, štěstí i dobré pohody, mír a světlo v duši, samozřejmě také dobré počtení, případně příjemný poslech na CD-ROMu, upřímně přeje Váš

*Zdeněk Sedláček*

# ZPRÁVY Z LORMU

## Sdružení LORM vydalo publikaci nahlížející do světa osob s hluchoslepotou



Sdružení LORM – Společnost pro hluchoslepé vydalo ve 2. reedici brožuru a CD-ROM „Hluchoslepí mezi námi“ za finanční podpory Moravskoslezského kraje. Publikace, která poprvé vyšla v roce 2003 a v 1. reedici v roce 2007, přináší přehledně zpracované informace nejen pro odbornou veřejnost, ale i pro všechny zájemce o problematiku života lidí s duálním smyslovým postižením.

V brožuře je možné se například dočíst, koho lze považovat za hluchoslepeho, jaké jsou vhodné komunikační systémy, a seznámit se s rehabilitačními i kompenzačními pomůckami, které usnadňují hluchoslepým spoluobčanům život. V textu lze také najít aktualizovaný seznam kontaktů na lékaře, kteří jsou oprávněni předepisovat pomůcky pro zrakově postižené, zásady průvodcovství a také adresář institucí a škol pro hluchoslepé.

CD-ROM kromě brožury obsahuje dalších osm kapitol. Pozornost si určitě zaslouží kapitola *Slavné osobnosti*, která představuje významné umělce a osobnosti postižené hluchoslepotou, kteří se i přes tento handicap dokázali ve svém oboru prosadit a uspět. Inspirující a obdivuhodný je zejména osud Hieronyma Lorma (vl. jménem Heinrich Landesmann), tvůrce dotykové – tzv. Lormovy – abecedy, po němž nese společnost jméno. Veřejnosti nejznámější pak bude patrně slavná hluchoslepá americká spisovatelka Helena Kellerová nebo hudební skladatel Jaroslav Ježek, člen Osvobozeného divadla. Kapitola o komunikačních systémech osob s hluchoslepotou nabízí zájemcům příležitost osvojit si například základy Lormovy abecedy. Milým završením CD-ROMu je aktualizovaná fotogalerie, představující vizuálně svět hluchoslepých a společné akce a projekty o.s. LORM. Brožura upozorňuje na fakt, že i člověk s tak těžkým zdravotním postižením může žít plnohodnotný život, pokud mu někdo podá pomocnou ruku.

Publikace je v obou formátech neprodejná a lze si ji objednat na adrese v Poradenském centru LORM Praha,



Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel/fax: 257 325 478, e-mail: kancelar@lorm.cz. K objednání lze také využít online formulář, který je k dispozici na [http://lorm.cz/cs/hluchoslepi/mezi\\_nami.php](http://lorm.cz/cs/hluchoslepi/mezi_nami.php). Na stejné adrese je rovněž k dispozici obsah brožury a CD-ROMu pro online prohlížení nebo stažení.

Publikace vyšla díky finanční podpoře Moravskoslezského kraje v nákladu 2 000 kusů v tištěné podobě a na CD-ROMu.

Petra Zimermanová  
ředitelka o.s. LORM

## Ceny Hieronyma Lorma rozdány!

Tvůrčí osobnosti z řad hluchoslepých přebíraly v sobotu 20. října 2012 během slavnostního večera ceny za svoji uměleckou tvorbu. Vyhlášení výsledků 4. ročníku soutěže o Cenu Hieronyma Lorma proběhlo na Víkendové konferenci ve Vyškově na Moravě. Hlavní Cenu odborné poroty, krásnou sošku anděla, za 1. místo v kategorii poezie převzala Václava Turková za báseň *Hledání*. Porota dále udělila v kategorii próza 1. místo Františku Hynkovi za povídku s názvem *Zimní boty*.

Vedle Ceny odborné poroty byly vítězům předány i Ceny veřejnosti na základě hlasování, které po celé září běželo na webových stránkách [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz). Největší počet elektronických hlasů v kategorii poezie získala báseň *Drahý můj* Marie Doležalové, v kategorii próza mělo u veřejnosti největší úspěch dílo s názvem *Řidičský průkaz* Dagmar Proškové. Do elektronického hlasování přes internet se zapojilo přes 120 osob.

Na konferenci jsme zpřístupnili všechny přihlášené básně a povídky, které si mohli návštěvníci přečíst ve zvětšeném černotisku a Braillově písmu. Výtvarná díla zde byla rovněž vystavena a právě samotní účastníci akce rozhodli hlasováním o vítězi výtvarné soutěže. Keramický set, kterému vévodil do všech detailů vypracovaný vodící pomocník Gary – královský pudl, vybojoval jeho autorce Zuzaně Urbánkové první místo.

Na webových stránkách [www.lorm.cz](http://www.lorm.cz) si lze přečíst všechny přihlášené literární příspěvky i celkové výsledky



soutěže. Na sociální síti <http://www.facebook.com/lorm.spolecnost.pro.hluchoslepe> jsou již zveřejněny fotografie šťastných vítězů při přebírání cen. Soutěž byla pořádána pod záštitou a za laskavé podpory Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška. Letos poprvé soutěž podpořila i Nadace člověk člověku.



*Petra Zimermanová  
ředitelka o.s. LORM*

## Okénko do Prahy

Už to bude téměř rok, co jsem psala z Prahy do této rubriky v Dotecích. A je tomu už více než pět let, co jsem svůj život spojila s vámi, Lormáky. S některými z Vás se už znám stejně tak dlouho a jsem tomu ráda. Čas od času se stane, že se s někým rozloučíme. Někdo se odstěhuje příliš daleko, třeba až na Slovensko, někdo se rozhodne, že už naše služby nepotřebuje. A nejbolestnější je, když se loučíme s těmi, kterým už poskytnout služby nemůžeme... Za těch pět let to byla již řada osobností, z nichž každá mě něčím obohatila. Seřadila jsem je podle abecedy, protože neumím vybrat, na kterého vzpomínám více a na kterého méně: Josef Dvořák, Božena Julišová, Václav Nejedlý, Jaroslava Píchová, Marie Řeháková, Václav Suchan, Václav Školout, Olga Špinková, Marie Štěpanovská, František Vyskočil a Jaroslav Zýka.

Ale pojďme raději k veselejším záležitostem, kterými jsou nepochybně naše kluby. Tentokrát, pro zajímavost, začnu s těmi, které se těšily největšímu zájmu. V souvislosti se změnou zákonů k nám zavítala hned na začátku roku vedoucí Poradny Národní rady osob se zdravotním postižením Mgr. Jitka Vrchotová, DiS., aby nás v té změti změn zorientovala. Vysoký počet účastníků se šel s námi společně podívat na Petřínskou rozhlednu a posedět v zahradní restauraci s krásným výhledem na Prahu. Zavzpomínali jsme i na první lásky, se kterými jsme se tudy před léty procházeli. Musím podotknout, že na rozhlednu jsme tentokrát už nešlapali po schodech, ale byli jsme vyvezeni výtahem. Návštěva Muzea pražských pověstí a strašidel – to jsme se zasmáli pražským historkám a legendám. Nějak jsme se



zapomněli bát, ač nás provázel a podrobný výklad podal sám Duch pražských legend (skvěle maskovaný průvodce). Snad jen při chůzi po točitých schodech jsme měli trochu strach. Další kluby měly sice nižší účast, nebavili jsme se však o nic méně. Jak si můžete přečíst v příspěvku Krásné odpoledne s Pandičkami od Stáni Kníchalové, měli jsme možnost se projet na koloběžce tažené psím spřežením nebo si zkusit, jak nás poslouchají psi při sportu agility. Zajímavá byla pro nás i návštěva Tiché kavárny, kde obsluhují neslyšící. Mohli jsme tak použít naše znalosti znakového jazyka při objednávání kávy a něčeho k zakousnutí. Moc se nám tam líbilo a na cestu jsme dostali i recept na dort. Výlet do Malého máslovického muzea másla s naučnou stezkou k přivozu a s plavbou lodí se nám díky skvělému počasí vydařil a domů jsme jeli obtěžkáni medovinou, kterou jsme nakoupili v Máslovicích či cestou ve Výzkumném ústavu včelařství. Náplní některých klubů byly společenské hry, navlékání korálek pro radost a již tradiční výroba přáníček pro naše sponzory. Někteří klienti jsou pravidelnými návštěvníky našich klubů, jiným okolnosti nedovolují se zúčastnit, někteří si vybírají jen některé akce. Jsme rádi vždycky, když vám můžeme zpestřit nějaké to odpoledne.

A závěrem? Měla jsem možnost během posledních let spolupracovat s několika terénními pracovníci v Praze a jsem moc ráda, že od listopadu to je opět nám všem známá Lenka Veverková. Doufám, že mezi námi nějaký ten rok pobude!

*Jana Kašparová  
terénní sociální pracovnice Praha*

## **Okénko do Brna**

Milí čtenáři Doteků, vážení Lormáci!

Měsíc se s měsícem sešel a opět se vám hlásím z jihomoravské metropole Brna s pravidelným Okénkem. Je za námi krásné období letních pobytů a milých setkání. Tak tedy první nahlédnutí je do měsíce června – a červen, to je především Znojmo a výuka taktilního znakového jazyka.



Z brněnské pobočky se pobytu zúčastnili hned čtyři klienti. Znojmo nás přivítalo pěkným počasím, a tak jsme mohli výuku proložit vycházkami za historií města i vinařství. Druhé nahlédnutí je do měsíce července. Červenec se nesl ve znamení sociálně rehabilitačního pobytu v Lučanech. Nezapomenutelná krása Jizerských hor a také návštěva Světlušek s Anetou Langerovou nám projasnily trochu vrtkavé počasí, tak už to na horách chodí.

Nahlédneme do srpna – to byl měsíc dovolených a odpočinku.

A otvíráme okénko do měsíce září. To jsme se s Brňáky vydali na prohlídku zámku v Bučovicích. Je to renesanční stavba postavená Janem Šemberou z Boskovic, ve své době jedním z nejbohatších moravských šlechticů. Výrazným prvkem stavby je nádvoří roubené ze tří stran arkádami. Ve třech řadách nad sebou je 96 sloupů zdobených jónskými, římskými a korintskými hlavicemi.

A abych nezapomněla, vyjeli jsme i na klub do Přerova. Nemohli jsme si nechat utéci další z přednášek kolegyně Martiny, která nám barvitě zprostředkovala svoje osobní zážitky z putování po Rumunsku. Opět nezklamala a my jsme odjížděli zase o něco moudřejší.

Nahlížím do měsíce října. To byl hektický měsíc naplněný zkouškami na vystoupení ve Vyškově. Byla to „fuška“ sladit naše hlasy a hudební nástroje vlastní výroby do jednotné tóniny a Bůh a vy, co jste nás na Ceně Hieronyma Lorma slyšeli, víte, jestli se nám to povedlo. Ale snad mohu prohlásit za všechny: „Bavilo nás to!“ A je tu již zmíněná Valná hromada a Cena Hieronyma Lorma. Tentokrát byli Brňáci úspěšní, hned čtyři sošky andělů skončily v jejich rukou. Jsme na ně patřičně hrdí, ale náš obdiv patří všem, kdo nesli svou kůži na trh a dali svá literární i výtvarná díla k hodnocení v této veřejné soutěži. Ani v říjnu jsme nezapomněli navštívit Přerov, vždyť každé setkání s přáteli obohacuje náš život.

Říjen ještě nekončí a my jsme zajeli do Rousínova na unikátní putovní výstavu nevidomých autorů „Portréty nového tisíciletí“. Nevidomí autoři zhmotnili do pálené hlíny svoje představy o lidech, které nikdy neviděli, a tvořili jen pomocí vlastních pozorovacích schopností. Například naslouchání intonaci hlasu, pohybů, chůze, charakteristických



projevů modelované osoby. Výstava byla hmatová, tak jsme si jí dosyta užili.

Otvírám okénko do listopadu. První listopadový klub jsme zasvětili tvorbě vánočních přání pro naše stávající a snad i budoucí sponzory. Výběr byl těžký, jedno přání hezčí než druhé. Čeká nás ještě klub s přednáškou o historii, ale konkrétní téma je zatím obestřeno tajemstvím, tak se necháme překvapit.

Nahlédnutí do prosince je zatím také v poloze nahlédnutí do budoucnosti, ale vidím tam vánoční klub a možnost naladit se s přáteli na nejkrásnější svátky v roce. Možnost zhodnotit uplynulý rok společných setkání a krásných zážitků.

