

DOTEKY

ČASOPIS o.s. LORM – LÉTO

79
2014



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



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

- 5 • FINANCE A NEKONEČNÁ JEDNÁNÍ VERSUS
KREATIVNÍ SPOLUPRÁCE
- 13 • DAV, ADRENALIN, ODPADKY A SKVĚLÁ ATMOSFÉRA
- 39 • WAARDENBURGŮV SYNDROM
- 49 • HABEN GIRMA: PRVNÍ HLUCHOSLEPÁ ABSOLVENTKA
PRÁV NA HARVARDU



VERŠE – Les	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORA	4
ZPRÁVY Z LORMU	
Pozdrav od Marie	12
Okénko do Moravskoslezského kraje a Přerova	12
NAD DOPISY ČTENÁŘŮ	13
Dav, adrenalin, odpadky a skvělá atmosféra / Poprvé v roli trasérky a hned na půlmaratonu! / Půlmaraton / První lormácký půlmaraton / Nemocniční labyrinty aneb jak si užít den v bílém / Klub v Liberci / Natáčení v Praze	
PŘÍBĚH	
Vždyť jsem jen nevidomá, copak nemůžu být dobrá matka? . . .	19
PRÁVNÍ PORADNA	
Posuzování zdravotního stavu pro účely jednotlivých sociálních systémů od 1. 1. 2014 (II. část)	23
Legislativa od 1. ledna 2014.	29
Výhody pro držitele průkazu ZTP/P.	30
ZDRAVÍ	
PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY: Waardenburgův syndrom.	39
Vědci se mýlili, zabijákem srdce jsou cukry, ne tuky	40
HAF – Služební plemena psů pro handicapované (14. část)	
Mops je pohodář a požitkář	42
INFORMACE	
Moje zkušenosti s dotykovým telefonem	44
Stolní kamerové lupy	47
HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI	
Haben Girma: první hluchoslepá absolventka práv na Harvardu . . .	49
ZE SVĚTA	
Strasti hluchoslepých při cestování.	51
Bangladéš přijal zákon o právech a ochraně osob s postižením	54
SPOLEČENSKÁ KRONIKA.	55
ZÁLIBY (HOBBY)	
LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY: Chmel podporuje klidný spánek . . .	56
Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ.	58
VZKAZY MOUDRÝCH.	58
RECEPTY – Pudinkový dezert z listového těsta	59

*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

Les

Poslouchejte lidé,
jak to tenkrát bylo,
co se přihodilo.
Za polem stál les
a v něm starý pařez.
Býval kdysi stromem
pak vyschla mu míza
a čísi ruka
ukončila jeho život.
Tak tu stojí sám,
však kořeny má v zemi.
Děšť jeho kůru
občas smočí
a v noci svítí
jako oči.

Dana Kubišová



SLOVO ŠÉFREDAKTORA

Milí čtenáři!

Letošní jaro se již chýlí ke konci a už se můžeme těšit na léto, ten krásný čas, kdy dny jsou dlouhé a noci krátké, na zahrádkách kvetou růže, v sadech dozrávají sladoučké třešně. Košaté lípy rozkvétají a z jejich květů se line omamná vůně, která láká pilné včeličky. Léto je také časem žhavého slunce, luk provoněných posečeným senem, zlátnoucích obilných polí s naplno znějícími serenádami cvrčků a tetelícího se horkého vzduchu. Dětem zanedlouho začínají letní prázdniny, kterých se nemohou dočkat, neboť chtějí prožít nejedno prázdninové dobrodružství. S tímto nejteplejším obdobím roku každoročně přichází také doba dovolených. I Lormáci rádi prožívají romantické chvíle, a to v podobě turistických vycházek, případně projížděk na tandemových kolech. Při těchto příležitostech mohou lidé s duálním postižením potkat dokonce lásku nebo získat velké přátelství. Jak je příjemné se s kamarády vydovádt například v zahradním bazénu, chodit s nimi do lesa na houby, maliny, borůvky nebo jahody. V lese se také nasbírání suché klestí, večer se posedí u praskajícího táboráku, opečou se špekáčky a za doprovodu kytary zazní trampské písně. Z kuchyně venkovských chalup nebo lesních chat se šíří ryze letní vůně bramboračky s čerstvě nasbíranými houbami, leckde se k tomu přidá i příjemné aróma borůvkového či jahodového koláče, někde třeba i malinové marmelády, až se člověku sbíhají sliny!

Mnozí hluchoslepí čtenáři Doteků rádi píšou povídky nebo básničky, nejčastěji právě o zážitcích z léta. Pro lormácké spisovatele a básníky je na letošní říjen nacystána jedinečná příležitost zúčastnit se 5. ročníku literární soutěže o Cenu Hieronyma Lorma na téma „Kolik podob má láska“. Do této soutěže se lze přihlásit nejpozději do 31. července 2014. Máte-li chuť, neváhejte a pište!

Hlavní sportovní událostí letošního jara byl nesporně pražský běžecký závod v půlmaratónu s aktivní účastí

jedné běžkyňě a tří běžců z řad klientů a členů LORMu, kteří jej absolvovali se svými traséry v rámci společné štafety. O nevšední zážitky z této akce se na stránkách letního čísla Doteků podělili sami účastníci závodu. Dále v tomto čísle přinášíme zprávy o finanční situaci v naší organizaci v článku ředitelky LORMu Petry Zimermanové. Z mnoha dalších příspěvků bych Vás chtěl upozornit zejména na zajímavý rozhovor se zrakově handicapovanou sportovkyní a úspěšnou paralympioničkou Pavlou Kovaříkovou.

Hezké letní dny, mnoho krásných zážitků z dovolené prožité doma nebo v cizině, samozřejmě také co nejvíce dobrého počtení upřímně přeje Váš

Zdeněk Sedláček



ZPRÁVY Z LORMU

Finance a nekonečná jednání versus kreativní spolupráce

Rok 2014 nezačal v našem sdružení zrovna radostně. Koncem ledna jsme se dozvěděli, že nám Ministerstvo práce a sociálních věcí (MPSV) a Magistrát hl. města Prahy (MHMP) na rok 2014 poskytly o více jak 2 miliony nižší finanční prostředky než v roce uplynulém! Přidělená částka ve výši 959 000 korun představuje pravděpodobně nejnižší dotaci v historii naší organizace a nepokryje ani 17 % nákladů z již upraveného (sníženého) rozpočtu. I přes úspěšné hospodaření a tvoření rezerv z darů v posledních letech to přineslo naší organizaci obrovskou finanční nejistotu a vážné ohrožení sociálních služeb pro hluchoslepé. Z toho důvodu přijala začátkem března Výkonná rada úsporná opatření a organizační změny, jejichž cílem bylo a je zachovat v maximální možné míře naše služby dostupné pro klienty, a to i při nuceném omezení provozu o.s. LORM. Patrně nejsmutnější zprávou pro všechny klienty byla





nutnost zrušit všechny tři plánované pobyty na tento rok. Zachována však zůstala víkendová říjnová akce zaměřená na Cenu Hieronyma Lorma a Valnou hromadu organizace. O dalších úsporných opatřeních jsme vás podrobně informovali v jarním bulletinu.

SPANILÉ JÍZDY PO KRAJÍCH A JEDNÁNÍ S NEJISTÝM VÝSLEDKEM

Od té doby však uplynulo už čtvrt roku nabitého dalším vyjednáváním na MPSV a Magistrátu hl. m. Prahy. V průběhu března a dubna jsme s metodičkou Zdenou Jelínkovou absolvovaly „spanilé jízdy“ po republice za účelem jednání s vedoucími odborů sociálních služeb v Jihočeském, Libereckém, Jihomoravském a Moravskoslezském kraji právě ve věci krajského financování sociálních služeb pro hluchoslepé a zajištění písemného vyjádření o potřebnosti služeb v určeném kraji. Toto vyjádření jsme po získání všech dokumentů přiložili k naší žádosti o navýšení dotace na MPSV. Žádost jsme podali 17. dubna 2014 jak přímo ministryni, tak vedoucímu Odboru sociálních služeb na MPSV s žádostí o schůzku a další jednání ve věci celkové koncepce financování služeb pro hluchoslepé nejen v letošním roce, ale i v letech následujících. Zásadní otázkou, kterou nyní řešíme, je, zda nás MPSV nechá v celostátním dotačním programu, nebo nás donutí zcela nesmyslně přejít do krajského programu, což představuje obrovskou administrativní zátěž a spoustu rizika.

Začátkem května jsme se zúčastnili neformálního setkání neziskových organizací s ministryní Michaelou Marksovou na MPSV, které zprostředkoval Pražský deník při příležitosti oslav vydání 50. dílu seriálu „Pražské neziskovky“. Při té příležitosti jsem měla možnost projednat naši žádost se zástupci MPSV. I přes vstřícný přístup, kdy nám bylo přislíbeno další jednání v naší věci, bohužel stále nemáme z MPSV žádné výsledky, pouze opakovaný příslib, že se v naší věci jedná. Pro nás však čas běží, po létě tu bude podzim a před námi stejný problém – v jakém dotačním programu žádat (celostátní x krajský) a který z nich bude pro sociální služby méně rizikový a pro nás administrativně zvládnutelný?

ZÁCHRANNÉ LANO OD „SVĚTLUŠEK“ A ROZTANČENÁ CHARITATIVNÍ LOĎ



V této velmi nejisté a obtížné situaci jsme se obrátili na naše stávající a osvědčené partnery o pomoc a naštěstí jsme se setkali s pochopením a pozitivním přístupem. Doslova záchranné lano nám hodil Nadační fond Českého rozhlasu, který se rozhodl nám pomoci ze sbírky Světluška. Jak? Již přidělené nadační příspěvky na 3 projekty/služby nám navýšil o 500 000 Kč, navíc s možným příslibem dalšího navýšení o 500 000 Kč, pokud nám MPSV dotace nenavýší. Ze strany Nadačního fondu Českého rozhlasu se jedná o mimořádné a skutečně záchranné opatření, které v březnu a dubnu projednala jak jeho Správní rada, tak Grantová komise, a my si tohoto partnerského přístupu nesmírně vážíme a moc za to „Světluškám“ děkujeme!

Současně jsme na jaře podali další 2 žádosti o finanční příspěvky u společnosti Siemens s.r.o. na úhradu nájemného ve výši 100 000 Kč (v jednání) a u společnosti GSK na Cenu Hieronyma Lorma ve výši 100 000 Kč (bohužel upřednostnili jiné projekty).

Od dubna nám navíc začal „maraton“ charitativních akcí, na kterých nás veřejně podpořila celá řada přátel a příznivců i z řad hluchoslepých a které vám zde jen stručně shrnuji:

- Netradiční charitativní námořnický ples „Z Bibione do Havany“, který 11. dubna pro LORM v klubu DUC pořádali moji skvělí kamarádi a dobrovolníci Magdaléna Málková, Míša Kudová, Hedvika Muñoz Rodriguez, Martin Doležal, Jeroným Lešner. Rozhoupaná taneční párty přinesla LORMu částku 8 397 korun na služby pro hluchoslepé! Děkuji Lie Kasslové, která akci přišla osobně podpořit za hluchoslepé a dobrovolnici Janě Kalendové za pomoc v šatně! Poděkování patří i sponzorům akce, kteří velikou měrou přispěli k originálnímu programu: Klub DUC, lektor kubánské salsy – Angelo, DJ Luboš Prokeš a lektoři ZOUK – Leah a Alex
- Dubnovým pražským půlmaratonem odstartoval cyklus běhů pro hluchoslepé, který potrvá až do



podzimu, za naši organizaci se do běhů v rámci PIMu přihlásilo přes 70 sportovců. Velikou gratulaci za sportovní výkony a poděkování si od nás již nyní zaslouží:

Sportisimo 1/2Maraton Praha, 21,0975 km, 5. 4. 2014

Štafeta LORM: Lenka Křepinská s trasérem Martinem Zapletalem, Vašek Fišer s trasérkou Dorou Marholdovou, David Berenreiter s trasérem Alešem Zenahlíkem a Milan Koklar s trasérkou Lenkou Sellnerovou

Štafeta Spěváček: Karla Majerková, Michal Spěváček, Ria Korcová, Jaromír Koubek

Štafeta Vyšší odborná škola grafická a Střední průmyslová škola grafická: Tereza Štechová, Matouš Hodek, Jonáš Fialka, Václav Fencel

Jednotlivci: Andrea Jungmannová, Lucie Diblíková, Jiří Žalský, Luboš Luňák, Michal Švancár a Jaroslav Krčál ze společnosti Stadler

Volkswagen Maraton Praha, 42,195 km, 11. 5. 2014:

Štafeta Stadler: Ondřej Kašpar, Antonín Bánovský, Lukáš Ryba a Jaroslav Krčál

Štafeta ČEZ: Aleš Kubík, Petr Víška, Michal Kovařík a Martin Hušek

Jednotlivci: Martin Pavlas, David Heider a Petr Baltazar

Mattoni 1/2Maraton Karlovy Vary, 21,0975 km, 24. 5. 2014:

Jednotlivci: Tomáš Radovnický

Mattoni 1/2Maraton České Budějovice, 21,0975 km, 7. 6. 2014:

Jednotlivci: Ondřej Suchánek

A před námi jsou ještě půlmaratony v Olomouci (21. 6. 2014) a Ústí n. Labem (14. 9. 2014) a podzimní večerní běhy Prahou (5 km a 10 km, 6. 9. 2014), do kterých máme přihlášeno spoustu skvělých sportovců a nadšenců a vy jim můžete přijít fandit.

NETRUBTE ZBYTEČNĚ NA LIDI ČERVENOBÍLOU HOLÍ! NEVIDÍ VÁS ANI NESLYŠÍ



V pondělí 16. června odstartujeme informační a charitativní kampaň „Netrubte zbytečně. Lidé s červenobílou holí Vás nejen nevidí, ale také neslyší.“ Jejím cílem je upozornit nejen motoristickou veřejnost na hluchoslepé spoluobčany, jejichž poznávacím znamením je bílá hůl s červenými pruhy, která označuje souběžné postižení zraku a sluchu. Součástí kampaně je také finanční sbírka pro LORM, který se v současné době kvůli novému systému přidělování státních dotací potýká s nedostatkem financí. Výtěžek půjde na provoz pěti center občanského sdružení, poskytujících hluchoslepým klientům mj. odborné sociální poradenství, tlumočnické služby nebo výuku komunikace, prostorové orientace a samostatného pohybu. Více o kampani, jejímž patronem je herec Vladimír Javorský, naleznete na webu www.netrubtezbytecne.cz nebo na stránkách sdružení www.lorm.cz.

