

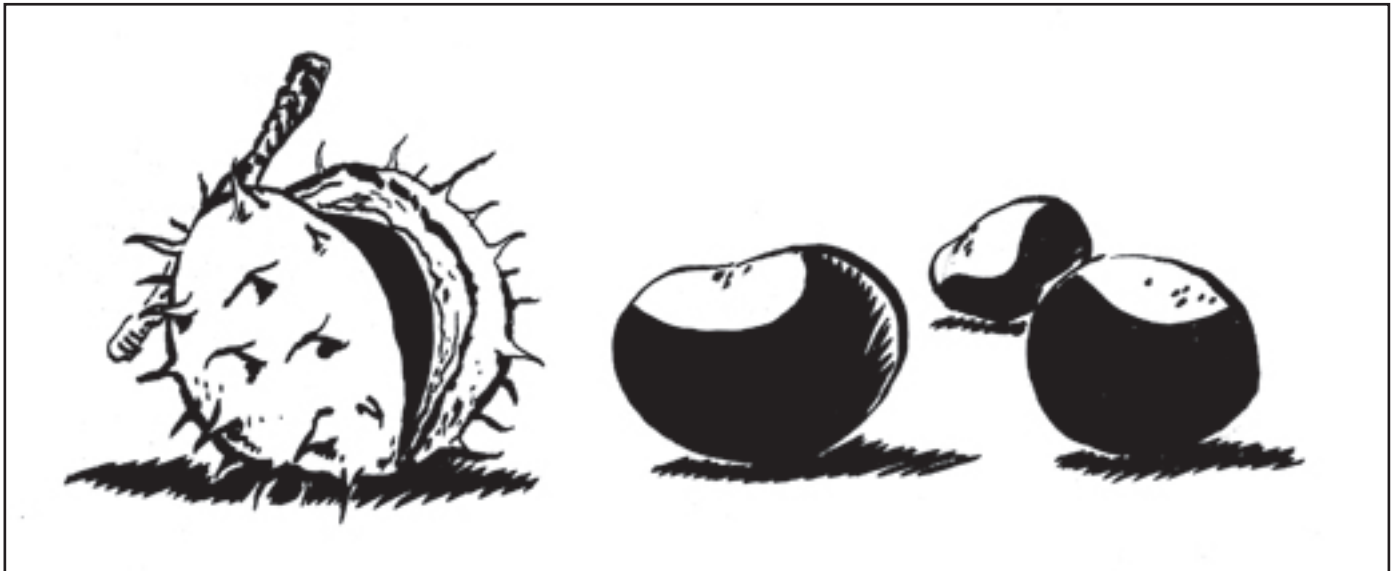
ČASOPIS LORM z.s.

# DO TEKY

112

2022

PODZIM



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

- 14 • KONEČNĚ ZASE NA POBYTU!
- 29 • PRŮKAZ ZTP/P NENÍ JEN O NÁROKU NA  
PARKOVACÍ MÍSTO
- 34 • UŠNÍ ŠUMY ČI TINNITUS VYVOLÁVÁ I STRES  
A PSYCHICKÉ NAPĚTÍ
- 41 • 1. AFRICKÁ KONFERENCE  
O HLUCHOSLEPOTĚ



**LORM**

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



<b>VERŠE</b> – Každý z nás. ....	3
<b>SLOVO ŠÉFREDAKTORKY</b> .....	4
<b>ZPRÁVY Z LORMU</b>	
Začalo to vloni v září.....	5
Okénko do Prahy .....	8
Okénko do Libereckého kraje.....	9
Okénko do Jihočeského kraje.....	11
<b>STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY</b>	
Ztrávena v lese .....	12
<b>PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ</b>	
Šťastnou cestu! .....	14
Konečně zase na pobytu!.....	14
Jihočeský klub.....	16
Co pro mě znamená kniha .....	16
Hrdlička divoká.....	17
<b>PŘÍBĚH</b> – Snažím se žít tak, jak chci .....	18
<b>PRÁVNÍ PORADNA</b>	
Novela tzv. úhradové vyhlášky.....	22
Příspěvek na zvláštní pomůcku pro osoby se zdravotním postížením .....	23
Zdravotní pomůcky pojišťovny hradí jen přes Poukaz .....	24
Zvýšení příspěvku na živobytí kvůli dietnímu stravování.....	27
Průkaz ZTP/P není jen o nároku na parkovací místo. ....	29
<b>ZDRAVÍ</b>	
Lékaři v pražském Motole použili robotický systém pro operaci k navrácení sluchu .....	33
Ušní šumy či tinnitus vyvolá i stres a psychické napětí.....	34
Nový implantát by mohl pomoci v léčbě rakoviny očí .....	36
<b>INFORMACE</b>	
Mobilní telefon MaxCom s náramkem SOS .....	38
Oscarový film ze světa neslyšících.....	39
<b>OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH</b>	
Majin příběh: Z ústavu do fungujícího domova .....	40
<b>ZE SVĚTA</b>	
1. africká konference o hluchoslepotě .....	41
V Chile byla hluchoslepota uznána jako jedinečné postižení .....	42
<b>VZKAZY MOUDRÝCH</b> .....	42
<b>RECEPTY</b> – Chlebíčky v troubě zapečené .....	43

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



## VERŠE

### Každý z nás

Každý z nás už prožil asi  
zlé i lepší časy.  
My Lormáci však díky LORMu  
přetěžkou doživotní tornu  
neseme snáze  
a je nám spolu blaze.

Naše cesta snadná není –  
klopýtáme přes výmoly, přes kamení,  
stíny a šepot kolem nás krouží,  
tma a ticho se nám za patami plouží,  
my však ruce i srdce si dáváme  
a navzájem si pomáháme.

Srdíčko se formuje,  
když se něžně lormuje.  
Hladím ruku kamaráda  
a on ví, že mám ho ráda.  
Cítím jeho dotekama,  
že na světě už nejsem sama.

*Jaroslava Kolářová*



# SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Vážení čtenáři,

Je neděle 17. července 2022, vedro k zalknutí a bude prý ještě hůř, předpovědi na následující týden straší až 38 °Celsia – ve stínu a nad nulou. Jako by nestačila hrůza probíhající na nedaleké Ukrajině, jako by nestačily prognózy (i realizace) stran zdražení energií a vody včetně jejich možného nedostatku, jako by nestačila 4. vakcinace proti covidu, který už zase vystrkuje růžky! A tak přemítám, až budete na podzim otevírat první stránku Doteků, co na ní v úvodníku uvést pozitivního, aby jeden aspoň na čas přestal točit v hlavě výše zmíněné a jiné a další katastrofické zprávy a scénáře, navíc (možná) uvrtný doma podzimními dešti a plískanicemi, ach jo. Jo, něco by tu přece jen bylo: Spes ultima moritur! Je to tak, naděje umírá poslední.

Pojďme neztrácet naději, nenechme ji umřít, věřme a doufejme, že zas bude líp, že vše se v dobré obrátí, že to zlé vezme čas nebo čert včetně všech diktátorů světa! A nikdy nevzdejme snahu a pili udělat si každíčkový den alespoň malinkatou radost.

Co třeba začít právě tím, že se ponoříme do obsahu našeho krásného čtvrtletníku, který máte zrovna teď v rukou, na počítači nebo ve sluchátkách? Začneme příběhy našich dopisovatelů z řad čtenářů, které tak rádi čtete (a tak málo posíláte), dočteme 2. část příběhu miloučké Lenky Hricové, vkročíme do Právní poradny přeplněné novinkami, vzděláme se v oblasti zdraví, seznámíme se s další hluchoslepou osobností ze světa, podíváme se, co nového třeba v takovém Chile, a nakonec si zapečeme chlebičky, neboť nejen Doteky živ je člověk.

Tak teda ano, pustíme se do toho, nic se nebojme.  
A mějme se rádi!

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

# ZPRÁVY Z LORMU



## Začalo to vloni v září...

Milí čtenáři Doteků a Lormáci,

až budete číst nebo poslouchat podzimní Doteky, budeme už znát vítěze 8. ročníku naší umělecké soutěže o Cenu Hieronyma Lorma i jména nejlepších sportovců z vašich řad, kterým v září v Kralupech slavnostně předáme medaile a diplomy. A také tou dobou budeme znát jména členů našeho spolku, kteří budou na příští 4 roky zvoleni na 13. Valné hromadě LORM z.s. do funkcí předseda, člen Výkonné rady a člen Dozorčí rady. Dnes je 21. července a vlastně jsem si psaním tohoto článku jen odskočila od příprav všeho výše uvedeného. Poprvé v historii LORMu budeme během 4 dnů pořádat tak rozsáhlou a na přípravu náročnou troj-akci. Asi tušíte, že je za tím vším neskutečné množství práce, a já se pokusím vám ji aspoň několika slovy nastínit:

Už vloni v září jsem objednala Hotel Sport v Kralupech a domluvila pronájem sportoviště, konkrétně atletický stadion, pro případ deště tělocvičnu. Oboje nám opět zdarma pronajme TJ Sokol Kralupy n. Vltavou.

Vloni v září jsme také podali žádost o nadační příspěvek na realizaci obou soutěží v grantovém řízení u Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška. Tomu samozřejmě předcházela příprava žádosti, rozpočtu atd. K naší velké radosti jsme se ještě před loňskými Vánoci dozvěděli, že náš projekt byl podpořen. Hned v prosinci jsme vám v Adventním infobulletinu poslali přihlášky na všechny zmíněné akce a znovu se vám se vším připomněli začátkem dubna v Jarním infobulletinu.

V mezidobí jsme na našich webových stránkách zveřejnili vše potřebné k oběma soutěžím včetně přihlášek a pravidel. A od jara se vám různými způsoby ozýváme s tématem umělecké soutěže i s termíny pro odeslání přihlášek i uměleckých děl. Jak konkrétně? Prostřednictvím terénních sociálních pracovníků, na stránkách časopisu Doteky, v Jarním a Letním infobulletinu. Na červnovém pobytu v Ústí nad Orlicí jsem dokonce účastníkům četla motivační dílo od naší



šéfredaktorky! Navíc s mnohými z vás jsem v průběhu června telefonovala, abych si ověřila, že nám k termínu uzávěrky skutečně stihnete poslat i vaše dílo. Jak to dopadlo? Poslali jste nám čtyři básnické texty do kategorie Poezie a deset literárních děl do kategorie Próza. Součástí soutěže je i výtvarná kategorie, do které se přihlásilo osm hluchoslepých tvůrců. Jejich díla budou vystavena na zářijové konferenci LORM a o vítězích rozhodnou účastníci setkání.

Ještě v červnu jsme museli zpracovat průběžnou hodnotící zprávu k podpořenému projektu a podat ji online v řádném termínu u Nadačního fondu Českého rozhlasu. Stihli jsme to s předstihem ještě před odjezdem na červnový pobyt...

Po návratu z pobytu se rozjel kolotoč příprav na plné obrátky. Nejdřív jsme začátkem července museli zkompletovat všechna přihlášená literární díla, naformátovat je a provést potřebné gramatické korektury, na tom jsme dělali ve 3 lidech. To vše poslat co nejdříve Odborné porotě k hlasování včetně instrukcí. Všechny potřebné podklady jsem také odeslala našemu webmasterovi, který během 2. červencového víkendu připravil e-hlasování. Ptáte se proč? Aby si kdokoliv ze zájemců mohl od 1. srpna na našich webových stránkách přečíst přihlášená díla v kategorii Poezie a Próza a elektronickým hlasováním spolurozhodl o tom, kdo z hluchoslepých autorů vyhraje Cenu veřejnosti.

