

ČASOPIS LORM z.s.

# DOTEKY

**111**  
**2022**  

---

**LÉTO**



VERŠE • SLOVO ŠÉFREDAKTORKY • ZPRÁVY Z LORMU •  
STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY • PŘÍSPĚVKY  
ČTENÁŘŮ • PŘÍBĚH • PRÁVNÍ PORADNA • ZDRAVÍ •  
INFORMACE • OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH  
• ZE SVĚTA • VZKAZY MOUDRÝCH • RECEPTY

5 • A ŽIVOT JDE DÁL?

19 • SNAŽÍM SE ŽÍT TAK, JAK CHCI

28 • KOCHLEÁRNÍ IMPLANTÁT: ZÁZRAČNÝ PŘÍSTROJ,  
KTERÝ VRACÍ SLUCH

44 • VÝZNAM ČERVENOBÍLÉ HOLE



**LORM**

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



<b>VERŠE</b> – Mája .....	3
<b>SLOVO ŠÉFREDAKTORKY</b> .....	4
<b>ZPRÁVY Z LORMU</b>	
A život jde dál? .....	5
OKÉNKO do Prahy / do Libereckého kraje /do Jihočeského kraje / do Jihomoravského kraje / do Moravskoslezského kraje .....	6-11
<b>STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY</b>	
Můj první taneční večírek .....	12
<b>PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ</b>	
Sekačka .....	14
Kocour Dóda .....	15
Popelnice aneb Bezdomovcem snadno a rychle .....	16
Povídky .....	18
<b>PŘÍBĚH</b> – Snažím se žít tak, jak chci. ....	19
<b>PRÁVNÍ PORADNA</b>	
Jak probíhá přezkoumání invalidity? .....	22
Co je to sociální služba? .....	24
Pacienty i lékaři očekávaný ePoukaz startuje 1. května. ....	25
Dopravní slevy .....	27
<b>ZDRAVÍ</b>	
Kochleární implantát: Zázračný přístroj, který vrací sluch .....	28
V ČR je dostupný sluchový implantát s novou technologií .....	32
Umělá inteligence Aireen odhalí v očích diabetickou retinopatii, vyšetření hradí pojišťovny .....	34
<b>INFORMACE</b>	
Kompenzační pomůcky. Mám na ně nárok? .....	37
Digitální identifikační karty pro vodící psy .....	38
Mastercard přichází s kartami pro nevidomé. ....	39
<b>OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH</b>	
Neuvěřitelný příběh hluchoslepe Helen Kellerové: Pochopit svět jí pomohla kapka vody .....	40
<b>ZE SVĚTA</b>	
Rezidenční tréninková skupina: Projekt sdíleného bydlení pro mládež s hluchoslepotou v Německu. ....	43
Význam červenobílé hole .....	44
<b>VZKAZY MOUDRÝCH</b> .....	46
<b>RECEPTY</b> – Mrkvový džus .....	46

*Jste-li okouzleni krásou barev, zvuků,  
neděkujte tomu štěstí přede mnou,  
raději podejte mi bez rozpaků ruku,  
abych šla s vámi, a ne za stěnou.*



## VERŠE

### Mája

Povídám, povídám za večera, jak byla slavná jedna včela.

Ta se Mája jmenovala, i do televize se cpala.

Byli tam i jiní herci, proto měla velkou konkurenci.

Motýl Emanuel a víla Amálka jeho,

ani Ferda Mravenec nebyl dřevo.

A co teprve vodník Česílko, to bylo, pane, čísílko,

Křemílek a Vochomůrka, trpaslíci a Sněhurka,

Rumcajs, Cipísek a Manka čilá a kořata roztomilá,

Ája a ten její Fík, a co ten kouzelník?

A králíci z klobouku, zvířátka z lesa i palouku.

To byla, pane, konkurence, Májo! A tak, aby to za to stálo,

tak včelka Mája hned začala sbírat z květů med.

A ta Mája, včelka čilá, plno medu nanosila,

aby televize na vědomí vzala, že i včelka je práce dbalá.

Umí jak ti lidé žít, a také leckoho podplatit.

Než se včelka Mája na obrazovku dostala,

med kolem pusy každému mazala.

Ale stálo to za to, Mája je dětí zlato!

*Pavla Sykáčková*



## SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Je léto, slunko hřeje, větřík malinko pofukuje... Možná, protože teď, kdy píšu úvodní slovo do letních Doteků, jsou Velikonoce. Pro věřící největší křesťanský svátek roku, svátek zrady a odpuštění, smrti a znovuzrození, pokory a naděje v lepší život, lepší budoucnost pro nás, naše děti, lepší vztahy mezi lidmi na celém světě. Kéž tomu tak je! Třeba k tomu může každý z nás přispět podle svých možností a sil: nabídnout pomoc potřebným, pečovat o své okolí, zapomenout na domnělé či skutečné křivdy a nabídnout ruku ke smíru... Dejme se do toho! A v těch vzácných chvílkách, které nám pak zbydou pro sebe, pro načerpání energie, pro nezbytný odpočinek k doplnění sil, se můžeme s čistým svědomím po dobře odvedené práci uvelebit ve stínu staré hrušky nebo balkonové stříšky a zalistovat naším časopisem – pro vás, o vás, od vás. Třeba zrovna píšete povídku pro Cenu Hieronyma Lorma a budou pro vás inspirací příspěvky našich dopisovatelů? Nebo chroupete mrkev a říkáte si, co s těmi dalšími deseti kilogramy? Mrkněte na recept. A taky do Okének terénních pracovníků, do rubriky Informace, Ze světa a nezapomeňte na Příběh, který je sám o sobě díky autorce sluníčkový. Letos v červnu, po dlouhých dvou letech, se zájemci z řad Lormáků vydají na pobyt (je možné, že už se i vrátili, záleží na datu vydání Doteků) a my, kteří pro vás náš čtvrtletník připravujeme, se už nemůžeme dočkat záplavy dopisů, které nám od vás určitě přistanou na redakčním stole a které ty, kteří se pobytu nezúčastnili, seznámí nejen s programem, ale i s překrásnou krajinou, v níž se letos Lormáci sjedou. Za zábavou i poučením, za setkáními, kterým covidová situace tak dlouho bránila. Tak na sebe budme hodní, vážení a milí, pozorní a vstřícní k ostatním, nemysleme jen na sebe, važme si toho, co máme, a dělejme všechno proto, abychom to neztratili!

S přáním svobodného, zdravého a spokojeného léta,

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*



## A život jde dál?

Milí čtenáři Doteků a Lormáci,

v době, kdy budete číst letní Doteky, bude zbývat už jen pár dní do uzávěrky 8. ročníku umělecké soutěže o Cenu Hieronyma Lorma. Až do konce června nám můžete spolu s přihláškou poslat svoje umělecké dílo v kategorii výtvarné či literární na téma „A ŽIVOT JDE DÁL“.

Když jsme téma 8. ročníku v loňském roce vymýšleli, doufali jsme, že v roce 2022 už bude doznívat koronavirová pandemie a celá společnost se bude moct nadechnout a začít žít jinými a veselejšími tématy. Pravděpodobně jen málokdo z nás by ještě začátkem roku předvídal válku, kterou na Ukrajině 24. února zahájilo Rusko pod názvem „speciální operace“. Víím, že spousta lidí nejen u nás prožívá situaci na Ukrajině velmi těžce. A to nemluvím o přímých účastnících, natožpak o obětech války! Jedna klientka, která jako dítě zažila 2. světovou válku, se nám svěřila v dopise, že zprávy z Ukrajiny v ní vyvolávají bolestné vzpomínky, které se jí vryly do dětské duše a nyní se připomínají. Možná ani vy teď nemáte pražádnou chuť a motivaci na vyhlášené téma cokoliv psát nebo tvořit...

Jakákoliv reakce je v pořádku, ať už u vás převažuje strach, oprávněné obavy z budoucnosti, vztek, nebo rezignace. A je v pořádku o tom mluvit a přiznat si to. Část naší společnosti se rozhodla něco aktivně dělat, pomáhat v rámci svých možností nebo aspoň finančním příspěvkem. Odborníci nám radí, abychom se nenechali celou situací zablokovat a naopak se věnovali každodenním věcem, které jsou zdrojem naší osobní radosti a vnitřní svobody.

Během Velikonoc jsem jedním dechem přečetla knihu „Skorobajky“ od moudrého spisovatele Viktora Fischla. Kniha je napsána krásným českým jazykem ve stylu Karla Čapka, a ač jsou v ní hlavními hrdiny psi, kočky a dokonce i had, je plná humoru a nadhledu, přestože se dotýká hlubokých lidských a filosofických témat. Do teď ve mně



rezonuje ústřední motto knížky sestávající ze tří povídek. Ta myšlenka, která jako červená nit všechny propojuje, zní: „**Světlo je hluboko v každém z nás**“. A autor pokračuje: „Tož ať si každý posvítí na své neštěstí sám svým vlastním světlem.“

Esence, kterou jsem vyčetla z knížky i poznala z různých zákrut svého života a kterou si čas od času připomínám. Ať už ve svém životě zažiji jakékoliv rány osudu a nepříznivé situace, stále mám volbu a možnost, jak se k dané situaci sama postavím. Zda z té nepřízně budu v roli oběti obviňovat své nejbližší okolí, společnost, Boha a klást si věčnou otázku „Proč právě já?“, na kterou pravděpodobně nikdy nedostanu odpověď. Anebo změním svůj přístup a místo proč se začnu sama sebe ptát co a jak: Co s tím mohu udělat? Jak se k dané situaci mohu postavit? Pokud ji nemohu změnit, mohu změnit sama sebe?

V LORMu jsem se za ta léta setkala s tolika lidskými osudy a mezi vámi poznala tolik inspirativních osobností, které navzdory všem překážkám našly v sobě sílu naučit se žít s hluchoslepotou a jít dál, za což vám patří můj vděk a dík. A ano – život jde dál!

*Petra Zimermanová  
ředitelka LORM z.s.*

## Okénko do Prahy

Milí Lormáci,

vychází letní číslo Doteků a já slavím dvouleté výročí s LORMem a především s vámi. Dovolte mi, abych tedy v tomto Okénku trošku na uplynulé 2 roky zavzpomínala. Občas mi stále přijde, jako by to bylo včera, kdy jsem nastupovala, ale pak se zamyslím a vzpomenu, kolik jsme toho společně prožili, zařídili a kde jsme všude byli, a dojde mi, že už to přece jen nějaký ten pátek je. Za tu dobu jsem se naučila Lormovu abecedu, Braillovo písmo, základy prostorové orientace a usilovně pracuji na studiu znakového jazyka, kde



budu dokončovat již 3. modul. Společně jsme vyřídili mnoho kompenzačních pomůcek, ať už šlo o sluchadla, mobily, počítače, lupy nebo ČB hole. Někdy to nebylo jednoduché, ale nakonec se nám to naštěstí vždycky podařilo, vysněné pomůcky jsme získali a mně dělá velkou radost sledovat, jak vám pomůcky pomáhají a ulehčují každodenní činnosti. Navštívili jsme spolu také nespočet doktorů, všemožných zdravotnických i nezdravotnických zařízení, úřadů, žádali o různé příspěvky, a přestože nám do toho zasahoval covid, podařilo se nám zorganizovat dokonce i několik klubů. Nejvíc ze všeho mě však těší, jak jste mě mezi sebe přijali. A i když se stále učím a učit budu novým věcem, vím, že do LORMu patřím. Spolupráce s vámi mě baví a těším se, co dalšího společně zažijeme 😊!

*Karolína Veselá  
terénní sociální pracovnice Praha*

## Okénko do Libereckého kraje

Milí Lormáci,

rád bych se s vámi podělil o zkušenost z široce známého a veřejností oblíbeného filmového festivalu Jeden svět. Jedná se o akci, která již dvě desetiletí představuje návštěvníkům široké spektrum dokumentárních filmů o lidských právech. Pořadatelem je nezisková organizace Člověk v tísni. Festival probíhá v mnoha městech České republiky a je největší svého druhu na světě. Pravidelně na něj přijíždí množství zahraničních hostů, režisérů, obhájců lidských práv a podobně. Součástí festivalu jsou dokumenty z celého světa, diskuze, debaty a projekty ve virtuální realitě.

