

DOTEKY

ČASOPIS LORM z.s. – ZIMA

85
2015



LORM

SPOLÉČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



VERŠE • ÚVODNÍ SLOVO • ZPRÁVY Z LORMU • NAD
DOPISY ČTENÁŘŮ • MÍSTO MÉHO SRDCE • ROZHOVOR
• PRÁVNÍ PORADNA • ZDRAVÍ • HAF • INFORMACE •
HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI • ZE SVĚTA • SPOLEČENSKÁ
KRONIKA • ZÁLIBY • VZKAZY MOUDRÝCH • RECEPTY

- 5 • „SMYSLŮPLNÉ“ VÁNOČNÍ NÁKUPY
- 21 • NA PRKNECH, KTERÁ ZNAMENAJÍ SVĚT
- 24 • NAPLNO ŽÍT!
- 35 • DOMOV PRO HLUCHOSLEPÉ V MORAVSKO-SLEZSKÉM KRAJI
- 37 • ROZHOVOR S VASILEM ADAMESCU



VERŠE – Zas po roce	3
ÚVODNÍ SLOVO	4
ZPRÁVY Z LORMU	5
„Smysluplné“ vánoční nákupy /5 • Lormolympiáda aneb popáté a opět poprvé /7 • Natáčení v Ostravě /9 • Hallelujah! /9 • Street Happening v Karlíně podpořil LORM a hluchoslepé /10 • Téma 6. ročníku Ceny Hieronyma Lorma /10 • Okénko do Jihomoravského kraje /11	
NAD DOPISY ČTENÁŘŮ	13
Můj první zážitek s Lormolympiádou /13 • Lormolympiáda „Sportu zdar“ /16 • Přivezla jsem si nový pohled na svět /17 • Postřehy průvodce /17 • Sportu zdar ve Vyškově /18 • Čtyři dny v Ostravě /19 • Šílené a krásné natáčení /20 • Na prknech, která znamenají svět /21	
MÍSTO MÉHO SRDCE	
Hospoda V Pivovaře	22
ROZHOVOR	
Naplnno žít!	24
PRÁVNÍ PORADNA	
Jak nepřijít o příspěvek na mobilitu	29
Změna posudkového výroku při posuzování míry invalidity	31
ZDRAVÍ	
Příčiny náhlé slepoty	32
HAF – PSI NEJEN PRO HANDICAPOVANÉ (20. ČÁST)	
Saarloosův vlčák miluje dlouhé procházky	33
INFORMACE	
Domov pro hluchoslepé v Moravskoslezském kraji	35
HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI	
Rozhovor s Vasilem Adamescu	37
ZE SVĚTA	
První ruské představení s hluchoslepými herci	40
SPOLEČENSKÁ KRONIKA	41
ZÁLIBY	
LÉČIVÉ A AROMATICKÉ ROSTLINY	42
K Vánocům patří i vůně badyánu	
Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ	44
Koukám za tebe! • Při nákupech • Jaroslav	
INZERCE	45
VZKAZY MOUDRÝCH	45
RECEPTY – Dia vánoční cukroví	46

*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

Zas po roce

A zas tu máme Vánoce.
Prý po roce
zamrzne voda v potoce...
Mně zdá se, jak by to včera bylo,
co zablikal stromek a v srdcích tak milo!

A zas tu máme Vánoce.
Prý po roce
sníh ustele si na louce...
Jen děti se u cukroví netlačí,
už odešly do světa jak ze smrku jehličí.

A zas tu máme Vánoce.
Prý po roce
zazvoní zvony přes kopce...
To špatné shoří jak vonná svíčka,
to dobré zrodí přáním pro Ježíška.

A zas tu máme Vánoce.
Prý po roce
chytne se pevně za ruce...
Cítíme, že jsme všichni spolu
i s těmi, co nepřijdou už
k společnému stolu.

Tak vítejte letos, Vánoce!
Zas po roce
pro staré, mladé, pro děti,
pro to, co bylo a už není,
pro všechna další pokolení
budem si nekonečně přát:
zas za rok nás přijďte rozehřát!

Zdena Jelínková



ÚVODNÍ SLOVO

Vážení čtenáři,

píše se prosinec léta Páně 2015 a vy otevíráte poslední číslo našeho čtvrtletníku Doteky v tomto roce. Jeho konec s sebou u mnoha z nás přináší bilancování: jaký byl, co mi dal, co mi vzal, co mě obdarovalo, kdo byl obdarován mnou? Dvanáct měsíců života se nenávratně přesouvá do minulosti, ale vzpomínky na hezké zážitky, ty nám zůstanou – třeba na setkání hluchoslepých sportovců a jejich příznivců na 5. ročníku Lormolympiády ve Vyškově, o kterém se dočtete ve Zprávách z LORMu, stejně jako na natáčení dokumentu o životě a díle Hieronyma Lorma s aktivní účastí našich klientů. Klienti – dopisovatelé vás hned nato vtáhnou v rubrice Nad dopisy čtenářů do svých nevšedních a ojedinělých prožitků, aby vás vzápětí pohládilo po duši Místo mého srdce šéfredaktora Zdeňka Sedláčka. Kdo z nás by nechtěl žít naplno?! Nic, včetně many nebeské, shůry nepadne, o všechno se musíme zasloužit vlastní vůlí, vytrvalostí, odhodláním, sebezapřením a sil napřením, jak se dočteme v Rozhovoru s Václavem Fišerem – sportovcem, básníkem, muzikantem, masérem, kutilem a především milým člověkem.

Právní poradna poskytne užitečné a důležité rady, Saarloosův vlčák nás vezme na dlouhou procházku, paní Sykáčková potěší literárními střípky... Zdaleka

nejen toto počtení přinášejí zimní Doteky do vašich domovů, vyhřátých sálajícími kamny, provoněných vánočním cukrovím, blikajících adventními svíčkami...

Ať vás v roce příštím hřeje láska v srdcích, dlaně přátel, objetí rodiny, ať vám slouží zdraví a vy sloužíte dobru!

A teď už jen ŠŤASTNÉ A VESELÉÉÉÉÉÉÉÉ!

Zdena Jelínková



ZPRÁVY Z LORMU

„Smysluplné“ vánoční nákupy

No tak dobrá... Ježíšek dárky nenakupuje. To víme. Když ale dárky pro vaše nejmilejší nakoupíte na givt.cz nebo stedrynakup.cz a mezi neziskovkami zakliknete LORM, pomůžete těm, kteří si dárky opravdu zaslouží. Nedáte ani korunu navíc, a přesto se o letošních Vánocích stanete Ježíšky. Děkujeme vám.

Začátkem listopadu zahájila naše organizace LORM kampaň, která má dát vánočním nákupům smysl a současně pomoci lidem s hluchoslepotou. Cílem kampaně není podporovat nesmyslné předvánoční nakupování a utrácení, ale právě naopak, cílem je, aby se lidé nad nakupováním zamysleli a dali mu přidanou hodnotu. Máme radost, že oba naši partneři to vnímají podobně a okamžitě souhlasili s tím, abychom oba projekty GIVT a Štědrý nákup komunikovali současně. Budeme rádi, když si lidé o Vánocích vyzkouší a naučí se, že svoji neziskovku mohou podporovat pouhým nakupováním na internetu a že přitom za vybraný dárek nebo službu nezaplatí ani o korunu navíc.

A odkud se berou darované peníze na podporu? Je to jednoduché, internetové obchody platí určité pro-





cento z každého nákupu zákazníka, který je k nim přiveden. Jak na to? Při nakupování se stačí zaregistrovat na www.givt.cz nebo www.stedrynakup.cz, vybrat si svoji oblíbenou organizaci a pak už jen přejít do svého oblíbeného obchodu a nakupovat jako obvykle. Jak moc můžete hluchoslepým klientům z organizace LORM pomoci? Vše záleží na tom, jak často nakupujete na internetu, zda si budete vybírat obchody, které jsou opravdu štědré (darují 5 % a více), a jaké částky při nákupech na internetu utrácíte. Snadno to mohou být i tisíce korun, ale i pár korun se počítá.

Podpořte nás při nakupování na e-shopech, zapojte se do kampaně, která trvá celoročně, i vy! Jak? Řekněte o naší kampani svým přátelům, známým i rodinným příslušníkům. I vy můžete podpořit naše služby pro vás, hluchoslepé, a při tom vás to nebude stát ani o korunu více! Čím více se veřejnost o této možnosti dozví, tím více bude kampaň úspěšná a tím více peněz získáme na sociální služby pro vás, naše hluchoslepé klienty! Vážíme si každé podpory ze strany příznivců a dárců, každý sebemenší příspěvek nám umožňuje dál poskytovat služby pro vás. A jak vám pomáháme? S naší pomocí se učíte komunikační systémy, prostorovou orientaci a samostatnou chůzi s červenobílou holí, díky našim průvodcům a tlumočnickům si můžete dojít k lékaři, na úřady či do obchodu, s našimi traséry jezdíte v zimě na běžkách a v létě na tandemových kolech, soutěžíte ve sportovních disciplínách na Lormolympiádě a v umělecké soutěži o Cenu Hieronyma Lorma. Sdružení LORM je jediným registrovaným poskytovatelem sociálních služeb pro osoby s duálním smyslovým postižením v České republice. Více informací o kampani i sdružení na www.lorm.cz.

*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*

Lormolympiáda aneb popáté a opět poprvé



V sobotu 19. září se ve Vyškově uskutečnil 5. ročník sportovní soutěže osob s hluchoslepotou. A opět jsme se snažili připravit nejen pro sportovce něco nového, něco poprvé – tentokrát to bylo rozdělení soutěžících dle pohlaví, tedy na kategorii muži a kategorii ženy, 3. kategorie zůstala smíšená. Přijeli jsme do hotelu Dukla už pomalu jako domů v pátek 18. září a odjížděli – spokojení nad míru – v neděli po snídani. Mezi ostřílené borce „lormolympioniky“ tentokrát výrazným způsobem zasáhla nová mladá krev, po krásném, veselém a zároveň zarputilém klání byly večer zaslouženě rozdány medaile a ve sportovním duchu se bez umdlení pokračovalo až do půlnoci – na parketu, při živé hudbě.

A kdo si tentokrát vybojoval medaili? Jiří Schneider z Plzně již popáté obhájil své prvenství v šachovém turnaji, sedmé soutěžní disciplíně. Největší počet medailí z nejcennějších kovů si v šesti atletických disciplínách vybojoval hluchoslepý Adam Maršík z Číměře u Jindřichova Hradce, který se Lormolympiády zúčastnil poprvé a doslova zazářil. Čtyřiaadvacetiletý mladík si domů do jižních Čech odvážel celkem 5 zlatých a 1 stříbrnou medaili. Druhým velkým překvapením letošní Lormolympiády byl nejmladší účastník, třiadvacetiletý Karel Schmidt, rodák z Ústí nad Labem, který se soutěže rovněž zúčastnil poprvé a ve Vyškově vyhrál 1 zlatou, 1 stříbrnou a 1 bronzovou medaili. Horký favorit předchozích ročníků Lormolympiády, čtyřiašedesátiletý Milan Koklar z Českých Budějovic, ve velké konkurenci obhájil celkem 4 medaile. A jak se dařilo hluchoslepým sportovkyním? Běhy na krátkou i dlouhou trať sedly devěťadvacetileté Lence Křepinské z Prahy, která si v samostatné kategorii vyběhala na 50 metrech zlatou medaili a ve smíšeném běhu s muži na 1 km vybojovala stříbro! Hluchoslepá Božena Valenová z Prahy byla oceněna celkem 1 zlatou a 4 stříbrnými medailemi v atletických disciplínách. Novou tvář mezi ženami se stala čtyřiapadesátiletá Olga Pírková z Líchov u Sedlčan,



kteřá v běhu na 50 metrů a skoku do dálky vybojovala dvě bronzové medaile. Celkem se v sobotu večer během slavnostního ceremoniálu rozdalo 33 medailí! V zimních Dotecích si můžete přečíst reakce účastníků letošní Lormolympiády a my, organizační a pracovní tým LORMu, děkujeme všem, kteří přijeli, díky tomu prožili, a proto na celé čáře zvítězili! Lormolympiáda již potřetí proběhla ve Vyškově a opět se soutěžilo na atletickém stadionu místní základní školy Letní pole. Kompletní informace k Lormolympiádě i předchozím ročníkům lze najít na www.lorm.cz. Lormolympiáda se konala díky laskavé podpoře Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška.

