

ČASOPIS LORM z.s.

DOTEKY

116

2023

PODZIM



VERŠE • SLOVO ŠÉFREDAKTORKY • ZPRÁVY Z LORMU •
STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY • PŘÍSPĚVKY
ČTENÁŘŮ • ROZHOVOR • SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY
• ZDRAVÍ • INFORMACE • CENA HIERONYMA LORMA
2022 • OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH • ZE
SVĚTA • VZKAZY MOUDRÝCH • RECEPTY

16 • TÝNIŠTĚ 2023

20 • KDE JE VŮLE, TAM JE CESTA

25 • ZMĚNA VÝŠE DOPLATKU U NĚKTERÝCH
ČERVENOBÍLÝCH HOLÍ

33 • AKUPUNKTURA OČNICE



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



VERŠE – Podzim	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORKY	4
ZPRÁVY Z LORMU	
Přání z LORMu pro Světlušku k dvacetiletému výročí!	6
Do třetice všeho dobrého	7
Okénko do Prahy	8
Okénko do Libereckého kraje	10
Okénko do Jihočeského kraje	11
Okénko do Moravskoslezského kraje	13
STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY	
Divadélko Lormos	14
PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ	16
Týniště 2023 / Kdo z koho / Poděkování průvodkyni Hospoda „U Grobiána“	
ROZHOVOR – Kde je vůle, tam je cesta	20
SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY	
Změna výše doplatku u některých červenobílých holí	25
Poskytování péče rodinným příslušníkem	26
Zvláštní příjemce příspěvku na péči	27
Mohou o příspěvek na bydlení žádat také klienti domovů pro seniory? ..	27
Co nově platí od července a jaké důležité novinky nás čekají	30
ZDRAVÍ	
Příčiny hluchoslepoty: Norrieho syndrom	32
Akupunktura očnice	33
INFORMACE	
Pomoc si nově zavoláte i přes Wi-Fi	36
Sluchově postižení mohou při žádosti o osobní doklady využít tlumočnickou linku	36
CENA HIERONYMA LORMA 2022	
Poslední pětiletka aneb radost a smutek, smích a pláč jdou životem dál spolu	38
Tajemství	39
OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH – Russ Palmer	41
ZE SVĚTA	
Piano do každé nemocnice	43
Mladí rodiče bojují o sluch svého syna	44
VZKAZY MOUDRÝCH	46
RECEPTY – Cuketová topinková směs	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

Podzim

Projdi se se mnou, prosím, milý můj,
tou zdánlivě ztichlou podzimní krajinou,
vidíš, jak podzim zelené listí na stromech
tónuje barvou medovou, rudohnědou,
i barvou zlatému dukátu podobnou.
My nezůstaneme jen pod stromy stát,
půjdeme dál, za město, do polí i strání,
kde děti se smějí, radují, výskají, na sebe vzájemně
pokřikují,
to jak vítr jim pomáhá
co nejvýše jejich papírového draka vznést.

To zdání ticha podzimu bylo jen chvilkové,
slyšíš ten vítr, jak dětem pomáhá
rozfoukat ohníček z natě bramborové?
To aby brambory se v něm dobře mohly péct.
I my jsme dostali ochutnat od dětí
ten brambor pečený,
chutnal velice,
vždyť byl darovaný!
A jdeme se podívat dál, nahoru do strání,
kde růže šípková
na jaře do bílo-růžových květů se zahalila
a dnes spousta vyzrálých červených šípků



nás láká: „Vezmi si nás,
doma pak čaj si uvaříš,
vypiješ z malovaných šálek!“

Tak poznal jsi, že podzim
nejsou jen mlhy, deště či sněžení,
že má i radosti,
chvilé štěstí
i poznání.

Marie Doležalová



SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Léto je za námi, a jestli mi někdo bude tvrdit, že si ho báječně díky tropickým vedrům užil, tak já mu budu tvrdit, že se jen vytahuje a navíc ještě lže, neboť tropická vedra si může UŽÍT jen cvok. Jó, teplíčko, to je něco jiného, takových maximálně 25 °C (na slunci), to je letní pohodička, kdy se dá koupat, jezdit na kole, chodit na túry, sedět u piva... Dokonce i na podzim se hodí, to je potom období k pomilování, a to i doslovně. Dosti romantických marných představ, vítejte u třetího čísla našeho čtvrtletníku *Doteky*, zujte po svižné vycházce provoněnou podzimní krajinou teď už nepohodlnou obuv a začtěte se do všech těch článků plných zpráv z LORMu, informací ze světa, povídek a příspěvků vás čtenářů – zde prosím apeluji na další dopisovatele, kteří stále a pořád otálejí a tedy nedopisují. À propos – co ty vaše recepty s postupem výroby? Hmmm, zas nic... Tak si pojdme aspoň uklohnit cuketovou směs