A já si dovolím popřát vám všem jménem svým i jménem všech brněnských Lormáků do toho dalšího roku, aby byl stejně tak bohatý na události jako ten letošní – a pokud možno ještě bohatší. Aby si štěstí, zdraví a láska našly cestičku k vám a vašim blízkým do vašich domovů.

*Helena Jelínková  
terénní sociální pracovnice Brno*



## NAD DOPISY ČTENÁŘŮ

### Krásné odpoledne s Pandičkami

Jedno pozdní velmi teplé říjnové odpoledne jsme se šli s LORMem podívat na cvičení ne pandiček, ale pejsků. Jedná se o oblastní skupinu agility nazvanou Panda, tedy o skupinu nadšenců, která dělá vše pro to, aby jejich pejsci byli šťastní a dostatečně se vyběhali a vyhráli si. Pořádají se soutěže oficiální nebo neoficiální, kterých jsme se jako diváci zúčastnili. Cvičiště nás překvapilo, protože to byla velká louka se stromy uprostřed Smíchova, kde by člověk nepředpokládal, že nalezne kus přírody. Vše už bylo připraveno: překážky na skoky, dlouhé rukávy na zemi pro prolézání, tyčky, kterými musí pejsek klikatě proběhnout, houpačka, na kterou na jedné straně vleze a potom se zhoupne na druhé straně dolů. A začala podívaná. Pejsci různých plemen byli rozděleni na menší a větší. Běhali, ská-

kali, štěkali radostí. Jejich paničky musí být v dobré fyzické kondici, aby jim vůbec stačily. A malé jorkšíry jsme pomalu ani v té rychlosti neviděli. Byli jako střely. Všichni cvičení agility zvládli bez zaváhání. Byly to jen ukázky agility, na závodech je vše složitější. Po této disciplíně si mohli účastníci sami s pejskem zkusit zaběhat. Samozřejmě jsme tak učinili pod dohledem jejich paničky. Další byla ukázka dogdancingu, čili tance se psem. Na rytmickou hudbu se pejsek se svou paničkou otáčel, prolézal pod nohou, přeskakoval, když natáhla nohu, také zvedl tlapku, bylo to opravdu legrační a musí to stát hodně práce naučit ho všechny figury. Ale opět bylo vidět, že ho to baví. Vzpomínám si, že v jedné celostátní soutěži skončila dívka se svým psím tanečníkem na druhém místě. Dále jsme si poslechli malou přednášku o psích spřeženích, mohli jsme si ohmatat saně, postroje a také pohladit nádherné husky s modrýma očima. Pro letní cvičení mají velké koloběžky, které jsou taženy psy. To jsme si také mohli vyzkoušet, ale jen se dvěma psy, aby to nebylo tak rychlé. Také Monika a Lenka to zkusily. Když nám to předváděl mašér, nestačili jsme všichni koukat, jak to bylo rychlé. Tito psi velice rádi a rychle běhají. Češi se zúčastňují i mezinárodních závodů psích spřežení, které jsou dlouhé i 1 000 km, běží se stále s nočním odpočinkem na sněhu a závod trvá asi 6 dní a naši si nevedou špatně. Na závěr byla ještě ukázka poslušnosti. Bez vodítka, pouze na pokyn rukou psi vykonávali příkazy. Ale to znají dobře ti, co mají vodící pejsky. A určitě by je naučili i tančit! Celé odpoledne bylo na co se dívat, nehledě na to, že jsme mohli neomezeně hladit a muchlat přítomné pejsky, všichni k nám byli laskaví a hodní a psy těšilo, že byli středem naší pozornosti. Bylo to pestré a zajímavé odpoledne, určitě někdy příště znovu přijdeme!



*Stanislava Kníchalová*

## **Užitečný televizní pomocník**

Přestože mnozí z nás máme problémy se zrakem, rádi si zapneme televizi a posloucháme pořady. Někteří z nás rádi poslouchají dokumenty o přírodě, jiných zemích, příběhy lidských činů. Někteří jen občas sledujeme dění ve společnosti v různých zpravodajských pořadech nebo sportovní



klání našich hokejistů. Televize nám i přes náš handicap přináší mnohé informace. Máme tu však jednu věc, kterou musíme překonat. Tou věcí je: někde získat informace co tam vlastně dneska dávají? Dnešní doba nám přináší různé možnosti, můžeme sáhnout po časopisu a s lupou luštit jednotlivé řádky, můžeme se podívat na internetové stránky, např. tv.seznam.cz a mnohé další, které nám přinášejí televizní program pomocí našich odečítačů. V neposlední řadě také existuje omezená možnost získat TV program z KDD, tedy Knihovny digitálních dokumentů.

Všechny výše zmíněné možnosti předpokládají jistou dávku úsilí, zručnosti s odečítáním, znalost práce na KDD, či únavu očí při práci s lupou. Podařilo se mi proto vytvořit aplikaci pro osobní počítače, která se snaží jednoduchým způsobem pomocí hlasového výstupu nám tyto informace přinést bez větší námahy. Tuto aplikaci jsem pojmenoval TVinfo a v současné době zobrazuje 31 televizních stanic. Číslo 31 není konečné, je možné přidávat další a tím rozšířit nabídku. Aplikace TVinfo také umožňuje snadným způsobem poslouchat online televize, které vysílají na internetu, tedy ČT24, ČT1, ČT4 sport. Pokud vás tento nástroj osloví, rád vám sdělím bližší informace na e-mailu [info@brozst.cz](mailto:info@brozst.cz) nebo navštivte stránky [www.brozst.cz](http://www.brozst.cz), kde se můžete dočíst i o jiných projektech, které připravuji pro zrakově postižené.

*Stanislav Brož  
z internetu zpracoval Jan Kessner*

## **Tramvajová jízda v Ostravě a chodicilide.cz**

*V květnu a červnu loňského roku jezdily v celkem šesti měsících České republiky zvláštní tramvajové vozy chodicilide.cz, ve kterých se cestující po celý den seznamovali s problematikou komunikace s lidmi se zdravotním postižením. Stálými pasažéry tramvají byli mladí lidé s poruchami zraku a sluchu, s nimiž se cestující bez postižení dávali do řeči. Ve speciální tramvaji, která jezdila 12. června 2012 po Ostravě, byl i náš hluchoslepý spolupracovník Láďa Holba se svým věrným vodícím psem Pedrem. O samotném dni nám Láďa poslal následující reportáž.*

Vše začalo následovně: v loňském roce mi zavolal domů pan ředitel služeb pro nevidomé a slabozraké v Ostravě

s dotazem, zda bych se nechtěl zúčastnit propagace osob s hluchoslepotou a zda může dát mé telefonní číslo paní zastupující nadaci Sirius, která vše pořádá. Souhlasil jsem, neboť jak se ukázalo, šlo o akci pro širokou veřejnost. Na tak velkou šanci jsem čekal deset let! Dne 12. června 2012 v 7:00 se spustil program informování veřejnosti o hendikepovaných lidech, kteří žijí mezi námi. V Ostravě na konečné tramvajové stanici Vozovna jsme nastoupili do propagačního tramvajového vozu a začali jezdit a zastavovat na zastávkách jako normální dopravní prostředek. První trasa vedla z Poruby na zastávku Hlavní nádraží, druhá trasa směřovala ze zastávky Hlavní nádraží do centra Ostravy a dále přes Vítkovice až na konečnou stanici Dubina Interspar. Tramvajový vůz byl rozdělen na tři skupiny: hluchoslepí, neslyšící a nevidomí. A jak to fungovalo? Na zastávce vystoupil člen týmu z nadace Sirius a mluvil hodně nahlas a vysvětloval lidem, co je to za tramvaj, kam jede a že jízda je pro všechny cestující ZADARMO. Lidé měli velký zájem, a tak nastupovali dovnitř, kde byla další část týmu a rozdělvala je do skupin. Já jsem seděl hned za řidičem na sedadle, kde je napsáno nevidomý + pes. Jak už mnozí víte, mám hnědého labradora jménem Pedro.

Další skupinou byli neslyšící, kteří byli uprostřed, a na konci vozu pak nevidomí. Každá skupinka povídala cestujícím o svém postižení a zde jsem se já, který pracuji jako informační pracovník, cítil jako ryba ve vodě, tohle byla moje parketa! Na dalších zastávkách přicházeli další a další lidé, takže jsem byl rád, když přišla polední pauza na oběd. Po obědě se zase nastoupilo a povídalo a povídalo až do 16:00. Když jsem přišel domů, vypnul jsem sluchadla a ponořil na chvíli do ticha a tmy, abych si odpočinul, prostě takový malý relax.

Milí Lormáci, věřte, byla to těžká práce, ale krásná!

Krásné dny a pevné zdraví ze zelené Ostravy vám přeje

*Láďa Holba a Pedro*

*Atmosféru v tramvajích zaznamenal filmový štáb, sestřihy toho nejzajímavějšího z každého města jsou k dispozici pod odkazem [http://www.youtube.com/watch?v=nvjNc\\_y8v4&list=PL9956A-4DE63404757&index=6](http://www.youtube.com/watch?v=nvjNc_y8v4&list=PL9956A-4DE63404757&index=6)*





## Letošní literární soutěž

Tak jsme se opět sešli. Tentokrát ve Vyškově. Původně jsem se toho vyhodnocení jaksi už předem vzdával. Vyškov je dost daleko, sám se tam nejsem schopen dostat. Sehnat dopravu a nějaký doprovod mi připadalo neuskutečnitelné, dnešní doba je velice uspěchaná, každý už má něco naplánováno. Naštěstí moje dcera měla ten den volný, a tak se mi moje tajné přání splnilo. Jenomže zrovna tu sobotu 20. října jsem se zase já zdravotně necítil dobře, tedy ne že bych jiné dny dokázal skály lámat, ale tentokrát jsem měl co dělat sám se sebou, abych tenhle den bez nějaké větší úhony zvládl. Také jsem měl strach, jak se vypořádám s hlučným prostředím, kdy trpím a ničemu nerozumím. Snažil jsem se chytat a luštit jednotlivá slovíčka, ale smysl mi unikal. Když lidé tleskali, tak jsem tleskal také. Věděl jsem sice, že asi dostanu nějaký diplom, ale mojí hlavní starostí bylo zůstat naživu a tu slávu nějak přečkat.

Byl jsem rád, že atmosféru tohoto setkání vnímá moje dcera. Byl jsem rád, že tu jsme všichni jaksi mezi svými, že si nás také někdo všiml, byl jsem rád, že se tu můžeme alespoň mezi sebou pochlubit našimi výtvary. Že ještě cosi dokážeme. Že jsme ještě lidmi, nikoli jakousi pouhou přítěží lidské společnosti.

Sešli jsme se tu ve Vyškově my, kombinovaně smyslově postižení. Někdo z nás je postižen méně, někdo je na tom stokrát hůře. Ale to ví každý z nás jen sám za sebe. Přesto se dokážeme mnohem lépe vcítit do těch ostatních. Mnozí z nás už ve svém snažení dosáhli na hranice svých možností a také moc dobře víme, jak chutná závislost na pomoci druhých. I pracovníci naší organizace LORM to vědí mnohem lépe než ti zdraví, kteří o nás rozhodují. Kdysi dávno jsem si zapsal, později namluvil do diktafonu a ještě později přepsal do počítače, toto: „Mnohý celý život čeká, že ho někdo uzná člověkem. Mnohý o to celý život usiluje, většinou marně.“ Ano, nejsou to zrovna radostné věty. Ale všechno je to o empatii, o schopnosti vcítit se do situace toho druhého. Nedávno mne dosti pobouřilo prohlášení jakéhosi ministerského pracovníka, který se vyjádřil v tom smyslu, že kdo se nedokáže obsloužit bankomatem pomocí sociální karty, mělo by se zvažovat, zda je schopen právních úkonů. Podle mne tenhle úředník asi ztratil jednu



ze základních charakteristik lidskosti, ztratil schopnost empatie. Proto už se těším, že se my, kombinovaně smyslově postižení, za rok opět někde shledáme. Budeme mezi svými, kteří jsou schopni jeden druhého pochopit. Za to vděčíme naší organizaci LORM.



A připomínejme si ty, kterým jejich postižení a okolnosti neumožňují se takového našeho setkání zúčastnit. Mysleme na ty, kteří jako živoucí kámen na dně nějaké zapomenuté hluboké studny slabounce a tiše volají: Ještě jsem naživu, tady jsem! Proč mne nikdo neslyší?

