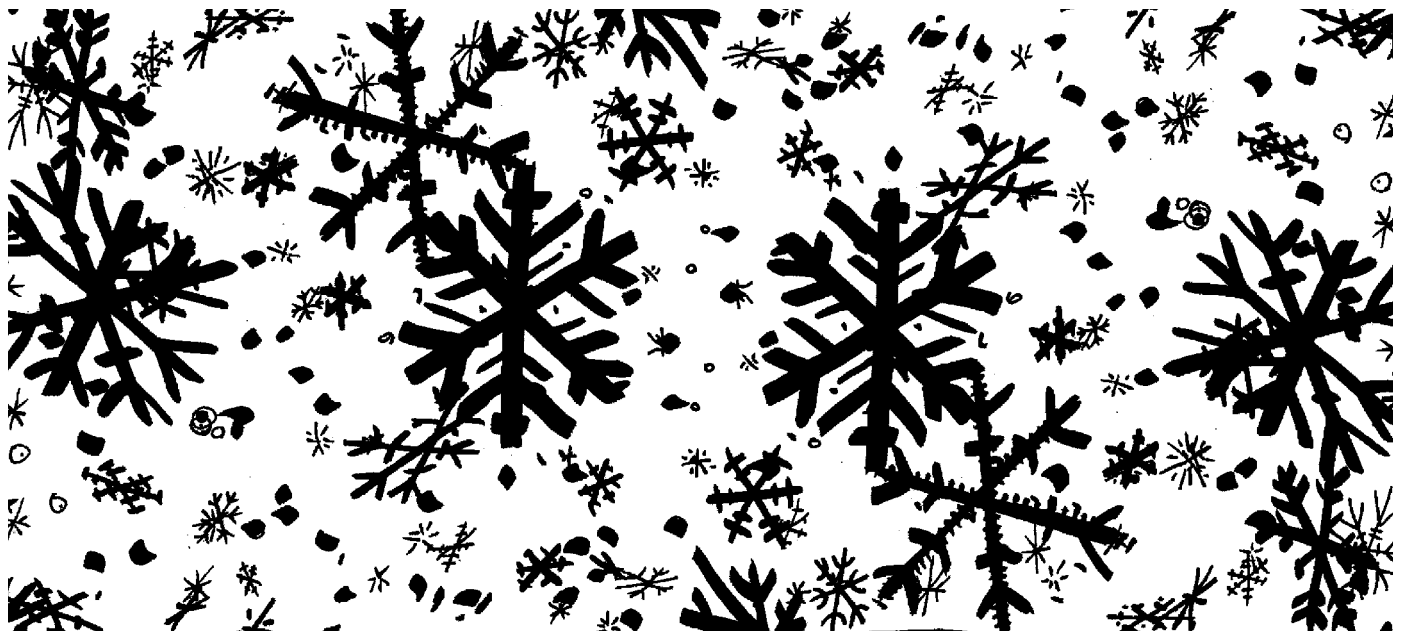


ČASOPIS LORM z.s.

DOTEKY

105
2020

ZIMA



VERŠE • SLOVO ŠÉFREDAKTORKY • ZPRÁVY Z LORMU • NAD
DOPISY ČTENÁŘŮ • PŘÍBĚH • PRÁVNÍ PORADNA • ZDRAVÍ
• INFORMACE • OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH
• ZE SVĚTA • ZÁLIBY • VZKAZY MOUDRÝCH • RECEPTY

8 • NOVINKY V DOTEČÍCH

**14 • PŘI VYNUCENÉ ZMĚNĚ ŽIVOTA NENÍ
KONEC SVĚTA**

20 • WILLIAMSŮV SYNDROM

**41 • HLUCHOSLEPÝ HEREC V HLAVNÍ
ROLI FILMU**



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



VERŠE – Zkra(á)tka Vánoce	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORKY	4
ZPRÁVY Z LORMU	
LORM opět v čase koronavirovém	5
Novinky v Dotecích	8
Okénko do Prahy a Liberce	9
NAD DOPISY ČTENÁŘŮ	
Vánoce v padesátém	11
Ohlas na článek „Čas zkrátka neřeší“	12
PŘÍBĚH	
Při vynucené změně života není konec světa	14
PRÁVNÍ PORADNA	
Příspěvek na zvláštní pomůcku a úmrtí	18
ZDRAVÍ	
PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY – Williamsův syndrom	20
Visus	23
INFORMACE	
Umělá inteligence pomůže nevidomým nakupovat, rozpoznat peníze i zboží	28
Konference INSPO proběhla letos online	30
Mobilní aplikace Cash Reader pomáhá rozpoznat bankovky	32
Internetová titulkovaná televize	33
Zpřístupnění služeb občanům se sluchovým postižením	34
Zajištění mimořádné pomoci ve stanicích českých železnic	36
OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH	
Muž s hluchoslepotou procestoval již 130 zemí světa!	38
ZE SVĚTA	
Hluchoslepý herec v hlavní roli filmu	41
Aplikace pro mobilní telefon pro žáky se sluchovým postižením ...	42
ZÁLIBY	
Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ	43
VZKAZY MOUDRÝCH	48
RECEPTY – Rafaelo	49

*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

Zkra(á)tka Vánoce

Sladké
Voňavé
Veselé
Bílé
Smutné chvíle
Vzpomínky
Setkání
Osamělost
Plamínky
Radost
Půlnoční vítání
Sníh
Děti a maminky
Led
Kapří šupinky
Mráz
Vůně vanilky
Od všeho každému kus
Než zase odletí
Jak oblak bílých hus



SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Dvanáct nocí a dní od Štědrého večera až do Tří králů zvěstuje prý povětrnost příštích dvanácti měsíců, praví jedna z mnoha lidových pranostik. A že jich opravdu je! O vínu, o chmelu, o vodě, o větru, o dešti, o slunci, o obilí a o slepicích, no ano, i o slepicích. Tak ať vítr na Štědrý den vane a vezme s sebou na věčnost i ten zatracený covid! Vína nechť je dostatek, taktéž piva a vajec i pšenice, zkrátka ať je ten příští rok zdravý a hojný! Zatímco se budeme těšit a doufat, že tomu tak bude, můžeme si udělat Rafaelo kuličky, recept na tuto dobrotu najdete v zimním, letos posledním čísle Doteků. A když máme našouláno cca 120 kusů, sedneme do křesla, sáhneme po grogu či svařáku a začteme se do dalšího obsahu našeho čtvrtletníku. Všechny rubriky byly tentokrát tak napěchované příspěvky, že jsme musely s paní ředitelkou důkladně vybírat a přebírat, o čem si počtete ještě letos a o čem až v roce příštím. Z toho jasně vyplývá, že o nic nepřijdete. Není to fajn, mít se pořád na co těšit? Když vás přestanou na chvíli bavit televizní pohádky a rozhlasové pořady, můžete si místo nich Doteky dokonce pustit v hlasové podobě, krásně a mile načtené bývalou kolegyní, členkou Výkonné rady, paní Martinou Křížovou (Kučerovou). Mimochodem, ono se u poslechu také lépe pojídá a popíjí, netřeba se vyrušovat obracením stránek 😊. Zaposlouchejte se třeba do vánočního vzpomínání Milana Koklara, když on byl tenkrát kluk, kdy zněly písně líp a sladší měly zvuk. Anebo pana Hynka, paní Sykáčkové. A do zajímavého životního příběhu Olgy Pírkové. Jistěže nakonec nevynecháte ani Zdraví, Informace, Právní poradnu, to byste o mnoho přišli! Ale každý čtenář, nebo aspoň většina, má v oblíbeném časopise oblíbený postup, málokdo ho přelouská od vrchu dolů pěkně popořádku, často je to na přeskáčku a začíná se tím nejmilejším, našemu srdci a nátuře nejbližším.

Milí a vážení, ať vám vyjde konec roku tak, jak byste si přáli, ať jste zdraví nejen v tom roce následujícím, ať máte klid na duši a vždycky kus volného místa pro potřebné

v srdci, ať jste rádi na světě a svět je tu pro vás! Tak šťastné a veselé a na shledanou v roce 2021!



Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků

ZPRÁVY Z LORMU

LORM opět v čase koronavirovém

Milí čtenáři Doteků,

dnes, kdy píšu tento článek, je pondělí 12. října a začínají platit nová omezení v rámci vyhlášeného podzimního nouzového stavu. Další a ještě přísnější opatření budou zveřejněna dnes večer s platností od středy 14. října. Všechna opatření jsou přijímána, aby došlo ke zploštění narůstající křivky potvrzených případů onemocnění COVID-19, tedy aby nárůst onemocnění zvládl náš systém zdravotní péče s ohledem na vážné případy hospitalizované v nemocnicích. V době, kdy budete tento článek číst, tedy v prosinci před Vánoci, budeme všichni o něco moudřejší, bude už jasno, zda a jak tato opatření byla účinná.

Dnes je však velmi obtížné cokoliv předjímat nebo plánovat, i když bez plánování a přípravy není naše práce vůbec možná. Proto jsme už na jaře zajistili dostatečné množství roušek, štítů, bezkontaktních teploměrů a dezinfekce, abychom nemuseli opět omezovat terénní sociální služby, jak tomu bylo na jaře, a to ani v případě příchodu tzv. „druhé vlny“. V červenci zasedala Výkonná rada LORM z.s. a mimo jiné se věnovala strategickému plánování, tedy promyšlení několika možných scénářů pro podzim 2020 a rok 2021. Ve scénářích jsme pracovali s několika variantami vývoje situace a bohužel už nyní s vyhlášením podzimního nouzového stavu je jasné, že se potvrzuje příchod druhé vlny. A také se již dnes ukazuje,



že všechna omezení, spojená s nouzovým stavem vyhlášeným na jaře a nyní na podzim, budou mít tvrdý finanční dopad na ekonomickou a sociální situaci u nás i ve světě.

Přes léto jsme na chvíli obnovili pořádání klubových setkání, ale s vyhlášením nouzového stavu jsme je opět na podzim museli zrušit. To samé se týkalo pořádání pobytů v letošním roce. Ačkoliv jsme na situaci velmi hbitě reagovali už na jaře a oba plánované pobyty přesunuli z května a června na září, nakonec se naše rozhodnutí z poloviny srpna pobyty raději zrušit ukázalo prozíravým. Nárůst případů onemocnění na COVID-19 začal být v září velmi dramatický a vyústil v současnou situaci. A my bychom nebyli schopni přijmout všechna potřebná karanténní opatření na odložených zářijových pobytech v případě, že by se mezi účastníky během pobytů potvrdil i jediný případ tohoto onemocnění, tedy zajistit ochranu všech účastníků.

Příští týden v úterý 21. října bude zasedat Výkonná rada a mimo jiné se vrátí k projednání strategického plánu a otázek, které s ním souvisejí. Jaké to jsou? Budeme muset v blízké době opět omezovat terénní sociální služby? A pokud ano, jak a do jaké míry? Od kdy budeme moct opět pořádat klubová setkání a za jakých podmínek? Dává smysl připravovat pobyty v roce 2021, dokud tady není vakcína na COVID-19? Jaké fundraisingové aktivity můžeme nyní podniknout, abychom se co nejvíce připravili na ekonomický dopad celé situace, tedy na případné snížení dotací a finanční podpory od dárců? Promítne se to již ve výši dotačních a nadačních příspěvků a darů v roce 2021? A tak dále, a tak dále. Asi je vám, čtenářům Doteků, jasné, že na mnohé otázky si ani příští týden neodpovíme, ale je potřeba se připravit na všechny možné scénáře a na vzniklou situaci pak co nejrychleji reagovat.

Výkonná rada bude příští týden schvalovat rozpočet naší organizace na rok 2021, který zahrnuje náklady na všechny stávající registrované sociální služby i tradiční projekty. V rozpočtu opět musíme pracovat s několika variantami. Co je v něm nové, jsou náklady na pořízení 2 automobilů pro terénní sociální pracovníky do Prahy a Brna, na které jsme již v září podali žádost o příspěvek



u Nadačního fondu Českého rozhlasu z projektu Světluška v roce 2021. Letošní rok nám ukázal potřebnost dojíždět za klienty osobními automobily z důvodu ochrany zdraví klientů, tedy menšího rizika nákazy COVID-19 než ve veřejné dopravě. Navíc používáním automobilů dojde ke zvýšení efektivity našich služeb, terénní pracovníci stráví méně času na cestě a během dne zvládnou navštívit více klientů. Výsledek nadačního řízení se dozvíme až před Vánocemi. Držme si palce, byl by to pro naši organizaci velmi vítaný dárek pod stromeček!

Loni jsem vás v zimním čísle Doteků seznamovala s průběhem a výsledky Lormolympiády. Letos vám sem bohužel už po několikáté píšu o různých opatřeních spojených s koronavirem. Věřte, že bych zde mnohem raději psala o všech společných setkáních a zážitcích na pobytech a klubech. A také o tom, jak s dobrovolníky ve svém volnu připravujeme další ročník charitativní akce Putování Prahou za Duchem Vánoc, jehož jubilejní 10. ročník by se měl letos v prosinci konat. Akce se však tradičně účastní okolo 150 osob ve venkovních i vnitřních prostorách, tedy i přes případná opatření se nyní příprava a především realizace jubilejního ročníku ukazuje problematickou a s velmi nejistým výsledkem.