na topinku, nahlédnout do letošních pobytů, také do sociálněprávní poradny a rubriky Informace, tady jsou rovněž „recepty“ jak na to či ono. Říká vám něco jméno Josef Lejček? Vám, kteří jste v loňském roce bojovali o umístění na Lormolympiádě, zajisté ano. A ti z vás, kteří tenkrát chyběli, se v rubrice Rozhovor mají možnost seznámit se zajímavým mladým mužem, lormáckým dobrovolníkem. Literáti a milovníci literatury se mohou těšit na další vítězná díla z loňské Ceny Hieronyma Lorma stejně jako třeba na připomínku divadélka Lormos. Jo, jo, utíká to, utíká... Víte, co je to akupunktura sítnice? Nebo jak je tomu s příspěvkem na bydlení v domovech pro seniory či zdravotně postižené? Tak čtěte, poslouchejte podzimní Doteky a dozvíte se ještě mnoho dalších zajímavých věcí, událostí, příběhů... A potom, když začne jeden z podzimních dešťů, vy budete mít přečteno a ke spánku ještě daleko, zkuste se spojit s některým ze svých lormáckých přátel a podělit se s ním o své dojmy, nově získané poznatky anebo třeba jen o čerstvé zážitky uplynulých dnů, ty hezké a inspirativní, protože sdílená radost je radostí násobnou a kamarády máme od toho, aby ji prožívali s námi.

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*





ZPRÁVY Z LORMU

Přání z LORMu pro Světlušku k dvacetiletému výročí!

Víte, že Světluška letos oslaví dvacet let? Schválně, komu všemu z vás v minulosti pomohla? Nadační fond Českého rozhlasu prostřednictvím Světlušky podporuje LORM každoročně od svého úplného začátku. I díky Světlušce se nám dařilo a stále daří rozvíjet celostátní služby pro vás, osoby s hluchoslepotou. Za oněch 20 let nám Nadační fond Českého rozhlasu ze sbírky Světluška přispěl úctyhodnou částkou přes 18 000 000 Kč, klobouk dolů!

Díky podpoře ze Světlušky jste si mohli mnozí z vás, hluchoslepých lormáků, se svými průvodci a traséry vyzkoušet běžecké lyžování na zimních týdenních pobytech, v létě poznávat krásy Čech a Moravy ze sedel tandemových kol, učit se taktilnímu znakovému jazyku a dalším komunikačním systémům hluchoslepých, pravidelně se potkávat na klubech, soutěžit mezi sebou na Lormolympiádě nebo prokazovat svoje talenty v umělecké soutěži o Cenu Hieronyma Lorma. Světluška také mnohokrát podpořila vydávání našeho časopisu Doteky. Významným mezníkem byl rok 2021, kdy jsme ze sbírky Světluška dostali příspěvek na zakoupení „Červenáčka“ a „Bělouše“, 2 služebních aut pro naše terénní sociální pracovníky. Ti jimi od února 2021 pravidelně vyjíždí za vámi, klienty z Čech i Moravy, do terénu. A s čím vám nejčastěji pomáhají? Například s průvodcovstvím a tlumočením při návštěvách lékaře nebo na úřadech, při výuce Lormovy abecedy, taktilního znakového jazyka nebo Braillova písma, při vyřizování žádostí o příspěvek na péči, na novou pomůcku, při výuce prostorové orientace a samostatného pohybu s červenobílou holí atd.

Moc si dlouhodobé podpory ze strany Světlušky vážím, je pro nás jedním z nejvýznamnějších partnerů ve více jak 30leté historii LORMu. Světlušce přeji, aby nadále zůstávala důležitým stabilním pilířem pro všechny potřebné, jak pro organizace, tak jednotlivce – osoby se zrakovým postižením

a hluchoslepé. Aby nadále uměla rozpoznávat, co nejvíc tato cílová skupina potřebuje. A současně aby dál mohla podporovat nové trendy, například v oblasti technologií a pomůcek. Zkrátka Světlušce přeji, aby nadále byla naší oporou a majákem, aby její pomoc byla stejně jako doposud smysluplná a nenahraditelná.



Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.

Do třetice všeho dobrého

Milí čtenáři Doteků,

říká se, že dvakrát nevstoupíš do jedné řeky. A já v té lormácké řece plavu už potřetí...

Poprvé jsem se v LORMu ocitla hned po vysoké škole, to bylo v roce 2002. Někteří si mě možná z té doby pamatujete jako terénní sociální pracovníci. Moc ráda na tu dobu vzpomínám, i na všechny klienty, za kterými jsem jezdila.

