

DO TEKY

ČASOPIS LORM z.s. – PODZIM

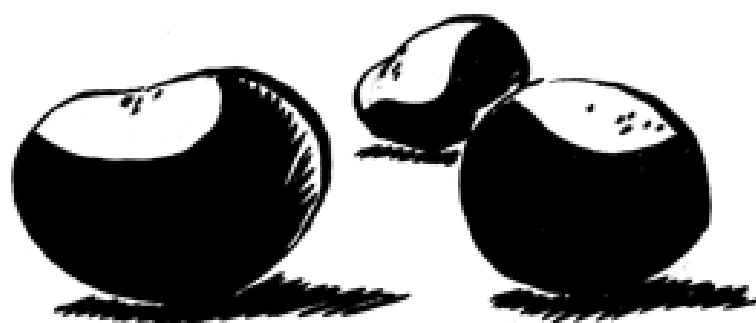
88

2016



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



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

- 5 • HLUCHOSLEPÍ TVŮRCI SOUTĚŽÍ UŽ POŠESTÉ
O CENU HIERONYMA LORMA
- 13 • ŠŤASTNÝ BLÁZEN
- 21 • SPOLEČNĚ MŮŽEME ZVLÁDNOUT COKOLIV
- 36 • POUŽÍVÁNÍ HMATOVÝCH SIGNÁLŮ PŘI
ZDRAVOTNÍ PÉČI



VERŠE – Beskydy jsou prima	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORA	4
ZPRÁVY Z LORMU	
Hluchoslepí tvůrci soutěží už pošesté o Cenu Hieronyma Lorma .5	
Irena Budweiserová podpoří svým koncertem hluchoslepé 6	
Street Happening v Karlíně podpoří LORM a hluchoslepé. 7	
Okénko do Jihočeského kraje	8
Netradiční návštěva	9
NAD DOPISY ČTENÁŘŮ	
Balada Veličkova I	11
Balada Veličkova II	12
Šťastný blázen	13
Malenovice a hotel Bezruč	15
Malenovice z pohledu dobrovolnice.	17
Jak jsem našla nový domov	18
MÍSTO MÉHO SRDCE	
Boskovice	19
Hurá na pouť do Francie!	20
PŘÍBĚH – Společně můžeme zvládnout cokoli	21
PRÁVNÍ PORADNA – Vracení DPH při koupi auta.	24
ZDRAVÍ – Mozkové příhody a poškození zraku	27
HAF – PSI NEJEN PRO HANDICAPOVANÉ (23. ČÁST)	
Erdelteriér je výborný hlídač a rodinný přítel	28
INFORMACE	
Pomůcky na letošním Tmavomodrém festivalu	30
Nevidomí budou mít přesnější navigaci, psát snáze e-mailly a lépe využívat moderní technologie	32
Facebook umožňuje nevidomým „vidět“ fotografie	34
ZE SVĚTA	
Používání hmatových signálů při zdravotní péči	36
SPOLEČENSKÁ KRONIKA.	38
ZÁLIBY – LÉČIVÉ A AROMATICKÉ ROSTLINY	
Rýmovník léčí hlavně nemoci z nachlazení	39
ZÁLIBY – Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ	
Setkání / Varovný příběh	41
VZKAZY MOUDRÝCH.	42
RECEPTY – Ultra jednoduché tvarohové knedlíky	43

*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

Beskydy jsou prima

Po hanácké rovině
vítají nás Beskyd hory.
Z dálky vypadají nevinně,
ale dopředu už mažem alpou nohy.

Voda, vzduch, lesy,
celá příroda je tu čistá, voňavá
a je nám jedno, jestli jsou to Čechy,
Slezsko nebo Morava.

V hotelu Bezruč parta lidí z LORMu
z celé republiky,
klienti a průvodci k tomu,
při rozcvičce už nedáme dřepy, kliky,
ale nechybí dobrá nálada a smích,
a po snídani rozběhneme se po kopcích.

Týden utekl jak voda,
kdo tu nebyl jeho škoda.
Já to řeknu ještě jinak:
BESKYDY JSOU PROSTĚ PRIMA.



SLOVO ŠÉFREDAKTORA

Milí čtenáři!

Opět je tu měsíc září, devátý měsíc kalendářního roku, kdy se v korunách stromů objevují první žloutnoucí listy. Každoročně tímto způsobem podzim upozorňuje na svůj brzký příchod. Obloha sice dosud nádherně oslňuje svou azurovou modří, poslední letní dny však rychle ubíhají a slunce postupně ubírá na síle. V tomto sychravém ročním období se budou každým dnem na stromech měnit barvy listů, což jistě potěší každého milovníka přírody. Tuto neobyčejnou krásu lze přirovnat k jakési strakaté kobyle, s jejíž hřívou si pohrává nezbedný větřík, jenž přináší chladně vypadající mraky, snášejí své studené kapky deště na posledních pár zelenajících se listů. V ovocných sadech se k našemu čichu dostává vůně dozrávajících jablek a hrušek, jejichž sklizeň se pozvolna rozbíhá. Z květinových zahrádek se stále ještě line silné aróma z oranžově nebo žlutě kvetoucích afrikánů i podobně zbarvených květů léčivého měsíčku, ten se zase vyznačuje vůní mnohem jemnější. Rovněž růže, královny květin, se i nadále pyšní květy, nevadí jim, že noci jsou už chladné. A protože s podzimem barev v přírodě přibývá, jedny z nejzářivějších pro potěšení očí mají bezesporu astry, nádherně pastelově barevné, červené, levandulové, nachové, růžové a bílé, velice nápadné jsou též jiřiny. Další zahradní klasikou podzimních dnů je chryzantéma, která svými pestrobarevnými květy potěší oko jak v záhoně, tak v květináčích či ozdobných mísách.

S tímto ročním obdobím se do vašich rukou dostává podzimní číslo Doteků, jehož hlavním tématem jsou postřehy a reportáže z letošního vydařeného pobytu v Beskydech. V malebné části těchto moravských hor přímo pod Lysou horou prožili krásný týden naši klienti se svými průvodci, ohlasy jsou plné chvály a spokojenosti. Z mnoha dalších článků bych vás chtěl upozornit na oblíbenou rubriku MÍSTO MÉHO SRDCE. Tentokrát v ní hluchoslepá čtenářka Lída Hacarová líčí své nevšední

zážitky z poutního zájezdu do Lurd, známého místa ve francouzských Pyrenejích. Dále se dozvíte, kdo všechno a jak nám pomáhá, také jaká jsou nebezpečí mozkové příhody ve spojitosti se zrakem, novinky z oblasti kompenzačních pomůcek a mnoho dalšího.

Krásné a příjemné prožití sychravých podzimních dnů, hodně životního optimismu, spoustu voňavých zážitků, mír i světlo v duši a samozřejmě dobré počtení, případně příjemný poslech na CD-ROMu upřímně přeje váš

Zdeněk Sedláček



ZPRÁVY Z LORMU

Hluchoslepí tvůrci soutěží už po šesté o Cenu Hieronyma Lorma



Spolek LORM z.s. na svých webových stránkách zveřejnil šest básnických textů v kategorii Poezie a jedenáct literárních děl v kategorii Próza a v pondělí 15. srpna spustil elektronické hlasování o Cenu veřejnosti. Od 15. srpna do 15. září mohl kdokoliv podpořit svým hlasováním uměleckou soutěž hluchoslepých a rozhodnout tak o vítězi **6. ročníku Ceny Hieronyma Lorma**. Prostřednictvím literárních děl mohl každý nahlédnout do rozmanitých příběhů lidí, kteří se museli naučit žít s hluchoslepotou.

Hluchoslepým autorům vítězných děl na společné téma „Pohádka o životě“ bude 8. října 2016 na víkendové konferenci LORM z.s. v Kralupech nad Vltavou slavnostně udělena **Cena veřejnosti**. Vedle této ceny se také soutěží o **Cenu odborné poroty**. Do výtvarné soutěže přihlásilo svá díla celkem devět hluchoslepých tvůrců. Jejich tvorba bude vystavena právě na víkendové konferenci LORM z.s. a o vítězích této části soutěže rozhodnou samotní účastníci konference.

Smyslem soutěže je poskytnout osobám s hluchoslepotou prostor ke kreativě a současně zprostředkovat jejich svět veřejnosti. Soutěž nese jméno po



hluchoslepém básníkovi, filosofovi a novináři Heinrichu Landesmannovi (9. 8. 1821 – 3. 12. 1902), který z důvodu pronásledování rakousko-uherskými úřady přijal pseudonym Hieronymus Lorm. Pro vlastní potřebu si vytvořil komunikační systém – dotekovou abecedu, tzv. Lormovu abecedu, kterou dnes používají ke komunikaci hluchoslepí nejen u nás, ale také například v Německu, Belgii či Švýcarsku.

Cena Hieronyma Lorma je pořádána už po šesté pod záštitou a za finanční podpory **Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška**. První ročník se konal v roce 2006 při příležitosti 15. narozenin sdružení LORM. Další informace k soutěži lze získat z webových stránek <http://www.lorm.cz/pro-hluchoslepe/nase-projekty/cena-hieronyma-lorma/aktualni-rocnik/>.

*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*

Irena Budweiserová podpoří svým koncertem hluchoslepé

Na výjimečný benefiční koncert ve prospěch hluchoslepých zve všechny své fanoušky Irena Budweiserová v neděli 18. září od 19.30 do kostela sv. Václava na Smíchově v Praze v rámci mezinárodního festivalu duchovního umění Svatováclavské slavnosti.

Energií nabitá show Ireny Budweiserové, to jsou především spirituály a gospely, většinou z Irenina posledního CD HOLD ON, doplněné i o novinky s českými či anglickými texty. Na koncertě se objeví i tvorba autorská. Velmi citlivý a erudovaný doprovod kytaristů Mirka Linky (akustická kytara) a Jaroslava Šindlera (elektrická kytara), nechává Ireně možnost k jejímu „čarování“ s texty písní. Všechny skladby mají velmi originální aranžmá, na nichž se podílí hlavní měrou právě kytarista Miroslav Linka.

Organizátoři 25. ročníku Svatováclavských slavností se již popáté rozhodli propojit festival s charitativní myšlenkou a jeden z koncertů opět věnují na podporu

hluchoslepých a sdružení LORM z.s. Vstupné je dobrovolné. Koncert pořádá Společnost pro duchovní hudbu, z.s. Více informací o festivalu na www.svatovaclavske.cz.