Výsledky 5. ročníku Lormolympiády 2015

Disciplína	1. místo	2. místo	3. místo
Běh na 50 metrů ŽENY	Lenka Křepinská	Božena Valenová	Olga Pírková
Běh na 50 metrů MUŽI	Adam Maršík	Karel Schmidt	Ladislav Čureja
Skok do dálky ŽENY	Božena Valenová	Lenka Křepinská	Olga Pírková
Skok do dálky MUŽI	Adam Maršík	Václav Fišer	Milan Koklar
Vrh koulí ŽENY	Dagmar Prošková	Božena Valenová	Eva Drozdová
Vrh koulí MUŽI	Karel Schmidt	Adam Maršík	Milan Koklar
Hod oštěpem ŽENY	Eva Drozdová	Božena Valenová	Olga Sarköziová
Hod oštěpem MUŽI	Adam Maršík	Milan Koklar	Karel Schmidt
Běh na 1 km	Adam Maršík	Lenka Křepinská	Milan Koklar
Překážkový běh	Adam Maršík	Božena Valenová	Václav Fišer
Šachy	Jiří Schneider	Jan Kessner	Petr Veselý

Natáčení v Ostravě



Když jsem se na jaře letošního roku sešla v Brně s Terezou Rekovou, studentkou posledního ročníku JAMU, abych vyslechla její prosbu o pomoc, nemohla jsem tušit, do jakých rozměrů se naše spolupráce rozvine. Terka, která si pro svoji diplomovou práci zvolila prozkoumání života a zejména díla Hieronyma Lorma, měla v plánu nastudovat s hluchoslepými aktéry jednu z jeho tří divadelních her. Aby se aspoň trochu přiblížila problematice osob s hluchoslepotou v praxi, přijela za námi na pobyt do Bruntálu i na Lormolympiádu do Vyškova. Během doby jsem oslovila 6 našich klientů, z nichž se nakonec 4 zúčastnili čtyřdenního natáčení dokumentu a nastudování hry „Staří a mladí“ pod vedením Terezy a za pilné spoluúčasti profesionálního filmového štábu. V režii Terezy bylo doslova vše, díky ní jsme tedy v počtu osmi Lormáků prožili krásný prodloužený víkend v příjemném penzionu v těsné blízkosti Ostravy, s milým personálem, nadstandardně štedrou vynikající domácí kuchyní, mezi fajn lidmi – velké díky, Terezo! A co konkrétně se na místě dělo a jak se dílo k světu mělo, to si přečtete v zimním čísle našeho čtvrtletníku Doteky.

*Zdena Jelínková
metodička LORM z.s.*

Hallelujah!

Ve čtvrtek 24. září na benefičním koncertě pro LORM vystoupila vokální skupina Marika Singers v kostele sv. Václava na Smíchově. Hudební těleso, které samo sebe na svých webových stránkách popisuje jako „vokální skupinu, kterou musíte nejen slyšet, ale i vidět“, vystoupilo na koncertě věnovaném lidem s hluchoslepotou. Za výjimečný hudební zážitek a podporu děkujeme Marika Singers, organizátorům Svatováclavských slavností ze Společnosti pro duchovní hudbu, Blance Karnetové a všem hostům, kteří nás na koncert



přišli podpořit a přispěli na sociální služby pro hluchoslepé částkou 6 163 Kč! Děkujeme a všem tleskáme!

*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*

Street Happening v Karlíně podpořil LORM a hluchoslepé

V sobotu 3. října proběhl v Karlíně pouliční happening s bohatým hudebním programem a pokusem o kytarový rekord. Novinkou letošního festivalu byla charitativní tombola. Výtěžek z tomboly věnovali organizátoři festivalu Karlínské Spektrum LORMu na služby pro hluchoslepé! A jak dopadl Street Happening v Karlíně? Kytarový rekord sice nepadl, ale děkujeme všem, kteří přišli a užili si spolu s Petrem Jandou neopakovatelnou atmosféru společné hry na kytaru! Za naše hluchoslepé klienty děkujeme také všem, kteří naši organizaci LORM podpořili v charitativní tombole, a to částkou 3 735 korun!

*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*

Téma 6. ročníku Ceny Hieronyma Lorma

Pátý ročník Lormolympiády máme úspěšně za sebou a můžeme se tedy těšit a v klidu připravovat na další oblíbenou víkendovou akci – již 6. ročník umělecké soutěže o Cenu Hieronyma Lorma 2016, tentokrát na téma: Pohádka o životě. Termín uzávěrky pro zaslání vašich uměleckých děl i s přihláškami je sice až 31. července 2016, ale vy už teď můžete využít krátkých pršavých dnů a dlouhých podzimních večerů k započetí tvorby. Bude to pohádka, příběh, sci-fi, divadelní hra, reportáž, úvaha, povídka? Je to jen a jen na vás! Budou to obrázky, sochy, ozdoby, dekorativní maličkosti, výšivky, pohádkově teplé ponožky? Je to jen

a jen na vás! A na nás je, abychom v případě potřeby pomohli, poradili a podpořili! Budete-li potřebovat v tomto směru pomoc, obraťte se s důvěrou na své terénní pracovníky, rádi vám vyjdou vstříc. Pohádka o životě právě začíná...



*Zdena Jelínková
metodička LORM z.s.*

Okénko do Jihomoravského kraje

Milí Lormáci,

je čas otevřít „Okénko“ do Jihomoravského kraje a nahlédnout, co se dělo na Moravě, potažmo v Brně a okolí. Takže otevírám...

V první polovině roku jsem ještě dojížděla za klienty do Ostravy a Přerova, času jsem na ně měla málo, tak jsem se snažila setkávat s nimi alespoň na klubech. Informovat je o novinkách z LORMu, občas nějaká ta arteterapie, o vycházkách a výletech jsme si mohli nechat jenom zdát...

Dnes je to úplně jinak, Ostraváci i Přerované mají nového terénního pracovníka Vaška Fialu, teď už je to na něm a na vás, a já držím pěsti! No... tak trochu mi po těch „přespolních“ smutno je, ale o to radostnější budou setkání na akcích pořádaných naší organizací. A jedna taková významná byla hned v září – Lormolympiáda. Sešla se nás ve Vyškově síla, a to jak do počtu, tak do výkonů. Už teď se těším na reakce od vás, našich klientů a současně soutěžících borců a fandících diváků. A za sebe si přeji – a v skrytu duše věřím, že i za vás – více takových společných setkání s tak úžasnou atmosférou!

Ale vraťme se do Brna. „Brno je zlatá loď, za děvčaty z Brna chodí,“ takže chodím za děvčaty i mládenci, mými klienty. Tu vyřídíme výměnu ZTP, tu parkovací průkaz. Zažádáme někdy více, jindy méně úspěšně o příspěvek na kompenzační pomůcku. A občas jen tak probereme, co nás trápí, ale raději co nám udělalo radost, co nás potěšilo.



A nezapomněli jsme pokračovat v akci „Poznáváme Brno a jeho okolí“. V Brně jsme se prošli botanickou zahradou, obdivovali květiny, zastavili se u kouzelných fontánek a připadali si jako uprostřed přírody, přestože pár metrů od nás pulzovala jedna z hlavních tepen města. Také jsme absolvovali výlety. V červenci na zámek do Moravské Třebové s unikátními slunečními hodinami na nádvoří, které patří mezi deset nejstarších hodin v ČR a jsou zapsány v seznamu památek jako ojedinělé hodiny pultového typu. V září jsme vyjeli na zámek do Rosic u Brna, je z velké části krásně opravený, rekonstrukce dále pokračují a při nich dochází k objevování nových historicky a umělecky cenných architektonických detailů. A nesmím zapomenout na Svitavy a jejich muzeum praček, kde jsme zavzpomínali a také si osahali pračky našich babiček, prababiček a praprababiček. Když to shrnu, měli jsme štěstí nejen na počasí, ale i na skvělé pracovníky v navštívených objektech – byli vstřícní, fundovaní i vtipní.

To bylo stručně naše letošní léto, horké, jak má léto být, možná až moc... Pak přišel podzim, ze začátku teplý a vstřícný, a my budeme rádi vzpomínat na to hezké, co nám přinesl. Nastává zima. Jaká bude? Bezpečně můžeme už teď prohlásit, že určitě studená ☺.

Milí klienti a čtenáři Doteků, přeji vám krásné zážitky a milá setkání na akcích, které pro vás s radostí připravujeme, ať úsměv z vašich tváří září!

*Helena Jelínková
terénní sociální pracovnice LORM Brno*



Můj první zážitek s Lormolympiádou

Abych vám řekl pravdu, tak se mi na ni vůbec nechtělo. A víte proč? Protože jsem vůbec netrénoval a válel se v posteli jako líné prasátko.

Prostě a jednoduše řečeno, najednou jsem měl spoustu keců okolo. No jo, jenže už jsem se tam přihlásil – a sliby se musí plnit. Tak jsem sbalil veškeré svoje odhodlání, odvalu, svoje oblečení, přítelkyni Lusi a vyrazil jsem do dalekého města jménem Vyškov na Moravě.

Já a Lusi jsme měli po dlouhé cestě vlakem smíšené pocity. Jednou jsme byli ustrašení, natěšení, nervózní, netrpěliví, no znáte to, prostě ty pocity, než vystoupíte na pódium a musíte něco důležitého říct. Když se už blížilo naše cílové město, tak jsme ani nevěděli, že jsme tam, a skoro jsme ani nevystoupili nebýt mé přítelkyně, která si na poslední chvíli všimla názvu stanice Vyškov. Po dlouhé cestě jsme už měli ztvrdlé pozadí, takže nám trvalo, než jsme se vypotáceli z přecpaného vlaku ven. Když jsme KONEČNĚ dorazili do cílového místa do hotelu DUKLA, a to jen díky GPS, byli jsme unaveně nadšení.

Rychle jsme šli na recepci, kde jsme převzali klíč, a vyplazili se do druhého patra, kde sídlil náš retro pokoj 118. Hodili jsme zavazadla na zem a chvátili jsme na vytouženou večeři. Ani nevíte, jak jsme byli rádi, když jsme v davu uviděli známou tvář, a to Janu Radovou, moji nejlepší rádkyni. K večeři byl výborný přírodní řízek s rýží, kterou v lásce nemám (rýži). Nicméně jsem měl dva řízky, protože má přítelkyně maso nepapá. Pak jsme z posledních sil vlezli do pokoje, kde jsme si upravili fasády. Poté jsme museli jít do klubovny a tam to všechno začalo. Zde jsme se všichni usadili a koukali jeden po druhém, z toho jsem byl nervózní. Hlavně z toho, když jsem musel o sobě říci základní informace do mikrofону. V tu chvíli jsem zapomněl i to, jak se



jmenuji. A kdo by nebyl nervózní? Připadal jsem si jako totální bažant.