Z pohledu široké veřejnosti nebyli doposud lidé s kombinovaným postižením sluchu a zraku příliš vidět a ani o jejich potřebách nebylo moc slyšet. Naší kampaň bychom to chtěli změnit. Prostřednictvím nadsázky chceme upozornit, že červené pruhy na bílé holi mají mnohem větší význam. Kampaň sází především na digitální prostředky, základem komunikace jsou sociální sítě a webová stránka www.netrubtezbytecne.cz. Návštěvníci zde najdou informace o tom, jak mohou hluchoslepé a sdružení LORM podpořit, a to nejen finančně, ale také např. poskytnutím prostoru pro propagaci aktivit nebo dobrovolnickou práci. Pro web vznikla dvě krátká videa. První z nich je věnováno motoristickému mottu kampaně, ve druhém se pak vedle hluchoslepých klientů objeví také patron projektu, herec Vladimír Javorský, který s LORMem dlouhodobě spolupracuje. Kampaň bude k vidění také mimo internet. Vedle tisku proběhne v noci z neděle 15. 6. na pondělí ráno 16. 6. roznáška závěsek na vnější zrcátka aut v podobě červenobílé hůlky s odkazem na webovou stránku kampaně www.netrubtezbytecne.cz. Za konceptem a realizací kampaně stojí marketingová agentura LHMS (www.lhms.cz),



produkci spotů zajišťovala agentura Punk Film (www.punkfilm.cz).

Kampaň připravujeme ve spolupráci se společností LHMS již od ledna letošního roku a společnost LHMS pro nás vše připravuje a realizuje zadarmo. Ráda bych proto poděkovala jak partnerům z LHMS, tak všem, kteří se na přípravě kampaně a natáčení dvou spotů koncem května spolupodíleli: jako aktéři ve spotu vystoupili Lenka Křepinská, Jan Kessner, Milan Koklar, Jana Kašparová, Lenka Veverková, Vladimír Javorský, na konceptu kampaně a spotu se kromě partnerů z LHMS a Punk filmu také podíleli Zdena Jelínková, Marek Valiček a Irena Egerová.

Společnost LHMS pro nás navíc připravuje webové stránky v redakčním systému, které dostanou krásnou novou grafiku, a věříme, že budou i lépe a přehledněji uspořádané. Spuštěny by měly být 18. června, během léta budou postupně doplňovány a od září by již měly být plně funkční. Za případné technické nedostatky se předem omlouváme, ze strany partnerů z LHMS nám bylo přislíbeno, že se pokusí co nejdříve nastavit plnou funkčnost stránek včetně možnosti nastavení velikosti písma a barvy pozadí.

VESELÁ HLUCHOSLEPÁ LETNÁ: HRY, ZÁBAVA, ZÁŽITKY A POZNÁNÍ!

A aby toho všeho nebylo málo, tak ve čtvrtek 19. června pořádáme zábavné a zážitkové odpoledne pro malé i velké „Veselou hluchoslepu Letnou“. Na plácku uprostřed Letenských plání na Praze 7 budeme mít pro návštěvníky připravena zážitková stanoviště, kde si formou sázek může každý vyzkoušet různé činnosti bez zrakové a sluchové kontroly, např. ujít trasu s červenobílou holí v klapkách, vyzkoušet si Lormovu abecedu, komunikaci v taktilním znakovém jazyce nebo napsat svoje jméno v Braillově písmu. Často se nás lidé ptají, jaké to je, žít bez zraku a sluchu a že si to nedokáží představit, proto jsme se rozhodli lidem hluchoslepotu touto formou alespoň částečně přiblížit. Kromě zážitkových stanovišť seznamujících s hluchoslepotou se zájemci mohou těšit na doprovodný zábavný

program, např. veselého klauna s bublifuky a žonglováním, dětskou artedílničku, kterou na Letné povede spřízněné sdružení Jiné Laně o.s., od sedmi večer na koncert zpěvačky Jany Loty a jejích hostů a po setmění čeká návštěvníky ještě jedno milé překvapení.

Smyslem akce je také upozornit veřejnost na význam sociálních služeb pro hluchoslepé, které jim pomáhají žít samostatnější a aktivnější život. Bez finanční podpory ze strany státu a veřejnosti je však odborná pomoc pro osoby s hluchoslepotou ohrožena.

VÍRA, ODHODLÁNÍ A ZMĚNA

V letošním roce nikoliv vlastní vinnou doplácíme na skutečnost, že se u nás připravuje financování služeb v rámci jednotlivých krajů, aniž by kdokoliv systémově řešil dopad těchto změn na organizace s celostátní působností. My v LORMu to však nevzdáváme a skutečně běžíme spolu s našimi sportovci pomyslný maraton, oslovujeme nadace, firmy i dárce z řad veřejnosti a děláme vše proto, abychom celou situaci otočili ve prospěch našich klientů. Věříme, že se nám nakonec podaří získat potřebné zdroje a především přimět příslušné úřady, aby s námi vedly odborný a smysluplný dialog. Naštěstí na té naší cestě také potkáváme spřízněné duše a partnery, velkou řadu příznivců a dobrovolníků, takže ten počáteční stres se pomalu proměňuje v kreativní a pozitivní proces, který naši organizaci posouvá zase o kus dál.

Tak, vážení čtenáři, kdo z vás dočetl tento dlouhý článek až do konce, je hrdina! A proč byl tak rozsáhlý? Protože jsem vám chtěla komplexně popsat, co všechno v současné krizové situaci děláme, abychom zachovali služby pro hluchoslepé. A když si text po sobě čtu, uvědomuji si, že odvedené práce je opravdu hodně a že si za to zasloužíme všichni v LORMu obrovskou pochvalu! Všem mým spolupracovníkům, dobrovolníkům a partnerům DĚKUJI!

*Petra Zimermanová
ředitelka o.s. LORM*





Pozdrav od Marie

Dobrý den, zdravím všechny čtenáře Doteků. Jmenuji se Marie Švábová, jsem nová terénní sociální pracovníce o.s. LORM a využívám této příležitosti, abych se stručně představila.

Mým působištěm je Praha, Středočeský, Liberecký a zčásti také Královéhradecký kraj. Nastoupila jsem začátkem května a od té doby poznávám „své“ lormácké klienty a učím se hodně nových věcí. Děkuji všem, kteří jsou ke mně tolerantní a v mých začátcích mi pomáhají.

Mé dosavadní pracovní zkušenosti jsou přece jen z trochu jiné oblasti – pracovala jsem převážně s dětmi a mládeží s tělesným nebo kombinovaným handicapem.

K mým zálibám patří četba, ráda zahradničím, chodím na výlety. Hodně času mi samozřejmě zabere i rodina. A teď se těším na spolupráci a setkávání s vámi Lormáky!

Marie Švábová

Okénko do Moravskoslezského kraje a Přerova

Milí čtenáři Doteků,

toto je mé osmé Okénko do Moravskoslezského kraje a taky musím říct, že poslední. Jak už asi všichni víte z informačního bulletinu, jsem v pracovní neschopnosti, z níž přejdou na mateřskou dovolenou.

V minulém Okénku jsem tak trochu hodnotila své čtyři roky v LORMu, asi jsem už nějak cítila, že se blíží „konec“. Ale jak se říká: „Něco končí, něco nového zase začíná.“ Pro mne bude nové úplně všechno a já se na ty nové výzvy těším. A s Vámi se zcela loučit také nebudu, protože věřím, že se brzy zase někdy někde setkáme. Však podzimní víkendová konference se uskuteční v Ústí nad Orlicí, a to je od mého rodného města co by kamenem dohodil.

Děkuji Vám za všechna ta milá setkání a už teď se těším na další, co nás určitě ještě čekají.

Mějte se krásně a zatím ahoj, na shledanou!

Martina Kučerová

terénní sociální pracovníce Ostrava

NAD DOPISY ČTENÁŘŮ

Dav, adrenalin, odpadky a skvělá atmosféra



Hned od probuzení jsem cítila mravenčení z očekávání, jak běh bude probíhat. Do takovéto akce jsem šla poprvé a netušila jsem, co mě čeká. V pražské kanceláři LORMu jsme se všichni sešli, abychom doladili a vyřešili poslední nejasnosti. Panovala sportovní nálada, jen vyběhnout. Já a můj trasér Martin, kterému moc děkuji za jeho profesionální přístup a podporu, jsme se vydali na start. Hodina před startem připomínala interiér úlu. Tam hrála, nebo spíš vyřvávala hudba, tam zas něco říkal moderátor do mikrofonu, jinde zase skandovali fandové. Každíčké místečko bylo zaplněné sportovci, kteří se připravovali, ať už doplňováním tekutin, či protahováním svalů. Před 12. hodinou jsme se šli zařadit do koridoru „D“. Nervozita stoupala a na všech byla cítit chuť už už vyrazit. Úderem 12. byly k nebi vypuštěny modrobílé balonky a závod mohl začít. Rozběh byl náročný, z chůze do běhu, zpět do chůze než se prostor trochu uvolnil. S Martinem jsme se jistili růžovým šátkem, který nám umožňoval jak držet bezpečný odstup, tak i signál pro ostatní. Přesto dravci ze zadních řad předbíhali a vbíhali do cesty. Dbali jsme na volnější tempo, abychom se tzv. „nepřepálili“. Zhruba na třetím kilometru nás již míjela skupinka černošských závodníků, která kolem nás neuvěřitelnou rychlostí proběhla! V závěru jsme už vyhlíželi následující běžce, a to Vaška s trasérkou Dorou. Předali jsme čip, přeběhli společně koberec a mohli v klidu vydechnout.

Každopádně smekám pomyslný klobouk před všemi běžci celého půlmaratonu, ale i nad mými „běžeckými“ kolegy. Je to přece jen něco úplně jiného, než si v klidu jít zaběhat do lesa nebo do parku. Zde se člověk potýká s velkým množstvím lidí, adrenalinem, nakonec i válejíci se odpadky a doporučeným časem, ve kterém se závod odehrává. Každopádně musím touto cestou poděkovat našim fandům, kteří statečně pomáhali dodávat energii v červenobílém provedení :-)



Poprvé v roli trasérky a hned na půlmaratonu!

Nabídka mé kamarádky Petry Zimermanové, ředitelky LORMu, na účast v historicky první štafetě sestavené z hluchoslepých běžců, mě velmi potěšila. I když jsem z ní pochopitelně měla velké obavy. Počáteční strach z toho, abych neběžela moc rychle nebo moc pomalu, vystřídaly otázky typu: Jak sladíme kroky? Jak spolu budeme při běhu komunikovat? Vždyť Vaška vlastně neznám a vůbec nevím, co všechno bude ode mě potřebovat!

Poznali jsme se totiž až v den závodu a já teprve pár hodin před startem zjistila, co obnáší doprovázet člověka, který vůbec nic nevidí a k tomu i hůř slyší. Naštěstí se Vašek ukázal jako velmi milý a samostatný člověk, pohodář, kterého jen tak něco nevyvede z míry. Svým přístupem a osobitým humorem rázem rozptýlil všechny mé obavy a na závod jsem se začala konečně těšit.

Atmosféra v průběhu celé akce byla úžasná, nejen diváci podél trati, ale i samotní běžci, kteří nás míjeli, Vaška celou dobu intenzivně povzbuzovali, a tak i přes velké vyčerpání jsme náš úsek zvládli ve skvělém čase a nechali za sebou řadu zdravých běžců.

Klobouk dolů před Vaškem i všemi ostatními účastníky lormácké štafety. Uběhnout 5 km s jejich handicapem – v té změti zvuků, davu lidí a po ulici, na které se povalují stovky kelímků, použitých houbiček a jiných odpadků, po kterých můžete uklouznout – to všechno je výkon hodný našeho obdivu.

Díky, že jste mě přizvali! Závod jsem si moc užila a možnost vyzkoušet si roli trasérky byl pro mě velmi silný zážitek.

*Dora Marholdová
dobrovolnice*

Půlmaraton



Dne 5. 4. 2014 jsem se zúčastnil za o.s. LORM štafety, běhu na 3x 5 km a 1x 6 km. Poprvé v životě jsem měl možnost se zúčastnit tak velkého a masového běhu v Praze. Organizačně bylo vše velmi dobře připraveno a zvládnuto. Překvapilo mne tleskání diváků, hodně nás to podpořilo na duchu. Měl jsem výbornou trasérku Lenku, běžela skvěle, už před závodem měla báječnou náladu a byla plná energie. Pro mě to bylo moc důležité, žádná nervozita a stres. Děkuji sdružení LORM za bezvadnou péči o závodníky a atmosféru před závodem. Cíl byl jasný, uběhnout a nezranit se. Milým překvapením pro nás, závodníky s traséry, byly vyrovnané časy, za které jsme půlmaraton ve štafetě uběhli.

Milan Koklar

První lormácký půlmaraton

Stojíme s Milanem a Janou na nábřeží a čekáme na start pražského půlmaratonu. Minuty se vlečou a my s Milanem, kterému dělám traséra, začínáme být trochu nervózní – už aby to začalo! Úderem 12. hodiny to vypuklo, za chvíli nás míjí první běžci – vlastně černí chrti – to je teda rychlost, s nimi bychom vydrželi běžet tak 100 metrů.

Snažíme se v tom velkém množství sportovců najít Lenku se svým trasérem, první členku naší lormácké štafety, ale marně. Oči i hlava začínají vypovídat poslušnost a my raději odcházíme na tramvaj a metro a přesouváme se na naši předávku. Běžíme až poslední úsek štafety a to čekání není nic moc.

Zvoní mi mobil – už víme, že Lenka předala Vaškovi ve skvělém čase, ani jsme se na předávce neohřáli a už předává rychlík Vašek Davidovi. Tak už budeme na řadě i my! Nervozita je obrovská... Pořadatelé jsou na nás hrozně milí, posouvají nás na takové místo, abychom si stihli v pohodě předat. I když Davida s trasérem Alešem



vyhlížím, stejně mne najednou překvapí, že už jsou u nás.

A tak běžíme i my. Je to skvělý pocit, všichni nás zdraví a povzbuzují. Když říkám Milanovi, aby běžel víc vpravo, běžci před námi sami od sebe uhýbají a ještě nám fandí a tleskají. Závod ubíhá strašně rychle a už posílám mobilem zprávu, že jsme na Čechově mostě a do cíle zbývá 1 km.

Na malou chvilku se k nám přidají ještě Lenka s Martinem a Vašek s Dorou a fotografové se činí. Jsme v cíli a já mám slzy na krajíčku. Bylo to prostě super! Takhle hezky se mi neběželo už dlouho.

Byli jste všichni skvělí, nejen běžci – Lenka, Vašek, David a Milan, ale i vy traséri – Martin, Dora, Aleš. A nesmím zapomenout ani na naše fandy s transparenty, na obě Jany, na naše fotografy, kteří naběhali s foťákem několik kilometrů. Díky za krásný den, který mne pořád dostává, i když už dávno sedím v práci u počítače.