Co dál? Připravit tiskovou zprávu, kterou zveřejníme se spuštěním hlasování 1. srpna a rozešleme do různých spřízněných redakcí, aby se o hlasování dozvědělo co nejvíce zájemců. Odeslat grafické podklady k přípravě diplomů pro vítěze literární i sportovní soutěže. V mezidobí vybrat a objednat věcné ceny pro vítěze umělecké soutěže, spočítat, kolik bude potřeba objednat medailí s logem Lormolympiády a kolik bude potřeba vytisknout diplomů. Musíme být připraveni na suchou i mokrou variantu sportování, navíc podle počtu přihlášených Lormáků je potřeba u diplomů počítat s rozdělením do kategorií muži a ženy nebo se smíšenou kategorií v závislosti na počtu přihlášených. Točí se vám z toho hlava? Sama jsem se dnes při tom počítání a kombinování docela zapotila, a to nezávisle na tropickém vedru za oknem.



Ted' si možná myslíte, že vše podstatné už máme připravené a je hotovo. Opak je pravdou! Do poloviny srpna musíme poslat všem přihlášeným účastníkům propozice s programem a informacemi k zářijové akci „3 v 1“. A také musíme všem členům našeho spolku odeslat alespoň 30 dnů před konáním Valné hromady veškeré písemné podklady: Program, Zprávu Dozorčí rady a Zprávu o činnosti LORMu za poslední 4 roky, Program činnosti na další 4 roky, Jednací řád... Navíc členům, kteří se zúčastní Valné hromady na dálku, tj. korespondenčně, budeme v půlce srpna posílat hlasovací lístky se jmény kandidátů do všech funkcí ve speciálně označené obálce s instrukcemi, jak mají hlasovat a do kdy nám mají zaslat vyplněné hlasovací lístky.

A to pořád není všechno. V mezidobí musíme zajistit veškerý program, dostatek průvodců a tlumočnicků, oslovit dobrovolníky, připravit seznamy účastníků pro hotel, rozpis ubytování, naplánovat jídelníček na všechny 4 dny, připravit výstavu k Ceně Hieronyma Lorma, zajistit vše ke sportovnímu dni od náradí, stopek a megafonu až po vlajku. Máme vůbec dostatek vytištěných červenobílých srdíček – nálepek na oranžové a žluté vesty pro sportovce a traséry? A také připravujeme malé překvapení, ale to vám zde nemohu prozradit, to by pak žádné překvapení nebylo.

Pokus o rychlé nastínění několika slovy mi zdá se nevyšel. Ale co se divím, vždyť vám popisuji práci, která začala v září loňského roku a skončí v lednu 2023, kdy odešleme „Světluškám“ závěrečnou hodnotící zprávu společně s vyúčtováním projektu. V mezidobí zveřejníme v tiskových zprávách jména vítězů obou soutěží a v příštím zimním čísle Doteků začneme postupně vydávat všechna vítězná literární díla. Takže to vlastně hned tak neskončí 😊.

*Petra Zimermanová*  
*ředitelka LORM z.s.*



## Okénko do Prahy

Milí Lormáci,

jelikož tvoření pro naši soutěž o Cenu Hieronyma Lorma je právě v plném proudu, nechala jsem se vámi inspirovat a dnes vám o našem květnovém klubu výjimečně zarecituji:

Národopisné muzeum jsme navštívili,  
abychom se společně pobavili.  
Čekala nás výstava haptická,  
byla to volba taktická.

Tradiční lidová kultura tématem byla,  
ale v muzeu nepříjemná paní žila.  
Pořád po nás něco chtěla,  
asi tento den špatný měla?

My si to však znepríjemnit nenechali,  
do blízké kavárny jsme odprchali.  
Dorty, kávu i vínko jsme měli  
a už nadále ničím netrpěli.

Co asi budeme příště dělat?  
Že bychom šli společně běhat?  
To bude pro vás překvapením...  
V zimním Okénku pak povyprávím 😊

S přáním klidných podzimních dnů vám všem

*Karolína Veselá  
terénní sociální pracovnice Praha*



# Okénko do Libereckého kraje



Vážení Lormáci a čtenáři Doteků,

v předminulém Okénku jsem vám psal o možnostech, kam zamířit v rámci klubových aktivit ve městě Liberci. Tentokrát bych se s vámi chtěl podělit o malou exkurzi po hradech a zámcích Libereckého kraje. Vybral jsem pouze 7 nejznámějších, ale abyste věděli, v této oblasti je přibližně 70 hradů, zřícenin a zámků. Takže je stále kam jezdit na výlety a co poznávat.

Jako první bych rád představil hrad a zámek Frýdlant, který patří mezi nejvýznamnější a nejrozsáhlejší památky v severních Čechách. Od roku 1801 je památka zpřístupněna veřejnosti. Tento rozsáhlý komplex obsahuje renesanční zámek vybudovaný na přelomu 16. a 17. století a středověký hrad postavený v polovině 13. století. Zajímavostí je, že Frýdlant je nejstarším hradním muzeem ve střední Evropě.

Další památka se stala hlavním symbolem celého Českého ráje. Jedná se o zříceninu gotického hradu Trosky, který byl založen koncem 14. století Čeňkem z Vartenberka. Tato stavba je jedním z nejnavštěvovanějších hradů v České republice. Trosky tvoří dvě známé věže, Panna (57 m) a Baba (47 m). Už od pohledu se jedná o opravdu nedobytnou stavbu, kterou se nepodařilo dobýt ani husitům.

Zámek Lemberk, původně středověký hrad, je známý především díky svaté Zdislavě, která na něm žila a podle legendy i konala zázraky. Lemberk překvapí svou bohatou barokní výzdobou nádvoří, dále pak sálem se vzácným kazetovým stropem s výjevy z Ezopových bajek, kaplí, zbrojnicí a černou kuchyní, kde se jídla připravovala na otevřeném ohni. Nachází se zde i takzvaná Zdislavina světnička, kde šlechtična pobývala.

Jako další jsem vybral hrad Kost z poloviny 14. století, jenž byl založen a vystavěn Benešem z Vartenberka. Jedná se o jeden z nejzachovalejších gotických hradů v Čechách. Roku 1635 hrad vyhořel a pak delší dobu chátral. Nyní je v rukou potomků rodu Netolických a Kinských, kteří trvale žijí v Itálii, ale do Čech často jezdí. Hrad Kost sestá-



vá z dominantní hranolové Bílé věže a menší věže zvané Lidomorka. Dále je součástí stavby hradní palác.

Královský hrad Bezděz postavený ve 13. století je jednou z našich nejvýznamnějších gotických památek. Nachází se na 604 metrů vysokém kopci a je velmi obtížně přístupný. Jedná se o hrad na nejvyspělejšímu stupni ve vývoji hradů vůbec. V minulosti významně zasahoval do českých dějin. Stavba obsahuje 35 metrů vysokou věž, z níž jsou vidět Krkonoše a Jizerské hory, dále královský palác s kaplí a purkrabský palác.

Další zajímavou stavbou je státní zámek Hrubý Rohozec. Datuje se do 2. poloviny 13. století a patří mezi nejstarší stavební památky oblasti Turnovsko. Obýval jej například rod Vartenberků, Krajířů a Des Foursů a po bitvě na Bílé hoře koupil zámek Albrecht z Valdštejna. Stavba je obklopena anglickým parkem a uvnitř si prohlédnete dvacet honosně zařízených místností.

Jako poslední představuji hrad Kokořín ležící uprostřed chráněné krajinné oblasti Kokořínsko. Jeho počátky se nachází ve 14. století a do dnešní doby byl několikrát přestavován. Zajímavostí je, že tvar jeho hradeb připomíná loď, která má místo stožáru kulatou věž. V 19. století se z hradu stala úplná zřícenina, kterou odkoupil Václav Špaček a započal rozsáhlou rekonstrukci, jež byla dokončena v roce 1918. Jednalo se o první komplexní záchranu středověké zříceniny v Čechách. Nyní je hrad v rukou dědiců rodu Špačků. Dominantou stavby je kulatá věž a palác, na jehož stěnách jsou malby s rytířskými motivy.

Tímto bych chtěl zakončit naši krátkou procházku po hradech a zámcích Libereckého kraje. Věřím, že vám jsou mnohé z historických klenotů dobře známé a že jste některé měli možnost i osobně navštívit. Přeji vám mnoho příležitostí k objevování krásných a starobylých památek v celé České republice!

*Václav Skalický  
terénní sociální pracovník Praha a Liberec*

# Okénko do Jihočeského kraje



Milí čtenáři,

v minulém Okénku jsem vám popisovala, jak se připravuje pobyt, co vše se kolem toho musí zařídit. Je to pár dní, kdy jsme se z pobytu vrátili, a možná některé z vás zajímá, jak to celé ve skutečnosti proběhlo. O konkrétní náplni se jistě dozvíte z článků účastníků.

V úvodu se vrátím do doby před odjezdem, kdy poslední dva týdny byly hektické – bylo nutno vše „doladit“ a potvrdit. Co kdyby někdo zapomněl, že nám slíbil nějakou komentovanou prohlídku? Program pobytu jsem měla připravený více jak dva měsíce. Teď stačilo pouze se připomenout a vysvětlit, jak potřebujeme prohlídky přizpůsobit našim potřebám. Také jsem dokončila odborný program – hry s Lormovou abecedou, znakovým jazykem a další. Konečně se mi podařilo získat jídelní lístek – to bylo překvapení! Zjistila jsem, že jsme „sportovci“ – tak totiž byl jídelní lístek nazván. Dále jsem se v něm dočetla, že některé dny nás bude 51, jiné pouze 31. O dietách ani slovo. A tak jsme si v LORMu jídelníček upravili sami a doufali, že hotel nám ho potvrdí. Skutečně potvrdil. Bohužel si diety kuchaři upravovali podle sebe, a tak někteří z nás nikdy nevěděli, co budou za pár minut jíst. Jednání s hotelem bylo kurzem asertivity. Nebo by se to dalo chápat tak, že se nás jeho zaměstnanci snažili stále překvapovat. Třeba tím, že nám odnesli z pokojů použité ručníky a osušky, ale na čisté jsme měli počkat do druhého dne. Vše pomáhala řešit pohodová atmosféra, která na pobytu vládla, neméně pak tolerance všech zúčastněných. Že někomu nefungovala televize? Nevadilo to. Buď to dotyční na pokoji zvládli bez ní, anebo si jí vyměnili s tím, komu fungovala a nechtěl v ní nic sledovat.

Jak jsem již psala, na pobytu byla pohodová atmosféra plná vzájemného pochopení, respektu a potřeby pomoci. Právě TO bylo to nejhezčí, kvůli čemu budu na tento pobyt ráda vzpomínat. Z hodnocení pobytu účastníky jsem pochopila, že opravdu to nejdůležitější pro ně, a pravděpodobně pro vás všechny, jsou vztahy mezi vámi klienty navzájem. Velmi často říkali, že přínosem pobytu je hlavně

znovu se setkat se svými kamarády, získat kamarády nové a něco společně zažít. Pevně proto věřím, že vše toto se nám na pobytu skutečně povedlo.

*Jana Radová  
terénní sociální pracovnice Jindřichův Hradec*



## STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY

### Ztrácena v lese

Tato vzpomínka je věnována mému notorickému a chronickému ztrácení se (nejen) v lese. Psal se rok 2003 a my s LORMem vyrazili na týdenní pobyt do Milov (německy Millau), též zvaných Moravské Milovy (to jsou i nějaké České?). Nahlédneme-li do Wikipedie, dočteme se, že Milovy jsou osadou obce Sněžné v kraji Vysočina, okrese Žďár nad Sázavou a protéká jimi řeka Svatava.

Osada vznikla v roce 1731, kdy novoměstská vrchnost povolila třem poddaným, aby si zde postavili domky. Ty vznikly u Milovského rybníka, založeného v roce 1610 Vilémem Dubským z Třebomyslic. V roce 1740 zde vznikla vysoká pec na výrobu železa, postaven byl i vrchnostenský dvůr a kořalna (no vida!). V provozu byla asi do roku 1830, hamr dokonce do roku 1869. Roku 1850 byly Moravské Milovy přičleněny ke Sněžnému. Roku 1935 postavil u rybníka Alois Chocholáč turistický hotel, který fungoval po roce 1948 jako „zotavovna ROH Devět skal“. V roce 1987 zde byl vybudován nový velký hotel Devět skal.