Letošní rok je zkrátka úplně jiný a v mnoha ohledech těžko předvídatelný. Přinesl nám do života mnoho změn, o kterých se nám před rokem ani nezdálo. O to víc si vážme toho, co máme. Radujme se z každodenních drobných radostí, které nám mohou přinést úsměv a činit naše dny veselejší. A co bych vám všem přála k Vánocům a do nového roku s jedničkou na konci? Napadá mě refrén „Koledy“, kterou si v době adventu ráda v duchu pobrukuji společně s bratry Ebeny, autory písně:

*Jenže dny se krátí a mnohem dřív se stmívá,
už vyšla hvězda, za ní zlatá hříva,
a z téhleté hvězdy naděje vyplývá,
že světlo přijde i do našeho chlíva.*

Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.



Novinky v Dotecích

Milí čtenáři Doteků,

vy, kteří čtete Doteky v elektronické podobě ve wordu, jste si možná povšimli, že každý název článku v tomto čísle začíná znakem #. Je to novinka, na kterou nás přivedl pan Jan Příborský, předseda Oblastní odbočky SONS Olomouc, který nám do redakce zaslal koncem září e-mail s výborným návrhem k zamyšlení. O co se jedná? Časopis Zora v elektronické formě používá pro snadnou orientaci v obsahu časopisu znak #. Tímto znakem je označen název každého článku v samotném textu. Tím může nevidomý čtenář snadno najít začátky jednotlivých článků. Rozhodli jsme se hned od tohoto zimního čísla Doteků značení pomocí znaku # zavést, abychom zachovali pro nevidomé a hluchoslepé čtenáře jednotnou formu a také jim usnadnili orientaci v časopisu.

Další novinkou, kterou se chystáme zavést až od jarního 106. čísla Doteků, je sloučení dvou rubrik do jedné. Konkrétně se jedná o rubriku NAD DOPISY ČTENÁŘŮ a rubriku ZÁLIBY – Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ. Často se nám v redakci stává, že některé vaše příspěvky lze zařadit do obou. V letošním roku nám navíc znatelně ubylo ohlasů na pobytové akce a klubová setkání, tedy článků zařazovaných do první z výše zmíněných rubrik. Spojením tak vyřešíme elegantně oba problémy. A protože bude společná rubrika obsahovat jak dopisy od čtenářů, tak i vaši literární tvorbu, rozhodli jsme se pro zcela nový název sloučené rubriky: PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ. Zda ji však budeme mít skutečně čím naplnit, je jen a jen na vás. A proto prosím tvořte a pište, podělte se s námi o své zážitky a zkušenosti, inspirujte druhé – dopisem, příběhem, básní, povídkou, esejí. Rubrika je tu pro vás, naše čtenáře, bez vás by to zkrátka nešlo! K dispozici samozřejmě máte nadále i jiné rubriky, například MÍSTO MÉHO SRDCE nebo SPLNĚNÁ PŘÁNÍ. Obě posledně jmenované v Dotecích zveřejňujeme už jen příležitostně, pokud nám do nich pošlete svůj příspěvek.

*Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.*

Okénko do Prahy a Liberce



Milí přátelé Lormáci, vážení čtenáři,

dovoďte, abych se představil, jsem Václav Skalický, terénní sociální pracovník pro Prahu a Liberec. Ptáte se, proč takový formální úvod? Je to hlavně z toho důvodu, že se jedná o můj první příspěvek do časopisu Doteky. Do LORMu jsem nastoupil v listopadu minulého roku, takže nejsem v organizaci zatím ani celý rok, ale za tu dobu jsem toho již mnoho zažil a prožil. Začátky nikdy nejsou jednoduché, jak se celkem často říká, a v LORMu to samozřejmě platí také. Nejprve jsem se musel prokousávat velkým množstvím informací, naučit se spoustu věcí, až mi z toho šla hlava kolem, poznat celý tým kolegů a hlavně se seznámit se všemi našimi klienty. Abyste měli představu, co všechno se musí terénní sociální pracovník v LORMu naučit, tak ze všeho nejdůležitější je nácvik prostorové orientace a samostatného pohybu, abychom mohli profesionálně doprovázet klienty. Dále se jedná o komunikační systémy, Braillovo písmo, Lormovu abecedu a nyní mě čeká studium znakového jazyka. Je třeba umět také mnoho témat ze sociální oblasti, například informace o kompenzačních pomůckách, sociálních dávkách a příspěvcích. Díky pomoci od týmu a přátelskému přístupu našich klientů se mi to podařilo.

Zažil jsem a spolupřipravoval vánoční klub v Praze. A také po dlouhé době proběhl předvánoční klub v Liberci. Na tomto setkání vládla výtečná a srdečná atmosféra, zpívali jsme, hráli na kytaru a ukulele, jedli vánoční cukroví a pěkně si popovídali. Také jsem měl připravený materiál a nápady na výrobu vánočních přání. Klientům se toto tvoření velmi líbilo a díky tomu vznikla pěkná a kreativní díla.

Přelom roku 2019 a 2020 proběhl plynule a já jsem překonal zkušební dobu. Před koronavirovým obdobím jsme ještě s pražským klubem stihli navštívit České muzeum hudby, kde se nás sešlo opravdu mnoho. Krásně jsme si užili prohlídku. Paní průvodkyně byla velmi vstřícná, a dokonce jsme si mohli i některé nástroje vlastnoručně vyzkoušet, například harfu nebo varhany. Co vám budu poví-



dat, byla to prostě paráda. Na libereckém klubu jsme zase tvořili z hlíny. Klienti byli opravdu nápadití, a tak vznikla originální umělecká díla, například vánočka, věnec, ptačí hnízdo, různá zvířata, čtyřlístek atd.

Jenže potom, jak jistě víte, nastala veliká změna a my jsme byli na nějaký čas uvězněni v našich domovech. V průběhu karantény způsobené koronavirem jsme byli s klienty v kontaktu pouze na dálku, ale o to byla komunikace intenzivnější. Od začátku karantény až do současné doby bohužel neprobíhaly žádné kluby, ať už v Praze či v Liberci. V srpnu jsme se snažili připravit výlet do Botanické zahrady Praha, ale ten nakonec kvůli nízkému zájmu o účast neproběhl. Doufám, že se situace změní co nejdříve k lepšímu, abychom opět mohli začít pořádat rozmanité a zajímavé kluby, na kterých zažijeme spoustu legrace a milých setkání. V současné době, kdy píše tento článek, jsou z preventivních důvodů opět kluby pozastaveny.

Na závěr bych rád řekl, že jsem v LORMu moc rád. Potkal jsem se zde s mnoha milými lidmi, kteří prožívají neobyčejné životní příběhy, zakusil jsem krásné okamžiky a naučil se spoustu užitečných věcí. Velmi se těším na všechna další setkání a společně prožité chvíle.

*Václav Skalický
terénní sociální pracovník pro Prahu a Liberec*

NAD DOPISY ČTENÁŘŮ



Vánoce v padesátém

Kouzelné slovíčko Vánoce. Potěší dospělé, ale zejména děti. Jak vzpomínám na ty mé v 50. letech minulého století, krátce po 2. světové válce? Byli jsme čtyři kluci, na svět jsme přišli krátce po sobě s koncem války: František, Miloslav, Josef a Jiří. Všichni jsme se narodili doma mladičké mamince, rodiče se měli co ohánět, aby nás uživil, ošatili, vychovali.

V roce 1948 přišlo znárodnění, které zasáhlo celou republiku včetně našeho pohraničí, kde jsme vyrůstali. A hned pět let na to měnová reforma. Nebylo k dostání téměř nic, pamatuji si přiděl potravin na lístky. Naše mladá maminka měla naštěstí velkou pomoc v nedaleko bydlicí babičce, která za války ztratila manžela, našeho dědečka, toho jsme s bratry už nepoznali. Babička měla v pěstounské péči tehdy dvouletého sirotka Toníka, náš tatínek pracoval na stavbě přehrady Lipno. Maminka na nás byla přes celý den sama a vůbec to s námi neměla lehké. Živě si pamatuji, jak jsem stával frontu na mléko, paní „mlékařka“ mě, malého kluka, často požádala o pomoc s přeléváním mléka z 25litrových konví do obrovské nádoby, odkud mléko nabírala zákazníkům do plechových konviček. Cítil jsem se veledůležitě, taková zodpovědná práce! V té době byly fronty vlastně na všechno – na mléko, na maso, rodiče to zkrátka měli těžké... My děti jsme si to naštěstí moc neuvědomovali, v podstatě jsme ani nic jiného neznali, takže nám tehdy nijak nepřišlo, že bychom byli v něčem ošizení. S dneškem se ty roky nedají ani porovnat!

Když se blížily Vánoce, ufikli jsme stromek v lese a nemohli se dočkat, až přijde ta správná chvíle k jeho svátečnímu zdobení, to jsme dělali moc rádi. Také jsme mámě „pomáhali“ napéct cukroví, umíte si představit, toto se asi moc nezměnilo ☺. A potom, po štědrovečerní večeři, jsme se všichni čtyři jak o závod hnali ke stromečku, zvědaví a nedočkaví, co nám letos Ježíšek nadělil. Stromeček zářil



opravdovými svíčkami, kdepak elektrickými, ty jsme neznali, na něm se blýskaly ve staniolu zabalené čokoládové figurky a pod ním velké dřevěné auto, nějaké stolní hry pro kluky, později úžasná stavebnice Merkur, samozřejmě nechyběly punčocháče, rukavice, dokonce sáňky... V noci jsme se plížili oškubávat ze stromku čokoládu, až se jednou stalo, že se nám ho podařilo převrátit. Všechny vánoční ozdoby se tenkrát rozbily. Ale výprask nebyl, jen napomenutí a varování, to ano. Bývalo to skromné, ale krásné! Vzpomínám si, že snad každé svátky bývaly zasněžené, plné sáňkování, bruslení, bobování... Až teď si uvědomuji, jak moc těžké bylo pro naše udělat nám dětem takové hezké Vánoce, na které s nostalgií a láskou vzpomínám tím víc, čím jsem starší. Jedno mě na srdci ale tíží – ze základní školy jsem odjel vystudovat řemeslo, potom vojna, svatba a narození prvního syna. Dva dny po jeho příchodu na svět naše maminka zemřela, bylo jí pouhých 47 let. A tak, když jsem se konečně po vši péči a starostech postavil na vlastní nohy, už jsem rodičům žádný dárek dát nemohl, už tu s námi nebyli. Asi to tak má být, smrt je součástí života, jen by to nemuselo být tak brzy...

Přeji vám všem krásné vánoční svátky v míru, zdraví a radosti!

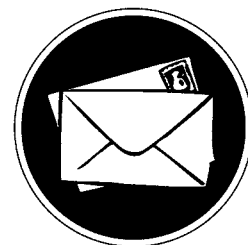
Milan Koklar

Ohlas na článek „Čas zkrátka neřeší“

Milá paní šéfredaktorko!

Když jsem v podzimních Dotecích dočetla příběh Olgy Trégrové a jejího syna Michala, řekla jsem si: „To je přesně Olinka, jak ji řadu let znám – skromná, obětavá, milující maminka Míši, zároveň připravená nezištně pomáhat všem, kteří pomoc potřebují!“

S Olinkou jsem se seznámila v době, kdy jsem ještě aktivně pracovala pro zrakově postižené. Tenkrát jsem



obdivovala, jaké hmatové hračky Olinka udělala nejen pro Míšu, ale ocenili jsme je i my, zrakově postižení. V té době jsem důvěrně poznala i Míšu, protože jsme měla možnost Olgu vystřídat, když musela do práce a neměla jiné hlídání. Zнала jsem její útulný, čistoučkový byt, kde mělo všechno své místo, věděla jsem, co Míša potřebuje, a dodržovala jsem všechny pokyny. Olinka nám uvařila dobré jídlo, které jsem ohřála, a s chutí jsme poobědvali. Jen si vzpomínám, že Míša, i když rád pije, tenkrát odmítal červenou limonádu. Už jako malý měl určený režim – kdy jíst, kdy jít do koupelny i na WC a kdy byl čas na zábavu a hraní.

Olinka se mu všestranně věnovala, vše brala tak samozřejmě, i když to bylo tak těžké! Já sama jsem vychovávala dceru s těžkou oční vadou, měla jsem jako dětská sestra zkušenosti s dětmi, i Míšu jsem měla upřímně ráda, a přece jsem při hraní s ním byla bezradná. Vžijte se do situace, kdy nemůžete dítěti vysvětlit, co po něm chcete, protože vás neslyší. Vložíte mu do ruky hračku, kterou nevidí a neví, co dál. Vzpomínám, jak jsem seděla vedle Míši na koberci nešťastná, že nevím jak dál. A Míša, jako kdyby situaci vycítil, se přišel pomazlit. Tenkrát jsem pochopila, že Míša má svůj vlastní svět, že je svým způsobem šťastný. Potřebuje jen lásku a velkou trpělivost, a to vše mu Olinka dává.