*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*

Street Happening v Karlíně podpoří LORM a hluchoslepé

Pod hlavičkou Karlínského Spektra proběhne v neděli 9. října od 15.00 do 20.00 na Lyčkově náměstí v Karlíně hudební festival s pokusem o kytarový rekord. Letos festival potěší především fanoušky reggae, v Karlíně vystoupí kapela Švihadlo, která před časem oslavila 30 let společného hraní.

Na Street Happeningu proběhne i pokus o kytarový rekord. Organizátoři akce se vzdali představy ohledně pokoření českého rekordu v hromadné hře na kytaru, protože by muselo dorazit alespoň 372 hrajících. Na festivalu se pokusí překonat alespoň rekord karlínský, který v roce 2014 činil 99 společně hrajících kytaristů přímo na festivalu. Nejde tedy v pravém slova smyslu o velký rekord, ale především o zábavu a o to si společně zahrát. Letošní karlínský rekord bude věnován písním Karla Plíhala.

Součástí festivalu bude už podruhé tzv. Street Happening charitativní tombola. Výtěžek z tomboly poputuje na účet neziskové organizace LORM – Společnost pro hluchoslepé. Děkujeme organizátorům akce a speciálně garantovi Davidu Berenreiterovi za nápad podpořit akcí hluchoslepé spoluobčany.

Karlínské Spektrum je rozsahem svých aktivit největším střediskem DDM hl. m. Prahy zřizovaným hlavním městem Prahou. Je druhým nejstarším zařízením svého druhu na území České republiky a v letošním roce slaví již 65. narozeniny. Více informací o akci včetně videopozvánky na <https://www.facebook.com/karlinhappening> a www.karlinhappening.cz.

*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*



Okénko do Jihočeského kraje

Vážení čtenáři, milí Lormáci,

když mně připadl milý úkol napsat pro vás do Doteků, co je nového v jihočeské pobočce, zjistila jsem, že je to už více než rok, kdy jsem naposledy do rubriky Okénko přispěla. Co se u nás za tu dobu přihodilo? Jsem přesvědčená, že víte. Ti z vás, kteří máte přístup na internet, jistě sledujete fotogalerii LORMu, o dalších zajímavých akcích víte z článků v Dotecích.

A tak jste možná zjistili, že za uplynulý rok jsme měli šestnáct klubových akcí. Zúčastnilo se jich, sečteno a podtrženo, celkem osmdesát pět klientů! Na konci loňského léta a na podzim jsme objevovali krásy Českých Budějovic. Dozvěděli jsme se, kudy jezdila koňspřežka, a zvládli jsme celá tři patra příkrých schodů v historické budově vodojemu. Kdo tam byl, si jistě vzpomene, jak to bylo náročné. V období přicházející zimy jsme se uchýlili do naší útulné klubovny. Zpočátku jsme vyráběli vánoční přáníčka a také jsme zkoušeli za pomoci rukou zkušeného zahradníka pana Ing. Martina Charváta vánoční svícny. Pokoušeli jsme se drátkovat a na jiném klubu jsme si do takto upravených skleniček vyrobili soli do koupele. V lednu za námi přišel pan Mgr. Pavel Macků z Národního památkového ústavu v Telči, který s sebou přivezl repliky středověkého nádobí a další historické předměty denní potřeby. V únoru nám přišel povyprávět o letecké bitvě nad Jindřichohradcem pan Mgr. Vladislav Burian. Četli jste jeho článek v Dotecích? Jako další nám npor. Bc. Jitka Fučíková ze státní policie Jindřichův Hradec ukázala, jak si chránit své věci na procházce i v obchodě. Když se začaly zase ukazovat sluneční paprsky, hned jsme vyrazili do ulic. Na výstavě v Českých Budějovicích jsme prošli 700letou historií tohoto krásného města a své znalosti jsme rozšířili v dominikánském klášteře.

Znáte svůj krevní cukr? Ti z vás, kteří se v Jindřichově Hradci zúčastnili prohlídky zdravotnické záchranné služby, už ano. Také jsme měli možnost pomazlit se s hadem v jihlavské zoo. A na posledním klubu jsme

zjistili, že máta peprná není jen jedna – v zahradnictví Florianus jich měli sedm druhů! Komu z vás nejvíce voněla ta jahodová?

A jak takový klub připravuji? Nejdříve to chce nápad, což bývá to nejtěžší. Děkuji těm z vás, kteří mi právě se zajímavými tématy pomáháte. Následně zkusím za-telefonovat, vysvětlit, domluvit co by se vám líbilo, jak vám návštěvu přiblížit. Potom hledám spojení autobusu či vlaků, vždyť se sjíždíte z velké části jižních Čech i z Vysočiny! Napíšu a rozešlu pozvánky. A pak už se jen těším, koho z vás téma osloví a kdo zavolá, že rád přijede. Často také těsně před klubem sleduji předpověď počasí, ona procházka za vydatného deště příliš neláká. Nakonec doufám, že se vám klub bude líbit. Ale tímto má práce ještě nekončí – doma zapíšu, kdo se zúčastnil, prohlédnu pořízené fotky, vyberu z nich ty nejhezčí a k nim vymyslím popisky. A začnu přemýšlet, co dalšího by vás oslovilo, kam byste se chtěli podívat...

Léto a dovolená utekly jako voda a já se opět těším na další klubová setkání a vůbec na všechna setkání s Lormáky!

Jana Radová
terénní sociální pracovnice pro Jihočeský kraj

Netradiční návštěva

Ve středu 18. května 2016 navštívili klienti z jihočeské pobočky organizace LORM – Společnost pro hluchoslepé z.s. dominikánský klášter na Piaristickém náměstí v Českých Budějovicích. PhDr. Roman Lavička, Ph.D. z Národního památkového ústavu v Českých Budějovicích a pan Jiří Míchal z českobudějovického biskupství připravili pro hluchoslepé návštěvníky speciální prohlídku kláštera, která byla uzpůsobena komunikačním možnostem účastníků.

Prohlídka byla připravena tak, aby návštěvníci využili své smysly, kterými mohou vnímat realitu, včetně hmatu. „Naši klienti si tak mohli osahat např. gotické kružby, které zdobí dřevěné kněžské lavice, sochu Panny Marie Klasové, patronky kostela i města České





Budějovice, novogotickou monstranci, která je věrnou kopií středověkého originálu či bohatě vyšíváný kněžský pluviál neboli plášť do deště," uvádí Jana Radová z organizace LORM z.s.

„I pro nás je návštěva občanů s handicapem inspirací a podnětem k zpřístupňování objektu," uvádí pan Míchal a dodává: „Díky loňské návštěvě klientů LORM z.s. v katedrále sv. Mikuláše rozvíjíme spolupráci s katedrou dějin umění pedagogické fakulty Jihočeské univerzity. V rámci diplomových prací zpracovávají studentky haptické trojrozměrné modely tří konzol s motivy lidských obličejů, které podpírají žebra křížové klenby, reliéfně zpracovávají Pannu Marii Klasovou i sv. Kryštofa, jehož freska se v kostele nachází.“

Národní památkový ústav spolupracuje s organizací LORM již od roku 2014. Kromě prohlídek památkových objektů připravuje rovněž přednášky. „Mgr. Pavel Macků z územního odborného pracoviště NPÚ v Telči nám vyprávěl např. o hmotné kultuře ve středověku. Součástí přednášky byly i ukázky předmětů, které patřily ke každodennímu životu ve středověku, jako oděvy, boty, stolní a kuchyňské nádoby, ale také zbraně a rytířská zbroj," doplňuje Radová.

Spolek LORM – Společnost pro hluchoslepé požádal Národní památkový ústav o další spolupráci.

Zdroj: Národní památkový ústav

NAD DOPISY ČTENÁŘŮ



*Milí čtenáři Doteků,
předkládáme vám pro potěchu ducha a pro srovnání
dvě balady, které vznikly v rámci literární tvorby hlu-
choslepých účastníků a za podpory jejich průvodců a
tlumočnicků na pobytu v Beskydech. Týmy měly zadány
první dva odstavce balady, zbytek básně už byl jen a
jen na jejich tvorbě, umu a spolupráci...*

Balada Veličkova I

„Kdo nebyl u Veličků,
nebyl v Beskydech“,
četli jsme „U korýtka“,
tam nescházel nám dech.

Tam neměli jsme ještě představu,
jak velikou nás bude stát námahu
vyplazit se hore cestou drsnou, strmou,
ještě teď nám z toho všechny zuby trnou.

Kofola tam nebyla nejlevnější,
asi obírat turisty je zvyk zdejší.
Trampí před návštěvou Ivančeny
vychutnávali si tu piva pěny.

Pro ty, co měli filipa,
nebyla cesta zpět trnitá.
Druhá parta zato
vychutnala kamení a bláto.

Nakonec musím s pravdou ven,
nejvíc Gery byl s túrou spokojen.
Byla to dost dřina.
Beskydy jsou prostě prima!



Balada Veličkova II

„Kdo nebyl u Veličků,
nebyl v Beskydech“,
četli jsme „U korýtky“,
tam nescházel nám dech.

Tam neměli jsme ještě představu,
jak velkou nás bude stát námahu
vyplazit se hore cestou drsnou, strmou,
ještě teď nám z toho všechny zuby trnou.

A Lormáci se hrnou,
někteří se plazí,
rádi by byli nazí,
protože jsou mokří zcela,
vlasy se jim lepí v čela.

Konečně si usedáme,
„U Veličků“ pivo dáme,
až se všichni občerstvíme,
na cestu zpět vyrazíme.

Jdeme cestou necestou,
někdo loukou travnatou –
tam potkal ovci střapatou.
Z dálky se nám řehtal kůň,
tam nechodte, tam je tůň.

Opět jsme se „U korýtky“ sešli,
ti co šli, i ti co nešli,
na hotel se těšíme,
že se dobře najíme,
cestou noha nohu víže,
k večeři nás čeká rýže.

Večer budem dělat,
co má každý rád,
a pak dobrou noc
a spát.

Šťastný blázen



Vzhledem k tomu, že ráda chodím a objevuji něco nového se svým mužem i za cenu bolavých nohou, jsem byla natěšená na Beskydy. Nastavila jsem si cíl – výstup na Lysou horu. Přestože jsem byla zrazována od příbuzných, jaký je to krpál, a ani předpověď počasí na celý týden nebyla nijak oslňující, necouvla jsem.

A jak to vše dopadlo?

Přijeli jsme bez problémů v pátek k hotelu a ubytováli jsme se. Ostatní dorazili vlakem a autobusem později. Hned po večeři jsme se všichni sešli na seznamovák. Tam jsme se dozvěděli hrubý program pro suchou variantu. Další bude vždy překvapením dne.