Po čase jsem si odskočila na několik měsíců do zahraničí. Za čtyři roky jsem se vrátila (dlouhodobé plánování nikdy nebylo mojí silnou stránkou) a opět jsem nastoupila do LORMu. Hodně se toho změnilo. Na ředitelské stoličce se pilně otáčela Petra a v kanceláři přibyla Magda, která je shodou okolností jedním z nejpříjemnějších lidí na zeměkouli. Ještě se k ní vrátím.

Tentokrát jsem se ale na pražské pobočce moc dlouho neohřála a vydala se vstříc dalším dobrodružstvím, které mi skýtala mateřská dovolená. Po ní následovaly tři roky plné adrenalinu při práci s dospělými autisty. A zrovna ve chvíli, kdy jsem si říkala, že už bych radši měla dobrovolně profesně vyhořet, ozvala se opět Petra, a to s nabídkou, která se neodmítá.

A tak jsem tu od loňského jara zase, do třetice, a píšu tento článek, abych vám trochu přiblížila moji práci. Začala jsem tím, že jsem v kanceláři přesadila kytky 😊. Většinou se daří, ale pár jich zřejmě utrpělo kulturní šok a nevědí, co si o tom mají myslet. Ale já jim věřím. Moje pozice se



nazývá trochu krkolomně metodik-fundraiser. V podstatě to znamená, že jsem část práce převzala po předcházející dlouholeté metodičce (a současné šéfredaktořce) Zdeně a část po Magdě. Ty mě proškolily a zaučily a Magda mě navíc přesvědčila, že tabulky v excelu jsou krásné. Takže nyní dohlížím na práci terénních pracovníků, což není tak těžké, protože oni vědí, co dělají. A k tomu pomáhám s vyplňováním žádostí, kontrolou výkazů, zpracováním statistik, psaním zpráv, s všeobecnou nekonečnou administrativou. Podílím se na přípravě Doteků, dělám korektury a nyní například vyhledávám místa pro pobyty v příštím roce. Při tom všem se snažím sledovat pracovní tempo Petry. Řeknu vám, to je sprint a maraton v jednom 😊.

A proč se do LORMu vracím? Samozřejmě, že práce mě baví a činnost LORMu mi připadá smysluplná. Ale hlavně se vracím kvůli lidem. Kolegům i vám, klientům. Myslím, že lormáci jsou velmi přátelská a inspirativní partička lidí. Jsem ráda, že jsem se s některými z vás mohla potkat před rokem v Kralupech, opět jste mě dostali vaší aktivitou, nadšením a schopností užívat si život. Například když jste po sportovních výkonech do noci křepčili na parketu a já v koutku místnosti unaveně doufala, že už by někdo mohl vyhlásit večerku 😊. Tak zase někdy na shledanou!

*Hana Dvořáková
metodik-fundraiser*

Okénko do Prahy

Milí čtenáři,

téma mého Okénka je tentokrát naprosto jasné, mám za sebou svůj první pobyt, a proto bych se s vámi chtěla podělit o to, jak jsme si to užili a jaké z něho mám pocity. Organizaci měla na starost kolegyně Jana a musím říct, že se vše povedlo na výbornou od začátku až do konce a laťka pro nás, všechny další organizátory budoucích pobytů, je tedy velmi vysoko.



Program byl opravdu zaplněný a různorodý, takže jestli na něco nebyl čas, byla to nuda. Pořád se něco dělo a zažili jsme toho tolik, že po návratu jsem měla pocit, že jsem byla pryč minimálně měsíc, nikoliv pouze týden. Jmenovitě alespoň ve zkratce, kde jsme byli a co jsme všechno viděli – Týniště nad Orlicí s místním průvodcem ze Spolku přátel města, zámek a zahrady v Opočně, Dobrušku a rodný dům F. L. Věka, betlém v Třebelčovicích, Zoo Dvůr Králové s přednáškou o zvířatech, zámek a zoopark v Častolovicích a mnoho dalšího. Kromě toho jsme ráno posilovali tělo i ducha rozcvičkou. Pokaždé byla plná účast, a to už 5 minut před začátkem. Všem to krásně šlo a zároveň nikdo nepřišel k úrazu, a to ani při mé rozcvičce, kterou jsem jeden den vedla a měla jsem strach nejen o klienty, ale především o sebe, jelikož nejsem zrovna velký sportovec. Ale zvládli jsme to všichni.

Zážitků mám tedy opravdu mnoho, ale nejvíc mě těšila příjemná a pohodová atmosféra, která po celou dobu pobytu panovala. Protože nakonec, ať je program jakýkoliv, pobyt tvoříme především my účastníci a platí pořekadlo, jaké si to uděláme, takové to máme. A za mě jsme to měli opravdu krásné. Přestože to pro mě jako pro průvodce byl primárně pracovní pobyt, občas jsem si připadala jako na dovolené s přáteli. Bylo vidět, že všichni si užívají a mají radost, že jsme spolu, a nedali se rozhodit vůbec ničím, hlučnou silnicí pod okny, nočními koncerty místních žab ani výhradně kuřecím jídelníčkem. A i když nám všem poté pravděpodobně kuřata lezla i ušima, všemu jsme se zasmáli a věřím, že se všichni těšíme na další pobyty a setkání.