*Lenka Sellnerová
trasérka a asistentka v Poradenském centru
LORM Praha*

Nemocniční labyrinty aneb jak si užít den v bílém

Určitě znáte ten pocit, že kouknete do kalendáře, kde je zakroužkované datum kvůli nějakému vyšetření. Jakmile se den D přiblíží, cítíte to mravenčení s myšlenkou – ajééje, to zas bude běhání/čekání, setkání s tou „strašně milou“ sestrou, která má asi nějaký dentální či mentální problém, protože prostě nemůže tu pusku víc otevřít, i když ví, že nerozumíte... Musím říct, že když se mi přiblížilo datum oznamující návštěvu nemocnice na Karlově náměstí kvůli vyšetření s očima, byla jsem ráda, že mě bude doprovázet „moje“ terénní lormácká pracovnice Jana Kašparová.

Toho dne jsme vyrazily do útrob budovy a začala naše štafeta. Mám možnost sledovat reakci lidí, když uvidí mou červenobílou hůl. Podle případných úskoků

či nohou vrostlých do země mě Jana vymanévrovala na patřičná místa. Sestra na stanovišti číslo jedna byla naštěstí sympatická, předala nám potřebné formuláře a informace. Poté jsme se přemístily na stanoviště číslo dvě. Zde se zprvu stavěli k Janě trošku nepřátelsky v domněnání, že se jedná o rodinného příslušníka. Při zjištění, že se jedná „pouze“ o sociálního pracovníka, byla sestra kupodivu rázem komunikativní. Zde jsem se pokusila srovnat barvy dle odstínů, což jsem usoudila, že jsem asi chlap (nic proti mužům, ale je všeobecně známa jejich barvoslepost). Poté jsem byla předána na stanoviště číslo tři. Díky průrazné povaze Jany se podařilo to, že jsme nemusely čekat áááá si někdo udělá čas. Opět díky kvalifikaci mého doprovodu se paní doktorka s námi ochotně bavila hned poté, co já se snažila bojovat s blikajícími muškami na perimetru. Po absolvování na stanovišti číslo jedna mi byly rozkapány oči a po potřebné časové lhůtě jsem šla jako správná modelka nechat si oči „vyfotit“.

Po potřebných konzultacích, doplňujících otázkách s panem doktorem, jsme úlevně vylezly ven s pocitem prodělané psychické posilovny. Společně jsme se musely zasmát nad některými situacemi a opravdu jsem byla ráda, že jsem v podstatě to skoro x-hodinové pobíhání absolvovala s Janou, se kterou jsem rovnou mohla nově nabrané informace probrat bez emocí a jiných situací, které by mě nejspíš potkaly v doprovodu některého blízkého. Však jsem si pak taky dopřála pořádné kafe s pěkným kouskem zákusku 😊! No, doufám, že na mě zas nekouká nějaké zakroužkované datum z kalendáře, že budu mít chvíli klid.

Lenka Křepinská

Klub v Liberci

Hned po Velikonocích, 22. dubna, se v Liberci na Zahradní ulici konal lormácký klub, který připravila pražská terénka Jana Kašparová a s ní nás přijela navštívit a podpořit Stáňa Kníchalová. Protože jsme se všichni





dlouho neviděli, tak vítání bylo velice bouřlivé a plné emocí.

Po popovídání si nám Jana odpověděla na některé dotazy týkající se finanční situace LORMu a našeho klubu. Potom jsme dostali hroudu keramické hlíny a dali se do tvoření. Vzniklo několik zajíčků, ryba, houby a srdíčka. Jana myslela na všechno, dokonce s sebou přivezla i ručník a utěrky na naše upatlané ruce. Naše výtvary prý se vypálí v peci, to jsem zvědavá, co z toho zбудe.

Nakonec jsme si vyzkoušeli naše znalosti o historii Liberce. Neslyšící Julinka dostala od Jany otázky vytištěné na papíru, a tak se kvízu mohla také zúčastnit – a já žasla nad jejími vědomostmi. Někdy nad otázkou přemýšlela tak usilovně, že nás nepustila ani ke slovu.

Jano, díky za hezký klub a zase někdy na shledanou!

Jarka Žáková

Natáčení v Praze

V neděli 25. května ráno jsme přijeli já a sestra vlakem do Prahy. Tam nás čekala Petra a Zdena. Petra mě fotografovala, jak stojím u vlaku, pak jsem šel po schodech, jezdil jsem po eskalátorech nahoru a dolů, Petra mě fotografovala i u metra. Na nádraží přijel i Milan Koklar. Tam jsme se setkali a Petra fotografovala zase Milana. Jeli jsme všichni metrem na Florenc a dál pěšky na Karlínské náměstí do kavárny. Tam bylo všechno připravené na natáčení. Vypil jsem čaj, setkal jsem se s Janou Kašparovou a panem režisérem. Natáčeli mne, jak hraji šachy s Janou. Natáčení se pořád opakovalo. Zkusili jsme tři tahy, a pak to bylo dobré. Potom znovu, číšník přinesl kávu a cukr na stůl. Pan režisér ho 3x vrátil. Chtěl lepší záběr. Pak to bylo dobré. Potom jsme rychle hráli šachy a nakonec se natáčelo, jak jsem vyhrál. Zase se to opakovalo, museli jsme vzít figurky do ruky, položit vedle šachovnice a radovat se z výhry. Opět se to několikrát opakovalo, pan režisér chtěl pěkný záběr na šachovnici a upravoval mi ruku, aby nezavazela při fotografování. Bylo to náročné, ale pan režisér byl

moc hodný a oba jsme měli velkou trpělivost. Na oběd jsem měl toust se salámem, salát, rajče, čaj a šťávu. Po obědě jsme šli asi půl hodiny pěšky přes park. Tam zase natáčel Milan orientaci v prostoru. Chodil mockrát přes přechod a pan režisér zase všechno opravoval, aby to bylo pěkně vidět. V parku jsme se rozloučili a šli jsme na tramvaj. Jeli jsme na Hlavní nádraží. Tam jsme si chvíli sedli do kavárny a pili jsme coca-colu.

Do Brna jsme se vrátili pozdě večer.

Byl to moc pěkný den. Mohl jsem mluvit s Petrou, Zdenou, Milanem a Janou Kašparovou, která se mnou celé dopoledne natáčela šachy. Počasí bylo hezké, slunce svítilo a já jsem měl radost.

Jan Kessner



PŘÍBĚH

Vždyť jsem jen nevidomá, copak nemůžu být dobrá matka?

Vážení čtenáři,

v této rubrice se těšíte na seznámení s lidmi, kteří mají blízko k naší organizaci, ať už jako klienti, rodiče, přátelé, fandové, odborníci... V podzimním čísle Doteků vyšel velmi zajímavý článek „Nevidomí a oční protézy“ paní Pavly Kovaříkové, rozené Valníčkové, nevidomé maminky malé dcerky, kterou jistě mnozí znáte díky jejím mnohačetným aktivitám. Také v LORMu máme maminky malých ratolestí, o nichž už jste měli možnost si počíst, a protože je paní Pavla člověk veskrze zajímavý, inspirativní a lidský, rozhodli jsme se vás s ní blíže seznámit pro nás způsobem netypickým. Tentokrát výjimečně přebíráme článek z deníku Mladá fronta Dnes ze 6. března t. r. autorky Ivany Karáskové, v němž Pavla přibližuje čtenáři (nejen) svoji hlavní životní roli – roli maminky.





Pavla Kovaříková, dříve Valníčková, medailistka z paralympiád a matka tříleté dcery, bojuje za nevidomé matky. Vadí jí chování některých zdravotníků k nevidomým. Chce to změnit – pustila se do průzkumu. Oslovuje ženy po porodu a ptá se na zkušenosti.

Ta vzpomínka je stará deset let, přesto Pavle Kovaříkové uvázla v hlavě natrvalo. Když se tehdy lékaři snažili zjistit příčinu její bolesti břicha (z níž se nakonec vyklubal akutní zánět ledviny), poslali ji na polikliniku v pražských Malešicích.

Gynekoložka, která ji také vyšetřovala, se nepokrytě podivila: „Jak to, že nejste sterilizovaná?“ Zůstala jako opařená: „Cože? Jen proto, že nevidím?!“

Podobných zkušeností se zdravotníky nasbírala Pavla od té doby víc. Po narození dcery a jejích hospitalizacích jich ještě přibylo.

Vložila se do věci s urputností někdejší úspěšné medailistky a držitelky rekordů z paralympiád. Pavla Kovaříková, za svobodna Valníčková, totiž není jen tak ledajaká žena. V roce 1993 o ní vznikl mimo jiné dokument GEN. Kromě studia tlumočnictví a překladatelství strávila tři roky v USA na univerzitě v Pensylvánii, kde studovala poradenství a psychoterapii.

„V Americe jsem ocenila tamní otevřenost. Na univerzitě se nikdo nepozastavoval nad tím, že nevidím, a zcela věcně jsme se bavili o způsobu studia. U nás je stále ještě jinakost bariérou. Hodně Čechů se neumí otevřeně zeptat, v kontaktu s postiženým znervózní. Zejména tady na malém městě by pro někoho bylo možná pochopitelnější, kdybych žila v nějakém ústavu,“ usmívá se dvaadvacetiletá žena.

Dcera ví, že na mámu musí jinak

Před půl rokem se s rodinou odstěhovala z pražského bytu do Českého Brodu. Splnila si tak sen o malé zahrádce. Ve starším prostorném rodinném domku se cítí svobodnější. Zato pro své okolí je s bílou holí a malou holčičkou tak trošku exot.

Její dcera, Marta, už chodí do školky. Nejtěžší obdo-

bí, kdy ještě nemluvila, už pominulo. Dřív musela matka napínat uši a zkoumat každý zvuk, aby vyhodnotila, zda je dcera v bezpečí. „Vidící člověk může dítě kontrolovat na půl oka. Ode mě to chtělo nepřetržitou pozornost,“ líčí. Teď už dcerka všechno komentuje, do slov převádí vše, co dělá.

Veselé děvčátko kouká na svět přes brýle, zdědilo totiž po matce oční nemoc. Zatím však vidí a díky tomu, že se problém včas podchytil, má po absolvovaných operacích naději, že se zrak nezhorší.

Marta už také ví, že se na mámu musí trošku jinak než na tátu. Jemu ukáže namalovaný obrázek zdálky, zatímco mamince ho dá do ruky. Chce, aby si na něj sáhla.

Ruce jsou pro nevidomou mámu základní nástroj. Musí je mít stále v pohotovosti a čisté. Jinak než hmatem nepozná, že má potomek po jídle umazanou pusou. Když chce zjistit, zda holčička přikyvuje nebo vrtí hlavou, musí jí na tu hlavu sáhnout.

Dělá si průzkum mezi rodiči

Pavla Kovaříková vystihuje zásadní problém: pokud se rodičům narodí postižené dítě, existuje pro ně řada podpůrných organizací a asociací. Ale nikoliv naopak. Paradoxně tu chybí služba pro nevidomé rodiče.

„Opakovaně se dovídám o případech, kdy po zjištění gravidity gynekolog automaticky směřuje nevidomou ženu k interrupci. Nebo se běžně stává, že pokud v porodnici zjistí, že jsou nevidomí oba rodiče, posílají hlášení na odbor péče o děti a sociální pracovníce přijde k nim domů na šetření,“ popisuje žena.

Ve chvílkách volna ráda vyšívá a maluje. Do patnácti let nepatrně viděla, a tak mohla vnímat barvy. Domácnost zvládá s minimální pomocí manžela, který chodí do práce. Vypere a s pomocí čtečky barev poskládá prádlo. Tahle pomůcka se prý hodí třeba při přebírání ponožek. Pavla může také samostatně pracovat na počítači. Text se jí buď zobrazí na hmatovém displeji v Braillově písmu, nebo použije program na umělý hlas. Překládá, přednáší, angažuje se v organizacích pro zrakově postižené.





„Když jsme s dcerou jezdily na oční operace, některé sestřičky ze mě byly hodně v rozpacích. Než se je podařilo přesvědčit, nevěřily, že se o dceru dokážu postarat. Jedna matka mi vyprávěla o nácvičku koupání po porodu. Ostatním dali do rukou miminka, na tom jejím to sestřička ukazovala. Když se ta maminka zeptala, kdy se to naučí ona, sestra ji odbyla: Vy to nepotřebujete, protože to stejně dělat nebudete.“

Pavla Kovaříková občas i pookřeje. S manželem se rozhodli pořídit Martě sourozence a požádali o adopci. Tam se s žádnou diskriminací nesešli a hladce prošli všemi prověrkami. Teď jen čekají na dítě.

„Neexistuje žádná šablona, jak se k sobě chovat. Ale základem je mluvit spolu. Ptát se nás. Uvěřit, že nevidomý si své věci dokáže vyřídit sám. Že obvykle ví, co dělá,“ ubezpečuje s úsměvem Pavla Kovaříková.

Kontrolovat nevidomé je diskriminační postup

Stesky zdravotně postižených žen na přístup zdravotníků registrují i v Hnutí za aktivní mateřství. „Chápu, že personál vede k obezřetnosti neznalost a strach. Někdy to ale hraničí až se šikanou,“ míní Petra Sovová ze sdružení.

Podle Petra Sulka z ministerstva práce a sociálních věcí neexistuje žádný předpis ani směrnice, které by ukládaly povinnost provádět šetření v rodinách zdravotně postižených rodičů. Jakákoliv diskriminace by byla v rozporu s Úmluvou OSN.

„Zdravotnická zařízení mají oznamovací povinnost pouze v případě, že se dozvedí o zanedbávání péče či o ohrožení dítěte,“ dodal Petr Sulek.

Předseda České neonatologické společnosti Lumír Kantor připouští, že zejména v malých porodnicích má personál mizivé zkušenosti s handicapovanými rodičkami. „Sestry jsou navíc přetížené. Třeba u nás ve Fakultní nemocnici Olomouc jsme ale před časem zareagovali na požadavek neslyšících a uspořádali školení v základech znakové řeči,“ dodává.

Zkušenosti s nevidomými i neslyšícími matkami má i Ústav péče o matku a dítě v pražském Podolí. Podle vedoucí porodního sálu Aleny Měchurové se o ně sta-

rají stejně jako o ostatní. „Několik lidí umí dokonce znakovou řeč. Je pravda, že má občas sestra tendenci přiskočit a ony přitom pomoc nepotřebují, ale snažíme se být vstřícní. A nikdo si zatím nestěžoval,“ podotýká docentka Měchurová.