Lysá hora sice byla v plánu hned na neděli, ale jen na půl dne. Mám vždy předem nastudovaný materiál o místě, kam mám namířeno. Dostupnost, převýšení, náročnost atd. Takže jsem věděla, že v daném čase to bez pohromy nezvládneme. Druhý den jsem to sdělila vedoucí programu zájezdu Marušce. Ta mi slíbila, že o tom promluví s kolegyněmi. První den se všichni překonali, protože i ti nejméně zdatní došli do cíle k chaloupce U Veličků. Výlet nebyl nijak dlouhý, ale výstup pro některé spoluúčastníky vzhledem k handicapu náročný. Gratuluji k výkonu a smekám. Po obědě mi přišla Maruška říci verdikt. Pokud si seženeme parťáky z bezpečnostních důvodů, můžeme vyrazit třeba hned. Já na oplátku, že nevím, zda mě někdo udrží v hotelu – špatná profesionální reakce, jsem bývalá učitelka a vím, že za skupinový zájezd zodpovídá vedoucí. Tudíž jsem spadla zpět z výšin do tvrdé reality a poddala se pravdě, že tentokrát na Lysou nedorazím. Odpoledne nám navrhla Zdena s Milanem jít cestou necestou. Ale jako by se proti mně spikly všechny mocnosti a po 1 km jsme se museli vrátit, neboť začalo lít a burácela bouřka. Zbytek odpoledne jsme s mužem strávili na terase u baru a alespoň v klidu odpočívali, nemysleli na nic, neboť předpověď počasí – trvalý déšť a bouřky – byla jasná. Maruška večer rozdělila všechny přítomné do 3 skupin a zadala úkoly na společné večery, ale také pro případ mokré varianty. Druhý den naplánovala pro tři



nejzdatnější dvojice pěší túrku do Frýdlantu nad Ostravicí a zpět autobusem. Samozřejmě hned ráno přelo, a tak jsme měli zajímavou přednášku i s praktickou ukázkou o terapii hudbou. Odpoledne se mírně změnila předpověď počasí a vyrazili jsme ven vybaveni pláštěnkou a deštníkem: já, Vláďa, Zdena, Milan, Standa, Petra a Zuzka se psem. Ostatní šli na koníčky. Pro mě velké dilema, mám ráda koně a umím to s nimi. Avšak chození pro tentokrát zvítězilo. Užili jsme si to, neboť navzdory předpovědi nekápla celou cestu ani kapka a doprovázelo nás i sluníčko. Lít začalo, až když už jsme byli v hotelu. Mně také svítla naděje, že nejsem blázen sama, a ještě ve Frýdlantu padla dohoda, že pokud ráno nebude lít, razíme na můj sen Lysou horu a na oběd jsme objednali balíček.

A ráno hurá!!! Pohled na horu od hotelu vzbudil malé zaváhání. Šli jsme celkem v pohodě, když bylo třeba odpočívat, zastavili jsme a posilnili se. Plnil se cíl. Uživali jsme si výhledu do údolí, jak se zmenšuje hotel. Poslední kilometr byl drsný stoupák. Statečně jsme lezli vzhůru za hlasitého bzukotu pilných včeliček, které opylovaly obalené květy borůvčí. Splavení potem jsme zdolali poslední metry a stal se ze mě šťastný blázen. Byla jsem opět blíž k slunci a nebi. Pokochali a pomazlili jsme se z ptačí perspektivy s matičkou zemí, posilnili se a vyrazili jsme na horší cestu. Sestup. Asi v polovině se ozvala artróza v koleni. Poslední svah na sjezdovce už bylo utrpení a noc poté ještě horší, ale já to dokázala! Byla jsem nahoře a stal se ze mě šťastný blázen. Děkuji těm, kdo mně podlehl: Vláďovi, Milanovi, Zdeně, Petře, Zuzce a pejskovi.

Zbytek pobytu už byl volnější. Výlet do Tatry Kopřivnice (muzeum) a Štramberk (věž Trúba a pověstné perníkové štramberské uši) za krásného počasí autobusem. Ve středu nám první skupina předvedla pásmo všehochuti. Další skupiny se pak připravovaly na svůj program. Odpoledne jsme všichni vyrazili do Malenovic nahlédnout do místního malebného kostelíka a po zhoršení počasí jsme se uvelebili v příjemné restauraci. Já již šetřila svá kolena a jeli jsme autem. Pro nás s mužem poslední den pobytu – čtvrtek: druhá skupina,

tedy moje, připravila smyslovou a vědomostní soutěž a třetí skupina zahrála parodii na pohádku O řepě.

Všem přítomným chci poděkovat za úžasný týden a zvláště těm, co připravili celý program.



Olga Pírková

Malenovice a hotel Bezruč

Milí čtenáři Doteků,

rád se s vámi podělím o zážitky z Beskyd. Přijel jsem do Prahy, kde jsem se připojil k dalším klientům z LORMu. Prvně jsem měl možnost posoudit služby soukromého dopravce – nic, čím by mě překvapily. Z Ostravy jsme pokračovali vlakem do Frýdlantu nad Ostravicí, kde už nás čekal objednaný autobus. Cesta byla dobrá, ubytování standardní, pokoj měl velký balkón, ale nebylo nikam vidět, jak byl vysoký. V sobotu jsme všichni vyrazili k hostinci U Veličků, který je postaven na kopci cca 500 metrů nad Satinskými vodopády. Nic moc, myslel jsem si. Ale vážení, ono to bylo hodně do kopce! Cesta samé kamení, hrubý štěrk a výmol... Což mladší, ale oni to vyšli VŠICHNI klienti, klobouk dolů před nimi! Někteří, například Máša, totálně hluchoslepá, šla s průvodci i dolů, ale my, kteří jsme se trochu zdrželi, jsme od dobrého kolemjdoucího dostali radu jít jinudy – panečku, to se zvedla nálada, že nemusíme zpět po balvanech! Cestou se podařilo Evě vyfotit, věřte nevěřte, modrého slimáka, velmi vzácného, takže důkaz o jeho existenci máme 😊. Od borůvek se umazat nemohl, ty ještě nebyly, zářivě svítivá modrá barva byla jeho vlastní. Další den šli někteří pěšky do Frýdlantu prohlédnout si město a památky a po návratu se tato skupinka dohodla, že hned zítra, tedy v pondělí, vyrazí na Lysou horu na celodenní výšlap. Počasí bylo bez mráček, dostali jsme obědové balíčky a šli. Na Lysé jsem už jednou byl s kamarádem Tondou před 25 lety, ale tentokrát jsme to vzali jinudy. Přátelé, kde se vzalo tolik kamení? Hotové lávové pole! Nohy nejen v kotnících dostávaly pořádně zabrat, ale vrchol se nám podařilo



zdolat. Stojí tam Zátopkova chata, Bezručova chata, meteorologická stanice, stanice horské služby. V roce 1910 na Lysé napadlo 4,95 metrů sněhu! Také jsme potkali adrenalinové nadšence či blázny, na horských kolech sjížděli dolů, jednotliví osamělí běžci v těch kamenech běhali tam i zpět, následky možných úrazů si umíte domyslet. Posilnili jsme se na sestup, čekaly nás kilometry kamení a kamení. Průvodci vyhledávali cestu pro každý krok, sami museli dávat pozor na zvrtnutí a ještě museli hlídat a vést nás, bylo to náročné. Ani si nedovedu představit záchranáře – sanitka by nedojela, vrtulník nemá kde přistát... Ale Lormáci to zvládli! Došli jsme celí zmlácení, těšili se do sprchy. Před usnutím jsem si říkal, jaké bude ráno... Dobré. Na túru bych vyrazil, ale bez kamení ☺. Místo toho jsme jeli na celodenní zájezd do Kopřivnice do Technického muzea TATRA. Byl jsem tam poprvé. Moc krásná nablýskaná autíčka! Od veteránů, např. hadimršky, až po vozy, které se vyráběly až do roku 1990. Nyní už je ve výrobě jen nákladní Tatra, o kterou je ve světě velký zájem. Potom jsme jeli do Štramberku, kam jsem se moc těšil, hlavně na štramberské uši ☺. V roce 1241 Tataři přepadli Štramberk, obyvatelé před nimi utekli na kopec a prosili Boha o záchranu. Ten spustil liják, který naplnil nádrže, štramberští prokopli hráze a Tataři se utopili. Po povodni místní v místě ležení našli pytle s uřezanými ušními boltci křesťanů, které nájezdníci schraňovali pro svého chána jako důkaz poroby nevěřících. Vylezli jsme na Štramberskou Trúbu, na náměstíčku provoněném pekárničkami jsme se občerstvili. Štramberští mají na své uši licenci, takže nikde jinde na světě je nedostanete ☺.

Vedoucí pobytu Marie Švábová byla velmi dobře připravena na různé proměny počasí, nikdo se ani chvíli nenudil. Líbila se mi Vaškova muzikoterapie i program jednotlivých skupinek, zkrátka kdo se zapojil, nelitoval. Poznali jsme i beskydské lijáky a bouřky, byl to krásný a pestrý týden. Přidejte se příště k nám!

Milan Koklar

Malenovice z pohledu dobrovolnice



Působím jako dobrovolnice v brněnské pobočce LORMu a ráda bych se s vámi podělila o dojmy z pobytu v Beskydech, kterého jsem se zúčastnila spolu s dalšími průvodci a klienty.

Pobyt se uskutečnil od 27. května do 3. června v Malenovicích, malé vesničce u Frýdlantu nad Ostravicí. Každé ráno byla rozcvička a pevný denní řád. V sobotu se konal výlet k vodopádům, pro všechny to byl obrovský výkon, a když si na to vzpomenu, bolí mě nohy ještě teď. Většina následujících dnů byla klidnější a výlety byly děleny podle schopnosti, takže bylo možné zavděčit se každému. K naší smůle celý týden byl lehce deštivý, ale nikomu to nezabránilo v příjemném programu v podobě arteterapie a muzikoterapie. Bylo možné si vyrobit plastické kytičky pomocí krepového papíru a panenky z drátku. Při muzikoterapii jsme mohli slyšet zvuky šamanského a indiánského bubnu, ozvučná dřívka a jiné hudební nástroje. Zájemci se mohli během pobytu podívat na Lysou horu, uskutečnil se výlet do Štramberku za legendárníma štramberskýma ušima a na Štramberskou Trúbu. Dále se malá skupinka vydala na nedaleký kostelík v přilehlé vesnici, který je i přes svou malou velikost neuvěřitelně krásný. V Kopřivnici jsme navštívili muzeum Tatry. Jedno odpoledne bylo věnováno výletu do Frýdlantu nad Ostravicí, ve kterém jsme si prohlédli kostel a navštívili místní pivovar a cukrárnu. Jeden z výletů byl i na nedaleký koňský ranč, kde byla možnost se na koních projet nebo si je alespoň pohladit.