Poté jsme se odebrali do pokoje a šli hned spát, usnuli jsme jako čerstvě zabití.

Ráno po rychlém a zběsilém vstávání, trochu i se zpožděním, jsme se nasnídali ze švédského stolu, který byl důkladně promyšlený. Každý si tam našel to, co měl rád, najedl se kolik chtěl, a to i má přítelkyně Lusi. Nato jsme rychle šli do obchodu koupit pití, teda hlavně tu flašku.

Už se blížila půl devátá ranní a všichni jsme se scházeli před hotelem. Svítlo sluníčko, teplota se zvyšovala a bylo nám všem určitě lépe, než kdyby pršelo. Tedy mně i přítelkyni ano. Přišli jsme přesně na čas. Jen co jsme se postavili na volné místo, hned se ozvalo: „Můžeme jít, jdemeééé.“ Tak jsme se všichni odebrali na stadion, který nebyl daleko. Byl to krásný areál, který je spojen i se školou, kde jsme si mohli dojít na WC i natočit vodu do PET lahví.

Než začala olympiáda, vyslechli jsme hlavní mluvčí, co mluvila do megafonu, a ředitele školy. Ten nám jako bonus připravil horkou kávičku, kterou nepohrdla hlavně něžnější polovina olympiády. Nicméně já jsem nemohl nic pozřít. Již na snídani jsem se moc nepřecpával, no to víte, aby třeba při běhu na mě nezačala zírat moje snídaně a ptát se mě, jak mi je.

Než jsem se nadál, z megafonu vycházelo moje jméno, a to jsem si ani nemyslel, že ke konci toho všeho budu své jméno slyšet tak často, až jsem měl v uších ozvěnu (Adam Maršík). Ale patří mi to, přihlásil jsem se na všechny disciplíny kromě šachů. To víte, když už jsem přijel z takové dálky, tak ať to za to stojí. „Nemáš co ztratit,“ říkal jsem si, to bylo mé heslo. První disciplína byla vrh koulí, no, tak abych řekl, to jsem se krásně protáhl. Nešlo mi o vítězství, šlo mi o to dát ze sebe co nejvíc, seznámit se s podobnými lidmi jako já a hlavně nelitovat toho, že jsem nezůstal tvrdnout doma. Druhá disciplína byla hod oštěpem, tak to vám povím, naposledy jsem oštěpem házel na základní škole! Hlav-

ní je rozběh, mrštné silné ruce, no... prostě jsem to tam nějak hodil a bylo to. Všichni mě podporovali a já se díky této úžasné atmosféře cítil skvěle. Pak na nás čekal skok do dálky. Tady jsem byl trochu dezorientovaný, nevěděl jsem, jestli už skáču naostro, nebo jestli to je jenom zkušební skok, ale má drahá polovička mi vše vysvětlila. Při prvním skoku jsem si myslel, že tam ty fotografie asi smetu nebo přinejmenším skončím zavěšený na protějším plotě. To při druhém skoku si všichni couvli kus do strany, aby se vyvarovali případnému náletu Maršíka. Zase – co bych asi poradil, tak určitě je důležitý rychlý a přiměřený rozběh a dobrý odpich. Následná disciplína byla běh na 50 metrů. K tomu mi dal dobrou průpravu fotbal, který jsem už od mala hrál, ale protože mi život zamíchal kartami, tak jsem ho musel nechat. Chtěl jsem běžet sám, protože nevím, jestli by přítelkyně byla stejně rychlá jako já. Nic ve zlém. Na olympiádě bylo krásné to, že se všichni snažili, a to mi dávalo kuráž. Ten, kdo tam byl a fandil buď sobě, nebo komukoliv jinému, tomu děkuji, protože asi jen díky tomu se mi dařilo. Také se mi líbilo vtipné zpestření dne. Byla to například překážková dráha, která se skládala z dvojic, kde jeden z nich měl zavázané oči, ten druhý ho musel rychle a hlavně bezbolestně přivést až do cíle. Je to určitě důležité pro pochopení nás, co to v životě nemáme moc lehké. Pak následovala ta překážková dráha, ale pro olympioniky. Tady jsem šel první na vlastní nebezpečí, v plném rozsahu, vyletěl jsem jak raketa a bez pudu sebezáchovy. Dopadlo to dobře, ještě že můj strážný anděl je stejně rychlý jako já. Na konec mě čekal běh na 1 kilometr. Začínal být fakt hic, takže trošičku ztížené podmínky. Ten, kdo běhá, tak ví, že na vytrvalostní běh je nejlepší letní déšť, že to není žádná sranda. Fandil jsem všem a překvapovalo mě, že i na konci měli ještě všichni energii, kterou jsem trochu postrádal. Přesto mi někde ještě nějaký zbytek zůstal a já ho celý vydal do toho jednoho kilometru. Potom následovalo zakončení – a já jsem byl rád, že mě přítelkyně nemusela odnést na





zádech. Byla rychlá sprcha a pak oběd. Polévka, kolínka s rajskou omáčkou a masem. Dále následoval volný čas ve Vyškově a večer bylo vyhodnocení, kde jsem dostal pět zlatých a jednu stříbrnou medaili. Musím říct, že řeč k obecenstvu jsem si vůbec nepromýšlel. Následně byla společenská část, kterou si užila moje přítelkyně, protože tam dorazil jeden zpěvák a zpěvačka a zpívali hlavně hity z šedesátých let, Lusi hrozně ráda tančí, však to já taky. Olympiáda mě hrozně unavila, a tak jsem jen pozoroval, jak všichni tancují, a pak už jsem spíš jen spal. Probudil jsem se ve správném pokoji a se správnou přítelkyní a po snídani rychle domů. Moje dojmy jsou nádherné, obdivuji spoustu lidí, jsou sice starší než já, ale zkušenější a hlavně odhodlaní a plní energie!

Adam Maršík

Lormolympiáda „Sportu zdar“

Při zápisu disciplín do přihlášky si pokaždé přeji, aby bolítky ustoupily a já mohla soutěžit, i když potleskem fandit a povzbuzovat kamarády s traséry např. při běhu je také prima.

Mně byly od školních let blízké disciplíny jako vrh koulí, hod granátem, „kriketákem“, diskem. Tohle nejsou zajisté disciplíny do tělocvičny, a o to jsem měla větší radost, že nám vyšlo pěkné počasí. Také musím zmínit, že v minulém ročníku jsem měla možnost si vyzkoušet pro mne novou disciplínu, hod oštěpem. Totiž oštěp jsem opravdu držela v ruce poprvé v životě.

Jsem moc ráda, že jsem tu mohla být, a když se zadaří získat některou z medailí, musím říci – a určitě se mnou ostatní soutěžící budou souhlasit – že je to krásný pocit. O to víc mne potěšilo, že mezi námi hluchoslepými přibýlo mladých atletů, a věřím, že naše Lormolympiáda s úžasnou atmosférou a setkání s přáteli z celé republiky bude v tomto duchu pokračovat.

Přivezla jsem si nový pohled na svět



Ráda se chlubím svými úspěchy. Nejinak to bylo po návratu z Vyškova na Moravě s dvěma bronzovými medailemi... Avšak co vzniklo otazníků! Co je to vlastně Lormolympiáda? Proč je Lormolympiáda? Jak takový člověk může sportovat? Atd. Bylo mi z toho smutno za sebe i za ty, kteří jsou na tom ještě hůř než já. Vzhledem k tomu, že jsem obrněná trpělivostí, jala jsem se vysvětlovat stejně, jako když jsem dala svou dceru od druhé třídy do waldorfské školy, a ne do zvláštní školy (po 16 letech vystudovala VŠ): že Lormolympiáda je sportovní klání lidí s hendikepem – hluchoslepou – z celé republiky, že se koná pod záštitou LORMu – Společnosti pro hluchoslepé.

Že takový člověk k sobě mívá traséra, který ho navádí správným směrem. Pro úplně zdravé lidi naprosto nepředstavitelné. A proč? Pro radost, pro odvahu postavit se na start i ve vyšším věku. To je jen výběr tří otázek z mnoha dalších.

Když jsem se přihlásila, a to hodně opatrně, neměla jsem vůbec představu, do čeho jdu. Jen zmínka, že se také zúčastní mladá běžkyně půlmaratonu, mě utvrzovala, že se ženu do jakéhosi trapasu. Nicméně jsem nadšená, že jsem se postavila na svůj start do nové etapy života bez zábran z hendikepu! Poznala jsem nové lidi se srdíčkem v těle, poznala jsem lidi, kteří jsou ochotni naslouchat nám hluchoslepým, poznala jsem čistou radost ze života a nasazení, i když nejsme ti nejlepší. Přesto si myslím, že jsme profesionálové – umíme se radovat. To mnoho zdravých lidí nedokáže.

Dnes už se těším na další ročník a všichni, co to ještě nezkusili, pojedťe se mnou sportovat a radovat se ze života!

Olga Pírková

Postřehy průvodce

Co já mohu psát, nebo dokonce říkat. Když mi Olča na jaře řekla, abych s ní jela na podzim na olympiádu, vůbec jsem si neuměla představit, co to obnáší. Ted'



jsem dojatá a zároveň šťastná, že zrovna já, která o tom dosud nic nevěděla, jsem se mohla účastnit takové akce. Byla jsem úplně unešená, že lidé s takovým hendikepem dokážou věci jako lidé zdraví. Všichni byli spokojení, medailí plno. Na mě udělal největší dojem pan Jiří, který hrál šachy a vyhrál, přestože vůbec nic nevidí a neslyší – jak byl hrdý a spokojený, to bylo úplně úžasné. Klobouk smekám a hluboce se skláním před účastí všech závodících a doprovodů. Ještě jednou děkuji!

Zdena Zimová, doprovod Olgy

Sportu zdar ve Vyškově

Zúčastnila jsem se pro mě druhé Lormolympiády ve Vyškově, kam mě doprovázela moje maminka. Objednali jsme si pěkné počasí, abychom mohli naše utkání trávit venku. Po počátečním seznámení a uvítání s nováčky i se známými tvářemi začal panovat zdravý adrenalin a poměřování, kdo bude jak úspěšný v jaké disciplíně.

Sobotní dopoledne se opravdu vyvedlo, sluníčko se přišlo též podívat. Díky hojné účasti žen bylo hodně disciplín rozděleno, což vytvořilo mnoho možností pro umístění více lidí. Podporoval nás i pan ředitel základní školy, která nám opětovně nabídla využití stadionu ke sportovnímu klání. Po slavnostním zvolání třikrát „Zdar!“ se mohlo začít zápolit.

Soutěžilo se ve vrhu koulí, skoku do dálky, běhu na 50 metrů, běhu na 1 km, v hodu oštěpem. Samozřejmě došlo i na prozkoušení našich průvodců, při jedné z disciplín to byla opičí dráha. Asi máme rodově dáno, že vždycky musíme něco udělat jinak. Já před dvěma lety „uklouzla při běhu na slupce od banánu“, mamce se letos taktéž povedl po kotoulu parádní výkrut s pádem. Vše dopadlo dobře, i přes karambol měla dvojice dobrý čas.

Já se zúčastnila skoku do dálky a obou běhů. U všeho se mi povedlo umístění, takže jsem se svými

výkony spokojená. Každopádně bych opět chtěla zopakovat, že každý klient ukázal, co mohl, a že všechny výsledky byly úžasné, i když třeba nedosáhly medailí. Není důležité vyhrát, ale zúčastnit se!