*František Hynek*

## ROZHOVOR

### Aby spolu dobře žili



*Můj manžel mi dal na vybranou – buďto on, nebo pes. Občas se mi po něm stýská...*

*Milan Dvořák dovrší letos padesátku. V roce 1994 dostal nabídku věnovat se výcviku vodících psů jako profesionál ve středisku v Praze Jinonicích, od roku 2000 má v Brně výcvikové středisko vlastní. Setkali jsme se, když předával nového vodícího psa klientce v Českých Budějovicích.*

*Pocity z navazování vztahu těch dvou máte jaké?*

Paní se s pejskem viděla už na jaře, když začínal jeho výcvik. Teď se učí spolu chodit po nejčastěji používaných trasách. Pejška už měla, je obeznámená s povely, takže všechno probíhá bez problémů.

*S jakým psem je spojená vaše první životní zkušenost, vzpomínka?*

Asi v šestnácti jsem začal chodit k sousedům půjčovat si jejich boxera. Přál jsem si mít psa vlastního, ale rodiče mi to rozmluvili. Z vojny jsem si přivezl fenku německého



ovčáka, s několika nadšenci jsme založili kynologický klub a začali cvičit.

*Nabídka věnovat se profesionálně výcviku vodících psů byla tedy asi lákavá. Rozhodoval jste se dlouho?*

Pro mne to byla výzva. V roce 1990 jsem se oženil a šel bydlet do Prahy. Psa jsem tam měl, ale bylo na něj málo času. Později jsem si přečetl v novinách, že hledají zájemce o výcvik vodících psů, a protože to byla kynologická odbornost, o které jsem věděl málo, šel jsem se poptat. Asi za dva týdny mi zavolali...

*Jaká byla reakce manželky?*

Nebránila mi, a když tu práci poznala, dokonce mě podporovala.

*O šest let později jste v Brně rozjel vlastní výcvikový program a teď jste členem mezinárodní federace škol vodících psů. Bylo těžké členství získat?*

Členství je vázáno získáním akreditace, kterou je nutné obhajovat každých pět let. Poprvé k nám přijeli inspektoři z USA a Izraele, kontrolovali, zda splňujeme celosvětově platné standardy výcviku vodících psů se vším, co k tomu patří, tj. výchova štěňátek, způsob výcviku, práce s klienty i péče po předání vodícího psa do služby.

*V čem je váš výcvikový program jiný?*

Naši psi zůstávají v pečovatelských rodinách i během výcviku, nezavíráme je do kotců. Ráno je pečovatelé přivedou do školy, my s nimi přes den pracujeme a navečer se zase vrací domů. Celkově míváme kolem šedesáti psů. Než nastoupí do výcviku, mají za sebou již všechny zdravotní i povahové testy.

*Slouží vaši „maturanti“ jen v Česku?*

Nejvíce je jich samozřejmě tady, ale jsou i v Holandsku, na Slovensku, v Polsku a Německu. Celkem v zahraničí pracuje kolem šedesáti našich psů.

*Od koho získáváte štěňata?*

Máme své vlastní chovné fenky, momentálně i čtrnác-

tidenní labradory, další kupujeme. Vytipovali jsme si chovatele, kteří vědí, jakou povahu u pejsků potřebujeme.



*Dáváte přednost některým plemenům?*

Nejvíce se cvičí labradorský retrívr. Má otevřené srdíčko a je ochotný pracovat. Další je zlatý retrívr, také flat coated retrívr. A teď, kdy jsou lidé pořád víc na něco alergičtí, je zájem o královské pudly, protože alergici na pudlí srst obvykle nereagují. A do Holandska jsme předali pejsky goldendoodles.

*Museli čtyři instruktoři, kteří se pod vaším vedením výcviku věnují, prokázat nějaké předpoklady?*

Většina u nás začínala jako pečovatelé o štěňátka. Později jsme těm šikovným nabídli práci. Důležité je, aby do týmu nepřišel člověk, který by byl sice výborný cvičitel, ale kolektiv by rozhádal.

*Vystavujete jim vysvědčení s velkou jedničkou!*

U nás jsou samé holky – a skvělé.

*Kdy a podle čeho dokážete rozpoznat, že nějaký ňafající „štuclík“ bude ten pravý pro odpovědnou práci průvodce?*

Předpoklad má od rodičů. Že nebude agresivní, apatický nebo bázlivý. Ale nikdy to není stoprocentní. Když má pes závažný problém, musíme jej vyřadit třeba i v půlce výcviku. Jeden takový nevhodně reagoval na jiné psy, a to by nevidomého člověka mohlo ohrozit, skončil u maminky jedné naší psí pečovatelky. Získala společníka.

*Víte už v průběhu výcviku, u koho pes do služby nastoupí?*

Vybírám psa ke konkrétnímu člověku. Může se přihlásit dobrý a rychlý chodec a potřebuje rychlého psa, jiný měl labradora a chce ho zase, další bude chodit s pánem nejvíce v centru velkého města, jezdit často vlakem a psovi to nesmí vadit. Není to tak, že panu Vomáčkovi umřel pejsek a Aida je teď ve výcviku, tak ji dáme panu Vomáčkovi.

*Máte ročně kolem pětadvaceti „absolventů“. Když vám zavolá zájemce o vodícího psa, co následuje?*

Dohodneme si schůzku a já zjišťuji, v jakém prostředí



ten člověk žije, v jakém bude pracovat pes. Projdeme spolu obsáhlý dotazník, abychom nakonec vybrali nejvhodnějšího psa.

*Nejspíš nebude jednoduché ani předávání vodiče novému pánovi?*

Když se výcvik blíží ke konci a ten člověk je z Brna nebo z blízkého okolí, jednou třeba za čtrnáct dnů za ním přijede, stráví spolu nějakou dobu. Po zkouškách psa si domluvíme termín předávání. Přivezu ho a několik dnů se pohybujeme po trasách, kde budou pravidelně chodit, postupně přidáváme další. Hlavním úkolem je naučit se psem pracovat, vysvětlit jeho potřeby, aby se navzájem dobře pochopili a dobře spolu žili.

*A pro vás nastává čas loučení. Není to záležitost poněkud emoční?*

Někdy ano, ale musím to brát profesionálně. Největší odměnou při téhle práci je, když se dvojice dobře sehraje. Přijedu tam třeba za tři měsíce, pes ke mně přiběhne a: Rád tě vidím, hod' mi míček. A za pět minut naznačí: Rád jsem tě viděl, ale já už tady mám svého pána.

*V čem bývá nejčastěji úskalí nebo – nedejbože – zklamání?*

Víte co mě strašně trápí? My lidé se už spoustu let pořád víc odcizujeme. Ráno vstaneme, otočíme knoflíkem a pustíme si rádio, pak počítač, čudlíkem otevřeme nebo zavřeme nějaké dveře. Všechno je na nějaký čudlík. Není tam nic živého. Čím dál častěji se setkávám s lidmi, kteří od psa očekávají strojovou práci, pořád míň projevují cit.

*Většina to snad ještě není?!*

Není. Ale jsou dobrou takhle nasměrovaní. Pokaždé při předávání psa říkám: Za každý dobře provedený úkon dáme pamlsek. A někdy slyším: Proč? A já odpovídám: Když pekař upeče rohlík, chce za něj dostat zapláceno. Pes od vás potřebuje projev uznání, že něco udělal dobře. Potřebuje vědět, že ho máte rád a že váš projev radosti pochází z toho, že on je dobrý. To je jeho plat.

Ano. Spousta lidí neumí projevit emoce. Já jim řeknu: Pochvalte toho psa. A slyším: Hodný. Takovým říkám: No, to je pochvala tak za korunu. Jako opačný příklad může sloužit paní, které právě pejska předávám. Ta si se psem povídá, za všechno ho chválí. Z takového předávání odjíždím s příjemným vědomím: Tady bude pejskovi dobře, budou se mít rádi.



*Mluvit v těchto souvislostech o penězích může vyznít nemístně až nemravně, přesto – jaká je „pořizovací cena“ takového pejska?*

Přes dvě stovky tisíc. Je za tím vše od nákupu krmení, veterinární péče, zdravotní testy, práce cvičitelů, dvacetiprocentní DPH... Jsou to náklady za přibližně jeden a půl roku života psa.

*Dosáhnout na takovou částku je pro většinu nevidomých asi nemožné?*

Přispívá stát. Od ledna 2012 je ale spoluúčast deset procent, takže se snažíme vypomáhat sponzory pro ty, kteří tolik zaplatit nemohou. Nikdo ale neví, jak to bude vypadat za rok, za dva...

*V Brně je aktivní občanské sdružení VODICÍ PES, které organizuje pro své klienty různé aktivity. Spolupracujete s ním?*

To je organizace, která se stará o nevidomé s vodicími psy v aktivní službě. Přípravuje pravidelné procvičování psů a další aktivity, které jsou obohacující a přínosné. Společně pořádáme soutěže i kvalifikační závody pro mistrovství republiky ve výkonu vodicích psů.

*Připravil jste prý vodicí psy také pro hluchoslepe klienty. Kolik?*

Ano, tři klienti mají i částečnou sluchovou vadu, brzy budu předávat dalšího.

*Co musí umět?*

U takového pejska cvičíme třeba to, že když začne zvonit mobil, přiběhne, člověka kontaktuje, strká do něj. Totéž platí například o zvonění u dveří. Záleží i na tom, jaké



ten člověk má přání – a jestli je to ve schopnostech psa. Snažíme se vyhovět.

*Účastníte se akcí pořádaných sdružením LORM? Předvádíte schopnosti vašich psů?*

Teď už vlastně ne. Docházel jsem tam, ale lidé už práci našich psů znají, vědí o nich, a já bych se opakoval.

*Letos jste začali stavět penzion pro vodící psy – vysloužilce. Je to ušlechtilá myšlenka, dopřát jim důstojné a péči zajištěné stáří...*

K nápadu nás přivedla situace klientů, kteří třeba řešili problém co se starým pejskem ve čtvrtém patře domu, kde není výtah a pro něj je pořád obtížnější zvládat denně spoustu schodů. Taky se stává, že někdo zemře. Samozřejmě jsme nejradši, když naši psi u svých pánů, v prostředí, které důvěrně znají, dožijí. Jsou tam doma. Náš penzion bude domov psích seniorů, o které se už klient nebo rodina nedokáže postarat.

*Starat se o cokoli živé je náročné taky na čas. Nemocné zvíře nevnímá, jestli je den nebo noc – a vy máte rodinu, děti. Nevyčítají někdy?*

To se ještě nestalo. Spíš mívám černé svědomí já. Je večer, sejdeme se doma, povídáme – a já usnu. A pak mi manželka říká: Měl bys přibrzdit! Nebo přijdu domů večer v šest a mladší syn, je mu dvanáct, přinese míč a chce si se mnou zakopat. Mohl bych ho odbýt s tím, že jsem byl celý den na nohách, že nejdu, nemůžu, ale čtvrt hodinu ještě musím vydržet.

*Jistý moravský vrabec – přesněji vrabčice – o vás vyštěbetal, že rád odpočíváte při vaření. Usmiřujete si, uplácíte často své nejbližší nějakou specialitou?*

Je pravda, že vaření mě baví. A navíc – cvičíte pejska v ulicích, chodíte kolem restaurací, na trzích vidíte zeleninu. Když na něco dostanu chuť, koupím suroviny a zavolám manželce, že budu vařit. Sice občas říká, že například kapr na česneku je příliš ostrý, ale baští všichni. Huř na tom bývá ten, kdo po mně v kuchyni musí uklidit...

*Dodal byste něco ze svých zkušeností k citátu, že pes je jediné stvoření na světě, které vás miluje víc než sebe?*

K tomu není co dodat!

Za rozhovor děkuje

*Jan Nouza*

## PRÁVNÍ PORADNA

### Hlavní změny v nepojistných dávkových systémech od 1. 12. 2012



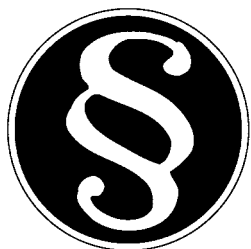
V průběhu uplynulých měsíců došlo k několika legislativním úpravám, které nabývají účinnosti 1. prosince 2012. Úpravy se týkají nepojistných dávek, a to mj. konkrétně v těchto oblastech:

- Souběh rodičovského příspěvku a příspěvku na péči
- Vyšší příspěvek těžce postiženým dětem předškolního věku
- Příspěvek na mobilitu bude moci být nově přiznán i osobě, které jsou poskytovány pobytové sociální služby
- Nahrazení institutu výpůjčky zvláštní pomůcky dávkou

#### **Rodičovský příspěvek i dětem s postižením**

Rodiče zdravotně postiženého dítěte mohou kromě příspěvku na péči nově pobírat i rodičovský příspěvek, tedy obě dávky současně. Dosud platilo, že děti se zdravotním postižením po dovršení 1 roku pobíraly vždy jeden typ dávky – buď rodičovský příspěvek, nebo příspěvek na péči. Rodičovský příspěvek bude poskytován na nejmladší dítě v rodině, které má nárok na příspěvek na péči, a to nejdéle do 4 let věku dítěte, respektive do vyčerpání celkové sumy 220 000 Kč.