Tento rok jsme byli organizátory festivalu požádáni, abychom se zúčastnili debaty po filmu, který se zabývá tematikou hluchoslepoty. Promítání probíhalo v kině Bio Oko u Strossmayerova náměstí v Praze. Jednalo se o dánský film „He's my brother“, který z pohledu sestry popisuje, jaké to je



žít s bratrem (jmenuje se Peter), který se narodil jako neslyšící a nevidomý (tedy totálně hluchoslepý) s autismem. Film byl velice silný a zanechal po sobě hluboké rozporuplné pocity. Na jedné straně bylo možné spatřit radostné momenty, na straně druhé těžké životní chvíle, kdy nikdo z rodiny nevěděl, co Peter potřebuje, a on to nedokázal vyjádřit. Také je zde cítit velká celoživotní odpovědnost, která padá jako těžká deka na jeho sestru. Ona totiž převezme za svého bratra postupem času zodpovědnost a neví, zda to zvládne.

Po filmu probíhala debata. Zúčastnila se jí paní ředitelka, kolegyně Karolína Veselá a já. Šli jsme dopředu před všechny přítomné, moderátorka nám předala mikrofon a následovaly otázky, na které jsme odpovídali, zejména paní ředitelka. Mluvili jsme o naší organizaci, o hluchoslepotě, o specifikách naší práce a komunikaci s lidmi s hluchoslepotou. Potěšil nás velký zájem o toto téma, ale nakonec jsme museli debatu přerušit, protože nám již vypršel čas a chystal se další film.

Jsem rád, že jsem se mohl této akce zúčastnit. Byla to moje první zkušenost tohoto druhu a myslím, že to dopadlo dobře. Doufám, že díky nám se alespoň trochu povědomí o hluchoslepotě podařilo rozšířit mezi laickou veřejnost.

*Václav Skalický  
terénní sociální pracovník Praha a Liberec*

## Okénko do Jihočeského kraje

Milí čtenáři,

většina z vás asi ví, že LORM po dvouleté nucené pauze pořádá v červnu letošního roku dlouho očekávaný pobyt, na který s vámi tentokrát pojedou v roli jeho vedoucí. V souvislosti s tím mě napadlo přiblížit vám, alespoň stručně, přípravu této oblíbené týdenní akce.





zájem o pobyty v roce 2022. Kdo z vás se chtěl zúčastnit, dotazník vyplnil a poslal nám zpět. Na začátku tohoto roku vám přišla závazná přihláška. V této době jsem začala připravovat program pobytu. Nejdříve jsem zmapovala zajímavosti v místě konání. Jako první jsem připravovala výlety. Jeden výlet, nebo dva? Půldenní, nebo celodenní? Hledala jsem, které město by bylo nejlepší navštívit, domlouvala speciální prohlídky a další zajímavosti. Také bylo nutné najít autodopravce a smluvit s ním naši dopravu na výlety. Takto napsané se to zdá být jednoduchý úkol, ale byla to spousta telefonátů a e-mailů. Snad vše domluvené „klopne“ a budete spokojeni.

Při přípravě programu na další dny jsem se snažila, aby náplň splňovala zaměření pobytu na sociální rehabilitaci, ale také jsem chtěla, aby účastníci místo konání blíže poznali. Snad se mi kombinace obojího podařila. Nutná je také tzv. „mokrý verze programu“, to kdyby přšelo.

Hned na začátku přípravy také začalo mé domlouvání s hotelem. Vše bylo předjednané, a proto by to měla být věc jednoduchá. Ne vždy tomu tak je. Například: platí domluvená společenská místnost? Několik telefonátů a e-mailů jsem absolvovala z důvodu získání čísel s rozložením pokojů. A co jídelníček? Pošle nám jej hotel v předstihu, jak slíbil? Anebo to bude pro nás překvapení, jak už se také několikrát stalo?

Ve chvíli, kdy jsem dostala seznam účastníků pobytu, jsem začala přemýšlet, kdo s kým bude ubytovaný na pokoji. To tentokrát bylo snadné, většina z vás má své vlastní průvodce.

Celá příprava je jedno velké dobrodružství, které skončí, až se všichni rozjedeme zase zpět do svých domovů. Jak vždy říkám na začátku pobytu: „Není to pobyt můj ani organizace LORM, ale nás všech zúčastněných, a bude takový, jaký si ho společně uděláme!“ Snad se nám všem ten letošní bude líbit minimálně stejně jako ty všechny předešlé.

*Jana Radová  
terénní sociální pracovnice Jindřichův Hradec*



## Okénko do Jihomoravského kraje

Milí čtenáři Doteků!

V tomto vydání bych vám ráda prostřednictvím čtvrtletního Okénka ve zkratce sdělila, v čem spočívá taková výuka prostorové orientace a samostatného pohybu, jelikož je to služba, které jsem se v posledních měsících dost intenzivně věnovala. Prostorovou orientaci a samostatný pohyb jakožto službu sociální rehabilitace využívají zejména ti klienti, kteří se chtějí a potřebují pohybovat samostatně a nezávisle na pomoci jiné osoby. Klient přijde s poptávkou, že by se rád naučil nějakou trasu z bodu A do bodu B. Může to být například cesta do práce, k lékaři, do obchodu, na zastávku autobusu nebo případně nějaký vycházkový okruh, aby si mohl vyplnit volný čas a zajít si sám na procházku.

Na samém počátku výuky prostorové orientace si s klientem vytyčíme přesnou trasu, kterou chce posléze samostatně zvládnout. Já si ji pak několikrát sama projdu, dělám si poznámky, zkoumám, co by bylo pro klienta nejvhodnější a nejbezpečnější. Trasu nevolíme tak, aby byla co nejkratší, ale aby byla pro klienta bezpečná. I když se třeba v některých místech pro vidící lidi a někdy i pro samotné nevidomé zdá být zdlouhavá, snažíme se eliminovat to, že by se klient mohl na cestě zamotat či ztratit, a volíme raději „zacházku“. Občas se stane, že je i pro mě samotnou oříšek sestavit takovou trasu. Když si nejsem jistá, kterou cestu zvolit, obracím se na někoho zkušenějšího a výběr trasy konzultuji. Když je konečně rozhodnuto, procházíme ji ještě s klientem a zjišťujeme, jestli je i on s vybranou trasou spokojený a jestli ji hodnotí jako vhodnou a zvládnutelnou.

Je-li tomu tak, postoupíme k další části výuky, kterou je zachycení trasy „na papír“. Do itineráře zapisujeme konkrétní start a cíl, délku trasy a celkový čas chůze. Poté už popisujeme jednotlivý průběh trasy, přesně část po části, bod po bodu, vymezujeme vodící linie, orientační body i znaky, podle kterých se klient bude bezpečně orientovat. Když je trasa delší, rozdělíme ji na etapy a podle nich nacvičujeme. Trasu klient s instruktorem cvičí tak dlouho, dokud si oba nejsme absolutně jistí, že je schopný projít



ji úplně sám, zcela bezchybně a bez zásahů instruktora. Jak dlouho asi trvá, než se klient takovou trasu naučí? To záleží na mnoha faktorech, od četnosti výuky přes počasí, délku, náročnost, předešlé zkušenosti až po momentální (ne)schopnost daného klienta ☺. Stejně jako u vidící populace se mezi zrakově postiženými a hluchoslepými lidmi najdou jedinci s vrozenou lepší (nebo horší) prostorovou orientací, jde tedy hodně o individuální záležitost, délku výuky prostorové orientace a samostatného pohybu nelze zevšeobecnit.

Závěrem vám všem, kteří se rozhodnete pro nácvik samostatného pohybu, přeji hodně štěstí, trpělivosti a odhodlání, máte můj obdiv!

*Veronika Urbanová  
terénní sociální pracovnice Brno*

## **Okénko do Moravskoslezského kraje**

Milí Lormáci,

přemýšlela jsem, co budu psát, jelikož tento příspěvek do Doteků je můj poslední před nástupem na mateřskou dovolenou. Od minulého článku uteklo už pár měsíců a myslím, že za tu dobu jsme toho stihli docela dost. S některými z vás jsem vyřizovala žádosti o příspěvky u různých nadací a musím přiznat, že to byl pro mě velký oříšek. „Papírování“ mě pronásledovalo i ve snech, v nichž jsem hodiny a hodiny kopírovala a fotila potřebné podklady a dokumenty. Ve dne mi před očima vířil kolotoč všech shlédnutých a prostudovaných internetových stránek, takže ve finále bylo zcela jedno, zda spím či bdím ☺. Dále se několik klientů rozhodlo pro novou kompenzační pomůcku (opět papírování a dohledávání informací) a v neposlední řadě byly požadavky na zaučení v obsluze pomůcek již zakoupených. Jsem ráda, když pomůcky dokáží usnadnit a zkvalitnit život. Díky technologickému pokroku máme stále více možností a příleži-



tostí, ať už se jedná o chytré telefony, počítače, kamery jako OrCam, nebo třeba sluchadla, která potřebným usnadní běžný den a zkvalitní život. A také jsem ráda, když mi klienti posílají ve vší samostatnosti plnohodnotné e-maily (jejichž kompletní zvládnutí jsme předtím natrénovali a procvičili) a tím mně dávají zpětnou vazbu, že moje/naše práce má smysl. S tím je samozřejmě spojená vaše šikovnost a pro mne potěšující aktivita z vaší strany. Musím říci, že se mi bude těžko loučit, protože spolupráce s vámi pro mne byla opravdovým a nefalšovaným potěšením. Děkuji vám všem!

*Danuta Valcha  
terénní sociální pracovnice Brno a Ostrava*



## STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY

### Můj první taneční večírek

V létě 2002, letos právě před 20 lety, jsme s LORMem mimo jiné pořádali pobyt v Rožnově pod Radhoštěm. Hotel stál v polovině prudkého kopce u silnice, vypadal, že touží po kompletní rekonstrukci, ale nám to nevadilo. Všude kolem se rozprostíral vonící les, páchnoucí auta projížděla jen výjimečně, léčivý klid a ticho vůkol, co víc si přát? Do města sice bylo celkem daleko – z kopce dolů, u Eroplánu zatočit k Bečvě a kolem ní dál, přes krásný přírodní park až do cukrárny, ale ani to nám nevadilo, k vycházkám a doplnění energie i tělesného tuku ideální. A taky k vzpomínkám, prožila jsem tady část dětství a dospívání, u strýce a tety, se sestřenicemi a bratranci, s místními chlapci a děvčaty, s milovaným hučícím koupacím splavem a v neposlední řadě právě s Eroplánem, tehdy maličkou domácí hospůdkou na rohu kousek od strejdova domu, kde se všichni znali a scházeli na kus řeči. Dnes je z hospůdky monstrum hotelového typu a z Rožnova rychle žijící město plné turistů a spěchajícího

davu, já se z holčičky a mladé dívky přehoupla ve starou babinu (místní název pro babičku), život jde dál, a to je moc dobře ☺. Kdo byl v Rožnově a nenavštívil zdejší skanzen, jako by tam nebyl, proto i jedna z našich vycházek cílila na toto krásné místo. A zrovna jsme měli neuvěřitelné štěstí, v areálu se konala přehlídka folklorních souborů! Všude kolem se tančilo, zpívalo, hrálo a smálo, běhalo, hopsalo, skákalo a vrtělo, také jedlo a pilo, samé místní dobroty, kterým kralovaly hruškové frgály a valašské klobásky na všechny způsoby. Vzpomněla jsem s nostalgií, jak už tomu u babin je, na má léta protančená v podobném souboru, na účinkování na slavnostech v Rožnově, ve Strážnici a mnohde jinde a pojala myšlenku, že na tanečním společenském večeru, který nás druhý den čekal, předám své těžce nabyté pohybové umění ostatním, že si také, posílení inspirací ve skanzenu, uděláme taneční večírek ve folklorním duchu.