Takže jsme v tomto krásném kraji, v tomto krásném hotelu obklopeném lesy, celí natěšení na krásný společný týden. Lesy. To bych si mohla každé ráno před rozcvičkou zaběhat, formu utužit, duši oblažit, no ne? No jo. Hned druhý den ráno, téměř ještě za kuropění (přeháním), svižným

a ladným krokem – co kdyby mě někdo náhodou zahlédl –hopkám v dál mezi statné velikány smrkové, ztepilé jedle a šumící bučiny a dubiny, abych, sotva že zmizím z možného dohledu, přešla do běhu standardního = dusání, soptění, frkání, hekání, pajdání, smrkání a po dechu lapání. To víte, utužit formu není nic lahodného pro oko, ba často ani pro sluch pozorovatele. „Tu krásu nelze popsat slovýýý...“, sípěla jsem s panem Jiřím Suchým, který v písni sice opěvuje ženu, ale přátelé, ruku na srdce, kam se hrabe jakákoliv baba na probouzející se letní les? A kochala se, vzhlížela k probleskujícímu sluníčku mezi vysokými vrcholy jehličnanů, cestičkou nahoru, kopečkem dolů a zase nahoru – kruciš, už to jde nějak ztěžka, že by pro dnešek stačilo? Tradááá, troubím k ústupu, ranní rozcvička čeká... Ale kudy? Tudy! Ne. Tak tamtudy? Rovněž ne. A je to tady, zase jsem se ztratila! Pozor, slyším zvuky těžby, to bude ono, chlapi mi poradí. A poradili, akorát že blbě. Síly ubývá, paniky přibývá, co teď? Koník zaržál, rolničkou zacinkal, chystá se na celodenní dřinu v lese, hurá, koňovod mě zachrání správným nasměrováním. To už sotva stojím na nohou, tvář v barvě čerstvého tuřínu, od hlavy k patám zbrocená potem, jazyk přilepený na patro... Hned na pošesté se staříkovi podařilo dešifrovat mé blekotání coby žádost o postrčení k hotelu, práskl opratěmi a krokem rozeného válečníka vyrazil. Prvních pár kilometrů jsem se držela šemíka za ohon, zbytek jsem absolvovala zavěšená na postroji, vydaná všanc všemu a všem. Ó, jak mi to bylo jedno! Konečně. Tisíceré díky, rukou potřepání a jsem doma. Lormáci, posílení rozcvičkou a vydatnou snídaní, v klidu a dobrém rozmaru zažívající pozřené dobroty, s údivem zírají na nevábně vonící cizinku potácející se jim mezi stoly. Zvysoka dosednu k tomu svému a ignoruji šokované pohledy spolusedících. Nakonec hutné ticho roztrhne dobře míněnou radou Jaruška Sedláčková: „Ale Zdeničko, neměla by ses po ránu tak dlouho máčet v horké vaně, jsi z toho celá rudá! A taky by ses měla trochu víc poutírat, vždyť z tebe ještě kape voda!“ 😊



*Zdena Jelínková*  
*šéfredaktorka Doteků*



# PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

## Šťastnou cestu!

Vážení čtenáři,

touto cestou mi dovozte vyslovit poděkování celému pracovnímu kolektivu LORM z.s za dobře odvedenou práci! Velké díky na prvním místě určitě patří paní ředitelce Petře Zimermanové, která profesionálně celou organizaci po léta vede. A také bych chtěla poděkovat „mým terénkám“ Veronice a Dance, s nimiž se k mé velké lítosti musím rozloučit. Obětavě a ochotně mi poskytovaly pomoc v nejedné obtížné situaci, ztráta zraku a sluchu je zásah do života každého člověka a to platí i pro mne. Dlouho jsem se s touto těžkou situací nemohla vyrovnat... Další ránou pro mě byla ztráta manžela. A právě v této době mi byla podána pomocná ruka ze strany LORMu v osobě Veroniky a později Danky. I v dalších těžkých časech, kdy propukla covidová pandemie, stál LORM při mně a pomáhal. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat Zdeně Jelínkové, která byla věrná LORMu po řadu let a dokázala zorganizovat a vést různé akce. A to nejdůležitější – bravurně vytvořit dobrou atmosféru. Také mi podala pomocnou ruku četnými rozhovory, které se nejednou blížily profesionálnímu rozhovoru psychologa. Nesmírně si vážím náročné práce vás všech a vám, Veroniko a Danko, přeji do dalších životních kroků šťastnou cestu!

*Júlia Skopalíková*

## Konečně zase na pobytu!

Po dlouhé době covidové epidemie se LORMu podařilo zorganizovat pobyt pro nás hluchoslepé. Cesta do Ústí nad Orlicí nebyla jednoduchá, vlaky zpožděné, na silnicích kolony... Ale dorazili jsme všichni v pořádku. Ubytování bylo pěkné, jídlo chutné a personál ochotný.



Ráno jsme začínali rozcvičkou s Vaškem, lormáckým terénním sociálním pracovníkem. Na začátku pobytu jsme si společně s našimi průvodci zopakovali prostorovou orientaci – chůzi po schodech, procházení dveřmi, usedání na židli, překonávání překážek... Při muzikoterapii jsme se seznámili s netradičními hudebními nástroji z různých koutů světa. Zajímavou formou jsme si procvičili Lormovu abecedu a taktilní znakový jazyk.

Výlet do Litomyšle byl výborný, průvodkyně byla velice příjemná a ochotná, vyprávěla nám zajímavou historií zámku, dozvěděli jsme se něco o životě nejznámějšího rodáka Bedřicha Smetany, o architektuře, především o známé zámecké fasádní výzdobě. Překvapil nás účel širokého schodiště, po kterém se mohlo panstvo na hřbetě koně dostat až do prvního patra. Pěkná byla procházka městem a klášterní zahradou za účasti průvodce. Milým překvapením bylo setkání s Martinou Křížovou, bývalou terénní sociální pracovnící LORMu. Moc jí to slušelo a představila nám i své tři malé děti, kterým se naplno věnuje.

Velmi zajímavá byla návštěva muzea v Letohradu, kde jsme si prohlédli expozici školní třídy a seznámili se s nelehkými začátky povinné školní docházky v dobách minulých. Neposlušní žáci byli nepřiměřeně tělesně trestáni například bitím rákoskou přes prsty, taháním za vlasy či klečením na polínku. To jsem si vyzkoušel i já a nebylo to tedy nic příjemného, zvláště v mém věku.

Týden utekl jako voda a já jsem moc rád, že po dlouhé době jsem měl možnost se zase setkat se svými kamarádkami a kamarády. Potkat a poznat nové členy a průvodce.

Děkuji zaměstnancům LORMu – Janě, Petře i Vaškovi – za organizaci a příjemný pobyt. Moc bych chtěl poděkovat i Marušce a Ivošovi a také skvělé a úžasné Bohunce, která mě opatrovala a vytvářela pohodu.

Milí čtenáři, srdečně vás zdraví opička Kiki, Bohunka a Milan.

*Bohunka Frydrychová  
Milan Koklar*



## Jihočeský klub

Jihočeši z LORMu měli setkání na českobudějovickém náměstí u Samsonovy kašny. Průvodkyně nás seznámila se založením města Přemyslem Otakarem II. ve 13. století. Po něm je náměstí pojmenované. Je to druhé největší náměstí čtvercového tvaru v České republice. Město na jihu Čech mělo být protiváhou k stoupající moci rodu Rožmberků. V roce 1641 zde došlo k velkému požáru, který způsobil neopatrný ranhojič při přípravě masti, která se vznítila a začala hořet střecha. Celkem 226 domů a velká část opevnění lehlo popelem.

Kdo by neznal Černou věž tohoto náměstí! Sám jsem na věž vylezl v roce 1965, to mi bylo 15 let. Pamatuji se na dřevěné ochozy. Dnes jsou tam také, ale leze se dosti strmě po žebříku. Je to rychlejší, ale namáhavé. Nedaleká budova restaurace Masné krámy byla postavena v 16. století a dle dobové kroniky si mnoho chvály nezasloužila. Nyní je to kulturní památka.

Došli jsme na Piaristické náměstí, kde se dvakrát za týden konají menší trhy. Poslední král, který České Budějovice navštívil, byl asi král Miroslav z Pyšné princezny. Na záběrech z pohádky jsme ho mohli vidět, jak přijíždí mezi trhovce. My jsme naši prohlídku příjemně zakončili v klášterní cukrárně.

*Milan Koklar*

## Co pro mě znamená kniha

S tou svojí oční vadou, která mě provází od narození, jsem si vždy dovedla poradit natolik, že místo toho, abych lkala nad nepřízní osudu, dovedla jsem brát život vesele. Ale když se i po několika operacích zrak zhoršil natolik, že jsem nemohla číst, byla to pro mě přímo pohroma. A tehdy zasáhl osud. Dcerka Stáňa, která zdělila stejnou oční vadu, jakou mám já, musela do školy pro zrakově postižené do Prahy. Tam jsem se poprvé dozvěděla o půjčovně zvukových knih. A právě to mi pomohlo. Nejdříve byly zvukové knihy na kotoučích a magnetofonové pásky neměly tak kvalitní



zvuk, pak jsme s jásotem přivítali kazety a dnes máme kvalitní CD nahrávky. Kolik krásně načtených knih jsem si mohla poslechnout a jak mi poslech knih pomohl v době covidové pandemie! Když se k oční vadě přidala ještě sluchová, pořídila jsem si speciální bezdrátová sluchadla, z půjčovny zvukových knih mě nadále zásobují a já si říkám, že i tady jde život dál...



*Pavla Sykáčková*

## **Hrdlička divoká**

Jednou, když jsem šel přes dvorek na zahradu, všiml jsem si, že na dvorku na zemi sedí příkrčená hrdlička, křídla mírně roztažená. Byla připravena ihned uletět. Opatrně jsem prošel na zahradu a sledoval, jestli hrdlička uletí, nebo zůstane. Zůstala. Sbírala cosi, co tam bylo pro slepice. Po chvíli jsem opatrně prošel zpět. Opět zůstala. Vždycky jsem tam něco přisypal a ona si zvykla. Za několik dní už věděla, že jí ode mne nebezpečí nehrozí, a tak zůstávala nebo někde poblíž čekala, že jí tam zase něco přisypu, a já přisýpal tak, aby to dobře viděla. Za dalších několik dnů už sedávala na ráhně, kde jsme obvykle klepali koberce nebo větrali peřiny. Už čekávala na tom ráhně přímo nad místem, kde ode mne dostávala potravu. Pak jsem zkusil místo na zem si nasypat zrní do zvednuté dlaně tak, aby to hrdlička dobře viděla. Potom jsem se snažil tu moji dlaň opatrně přisunout hrdličce na dosah. Podařilo se! Hrdlička neodlétla a zprvu velice ostražitě, ale přece jen začala zobat z mé dlaně. Až si zvykla na tento způsob krmení, tak jednou, když byla plně zabrána do zobání, jsem jí pomaloučku pod její nohy podsunul ukazováček mé pravé ruky. Také si zvykla, až nakonec místo na ráhno mi začala přilétat na ruku. Zvykla si na mne natolik, že pak už jsme byli docela kamarádi a asi jsme se na naše setkávání těšili oba. Zkuste něco podobného, je to úžasný pocit, když si dokážete získat takovouto důvěru!

