

ČASOPIS LORM z.s.

DO TEKY

106
2021

JARO



VERŠE • SLOVO ŠÉFREDAKTORKY • ZPRÁVY
Z LORMU • PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ • ROZHOVOR
• PRÁVNÍ PORADNA • ZDRAVÍ • INFORMACE •
OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH • ZE SVĚTA
• VZKAZY MOUDRÝCH • RECEPTY

**5 • DOBRÉ HOSPODAŘENÍ A DVĚ SLUŽEBNÍ AUTA
PRO TERÉNNÍ PRACOVNÍKY**

11 • VĚŘÍM V UŠLECHTILÉ LIDSTVÍ

**42 • POLSKÝ SPORTOVEC A CESTOVATEL
MICHAL MAJCHRZAK**



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



VERŠE – Letní sen	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORKY	4
ZPRÁVY Z LORMU	
Dobré hospodaření a dvě služební auta pro terénní pracovníky ...	5
Okénko do Brna a Ostravy	8
PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ	
Život tropí hlouposti!	10
Něco k zamyšlení	10
ROZHOVOR	
Věřím v ušlechtilé lidství	11
PRÁVNÍ PORADNA	
Vyřizujete si nová sluchadla? Víte, jak postupovat?	17
Osvobození od dálničních poplatků v roce 2021	18
Pracovní možnosti u invalidních důchodců	20
Daň z nabytí nemovitostí je zrušená, kdy ji už nemusíte platit? ...	22
ZDRAVÍ	
Tinnitus	26
Makulární degenerace připraví o zrak během několika týdnů ...	27
Lékaři v Brně zachránili zrak	29
Svědění v uších	30
INFORMACE	
Lazarillo aneb vodící pes v mobilu	31
Víceúčelové sluchadlo Livio AI	33
Aplikace Záchranka zavádí videopřenos	34
Aplikace nejen na rozpoznávání předmětů	35
Dokument: Olga, můj život	36
Knihovny a časopisy pro osoby se zrakovým postižením	37
Tyhle „hodinky“ mohou zachránit život	40
OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH	
Polský sportovec a cestovatel Michal Majchrzak	42
ZE SVĚTA	
Mezinárodní kongres o hluchoslepotě pořádaný v Gruzii	44
Vibrační oblek pro poslušání hudby	45
VZKAZY MOUDRÝCH	46
RECEPTY	47

*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

Letní sen

Když slunce vychází, začíná nový den.
Noc zvolna odchází a s ní i můj sen.
Sen, v němž se touláme po loukách i lesích,
slyšíme šum potoka na jeho měkkých březích.
Přes potok most tvoří klády,
nad námi svit slunce prosí: mějte se rádi!
Co most, postačí i jedna kláda,
když on miluje tebe, když ty ho máš ráda.

Oči tvé září jak to slunce.
Já uchopím do dlaní tvé malé ruce.
Slunce za obláček se na chvíli schová,
něžně tě políbím a znova a znova...
Pohladím lehounce tvé krásné vlasy,
i nebe zčervená – hádej proč asi?

Držíc se za ruce kráčíme pěšinou.
Sledujem motýla, jak mazlí se s květinou,
jak se s ní mazlí, jemně se dotýká.
Je velmi pozorný, nikam nepospíchá.
Motýl a květina, vše stát se může...

Já budu malý princ, ty moje růže.
Slunce už vysvitlo, den musel přijít,
já toužím, má lásko, jen pro tebe žít!



SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Když jaro zaťuká, ťuky, ťuky, ťuk... A že by mělo na co, když jsme ze všech těch covidových opatření už všichni řádně na budku! Na druhé straně – třeba by se rozsvítilo tam, těm, kde by třeba bylo? Hřeji se v paprscích slunka, je 21. leden a já si říkám, zda a v čem se budu hřát, až k vám dorazí jarní číslo Doteků – v slunci, v zimní bundě, v dece, v přízni rodiny a přátel? Každopádně mě zahřeje jako vždy pocit dobře odvedené práce spolu se všemi, s nimiž pro vás časopis připravujeme. Toho hledání, lovení, pídění se, ověřování, uhánění, škrtnání, vymýšlení, porovnávání, mazání, načítání a znovu začínání, no, jako u každého správného tvoření, no ne? Teď mě napadá – co když bude pořád pršet, jako tomu bylo loňského jara? Nevadí, zujte gumáky, zapněte tepelné zdroje a pusťte se do čtení, poslouchání, následně vzpomínání, přemítání, vždyť přece máte Dotečky! Plné zajímavých článků, vašich příspěvků, rad, třeba jak postupovat při vyřizování nových sluchadel nebo jaké jsou další příčiny hluchoslepoty, proč vás svědí v uších, kde najdete knihovny pro zrakově postižené a jiné a další. A nezapomeňte na rozhovor, v něm načerpáte inspiraci, jak se stát spisovatelem. Nevěříte? Věřte, je tomu tak, stačí jen trochu odvahy, sednout k počítači či zapnout diktafon, klidně i ten v mobilu, a začít 😊. Také možno uvázat kolem pasu zástěru a pustit se do vaření. Zopakovat si nové i starší znaky z výuky taktilního znakového jazyka. Vyrobit pár originálních záložek do knihy jako dárek přátelům. Vymyslet a zrealizovat vlastní velikonoční přáníčka. Ujít denně pár kilometrů, až jich bude celá jarní stovka. Ráno a večer si zacvičit. Vydát se za sběrem jarních bylin. Poslechnout si či přečíst některou z nových publikací na knižním trhu. Zkrátka a dobře – setřást ze sebe šedý, dusný a těžký zimní povlak, pořádně se nadechnout a vyrazit vstříc životu! Tak šťastnou cestu, přátelé!

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*



Dobré hospodaření a dvě služební auta pro terénní pracovníky

Milí čtenáři Doteků,

dnes, kdy vám píšu tento článek, je 29. ledna, tedy dva dny poté, co jsem založila do desek všechna vyúčtování dotací a grantů za rok 2020, a mohu se s klidným srdcem vrhnout na práci spojenou s rokem 2021. No, ono to není tak docela pravda, k roku 2020 se budu ještě několik měsíců vracet, např. na jaře proběhne tradiční kontrola hospodaření za rok 2020 ze strany Dozorčí rady, koncem dubna odešleme na Magistrát hl. m. Prahy roční vyúčtování sbírky, na začátek května máme již domluvený nezávislý audit, který opět provede společnost 22HLAV s.r.o. A v mezidobí musíme dát dohromady Výroční zprávu za rok 2020, kterou budou kontrolovat v květnu auditoři a v červnu schvalovat Výkonná rada.

Jak jsme si tedy v loňském roce vedli? Stejně jako v předchozích letech jsme hospodařili s vyrovnaným rozpočtem a podařilo se nám vytvořit i rezervu pro další období. Posledních několik let bylo mimořádných, co se výše dotací od Ministerstva práce a sociálních věcí ČR (MPSV) týče, a dokonce i naši dárci k nám v loňském roce byli štedří a nadále nás podporují.

Pojďme si ten loňský rok vyčíslit. Celkové náklady i výnosy v roce 2020 činily 6 595 545,73 Kč, na fondech z příspěvků od dárců a ze sbírky jsme vytvořili rezervy pro rok 2021 ve výši 464 194,64 Kč. S ohledem na situaci kolem pandemie COVID-19 a všechna omezení s ní spojená jsme měli v loňském roce nižší roční náklady (mzdové i režijní), než jsme původně v žádostech o dotace u MPSV plánovali. Z toho důvodu jsme před pár dny odeslali na MPSV vratky ke všem čtyřem sociálním službám v celkové výši 670 669,29 Kč. Jiné řešení, dokud se u nás nezavede víceleté financování, bohužel není možné. Dotace jsou vázány na



kalendářní rok na uznatelné nákladové položky, a nejsou-li vyčerpány, musí se vrátit.

Z dotace MPSV v celkové výši 6 235 030,71 Kč jsme v loňském roce financovali všechny naše 4 sociální služby, což představovalo podíl na celkových nákladech ve výši 95 %. Příspěvek od Nadačního fondu Českého rozhlasu ve výši 166 200 Kč, který byl určený na pořádání dvou týdenních pobytů a na klubová setkání, jsme téměř nevyčerpali – určitě tušíte proč. Ano, oba pobyty, původně plánované na květen a červen, jsme museli přesunout na září a nakonec jsme byli nuceni je z důvodu zhoršující se koronavirové nákazy zrušit. I klubových setkání proběhlo oproti předchozím rokům velmi málo. Proto jsme z nadačního příspěvku čerpali pouze 1 268 Kč a zbývající částku 164 932 Kč můžeme dočerpávat do konce června 2021. Sponzoři a dárci se částkou 290 181,31 Kč podíleli 4 %, výnosy a příjmy LORMu ve výši 66 250 Kč pokryly zbývající 1 %. Když vám zde shrnuji náklady a výnosy vyjádřené v procentech, přidělené výše dotací, příspěvků a darů, pohybuji se v celkových číslech. Ale za každou získanou korunou se skrývá celá řada drobných jednorázových i dlouhodobých a celoročních aktivit, které jsou postavené na důvěře, dobrém jménu naší organizace, transparentnosti, otevřenosti, pracovitosti a vytrvalosti. Vskutku podrobné a jmenovité poděkování našim dárcům a fanouškům najdete na <https://www.lorm.cz/pro-verejnost/dekujeme/minule-roky/dekujeme-2020/>.

A jaké finanční zdroje už máme pro rok 2021 jisté? Kromě finančních rezerv a darů od dárců známe už výsledek grantového řízení u Nadačního fondu Českého rozhlasu. Na rok 2021 jsme získali ze Světlušky příspěvek ve výši 450 000 Kč na zcela nový projekt, a to nákup 2 služebních aut určených pro terén v Praze a Brně. Právě díky dobrému hospodaření v posledních letech víme, že zvládneme projekt dofinancovat z vlastních zdrojů. Jinými slovy, že si nákup obou automobilů i s dofinancováním můžeme dovolit. Jak všichni víte, až dosud naši terénní sociální pracovníci cestovali za vámi po celé České republice veřejnou dopravou. A právě rok 2020 nám ukázal potřebnost služebních automobilů při dojíždění za všemi klienty, např. z Prahy do



Ústeckého kraje nebo z Brna do Moravskoslezského kraje, a to z důvodu ochrany zdraví (menší riziko nákazy COVID-19 než ve veřejné dopravě) a zvýšení efektivity našich služeb. Během jedné služební cesty autem může terénní sociální pracovník navštívit a zajistit služby více klientům a při tom strávit méně času na cestě, neboť nemusí čekat na potřebné a často zpožděné spoje, přestupovat apod. Už od května loňského roku jsem všem našim terénním pracovníkům, kteří vlastní osobní automobil a mají uzavřené havarijní pojištění, právě kvůli pandemické situaci schválila, aby při poskytování terénních služeb používali svoje soukromé vozidlo. Samozřejmě jsme jim při tom hradili všechny cestovní náklady s tím spojené. A proto máme v LORMu obrovskou radost, že náš projekt v Nadačním fondu Českého rozhlasu podpořili, a teď právě řešíme nákup obou aut. Už teď vám mohu prozradit, že jedno bude bílé a druhé červené 😊. A pokud nám to finanční situace a nadační příspěvky dovolí, tak bychom ještě rádi v roce 2022 zakoupili jeden automobil pro pokrytí terénu v jižních Čechách.

Rok 2020 je za námi a vás určitě zajímá, jaké další plány máme na rok 2021. Rádi bychom dál zajišťovali terénní sociální služby v maximální možné míře při všech našich pěti Poradenských centrech LORM. V potřebných krajích plánujeme pokračovat v depistáži. Ohledně pořádání pobytů a klubových setkání vám nyní, koncem ledna, kdy se u nás ještě ani pořádně nerozběhlo očkování, nemohu zodpovědně nic slíbit. Ale určitě dál pro vás budeme připravovat časopis *Doteky* ve zvětšeném černotisku, Braillově písmu a zvuku. A zatímco vám dopisuji tento článek, tak mi právě přišel e-mail ze společnosti KPMG s dobrou zprávou. Náš projekt, vydávání časopisu *Doteky*, se rozhodli podpořit v zaměstnaneckém grantu částkou 15 000 Kč! V tomto čísle najdete svoje příspěvky v nové sdružené rubrice **PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ**. Tak vás všechny vyzývám: „Prosím pište, tvořte a posílejte nám do *Doteků* vaše články, básně, úvahy, příběhy... Moc rádi je zde, na stránkách *Doteků*, zveřejníme!“

Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.