A nyní bych ráda napsala, jak pomohla Olinka mně. Když se k mé oční vadě přidala sluchová vada, byla to právě Olinka, která mi pomohla najít cestu do LORMu. Půjčila mi časopisy Doteky, seznámila mě se sluchadly i jinými pomůckami. Když jsem na tom byla tak špatně, že jsem domácnost nezvládala, našla mi milou pečovatelku Mirku, se kterou jsem byla moc spokojená, a kdybych nešla do domu s pečovatelskou službou, byla bych s Mirkou spokojená dodnes.

Pomoc Olinky jsem nejvíc ocenila, když mi pomáhala při stěhování. Je šikovná, zručná a já úplný antitalent technický. Najednou jsem stála před problémem odpojit pračku a jiné spotřebiče. Pro mě úkol nemožný, pro Olinku hračka.

Na to vše jsem myslela, když jsem přečetla její příběh, a jsem moc ráda, že mohu v tom našem pěkném časopise Olince upřímně poděkovat. Nejen za sebe, ale i za všechny



ostatní, kterým pomohla. A napsat, že ji i Míšu máme rádi a že by byl život o moc hezčí, kdyby takových lidí bylo víc! A vám, paní šéfredaktorko, moc děkuji, že se vám podařilo Olinku přemluvit, aby o sobě a Míšovi napsala. Ona vše, co dělá, bere jako úplnou samozřejmost, ale je to velká statečnost!

Pavla Sykáčková



PŘÍBĚH

Při vynucené změně života není konec světa

Vážení čtenáři,

tentokrát vám k přečtení i zamyšlení předkládám převzatý portrét naší klientky, paní Olgy Pírkové. Mnozí se s Olinkou samozřejmě znáte osobně, při její aktivitě, přátelské povaze a vstřícnosti to ani jinak nejde. Možná bude pro mnohé z vás inspirací, možná motivací, možná milou připomínkou vašeho přátelství...

Zdena Jelínková

„Při vynucené změně života není konec světa. Člověk by se neměl uzavřít do sebe a otočit se zády k problému, ale hledat novu realizaci.“ To jsou myšlenky Olgy Pírkové z Líchov. Tato devětapadesátiletá žena, která postupně ztrácí sluch a zrak, se jimi řídí. Seznamte se s ní...

LÉKEM JE UMĚNÍ A POEZIE

„Narodila jsem se v Praze, kde jsem žila do svých dvaceti let. Mým dalším domovem se stalo na dvacet tři let město Příbram. V Líchovech bydlím patnáct let,“ říká. „Vystudovala jsem profesi provozního technika se zaměřením na farmácii. Pracovala jsem také v laboratoři jedné příbramské firmy. Přála jsem si ale najít zaměstnání, ve kterém bych mohla

vzdělávat děti. To se mi vyplnilo. Podařilo se mi nastoupit do školy, do níž chodila i moje dcera. Dnes je mým dětem 32 a 37 let," poznamenává.

Ráda vzpomíná na svoje poslední povolání, které naplňovalo její život sedmnáct let. Působila na waldorfské škole v Příbrami. „Učila jsem tam různé předměty a také jsem pracovala ve školní družině,“ upřesňuje. Boj s narůstající slepotou a středně těžkou nedoslýchavostí nevzdávala, ale uvědomila si, že jí zdravotní stav už dlouho nedovolí, aby mohla vychovávat a vzdělávat školáky tak, jak byla zvyklá. „Do invalidního důchodu jsem odešla už ve dvaapadesáti letech,“ dodává věcně. „Zrak se mi výrazně zhoršil ve 45 letech a zároveň s tím slábl i sluch,“ podotýká. Věděla, že bude ještě hůř... A jak je na tom nyní? Zachovalo se jí dvacet procent zraku a čtyřicet procent sluchu, přesto její handicap není při setkání patrný. Lék úspěšně hledá v abstraktním umění a poezii. Důkazem toho je její kniha *Moje duše*. Sama ji ilustrovala.

LABYRINT MĚL ÚSPĚCH

„V roce 2014 jsem si na Městském úřadě v Sedlčanech vyřizovala různé doklady. Úřednice mě při tom informovala o Společnosti pro hluchoslepe, která by mi mohla nějakým způsobem pomoci. Nechala jsem si poradit a jedna z asistentek mě za čas navštívila. Hovořily jsme spolu například o tom, že jsem na waldorfské škole učila mimo jiné takzvané kreslení forem a ruční práce. Zahlédla přitom můj nedodělaný obraz. Zaujal ji a pobídla mě, abych práci přihlásila do soutěže. Chtěla k tomu ale připojit dopis, aby obraz byl pro diváky srozumitelnější. Já místo doprovodného textu vytvořila básničku. Vytryskla mi z duše tak nějak sama od sebe,“ sděluje. Připouští, že básničky začaly vznikat právě na popud tohoto setkání. „Jsou odrazem toho, co prožiju, je to moje reakce na určitou situaci.“ Příkladem je i báseň *Bohatství* z roku 2016. Radost a úspěch přinesla paní Olze před dvěma lety báseň *Labyrint*. V kategorii *Poezie* získala na sedmém ročníku soutěže o Cenu Hieronyma Lorma největší počet elektronických hlasů od veřejnosti. Vítězné práce byly převedeny i do Braillova písma.





VÝSTAVA ODLOŽENA NA PODZIM

„Kreslení forem mě zaujalo natolik, že jsem tento umělecký směr začala studovat jako samouk,“ sděluje a následuje „polopatické“ vysvětlení, čím se liší tato metoda od klasické geometrie. „Ať jsou to elektrikáři, švadleny, strojaři a jiné profese, tak si musí nastavit nějaké rozměry a do nich zakreslí součástku, šroub, stříh na šaty a podobně – to je hledání forem v geometrii. Já si v těchto formách hledám přírodu – při podrobném pozorování v ní objevíte ptáky, ryby, květiny, stromy. Všechno kolem nás takovou formu má,“ upozorňuje, co mohou lidé s troškou představivosti a soustředění najít v jejích obrazech na výstavě. Její zahájení v Kulturním domě Josefa Suka v Sedlčanech bylo avizováno na sobotu 21. března. O hudební vystoupení požádala bývalou kolegyni z waldorfské školy Jitku Romanutti. „Její syn je také hudebně nadaný, byl nominován na Cenu Anděl,“ doplňuje pro zajímavost. V souvislosti s opatřeními ohledně šíření koronaviru se však dohodla s ředitelem kulturního domu Martinem Severou na odložení výstavy.

BRÁNÍ SE ZUBY NEHTY

„Bráním se zuby nehty,“ říká s nadhledem o zdravotních limitech, kterým se snaží příliš neustupovat a být o krok vpředu. „V první řadě jsem si musela uspořádat věci v domácnosti, abych přesně věděla, na jakém místě jsou. Když byl partner doma a například nevědomky přemístil některé potraviny v ledničce, byl to problém. Naučila jsem se také dělat vše s předstihem – osvojila jsem si Braillovo písmo i Lormovu abecedu, i když se zatím bez nich obejdu. V současné době ještě dokážu přečíst si na počítači zvětšený text, kdy písmena jsou v bílém provedení a pozadí v černém. Mám ale už připojenou k počítači čtečku. Mluví se mnou čtečka, ale i osobní i kuchyňská váha, stejně tak hodinky mi oznámí čas a podobným způsobem mám pro komunikaci upraven i telefon. Tím, že se mi zhoršil sluch a zrak, tak mi naopak zesílily chuť a čich. Hmat mám přímo perfektní,“ pochvaluje si.

Na otázku, zda si troufne jet do Sedlčan nebo jiného města za kulturou, zareaguje: „Pokud jdu na místo, kde jsem



to znala nebo kde to znám, tak ano. „Nadupané“ to mám na většině míst v Sedlčanech i v Příbrami. V Praze zvládám Vršovice. V restauraci je pro mě tmavý prostor mezi dveřmi hotový průšvih. Když se mám s někým sejít, raději počkám venku. Když potřebuji do odlehlejší části – například jsem měla teď v opravě sluchadla – tak požádám o pomoc terénní sociální pracovníky ze Společnosti pro hluchoslepé. Sluchadla mám skvělá. Jak vidíte, mohu díky nim normálně komunikovat. Nesnáším ale hluk, odrazí se to bolestmi hlavy. V tom se ale asi příliš neliším od zdravých lidí.“ Jediným rizikovým místem je pro ni v Líchovech přechod silnice I/18 při cestě na autobus. „Čekám do momentu, kdy už neslyším žádné auto, a pak prostě jdu,“ vysvětluje.

Olga Pírková by prý uvítala kamarádku, která je na tom podobně jako ona. „Ale nevím, jak bych se mohla s někým kontaktovat. Pokoušela jsem se o to, ale narazila jsem na odmítnutí kvůli zákonu o ochraně osobních údajů.“

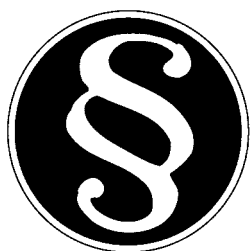
HOROLEZECTVÍ OPUSTILA, SPORT NE

„Do svých pětatřiceti let jsem byla aktivní sportovkyně – volejbal jsem hrála v první dorostenecké lize, softbal ve druhé. Rok jsem provozovala horolezectví, to pro mě byla velká relaxace. Pomyslnou štafetu po mně převzala dcera. Víím, že v době našeho rozhovoru je na stěně – je instruktorkou horolezectví v Praze. V Dolních Žlebech za Děčínem si koupila s přítelem domeček a tam mají na tuto zálibu výborné podmínky,“ usmívá se. Sportovních disciplín, které má ráda, je víc. Neopustila například běh na krátké vzdálenosti. Před pár lety na olympiádě pro zdravotně znevýhodněné sportovce získala v hodu oštěpem v ženské kategorii první místo, v běhu na 50 metrů byla třetí a na bronzovou medaili dosáhla i ve skoku do dálky z místa.

U domku má paní Olga zahrádku o rozměrech asi 350 metrů čtverečních a v ní dva skleníky. „V létě jsem zásobena rajčaty, paprikami i okurkami. Také pěstuji bylinky. Pro mě je úžasné, když podle čichu a hmatu víím, kde mi roste voňavá mateřídouška, dobromysl... Zahrádku miluji a je pro mě hodně nabíjecí položit ruce na černou zem.“ Dobře se cítí také v přírodě, zejména v lese.

„Neříkej přede mnou slova nejde to, neumím a neznám, pokud jsi to nezkusil – to je věta, kterou jsem používala v době, kdy jsem učila ve škole,“ zakončí povídání slovy, která stojí za chvíli zamyšlení.

Marie Břeňová, PORTRÉT, www.sedlcansky-kraj.cz



PRÁVNÍ PORADNA

Příspěvek na zvláštní pomůcku a úmrtí

Nejčastějším dotazem bývá, jak naložit s pomůckou, na kterou získal těžce zrakově postižený člověk příspěvek, když pomůcku nestihl užívat po dobu zákonem požadovaných 60 kalendářních měsíců.

Nejprve je nutné říci, že pomůcka je (bez ohledu na to, zda byla či nebyla pořízena s pomocí příspěvku na zvláštní pomůcku) od jejího zakoupení vlastnictvím toho, kdo si ji zakoupil, tedy v řešeném případě byla ve vlastnictví zemřelé osoby. Úřadem práce poskytnutý příspěvek nedává státu žádný nárok, aby k pomůcce uplatňoval jakákoliv vlastnická práva. A jako vše, co bylo ve vlastnictví zemřelého (zůstavitele), stává se i zakoupená pomůcka po smrti jejího vlastníka předmětem dědického řízení. Na úvahy o tom, co dále s pomůckou učinit, je tedy vhodné počkat až na výsledek tohoto řízení (obvykle tedy několik měsíců). Teprve poté, co dědické řízení proběhne, eventuálně bude zastaveno z důvodu, že zde není žádný majetek nebo pouze majetek nepatrné hodnoty, bude jasné, kdo pomůcku zdědil a kdo s ní může nakládat.

Ještě předtím je však vhodné úmrtí nahlásit Úřadu práce, který příspěvek na zvláštní pomůcku poskytl, a to bez obav, že by bylo nutné příspěvek nebo jeho poměrnou část vrátet.

postižením (zákon č. 329/2011 Sb., ve znění pozdějších předpisů) je v ustanovení § 12, které upravuje povinnost vrátit příspěvek, v odstavci 2 písm. c) uvedeno, že:



„Osoba uvedená v odstavci 1 není povinna vyplacený příspěvek na zvláštní pomůcku nebo jeho poměrnou část vrátit, jestliže
1.c) osoba zemřela.“

Po skončení dědického řízení je již tedy jasné, kdo pomůcku zdědil a kdo s ní může dále nakládat jako vlastník, tedy dle své vůle ji darovat, pronajmout, prodat atd. Je vhodné, pokud je pomůcka ještě funkční, se poohlédnout buď po fyzické osobě s obdobným zrakovým postižením, popř. po organizaci, která je s podobně postiženými osobami ve styku, v případě naší komunity tedy oblastní pobočky SONS či dceřiné společnosti (Tyflocentra, krajské středisko Tyfloservisu) apod. Jsem přesvědčen, že tímto postupem se vždy podaří najít rozumné řešení a pomůcka může ještě někomu dobře posloužit.