*František Hynek*



# PŘÍBĚH

## Snažím se žít tak, jak chci

Část druhá

*(První část příběhu Lenky Hricové najdete v předcházejícím čísle Doteků)*

*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.*

Speciální pedagogika byla původně mým druhým oborem, nic moc jsem o ní nevěděla a poznávala jsem ji až na fakultě. Ale musím říct, že mi ten obor učaroval – hlavně surdopedie, oftalmopedie a somatopedie. Nejrady bych studovala tuto trojkombinaci, ale to nebylo možné, takže jsem zvolila surdopedii a logopedii. Byla jsem od začátku nadšená setkáním s českým znakovým jazykem. V průběhu vysoké školy jsem už měla spoustu svých aktivit propojených s oborem svého studia. Cyranovy boty měly jednu sekci, která se věnovala integrované pohybové tvorbě. Součástí skupiny byli lidé s různým tělesným postižením. Moc mne to s nimi bavilo. Hodně jsem také chodila do divadel, doučovala všude možné němčinu, popřípadě angličtinu, někdy také děti se sluchovým postižením. Postupně jsem německý jazyk učila i studenty se sluchovým postižením na Masarykově univerzitě v rámci střediska Teiresiás. I při praxích se mi podařilo propojit speciální pedagogiku s němčinou, za to jsem byla velmi šťastná. Měla jsem velké štěstí na lidi – zejména v Německu jsem zažila



praxe, které byly rozsáhlé co do času i šíře aktivit a ohromně přínosné. Stáží jsem tam zažila vícero, některé v rámci doktorského studia, které jsem zahájila hned po studiích. Od jeho 2. ročníku jsem pracovala na fakultě na půl úvazku, který se mi rozšířil po absolutoriu na plný. Práce mne bavila a vyčerpávala zároveň. Vnímám ji jako velmi dobrou zkušenost, ale cítila jsem se v neustálém záprahu, neuměla jsem vypnout a odpočívat. A moje tělo mi ukázalo, že takto se to dělat nedá. Především mne bavila práce se studenty, pokud měli zájem o obor, což ale nebylo vždycky a u všech. Už předem jsem věděla, že akademická půda nebude cesta pro mne. I když s univerzitou dodnes ráda spolupracuji, nechtěla jsem zůstat, táhlo mě to do praxe. Po osmi letech jsem dostala nabídku nastoupit v Audio Fon Centru u pana docenta Lejsky jako surdoped a logoped ve vznikajícím centru a neváhala jsem ani okamžik.

Měla jsem ovšem jeden velký sen, a to dozvědět se něco víc o hluchoslepotě – od zahraničních odborníků, kteří se jí věnují celý svůj profesní život. Po skončení na fakultě jsem tedy absolvovala intenzivní měsíc studia na univerzitě v Nizozemsku (Rijksuniversiteit Groningen). Další rok jsem pak ještě paralelně se začátky v novém zaměstnání studovala a věnovala se výzkumu k diplomové práci, kterou jsem tam obhajovala v září 2016. Obor se jmenoval Komunikace a hluchoslepotu a byl zaměřený především na hluchoslepotu u dětí. Byla jsem nadšená koncepcí studia, informacemi, které jsem tam načerpala, přístupem a lidmi, které jsem měla možnost potkat. Dopředu jsem nepromýšlela, že je to vlastně vysokoškolský obor a bude to náročné. A asi je to dobře, protože jinak bych se svou slabší znalostí angličtiny dost váhala. Prostě se to stalo a jsem za to ráda.

V Audio Fon Centru pracuji od října 2015. Moje práce byla od počátku velmi tvůrčí a cením si toho, že nám byla dána volnost, jak co organizovat. Postupem času se mi činnost různě proměňovala podle potřeb nás i klientů. Mými klienty jsou především děti se sluchovým postižením od velmi raného věku (od zjištění postižení) a potažmo i jejich rodiny. Věkové spektrum je tedy široké. Moje práce spočívá především v poskytování surdopedické a logopedické péče, kterou nabízím dětem individuálně i ve skupinách. Dále se věnuji



měření sluchu a zisku ze sluchových pomůcek u malých dětí behaviorální metodou vizuálně posílené audiometrie (VRA – visual reinforcement audiometry) a přímo spolupracuji při nastavování kochleárních implantátů.

Také připravuji a realizuji pobyty pro rodiny s různým cílem a náplní. Moje práce mě nejen baví, je mi vlastně současně i velkým koníčkem. Asi právě proto se stále prolíná i do mých mimopracovních a volnočasových aktivit. Když přemýšlím nad tím, co mne na ní eventuálně nebaví, tak je to někdy pocit marnosti u práce s dětmi, u kterých vidím potenciál, ale chybí dostatečná podpora ze strany rodičů. To mě dokáže hodně potrápít.

A teď už k LORMu – naše spolupráce se datuje do února 2007, kdy jsem jela jako průvodce na lyžařský pobyt. V té době jsem měla už první zkušenosti s lidmi s hluchoslepotou za sebou. Účastnila jsem se v létě 2006 jako dobrovolný pomocník mezinárodního pobytu v Rožnově pod Radhoštěm, organizovaného spolkem VIA hluchoslepých, jednalo se o Evropské prázdniny hluchoslepých. Setkání pro mne hodně znamenalo, nadchlo mne a myslím, že bylo dost rozhodující v mém dalším směřování. I když tato zkušenost byla spíše pozorovací, takový vhled do problematiky, hodně věcí jsem si uvědomila, nad mnoha věcmi přemýšlela.

Když jsem pak jela na pobyt s LORMem, měla jsem samozřejmě obavy, abych průvodcovství a trasérování zvládla, ale byl to pro mne velmi hezký zážitek. Pamatuji si na běžkování, které se lišilo klient od klienta, taneční večer, společné tvoření. Následně jsem se účastnila několika dalších pobytů, většinou letních. Dobrovolníkem jsem jednou byla i na Lormolympiádě. Také ráda vzpomínám na svou dávnou účast ve sbírce Červenobílé dny. Chodily jsme tehdy s mojí sestrou a pojaly jsme pouliční vybírání do kasičky velmi osvětově, až přednáškově, řekla bych 😊. Také vzpomínám na výborný seminář k prostorové orientaci, který s námi v rámci mého studia na pedagogické fakultě měla metodička LORMu Zdena Jelínková. Její výukou jsem byla ohromena a hltala jsem praktické informace a zkušenosti, které s námi sdílela. Pak si rovněž cením jejích odborných komentářů k průvodcovství na pobytech samotných. Hodně mne to obohatilo. Vedle pobytů s LORMem jsem ještě jezdila na pobyty se spolkem VIA



hluchoslepých. Některé byly v zahraničí (Šoproň, Záhřeb, Visegrád, Lenzerheide), účastnila jsem se jako dobrovolník i mezinárodní akce organizace Záblesk – konference Listen to me 5. Problematika hluchoslepoty mne zajímala a zajímá opravdu hodně, a to jak teoreticky, tak ještě více prakticky.

S LORMem spolupracuji moc ráda. Občas přednáším pro tým pracovníků v rámci školení zaměstnanců, poskytovala jsem školení kolegyním i v rámci praxí. Snažím se šířit a předávat informace, pokud je třeba, a pomáhat jakkoli, pokud mohu. Spolu s kamarádkami jsme v rámci jednoho z pobytů pořádaly pro klienty LORMu workshop bubnování s koncertíkem kapely Spálený sušenky (kapelu jsme založily v roce 2008). Toho se pro změnu účastnila moje druhá sestra. Zapojuji do svých aktivit celou rodinu, včetně mých suprových neteří.

Organizaci LORM vnímám jako nepostradatelnou službu v naší společnosti. Velmi si cením její existence a významné činnosti. Přála bych všem jejím pracovníkům a spolupracovníkům hodně sil do budoucího působení a také by bylo fajn, kdyby se dařilo nacházet nové nadšené spolupracovníky. Klientům přeji, aby si mohli v klidu vychutnávat hezké chvíle při pobytech a všech různých akcích, které pro ně organizace připravuje.

Já sama se snažím žít ve stylu CARPE DIEM. Myslím, že je velmi důležité užívat každý jednotlivý okamžik života a vnímat ho naplno. Snažím se žít tak, jak chci, a dělat, co chci, co mě baví, spojovat užitečné s příjemným a příjemné s užitečným, být v souladu a těsném kontaktu s přírodou a rozdávat okolo sebe radost. V žití v přítomném okamžiku a prožívání radosti mne hodně obohacují děti, se kterými pracuji. A nejen ty, všechny děti. Umějí to nejlépe, je jim to přirozené.

*Milá Leni, myslím, že netřeba cokoliv dodávat, vše důležité bylo řečeno, přečteno. Ale poděkovat, to třeba je, ne jen tak nějak formálně, aby řeč nestála, ale upřímně a od srdce – děkuji, děkujeme a ať vždycky můžeš svobodně dělat jen to, co sama chceš, ti přejeme!*

Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků



# PRÁVNÍ PORADNA

## Novela tzv. úhradové vyhlášky

Vážení přátelé,

Dnem 1. 3. 2022 vstoupila v účinnost novela vyhlášky, kterou se mění vyhláška č. 505/2006 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách ve znění pozdějších předpisů. Jedná se o tzv. úhradovou vyhlášku, kterou se stanoví ceny za jednotlivé úkony a služby v souvislosti s poskytováním sociálních služeb. NRZP ČR intenzivně vyjednávala s MPSV ČR, aby maximální ceny úkonů, především v osobní asistenci a pečovatelské péči, nebyly vůbec zvyšovány, nebo pouze minimálně.

Podařilo se nám vyjednat to, co jsme považovali za klíčové, že **maximální částka úhrad za hodinu osobní asistence, pečovatelské služby, průvodcovské a předčitatelské služby, podporu samostatného bydlení, odlehčovací služby, centra denních služeb, denní stacionáře, chráněné bydlení a sociální rehabilitaci se zvyšuje pouze o minimální částku ze 130 korun na 135 korun.**

Novela vyhlášky výrazným způsobem mění ceny za některé služby, ale také za stravu a ubytování v zařízeních sociálních služeb. V odkaze pod textem najdete úplné znění novely vyhlášky i s novými cenami. Nejvíce se zvyšují částky za ubytování a stravu v zařízeních sociální péče, kde je to však logické, protože podstatně stouply náklady na tyto služby, především vzhledem k rychlému růstu cen energií. Cena energií se nutně musí výrazně projevit v cenách stravy a ubytování. V dnešní době již nebylo možné za původní částku, určenou na stravování, podávat kvalitní stravu. MPSV ČR s námi jednalo velmi intenzivně a nakonec se nám podařilo dohodnout tento velmi dobrý kompromis, který také schválilo předsednictvo NRZP ČR.

*Mgr. Václav Krása  
předseda NRZP ČR*

# Příspěvek na zvláštní pomůcku pro osoby se zdravotním postižením



Některé osoby se zdravotním postižením mohou zažádat o příspěvek na zvláštní pomůcku anebo dokonce na motorové vozidlo. Kolik peněz dostanou?

O příspěvku na zvláštní pomůcku pojednává zákon č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením. Už na úvod je dobré říct, že existuje ještě jedna dávka, díky které můžete získat příspěvek na zakoupení motorového vozidla, nicméně ta je určena pro pěstouny. Dnes se podíváme právě na tu pro osoby se zdravotním postižením.

## KOMU JE URČEN PŘÍSPĚVEK NA ZVLÁŠTNÍ POMŮCKU?

Nárok vzniká osobě, která má těžkou vadu nosného nebo pohybového ústrojí, sluchové postižení anebo těžké zrakové postižení. To za předpokladu, že se jedná o dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav.

V případě těch, kteří chtějí příspěvek na zvláštní pomůcku na motorové vozidlo anebo speciální zádržný systém, se pak ještě do zdravotních postižení započítává i těžká anebo hluboká mentální retardace, která je také dlouhodobě nepříznivá.

Je pak vycházeno z toho, že dlouhodobě nepříznivým zdravotním stavem se pro tyto účely rozumí stav, který podle lékařů trvá déle než 1 rok.