Okénko do Brna a Ostravy

Milí Lormáci,

dovoďte mi, abych se vám tímto v mém prvním „Okénku“ představila a zkusila shrnout své dojmy a zážitky z téměř půlročního působení v LORMu.

Něco málo o mně: Pocházím z Karviné, ale aktuálně bydlím v Brně. Mé zvláštní jméno Danuta připisují kreativitě mých rodičů. Troufám si o sobě říct, že jsem aktivní typ. Mám ráda turistiku, plavání a toulky přírodou. Také jsem velký milovník zvířat. Proto v mém bytě nechybí sibiřská kočička Olinka a králíček Daisy. To jsou mé světlé duše, které mě mlčky podpoří, utěší a zlepší náladu, když je potřeba. Ale to určitě znáte od svých chlupatých kamarádů 😊. Vystudovala jsem sociální a charitativní práci v Olomouci na Palackého univerzitě. Ano, i tehdy jsem pořád cestovala, Karviná – Olomouc – Brno... Asi to mám v krvi.

Něco málo z předešlé praxe: Dříve, než jsem nastoupila do LORMu, pracovala jsem jako sociální pracovníce v Tyflo-Centru Brno, o.p.s. Konkrétně jsem působila v Hapateliéru, kde se kreativitě meze nekladly. Po dvou letech jsem však cítila potřebu změny a objevila jsem inzerát na pozici terénního pracovníka v LORM z.s. Vše se rychle seběhlo a už jsem se viděla, jak nastupuji první den do nové práce. Jak už psal kolega Václav v podzimním okénku, začátky nejsou nikdy jednoduché. Kvanta informací a zaběhnutí do nového režimu. To však k tomu patří 😊. Pamatuju si, jak jsem se těšila na setkání s klienty. Při mých začátcích byla mým patronem, či jak se říká buddym (čti bady) kolegyně Veronika, terénka z Brna. Myslím, že nám to spolu celkem dobře šlo.

Něco málo o zážitcích z LORMu: Než se na podzim uzavřely kluby a další aktivity, měla jsem to štěstí a zúčastnila se klubového setkání jak v Ostravě, tak v Brně. První setkání bylo spíše seznamovací, ale myslím si, že velmi vydařené. Díky nápadům klientů se mi podařilo zajistit prohlídku na zámku Fryštát. Prohlídka se však neuskutečnila, jelikož byl vyhlášen nouzový stav. Druhé klubové setkání jsem prožila s klienty a Veronikou v Lamacentru v Brně. Všichni jsme si tu vysokohorskou cestu pochvalovali (kdo šel, bude vzpomínat)



a potom ještě více samotné lamy a další zvířátka. Také jsem se zúčastnila dne otevřených dveří v Unii neslyšících Brno (UNB). Byla jsem tam sama, ale plná pozornost pracovníků mi vyhovovala i lichotila. Mohla jsem tak intenzivně nasát co nejvíce informací. Dovolte mi, abych v krátkosti zmínila dle mého názoru velmi vydařený projekt, který UNB a EU vytvořily. Jedná se o projekt Assist, který na webových stránkách www.pomuckyproneslysici.cz velmi přehledně dle požadovaných kritérií vyhledá kompenzační pomůcky. Taktéž zde můžete najít videa, která se zaměřují na různá témata z oblasti kompenzačních pomůcek, jako je například fungování indukční smyčky ve veřejných prostorách či správná péče o sluchadlo. Dále za příjemné považuji chvíle strávené nad tvorbou vánočních přáníček, kterých se ujaly dvě klientky. Obecně mě nepřestane udivovat šikovnost klientů 😊.

Něco málo ze zákulisí terénního pracovníka: Tuším, že vedení by mohlo sepsat menší knihu o mých telefonátech. Ty začínají převážně: „Mně se přihodila taková situace.“ Pod tímto, snad už i mým heslem, byste mě našli. Někdy ztížené podmínky během cesty jsou nepříjemné, ale je potřeba najít něco dobrého na špatném, a tak i komplikace na trati považuji za kladné. Uvedu příklad – dvacetiminutové zpoždění na trati. Zůstali jsme trčet kdesi v poli a kolem dokola nádherná příroda plná divoké zvěře. V dálce se to jen hemžilo srnkami. O kousek blíž jsem zahlédla poskakující zajíce zvědavě napínající uši. Kolem korun stromů plachtily dravci v celé své majestátnosti. No není to nádhera? Krásné zážitky jsou samozřejmě fajn, ale bez odbornosti by tato práce nešla dělat. Musím říci, že úvodní zaškolování v Praze bylo intenzivní a velmi přínosné. Taktéž možnost kurzu znakového jazyka se mi jeví velmi pozitivní. Díky posílání dopisů v Braillově písmu jsem se naučila číst bodové písmo a také používat Pichtův psací stroj. Naposledy jsem psala pětistránkový dopis. Myslím, že jsem z toho měla „karpál“ 😊.

Pár slov na závěr: Už teď se těším na další spolupráci s klienty. Jsem zvědavá, co nám další rok nového přinese. A co vy?

*Danuta Valcha, terénní sociální pracovnice
pro Moravskoslezský a Jihomoravský kraj*



PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

Život tropí hlouposti!

Spíš bych měla napsat, že špatný zrak nás zavede do situace, kdy vypadáme směšně. No posudte sami. Když jsem ještě bydlela ve starém bytě a chodila s Majdou rozdávat dobrou náladu, znala jsem pejsky a jejich páníčky z celého okolí. Chodila za mnou kamarádka, která také hodně málo viděla a navíc se bála psů. Jednou jsme vyrazily na vycházku. Držela se mě jako klíště, a když šel kolem pes, strachy se klepala. No a já jí dokazovala, že žádný pes nezaútočí. Najednou vidím mohutnou postavu chlapa, jak se blíží s černým hafanem, kterého neznám! Přesto jsem hrdinně prohlásila: „Neboj se, ani tenhle pes tě nekousne!“ Chlap nás minul a místo hafana kutálel kolo z auta! Jednou jsem na dálku obdivovala krásnou slunečnici – a on to byl kontejner na plasty. Co zbývá? Brát ten život vesele!

Něco k zamyšlení

Vědci dokázali, že starší lidé, kteří občas pomáhají s péčí o vnoučata nebo pomáhají s péčí o potřebné ze svého okolí, se dožívají vyššího věku než senioři, kteří žijí sami a o nic a nikoho se nestarají! Pozoruji to v tom našem pečovatelském domě. Lidé, kteří přes svůj pokročilý věk mají možnost příležitostně pečovat o někoho, jsou mnohem spokojenější, družnější i veselejší. Mají nějaký smysl života a i se na někoho těší. Ovšem ta péče nesmí být na plný úvazek, to by mohlo mít negativní vliv na zdraví dobrovolníka. Zkrátka: „Nic se nemá přehánět!“ Senioři, kteří se uzavírají do své samoty a o nic a nikoho nemají zájem, spíš přežívají, než žijí. Litují se a jsou věčně s něčím nespokojení. Ano, pokud je to možné, pomáhejme druhým, ale je velmi důležité, aby si každý jedinec sám stanovil, jak rozsáhlá taková příležitostná činnost je, aby se sám nakonec necítil ve stresu. Zase přísloví: „Podej prst, lapnou ti celou ruku.“



Věřím v ušlechtilé lidství

Někdo se narodí s dispozicí literární. Někdo rovnou s literárním talentem. Někdo se opotí hrůzou pokaždé, má-li napsat text sebekratší, i těch pár slov či vět mu k opocení stačí. Zcela opačně je tomu u dnešního respondenta – píše s nadšením, hodně, hojně a dobře. Vážení čtenáři, dnes bych vám ráda představila dlouholetého klienta LORMu, několikanásobného vítěze literární sekce umělecké soutěže Cena Hieronyma Lorma, učitele ve výslužbě, spisovatele pana Františka Hynka ze Žďáru nad Sázavou.

Pane Františku, jaké bylo Vaše dětství, dospívání, mládí a vlastně celý dosavadní život v tomto krásném koutu Vysočiny?

Narodil jsem se 1. června roku 1936, tedy ještě za první republiky, v malém domečku u řeky Sázavy. Naše městečko tenkrát mělo něco málo přes 3 000 obyvatel. A u řeky bylo tak krásně! Několik domků pod Tvrzí, plácek vedle řeky a naše minizahrádka, která měla plot až do řeky, to byl můj dětský ráj. Tady jsem prožíval své nejtěplejší dětství až do 9. května 1945, kdy náš domek dostal přímý zásah od ustupující německé armády, i když už byl vlastně konec války. Vzpomínám hlavně na dědu, babičku a maminku, která se starala o naši rodinu. Na tatínka si moc nepamatuji, protože zahynul v německém koncentračním táboře. I přes takovéto smutné věci na můj dětský ráj rád vzpomínám. Tady jsem se narodil, tady je můj domov, tady je kouzelná řeka Sázava. A Českomoravská vrchovina je úžasné místo k životu!

Po válce jsem vystudoval na učitele. Několik roků jsem učil na malotřídních školách v okolí Žďáru, pak na jedné velké škole přímo ve městě. Tam jsem už pociťoval stále se zhoršující zdravotní stav a špatný zrak. Opustil jsem učitelské povolání. Nějaký čas jsem pracoval jako pomocný dělník ve skladu modelů zdejších strojíren a sléváren, také



na učilišti, pak jako vedoucí oddělení techniky v Okresním domě pionýrů – později Domě dětí a mládeže. Můj zrak se stále zhoršoval, nakonec se mi odchlípla sítnice. Po operaci jsem si přivydělával k důchodu u telefonů v jednom malém podniku, ale to mě nebavilo. Naposledy jsem pracoval jako vychovatel na internátě u středoškoláků. Dál už to nešlo. Býval jsem horlivým čtenářem, proto nemožnost číst na mne velice dolehla.

Před více než deseti lety jste se stal klientem LORMu. Jak jste se o nás dozvěděl?

O existenci organizace LORM jsem se dozvěděl náhodně. Protože kromě zraku také ztrácím sluch, zaujalo mne to. A tak jsem se do organizace LORM přihlásil. Díky LORMu a jeho terénním pracovním jsem se začal zúčastňovat literárních soutěží Hieronyma Lorma a občas přispívat do časopisu pro hluchoslepé Doteky. Vždycky mám radost, když za mnou přijede „moje“ terénní pracovnice, s leccím mi pomůže, ven se sám nedostanu, a tak se těším na společnost.

Pravidelní čtenáři Vás samozřejmě díky Dotekům znají, ale psát jste začal, počítám, už někdy dávno, dávno před tím?

Jako školáček jsem rád četl, slohové práce mi nedělaly žádné potíže. Pak jsem rád psával takzvané kompozice, kterým jsme tenkrát říkali „kóny“. Dostal jsem nápad, že napíši knihu, kde bych popsal celý svět. Chtěl jsem začít s popisováním vody, co všechno ta voda umí. Ještě než jsem se do toho sepisování pustil, zjistil jsem, že sám o tom nevím nic a že není v silách člověka, aby věděl všechno. Takže z té všeobsáhlé encyklopedie sešlo. Pak jsem dostal nápad, že napíši knihu o náboženství, ale dopadlo to stejně. O mnoho roků později jsem si zapisoval některé moje zážitky, moje mikroúvahy o nejnovějších objevech vědy, o nejnovějších výdobytcích techniky, o přírodě a podobně. Zabrousil jsem i do filozofie. Když jsem už neviděl ani na řádky, psával jsem fixkou hůlkovým písmem do velkého sešitu popaměti, palcem levé ruky jsem se posunul na další řádek. Když jsem dopsal stránku, ohnul jsem pravý horní

roh listu, abych věděl, že už je popsáný. A musel jsem si pamatovat, co jsem napsal. Často jsem psával v noci vleže na dlažbě v chodbičce. Jaksi mi nedošlo, že mi to bude muset číst někdo vidící. Ale kdo? Některé takto napsané věci mi později diktovali do počítače členové Českobratrské církve evangelické. Nové věci jsem pak už psával přímo do počítače.



Publikoval jste někdy veřejně?