Hned po zahájení večera V jsem upadla do euforie zjištěním, že o hudební a pěvecký doprovod se nám postará nefalšovaná paní Valaška z Valašska, která jako by z oka vypadla věhlasné Jarmile Šulákové, krojovaná, s cůpkem na hlavě a krpci na nohou. Ve svižném rytmu skočné polky jsem drapla prvního mužského účastníka po ruce a jala se ho smýkat po parketu s koleny pod bradou a ječivým jučáním jako motivací. Sotva po pár minutách odpadl, lapla jsem dalšího v řadě a nabádala ho skákat do stropu v duchu čardáše na podmanivou melodii písně To ta Helpa. Jakmile i tento taneční partner začal vykazovat dechovou nedostatečnost a s ní spojenou potřebu umělého dýchání, přišel na řadu další a po něm zase další, folklor, chlapci, není žádné bloumání po louce, a svižněji – valčíček a polčička, odzemek a cifrování, obkročák a hop a skok, něco jako v Erbenově Svatební košili. Razantní pohyb s sebou nese i zvýšenou sekreci potních žláz, což se mi po pár písničkách negativně projevilo na vzhledu, takže můj oděv záhy vypadal, že se mnou absolvoval sprchu, oční stíny se přestěhovaly na bradu, rtěnka na ucho a třpytky pod nos (nebo to nebyly třpytky?). Nedbala jsem a instruovala v pohybu k pohybu statečně dál, až už zbývalo posledních pár minut do konce této mimořádně vydařené edukační akce a mně zbýval k protočení parketem poslední klient, cirká o 10 let mladší





než já. To bude svěží závěr, libovala jsem si, taková milá tečka. A byla. V rychlosti jsem vyždímala tričko a s podmanivým úsměvem v určeném obličejí barvy červené řepy jsem položila obligátní otázku, zda smím prosit. „Se starýma babama netančím,“ odfrknul vyzvaný a odkráčel středem. Tolik tedy k mému prvnímu tanečnímu večírku v LORMu...

*Zdena Jelínková*  
*šéfredaktorka Doteků*



## PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

### Sekačka

Když skoro nevidomý člověk seká trávu, stanou se mu občas zvláštní věci. O jednu takovou událost bych se s vámi chtěla podělit.

Bydlíte-li v domě s velkou zahradou, musíte chtě nechtě, slepý nebo ne, občas ten trávník posekat. S přítelem Jirkou jsme elektrickou sekačku z bezpečnostních důvodů dali na odpočinek a pořídili si pro jistotu akumulátorovou. Jirka dobil baterii naplno, na oči si nasadil ochranné brýle a dal se do toho. Sekačka si spokojeně vrčela a já vše, taky spokojeně, poslouchala z bezpečí balkonu. Vtom se ozval divný zvuk, a tak na Jirku houknu: „Sekáš ještě trávu, nebo už šutry?“ Jirka na to nereaguje a v klidu seká dál. Po půl hodině došla v sekačce baterie, ale Jirka se pořád nevracel. Už jsem začínala být nervózní, kde je. Vtom se otevřely dveře, v nich Jiří, kupodivu v celku, ale s nechápavým výrazem ve tváři. „Co se stalo?“ ptám se. „Ale, přes ty brýle jsem vůbec nic neviděl, tak jsem si je strčil do kapsy. Musely mi někde vypadnout, a tak jsem je až do teď hledal po zahradě.“ Bohužel neúspěšně. „To ti nezávidím, vzhledem k tomu, jak máme velkou zahradu, se ještě nahledáš!“ povídám povzbudivě. „A co ty šutry? Nemohly tu sekačku poškodit?“ vyjádřila jsem obavy o náš nový přírůstek do rodiny. Odpovědi jsem se nedočkala, Jirka se sebral a hbitě někam zmizel. Když se

znovu objevil, vyhrkl na mě: „To nebyly šutry, to co jsem posekal. To byly ty brýle. Můžeš se podívat, co z nich zbylo!“ povídá a strká mi obsah ze svých dlaní do mých. Dlouho jsem si tu věc prohlížela a nevěřila vlastním očím. Ty brýle byly totiž úúúplně v pořádku, bez jediného škrábnutí! Doufám, že aspoň ta tráva dopadla o něco hůř!



*Katka Rathúská*

## **Kocour Dóda**

Bylo to za německé okupace v době druhé světové války. Byl jsem tenkrát malý pětiletý klučina. Tatínka zatkl gestapo, byl kdesi daleko v koncentračním táboře. Tatínek nám moc chyběl. Možná proto, aby nám nebylo tak smutno, někdo z příbuzenstva nám dal kocoura. Dali jsme mu jméno Dóda. Žádné koťátko, byl už to kocour dospělý a světaznalý. Kocourovi se asi u nás na Podskálí u řeky docela zalíbilo, takže neutekl, zůstal. A aby ukázal, kdo tady teď bude pánem, tak moji maminku, když jí seděl na klíně a ona ho hladila, kousl do tváře. A bylo hned jasno. Nikdo mu tady nebude poroučet a nějak ho omezovat. Zvykl si a měl úplnou volnost. Měl kde spát, najíst dostal, nikdo mu neubližoval. A tady u řeky bylo tak krásně! Lidé v chaloupkách měli slepice a husy, myši se sem stahovaly za snadným živobytím. Na druhé straně řeky lidé chovali i větší domácí zvířectvo, myši tam bylo také dost a kocour Dóda myši chodil lovit i tam. V zimě jen přeběhl přes řeku po ledě, v létě se tam dostal po dřevěné lávce. Zimní zkratka po ledě se mu však jednou nevyplatila. V protějším domku sypali na led saze a popel. Led byl k jaru už dost tenký, a tak se Dóda u toho popelu a sazí probořil do vody. Nestalo se mu nic, ale domů přišel pěkně obalený v té černé špíně, no a jak to potom vypadalo u nás doma, to si jistě dovedete představit! Dóda byl samostatný a docela šikovný. V létě se naučil chytat i ryby. Stával na břehu jako socha, packu napřaženou nad vodu a vyčkával. Malé rybky sbíraly potravu těsně u břehu. Dóda jen čekal, až některá popluje v jeho dosahu. Potom sekl tlapkou a měl ji! Chytrý kocour, nemy-



slíte? Když přišel konec války, Němci utíkali před Rudou armádou. Vlastně bylo už po válce, ale v našem městečku se začalo střílet. Před tou střelbou jsme se sice schovali, ale náš domek dostal zásah, asi pancéřovou pěstí. Domek vyhořel. Kocour byl někde schovaný, a tak to všechno ve zdraví přežil. Pak se však už neměl kam vracet. My jsme dostali náhradní bydlení v jedné ulici daleko za náměstím. Kocour nás chodíval vyprovázet skoro až k náměstí. Dál si však netroufal, jen žalostně mňoukal. Čas běžel, Dóda se o sebe musel starat sám. Naučil se lovit i ptactvo, což se lidem nelíbí, jenže jak to má chudák kocour vědět, že se to nemá? A tak ho někdo za to zastřelil. Přežil válku, střelbu i oheň, ale na naši svobodu doplatil svým životem. Osudy zvířátek se někdy klikatí a ubírají nečekaným směrem. Ale to samé vlastně platí i o osudech lidských. Na našeho kocoura Dódu můžu jenom vzpomínat. A přemítám o tom, jestli si někdo někdy vzpomene i na nás, kteří jsme onu dobu německé okupace, válku a naše osvobození prožívali a dosud si to všechno pamatujeme.

*František Hynek*

## **Popelnice aneb Bezdomovcem snadno a rychle**

Čas od času se stává, že jsem pár dnů či týdnů slaměným vdovcem. Svobodu je nutno využít a také, co sám doma celý den. A tak chodívám k večeru na pivečko. Když se vracím a vím, že budu muset s odpadkovým košem, a jelikož jsem slepý, otevřu popelnici a strčím do ní hůl – přece do ní nebudu strkat ruce, že? Jdu takhle jednou večer ze Slavie, otevřu víko popelnice a holí změřím, zdali se tam ještě vejde obsah mého koše. Samozřejmě že jsem slyšel párek mladých chichotajících se kolemjdoucích, ale nevěnoval jsem jim pozornost. Lidé mě tady přece znají a vědí, proč tu hůl do popelnice strkám. Tu však k mému zděšení slyším: „Asi jsme ho, chudáka, vyrušili.“ To se však s chichotáním už vzdalovali a přicházející kamarád říká: „Ty ti dali, co?“ Pokrčil



jsem rameny: „No, co naděláš.“ Odemknul jsem dům a šel. Asi za týden opět sáhnu holí do popelnice a slyším onoho přítele, jenž opět v danou hodinu venčil svého pejska, jak se smíchem říká: „Luboši, ty vole, tak už i já věřím, že ty popelnice vybíráš.“ Tomu se to ale dalo vysvětlit...



Luboš Hocký

Vážení čtenáři,

*už pravidelně se v této rubrice setkáváme s autorkou prózy a poezie paní Pavlou Sykáčkovou z Chomutova. Tentokrát nám v průvodním dopisu také uvedla motivaci, která ji přiměla tvořit a díky níž máme dnes možnost její veselé a milé příspěvky číst, ač mnohé z nich vznikly již před mnoha lety:*

*„Nebyly psané pro děti, ale pro moje žákyně bodového písma. Když jsem před lety aktivně pracovala pro zrakově postižené a pronikla do tajů slepeckého písma, byla jsem přímo nadšená, co je možné z obyčejného šestibodu vykouzlit. Stačí změnit body a máte jiné písmeno! (...) Najednou mi nestačilo, že to písmo ovládám, ale chtěla jsem ho i učit ostatní zrakově postižené. K tomu jsem nutně potřebovala oprávnění, že jsem schopná slepecké písmo učit, a před komisí znalců rádně složit zkoušky. Nadšeně jsem se rozjela na ten pohovor do Prahy do společnosti nevidomých. Říkala jsem si, jak té slavné komisi ukážu, co člověk dokáže, když to dělá s chutí. Ale čekala mě přímo pohroma. Text, který jsem musela přečíst a napsat, to byla taková slátanina slov, která nedávala smysl. Páté přes deváté, a to připravila za nemalý peníz učená osoba s několika tituly! Obyčejný člověk jako já měl dojem, že chce člověka spíš odradit než povzbudit. Zkoušky jsem sice zvládla velmi dobře, ale rozhodla jsem se, že ty svoje budoucí žáky takovou slátaninou při zkouškách trápit nebudu! A tak jsem napsala ty povídky a měly úspěch...“ Tolik výňatek z dopisu autorky a teď už – na pokračování – pěkné počtení!*



## Povídky

### **Lakomá Karkulka**

Povídám, povídám, kdo to ví, přece o mlsném vlkovi,  
jak loudil od Karkulky v lese, co v košíčku babce nese.  
Karkulka byla lakomá dívčina, to ví celá dědina.

Babka si od ní neužila moc slasti, když musela sama  
sbírat na topení chrastí.

Raději by asi bloudila, než na Karkulce loudila.

Copak neseš, holka, v košíčku, ukaž,  
hlad je přece nejlepší kuchař.

### **Líní loupežníci**

Povídám, povídám, co lze říci, jak v lese řádili loupežníci,  
pocestné přepadali v houštině a pak se tvářili nevinně.

Když je pan král vyslychal, do vězení všechny dal,  
pak se loupežníci na pokání dali a namáhali svaly.

Jo, bez práce nejsou koláče a loupežníkům je do pláče,  
pan král jim, co nakradli, vzal, a tak museli pracovat dál.

### **Nepřejícná sudička**

Povídám, povídám, co se může, jak na hradě kvetly růže,  
zarostl celý hrad, všichni museli spát.

Zavinila to sudička nepřejícná a její kouzla mocná,  
na sto let Růženku uspala, ještěže prince se dočkala.

Ten se odradit trny nedal a Růženku vroucně líbal,  
žili pak vesele a měli děti po tom půstu jako smetí.

*Pavla Sykáčková*

# PŘÍBĚH

## Snažím se žít tak, jak chci

Část první



*Vážení čtenáři, hned na začátku vám prozradím jedno tajemství, abyste lépe pochopili řádky, které budou následovat: Víte, jak poznáte velkého člověka, konkrétně toho, který se s námi tentokrát podělí o svůj příběh? Je tak drobný vzrůstem, nenápadný chováním a až zoufale skromný, že byste ho snadno přehlédli, kdyby neměl tak krásnou duši a velké srdce. A ty jsou právě oním poznávacím znamením. Jsou lidé, k nimž si pracně hledáme cestu, pak tací, u nichž se s žádným hledáním ani nenamáháme, protože nám nemají co nabídnout, a nakonec ti, které stačí potkat a mají vás. Máte je. Zkrátka tak nějak se máte navzájem, víte, že jsou a že díky nim je svět o dost lepší místo k životu.*

Jmenuji se Lenka Hricová. Ačkoli bydlím už dlouhá léta v Brně nebo poblíž, pocházím ze středních Čech, konkrétně ze Sedlčan. Tedy z Hermelínova. Mám Sedlčansko moc ráda a taky tam a v okolí mám stále velkou část rodiny. A svým způsobem i kořeny. Stěhovali jsme se sice do Brna velmi brzy, v mých necelých pěti letech, ale srdce mi tam určitě zůstalo. A taky jsme tam často jezdili. Můj tatínek dělal hlavního vedoucího na dětských táborech na Častoboři, nádherném místě u vodní nádrže Slapy. Tam jsem si zamilovala obyčejné bytí v přírodě, bez kterého nemohu být. A bylo mi dobře i s lidmi tam...