Den plynul v příjemném duchu. Já se svou rodinou „Hujerů“ navštívila místní zoo a cukrárnu. Večer nás čekalo medailové hodnocení a na závěr zábava. V neděli, jako vždy, rozjezd do našich domovů.

Tak zase za dva roky – sportu zdar!



Lenka Křepinská

Čtyři dny v Ostravě

„Milane, v 5 hodin v Ostravě!“

Vážení čtenáři,

tato zpráva mě sice moc potěšila, ale mít necelou hodinu na sbalení zavazadla a fofrovat na nádraží, to už jsem dlouho nezažil. Nebudu popisovat, co všechno se odehrávalo po telefonu, nakonec jsem jel místo na Brno přes Prahu, Petra s Lenkou zařídily vše potřebné, no prostě báječné holky! V Ostravě už na nás čekala Tereza Reková a její natáčecí štáb, velká radost, že jsme všichni dorazili, přivítání, seznámení a šup do auta směr penzion ve Vřesině.

Terka měla připraveny všechny materiály k natáčení, které ke svojí diplomové práci potřebovala, a my hned začali. S pomocí Zdeny totiž Tereza koncem jara oslovila 4 klienty LORMu, s nimiž chtěla během 4 dnů nastudovat hru Hieronyma Lorma „Staří a mladí“. Zvolila si dost těžký úkol s herci, o nichž toho moc nevěděla, stejně jako o hluchoslepotě, a tak byla možná zvědavá víc než my, jaký bude výsledek.

Naštěstí měla k ruce výborné pomocníky z řad pracovníků naší organizace – Petru, Zdenu, Helu a Vaška, kteří kolem nás – Jany, Lenky, Ládi a mě – odvedli skvělou práci, navíc se po celý čas aktivně účastnili natáčení. Prostředí, jídlo i ubytování bylo výborné, všem se nám



ve Vřesině líbilo. Ranní rozcvičky pod Zdeniným vedením měly plnou účast včetně slečny režisérky a štábu, nikdo se neulíval.

Nevěděli jsme, my herci, co s námi bude, ale Tereza měla scénář pro naše ztvárnění dobře upravený a zábavnou formou nás provedla přes počáteční herecká úskalí. Až jsme zírali, co všechno z nás nakonec vydolovala, hlavně emoční projevy mě nadchly. Je to holt holka šikovná, pracovitá, nápaditá, též hudebně zdatná bubenice, zkrátka talent od přírody.

Věřím a z celého srdce jí přeji, aby její diplomová práce dobře dopadla, určitě ji zkušenost s hluchoslepými obohatila, jak sama opakovaně zdůrazňovala. Premiéra se vydařila soudě dle ovací po „spadnutí opony“, čemuž jsem byl upřímně rád. Děkuji všem zúčastněným za krásně a neobvykle prožité dny, na které budu ještě dlouho a dlouho vzpomínat!

Milan Koklar

Šílené a krásné natáčení

Prostě super šíleně krásné! To, co jsem ze sebe dostala, bylo daleko nad mé normální schopnosti. A momentálně bych to ani nedokázala zopakovat... Později mi sice vypovědělo službu sluchadlo v záruce, půl roku staré, i rezervní sluchadlo, ale do té doby jsem se tam pohybovala a mluvila hlavně proto, že jsem celkem dobře slyšela. No, zraková orientace vážla, viděla jsem jen z blízka díky brýlím, které jsem jen tak neodložila, až na cestě domů.

Natáčelo se úplně všechno a je tedy na slečně Tereze, co si vybere... V mnoha směrech jsem tak překročila svoje možnosti, třeba i tím, jak mne při zpáteční cestě na nádraží hnala Zdena klusem i se zavazadlem půl kroku za ní prostředkem cesty ☺.

Bylo zkrátka úžasné, co jsme ze sebe dostali po dvou dnech tréninku. A byla jsem ráda, že těch dialogů nemám víc, svoje tři čtyři vstupy jsem si osvojila a zvládla díky tomu, že jsem nemusela používat „Lormovku“

a „takilku“, což jsme ze začátku rovněž nacvičovali.

Tyto čtyři dny byly jako super dovolená – zapomenutí všech tíživých problémů a nemocí – a byly velkým ulehčením a oprostěním od běžného normálu. Začala jsem postupně přemýšlet jako paní Flóra Chudáčková Hrdá a těsně před premiérou už mne tížilo jen to, jak zvládnou svou roli celkově.

Děkuji všem zúčastněným za tu pohodu a za ten úlet od normálu. Děkuji všem, kdo se jakkoliv podíleli, za tu zkušenost a za tu roli.

Vřelé díky!

Jana Dopitová



Na prknech, která znamenají svět

Měla jsem možnost vyzkoušet si, jaké to je hrát divadelní hru. Tereza Reková, studentka posledního ročníku brněnské JAMU, chtěla v rámci své diplomové práce s námi, hluchoslepými klienty LORMu, nazkoušet a sehrát hru Hieronyma Lorma „Staří a mladí“. Celkově ten víkend byl velice zajímavý, emotivní, plný nových zkušeností a zážitků.

Ze začátku jsme se oťukávali, seznamovali. Vše samozřejmě za věčné přítomnosti kamery a chlupatého smetáčku (tak jsem říkala mikrofonu, který vypadal jako dlouhosrstý voříšek nebo právě jako zmíněný smeták). Hra jako taková se studovala postupně. Scénář jsme neznali. Terezka nám jen po kouskách načrtla zhruba děj a my si ho zkoušeli improvizálně vymyslet po svém. Zpočátku jsme do hry aktivně zapojovali různé komunikační systémy typické pro hluchoslepé. Nakonec se po velké radě usneslo, že bude lepší a svobodnější hrát pouze mluveným slovem. Poté následoval náročný boj s emocemi a gesty. Ve dvojicích s průvodci jsme museli vyjádřit veškerou škálu emocí, kterých jsme schopni – smích, prosby, škemrání, pláč, vztek, agrese, vzdor... O to pak bylo úžasnější pozorovat pokrok v projevu během hry.

Myslím, že jsme si to všichni užili, každý jsme se položili do své role po svém a výsledek dle nadšených



diváků byl, troufám si říct, víc než dobrý. Každopádně smekám před každým hercem, který si má pamatovat svou roli slovo od slova a odehrát třeba hodinu v kuse. Mně osobně stačilo našich výsledných deset minut :-)! Jsem ráda za tento zážitek a jsem zvědavá na výsledné zpracování.

Lenka Křepinská



MÍSTO MÉHO SRDCE

Hospoda V Pivovaře

V minulém století stála v Chlumu u Sedlčan hospoda V Pivovaře s výbornou pověstí. K názvu přišla prostým způsobem – vařilo se tu dobré pivo. Od třicátých let hospodu provozovali manželé Rajlichovi, kteří jí vnesli, i přes nelehké období druhé světové války, idylickou tvář. Čepovali zde nejen pivo vlastní výroby, ale k dostání bylo rovněž pivo plzeňské a vysokochlumecké, dovážené v sudech. Paní Rajlichová jako hostinská byla znamenitou kuchařkou. Její nejchutnější specialitou byla bezesporu dršťková polévka, pro kterou jezdila spousta lidí s bandaskami nejen ze Sedlčanska, ale i z ostatních regionů příbramského a benešovského okresu. Další vyhlášenou delikatesou byla domácí sekaná, kterou paní Rajlichová připravovala podle originálního rodového receptu jejího manžela. Součástí hospody byl divadelní a taneční sál, v němž se odehrával kulturní život místních lidí. Zejména v plesové sezóně a při různých tanečních zábavách, například o pouti, bylo v sále velice živo. V prvním patře nad sálem se nacházel dosti rozlehlý byt, určený pro učitele zdejší základní školy, kde učila i moje maminka. V tomto bytě jsem v letech 1961–1969 s maminkou a tatínkem také bydlel, nastěhoval jsem se s nimi jako sedmiměsíční kojeneček. Na toto období, především po mém návratu z dlou-

hodobého pobytu na léčení dětské mozkové obrny v Thomayerově nemocnici v Praze-Krči o prázdninách roku 1966, mám krásné vzpomínky. Téhož roku jsem prožil nejkrásnější Vánoce, neboť jsem pod rozsvícenou a nazdobenou borovičkou spatřil velké množství hraček, z dalších dárků se mi dodnes živě vybavuje kniha o kocourku Mikešovi od Josefa Lady. První hračkou, které jsem se s radostným jásotem zmocnil, bylo velké dřevěné nákladní autíčko se sklápěcím valníkem, s nímž jsem si v následujících letech dokázal hrát celé hodiny. Nejhodnotnějším dětským dárkem pro mne určitě byly malé červené kostky s tiskacími písmeny, ze kterých se daly skládat slova nebo krátké věty. Tyto kostky se staly mezníkem v mém životě, díky nim jsem se totiž naučil číst a psát, ačkoliv mi bylo teprve 5 let! V paměti mám také zážitek ze svatováclavské pouti, kdy do naší vsi přijela maringotka a z ní k hospodě kráčel potulný medvěďák se statným tančícím medvědem Míšou. Medvěďák Dežo Farkaš byl starší, osaměle žijící muž romského původu, který svého svěřence v padesátých letech koupil jako mládě od nejmenovaného ruského cirkusu. Dežo hrál na foukací harmoniku a Míša legračně tančil na zadních tlapách. Když po dvaceti minutách skončili, Dežo dal Míšovi kousek syrového masa jako pamlsk a pak mu pan Rajlich nalil skleničku žitné kořalky a do tašky přidal malou finanční částku. Dne 8. září 1969 se mi narodila sestřička Eva a po dvou měsících jsme se odstěhovali do bytu v přístavbě základní školy. I když hospoda byla v roce 1984 zbourána, s láskou vzpomínám na veškerý život kolem ní a stále ji uchovávám ve svém srdci.

Zdeněk Sedláček





ROZHOVOR

Naplno žít!

Milí čtenáři Doteků,

v podzimním čísle jste byli při čtení této rubriky svědky bláznivé, tvrdé, drsné, a přece tak šťastné jízdy ve dvou. A na mně je, abych nyní splnila svůj slib a odtajnila prvního z aktérů popsané tandemové divočiny, muže všestranných zájmů a mnoha dovedností, postavy útlé, leč šlachovité, obzoru širokého, chování sportovního, vystupování milého, kterým je dlouholetý klient LORMu pan Václav Fišer z Opavy.

Václave, známe se sice už nějaký ten pátek, přesto je spousta věcí, které o tobě nevím a které se spolu s našimi čtenáři přímo od tebe moc ráda dozvím. Tak pojďme pěkně od začátku: prozradíš nám něco ze svého dětství?

Narodil jsem se v roce 1980, v květnu, jako normálně vidící, normálně slyšící zdravé dítě. Když mi byl rok, prodělal jsem meningokokovou infekci, k tomu se připojily další zdravotní komplikace, které vedly až k úplné ztrátě zraku. Ve čtyřech letech jsem nastoupil do školky pro nevidomé v Brně, pokračoval jsem na základní škole tamtéž a rovněž v Brně jsem roku 1995 nastoupil na střední školu, obor masér, a tuto profesi dělám dodnes, už téměř šestnáct let.

Traduje se, že nevidomí maséři mají citlivější hmat, je to pravda? A jak reaguji klienti na hluchoslepého maséra?