Pro své bývalé spolužáky jsem kdysi napsal spisek *My všichni pozůstalí...*, do krajských novin jsem napsal článek *Řeka čaruje*. Ale jednu větu mi v redakci škrtli, protože se jaksi do nynějšího světa nehodila. Nyní mám všeho možného i nemožného plný počítač. O nějakém výrazném literárním úspěchu se nedá mluvit, snad pouze četná ocenění v literárních soutěžích *Cena Hieronyma Lorma*. A také se mi podařilo v roce 2017 vlastním nákladem vydat knížku pro děti *Šprýmovánky*. Je v ní 41 básniček a 41 obrázků, které vytvořily děti ze základní školy na Palachově ulici ve Žďáru nad Sázavou.

Měla jsem to štěstí, že jsem Vámi byla knihou obdarována a skromnost stranou – je velmi podařená! Prozradte nám o jejím vzniku něco víc...

Když jsem si zoufal z toho, že se mi nedaří vydat jednu knížku, vzpomněl jsem si, že mi moje bývalá spolužačka poslala vánoční pozdrav, kde svoje přání zformovala do pěkné básničky. Takže když nejde jedno, tak třeba půjde něco jiného. Sedl jsem k počítači a vychrlil jsem ze sebe okolo padesáti básniček. Některé byly veselé, tak jsem z nich sestavil celek, který jsem nazval *Šprýmovánky*. Ani učitel se ve mně nezapřel. Básničky jsou nejen veselé, ale i poučné.

Proč právě básničky? A čím jsou podle vás pro děti „užitečné“?

Dětem se líbí podobná slova na konci veršičků. Jistě jste si všimli, že si děti při svých hrách dvojice podobně znějících slov samy vymýšlejí. Nad knížkou si můžeme



s dětmi povídat, odpovídat jim na jejich otázky a vysvětlovat. Můžeme je upozornit na zajímavosti z přírody i ze světa kolem nás. Uvedu jen několik příkladů takového užití k rozšiřování dětských vědomostí, znalostí i k chápání rozličných souvislostí. Zajímavosti ze života v přírodě najdeme v celé řadě básniček, například v básničkách Šnečí domek, Krteček, Motýl, Podvodníci, Prapodivná sova, ale i v dalších básničkách. O koloběhu vody v přírodě můžeme povídat nad básničkou Sněhulák, také o zvláštěnostech vody při změně skupenství i o střídání ročních dob i o dalších zákonitostech přírody.

A co takhle nějakou „šprýmovánskou ochutnávku“?

Může být. Tak třeba:

JEŽEČEK

Ježeček je tvor podivný,
nenosí on kabát zimní.
Na zádech má bodliny,
ty nechrání od zimy.

Před zimou on utéct musí,
zahrabat se někam zkusí.
Celou zimu bude spát,
o jaru si nechá zdát.

Venku ještě všechno studí,
kdypak ježeček se vzbudí?
No přece až sluníčko
udělá nám teplíčko.

Píšete do šuplíku?

Vzhledem k tomu, že jsem příliš závislý na pomoci vidících, drtivá většina mých výtvorů je v počítači. To, co jsem kdysi psával do sešitů, je z valné většiny ztraceno. Ale počítač mám plný, takže když se v tom přehrabuji, často přijdu na zajímavé věci. Tak například v zápisu z roku 2006 jsem našel povzdechnutí, že se o cosi snažím už nejméně

15 roků, a ono pořád nic. Takže se o cosi snažím už nejméně 30 roků ☺. Bez pomoci vidícího člověka to jaksi nejde a nejde. Letos mi pomáhá moje vnučka Dáša, která za mnou přijíždí až z Čáslavi. Zdá se, že se konečně něco pohnulo...



Ahaaa – takže další knížka na obzoru?!

Přesně tak, letos jsem konečně vydal vlastním nákladem knihu Lumpárny pejska Azora – skutečný příběh. To je právě ta knížka, kvůli které jsem si tolik roků jen zoufal. Nebýt pomoci vnučky Dáši, nikdy by asi nevyšla. A na obzoru, jak říkáte, je třetí knížka. Vyjde v roce 2021 pod názvem My jsme malí mudrlanti. Čtvrtá knížka, Povídání o zvířátkách, by měla vyjít o rok později a po ní možná ještě kniha Povídání pro děti. Tam popisují své dětství.

A to, jak sám říkáte, máte ještě dalšího materiálu plný počítač, takže se my čtenáři máme na co těšit. Jaký je Váš oblíbený žánr, spisovatel?

Vždy mne zajímalo vše, co se děje ve vědě, technice, letectví, kosmonautice, astronomii i v přírodě. Rád jsem četl populárně naučné knížky, například o Křižíkovi, Divišovi, Resslovi a podobně. Namátkou jen několik názvů: Tvrdohlavá Marie, Vzpomínky na kapalně helium, Člověk a Měsíc, Příběh Ivce Elsy, knížky od Františka Běhounka, Jasnější než tisíc sluncí, Encyklopedie Vesmír, časopisy jako Letectví a kosmonautika. A vůbec všechno, co bylo nové a pro mne zajímavé. Také jsem měl v oblibě žánr vědeckofantastické literatury, kde jsem snadno rozpoznával skutečné skvosty, či jen podřadnou literaturu, která se na této vlně jen vezla.

Poslední dobou se hlavně přehrabuji v počítači a nestačím se divit, co všechno tam je. Vše ostatní sleduji hlavně z rádia, kde se občas objeví nějaká novinka z přírody nebo vědy. Někdy hlasatelé však udělají chybu, což mě vždy „nadzvedne“. Ale pořad na ČRo 2 Meteor v sobotu v 8 hodin ráno a pořad Experiment na ČRo 1 v sobotu v 9 hodin si nenechám ujít nikdy!

Vaše životní krédo?

Když mohu, pomohu. Nemám okolo hlavy svatozář, ale



jedna špatná lidská vlastnost mi naprosto a úplně chybí: závist. Nikdy jsem nikomu nezáviděl, a když jsem něco chtěl nebo potřeboval, musel jsem si na to ušetřit. Marně se snažím pochopit závistivé lidi. O to více však nesnáším nespravedlnost, i když se mne přímo netýká. Za jednu z dobrých lidských vlastností považuji přiměřenost, za nectnost považuji hrabivost. Za veliké nebezpečí považuji psychickou manipulaci, fanatismus a tvrdošíjně setrvávání na dogmatech. Věřím v ušlechtilé lidství, i když mám o tento vzácný dar v dnešní době veliké obavy.

Tak, vážení a milí čtenáři, slyšeli jsme slova člověka, kterému ve splnění jeho velkého životního snu nezabránila ani hluchoslepota, ani valná neochota či nevalná ochota zdravého okolí. Kdykoliv si zoufal a padal na dno svých sil a schopností, znovu se posbíral a šel dál, obtíží a vynaložených sil nedbaje, dokud nám čtenářům neumožnil listovat jeho milými knížkami. Dokud si sen nesplnil a dalece jej nepřekonal. Inspirativní, vidíte... Tak pište, Františku, ať máme co číst!

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*



Vyřizujete si nová sluchadla? Víte, jak postupovat?

Sluchadlo je zdravotní pomůcka, z toho důvodu na něj přispívají pouze zdravotní pojišťovny. V současné době je výše příspěvku upravena zákonem č. 282/2018 Sb., kterým se mění zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, a je stanovena na 10 tisíc pro děti do 18 let, pro dospělé na 7 tisíc na jedno sluchadlo. Rozdíl mezi cenou sluchadla a příspěvku od zdravotní pojišťovny si dle zákona hradíte sami.

V některých případech může být doplatek nad vaše možnosti a pak můžete požádat o příspěvek u některé z nadací či nadačních fondů.

Jak postupovat? Nejdříve je nutné zjistit, které nadace a nadační fondy na sluchadla přispívají, a z nich si vybrat. Již při výběru sluchadla u svého foniatra je nutné lékaře o tomto svém plánu informovat. Lékař vám vystaví doklad pro nadaci či nadační fond – tzv. položkový cenový rozpočet nákladů. Ten přiložíte k žádosti u nadace či nadačního fondu.

Dále se většinou podle požadavků konkrétní nadace či nadačního fondu přikládá fotokopie občanského průkazu, průkazu ZTP, čestné prohlášení o výši příjmů, vyplněný souhlas se zpracováním osobních údajů. Některé nadace chtějí i motivační dopis, ve kterém vysvětlíte, proč o příspěvek žádáte. Vše odešlete na adresu nadace/nadačního fondu. A čekáte na zasedání komise, která vás o svém rozhodnutí informuje dopisem. Pokud komise rozhodne, že vám příspěvek přizná, přijde vám darovací smlouva ve třech kopiích, tu musíte podepsat a podpis nechat úředně potvrdit a poslat ji zpět.

Další vaše cesta vede k foniatrovi, který na adresu nadace/nadačního fondu pošle fakturu s částkou, kterou je potřeba mu doplatit. Po jejím proplacení nadací či nadačním fondem vám lékař vypočítá váš doplatek, ten zaplatíte a nová sluchadla můžete začít používat. Chtělo by se zvolat hurá, hotovo!



Důležitá informace na závěr, možná ta nejdůležitější: **Nadace a nadační fondy neposkytují finanční prostředky zpět na již uhrazené náklady a ani je nevyplácejí v hotovosti! Tato krkolomná věta znamená, že pokud si sami zaplatíte doplatek na sluchadla, nadace či nadační fond vám již na ně nemůže přispět.**

Řeknete si, proč bych platil celý doplatek na sluchadla, když jsem o něj žádal nadaci? Jedním z důvodů je čas. Má zkušenost z praxe je, že na vyjádření nadace či nadačního fondu se může čekat dlouhou dobu, někdy i tři měsíce. Váš lékař bude mít pro vás nachystaná sluchadla, která již musel výrobcí zaplatit. A má v nich uložené vlastní peníze, to se ne každému lékaři líbí. Pak může na vás vyvíjet určitý nátlak, abyste si sluchadla uhradili sami. Nedoporučuji tomuto nátlaku podlehnout. Může se vám stát, že o nadační příspěvek přijdete.

*Jana Radová
terénní sociální pracovnice LORM z.s.*

Osvobození od dálničních poplatků v roce 2021

Legislativní odbor NRZP ČR zpracoval stanovisko, které vyčerpávajícím způsobem odpovídá na všechny otázky držitelů průkazů ZTP nebo ZTP/P. Problematika osvobození od zpoplatnění pozemních komunikací je upravena zákonem č. 13/1997 Sb., o pozemních komunikacích, a to konkrétně v ustanovení § 20a odst. 1 písm. h), které zní: „Zpoplatnění nepodléhá užití zpoplatněné pozemní komunikace silničním motorovým vozidlem přepravujícím těžce zdravotně postižené občany, kteří jsou podle zvláštního právního předpisu držiteli průkazu ZTP, s výjimkou postižených úplnou nebo praktickou hluchotou, nebo průkazu ZTP/P, pokud držitelem silničního motorového vozidla je postižená osoba sama nebo osoba jí blízká.“

To znamená, že osvobození od zpoplatnění se nevztahuje na držitele průkazu ZTP, kteří jsou postiženi úplnou



nebo praktickou hluchotou. Tato úprava však platila pouze do konce roku 2020. Od 1. 1. 2021 nabývá účinnosti novela zákona č. 13/1997 Sb., o pozemních komunikacích, označená číslem 227/2019 Sb. Novela mění právě § 20a odst. 1 písm. h), a to tak, že nově zní: „Zpoplatnění nepodléhá užití zpoplatněné pozemní komunikace silničním motorovým vozidlem přepravujícím těžce zdravotně postižené občany, kteří jsou podle zvláštního právního předpisu držiteli průkazu ZTP, nebo průkazu ZTP/P, pokud provozovatelem silničního motorového vozidla je postižená osoba sama nebo osoba jí blízká.“

To znamená, že v § 20a odst. 1 písm. h) se slova „s výjimkou postižených úplnou nebo praktickou hluchotou,“ zrušují, a tedy nově se osvobození bude vztahovat i na tyto osoby.

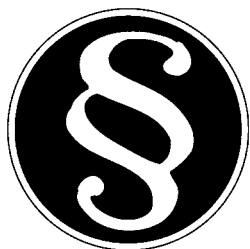
Ke změně došlo i v upřesnění terminologie, a to v tom směru, že sama postižená osoba nebo osoba jí blízká musí být nadále provozovatelem, nikoliv již držitelem silničního motorového vozidla.

K uplatnění osvobození tedy musí být od roku 2021 splněno současně následující:

- a. osoba se zdravotním postižením se nachází ve vozidle,
- b. tato osoba je držitelem průkazu ZTP či ZTP/P,
- c. provozovatelem silničního motorového vozidla je postižená osoba sama nebo osoba jí blízká.