Nárok na obě dávky náleží rodiči zdravotně postiženého dítěte nejdříve od 1. prosince, stačí vyplnit písemnou žádost. Částky rodičovského příspěvku vyplacené před tímto datem (z důvodu péče o totéž dítě) se započítávají



do celkové částky 220 000 Kč. Také rodiče, kteří nemohli zvolit výši rodičovského příspěvku a pobírají ho v pevných částkách, mohou čerpat souběžně rodičovský příspěvek a příspěvek na péči.

Společně se zvýšením výše příspěvku na péči (viz dále v textu) touto změnou stát zvyšuje pomoc poskytovanou rodinám s dětmi se zdravotním postižením předškolního věku.

## **Příspěvek na péči**

Dítěti s těžkým postižením od 4 do 7 let věku, kterému náleží příspěvek na péči ve stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV (úplná závislost), se automaticky (bez ohledu na příjem rodiny) zvyšuje příspěvek na péči o 2 000 Kč.

Výše příspěvku na péči pro osoby mladší 18 let činí měsíčně nadále 3 000 Kč (stupeň závislosti I), 6 000 Kč (stupeň závislosti II), 9 000 Kč (stupeň závislosti III) a 12 000 Kč (stupeň závislosti IV).

I nadále náleží zvýšení výše příspěvku na péči o 2 000 Kč nezaopatřenému dítěti do 18 let věku, které má nárok na příspěvek na péči, a také rodiči, kterému náleží příspěvek na péči a který pečuje o nezaopatřené dítě do 18 let věku, pokud rozhodný příjem rodiny je nižší než dvojnásobek částky jejího životního minima.

Pokud tedy bude dítě, které pobírá příspěvek na péči ve stupni III nebo IV, splňovat podmínky věku (od 4 do 7 let) i nízkého příjmu (příjem společně posuzovaných osob bude nižší než dvojnásobek částky jejich životního minima), dávka se zvýší o 2 000 Kč pouze jednou.

## **Příspěvek na mobilitu**

Příspěvek na mobilitu je určen těm, kteří nezvládají základní životní potřeby v oblasti mobility nebo orientace, pravidelně se potřebují někam dopravit a zároveň jim nejsou poskytovány pobytové sociální služby (v domově pro seniory, domově pro osoby se zdravotním postižením, v domově se zvláštním režimem nebo ve zdravotnickém zařízení ústavní péče). Změna od 1. 12. spočívá v tom, že příspěvek na mobilitu bude moci být z důvodů hodných zvláštního zřetele nově přiznán i osobě, které jsou poskytovány výše uvedené pobytové sociální služby.



Poskytnutí příspěvku na mobilitu v tomto případě není nárokové, krajské pobočky Úřadu práce ČR budou žádosti hodnotit individuálně, a to na základě skutečných cest osoby se zdravotním postižením. Opakovanou dopravu nebude osoba se zdravotním postižením prokazovat formou „čestného prohlášení“, ale jiným věrohodným způsobem.



## **Nahrazení institutu výpůjčky zvláštní pomůcky dávkou**

Institut výpůjčky zvláštní pomůcky, který byl určen pro stropní zvedací systémy, schodolezy a schodišťové plošiny, se ruší. Pomoc státu bude realizována stejným způsobem jako u jiných pomůcek – příspěvkem na zvláštní pomůcku. Nově se příspěvek poskytuje také na pomůcku „schodišťová sedačka“.

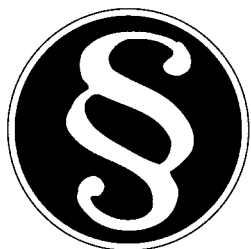
Smlouvy o výpůjčce uzavřené do 1. 12. 2012 a práva a povinnosti, které z těchto smluv vyplývají, zůstávají v platnosti i po tomto dni. Pokud osoba podala před tímto datem návrh na uzavření smlouvy o výpůjčce a do tohoto dne nebyla smlouva uzavřena, může namísto uzavření smlouvy o výpůjčce podat žádost o poskytnutí příspěvku na zvláštní pomůcku. O této možnosti bude osoby, kterých se to týká, písemně informovat Úřad práce ČR.

## **Co se mění od ledna 2013?**

Nový rok přináší změny v oblasti práce a sociálních věcí. Ty nejzásadnější se týkají důchodů a sociální karty. K 1. lednu se však mění také sociálně-právní ochrana dětí, minimální mzda, zákoník práce, podpora v nezaměstnanosti nebo zákon o sociálních službách.

## **DŮCHODOVÁ REFORMA**

Lepší zabezpečení ve stáří z více zdrojů má zajistit druhý pilíř důchodového systému zavedený v rámci důchodové reformy. Mimo jiné umožní uzavírat nové celoživotní důchodové spoření. Lidé se budou moci sami rozhodnout, zda do systému vstoupí – smlouvu o důchodovém spoření bude moci uzavřít každý, komu je víc než 18 let a dosud ne-



dostává starobní důchod z českého důchodového pojištění, tedy z I. pilíře. Lidé nad 35 let mohou do II. pilíře vstoupit do 30. června 2013, mladší pak do konce kalendářního roku, kdy jim bude 35 let.

Každému, kdo se rozhodne spořit ve **II. pilíři**, se sníží pojistné na důchodové pojištění, které dnes platí do I. pilíře. A to o 3 %, tedy z 28 % na 25 %. Tuto částku, k níž přidá další 2 procenta ze svých příjmů, si bude spořit na individuální účet u penzijní společnosti.

Klient si bude moci zvolit jeden ze tří způsobů výplaty: doživotní starobní důchod, doživotní starobní důchod se sjednanou výplatou pozůstalostního důchodu po dobu tří let, anebo starobní důchod na 20 let. Výše vypláceného důchodu bude záviset na tom, jaký druh penze si lidé zvolí, kolik si celkem naspoří a případně i na tom, kolik jim bude let.

Od 1. ledna 2013 se mění také **III. důchodový pilíř**:

- penzijní připojištění se státním příspěvkem se mění na doplňkové penzijní spoření,
- mění se pravidla výplaty dávek,
- zavádí se tzv. předdůchody.

## DŮCHODY

Od splátky důchodu v lednu 2013 se zvyšují všechny důchody vyplácené z českého důchodového systému, tedy z I. pilíře. Týká se to důchodů starobních (včetně předčasných), invalidních (pro invaliditu prvního, druhého i třetího stupně) a pozůstalostních (vdovských, vdoveckých a sirotčích). Základní výměra důchodu (stejná pro všechny druhy důchodů) se zvýší o 60 Kč z 2 270 Kč na 2 330 Kč. Procentní výměra důchodu, která je individuální a odvíjí se od získaných dob důchodového pojištění a příjmů, vzroste o 0,9 %. Zvýšení provede Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) automaticky, není potřeba o ně žádat.

## sKARTY

Nová sKarta bude přátelštější k lidem. Novela zákonů o zaměstnanosti a sociálně-právní ochraně dětí umožní do doby vydání sKarty – stejně jako u ostatních dávek – vyplácet podpory v nezaměstnanosti a dávky pěstounské péče stávajícím způsobem, tedy převodem na bankovní

účet nebo v hotovosti.

Chystají se i další zásadní legislativní změny, které vycházejí z nedávné dohody ministryně práce a sociálních věcí Ludmily Müllerové, premiéra Petra Nečase, České spořitelny a České pošty. Mají se mimo jiné týkat způsobu nakládání s osobními údaji a jejich ochrany. V zákoně by rovněž mělo být zakotveno zmocnění a rozsah předávaných údajů držiteli bankovní licence. Právní předpis má definovat:

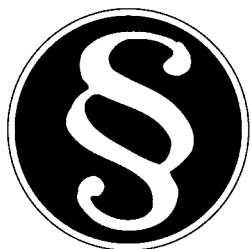
- dobrovolnost platební funkce sKarty,
- povinnost převzít sKartu jako identifikační kartu,
- nebude nutné podepisovat žádný dokument o zřízení účtu k sKartě ani přebírání PIN,
- za doručení dávek prostřednictvím poštovní poukázky budou klienti platit regulovanou cenu,
- lidé, kteří pobírají dávky hmotné nouze, nebudou muset za poštovní poukázku platit vůbec.

Současně se bude upravovat smlouva s Českou spořitelnou. sKartou, neboli průkazem, se klienti prokazují úřadům práce. Slouží jako identifikační doklad těch, kteří pobírají sociální dávky. sKarty dnes používá více než 180 tisíc lidí, stát jim přes ně poslal téměř dvě miliardy korun. Každý občan při převzetí sKarty dostane také informace o všech funkcích, které může využít, včetně způsobu používání jako průkazu TP, ZTP a ZTP/P. MPSV předpokládá, že se celkem vydá 1,2 milionů sKaret.

## **SOCIÁLNĚ-PRÁVNÍ OCHRANA DĚTÍ**

Nový zákon podpoří výchovu dětí v přirozeném prostředí, případně v náhradním rodinném prostředí a omezí jejich umístování do ústavů. Stanovuje závazné postupy pro činnost orgánů sociálně-právní ochrany dětí, zejména využívání metod sociální práce či vyhodnocování situace dítěte a rodiny se zaměřením na identifikaci ohroženého dítěte. Součástí je i vypracování individuálního plánu ochrany dítěte či pořádání případových konferencí. Více se rovněž bude podporovat pěstounská péče, sjednocovat její hmotné zabezpečení, obecně jde tedy o profesionalizaci pěstounské péče. Nechybí ani standardy kvality práce či nastavení minimálních rámců činnosti pro všechny, kdo v systému sociálně-právní ochrany dětí působí.





## MINIMÁLNÍ MZDA

Od 1. ledna 2013 se ruší všechny nižší sazby minimální mzdy a zůstává pouze jedna, která je stejná pro všechny. Pro zaměstnance odměňované hodinovou mzdou je 48,10 Kč za hodinu, pro zaměstnance odměňované měsíční mzdou pak 8 000 Kč za měsíc. Obojí se týká čtyřicetihodinové týdenní pracovní doby. Vychází to z nařízení vlády č. 246/2012 Sb., které vychází z principu rovnosti v odměňování zaměstnanců. Podrobnosti o minimální mzdě od 1. ledna 2013 jsou dostupné na adrese <http://www.mpsv.cz/cs/13833>.

## PODPORA V NEZAMĚSTNANOSTI

Podpora v nezaměstnanosti se zvyšuje. Zatímco v roce 2012 mohl uchazeč o zaměstnání maximálně dostat 13 761 Kč za měsíc a v případě rekvalifikace pak 15 422 Kč, od ledna 2013 to je maximálně 14 157 Kč. Při rekvalifikaci pak 15 866 Kč.

## ZÁKONÍK PRÁCE

Podle novely zákoníku práce a zákona o zdravotnické záchranné službě se rozšiřuje okruh zaměstnanců, kteří mají nárok na dodatečnou dovolenou. Nově mezi ně patří zdravotničtí pracovníci, kteří vykonávají činnosti při poskytování zdravotnické záchranné služby alespoň v rozsahu poloviny stanovené týdenní pracovní doby.

## ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÍ A SOCIÁLNÍ SLUŽBY

Nově je možné pobírat současně rodičovský příspěvek a příspěvek na péči. Příspěvek na mobilitu budou dostávat – v případech hodných zvláštního zřetele – i lidé, kteří využívají pobytové sociální služby. Rovněž se o 2 000 Kč zvýší příspěvek na péči pro nezaopatřené dítě ve věku 4 až 7 let, kterému tato dávka náleží ve stupni III nebo IV (podrobnější informace viz předchozí článek).

Novela zákona o sociálních službách umožní ministerstvu práce a sociálních věcí zřizovat zařízení sociálních služeb jako státní příspěvkové organizace. Současně se mění právní forma u existujících zařízení sociálních služeb, která

byla zřízena ministerstvem jako organizační složky státu, na státní příspěvkové organizace.