Není to tak, jak si spousta lidí myslí, že by se nevidomí rodili s citlivějším hmatem. Ten se musí cvičit jako cokoliv jiného pomocí určitých cviků, které je potřeba provádět a které by člověk měl zvládat v rámci rehabilitace, když přijde o zrak. Samozřejmě vlivem častého používání se hmat stane citlivějším. Ale prav-

dou je, že spousta lidí našemu léty cvičenému hmatu věří v tom smyslu, že díky němu dokážeme problém najít a řešit daleko dříve než ti, kteří ruce tak citlivě nemají. A jak na mě reagují moji klienti? Někteří se ptají, jak to zvládám, jestli to je nebo není těžké, jak řeším různé situace... Na slušnou otázku rád slušně odpovím, takže se jim snažím vysvětlit nebo popsat co dělám, jak to dělám a proč to dělám. Myslím si, že pro spoustu klientů, resp. hlavně klientek, je do určité míry i taková troška výhoda, že nevidím, protože lépe zvládají pocit studu, když se musí obnažit a následně nechat opečovávat masérem chlapem ☺. Mám svoji práci rád, navíc je to každodenní setkávání s lidmi – a to mě na ní baví ještě víc.



Ted' na tebe, Václave, pro změnu s dovolením prozradím něco já – vím o tobě, že jsi básník:

Za okny je chladno, však mě hřeje
a rozechvívá šťastný smích,
když představím si sám sebe,
jak s touhou v hlase zašeptám:
Lásko, pojďme si vychutnat ten sladký hřích!
Ty usměješ se, dáš mi pusku a odpovíš:
A co nám v tom, broučku, brání?
No tak pojď blíž a půjdem spolu do tajných míst milování.

Ale ty prý jsi i muzikant?

No, muzikant... Já říkám, že jsem takový víkendový hráč, co hraje sobě a přátelům pro radost. Poprvé jsem se setkal s hudbou v první třídě při hodinách klavíru. A když jsem potom začal jezdit jako děcko na tábory, objevil jsem kytaru. Bylo jen otázkou času, než se najde někdo, kdo mě na ni začne učit. Mým snem byly písničky k táboráku, pro kamarády, abych bavil lidi a aby zpívali.



Pracuješ, píšeš, hraješ – zbývá ti ještě nějaký volný čas?

Nějaký volný čas ještě mám, i když je pravda, že moje rozpětí činností je poměrně široké. Je to od naprostého nicnedělání až po aktivity jako airsoft, atletika a hlavní parketa posledních let – maratóny v horské cyklistice.

Můžeš nás aspoň stručně seznámit s maratónem v horské cyklistice na tandemovém kole?

V roce 2011 se moje kamarádka poprvé s pilotem vydala na tandemovém kole na maratón v horské cyklistice Silesia bike maraton, který se jezdí tady na Opavsku už patnáct let. Museli hodně přesvědčovat organizátory, protože tito za účast handicapovaného sportovce např. v případě nehody nenesou žádnou zodpovědnost. Kamarádka mě seznámila s mým současným pilotem a už se jelo. Co to obnáší v kostce: jízdu v náročném terénu – prudké stoupání, prudké klesání, převážně lesnatý terén, takže kořeny, kameny, bláto, tráva, pole, louky... Zkrátka horský terén doslova a do písmene.

V roce 2012 byla možnost zkusit Silesia bike maraton, zážitek to byl úžasný a od té doby se tandemové cyklistice věnuji pravidelně. Účastnil jsem se také Porubajk závodu nebo Kopřivnického Drtiče.

Pocity a pozitiva?

Pozitiva, která vidím ve sportu já pro sebe, jsou nárůst fyzické kondice, vyšší psychická i tělesná odolnost, pomáhá mi to i v práci, protože práce maséra je fyzicky náročná, a díky tomu, že mám lepší kondici, zvládám i větší pracovní zátěž. A pocity? Volnost, svoboda, možnost vydat se kamkoliv s jediným limitem – limitem vlastní síly a kondice. A ta se posouvá s časem, který člověk na kole stráví, obtížností zvládnutého terénu a kilometry, které najede.

Pokud jsem dobře pochopila, závody, kterých se účastníš, nejsou organizovány pro handicapované sportovce?

Spíše naopak, horskou cyklistiku zrakově postižených v současné době prakticky nikdo nedělá, letošní sezónu jezdíme s mým vodičem tandem jako jediní, našimi soupeři jsou zdraví závodníci na singlech a není možné posuzovat, kdo z nás má či nemá větší nebo menší šanci na úspěch. Chybí větší účast tandemových týmů a hlavně chybí kategorie tandem.



Jaké jsou reakce „singlů“ na váš tandem?

Na závodech, které jezdíme pravidelně, se vůči nám stávají soupeři trochu „oprsklejší“, třeba se na nás snaží natlačit, omezit naše manévrovací možnosti, ne každý uhne, když potřebujeme předjet... Už se k nám chovají jako ke zdravým, prostě jako k sobě navzájem. Občas se najdou i takoví jedinci, kteří vidí, že se za nimi řítí kolo z kopce, a neuhnou, takže pokud je nechcete sebrat s sebou a objet je není kudy, nezbude vám, než prudce zabrzdít, slézt a obejít je. Ale obecně platí obdiv z jejich strany. Třeba na Drtiči na startu nás mnozí závodníci ani neviděli, takže když jsme se pak kolem nich začali míhat, tak obrovská podpora, plácání po ramenech, držení palců.

Letos pořádal LORM pátý ročník Lormolympiády. Jak bys ji jako aktivní atlet a držitel několika medailí hodnotil?

Zúčastnil jsem se potřetí, předtím to bylo v roce 2011 a 2013. Průběh Lormolympiády se mi líbil, neměl jsem a nemám žádné výhrady k organizaci jako takové, ačkoliv něco mi tam ve srovnání s rokem 2011 přece jen chybělo: při vrhu koulí mě dezorientovalo, že jsme nestáli na pevném podkladu, přímo v kruhu. Myslím si, že nejenom mně, ale i všem zúčastněným, kteří nemají zrakovou kontrolu, by pevný podklad v kruhu dal větší pocit jistoty. S výkony pochopitelně spokojený být nemůžu, kdybych byl, tak to můžu rovnou zabalit. Myslím si, že technicky jsem na tom lépe než minule, ale pořád je co zlepšovat, to určitě. Věřím, že na příští Lormolympiádě budou výsledky lepší, že se tam pro-



jeví dlouhodobá příprava a v mém soukromém životě se nevyskytne nic, co by mohlo jak přípravu, tak účast zhatit.

Měl bys nějakou radu pro lidi, kteří se potýkají se zdravotním znevýhodněním?

Radu bych měl! První pomoc, která funguje v duševní rehabilitaci a k získání duševní rovnováhy je odpoutat se od věcí, které jednoznačně nemůžu dělat, a začít se věnovat těm, které bych dělat mohl a u kterých můžu přijít na to, jak nebo co je potřeba podniknout, abych je zvládl.

Tvůj běžný praktický život?

Bydlím sám, takže se snažím o sebe a domácnost postarat. Jsem takový domácí kutil – třeba jsem si potřeboval uřezat poličku do skříňky, takže jsem si musel změřit, kde vybrousit jaký zub, aby polička přesně sedla. Nebo u kamaráda jsem montoval garnýže na okna a k tomu mi posloužil mluvící svinovací metr, akustická vodováha... Našlo by se toho spousta. Co se technologií týká, je na prvním místě internet a mobilní telefon, to je velká pomoc v tom smyslu, že významným procentem snižují informační bariéru, kterou jako hluchoslepý člověk mám. Díky těmto kompenzačním pomůckám mám snazší přístup ke spoustě informací, předtím jsem musel spoléhat na pomoc člověka, který vidí a který mi tu informaci pro mě přijatelným způsobem podá. Pokud se jedná o popis některých objektů nebo dostupnost informací o různých výrobcích, které člověk shání, ať už do domácnosti nebo pro zábavu, stačí se připojit na internet a zorientovat se v nabídce sám.

Plány, přání, představy do budoucna?

Přání? Co bych moc chtěl, tak proletět se v lékařském vrtulníku, ovšem ne jako pacient 😊. Prohlédnout si kokpit nějaké stíhačky nebo vrtulníku, nějakého moderního letounu.

Plány? Určitě chci zůstat aktivně u sportu, ať už v horské cyklistice, atletice, airsoftu. A taky bych k sobě rád našel ještě aspoň jednoho hráče na kytaru, abych se mohl víc věnovat hudbě a trochu se i v této branži posunul dál.

Představy? Rád bych výhledově založil rodinu, stal se tátou...

Tvé životní krédo?

Naplno žít! Se vším, co k tomu patří.

Václave, děkuji za rozhovor, do dalších let ti přeji především pevné zdraví, splnění plánů, představ, přání a spoustu dobrých přátel!

*Zdena Jelínková
metodička LORM z.s.*



PRÁVNÍ PORADNA

Jak nepřijít o příspěvek na mobilitu

Podle zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, končí platnost rozhodnutí o přiznání příspěvku na mobilitu těm příjemcům, kterým byl přiznán příspěvek na mobilitu v letech 2012 až 2013. Jedná se o většinu příjemců příspěvku na mobilitu (asi 168 000 osob). Tito uvedení klienti si musí po 1. 1. 2016 podat novou žádost o příspěvek na mobilitu.

S podáním žádosti to však není jednoduché. Správný postup doporučuje po jednání na generálním ředitelství Úřadu práce ČR předseda NRZP ČR Václav Krása:

„O končícím nároku na příspěvek na mobilitu budou dotčení klienti informováni Úřadem práce formou dopisu zaslaného obyčejnou poštou. Součástí dopisu bude i formulář žádosti o příspěvek na mobilitu. Tento





dopis by měl být rozeslán na přelomu měsíců listopad a prosinec.

Zásadní věc – žádost je nutné podat až po 1. 1. 2016 a nejpozději do 31. 1. 2016, jinak nevznikne nárok na příspěvek hned od ledna 2016. Podávat žádost dříve než v lednu 2016 nemá smysl. Úřad práce by takovou žádost musel zamítnout, jelikož v prosinci těmto lidem ještě trvá již dříve přiznaný nárok na příspěvek na mobilitu.

Pokud požádáte až po 31. 1. 2016, nebude moci být příspěvek vyplacen za měsíc leden 2016. Správní řízení o přiznání příspěvku na mobilitu bude v tzv. zkrácené verzi. Lze totiž předpokládat, že většina žadatelů o příspěvek na mobilitu bude mít platný průkaz ZTP nebo ZTP/P a tudíž splňuje podmínku pro přiznání příspěvku na mobilitu.

Zvláštní skupinu příjemců příspěvku na mobilitu tvoří lidé, kteří si podali žádost o příspěvek ještě do konce roku 2013 podle legislativy účinné do 31. 12. 2013, avšak o této žádosti bylo rozhodnuto až po 1. 1. 2014. Tito lidé nemusí o příspěvek na mobilitu opětovně žádat, protože Úřad práce je povinen zahájit správní řízení o přiznání příspěvku na mobilitu z moci úřední. Jedná se asi o 3 000 klientů. Tito lidé obdrží od Úřadu práce v prosinci 2015 oznámení o zahájení správního řízení o přiznání příspěvku na mobilitu.