Pro úplnost ještě nutno zdůraznit, že uplatnění osvobození je vázáno pouze na průkaz osoby se zdravotním postižením, tedy na průkaz ZTP či ZTP/P, a nikoliv na parkovací průkaz. Umístěním parkovacího průkazu na předním okně vozidla lze snížit riziko zbytečného zastavování vozidla z důvodu silniční kontroly, avšak parkovací průkaz sám tedy takto na dálku nedokladuje osvobození od zpoplatnění, neboť to je vázáno na další výše uvedené podmínky.

Pokud jde o přepravu osob, které jsou držiteli průkazu ZTP nebo ZTP/P a jsou přepravovány do příslušného zařízení, uvádí se v komentáři k § 20a zákona následující: „Problém představuje situace, kdy tato osoba s postižením je přepravována do příslušného zařízení (např. zdravotnické, školské, rekreační atd.), kde zůstává, zatímco řidič vozidla se



vrací zpět po zpoplatněné silnici. Vzhledem k současnému způsobu zpoplatnění vozidel do celkové hmotnosti 3,5 t, tedy pouze formou časového poplatku v trvání nejméně 10 dnů, je zřejmé, že osvobození od zpoplatnění se musí vztahovat i na návrat samotného řidiče z místa, kam osobu s postižením vezl. V takových případech je vhodné vyžádat si potvrzení od příslušného zařízení o přijetí osoby s postižením.“

Upozorňujeme, že tato věc není upravena zákonem, je pouze v komentáři k § 20a, a ten tudíž není pro policejní orgán závazný a policejní orgán může postupovat rozdílně.

Lze tedy shrnout, že novela pro všechny držitele průkazu ZTP a ZTP/P upřesňuje podmínku, že sama postižená osoba nebo osoba jí blízká musí být provozovatelem silničního motorového vozidla. Pro osoby postižené úplnou nebo praktickou hluchotou pak novela znamená, že jsou-li držiteli průkazu ZTP, jsou od poplatků nově osvobozeny.

*Legislativní odbor NRZP ČR
Zdroj: Helpnet.cz*

Pracovní možnosti u invalidních důchodců

O invalidním důchodu jsme vás informovali v zimním čísle Doteků. Tentokrát vám přinášíme informaci o možnosti přivýdělku.

Rozlišujeme celkem tři druhy invalidity, z čehož každý vyjadřuje, o kolik procent danému poživateli důchodu klesla průčeschnost:

- Invalidita prvního stupně, pokles o 35 % až 49 %
- Invalidita druhého stupně, pokles o 50 % až 69 %
- Invalidita třetího stupně, pokles o 70 % a více

Míru poklesu pracovních schopností a stupeň invalidity určuje posudkový lékař na OSSZ.

ZDRAVOTNÍ POJIŠTĚNÍ A INVALIDNÍ DŮCHOD

Osoby v invalidním důchodu jsou stejně jako ostatní důchodci pro účely platby zdravotního pojištění státními

pojištěnci. To znamená, že zdravotní pojištění za ně hradí stát. Pokud by začaly vykonávat práci, která zakládá účast na pojištění, bude jim zdravotní odváděno i ze mzdy.

Pokud by pak práci vykonávaly u zaměstnavatele, který zaměstnává více než 50 % osob se zdravotním postižením, budou mít nárok na odpočet pojistného na zdravotní pojištění.



SOCIÁLNÍ POJIŠTĚNÍ A INVALIDNÍ DŮCHOD

Osoby v invalidním důchodu pro invaliditu prvního a druhého stupně nejsou v rámci dávky sociálně pojištěny. Invalidní důchod se pak do náhradní doby pojištění pro nárok na starobní důchod počítá, až když jde o invaliditu třetího stupně. Tato náhradní doba pojištění se však počítá jen z 80 %.

JAK OMEZENÉ MÁ INVALIDNÍ DŮCHODCE PRACOVNÍ MOŽNOSTI?

Výši invalidního důchodu (většinou ani pro invaliditu třetího stupně) nelze z hlediska výše příjmu srovnávat s výplatou ze zaměstnání. Invalidní důchod pro první a druhý stupeň nejčastěji činí jen pár tisíc měsíčně. A i když se výše dávky každoročně zvyšuje, poživatel bez jakýchkoliv dalších příjmů nemá moc šancí vyžít. Právě kvůli tomu a nulovému sociálnímu pojištění pro osoby invalidní v prvním a druhém stupni je často nutné zajistit další příjem.

MAJÍ INVALIDNÍ DŮCHODCI OMEZENÝ VÝDĚLEK NEBO DRUH SMLOUVY?

Ne, nemají. Zákonem není výdělek invalidních důchodců nijak limitován, resp. nepřihlíží se k němu. To samé platí i pro druh pracovní smlouvy, na kterou si invalidní osoba přivydělává. U osob v prvním a druhém stupni je navíc vhodné volit takovou smlouvu, která zakládá účast na sociálním pojištění. Omezení pak nejste ani v podnikání.

JAK PRACOVAT V INVALIDNÍM DŮCHODU?

Jedinou věcí, která vás bude při práci v invalidním důchodu omezovat, bude váš zdravotní stav. Bude třeba tedy



volit zaměstnání přiměřené vaší nemoci, následkům úrazu, zdravotnímu postižení apod. Nejčastěji jde o zaměstnání, kde budou menší požadavky na tělesné, duševní a smyslové schopnosti na základě důvodu, kvůli kterému byla invalidita přiznána. To se dle ČSSZ může do praxe promítnout např. tím, že daná osoba vymění zaměstnání za méně náročné, popř. si zvolí kratší pracovní úvazek.

O tom, zda může invalidní důchodce vykonávat vybrané zaměstnání, navíc rozhoduje i poskytovatel pracovně-lékařských služeb v rámci zdravotní prohlídky.

Zdroj: https://www.finance.cz/533594-pracovni-moznosti-invalidnich- Duchodcu/?utm_medium=sekce-z-internetu&utm_source=www.seznam.cz#dop_ab_variant=0&dop_req_id=hPsBYYzidZl-202009150708&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box

Daň z nabytí nemovitostí je zrušená, kdy ji už nemusíte platit?

Jaké změny s sebou přinese zrušení daně z nabytí nemovitých věcí? Kupující už nemusí platit daň. Jestliže splácíte hypotéku, na úrocích si odečtete méně. A pokud bydlíte v družstevním bytě, nevyplatí se vám ho prodat dříve než za 10 let od pořízení.

Poslanci 15. září 2020 definitivně potvrdili zrušení daně z nabytí nemovitých věcí a 18. září 2020 jej podepsal také prezident. Daň z nabytí nemovitosti platil kupující ve výši 4 % z pořizovací ceny nemovitosti, a to vždy do konce třetího měsíce následujícího po měsíci, v němž byl zapsán vklad práva do katastru nemovitostí. Do státní kasy z ní ročně plynulo kolem 13 miliard korun.

Povinnost platit daň zaniká zpětně od 1. prosince 2019. Týká se to tedy všech, kteří dokončili vklad na katastr v prosinci 2019 nebo později. Ti, kteří měli lhůtu pro podání daňového přiznání do 31. března 2020 a následně jim byla platba daně odložena do konce srpna, ji už proto platit nemusejí. A jestliže jste daň už zaplatili, bude vám na základě žádosti vrácena.

KDY SE DAŇ ODVÁDÍ A KDY UŽ NE? PŘÍKLAD



Návrh na vklad převodu vlastnického práva na základě kupní smlouvy byl katastrálnímu úřadu doručen 9. listopadu 2019. Bude se na něj vztahovat zpětné zrušení daně z nabytí, pokud katastrální úřad vklad povolil (rozhodl o povolení vkladu):

- 1) v listopadu 2019, například 25. 11. 2019 (vklad byl tedy proveden dne 25. 11. 2019, a to s právními účinky k 9. listopadu 2019)
- 2) v prosinci 2019, například 6. 12. 2019 (vklad byl tedy proveden dne 6. 12. 2019, a to s právními účinky k 9. listopadu 2019)?

V případě varianty 1) uplynula tříměsíční lhůta pro podání daňového přiznání 25. 2. 2020 a zrušení daně si proto nemůžete zpětně uplatnit.

V případě varianty 2) uplynula lhůta pro podání daňového přiznání 6. 4. 2020, takže až po 31. březnu 2020, a daň vám bude zpětně zrušena. Jestliže jste ji zatím nezaplatili, máte vše vyřešeno, platit ji nemusíte. Pokud jste ji už zaplatili, bude vám na základě žádosti vrácena.

ODPOČET ÚROKŮ ZŮSTÁVÁ

Kupující si i nadále mohou od základu daně z příjmu odečítat úroky z úvěru na bydlení. Ministryně financí Alena Schillerová sice původně chtěla, aby si kupující od nových úvěrů, poskytnutých od 1. ledna 2022, zaplacené úroky od základu daně z příjmu odečítat nemohli, ale narazila na nesouhlas opozice, takže možnost odečítání platí dál. Došlo však k úpravě výše limitu odpočtu úroků. Do konce roku 2020 platil limit ve výši 300 tisíc, ale od 1. 1. 2021 už jen do částky 150 tisíc korun.

KOLIK SI MŮŽETE ODEČÍST

Částka, kterou si můžete odečíst z daní, se odvíjí od výše úrokové sazby a počtu let do konce splatnosti vašeho úvěru na bydlení (hypotéky).

Úroky se odečítají ze základu daně jako tzv. nezdanitelná část daně. Skutečná úspora na dani se pak rovná 15 % z částky zaplacených úroků.



Od roku 2021 je možné si odečíst jen 150 000 korun, půjde tedy o 22 500 Kč (150 000 Kč × 0,15).

Odpočet úroků si můžete uplatnit jednou za rok buď v daňovém přiznání, nebo v rámci ročního zúčtování daně, které za vás jako zaměstnance provede mzdová účetní vašeho zaměstnavatele. Pro uznání odpočtu úroků musíte být schopni doložit výši zaplacených úroků (v originále). Zmíněné potvrzení zasílají banky a stavební spořitelny svým klientům vždy na konci kalendářního roku, případně můžete banku či stavební spořitelnu o potvrzení sami požádat. Jestliže odpočet úroků uplatňujete poprvé, musíte doložit smlouvu o poskytnutém úvěru a také výpis z katastru nemovitostí. Nestačí doložit výpis získaný přes nahlížení do katastru nemovitostí online, je nutné doložit originální výpis z katastru nemovitostí.

KDO SI MŮŽE HYPOTÉKU Z DANÍ ODEČÍST?

Fyzická osoba, zaměstnanec i osoba samostatně výdělečně činná, která je uvedena v hypoteční smlouvě. Od základu daně si můžete odečíst úroky za předpokladu, že hypotékou řešíte buďto svou bytovou potřebu, nebo svých blízkých. Osobu blízkou definuje občanský zákoník. Jde především o příbuzné v přímé řadě, jako je sourozenec, manžel/ka nebo registrovaný partner/ka. Za osoby blízké jsou považovány také osoby, které spolu trvale žijí v jedné domácnosti.

Podmínky pro odpočet daně nesplníte, pokud součástí rodinného domu nebo bytu, který si na hypotéku pořizujete, je jiný nebytový prostor, než je garáž, komora a sklep. Řešením bytové potřeby není například koupě chalupy nebo rekreační chaty. V případě, že je byt či dům používán zčásti k zajištění vaší bytové potřeby nebo vašich blízkých a zároveň k podnikání, případně k nájmu, jde úroky uplatnit pouze v poměrné výši.

KDY SI ODPOČET UPLATNIT NEMŮŽETE

Díky odečtu úroků můžete dosáhnout daňové vratky, ale daňového bonusu ne. Úroky z hypotéky si můžete odečíst jen tehdy, když na daních z příjmů zaplatíte za rok více,

než činí roční sleva na poplatníka – což je nyní 24 840 Kč.

Jestliže pracujete za menší než minimální mzdu, odpočet úroků si uplatnit nemůžete. Obdobně je to v případě, kdy pracujete jen na dohodu o provedení práce s odměnou méně než 10 000 korun měsíčně, kdy z příjmu zaplatíte srážkovou daň. Úroky z hypotéky si nemůže uplatnit ani OSVČ s nízkým ziskem, jestliže její daňová povinnost bude do částky 24 840 korun (což odpovídá zisku 165 600 Kč). Pokud pracujete za minimální mzdu, můžete si odpočet uplatnit až do výše své roční daně, což činí při výši minimální mzdy 14 600 korun daňový odpočet ve výši 10 440 korun.