*Ivana Karásková, MF Dnes,
ona.idnes.cz, 6. března 2014*

PRÁVNÍ PORADNA



Posuzování zdravotního stavu pro účely jednotlivých sociálních systémů od 1. 1. 2014 (II. část)

Poskytovatel zdravotních služeb – ošetřující lékař

Podle § 54 zákona o nemocenském pojištění se ošetřujícím lékařem pro účely nemocenského pojištění rozumí poskytovatel zdravotních služeb, který svými lékaři poskytuje pojištěnci nebo jiné posuzované osobě ambulantní, lůžkovou, lázeňskou léčebně rehabilitační péči, s výjimkou poskytovatele zdravotnické záchranné služby, lékařské pohotovostní služby a poskytovatele pracovních lékařských služeb při ošetřování pojištěnce v rámci první pomoci, pokud získal oprávnění k poskytování zdravotních služeb. Zákon blíže upravuje zejména postupy ošetřujících lékařů týkající se posuzování dočasné pracovní neschopnosti a potřeby ošetřování. Pokud s rozhodnutím ošetřujícího lékaře v těchto věcech pojištěnec nesouhlasí, může podat návrh na přezkoumání rozhodnutí poskytovateli zdravotních služeb, který rozhodnutí vydal. Lhůta pro podání návrhu na přezkoumání činí 3 pracovní dny.

Nevyhoví-li poskytovatel zdravotních služeb návrhu na přezkoumání, postoupí jej se svým stanoviskem příslušnému správnímu orgánu.



Orgán nemocenského pojištění

Orgán nemocenského pojištění plní v systému nemocenského pojištění v souladu s § 84 odst. 3 zákona o nemocenském pojištění především roli kontrolní. OSSZ provádí svým lékařem (posudkovým lékařem) kontrolu správnosti posuzování zdravotního stavu a dočasné pracovní neschopnosti a potřeby ošetřování a správnosti vedení a úplnosti zdravotnické dokumentace při tomto posuzování; dále kontrolu plnění povinností ošetřujících lékařů při posuzování zdravotního stavu a dočasné pracovní neschopnosti a potřeby ošetřování. Dává souhlasy ošetřujícímu lékaři a dočasně práce neschopnému pojištěnci v případech stanovených zákonem o nemocenském pojištění, přešetřuje podněty týkající se posuzování dočasné pracovní neschopnosti ošetřujícími lékaři podané zdravotní pojišťovnou a podněty zaměstnavatele ke kontrole důvodnosti dočasné pracovní neschopnosti a potřeby ošetřování, podává informace zdravotní pojišťovně z oblasti posuzování zdravotního stavu a dočasné pracovní neschopnosti, nařizuje vyšetření zdravotního stavu pojištěnce, je-li to nezbytné pro posuzování zdravotního stavu a dočasné pracovní neschopnosti a další úkoly dané zákonem. Orgán nemocenského pojištění ukončuje dočasnou pracovní neschopnost nebo potřebu ošetřování, pokud jsou důvody pro ukončení a neukončil ji ošetřující lékař. Proti rozhodnutí o ukončení dočasné pracovní neschopnosti nebo potřeby ošetřování v těchto případech lze podat odvolání do 3 dnů ode dne, kdy rozhodnutí bylo oznámeno, k orgánu, který rozhodnutí vydal.

Vlastní lékařská posudková činnost orgánu nemocenského pojištění je zaměřena na posuzování pracovní schopnosti dočasně práce neschopných pojištěnců po uplynutí podpůrní doby. Lékař OSSZ v těchto případech na základě žádosti dočasně práce neschopného pojištěnce posuzuje, zda lze očekávat, že pojištěnec po uplynutí podpůrní doby nabude v krátké době pracovní schopnost. Pro účely odvolacího řízení tuto činnost vykonávají lékaři ČSSZ.

Posuzování stupně závislosti pro účely příspěvku na péči



Příspěvek na péči se poskytuje v souladu se zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o sociálních službách“), osobám závislým na pomoci jiné fyzické osoby. Zákonem č. 366/2011 Sb., který novelizoval zákon o sociálních službách, byl s účinností od 1. 1. 2012 zaveden nový ucelenější a přehlednější systém posuzování stupně závislosti pro účely příspěvku na péči podle schopnosti zvládat základní životní potřeby. Do deseti základních životních potřeb byly agregovány dosavadní úkony péče o vlastní osobu a úkony soběstačnosti tak, aby byly posuzovány skutečnosti, které jsou rozhodující pro nezávislý život jedince a které poskytují ucelený přehled o jeho nepříznivé zdravotně sociální situaci. Současně byly zpřesněny zásady hodnocení funkčního dopadu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu se zohledněním specifík mimořádné péče v případě osob do 18 let věku.

Při posuzování stupně závislosti vychází OSSZ:

- ze zdravotního stavu osoby doloženého nálezem vydaným poskytovatelem zdravotních služeb,
- z výsledku sociálního šetření a zjištění potřeb osoby,
- popřípadě z výsledků funkčních vyšetření a z výsledku vlastního vyšetření posuzujícího lékaře.

Posouzení stupně závislosti je vždy individualizované; posudkový orgán (lékař oddělení LPS OSSZ nebo v odvolacím řízení správním posudková komise MPSV) provádí hodnocení a posouzení zdravotního stavu a funkčních schopností každé posuzované osoby a vyhodnocení všech podkladů/důkazů individuálně i ve vzájemných souvislostech. Proto se může u některých osob i při stejné nebo obdobné diagnóze nemoci/postižení stupeň závislosti lišit. Proti samotnému posudku se nelze odvolat.

Stupeň závislosti se posuzuje při tzv. „zjišťovací“ lékařské prohlídce v řízení na základě žádosti o příspěvek



na péči nebo při kontrolním lékařském posouzení, kdy se ověřuje, zda a jak se změnil zdravotní stav, funkční schopnosti posuzované osoby a její stupeň závislosti. Uznáný stupeň závislosti nemusí být vždy trvalý. Obecně lze konstatovat, že s progresí zdravotního postižení a funkčního postižení na úroveň poruchy těžké nebo úplné narůstá dopad stavu na schopnost samostatného života v přirozeném sociálním prostředí; schopnost sebeobsluhy se snižuje, objevuje se závislost, popř. stupeň závislosti se zvyšuje. To platí ale i opačně; pokud se zdravotní stav vlivem léčby, operace, rehabilitace zlepšil nebo příznivě stabilizoval nebo pokud fyzická osoba získala potřebné znalosti a dovednosti v oblasti sebeobsluhy nebo v důsledku biopsychosociálního vývoje (věkem, vyžíváním, vzděláváním, výchovou), které jí umožňují zvládat řadu aktivit a základních životních potřeb, které dříve nezvládala, stupeň závislosti se snižuje.

Základním vstupním předpokladem pro uznání stupně závislosti je prokázání dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu podle § 3 písmena c) zákona o sociálních službách. Při posuzování stupně závislosti se hodnotí funkční dopad dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu na schopnost zvládat základní životní potřeby.

Za základní životní potřeby se podle § 9 zákona o sociálních službách považují: mobilita, orientace, komunikace, stravování, oblékání a obouvání, tělesná hygiena, výkon fyziologické potřeby, péče o zdraví, osobní aktivity, péče o domácnost (poslední – jen v případě osob starších 18 let věku).

Právní úprava obsahuje v § 9 zákona o sociálních službách základní zásady posudkového hodnocení, jako jsou:

- hodnocení funkčního dopadu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu na schopnost zvládat základní životní potřeby,
- příčinná souvislost mezi poruchou funkčních schopností z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu a neschopností zvládat základní životní potřebu,
- zvládání základní životní potřeby v přijatelném standardu,



- nepřihlížení k pomoci, dohledu nebo péči, která nevyplývá z funkčního dopadu dlouhodobě nepřiznivého zdravotního stavu („hyperprotektivní péči“),
- hodnocení funkčních schopností zvládat základní životní potřebu s využíváním zachovaných potenciálů a kompetencí fyzické osoby, využíváním běžných pomůcek, prostředků, vybavení v domácnosti a veřejných prostor („facilitátorů“),
- hodnocení schopnosti zvládat základní životní potřebu – péče o zdraví ve vztahu ke konkrétnímu zdravotnímu postižení fyzické osoby a režimu stanovenému ošetřujícím lékařem.

U osoby do 18 let věku se při hodnocení schopnosti zvládat základní životní potřeby a při hodnocení potřeby mimořádné péče v souladu § 10 zákona o sociálních službách porovnává rozsah, intenzita a náročnost péče, kterou je třeba věnovat posuzované osobě se zdravotním postižením, s péčí, kterou je třeba věnovat zdravé fyzické osobě téhož věku. Při stanovení stupně závislosti u osoby do 18 let věku se nepřihlíží k potřebě péče, která vyplývá z věku osoby a tomu odpovídajícímu stupni biopsychosociálního vývoje. Mimořádnou péčí se rozumí péče, která svým rozsahem, intenzitou nebo náročností podstatně přesahuje péči poskytovanou osobě téhož věku.

V souvislosti se změnou způsobu posuzování stupně závislosti v zákoně o sociálních službách byla novelizována i vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „vyhláška č. 505/2006 Sb.“). Podstatou „posudkové části“ vyhlášky č. 505/2006 Sb. je podrobnější stanovení způsobu hodnocení schopnosti zvládat základní životní potřeby a vymezení schopností zvládat základní životní potřeby v návaznosti na nově přijatý systém posuzování stupně závislosti, upravený ve shora citované novele zákona o sociálních službách.

Po zhodnocení všech skutečností předepsaných právní úpravou a způsobem, který je v právní úpravě uveden, posudkový orgán na základě prokázání schop-



nosti/neschopnosti zvládat základní životní potřeby, stanoví stupeň závislosti, a to podle počtu základních životních potřeb, v nichž byla uznána závislost s potřebou každodenní pomoci, dohledu nebo péče anebo u osob do 18 let věku s potřebou každodenní mimořádné péče jiné fyzické osoby.

V § 8 zákona o sociálních službách se vymezují jednotlivé stupně závislosti následujícím způsobem:

- (1) Osoba do 18 let věku se považuje za závislou na pomoci jiné fyzické osoby ve
 - a) stupni I (lehká závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat tři základní životní potřeby,
 - b) stupni II (středně těžká závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat čtyři nebo pět základních životních potřeb,
 - c) stupni III (těžká závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat šest nebo sedm základních životních potřeb,
 - d) stupni IV (úplná závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat osm nebo devět základních životních potřeb a vyžaduje každodenní mimořádnou péči jiné fyzické osoby.

- (2) Osoba starší 18 let věku se považuje za závislou na pomoci jiné fyzické osoby ve
 - a) stupni I (lehká závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat tři nebo čtyři základní životní potřeby,
 - b) stupni II (středně těžká závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat pět nebo šest základních životních potřeb,
 - c) stupni III (těžká závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat sedm nebo osm základních životních potřeb,

- d) stupni IV (úplná závislost), jestliže z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu není schopna zvládat devět nebo deset základních životních potřeb a vyžaduje každodenní pomoc, dohled nebo péči jiné fyzické osoby.



Zdroj: Helpnet.cz

Legislativa od 1. ledna 2014

Od 1. ledna 2014 vstoupila v platnost novela zákona č. 329/2011 Sb., ve znění zákona č. 313/2013 Sb., kterou se upravují podmínky pro přiznání průkazu osoby se zdravotním postižením pro psychicky nemocné lidi.

Nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením označený symbolem "TP" (průkaz TP) má osoba se středně těžkým funkčním postižením pohyblivosti nebo orientace. Středně těžkým funkčním postižením orientace se rozumí stav, kdy osoba je při dlouhodobě nepříznivém zdravotním stavu schopna spolehlivé orientace v domácím prostředí a zhoršenou schopnost orientace má jen v exteriéru.

Nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením označený symbolem „ZTP“ (průkaz ZTP) má osoba s těžkým funkčním postižením pohyblivosti nebo orientace. Těžkým funkčním postižením orientace se rozumí stav, kdy osoba je při dlouhodobě nepříznivém zdravotním stavu schopna spolehlivé orientace v domácím prostředí a v exteriéru má značné obtíže. Za podstatné omezení schopnosti pohyblivosti a orientace lze považovat i psychické postižení s opakujícími se poruchami komunikace a orientace v exteriéru včetně vysoce funkčního typu autismu.

Nárok na průkaz osoby se zdravotním postižením označený symbolem „ZTP/P“ (průkaz ZTP/P) má osoba se zvláště těžkým funkčním postižením nebo úplným postižením pohyblivosti nebo orientace s potřebou průvodce. Zvláště těžkým funkčním postižením orientace a úplným postižením orientace se rozumí stav, kdy



osoba při dlouhodobě nepříznivém zdravotním stavu není schopna samostatné orientace v exteriéru. Za podstatné omezení schopnosti pohyblivosti a orientace lze považovat i psychické postižení se ztrátou duševních kompetencí, s neschopností komunikace a orientace včetně nízko funkčního typu autismu, neurodegenerativní postižení s akinézou, mnohočetnými velmi těžkými hybnými komplikacemi a těžkými neuropsychickými projevy. Řízení o přiznání průkazu osoby se zdravotním postižením se zahajuje na základě písemné žádosti k odbornému lékaři. Plné znění všech zákonů najdete na www.zakonyprolidi.cz.