V případě, že tito klienti mají nárok na průkaz ZTP nebo ZTP/P, bude jim příspěvek na mobilitu přiznán bez zbytečných odkladů. Pokud tito lidé, kteří dosud mají přiznán příspěvek na mobilitu, nemají dosud vystaven průkaz ZTP nebo ZTP/P, budou si o něj muset požádat.“

Zdroj: Helpnet.cz

Změna posudkového výroku při posuzování míry invalidity



Od 19. října 2015 dochází ke změně posudkového výroku při posuzování míry invalidity, a to především u III. stupně invalidního důchodu (ID). Předseda NRZP ČR Václav Krása objasňuje, proč k tomu došlo a co z toho vyplývá.

„Po dlouhých dohadech jsme došli ke shodě, společně s MPSV ČR, že se změní výrok, uváděný na rozhodnutí o stupni invalidity. Dosavadní výrok zní v tom smyslu, že pracovník není schopen pracovat, a to ani za mimořádných podmínek, protože jeho míra pracovních schopností poklesla o 70 % – to je u III. stupně ID. Podobně je to uváděno i u jiných rozhodnutí ve věci ID, kdy posudkový lékař ve svém stanovisku říká, že osoba není schopna pracovní či výdělečné činnosti ani za mimořádných podmínek. Tyto výroky napříště posudkoví lékaři budou v rozhodnutích psát jinak, a to tak, že se pouze stanoví procentní míra poklesu pracovních schopností, aniž by bylo komentováno, v jakém rozsahu může daný příjemce ID pracovat.“

Proč k tomu došlo? „Tím by měla být odbourána psychologická hranice, která působí tak, že příjemci ID se bojí přijímat jakoukoliv práci a i Úřad práce k nim přistupuje s náhledem, že tito lidé vlastně pracovat nemohou,“ vysvětluje Václav Krása.

„Samozřejmě, že je lepší provést zákonnou úpravu, která by měla stanovit znění výroku při posuzování míry invalidity. Zákonná úprava je v této věci však poměrně složitý proces, takže došlo k dohodě, že prozatím tato věc bude stanovena metodickým pokynem ředitelem odboru posudkové služby ČSSZ. Toto ustanovení by mělo platit prakticky od 19. října 2015. V počítačové síti ČSSZ byl výrok *nemůže pracovat ani za mimořádných podmínek* zablokován, tudíž by se neměl vůbec objevit.“

Zdroj: Helpnet.cz



ZDRAVÍ

Vážení čtenáři,

v rubrice Zdraví jsme se převážně věnovali příčinám hluchoslepoty, krátce i civilizačním chorobám a podobným zajímavým tématům. K nim bezesporu patří i příčiny způsobující problémy zrakového nebo sluchového rázu, a právě tímto tématem se budeme zabývat v dalších číslech Doteků.

Příčiny náhlé slepoty

Mezi příčiny náhlé slepoty patří:

- **zánět zrakového nervu (retrobulbární neuritida)**
- sklivcové hemoragie
- odchlípení sítnice
- cévní okluze (cerebrální, retinální a terče zrakového nervu)
- akutní chorioretinitida v makule
- akutní glaukomový záchvat

Zánět očního (zrakového) nervu (retrobulbární neuritida, anglicky retrobulbar optic neuritis, papillitis) je zánětlivé onemocnění tohoto druhého hlavového nervu přenášejícího zrakovou informaci z oční sítnice do příslušných zrakových center mozku (okcipitální lalok mozku). Na svém povrchu je obklopen mozkovými plenami.

Příčina: Různé virové či bakteriální infekce, autoimunitní a nádorová onemocnění, cévní mozková příhoda, léky (např. chloramfenikol, ethambutol), nedostatek vitamínu B12, úrazy aj. Zánět zrakového nervu je popisován u téměř 50 % pacientů s roztroušenou sklerózou. Neléčený zánět může vést až k částečné nebo úplné ztrátě zraku. Optická neuritida postihuje většinou mladé dospělé ve věku 18–45 let se silnou převahou výskytu u žen.

Příznaky, projevy, symptomy:

- náhlá ztráta zraku
- náhlé zamlžené vidění
- tmavé skvrny ve zrakovém poli
- výpadky zorného pole, typicky v jeho centrální části
- porucha barvocitu
- snížení zrakové ostrosti
- bolest při pohybu postiženého oka
- bolest často popisována jako „bolest za okem“
- v některých případech i zarudnutí oční spojivky
- svědění oční spojivky
- přecitlivělost na světlo
- příznaky zhoršovány při vysoké teplotě nebo při sprchování horkou vodou



Léčba: Podle vyvolávajících příčin – při bakteriální a virové infekci antibiotika resp. virostatika, při nádorovém onemocnění onkologická terapie, suplementace vitamínu B12, kortikosteroidy, u roztroušené sklerózy léčba imunosupresivy.

MUDr. Michal Šnajdr

Zdroj: <http://www.priznaky-projevy.cz/ocni/retrobulbarni-neuritida-zanet-ocniho-nervu-priznaky-projevy-symptomy>

HAF

PSI NEJEN PRO HANDICAPOVANÉ (20. ČÁST)



Saarloosův vlčák miluje dlouhé procházky

Saarloosův vlčák je poměrně mladé plemeno vzniklé v Nizozemsku křížením německého ovčáka a evropského vlka. Duchovním otcem myšlenky vzniku tohoto plemene byl velký milovník přírody pan Leendert Saarloos



(16. 11. 1884 – 13. 1. 1969), který šlechtění a propagaci tohoto plemene zasvětil téměř celý svůj život. V minulosti bylo učiněno mnoho neúspěšných pokusů zkřížit psa s vlkem. Rovněž L. Saarloosovi se křížení ze začátku nedařilo. Jeho snem bylo vyšlechtit ideální pracovní a inteligentní plemeno, které se snažil prosadit jako policejního a záchranářského vodního psa. Ke svému pokusu koupil evropskou vlčici Fleur ze Zoo Blijdorp v Rotterdamu, původem z ruské Sibiře, a jako otce štěnat zvolil svého německého ovčáka Gerarda, jehož předci sloužili v první světové válce. První kříženci z následného vrhu se narodili na jaře roku 1936. Bohužel, tento experiment skončil nezdarem, neboť všechna štěňata uhynula během prvního měsíce na psinku. Leendert Saarloos však nikdy neztratil odvahu k dalšímu křížení, i když mu v průběhu následujících let uhynulo na toto onemocnění mnoho štěnat včetně první vlčice Fleur. S nově zakoupenými vlčicemi se postupem času úspěch přece jen dostavil, ale kolem dalšího křížení a počtu vlčic dodnes kolují dohady. Skutečností však zůstává, že na začátku padesátých let minulého století L. Saarloos zřídil v Dordrechtu školu na výchovu vodících slepeckých psů a sám zde své vybrané vlčáky trénoval. Jako průvodce dokonce vychoval a vycvičil jednoho vlčáka i pro svoji nevidomou manželku. Po jeho smrti došlo k úplnému propadu tohoto plemene a hrozilo jeho vyhynutí. Naštěstí se našli zarytí nadšenci a milovníci a především díky nim byli vlčáci zapsáni do nizozemské plemenné knihy (v roce 1975) a na počest svého tvůrce byl evropský vlčák přejmenován na Saarloosova vlčáka.

Je to robustní a silně stavěný pes, jehož vnější vzhled, tj. stavba těla, pohyb a srst připomíná vlka. Stavbu těla má pevnou, silnou s dobře vyvinutými svaly a typicky vlčí hlavou. Oči jsou středně velké, šikmé a většinou žlutě zbarvené. Uši má Saarloosův vlčák vztyčené a jemně zašpičatělé. Hřbet psa je rovný, silný a bedra jsou svalnatá. Ocas je nesen ve tvaru šavle, je nasazen poměrně hluboko. Srst se mění dle ročního období, v zimě tvoří hustou podsadu a kolem krku

dobře viditelný límec. Barva srsti je vlkošedá ve všech odstínech, hnědá ve všech odstínech, světle krémová až bílá, skvrny nejsou přípustné. Pes měří v kohoutku přibližně 66 cm, fena 63,5 cm. Váha Saarloosova vlčáka se pohybuje v rozmezí 36 až 41 kilogramů. Dožívají se věku 10 až 12 let.

Saarloosův vlčák je velký a statný pes, který sice vzhledem ani povahou nezapře své vlčí předky, ale mívá zjemnělé rysy německého ovčáka. Po vlčích předcích mnohdy mívá sklon k toulání a pověstná je i jeho tvrdohlavost, jinak je velmi odolný, otužilý, vytrvalý a houževnatý. Nikdy není agresivní ani nevyhledává konflikty, jeho smysly a instinkty jsou ostré a nezkažené. Potřebuje hodně prostoru a pohybu, nejraději má dlouhé procházky, a proto je velice vhodný na delší výlety. Na svého pána si velice rychle zvykne a je na něho fixovaný, výborně se hodí pro osaměle žijícího člověka. Výchova bývá poměrně náročná, musí se důsledně vést již od štěněte, přesto je inteligentní a učenlivý, nesnáší však hrubé zacházení. Jako pes na hlídání nebo k obraně se příliš nehodí, neboť dnes slouží jako pes společenský.

Zdeněk Sedláček



INFORMACE

Domov pro hluchoslepé v Moravskoslezském kraji

Novou službu pro hluchoslepé v kombinaci s mentálním postižením s prvky autismu poskytuje krajská příspěvková organizace Náš svět v Pržně.

Tři lidé s kombinovaným postižením našli domov s vysoce odbornou péčí v zrekonstruovaném bezbariérovém rodinném domku se speciálními úpravami. Bydlení 21. října 2015 slavnostně otevřel náměstek hejtmana Moravskoslezského kraje Svatomír Recman.





Rekonstrukce domku, která v areálu Našeho světa v Pržně odstartovala loni v prosinci, si vyžádala 1,7 milionu korun. Hrazena byla prostřednictvím Regionálního operačního programu ve výši přes 1,4 milionu korun, zbytek dofinancovala organizace z vlastních prostředků.

Služba pro hluchoslepé v kombinaci s mentálním postižením s prvky autismu v komfortním prostředí je na území Moravskoslezského kraje zcela unikátní. Domov ve speciálně upraveném bydlení našli dva dosavadní klienti služby Domov pro osoby se zdravotním postižením organizace Náš svět, třetí klientka sem přišla z domácího prostředí. „V domku má každý uživatel k dispozici vlastní ložnici, společně pak všichni mohou využívat obývací pokoj a kuchyň, jejíž vybavení a uspořádání odpovídá požadavkům uživatelů. Ti se mohou s podporou personálu podílet na přípravě jídel,“ popsala nové bydlení ředitelka organizace Náš svět Anna Hamelová. Dodala, že domek je vybaven také novým nábytkem i speciální kompenzační pomůckou – kamerovou zvětšovací lupou s hlasovým výstupem za 172 tisíc korun. Toto zařízení umí požadovaný text nejen zvětšit, ale také nahlas „přečíst“.

Myšlenka vytvořit vysoce specializovanou sociální službu pro nevidomé a neslyšící osoby vzešla z iniciativy občanského sdružení ZÁBLESK, které založili rodiče dětí s hluchoslepotou. Organizace Náš svět v Pržně je příspěvkovou organizací Moravskoslezského kraje. Poskytuje sociální služby pro mládež a dospělé uživatele s mentálním, kombinovaným a chronickým duševním onemocněním. Celková kapacita zařízení, které má pobočku ve Frýdku-Místku, je 179 míst v pobytové službě a 50 míst v ambulantní službě. V Pržně poskytuje organizace tyto pobytové sociální služby: Domov pro osoby se zdravotním postižením, Domov se zvláštním režimem, Chráněné bydlení a ambulantní službu Sociálně terapeutické dílny.