## PODMÍNKY PŘIZNÁNÍ PŘÍSPĚVKU NA ZVLÁŠTNÍ POMŮCKU

Mezi hlavní podmínky patří, že

- osoba může zvláštní pomůcku využívat,
- zvláštní pomůcka umožní osobě sebeobsluhu nebo jí pomůže zrealizovat pracovní uplatnění, přípravu na budoucí povolání, získávání informací, vzdělávání anebo styk s okolím,
- pomůcka musí být hrazena z veřejného zdravotního pojištění anebo je pojišťovnou zapůjčena,
- osoba musí být starší 3 let, pokud se žádá o příspěvek na motorové vozidlo, úpravu bytu, schodolez, zvedací systém apod.



- osoba musí být starší 15 let, jestliže je příspěvek určen na vodícího psa,
- osoba se opakovaně v kalendářním měsíci dopravuje, je schopna řídit anebo být převážena, jestliže je příspěvek určen na pořízení motorového vozidla.

Stanovení výše příspěvku je trochu složitější. V základu se totiž rozlišuje, zda se jedná o pomůcku s cenou nižší, nebo vyšší než 10 000 Kč. Pokud by byla cena nižší, příspěvek se poskytne osobě, u které příjem domácnosti nepřesahuje 8násobek životního minima. Vždy jsou navíc posuzovány příjmy všech osob v domácnosti. Počítejte však se spoluúčastí osoby 1 000 Kč. Ve výjimečných případech lze příspěvek poskytnout, i pokud není dodržen limit příjmů domácnosti.

Jestliže je pomůcka dražší než 10 000 Kč, spoluúčast osoby činí 10 % z ceny zvláštní pomůcky. V případě, kdy osoba nemá dostatek financí, může být určena nižší míra spoluúčasti. Nesmí být však nižší než 1 000 Kč.

Maximální výše příspěvku může činit až 350 000 Kč. Pro osoby, které potřebují plošinu, je pak ještě vyšší. Mohou získat až 400 000 Kč.

#### KDE ZAŽÁDAT O PŘÍSPĚVEK NA ZVLÁŠTNÍ POMŮCKU?

Žádost o příspěvek na zvláštní pomůcku podáváte krajské pobočce Úřadu práce ČR. Doručit ji můžete osobně, prostřednictvím pošty anebo elektronicky e-mailem s uznávaným elektronickým podpisem anebo datovou schránkou.

*(kráceno)*

Zdroj: [https://www.finance.cz/541471-prispevek-na-zvlastni-pomucku/?utm\\_source=www.seznam.cz&utm\\_medium=sekce-z-internetu](https://www.finance.cz/541471-prispevek-na-zvlastni-pomucku/?utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=sekce-z-internetu)

## Zdravotní pomůcky pojišťovny hradí jen přes Poukaz

*Zdravotnické pomůcky imobilním pacientům pojišťovny hradí na Poukaz od lékaře prostřednictvím výdejen zdravotních potřeb. Nikoli přímou úhradou pacientovi. Některé pomůcky navíc před vydáním pojišťovny ještě schvalují.*





Zdravotnické prostředky pacientům s onemocněním pohybového aparátu zdravotní pojišťovna proplácí v plné nebo částečné výši vždy na Poukaz na léčebnou a ortopedickou pomůcku. Daný prostředek tedy obstará výdejna zdravotních potřeb, kde si ho pacient obvykle i vyzvedne. Na účet výdejny pak zdravotní pojišťovna zasílá peníze. A stejně jako u léků, tak i u zdravotnických prostředků doplácí případný rozdíl mezi úhradou od pojišťovny a skutečnou cenou pomůcky sám pacient jako doplatek. Znamená to, že pojišťovna pacientovi neproplatí takový zdravotnický prostředek, který si zakoupil sám a následně požádal o jeho úhradu.

„Zdravotní pojišťovna nemůže dodatečně proplatit pacientovi zdravotnický prostředek, který si sám zakoupil,“ upozorňují na webu zástupci Všeobecné zdravotní pojišťovny ČR (VZP ČR) s odkazem na zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, který úhrady zdravotnických prostředků pro pacienty s poruchou mobility upravuje.

Zástupci pojišťovny dále upozorňují, že vystavovat zmínovaný Poukaz mohou jen v zákoně přesně vyjmenované lékařské odbornosti, to s ohledem na typ kompenzační pomůcky. Zdravotnický prostředek tak nemůže předepsat automaticky každý lékař.

## PRESKRIPTIVNĚ NEPŘÍKAZOVANÉ ZDRAVOTNICKÉ PROSTŘEDKY

K pojišťovnou hrazeným zdravotnickým prostředkům pro imobilní pacienty patří berle podpažní a předloketní. Dále nástavec na WC. Na tyto prostředky vystavuje Poukaz přímo předepisující lékař. Například internista, traumatolog, chirurg, diabetolog. Dále neurolog, ortoped, lékař se specializací v oboru ortopedické protetiky, rehabilitační lékař, revmatolog a všeobecný praktický lékař. U berlí předloketních speciálních s výjimkou diabetologa, internisty a traumatologa, upozorňuje VZP ČR.

Od letošního ledna předepisují berle podpažní, předloketní a speciální i sestry se specializovanou způsobilostí. Navíc předepsání a úhradu jmenovaných zdravotnických prostředků nepodmiňuje dopředné schválení od zdravotní pojišťovny.



„Předepisující tyto pomůcky může rovnou předepsat na Poukaz na léčebnou a ortopedickou pomůcku,“ potvrzují zástupci VZP ČR.

Ze zdravotního pojištění se hradí nanejvýš jeden pár berlí podpažních za dva roky. Dále maximálně dva kusy berlí předloketních za dva roky a jeden kus nebo jeden pár berlí předloketních speciálních za dva roky. Nástavec na WC pojišťovna imobilním pacientům hradí nejvýše jedenkrát za tři roky.

Pacientům, kteří jsou kvůli onemocnění pohybového aparátu omezeni v běžných činnostech a ke zlepšení jim nepomůže ani používání hole nebo berle, pak pojišťovny uhradí chodítka. Poukaz na ně opět vystavuje lékař. S ohledem na zdravotní stav pacienta vybírá z několika variant chodítek. Na trhu jsou dostupná dvou-, tří- nebo čtyřkolová chodítka. Dále čtyřbodová, kloubová nebo s podpažními podporami.

Chodítka kolová a bodová, s výjimkou chodítek kolových s podpurnými prvky a dětských chodítek, předepisuje geriatr, neurolog, lékař se specializací v oboru ortopedické protetiky. Dále ortoped, rehabilitační lékař, revmatolog, chirurg a všeobecný praktický lékař. „Ze zdravotního pojištění je hrazen maximálně 1 kus za 5 let. Dětská chodítka může předepsat jen lékař odbornosti ortopedie, chirurgie, neurologie, ortopedická protetika nebo rehabilitace,“ upřesňují zástupci pojišťovny.

## ZDRAVOTNICKÉ POMŮCKY SCHVALOVANÉ POJIŠŤOVNOU

Plně nebo částečně pojišťovny imobilním pacientům přispívají na skupinu zdravotnických pomůcek, které ale nejprve schvalují. Lékař tedy vystaví Žádanku o schválení/povolení, čímž požádá zdravotní pojišťovnu o souhlas s preskripcí dané pomůcky.

„Požadavek musí být z medicínského hlediska zdůvodněn. Což znamená, že lékař uvede aktuální zdravotní stav pacienta včetně podrobného popisu hybnosti a pohybových schopností,“ upozorňuje VZP ČR s tím, že teprve poté lékař vystaví Poukaz.



ny mechanické vozíky základní a základní variabilní. Dále vanové zvedáky, polohovací lůžka elektrická, antidekubitní matrace, zdravotní kočárky, polohovací zařízení, pojízdný zvedák aj. Oprávněn k jejich preskripci je většinou specialista v oboru geriatric, neurologie, ortopedie, rehabilitační lékař a praktický lékař.

Závěrem dodejme, že zdravotní pojišťovny nehradí hole (neplatí pro hole pro nevidomé, ty do úhrad spadají) a sedačky na vanu. Dále sedačky do sprchy a sprchová nebo klozetová křesla. Zákon je totiž nepovažuje za zdravotnické prostředky.

Zdroj: <https://www.zdravezpravy.cz/2022/05/20/zdravotni-pomucky-pojistovny-hradi-jen-pres-poukaz/>

## Zvýšení příspěvku na živobytí kvůli dietnímu stravování

Pobíráte příspěvek na živobytí a zároveň musíte kvůli zdravotním problémům dodržovat nějakou dietu? V takovém případě vám vzniká nárok na zvýšení částky na živobytí. O kolik?

Příspěvek na živobytí řeší zákon č. 111/2006 Sb., o pomoci v hmotné nouzi, který určuje, kdo má právo na tuto dávku vyplácenou od úřadu práce. Zvýšení dávky je pak možné kvůli povinnému dietnímu stravování, což pro změnu určuje vyhláška č. 389/2011 Sb.

Částka na živobytí se odvíjí od výše životního a existenčního minima.

Od úřadu pak dostanete rozdíl mezi částkou na živobytí a příjmem po odečtení přiměřených nákladů na bydlení. Životní minimum vypadá následovně:

Jednotlivec	3 860 Kč
První osoba v domácnosti	3 550 Kč
Druhá a další osoba v domácnosti	3 200 Kč
Dítě do 6 let	1 970 Kč
Dítě od 6 do 15 let	2 420 Kč
Dítě od 15 do 26 let s tím, že je nezaopatřené	2 770 Kč

Existenční minimum je pak 2 490 Kč.



## KDY MÁTE NÁROK NA ZVÝŠENÍ PŘÍSPĚVKU NA ŽIVOBYTÍ?

Na zvýšení částky na živobytí budete mít nárok, pokud musíte ze zdravotních důvodů dodržovat dietní stravování, které zvyšuje vaše životní náklady. Vše vám však musí písemně potvrdit odborný lékař dle typu diety.

Částky, o které se částka na živobytí zvyšuje, vypadají takto:

- **1 000 Kč** u diety při dialýze. Potvrzení vystavuje lékař zdravotnického zařízení, kde je dialyzační program.
- **1 050 Kč** u diety nízkocholesterolové anebo při hypercholesterolemii a hyperlipoproteinemii, což potvrzuje endokrinolog.
- **1 070 Kč** při laktózové intoleranci, což potvrzuje gastroenterolog.
- **1 090 Kč** při dietě kvůli osteoporóze, jestliže celotělová kostní densita poklesla o více než 25 %, resp. T-skóre je horší než -2,5, což vám může potvrdit lékař v oboru vnitřní lékařství, endokrinolog, revmatolog, ortoped, gynekolog anebo pediatr.
- **1 100 Kč** při dietě v těhotenství, což potvrzuje gynekolog, anebo během kojení do 1 roku dítěte. U kojení budete potřebovat potvrzení od pediatra.
- **1 130 Kč** pokud máte diabetickou dietu. Potvrzení seženete u diabetologa anebo od svého praktického lékaře, jestliže vás má v dispenzární péči.
- **1 380 Kč** při nízkobílkovinové dietě, což vám potvrdí lékař v oboru vnitřní lékařství anebo nefrolog.
- **2 220 Kč** dostanete navíc, pokud trpíte fenylketonurií a dodržujete předepsanou dietu. Potvrzení by vám měl doložit lékař v oboru vnitřní lékařství, gastroenterolog, u dětí a mládeže dětský gastroenterolog, hepatolog anebo registrující praktický lékař pro děti a dorost, jestliže jste u něho v dispenzární péči.
- **2 800 Kč**, pokud musíte být na dietě kvůli celiakii. Opět vám potvrzení vydá lékař v oboru vnitřní lékařství, gastroenterolog, u dětí a mládeže dětský gastroenterolog, hepatolog anebo registrující praktický lékař pro děti a dorost, jestliže jste u něho v dispenzární péči.