*Ing. Josef Závíšek
předseda Občanského sdružení pomoci
duševně nemocným ČR*

Výhody pro držitele průkazu ZTP/P

Slevy na fakturu za plyn poskytují

- **Elimon Praha** – dle aktuálního ceníku viz www.elimon.cz/akce-bonusy/akce-pro-ztp
- **RWE** – pro držitele průkazu ZTP/P nebo osoby žijící s nimi ve společné domácnosti, podrobné info viz <http://www.rwe.cz/stavajici-zakaznici/ztp-p/>
- **Pražská plynárenská** – sleva pro držitele průkazu ZTP/P a pro seniory nad 65 let, podrobné info viz <http://www.ppas.cz/plyn/ceniky>

Slevy elektrické energie

- **ČEZ** – pro držitele průkazu ZTP/P nebo osoby žijící s nimi ve společné domácnosti viz www.cez.cz/cs/elektrina/basic-sp.html

Slevy na telefon

- **Operátor T-Mobile** – nárok na slevu pro držitele průkazu ZTP z důvodu úplné nebo praktické hluchoty, dále pro držitele průkazu ZTP/P, pro osobu



závislou na pomoci jiné fyzické osoby ve stupni II (středně těžká závislost), stupni III (těžká závislost) nebo stupni IV (úplná závislost) nebo, jde-li o nezletilou osobu, účastníkovi, který o ni osobně pečuje, a dále pro osobu, která vychovává nebo která osobně pečuje o nezletilou osobu, která jí byla svěřena do péče nahrazující péči rodičů na základě rozhodnutí příslušného orgánu a která je držitelem průkazu ZTP či ZTP/P uvedeného výše. Více info viz www.t-mobile.cz/web/cz/osobni/volani/pausalni-tarify/zvyhodneni-k-pausalu/zvyhodneni-pro-zdravotne-postizene

- **Operátor O2** – nárok na slevu za podobných podmínek jako T-Mobile viz www.o2.cz/osobni/197133-stavajici_zakaznik/225675-
- **Operátor Vodafone** – nabízí „Zvláštní tarif“, více informací viz www.vodafone.cz/tarify/zvalstni-tarif/

Poplatek za použití dálnice a rychlostní silnice podle zákona o pozemních komunikacích

Od poplatku je osvobozen automobil přepravující těžce zdravotně postižené občany, kterým byly podle zvláštního právního předpisu přiznány výhody II. stupně (ZTP), s výjimkou postižených úplnou nebo praktickou hluchotou, nebo III. stupně (ZTP/P), pokud držitelem silničního motorového vozidla je postižená osoba sama nebo osoba jí blízká. Tato výhoda je tedy vázána na průkaz osoby se zdravotním postižením, nikoli na parkovací kartu, a platí pouze, je-li v autě přepravována osoba s přiznaným stupněm průkazu osoby se zdravotním postižením (viz výše) a je-li držitelem motorového vozidla postižená osoba sama nebo osoba jí blízká. Dále pak pro osoby přepravující nezaopatřené děti, které jsou léčeny pro onemocnění zhoubným nádorem nebo hemoblastosou, pokud rodiče nebo jim naroveň postavené osoby pobírají příspěvek na provoz silničního motorového vozidla podle zvláštního právního předpisu.



Výhody v EU – parkovací karta platná v rámci celé EU

Od 1. 8. 2011 je v rámci ČR vydávána **parkovací karta platná v rámci celé EU** (její vzhled je sjednocen s kartami v ostatních členských státech). Výhoda neplacení dálniční známky je však nastavena pouze pro území ČR. V zahraničí mohou existovat odlišné podmínky na zpoplatnění komunikace. Parkovací průkaz pro OZP tedy platí v EU především pro parkování, nicméně doporučujeme si před odjezdem do zahraničí přesně zjistit podmínky v zemi, kam cestujete. Na ostatních „přenositelných“ výhodách po celé EU se prozatím členské státy EU nedohodly.

Poplatek za povolení ke zřízení parkovacího místa

Majitel vozidla s přiznaným průkazem ZTP (s výjimkou sluchového postižení) či ZTP/P si může požádat o **vyhrazené parkovací místo v místě bydliště** podle zákona č. 361/2000 Sb. § 67, odst. 8. O to je třeba požádat na obci s rozšířenou působností – odbor dopravy. K vyhrazenému místu se vztahuje více poplatků – za povolení ke zřízení, za užívání místa a za vyznačení (namalování místa). Žadatel je podle zákona č. 634/2004 Sb., o správních poplatcích, osvobozen od poplatku za povolení ke zřízení takového místa. Poplatek za užívání veřejného prostranství spočívajícího ve vyhrazení trvalého parkovacího místa podle zákona č. 565/1990 Sb., o místních poplatcích neplatí osoby zdravotně postižené (dle § 86 zákona č. 100/1998 Sb., o sociálním zabezpečení). Poplatek za vyznačení místa je žadatel povinen uhradit, vlastní značení provádí odbor dopravy nebo si ho můžete dojednat u soukromé firmy.

Rozhlasové a televizní poplatky

Od rozhlasového a televizního poplatku jsou osvobozeny osoby s úplnou nebo praktickou slepotou obou očí, osoby s oboustrannou úplnou nebo praktickou hluchotou, pokud jsou osaměle žijící; osvobozeny jsou



tyto osoby rovněž v případě, kdy žijí společně v jedné domácnosti. Osvobozeny jsou také osoby či domácnosti, jejichž příjem je nižší než 2,15násobek životního minima. Nově přibyla povinnost žádat o osvobození a prokazovat příjem každého půl roku. Pokud není žádost v této lhůtě ČT doručena, stává se uplynutím 6 měsíců osvobozený poplatník opět platícím poplatníkem. Při zjišťování příjmů se postupuje podle zákona o životním a existenčním minimu.

Slevy a výhody poskytované Českými drahami

Osoby těžce postižené na zdraví, kterým byly v ČR poskytnuty výhody podle zvláštních předpisů a jsou držiteli průkazu ZTP/P, mají nárok na přepravu ve 2. vozové třídě za zvláštní jízdné dle platného ceníku Českých drah. Držitelé průkazů ZTP/P mají nárok na zakoupení **In Karty**, která je opravňuje k uplatňování **75% slevy na zákaznické jízdné**.

Držitel průkazu ZTP/P má kromě nároku na zvláštní jízdné ještě nárok na:

1. bezplatnou přepravu svého průvodce ve 2. vozové třídě, a to i tehdy, uplatňuje-li držitel průkazu ZTP/P jiné jízdné; průvodcem nevidomého může být i vodící pes,
2. bezplatnou přepravu jednoho vozíku pro invalidy jako cestovního zavazadla nebo spoluzavazadla,
3. bezplatnou přepravu dětského kočárku jako cestovního zavazadla nebo spoluzavazadla, je-li držitelem průkazu ZTP/P dítě.

Funkci průvodce držitele průkazu ZTP/P nemůže zastávat jiný držitel průkazu ZTP/P a, s výjimkou průvodce nevidomého, ani dítě mladší 10 let.

Průvodce držitele průkazu ZTP/P zaplatí při použití 1. vozové třídy rozdíl mezi obyčejným nebo zákaznickým jízdným 1. a 2. vozové třídy podle nároku držitele průkazu ZTP/P. Pokud je sám držitelem In Karty, zaplatí rozdíl mezi zákaznickým jízdným 1. a 2. vozové třídy. Vodící pes nevidomého se přepraví bezplatně i v 1. vozové třídě.



Při použití 2. vozové třídy vlaku SuperCity zaplatí držitel průkazu ZTP/P zvláštní jízdné dle ceníku ČD, při použití 1. vozové třídy obyčejné jízdné SuperCity dle ceníku ČD. Průvodce držitele průkazu ZTP/P je povinen zaplatit při použití vlaku SC v 1. a 2. vozové třídě cenu místenky SC dle ceníku ČD.

Držitelé průkazů ZTP/P mají nárok na zakoupení jízdního dokladu (jízdenky) ve vlaku i při nástupu v „obsazené“ stanici bez manipulační přírážky. Jízdenku lze tedy zakoupit u průvodčího za hotové i „předplacenou“ In Kartou. U vlaků kategorie SC s povinnou rezervací místa tuto službu využít nelze.

Zvláštní jízdné pro rodiče zdravotně postižených dětí

Na zvláštní jízdné ve výši 50 % plného (obyčejného) jízdného uplatněného dopravcem mají nárok **rodiče nebo soudem stanovení opatrovníci k návštěvě dětí zdravotně postižených, které jsou dlouhodobě (déle než 3 měsíce) nebo trvale umístěny ve zdravotnickém, školském nebo sociálním zařízení.** Rodiči (nebo opatrovníkovi) je v zařízení vystaven průkaz, kterým nárok na zlevněné jízdné prokazuje. Držitel průkazu (rodič, opatrovník) je odbaven za zlevněné jízdné při jízdě do ústavu; při jízdě z ústavu jen za podmínky, že je uskutečnění návštěvy v ústavu potvrzeno na průkazu datem, podpisem a razítkem ústavu. Zpáteční jízda musí být nastoupena nejpozději v následující den po uskutečnění návštěvy.

Slevy poskytované Integrovaným dopravním systémem Jihomoravského kraje (IDS JMK)

Držitelé průkazů ZTP/P mohou při cestování vlakem využít dva druhy tarifu:

Tarif ČD – v rámci tohoto tarifu si kupují zlevněné jízdenky ČD držitelé průkazu ZTP/P. Tyto jízdenky nemohou dále použít při případném přestupu na regionální autobusy.

si mohou v předprodeji zakoupit zlevněnou jednorázovou jízdenku, která je přestupní a mohou s ní tedy dále přestoupit na regionální autobusy. Pozor – tyto jízdenky IDS JMK je nutno před nástupem do vlaku označit na nástupišti v označovači. Průvodci držitele průkazu ZTP/P mají vždy nárok na bezplatnou přepravu. Podrobnosti viz www.idsjmk.cz/ztp.aspx.



Modrý anděl – přeprava osob

Každý, kdo se řidiči taxi prokáže průkazem ZTP/P, jezdí za nižší sazbu. Pro hendikepované občany, kteří mají asistenčního psa nebo invalidní vozík, platí také snížená cena, i když si vyžádají přepravu zvířete nebo kombi. Více info viz www.modryandel.cz/cenik/specialni-nabidka/ztp-a-ztpp

Sleva na antivirové programy společnosti ESET

Sleva pro držitele průkazu ZTP/P na všechny produkty určené pro samostatná PC – podrobné info viz www.eset.com/cz/o-nas/pro-novinare/tiskove-zpravy/article/eset-nod32-drzitele-prukazu-tp-ztp-a-ztpp-mohou-uplatnit-50-slevu/

Osvobození od daně ze staveb

Podle zákona č. 338/1992 Sb., o dani z nemovitosti, § 9 jsou od daně osvobozeny:

- a) obytné domy ve vlastnictví fyzických osob, které pobírají příspěvek na živobytí nebo jsou osobou společně posuzovanou s osobou, která příspěvek na živobytí pobírá a jsou držiteli průkazů ZTP a ZTP/P, a to v rozsahu, v jakém slouží k jejich trvalému bydlení,
- b) stavby pro individuální rekreaci ve vlastnictví fyzických osob, které pobírají příspěvek na živobytí nebo jsou osobou společně posuzovanou s osobou, která příspěvek na živobytí pobírá a jsou držiteli průkazu ZTP, a stavby pro individuální rekreaci ve vlastnictví držitelů průkazu ZTP/P.



Úleva na dani z příjmů

Podle zákona č. 586/1992 Sb., o dani z příjmů (§ 35), se poplatníkům vypočtená daň za zdaňovací období snižuje o tyto částky:

- a) 2 520 Kč, pobírá-li poplatník invalidní důchod pro invaliditu I. nebo II. stupně z důchodového pojištění podle zákona o důchodovém pojištění nebo zanikl-li nárok na částečný invalidní důchod z důvodu souběhu nároku na výplatu částečného invalidního důchodu a starobního důchodu,
- b) 5 040 Kč, pobírá-li poplatník invalidní důchod pro invaliditu III. stupně nebo jiný důchod z důchodového pojištění podle zákona o důchodovém pojištění, u něhož jednou z podmínek přiznání je, že je plně invalidní, zanikl-li nárok na plný invalidní důchod z důvodu souběhu nároku na výplatu plného invalidního důchodu a starobního důchodu nebo je poplatník podle zvláštních předpisů plně invalidní, avšak jeho žádost o plný invalidní důchod byla zamítnuta z jiných důvodů než proto, že není plně invalidní.

Osvobození od poplatku na podporu sběru, zpracování, využití a odstranění vybraných autovraků

Podle zákona č. 185/2001 Sb., o odpadech a o změně některých dalších zákonů, § 37e. Od poplatku jsou osvobozeni žadatelé těžce tělesně postižení, kteří jsou držiteli průkazu ZTP nebo ZTP/P.

Osvobození od správních poplatků

Podle zákona č. 634/2004 Sb.

Položka č. 5

- a) ověření podpisu nebo otisku razítka na listině nebo na jejím stejnopisu – 30 Kč za každý podpis nebo razítko. Od poplatku jsou osvobozeni občané se zvláště těžkým zdravotním postižením, kterým byly přiznány mimořádné výhody II. nebo III. stupně (držitelé průkazu ZTP a ZTP/P). Tato výhoda neplatí u notáře

nebo na pobočce České pošty.

Položka č. 12

- c) vydání povolení uzavřít manželství mimo stanovenou dobu nebo mimo úředně určenou místnost – 1 000 Kč
- d) vydání povolení učinit prohlášení o vstupu do registrovaného partnerství před jiným než příslušným matričním úřadem – 1 000 Kč

Položka č. 17

1. Vydání stavebního povolení

- a) ke stavbě pro bydlení s nejvýše 3 byty – 300 Kč
- b) ke stavbě pro bydlení s více než 3 byty – 1 000 Kč
- c) ke stavbě pro individuální rekreaci nebo stavbě zemědělské účelové stavby, nepřesahuje-li zastavěná plocha 70 m² – 300 Kč
- d) ke stavbě garáže nejvýše se 3 stáními – 300 Kč
- e) ke stavbě řadových garáží – 300 Kč, 150 Kč za čtvrté a každé další stání, nejvýše 2 500 Kč
- f) ke změně stavby (nástavby, přístavby nebo stavební úpravy) uvedené v písmenech a) až e), ke stavbě studny, čistírny odpadních vod, přípojky na veřejnou rozvodnou síť a na kanalizaci pro stavbu uvedenou v písmenech a) až e) – 300 Kč

Od poplatku podle bodu 1 písmene f) této položky je osvobozeno vydání stavebního povolení ke změně stavby pro bydlení z důvodu ztíženého užívání této stavby občanovi se zvláště těžkým zdravotním postižením, kterému byly přiznány mimořádné výhody II. nebo III. stupně (držitelé průkazu ZTP a ZTP/P), má-li ve stavbě pro bydlení místo trvalého pobytu.

Položka č. 26

- a) zápis do registru vozidel, jde-li o motorové vozidlo s nejméně čtyřmi koly – 800 Kč
- f) vydání řidičského průkazu – 50 Kč

Od poplatků jsou osvobozeni občané se zvláště těžkým zdravotním postižením, kterým byly přiznány mimořádné výhody II. nebo III. stupně (držitelé průkazu ZTP a ZTP/P).

Osvobození od tohoto poplatku se vztahuje pouze na osobní automobil, nikoliv na čtyřkolku (vychází ze zákona č. 56/2001 Sb., přílohy č. 1).





Položka č. 27

- e) schválení technické způsobilosti vozidla po přestavbě nebo schválení technické způsobilosti jednotlivě vyrobeného nebo dovezeného samostatného technického celku anebo schválení užití vozidla k výcviku v autoškole – 1 000 Kč.

Od poplatku jsou osvobozeni občané se zvlášť těžkým zdravotním postižením, kterým byly přiznány mimořádné výhody II. nebo III. stupně (držitelé průkazu ZTP a ZTP/P).

Položka č. 36

- a) povolení ke zřízení parkovacího místa pro občany se zvlášť těžkým zdravotním postižením, kterým byly přiznány mimořádné výhody II. nebo III. stupně (držitelé průkazu ZTP a ZTP/P) – poplatek tyto osoby nehradí.