ÚMRTÍ ŽADATELE BĚHEM ŘÍZENÍ

Zákon o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením v ustanovení § 17 upravuje odlišně od pravidel dědického řízení přechod nároku na dávku v případě, že osoba během řízení zemře. Pro příspěvek na zvláštní pomůcku je rozhodující nikoliv okamžik podání žádosti nebo dokonce okamžik vyplacení příspěvku, nýbrž okamžik, kdy byla pomůcka skutečně zakoupena. Pokud tedy události proběhnou tak, že si žadatel pomůcku zakoupí, podá žádost o příspěvek a před vydáním rozhodnutí zemře, řízení po úmrtí žadatele se dokončí a v případě vyhovění žádosti Úřad práce příspěvek vyplatí. Na místo oprávněné osoby postupně nastoupí manžel, děti či rodiče oprávněné osoby. Pokud však žadatel zemře předtím, než si pomůcku pořídí, i kdyby již měl k dispozici pravomocné rozhodnutí i vyplacenou částku příspěvku, měl by být příspěvek vrácen.



ZDRAVÍ

PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY

Williamsův syndrom

Williamsův syndrom (někdy také nazývaný Williams-Beuren syndrom) je geneticky podmíněná porucha, která s sebou nese celou řadu příznaků, nejčastěji charakteristický vzhled, onemocnění srdce či velkých cév a různé odchylky psychomotorického vývoje. Většina postižených potřebuje celoživotní podporu. Zároveň však lidé s Williamsovým syndromem mohou dělat mnoho věcí jako jejich zdraví vrstevníci.

Jak se Williamsův syndrom projevuje?

- Charakteristický vzhled – široké čelo, krátké oční štěrby, hvězdovitý vzor duhovky, nízký kořen nosu, vypouklé tváře, velká ústa, plné rty.
- Vrozená srdeční vada – nejčastěji supravulární stenóza aorty (tj. zúžení jedné z hlavních cév odstupujících ze srdce).
- Opoždění psychomotorického vývoje – v raném věku trvá dětem déle, než se naučí chodit a mluvit. V pozdějším věku se projeví různý stupeň mentálního postižení, nejčastěji v rozmezí lehkého až středně těžkého mentálního postižení. V porovnání s ostatními dovednostmi děti velmi dobře a hlavně rády mluví. Vyjadřovací schopnosti převažují nad porozuměním. Následkem toho často působí vyspělejší, než doopravdy jsou. Mívají však problémy se zpracováním zrakově-prostorových informací. Často bývají přítomny poruchy pozornosti s hyperaktivitou. Mnohé děti jsou až nezvykle muzikální. V chování jsou tyto děti velmi společenské a komunikativní. Postrádají však sociální zábrany a také určitou zdravou dávkou ostražitosti vůči cizím lidem.
- Poruchy růstu – většina dětí se rodí s nízkou porodní hmotností a v raném věku neprospívá. I později bývají menšího vzrůstu.



- Infantilní hyperkalcémie – metabolická porucha, která znamená zvýšení hladiny vápníku v krvi, projeví se zejména v prvním roce života a zpravidla se sama časem upraví.
- Další zdravotní komplikace – trávicí potíže v raném věku, pupeční či tříselná kýla, chronické záněty středního ucha, poruchy funkce ledvin, chybné postavení a anomální tvar zubů, zraková vada, skolióza, kloubní postižení, hyperakuze – zvýšená citlivost na hluk.

Lidi s Williamsovým syndromem (WS) často trápí hyperakuze a fonofobie, která se podobá ztrátě sluchu způsobené hlukem, ale může být způsobena poruchou sluchového nervu. Lidé s WS ale často milují hudbu a není výjimkou, že mají absolutní sluch. Také bývají častěji leváci a mívají dominantní levé oko.

Lidé s Williamsovým syndromem mají často problémy s očima. Některé studie uvádějí, že až 75 % z nich trpí strabismem (šilháním), především esotropií. Mívají problémy s vizuálním zpracováním, což souvisí s obtížemi při řešení složitých prostorových vztahů.

Nutná lékařská péče

Praktický dětský lékař – pravidelné návštěvy s důrazem na kontroly krevního tlaku, funkce ledvin, záchyt skoliózy, záchyt kloubních obtíží. U dětí se srdečními komplikacemi nutnost antibiotické profylaxe při chirurgických a stomatologických zákrocích.

Kardiolog/kardiochirurg – vždy vstupní vyšetření, u dětí s vrozenou srdeční vadou pravidelné sledování.

Oční lékař – nutné je opakované vyšetření i v případě negativních nálezů.

Foniatrie – vhodné je vstupní vyšetření sluchu.

Stomatolog – často vyšetření v celkové anestezii s nutností hospitalizace.

Nefrolog – vždy vstupní screening. V případě záchytu renální dysfunkce je nutná dispenzarizace.

Gastroenterolog – v případě neprospívání či poruchách příjmu stravy.



Ortoped – v případě skoliózy či kloubních potíží.
Dětský neurolog, dětský psycholog, v případě výrazných
poruch chování i psychiatr.
Fyzioterapie, rehabilitace, ergoterapie, logopedie.

Mentální postižení

Intelekt se u většiny dětí pohybuje v rozmezí lehkého až středně těžkého mentálního postižení, ovšem s velmi nevyrovnanými výkony v různých složkách a s velkými individuálními rozdíly.

Vývoj řeči bývá u dětí s WS zpočátku opožděný. Většina dětí se však naučí mluvit v předškolním věku a řeč se stává jejich silnou stránkou. Mluvený projev bývá gramaticky správný, srozumitelný a silně emotivní. Slovní zásoba je široká. Typické je, že expresivní složka převažuje nad receptivní. Znamená to, že tyto děti lépe mluví, než rozumí. Ačkoli jsou schopny odposlouchat a následně používat velmi sofistikovaná větná spojení, nemusí dobře rozumět jejich obsahu. Stejně tak nemusí rozumět složitě formulovaným požadavkům. Lze říci, že děti s WS mluví rády a hodně. Řeč však často bývá pouze prostředkem sociální interakce, je povrchní a postrádá sdělovací hodnotu.

Celkově dobré verbální schopnosti mají za následek, že se děti zdají být chytřejší, než jak je tomu doopravdy. Naopak silně narušená zpravidla bývá schopnost zrakově-prostorové integrace. Deficit se projeví v mnoha školních dovednostech (psaní, geometrie, matematika), ale působí potíže také v běžném životě – chybný odhad vzdálenosti, potíže s chůzí na nerovném terénu či po schodech, strach z výšek, problémy s koordinací jemné i hrubé motoriky.

V chování je typickým rysem Williamsova syndromu přátelskost a empatie. Děti s WS jsou velmi společenské, zejména vůči dospělým, ale postrádají sociální zábrany a neorientují se dobře ve společenských konvencích. Na ulici pozdraví kohokoliv a s každým se vybavují. Přehnaná důvěřivost však může být u některých jedinců zásadní překážkou při cestě k samostatnosti. Děti, které nemají strach z cizích lidí, jsou snadno zneužitelné a vyžadují neustálý dohled. Některé děti mohou mít naopak problém



s navazováním vztahů s vrstevníky. V chování někdy může dominovat zvýšená úzkostnost (strach z nemocí, katastrof...). Časté bývají úporné potíže s usínáním a spánkem, výrazně narušující chod rodiny. Některé děti mohou celé noci probrečet.

Dalším častým problémem je stereotypní až obsesivní chování – děti vydrží u jedné činnosti dlouhou dobu a při snaze o odtržení předvedou výbuchy vzteku. Agresivní chování také nebývá vzácností.

Téměř pravidlem jsou poruchy pozornosti s hyperaktivitou.

Zvláštností je zvýšená senzitivita ke zvukům (hyperakuze) – nadměrný hluk může dětem působit až bolest. Mnohé děti s WS mají hudební nadání.

Dítě s Williamsovým syndromem klade na rodiče zvýšené výchovné nároky a potřebuje trvalý dozor často až do období adolescence. Dítě s Williamsovým syndromem vyžaduje podporu při vzdělávání, zvýšenou zdravotní péči a podporu při začleňování mezi zdravé děti. Všechny děti se mohou učit novým věcem, rozvíjet svoje schopnosti a přinášet svému okolí mnoho radosti.

(upraveno, kráceno)

Zdroje: <https://www.spolek-willik.cz/prakticke-informace/williamsuv-syndrom/>, https://cs.wikipedia.org/wiki/Williams%C5%AFv_syndrom

Visus

Visus je v subjektivní refrakci nejdůležitější veličinou popisující úroveň dosažené zrakové ostrosti, a tedy kvality vidění. Přesto je visus vnímán optometry často pouze okrajově a není kupříkladu využíván pro analýzu refrakčního deficitu a stanovení optimální sferocylindrické kombinace.

Pokles zrakového visu je základní indikací refrakčního stavu oka a při optometrickém vyšetření je velmi důležitá jeho analýza pro určení správné diagnózy oční refrakční vady a optimální změření potřebné sféro-cylindrické kombi-



nace brýlových čoček. Při subjektivním refrakčním vyšetření vycházíme z visu volného (Vis sc), tedy bez refrakční pomůcky, při existenci stávajících brýlí pak z visu dosaženého v hodnotách stávajících brýlových hodnot (Vis cc). Změření těchto tzv. vstupních údajů se provádí na normovaných optotypech odvozených z Landoltových kruhů. Prakticky nejobektivnější hodnoty visu se získají právě při měření na Landoltových kruzích. Refrakční místnost by měla být dostatečně osvětlená, doporučuje se osvětlení blízkící se dennímu světlu. Optotypy musí mít dostatečný kontrast (černé znaky na bílém pozadí). Pokud chceme analyzovat snížený visus, měli bychom znát hodnotu visu konečnou, což před neznámou refrakcí pochopitelně není možné. Dosažení maximální zrakové ostrosti ovlivňuje mimo vlastní refrakční korekce řada faktorů, část z nich nemůžeme refrakcí ovlivnit (čirost optických prostředí, stav sítnice apod.), a dále sensorické mechanismy (fixační disparita, celkové vnímání – přenos obrazové informace do mozku). Dosaženou zrakovou ostrost, ať bez korekce nebo s korekcí, můžeme charakterizovat podle následující tabulky:

Visus	Staré značení / 6 m	Staré značení / 20 feet	Zraková ostrost
2,0	6/3	20/10	vynikající
1,6	6/3,8	20/12,5	velmi dobrá
1,25	6/4,8	20/16	
1,0	6/6	20/20	dostatečná
0,8	6/7,5	20/25	
0,63	6/9,6	20/32	snížená
0,5	6/12	20/40	
0,4	6/15	20/50	
0,32	6/19	20/64	velmi snížená
0,25	6/24	20/80	
0,2	6/30	20/100	
0,16	6/38	20/125	
0,125	6/48	20/160	
0,1	6/60	20/200	



Optimální refrakční hodnota klientovi poskytuje jemu vlastní nejvyšší visus a tuto refrakční hodnotu měřením zjišťujeme. V žádném případě nekončíme refrakci při dosažení visu 1,0 (6/6)!

Jako „normální“ visus je považována zraková ostrost dosahující u zdravého dospělého oka hodnotu alespoň 1,2. Zhruba takovou hodnotu bychom měli při optimální refrakci dosáhnout, pochopitelně mimo specifických případů uvedených výše. U dětí je maximální dosažitelná hodnota visu také nižší a postupně se s vývojem dostává na „dospělou“ úroveň. Při naměřeném volném visu nebo visu ve stávajících brýlích nižším než předpokládaná „normální“ hodnota (předpokládáme Vis 1,2 a Vis sc je např. 0,6) můžeme usuzovat, že existuje refrakční deficit (nedostatečná korekce) a výši chybějící hodnoty lze zhruba odhadnout a podle toho dále postupovat při subjektivní refrakci.

SITUACE PŘI MYOPII

Pro myopii je charakteristický výrazný pokles zrakové ostrosti bez korekce nebo při nedostatečné korekci. Následující tabulka ukazuje přibližně odpovídající úroveň visu při daném refrakčním deficitu (předpokládáme normální zdravé oko).

sph deficit (dpt)	visus
-0,25	1,00
-0,50	0,80
-1,00	0,50
-1,50	0,30
-2,00	0,15
-3,00	méně než 0,1

SITUACE PŘI HYPERMETROPII

Pokud by lidské oko nemělo schopnost měnit svou optickou mohutnost (akomodovat), odpovídal by pokles visu při plusovém deficitu hodnotám v tabulce uvedené při myopii. Při hypermetropii je proto kvůli akomodaci situace výrazně složitější. Kromě samotné velikosti refrakčního deficitu závisí výsledný visus na schopnosti oka hyper-



metropický deficit zcela nebo částečně doakomodovat. Schopnost klesá s přibývajícím věkem.

Trvalá schopnost akomodace na dálku může při dlouhodobě chybějící korekci přejít do stavu tzv. permanentní akomodace (nebo „akomodační křeče“). Tato situace velmi ztěžuje refrakční vyšetřování, protože skutečnou hodnotu nelze snadno vyměřit. Při subjektivním vyšetřování je potřeba nechat zkoušenému dostatek času k povolení tenze ciliárního svalu, abychom se co nejlíže přiblížili konečné hypermetropické korekci. Využíváme přitom různých metod uvolňování akomodace (metoda zamlžení, použití optotypů s nízkým kontrastem). Zvláště u mladých hypermetropů se při prvním měření úplného uvolnění nedosáhne.