HLUCHOSLEPÉ OSOBNOSTI



Rozhovor s Vasilem Adamescu

Vasile Adamescu (nar. 1944, Borcea) je hluchoslepý rumunský sochař, učitel a spisovatel. Jako speciální pedagog se věnoval dětem s hluchoslepotou a od roku 2004, kdy odešel do důchodu, ve svém volném čase učí zdarma sochařství a modelování v jeho domácí dílně. Od dubna roku 2015 zastupuje Rumunsko v mezinárodní charitativní organizaci na pomoc hluchoslepým Sense International. Nedávno vydal 1. díl autobiografie. Více o jeho bezesporu naplněném životě se můžeme dočíst v rozhovoru, který poskytl na 16. světové konferenci Deafblind International, jež se konala v květnu 2015 v Rumunsku.

Řekněte nám prosím něco o vašem dětství. Byly v té době již nějaké školy pro hluchoslepé děti?

Zrak a sluch jsem ztratil jako následek meningitidy před téměř 70 lety. Když mi byly dva roky, nešťastnou náhodou jsem zůstal sám venku v chladném podzimním dešti a vážně jsem onemocněl. Bylo to v těžké poválečné době, rodina se o mě doma starala, jak nejlépe uměla. Moje babička mi vařila všechny možné léčivé čaje, ale všechno bylo zbytečné. Během několika měsíců jsem se ocitl ve světě tmy a ticha. Otec mě vzal k doktorovi, kde se ukázalo, jak je situace vážná, ale už se nedalo nic dělat. Zůstal jsem němý a nešťastný až do svých 11 let, kdy jsem byl přijat do školy pro nevidomé v Cluj Napoca. Mnozí členové z učitelského sboru i z vedení školy měli pocit, že pro mě nebudou moci nic udělat. Naštěstí se ale našlo dost jiných učitelů, kteří znali úžasný životní příběh Helen Kellerové – a to bylo moje štěstí. Podle jejího vzoru chtěli vyzkoušet nemožné i se mnou. Rumunsko nemělo v té době žádné odborníky na hluchoslepotu, hlavně proto, že v rumunském školství se dosud žádný hluchoslepý žák neobjevil.



Musel jste se obejít bez péče specialistů – kdo vám tedy nejvíce pomohl?

Byla to Florica Sandu, velmi zkušená učitelka, která pracovala ve školách pro zrakově i sluchově postižené. V té době zrovna učila nevidomé studenty a brala mě s sebou na své hodiny. Seděl jsem blízko ní, vždy mi dala nějakou práci a zároveň se věnovala ostatním. Po vyučování mě brala do školního muzea, kde jsme trávili dlouhé hodiny studováním různých objektů, které byly pro mě nové. Jejím hlavním cílem bylo naučit mě komunikovat s ostatními. Uvědomovala si, jak je důležité dostat mě ze světa tmy a ticha. Po měsících práce dokázala, že jsem byl schopen vyloudit první zvuky, „a“ a „p“. Pak jsem začal tvořit první slova: apa (voda), papa (jídlo) a pa (nashle). Byl jsem strašně šťastný, každému, koho jsem potkal, jsem to musel předvést. Byla to vlastně velká událost pro celou školu: Adamescu řekl „a“!

Florica Sandu se mnou ve své třídě pracovala dva roky. Bylo to velmi náročné, protože se samozřejmě musela věnovat svým studentům a na mě neměla dost času. Proto vznikl nápad požádat ministerstvo školství o vytvoření speciální třídy pouze pro mě. Po mnoha pokusech ministerstvo nakonec souhlasilo a vznikla „třída Adamescu“. To byl jeden z prvních kroků ve vzdělávání hluchoslepých v Rumunsku. Bylo to před více než 50 lety.

Po šesti letech jsem školu dokončil. Měl jsem studovat čtyři roky, ale trvalo mi o dva roky déle, než jsem školu zvládnul. Během těch šesti let jsem se naučil opravdu hodně. Učitelka Florica Sandu mě naučila mluvit, psát a číst v Brailu i latinkou a především komunikovat s ostatními pomocí psaní velkých písmen do dlaně. Byl jsem nadšený z toho, co se mi podařilo dosáhnout. Pamatuji si, že doma, když jsem byl malý, nikdo ani nedoufal, že bych mohl vést normální život. Jediný člověk, který ve mě věřil, byla babička z otcovy strany Stanca.

Váším snem bylo studovat na univerzitě. Bylo to možné?

Ano, měl jsem velký sen – jít na univerzitu. Mojí motivací byla Helen Kellerová. Chtěl jsem být jako ona. Ve

škole jsem se učil různým řemeslům, například typografii. Někteří učitelé mi navrhovali, abych zůstal pracovat ve školní tiskárně, ale já jsem nechtěl. Zkusil jsem přijímací zkoušky na obor speciální pedagogika a splnil se mi sen – stal jsem se univerzitním studentem. Znamenalo to 4 roky tvrdé práce. Dostal jsem státní stipendium, ze kterého jsem hradil své výdaje. Svou diplomovou práci jsem začal psát ve třetím ročníku: Zvláštnosti ve vnímání reality při postižení sluchu a zraku. Univerzitu jsem ukončil s dobrým prospěchem a stal se učitelem na mé bývalé škole. Téměř 30 let jsem učil hluchoslepé děti. Také jsem ještě 3 roky navštěvoval uměleckou školu, kde jsem se věnoval sochařství. Naučil jsem se tam hodně důležitých věcí. Vymodeloval jsem během let mnoho soch a naučil tomuto umění několik generací studentů.



Jak se dnes změnily příležitosti pro mladé lidi s hluchoslepotou v Rumunsku?

Změnilo se toho hodně. V době, kdy jsem chodil do školy já, byl jsem považován za slepého, hluchého a němého. Teď mluvíme o hluchoslepých. Státní instituce pochopily, že hluchoslepi lidé potřebují speciální péči. Je zde samozřejmě ještě plno věcí, které je třeba vyřešit. Ale máme mnoho tříd, kde se hluchoslepi mohou vzdělávat, chráněná pracoviště, kde se mohou uplatnit a také máme odborníky, kteří se jim věnují. Společnost nás začíná pomalu uznávat.

Společně s organizací Sense International a našimi odborníky se snažíme dosáhnout pro hluchoslepe co nejvíc. Je velmi důležité diagnostikovat hluchoslepotu u dětí včas a vzdělávat je od raného věku, aby se mohly úspěšně zařadit do společnosti.

*Pro Doteky přeložila Hana Dvořáková
Zdroj: časopis Dbl Review, červenec 2015*



ZE SVĚTA

První ruské představení s hluchoslepými herci

Premiéra divadelní hry s názvem „Hmatatelní“, na jejíž realizaci se podíleli hluchoslepí i profesionální herci, se konala v dubnu 2015 v moskevském Národním divadle. Autorkou scénáře je Marina Krapivina. Popisuje skutečné zážitky hluchoslepých lidí různého věku. Příběhy jsou neuvěřitelně emocionální a dojemné, jejich protagonisté popisují, jak ztratili sluch i zrak, jak těžce bojovali se svou situací v období dospívání i jak se vyrovnávají s nástrahami každodenního života a s obtížemi při dorozumívání s ostatními lidmi. Představení se také zaměřuje na složité aspekty soužití dvou lidí, kde jeden bude vždy závislý na tom druhém – ať už jde o vztah matky a dcery, otce a syna, muže a ženy nebo učitele a žáka. Zároveň si diváci mohou uvědomit, že problémy s porozuměním se netýkají jen lidí s hluchoslepotou, ale že často ani zdraví lidé doopravdy nevidí či neslyší své nejbližší.

Inspirací bylo podobné izraelské představení, kterého se však účastnili pouze hluchoslepí herci. Ruské zpracování se však pokusilo udělat další krok vpřed: ukázat, že i amatérští hluchoslepí herci mohou na jevišti předvést stejně dobrý výkon jako jejich profesionální kolegové. Mezi nimi jsou i současné celebrity, např. Jegor Berojev, Anatolij Bělyj a Ingeborg Dapkunaite, která v roli vyprávěčky seznamuje diváky i s osudy známé hluchoslepe ruské spisovatelky, básnířky a také profesorky jménem Olga Skorochoдова.

Představení probíhá na velkém mole, které vede středem hlediště, diváci sedí po obou stranách. Každý hluchoslepý herec má svého hereckého partnera, který mu slouží jako „vyslanec“ ve světě zvuků a barev a který vypráví jeho příběh a pokouší se zprostředkovat jeho emoce publiku. Herci vypráví příběhy pomocí tance, pantomimy, pohybu i dialogů. Děj se odehrává na pů-

sobivé scéně za použití rozličných druhů vůní, osvětlení, živých rostlin, zvuků bubnů a různých druhů povrchových materiálů (hlína, tráva, dřevo, kov, dlažba...). To vše pomáhá lidem s hluchoslepotou orientovat se na jevišti a sledovat průběh hry.

Mezi hluchoslepými herci najdeme univerzitního profesora, básníka, spisovatele, švadlenu či sochaře. Na konci představení se neozývá tradiční potlesk, ale diváci dupou nohama na dřevěné podlaze, která přenáší vibrace k hluchoslepým hercům.

Práce na tomto představení začala koncem roku 2014 a vzešlo z ní také několik kreativních workshopů pro hluchoslepe (nejen pro herce, ale i pro diváky). Každé dva týdny se scházejí a prostřednictvím expertů z různých oborů se seznamují s hudbou, architekturou, choreografií apod. Zatímco v Moskvě pokračují reprízy představení, fond na podporu hluchoslepých plánuje rozšířit podobné aktivity do dalších ruských regionů.

*Pro Doteky přeložila Hana Dvořáková
Zdroje: časopis Dbl Review, červenec 2015
www.rbth.com*



SPOLEČENSKÁ KRONIKA

JUBILEA

Vážení čtenáři,

tentokrát budou v posledním čtvrtletí tohoto roku oslavovat všichni, kteří mají rádi život, dnes a denně v sobě dokáží najít odhodlání bojovat se všemi jeho nástrahami a strážněmi, radovat se z maličkostí, těšit se a připravovat na věci velké...Všem oslavencům do dalších let hodně zdraví, spokojenosti, optimismu a sil přeje

redakce Doteků





ZÁLIBY

LÉČIVÉ A AROMATICKÉ ROSTLINY

K Vánocům patří i vůně badyánu

Badyán je nejen příjemně vonné koření, ale patří také k nejvýznamnějším složkám japonských vonných tyčinek. Jejich vykuřování je dnes i v českých domácnostech oblíbenou součástí vánočních svátků, stejně tak jako tradiční františky. Nejznámější je v čínské kuchyni, kde se používá do hovězích polévek, vývarů, marinád k dušenému kuřecímu a vepřovému masu. V Asii se badyán odedávna užívá i v lékařství, neboť má velmi pozitivní účinky na lidský organismus.

Badyáník pravý (latinsky *Illicium verum*) je stále-zelený keř nebo strom s hladkou, šedou kůrou větví, dorůstající výšky až 18 metrů. Listy jsou řapíkaté, střídavé, protáhle vejčité, zúžené k oběma koncům, celokrajné, kožovité, vždyzelené. Květy vyrůstají jednotlivě v paždí listů, jsou bělavě zbarvené. Květ je velký až 6 cm, má větší počet okvětních lístků uspořádaných ve šroubovici a stejně uspořádaný větší počet tyčinek. Plodem je asi 1 cm dlouhý měchýřek, obsahující jediné semeno. Hnědá plodenství jsou srostlá zpravidla po osmi v úhledná hvězdovitá souplodí, která po dozrání zdřevnatí. Semena jsou světle hnědě zbarvená, čočkovitě zploštělá, lesklá. Podle tvaru souplodí se někdy badyánu říká hvězdový anýz.