Osvobození od místních poplatků

Podle zákona č. 565/1990 Sb., o místních poplatcích

- a) § 2 – poplatek ze psů se platí ze psů starších 3 měsíců. Od poplatku ze psů je osvobozen držitel psa, kterým je osoba nevidomá, závislá a osoba s těžkým zdravotním postižením, které byl přiznán III. stupeň mimořádných výhod. Sazba poplatku ze psů činí až 1 500 Kč za kalendářní rok a jednoho psa. Sazba poplatku ze psa, jehož držitelem je poživatel invalidního, starobního, vdovského nebo vdoveckého důchodu, který je jeho jediným zdrojem příjmů, anebo poživatel sirotčího důchodu, činí až 200 Kč za kalendářní rok.
- b) § 3 – poplatku za lázeňský nebo rekreační pobyt nepodléhají osoby nevidomé, závislé a držitelé průkazu ZTP/P a jejich průvodci
- c) § 4 – poplatku za užívání veřejného prostranství spočívajícího ve vyhrazení trvalého parkovacího místa nepodléhají osoby zdravotně postižené
- d) § 10 – poplatek za povolení k vjezdu s motorovým vozidlem do vybraných míst a částí města neplatí držitelé průkazu ZTP/P a jejich průvodci.



Waardenburgův syndrom

Jedná se o vzácnou dědičnou genetickou poruchu, které zapříčiňuje ztrátu sluchu, poruchy pigmentace a další, obvykle méně závažné problémy. Velmi často, pokud jsou symptomy mírné, nebývá syndrom diagnostikován do doby, než je diagnostikován některý člen rodiny a celá rodina je pak testována.

Některé statistiky uvádí, že syndrom postihuje 1 ze 50 000 lidí. Představuje zároveň 2–5 % všech případů s vrozenou ztrátou sluchu. Nejčastěji se objevuje I. a II. typ syndromu.

Příznaky

Ztráta sluchu v jednom nebo obou uších je přítomna už od narození. Lidé s tímto postižením mají velmi světlé oči (průzračně modré) nebo různé barvy očí, jedno je modré a druhé hnědé. Někdy se mohou objevit dvě různé barvy v jednom oku. Změny barvy jsou také zřetelné u vlasů. Jedná se o výrazně bílý pruh vlasů (nejčastěji nad čelem).

Mezi méně významné příznaky patří světlé skvrny na kůži, srostlé obočí, široký kořen nosu, oči posazené daleko od sebe či předčasné zšednutí vlasů (před 30. rokem).

Jsou popsány čtyři typy Waardenburgova syndromu, které se liší přítomnými symptomy a v některých případech genetickou příčinou.

První a druhý typ mají velmi podobné charakteristiky. Jediný rozdíl je ve ztrátě sluchu, která se objevuje častěji u druhého typu. Lidé se syndromem I. typu mají často oči posazené daleko od sebe. U III. typu, který se nazývá Klein-Waardenburgův syndrom, se vyskytují abnormality horních končetin, ztráta sluchu a změny v pigmentaci. Poslední IV. typ má současně symptomy Waardenburgova syndromu a Hirschsprungovy choro-



by, což je vrozené onemocnění postihující tlusté střevo a projevující se závažnou střevní neprůchodností.

Syndrom se dědí převážně autosomálně dominantní cestou. Stačí pouze, aby jeden rodič předal chybný gen dítěti. Uvádí se, že člověk s tímto syndromem má téměř 50% možnost, že se syndrom vyskytne i u jeho dítěte. Není však možné předem odhadnout, jestli syndrom bude v mírné nebo těžší formě než u jeho rodiče. V některých případech je však nutná přítomnost vadného genu u obou rodičů (u nich se ovšem syndrom nemusí vůbec projevit). Výjimečně syndrom může vzniknout nezávisle na rodičích mutací genu.

Léčba se vztahuje v podstatě pouze na některé symptomy – kompenzace postiženého sluchu, případně kosmetické operace. Lidé s tímto syndromem obvykle, pokud mohou kompenzovat ztrátu sluchu, žijí běžným životem.

Zpracovala Lenka Veverková

Vědci se mýlili, zabijákem srdce jsou cukry, ne tuky

V posledních letech byli lidé neustále upozorňováni, aby omezili konzumaci nasycených živočišných tuků, které mohou za vysokou hladinu cholesterolu v krvi, a tedy ucpávání cév. Podle amerických, britských a švédských kardiologů jsou ale pro srdce mnohem větším nebezpečím jednoduché sacharidy, především bílý cukr. „Potřebujeme velkou veřejnou kampaň proti cukru, stejně silnou jako tu, která v sedmdesátých a osmdesátých letech démonizovala nasycené tuky. A v ní musíme lidem oznámit, že jsme se v té kampani mýlili,“ tvrdí kardiolog James DiNicolantonio z New Yorku. Paradoxně nízkotučná dieta, která obsahuje velké množství cukru a dalších sacharidů, rizika srdečního onemocnění nesnižuje. Dle vědců naopak ještě zvýší hladinu nebezpečného cholesterolu. „Nemáme žádné důkazy o tom, že nízkotučná dieta má nějaký pozitivní účinek na zdraví. Ve skutečnosti vědecké studie nazna-

čují, že omezení příjmu tuků nemá žádný vliv (pozitivní ani negativní). Veřejná obava, že nasycené tuky zvyšují hladinu cholesterolu, je nepodložená," varuje doktor DiNicolantonio ve svém článku pro odborný magazín Open Heart.



Srdci a cévám však škodí vysoký příjem jednoduchých cukrů. „Máme důkazy, že omezení příjmu sacharidů ve srovnání s nízkotučnou dietou skutečně sníží hladinu nebezpečného cholesterolu v krvi," tvrdí DiNicolantonio s tím, že lidé by se měli striktně vyhýbat také konzervovaným potravinám a uzeninám. O tom, že srdci, cévám a celému organismu daleko víc škodí vysoký příjem cukrů než vysoký příjem nasycených tuků, přinesli důkazy také vědci ze Švédska. Podle nich už dávno neplatí, že by měl člověk vyřadit tuky. Když to totiž učiní bez rozmyslu a nahradí energii z tuků energií ze sacharidů (ve stejném hmotnostním množství sacharidů je méně energie než ve stejném hmotnostním množství tuků), ublíží si a také hubnutí zpomalí. Navíc se při vysokém příjmu sacharidů zvýší hladina nezdravého cholesterolu (LDL) a sníží hladina toho prospěšného, známého pod zkratkou HDL.

Na omezení hladiny cholesterolu má ale především vliv dostatek pohybu. Lidé, kteří pravidelně cvičí a sportují, mají hladinu nejnižší.

Zdroj: novinky.cz



HAF

SLUŽEBNÍ PLEMENA PSŮ PRO HANDICAPOVANÉ (14. část)

Mops je pohodář a požitkář

Toto malé, poněkud bizarně vyhlížející plemeno pochází pravděpodobně z Číny, kde jeho dávní předkové, nazývaní „bajami“, byli široce rozšíření, především v buddhistických klášterech. Do Evropy se mopsi dostali nejspíše s holandskými mořeplavci ve druhé polovině 16. století. Roku 1572 totiž právě tito ostražití psi zachránili Viléma Oranžského, zvaného Mlčenlivý, před atentátem během povstání proti španělským Habsburkům. Od té doby se vévoda Vilém Mlčenlivý bez svých mopsů nikde neobjevoval. Tímto způsobem malý mops ovlivnil evropské dějiny a stal se miláčkem vládnoucího rodu Oranžských v Holandsku. Vnuk Viléma Mlčenlivého Vilém III. Oranžský, který se roku 1688 stal anglickým králem, si s sebou do nové vlasti přivezl také několik mopsů. V Anglii se jejich chov okamžitě rozšířil a posléze si velkou oblibu získali i po celé Evropě.

Mops je přizpůsobivý, vyrovnaný, dobromyslný, veselý, velmi hravý, čilý a nesmírně přátelský pes, vstřícný ke všem lidem, bez stínu nedůvěřivosti či agresivity. Vejde se do každého bytu, neboť jeho váha se pohybuje v rozmezí 6,3 – 8,1 kg a dorůstá výšky 25–28 cm. Tělo je krátké a podsadité, s širokým hrudníkem a rovným, výrazným hřbetem na přiměřeně dlouhých silných nohách. Nezaměnitelným rysem mopse je extrémně krátká čenichová partie a vrásčitý obličej s mírným předkusem, výrazně zvrásněná je také kůže. Hlava je velká a kulatá, oči jsou široce rozevřené, rovněž kulaté a tmavé s jemným a starostlivým výrazem. Uši jsou malé a tenké, mohou být přehnuté dozadu, přednost se však dává uším přehnutým dopředu. Kratičký ocásek je nasazený vysoko a leží zatočen těsně u hřbetu, nejvíce žádoucí je dvojitě zatočení. Srst mopse je krátká, měkká, hladká

a lesklá, nikoliv zvlněná a může být v barvě stříbrné, meruňkové (apricot), béžové nebo černé. Charakteristickým znakem u světlých variant je tmavá obličejová maska a často se u nich vytváří i tzv. úhoří pruh, který probíhá od zátylku až ke kořenu ocasu. Dožívá se věku 13–15 let.



Odnepaměti je to výhradně společenský pes, který vyniká osobitým šarmem a překypuje životním elánem. Nemá žádné lovecké sklony, proto se hodí zejména pro lidi, kteří hledají milého čtyřnohého společníka. Jde o pejska výjimečně oddaného jednomu pánovi nebo celé rodině, a proto je velice vhodný i do rušné domácnosti s dětmi. I štěně tohoto mírumilovného psa bývá oproti jiným plemenům neobvykle klidné, neboť nemívá potřebu demolovat zařízení bytu. Jeho výchova musí být velmi mírná, ale důsledná, protože bývá tvrdohlavý až pohodlný, další psy či jiná domácí zvířata však přivítá rovněž přátelsky. Vždy chce být v centru rodinného dění a všeho se účastnit. Vymezit mu nějaký prostor v bytě je takřka nemožné, nelze ho držet ani v kotci. Vždycky jde tam, kde pobývá jeho páníček, miluje ležet mu stočený na klíně i spát s ním v posteli. K jeho bohatým hlasovým projevům kromě štěkotu patří rovněž chrochtání, funění a v noci i hlasitě chrápe, což jsou jeho přirozené vlastnosti. Trpí však četnými zdravotními neduhy, z nichž nejvážnější jsou nemoci očí. Častým problémem je také jeho sklon k obezitě nebo potíže s dýcháním, zejména za horkého počasí. Velkou výhodou je, že jeho srst má trochu netypickou strukturu, která nevedí většinou alergiků na psí chlupy. Dále se uplatňuje jako doprovodný pes pro seniory a zdravotně postižené, je ideálním společníkem pro osamělé osoby. Velkou předností mopse je skutečnost, že je to velmi nenáročný pes, jemuž stačí kratší procházky. Zajímavé je, že postrádá typický psí zápach a jeho srst se vcelku snadno udržuje, pouze v době línání je nutné ji častěji vyčesávat.

Zdeněk Sedláček



INFORMACE

Moje zkušenosti s dotykovým telefonem

Milí čtenáři,

dovolte mi, abych Vás v tomto a v některém z příštích čísel Doteků seznámil se zkušenostmi, které jsem jakožto nevidomý uživatel získal s dotykovým telefonem určeným pro zrakově handicapované.

Jedná se o telefon nesoucí označení Samsung Galaxy Young. Aby s ním mohli pracovat rovněž zcela nevidomí uživatelé, je třeba, aby byl ozvučen speciálním odečítacím programem. Tento program se jmenuje BlindShell a je to nadstavbové rozhraní pro dotykové telefony s operačním systémem Android. Umožňuje nevidomému uživateli pracovat v prostředí nenáročném na pochopení a ovládání. S programem BlindShell lze základní funkce telefonu zvládnout rychle a jednoduše. Telefon včetně výše uvedeného programu BlindShell jsem zakoupil v prosinci minulého roku v prodejně Tyflopomůcek v Praze v Krakovské ulici. Je to v současné době jediné místo, kde je možné získat shora uvedený telefon včetně ozvučení. Jeho pořizovací cena činí 4 500 Kč, přičemž v ceně je zahrnuto rovněž dvouhodinové proškolení týkající se vlastností a funkcí telefonu a odečítacího programu BlindShell. Proškolení provádějí na žádost majitele telefonu pracovníci Tyflokabinetu Praha.

Nejdříve se podíváme, jak se s telefonem a programem BlindShell pracuje a poté si podrobněji vysvětlíme některé nejdůležitější základní funkce telefonu.

Zapnutí telefonu: Telefon zapneme podržením zapínacího tlačítka nacházejícím se na pravém boku telefonu v horní části, a to po dobu cca 3 sekund. Telefon krátce zavibruje a po chvíli se již ohlásí program BlindShell.

Odemknutí obrazovky: Pokud po určitou dobu nebudeme s telefonem pracovat, sám se zamkne. To znamená, že nereaguje na stisky obrazovky. Kdyko-

li ho však můžeme odemknout krátkým stiskem tlačítka pro zapnutí telefonu. Stejným krátkým stiskem ho opět zamkneme. V zamknutém stavu se nebudou náhodně aktivovat funkce např. při přenosu telefonu v kapse či v batohu.

Hlasitost: Tlačítkem hlasitosti nacházejícím se na levém boku telefonu, v jeho horní části, regulujeme hlasitost telefonu v rozsahu 0–7. Příslušná úroveň je ohlášena vždy při stisku výše uvedeného tlačítka. Nulové hodnotě je přiřazeno pouze vibrování.

Pohyb v nabídce: Pro práci s nabídkami je displej rozdělen na levou a pravou část. Krátkým dotykem v levé části displeje se přesuneme na předchozí a v pravé části na následující položku. BlindShell oznámí její název a pořadové číslo. Krátké pípnutí signalizuje příchod na poslední či první položku nabídky.

Potvrzení a návrat zpět: Potvrzení vybrané položky provedeme podržením jednoho prstu kdekoli na displeji. Telefon krátce zavibruje a ohlásí, kde se právě nacházíme. Opuštění jakékoli funkce či situace se provede podržením dvou prstů na displeji. Telefon opět krátce zavibruje a ohlásí, kde se právě nacházíme. Krátkým stiskem tlačítka HOME, umístěným ve spodní části displeje uprostřed, přejdeme do hlavní nabídky.

Kdo volá, odmítnutí, přijetí a ukončení hovoru: Příchodí hovor je signalizován vyzváněním. Krátkým stiskem dvou prstů zjistíme, kdo volá. Dlouhým stiskem dvou prstů hovor odmítneme. Dlouhým stiskem jednoho prstu hovor přijmeme. Stiskem tlačítka pro zapnutí telefonu hovor ukončíme.