Je třeba počítat s tím, že se zvyšováním potřebných plusových hodnot se nezvyšuje visus tak rychle jako při myopii. V žádném případě nesmí nejvyšší dosažený visus klesnout.

SITUACE PŘI ASTIGMATISMU

Při astigmatickém refrakčním deficitu také klesá zrakový visus, ne však tak výrazně jako v případě myopie. Zde záleží, zda je kombinován s myopií nebo hypermetropií. Tu je nejprve nutno eliminovat použitím „nejlepší sférické hodnoty“. Ta nastane při nejmenším rozptylu (postavení astigmatismus mixtus), tzn. při nejvyšším dosaženém visu pomocí sférických skel. Platí, že pokud nedosáhneme použitím sférických skel maximální předpokládané zrakové ostrosti (např. visus 1,25), pak zbylá diference visu je dána astigmatickým deficitem.

Následující tabulka ukazuje přibližnou úroveň visu při daném astigmatickém refrakčním deficitu.

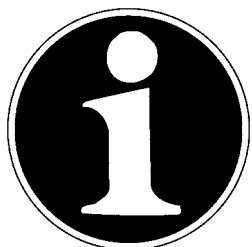
cyl deficit (D)	visus
0,25	1,20
0,50	1,00
1,00	0,65
1,50	0,50
2,00	0,40
3,00	0,20

Při nízkých visech (v nejlepší sférické hodnotě 0,2 a méně) je vhodné použít metodu zamlžení. Při vyšších hodnotách visu výrazně přesnější výsledky dosáhneme křížovým cylindrem.

Při použití křížového cylindru používáme optotypové symetrické znaky (nejlépe uzavřená kružnice v hodnotách visu nižším zhruba o 30–50 %, než je původní dosažený visus). Při zvyšování minusové cylindrické hodnoty nepomeneme přidat +0,25 sph Dpt na každých -0,50 cyl Dpt. Toto dorovnávání sférické složky je vhodnější vždy překontrolovat.



Zdroj: <http://home.tiscali.cz/optometrie/visus.html>



INFORMACE

Umělá inteligence pomůže nevidomým nakupovat, rozpoznat peníze i zboží

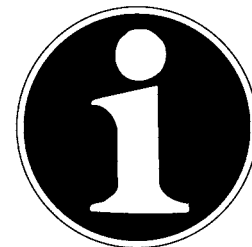
Zkuste si představit, že nevidíte a potřebujete si nakoupit základní potraviny. Jak rozpoznáte, co se nachází v regálech nebo jakou hodnotu bankovek vám vracejí? Tyto a další výzvy, se kterými se v každodenním životě setkávají lidé se specifickými potřebami, řešil AI for Accessibility HACKATHON, který pořádalo sdružení VIA za podpory Microsoftu. Hackathon vyhrál Cash Reader, aplikace, která pomocí umělé inteligence umožňuje nevidomým lidem rozpoznat bankovky. Druhým vítězem je Shelf Inspector, jenž dokáže osobám se zrakovým omezením říct, jaké výrobky se nacházejí v regálech v obchodech.

Podle údajů WHO žije na světě 39 milionů osob s částečnou nebo úplnou slepotou, což je téměř tolik, jako je celá populace Polska. V Česku je potom podle statistik ČSÚ 62 tisíc lidí s těžkým zrakovým omezením. Odborníci odhadují, že počet nevidomých bude v souvislosti se stárnutím lidstva narůstat. A právě na ně se zaměřují oba vítězné projekty hackathonu, který nakonec kvůli pandemii onemocnění COVID-19 proběhl celý online.

Porota složená z odborníků u vítězů ocenila jejich dopad v každodenním životě nebo technologickou inovativnost. Vítězové obou kategorií získali 10 000 euro (cca 250 000 Kč) na rozvoj svých projektů.

„Věnuji se využívání technologií přes 20 let a stále více se přesvědčuji o tom, že jsou velkým pomocníkem tam, kde jsme si dříve neuměli poradit. V tomto hackathonu se nám sešlo několik silných projektů, které mohou pomáhat nevidomým a slabozrakým na celém světě. Je vidět, že když se spojí nadšení, kreativita a technologie, vzniknou úplně nová řešení, která mají sílu měnit životy k lepšímu. Na vývoji obou vítězných aplikací se podíleli i lidé se zrakovým postižením, takže si ji tvořili i pro

sebe a uměli vycyhat zajímavé detaily. Letos jsme měli celý hackathon online. Byla to nová zkušenost a vůbec to neubralo na nadšení všech týmů a jejich schopnosti prezentovat svoje nápady,” říká Dalibor Kačmář, ředitel pro technologické standardy a expert na umělou inteligenci z Microsoft Česká republika.



APLIKACE PŘEČTE 90 MĚN SVĚTA

„Živím se jako programátor mobilních aplikací, před dvěma lety mě můj kolega seznámil se svým kamarádem, který je nevidomý a zároveň má problémy s jemnou motorikou. Vysvětlil mi, jakým způsobem ovládá telefon, a mimo jiné si i postěžoval, že mu chybí čtečka českých bankovek,” vysvětluje Tomáš Jelínek z projektu Cash Reader. „Přišlo mi neuvěřitelné, že na českém trhu žádná není, a tak jsme se do toho pustili.“

Výsledkem je aplikace, která dnes umožňuje rozpoznávat 90 měn světa bez připojení k internetu a pouhým namířením na jakoukoliv část bankovky. Což je obrovský posun oproti dřívějšímu, kdy nevidomí lidé používali speciální zařízení nebo nepraktická plastová měřítka.

PRŮVODCE PO REGÁLECH OKOUZLIL POROTU

Druhý vítěz, projekt Shelf Inspector od českého start-upu DataSenticis dokáže nevidomým lidem prozradit, co mají před sebou v regálech obchodů. Stačí namířit telefon na příslušné místo a aplikace v telefonu rozpozná výrobek, jeho cenu a další informace.

„Na tomto hackathonu nás zaujala kombinace retailu a pomoci lidem se speciálními potřebami. Přetvořili jsme proto náš komerční produkt Shelf Inspector, aby mohl sloužit i nevidomým,” vysvětluje Aneta Albrechtová z DataSenticis.

Vítězné projekty se budou prezentovat na letošním ročníku konference o technologiích pro osoby se specifickými potřebami INSCO, která se uskuteční 12. října 2020 v Kongresovém centru v Praze. Z těchto dvou vítězných projektů Nadace Vodafone, která je generálním partnerem INSCO 2020, navíc vybere jeden, kterému během konference předá cenu Rafael v hodnotě 200 000 Kč (viz následující článek).



11 INSPIRATIVNÍCH ŘEŠENÍ

Do hackathonu se přihlásilo celkem 11 projektů, mimo jiné i z Řecka, Rumunska nebo Ukrajiny. Potenciál zlepšit životy statisícům lidí má například Eresprogres z dílny Domova sv. Josefa. Ten umožňuje pacientům s roztroušenou sklerózou ovládat počítač pomocí pohybu hlavy.

Rumunský projekt Tactile Images zase chce zpřístupnit nákupní katalogy díky speciálním reliéfním obrazům. Na osoby se sluchovým omezením se pak zaměřuje No-Fears, který zprostředkovává spojení mezi slyšícími a neslyšícími, nebo NEWTON Technologies, který vytváří nástroj na titulkování audio a video nahrávek.

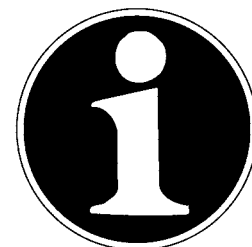
Adéla Zicháčková, Helpnet.cz

Konference INSPO proběhla letos online

Jubilejní 20. ročník konference INSPO o technologických novinkách pro osoby se specifickými potřebami se kvůli trvající pandemii přesunul do online prostoru. Místo celodenní konference připravili organizátoři pro zájemce atraktivní dvouhodinový program, který se konal 12. října 2020 a bylo možné se do něj aktivně zapojit.

Během konference proběhla online prezentace několika novinek z oblasti kompenzačních pomůcek. Jaroslav Winter z BMI sdružení, hlavní organizátor konference, na úvod stručně na několika příkladech ukázal, jak daleko se posunul vývoj kompenzačních pomůcek za dobu pořádání konference INSPO.

Jako první představila Marie Vítková své **knihy pro děti pro nevidomé a slabozraké**, ve kterých se snaží propojit svět nevidomých a svět vidících. Například je autorkou knihy „Narozeninová kočka“, která kromě klasického textu a obrázků obsahuje stejný text v Braillově písmu a obrázky v hmatové podobě. Její poslední kniha „Kamil – malíř snů“ je místo obrázků doplněna o **3D modely**. Celou sadu, tj. knihu včetně modelů, bude možné si zapůjčit v sedlčanské



knihovně. Paní Vítková spolupracuje s firmou PrůšaPrinters, která modely tiskne na 3D tiskárnách či propojuje majitele tiskáren, kteří jsou ochotni modely vytisknout. V rámci projektu dále spolupracuje s organizací SONS, kde nevidomí testují vytištěné modely a teprve po schválení je možná distribuce pro veřejnost. Do budoucna by rádi modely tiskli nejen ke knihám, ale třeba také k cestovatelským průvodcům. Pokud by někdo měl o 3D modely zájem, je možné přes firmu PrůšaPrinters zjistit bližší informace.

Petr Herian z NEWTON Technologies, a.s. představil **internetovou televizi TV Beey** (Doteky č. 105). V současné době má přes 1 300 pořadů. Petr Herian předvedl, jak jednoduché je požadované video otitulkovat. Systém je schopen přepisovat titulky v 19 jazycích. Po nahrání videa na webové prostředí systém automaticky začne generovat titulky. Již v průběhu přepisu lze případné chyby/přepisy opravit. Poté, co je celé video otitulkováno a uživatel opravil případné chyby, stačí video na webovou platformu nahrát. Petr Herian upozorňuje, že přepis není ani finančně náročný a pohybuje se v desítkách či stovkách korun. Do budoucna by rádi nabídli přepis nejen zpravodajských pořadů, ale také filmů (např. film Havel by měl již brzy být k dispozici). Bude také možné otitulkovat video přímo ze zadané URL adresy nebo z jakéhokoliv jiného přímého streamu.

Jan Cejthamr představil kompenzační pomůcku **OrCam MyEye** (Doteky č. 97, 98). V České republice tuto pomůcku již využívá cca 100 lidí a je možné na ni zažádat o příspěvek od úřadu práce. Primárně je určena pro nevidomé a prakticky nevidomé. Pomůcku si lze vyzkoušet na pobočkách Tyflo-servisu anebo si lze domluvit představení pomůcky doma přímo se společností OrCam. Kontaktní formulář je dostupný na stránkách <https://explore.orcam.com/cs/zarizeni-pro-zrakove-postizene-osoby-kterym-dokaze-zmenit-zivot/>.

Dále byla představena aplikace **Záchranka** se svojí novou funkcí: videopřenosem. Před dvěma roky byla do aplikace přidána možnost zadat si do osobního profilu informaci o tom, že osoba volající na linku 155 je neslyšící. Letos od září přibyla nová funkce videopřenosu. Aplikace je plošně nasazena po celé ČR a je možné ji využít i bez



připojení k internetu. K použití funkce videopřenosu je však nutný chytrý telefon a připojení k internetu.

Projekt, jehož cílem je pomoci lidem se seznamováním, se jmenuje **Tvojelaska.cz**. Jedná se o online seznamku nejen pro handicapované. Po vyplnění profilu se zájemci o seznámení objevují profily těch, se kterými má největší shodu, a tedy šanci na vzájemné porozumění.

Posledním hostem byla Mariana Chytilová ze společnosti Člověk v tísni, která je metodičkou **přístupnosti v rámci festivalu Jeden svět**. Ve svém příspěvku krátce představila, jakým způsobem se Člověk v tísni snaží zpřístupnit festival širokému spektru publika s ohledem na specifika různých handicapů. Uvedla, že Člověk v tísni bude poskytovat novou službu, a to konzultační činnost pro přístupnou kulturu.

Součástí online přenosu bylo také udělení **Ceny Rafael** za technologické inovace pro kvalitnější život lidí se speciálními potřebami. Cenu získal tým, který vyvinul mobilní aplikaci Cash Reader (Doteky č. 105). Aplikace umí rozpoznat bankovky. Vítězný tým získal finanční prostředky pro další rozvoj aplikace. Tvůrci aplikace plánují vyvinout i funkci přepočtu měn např. z eura na české koruny. Celý videozáznam z konference najdete pod odkazem <https://vimeo.com/skalin/review/462524211/feb0afb599>.