Myslím, že mluvím za všechny, když řeknu, že se pobyt moc povedl, a jsem si jistá, že se všichni těší na další stejně jako já.

Dorota Doležalová



Jak jsem našla nový domov

Dlouho jsem se hrdinsky bránila přiznat, že už na zdolávání stáří a nemocí nestačím a potřebuji soustavnou péči. Měla jsem sice dlouhou dobu výbornou pečovatelku a ze stejného střediska mi deset let vozili stravu a pravidelně za mnou přijížděla obětavá terénní pracovníce Jana Kašparová, ale přibývajících léta a nemoci mi ubíraly sílu, a když mi letos voperovali dokonce kardiostimulátor a několikrát jsem byla hospitalizována, přivítala jsem pobyt v pečovatelském domě „Merkur“ v našem městě.

Musím se přiznat, že z nového, neznámého prostředí jsem měla velký strach. Jak to zvládnou se zbytky zraku a sluchu s omezeným pohybem? Ale hned při vstupu do „Merkuru“ mě tak mile a přátelsky přivítala pracovníce paní Heřmánková, že ze mne strach spadl! A když jsem viděla byt, můj budoucí domov, byla jsem přímo nadšená. Místnost světlá s oknem přes celou stěnu rozdělená na malý kuchyňský kout s linkou, ledničkou, dvouplotýnkovým vařičem, mikrovlnkou a pracovním stolem, škopkem a varnou konvicí. Druhá část je obytná s lůžkem, peřinákem, pokojovou stěnou a stolem se židlemi z bývalého bytu. V chodbě jsou zabudované prostorné skříně a v koupelně sprcha. Také velké chodby jsou světlé, čisté a všude plno květin. Co však by bylo příjemné prostředí platné, kdyby chyběli obětaví lidé? Mám dlouholetou velmi obětavou pečovatelku Lenku, ke které přibyla stejně obětavá Zlatka. Všichni, paní vedoucí počínaje, se zde starají, abychom žili plnohodnotným životem. Kuchařinky chutně vaří, pradelny čistě a voňavě perou a ostatní spolubydlíci různého stáří i nemocí mě mezi sebe přátelsky přijali. Zbavila jsem se té samoty, kdy jsem si v bývalém domově připadala jako vyřazená, nepotřebná. Tady jsou klienti spokojení jako já a vždy si mohu popovídat. Dostala jsem se do prostředí, kde je mi dobře a všem moc děkuju. Jsem ráda, že patřím do LORMu a mám ku pomoci milou lormáckou sociální pracovníci!

MÍSTO MÉHO SRDCE

Boskovice



**Ať hudba zní v srdci každému z nás,
a jen láska všechny spojuje nás.**

*V boskovickém podhradí
vzpomínám na mládí,
kdyby tak na pár let
šel vrátit čas!*

*Takový už je svět,
nic nelze vrátit zpět,
v každém však ozve se
domova hlas.*

*V boskovickém podhradí
vzpomínka pohladí,
v srdci se zachvěje
jak tichý vzlyk.*

*Takový už je svět,
nic nelze vrátit zpět,
snad ještě stačím říct
sbohem a dík!*

Místo mého srdce je město, město Boskovice. Často i dnes je vídám ve snu, tak jak si je pamatuji z dětství. Zahrada na Kopanině, strýcovo květinářství s potůčkem v dolní části. Bílkova studna, obora, hrad, zámek, židovský hřbitov, synagoga a celá židovská čtvrť, ta je opravdu unikátní.

Na plácku pod židovskou čtvrtí, pod obrovským stromem, se scházela banda dětí. Hrávali jsme divadlo ve stodole u hluchého starého pána, jako by ani nebyla válka.

A Růžová ulice, tam jsem chodila do obecné školy. Růžová ulice dnes už není, je zbouraná. Ale já ji stále



vidím, i tu školu a paní učitelku, která mě vlídně přijala z uprchlického vlaku a dobrovolně mi vyčesávala vší.

Prožila jsem v Boskovicích celou válku, celé mé dětství, a těšila jsem se na návrat domů, domů na mou rodnou Zakarpatskou Ukrajinu. Ale jela jsem do Chrlic, no, ty ve snu nevidám, ale slyším tam hudbu, hudbu, která mě přilákala k mému budoucímu manželovi. A s ním jsem se pak do mých milovaných Boskovic vrátila a prožila tam krásné chvíle spojené se zpěvem a hudbou. A na závěr znělka našeho pěveckého sboru, kterou stále slyším:

„Ať hudba zní v srdci každému z nás, a jen láska všechny spojuje nás“.

Olga Opavská

Hurá na pouť do Francie!

Trvalo nějak dlouho, než jsem se konečně rozhodla taky napsat něco o tom, kam jezdívám nejraději. Takže do Francie. Když jsem se roku 2007 dověděla, že bych s Maltézskou pomocí také mohla jet na pouť do Lurd, byla to pro mě zpočátku až příliš velká novina. Vždyť já do té doby, nepočítám-li tři školní roky prožité v Praze, vlastně nikde nebyla. Jo, málem už bych zapomněla na dvoudenní, nepříliš vydařený zájezd po Slovensku, které však tenkrát ještě nebylo za hranicemi. Na pouť do Lurd chtěla jsem jet už dávno, přesněji řečeno hned od té doby, co jsem si přečetla krásnou Werfelovu knihu Píseň o Bernadettě. Když jsem se o Lurdech zmínila věrné kamarádce Janě Brožkové, tak ona hned souhlasila s tím, že by jela se mnou. Já tehdy měla jsem docela velký strach jet až do Francie s lidmi, které vůbec neznám. Dneska vím už, že takový strach byl úplně zbytečný. Na pražské letišti tenkrát mě i Janu odvezl pan farář. Z Prahy jsme všichni letěli do Paříže, odtud jsme pak ještě dlouho jeli autobusem. V Lurdech s Maltézskou pomocí zalíbilo se mi tak moc, že tam od té doby ráda jezdím každý rok. Jednou, v roce 2011, zkusila jsem jet i

vlakem. Byla to československá pouť, vlak jel z Bratislavy. Vzpomínám na tuto vlakovou pouť sice moc ráda, přece jen raději však létám z Prahy. Protože je to rychlejší. V Lurdech, pokud nedojde k nějakému zpoždění, býváme za dvě hodiny. Každý rok se vždy moc těšíme na koupel ve vzácné lurdské vodě. Pro nás, kteří milujeme nejen svatou Bernadettu, ale i Pannu Marii, mají Lurdy opravdu velký význam. Příští rok, dá-li pánbůh, na pouť do Lurd pojedeme 4. května.



Lída Hacarová

PŘÍBĚH

Společně můžeme zvládnout cokoliv



Vážení čtenáři,

také se poslední léta setkáváte s negativními názory na mladou generaci? Většinou jsou ve smyslu „Nechce se jim pracovat“, „Nic pořádného je nebaví“, „Jsou sobečtí a bezohlední“, „Zajímá je jen majetek, peníze a jak si co nejvíce užít, navíc na úkor ostatních“, „Staří a nemocní jsou jim na obtíž“, „Jsou drzí a neochotní“ a tak dále a tak dále... Nevím jak vy, ale já tomu nevěřím. Ano, dnešní mladá generace je jiná než současní padesátníci, šedesátníci, sedmdesátníci, ale stejně jako dříve, i nyní jsou mezi nimi lidé vstřícní, empatictí, připravení kdykoliv podat pomocnou ruku, dobrovolně a nezištně pomáhající (a naopak, samozřejmě). Kdo nevěří, ať tam běží – tedy pardon, ať pozorně čte:

Jmenuji se Jana Slezáková, narodila jsem se v roce 1991. Vyrůstala jsem s mamkou a o rok starší sestrou. S otcem se „díky“ jeho nezájmu nestýkám. Možná i proto si velmi vážím své rodiny a přátel. Se sestrou jsme jako nejlepší kamarádky. Od dětství jsem závodně tancovala street dance. K dálkovému běhu jsem se



dostala teprve před 3 lety, a to kvůli snaze vytvarovat si postavu 😊. To se mi ovšem nedařilo, jelikož jsem měla špatnou životosprávu. V září loňského roku jsem začala trénovat s Jakubem Bínou, který mě navedl na bezlepkovou stravu a pomohl mi překonávat veškeré mé bariéry, posunovat hranice. Začala jsem se více věnovat sportu a běhat aktivněji. Několik let po sobě jsem vždy na prázdniny odjela do zahraničí pracovat (Itálie, Anglie) jako servírka či barmanka kvůli tomu, abych si vydělala nějaké peníze a nabyla zkušenosti s jinou kulturou a jazykem.

Před dvěma lety jsem začala při dálkovém studiu pracovat v základní škole jako asistent pedagoga. Pracovala jsem s chlapcem s Aspergerovým syndromem, následně k tomu přibyla práce vychovatelky u prvňáčků v družině. Studovala jsem dálkově magisterské studium speciální pedagogiky se zaměřením na logopedii a surdopedii. Kombinace státní závěrečné zkoušky, tréninků a práce byla velmi náročná. Sama jsem měla pochybnosti o tom, zda to doopravdy zvládnu. Ovšem dokončit studium byla moje priorita.

Během závěrečného studia jsem se dostala také k otázce hluchoslepoty. Chtěla jsem se o tomto duálním postižení dozvědět co nejvíc, zejména mě zajímalo, jaký vlastně je život člověka s tak těžkým handicapem. Učila jsem se doma Lormovu abecedu a při prohlížení webových stránek společnosti LORM mi došlo, že hluchoslepota je postižení opravdu vážné a že chci aspoň tak, jak zvládnou, lidem s hluchoslepotou nějak pomoci.

V té době jsem již byla zaregistrovaná na olomoucký půlmaraton. Věděla jsem, že během pomáhá postiženým už hodně lidí, přesto jsem se nebála a oslovila společnost LORM se svým nápadem. Paní ředitelka mi nadšeně poskytla veškeré potřebné informace a já tak mohla realizovat svůj nápad – sbírku. Moji kamarádi mají malou firmu M&J BEADS a vyrábí krásné náramky z polodrahokamů. Neváhala jsem a poprosila je o pomoc s plánovanou charitativní sbírkou. Bez váhání souhlasili a nabídli mi, že mi náramky poskytnou jen za výrobní náklady. Já přes internet objednala odznaky ve tvaru srdíčka s logem LORMu a pustila se do práce.