Psaní: Do režimu psaní se dostáváme při zápisu telefonního čísla, textu či času. Každý z těchto režimů je ohlášen příslušným slovem: číslo, text, čas. Při zápisu čísla a času je chování telefonu shodné.

Zápis čísla: V režimu zapisování čísel se na displeji zobrazí běžný telefonní číselník s třemi sloupci a čtyřmi řádky tlačítek. Vlevo nahoře jsou vedle sebe v prvním řádku umístěna čísla 1, 2, 3, v druhém 4, 5, 6, ve třetím 7, 8, 9 a poslední řádek obsahuje znak hvězdičku, nulu a křížek (označovaný jako „číslovka“). K zápisu potřebujeme vždy 2 prsty. Jedním pohybujeme





po displeji mobilního telefonu, dokud není ohlášeno požadované číslo, a při souběžném držení krátce ťukneme druhým prstem kamkoli na displej. Číslo bude zopakováno a my můžeme prsty zvednout. Poté se ozve ťuknutí indikující zapsání čísla. Po zapsání každé trojice čísel bude tato trojice pro kontrolu zopakována. Kdykoli lze krátce ťuknout na displej dvěma prsty pro přečtení všech zapsaných čísel. V tomto režimu se ve spodní části displeje zobrazují ještě 3 tlačítka. Zcela vlevo je tlačítko vykonávající akci číselníku (tedy volání či uložení), uprostřed je tlačítko pro pohyb a vpravo pro mazání. K ovládání posunu v textu budeme opět potřebovat 2 prsty. Jedním tlačítkem nalezneme a budeme ho držet, ťukáním druhého prstu na levou či pravou část displeje určíme směr pohybu po znacích. K mazání jsou potřeba také 2 prsty. Jedním nalezneme tlačítko Smazat znak a při jeho držení ťukneme druhým prstem kamkoli na displej. Pokud prsty zvedneme z displeje, bude předchozí znak vymazán. Pokud ovšem tlačítko budeme držet dál a ťukneme do displeje druhým prstem ještě jednou, je k dispozici vymazání všech zapsaných čísel. To se provede po zvednutí obou prstů. Přepínání mezi mazáním jednoho znaku a všech je cyklické.

Zápis znaku: Zápis znaku je podobný zápisu na číselníku. V režimu zapisování znaků se na displeji zobrazí běžný telefonní číselník s třemi sloupci a čtyřmi řádky tlačítek. V tomto zobrazení jsou však tlačítkům přiřazena nejen čísla ale i znaky. Vzhledem k počtu tlačítek a množství znaků potřebných k zápisu, je nutné většinu znaků zapsat opakovaným stiskem jednoho a toho samého tlačítka.

Jednotlivá tlačítka obsahují následující znaky v uvedeném pořadí stisků:

1: interpunkční znaménka a číslo 1,

2: a, b, c, 2, á, č,

3: d, e, f, 3, d', é, ě,

4: g, h, i, 4, í,

5: j, k, l, 5,

6: m, n, o, 6, ň, ó,

7: p, q, r, s, 7, ř, š,

8: t, u, v, 8, ť, ú, ů,
9: w, x, y, z, 9, ý, ž,
*: interpunkční znaménka
0: mezera, 0,
#: křížek.



K zápisu potřebujeme vždy 2 prsty. Jedním pohybujeme po displeji mobilního telefonu, dokud není ohlášen první znak daného tlačítka. Při souběžném držení krátce ťukneme druhým prstem kamkoli na displej, znak bude zopakován. Pokud se jedná o znak, který chceme zapsat, můžeme prsty zvednout. Ozve se ťuknutí indukující zapsání znaku. Pokud je však požadovaný znak dále v pořadí, budeme druhým prstem do displeje ťukat tak dlouho, dokud se neozve. Až pak je možné prsty zvednout. I v tomto režimu se ve spodní části displeje zobrazují 3 tlačítka. Zcela vlevo je tlačítko vykonávající akci (tedy odeslání zprávy či uložení), uprostřed je tlačítko pro pohyb a vpravo pro mazání.

Oproti číselníku je rozšířen režim mazání o slova. Vše ostatní je stejné jako v režimu zápisu čísel.

Znamé problémy a doporučení: Závěrem je třeba dodat, že BlindShell v současné době není prozatím schopen ozvučit zadávání bezpečnostního kódu PIN, proto je nutné před používáním s touto aplikací PIN kód na své SIM kartě předem vypnout. Dále je třeba rovněž upozornit na skutečnost, že BlindShell není v tuto chvíli schopen ozvučit okno pro vypnutí telefonu díky omezení operačního systému Android. K úplnému vypnutí tak dojde pouze vybitím či vyjmutím baterie z telefonu.

JUDr. Bohuslav Dohelský

Stolní kamerové lupy

Pokud se řekne lupa, každý si můžeme představit něco jiného, aneb není lupa jako lupa. Někdo pod tím slovem vidí zvětšovací sklo, někdo z vás si představí kamerovou lupu ruční nebo stolní... A právě o stolních lupách dnešní článek bude.



Jejich hlavní předností je možnost komfortního čtení například i příbalových letáků léků, prohlížení třeba fotografií či možnost drobné manuální práce za podmínek, které jsou běžnými optickými pomůckami obtížně dosažitelné. Existují v mnoha provedeních a vzhledem k relativně vysoké pořizovací ceně a k tomu, že by vám měla sloužit několik let, je třeba zvážit, která je pro vás tou nejvhodnější.

Lupy se mohou na první pohled lišit svou hmotností, velikostí a provedením stolku, osvětlením... Nabízejí různou velikost zvětšení (některé se blíží až ke stonásobné velikosti), odlišují se i kvalitou obrazu.

Mohou sloužit k zobrazení plochy stolu, okolí (například školní tabule či vlastního obličeje třeba při líčení či holení). Nabízejí možnost automatického zaostřování, režimy zvýšeného kontrastu v různých barevných kombinacích, funkce blokování obrazu či zobrazení v plných barvách. Pro usnadnění orientace v textu slouží zobrazení řádků a clon. Někdy je možné měnit dle potřeby vzdálenost a sklon monitoru. Ráda bych upozornila na dvě lupy, které mě v poslední době zaujaly. Stolní kamerová televizní lupa Clearview+ od výrobce Optelec-Tieman Group nabízí zvětšení až 95x, monitor je upevněn na pohyblivém rameni a je tak možné nastavit vzdálenost, výšku a náklon monitoru. Má pohyblivý čtecí stolek a pro usnadnění orientace v textu možnosti pozitivního či negativního zobrazení a další funkce, jako je doplňkové vybavení – světelné ukazovátko, umělé zabarvování písma a papíru, vodící linky a čtecí okno. Co mě však zvláště zaujalo, je možnost čtení textu syntetickým hlasem. Text pod lupou je vyfotografován, rozpoznán a přečten hlasovou syntézou. Čtenář si může na dotykové obrazovce snadno vybrat odstavec, který si chce nechat předčítat.

Druhou lupou je elektronická stolní lupa SmartView 360 od firmy HumanWare s kamerou upevněnou na pohyblivém rameni, kterou lze otáčet všemi směry, prohlížet jí i vzdálené předměty (školní tabule, televize), nastavit ji na plochu stolu nebo ji nasměrovat k vám a používat ji jako zrcadlo. V režimu zvýšeného kontrastu můžete zobrazit text pomocí různých barevných

kombinací (výběr ze šestnácti), v režimu barev lze zvolit zobrazení v plných barvách. Máte možnost obraz zablokovat, volit z 24 úrovní zvětšení obrazu. Usnadnění orientace v textu umožní zobrazení řádků a sloupců. Lze dočasně vypnout automatické zaostřování kamery, což oceníte, například když sledujete napsaný text, nezajímá vás však vaše ruka nebo pero. Můžete nastavit kalibraci bílé barvy, vybrat si světélkující či běžné osvětlení a k dispozici jsou i tři úrovně intenzity světla – střední, vysoká a nízká. Lupa mě zaujala svou relativně nízkou hmotností (7,75 kilogramů), tedy i snadnou možností přemístění.



Jana Kašparová

terénní sociální pracovnice Praha

Zdroj: GALOP, SPEKTRA, manuál SmartView 360

HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI



Haben Girma:

**první hluchoslepá absolventka práv
na Harvardu**

Mladá Američanka Haben Girma se stala první hluchoslepu absolventkou práv na prestižním Harvardu.

V loňském roce získala ocenění Champion of Change, které je pravidelně udělováno v Bílém domě Američanům, jež dělají výjimečné věci pro svoje okolí. V současné době se věnuje právníkové praxi a soustředí se na pomoc lidem s handicapem.

Na střední škole se tato hluchoslepá dívka s nepatrnými zbytky zraku a sluchu snažila vyřešit problém s vybíráním jídla z denního menu v jídelně. Na vytištěné menu neviděla a v hlučném prostředí jídelny nerozuměla přátelům, kteří by jí ho mohli přečíst. Navrhla manažerovi jídelny, aby jí menu posílal každý den



e-mailem a usnadnil jí tak orientaci v nabídce. E-mail jí však manažer posílal nepravidelně. Když si postěžovala, odpověděl, že je příliš zaneprázdněný a že i tak jí prokazuje dost velkou službu, za kterou by měla být vděčná. Haben Grima si tedy nastudovala patřičný zákon, který nařizuje přizpůsobení podmínek pro handicapované. Pak informovala manažera, že se hodlá s jídelnou soudit, pokud nebude zákon dodržovat. Následující den se jí manažer omluvil a e-mail s menu jí posílal už pravidelně. Na tomto příkladu Haben Grima ukazuje, jak je důležité, aby handicapovaní lidé sami přicházeli s kreativním řešením svých problémů. Zároveň je nutné, aby znali svá práva a nebáli se za ně bojovat, pokud nebudou respektována.

Už od dětství jí rodiče i učitelé zdůrazňovali, že její hluchoslepotu jí v životě nemusí nijak omezovat – že každý problém má řešení. Rodiče se velmi snažili, aby pro ni bylo přístupné vše, co mohou dělat ostatní zdravé děti. A tak Haben Grima postupně nabyla přesvědčení, že může dělat opravdu cokoli. Vyzkoušela lezení po skalách, jízdu na kajaku, lyžování, jízdu na kole, tanec... Když jí bylo 15, vyrazila se skupinou dobrovolníků stavět školu v africkém Mali. To bylo asi poprvé a naposled, kdy rodiče zapochybovali, že hluchoslepý člověk dokáže zvládnout všechno, co chce. Jejich obavy však byly zbytečné. Haben se vrátila nadšená a se značně posíleným sebevědomím: „Když můžu stavět školu v Mali, můžu klidně vystudovat i právo!“

Při studiu práva na Harvardu využívala moderní technické pomůcky a sama přicházela s návrhy, jak usnadnit komunikaci s okolím. Veškeré studijní materiály dostávala v digitální podobě. Mohla si je pak poslechnout prostřednictvím svého počítače nebo přečíst pomocí brailského displeje. S vyučujícími se na organizaci svého studia dokázala vždy domluvit. Jak sama říká: „Stačilo neustále myslet pozitivně, být kreativní a optimistický – a zvládli jsme to!“

Dnes pracuje v právní kanceláři, zaměřené na pomoc osobám s handicapem. Specializuje se na pomoc studentům, snaží se, aby studijní programy byly přístupné handicapovaným, aby školy investovaly do

takových moderních technologií, které budou moci využívat i lidé s postižením. Zdůrazňuje i pozitivní roli učitelů a motivuje handicapované, aby sami bojovali za svá práva a nebáli se je prosazovat. Aktivně se účastní domácích i mezinárodních setkání a konferencí.

Její snaha nezůstala nepovšimnuta. V únoru loňského roku získala ocenění Champion of Change. Setkala se i s americkým prezidentem Barakem Obamou a je zřejmé, že o této hluchoslepé právniče ještě v budoucnu uslyšíme.

Zpracovala Hana Dvořáková



ZE SVĚTA

Strasti hluchoslepých při cestování

Páter Cyril Axelrod se chystal na jednu ze svých mnoha cest. Letecká společnost Comair mu však zakázala vstup do letadla, kterým chtěl letět z Kapského Města do Johannesburgu. Jako důvod byla uvedena neschopnost posádky domluvit se s hluchoslepým knězem. Je toto nařízení oprávněné? Má na něj letecká společnost právo?

Cyril Axelrod měl s sebou kartu, která obsahovala informace o jeho postižení a zároveň potvrzení, že může cestovat sám. Bylo mu však oznámeno, že bez asistenta mu nebude odlet povolen.

Podle mluvčí letecké společnosti Comair mají aerolinky rozdílná pravidla pro cestování osob se zdravotním postižením, než má jejich vlastník – British Airways. Comair má podmínku, že hluchoslepý člověk musí cestovat s kvalifikovanou osobou, která bude schopna zajistit komunikaci s posádkou např. v případě poplachu. Podle mluvčí byl páter Axelrod na tuto skutečnost upozorněn, ale odmítl zaplatit další letenku pro asistenta. „Pokaždé vysvětlím posádce, jakým způsobem se mnou můžou komunikovat, a nikdy to nebyl problém. Až včera mi nechtěli pomoci a neměli ani zájem se to naučit.“





Ředitel Federace neslyících v JAR Bruno Druchen říká, že takové jednání je neakceptovatelné a proti Úmluvě OSN o právech lidí se zdravotním postižením, mezi jejíž signatáře Jihoafrická republika patří. Podle Bruna Druchena mohly aerolinky nabídnout asistenta či jiné řešení, ale v žádném případě neměly zakazovat let. Odvolává se na článek 9 Úmluvy, který mimo jiné hovoří o zajištění přístupu k dopravě a veřejným službám. Podle Bruna Druchena je cestování pro zdravotně postižené složité. Oznámení a informace podávané v letadle během letu jsou pro neslyšící nedostupné. Stejně tak posádky letadel obecně nejsou vyškoleny, jak s lidmi se zdravotním postižením jednat.

Podobný případ byl zaznamenán v Kanadě v červnu loňského roku. Hluchoslepá Christine ‚Coco‘ Roschaert sice nastoupila do letadla, ale před odletem byla vyvedena. Kanadské aerolinky uvádí jako důvod opět bezpečnostní opatření. Podle Air Canada hluchoslepý může cestovat sám pouze v případě, že má dostatečné zbytky zraku nebo sluchu pro komunikaci s posádkou. Ti, co cestují sami, musí od společnosti získat lékařské potvrzení dopředu před cestou.