Pro Doteky zpracovala Lenka Veverková

Mobilní aplikace Cash Reader pomáhá rozpoznat bankovky

O aplikaci jsme vám v Dotecích již psali, přesto je dobré si připomenout, co všechno umí. Je to aplikace pro mobilní telefon, která pomocí umělé inteligence umožňuje lidem se zrakovým postižením rozpoznat bankovky. Jak aplikace funguje? Stačí namířit bankovku k fotoaparátu mobilního telefonu a ten nahlas přečte její hodnotu. Výhodou aplikace je, že bankovky není nutné pod kameru mobilu umísťovat konkrétním způsobem nebo pouze jedním směrem. Ap-



likace dokonce rozpozná i složenou bankovku. Zároveň umí rozpoznat bankovky i bez připojení k internetu. Další funkcí je rozpoznání bankovek pomocí vibrace, přičemž hodnota bankovky je vyjádřena určitým počtem vibrací. Při rozpoznání bankovky se na displeji telefonu objeví také její hodnota v kontrastním písmu. To, že je aplikace zapnutá, indikuje zvuk ťukání.

Aplikace Cash Reader je volně ke stažení zde: <https://cashreader.app/cs/> a je k dispozici v obchodech App Store a Google Play. V současné době je díky podpoře Hello bank! zdarma verze pro čtení českých korun. Aplikace ale umožňuje čtení bankovek i jiných měn. Pokud bychom chtěli číst například bankovky eura, je třeba tuto verzi zakoupit. Plná verze stojí 25 Kč/měsíc, na rok pak 149 Kč. Je možno koupit i doživotní licenci za 449 Kč.

Pro Doteky připravila Lenka Veverková

Zdroje: <https://www.helpnet.cz/aktualne/umela-intelligence-pomuze-nevidomym-nakupovat-dovede-rozpoznat-penize-i-zbozi>

<http://aihackathon.org/projects/>

<https://sdruzenivia.cz/>

Internetová titulkovaná televize

Titulkovaná televize TV Beey vznikla jako společný projekt České unie neslyšících a společnosti NEWTON Technologies. Vznikla v době nouzového stavu, kdy lidé se sluchovým postižením neměli dostatečné informace o koronavirové krizi.

Nyní televize startuje normální provoz. Systém je nyní od společnosti NEWTON Technologies předán komunitě lidí se sluchovým postižením, kteří budou zajišťovat další provoz.

Titulkovaná televize TV Beey (<https://beey.tv>) vysílá na internetu již od 15. března. Od té doby publikovala stovky hodin videí a televizních pořadů opatřených titulky pro půlmilionovou komunitu potenciálních uživatelů.



„Zhruba půl milionu neslyšících a nedoslýchavých má stále velice omezený přístup k informacím, které ostatní považují za samozřejmé. V dnešní době se totiž stále více videí a pořadů publikuje pouze na internetu, ale nejsou opatřené titulky. Doufáme, že naše titulkovaná televize bude inspirací pro tvůrce video obsahu,“ dokládá ředitel České unie neslyšících Ing. Martin Novák.

Zároveň na portálu www.darujme.cz probíhá veřejná sbírka, kam mohou lidé přispět, aby projekt titulkované televize mohl dále pokračovat.

Převzato a zkráceno

Zdroj: <http://kochlear.cz/index.php?text=457-titulkovana-televize-pro-lidi-se-sluhovym-postizenim-startuje-normalni-provoz>

Zpřístupnění služeb občanům se sluchovým postižením

Úřad městské části Prahy 6 spustil online služby komunikační přístupnosti pro občany se sluchovým handicapem. Pomocí simultánního přepisu řeči nebo tlumočení mezi češtinou a českým znakovým jazykem mohou s pracovníky úřadu bezbariérově komunikovat lidé s postižením či poruchou sluchu. Tyto služby je možné využít na recepci u vstupu do budovy úřadu, na odboru sociálních věcí a odboru služeb. Také je možné spojit se s úřadem telefonicky z pohodlí vašeho domova a využít službu online simultánního přepisu řeči úředníka.

Doslovný přepis řeči v reálném čase umožňuje mobilní aplikace eScribeDroid. Jejím prostřednictvím se pracovník spojí s profesionálním rychlopísačem, přepis řeči tohoto pracovníka sleduje klient na displeji tabletu. Služba je dostupná každý pracovní den v čase od 9:00 do 18:00 hodin.

Na komunikační potřeby osob, které preferují při komunikaci český znakový jazyk, reaguje služba online tlumočení. Tuto službu zprostředkovává mobilní aplikace DeafCom. S její pomocí se pracovník spojí s tlumočnickem znakového jazyka, a to textově, hlasově a obrazově. Poté



již může klient začít vyřizovat záležitost, která jej na úřad přivádí. Tlumočník simultánně převádí sdělení klienta do mluvené češtiny, řeč pracovníka překládá do českého znakového jazyka a klient ji sleduje v reálném čase na displeji tabletu. Tuto službu je možné využít každý pracovní den (od 9:00 do 17:00 hodin).

Další důležitou službou, která zlepší přístup lidí se sluchovým postižením k informacím, je zpřístupnění telefonických informačních linek pomocí služby online přepisu hovoru. Tato služba využívá simultánní přepis mluvené řeči a je určena hlavně lidem, kteří jsou nedoslýchaví nebo ohluchlí, a lidem, kteří jsou schopni komunikovat v českém jazyce.

Na webové stránce organizace je nutné nejprve najít textový odkaz na online přepis. Po rozkliknutí se zobrazí políčko, kam napíše volající své telefonní číslo a potvrdí tlačítkem „Zavolejte mi“. Po přijmutí příchozího hovoru vyčká na písemný pokyn přepisovatele, že může začít mluvit, který se mu zobrazí v okně pro přepis. Poté, co se přepisovatel spojí s operátorem infolinky, sdělí mu, že volá klient, který bude využívat službu přepisu řeči, proto může z důvodu čtení textu docházet k menšímu zpoždění v jeho reakcích. Samotný rozhovor mezi klientem a operátorem již probíhá zcela standardně, přepis řeči operátora sleduje klient po celou dobu hovoru na webové stránce.

Svoji informační linku pomocí této služby zpřístupnil Úřad městské části Praha 6 (www.praha6.cz/prepis). Městská část Praha 6 zavedla službu online doslovného přepisu ke své infolince 800 800 001, která je provozována každý pracovní den (od 9:00 do 18:00 hodin).

Svou infolinku osobám se sluchovým handicapem zpřístupňuje také například Zaměstnanecká pojišťovna Škoda (www.zpskoda.infolinky.textcom.cz/app/), Česká průmyslová zdravotní pojišťovna (www.cpzp.cz/clanek/5585-0-Informacni-centrum-CPZP.html) nebo Oborová zdravotní pojišťovna (www.ozp.cz/tiskove-centrum/tiskova-zprava-2020-06-24).

Zdroje: Helpnet.cz,

<http://www.transkript.cz/index.php/o-nas/tiskove-zpravy>



Zajištění mimořádné pomoci ve stanicích českých železnic

Správa železnic od září tohoto roku poskytuje novou službu mobilních čet, které poskytují pomoc lidem se zdravotním postižením od přednádraží až na nástupiště.

Mobilní četou tvoří většinou dva pracovníci, kteří pomáhají lidem se všemi typy zdravotního postižení, tedy tělesným, zrakovým i sluchovým, v pohybu od přednádraží až na nástupiště. Jednadvacet mobilních čet je rozděleno do 21 provozních obvodů, služba je tak k dispozici na 869 nádražích, především bez další vlakové obsluhy. Zájemci si musí službu objednat předem. Četa na ně následně počká ve smluvený čas na dohodnuté stanici. Správa železnic při službě komunikuje i s dopravci.

Asistenci lze objednat přímo zde: <https://asistence.oneticket.cz/>, kde je uveden i popis dalšího postupu, nebo na zákaznické lince CENDIS: +420 222 266 755 (Po–Pá 6:00 až 20:00, So–Ne 7:00 až 17:00). Je nutné objednat asistenci nejpozději 48 h před zahájením cesty a vyčkat na schválení objednané asistence. Teprve pak si zakoupit jízdenku přímo u dopravce. Na uvedené stránce je také možnost zvolit, zda žádáme o asistenci při přepravě na invalidním vozíku, nebo pouze asistenci na nádraží.

Pro mimořádnou situaci, kdy by cestující zůstal stát po příjezdu vlakem sám na nádraží z důvodu náhlé změny stavu bezbariérovosti ve stanici (např. z technických důvodů), je připraven následující postup:

- a) Dotčená osoba může kontaktovat „Zákaznickou linku CENDIS“ (+420 222 266 755, email: asistence@oneticket.cz), na které nejprve prověří dostupnost pomoci ve stanici ze strany Provozního obvodu Správy železnic běžnými prostředky.
- b) Pokud není v daný okamžik pomoc ze strany Provozního obvodu Správy železnic dostupná, kontaktuje „Zákaznická linka CENDIS“ pro zajištění pomoci Hasičskou záchrannou službu Správy železnic, která mimořádnou pomoc zajistí.
- c) Pokud by došlo k situaci, kdy ani pomoc Hasičské zá-

chranné služby Správy železnic v danou dobu a v dané situaci také nebude dostupná, zajistí Hasičská záchranná služba Správy železnic pomoc v rámci spolupráce IZS.

d) Dotčenou cestující osobu o zajištění mimořádné pomoci následně informuje „Zákaznická linka CENDIS“.

OneTicket (jednotná jízdenka) je železniční jízdenka, kterou může cestující použít pro svou cestu bez ohledu na to, s jakým jede dopravcem. Jízdenky prostřednictvím webu OneTicket jsou zatím v pilotním provozu. Zatím jsou zapojeny tratě Plzeň–Most a Česká Lípa – Rumburk. V rutinním provozu by měla začít fungovat v prosinci 2020.

Přestože jednotnou jízdenku přes OneTicket je zatím možné koupit pouze na vymezené spoje, asistenci je možné objednat na jakýkoliv spoj bez ohledu na dopravce. Jízdenku je pak ale nutné zakoupit zvlášť u dopravce, který dopravu poskytuje (např. České dráhy, RegioJet aj.).

Zdroje: <https://nrzp.cz/2020/10/02/informace-c-78-2020-postup-zajisteni-mimoradne-pomoci-ve-stanici/>

<https://www.mdcr.cz/Media/Media-a-tiskove-zpravy/Jednu-jizdenku-jiz-vyzkouselo-temer-7-tisic-lidi>

https://www.tyden.cz/rubriky/domaci/zdravotne-postizenym-zacaly-na-nadrazich-pomahat-mobilni-cety_547684.html

<https://asistence.oneticket.cz/>





OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH

Muž s hluchoslepotou procestoval již 130 zemí světa!

Spousta lidí by chtěla cestovat, navštívit exotické země a daleké kraje. Často pro ně bývá překážkou nedostatek času, peněz anebo pracovní vytíženost. Ale když má člověk vůli, cestovat může i přes překážky. Povíme vám o muži z Velké Británie, který procestoval již 130 zemí, a to i přes velkou překážku – je totiž hluchoslepý.

TONY GILES A JEHO HLUCHOSLEPOTA

Tony Giles (41 let), který pochází z Anglie (Velká Británie), se narodil s vzácnou oční vadou (konická dystrofie a fotofobie) – narodil se bez jakýchkoliv optických nervů pro vnímání barev. Je tedy odjakživa prakticky slepý. Jak vyrůstal, jeho zdravotní stav se zhoršoval – nyní vnímá pouze jasné sluneční světlo. Ve čtyřech letech Tony přestával slyšet na obě uši, a zhoršovalo se to. V současnosti má těžkou sluchovou ztrátu (80 %).

JAK SE TONY DOSTAL K CESTOVÁNÍ?

Tonymu vyprávěl otec zážitky z cestování, sloužil totiž v obchodním námořnictvu a užil si mnohá dobrodružství. To Tonyho velmi vzrušovalo. To, že by chtěl také cestovat, nepřišlo hned. Touha navštívit několik zemí v něm zrála postupně. Zároveň se musel vyrovnávat se zdravotními obtížemi. V roce 1995 dostal Tony příležitost navštívit město Boston (stát Massachusetts, USA), bylo to pro něho něco úplně nového a zajímavého. Tony řekl, že mu to otevřelo oči a vzbudilo to v něm chuť objevovat více a více. Začal chodit s velkým batohem po Velké Británii spolu s kamarádem, který měl také zdravotní postižení. Spali v hostelech, setkávali se s jinými cestovateli z ciziny, kempovali a chodili na rockové koncerty. Opravdová touha cestovat začala

v roce 2000, když studoval v USA. Již má procestovaných celkem 130 států. Českou republiku navštívil dokonce 3x, v letech 2005, 2012, 2017! Procestoval všech sedm kontinentů a všech 50 států v USA. Tony občas cestuje i se svojí partnerkou z Řecka, která má také zrakové postižení.



ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY

Když bylo Tonymu 23 let, zastihla ho během pětíměsíční cesty po Austrálii a Novém Zélandu nepříjemná zpráva. Během rutinního krevního testu mu diagnostikovali chorobu ledvin. Situace byla tak vážná, že byla nutná transplantace ledvin. V prosinci 2008 ledvinu od dárce dostal. Tony situaci popisuje jako úžasný zážitek, naučilo ho to hodně o jeho těle a o tom, jak si udržet pozitivní myšlení i přes vážné zdravotní problémy. Během cestování bral léky na onemocnění ledvin a léky na snížení krevního tlaku.