V Brně jsem si docela dlouho zvykala, hlavně na místní nářečí. Nelíbilo se mi a nějak jsem ho nevzala za své. A už asi ani nevezmu. Začaly jsme se sestrou navštěvovat vzdělávací instituce – já mateřskou školu, ona jesle. Začátky byly tak trochu traumatické – prořvaly jsme pokaždé celou cestu tramvají, rodičům jsme to tedy také moc neusnadňovaly. Od dětství mám moc ráda pohádky, to mě drží dodnes. Někdy mne dojímají až k slzám. Zajímavá a trochu vtipná v kontrastu s mou profesí mi přijde vzpomínka, když dávali v televizi pohádky tlumočené do znakového jazyka. Tlumočník



v okénku v rohu obrazovky mne vždycky rozčiloval, vadilo mi, že zabírá kus obrazu, který bych jinak mohla vidět. Jak jsem rostla, zjistila jsem, že mám velmi blízko k jazykům. Brzy jsem si oblíbila němčinu – často jsem zkoušela ze slovíček mého tatku, který se ji začínal učit. A tak jsem se učila s ním a on se učil se mnou. Smál se, že jsem si často slůvka pamatovala dřív než on.

Horší bylo zjištění, že jsem už odmala neměla ráda pozornost zaměřenou na moji osobu, řekla bych, že jsem z ní měla až panický strach a vrcholně nepříjemné pocity. Měla jsem obavy z většího množství lidí, včetně členů naší velké rodiny. Nedělalo mi dobře někde před někým mluvit, vystupovat, soutěžit, cokoli. Raději jsem čekala někde stranou, abych nemusela překonávat věčnou trému. Byl to stres. Základní školu mám spojenou se změnami. Do první třídy jsem se hodně těšila, začala jsem ji navštěvovat ještě v totalitním režimu, ale hned záhy došlo k sametové revoluci. V naší škole byla spousta dětí mého ročníku, já chodila do 1. F, po našem „efku“ ještě pár dalších prvních tříd následovalo. Od 2. třídy nám tedy vymysleli střídavé dopolední a odpolední vyučování, abychom se do školy vůbec vešli. Byl konec s navštěvováním baletu, kde jsem měla odchozenou přípravku. Zpátky jsem se k němu dostala až na gymnáziu, velmi vtipně v absolventském ročníku svých spolu-baletek. Čas po vyučování jsem trávila v družině, kde jsem byla moc ráda, měla jsem hodně kamarádů.

Po druhé třídě jsem kvůli stěhování měnila školu, což bylo náročné. Bydleli jsme na vesnici, do školy jsem dojížděla pár kilometrů do jiné obce, a jelikož jsem byla nová, nebylo to úplně jednoduché. Vzpomínám si, že v tu dobu jsem se do školy přestala těšit, často jsem tam jela vyloženě s úzkostí. Trochu se to změnilo následující rok, kdy nastoupil nový „přistěhovalec“ a pozornost spolužáků se přesunula jeho směrem. Cítila jsem s ním a hodně jsem se mu snažila pomáhat, ale bylo to dost těžké, spolužák byl totiž poněkud problematického chování. Další rok následoval přechod na druhý stupeň ZŠ, slibovala jsem si od něj nový začátek, často jsem ale bývala nemocná a dlouho ve škole chyběla. Naštěstí jsem na tom byla prospěchově dobře a úspěšně jsem zvládla přijímací zkoušky na víceleté

gymnázium, takže se mi konečně ulevilo od dosavadních změn.

Na ty časy vzpomínám ráda. Byla jsem taková divoženka, šťastná ztracená někde v lese, taky mě bavilo pomáhat mamince na zahradě, a když mi bylo čtrnáct, narodila se mi druhá sestra, se kterou jsem nadšeně trávila spoustu času. Na gymnáziu mne bavila práce pro třídu, různé služby a podobně. Vydávaly jsme také s kamarádkami školní časopis, bavily mě přípravy vánočních besídek – spolu se spolužačkami jsme vymýšlely různé scénky a rádoby divadelní inscenace. Motivy jsme braly z Erbenovy Kytice, ze starých řeckých bájí a pověstí, z Cimrmanů. Chodila jsem do pódiových tanců. Dostala jsem se znovu k baletu, učila jsem se v ZUŠ hrát na kytaru – nebyla jsem sice žádný talent, hrála jsem klasickou kytaru, ale odvahu brnkat písničky, natož před někým, tu jsem neměla. Tréma mě provází vlastně celým životem. Je to takový boj, stále se učím jít přes sebe, překonávat se, stavím si obrovské výzvy... V závěru střední školy jsem se přichomýtlá ke vzniku tanečního a pohybového studia Cyranovy boty, kde jsem působila asi sedm roků. Tvořili jsme společně různá taneční, pohybová, ale i rytmická představení, účastnili se přehlídek amatérského divadla. Jeden čas jsem i vedla bubenickou sekci souboru. Ačkoli mne moje profesorka matematiky nabádala, abych šla studovat matematiku (což dodnes nechápu, protože podle mě jsem v ní nijak nevynikala), lákalo mne to směrem k jazykům, k psychologii. Na psychologii jsem se nedostala, ale na němčinu ano, na Pedagogickou fakultu Masarykovy univerzity. Můj taťka mne od pedagogického směru zrazoval (ačkoli si myslím, že kdyby měl tu možnost, šel by ho studovat sám), ale jsem moc ráda, že jsem se tudy nakonec vydala.



*Pokračování příběhu vyjde v podzimním čísle Doteků...*

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*



# PRÁVNÍ PORADNA

## Jak probíhá přezkoumání invalidity?

Máte invalidní důchod? V takovém případě vás určitě dříve nebo později čeká přezkoumání zdravotního stavu. Co očekávat a co po vás budou chtít?

Pokud vám okresní správa sociálního zabezpečení (OSSZ) vyplácí jakékoliv dávky ze sociálního anebo nemocenského pojištění, má podle § 8 zákona č. 582/1991 Sb., o organizaci a provádění sociálního zabezpečení, právo na přezkoumání a posouzení zdravotního stavu pojištěnce. Co v takové situaci můžete očekávat a co je vaše povinnost?

### MŮŽE SE PRÁCESCHOPNOST SNÍŽIT NEBO ZVÝŠIT?

Ano, může. Zdravotní stav není v naprosté většině případů neměnný, a proto může dojít k jeho zlepšení nebo zhoršení, na základě čehož vám příslušná okresní správa sociálního zabezpečení stanoví příslušný stupeň invalidity. Stupně invalidity máme celkem tři:

Invalidita pro	Pokles pracovní schopnosti
1. stupeň	o 35 až 49 %
2. stupeň	o 50 až 69 %
3. stupeň	o 70 % a více

Aby žadatel získal invalidní důchod s nárokem na výplatu, musí splnit ještě potřebnou dobu pojištění. Logicky pak platí, že čím vyšší je získaná doba pojištění a stupeň invalidity, tím je samozřejmě i vyšší invalidní důchod.

OSSZ však může během přezkoumání zdravotního stavu zjistit nejen to, že se váš zdravotní stav zhoršil (a přisoudit vám tedy vyšší stupeň invalidity), ale i to, že došlo k výraznému zlepšení, na základě čehož stupeň sníží, nebo invalidní důchod odebere úplně.

### ŽÁDOST O PODROBENÍ SE VYŠETŘENÍ

Pokud chce OSSZ přezkoumat váš zdravotní stav, zašle vám písemnou Žádost o podrobení se vyšetření. Na základě



toho se budete muset podrobit kontrolní lékařské prohlídce a kontaktovat svého ošetřujícího lékaře. K tomu je nutné se dostavit nejpozději do 8 dnů od doručení této žádosti. Pokud by to nebylo možné (např. kvůli tomu, že má ošetřující lékař dovolenou), kontaktujte příslušného pracovníka OSSZ, který tuto věc vyřizuje (horní část žádosti), a seznámte ho se situací.

Pokud se k lékaři nemůžete dostavit pro závažné důvody na vaší straně, kontaktujte ho a domluvte jiný termín vyšetření. Lékař pak vaši neschopnost dostavit se dodatečně omluví.

### CO DOLOŽIT PRO PŘEZKOUMÁNÍ INVALIDITY?

K ošetřujícímu lékaři doneste veškeré lékařské zprávy a nálezy (urgentní ošetření, hospitalizace) od jiných doktorů, které máte k dispozici. Dále je také možnost doručit je rovnou OSSZ, a to buď osobně, anebo prostřednictvím pošty. Pro přezkoumání jí navíc budete muset dodat i profesní dotazník.

### CO OBSAHUJE PROFESNÍ DOTAZNÍK OD OSSZ?

Hned na začátku budete muset vyplnit své identifikační údaje (jméno a příjmení, adresu, včetně té kontaktní, telefon, e-mail).

Následně doplníte vaše dosažené vzdělání a kvalifikaci a průběh vykonávaných profesí, kde uvedete název zaměstnavatele a profese, ale také o jaký se jednalo úvazek a od kdy do kdy trval. Nutné bude dopsat i odborné znalosti a dovednosti a vaše současné zaměstnání, pokud je, vlastnosti vykonávané práce (lehká, těžká) a kdy vám byl přiznán invalidní důchod.

Jestliže jste profesní dotazník vyplňovali již v minulosti, stačí uvést pouze nové zkušenosti anebo uveďte, že se vaše pracovní anamnéza nijak nezměnila.

### CO SE STANE, KDYŽ NEVYPLNÍM DOTAZNÍK?

Bez vyplnění a doručení dotazníku příslušné OSSZ není možné provést posouzení a přezkoumání zdravotního stavu. Něco takového pak může způsobit přerušení anebo zastavení řízení o posuzování invalidity. V horším případě pak dojde k zastavení výplaty invalidního důchodu.



## BUDU SE MUSET DOSTAVIT NA OSSZ K PŘEZKOUMÁNÍ?

Pokud k tomu nebudete písemně vyzváni, tak nemusíte. Posouzení zdravotního stavu je možné provést bez toho, aby vás posudkový lékař viděl. Ten na základě doručených dokumentů vyhodnotí váš zdravotní stav bez vaší přítomnosti. Poté vám bude zaslán posudek o invaliditě.

*Zdroj: Finance.cz*

## Co je to sociální služba?

Hlavním posláním zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb., je chránit práva a oprávněné zájmy lidí, kteří jsou oslabeni v jejich prosazování z různých příčin. Zákon vytváří právní rámec pro nespočetné množství vztahů mezi lidmi a institucemi v případech, kdy je nezbytné zabezpečit podporu a pomoc lidem, kteří se ocitnou v nepříznivé sociální situaci. Lidé mají právo na to, aby žádali o pomoc a podporu ze strany veřejné správy a poskytovatelů sociálních služeb v případě, že nejsou schopni samostatně řešit svou nepříznivou sociální situaci. Toto právo je založeno na obecném principu solidarity ve společnosti. Současně je jim zákonem garantováno, že poskytnutá pomoc a podpora musí zachovávat jejich lidskou důstojnost, musí vycházet z individuálních potřeb člověka a působit na něj tak, aby byla posilována jeho schopnost sociálního začlenění. Nárok mají lidé také na bezplatné sociální poradenství, které se vztahuje k možnostem řešení jejich nepříznivé sociální situace.