## U PŘÍSPĚVKU NA ŽIVOBYTÍ SE PROVÁDÍ I SOCIÁLNÍ ŠETŘENÍ



Kromě žádosti o příspěvek na živobytí a doložených dokumentů je také pro nárok na dávku od úřadu rozhodující sociální šetření, které je prováděno v místě bydliště. Šetření provádí povolaný sociální pracovník, který se prokazuje průkazem, který musí obsahovat jeho jméno, příjmení, případný titul, fotografii a dále také označení „sociální pracovník“.

V neposlední řadě musí na průkazu také stát označení příslušného úřadu, který jej vydal, včetně úředního razítka a podpisu vedoucího zaměstnance. Najít byste na něm také měli dobu platnosti.

*Zdroj: [www.finance.cz](http://www.finance.cz)*

## **Průkaz ZTP/P není jen o nároku na parkovací místo. Dokáže ušetřit i spoustu peněz**

Ve snaze co možná nejvíce ulehčit život osobám, jejichž zvlášť těžké postižení vyžaduje neustálou péči a pozornost průvodce, byl v minulosti zaveden systém kartiček, díky němuž se tito lidé mohou těšit několika výhodám. Patří mezi ně například slevy na daních, jízdné MHD zcela zdarma či výrazně zlevněné vstupenky do kina a na další kulturní akce. Kdo všechno má na průkaz ZTP/P nárok a kde o takovou kartičku žádat?

Zdravotně postižení mohou v Česku využívat řadu výhod, o nichž mnozí ani nemusí vědět.

### CO JE ZTP/P?

Ze všeho nejdřív je potřeba vymezit, co tato čtyři písmena vůbec znamenají. Zkratka ZTP/P doslova značí zvlášť těžké postižení s průvodcem a týká se osob, které trpí těžkou formou nějakého fyzického nebo smyslového, respektive mentálního postižení, v důsledku čehož jsou pohybově či orientačně omezeny a musejí se spoléhat na pomoc někoho jiného – průvodce, který je bude všude doprovázet. Smysl



tohoto článku nicméně spočívá v něčem poněkud jiném, a sice v poskytnutí výčtu, respektive přehledu výhod, kterým se držitelé průkazu ZTP/P mohou těšit. Lidem se zvláště těžkým postižením s průvodcem náleží veškeré benefity, které využívají osoby ZTP (zvláště těžké postižení), jež pro změnu mají zase nárok na všechny takové, jimž se těší držitele kartiček TP (těžké postižení).

### OSOBY TP

Pokud jde o těžce postižené osoby (TP), v jejich případě se státem poskytované výhody týkají především dopravy ve veřejných prostředcích a případné návštěvy úřadů. Tito lidé mají v MHD, v autobuse či vlaku speciálně vyhrazené sedadlo, na něž jim z titulu jejich zdravotní indispozice vzniká automatický nárok. Pakliže by na některém z úředních míst vznikly fronty, které by vyžadovaly dlouhé postávání, mají osoby TP přednostní právo na vyřízení svých osobních záležitostí. To je ale víceméně vše. Žádné daňové úlevy, jízdné zdarma či vlastní parkovací místo se jich z titulu držitele průkazu TP netýkají.

### OSOBY ZTP

To situace osob ZTP je ve srovnání s výše uvedenou skupinou lidí (co do počtu benefitů) diametrálně odlišná. Kromě všech již zmíněných výhod se totiž mohou navíc těšit ještě ze zcela bezplatné přepravy v MHD či 75procentní slevy na jízdném ze strany vnitrostátních autobusových dopravců. Nadále mají rovněž právo na zisk takzvaného parkovacího průkazu, který jim umožňuje parkovat na místě pro invalidy, kdekoliv se takové místo nachází (ovšem ne vždy zcela bez poplatku, neboť to je v kompetenci dané obce). Samozřejmě pak je vlastní vyhrazené stání před domem. Osoby ZTP, které mají parkovací průkaz, mohou vjet na nezbytně nutnou dobu (kterou využijí k naložení či vyložení věcí) do zákazu vjezdu i do míst, jež jsou určena pouze pro zásobování. Musí se však ujistit, že jejich vůz netvoří překážku na silnici. Jakožto ZTP jsou ušetřeni placení ekologické daně, dopravní úřad jim zcela bezplatně zapíše auto do registru motorových vozidel a potenciálně jim může být úřadem práce přiznán i příspěvek na nákup automobilu vždy jednou za pět let, na



jehož základě směji pro změnu na úřadě finančním požádat o navrácení daně z přidané hodnoty (DPH) až do částky sto tisíc korun. Osoba ZTP má nadále nárok na bezplatné používání všech tuzemských dálnic a rychlostních silnic. V souvislosti s tím je však potřeba pamatovat taktéž na některá omezení. Pakliže jste držiteli tohoto průkazu (případně ZTP/P) a jedete po dálnici autem vaším nebo patřícím osobě blízké, dálniční známku skutečně nepotřebujete. Pokud by ale takový automobil byl někoho jiného, pak se dotčený (potažmo vy) dálničním poplatkům nevyhne. V konečném důsledku by totiž takto mohl zákona, který má ulehčovat život výhradně osobám ZTP a ZTP/P, zneužívat v podstatě kdokoliv.

## OSOBY ZTP/P

Na držitele ZTP/P se vztahují všechny výše uvedené benefity a kromě toho ještě celá řada dalších. Je-li takový člověk nevidomý, smí dopravními prostředky zcela zdarma přepravovat sám sebe i svého vodícího psa. Pro všechny ostatní s kartičkou ZTP/P stát zařídil, aby s nimi mohl bezplatně cestovat jejich průvodce. České dráhy nicméně požadují, aby takový průvodce byl starší 10 let a zároveň nebyl rovněž držitelem stejného průkazu (toto pravidlo se však týká pouze vidoucích občanů ZTP/P).

Na vlastní parkovací místo před domem mají právo tehdy, pokud jim byl podobně jako osobám se zvlášť těžkým postižením udělen parkovací průkaz. Musejí nicméně počítat s tím, že vytvoření takového stání zaplatí takříkajíc z vlastní kapsy.

## SLEVY DO KINA ČI DIVADLA

Ve snaze této inkriminované skupině lidí co možná nejvíce zjednodušit jejich značně ztížený život, lze pochopitelně najít řadu slev i v rámci soukromých institucí. Zářným příkladem mohou být některá kina a divadla. Řada z nich totiž osobám ZTP/P a ZTP poskytuje až 50procentní slevu na vstupném. Žádné pravidlo to však rozhodně není, neboť tato kulturní zařízení se řídí pokyny svých majitelů a něco takového je výhradně v jejich kompetenci. Podmínky se navíc mohou lišit kino od kina, respektive divadlo od divadla, a tak je dobré si vždy před každou návštěvou pozorně přečíst ceník, případně návštěvní řád.



## DÍKY SLEVÁM NA DANI UŠETŘÍ TISÍCE ROČNĚ

Finančně zřejmě nejzajímavějším benefitem vztahujícím se k průkazu ZTP/P je pak sleva na dani. Díky tomuto zvýhodnění ušetří všechny osoby se ZTP/P ročně na dani z příjmu 16 140 korun. Pakliže by byla za takovouto osobu označena manželka, respektive manžel, který/á nemá za zdaňovací období vlastní příjem přesahující 68 tisíc korun, může si dotyčný na daních odečíst celkem 49 680 korun za rok. Je-li držitelem průkazu ZTP/P vyživované dítě, s nímž osoba žije ve společné domácnosti, činí měsíční sleva na dani 2 234 Kč. Kromě toho jsou všichni lidé s průkazem ZTP/P, ale rovněž i ZTP osvobozeni od placení daně ze staveb. Podmínkou nicméně je, aby pobírali sociální dávky, které slouží jakožto příspěvek na živobytí, a dům, na nějž chtějí tento nárok uplatnit, byl v jejich vlastnictví a sloužil k trvalému bydlení. Mimo to lze takto osvobodit od daně i budovy sloužící pro účely individuální rekreace těchto osob.

## KAM SE ŽÁDOSTÍ O PRŮKAZ ZTP/P

Průkazy TP, ZTP a ZTP/P vydává místně příslušný úřad práce po splnění konkrétních zákonem stanovených podmínek. Zpravidla na ně mají nárok osoby, kterým byla například amputována končetina, mají těžkou poruchu pohyblivosti, jsou nevidomí či třeba trpí nějakou významnou mentální poruchou. Žádost o vydání některého z výše uvedených průkazů zhodnotí posudkový lékař, který si pro tyto účely pro změnu vyžádá zdravotní dokumentaci dotyčné osoby od lékaře obvodního. Stát samozřejmě myslí i na ty, kdo z důvodu omezené pohyblivosti nejsou schopni dostavit se na úřad práce osobně. Žádost lze proto zaslat doporučeně, jako obyčejný dopis, skrze datovou schránku, případně i prostřednictvím jiné osoby, jíž svěříte plnou moc a na dobu nezbytně nutnou pro podání žádosti i svůj občanský průkaz.

## PRŮKAZ ZTP/P A INVALIDITA JSOU DVĚ ZCELA ODLIŠNÉ VĚCI

Důležité je v tomto ohledu zmínit skutečnost, že za osobu ZTP či ZTP/P může být označen i takový člověk, kterému nebyl přiznán žádný stupeň invalidity a který nepobírá příspěvek na péči, a naopak. Zatímco průkazy TP, ZTP a ZTP/P



má na starosti úřad práce, posuzování nároku na invalidní důchod na základě přiděleného stupně invalidity je výhradně v kompetenci okresní správy sociálního zabezpečení, přičemž je potřeba uvést, že tyto dvě instituce spolu v této záležitosti nijak nespolupracují, byť se jedná o zdánlivě podobnou problematiku. I proto tak může nastat situace, že dotyčný smí uplatnit slevu na dani vztahující se na osobu ZTP, respektive ZTP/P, zatímco sleva na dani pramenící z invalidity I., II. či III. stupně se jej jednoduše netýká. Jak zmíněné průkazy, tak invalidní důchod jsou navíc hodnoceny na základě odlišných kritérií. Zatímco v případě prvního hraje stěžejní roli především snížená schopnost pohybu, u druhého rozhoduje pro změnu to, došlo-li u dotyčného k poklesu vlastní práce schopnosti, a pokud ano, tak k jak velkému.

*Zdroj: [www.finance.cz](http://www.finance.cz) (upraveno, kráceno)*



## ZDRAVÍ

### **Lékaři v pražském Motole použili robotický systém pro operaci k navrácení sluchu**

Lékaři ve Fakultní nemocnici v Motole použili robotický operační systém pro vložení kochleárního implantátu k navrácení sluchu dvouletému chlapci. Robot využijí i při dalších operacích uší.

Tento konkrétní typ používá nemocnice jako první ve střední a východní Evropě. Robotické rameno je určeno zejména právě k zavádění kochleárních implantátů u dětí i dospělých s hluchotou či vážným poškozením sluchu. „Pomáhá při zavedení elektrod do vnitřního ucha, eliminuje třes ruky operátora a umožňuje výrazně zpomalit rychlost vkládání elektrodového svazku, čímž chrání jemné struktury vnitřního ucha,“ popsal přednosta Kliniky ORL a chirurgie hlavy a krku 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a FN v Motole Jan Plzák.

Přístroj, který je řízený a naváděný chirurgem, je podle něj možné využít také u dalších operací v oblasti ucha, jako je třmínková chirurgie, rekonstrukce ušních kůstek, nebo i k aplikaci léčiv do oblasti středního ucha.





Prvním pacientem, pro kterého nemocnice robotické rameno využila, byl 21. března dvouletý chlapec. Podezření na sluchovou vadu u něj bylo vysloveno už po narození a později byla diagnostikována praktická hluchota.