## ŽIVOTNÍ A EXISTENČNÍ MINIMUM

Částky životního a existenčního minima se nezvýší, nesplnily se totiž valorizační podmínky. V platnosti tedy zůstává výše životního a existenčního minima podle nařízení vlády č. 409/2011 Sb. s účinností od 1. ledna 2012. Měsíčně je životní minimum pro jednotlivce i nadále 3 410 Kč, existenční minimum pak 2 200 Kč. Více na <http://www.mpsv.cz/cs/11852>. V některých dávkách platí změny už od 1. prosince 2012.

*Zdroj: MPSV, kráceno*

## ZDRAVÍ



### Civilizační choroby (1. část)

#### Co vlastně jsou civilizační choroby?

Vážení čtenáři,

často se setkáváme s pojmem civilizační choroby, které člověka přímo ohrožují na životě nebo mohou napáchat nenapravitelné škody na jeho zdraví, a to nejen tělesném. Pojdme se v naší rubrice blíže seznámit s „civilizací“ tohoto druhu. Abychom věděli, co konkrétního si máme pod tímto souslovím představit a zejména jak se před jejich útokem ochránit.

Co to tedy vlastně jsou ty civilizační choroby? O civilizačních chorobách mluvíme proto, že se člověk není schopný rozumně přizpůsobit nadbytku vymožeností, které nám civilizace přináší v tom nejlepším slova smyslu. Moderní způsob života má za následek např. to, že průmyslová velkovýroba kaloricky bohatých potravin produkuje nadbytek tučných a slaných jídel, která jsou převážně z živočišných zdrojů, a slazených potravin a nápojů. Technický rozvoj, počítače a vývoj dopravy způsobil významný úbytek fyzického pohybu. V rámci rostoucí životní úrovně se ruší místa, kde



byla možnost volné fyzické aktivity zejména pro děti, a to vše ve spojení s nadměrnou konzumací jídla, alkoholu a cigaret i s všeobecně nervóznějším tempem života vede k epidemii výše uvedených onemocnění. Snížení jejich výskytu znamená zapojení celé společnosti k změně životního stylu na všech úrovních – a pokud se nezmění dosavadní trend, můžeme jen očekávat nárůst výskytu těchto onemocnění, a to čím dál v mladším věku.

K civilizačním chorobám patří: srdečně-cévní onemocnění, předčasná ateroskleróza a její komplikace, obezita, cukrovka, nádory, předčasné stárnutí, zánětlivá revmatická onemocnění kloubů, předčasné porody a potraty a některé vrozené vývojové vady nervového systému novorozenců, deprese, demence včetně Alzheimerovy choroby, chronický únavový syndrom.

Příčiny civilizačních chorob: průmyslová velkovýroba, příjem kalorických potravin (tučných, slaných, přeslazených), živočišné zdroje, úbytek fyzického pohybu, nadměrná konzumace jídla, nadměrná konzumace cigaret a alkoholu, zvýšený stres.

Příště se blíže seznámíme se srdečně-cévním onemocněním a především možnostmi prevence.

S přáním absence všech civilizačních i necivilizačních chorob

*Zdena Jelínková  
metodička o.s. LORM*

## **Okno osleplé před 70 lety dokázali pardubičtí lékaři spravit**

Unikátní operaci provedli na sklonku roku 2012 lékaři očního oddělení krajské nemocnice v Pardubicích. Lékaři zde vrátili zrak pacientce, která na jedno oko oslepla po úrazu před více než sedmdesáti lety. Nyní po zákroku pardubických lékařů opět naplno vidí oběma očima.

„Pacientka v 16 letech utrpěla úraz oka. Důsledkem bylo oslepnutí. Teprve až ve svých 87 letech se rozhodla podstoupit operaci oka,“ upřesnil Jan Novák, primář očního oddělení Pardubické krajské nemocnice. „Je však nutné dodat, že při úrazu byla poškozena i duhovka. V minulosti

nikdo nepředpokládal, že by operace mohla být úspěšná," upřesnil primář Novák.

Lékaři očního oddělení Pardubické krajské nemocnice však jako jediní v České republice od roku 2008 úspěšně používají měkké náhrady celé duhovky. Tyto implantáty jsou z produkce předního tuzemského výrobce kontaktních čoček. „Originální design tohoto implantátu pochází právě od lékařů našeho oddělení," připomněl Novák. Implantát byl využit i při navrácení zraku této pacientce. Ojedinělá kombinovaná operace spočívá v náhradě zkalené čočky a implantaci umělé duhovky. „Samotná operace i pooperační hojení proběhly bez jakýchkoliv problémů," uvedl Novák, jenž tuto pacientku operoval. „Jsme moc rádi, že jsme této paní mohli po tak dlouhé době vrátit úplný zrak a obnoveným viděním jí tak vlastně s předstihem dát krásný vánoční dárek," dodal primář očního oddělení pardubické nemocnice.

*René Chvalina, Právo*  
*Zdroj: [www.novinky.cz](http://www.novinky.cz)*



## HAF

### SLUŽEBNÍ PLEMENA PSŮ PRO HANDICAPOVANÉ (8. část)

#### Čínský chocholatý pes si ve službách člověka libuje v křesle

Toto starobylé plemeno se pravděpodobně vyvinulo z afrického bezsrstého psa, z něhož čínští chovatelé již před staletími vyšlechtili psa nevelkého tělesného vzrůstu. Z historických pramenů je téměř jisté, že čínští námořníci plavící se po širých mořích chovali tyto psy na palubách lodí pro zábavu. Odedávna je rovněž pojídali a s jejich štěňaty obchodovali v přístavech, kde právě kotvili. Během epidemií moru, které v Číně propukaly ve středověku, byli bezsrstí psi často nakládáni na paluby lodí, aby lovíli krysy a potkany, na nichž se nacházely morové blechy, jež přenášely tuto nemoc. Dnes jsou tato jemná stvoření velmi





oblíbená pro svou hravost, proto se uplatňují především v canisterapii i jako signální psi pro neslyšící. Bezsrstá forma se v některých případech hodí i pro alergiky. Spolehlivě se mohou využít i jako téměř neslyšitelní hlídači bytů. Při této činnosti totiž případného zloděje dokážou nečekaně překvapit hloubkou svého hrdelního štěkotu.

Je to štíhlý, elegantní, živý a v pohybu půvabný pejsek s měkkou a hebkou kůží, vyskytující se ve dvou formách. Čínský chocholatý pes je proslulý a více vyhledávaný ve své neosrstěné variantě, nazývá se též čínský naháč. Tělo naháče je pokryto příjemnou, měkkou a hladkou kůží, teplou na dotek. Zbytky srsti u této varianty najdeme jen na hlavě, kde tvoří chocholku, dále se chlupy objevují jako slušivé ponožky na tlapkách a na ocasu. U osrstěné varianty, známé jako labutěnka nebo pufík, je srst jakoby hedvábná, měkká, dlouhá a závojovitá. Zbarvení je povoleno jakékoli, stejně tak i kombinace více barev. Velikost obou variant je téměř shodná, pouze fenky bývají vždy o něco menší. Pejsek měří 28 až 33 cm, fenka 23 až 30 cm, hmotnost je stanovena do 5 kg. Vyznačují se elegantní, lehce protáhlou hlavou a zužujícím se čumáčkem. Oči jsou středně velké a tmavé, bělmo není příliš patrné. Uši obou forem jsou nízko nasazené, velké a vztyčené, mohou být zcela holé nebo lemované srstí. U labutěnek jsou přípustné i uši klopené. Tělo je středně dlouhé a pružné, s hlubokým hrudníkem a rovným hřbetem. Ocas je vysoko nasazený, při chůzi nesený vzhůru a ke konci se zužuje. Přední končetiny jsou dlouhé a štíhlé, zadní jsou postavené daleko od sebe.

Pro bezsrstého naháče je v zimě nejlepší pořídit mu speciální psí obleček, i když to všeobecně nejsou psi náchylní k nemocem. Sníh i mráz mají sice rádi, v zimním období však potřebují více krmení ke zvýšení tělesné teploty. Milují rovněž slunce a také se rychle opalují, bohužel se však mohou od něho i spálit, proto se doporučuje bezsrstou kůží podle potřeby natřít opalovacím krémem. Koupání je velice snadné a rychlé, po umytí je vhodné použít hydratační krém. Osrstěná labutěnka vyžaduje trochu zvýšenou péči o srst, mělo by být samozřejmostí její pravidelné rozčesávání, zhruba dvakrát až třikrát do týdne. Vzhledem ke skutečnosti, že mají srst jemnou, ne-



zaškodí čas od času dopřát srsti výživnou kúru. Při použití moderních kosmetických prostředků, jakými jsou kvalitní šampony, kondicionéry nebo hydratační výživné spreje, je péče o hebkou a dlouhou srst labutěnky příjemnou zábavou. Často se jim, stejně jako naháčům, upravuje čumáček holením.

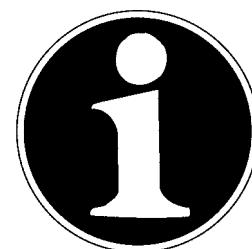


Jsou to velmi milí společníci, kteří se výborně hodí k dětem i starším lidem. Navíc bezmezně zbožňují svého pána a jsou mu naprosto oddáni. Rozhodně nepatří do kotce nebo k boudě, spíš do postele či křesla svého majitele, kde bývají opravdu spokojeni. I přes svůj malý vzrůst jsou stateční a dokážou dát vetřelcům na vědomí, že před nimi nemají strach.

*Zdeněk Sedláček*

## INFORMACE

### Sluchadla současnosti



V minulých číslech Doteků v článkách Střípky z historie kompenzačních pomůcek jsme se zabývali historií sluchadel a logickým pokračováním je tedy současnost. Musím se vám přiznat, že informací jak na internetu, tak v publikacích jednotlivých firem o současném zastoupení sluchadel na trhu (ano, je to obchodní záležitost) je takové množství, že není možné popisovat jednotlivá sluchadla, to by byl materiál na několik čísel Doteků. Považte, že zdravotní pojišťovna má v seznamu na tři sta typů sluchadel, na která přispívá. Také bych nechtěla dělat reklamu nějaké firmě, protože těžko říci, která je nejlepší. Každému vyhovuje něco jiného. Takže jsem vybrala jen některé, spíše obecné informace a pokud budete potřebovat podrobnější informace ke konkrétnímu sluchadlu či k vyhledání specialisty v oboru péče o sluch, jistě vám pomohou terénní pracovnice na oblastech.

Někteří výrobci, se kterými se můžete setkat v naší republice, jsou například Beltone, Bernafon, Humantechnik, Interton, Kind, Oticon, Phonak, Sennheiser, Siemens a Widex. I to se samozřejmě může měnit, protože se některé



firmy spojují nebo může nějaká další firma vstoupit na náš trh.

Sluchadlo je vlastně zesilovací systém s následujícími komponenty: mikrofon, zesilovač (často s digitálním zpracováním signálu), přijímač (reproduktor), ušní vložka (tvarovaná podle ucha, vyrobená z akrylátu nebo silikonu, anebo individuální sluchátko, takzvaná mušle u sluchadel na zakázku) a baterie. To všechno v miniaturních rozměrech.

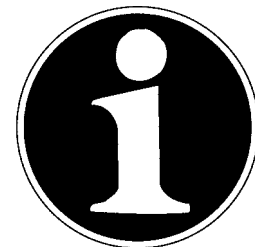
Přestože možná někteří z vás ještě používají analogová sluchadla, lze říci, že již patří minulosti. Dnes se spíše vyrábějí a hlavně vyvíjejí sluchadla digitální. Zvuk, tedy akustický signál, je přeměněn analogově digitálním převodníkem na signál digitální a ten se dále zpracovává buď najednou, nebo se u některých sluchadel rozdělí digitálními filtry podle frekvence (výšky tónu) do více frekvenčních kanálů a je dále zpracováván jednotlivě. Taková vícekanálová sluchadla lépe korigují sluchovou vadu a mohou zdůraznit zvuk lidského hlasu a potlačit zvuky ostatní. Sluchadlo má jeden mikrofonní systém (všesměrový) nebo více mikrofonů (mikrofonní systém jednosměrový). Sluchadla s více mikrofony umožňují větší směrový efekt, kterým lze dosáhnout lepší srozumitelnosti řeči a potlačení šumu proto, že jsou nejcitlivější na zvuky zepředu podle směru natočení hlavy. Tuto přednost sluchadel oceníte například tam, kde je větší množství lidí nebo více hluku. Sluchadla mívají indukční cívku, která snímá elektromagnetické pole vysílané indukční smyčkou nebo telefonním sluchátkem a můžete proto poslouchat nerušení okolním hlukem. Některá sluchadla mají přímý audiovstup pro eliminaci okolního hluku a připojení například k televizi nebo hi-fi věži.