### **Sociální služba**

Sociální služba je činnost, kterou zabezpečují poskytovatelé sociálních služeb. Znamená to, že pokud zabezpečují podporu a pomoc člověku rodinní příslušníci či jiné blízké osoby, nepovažuje se tato činnost za poskytování sociální služby. Stejně tak se nepovažuje za sociální službu činnost, kterou poskytuje osobě subjekt, který není registrován jako poskytovatel sociálních služeb (např. soukromá úklidová firma nebo ubytovna). Sociální službu mohou



poskytovat pouze ty subjekty – fyzické a právnické osoby – které získají oprávnění k poskytování, tj. jsou registrovány. Kombinace různých druhů služeb a souběh poskytování služby s péčí v rodině nejsou zákonem nijak omezovány. Člověk sám rozhoduje, které služby bude využívat a jak je bude kombinovat. Uživatelem sociální služby může být kdokoliv, kdo vstoupí do smluvního vztahu s oprávněným poskytovatelem sociální služby, jehož obsahem je zabezpečení těch činností, které popisuje zákon o sociálních službách. Pojem uživatel sociální služby se tedy používá jen v případech, kdy je trvale či jen dočasně zabezpečována pomoc a podpora v dohodnutém rozsahu.



*Zdroj: Finance.cz*

## **Pacienty i lékaři očekávaný ePoukaz startuje 1. května**

*Zdravotnické prostředky začnou lékaři elektronicky předepisovat od 1. května 2022. Uvádí to zveřejněný návrh vyhlášky Ministerstva zdravotnictví ČR (MZ ČR). Spuštění aplikace ePoukaz se několikrát odkládalo.*

Digitální ePoukaz na zdravotnické prostředky měl podle zprávy z MZ ČR fungovat od letošního 1. března. K odkladu termínu ostrého spuštění ePoukazu vedlo zdržení oznámení MZ ČR ve Sbírce zákonů o tom, že je elektronická preskripce připravena ke spuštění. A současně chyběla i prováděcí vyhláška k zákonné normě. Výsledek je, že aktuálně zveřejněný návrh ministerské vyhlášky hovoří o spuštění ePoukazu od 1. května 2022. Upřesněme, že elektronické poukazy budou součástí již fungujícího systému eRecept. Technické podmínky komunikace, vystavení a změn elektronického poukazu jsou obsahově obdobné jako u elektronických receptů. Nejde tak o úpravu zcela novou, ale o rozšíření již fungujících principů na novou oblast zdravotnických prostředků.

Jak funguje nový systém? Lékař za současných pod-



mínek může svému pacientovi zaslat elektronický recept na léky na jeho e-mailovou adresu. Dále také na mobilní telefon, případně umožní jeho vyzvednutí pomocí občanského průkazu. Podobně začnou lékaři od května postupovat i s poukazy na zdravotnické prostředky, které si lidé vyzvedávají v nemocnicích, prodejnách zdravotnických potřeb či v optických. „Je výhodný pro pacienty, lékaře i zdravotní pojišťovny. Navíc automaticky sjednocuje všechny současné typy poukazů do jednoho. Odstranili jsme i povinnost podpisu pacienta. Vše je mnohem jednodušší,“ uvedla Irena Storová, ředitelka Státního ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL), který systém elektronických receptů spravuje, v nedávném podcastu pro ZdraveZpravy.cz.

Lékový ústav očekává, že se elektronických poukazů vydá kolem šesti milionů za rok. V případě elektronických receptů je podle statistik SÚKL takový počet předepsaný zhruba za jeden měsíc. Využívání elektronické preskripce zdravotnických prostředků nebude povinné. Stejně tak se nebudou muset vydané papírové poukazy zpětně digitalizovat jako předpisy na léky.

Jak již bylo řečeno, elektronický poukaz na zdravotnické prostředky funguje v systému eRecept. Vznikne na základě požadavku předepisujícího lékaře. Pokud požadavek na vytvoření elektronického poukazu obsahuje všechny stanovené údaje, systém vytvoří ePoukaz. Jeho identifikátor pak systém sdělí předepisujícímu, a to bezplatně. Součástí požadavku na vytvoření elektronického poukazu bude informace o pacientem zvoleném způsobu předání identifikačního znaku. Pokud si pacient nezvolí jinak, je mu identifikátor elektronického poukazu předán prostřednictvím listinného formuláře. Pacient si může zvolit možnost bezplatného zaslání identifikátoru ePoukazu prostřednictvím datové nebo SMS zprávy. Identifikátor bez ohledu na způsob jeho předání nesmí obsahovat žádná reklamní sdělení. V případě prostředku hrazeného ze zdravotního pojištění obsahuje požadavek předepisujícího na vytvoření elektronického poukazu ještě číselné označení prostředku (přiděluje SÚKL). Prostředek bez přiděleného číselného označení předepisuje na ePoukaz pouze lékař.

Zdroj: [https://www.zdravezpravy.cz/2022/03/11/pacienty-i-lekari-ocekavany-epoukaz-startuje-1-kvetna/#dop\\_ab\\_variant=0 & dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.sznhp.box & dop\\_req\\_id=wWZtPMRr-Waq-202203121937 & dop\\_id=15737677](https://www.zdravezpravy.cz/2022/03/11/pacienty-i-lekari-ocekavany-epoukaz-startuje-1-kvetna/#dop_ab_variant=0 & dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box & dop_req_id=wWZtPMRr-Waq-202203121937 & dop_id=15737677)



## Dopravní slevy

Od 1. dubna 2022 se rozšíří kategorie oprávněných osob pro čerpání slevy při cestování veřejnou hromadnou dopravou o lidi, kteří pobírají invalidní důchod III. stupně. Sleva 50 % je pro regionální a dálkové vlaky a autobusy. Senioři starší 65 let, děti od 6 do 18 let a studenti do 26 let budou cestovat s 50% slevou. Děti do 6 let budou cestovat bezplatně bez ohledu na to, kolik dětí „vychází“ na jednu dospělou osobu. V městské hromadné dopravě si slevy pro vybrané skupiny určují samotné městské podniky.

*Zdroj: Inspirante.cz*



# ZDRAVÍ

## Kochleární implantát: Zázračný přístroj, který vrací sluch

Na den 25. února připadá Den kochleárního implantátu a na 3. března Mezinárodní den sluchu. Den kochleárního implantátu se týká přístroje, který dokáže převrátit téměř hluchému člověku život naruby, a to pozitivním směrem. Přesto se mu hodně lidí buď brání, nebo o této možnosti ani neví. Proč? Co kochleární implantát dokáže?

„Nevyhledával jsem společnost a uzavíral se sám do sebe. Nevěřil jsem si v komunikaci a spoléhal jsem hlavně na odezírání. V televizi jsem si musel pouštět skryté titulky a telefonovat jsem zvládl pouze s rodiči, jiným lidem jsem stěží rozuměl,“ popisuje své pocity Ondřej Jeřábek, který začal svůj sluch ztrácet ve čtyřech letech.

Dnes dospělý Ondřej se o kochleárním implantátu dozvěděl na vysoké škole a věděl, že mu může vrátit sluch a výše zmíněných problémů ho zbavit. Přesto této příležitosti dlouho nevyužíval.

„Byť se má sluchová vada s přibývajícím roky neustále zhoršovala a výrazně mě začala omezovat i ve společenském životě, dlouho jsem se kochleární implantaci bránil. Možná jsem měl jen přirozený strach ze změny nebo jsem jen nemohl přijmout fakt, že přestávám slyšet. Každopádně v mém rozhodnutí podstoupit kochleární implantaci (KI) mi pomohla především má přítelkyně, která je také uživatelkou KI a byla mi ve všem oporou,“ vypráví Ondřej.

Po operaci se podle něj všechno změnilo. „Komunikace ve společnosti pro mě byla najednou o poznání snazší, telefonáty mi postupně přestaly činit potíže a dnes jsem již schopen koukat na televizi či sledovat dabované filmy bez skrytých titulků,“ dodává.

### JSME NA TOM AŽ PĚTKRÁT HŮŘE NEŽ ZÁPADNÍ SVĚT

Právě možná strach jako u Ondřeje a také nízká informovanost stojí za tím, že Česko se řadí v porovnání s ostatními

zeměmi v Evropě na poslední místa v počtu voperovaných kochleárních implantátů na milion obyvatel.

„V Německu se například aplikuje až 80 kochleárních implantátů ročně na milion obyvatel, ve Francii zhruba 50, v Holandsku a Rakousku se počty pohybují okolo 20 až 40 implantátů na milion obyvatel a Česká republika měla v roce 2017 čtyři implantáty na milion obyvatel. Dnes jsme na tom trochu lépe, ale stále se držíme pod číslem deset,“ popisuje pro NašeZdravotnictví.cz situaci v rámci dospělé populace doc. MUDr. Jan Bouček, Ph.D., z Kliniky ORL a chirurgie hlavy a krku 1. LF UK a FN v Motole s tím, že se tato čísla týkají dospělých pacientů, kde právě za světem nejvíce pokulháváme.

Děťští pacienti jsou totiž zajištěni v Česku v dostatečné míře. U dětí je podle lékaře Boučka důležité, aby byla diagnostika opravdu včasná a kroky k implantaci se neodkládaly. U dětí dochází k implantaci kochleárních implantátů nejlépe kolem prvního roku života, kdy byl zhodnocen diagnostický proces, vyzkoušena sluchadla a rizika spojená s operací jsou vyvážena efektem operace.

U dospělých jsme ale na tom stále čtyřikrát až pětkrát hůře než západní svět. Proč?

## DVA HLAVNÍ DŮVODY

Prvním důvodem je podle lékařů nízká informovanost veřejnosti. „Poruchy sluchu s námi byly, jsou a budou a je třeba na ně dávat pozor. Mají své konsekvence, ale máme možnosti, jak je můžeme řešit,“ říká Jan Bouček s tím, že se implantáty netýkají jen dětí, což také bývá jedna z domněnek, proč dospělí lidé někdy tuto možnost přehlíží.

Ke zvýšení povědomí o těchto možnostech odstartovala nedávno kampaň Haló, slyšíme se, kdy probíhají rozhovory a články napříč tuzemskými médii a na sociálních sítích. Zapojilo se i NašeZdravotnictví.cz. „Kochleární implantát dokáže vrátit člověka s progredujícím či získaným sluchovým postižením doslova zpět do života,“ říká předsedkyně Spolku uživatelů kochleárního implantátu Mgr. Leona Pejcharová.

Druhým důvodem je podle Boučka nedůvěra veřejnosti v technologie, které medicína nabízí a poskytuje. Obavy jsou přitom v tomto případě spíše zbytečné.





Zřídka se sice může stát, že třeba vlivem úrazu, nehody nebo samovolného selhání dojde k porušení funkce implantátu a v průběhu delšího času je potřeba ho vyměnit. Děje se to ale ve velmi málo případech – konkrétně v Motole se s tím setkali podle Boučka za posledních 5 let asi třikrát.

„Kochleární implantáty na rozdíl od jiných elektronik, se kterými se v běžném životě setkáváme, jsou konstruovány s maximálním důrazem na spolehlivost. V současné době nejstarší generace implantátů, které se používají a jsou pečlivě dokumentované, přesahuje 35 let. A procento stále fungujících implantátů této nejstarší generace přesahuje 90 % procent,“ uklidňuje lékař Bouček.

### KDO JE IDEÁLNÍM KANDIDÁTEM K OPERACI?

Ideálním kandidátem pro kochleární implantát je někdo, u koho byla prokázána těžká sluchová porucha po narození a u koho využití sluchadel neumožňuje adekvátní vývoj. A dále jsou to pacienti, u kterých došlo k rozvoji těžké sluchové poruchy v průběhu dětství či dospělosti, po rozvoji řeči.

„Pokud v průběhu prvních šesti let je sluch dostatečně stimulován nebo dojde k rozvoji sluchové poruchy až později, tak víme, že dokážeme i po relativně dlouhé době toho člověka vrátit zpátky do světa slyšících,“ upřesňuje Jan Bouček.

Vhodnými kandidáty jsou tak děti nebo dospělí, u kterých jiná forma rehabilitace (myšleno zejména sluchadla) nepřináší adekvátní zisky – tedy jak lékař Bouček dodává, pacienti s těžkou formou sluchové poruchy.

Kochleární implantáty jsou zdravotním prostředkem, který má svá indikační kritéria. Při splnění těchto indikačních kritérií je daná péče plně hrazena ze zdravotního pojištění.

V některém z implantačních center, která se nachází v Praze, Brně, Ostravě a v Hradci Králové, můžete zjistit, jestli tato kritéria splňujete.