Udělali jsme návrhy 3 náramků, které jsem přes FB stránky zveřejnila s částkou 300 Kč/ks. Této ceny jsem se po pravdě řečeno obávala, ale nakonec jsem byla velmi mile překvapena, kolik lidí mě dokáže podpořit – ihned jsem dostala objednávku na cca 40 náramků! Takové množství jsem opravdu nečekala, neměli jsme ani tak velkou objednávku polodrahokamů. Nejvíce lidí, kteří mě podpořili, byli moji blízcí a kamarádi. Dokázali mi, že společně můžeme zvládnout cokoliv a vybrat tak neskutečnou částku. Mým snem bylo 5 000 Kč. Tyto peníze jsem díky skvělému člověku vybrala hned první den! Sbírka trvala 3 měsíce a vybralo se cca 26 600 Kč. Prodáno bylo přes 100 kusů náramků a 150 kusů odznaků.



Mé největší DĚKUJI patří Martinu Krylovi, příteli mé sestry, který téměř všechny náramky sám ve volných chvílích navlékal. Samozřejmě chci poděkovat M&J BEADS v zastoupení nejen Martina, ale i Veroniky Slezákové a Jakuba Zapletala, kteří můj nápad podpořili a pomohli mi ho zrealizovat. V neposlední řadě patří poděkování skvělému šéfovi a celému Baru Monte Cristo v Prostějově, kde pracuji s úžasnými lidmi, mé rodině a příteli, kteří mě podporují, a všem, kteří na sbírku přispěli!

Peníze jsem přivezla paní ředitelce osobně. Toto shledání bylo velmi příjemné a já se tak mohla vrátit z Prahy s nepopsatelně krásným pocitem zpět domů.

Jana Slezáková je mladá, pracovitá, nápaditá, aktivní, kreativní, milá, hodná, cílevědomá, kamarádká a navíc ještě krásná žena se srdcem na pravém místě. A pokud jste četli pozorně, je obklopena (nejen) mladými lidmi se stejným sociálním cítěním, stejně úžasným přístupem k lidem potřebných pomoci. A tak nemluví a pomáhá – navzdory svému mládí, navzdory názorům o celkové zkaženosti své generace. Jani, jménem všech pracovníků LORMu a zvláště všech našich klientů Vám upřímně děkujeme. Je nám ctí přijmout pomoc od člověka, jako jste Vy!

Zdena Jelínková
metodička LORM z.s.



PRÁVNÍ PORADNA

Vrácení DPH při koupi auta

Nárok na vrácení DPH má pouze ta osoba, které byl příslušným orgánem přiznán příspěvek na zakoupení osobního automobilu podle vyhlášky MPSV č. 182/1991 Sb., a to ještě před jeho nákupem. Osoba se zdravotním postižením, která hodlá uplatnit nárok na vrácení DPH, musí splnit několik podmínek. Za prvé, osobní automobil musí být zakoupen v České republice. Osobním automobilem se přitom podle § 4 zákona o DPH rozumí silniční motorové vozidlo, které má v technickém průkazu nebo osvědčení vozidla zapsanu kategorii M1 nebo M1G. Za druhé, osoba, která uplatňuje nárok na vrácení DPH, musí mít doklad o koupi osobního automobilu, který musí mít stejné náležitosti jako běžný daňový doklad. Za třetí, pořizuje-li osoba uplatňující nárok osobní automobil od obchodníka s ojetými vozy, který uplatňuje zvláštní režim podle § 90 zákona o DPH, je tento povinen uvést daň na daňovém dokladu. Za čtvrté, DPH musí být zaplacen v České republice. Za páté, vrácení DPH musí žadatel uplatnit nejpozději do šesti kalendářních měsíců od konce kalendářního měsíce, v němž byl osobní automobil zakoupen. Nárok na vrácení DPH lze však nejdříve uplatnit v měsíci, kdy byl vůz pořízen. V případě pořízení formou smlouvy o finančním pronájmu (leasingu) až při ukončení smlouvy. Konečně, nárok na vrácení DPH musí osoba, která podává žádost, uplatnit u svého místně příslušného finančního úřadu.

Jak požádat o vrácení DPH? Pokud splňujete podmínky pro vrácení daně, obraťte se s žádostí o vrácení DPH na váš místně příslušný finanční úřad, tedy takový, v jehož obvodu máte trvalé bydliště. Nejprve se zeptejte, zda mají pro tuto žádost nějaký formulář. Pokud nepochodíte, můžete si sepsat žádost vlastní, ale nezapomeňte, že musí obsahovat tyto náležitosti:

- jméno a příjmení,
- vaše rodné číslo,



- adresu trvalého pobytu,
- rozhodnutí o přiznání příspěvku na zakoupení osobního automobilu,
- daňový doklad nebo doklad o prodeji osobního automobilu, který vystavil plátcе daně registrovaný v ČR.

Originál daňového dokladu si ponechte, případně si jej vezměte s sebou k podání žádosti k nahlédnutí, a na finančním úřadě odevzdejte jeho kopii. Vyhnete se tak problémům v případě, že daňový doklad budete potřebovat, např. při případné reklamaci vad na vozidle.

Daň vám může být vrácena maximálně do výše 100 000 Kč za jeden osobní automobil zakoupený za období 5 let. Daň vám správce daně vrátí do 30 dnů ode dne následujícího po podání žádosti, vypočítá se a zaokrouhlí na celé koruny.

Na co si dát pozor před koupí vozu? Vyhlédli jste si nový vůz a už se nemůžete dočkat, až si ho odvezete domů? Než ho koupíte, nezapomeňte si u prodávajícího předem ověřit, zda-li je plátcem DPH. Pokud prodávající plátcem DPH není, nevzniká vám logicky na vrácení DPH žádný nárok. Například pokud budete vozidlo kupovat od soukromé osoby na inzerát, tato osoba většinou není plátcem DPH. Někdy to také platí u autobazarů; majitelé autobazarů berou vozidla do komise a DPH počítají pouze z přírážky za zprostředkování. Zjednodušeně řečeno, majitel nechá v bazaru vozidlo s tím, že jej chce prodat za 100 000 Kč. Majitel autobazaru si přidá dalších 20 000 Kč, vozidlo prodá za 120 000 Kč, ale DPH platí pouze z 20 000 Kč, což je vlastně jeho provize za zprostředkování. Samotné vozidlo je v tomto případě prodáváno bez DPH, což opět znamená, že nový majitel nemá nárok na vrácení DPH. V naprosté většině případů jsou ale plátcí DPH autosalony, kde se dají levně koupit např. předváděcí vozidla nebo starší řady vozidel, ale kde se také dá za velice výhodných podmínek převzít leasing.

Nezapomeňte si také zkontrolovat, zda daňový doklad obsahuje všechny náležitosti stanovené zákonem. Jsou to:



- název obchodní firmy nebo jméno a příjmení,
- sídlo nebo místo podnikání,
- DIČ plátce, který uskutečňuje zdanitelné plnění,
- název obchodní firmy nebo jméno a příjmení, popř. sídlo nebo místo podnikání, popř. adresu trvalého pobytu osoby, pro kterou se zdanitelné plnění uskutečňuje,
- rozsah a předmět zdanitelného plnění,
- evidenční číslo dokladu,
- datum uskutečnění zdanitelného plnění,
- sazbu daně, základ daně, výši daně a cenu celkem.

Příklad žádosti

Žádost o vrácení daně z přidané hodnoty

Já, XY, bytem, r. č., tímto ve smyslu ustanovení § 85 zákona č. 235/2004 Sb. v platném znění žádám o vrácení daně z přidané hodnoty ve výši..... Kč. Částku zašlete na účet č.

K žádosti přikládám:

- rozhodnutí o přiznání příspěvku na zakoupení motorového vozidla
- fakturu (daňový doklad) o prodeji osobního automobilu, která byla vystaven plátcem

datum:

podpis:

*Zdroj: <http://www.handycar.cz/faq.htm>
<http://www.mesec.cz/clanky/kdo-ma-narok-na-vcraceni-dph-pri-koupi-vozu/>*



Mozkové příhody a poškození zraku

Z vědeckých studií provedených v USA vyplývá, že následky si odnáší až 60 % postižených mozkovým traumatem a 50 % postižených cévní mozkovou příhodou.

Poškození zraku je nejčastějším důsledkem mozkových příhod. Na vysokém počtu vzniku zrakových poruch má přitom podíl anatomie a fyziologie jak samotného zraku, tak i cévního a neurologického systému. Příčinami mozkových poškození, která mohou přispět ke zrakové dysfunkci, jsou tupá, penetrující nebo rychlá či pomalá traumata. Mezi ně zahrnujeme cévní mozkové příhody, krční hyperflexi při nehodě, hypoxii nebo zadušení a farmakologickou toxicitu.

U významného množství pacientů s mozkovými příhodami se projevují symptomy indikující poškození zraku. Jejich příznaky jsou typické, nikoli však limitující.

Symptomy a projevy obtíží jsou často spojené přímo s očním poraněním nebo s poraněním senzoryckým, motorickým nebo s poraněním zraku přidružených oblastí. Tato poranění mohou vyústit v následující potíže:

- akomodační potíže
- poruchy jednoduchého binokulárního vidění nestrabického původu
- poruchy motility oka
- snížená rozlišovací schopnost oka
- strabismus
- ztráta či omezení zorného pole
- poruchy zpracování vizuálně podávaných informací

Od té doby, kdy je třeba dennodenně efektivně využívat a zpracovávat vizuální podněty, mají důsledky mozkových příhod nejen zdravotní charakter, ale i charakter ekonomický a sociální.