## Typy sluchadel

Obecně existují dvě základní kategorie sluchadel: závěsná sluchadla – používaná zkratka z anglického jazyka BTE (Behind-the-Ear) a zvukovodová sluchadla ITE (In-the-Ear).

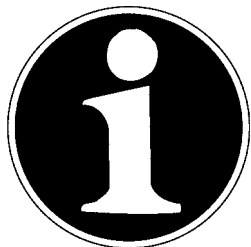
**Závěsná sluchadla** se nosí zavěšena za ušním boltcem, kde je elektronika sluchadla a baterie. Odtud je veden již upravený zvuk průhlednou plastovou hadičkou do ušní vložky do zvukovodu. Obecně mají závěsná sluchadla oproti

zvukovodovým vyšší výkon a ekonomičtější provoz – baterie vydrží déle. Klasický závěsný model (BTE) je vhodný pro těžké sluchové ztráty nebo tehdy, je-li velmi úzký zvukovod a je obtížné do něho usadit celé sluchadlo. Ještě existuje druhá varianta – závěsná sluchadla se sluchátkem ve zvukovodu (RIE – Receiver-in-the-Ear). Oproti standardním závěsným sluchadlům, u kterých je sluchadlo součástí pouzdra za uchem, je u těchto závěsných sluchadel sluchátko součástí ušní koncovky umístěné přímo ve zvukovodu, což umožňuje zmenšení rozměrů pouzdra sluchadla.



**Zvukovodová (zákaznická) sluchadla** se vyrábějí na míru dle přesného otisku tvaru zvukovodu. Jsou podstatně menší než závěsná sluchadla a při nošení nejsou téměř vůbec vidět. Standardní zvukovodová sluchadla můžeme rozdělit na boltcová – vyplňují celý prostor vnějšího ucha uživatele, poloboltcová, kanálová, mini-kanálová a kompletně-kanálová (CIC – Completely-in-the-Canal). Ta poslední jmenovaná sluchadla jsou celá ve zvukovodu a vyčnívající nylonová struna s plastovou kuličkou na konci umožňuje vyjmutí sluchadla. Tato sluchadla nemají indukční cívku a většinou nemají ani ovládání hlasitosti a programů pomocí dálkového ovladače. Ještě existuje varianta zvukovodových sluchadel s volným mikrofonem (RM – Remote Microphone), který umožňuje kvalitní poslech obdobně jako sluchadla závěsná i přes své miniaturní rozměry. Mikrofon je vyveden prostřednictvím tenké průhledné hadičky do vnějšího ucha.

Model s reproduktorem ve zvukovodu (RIC) přímo v ušní koncovce namísto v pouzdře sluchadla se skládá ze tří částí: pouzdra umístěného za uchem, tenkého drátku spojovacího pouzdro s reproduktorem a vlastního reproduktoru umístěného přímo ve zvukovodu. Podobný je model s reproduktorem v uchu (RITE), u kterého je reproduktor v ušní koncovce a ne v pouzdře. Skládá se z pouzdra za uchem, tenkého drátku spojovacího pouzdro s reproduktorem a vlastního reproduktoru umístěného přímo v uchu. Sluchadla do zvukovodu nemusí být vhodná v případech příliš velké sluchové ztráty, při nadměrné tvorbě ušního mazu, při časté infekci zvukovodu či středouší a chronickém zánětu s výtokem, v případě příliš úzkého zvukovodu



či přítomnosti mnoha tuhých chloupků ve zvukovodu nebo v případě problémů s obsluhou sluchadla.

## **A takzvaná krabičková sluchadla?**

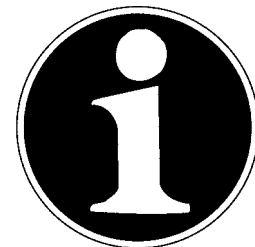
Když jsem se na ně ptala ve firmách, vzbudila jsem úsměv. Dnešní sluchadla jsou často natolik automatická a technologie natolik vespělá, že není třeba ovládání z krabičky. K některým sluchadlům lze pořídit dálkové ovládání, avšak to je z důvodu diskrétnosti, například při přepínání programů u sluchadla – to je drobný ovladač velikosti jen několika centimetrů, dokonce je možné koupit takový ovladač zabudovaný v hodinkách.

Sluchadla se dnes vyrábějí s mnoha rozmanitými funkcemi a mohou tak zlepšit kvalitu každodenního života. Z internetových stránek a reklam na sluchadla různých výrobců se můžeme dozvědět, co je dnes díky novým technologiím možné.

Podle naprogramování sluchadla odborníkem může mít vaše sluchadlo, vyjma výchozího poslechového programu, který má zajistit slyšitelnost a srozumitelnost řeči, ještě možnost přepnout na programy vhodné pro konkrétní poslechové situace. Například program vhodný pro poslech hudby, televize, indukční program a hudební program určený pro relaxaci, koncentraci. Pro snížení vnímání šelestu (tinitu) nabízí náhodné neopakující se melodie například připomínající zvonkohru. Další možností je třeba program, který slibuje rozšíření slyšitelnosti. Pomáhá lépe slyšet vysokofrekvenční zvuky (např. souhlásky „s“ a „š“ v mluvené řeči), ale i okolní zvuky, jakými jsou zpěv ptáků, hudba nebo zvonek – a to tak, že zvuk upravuje na nižší, pro klienta slyšitelnou frekvenci. Použitím funkce „potlačení šumu“ zůstane intenzita řeči zachována, ale veškerý okolní hluk či šum bude potlačen. Krátké a náhlé zvuky umí některé programy změkčit. Jiné nastavení vám umožní soustředit se na zvuk ve vybraných směrech bez otáčení hlavou. Některá sluchadla mají být spolehlivá v jakémkoli počasí, dokonce snižovat hluk větru.

Pro zvýšení komfortu je u některých sluchadel třeba automatické zastavení pískání sluchadla nebo dokonce vodotěsné a tlaku odolné pouzdro až do hloubky 1 metru, které má umožnit poslouchání hudby či telefonování při

plavání, a sportovní klip pro bezpečné zajištění sluchadla před posunutím či ztracením při sportovních aktivitách.



## Nosit jedno nebo dvě sluchadla?

U dětí do 18 let přispívá pojišťovna na dvě sluchadla, u dospělých jen na jedno sluchadlo s výjimkou osob s hluchoslepotou, které mohou žádat o příspěvek na sluchadla dvě na základě memoranda. Je zajímavé, že například v Dánsku používá dvě sluchadla mnohem více uživatelů než u nás. Existuje doporučení v případě nošení jednoho sluchadla: při stranově vyrovnané sluchové vadě sluchadlo u praváka na pravé ucho, u leváka na levé ucho. Při asymetrické lehčí vadě sluchadlo na horší ucho. Při asymetrické těžší vadě sluchadlo na lepší ucho. Ale lékař jistě poradí individuálně podle konkrétní situace. Lidský mozek je uzpůsoben vnímat zvuky oběma ušima; každé z nich používá k lokalizaci zvuků a rozlišování podstatných zvuků od hluku. Proto nošení dvou sluchadel, tedy binaurální poslech, může přinést výhody. Zlepšení směrového slyšení a rychlejší určení směru, odkud zvuky přicházejí. To je výhodou například tam, kde se účastní rozhovoru více lidí. Dvě sluchadla také pomáhají lépe identifikovat zvuky. Hlasitost poslechu při použití dvou sluchadel může být nižší než při použití jen jednoho sluchadla.

## Kroky k získání sluchadla

S nošením sluchadel se doporučuje neváhat, protože schopnost zvyknout si na naslouchací pomůcky se v průběhu času snižuje. Člověk, tedy jeho mozek, si přestává zvykat na normální zvuky, a tak zapomíná normálně slyšet. Nejen proto je třeba řešit sluchové problémy co nejdříve. Je potřeba vyhledat ušního lékaře (foniatra), který má licenci na předepisování sluchadel. Bude proveden sluchový test a bude se zjišťovat schopnost vnímat zvuky různé výšky a síly. Na to je třeba vyhradit si delší čas, může to trvat hodinu i více. Podle výsledků testu bude doporučeno sluchadlo odpovídající jak sluchovým, tak osobním potřebám. Záleží také na velikosti a tvaru zvukovodu, na schopnosti manipulace se sluchadlem. Je třeba ověřit, jaký bude příspěvek pojišťovny a jak velkou část nákladů bude muset



případně hradit klient sám. Konečné rozhodnutí je na vás. Některá pracoviště sluchadla za určitých podmínek půjčují na vyzkoušení třeba na týden, aby bylo možné se snadněji rozhodnout. Zvláště na pracovištích, kde se specializují na předepisování sluchadel, mívají větší výběr sluchadel a velké zkušenosti. Bude také třeba zhotovit individuální otisky, které budou přesnými kopiemi tvaru uší. Ty se zasílají k výrobcí pro zhotovení pomůcky, což může trvat několik dnů. Nastavení sluchadel se provádí počítačem na základě audiogramu a vašich připomínek. Vyzkoušíte si vkládání a vyjímání sluchadla i jeho ovládání. V neposlední řadě je třeba získat informace o údržbě pomůcky. Tím by však proces končit neměl. Po nějaké době (například 14 dní) je vhodné domluvit si kontrolní návštěvu za účelem případného do-datečného seřízení. Do té doby je třeba si zaznamenat, ve kterých situacích a jaké zvuky jsou pro vás nepříjemné nebo málo slyšitelné. Možná bude potřeba takových návštěv víc, než se dosáhne seřízení pro váš maximální užitek z nové pomůcky. Naučit se vnímat zvuky novým sluchadlem může vyžadovat určitý čas a trpělivost.

*Jana Kašparová  
terénní sociální pracovnice Praha*

## **Novinky v oblasti kompenzačních pomůcek**

*Tyflopomůcky Olomouc spustily na sklonku loňského roku na svých webových stránkách e-shop. E-shop slouží ke snadnějšímu hledání pomůcek. Najdete zde i kategorii „novinky“ a jsou zachovány i všechny možnosti objednávek. Připojení na e-shop a katalog pomůcek: <http://www.tyflopomucky.cz/olomouc.php>.*

### **Radiomagnetofon ECG CDR 688 MP3**

Přenosný radiomagnetofon ECG CDR-688 disponuje CD přehrávačem s podporou hudebních CD a CD s hudbou ve formátu MP3, kazetovou mechanikou s nahráváním z CD i rádia a možností připojení USB flashdisku. Radiomagnetofon má rozměry 146 x 413 x 210 mm. Má stereofonní AM/FM radiopřijímač. Je vybaven teleskopickou anténou

a širokopásmovými stereofonními reproduktory 2 x 2 W, výstupem pro sluchátka (sluchátka nejsou součástí balení). Je napájen buď ze sítě, nebo bateriemi (nejsou součástí balení). Přístroj je dodáván v modré nebo červené barvě.



## **Váha osobní – 5 jazyků**

Exkluzivní skleněná váha s funkcí mluveného slova v jazykové mutaci němčina, angličtina, francouzština, španělština a ruština. Váha má rozměry 350 x 340 x 23 mm. Efektní modré podsvícení pro snadnou čitelnost naměřených hodnot, 4 přímá paměťová místa, jednoduché ukládání a vyvolávání poslední naměřené hodnoty. Extra velká nášlapná plocha, automatické vypnutí, zapnutí.

## **Magické oko**

Do magického oka můžete nahrát až desetisekundovou zprávu. Pokud se někdo přiblíží k vaší chráněné oblasti na jeden metr, tak oko promluví. Oko můžete připojit téměř na cokoliv, jeho dlouhé nohy jsou opatřeny přísavkou. Magické oko je napájeno dvěma bateriemi LR 44.

## **Lupa kamerová Zoomax Snow**

Kapesní elektronická kamerová lupa nabízí vysoce kvalitní obraz včetně deseti kontrastních režimů prohlížení. Lupa má velký displej (úhlopříčka 11 cm). Poskytuje zvětšení 2x – 16x, kontrastní režim – lze u ní snadno nastavit jas obrazovky, aby vyhovoval oční vadě a okolní úrovni osvětlení, má schopnost zmrazit obraz pro podrobné prohlížení. Je napájena lithiovou baterií, kterou lze jednoduše dobít adaptérem, který je součástí balení. Lupa má na zadní straně stojánek, jeho vysunutím můžeme přístroj využít i pro režim psaní. Lupu můžeme připojit k televizní obrazovce. Má funkci úspory elektrické energie a po třech minutách nečinnosti se automaticky vypne. Lupa má hmotnost 205 g a rozměry 16 x 8 x 2,4 cm.