ČASOVÝ TEST SE PRODLUŽUJE Z 5 NA 10 LET

Zákon zároveň prodlužuje takzvaný časový test (doba, po kterou v nemovitosti žijete nebo ji vlastníte) pro příjmy z prodeje nemovitých věcí, které nejsou určeny k vlastnímu bydlení, z pěti na deset let. Prodloužení časového testu bude platit pro nemovitosti získané po 1. lednu 2021.

Příjem z prodeje nemovitosti musí být, stejně jako každý jiný, zahrnutý do daňového přiznání, a to na základě daně z příjmů získaných prodejem nemovitosti se sazbou 15 %. U dražších nemovitostí tak můžete na dani odvést až několik stovek tisíc, což významně snižuje váš příjem z prodeje nemovitosti. Existují případy, kdy je příjem od daně osvobozen. Jednou z nich je splnění časového testu, počtu let, během kterých v nemovitosti žijete nebo ji vlastníte. Jde tedy o dobu mezi koupí a prodejem nemovitosti.

JAKÉ NEMOVITOSTI NYNÍ SPADAJÍ DO PĚTILETÉ LHŮTY?

Do pětileté lhůty spadají nemovitosti, které nejsou určeny k trvalému bydlení. Jedná se o rekreační objekty, nebytové prostory nebo pozemky. Nemovitosti určené k bydlení jsou zahrnuty do pětileté lhůty tehdy, když jste v nich neměli trvalé bydliště. Pětileté období se vztahuje také na podíly v bytovém družstvu.

Zdroj: měšec.cz



ZDRAVÍ

Tinnitus

Tinnitus je odborné označení pro nepříjemné vnímání hluku v hlavě, jako je pískání, šelest, šumění či zvonění v uších. Příznaky tinnitu pociťuje asi 10 až 15 % populace. Tinnitem trpěla i řada známých osobností, např. Ludwig van Beethoven, Michelangelo, Vincent van Gogh nebo v současnosti známý mladý český cestovatel Ladislav Zibura. Existuje mnoho různých teorií, co je příčinou tinnitu, a je velmi obtížné ji určit. Rizikovým faktorem může být vystavení se intenzivnímu hluku, úzkost, stres či nespavost. Možnou příčinou mohou být také úrazy v oblasti hlavy, krku anebo také jen ušní záněť.

Tinnitem se rozumí vnitřní hluk, který trvá **alespoň pět minut**. Kratší intervaly, které potkají každého z nás, jsou považovány za zcela normální. Pro diagnózu je nutné podstoupit komplexní lékařskou prohlídku, která obsahuje shrnutí anamnézy, lékařské vyšetření a audiologické vyšetření. Prvním krokem k úlevě od tinnitu je tak nutná návštěva praktického a ORL lékaře. V současné době neexistuje žádný schválený lék pro léčbu tinnitu. Většina možností léčby spočívá v potlačení tinnitu společně se zmírněním stresu.

Jedním z velmi často zmiňovaných způsobů terapie je metoda TRT (Tinnitus Retraining Therapy) neboli léčba tinnitu pomocí návyku neboli „zvyku“ na tinnitus. Má čtyři základní pilíře: konzultace, psychologický pohovor, relaxace a zejména používání zařízení tzv. generátoru šumu (TCI – Tinnitus Control Instrument), který vytváří statický šum. Smyslem takového zařízení není zakrýt nebo přehlušit nepříjemné zvuky, ale zvyknout si na ně a odvést od nich pozornost. Nejčastěji se používají zvuky oceánu, tzv. bílý nebo růžový šum.

Jak je možné toto zařízení začít využívat?

- 1) V současné době jsou na trhu sluchadla, která mají již zabudovaný generátor šumu. Tím je umožněno gene-



rování příjemného šumu přímo do zvukovodu. Taková sluchadla nabízí např. značky Oticon, Signia, Audifon, Phonak. Často výrobci sluchadel nabízejí k těmto typům sluchadel zdarma aplikace do mobilních telefonů, skrze které lze velmi snadno přizpůsobovat intenzitu nastaveného šumu podle aktuální potřeby.

- 2) Ti, kteří nepoužívají sluchadla s přímo zabudovaným generátorem šumu, mohou používat MP3 přehrávače, do kterých je možné různé druhy šumů stáhnout. Odkaz, kde je možné zvuk stáhnout, je k dispozici např. na stránce <https://www.beztinnitu.cz/tinnitus-terapie?lang=cs>.
- 3) Mobilní aplikace ReSound Tinnitus Relief umožňuje smíchat až 5 různých zvuků a tím si vytvořit vlastní zvukovou terapii. Aplikace také nabízí zajímavé aktivity a tipy, jak tinnitus zvládnout. V základní variantě je aplikace zdarma. Ke stažení je k dispozici na Google Play nebo App Store.

Tuto metodu se často doporučuje doplňovat různými relaxačními technikami či psychologickou terapií. Zajímavé informace a tipy od lidí s vlastní zkušeností, jak tinnitus zvládli, je možné najít na stránkách www.beztinnitu.cz. Nicméně vždy je nejdříve nutné navštívit lékaře a poradit se o vhodných metodách.

Pro Doteky připravila Lenka Veverková

Zdroje: <https://www.sluchadlaprozivot.cz/tinnitus>

<https://www.beztinnitu.cz/>

<https://www.resound.com/cs-cz/hearing-aids/apps/relief>

Makulární degenerace připraví o zrak během několika týdnů

Na světě trpí středně těžkým až těžkým poškozením zraku 217 milionů lidí a dalších 36 milionů je slepých. Za tímto postižením stojí nejčastěji refrakční vady jako krátkozrakost,



dalekozrakost nebo astigmatismus. Ty je ve vyspělých zemích možné jednoduše vyřešit pomocí brýlí, kontaktních čoček nebo laserové operace.

8. říjen je Světovým dnem zraku a připomíná nám důležitost prevence. „Pravidelná návštěva očního lékaře může odhalit krátkozrakost, dalekozrakost nebo astigmatismus. Často při ní ale lékař zjistí vážná onemocnění, u nichž závisí úspěšnost léčby na jejím včasném zahájení. Příkladem takovéto nemoci může být věkem podmíněná makulární degenerace nebo zelený zákal,“ uvádí MUDr. Věra Kalandrová, primářka oční kliniky Lexum v Brně.

Makulární degenerace, resp. věkem podmíněná makulární degenerace (VPMD), spočívá v postižení žluté skvrny, tedy centrální oblasti sítnice. Makulární degenerace v sobě zahrnuje dvě na první pohled rozdílné formy onemocnění – suchou a vlhkou.

U suché formy dochází ke zhoršování vidění postupně a na vině je úbytek a poškození sítnicových buněk. Účinná metoda léčby zatím neexistuje. Šíření je ale možné zpomalit podpůrnou léčbou, konkrétně kombinací vitamínu C, E, luteinu, zeaxanthinu, zinku a mědi. Dále odborníci doporučují dodržovat zdravý jídelníček, snížit případnou nadváhu, udržovat krevní tlak v normě a především nekouřit.

Druhou formou onemocnění je takzvaná vlhká forma, při které dochází k prorůstání cév. „Objevuje se méně často, ale bez vhodné léčby ke ztrátě zraku dochází rychle, obvykle v řádu týdnů,“ vysvětluje primář zmíněné oční kliniky MUDr. Ivan Fišer, Ph.D. Pomoci může biologická léčba.

Zatímco dříve si ji museli pacienti platit sami, nyní je na vybraných očních klinikách a nemocnicích hrazena pojišťovny. Od září loňského roku je navíc v České republice k dispozici nová biologická léčba, u které dochází díky lepšímu průniku do sítnice k rychlejšímu nástupu účinku. Léčba také účinkuje déle, proto je možné aplikovat ji po počáteční nasycovací fázi už pouze 1x za 3 měsíce.

Jedinou možností, jak zrak chránit (a v některých případech zachránit), je odhalení nemoci ihned v počátku. „Navštěvujte vašeho očního lékaře alespoň 1x za 2 roky. Lékař vám zkontroluje ostrost zraku, nitrooční tlak a zaměří



se také na vyšetření očního pozadí. K lékaři si také zajděte ihned, pokud máte rozostřené vidění, zamlžený pohled či pozorujete vlnění rovných linií," radí MUDr. Kalandrová.

Jak se o zrak starat každý den? Kromě vyvážené stravy a dostatku pohybu doporučujeme univerzální pravidlo 20:20:2. Dívat se dvacet sekund do dálky vždy, když je váš zrak zaměřen dvacet minut do blízka – například při práci na počítači nebo třeba telefonu. Denně bychom také měli strávit dvě hodiny venku, ideálně v přírodě.

(kráceno)

Zdroj: <https://www.ctidoma.cz/zivotni-styl/ocni-lekarka-kalandrova-makularni-degenerace-pripravi-o-zrak-behem-nekolika-tydnu-62487>

Lékaři v Brně zachránili zrak

V nejhorším případě mohl i přijít o zrak. Dvaapadesátiletý muž, trpící chronickým neurotrofickým vředem rohovky, se však tomuto scénáři vyhne. Díky operaci v brněnské svatoanenské nemocnici. Náročný zákrok tamní lékaři zvládli jako první v republice, dosud se podobné operace prováděly pouze v zahraničí.

Vřed rohovky způsobuje infekce nebo zranění. Následně vidí pacient omezeně. „Do doby před operací je rohovka zcela necitlivá," zmínil Martin Knoz z Kliniky plastické a estetické chirurgie.

Operační postupy diskutoval s kolegy z Tchaj-wanu a kanadského Toronta. „Podobných operací tam mívají desítky," zmínil Knoz s tím, že po nynější úspěšné první brněnské operaci plánují daný operační postup využívat častěji.

Čtyřhodinovou operaci lékařský tým uskutečnil technikou přímé neurotizace. „Mikrochirurgicky jsme přenesli senzitivní nervy z čela pacienta přímo do lemu oční rohovky," vysvětlil přednosta Kliniky plastické a estetické chirurgie Zdeněk Dvořák.

Nerv z čela lékaři konkrétně přesunuli pod oční víčko a spojivku horního víčka. „Výsledek operace lze úplně



zhodnotit až za šest až dvanáct měsíců po operaci, kdy transponovaný nerv proroste přímo do rohovky a tím i zlepší citlivost rohovky, její obranný reflex a zhojení vředy," poznamenal plastický chirurg Knoz. Podobné zákroky jsou vhodné i pro děti.

Eliška Gáfriková, Brněnský deník

Zdroj: https://brnensky.denik.cz/zpravy_region/lekari-v-brne-zachranili-zrak-nerv-z-cela-presunuli-do-rohovky-jako-prvni-v-cr-2.html

Svědění v uších

Jakékoli svědění v různých oblastech lidského těla je nepříjemné a permanentně obtěžující. Pokud i vy cítíte, že jste v tomto ohledu ohrožení, vyplatí se vědět, jakým způsobem se k celému problému postavit. Poměrně frekventované je zejména svědění v uších. Vy se samozřejmě můžete kdykoli poškrábat, nicméně z drtivé většiny se setkáte pouze s dočasnou úlevou, která bohužel zažene škrábání na minimální dobu. Navíc se vystavujete riziku zanesení infekce do velmi citlivé oblasti. I proto se vyplatí spíše kvalitní léčba.

PŘÍČINY SVĚDĚNÍ V UŠÍCH

Svědění v uchu může být v podstatě dvojího charakteru. Nejčastěji trápí zejména na vnitřní straně zvukovodu. Vyskytovat se ale může i na vnější straně ucha. Důvody svědění přinášíme v následujících odrážkách:

- extrémnější hromadění ušního mazu
- minimální existence mazu, vysychání povrchu ucha
- plísňová infekce oblasti ucha
- bodnutí nějakým hmyzem
- lupénka či ekzémy
- svrab, spalničky, popřípadě neštovice v plané podobě
- ozdoby typu náušnic
- zřídka i potravinová alergie
- infekční zásah horních cest dýchacích

HLAVNÍ PŘÍZNAKY SVĚDĚNÍ UŠÍ

Příznaků svědění uší může být také hned několik. Nejčastěji se jedná o následující:

- existence vyrážky či zarudnutí v oblasti ucha
- otoky ucha
- hnis či jiný výtok z ucha
- šupiny na vnějším obalu sluchového orgánu
- rýma, kýčání a nachlazení



EFEKTIVNÍ LÉČBA SVĚDĚNÍ V UŠÍCH

Jestliže hledáte speciální univerzální kapky na svědění v uších, budete se asi namáhat zbytečně. Při ušních infekcích je často nutná specializovaná léčba, a tak se vyplatí návštěva ušního lékaře. Jinak je zapotřebí pravidelné čištění uší při nadměrném vzniku mazu.