NEZÁVISLÝ TONY GILES

Tony od malička chodil do speciální internátní školy pro děti se zrakovým a sluchovým postižením. Získal zde sebevědomý přístup, tolik potřebný k cestování. Tony i díky škole cestuje samostatně a nezávisle. Naučil se používat bílou hůl, aby měl přehled, co na cestě je, a mohl se orientovat v prostoru (najít hrany vozovky a bezpečná místa na křižovatkách, přechody na semaforech a také používat veřejnou dopravu a požádat veřejnost o pomoc).

PROBLÉMY, KTERÝM MUSÍ TONY ČELIT

Tony se například stále učí, jak najít někoho důvěryhodného, aby mu pomohl vybrat peníze z bankomatu v cizí zemi. Naučil se rozpoznávat a uspořádat různé bankovky amerických dolarů, které mají stejnou velikost. V peněžence si bankovky uspořádává tak, že ty největší si dává dozadu a nejmenší dopředu. Peníze si Tony neustále počítá a pamatuje si, kolik utratí. Tony si vždy bere s sebou vizitku s adresou ubytování – pro případ, kdyby se někde ztratil. Ukáže ji chodci nebo taxikáři a ti ho dovedou k ubytování. V některých zemích nemají zvukové semaforey (červená na semaforu – pomalé pípání, zelená na semaforu – rychlé



pípání), a tak se musí spoléhat na to, až uslyší, že už lidé cestu přechází. Poslouchá jejich kroky a konverzaci a teprve pak přechází s nimi. Tony dokonce během svých cest zažil hořící autobus, kterým cestoval. Málem se při raftingu na divoké řece v Zambezi (Afrika) utopil.

CO TONYMU CESTOVÁNÍ DÁVÁ?

Inspirativní cestovatel se stal fyzicky silnějším – vydrží tvrdé fyzické cestování s těžkým batohem na zádech. Kvůli transplantaci ledviny musel zhubnout a skoncovat s alkoholem. Díky tomu se cítí aktivněji a lépe. Tonyho cílem je navštívit každou zemi světa a pokusit se inspirovat i ostatní, kteří by mohli svých cílů dosáhnout (se zdravotním postižením i bez). Tony dokonce skočil bungee jumping! A ne pouze jednou – celkem už šestnáctkrát! A třikrát seskočil s padákem.

PŘÍŠTÍ CESTA...?

Tony Giles chce v říjnu 2020 vycestovat na náročnou (čtyřdenní ve vysoké nadmořské výšce) a slavnou Inckou stezku na Machu Picchu v Peru. Chce takto otestovat sám sebe, a navíc chce tímto způsobem získat peníze pro anglickou charitu Galloway's society pro osoby se zrakovým postižením.

SPISOVATEL TONY GILES

Tony o svých neuvěřitelných cestách napsal už dvě knihy. Kniha „*Seeing The World My Way*“ (2010, v překladu: Vidím svět svou cestou) je o tom, proč by člověk se slepotou měl jít a vidět svět. Druhá kniha nese název „*Seeing The Americas My Way*“ (2016, v překladu: Vidím Ameriku svou cestou).

Editor: Eva Nováková

Zdroj: <https://www.tichezpravy.cz/muz-s-hluchoslepotou-procestoval-jiz-130-zemi-na-svete/>



Hluchoslepý herec v hlavní roli filmu

Robert Tarango je prvním hluchoslepým hercem v hlavní roli ve filmu „The Feeling Through“. Film vypráví příběh o vztahu mezi problémovým mladistvým a hluchoslepým mužem. Je to příběh o tom, že i přes rozdíly mezi námi mohou vznikat silná přátelství a vztahy.

Robert Tarango (55 let) se narodil neslyšící a postupně začal ztrácet zrak. I přes svůj handicap si odjakživa přál být hercem. Když mu byl diagnostikován Usherův syndrom, přestěhoval se do New Yorku, kde v Národním centru Heleny Kellerové pro hluchoslepe mladé a dospělé nastoupil na pracovní rehabilitaci. Po absolvování začal pracovat v místní kavárně. V současné době má Robert zachovány pouze zbytky zraku ve formě velmi úzkého tunelového vidění a komunikuje znakovým jazykem. V roce 2018 nastal v jeho životě zlom, který vedl ke splnění jeho snu.

Námět filmu „The Feeling Through“ vychází z vlastní zkušenosti režiséra Douga Rolanda, který se před několika lety potkal s mužem s hluchoslepotou v noci na osamělé ulici v New Yorku. Muž potřeboval pomoci přejít silnici a najít zastávku autobusu. Pro Douga bylo toto setkání velmi silným zážitkem a rozhodl se natočit na toto téma film. Nechtěl ale, aby roli hluchoslepeho hrál herec, který by handicap pouze hrál. Obrátil se tak o pomoc na Národní centrum Heleny Kellerové, kde nakonec vybral právě Roberta.

Robert říká, že nejdříve neměl tušení, že se účastní nějakého castingu. Na roli ho totiž doporučil jeho vedoucí, protože režisér stále nemohl najít toho pravého. Když mu objasnili, o co jde, uvědomil si, že by mohl být prvním hluchoslepým hercem v hlavní roli. Při castingu odpovídal na spoustu otázek a velmi si přál, aby ho vybrali. Jakmile byl vybrán, byl nadšen. Splnil se mu jeho sen. Film se natáčel v New Yorku. Celá projekce trvá 90 minut a má tři části – sa-



motný krátký film, dokument o natáčení filmu a panelovou diskusi s Robertem a režisérem filmu Dougem Rolandem. Film má za sebou již několik projekcí v USA včetně online přenosu na yotube.

Sám Robert Tarango říká: „Nikdy není pozdě na splnění snu.“

*Pro Doteky přeložila a připravila Lenka Veverková
<https://www.feelingthrough.com/about>*

Aplikace pro mobilní telefon pro žáky se sluchovým postižením

Skupinka 5 žáků z Velké Británie ze školy Bishop's Stortford College ve věku 12 až 13 let vymyslela telefonní aplikaci, jejímž cílem je zlepšit výuku pro žáky se sluchovým postižením a zpřístupnit jim přímo ve třídě to, co učitel říká. Aplikace se jmenuje Connect Herao.

Žáci s touto aplikací vyhráli soutěž, kterou vyhlásila platforma Amazon Web Services IT (AWS IT). Soutěž byla zaměřena na vytvoření aplikace, která by řešila konkrétní problém v jejich komunitě nebo škole. Kromě tohoto cíle je smyslem soutěže představit žákům ve věku 12–13 let obor IT (informační technologie), inspirovat je k práci s technologiemi a ukázat, v jakých oblastech může IT prakticky pomáhat. Žáci vyhráli soutěž v roce 2019 ze 130 podaných návrhů z 36 škol.

Jak aplikace funguje? Učitel hovoří do mikrofону, který je propojený s telefonem. Aplikace pak zvuk převádí do psaného slova, které si žák přečte přímo na svém mobilním telefonu. Díky aplikaci tak může žák přímo sledovat látku probíranou ve třídě. Výhodou aplikace je také to, že žák nemusí vidět na učitele a nemusí se spoléhat na odečítání ze rtů. Může si na svém mobilním telefonu přečíst, co učitel říká. Jedna z dívek tvůrčího týmu, Ibby, má sama 60%

ztrátu sluchu. Také díky ní se žáci rozhodli řešit právě tento problém. Sama Ibby říká, že protože je aplikace přímo na jejím telefonu, může se tak lépe soustředit na to, co učitel říká, a to bez jakýchkoliv rušivých vlivů z okolí.

Cesta k výhře byla dlouhá. Žáci museli nejdříve představit svoji aplikaci v nižších kolech soutěže. Navštívili AWS, kde získali potřebné informace a vědomosti pro svoji práci. Při tvorbě aplikace měli žáci k dispozici také mentorku a odbornou pomoc právě ze společnosti AWS.

Poté, co žáci vyhráli soutěž, byla aplikace představena ve škole a pomocí dobrovolníků z řad žáků byla testována. Zpětná vazba pak bude sloužit vývojářskému týmu ze společnosti AWS pro další rozvoj aplikace.

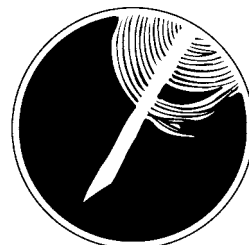
Lenka Veverková

Zdroj: www.bbc.co.uk/programmes/p07xnx9f



ZÁLIBY

Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků



Vánoce s Azorem

VZPOMÍNKA PRVNÍ ANEB AZOR SE URAZIL

Podzim je období, kdy člověk asi častěji vzpomíná na události předešlé. O to více vzpomíná člověk, který prožívá podzim vlastního života. A to je i můj případ. Vybavují se mi vzpomínky na příhody a události dávno minulé. Dalo by se říci, že vlastně žiji ze vzpomínek. Je podzim a zvolna se blíží vánoční svátky. Do podzimní nálady dobře zapadá i moje vzpomínka na mého pejska Azora, který spolu s mojí rodinou vánoční svátky intenzivně kdysi dávno také prožíval.

Čas běžel a najednou tu byla znovu zima. Blížily se Vánoce. Azor pozorně sledoval předvánoční ruch a přípravu



všelijakých dobrot. Možná, že si vzpomněl na minulé svátky, kdy ochutnával všechny laskominy, a teď se radoval a těšil ze sváteční nálady. Z ložnice cítil les. To naše dcera Libuška zdobila vánoční stromeček. Když bylo vše hotovo, každý donesl pod stromeček pečlivě zabalené dárky. Po slavnostní večeři tatínek zacinkal lžičkou o skleničku, to jakože přišel Ježíšek. Z kuchyně všichni přešli do ložnice ke krásně rozzářenému stromečku. Tentokrát s sebou vzali také Azora.

To byla krása! Ozdoby na stromečku se nádherně třpytily a všechno tak vonělo! Nastalo rozdělování dárků. To měla na starosti Libuška. Dárky každý hned rozbaloval, divil se a radoval. Azor všechno sledoval, radoval se také a chtěl při rozbalování pomáhat. Dárků pod stromečkem ubývalo, až tam nezbylo nic. Všichni byli spokojení, jen pejsek se smutně díval, že on žádný dárek nedostal. Přišlo mu to líto. Taková nespravedlnost! Uraženě si lehl na zem čenichem od stromečku, natáhl se jako šňůra a s nikým nemluvil. Všichni se ho snažili rozveselit, věděli, že udělali chybu, ale na nápravu bylo už pozdě. Azor se urazil. Nepohnula s ním ani kostka cukru, ani čokoláda, ani kousek smaženého kapra.

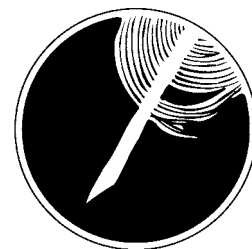
Azor trucoval, a dlouho trucoval. Všichni si uvědomili, že vlastně umí myslet, sice jen po svém psím způsobu, ale myslet dovede. Uvědomili si, že s Azorem se bude muset jednat jako s členem rodiny a jako s myslícím tvorečkem.

V příštích letech Azor vždycky pod stromeček něco dostal, třeba nějaký pamlsek, dobrotu nebo hračku. A dostal to vždycky zabalené tak, jak byly zabalené ostatní dárky. Pak byl pejsek spokojený, dárky si dokázal sám rozbalit. Uměl se z dárků velice těšit. Každé takové Vánoce byli šťastní a spokojení všichni včetně Azora.

VZPOMÍNKA DRUHÁ ANEB PRO KOHO JE TENHLE DÁREK?

Z Azora byl už pes jaksepatří, Libuška také povyroستla a stala se z ní už skoro mladá slečna. Ještě sice chodila do základní školy, ale za babičkou do blízké vesnice už autobusem jezdila sama. Byla rozumná a rodiče už o ni nemuseli mít starost. Libuška vezla babičce nějaký dáreček k Vánocům.

Když se vrátila, byl už nejvyšší čas vyzdobit stromeček a zařídit vše potřebné, aby to bylo radostné překvapení pro



všechny. Maminka připravovala slavnostní večeři, Libuška měla na starosti dokončení výzdoby. Pak ještě honem pod stromeček přinést a vyrovnat všechny už zabalené dárčky. Azor byl sice v kuchyni, ale ten dnešní zvláštní ruch mu neunikl. Vše pozorně sledoval, neboť tušil, že dnes dostane asi nějakou obzvlášť chutnou dobrotu. Věděl už také, že se všichni budou radovat při rozbalování všelijakých balíčků. A že i on si nějaký také bude rozbalovat. Bylo na něm vidět, jak se těší a je celý nedočkavý.

Po večeři se všichni odebrali k nazdobenému stromečku. Smrček zářil, voněl, ozdoby se třpytily. A na zemi pod ním byly narovnány pečlivě zabalené dárky. Azor se radoval a pospíchal pomáhat při rozbalování. To už uměl od minulých Vánoc.