Lidské řeči nerozuměl ani po zesílení s nejlepšími sluchadly a jeho řeč se nerozvíjela. Lékaři předpokládají, že s implantátem bude slyšet a rozumět řeči. Postupně se tak bude moci naučit mluvit a dožene své slyšící vrstevníky.

Poruchu sluchu mají zhruba tři z 1000 novorozenců, z nich třetina těžkou. První český pacient dostal implantát v roce 1991. Muže, který jako dítě ohluchl po zápalu mozkových blan, tehdy operovali lékaři v Německu. Motolská nemocnice se jim věnuje od roku 1993, další centra jsou v Brně, Ostravě a Hradci Králové.

Přístroj zprostředkovává neslyšícímu sluchové vjemy přímou elektrickou stimulací sluchového nervu uvnitř hlemýžďe vnitřního ucha. Funguje na bázi přenosu energie a signálu pomocí elektromagnetické indukce.

*Zdroj: [www.seznamzpravy.cz](http://www.seznamzpravy.cz)*

## **Ušní šumy či tinnitus vyvolá i stres a psychické napětí**

*Tinnitus neboli ušní šumy není onemocnění. Podle lékařů jde spíše o příznak, který se u pacienta objeví z mnoha důvodů. Příčinou bývají výkyvy krevního tlaku, ateroskleróza, obtíže s krční páteří a často i stres.*

Tinnitus vnímají lidé často jako šumy, pískání nebo hučení v uších. U některých se objevuje syčení, tikání, cvakání, nebo dokonce i bručení a bzučení. Podle odborníků však u většiny pacientů nejde o skutečné zvuky. Proto jej lékaři nedokáží ani diagnostikovat a změřit. Jen minimální část pacientů pak trápí objektivní tinnitus. Tedy takové zvuky v uších, které dokáží specialisté přístroji jasně detekovat.

„Šelest může být vnímán jednostranně, v obou uších či v hlavě. Potíže se vyskytují buď permanentně s nastupující intenzitou, nebo nárazově. Zpravidla je pacienti více vnímají v klidu a tichu, nejčastěji večer při usínání,“ popisují praxi odborníci z ORL oddělení pro choroby ušní, nosní, krční

a chirurgie hlavy a krku Fakultní Thomayerovy nemocnice.

Zvuky dle nich vznikají v důsledku spasmu svalů, což vyvolává kliknutí nebo prasknutí ve středním uchu. U některých pacientů je tinnitus synchronní a slyšitelný v souhře s krevním pulzem. Pak jde o takzvaný pulzatorický tinnitus. Ten vyvolá přirozený proud a tok krve či zvýšená krevní turbulence v blízkosti ucha.

„Zřídka může být tento pulzatorický tinnitus příznakem život ohrožujícího stavu vyvolaného přítomností aneurysmatu karotické tepny či následkem disekujícího aneurysmatu,“ tvrdí lékaři z ORL Fakultní Thomayerovy nemocnice.

### UŠNÍ ŠUMY ZMÍRNÍ ABSENCE KOFEINU, NIKOTINU A SOLI

Odborníci v praxi podle intenzity zvuku rozlišují tinnitus slabý až kritický. Při jeho léčbě pak posuzují jeho dopady na běžný život pacienta, především jeho vliv na spánek a jeho kvalitu, omezení denních činností a celkový psychický stav pacienta. Jak lékaři upozorňují, byť se může zdát, že zvuky v uších jsou jen banálním hendikepem, není tomu tak. Ušní šelesty vážně ovlivňují soustředěnost, paměť a celkově fyzickou a psychickou kondici.

Ke zmírnění ušních šelestů lékaři podávají látky, které zlepšují prokrvení, například s obsahem ginkgo biloba. Dále vitamíny a ve vážnějších případech i sedativa. Současně doporučují snížit přísun kofeinu, nikotinu a soli. Terapii pomůže i vyhýbání se hlasitým vjemům. Při vážnějších dopadech tinnitu na psychické zdraví pacienta pak lékaři doporučují navštívit psychologa. Spíše jen výjimečně dle nich pacienti trpící tinnitem vyžadují pomoc od psychiatra.

„Někdy se šelesty potlačují zevním generátorem šumu (tinnitus masker), který vysílá speciálně vyladěné zvuky, které mohou překrýt či vymazat rušivě vnímaný zvuk. Lze jej nosit jako sluchadlo,“ doplňují odborníci.

Některým pacientům předepisují i speciální terapii, při které se učí rušivé tóny vědomě nevnímat.

„Tyto metody jsou čistě symptomatické, zaměřené na potlačení symptomu tinnitu. Ve svém důsledku však nemožňují opravdové uzdravení,“ upozorňují lékaři s tím, že nejvíce dokáže ušní šelesty zmírnit nebo dokonce zcela odstranit psychická pohoda pacienta.





## NA PŘÍČINU TINNITU LÉKAŘI ČASTO ANI NEPŘIJDOU

Šelesty v uších dle lékařů často způsobují také ušní potíže a ztráta sluchu. Například zánět zevního zvukovodu, středoušní zánět nebo perforace bubínku. Ale třeba i porucha sluchu ve stáří, Menierova nemoc, poškození sluchu nadměrným užíváním ototoxických léků – analgetika, antibiotika, chemoterapeutika a antivirotika. Dále i diuretika či psychedelické látky. Příčinou šumů v uších mohou být i neurologická a metabolická onemocnění. A jak již bylo zmíněno i psychiatrické nemoci nebo třeba lymeská borelióza.

„Bohužel se daleko častěji vyskytují případy, kdy příčina tinnitu není nalezena. I zde se často předepisují léky na ředění krve a podporu prokrvování, které však nevykazují žádný významný úspěch,“ dodávají závěrem lékaři z ORL FTN.

Největší úspěchy v léčebné terapii na odstranění tinnitu pak dle nich přináší jednoznačně psychické uvolnění a zbavení se stresu.

Zdroj: <https://www.zdravezpravy.cz/2022/05/22/usni-sumy-ci-tinnitus-vyvola-i-stres-a-psychicke-napeti/>

## Nový implantát by mohl pomoci v léčbě rakoviny očí

*Hydrogelový implantát, který umí pomoci v léčbě zhoubného nádoru očí zejména u dětí. To je novinka, kterou v současné době vyvíjejí čeští vědci. „Teď bychom potřebovali dva tři roky na to, abychom to vypiplali. Následuje preklinické a klinické testování, které může být na pacientech,“ nastiňuje chemik Jakub Širc z Akademie věd dlouhou cestu, než si nová metoda najde cestu do reálné klinické praxe. Jak daleko je výzkum a vývoj?*

*Retinoblastom je oční nádor u dětí. Doted' to fungovalo tak, že při včasném záchytu dítě nezemře, ale o oko přijde. A vy umíte vyvinout ve spolupráci s motolskou nemocnicí implantát, který dokáže dopravit potřebnou látku přímo do oka. Oslovili motolští vás, nebo vy je?*

Vzniklo to v rámci diskuze, kdy jsme se bavili o všech možných věcech, spolupracujeme delší dobu. A oni přišli s tím, že u retinoblastomu, což je nejčastější zhoubný, primárně nitrooční nádor v dětství, je problém dostat léčivo

(tedy cytostatikum) do oka tak, aby nebyl zasažený okolní organismus...

Jsou dva způsoby, jak to udělat – nejjednodušší je injekce přímo do oka, proti všem ostatním způsobům léčby je nejšetrnější. Druhý způsob je intraarteriální aplikace, kdy intervenční radiologové zavedou katetr třísky až do cévy, které zásobuje oko, a tam vstříknou cytostatika.

To je super moderní způsob, nicméně je na to potřeba sofistikovaná instrumentace, intervenční radiologové potřebují praxi. A pořád tady jsou negativa – přeci jenom to je katetr, který se zavádí přes mozek, a je tam riziko, že dojde ke krvácení do mozku.

A pak je tady ta naše třetí možnost...

### ***Takže jak to tedy funguje?***

Je to implantát, který připomíná kontaktní čočku, nicméně je ze dvou vrstev. Implantát se přiloží na zadní oční segment. Vnitřní vrstva obsahuje léčivo, které se postupně uvolňuje a dostává se do očního bulbu, kde působí na nádorové buňky retinoblastomu. A potom je tam vnější nepropustná vrstva, která brání tomu, aby se cytostatikum dostalo do okolní prokrvené tkáně a vyplavilo se do okolního organismu.

### ***Omezuje to fungování oka?***

Máme za sebou experimenty na králících a prasatech – a nezdá se. Vypadá to, že to nemá vliv na zrak pacienta a také že léčiva nepůsobí na citlivé tkáně okolo oka a nezpůsobují nevratné poškození.

### ***Co všechno se musí stát, abyste mohli implantát dát prvnímu pacientovi?***

Ještě spousta věcí. Jsou tři bariéry, které vědci musejí překonat na to, aby dostali svoje vynálezy do reálné praxe. Jednak je to potřeba vyřešit po technické stránce, ať už v chemii, fyzice, nebo v medicíně tak, aby to opravdu fungovalo.

Ta druhá brána je legislativní, to znamená překonat bariéru, hranici mezi úspěšným výsledkem aplikovaného výzkumu a dosáhnout reálné klinické praxe. To znamená projít legislativními překážkami, které jsou komplikované, nicméně zabraňují tomu, aby se něco, co nefunguje, dostalo k pacientovi.

A pak je tam třetí bariéra – financování. Sehnat finance na konkrétní tematiku, což se nám úplně nedaří.





Jedna věc je něco vymyslet, druhá dostat to do reálné klinické praxe, aby to fungovalo na pacientech.

***Takže potřebujete Billa Gatese, který by uvěřil vašemu nápadu?***

Ano. Teď bychom potřebovali dva tři roky na to, abychom to vyvíjeli tak, aby to mohlo jít do preklinického a potom klinického testování, které může být na pacientech. A pak by to mohlo být v reálné klinické praxi.

***Kdybych se podívala do laboratoře, kde to všechno vzniká, co bych tam viděla?***

Laboratoř pro základní a aplikovaný výzkum vypadá podobně jako na střední škole. Pak tam jsou sofistikované, poměrně drahé přístroje, které potřebujeme k tomu, abychom detekovali cytostatika v různých biologických maticích. A pak jsou laboratoře, které slouží k tomu, aby se výsledek aplikovaného výzkumu dostal do reálné praxe. Implantáty musí být sterilní, vyrobené ve sterilním prostředí, k tomu slouží laboratoře čistých prostor.

*Lucie Výborná*

Zdroj: <https://radiozurnal.rozhlas.cz/nas-implantat-dokaze-pomoci-v-lecbe-rakoviny-oci-do-klinicke-praxe-je-ale-dlouha-8757022>



## INFORMACE

### Mobilní telefon MaxCom s náramkem SOS

Mobilní telefon MaxCom je mobilní telefon pro seniory, který je vybaven vodotěsným bezdrátovým SOS náramkem. Zařízení nabízí barevný displej (s úhlopříčkou 1,8" a rozlišením 128 x 160) a 1,3 Mpx fotoaparát. Telefon je vybaven extra velkými podsvícenými klávesami, SOS nouzovým tlačítkem a I.C.E. klávesou. V zařízení je možné nastavit rychlou volbu pro 7 čísel. Zacházení s telefonem usnadňuje jednoduché menu a velké písmo, hlasová indikace volaného telefonního čísla, hlasité vyzvánění, vibrace a extra velké klávesy. Telefon disponuje funkcemi, jako je hlasitý odposlech, bluetooth, rádio, svítlna, budík, kalkulačka, kalendář atd. V pohotovostním režimu telefon vydrží až 120 hodin. Doba hovoru až 3 hodiny. Telefon včetně náramku je možné zakoupit

v Tyflopomůckách, ale také v běžných prodejnách (např. Datart). Jeho cena se pohybuje do 2200 do 2700 Kč.