### CO ČEKÁ PACIENTA PŘI ZÁKROKU?

Před operací je základem zjistit a zhodnotit, jestli je pacient vhodným kandidátem. V případě, že je vyhodnocen pozitivně, domlouvá se termín operace.



„Operace se skládá z pobytu v nemocnici po dobu zhruba tří až čtyř dnů. Operační výkon trvá plus minus hodinu až dvě, záleží na anatomických specifikách. Během operace musíme vytvořit prostor, kterým se dostaneme do oblasti vnitřního ucha, a co nejšetrněji musíme zavést elektrodový svazek a všechno upravit a usadit tak, aby zvolený implantát vydržel po zbytek života pacienta,“ říká Jan Bouček.

Následně už proběhne jen měření, aby lékaři zjistili, jak člověku spolupracuje nervová soustava s implantátem. V dalším dni či dvou probíhají v nemocnici už jen závěrečná pooperační vyšetření a pak jde pacient domů.

Asi za týden přichází na nastavení řečového procesoru, což je ta zevní část, a začíná různě dlouhá cesta rehabilitace s implantátem, která se dá podle Boučka přirovnat ke zrychlenému procesu, jako když se například člověk učí chodit, nebo když se učí rozumět jakožto dítě. Mozek se musí naučit vnímat nově zprostředkované zvuky.

## REHABILITAČNÍ PROCES A ÚDRŽBA IMPLANTÁTU

První fází je samotná operace, ale je zapotřebí se ještě připravit na pooperační rehabilitaci. Ta bývá samozřejmě velmi individuální. I podle toho, jak dlouho měl člověk před operací zhoršený sluch.

Objevují se sice zázraky, kdy pacient hned po prvním nastavení rozumí a mluví, ale průměrně člověk začíná rozumět v rozmezí dvou měsíců základním slovům, jednoduchým větám a zvukům, které ho obklopují. A zhruba po šesti měsících rehabilitace už zlepšování probíhá jen o malé kousky a dominantní část rehabilitačního procesu je ukončena.

Jako u každé elektronické pomůcky je také třeba připravit se na občasnou údržbu a ladění zvuku.

„Ta část, která je implantována do těla, žádnou údržbu nevyžaduje. Zevní část vyžaduje podobnou péči jako ostatní elektronická zařízení. Musíte měnit baterii nebo akumulátor a vyžaduje čas od času i nějaké vyčištění a výměnu drobných součástí, jako je mikrofon, cívka, magnet, spojovací kablík,“ vysvětluje doktor Bouček.

Zároveň vnitřní část ve spojení s vnější částí vyžaduje podle něj doživotní nastavování, ale v delších časových intervalech.



„Těsně po operaci chodí pacient jednou až dvakrát týdně do nemocnice. Pak se ten interval prodlužuje na jednou za měsíc až za dva a v okamžiku, kdy je pacient stabilizovaný, tak chodí zhruba jednou ročně na kontrolu,“ dodává otorinolaryngolog.

Na závěr asi lze jen dodat, že pokud špatně slyšíte nebo někdo ve vašem okolí hůře slyší, nebojte se obrátit na své ušní lékaře nebo přímo na implantační centra. Třeba jako paní Daniela Zoričová: „Moji cestu ke kochleárnímu implantátu odstartoval můj ušní lékař. Hned mě poslal do Motola. Tam jsem prošla všechna vyšetření a v roce 2001 mi byl voperován kochleární implantát. Najednou jsem opět slyšela, prakticky hned od prvního nastavení. Byl to zázrak. Dalším nastavením se mi sluch nadále zlepšoval. Se sluchadly se to nedá vůbec porovnávat. Poslech byl čistý, nevadil mi ani okolní hluk, začala jsem i telefonovat. Rozdíl byl veliký.“

*Pavλίna Zítková*

*Zdroj: [https://www.nasezdravotnictvi.cz/aktualita/kochlearni-implantat-zazracny-pristroj-ktery-vraci-sluch-v-poctu-implantaci-jsme-na-tom-ale-az-5krat-hur-nez-zapadni-svet?utm\\_source=www.seznam.cz&utm\\_medium=sekce-z-internetu#dop\\_ab\\_variant=0&dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.sznhp.box&dop\\_req\\_id=-pwtcJjvGsbG-202202251254&dop\\_id=15568723](https://www.nasezdravotnictvi.cz/aktualita/kochlearni-implantat-zazracny-pristroj-ktery-vraci-sluch-v-poctu-implantaci-jsme-na-tom-ale-az-5krat-hur-nez-zapadni-svet?utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=sekce-z-internetu#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box&dop_req_id=-pwtcJjvGsbG-202202251254&dop_id=15568723)*

## **V ČR je dostupný sluchový implantát s novou technologií**

Pacienti s převodní či kombinovanou poruchou sluchu se v Česku dočkali lepší pomůcky na zmírnění sluchového defektu. Jde o nový implantát, jenž funguje na principu kostního vedení. Pro lepší slyšení využívá piezoelektrický efekt. Novou generaci sluchového implantátu letos v únoru vůbec poprvé v Česku voperovali třicetileté pacientce lékaři ve Fakultní nemocnici v Motole (FN Motol). „Při splnění indikačních kritérií hradí systém Osia zdravotní pojišťovna. Týkat se u nás může cca 10 až 20 pacientů ročně,“ uvedl



pro ZdraveZpravy.cz doc. Jan Bouček z Kliniky ORL a chirurgie hlavy a krku 1. LF UK a FN Motol.



## SLUCHOVÝ IMPLANTÁT VYUŽÍVÁ PIEZOELEKTRICKÉ BUZENÍ

Nový implantát je založen na principu kostního vedení. Přitom zachovává funkci vnitřního ucha a nahrazuje chybějící nebo omezenou funkci převodního aparátu zevního nebo středního ucha. „Jedná se o zcela unikátní technologii na principu piezoelektrického vybuzení mechanické energie, která je přenesena na tekutiny vnitřního ucha a je pacientem vnímána jako zvukový vjem,“ popisuje fungování nového přístroje doc. Jan Bouček.

Poruchu sluchu u pacienta nový přístroj zmírní především zvýšeným vnímáním vysokých frekvencí. Právě ty jsou totiž podle Jana Boučka důležité pro porozumění lidské řeči. Podle lékaře se ve zdravotnictví implantáty na principu kostního vedení používají přes dvacet let. S rozvojem technologií se i tyto přístroje především v posledních letech stále zlepšují, hlavně jejich velikost a funkce samotného implantátu.

„Nyní je však využita technologie založená na principu digitální piezoelektrické stimulace. Je to zásadní novinka na poli implantátů na principu kostního vedení,“ upozorňuje docent Bouček s tím, že ve srovnání s implantáty starší generace dává nový implantát pacientovi zvýhodnění až o 17 dB. Což je dle lékaře zásadní rozdíl.

## PŘÍSTROJ LÉKAŘI PACIENTOVI USADÍ V ANESTEZII ZA HODINU

Samotný implantát lékaři pacientovi voperují v celkové anestezii. Výkon trvá přibližně hodinu. Operátor do oblasti za uchem s převodní nebo kombinovanou poruchou sluchu z retroaurikulárního přístupu zavede implantát a pevně jej ukotví v kosti. Voperovaná část implantátu zůstává pacientovi po celý zbytek života. Oproti tomu zevní část – zvukový procesor – si pacient může pohodlně sundávat, nabíjí jej a opět nasazuje. Třeba v okamžiku, kdy potřebuje nebo chce slyšet své okolí.

Druhý den po operaci pacient odchází do domácí péče. Přibližně po týdnu od výkonu lékař zkontroluje hojení rány



a odstraní stehy. Oblast implantátu se nechává zhruba další tři týdny zahojit, aby došlo ke kvalitnímu zajizvení tkání v místě vloženého implantátu.

Při bezproblémovém hojení se pacient po čtyřech týdnech od operace vrací do ordinace, kde mu specialista nastaví zevní zvukový procesor přímo na míru podle jeho sluchových parametrů. A následně pacient ještě nějaký čas rehabilituje.

„Rehabilitace s implantátem na principu kostního vedení je významně rychlejší než s implantátem kochleárním, protože pacient stále vnímá zvuk v podobných charakteristikách jako zdravý člověk,“ jmenují jednu z výhod nového implantátu zástupci FN Motol ve své zprávě.

*Zdroj: [https://www.zdravezpravy.cz/2022/03/11/v-cesku-je-dostupny-sluchovy-implantat-s-novou-technologie/#dop\\_ab\\_variant=0 & dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.szhnp.box & dop\\_req\\_id=GfObE1WhcM-202203111018 & dop\\_id=15737779](https://www.zdravezpravy.cz/2022/03/11/v-cesku-je-dostupny-sluchovy-implantat-s-novou-technologie/#dop_ab_variant=0 & dop_source_zone_name=hpfeed.szhnp.box & dop_req_id=GfObE1WhcM-202203111018 & dop_id=15737779)*

## **Umělá inteligence Aireen odhalí v očích diabetickou retinopatii, vyšetření hradí pojišťovny**

Do ordinací lékařů doputovala česká novinka, jež dokáže urychlit a zpřístupnit diagnostiku diabetické retinopatie. Jde o přístroj s názvem Aireen. Díky umělé inteligenci dokáže do půl minuty vyhledat na snímcích oka patologické změny sítnice.

Aireen je přístroj určený v současné době pro ordinace očních lékařů a diabetologů. Spojuje v sobě běžnou sítnicovou (fundus) kameru a výkonný počítač. Zatímco první pořídí z oka digitální fotografie sítnice, druhý fotografie dokáže zpracovat a vyhodnotit. Tedy najít případné patologické změny sítnice. Preventivní vyšetření je bezbolestné, neinvazivní, časově velmi nenáročné a vyhodnocení fotografií může probíhat teoreticky i na dálku.

### **PŘÍSTROJ LIDÉ NAUČILI HLEDAT CHYBY NA SÍTNICI**

Unikátnost přístroje spočívá v jeho moderním softwaru s implementací umělé inteligence. Proč umělá inteligence?



Protože čeští tvůrci dokázali Aireen zjednodušeně řečeno vytrénovat a naučit ji rozeznávat, kdy je sítnice v pořádku a kdy už nese známky patologických změn. Podle ředitele projektu Aireen Jana Hlaváčka trénink probíhal na více než milionu snímcích ze sítnicových kamer a stovkách tisíc anotací od oftalmologických specialistů. Díky tomu, že snímky očního pozadí vyhodnocuje umělá inteligence, trvá to ani ne 30 vteřin. Aireen nyní dokáže na sítnici odhalit změny, které provázejí diabetickou retinopatii. Její vývoj ale pokračuje a do budoucna by měla umět diagnostikovat pohledem do oka i další civilizační choroby. Například onemocnění srdce a oběhové soustavy či Alzheimerovu chorobu.

### V ORDINACÍCH JE AIREEN ZATÍM NOVINKOU

I když Aireen už nějakou dobu funguje, pořád ještě jde o novinku a její autoři se snaží přesvědčit lékaře, aby přístroj našel širší uplatnění v ordinacích. Podle nich dokáže zefektivnit kontrolu diabetiků a zvýšit dostupnou kapacitu, takže preventivní vyšetření by bylo dostupnější pro více pacientů. Jako první jej pro diagnostiku diabetické retinopatie začala využívat síť soukromých očních klinik NeoVize a klinik pro léčbu diabetu a endokrinologických onemocnění DiaVize, a to v Praze, Brně, Popradu a Bratislavě. Podle Jana Hlaváčka Aireen brzy bude i v dalších regionech. Nejprve v Sokolově a Olomouci, ale zájem o ni mají i další pracoviště. Vyšetření je možné na počkání a bez objednání. „V DiaVizi využíváme Aireen preventivně u každého diabetika. V NeoVizi je Aireen využívána u každého indikovaného pacienta, tedy u všech diabetiků, kterým pořizujeme fundus snímky sítnice,“ popisuje využití přístroje provozní ředitelka DiaVize Petra Králová. „Praxe ukázala, že ohlasy jsou pozitivní. Vyhodnocení je rychlé a jednoduché na obsluhu. Jednoznačně se potvrzuje potenciál Aireen ke zvýšení dostupnosti screeningu očí pro diabetické pacienty,“ dodává.