Na tuto problematiku reagovala Americká asociace hluchoslepých (AADB), která zaznamenala několik podobných případů. Z tohoto důvodu se AADB rozhodla vytvořit Národní pracovní skupinu pro dopravu hluchoslepých, která bude shromažďovat informace o podobných případech a vypracuje kompletní zprávu a směrnici o dostupnosti pro všechny hluchoslepe cestovatele. Cílem je spolupráce s vládními výbory na vytvoření zákona a nařízení, které zajistí dostupné cestování pro hluchoslepe. Zároveň Asociace vyzývá ke spolupráci i ostatní země.

Cestování v České republice

Co se týče cestování letadlem, je pravděpodobně nejlepší ověřit si podmínky letecké společnosti před odletem, aby se předešlo případným problémům. Na letišti Václava Havla v Praze je situace přehlednější. Na letišti je k dispozici asistenční služba pro osoby se zdravotním postižením. Tuto povinnost ukládá nařízení

Evropského parlamentu a Evropské rady č. 1107/2006. Asistenční služba funguje 24 hodin a je poskytována zdarma. Potřebu asistence je nutné objednat předem na tel. č.: 220 111 220, fax: 220 111 222 nebo e-mailem na prm@prg.aero, kde je nutno uvést celé jméno cestujícího a kdy a jakým letem bude cestovat.



Službu poskytuje firma MaidPro service s.r.o. Její asistent doprovází cestujícího již od přepážky odbavení až k sedadlu v letadle, v opačném případě od sedadla v letadle až před příletovou halu, případně k dopravnímu prostředku. Asistenti jsou plně proškoleni. Po příjezdu na letiště musí cestující kontaktovat přepážku odbavení, která následně zkontaktuje dispečink a asistent si cestujícího na přepážce vyzvedne. Pokud by byla asistence vyžadována již od dopravního prostředku, kterým bude cestující na letiště dopraven, je nutné zavolat na dispečink na tel. č.: 220 111 220 minimálně 10–15 minut před plánovaným příjezdem na letiště a nahlásit, kde přesně se bude dopravní prostředek nacházet.

Podobná možnost asistence funguje také v rámci vlakové dopravy Českých drah. I zde se doporučuje objednat asistenci předem. Je nutné vyplnit tzv. Formulář pro objednání cesty, který je dostupný na webových stránkách Českých drah <http://www.cd.cz/vnitrostatni-cestovani/s-cd-bez-prekazek/sluzby-provozickare/-3697/>. Formulář je primárně určen pro osoby s tělesným postižením, je zde však kolonka „upřesnění objednávky“, kde cestující specifikuje, jakou formu pomoci vyžaduje. Pokud je pro cestujícího komplikované formulář vyplnit nebo nemá přístup na internet, může využít telefonickou informační linku 840 112 113, na které operátor vyplní formulář a asistenci objedná.

Zpracovala Lenka Veverková



Bangladéš přijal zákon o právech a ochraně osob s postižením

Dne 3. října 2013 přijal parlament v Bangladéši zákon o právech a ochraně osob s postižením. V Bangladéši žije zhruba 153 mil. obyvatel. Přesné údaje o počtu lidí se zdravotním postižením neexistují.

Bangladéš, oficiálním názvem Bangladéšská lidová republika, je stát v jižní Asii. Sousedí s Indií a Barmou. Hlavním městem je Dháka. Tato chudá rozvojová země se řadí k nejlidnatějším státům světa (na 1 km² připadalo v roce 2013 asi 1 237 obyvatel. V České republice je to 131 obyvatel na km²). Oficiálním jazykem je bengálština. Většina obyvatel vyznává islám.

Přijetí tohoto zákona naplnilo dlouholetý sen miliónů lidí s postižením, jejich rodin a odborníků v Bangladéši. Tento dokument je založen na právních úpravách týkajících se lidských práv a je sepsán v duchu Úmluvy o právech osob se zdravotním postižením, kterou Bangladéš ratifikoval v květnu 2008.

Zdravotní postižení jsou v zákoně rozdělena do 11 kategorií: poruchy autistického spektra, dětská mozková obrna, sluchové postižení, zrakové postižení, hluchoslepota, Downův syndrom, mentální postižení, fyzické postižení, psycho-sociální postižení, poruchy řeči a kombinované vady.

V zákoně jsou práva osob se zdravotním postižením rozdělena do 21 kategorií. Mimo jiné zákon nařizuje vydávání národních identifikačních karet, zápis do běžných škol, vyhrazené místo k sezení ve všech formách veřejné dopravy, přístupnost do všech veřejných zařízení, rovné příležitosti v zaměstnání, právo být kandidátem ve volbách, ochranu dědických práv.

Zpracovala Lenka Veverková



Jubileá

Ve třetím čtvrtletí roku 2014 oslaví svá životní jubileá tito klienti, členové a přátelé o.s. LORM:

- 25 – Ladislav Čureja, Kladno
- 35 – Barbora Tesková, Jihlava
- 50 – Ladislav Holba, Ostrava
- 55 – Dagmar Prošková, Žatec
- 55 – Dana Ťukalová, Praha
- 60 – Miroslav Klemera, Brno
- 60 – Jana Jungmannová, Praha
- 70 – Zdeněk Peter, Luka nad Jihlavou
- 75 – Helena Deáková, Havířov
- 83 – Ludmila Bártová, České Budějovice
- 84 – Olga Opavská, Svitavy
- 85 – Anna Zemanová, Rožmitál pod Třemšínem
- 85 – Josef Jeřábek, Brno
- 85 – Viktor Sedlář, Kladno
- 88 – Marie Váňová, Jihlava
- 89 – Libuše Světlíková, Plzeň

Rozloučení s paní Trinklovou

Životní cesta každého z nás jednoho dne končí. Dne 24. dubna letošního roku ve věku 82 let nás navždy opustila paní Boženka Trinklová z Českých Budějovic.

Jistě si někteří z Vás pamatují paní Trinklovou, která byla plná životního elánu a optimismu. Nikdy se nezapomněla zeptat, co je v LORMu nového, kde jsme byli, co jsme prožili... Velmi ráda se zúčastňovala klubových akcí i pobytů. V posledním roce se již vinou svého zhoršujícího zdravotního stavu nemohla zúčastnit pobytu, a tak za námi alespoň přijela na jedno odpoledne do klubu.

Paní Trinklová, budeme na Vás nejen já, ale všichni, kdo Vás znali, rádi vzpomínat! Upřímně mě těší, že jsem Vás mohla poznat...

Jana Radová
terénní sociální pracovnice



ZÁLIBY (HOBBY)

LÉČIVÉ A AROMATICKÉ BYLINY

Chmel podporuje klidný spánek

Tato všeobecně známá popínavá bylina se tradičně používá pro výrobu piva. Pěstování chmele je v českých zemích doloženo již za vlády knížete Rastislava, přesněji od roku 859. Chmelové šišťice jsou odnepaměti rovněž uznávány jako léčebný prostředek, používali je již staří Řekové a Římané, kteří znali jejich močopudný účinek. Odedávna se ze sušených šištic připravuje také čaj, především proti nespavosti, nervovému rozrušení a neklidu.

Chmel otáčivý (latinsky *Humulus lupulus*) je dvoudomá vytrvalá rostlina, pravotočivě ovíjivá. Lodyhy dosahují výšky až 6 m, listy jsou trojlaločné až pětialočné, na okraji pilovité, obvykle mají na bázi řapíku dva blanité palisty. Samčí prašnicková květenství jsou buď úžlabní, nebo koncová, sestavena v latách, kdežto samičí pestíkové květy se skládají z krátkých klásků a po odkvětu se z nich vytvářejí vejčité šišťice. Jejich šupiny jsou až 2 cm dlouhé a pokryté drobnými zlatožlutými žlázkami.

V současné době je chmel rozšířen po celém mírném pásu Evropy, Asie a Severní Ameriky, dále roste jako zavlečený v Jižní Americe (Chile) a v Austrálii. Vyskytuje se v olšínách, na okrajích lesů, v lužních lesích, zejména však v pobřežních křovinách potoků a řek, kde často vytváří rozsáhlé porosty. Kvete od července do srpna.

K léčebným účelům se obvykle sbírají samičí šišťice, ojediněle i žlázy těsně před dozráním během srpna a září. Při sběru musíme být opatrní, protože u citlivých jedinců může sběr šištic vyvolat alergickou vyrážku, puchýře nebo oční zánět. Rozhodně se nedoporučuje sbírat šišťice ani žlázy na pěstovaných rostlinách na chmelnicích. U pěstovaných rostlin je obsah účinných látek podstatně slabší, nehledě na skutečnost, že jsou mnohdy chemicky ošetřovány. Ke sběru si tedy vybíráme

výhradně planě rostoucí rostliny, nejlépe v lese. Nasbírané šišťice sušíme v jedné vrstvě v suché a vzdušné místnosti na sušicích platech nebo v sušičce při maximální teplotě 35 °C. Skladujeme je ve vzduchotěsných tmavých sklenicích, a to nejdéle po dobu 1 roku, neboť dlouhým skladováním z nich účinné látky rychle vyprcháávají a stávají se tak bezcennými.

Chmel je odedávna hojně vyhledávanou léčivou bylinou, především v lidovém léčitelství. Jeho účinek je nejen močopudný, ale je o něm také známo, že povzbuzuje chuť k jídlu, uklidňuje nepříjemné stavy při nervové podrážděnosti a vyvolává spánek. Bývá doporučován jako prostředek podporující trávení, pomáhá při potížích s prostatou, mívá i dobré dezinfekční vlastnosti. Dále je vhodný i proti křečím, při poruchách žaludku, žlučníku, jater, dvanácterníku a ledvin. K tomuto účelu se nejčastěji připravuje chmelový čaj, a to tak, že se 1 polévková lžice sušených šišťic přelije 250 ml vroucí vody a nechá 10 minut louhovat. Užívání tohoto čaje by nemělo trvat déle než 3 měsíce. Pro alergiky, těhotné ženy a pacienty postižené depresemi je užívání chmelových šišťic zcela zakázáno. Při zevním užívání má dobré uplatnění jako přísada do koupele, ve formě odkladu poslouží na rány, k prokrvení pleti, při chorobném vypadávání vlasů a jejich slabosti. Pro posílení a zlepšení vzhledu vlasů je často doporučováno je umývat a oplachovat pivem.

První historická zmínka o užití chmele pro dochucení piva pochází z listiny franského krále Pipina III. Krátkého z roku 768. Dnes jsou hlavními oblastmi pěstování chmele kromě České republiky i Německo, USA, Čína, Etiopie, Polsko, Velká Británie, Rusko, Ukrajina, Kanada a Austrálie. Mladé, na jaře rašící ochucené chmelové výhonky jsou od středověku považovány za delikatesu a dodnes se používají jako zelenina. Pod lidovými názvy chmelíček nebo pazoušky se připravují buď jako tzv. chmelový chřest, kdy se ochucují solí, pepřem, octem a olejem, anebo se přidává do salátů, omelet či polévek, dokonce jej lze jako chřest i nakládat.





Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ

Bez přátelství se nedá žít

Přátelství je jako strom, který se zasadí do země a roste. Přátelství je třeba živit jako oheň, u kterého se ohříváme. Přátelstvím poznáváme jedinečnost druhé osoby. Přátelství však může být velmi křehké. Jestliže se poruší, tak je třeba velkého úsilí ho znovu obnovit. V přátelství je třeba podávat oběti. Je to vyjádření nezištného jednání. Proto se snažme být takovými přáteli! A k tomu nám dopomáhej Bůh.

Jan Pavlíček



VZKAZY MOUDRÝCH

„Tajemstvím štěstí je svoboda. A tajemstvím svobody je odvaha.“

Thúkydídés (asi 460 – 399 př. n. l.)

*řecký historik, politik, autor klasického díla
Dějiny peloponéské války*



RECEPTY

Milé kuchařky a kuchaři,
jsem ráda, že se poslední dobou ozýváte se svými oblíbenými a zejména vyzkoušenými recepty, o něž se chcete podělit se čtenáři Doteků. Tentokrát si dle návodu naší klientky z Morkovic můžete pochutnat

na pudinkovém dezertu z listového těsta a věřte, že si opravdu pošmáknete, sama jsem již podlehla jeho vynikající chuti a o nějaké to deko se díky tomu zaoblila 😊



*Zdena Jelínková
metodička o.s. LORM*

Pudinkový dezert z listového těsta

Suroviny

1 listové těsto (mohou být i dva kusy již vyváleného)

2 vanilkové pudinky

8 dcl mléka (necelý litr)

1 velká plechovka pūlených broskví nebo jiný ovocný kompot dle chuti (bez šťávy), ovoce může být i čerstvé

1 balíček piškotů

Postup

Listové těsto rozdělíme na dvě poloviny, jednu polovinu vyválíme a dáme na velký plech s vyšším okrajem, na plát poskládáme piškoty, broskve nakrájíme na plátky nebo menší kousky a poklademe na piškoty. Dva vanilkové pudinky uvaříme v 7–8 dcl mléka a hotový pudink nalijeme na broskve. Také můžeme ovoce vmíchat do hotového pudingu. Navrch položíme druhý vyválený plát těsta (můžeme ho potřít rozšlehaným vejcem) a propícháme těsto lehce vidličkou. **POZOR!** Od okraje necháme těsto cca 1cm volné, bez náplně, abychom ho pak mohli spojit s vrchním plátem, a to z důvodu zamezení úniku náplně během pečení. Tímto spojením vlastně dezert uzavřeme. Rozehřejeme troubu na 200 °C, vložíme plech a pečeme asi 15 minut v klasické troubě a 12 minut v horkovzdušné troubě. Po upečení necháme vychladnout na plechu, krájíme, až pudink ztuhne. Pocukujeme nebo můžeme ozdobit šlehačkou, zakysanou smetanou, čokoládou, fantazii se meze nekladou.

Dobrou chuť přeje Jana Brožková a pes Henry, který minule nečekal, až dezert vychladne, a celý ho spořádal.

DOTEKY. Časopis o.s. LORM, Léto, číslo 79. Vychází čtvrtletně.

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

Vychází v elektronické podobě.

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 a Fastr typo-tisk, Nad Budánkami II./13, Praha 5

Osoby s hluchoslepotou a se zrakovým handicapem odebírají časopis Doteky v rámci informačního servisu, který je součástí jejich sociální rehabilitace. V elektronické podobě je časopis bezplatně zasílán na odbory sociální a zdravotní péče.

Doteky v elektronické verzi jsou zasílány všem zájemcům zdarma.

Starší i nová čísla Doteků 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: kancelar@lorm.cz. Časopis je rozesílán na základě objednávky členům o.s. LORM a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Na <http://www.lorm.cz/cs/doteky/> je k dispozici elektronická objednávka i ve formátu k vytištění.

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

Uzávěrka příspěvků do čísla 80 (Podzim 2014) je 15. 8. 2014.



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**