Pochází z jižní a jihozápadní Číny a Vietnamu, pěstuje se však také na Filipínách, v Indii, v Japonsku a dalších zemích jihovýchodní Asie. Do Evropy se badyán poprvé dostal roku 1588, kdy jej z Filipín přivezl anglický pirát a mořeplavec Sir Thomas Cavendish.

V lidovém lékařství bývá užíván jako čaj s močopudnými účinky, příznivě působící při kolikách a revmatismu. Dále léčí kašel, pomáhá tlumit bolesti v krku, povzbuzuje chuť k jídlu a zmírňuje také žaludeční potíže. Badyán, obdobně jako anýz, by se neměl

používat v těhotenství. Destilací se z plodů badyánu získává silice, v níž je obsažen anetol, která se používá při výrobě ústních vod, zubních past (například Lacalut Aktiv Herbal) a přidává se do likérů.

V Číně bylo toto koření pěstováno a používáno již před 3000 lety a tato nejlidnatější země světa je dodnes jeho největším producentem. Do našich obchodů badyán přichází poměrně často, a to buď jako osmicípá hvězdice nebo mletý. Badyán má vůni podobnou anýzu, příjemnou kořeněnou nasládlou chuť, ale je mnohem jemnější. Používá se zejména v asijských kuchyních. Je součástí tradičního čínského koření pěti vůní. Ve Vietnamu je badyán hlavním kořením vietnamské nudlové polévky pho. Zajímavostí je, že i dřevo badyáníků bývá v asijských zemích vysoce ceněné truhláři, a to pro svoji charakteristickou červenou barvu, proto se používá k tvorbě nábytku. U nás se badyán používá v likérnictví, voňavkářství i v potravinářském průmyslu. V české kuchyni se většinou užívá jako mletý, přidává se do pečiva, vánočního cukroví, perníků a speciálních sušenek. Dále se používá ke zvýraznění chuti švestkových povidel i k aromatizaci bonbónů, žvýkaček, čajů nebo grogu. Do svařeného vína či do hruškových a jablečných kompotů se dávají celé hvězdičky, kterými je možné dochutit také pokrmy z ryb a mořských plodů. Na počátku tohoto století, kdy ve světě probíhaly epidemie tzv. ptačí či prasečí chřipky, získal badyán velkou popularitu. Stalo se tak díky tomu, že se z něho získávala přírodní surovina pro výrobu známého léku proti virovým onemocněním Tamiflu. V roce 2005 došlo dokonce z tohoto důvodu k přechodnému nedostatku tohoto koření na trzích celého světa. Naštěstí se dnes většinou surovina pro přípravu léku Tamiflu vyrábí pouze synteticky.



Zdeněk Sedláček



Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ

Milá redakce a čtenáři Doteků,
srdečně vás zdravím z Chomutova a moc děkuji za uveřejňování veselých povídek, které přináší život zrakově i sluchově postižených, kteří dokáží brát to postižení statečně a s úsměvem. Napíšu vám o tom, jak vznikl nápad vyzvat zrakově postižené, aby posílali veselé příhody. Byl to nápad paní Jiřinky Medvedové ze Zlína. Byla mezi zrakově postiženými velmi oblíbená, a když těžce onemocněla, přátelé jí posílali veselé povídky psané bodovým písmem i černotiskem, a dokonce i namluvené na kazetě – a to pomohlo! Jiřinka si řekla, když to pomohlo jí, pomůže to i jiným, a požádala přátele, aby dál povídky posílali. Přidala se celá řada pisatelů a povídky byly vytištěné v sešitkách a dokonce je načetli i přední herci. Některé zážitky byly kouzelné, ale já mohu napsat jen ty své, abych neporušila autorská práva. Ale prostřednictvím Doteků mohu vyzvat vás, čtenáře našeho pěkného časopisu, abyste se také zapojili. Vždyť veselá mysl je půl zdraví. Tak ještě jednou moc pozdravů do redakce i všem milým čtenářům Doteků.

Pavla Sykáčková

Koukám za tebe!

Nezapomenu na malého školáčka, který ke mně přiběhl, když jsem procházela ulicí s bílou holí, a ptal se: „Paní, co s tím klacíkem hledáš?“ Vysvětlila jsem mu, že málo vidím a ta bílá hůlka mi pomáhá jít bezpečně. „A neukráť se ti, když s ní tak šmidláš?“ „Nezkrátí, já ji nechám někdy odpočinout!“ Chlapec se rozběhl přede mne a volal: „Paní, můžeš nechat hůlku odpočinout, na chodníku vůbec nic nepřekáží, já koukám za tebe!“

Při nákupech

V jedné samoobsluze jsem se zeptala dost neochotné prodavačky, jestli mají ovesné vločky. „Máme to, co

vidíte!“ odsekla. „A to vás vykradli nebo jste zkrachovali?“ „Co si to dovolujete?“ ohradila se prodavačka. „No, jestli máte jen to, co já vidím, musíte být skutečně na mizině!“ a ukázala jsem bílou hůl.



Jaroslav

Jaroslav byl často poslán na nákupy. Nebránil se, a tak ho manželka poslala pro látku na montérky. Vešel do obchodu, rozhlédl se, a když svým zbytkem zraku spatřil prodavačku, hrnul se k ní a jedním dechem přednesl přání. Prodavačka nic, Jaroslava úplně ignorovala a to ho dopálilo a pěkně rázně jí domluvil, pro koho v tom krámě je! A komu má sloužit! Když byl v nejlepším, poklepal mu vedoucí na rameno a upozornil, že tak horlivě domlouvá sádrové figuríně!

INZERCE

Nabízím po svém zemřelém otci na prodej čtecí zařízení Auto-Lektor, které bylo využíváno pouze půl roku. S ohledem na poměrně vysokou pořizovací cenu ve výši 40 000 Kč (bez příspěvku) ráda odprodám toto zařízení, cena dohodou.



Kontaktní mobilní tel.: 724 356 445.

Lea Hejlková

VZKAZY MOUDRÝCH

Tvoje krásné Vánoce možná závisí na tom, co dělají druzí pro Tebe. Ať Tvé štěstí v novém roce závisí na tom, co Ty uděláš pro druhé!



neznámý autor



RECEPTY

Dia vánoční cukroví

Cukrovka, vážné metabolické onemocnění příznáčné zvýšenou hladinou cukru v krvi, komplikuje život statisícům lidí. V rámci léčby musí dodržovat dietu a také se pravidelně věnovat pohybovým aktivitám. Vánoční hodování ovšem svádí k hříchům. Co s tím? Sváteční lahůdky lze připravit tak, aby vyhovovaly potřebám diabetiků. Velmi vhodné je tvarohové těsto, které má nižší obsah sacharidů. Navíc tvaroh dodává organismu hodnotné bílkoviny a minerální látky.

Tvarohové taštičky

- 250 g hladké mouky
- 250 g měkkého tvarohu
- 250 g tuku
- špetku soli
- citrónovou kůru

Jak na to? Na válu zpracujeme osolenou mouku s tvarohem, změkklým tukem a nastrouhanou citrónovou kůrou. Těsto necháme odpočívat a zatím si připravíme, čím cukroví naplníme.

JABLEČNÁ NÁPLŇ:

Jablka nhrubo nastrouháme, ochutíme je umělým sladidlem, přidáme nastrouhanou pomerančovou kůru a lžící nastrouhaných ořechů.

KOKOSOVÁ NÁPLŇ:

100 g strouhaného kokosu promícháme s citrónovou kůrou, bílkem a trochou dia džemu.

OŘECHOVÁ NÁPLŇ:

100 g umletých ořechů smícháme se dvěma lžícemi sladké smetany, citrónovou kůrou a špetkou umělého sladidla.

Náplně máme připravené a můžeme pokračovat s plněním taštiček. Odpočínuté těsto rozválíme a vykrájíme z něj kolečka. Do středu vložíme lžičkou náplň, těsto přes ni přehneme a nakonec tvary čistě ořízneme rádýlkem. Čím drobnější budou taštičky, tím lépe budou vypadat.

Taštičky pečeme ve vyhřáté troubě při 250 °C



*Pro Dotecky připravila
Zdena Jelínková
metodička LORM z.s.*

SMYSLUPLNÉ VÁNOČNÍ NÁKUPY



LORM
SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



+



www.givt.cz
www.stedrynakup.cz

LORM

No tak dobrá... Ježíšek dárky nenakupuje. To víme. Když ale dárky pro vaše nejmilejší nakoupíte na givt.cz nebo stedrynakup.cz a mezi neziskovkami **zakliknete LORM**, pomůžete těm, kteří si dárky opravdu zaslouží. Nedáte ani korunu navíc, a přesto se o letošních Vánocích stanete Ježíšky. Děkujeme Vám.

více info na www.lorm.cz

Děkujeme Vám, že nám pomáháte pomáhat hluchoslepým!

Výběr některých značek, které najdete na givt.cz a stedrynakup.cz:

Bata

ZOOT.

Febreze

parfums.cz

kasa.cz

bonami

invia

DOTEKY. Časopis LORM z.s., Zima, číslo 85. Vychází čtvrtletně.

Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepy z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5.

Doteky vychází ve zvětšeném černotisku, Braillově písmu jako zvuková nahrávka v mp3 formátu na CD-ROMu a 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 LORM z.s.: Mgr. Petra Zimermanová, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel: 257 325 478

Ilustrace na titulní straně: Tomáš Zach

Grafická úprava: Fastr typograf, Nad Budánkami II./13, Praha 5

Tisk ve zvětšeném černotisku: QT Studio s.r.o., Hornokráčská 561/60, 140 00 Praha 4

Náklad: 140 černotiskových výtisků

Tisk v Braillově písmu: Teiresiás – Středisko pro pomoc studentům se specifickými potřebami, Masarykova univerzita, Komenského náměstí 2, 602 00 Brno, www.teiresias.muni.cz

Osoby s hluchoslepotou a se zrakovým handicapem odebírají časopis Doteky v rámci informačního servisu, který je součástí jejich sociální rehabilitace.

Celoroční příspěvek pro členy LORM z.s. včetně distribuce činí 50 Kč.

V elektronické podobě je časopis bezplatně zasílán na odbory sociální a zdravotní péče. Doteky v elektronické verzi jsou zasílány všem zájemcům zdarma. Ostatní zájemci z řad veřejnosti (fyzické nebo právnické osoby), kteří mají zájem o Doteky ve zvětšeném černotisku nebo na CD-ROMu jako zvukovou nahrávku, se z důvodu vysokých výrobních nákladů spolupodílejí finanční částkou. Roční předplatné na Doteky za čtyři čísla činí 200 Kč. V Braillově písmu Doteky vychází pouze v omezeném nákladu 5 ks a jsou k dispozici hluchoslepým čtenářům k zapůjčení v Poradenských centrech LORM v Praze, Liberci, Jindřichově Hradci, Brně a Ostravě.

Starší i nová čísla Doteků jsou zdarma veřejnosti přístupná na webových stránkách www.lorm.cz ve formátech HTML, doc a PDF.

Objednávky přijímá LORM z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5, email: kancelar@lorm.cz. Časopis je rozesílán na základě objednávky členům LORM z.s. 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 86 (Jaro 2016) je 15. 2. 2016.



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

LORM z.s.

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

tel/fax: 257 325 478

REGISTRACE MINISTERSTVA

KULTURY ČR č. E 11000