*Karolína Veselá
terénní sociální pracovnice Praha*



Okénko do Libereckého kraje

Vážení čtenáři Doteků, milí lormáci,

dnešní článek do časopisu Doteky bych rád věnoval tématu „Moje první příprava na pobyt“. Toto Okénko píše v červenci, ale v časopise se objeví až na podzim, a to už budeme mít po zářijovém pobytu, který nyní připravuji. Jsem moc zvědavý, jak se nám pobyt vydaří, jaké budeme mít počasí a jak se všem bude akce líbit. Jedná se o můj první pobyt, který připravuji, a tak jsem z toho docela nervózní. Nyní bych se s vámi rád podělil o pár informací a postřehů, jak příprava pobytu probíhá a co vše je potřeba učinit, aby se akce mohla plynule uskutečnit.

Na začátku všeho se určuje místo, kde se bude pobyt konat. Toto místo se vybírá hodně dopředu a zároveň se i rezervuje hotel. Když jsem se dozvěděl, že budu pobyt připravovat, tak již bylo místo vybráno. Mým úkolem proto zprvu bylo, abych zjistil a vyhledal zajímavá místa v okolí Jaroměřic nad Rokytnou a dále abych připravil seznam, kam bychom mohli jít a co bychom mohli navštívit. V této oblasti je opravdu mnoho zajímavostí, které stojí za to spatřit, ale nakonec jsem vybral dvě asi nejznámější a nejpozoruhodnější města v dané lokalitě i s ohledem na to, abychom nestrávili půl dne v autobuse. Jedná se o města Telč a Třebíč. Jsou to známá a historická místa s mnoha možnostmi, co navštívit a čím se pokochat. Společně s paní ředitelkou jsme návrhy probrali a já měl zelenou k tomu, abych začal kontaktovat patřičné památky a zajímavá místa, kam bychom mohli jít na prohlídku. Celé toto domlouvání zabere docela dost času, protože je potřeba se domluvit na mnoha podrobnostech, tak aby nám prohlídky vyhovovaly. V průběhu této části jsem musel také vyhledat a kontaktovat dopravce, který by nás na patřičná místa zavezl, protože pěšky by to byl opravdu dlouhý výlet. Poté jsem si začal připravovat návrh programu pobytu, další činnosti a aktivity na pobytu a propozice, to znamená informace pro vás týkající se zejména dopravních spojení. Myslím si, že je také hodně důležité zajet se na místo, kde bude pobyt probíhat, podívat a celou



situaci obhlédnout. A tak jsem vyrazil na cestu. Domluvil jsem se s manažerkou hotelu a ona mi ukázala vše, co jsem potřeboval vědět a vidět. To znamená pokoje, salónek, kde budeme jíst a kde budou probíhat některé aktivity, a také jsem obhlížel místa, kde by mohly probíhat naše oblíbené ranní rozcvičky. Zaměstnanci hotelu byli velmi milí a vstřícní. A proto věřím, že se s nimi v průběhu pobytu bude možné dobře a srozumitelně domluvit ke spokojenosti všech. Také jsme společně probírali jídelníček a další důležité záležitosti týkající se hotelu a pobytu v něm.

A to je zatím všechno. Nyní mě čeká ještě připravit podrobnosti k programu, připravit a vytisknout informace k výletům, domluvit se s hotelem ohledně závěrečné verze jídelníčku a rozeslat propozice všem klientům. Moc doufám, že se vše podaří a že se pobyt bude všem klientům i zaměstnancům LORMu líbit. A také doufám, že až budu na podzim psát Okénko do časopisu Doteky ohledně pobytu, že tam budou jen samé pozitivní a radostné zážitky. Mějte se krásně a těším se s vámi všemi na shledanou na pobytu!

*Václav Skalický
terénní sociální pracovník Liberec a Praha*

Okénko do Jihočeského kraje

Milí čtenáři,

dlouho jsem přemýšlela, o čem tentokrát psát. Co je u nás na jihu nového? Moje práce je stále stejná a přece jiná. Stejná je v tom, že stále za vámi ráda přijíždím a pomáhám vám s vyřízením různých záležitostí. Jiná v tom, že každá návštěva je v něčem originální, nejčastěji tím, s čím potřebujete pomoci, a to je dáno tím, že spektrum našich služeb je velmi široké.