Martina Nováková

Zdroj: http://www.4oci.cz/archiv_4o22-2008-16



HAF

PSI NEJEN PRO HANDICAPOVANÉ (23. ČÁST)

Erdelteriér je výborný hlídač a rodinný přítel

Tento sympatický pes byl vyšlechtěn v druhé polovině 19. století v anglickém hrabství Yorkshire. Vznikl křížením starého, dnes již vymřelého anglického plemene black and tan teriér a vydraře (otterhouna), později zřejmě i gordonsetra a bulteriéra. Pojmenování tohoto plemene je známo od roku 1879 jako upomínka na místo jeho vzniku – na údolí řeky Aire. Hlavním cílem bylo vytvořit odolného, nebojácného, univerzálně použitelného loveckého psa, který by byl zároveň vhodný i jako hlídač. Již roku 1884 byl první pes této rasy zapsán do plemenné knihy „Kennel Club Stud Book“. V roce 1892 byl zveřejněn první standard erdelteriéra, který už tehdy sloužil i jako pastevecký pes. Za první světové války byl pro jeho neohroženost, vynikající čich a neobyčejnou orientační schopnost masově používán v německé armádě pro kurýrní a strážní služby a především pro vyhledávání raněných. V České republice se objevili erdelteriéři už na přelomu 19. a 20. století, patřili tedy mezi první teriéry vůbec, kteří se dostali na naše území. Největší popularity dosáhl erdelteriér v období první republiky, kdy si jej za společníka vybral mimo jiné i spisovatel Karel Čapek nebo prezident Edvard Beneš.

Erdelteriér je největší z teriérů, jeho výška v kohoutku se pohybuje mezi 58 a 61 cm u psů, u fen je to 56 až 59 cm. Váží okolo 25 kg a dožívají se věku 11–14 let. Je to pes svalnatý, pohyblivý, kompaktní stavby těla s dlouhou a jemně modelovanou hlavou. Oči jsou tmavé, malé, s typicky živým výrazem. Poměrně malé uši ve tvaru písmene V mívá obvykle klopené dopředu. Hřbet je krátký, přímý a rovný, hrudník dosahuje až k loktům. Mezi žebry a kyčlemi má být jen malá vzdálenost, nohy jsou dlouhé a silné. Ocas je vysoko nasazený, nesen

vztyčený a často bývá kupírovaný zhruba na dvě třetiny původní délky. Srst, jež pokrývá celé tělo, je tvrdá, hustá, hrubá a přilehlá, mírně zvlněná, delší je na tlamě, kde tvoří charakteristický vous. Navíc je tvořena podsadou, která je kratší a měkčí. Povolené je pouze jedno zbarvení, a to světle hnědý podklad s černým sedlem, tedy přesně takové zbarvení, jaké má například německý ovčák. Štěňata se rodí vždy celá černá a teprve později se vybarvují při prvním línání.



Je to aktivní, temperamentní, chytrý a všestranně nadaný pes. Zejména vůči vlastní lidské smečce je dobromyslný, důvěryhodný, přátelský, odvážný a bezmezně milující kamarád. V současnosti je erdelteriér využíván hlavně jako ideální rodinný pes a vynikající hlídač, a to především pro jeho neútočnost, toleranci k dětem, nepodplatitelnost a odvahu bránit majetek a osoby mu blízké. Dodnes je běžně využíván jako služební pes, nejčastěji u armády a policie, kde se uplatňuje při práci záchranáře, spojaře, hledače min nebo jiných výbušnin a rovněž se využívá pro vyhledávání drog. Velmi dobře se též uplatňuje jako vodící pes pro nevidomé a spolehlivých výkonů je schopen také při sportovním výcviku všeobecné poslušnosti, obrany a stopování.

Vzhledem k tomu, že tento všestranně nadaný pes byl původně určen k lovu vyder, je vynikajícím plavcem a bývá i nejšťastnější, když se může ráchat ve vodě. Dále musíme mít na paměti, že je to společenský pes, nesnášející delší samotu. Velkou předností je jeho odolnost vůči rozmarům počasí, proto jej lze držet celoročně venku. Jeho vrozená aktivita však bezpodmínečně vyžaduje velkou možnost pohybu, neboť do vysokého věku bývá velmi pohyblivý a hravý. Jeho hluboký hlas, který zdědil po vydrařovi, mu pomáhá zjednávat patřičný respekt, umocněný občasnou snahou být v rodině dominantní. Proto jeho výcvik je v každém případě žádoucí, ale musí být veden velice citlivě. Někdy je trochu tvrdohlavý, přesto bývá při vhodném a taktním přístupu snadno ovladatelný.

Zdeněk Sedláček



INFORMACE

Pomůcky na letošním Tmavomodrém festivalu

Letošní Tmavomodrý festival nabízí mimo jiné možnost seznámení s vylepšenými kompenzačními pomůckami Sagitty a Spektry.

SAGITTA

Lupa Looky HD Touch

Nejnovější přírůstek do všeobecně známé rodiny populárních lup Looky TV. Nová lupa Looky HD Touch má jasný dotykový displej s hmatovou (vibrační) odezvou. Díky jasnému obrazu a vynikajícímu intuitivnímu ovládní se řadí k naprosté špičce těchto zařízení. Má pětipalcový dotykový displej, pohyblivou rukojeť, která má u nové verze dvě funkce: díky pohyblivému kloubu usnadní majiteli obsluhu a dále jsou v ní umístěny snadno dostupné baterie. Looky HD Touch je jedna z nejmodernějších a zároveň snadno ovladatelných lup na našem trhu. V jednom zařízení naleznete kombinaci mnoha zajímavých funkcí, kvality a elegantního designu.

Technická specifikace: Velký jasný dotykový TFT monitor • 5palcový displej • HD rozlišení 720p • Fotoaparát s ohniskovou vzdáleností 5 cm až nekonečno • Zvětšení 2x až 20x • CVBS výstup umožňuje připojení ke standardní TV • Doba použití až 3 hodiny • Snadno dostupné baterie • Možnost dokoupení extra akumulátorů • 2 fotografické módy • 12 vysoce kontrastních režimů • Zobrazené režimy lze aktivovat/deaktivovat podle potřeb uživatele • funkce Freeze (zmražení obrazu) • Sklopná rukojeť • Funkce panorama až na 5 metrů

Cena: 16 990 Kč až 32 200 Kč

Záruka 5 let (na baterii 2 roky)

ReadEasy Move 2

Speciálně vyrobené zařízení pro snadné čtení dokumentů a knih, a to i větších vazeb. Díky použití nejmodernějších technologií může toto zařízení přečíst

text i z kulatých předmětů. Zařízení může být propojeno s monitorem, novější televizí či synchronizováno s počítačem. Díky této funkci lze vyfotografované texty převádět do digitálních formátů, jako například mp3, doc atd.

Technická specifikace: Rozměry 19,5 x 8 x 21,5 cm • Váha 1,6 kg • Načtení textu za cca 1–15 sekund • Kamera 5 megapixelů • Možné zvětšení až 32x • Hloubka ostrosti 10 cm • Napájení 110 až 240 voltů, AC adaptér 12V DC, celková délka kabelu 3 metry • Možnost převedení fotografie do formátu Adobe PDF, Image (BMP, JPEG, PNG, TIFF), Microsoft Word (DOC a DOCX), mp3, Open Document Format (ODF) Plaintext (TXT), Rich Text Format (RTF)

Cena: 69 000 Kč



Lupa elektronická stolní 19" a 22" i-See

Lupa i-See má přehledné ovládání uložené pod obrazovkou. Tuto unikátní lupu je možno užít se všemi v současné době existujícími TFT obrazovkami o rozměru 17 až 22 palců. i-See je možno nastavit plně podle osobních potřeb koncového uživatele.

Technická specifikace: Zvětšení přibližně 2,5x až 80x (podle velikosti obrazovky) • Dodání s TFT obrazovkou 19 a 22 palců • TFT obrazovku je možno naklonit pro dosažení optimálního prohlížení • TFT obrazovka má nastavitelnou výšku (pouze u verzí Special a Deluxe) • Speciální LED osvětlení pro dosažení dokonalého kontrastu • Ovládací prvky na ovladači pod obrazovkou; Přednastavení zoomu; Varianty provedení ovládacího prvku: tlačítko, točítka nebo kombinace obou • Automatické zaostřování • Snadné nastavení jasu • Tři prohlížečské režimy: FullColor – greyscale (škála šedé); FullColor – realistic (realistické zobrazení); FullColor – high saturation (vysoká saturace, přibarvení) • 7 režimů vysokého kontrastu; černá/bílá – bílá/černá – zelená/černá – černá/zelená – žlutá/černá – žlutá/modrá – červená/černá • Oddělování zvolených čtených řádků a bloků textu prázdným místem • Ergonomická tabulka s osami X a Y pouze s jednou obslužnou páčkou • Zakrytí možných funkcí (kvůli zajištění osobního nastavení)

Cena: 48 300 Kč

Anyview (kód: iView 7 HD)

Tato elektronická lupa se díky jasnému obrazu a vynikajícímu intuitivnímu ovládání řadí k naprosté špičce těchto zařízení. Naleznete v ní kombinaci mnoha zajímavých funkcí, kvality a elegantního designu.



Technická specifikace: 7palcový displej • Fotoaparát s ohniskovou vzdáleností 5 cm až nekonečno • Zvětšení 2x až 20x • Provoz až 2,5 hodiny • Jednoduché nabíjení přes micro USB • 10 vysoce kontrastních režimů • Funkce Freeze (zmražení obrazu) • Doba nabíjení zařízení 4 hodiny • Plně barevný režim, velký display.

Cena: 26 500 Kč

SPEKTRA

Bierley Mouse USB

Ergonomická kamerová lupa v provedení myši do ruky. Velmi jednoduchá instalace i používání. Vhodná pro čtení novin a knih nebo prohlížení časopisů apod. Snadno ovladatelná, lehká a přenosná. Lze ji připojit k PC nebo televizoru. Rychlá instalace: lupu jen připojíte do portu USB a můžete s ní začít pracovat.

Technická specifikace: Zvětšení 14x na obrazovce 20"

• Kamera černobílá • Lupa se standardně dodává s programem enVid • Připojuje se do portu USB • 3 režimy prohlížení: fotorežim, kontrastní čtecí režimy (bílý text na černém pozadí a černý text v bílém pozadí) • Kompatibilní se všemi televizory s výstupem RCA

Na pomůcku přispívá Úřad práce podle položky II-4a) př. 1 vyhl. 388/2011 Sb.

Záruka 2 roky

Zdroj: www.elupy.cz

Nevidomí budou mít přesnější navigaci, psát snáze e-maily a lépe využívat moderní technologie

Program Technologie se Světluškou podpoří celkovou částkou 1 milion korun 12 projektů, které se zaměřují na zvýšení digitální gramotnosti lidí se zrakovým handicapem, nebo vyvíjejí či upravují počítačové a mobilní aplikace, které zlepšují život nevidomých.

Moderní technologie již dokáží v některých situacích kompenzovat chybějící zrak, a proto mezi lidmi s postižením zraku roste zájem o to naučit se využívat chytré aplikace a přístroje na maximum. „Je skvělé, že

Světluška může nevidomým tuto cestu usnadnit a že i vývojáři stále častěji na lidi se zrakovým handicapem nezapomínají," říká Přemysl Filip, ředitel Nadačního fondu Českého rozhlasu, který v rámci sbírkového projektu Světluška technologický program zaštiťuje.