### VYŠETŘENÍ HRADÍ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNY

Pacientům s cukrovkou zdravotní pojišťovny preventivní oční vyšetření hradí. Proto je hrazeno i vyšetření přístrojem Aireen. Každý pacient, třeba i ten, který není ještě na inzuli-



nu, by měl očního lékaře navštívit ideálně každý rok, nebo alespoň jednou za dva roky. Podle lékařů i tvůrců je výhodou Aireen to, že nemoc odhalí dříve, než se rozvine. To je důležité, protože včasným záchytem diabetické retinopatie lze zamezit závažným a nevratným změnám zraku, ke kterým patří i slepota. Návštěvu lékaře by proto diabetici neměli odkládat ani v případě, když netrpí žádnými subjektivními potížemi. Diabetická retinopatie je onemocnění sítnice. Čím déle pacient trpí cukrovkou, tím vyšší šance je, že onemocní retinopatií. „První variantou je, že špatně kompenzovaná cukrovka postihuje drobné cévky v oku, které se ucpávají. Tím dojde k porušení prokrvení sítnice. Druhý způsob postižení vzniká tak, že cévy v sítnici ‚netěsní‘, vytéká z nich tekutina a způsobuje otok sítnice. Nedostatečné prokrvení i otok sítnice pak ničí fotoreceptory sítnice a tím i schopnost vidění. Oko se snaží napravit situaci růstem nových cév. Ty jsou ale nekvalitní a praskají, mohou prokrvácet oko a způsobit trakční odchlípení sítnice,“ popisuje možné potíže oční lékařka Jana Mikšovská. Cukrovkou v ČR trpí zhruba 1 milion lidí, 11 procent z nich má diabetickou retinopatii. Léčba spočívá v užívání léků na cukrovku, krevní tlak či dyslipidémii a také v laserovém chirurgickém zákroku, při kterém jsou ošetřena postižená místa.

*Zdroj: [https://www.vitalia.cz/clanky/umela-inteligence-aireen-oci-retinopatie-uhrada-pojistovna/#dop\\_ab\\_variant=0&dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.sznhp.box&dop\\_req\\_id=CITyXSZy-Q4P-202202221751&dop\\_id=15511768](https://www.vitalia.cz/clanky/umela-inteligence-aireen-oci-retinopatie-uhrada-pojistovna/#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box&dop_req_id=CITyXSZy-Q4P-202202221751&dop_id=15511768)*



## Kompenzační pomůcky. Mám na ně nárok?

Boří bariéry. Pomáhají je překonat. Jsou ale často, bohužel, nad naše finanční možnosti. Jak získat kompenzační pomůcku a za jakých podmínek ji uhradí zdravotní pojišťovna? Kompenzační pomůcky můžete získat několika způsoby:

### 1. VLASTNÍ ZAKOUPENÍ POMŮCKY

Na trhu je velmi široký sortiment kompenzačních pomůcek a firem, které pomůcky vyrábějí a prodávají. Je však důležité si vždy pomůcku před jejím pořízením vyzkoušet a ověřit si její dostupnost, servis, náhradu (bude-li pomůcka v opravě, je-li k zapůjčení pomůcka náhradní apod.).

### 2. PŮJČOVNY KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK

Na trhu je k dispozici také mnoho půjčoven kompenzačních pomůcek. Využití půjčovny kompenzačních pomůcek je vhodné zejména, když se dostanete do situace, kdy budete potřebovat kompenzační pomůcku pouze dočasně, např. v případě nutné opravy pomůcky, kterou běžně používáte, nebo jiné náhlé události.

### 3. ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA

Každá zdravotní pojišťovna má svůj číselník, ve kterém jsou vyjmenovány pod jednotlivými kódy pomůcky, které pojišťovna hradí plně nebo zčásti. Pokud potřebujete kompenzační pomůcku, navštivte svého lékaře a ten vám pomůcku předepíše na tzv. poukaz, který je pak schvalován na zdravotní pojišťovně. Ohledně úhrady je to různé, některé pomůcky hradí pojišťovna v plné výši, některé jen částečně. Některé typy pomůcek může předepsat pouze odborný lékař – neurolog, ortoped či rehabilitační lékař.

### 4. NADACE

V případě, že i po využití možností příspěvků od státu a od zdravotní pojišťovny stále chybí peníze na pomůcku, je možné obrátit se s žádostí na některou z nadací. Žádost



by měla obsahovat základní údaje, stručný popis životní situace, zdravotního stavu, na co se žádá. Je dobré přiložit fotokopii průkazu osoby se zdravotním postižením.

#### 5. PŘÍSPĚVEK NA ZVLÁŠTNÍ POMŮCKU – ZÁKON Č. 329/2011 SB.

Příspěvek na zvláštní pomůcku, který je poskytovaný na základě zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením, je určen k pořízení potřebného vybavení pro těžce postižené osoby. Nárok na tento příspěvek má osoba s těžkou vadou nosného nebo pohybového ústrojí, těžkým sluchovým postižením nebo těžkým zrakovým postižením charakteru dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu (zdravotní stav trvá nebo bude trvat déle než 1 rok) a její zdravotní stav nevyklučuje přiznání tohoto příspěvku. Seznam diagnóz pro přiznání příspěvku na zvláštní pomůcku je uveden v příloze č. 1 zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením.

*(kráceno)*

Zdroj: [https://www.i60.cz/clanek/detail/29209/kompenzacni-pomucky-mam-na-ne-narok?utm\\_source=www.seznam.cz & utm\\_medium=sekce-z-internetu#dop\\_ab\\_variant=708831 & dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.sznhp.box & dop\\_req\\_id=AdDTE-zxZnaY-202203171547 & dop\\_id=15791425](https://www.i60.cz/clanek/detail/29209/kompenzacni-pomucky-mam-na-ne-narok?utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=sekce-z-internetu#dop_ab_variant=708831&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box&dop_req_id=AdDTE-zxZnaY-202203171547&dop_id=15791425)

## Digitální identifikační karty pro vodící psy

Tuto kartu zakládá organizace Assistance Dogs International (ADI), která zastřešuje organizace, zabývající se výcvikem asistenčních a vodících psů z celého světa. Identifikační kartu lze uložit do jakéhokoli mobilního zařízení. Kartu získají pouze psi, kteří splní závazné standardy ADI a spadají pod ověřenou akreditovanou organizaci. Důvody pro zavedení karty jsou: jistota pro držitele vodícího psa, že pes prošel řádným výcvikem, směrem k veřejnosti má zaručit, že pes je vycvičen a mělo by se tak zabránit diskriminacím či zákazům vstupu nevidomého s vodícím psem na různá

místa či do budov. Zabezpečení karty znemožňuje kartu padělat. Digitální karta obsahuje fotografii klienta, jeho kontaktní údaje, číslo licence psa, číslo mikročipu, datum složení testu veřejného přístupu ADI a kontakt na akreditovanou organizaci, která psa vycvičila. V současné době je již 18 ze 45 akreditovaných organizací z Evropy plně zapojeno do tohoto projektu. Mezi tyto organizace patří i Helpes – Centrum výcviku psů pro postižené o.p.s.



*Zdroj: magazinlita.cz*

## **Mastercard přichází s kartami pro nevidomé**

Společnost Mastercard představila nový standard platebních karet Touch Card. Ten usnadňuje použití karty lidem s úplnou nebo částečnou ztrátou zraku. S novými kartami společnost zavádí systém výřezů na jedné hraně karty a vylepšuje tak stávající podobu platebních karet. Díky tomu bude pro zrakově handicapované lidi na celém světě, jichž je 2,2 miliardy, možné po hmatu snadno rozeznat typ karty.

*(kráceno)*

*Zdroj: <https://faei.cz/novinky-v-osobnich-financich-sporka-zvysuje-sazby-u-hypotek-moneta-z-vkladu-mastercard-prichazi-s-kartami-pro-nevidome/>*



# OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH

## Neuvěřitelný příběh hluchoslepe Helen Kellerové: Pochopit svět jí pomohla kapka vody

Máte někdy pocit, že vám život staví do cesty až příliš mnoho překážek? Málo peněz, práce, která vás nebaví, a děti zlobí pořád víc. Jsou ale také lidé jako Helen Kellerová, americká spisovatelka, lektorka a aktivistka. Vystudovala Harvard, celý život byla mimořádně aktivní, pracovala pro charitu, studovala cizí jazyky – a přitom byla hluchoslepá...

Mohli bychom uvažovat o tom, jestli to mají složitější lidé slepí, nebo hluší. Obě postižení zasahují do života velmi výrazně a jejich kombinace většinu lidí prakticky vyřadí ze života. Ne tak Helen Kellerovou, která i přesto zvládla vystudovat Harvardovu univerzitu, stát se spisovatelkou a také se angažovat v politice jako členka Socialistické strany Ameriky. Když se Helen v roce 1880 v Alabamě narodila, sice viděla i slyšela jako jiné děti, ale před jejím druhým rokem přišel osudný zvrat. O oba dva důležité smysly přišla.

### NEŠTASTNÁ NEMOC HELEN KELLEROVÉ

Proč přišla Helen o zrak i sluch? Ani ne dvouleté dítě pravděpodobně postihla meningitida, což bylo v tehdejší době onemocnění, s nímž si lékaři nevěděli rady. Nelze ovšem vyloučit ani zarděnky nebo nějaké další onemocnění. Jedno je ale jisté – dívce se během několika dní změnil život k nepoznání a doktorům nezbylo nic jiného než jejím rodičům sdělit krutou pravdu – dívka zůstane postižená do konce svého života. Jen těžko si může někdo představit utrpení malé dívky i jejích rodičů.

### GRAHAM BELL POMÁHÁ

Alespoň trochu štěstí v té šílené době přinesl do života rodiny známý vynálezce Alexander Graham Bell, který se celý život zabýval akustikou a prací s neslyšícími dětmi. S jeho pomocí dostala Helen ve svých sedmi letech asistent-



ku Anne Sullivanovou, která se postarala o její další rozvoj. Naučila ji prstovou abecedu a později i mluvit, což je téměř nepředstavitelné, když si uvědomíme, že jediný způsob, jak mohla dívka přijímat informace, byl hmat. V knize Příběh mého života Helen vzpomínala také na okamžik, kdy si uvědomila, že se s ní Anne pokouší komunikovat. Do té doby žila podle svých vlastních slov v mlze na širém moři. Najednou se ale všechno změnilo.



## ŽIVÉ SLOVO PROBUDILO DUŠI

Anne vzala Helen na zahradu, na jednu ruku jí pouštěla tekoucí vodu a do druhé dlaně jí hláskovala slovo voda. „Stála jsem nehnutě a celá moje pozornost se soustředila na pohyby jejích prstů. Najednou jsem pocítila mlhavé vědomí něčeho zapomenutého – vzrušení z návratu myšlenek; a zjevilo se mi tajemství jazyka. Věděla jsem, že slovo voda znamená to úžasné chladné něco, co mi teče po ruce. Živé slovo probudilo mou duši, dalo jí světlo, naději, osvobodilo ji,“ napsala Helen emotivně ve svých pamětech.

K nácvičku mluvení použila Anne takzvanou metodu tadoma, kterou v té době umělo jen pár lidí na světě. Helen pomocí hmatu poznávala pohyby rtů a vibrace hrdla ostatních lidí a snažila se je napodobit.

## PRVNÍ NA HARVARDU

Spolu se svojí asistentkou odjela Helen do školy pro neslyšící do New Yorku a později absolvovala Harvardovu univerzitu. S pomocí Anne se jí podařilo dokázat doslova nemožné. Bez sluchu a zraku vystudovala, složila zkoušky a odpromovala. Jako první s tímto handicapem. Její další cesta vedla na literární dráhu. Stala se spisovatelkou, což je další neuvěřitelný moment. Jak si mohla při svém postižení vyvinout dostatečnou slovní zásobu pro psaní příběhů? Je snad ještě možné si představit, že jí Anne naučila slovo voda a další základní pojmy, ale co jiná slova, jejich spojování do vět, abstraktní výrazy...

## AUDIENCE U PREZIDENTŮ

To ale pořád nebylo všechno. Helen se zabývala dalším studiem, cizími jazyky, znala světovou politiku a přijímali



ji dokonce i američtí prezidenti – a podle všeho to nebylo jen proto, že setkání s takto postiženou, a přesto aktivní ženou mohlo být zajímavé nejen pro politickou reklamu, ale i osobně.