(kráceno)

Zdroj: <https://www.plnezdravi.cz/svedeni-v-usich/>

INFORMACE

Lazarillo aneb vodící pes v mobilu



Lazarillo je mobilní navigační aplikace pro zrakově postižené. Svými funkcemi připomíná známější navigační aplikaci BlindSquare. Zde jsou vyjmenovány některé rozdíly mezi těmito dvěma aplikacemi:

1. Lazarillo má verzi pro iOS i Android, zatímco BlindSquare je k dispozici jen pro první z uvedených platforem.
2. Lazarillo je díky projektu SONS podpořenému Nadačním fondem Českého rozhlasu plně počestěno, zatímco v BlindSquare jsou některé části aplikace v angličtině.
3. Oproti BlindSquare jí chybí některé pokročilejší funkce, jako je simulace polohy nebo rozhlížení po okolí.
4. Lazarillo je k dispozici zdarma, zatímco BlindSquare stojí nemalých 1 050 Kč. Lazarillo lze zdarma stáhnout z obchodů App Store nebo Google Play.

Pro používání aplikace je třeba se přihlásit a založit uživatelský účet, který je údajně vyžadován pro ukládání oblíbených míst a dalších uživatelských dat. Když potom Lazarillo nainstalujeme na jiné zařízení a přihlásíme se svým



účtem, měli bychom v něm mít opět stejná uživatelská data.

Naspodu obrazovky jsou 4 panely aplikace: Průzkum, Oblíbené, Oznámení (jen u verze pro Android) a Nastavení.

U panelu Průzkum je možné např. zapnout či vypnout automatické hlášení míst v našem okolí. Další tlačítka představuje funkci „Kde jsem“. Po poklepnutí na toto tlačítka Lazarillo poví, na jaké adrese nebo místě se právě nacházíme. Dále jsou zde tlačítka Vyhledat a Filtrování kategorií pro průzkum (např. nedávno ohlášené řazené podle vzdálenosti od nás, banky, bankomaty, jídlo atd.).

NAVIGACE K CÍLI

Po vyhledání místa, kam chceme nasměřovat, můžeme zahájit navigaci pomocí tlačítka Zahájit sledování tohoto místa. Lazarillo začne při pohybu průběžně hlásit, jaká je naše aktuální vzdálenost od místa vzdušnou čarou a kterým směrem se místo nachází.

Na obrazovce s detailem místa jsou ale ještě další navigační možnosti. Ve spodní části obrazovky najdeme tlačítka Jít pěšky, Jet veřejnou dopravou, Jet autem a Jet Uberem. Posledním z uvedených tlačítek si z Lazarilla můžeme spustit aplikaci Uberu a dále již pracujeme s ní. I přes tlačítka Jet autem a Jet veřejnou dopravou voláme externí aplikace. Při navigaci chodce (Jít pěšky) se můžeme nechat vést přímo Lazarillem a není nutné vyvolávat externí aplikace.

Režim trasování v aplikaci Lazarilla dává v zásadě stejné instrukce, které by nám poskytly google mapy, protože Lazarillo čerpá geografická data právě z nich. Prostředí Lazarilla může být ale přehlednější. Na obrazovce trasování máme k dispozici ještě tlačítka, kterým můžeme zobrazit celý itinerář cesty.

NASTAVENÍ

Na posledním panelu aplikace můžeme nastavovat různé volby Lazarilla. Lze zde např. měnit parametry interního hlasového výstupu. Důležitou volbou je zde také formát hlášení směru. Výchozí hodnoty jsou světové strany, relativní směry (vepředu, vzadu, vlevo a vpravo) nebo třetí možnost pozice na hodinách, při které jsou směry hlášeny podle čísel na hodinovém ciferníku. Nastavené hlášení směru se projeví u směru udávaného při hlášení

míst v okolí, při zobrazování míst na panelech Průzkum a Oblíbené a při sledování cíle. U trasování ale budeme mít v instrukcích vždy uváděny světové strany.

Závěrem je třeba říci, že žádná z dostupných aplikací není použitelná pro zcela nevidomého chodce, který potřebuje někam dojít v neznámém prostředí. Navigační aplikace lze tak stále brát jen jako doplňující, nikoli ale vše řešící prostředek při prostorové orientaci. Mnohem využitelnější je Lazarillo a obdobné aplikace pro uživatele se zbytky zraku, kteří na své blízké okolí vidí, takže přesnost mobilní navigace pro jejich potřeby může být dostatečná, aby s ní došli k cíli i na neznámém místě.



*Zdroj: <http://www.tyflokabinet.cz/clanky/tecko/lazarillo>
(kráceno)*

Víceúčelové sluchadlo Livio AI

Livio AI je první sluchadlo na světě, které využívá umělou inteligenci. Vyvinula ho americká společnost Starkey Hearing Technologies. Nejen že pomáhá se ztrátou sluchu, ale zároveň monitoruje psychickou a mentální aktivitu uživatele a díky propojení se speciální mobilní aplikací umožňuje využívat i další praktické funkce. Jedná se o prototyp nejmenšího sluchadla na světě, které se nabíjí (výdrž baterie se předpokládá 24 hodin).

Pro nejlepší kvalitu poslechu využívá novou technologii „hearing reality“. Tato technologie umožňuje vnímat všechny úrovně zvuku, tak jak je vnímá člověk se zdravým sluchem. Tiché zvuky zůstávají tiché, ruchy jsou ignorovány a člověku je tak umožněno soustředit se na ty zvuky, které chce slyšet.

To, čím je toto sluchadlo specifické, jsou přidané senzory a umělá inteligence. Sluchadlo je propojeno s mobilní aplikací Thrive Hearing Control App, která mimo jiné funguje podobně jako aplikace, které sledují celodenní aktivitu, tréninky apod. Sluchadlo také umožňuje např. poslech TV nebo hudby pomocí propojení Bluetooth. Díky tomu je zvuk přenášen přímo do sluchadla bez vnějších ruchů.

Speciální aplikace Thrive Hearing Control App také umožňuje přijímání telefonních hovorů nebo zpráv z chytrého telefonu přímo do sluchadla, úpravu hlasitosti a jiná



nastavení sluchadla, aniž by uživatel musel fyzicky upravovat sluchadlo, umožní překlad konverzace do cizích jazyků nebo má tzv. smart asistentku, která umí odpovědět na otázky, např. o počasí. Pokud člověk, který má naslouchátko, upadne, umí aplikace informovat příbuzné.

Toto naslouchadlo získalo ocenění v mezinárodní soutěži AI Breakthrough Awards, která oceňuje nejnovativnější produkty či technologie v oblasti umělé inteligence.

Zdroje: <https://www.tichezpravy.cz/viceucelove-sluchadlo-livio-ai-je-nejlepsim-inteligentnim-osobnim-asistentem/>

<https://www.starkey.com/blog/articles/2018/08/Introducing-Livio-AI-Hearing-Aids>

<https://time.com/collection/best-inventions-2019/5733046/starkey-livio-ai/>

Aplikace Záchranka zavádí videopřenos

Aplikace Záchranka již několik let pomáhá propojovat záchranné složky státu s lidmi v nesnázích. Slouží pro rychlé kontaktování zdravotnické záchranné služby nebo horské služby. V současné době zavádí novou funkci, kdy bude možné při volání o pomoc používat videohovory. Tato funkce neulehčí komunikaci pouze osobám se sluchovým postižením, ale také umožní např. operátorům linky 155 získat přehled o celé situaci v případě hromadné autonehody, lépe navigovat zachránce do příjezdu posádky apod.

V případě, že má uživatel v aplikaci Záchranka uvedeno, že je neslyšící, můžou operátoři rovnou zahájit videopřenos, jehož součástí je také chat. Neslyšící tak skrze kameru ukáží, co se stalo, a domluví se prostřednictvím chatu. Odpadá tak významná komunikační bariéra.

Ti, kteří aplikaci již využívají, změnu v aplikaci neuvidí. Není nutné ji tedy aktualizovat. Operátoři tísňové linky rozhodují o tom, zda je potřeba videohovor zahájit, či ne. Pokud se tak rozhodnou, zašlou na telefonní číslo volajícího SMS zprávu, jejímž otevřením se aktivuje videopřenos. Hovor, na jehož základě byl videopřenos spuštěn, i nadále bez přerušování běží na pozadí, zvuk videa není přenášen. Současně je znovu sdílena poloha volajícího a otevírá se i okno pro chat. Toto vše funguje i v případě, kdy volající nemá nainstalovanou aplikaci Záchranka. Přenos videa je možný pouze pokud

má člověk připojení k internetu a kameru v telefonu.

Veškerý přenos obrazu je krátkodobý a nikde se neukládá. Komunikace probíhá pouze mezi telefonem volajícího a konkrétním pracovištěm operátora či operátorky zdravotnické záchranné služby nebo posádky, která jede na místo nehody k případu.

Podrobnější informace o aplikaci Záchranka jsou zde: <https://www.zachrankaapp.cz/>. Lze ji stáhnout v App Store nebo Google Play.

Zdroj: <https://www.svetandroida.cz/aplikace-zachranka-videoprenosy/>



Aplikace nejen na rozpoznávání předmětů

BE MY EYES

Be My Eyes je jedna z dalších aplikací, jejímž cílem je usnadnit život lidem se zrakovým postižením. Autorem je Hans Jorgen Widberg z Dánska. Pomocí videohovoru poskytují dobrovolníci uživatelům aplikace vizuální pomoc při různých činnostech.

Aplikace funguje tak, že virtuálně propojí uživatele se sítí dobrovolníků, kteří jsou připraveni kdykoliv a kdekoliv pomoci. Stačí zmáchnout tlačítko, které vyšle upozornění několika různým dobrovolníkům. První dobrovolník, který odpoví na požadavek, je spojen s konkrétním uživatelem pomocí živého videohovoru z přední kamery uživatelského chytrého telefonu. Zvukové spojení umožňuje uživateli a dobrovolníkovi řešit danou problematiku společně. Je uváděno, že vzhledem k velké základně dobrovolníků je většina hovorů přijata do 30 vteřin. V systému jsou i česky mluvící dobrovolníci.

Dobrovolníci takto mohou lidem se zrakovým postižením pomoci rozlišit předměty, přečíst datum spotřeby, přečíst cedulky nebo poradit, jestli si neoblékají dvě ponožky různé barvy. Aplikace je zdarma a je dostupná pro oba operační systémy – iOS i Android. Pro její užívání je nutné připojení k internetu a mobilní telefon s kamerou.

Zdroj: <https://radiozurnal.rozhlas.cz/aplikace-be-my-eyes-usnadnuje-zivot-nevidomym-stava-se-doslova-jejich-ocima-7933753>

<https://www.bemyeyes.com/language/czech>



TAP TO SEE

Jedinou funkcí této aplikace je rozpoznat předměty, případně popsat fotografie. Stačí telefon namířit správným směrem na daný předmět, ťuknout na obrazovku a aplikace vytvoří fotografii předmětu. Na spodní části obrazovky se objeví informace o tom, že se snímek zpracovává. Za pár vteřin je textovým popiskem ve spodní části obrazovky a současně hlasovým výstupem určeno, o jaký předmět se jedná. V údajích o konkrétní věci je zahrnuta i barva objektu nebo jeho blízké okolí, například na čem je položený. Při čtení popisků je ale poznat, že se jedná o strojový překlad do českého jazyka. Tuto aplikaci lze také využít pro stručný popis obrázků nebo fotografií. Aplikace je zdarma ke stažení. Aplikace funguje pro iOS česky a na Androidu mluví pouze anglicky. I pro tuto aplikaci je nutné připojení k internetu.

Zdroj: <https://www.applikace.cz/aplikace-1166-TapTapSee>

Pro Doteky připravila Lenka Veverková

Dokument: Olga, můj život

Olga Sarköziová je výtvarnicí, která miluje tanec a divadlo. Olga je neslyšící, ztrácí zrak a má několik dalších handicapů. V rámci své terapie ráda hraje divadlo v divadelním spolku Taška Kladno. Principál spolku Václav Rudovský se rozhodl splnit její sen – zatančit si na skutečných divadelních prknech s profesionálními baletními mistry. Divadelní spolek se rozhodl celý projekt zachytit na kameru. Dokumentární film nese název Olga, můj život.