Celý 1 milion korun na program Technologie se Světluškou získala Světluška i díky výtěžku zaměstnanecké sbírky společnosti Vodafone.



Ve 2. ročníku programu Technologie se Světluškou podporu získají následující projekty:

Vývoj a adaptace informačních a komunikačních technologií pro lidi se zrakovým postižením:

- Naviterier Conversation – navigace pro mobilní telefony uzpůsobená přímo pro potřeby lidí se zrakovým handicapem – České vysoké učení technické v Praze
- Integrace aplikací E-mail, Psaní zpráv hlasem, Audioknihovny LibriVox, Jízdní řády a Rádio do mobilního telefonu BlindShell – Metapo s.r.o.
- Úprava aplikace trénující zrak a jemnou motoriku dětí EDA PLAY TOBY pro operační systém Android – EDA cz, z. ú.
- Propojení interaktivní tabule s tablety žáků se zrakovým postižením v ZŠ pro zrakově postižené – ZŠ pro zrakově postižené, Praha, náměstí Míru

Maximalizace využití technologických pomůcek pro nevidomé, zlepšení vybavení pro zvýšení IT dovedností

- Zpřístupnění užívání Apple iPhone nevidomým uživatelům – Okamžik z.s.
- Vzdělávací kurzy pro osoby se zrakovým postižením v oblasti využití moderních technologií – Kafira o.p.s.
- Využití mobilních dotykových zařízení osobami se zrakovým postižením v každodenním životě – Tyflo-Centrum Jihlava, o.p.s.
- Metodické školení lektorů obsluhy náročných pomůcek pro zrakově postižené – SONS ČR
- Pořízení iPadů pro žáky se zrakovým postižením – ZŠ



- pro zrakově postižené, Praha, náměstí Míru
- iPad jako vzdělávací pomůcka pro děti s postižením zraku a kombinovaným postižením – semináře a webináře – EDA cz, z. ú.
- Zvýšení digitální gramotnosti uživatelů s těžkým postižením zraku – Masarykova univerzita, Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky – Teiresiás
- Kurz nácviku práce s počítačem pro těžce zrakově postižené formou rekondice a individuálního pobytu – Pobytové rehabilitační a rekvalifikační středisko pro nevidomé Dědina o.p.s.

Barbora Mocová, Nadační fond Českého rozhlasu

Facebook umožňuje nevidomým „vidět“ fotografie

Sociální síť Facebook představila novou funkci pro uživatele se zrakovým postižením. Systém dokáže automaticky rozpoznat obsah fotografií a sdělit nevidomým, co na nich je. Podobnou funkci spustil i Twitter, jeho uživatelé ale musí popisky ke snímkům přidávat manuálně.

Každý den nahrají uživatelé Twitteru, Instagramu či Facebooku na sociální síť téměř dvě miliardy fotografií. Zatímco pro většinu lidí představuje vizuální obsah internetu zábavný způsob komunikace on-line, nevidomí dosud neměli žádnou možnost, jak si obrázky prohlédnout. Facebook proto vyvinul nástroj, který umožňuje „vidět“ fotografie i lidem, kteří přišli o zrak. Na světě je přes 39 milionů nevidomých a více než 246 milionů lidí s těžkým zrakovým postižením. Při práci s počítačem obvykle používají takzvaný odečítač obrazovky, který jim dokáže zprostředkovat zobrazený obsah v podobě hlasového výstupu nebo braillového písma. Zařízení ale umí přečíst pouze text, nikoliv obrázky. Nevidomý programátor Matt King, který pracuje ve společnosti Facebook, se to rozhodl změnit. „Řada

příspěvků na Facebooku má vizuální formu. Lidé se zrakovým postižením si proto mohou připadat vyloučení z konverzace,” řekl King v rozhovoru se serverem BBC. Přišel proto s nápadem, jak pomocí umělé inteligence automaticky dekodovat obsah obrázků a ke každému snímku přiřadit popis v textové formě, kterou dokáže odečítač obrazovky přečíst. Software v současnosti umí rozpoznat zhruba 80 běžných předmětů a aktivit, například dopravní prostředky, přírodní objekty, sportovní aktivity, jídlo či lidský vzhled. S každou „dešifrovanou“ fotografií se software učí správně určit stále nové a nové objekty. Čím více fotografií „přečte“, tím lépe dokáže vylíčit, co je na obrázku. Zatím fotografie doplňuje pouze jednoduchým popisem jako například: Na obrázku jsou dva lidé, jsou venku a smějí se. „Jsme ve velmi rané fázi vývoje, ale pomáhá nám to přiblížit se k našemu cíli, kterým je zapojit do konverzace všechny uživatele,” uvádí King. Do budoucna by technologii rád posunul ještě o krok dál tak, aby s pomocí databáze uživatelů dokázala identifikovat obličeje a konkrétní osoby. S touto myšlenkou však narazil na kritiku kvůli ochraně soukromí. Podle Kinga je to ale otázka principu. Nevidomí a lidé se zrakovým postižením by podle něj měli mít stejný přístup k on-line obsahu jako ostatní. „Žádám pouze o informace, které jsou už všem ostatním dostupné,” tvrdí. Nový nástroj Facebooku funguje zatím pouze v angličtině, a to jen na systému iOS. Do budoucna ale chce společnost spustit verzi i pro ostatní operační systémy a přeložit ji i do dalších jazyků. Twitter nedávno představil podobnou funkci, ta ale negeneruje popis automaticky a uživatelé jej musí manuálně přidávat sami. Facebook má celý tým, který se zabývá zpřístupněním obsahu lidem s různými handicapami. Jeho šéf Jeffrey Wieland říká, že společnost se snaží zajistit, aby sociální síť mohly plně využívat i znevýhodněné skupiny lidí. „Je to pro nás příležitost tvořit rovné příležitosti a dát všem možnost skutečně se zapojit do dění okolo sebe.“





ZE SVĚTA

Používání hmatových signálů při zdravotní péči

Hmatové signály (anglicky „haptices“) jsou zprávy předávané pomocí doteků na různých částech těla. Mají svou vlastní gramatiku a vytvořily vlastní lingvistický systém. Hmatové signály jsou formovány různými způsoby – některé vznikly jako přirozený popis určité aktivity, jiné jsou založené na symbolech, znacích či psaní.

Tento způsob komunikace se používal patrně odjakživa. Se systematickým vývojem komunikace pomocí hmatových signálů se však začalo až v roce 1990. První lekce na toto téma se uskutečnila v roce 1993 na setkání skupiny zabývající se Usherovým syndromem v německém Postdamu. Hmatové signály můžeme rozdělit do několika skupin – jednou z nich jsou signály používané v určitých profesích při konkrétních situacích, například v nemocnicích při péči o osoby s postižením sluchu a zraku. Soubor obrázků s jednotlivými znaky si může pacient přinést s sebou, seznámit s nimi ošetřující personál a usnadnit tak vzájemnou komunikaci v situacích, kdy nelze využít jinak používané kompenzační pomůcky (např. při různých vyšetřeních, při operačních zákrocích apod.). Hmatové signály jsou obvykle logicky snadno pochopitelné, proto není těžké si je osvojit. Například „krevní tlak“ se vyjádří stisknutím paže pacienta v místě, kde se obvykle tlak měří. Jemným píchnutím prstem mezi palec a ukazováček zase lze sdělit pacientovi, že dostane injekci. „Zdravotní sestra“ se naznačí křížkem dvěma prsty na paži. Další užitečné hmatové signály jsou: bolest, čas, nehýbat se, zůstat v klidu, ano, ne, je vše v pořádku...

Na vývoji hmatových signálů se podílí Russ Palmer (muzikolog) a Sanna Tuomaala (pracovnice s mládeží). Pro časopis *Dbl Review* popsali svoje zkušenosti.

Russ Palmer:

Mám Usherův syndrom, používám dva kochleární implantáty, které jsou zcela dostačující v klidném prostředí. Vzhledem k problémům se zrakem potřebuji

mimo svůj domov vždy průvodce. Při komunikaci používám mluvenou řeč, prstovou abecedu a hmatové signály. Od roku 1990 se podílím na jejich vývoji i na výuce. Používám je v různých situacích – s rodinou, s tlumočníky, asistenty... Je to pro mě přirozený způsob komunikace. Například před plánovanou operací jsem si dopředu připravil soubor znaků, které by se mi mohly hodit, protože jsem věděl, že nebudu moci používat kochleární implantát. Fungovalo to skvěle. Tyto znaky jsem používal i při dalších vyšetřeních. Naposledy se ukázaly velmi užitečné během mé návštěvy v Brazílii. Personál v tamní nemocnici mluvil jen portugalsky. Pro sestry bylo rychlejší osvojit si pár hmatových signálů, než se naučit jejich ekvivalent vyslovit anglicky.



Sanna Tuomaala:

Mám také diagnostikovaný Usherův syndrom. Zrak i sluch se mi stále zhoršují. Momentálně používám dva kochleární implantáty. Moje zrakové pole je velmi úzké, jen asi 10 stupňů. Kromě toho se mi zrak zhoršuje při jasném osvětlení. Pohyb v neznámých prostorech je pro mě bez průvodce velmi obtížný. Domluvím se mluvenou řečí, znakovým jazykem a také taktilním znakovým jazykem. Mimo to používám i hmatové signály. Nemocnice je jedním z míst, kde je to velmi účelné. Představte si pacienta, který téměř nic nevidí a neslyší. V takovém případě je dotek úžasným kanálem pro přijímání informací. Dozvím se tak, co se právě děje, co bude následovat atd. S ostatními spolupracovníky se podílím na vývoji a testování hmatových signálů v nemocničním prostředí. Když jsem při operaci dostala svůj první kochleární implantát, pomohly mi tyto hmatové signály: doktor, žádný strach, teď to bude bolet, krevní tlak, injekce, čas, je vše v pořádku. V této situaci mi také dotek druhé osoby dodal pocit jistoty a bezpečí.