Poskytujeme sociální poradenství. V letošním roce jsem vám pomáhala vyřídit několik příspěvků od Úřadu práce (ÚP) – některé jsme podávali teprve nedávno, u některých



již bylo rozhodnuto, většinou k vaší spokojenosti. Ve chvíli, kdy ÚP žádost zamítne, je možné se s tím smířit, anebo ji za nějaký čas podat znovu. Také máte právo se odvolat, i s tím vám pomáhám. Co vše jste potřebovali? Zvýšit příspěvek na péči i poprvé o něj požádat. Dále jsme žádali o příspěvek na zvláštní pomůcku. Také jsem pomáhala podat žádost o změnu invalidního důchodu z druhého stupně na třetí, snad to vyjde.

Další velkou součástí služeb LORMu je sociální rehabilitace, sem patří mnoho služeb. Pomáhala jsem vám vybrat vhodnou pomůcku: lupu, počítač, telefon. Dále například vymazat SMS v telefonu nebo je umět napsat. Také ukládat čísla do paměti nebo fotky do počítače. Jindy vám nefunguje „mluvík“ tak, jak by měl. Často si jen tak povídáme, i to je přece důležité. Dozvědět se, co vás trápí, co se povedlo i co vás těší. Vždyť přece i staré české přísloví praví: „Sdílená bolest je poloviční bolest a sdílená radost je dvojnásobná radost“. Velmi mě baví oblast výuky – učím znakový jazyk, taktilní znakový jazyk, chůzi s průvodcem i nové trasy – v letošním roce jen ty úplně kratičké. Kolem každé výuky je spousta krásné práce: připravit výuku, někdy vyhledat nové znaky v materiálech, zkopírovat je, pro některé je zvětšuji, lepím na kartičky, pro jiné chystám seznamy nových znaků i věty pro opakování. Po proběhnuté výuce vše zapíšu – co se nám podařilo, co příště zopakovat. Jednou za půl roku výuku potřebuji zhodnotit, většinou se vás ptám, co vyhovuje, co budeme dělat jinak. Velmi často vás doprovázím k lékařům, do obchodů, na úřady, do banky. V tuto chvíli se tato služba nezřídka spojuje se službou další, a tou je tlumočení. To již je služba třetí.

Tou poslední, čtvrtou, je SAS – sociálně aktivizační služby. To jsou naše kluby. O těch až příště, v letošním roce jsme toho zažili spoustu, takže je to na delší povídání. A také sem patří pobyty. Jeden máme právě teď za sebou. Jaký byl? Doufám, že vám o něm napíše někdo z účastníků.

*Jana Radová
terénní sociální pracovnice Jindřichův Hradec*

Okénko do Moravskoslezského kraje



Tak co je u nás nového? Ano, ano, proběhl můj první pobyt s vámi lormáky a mými kolegy, a to v Týništi nad Orlicí. Cesta vlakem na místo byla daleká a spletitá. Bezděčně jsem ve vlaku poslouchala hovory spolucestujících. Slyšela jsem, kam jedou, viděla jsem, co svačili. Měla bych se snad také občerstvit? Ne, tady raději ne, kupé je plné nelibého zápachu. Ale ta krása, kterou Česká republika oplývá, to se snad ani nedá slovy popsat! Byla by to óda o lesích, kopečcích, rybnících, zámcích a hradech. Abych se vrátila k pobytu jako takovému, musím si hned vzpomenout na Olgu, a tímto ji zdravím. Byla to má první klientka, se kterou jsem zažila to pravé průvodcovství. Ubytování bylo hezké, samotný motel vypadal jako obrovská roubenka, okolo bylo dost zastřešených míst k venkovnímu posezení. Překvapivě však nebyla zasazena do pohádkového lesa, ale vedle místní komunikace, kudy projížděly kamiony, protože u motelu měli řidiči k dispozici obrovské odpočívadlo. Silnice, na tu jsem ve městě zvyklá, ale co ty zvuky přírody? Večerní koncert žabích sborů před spaním neutichal a neutichal. A co víc, oni se snad žabáci před námi předváděli, kdo bude nejhlasitější. Podezřívám je, že se spolčili a dohodli, že to těm Pražákům osolí. Popojedeme dále. Už jednou zmiňované odpočívadlo se ráno měnilo v tělocvičnu pod širým nebem. Ráno nám totiž sloužilo k rozcvičkám. Každý den předcvičoval jiný statný cvičitel. Abyste to správně pochopili, byli jsme to my – vaši známí terénní pracovníci. Našich cvičebních sestav se už všichni nemohli dočkat. Na rozcvičku byli vždy všichni včas, aby jim neuniklo to naše „cvičíme od hlavy až k patě“. Takže práce v terénu za jakéhokoliv počasí. Nutno dodat, že počasí k nám bylo na tomto pobytu milostivé, žádné ukrutné deště ani vedra. Co víc si přát?