Sen Olgy se uskutečnil v Praze v divadle Na Prádle. Celý projekt byl velmi náročný, ale podařilo se. Na projektu pracoval patnáctičlenný tým. Celý film režírovala Martina Krátká.

Olga si zatančila s členem baletního souboru ND Markem Svobodníkem, který do poslední chvíle nevěděl, že se všechno bude natáčet. Dozvěděl se o natáčení pár minut před tím, než vstoupil s Olgou na jeviště. Tímto se tak film stal spontánní a realistický. Marek projevil k neslyšící Olze profesionální a mimořádný přístup a cit. Pomohl Olze vnímat zvuk pomocí vibrací a „zvláštním vnitřním vyladěním“.



Dokonce spolu předvedli i několik náročnějších figur.

Na celém projektu bylo tzv. třešničkou na dortu to, jak se celý tým snažil před Olgou utajit, že se nějaký projekt chystá. Zaznamenali na jevišti její překvapení a obrovskou radost.

Dokument si své diváky získává svou hloubkou a začíná sbírat ocenění na filmových festivalech. Dokument získal ocenění na čtvrtém filmovém festivalu Deafland v Brně, konkrétně se jedná o ocenění „za odvahu plnit si své sny“. Deafland je kulturní akce neslyšících. Promítají se filmy neslyšících, které pak diváci a porota hodnotí v několika kategoriích. Důležité je, aby byl film přístupný i slyšícím divákům, např. titulky.

Zdroj: <https://www.tichezpravy.cz/dokument-olga-muj-zivot/>

Knihovny a časopisy pro osoby se zrakovým postižením

Rádi čtete knížky nebo třeba časopisy? Přinášíme vám přehled některých knihoven, které nabízejí nejen knihy a časopisy v Braillově písmu a ve zvukové nebo digitální formě. Většina knihoven vyžaduje bezplatnou registraci, aby uživatel mohl soubory stahovat či půjčovat přímo v knihovně.

Knihovna digitálních dokumentů

Tuto knihovnu provozuje Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR. Knihovnu může využívat občan ČR starší 15 let, který je držitelem průkazu ZTP nebo ZTP/P vydaného z důvodu těžkého zrakového postižení. V knihovně jsou k dispozici různé knihy, dokumenty a také časopisy převedené do digitální podoby v prostém textu. Knihovna je také přístupná pro uživatele chytrých mobilních telefonů. Na adrese m.kdd.cz je zjednodušená verze pro přístup z webového prohlížeče v mobilním telefonu. Další informace najdete na www.kdd.cz.

KTN – Knihovna a tiskárna pro nevidomé K. E. Macana

Knihovna zpřístupňuje informace v Braillově písmu,



zvukových záznamech, reliéfní grafice a digitálních textech. Půjčování knih prostřednictvím České pošty je pro klienty zdarma. Knihy je možné půjčit také osobně. Pro nevidomé v Praze funguje také rozvážková služba. V knihovně je možné najít publikace v Braillově písmu či ve formě zvukových nahrávek krásné i odborné literatury, periodika, jazykové učebnice apod. KTN také převádí do zvukové podoby příbalové letáky léků a je možné si je poslechnout on-line přímo na stránkách knihovny.

Kompletní fond zvukových knih KTN mají knihovny v Brně, Hradci Králové, Ostravě, Strakonících, Ústí nad Labem a v Plzni. Od roku 2009 funguje nová služba Digitální knihovna Wiking Biblio, která nabízí stahování MP3 souborů, přímý poslech MP3 titulů, online čtení denního tisku a časopisů a stahování digitalizovaných textových souborů knih. Více na www.ktn.cz.

Svět pro všechny – digitální knihovna

Knihovna je určena pro zrakově postižené, držitele průkazu ZTP/P. Je nutné se zaregistrovat a na požádání zaslat scan ZTP/P. Knihy lze poté stáhnout ve formátu MP3, jako text nebo ve formátu word. Bez registrace je umožněn pouze přístup do katalogu knih, ale knihy stahovat nelze. Více na www.spvk.cz.

Mathilda – digitální knihovna

Také do této knihovny je nutné se zaregistrovat pomocí formuláře na webových stránkách www.dkzp.cz. Po schválení administrátorem je nutné zaslat kopii ZTP/P. Knihy je možné stahovat ve formátu txt. V nabídce jsou také dvě textové hry (Česko a Kóta 50), které se hrají v prostředí webového prohlížeče. Mathilda vydává také zvukový časopis, dvouměsíčník Jeden svět, který přibližuje problematiku nevidomých a slabozrakých. Časopis je možné stáhnout ve formátu MP3 zdarma i bez registrace zde: http://www.mathilda.cz/nazev_casopisu/jeden-svet/.

Diakonie ČCE – Středisko pro zrakově postižené

Knihovna Střediska pro zrakově postižené obsahuje jak

zvukovou (MP3), tak elektronickou (txt) a Braillovou část. V knihovně se nachází tituly s náboženskou tematikou. Jedná se o knihy, časopisy, přednášky, ale i o různé druhy poezie. Tituly je možné stahovat po přihlášení. Více na www.zvukovaknihovna.cz.



Lumen Christi – zvuková knihovna

Knihovna slouží výhradně nevidomým a zrakově postiženým. Nabízí tituly z oblasti duchovní literatury, naučnou literaturu, dokumenty či poezii, převážně s křesťanskou tematikou. Stahovat soubory s nahrávkami mohou pouze přihlášení uživatelé. Knihovna také zasílá tituly poštou na USB Flash. Knihovna vydává také časopisy (např. Křesťanské obzory s katolickým zaměřením, Lucie – tematicky orientováno na ženy atd.), které je možné stáhnout také v textovém souboru. Více na knihovna.lumenchristi.cz.

Veřejné knihovny

Velká část veřejných knihoven nabízí služby pro lidi se zrakovým postižením. Nejčastěji se jedná o půjčování kazet či CD s nahrávkami knižních titulů. Některé nabízejí také donášku domů. Pro konkrétní služby a podmínky výpůjček doporučujeme kontaktovat knihovnu v místě bydliště. Seznam městských knihoven, které mají speciální zvuková oddělení pro nevidomé, je uveden na webových stránkách Knihovny a tiskárny pro nevidomé: <https://www.ktn.cz/contact>.

Knihovna pro nevidomé Plzeň

Knihovna je samostatným pracovištěm Studijní a vědecké knihovny Plzeňského kraje a poskytuje služby nevidomým a zrakově postiženým občanům s průkazkou ZTP/P nebo na základě písemného potvrzení od očního lékaře. Knihy jsou k dispozici na audiokazetách a na CD ve formátu MP3. Knihy je možné vypůjčit osobně. Knihovna také zajišťuje rozesílání do místa bydliště. Všechny služby jsou zdarma, více na <https://svkpk.cz/pro-verejnost/knihovna-pro-nevidome/>.



ČASOPISY A ŽURNÁLY

VOKO – audiožurnál nejen pro ty, kdo čtou ušima

Jedná se o zvukový měsíčník, který přináší rozhovory s osobnostmi kulturního života, audioreportáže, recenze nových zvukových knížek i s krátkými ukázkami, hudební tipy, informace a zajímavosti nejen ze světa zrakově postižených nebo autoportréty lidí, kteří svádějí úspěšný boj se svým handicapem nebo s postižením svých blízkých. Jednotlivá čísla Audiožurnálu je možné stáhnout ve formátu MP3 zde: <http://www.vokomagazin.cz/novinky>.

Časopis ZORA

Časopis Zora není zřejmě nutné představovat. Vydává jej SONS ČR včetně jeho dalších příloh, které jsou vydávány v následujících podobách: prostřednictvím Braillova písma, zvukové nahrávky na flash discích a CD nosičích, zvětšeného běžného typu písma, v digitální podobě na flash discích nebo přes internetové rozhraní a elektronickou poštu. Mezi přílohy Zory patří např. Ema – pro ženy z oblasti módy a domácnosti, Azor – příloha pro držitele vodících psů, Téčko – ze světa informačních technologií. Objednávky periodik vyřizuje pouze Redakce časopisu Zora, Krakovská 21, 110 00 Praha 1, tel.: 221 462 472, e-mail: zora-objednavky@sons.cz.

Pro Doteky připravila Lenka Veverková

Zdroj: <http://www.blindicka.com/2020/10/cteni-audioknih-existuji-ruzne-varianty.html>

Tyhle „hodinky“ mohou zachránit život

Paní Miluše z Vysočiny ve věku pětadesáti let nešťastně spadla ve své domácnosti při cestě na toaletu, zlomila si krček a zůstala nehybně ležet.

Život jí zachránil malý náramek na jejím zápěstí. Byla totiž klientkou sociální služby tísňové péče, kterou nabízí Život 99 nejen na Vysočině. „Máme klienty třeba i v Jihočeském kraji nebo na Ostravsku,“ dodala mluvčí Martina Šprynarová s tím, že hlavním cílem služby je zajistit lidem bezpečnost v jejich vlastní domácnosti.



Vše funguje velmi jednoduše – uživatel nosí na ruce náramek podobající se hodinkám. Je na něm však tísňové tlačítko. „To lze použít v jakékoliv krizové situaci – když se náhle zhorší zdravotní stav, při pádu nebo třeba pokud se senior cítí ohrožený podomními prodejci,“ vysvětlila Šprynarová. Do minuty se pak ozve operátor a zjišťuje, jestli je vše v pořádku. Pokud ne, řeší situaci a zprostředkuje adekvátní pomoc – kontaktuje rodinné příslušníky a případně integrovaný záchranný systém. Tlačítko je voděodolné, a tak ho člověk nemusí nikdy sundávat.

Součástí tísňové péče je také čidlo pohybu. Lidé si sami zvolí, jak dlouhý časový interval chtějí nastavit, a když se po stanovený čas pod čidlem neprojdou, přijde operátorům oznámení. Ne vždy totiž člověk stihne stisknout tísňové tlačítko.

Službu mohou využívat i aktivní senioři, kteří rádi vyletují, zahrádkaří a podobně. Třeba na zahrádku s sebou jen musí vzít mobilní telefon Aligator, který má zezadu tísňové tlačítko. „Funguje to stejně, akorát nám to pošle i GPS lokaci, která nám pomáhá v případném nasměrování pomoci,“ řekla Šprynarová. Ve chvíli, kdy uživatel opouští domácnost, se navíc stává terminální stanice alarmem jeho domácnosti. „Kdyby tam někdo vstoupil, budeme uživatele kontaktovat a zavoláme případně i policii,“ uvedla Šprynarová.

Službu využívá zhruba 150 osob, šedesát z nich je z Vysočiny. Cena domácí verze stojí 350 Kč měsíčně, spolu s venkovní je o stovku dražší. „Dbáme o naše uživatele čtyřicet hodin denně, sedm dní v týdnu, pracujeme i o svátcích,“ vyjmenovala mluvčí. Například terminální stanici přitom mají uživatelé zapůjčenou zdarma. Mluvčí jen s úsměvem říká, že je třeba ji umístit na nejvíce frekventované místo v bytě, i přestože se lidem občas takové umístění nelíbí. Další zájemci o službu se mohou stále hlásit. „Máme velký prostor pro nové uživatele,“ potvrdila Šprynarová.

Zdroj: https://jihlavsky.denik.cz/zpravy_region/jihlavska-neziskovka-nabizi-hodinky-ktere-mohou-zachranit-zivot-20201020.html



OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH

Polský sportovec a cestovatel Michal Majchrzak

Michal Majchrzak pochází z Polska, je mu 36 let a trpí Usherovým syndromem s devadesátiprocentní oboustrannou ztrátou sluchu a zraku. Vloni vydal autobiografii s názvem „V tichu a ve tmě. Život s Usherovým syndromem“. V ní popisuje svůj boj s diagnózou, své vášně, sny i to, jak se s následky nemoci vypořádal.

Michal má od dětství těžké sluchové postižení a v druhé dekádě života se mu začal zhoršovat zrak. Začalo to šeroslepotou, postupně se mu začalo zužovat i zorné pole. Nastudoval si o své diagnóze informace a začal hledat nové perspektivy. Sám říká, že život s tímto onemocněním je těžký, ale plný naděje. Aby nepropadl depresi, začal se věnovat aktivitám, jako jsou běh, tandemové kolo a cestování.