### SAMA TĚŽCE POSTIŽENÁ POMÁHALA JINÝM

Helen se neustále snažila o zlepšení podmínek pro nevidomé. V roce 1925 vystoupila se svým projevem na shromáždění jedné z největších světových humanitárních společností, které se zaměřují na pomoc lidem s postižením zraku – Lions Clubs International. Její projev vešel do dějin a výrazně ovlivnil další činnost této organizace.

### POŽEHNANÝ VĚK HELEN KELLEROVÉ

Přes svoje postižení byla Helen Kellerová jinak po většinu svého života zdravá. Až ve stáří ji postihlo několik záchvatů mrtvice a poslední roky strávila ve svém domě. Zemřela 1. června 1968 doma v Connecticutu, těsně před osmaosmdesátými narozeninami. Popel této nevšední ženy byl uložen vedle jejích životních průvodkyň – Anne Sullivanové, která ji kdysi doslova probudila, a Poly Thomsonové, která Anne nahradila po její smrti.

*Zdroj: [https://www.lifee.cz/historie-a-tajemno/neuveritelny-pribeh-hluchoslepe-helen-kellerove-nevidela-neslysela-ale-psala-knihy-a-prednasela-na-univerzitach\\_204317.html](https://www.lifee.cz/historie-a-tajemno/neuveritelny-pribeh-hluchoslepe-helen-kellerove-nevidela-neslysela-ale-psala-knihy-a-prednasela-na-univerzitach_204317.html)*



## **Rezidenční tréninková skupina: Projekt sdíleného bydlení pro mládež s hluchoslepotou v Německu**

Přechod z období, kdy člověk navštěvuje školské zařízení, do období dospělosti a samostatného života je pro každého mladého člověka velký krok. U jedinců s hluchoslepotou je toto období mnohem komplikovanější. V důsledku nedostatku dostupných zařízení pro dospělé osoby s hluchoslepotou a těžkostem v komunikaci je pro mladé lidi těžší začít žít samostatný život. Dovednosti mladých hluchoslepých jsou často nedostačující a také chybí vzájemná podpora ze strany vrstevníků. Pobytová zařízení nemusí být pro každého dospívajícího s hluchoslepotou nezbytná, ale zároveň klasické samostatné bydlení může být pro některé jednotlivce příliš náročné. Rezidenční tréninková skupina představuje v tomto případě ten správný mezikrok. Aby se hluchoslepým mladým lidem poskytla potřebná pomoc, německá asociace hluchoslepých podnikla modelový projekt, jehož cílem je umožnit mladistvým s hluchoslepotou žít ve sdíleném rezidenčním bydlení, kde se učí dovednostem nezbytným pro vlastní život a budování sebedůvěry. Nová životní fáze tak začala pro skupinu pěti mladých hluchoslepých v Hannoveru, kde budou zkušebně bydlet ve sdíleném rezidenčním bydlení, jehož cílem je naučit obyvatele každodenním dovednostem, jako je nakupování, příprava jídla nebo péče o prádlo a domácnost. Podle delšího pozorování bylo zjištěno, že tyto dovednosti se dají lépe naučit ve sdíleném prostředí než ve stacionáři. V zařízení mají rezidenti oporu v pečujících, kteří jim v případě potřeby pomáhají a dohlíží na chod, takže nejsou odkázáni jen sami na sebe, a přesto mají možnost zkusit si život v reálném prostředí. Rezidenční tréninkové bydlení dodržuje zásady Úmluvy OSN o právech osob se zdravotním postižením, které zahrnuje autonomii, svobodu volby a plnou účast a zapojení ve společnosti. Z dosavadních výsledků se koncept jeví



jako úspěšný. Obyvatelé sdíleného bydlení se podle svých individuálních možností a schopností vzájemně doplňují a podporují. Poznávají výhody, ale i výzvy společného života ve sdílených prostorech. Vaří, jedí, perou a věnují se volnočasovým aktivitám jako skupina vrstevníků. Je zřejmé, že bez této zkušenosti by tito dospívající hluchoslepí neměli možnost stát se tak nezávislými osobnostmi, jako teď jsou.

*Vikram Choudhary, DBI Review # 66, Říjen 2021  
Pro Doteky přeložila Veronika Urbanová  
(upraveno, kráceno)*

## Význam červenobílé hole

O významu červenobílé hole se rozovídala paní Alegría, 72letá žena s hluchoslepotou narozená na Kanárských ostrovech. Procestovala a bydlela v různých koutech světa a mluví čtyřmi jazyky (španělsky, francouzsky, anglicky a katalánsky). Je téměř úplně nevidomá, ale díky sluchadlům, které používá kvůli ztrátě sluchu, slyší docela dobře, pokud v okolí nejsou rušivé zvuky a mluví se na ni pomalu a zřetelně. Alegría je často doprovázena průvodci-tlumočníky, kteří jí pomáhají s vyřizováním na úřadech, v obchodech, u lékařů, ale i při každodenních činnostech mimo domov. Role průvodce-tlumočníka je pro ni klíčová nejen z hlediska komunikace, ale také při překonávání bariér, se kterými se v každodenním životě setkává.

V souvislosti s pandemií covid-19 musí často čelit výzvám, když jí roušky a štíty na pultech obchodů brání v porozumění řeči. Pro Alegríi je důležitá chůze a pobyt venku, ale sama říká: „Není to jen o tom, jít s nimi ven, aby mi pomohli s papírováním nebo se šli projít, ale po psychologické stránce si takto dobívám energii.“ Pro orientaci používá Alegría červenobílou hůl, která vypovídá o tom, že se jedná o osobu s hluchoslepotou, tedy osobu nejen s vadou zraku, ale i sluchu. Snaží se zdůraznit důležitost používání červenobílé hole a zvýšit povědomí o ní, jelikož je přesvědčena, že to může opravdu změnit setkání s ostatními chodci, nemoc-

ničním personálem nebo společností obecně. Sama musela lékařům mnohokrát vysvětlovat význam červenobílé hole, protože to nevěděli. Je přesvědčena o tom, že mnoho lidí nemá ani tušení, co to obnáší být osobou s hluchoslepotou a co červenobílá hůl znamená.

Kromě hluchoslepoty bojovala Alegria i s rakovinou prsů a močového měchýře, z obou nemocí se vyléčila. Navíc má syna s amyotrofickou laterální sklerózou, v důsledku které je odkázán na invalidní vozík. Jelikož státní zdravotní pojištění mu ani zdaleka nepokryje všechny potřebné výdaje, Alegria syna finančně podporuje.

Alegria ráda čte audio romány, k čemuž využívá svůj iPhone a jeho virtuální asistentku, která slouží také jako čtečka obrazovky. Kromě toho si pochvaluje i hlasem ovládanou asistentku od Amazonu, která se ukázala jako užitečná pro zjišťování počasí a zapínání televize nebo přehrávání hudby. I když jí tyto moderní digitální technologie do značné míry usnadňují život a v mnohých směrech může být díky nim nezávislá, největší výzvou i nadále zůstává mobilita. Když se Alegria vydá sama na procházku, používá zařízení v podobě akustické signalizace, díky které ví, že může přejít silnici. Většina semaforů v jejím okolí ale nemá tento systém aktivovaný. I přes dotazování španělské národní organizace nevidomých se s tím nic nedělá a nedostatek této služby má za následek ztrátu nezávislosti Alegrie, jelikož její svoboda pohybu je tím značně limitována. „Vždycky musím čekat, jestli se najde někdo, kdo mi pomůže přejít silnici, jinak se nedostanu na pěší zónu,“ říká. Má povědomí i o tom, že někteří lidé mají dokonce problém s ozvučením semaforů a považují to za rušivý element, ale neuvědomují si, že systém se aktivuje pouze tehdy, když dotyčný nevidomý zmáčkne tlačítko, a spuštěný zvuk je jenom zlomkem rušivého hluku z projíždějících aut, autobusů a nákladáků.

Dalším problémem, který Alegria zmiňuje, jsou špatně zaparkovaná kola, skútry či auta, což zvyšuje neschopnost samostatného pohybu. Alegriiny zkušenosti reflektují to, jak jsou fyzická dostupnost, bezbariérové prostředí a podpora průvodců-tlumočnicků zásadní pro samostatný život. Chtěla by bojovat s mnoha stigmaty, které jsou spojeny s ženami s postižením. Je to silná žena, která představuje nezbytnou



podporu pro svého syna. Navzdory všem potížím překonává překážky, snaží se žít naplněný a šťastný život a být tak i příkladem pro osoby se stejným postižením.

*Lucia D'Arino, WFDB*

*Pro Doteky přeložila Veronika Urbanová*

Zdroj: <https://shapes2020.eu/shapes-stories/the-red-and-white-cane-obstacles-and-barriers/>



## VZKAZY MOUDRÝCH

**„Mír je svoboda založená na uznání práv každého člověka.“**

**Marcus Tullius Cicero**

*(106–43 př. n. l.), římský filozof a státník*



## RECEPTY

### **Mrkvový džus**

Léto je plné zeleniny, nejlépe z vlastní zahrady, vím, ne každý má tuto možnost. Ti v tomto směru méně šťastní se musí spokojit se zeleninou kupovanou, v lepším případě darovanou z domácích zdrojů. Mezi ní může být třeba mrkev, v létě sladoučká, šťavnaťoučká, na podzim do písku strčená, aby vydržela přes zimu pokud možno v co nejlepší formě. Dá se nastroihat s jablky a křenem jako výborný salát, podusit na másle a s vařeným bramborem a vejci natvrdo nebo kouskem hovězího máme skvělý lehký oběd,

dá se chroupat v celku k chlebu s máslem k večeři anebo z ní můžeme uvařit vynikající džus. Věřte nevěřte, je tak jednoduchý přípravou a lahodný chutí, že prostě neodoláte a hned jak dočtete, rukávy vykasáte a dáte se do přípravy.

Vezměte pár mrkví, cca 2 kg, řádně je omyjte a nakrájejte na kolečka. V hrnci zalijte vodou tak, aby byla zhruba 5 cm ponořená. Přidejte jednu malou oloupanou cibuli, 2 stroužky česneku, to vždycky. Můžete, ale nemusíte, přidat 2 oloupaná nakrájená jablka bez jadřince, jeden citron bez kůry nebo 2 oloupané nakrájené pomeranče, také možno použít meruňky, broskve, hrušky nebo nektarinky, zkrátka lze díky přidanému ovoci zvolit příchut' dle libosti, anebo ponechat jen tu mrkvovou, vyzkoušejte. Veškeré ingredience musí být ponořené a už můžete vařit, pěkně do měkka. Po vychladnutí ponorným mixérem řádně a poctivě rozmixujte na kaši, jestliže je moc hustá a špatně se mixuje, přilivte opatrně studenou převařenou vodu. Pozor – vyrábíte koncentrát. Teď ještě přisladit podle výběru (nebo taky ne, což je můj případ) cukrem nebo čekankovým či javorovým sirupem, je to na vás, a přidat cca lžičku kuchyňské kyseliny citronové, opět chutnejte a zvolte množství. Zbývá už jen nalít dochucený koncentrát do zavařovacích sklenic a uchovat v chladu, nejlépe v chladničce. Kdykoliv dostanete chuť na něco přezdravého a mlsně dobrého, rozředte koncentrovaný džus studenou vodou (já to dělám tak, že do zavařovačky naliju polovinu koncentrátu, doliju vodou, zavíčkuji, protřepu a je hotovo) a pijte, hostěte, nabízejte a nasávejte, je to nefalšovaný elixír zdraví! A malá rada závěrem – džus s kostkou dvěma ledu a kapkou vodky či domácí slivovičky nemá hned tak konkurenci 😊.



*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

## **DOTEKY. Časopis LORM z.s., Léto, číslo 111. Vychází čtvrtletně.**

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 112/Podzim 2022: **15. 8. 2022**

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

Doteky vychází ve zvětšeném černotisku, Braillově písmu, jako zvuková nahrávka v mp3 formátu na CD-ROMu a v elektronické podobě.

### ***Sponzorství je vítáno a za sponzorské dary předem děkujeme.***

Naše bankovní spojení: Komerční banka Praha Smíchov, číslo účtu: 19-1451940207/0100.

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](http://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](http://www.lorm.cz) ve formátech HTML, doc a PDF.

Objednávky přijímá LORM z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5, email: [kancelar@lorm.cz](mailto:kancelar@lorm.cz).

Časopis je rozeslán 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**