Co mne mile překvapilo, nebyl jen obsah obědových balíčků, ale také to, jak jsem začala vnímat věci jinak, nejen očima, ale vůní a hmatem. Dále jsem dokázala věci dobře popsat, ať už události, stromy, nebo krajinu. Kdybyste mě viděli, jak jsem rychle pátrala v paměti a vzpomínala na poznávací znaky dubu a buku. A kolik je odrůd růží, jejich barev a vůní? Asi si pořídím atlas rostlin.



Díky skvělé organizaci pobytu jsme navštívili zámek v Opočně, betlém v Třebechovicích pod Orebem, zoo ve Dvoře Králové nad Labem. Bylo toho víc, ale o tom se snad rozepíší „účastníci zájezdu“. Skvělé na tom všem bylo, že jsme se sjeli z různých koutů republiky a také jsme se ve zdraví a plní zážitků vrátili. Říká se „všude dobře, doma nejlíp“. Anebo „všude dobře, tak co doma“? To nechám na vás. Tak zase příště!

*Marcela Kazíková
terénní sociální pracovnice Ostrava*



STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY

Divadélko Lormos

Vážení čtenáři, drazí pamětníci!

Pokaždé, když se probírám mým čtvrtstoletím historie LORMu, listuji v archivních číslech Doteků a obracím jejich listy, nevědomky obracím i svoji náladu ve škále přebohaté. Od překvapení (Tam jsme fakt byli? Tohle jsme opravdu dělali?) přes úsměv (To byla tenkrát velká sranda! No páni, to jsme se nachechtali!) a ztrátu paměti (No to snad ani nemůže být pravda! Toto se skutečně stalo?) až k smutku (Tak vás zdravím, milí moji, na onen svět...). Před očima mi ožívají zážitky a situace, které už dávno odvál čas, v mysli defiluje spousta lidí, s nimiž mě LORM po dlouhá léta pojil. A věřte, občas, přes veškerou snahu, si zkrátka a dobře na některé události nevzpomenu. A teď jsem na rozpacích – mám se děsit chatrnosti mé paměti, nebo spíše radovat, že jsem měla štěstí na tolik bohatý život, že si všechno ani nelze zapamatovat? Souhlasím s vámi, to druhé je správně 😊. Právě jsem dolistovala k roku 2007, letopočtu, kdy krátce

před tím vzniklo naše divadélko Lormos. Jeho první veřejný počín bylo vánoční pásmo složené z veršů, písniček a koled prezentovaných za doprovodu akordeonu kolegyně Marcelly Lazecké, která tuto přetěžkou kisnu vláčela na hřbetě na zkoušky do Chrlic až ze své domovské Olomouce, chudinka. Sklidili jsme velký úspěch jak v Brně, tak Olomouci a ten nás nakopl k nácvičku prvního divadelního představení, autorské veršované zpěvohry O Červené Karkulce. Tuto si bravurně zahrál Mirek Klemera, dalších rolí se neméně skvěle zhostili Jana Dopitová, Lenka Klemerová, Honza Bizon Pavlíček a Jana Brožková. Těch prozkoušených hodin, učení textu s každým zvlášť a se všemi dohromady, prozmrzaných dnů, pročekaných zpožděných vlaků, hladu z nedostatku času nesnědených svačin, žízně ze zavřených občerstvovacích stánků, hledání záchodků a následně tekoucí vody, pozdních návratů domů. Zajímavé, na to si vzpomínám celkem dobře, vid', Marci? V té době k nám přibyla kolegyně Zdena Krásová a vzhledem k její výborné pěvecké vybavenosti byla spolu s námi výše jmenovanými okamžitě obdarována textem další veršované autorské zpěvohry nazvané Kůzlátka. Připomeňme z ní třeba Vlka Honzy Pavlíčka:



Jsem vlk, bydlím kousek odsud – na hradě,
zdrhnul jsem z klece v zoologické zahradě.
S lidmi, hlavně dětmi, se tam nedá žít,
potřebuji volnost a především klid!
Po pár dnech v lese
spadly mi čelisti,
kůzlata sousedů celé dny propíští.
A ta jejich hudba! – Jak svištění lián,
lituji, že jsem vegetarián,
jinak bych ten kvartet, to můžete mi věřit,
sežral dřív, než začne se šerit.
Jémíne, už to zas začíná –
horší je snad jenom lavina!