Jak to celé začalo, popisuje Michal takto: „*Představte si, že jste obyčejný dvacetiletý dospívající student prvního ročníku na univerzitě a od lékaře slyšíte, že trpíte genetickým onemocněním – Usherovým syndromem. A dozvídáte se, že kromě toho, že máte oboustrannou těžkou poruchu sluchu, se vám od nynějška bude čím dál víc zhoršovat i zrak. Co teď? Pro mě to byl impuls začít trénovat běh. Musel jsem prostě něco dělat, abych nemyslel na svou diagnózu a nelitoval se. Vždycky jsem o něčem snil, ale nedokázal jsem to pojmenovat. Až jsem konečně našel svou opravdovou vášeň – běhání. Začátky samozřejmě nebyly jednoduché (krev, pot, slzy, únava, bolesti). Přesto jsem se rozhodl běhat víc a víc a stanovil jsem si výzvu: Dokončit legendární maraton o délce 42 km a 195 m.*“

Díky své odhodlanosti udělal Michal v tomhle sportu obrovský pokrok a jeho sen se stal skutečností. Zpočátku byl na tom tak, že dokázal běžet sám, ale se stupňující se zrakovou vadou byl nucen začít běhat s různými průvodci. Ve věku dvaceti let nebyl schopný uběhnout jeden kilometr a v průběhu šestnácti let se vypracoval na zkušeného maratonského běžce, který má v současnosti v nohách naběhá-



no přes 30 000 kilometrů. Díky svému zájmu měl možnost poznat spoustu nových lidí a okusit různá dobrodružství. V roce 2018 si splnil svůj sen tím, že se zúčastnil fenomenálního maratonu v New Yorku. Poprvé se tam dostal v roce 2012 díky pozvání organizace Achilles International (organizace, která sdružuje lidi se zdravotním postižením prostřednictvím atletických programů). Avšak kvůli zuřícímu hurikánu byl tehdy maraton zrušen a proběhl jenom neoficiální běh kolem Central Parku. To mu však nestačilo, z New Yorku si chtěl přivést medaili za dokončení oficiálního závodu. Proto se ho o šest let později a opět díky organizaci Achilles International zúčastnil znovu. Kromě toho uběhl celou řadu dalších maratonských závodů pořádaných např. v Oslu, Berlíně, Římě, Vídni, Košicích, Varšavě, Poznani, Krakově, Gdaňsku a Marakéši. A také štafetový supermaraton na trase Vídeň-Bratislava-Budapešť. Ale ani jeden ze zmiňovaných běhů pro něho neměl takový význam jako ten v New Yorku.

Před časem se mu na obzoru objevily dva nové sny – uběhnout maratonské běhy na všech sedmi kontinentech (3 již dobyl) a získat koruny ze šesti světových maratonů (New York, Boston, Chicago, Londýn, Berlín, Tokio; New York a Berlín už má splněný).

Kromě běhání miluje také cyklistiku. Když ještě líp viděl, jezdil na běžném kole. Byl na expedici v rakouských Alpách a italských Apeninách. Když se mu začal zrak zhoršovat, myslel si, že tuhle zálibu bude muset pověsit na hřebík. Až do chvíle, kdy se dozvěděl o existenci tandemového kola. Začal znovu jezdit na delší výlety a s vodičem na tandemovém kole projel po etapách celé Polsko. Byli také na dvoutýdenní cestě z Varšavy přes Vilnius, Rigu, Tallinn až do Helsinek. Cyklistiku si i nadále užívá.

Napsáním zmiňované autobiografie chce poukázat na to, jak důležitou roli v životě sehrává schopnost nadchnout se pro něco, speciálně při překonávání psychických důsledků postižení. Říká, že i když se mu jedny dveře zavřely, otevřely se mu druhé.

Pro Doteky připravila Veronika Grušová

Zdroj: Majchrzak Michał: W ciszy i w ciemności. Życie z Zespołem Ushera



ZE SVĚTA

Mezinárodní kongres o hluchoslepotě pořádaný v Gruzii

Začátkem prosince pořádala gruzínská Unie hluchoslepých mezinárodní víkendový kongres zaměřený na problematiku hluchoslepoty, kterého jsme se na základě pozvánky zúčastnili. Kvůli situaci s pandemií COVID-19 se celý kongres konal v online podobě. Pátek byl věnovaný pouze gruzínským účastníkům a byl zaměřený na představení domácích organizací pro hluchoslepé a jejich činnost. V sobotu a v neděli byl program přizpůsoben mezinárodně a byl dostupný širší veřejnosti.

Své příběhy sdíleli například hluchoslepá zakladatelka gruzínské Unie osob s Wolframovým syndromem nebo polský sportovec a cestovatel s Usherovým syndromem. O něm se dozvíte více v rubrice Osobnosti ze světa hluchoslepých.

Z organizací se formou desetiminutových prezentací a pětiminutové diskuze představili: Prezident Maďarské asociace pro hluchoslepé, který mluvil o fungování asociace od počátku až po současnost. Prezident Federace osob s hluchoslepotou ve Španělsku, který zmiňoval hlavně činnost a aktivity federace. Zakladatel organizace Sense v Indii, který představil výuková centra pro výcvik učitelů v různých regionech rozsáhlé a zalidněné Indie, aby mohli pracovat s hluchoslepými dětmi v domácím prostředí. Prezidentka Národní asociace hluchoslepých v Bulharsku, která představila jejich aktivity. Na konci dne vystoupila polská tyflopodka a zraková terapeutka společně s matkou, která má hluchoslepu dceru. Mluvily hlavně o tom, jak poskytnout odbornou podporu a vedení pro rodiny s hluchoslepým členem. Za Českou republiku jako terénní pracovnice organizace pro hluchoslepé LORM z.s. vystoupila Veronika Grušová, která ve spolupráci s ředitelkou Petrou Zimermanovou připravila prezentaci na téma Vznik a rozvoj péče o hluchoslepé v České republice od začátku devadesátých let po současnost.

ské organizace poskytující služby osobám s hluchoslepotou v Ontariu, která je spoluautorkou standardů přístupnějšího bydlení pro hluchoslepé. Jejich organizace poskytuje rezidenční bydlení a podporu individuálního bydlení a samostatnosti a další komunitní služby osobám s hluchoslepotou. Prostřednictvím obrázků a videí představila speciálně upravené rezidenční byty, při jejichž budování se berou do úvahy různé prvky, jako jsou úpravy osvětlení, barevnost a kontrasty, úpravy dveří a oken, označování spotřebičů, úpravy podlah či pracovních pultů a skříněk. Kromě toho jsme měli možnost vidět i speciálně upravený exteriér v jejich komunitách vytvořený pro osoby se smyslovým postižením.

Program kongresu byl plný zajímavých příspěvků. Měli jsme možnost seznámit se s organizacemi věnujícími se problematice hluchoslepoty z různých koutů světa a nahlédnout do jejich činnosti. I když se aktivity jednotlivých organizací v různých státech výrazně neliší, bylo dobré vidět, že Česká republika ve své činnosti pro hluchoslepé rozhodně nezaostává.

Pro Doteky připravila Veronika Grulová

Vibrační oblek pro poslouchání hudby

Vibrační oblek pro neslyšící vyvinula skupina designérů v Kalifornii ze společnosti Not Impossible Labs. Svůj projekt nazvali „Music: Not Impossible“. Cílem je umožnit vnímání hudby ve zcela jiné dimenzi, a to nejen pro neslyšící. Mick Ebeling, zakladatel společnosti Not Impossible Labs, chtěl ukázat, že hudba nemusí být vnímána pouze sluchem a prožitek z hudby mohou mít všichni. Hudbu je možné díky obleku vnímat pomocí vibrací přímo na těle.

V týmu, který se na vývoji obleku podílel, byli zpočátku pouze slyšící. Poté začali spolupracovat s neslyšící zpěvačkou Mandy Harveyovou. Díky ní tým získal ojedinělou zpětnou vazbu, která pomohla oblek přizpůsobit a upravit způsob, jakým jsou vibrace přenášeny mnohem efektivněji. Po několika verzích tým vytvořil první prototyp obleku. Na závěr navázali spolupráci se společností Avnet, jejíž inže-





nýři dokončili a zdokonalili oblek zejména po technické stránce. Díky dlouholeté spolupráci a společnému úsilí získalo zařízení podobu nositelné bezdrátové vesty.

Finální podoba obleku se skládá z vesty, řemíneků na kotníky a náramků na zápěstí a je zcela bezdrátová. Zvuk se přenáší do 24 kontrastních míst. Začíná u kotníků a poté lze cítit vibrace na zádech, které přejdou do zápěstí. Umožní tak cítit hudbu přímo přes kůži. Uživatelé si mohou upravit intenzitu vibrací, které jsou vizuálně zobrazeny pomocí LED signalizace.

Oblek byl vyzkoušen na rockovém koncertu v Las Vegas v roce 2018. Půlka publika byli neslyšící a druhá půlka slyšící. Všichni, asi 150 posluchačů, mohli vnímat hudbu skrze vibrace. Zpětná reakce od účastníků koncertu byla velmi pozitivní a popisovali, že se jedná o naprosto jedinečný zážitek.

Tvůrci obleku by byli rádi, aby tento výrobek sloužil nejen neslyšícím, ale využíval se také např. při různých sportovních přenosech, videohrách nebo v zábavních parcích. Chtěli by také, aby byl v budoucnu součástí digitálních filmů a tím měli diváci intenzivnější prožitek. Více o samotném projektu se dozvíte na webových stránkách <https://www.notimpossible.com/projects/music-not-impossible>.

Pro Doteky připravila Lenka Veverková

Zdroj: <https://www.tichezpravy.cz/vibracni-oblek-na-poslouchani-hudby-pro-neslysici/>



VZKAZY MOUDRÝCH

„Lež oběhne svět dřív, než si pravda stačí about boty.“

Terry Pratchett (1948–2015)

anglický spisovatel věnující se převážně žánru fantasy

RECEPTY



Kosmatice

Milé kuchařky, milí kuchaři,

než se dnes pustíme do přípravy velmi jednoduchého, zdravého a též úžasně chutného receptu z bezových květů zvaného kosmatice, podíváme se po původu slova kosmatý. Slovník spisovného jazyka českého píše toto: 1. huňatý, chlupatý, zarostlý; kosmatá hrud', tvář; kosmaté obočí; kosmatý liščí ohon; kosmatý pes, kůň; botanicky hustě porostlý jemnými krátkými chlupy; pryskyřník kosmatý, 2. knižně hustý; kosmatý porost; kosmaté koruny stromů; kosmatá tráva. No vida, teď už víme. A co květy bezinek? Skvěle fungují jako potopudný prostředek či k potlačení horečky. Bezový čaj umí čistit zahleněné průdušky i likvidovat choroboplodné zárodky, bez se využívá k inhalacím při kašli či chřipce. Z květů se rovněž připravuje kloktadlo na záněty dutiny ústní, je žádaným doplňkem léčby při paradontóze. Bílými droboučkými vonícími kvítečky zkrátka lze našemu tělu prospět zevně i vnitřně, takže neváhejte, trhejte, používejte čerstvé, nasušte na podzim a na zimu, a to v hojném množství, určitě neprohloupíte!

Připravíme si: *kosmaté (rozuměj huňaté) květy bezové, vejce, hladkou mouku, sůl, mléko, olej (sádlo) na smažení*

V hlubší misce rozšleháme vidličkou vejce, mléko a hladkou mouku na hustější těstíčko, mírně osolíme. Květy bezu protřepeme, aby vypadli všichni broučci v nich bydlící, uchopíme za stopku, namočíme v těstíčku a šupneme na pánev do rozpáleného oleje. Osmažíme a vyndáme nejlépe na ubrousek, aby vycucnul nadbytečný tuk. Trčící stopku můžeme odstříhnout. K tomu nové brambůrky, vydrhnuté, ve slupce vařené, ředkvičkový nebo okurkový salát... Jo – a tatarku, tato kombinace nemá chybu.

Tak dobrou chuť, vážení gurmáni, ať se vám daří nejen u sporáku ☺.

Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků

DOTEKY. Časopis LORM z.s., Jaro, číslo 106. Vychází čtvrtletně.

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 107/Léto 2021: **15. 5. 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., Hornokřčská 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.

Doteky v roce 2021 vychází díky podpoře ze Zaměstnaneckého grantu od společnosti KPMG ve výši 15 000 Kč.

LORM z.s.

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

REGISTRACE MINISTERSTVA

KULTURY ČR č. E 11000