*Zdena Jelínková  
metodička o.s. LORM  
Zdroj: Tyflopomůcky Olomouc*



## OSOBNOSTI ZE SVĚTA

### HLUCHOSLEPÝCH

**James Hanlon, hluchoslepý lékař, který se stal „hrdinou pro všechny“!**

*James Hanlon byl irský lékař, který ve svých 42 letech oslepl a následně také ohluchl. I přes toto úskalí se nevzdal své lékařské kariéry.*

#### Úspěšný lékař

James Hanlon byl ve 40. letech jedním z nejlepších ušních, nosních a krčních lékařů v hlavním městě Irska. Své vzdělávání si stále rozšiřoval studiem v zahraničí. Ve Vídni se seznámil s nejnovější technikou léčby onemocnění mandlí a stal se jejím průkopníkem v Irsku. Pracoval v Královské oční a ušní nemocnici a v nemocnici sv. Lawrence. Se svými dvěma kolegy také založil soukromou nemocnici. Stal se věhlasným lékařem, chirurgem a jeho kariéra byla v rozkvětu.

#### „Rána osudu“

Při jednom běžném vyšetření dostal lékař infekci do levého oka z kašle jeho pacienta. Po neúspěšném léčení v Londýně se infekce rozšířila i do druhého oka. Během několika měsíců Hanlon oslepl. Lékaři se pokoušeli léčit infekci novými antibiotiky, která měla vedlejší účinky a nakonec způsobila ztrátu sluchu. Špičkový lékař tak v krátkém období ztratil zrak i sluch. Z energického lékaře se po návratu z nemocnice stal pasivní, depresivní a o mnoho let starší člověk. Nejednou uvažoval o tom, že by bylo pro rodinu lepší, kdyby raději zemřel.

#### Nové možnosti

Jeho žena se rozhodla vzít Jamese na výlet do poutního místa Lurdy. Po návratu prý opět hýřil optimismem. Uvědomil si, že i přes svoje postižení je pořád stejný člověk. James se rozhodl pokračovat v lékařské kariéře a vrhnul se na obor, který se svým handicapem mohl zvládat – fyziote-



rapii. Začal se učit Braillovo písmo a komunikovat psaním do dlaně.

Jeho žádost o studium na dublinské univerzitě byla však z důvodu jeho postižení zamítnuta. James Hanlon jim ale oponoval: „Neříkejte mi, co není možné. Dejte mi šanci a já vám řeknu, jestli to možné je nebo ne.“ Nenechal se odradit a byl nakonec přijat do Londýna. Po celou dobu měl u sebe svoji sekretářku Josephine, která mu všechny lekce tlumočila psaním do dlaně. Získal titul a stal se tak prvním hluchoslepým kvalifikovaným fyzioterapeutem.



### **Nová úspěšná kariéra**

Hanlon se vrátil do Irska a začal pracovat jako fyzioterapeut na Ústřední klinice nápravné péče v Dublinu. Bylo to v době, kdy se v okolí Dublinu a Corku vyskytovalo tisíce případů onemocnění obrnou, na kterou dosud nebyla známa léčba. Velmi brzy se doktor Hanlon orientoval v diagnostice začínajících příznaků obrny. Přestože a možná právě díky tomu, že neviděl a neslyšel, rozpoznával nemoc již v prvotní fázi pomocí příznaků, které nejsou viditelné zrakem. Například rozpoznal začínající obrnu u jednoho ze svých pacientů pomocí drobných vibrací podlahy, způsobených chůzí pacienta po ordinaci. Postupně se díky netradičnímu posuzování pacientů stal velmi známým.

Díky výborně osvojené technice tlumočení do dlaně neviděli jeho pacienti žádný problém v komunikaci. Jeden pacient zmínil, že jediný rozdíl mezi doktorem Hanlonem a jinými lékaři je to, že doktor Hanlon nosí i v zimě sluneční brýle.

V době, kdy bylo nutné rozšířit Ústřední nápravné centrum pro pacienty s obrnou, byl Hanlon již celosvětově znám. Byl proto požádán, aby vedl kampaň na získání finančních prostředků na rozšíření centra.

### **Životní postoj**

Doktor Hanlon byl velmi aktivní člověk i ve svém volném čase. Například uspořádal setkání s potápěčským šampionem Irska a i přes nedůvěru diváků se za jeho pomoci potápěl v místních lázních. Osobně se setkal s Helenou Kellerovou, kterou velmi obdivoval. Helena Kellerová mu tehdy vyjádřila obrovský obdiv za to, jakým způsobem se vypořádával s náhlou změnou v životě. Zatímco ona si na svůj



handicap zvykala od malička a nevěděla, o co všechno přichází, on si musel zvykat na úplně nový život a vypořádat se s obrovskou ztrátou.

Syn doktora Hanlona na něj vzpomíná jako na člověka s velkým optimismem a silou k životu. Životní motto Jamese se dá volně přeložit asi takto: „Rozdávej pozitivní energii a vrátí se ti stonásobně zpět.“ O jeho přístupu k životu a ke svému okolí také vypovídá vzpomínka jeho ženy. Když se James sám modlil v Lurdech, zeptala se ho, jestli se modlí za své uzdravení. On jí odpověděl: „Ne, vůbec ne. Modlím se za své přátele.“

Doktor James Hanlon zemřel v 52 letech v Lurdech na srdeční problémy. Byl zde pohřben a dodnes se objevují květiny u pamětní desky, která je u hřbitova umístěna. Francouzské rádio při oznámení jeho úmrtí označilo Jamese za člověka s velkou kuráží a hrdinu pro všechny.

*Pro Doteky připravila Lenka Veverková*



## ZE SVĚTA

### Píseň naší Mélodie

Přinášíme vám příběh o osvojení jazyka i přes různé překážky.

Mélodie se narodila 28. února 1995. Doktorů rodině oznámili, že jejich novorozená holčička bude mít jisté zdravotní komplikace spojené s hydrocefalem a rozštěpem páteře. Rodiče si byli vědomi závažnosti situace a problémů, které budou muset překonat. Ve skutečnosti jim však nikdo nevysvětlil, jak závažné komplikace to s sebou přináší. Mélodii chybí podstatná část mozku, zejména zrakové korové centrum. Jejich dcera tak nikdy nebude vidět. Kvůli velké cystě, která tlačí na mozek, jejich dcera také nikdy neuslyší. Tyto informace však stále nebyly konečné. Doktorů jim oznámili, že tak závažný případ neviděli nejméně v průběhu posledních 10 let a postupně přidávali další informace. Kromě hluchoslepoty se předpokládalo, že Mélodie bude v trvalém vegetativním stavu. Celkově

měla Mélodie 20 zdravotních komplikací, které byly velmi vážné nebo život ohrožující (např. epilepsii, rozštěp páteře, mozkovou obrnu aj). Tato skutečnost s sebou přinesla spoustu důležitých a zdánlivě neřešitelných otázek: jak se může naučit komunikovat, jak si bude moci užívat a vychutnávat život, bude schopna žít kvalitní život a přežije vůbec? Všechny informace od lékařů byli pro rodiče obrovským šokem prolínajícím se s bezradností. V průběhu období po narození, kdy byla Mélodie stále v intenzivní péči, začali u ní rodiče pozorovat určité lekavé reakce na zvuky, které vydávaly přístroje. Podobně reagovala na světlo v místnosti. Její tělo se také pohnulo, pokud se objevily nějaké předměty či osoby v místnosti. Přestože lékaři tvrdili, že je to pouze jejich představa, nevzdávali se. Postupně i lékaři potvrdili, že Mélodie má nějaké zbytky zraku. Rodiče se i přes špatnou diagnózu několika specialistů rozhodli udělat všechno proto, aby zajistili Mélodii plnohodnotný život v rámci jejich možností. O 16 let později byla Mélodie schopna komunikovat ve vlastním jazyce, který společně vytvořili. Dokonce uměla zpívat několik jednoduchých písní. Překvapivě pro ni bylo jednodušší zpívat než mluvit. Také většina slov, která vysloví, je vlastně zpívaných. Většinou je její zpívání podobné echolálii (pozn. opakování slov a zvuků bez konkrétního významu). V určitém kontextu je ale schopná používat některá slova pro vyslovení svých přání, pocitů a myšlenek. V tomto případě pak některá slova zpívá a jiná mluví. Jak je toto možné s diagnózou, kterou lékaři Mélodii předpovídali? Zlatým pravidlem byla stimulace a motivace. Vzhledem ke ztrátě zraku a ochrnutí končetin nebylo možné používat znakový jazyk v žádné jeho podobě. Jedinou možností bylo mluvené slovo. Ale možnosti využití sluchu byly minimální. Rodiče se proto rozhodli vyzkoušet hudbu. Začali Mélodii vystavovat jejímu konstantnímu poslechu. Poslouchala hudbu ve dne i v noci a přes den jí zpívala rodina. Podobně tomu bylo i ve škole. Zároveň předpokládali, že jí poslech hudby pomůže k vytvoření jazyka. Stejně podstatným prvkem motivace byla podpora, péče a láska. Cítila se v bezpečí a šťastná pokud byla v kontaktu s členy rodiny a učiteli ve škole. Rodiče zpozorovali, že komunikuje jen tehdy, pokud se cítí v bezpečí, a proto zřídka komunikovala s cizími lidmi. Výsledky



jejich snahy mluví samy za sebe. Rodiče jsou přesvědčeni, že neustálá stimulace hudbou, písněmi a mluveným slovem vedla k vytvoření komunikačního systému. Příběh Mélodie určitě přináší naději pro ty, kteří jsou ve stejné situaci. Může být inspirací pro rodiče dětí, jejichž hluchota má původ v postižení mozku.

*Pro Doteky připravila Lenka Veverková  
Zdroj: Dbl Review 49, léto 2012*



## SPOLEČENSKÁ KRONIKA

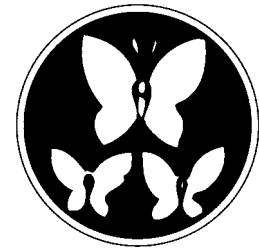
### JUBILEA

V prvním čtvrtletí roku 2013 oslaví svá životní jubilea tito členové, klienti a přátelé o.s. LORM:

- 45 – Pavel Nepraš, Mělník
- 50 – Petr Veselý, Chudeřice
- 55 – Anastázie Kubjátová, Valašské Meziříčí
- 80 – Antonín Ambrůžek, České Budějovice
- 83 – Maria Höferová, Praha
- 84 – Bohumil Volf, Bohumín-Záblatí
- 85 – Věra Horáková, Praha
- 86 – Marie Bartoňová, Křenovice
- 86 – Olga Klausová, Liberec
- 86 – Emilie Svobodová, Chrastava
- 88 – Marie Shonová, Praha
- 89 – Vlasta Maňhalová, Praha
- 89 – Věra Weberová, Liberec
- 90 – Růžena Čermáková, Praha

# ZÁLIBY

## LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY



### Skořicovník má velmi starou a slavnou historii

Z kůry tohoto statného cizokrajného stromu se získává známé koření – skořice, která na první pohled vypadá jako oboustranně rolovaná trubička. Skořicovník je prokazatelně jednou z nejstarších léčivých a aromatických bylin na světě. Znali jej již staří Číňané a Egypťané, později i Řekové, kteří jeho kůru kupovali od fénických a arabských obchodníků. Starověcí lékaři tuto bylinu hojně vyhledávali a používali k léčbě téměř všech druhů nemocí.

Skořicovník cejlonský (latinsky *Cinnamomum zeylanicum*) je stálezelený strom nebo keř, dosahující výšky až 15 metrů, na plantážích díky častému seřezávání jen 2–3 metry. Listy jsou kožovité, řapíkaté, svrchu lesklé, naspodu šedo zelené, celokrajné, asi 15 cm dlouhé a 5 cm široké, vejčité, podlouhlé, s 3–5 výraznými žilkami, po rozemnutí voní po karafiátech. Květy mají zdužnatělou číšku, jsou drobné, bělozelené, vonné, sestavené do vrcholíků. Plodem je vejčitá bobule, do poloviny uzavřená ve zdužnatělé číšce. V plné zralosti jsou bobule modročerné a obsahují hnědé semeno.