No, nebudu si dělat iluze, že mě po celou dobu příprav herci (a kolegyně) bezhlavě milovali, zvláště když můj sytý baryton duněl zkouškovým sálem jak na vojenských manévrech, ale výsledek stál za to. Aspoň dle reakcí ne-



sčeteného publika na mnoha místech naší vlasti soudě. Byli jsme šťastní z potlesku, z rozesmátého publika, z gratulací, z radosti v sobě a kolem nás. Jen tak dál, přes strážně a nepřízeň osudu se rvát a bojovat! Ale života běh některých z nás tomu chtěl jinak, Marci odešla za jiným zaměstnáním, někdo další odešel do jiného bydliště a ztratil tím možnost dojíždění, já odešla z pozice terénky na post metodičky s úplně jinou pracovní náplní a z našich životů tak odešlo i divadélko Lormos. Ale já věřím, já vím, že v nás všech bez rozdílu zanechalo krásný pocit něčeho, co je jedinečné, neopakovatelné a velmi nesnadno sdělitelné, něčeho mimořádného, co nám už nikdo nikdy nevezme.

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*



PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

Týniště 2023

Milí lormáci,

chtěl bych se s vámi podělit o zážitky z červnového pobytu LORMu v Týništi nad Orlicí.

Sjeli jsme se opět po roce z různých koutů naší vlasti, těšili se na sebe a samozřejmě na program. Ten byl již tradičně velmi pestrý. Rozšiřovali jsme si znalosti a dovednosti z oblasti taktilního znakového jazyka a průvodcovství hluchoslepé osoby, což bylo přínosné zejména pro naše nové přátele a jejich průvodce.

Den začínal rozcvičkou, cvičili jsme všichni a moc rádi! Každý den nás čekalo něco zajímavého, a to včetně dvou krásných výletů. Ten první nás zavedl do Opočna, prošli jsme velkým parkem, který se rozprostírá kolem obrovského zámku, krásný zážitek! Následovala prohlídka zámku s průvodcem, který pro nás vybral z expozic předměty, které jsme si mohli prohlédnout hmatem. A potom do Dobrušky do

rodného domu F. L. Věka. Druhý celodenní výlet směřoval do Dvora Králové na zdejší vyhlášené safari, kde já byl před zhruba 40 lety. V té době vypadala zoo úplně jinak, dnes jsou všude upravené cesty, prosklené pavilony, ohrady pro zvířata, všechno velmi pohodlné i pro rodiny s malými dětmi. Zaujalo mě akvário plné barevných korálů a rybiček a především hmatová ukázka kůží různých živočichů. Tak například slon má kůži na omak velmi tuhou a těžkou. Dále jsme zkoumali kůže třeba lva nebo zebry, lebky různých zvířat, zobák plameňáka, lehoučký jak pírk... Potom jsme pokračovali do Třebechovic na prohlídku tamního světoznámého dřevěného betléma, kde jsme měli možnost prozkoumat mechaniku tohoto unikátu a rovněž figurky, tvořené například ze dřeva, porcelánu, keramiky, dokonce i z chleba, skla. To bylo velmi zajímavé!

Nádherný týden utekl jako voda a já se těším na září, na druhý lormácký pobyt. Děkuji vedení LORMu za skvělou přípravu a realizaci úžasného týdne a přeji mu jen to nejlepší!

Miloslav Koklar

Kdo z koho

Příběh se odehrál na pobytu v Týništi nad Orlicí. Měli jsme připravené výlety. Vyberu jeden a začínám vyprávět.

Vláčkem jsme jeli do Častolovic. Popošli jsme na zámek. Na nádvoří jsme se posilnili výborným dortíkem, kávou či čokoládou. Poté již nic nebránilo tomu, abychom se každý po svém kochali krásou a historií. Někdo navštívil prohlídku celého objektu. Já se svojí průvodkyní jsme vešly do zahrad. První byla růžová. Každá růže měla jinou barvu, vůni či bez vůně. Omámena růžemi jsem vstoupila do malé zoo. Občas mluvím se zvířátky a s rostlinami. Druhým snad i připadám jako blázen. Ale budiž. U vstupu byla velice milá postarší dáma. Dala mi do ruky pytlík krmení pro zvířátka. Prošli jsme kolem andulek, papoušků, bažantů a pávů až ke kozám. U ohrádky se seřadily jako malé děti čekající na cukrátku. Od malých po velké – a kozel. Ten byl nejdřezší. Jako by říkal: „Dej a nešetři!“ Nedával moc příležitostí ostatním.





Přetahoval se o každou granulku. Byl mazaný a neodbytný. Předníma nožkama vyskočil na ohrádku a neustále dorážel.