Zdroj: <https://eshop.tyflopomucky.cz/telefon-mobilni-maxcom-sos-naramek-0889/>,

<https://www.datart.cz/mobilni-telefon-maxcom-mm715-sos-naramek-cerny-mm715sos-black.html>

## Oscarový film ze světa neslyšících

Americký film *V rytmu srdce*, jehož originální název je CODA (zkratka pro „Child of deaf adults“ – dítě neslyšících rodičů), vypráví příběh dospívající dívky Ruby, která je dcerou neslyšících rodičů. Ona sama má sluch v pořádku a jejím snem je pěvecká kariéra. Pro své příbuzné je ale nepostradatelný pomocník. Ruby se snaží najít rovnováhu mezi svým snem a pomocí rodině. Rubyin zpěv, který její nejbližší nemohou slyšet, ale reakci na něj mohou odezírat od těch, ke kterým zpívá, slouží jako hlas porozumění Rubyiným snům. Zpěv je zároveň protiváhou komunikace uvnitř rodiny, která se odehrává v tichu a za pomoci znakové řeči. Tuto skutečnost režisérka rozvíjí ve scéně z koncertu školního sboru, ve kterém přepíná mezi vnímáním z pohledu neslyšící rodiny a ostatního obecenstva. Obavy z neporozumění mezi světem slyšících a neslyšících vyjadřuje i matka v osobním rozhovoru s dcerou, když vzpomíná na to, jak se v porodnici dozvěděla, že nebude neslyšící jako ona. Překonání těchto obav a potvrzení rodinné sounáležitosti pak nabízí závěrečný pěvecký konkurz. Během konkurzu Ruby znakovým jazykem tlumočí svým nejbližším slova písně Joni Mitchell, kterou zpívá.

Nejedná se o zcela originální téma. Film znovu zpracovává děj z francouzského úspěšného filmu *Rodina Belierových* z roku 2014. Americká verze se drží původního příběhu, ale prohlubuje jeho sociální aspekt. Velkým specifíkem je také obsazení herců. Do role neslyšících členů rodiny byli obsazeni herci se sluchovým handicapem. Film získal v roce 2022 Oscara v kategoriích: nejlepší adaptovaný scénář, mužský herecký výkon ve vedlejší roli a v té hlavní kategorii za nejlepší film.

Zdroj: <https://avmania.zive.cz/recenze-filmu-vrytmu-srdce-oscarovy-vitez-ktery-sympatickym-zpusobem-nahlizi-do-sveta-neslysicich>

<https://www.kinobox.cz/film/720001-coda>



# OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH

## Majin příběh: Z ústavu do fungujícího domova

Ve střední a východní Evropě mají děti se zrakovým a kombinovaným postižením až 47krát vyšší pravděpodobnost, že budou umístěny do ústavní péče. Organizace Perkins International se této skutečnosti snaží bránit a podporuje rozvoj komunitních či terénních programů na podporu rodin dětí s komplexním postižením. Jeden z příkladů je příběh Maji ze Srbska.

Maja se narodila s kombinovaným postižením v Bělehradu v Srbsku. Její rodina nevěděla, jak se o ni správně postarat. Rodiče se potýkali s obavami o její budoucnost, o to, jaký může vést život, zda a jak může být nezávislá na pomoci. Tváří v tvář všem pochybnostem a obavám umístili po těžkém rozhodování Maju do ústavu. Dalším důvodem bylo všeobecné přesvědčení společnosti, že o dítě s kombinovaným postižením bude lépe postaráno v ústavu. Rodiče Maju ale stále milovali. I nadále s ní udržovali každodenní kontakt a byli velmi aktivní při zabezpečení jejích potřeb.

Později se Maja dostala do centra rané péče „Impuls“, začala se učit a rozvíjet. Do té doby se nijak nevzdělávala. Učitelé, kteří prošli kurzem v organizaci Perkins International, využili její přirozené zvědavosti a touze poznat svět a začali ji učit komunikaci a interakci s ostatními. Zaměřili se také na posílení schopností a dovedností rodičů, kteří se naučili správně podporovat rozvoj jejich dítěte. „Impuls“ je nový terénní program, který vznikl procesem deinstitucionalizace Centra péče o kojence, děti a mládež. Organizace Perkins International spolupracovala s centrem „Impuls“ a zejména školila zaměstnance ve vzdělávacích technikách pro děti se zrakovým postižením. Společně tak vytvořili denní centrum pro předškolní děti s kombinovaným postižením a jejich rodiny v Srbsku.

Po roce a půl ústavní péče se Maja vrátila do rodiny. Do centra „Impuls“ chodí pravidelně na denní aktivity. Pracovníci centra navštěvují rodinu také doma. Rodiče se naučili pozitivnímu přístupu, začali vnímat a přijímat Majiny schopnosti. Naučili se, jak dále povzbudit její rozvoj a učení.



Aby se podpořil proces deinstitucionalizace, poskytuje organizace Perkins International podporu při zakládání a rozvoji terénních programů, jako je právě Impuls v Srbsku. Perkins International také podporuje transformaci ústavních zařízení na komunitní či terénní programy prostřednictvím vzdělávacích programů.

*Zdroj: <https://www.perkins.org/majas-story-serbia/>*

## ZE SVĚTA



### 1. africká konference o hluchoslepotě

Vůbec první konferenci o problematice hluchoslepoty v Africe uspořádala organizace Deafblind International v keňském městě Nairobi 12. až 14. května 2022. Cílem konference bylo propojit osoby s hluchoslepotou, rodiny i odborníky nejen napříč kontinentem. Hlavním tématem konference bylo: Realita v oblasti hluchoslepoty v Africe: Naplnění cílů a výzev udržitelného rozvoje (The Deafblind Reality in Africa: Meeting the Sustainable Development Goals – Opportunities & Challenges). Na konferenci byly představeny nejnovější výzkumy, zkušenosti a příklady dobré praxe, které se týkají světa hluchoslepých.

Konference byla velkým milníkem na cestě k lepšímu životu hluchoslepých v Africe. Základním prvkem dosažení tohoto cíle, jak se shodli účastníci na posledním dni konference, je spolupráce. A to nejen spolupráce mezi samotnými hluchoslepými a odborníky, ale také spolupráce v rámci globálního světa. Poslední den byl také ve znamení ocenění úspěchů a vyhlášení vítězů cen Deafblind International 2022. Ocenění je určeno pro ty, kteří významně přispívají k řešení témat spojených s hluchoslepotou nebo k rozvoji služeb, které zlepšují život hluchoslepým. Letos byly oceněny čtyři ženy. Youth Leadership Award získala Claire Fraser z organizace Able Australia a spolu-vedoucí programu Dbl's Creative Arts Network. Ceny Distinguished Service Award získaly Roxanna Spruyt z Ontaria, Dr. Meredith Prain z Austrálie a Mary Maragia z Keni.

*Přeložila Lenka Veverková*

*Zdroj: <https://dbiafricaconference.org/africa-conference-a-very-successful-milestone/>*



## V Chile byla hluchoslepota uznána jako jedinečné postižení

V Chile vstoupil v platnost nový zákon, který uznává hluchoslepotu jako jedinečné postižení a podporuje úplné začlenění hluchoslepých do společnosti. Velkou zásluhu na této významné změně v Chile měla Carolyn Sanchez, která je absolventkou vzdělávacího programu pro učitele organizace Perkins School for the Blind. Carolyn absolvovala vzdělávací program v roce 2008. Po návratu do Chile začala pracovat jako výkonná ředitelka neziskové organizace CIDEV, která se zaměřuje právě na začleňování hluchoslepých a zrakově postižených osob do společnosti. Aby zvýšila povědomí o nutnosti začleňování osob s tímto handicapem do společnosti, pořádala semináře, protestovala na ulicích a poskytovala rozhovory v rádiu. Carolyn při svém úsilí spolupracovala také s partnery z jiných zemí Latinské Ameriky: „V Perkins jsem se naučila, že klíčem k nastartování změny je vybudování partnerství.“

V roce 2019, po letech práce, se Carolyně podařilo získat podporu kongresmana, který předložil zákonodárcům návrh zákona uznávající hluchoslepotu jako jedinečné postižení včetně podpory úplného začlenění hluchoslepých do společnosti. Následně Carolyn obhájila návrh zákona před Kongresem. Dokument byl jednomyslně schválen oběma komorami Kongresu. Poté co zákon schválil a podepsal chilský prezident, vstoupil v platnost dne 3. ledna 2022 pod číslem N21.403.

*Přeložila Lenka Veverková*

Zdroj: <https://www.perkins.org/perkins-elp-alum-achieves-systemic-change-in-chile/>



## VZKAZY MOUDRÝCH

„Nikdy nic nevysvětľujte!  
Přátelé to nepotřebují a nepřátelé vám  
i tak neuvěří.“

**Elbert Hubbard** (1856–1915)

*americký spisovatel, nakladatel, výtvarník a filozof*

# RECEPTY



## Chlebíčky v troubě zapečené

Tak už tady zase máme podzim, draží kuchtové, s ním spoustu ovoce a zeleniny, ti šťastnější v potu tváře z vlastní zahrady vydobyté, z vlastních stromů očesané. No... šťastnější... Ale toť téma ke zcela jiné diskusi, my pojďme vařit. A tentokrát opravdu rychle, téměř levně, málem bez nádobí, nepořádku a především chutně a zajímavě, protože návštěva už netrpělivě poskakuje za vchodovými dveřmi ve snaze uniknout podzimní plískanici, užít si vaší milé společnosti a taky něco dobrého slupnout.

Připravíme si:

- *krájenou veku (nebo toustový chléb, také napůl překrojené rohlíky lze v nouzi použít, zkrátka bílé pečivo)*
- *anglickou, pokud možno libovou, slaninu (plátky)*
- *sýr typu camembert (třeba hermelín)*
- *2–3 jablka (pěkně šťavnatá, hlavně ne moučná)*
- *vepřové sádlo (není nad doma škvařené, ale i kvalitní kupované není k zahození)*
- *sůl*

Připravené nakrájené pečivo potřete slabou vrstvou sádla (pozor, nepoužívejte v žádném případě jiný omastek, jinak by se výsledná chuť potřebně a žádoucně nepropojila) a osolte. Jablka bez jádřince nakrájejte na velmi tenké půlměsíčky, můžete i nemusíte je předtím oloupat, ale raději ne. Na každou večku dejte asi tři kousky, na ně položte přibližně stejný počet na plátky krájeného sýru a zakončete stejným počtem tenkých plátků slaniny. A teď je hezky poskládáte na plech, holý a suchý, a šup s ním do trouby předehřáté na 180 °C. Jakmile začne slaninka nabírat zlatavou barvu a lehounce se kroutit, je hotovo. Mezitím už návštěva dosrkala čaj se štamprličkou domácí slivovice nebo se zázvorem, povyprávěla, co doma a u sousedů nového, vykasala rukávy a spolu s vámi se pouští do té náramné dobroty v troubě zapečené.

Tak dobrou chuť!

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

## **DOTEKY. Časopis LORM z.s., Podzim, číslo 112. Vychází čtvrtletně.**

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 113/Zima 2022: **15. 11. 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),  
Mgr. Hana Dvořáková (metodik-fundraiser)

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 Budňankami II/13, Praha 5

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

Náklad: 100 černotiskových výtisků

Tisk v Braillově písmu: Teiresiás – Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky, Masarykova univerzita, Komenského náměstí 2, 602 00 Brno, [www.teiresias.muni.cz](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 rozesílán na základě objednávky členům LORM z.s. a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Na <http://www.lorm.cz/cs/doteky/> je k dispozici elektronická objednávka i ve formátu k vytištění.

Zaslané rukopisy, kresby a fotografie se archivují a vracejí pouze na vyžádání odesílatele.

**LORM z.s.**

**Zborovská 62**

**150 00 Praha 5**

**tel: 257 314 012**

**REGISTRACE MINISTERSTVA**

**KULTURY ČR č. E 11000**