Původní vlastní skořicovníku cejlonského je kromě ostrova Cejlon (dnešní Srí Lanka) také Malabarské pobřeží v jižní Indii. Méně významným, avšak též hojně využívaným druhem je skořicovník čínský (latinsky *Cinnamomum cassia*), známější jako kasiový, pocházející z Ásámu a severní Barmy. Kasiová skořice je hrubší, silnější, méně výnosná a nevoní tak jemně. Pro potravinářský i farmaceutický průmysl se dnes skořice pěstuje v tropických oblastech Karibiku (zejména na ostrově Jamajka), v Brazílii, v Africe a především v jihovýchodní Asii. Největšími světovými producenty skořice v současnosti jsou Čína, Indonésie a Srí Lanka.

Kůra se sbírá z prutů 2–3letých rostlin, které se seřezávají těsně u země, a poté se z nich sloupne. U starších rostlin se pruty seříznou nízko nad zemí a ponechává se asi 5–6 výhonů, které se udržují v přímém růstu. Po dosa-



žení potřebné délky se rovněž ořezávají a loupou. Skořice se takto sklízí většinou dvakrát do roka. Nejlepší sklizeň dává cejlonská skořice z osmiletých keřů. Po sloupnutí se kůra nechává 12 hodin fermentovat. Po tomto procesu se oškrábe borka a zůstane tenká kůra, která se skládá na sebe, svazuje do svazků a tak se suší na slunci, což trvá dva dny. Správně usušená kůra má oba okraje vždy stočené do trubičky.

Skořicová kůra má i léčivé účinky, vyrábí se z ní silice, tinktury a lisuje olej. Pomáhá krevnímu oběhu, snižuje krevní tlak, zmírňuje krvácení z nosu a silné menstruace, podporuje chuť k jídlu a činnost srdce. Zevně se užívá proti revmatismu, má antibiotické a dezinfekční účinky, pro které se uplatňuje při léčbě nachlazení, kašli a chřipce. Dále se používá proti nevolnosti, průjmům či zvracení. U těhotných žen (není doporučována ani ve stravě!), alergických jedinců a také při chemoterapii je podávání skořicové kůry přísně zakázáno. Její užívání je nevhodné i při horečnatých stavech a při žaludečních a střevních vředech. V běžné dávce pro konzumaci v potravinách je však možné skořici používat většinou bez rizika, neměla by být vyšší než 2–4 gramy denně na osobu.

Jako koření je skořice zmíněna už v čínském herbáři císaře Sen-munga z roku 2700 před Kristem. Píše se o ní také v Bibli, hlavně Starý zákon se pak zmiňuje o skořici mnohokrát. Například Mojžíš přikazuje používat sladkou skořici (hebrejsky qinnamôn) jako olej svatého pomazání. V českých zemích byla skořice známa od 15. století, dnes se k nám dováží většinou z Indonésie.

Mletá skořice smíchaná s cukrem se běžně přidává do lívanců, sladkých kaší, müsli a jiných pokrmů jako výrazné ochucovadlo. Kůra je též součástí různých kompotů, kterým zvýrazňuje jejich chuť, zejména jablek, hrušek nebo dýní. Dále se skořice rovněž v hojné míře využívá v kosmetice, likérnictví a vinařství.

*Zdeněk Sedláček*

# Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ



## Zimní boty

Bytelné, perfektní kožené zimní boty. Precizní ruční práce. Něco takového dnes už nevidíte. Dostal jsem je od svého vzdálenějšího příbuzného, a zadarmo. Udělal je speciálně pro mne. Byla to prvotřídní, doslova mistrovská práce! Vydržely mnoho. Vždycky, když jsem si je obouval, tak jsem si na strejdu, vlastně prastrýce, vzpomněl.

Občas jsem za strejdou chodíval, jen tak na kus řeči nebo si s ním zahrát šachy. Byl dobrým šachistou, ale mezi námi byl věkový rozdíl dvou generací.

My mladí jsme tenkrát brali šachy jako jednu z mnoha jiných zábav.

Nestudovali jsme žádné šachové příručky. Příliš zaplněná šachovnice nám nevyhovovala, vadila nám složitostí a pro nás značnou nepřehledností. My jsme se figur raději rychle zbavovali, aby byl na šachovnici lepší přehled.

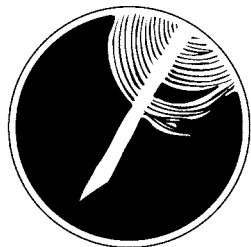
Ale on hrál rozvážně, nabízené figury neměnil, a tak mi vždy vnutil svůj poziční způsob hry.

Prohrával jsem. Pak jsem přišel na to, že se nemusím pouze bránit, a že při budování obrany mohu zároveň připravovat útok. Byla v tom jistá dávka lstivosti, to přiznávám. Tak se stalo, že jsem partii vyhrál. O jeden jediný tah. Dodnes si to tak trochu vyčítám, protože k další partii už nedošlo. Měl jsem mnoho jiných zájmů, a po pravdě řečeno, o další porážky jsem ani moc nestál.

Starý pán odešel z tohoto světa a mně po něm zůstaly jím vlastnoručně vyrobené perfektní zimní boty. Sloužily mi dobře ještě mnoho a mnoho let.

Vždycky, když jsem si je obouval, na starého pána jsem si vzpomněl, na jeho rozvážnost a moudrost. Ale vždy jsem měl a mám dosud jakýsi nepříjemný pocit viny, že něco dlužím, co už nikdy nebudu moci splatit. Že jsem neudělal to, co jsem udělat měl, a co už nejde napravit.

Zůstaly jen boty, boty jako vzpomínka na hodného člověka, ale zároveň i jako připomínka jakéhosi dluhu. Ale i ty boty už nejsou, a já vlastně ani nevím, kde a jak po těch



desítkách let skončily. A přeci něco zůstalo. Hmotné boty zanikly tak, jako zaniká a pomíjí všechno hmotné. Zůstala však vzpomínka na jednoho člověka, zůstal nehmotný přesah jeho osobnosti. A v tomto přesahu je obsažena i jeho rozvážnost, vlídnost a moudrost, kterou rozdal všem kolem sebe, zejména mladým.

A co my všichni? Nedlužíme někomu něco?

*František Hynek*

*Vítězné dílo 4. ročníku Ceny Hieronyma Lorma 2012*

*Cena odborné poroty – 1. místo*

## **Pepinka**

Probudila jsem se a zjistila, že mi něco šmejdí pod nohama. Odkryla jsem peřinu. Pod ní byla schovaná maličká Pepinka – moje milá potkanka. No tak jsem ji zvedla nad hlavu a ona mi začala sdělovat, co jsem dávno chtěla vědět: „Ty bys ráda věděla, kde po pokoji chodím, když mne pustíš z klece? To já ti to ukážu. Podívej se, prošmejdím a prolezu každý koutek, každé místečko pečlivě prohlédnu a očichám a už ti nic neokoušu a nepotahám. Dívej se na klec – je otevřená (to ty jsi jí zapomněla zavřít), ale to vůbec nevadí, já už budu hodná a klec nebudu potřebovat. Ale jestli ty chceš, tak mě můžeš do ní zavřít. Já budu i na posteli jen tam, kde ty dovolíš, a tak, abys mne nezalehla. Tak se tedy domluvíme: budu všude a všechno chci prohlédnout a vědět, ale budu tě respektovat a ty vyslechněš mě.“ Tak takto a podobně se mnou mluvila moje potkanka Pepinka. Až jsem zjistila, že sním... Pepinka už je tři týdny po smrti a prostě mi přišla oznámit, že se mnou bude vždycky a dál. Kdykoliv budu snít.

V našich snech prostě naši blízcí žijí dál po našem boku až do smrti naší a mohou to být i naše zvířátka.

*Jana Dopitová*



# VZKAZY MOUDRÝCH

Přátelství je schopen ten, komu lidé neznechutí člověka. Kdo věří a ví, že se v davu vyskytují velkorysí lidé, svrchovaní duchové a dobrá srdce. Ten, kdo se neunaví jejich hledáním a miluje je ještě dříve, nežli je našel.

**Pierre Bonnard (3. 10. 1867 – 23. 1. 1947)**  
francouzský malíř



## INZERCE

**Dopřejte svému tělu příjemnou úlevu  
od bolestí i od trápení**

**Profesionální masáže nabízí Gabriela Fillerová.**

Nevidomá masérka je absolventkou kurzů  
zaštitěných přímo Ministerstvem zdravotnictví  
a Uníí fyzioterapeutů ČR.

Kromě klasických masáží provádí Gabriela manuální  
lymfodrenáž. Masáže lymfatických cest výrazně  
napomáhají pročistění organismu, výrazně snižují  
problémy s trávením, dlouhodobou únavu i bolesti hlavy.  
Zaručujeme individuální péči a masáž šitou přímo Vám  
na míru!

Hodinová komplexní masáž za pouhých 450 korun!

**Adresa: Michelská 74, Praha 4**

**Objednávky:**

**tel. +420 604 192 076**

**e-mail [gabriela.fillerova@tiscali.cz](mailto:gabriela.fillerova@tiscali.cz)**





## RECEPTY

Vážení čtenáři, stávající i budoucí kuchařici,

zima je tady a s ní jedinečná možnost věnovat se mlsání do sytosti, poněvadž co má taky jeden v té slotě jiného dělat, že ano. Samozřejmě je také zvýšená možnost setkávat se častěji s přáteli a lidmi našemu srdci milými a blízkými, ovšem pozor, o to více se pak člověk cpe, neboť je známo, že v kolektivu více chutná.

A právě pro tuto příležitost mám pro vás jeden úžasný receptík, který jsem vymámila z Olinky Trégrové a který vám tímto předkládám:

*1 plechovka mandarinkového kompotu*

*1 šlehačka 33% (250 ml)*

*1 puding BEZ VAŘENÍ (za studena)*

*1 dortový korpus*

Do dobře uzavíratelné nádoby (mísa s vrškem) dáme mandarinky i se šťávou, před tím je můžeme nasekat nadrobno, přidáme šlehačku, puding – při jeho zakoupení se ujistěte, že jde opravdu o ten správný, který se nevaří – mísu utěsníme a v obou rukou s ní budeme třepat sem a tam asi minutku. Vše se spojí a vytvoří hustou hmotu, kterou jednoduše natřeme na předem zakoupený dortový korpus a můžeme servírovat.

A teď ještě pokračování pro ty z vás, kteří upřednostňují korpus domácí výroby:

*5 vajec*

*5 lžic krystalového cukru*

*5 lžic hrubé mouky*

Počet vajec a dalšího je jedna ku jedné, takže si můžete udělat korpus dle přání = z kolika vajec chcete. Celá vejce dejte do šlehače (za starých dob se šlehalo jen ručo v míse metlou a taky to šlo, klidně vyzkoušejte) a hned přidejte cukr. Vyšlehejte až do potřebné hustoty, kterou poznáte

následovně – když lžičkou naberete trochu hmoty a necháte ji kapat zpět do šlehací nádoby, kape velmi pomalu, zdráhavě, v žádném případě neteče! Pokud není možná zraková kontrola, nastavte pod lžičku dlaň, na které hustotu také dobře odhadnete (buďto teče, což je špatně nebo kape, což je ono). Nyní za velmi pomalého ručního míchání správně vyšlehaných vajec přisypávejte po lžících mouku. Následně vše nalijte do předem připravené dortové formy nebo plechu (zda budete pečicí nádobu vymazávat tukem a vysypávat hrubou moukou či na dno použijete pečicí papír je už na vaší volbě) a šupněte do trouby předehřáté na cca 180°. A za chvíli je hotovo, což poznáte podle toho, že se od okraje formy (plechu) korpus krásně odchlípuje. Po vychlazení natřete dortovou hmotou viz výše a můžete hodovat. A že budete! To mi věřte...



*Zdena Jelínková  
metodička o.s. LORM*

**DOTEKY. Časopis o.s. LORM, Zima, číslo 73. 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 13, 264 01 Sedlčany, zdsedlacekdoteky@seznam.cz.

Redakční rada: Zdeněk Sedláček (šéfredaktor), Zdena Jelínková (metodička),

Mgr. Petra Zimermanová (ředitelka).

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 typy-tisk, Nad Budánkami II./13, Praha 5

Náklad: 140 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 objednávek 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 74 (Jaro 2013) je 15. 2. 2013.**



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

**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**