Ještě nebyly všechny dárky rozdány, když Libuška řekla, že má dáreček, který zapoměla pod stromeček přinést. Odběhla do komory a přinesla papírovou krabici. Opatrně ji položila ke zbylým dárkům. „Pozor na Azora,“ řekla. Její rodiče nevěděli, proč mají dávat na Azora pozor, ale ten už byl u té krabice, jakože ten dárek patří jemu. Tatínek krabici opatrně otevřel a zůstal celý zkoprnělý. V krabici bylo krásné maličké koťátko! Azor hned šup čenichem do krabice a radostně pomrskával ocáskem.

Všichni se báli, aby koťátko nezakousl. Obávali se však zbytečně. Azor si kotě přivlastnil a všem dával najevo, že kotě je dárek pro něj. Choval se ke kotěti tak něžně a starostlivě, že to nikdo nečekal. Každého odstrkoval, aby snad kotěti neublížil. Zbylé dárky ho už přestaly zajímat, staral se jen o kotě.

„Co tě to napadlo, dát nám kotě pod stromeček?“ ptali se Libušky její rodiče. Zdůvodnění bylo prosté a jasné: „Kdyby to nebyl dárek k Vánocům, nedovolili byste mi kotě dovézt.“ A byla to pravda. Tak tedy měli nejen psa, ale i kočku. Vlastně kocoura. Dali mu jméno Macík.

VZPOMÍNKA TŘETÍ ANEB VELKÁ ZODPOVĚDNOST

Od toho okamžiku, kdy si Azor přivlastnil ten zvláštní dárek pod vánočním stromečkem, živé, maličké a bezbranné koťátko, nastala v jeho životě zásadní změna. Měl sice mnoho starostí, úkolů a povinností, teď ale věděl, že na prvním

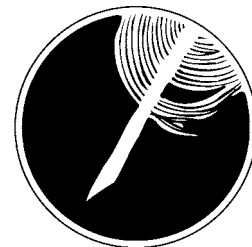


místě se bude muset starat o koťátko Macíka. Je to živý tvor. To je úplně něco jiného než nějaká věc; samo si nepomůže, samo se ještě neumí bránit. Ti jeho lidé jsou velcí a umějí si sami dobře poradit. Ale malé koťátko? A kdo jiný by se o toho maličkého živého tvorečka uměl lépe postarat než on, Azor? Cítil, že o Macíka musí pečovat, opatrovat ho a chránit, a to je veliká zodpovědnost. Od začátku bylo jasné, že tyhle všechny úkoly vzal Azor zcela na sebe a že si svoji novou roli plně uvědomoval. Tuhle povinnost vzal na sebe dobrovolně a vědomě.

Maličké koťátko to také dobře vycítilo. Mělo svého ochránce, s Azorem se cítilo v naprostém bezpečí. Když se mu chtělo spát, přitulilo se k Azorovi, bylo pěkně v teplíčku a nic zlého se mu nemohlo stát. Vždycky už spinkali spolu a byli spokojení oba. Stali se z nich nerozluční kamarádi, a když se z malého Macíka stal dospělý a samostatný kocour, přátelství a kamarádství jim už zůstalo. Dováděli spolu doma, na dvorku i na zahradě. Hrávali si na honěnou, Azor utíkal a Macík Azora honil. Pak zase utíkal Macík. Nechal se vždy dohonit, lehl si na záda, to jakože Azor vyhrál, a nechal se od něj z legrace kousat do břicha, protože věděl, že je to jen hra. Není to doopravdy, od Azora mu žádné nebezpečí nehrozilo. Někdy spolu také zápasili. To oba stáli na zadních pacičkách, kousali se, že to vypadalo jako opravdický zápas. Byla to však jen jejich oblíbená hra. Nikdy si doopravdy neublížili, protože se měli moc a moc rádi. Všechno to jejich dovádění a škádlení bylo jen radostným vyjádřením jejich kamarádství. No řekněte sami, s kým jiným by si tihle dva takhle mohli vyhrát?

Bývaly to jejich radostné a krásné chvíle. Když si dostatečně pohráli, lehli si, odpočívali a podřimovali. Často je pak bylo vidět v nezvyklém uspořádání: Azor ležel na boku a kocour Macík křížem přes Azora. Občas tak oba usnuli a spokojeně pochrupevali. Mohli se spolehnout jeden na druhého naprosto ve všem. Bylo to nejkrásnější a nejšťastnější období jejich života. Jejich vzájemná starostlivost, kamarádství, přátelství a ohleduplnost byly opravdu dojemné. Možná, že by mohli být příkladem i pro nás, co myslíte?

Milý čtenáři!



Máš v rukou kytičku příběhů, které mi vyprávěli moji zrakově postižení přátelé. Příhody, které prožili oni i já sama. Jsou plné radosti, že dokážeme ty různé trapasy způsobené právě tou oční i sluchovou vadou brát vesele. Štěstí člověka přece není podmíněno jeho dokonalostí tělesnou ani duševní. Kdo z nás může říci, že ví, jaké normy použil stvořitel, když z hlíny hnětl člověka? Budme tedy takoví, jací jsme.

JAK VEDL NEVIDOMÝ SLEPÉHO

Nevidomý Pepa nervózně přecházel po nástupním ostrůvku. Potřeboval se dostat na druhou stranu vozovky. Bylo to v době, kdy ještě nebyly přechody ozvučené. Jak tak nervózně přecházel sem a tam, zavadil o loket nějakého člověka, který se hned chytil za paži. Zaradoval se, někdo se ho ujal, aby mu pomohl přejít. Netušil, že ten druhý je taky slepý. I on si to drcnutím do ramene vysvětlil po svém. Někdo mu tady nabízí rámě, aby ho převedl přes cestu. A tak společně vykročili. V té době provoz nebyl tak rušný, a tak šťastně přistáli na druhé straně. První spustil: „Děkuji vám, že jste mě převedl.“ „Ne, já děkuji vám, já jsem totiž slepý.“ „Jé, to já taky nevidím!“ zvolal Pepa. „Myslel jsem, že vedete vy mne!“ Zasmáli se tomu a stali se z nich kamarádi.

SLEPIČÍ POLÉVKA

Bylo těsně před Vánocemi, když učitel hudby, nevidomý Ondra, dostal vodící fenku Afru. Jeho manželka Julka chystala slavnostní oběd, a hlavně výbornou slepičí polévku. Samozřejmě se pamatovalo i na Afru a její polévka byla plná všelijakých odřezků. Julka právě prostírala stůl, a tak pověřila manžela, aby Afře tu její polévku nabídl. Afra se do ní s chutí pustila, jako by týden neměla sousto! Konečně bylo vše hotové a Julka šla nalévat polévku. „Koukej, Ondro, proč si nedal Afře její polívku?“ „Dal, zbaštila plný hrnec, a jak se olizovala!“ „Pro pána krále, ta její je na kamnech a ta naše sežraná!“ Inu, člen rodiny má právo i na lepší polévku!



PANÍ, ON VYPADNE

Šla jsem s fenkou Majdou po ulici a tu slyším dětský hlásek: „Paní, on vypadne.“ Na to mé vidění to byla zpráva přímo děsivá: „Kde kdo vypadne, holčičko?“ „Jazyk vašemu pejskovi, už mu kus kouká z tlamičky.“

PŘI NÁKUPU

V jednom menším krámku s potravinami jsem se zeptala dost neochotné prodavačky, jestli mají ovesné vločky. „Máme to, co vidíte!“ odsekla. „A to vás vykradli, nebo jste dokonce zkrachovali?“ zeptala jsem se nevině. „Na vaše srandičky nejsem zvědavá, proč by nás měli vykrást?“ „No, jestli máte jen to, co vidím, tak musíte být na mizině!“ řekla jsem a ukázala bílou hůl.

ACH, TY MOBILNÍ TELEFONY

Vyšla jsem z domovních dveří a tu slyším rozjásaný hlas „Jo, ahoj, jak se máš?“ Odpověděla jsem: „To víš, jde to. A co ty?“ Otáčím se, otáčím za tou ženou, za tím hlasem – a nikdo nikde. Jen další hovor mi prozradil, že ten zájem nepatřil mně, ale mobilnímu telefonu!

Pavla Sykáčková



VZKAZY MOUDRÝCH

**„Život v naslouchání začíná mlčením.
Tichem. I každé ticho je jiné.
To nejkrásnější bývá těsně před svítáním
na konci zimy.“**

Jaroslav Hovorka (1925–2009)
vynikající český lékař a spisovatel

RECEPTY



Milí a vážení nejen kuchtící,

jestli vám ještě nedošlo, kdo nám to pořád klepe na dveře, tak vězte, že jsou to Vánoce. Advent je pomalu za námi a my zapálíme na věnci svíčku poslední, pátou, než usedneme ke štědrému stolu. Pojdme si připomenout, proč jsme každou adventní neděli rozzáli jednu svíci a co vlastně tyto symbolizují:

První svíčka je fialové barvy stejně jako následující dvě.

Nese jméno *Naděje* a rozsvěcuje se první adventní neděli zvanou železná. Od ní postupujeme proti směru hodinových ručiček.

Druhá svíčka se jmenuje *Mír*. Zapaluje se na druhou, tedy bronzovou neděli.

Třetí svíčka je *Přátelství*. Rozzáří se na třetí adventní, tedy stříbrnou neděli.

Čtvrtá svíčka, ta se jmenuje *Láska*. Zapalujeme ji na čtvrtou, tedy poslední adventní neboli zlatou neděli. Tato svíčka bývala podle tradice růžová.

A jsme u výše zmíněné svíčky, kterou můžeme dát do prostřed zeleného adventního věnce a jejíž barva je bílá. Symbolizuje samotného *Krista*. Její knot se rozsvítí na Štědrý den po západu slunce.

Ale dokud Vánoce ještě pořád jen klepou na dveře, máme čas ukuchtit si něco mňamozního, neboť co by to bylo za sváteční večeři, kdyby jí chyběla sladká tečka?! Letos to bude Rafaelo, sladká kulička 😊.

Rafaelo

Připravíme si:

240 g kokosové moučky (je drobnější, jemnější než strouhaný kokos), 300 g másla, 1 balíček vanilkového cukru, 1 plechovku (konzervu) slazeného zahuštěného mléka Salko

Na obalení:

kokosovou moučku (strouhaný kokos), 120 g loupaných mandlí



Máslo s cukrem rozpustíme ve vodní lázni a za občasného promíchání necháme vychladnout. Já rozpouštím máslo v mikrovlnce, ale musím bedlivě hlídat, aby se pouze rozpustilo, ne vzkypělo. Potom přilijeme Salko, vsypeme kokosovou moučku a vše ručně a důkladně mícháme, dokud se hmota nepropojí. Jestliže se vám při ochutnání bude jevit málo sladká, přidejte moučkový cukr, ale mně, starému mlsounovi, se sladkost zdála vyhovující. Teď už jen stačí dát do ledničky a počkat asi dvě hodinky, než ztuhne. Když se vám bude zdát příliš řídká na zpracování, klidně ještě přidejte trochu kokosu. Ze ztuhlé hmoty (těsta) šouláme v dlaních malé kuličky, do každé vmáčkneme mandličku (v obchodě zakoupené loupané nebo doma spařené a oloupané), zabalíme a celou kuličku obalíme v kokosové moučce, možno i ve strouhaném kokosu, někdo to rád hrubší. Můžete vmáčknout místo mandle třeba lískový nebo vlašský oříšek, pak už to sice není klasické Rafaelo, ale pozor – je to stejně dobré 😊.

Hotové Rafaelo vkládáme do papírových košíčků, aby se v teple kuličky neslepily. Uvedená dávka vám vyjde zhruba na 120 kuliček, záleží na jejich velikosti. No teda, takové množství rychlého a dobroučkého cukroví vám vydrží nejméně do druhého dne a třeba stihnou, přijdou-li včas, ochutnat i sváteční hosté!


Tak papejte, besedujte, radujte se a občas se i donuťte na procházku, přece jen sto dvacet kuliček je sto dvacet kuliček 😊.

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*

SMYSLŮPLNÉ VÁNOCE



LORM
SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



Štědrý večer – večer kouzel a příslibů.
Večer zlatavého paprsku světla
v klíčové dírce... Večer, kdy je možno
spatřit nevídané. Vraťte se do dětství
a o Štědrém večeru zahlédněte zázraky.

**ZÁZRAKEM PRO NÁS V LORMU
JE VAŠE STÁLÁ PŘÍZEŇ A PODPORA.**

www.lorm.cz

Děkujeme vám, že nám pomáháte pomáhat! Petra Zímermanová, ředitelka LORM z.s.

PF 2021

DOTEKY. Časopis LORM z.s., Zima, číslo 105. Vychází čtvrtletně.

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 106/Jaro 2021: **15. 2. 2021**

Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepe 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.

Redakční rada: Zdena Jelínková (šéfredaktorka), Mgr. Petra Zimermanová (ředitelka)

Za LORM z.s.: Mgr. Petra Zimermanová, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel: 257 314 012

Ilustrace na titulní straně: Tomáš Zach

Grafická úprava: Stáňa Laňková, Nad Budánkami II./13, Praha 5

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

Náklad: 100 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 by si přáli zaslat 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 3 ks a jsou k dispozici hluchoslepým čtenářům k zapůjčení v Poradenských centrech LORM v Praze a Brně. 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.

LORM z.s.

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

REGISTRACE MINISTERSTVA

KULTURY ČR č. E 11000