*Zpracovala Hana Dvořáková
Zdroj: Dbl Review, leden 2016*



SPOLEČENSKÁ KRONIKA

Jubilea

Ve třetím čtvrtletí roku 2016 oslaví svá životní jubilea tito členové, klienti a přátelé LORM z.s.:

- 15 – Tomáš Flídr, Lubná
- 25 – Adam Maršík, Číměř
- 30 – Lia Kasslová, Kostelec nad Labem
- 45 – Božena Valenová, Praha
- 55 – Olga Pírková, Líchovy
- 60 – Anna Müllerová, Jindřichův Hradec
- 65 – Marie Honzáková, Letohrad
- 65 – František Eliáš, Praha
- 65 – Milena Košťálová, Zliv
- 70 – Jiřina Vlčková, Brno
- 85 – Ludmila Bártová, České Budějovice
- 86 – Olga Opavská, Svitavy
- 87 – Viktor Sedlář, Kladno
- 87 – Josef Jeřábek, Brno
- 91 – Libuše Světlíková, Plzeň

Všem oslavencům přejeme do dalších let hodně zdraví, spokojenosti, spoustu pěkných dnů v kruhu rodiny, přátel a dobrých lidí!

Rozloučení

Dne 17. července 2016 zemřela paní Olga Klausová z Liberce, dlouholetá klientka LORMu. Bylo jí 89 let. Pokud jí to zdraví dovolilo, vždycky se velmi ráda účastnila libereckých klubů. Těšila se především na setkání a popovídání s ostatními. Kontakty s lidmi pro ni byly opravdu důležité a s chutí je udržovala i písemně – v dnešní době už není mnoho lidí, kteří by psali klasické dlouhé dopisy, ale paní Klausová je velmi ráda dostávala a také často sama posílala. Když bylo hezky, těšila se na posezení venku. Vždy měla ráda květiny a přírodu a užívala si pohledy na upravenou zahrádku. A v období plném květů a zeleně také zavřela oči naposled.

Marie Šváblová

terénní sociální pracovnice pro Liberecký kraj



LÉČIVÉ A AROMATICKÉ ROSTLINY

Rýmovník léčí hlavně nemoci z nachlazení

Tato dosud málo známá léčivka, kterou lze pěstovat i doma v květináči, si v poslední době získává značnou popularitu. Umí totiž lidskému organismu ulevit při prvotních projevech rýmy a nachlazení, zejména v podzimních a zimních měsících. Dokáže však pomoci i při léčbě jiných nemocí, například vysokého krevního tlaku či srdečních potíží.

Rýmovník (latinsky *Plectranthus argentatus*), známý též jako molice nebo moud, je vytrvalá stálezelená a odspodu dřevnatící bylina, dorůstající výšky kolem jednoho metru. Má stříbřitě ochlupené stonky s čtvercovým průřezem s hustě rostoucími vejčitými listy dlouhými 5 až 11 cm. Listy mají světle šedozelenou barvu a vykrajované okraje. Kvete jen krátce nenápadnými bleděmodrými nebo nafialovělými květy, které vydrží zhruba týden a objevují se kdykoliv během roku. Celá rostlina je silně aromatická.

Původní domovinou tohoto druhu rýmovníku, kterých je celkem popsáno přes 300, je Austrálie a řada ostrovů v Tichomoří, kde roste jako mohutný keř. U nás se nejčastěji pěstuje jako pokojová rostlina běžně prodávaná v květinářství. Snadno se množí řízkováním, rychle rostoucí stonky po odstříhnutí spolehlivě zakoření v květináči s pískem nebo ve sklenici s vodou. V létě rýmovník můžeme umístit do zahrady, na balkon či okenní parapet. Je však velmi citlivý na mráz, a proto je nutné jej na podzim přenést do teplejší a světlé místnosti.

K léčení se používají čerstvé lístky, které se ale nehodí pro sušení, neboť jsou příliš dužnaté. Jejich příjemná vůně připomíná směs meduňky, máty a kafru. Při rýmě a nachlazení se doporučuje inhalovat vonné látky z pár lístků rozlámaných v ruce. Pro astmatiky je možné použít také odvar, který můžeme umístit na topení v



místnosti. Odvar připravený z 1 lístku rýmovníku na 200 ml vody se též popíjí při bolestech hlavy, vysokém krevním tlaku, cholesterolu, srdečních a trávicích potížích. Užívání odvaru pomáhá rovněž odstraňovat ledvinové a žlučové kameny. Výluh z rýmovníku lze použít na drobné ranky a spáleniny, urychluje hojení. Jako pokojová květina navíc z místnosti odhání svým aroma obtížný hmyz, působí hlavně proti komárům, mouchám a molům.

Rýmovník je vhodný do ložnic, dětských pokojů, obývacích, respektive kamkoli do bytu, neboť v místnostech, kde je umístěn, se zcela prokazatelně lépe dýchá. Tato nenápadná, ale rychle rostoucí rostlina se v poslední době dostává mezi velice oblíbené pokojové květiny. Lidé si rýmovník v současné době pořizují hlavně jako léčivku, ale je možné jej dokonce využít v kuchyni jako koření při přípravě masa, kde může nahradit šalvěj.

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. Prostřednictvím Doteků vyzývám i 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

Setkání

V naší ulici na rohu bylo papírnictví, kam jsem ráda chodila, protože tam byly velice příjemné a ochotné prodavačky. Zvláště jedna si i ráda povídala, když byl obchod prázdný. Spřátelila nás vlastně moje fenečka Majda. Nechala jsem ji venku za skleněnými dveřmi a ona sedíc, pacičkami předními prosila. To paní prodavačku rozesmálo a dovolila, aby Majda směla dovnitř, že v papírnictví nic neochutná. Sama měla doma také pejska, a tak bylo o čem povídat. Ale jak to už v dnešní době bývá, papírnictví se zrušilo a milá paní prodavačka se někam ztratila. Majda ji ještě dlouho hledala, protože ta paní mi nejen pomáhala s nákupem, ale vždy měla pro Majdu nějakou dobrůtku.

Čas běžel a já, abych nebyla doma sama, když už ani Majdu nemám, jsem začala chodit mezi důchodce a tam jsem poznala paní se silnými brýlemi, která se ještě přes lupu snažila něco rozluštit v časopise. Odložila časopis a nahlas si posteskla, jak je to strašné, když si člověk nemůže nic přečíst. Přemýšlela jsem, kde jen jsem ten hlas slyšela, a tu se na mě paní lépe zadívala a najednou si vzpomněla na Majdu a mě s bílou holí. A já si vzpomněla na milou paní prodavačku! Po nemoci přestává vidět, těžko se s tím smiřuje, nemá tušení, co je zvuková kniha, a vůbec neví o pomůckách, ani o našich časopisech se zvětšeným tiskem. A tak jí mohu v mnohém pomoci a oplatit jí tu bývalou ochotu. Pejsky už nemáme, ale našly jsme přátelství.

Varovný příběh

Jaro se hlásilo o svá práva a provonělo chomutovské ulice. Sluníčko zářilo a i ti ptáčkové svým zpěvem dávali najevo radost, že už to zimní období skončilo.

Jaro kromě té radostné doby přináší také jarní únavu a tak, abych se s tou jarní únavou vypořádala, šla jsem si koupit vitamíny v podobě ovoce. Výběr je rozmanitý. Paní prodavačka mi podala sáček a vyberte si. Netušila, že já v těch bednách vidím leda barevné šmouhy, a tak jsem stála nerozhodně. Kde se vzala tu se vzala, přiskočila mladá žena, zeptala se, co potřebuji, a v mžiku





bylo ovoce nakoupené. Zaplatila jsem a společně s tou ochotnou ženou odcházela. Zastavili nás dva muži a jeden se mě zeptal, jestli skutečně tak málo vidím, že nosím bílou hůl. Udivilo mě to a zeptala jsem se ho, jestli by on nosil bílou hůl pro ozdobu. A dodala jsem, že jsou lidé, jako ta mladá paní, kteří pomohou. „Milá paní, tato žena vám na oko pomáhala a přitom kradla! Pozorovali jsme to a mysleli jsme, jestli nejste spolčené, promiňte!“ Mladá musela vysypat tašku, jestli se červenala hanbou nevím, a já si utírala slzy zklamání, jak může někdo zneužít důvěru nás postižených.



VZKAZY MOUDRÝCH

**A dej mi sílu unést všechno,
co změnit nemám sil.**

**Odvahu, abych to, nač stačím
na tomto světě pozměnil.**

**A také moudrost, abych znal
a od sebe to rozeznal.**

Jan Skácel

*(7. února 1922, Vnorovy – 7. listopadu 1989, Brno)
moravský básník, prozaik a autor poezie pro děti*

RECEPTY



Ultra jednoduché tvarohové knedlíky bez vajec

A máme na krku podzim, vážení příznivci dobrého papání... Ale nezoufejme, vždyť je to krásné roční období, všude kolem řadí barvy, barvy a zase barvy – nádhera! Trochu toho deště se dá také přežít bez újmy, zvláště pak máme-li k zakousnutí pár skvělých tvarohových knedlíků, to skutečně na žádné chmury, natožpak depky není čas ☺.

Připravíme si na jednu porci = cca 7 malých knedlíků:

- 250 g tvarohu (lépe ne příliš měkký)
- 100 g dětské krupičky
- špetku soli

Vše dáme do mísy, zamícháme, aby se spojilo, a potom vyklopíme na vál či pracovní desku a šoulíme a šoulíme, až vypracujeme těsto. Ale klid, jde to raz dva. Z těsta vyválíme váleček, který rozkrájíme na cca 7 kousků. Ty následně dlaní rozpláceme na placičku, abychom do ní mohli vložit ovocnou náplň v podobě jahody, rybízu, meruňky, kiwi, hrušky, borůvek, no prostě na co máte zrovna chuť, anebo co máte po ruce... Všechny knedlíky, už řádně zabalené a dokulata vytvarované, vložíme najednou do hrnce s vroucí vodou – opatrně! Samozřejmě hned klesnou na dno, tak je vařečkou jemně odlepíme a vaříme, dokud všechny nevyplavou nahoru – opět je to chvilka. Dáme jim ve varu ještě 2–3 minutky a můžeme vyndat. Na talíři je posypeme moučkovým cukrem, pokapeme rozpuštěným máslem, fajnšmekři s nízkým cholesterolem přidají kopeček zakysané smetany nebo domácí hutné šlehačky a... no... co vám mám povídat, to prostě musíte zažít sami!

DOTEKY. Časopis LORM z.s., Podzim, číslo 88. Vychází čtvrtletně.

Vydává: LORM - Společnost pro hluchoslepé 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, zdsedlacekdteky@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: Stanislava Laňková, Nad Budánkami II./13, Praha 5

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

Náklad: 140 černotiskových výtisků

Tisk v Braillově písmu: Teiresiás – Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky, 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 89 (Zima 2016) je 15. 10. 2016.



Nadační fond
Českého rozhlasu



Světluška

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