Mám ráda dotyk s ochočenými tvory. Podrbala jsem ho za ušima, zatahala za rohy. Nechal si vše líbit a ukolébal mou pozornost. Ejhle, na poslední chvíli jsem stačila ucuknout. Pytlík se vysypal na mé straně. Kozlík seskočil a vztekle zadupal. V poklidu jsem sesbírala granule a pokračovala v prohlídce. A tak skončil příběh „kdo z koho“. Pak jsme ještě obdivovaly ochočeného poníka, co prosil kopýtkem o krmení, lamu, která neplivala, alpaku, co vypadala jako přerostlý pudl. Jakmile jsme vyšly ze zoo, ocitly jsme se v oboře. Nakráčeli k nám daňci různých barev. Přivedl je statný samec s velkými parohy. Nesl se a pohybem těla říkal: „Tady jsem pánem já a to stádo je mé!“

Celý výlet byl pocitově úžasný zážitek a pohlázení na duši. Kdo z vás tam byl, prožil podobný příběh?

Olga Pírková

Poděkování průvodkyni

Reakce naší čtenářky paní Pavly Sykáčkové na článek v rubrice Příběh, který vyšel v letním čísle Doteků.

Milá Věnko,

tak se opět setkáváme... Sice ne osobně jako před lety na rekondici v Plzni, ale na stránkách časopisu Doteky. Jak ten čas letí! Už je to sedm let, kdy jsem byla poprvé na rekondici pořádané LORMem. Bylo to v Plzni. V Merкуру jsem sotva jako klientka nastoupila, a tak jsem neměla průvodce. A o rekondici žádnou představu. Měla jsem i obavu, jestli ten pobyt vůbec zvládnou. Kromě toho, že patřím mezi hluchoslepé, mi bylo 81 let a do výbavy patřilo i chodítko. Pak jsi se objevila ty – milá, usměvavá, s velkou dávkou trpělivosti. Od prvního setkání s tebou jsem věděla, že si budeme nejen rozumět, ale že budeme mít plno společných zájmů. Obě jsme se léta věnovaly dětem a pomáhaly zdravotně postiže-

ným. Jen o problematice sluchově postižených jsem skoro nic nevěděla a dodnes s vděčností vzpomínám, co všechno jsi mě naučila! Hlavně netrápit se nad tím, co nezvládáme, co nám ta vada neumožňuje, ale radovat se z toho, co člověk dokáže, když má do života kolem sebe obětavé lidi, jako jsi byla i ty. Při čtení tvého článku se všechny ty milé vzpomínky vrátily a já vím, jaké jsem měla štěstí, že jsem poznala tak upřímného a vzácného člověka, jako jsi ty. Moc děkuji! Na té rekondici jsem poznala i obětavost naší paní ředitelky a paní šéfredaktorky.



Pavla Sykáčková

Hospoda „U Grobiána“

Kdysi jsme jeli na Šumavu s dětmi na dovolenou. Když jsme vyjeli z domova, tak začalo mírně pršet, a tak jsme se rozhodli, že pojedeme tak dlouho, než pršet přestane. Jeli jsme kolem Krumlova a jeli jsme dál. Pořád jsme jeli kolem Lipna, stále pršelo. Dojeli jsme na Kvildu a tam už pršet přestalo. Rozhodli jsme se, že si dojdeme do hospody něco koupit. Cestou do hospody jsme potkali pána, který vypadal podivně zeleně, měl roztrhanou kdysi bílou zástěru. Vyděsil nás. Když jsme šli dál, potkali jsme ještě jednoho, který vypadal stejně. Zřejmě to byli bratři, byl zase šedozelený. Přeci jenom jsme se v hospodě posadili a čekali, jestli si nás někdo všimne. Tito dva pánové tam chodili a my jsme neměli vůbec chuť si něco dávat. Bylo to tam nevábné. Dali jsme si pouze čaj a sušenky, na nic jiného jsme neměli odvahy. Na táckách nosili jídlo a jeden mužiček přinesl oběd a zapomněl, komu ho přinesl. V rohu seděl kočí z lesa, Slovák, a řekl: „Dajte to mej kobyle, od včírejška nežrala.“ Už jsme vůbec neměli odvahy si tam něco dávat. Rychle jsme dojedli sušenky a dopili čaj. Pokračovali jsme v cestě dál na dovolenou. Té hospodě jsme začali říkat „U Grobiána“ – jen tak pro sebe – a vícekrát jsme se tam nezastavili.

Ludmila Bučinová



ROZHOVOR

Kde je vůle, tam je cesta

Vážený čtenáři, zvu vás k seznámení s dalším z báječných člověků, kteří kolem nás a s námi žijí a o kterých se, nebýt náhody a upřímně řečeno blbého covidu, ani nedozvíme: pan Josef Lejček.

Pepo, my se osobně nesetkali, známe se „na dálku“, a to díky Petře, dlouholeté ředitelce a bez nadsázky pilíři naší organizace LORM. Snad mi tedy prominete, že se u vás po vás budu pít o něco podrobněji. A začneme kde jinde než u dětství, které jste jako rodilý Pražan prožil kde jinde než v Praze.

V podstatě ano, až na to, že nejsem rodilý Pražan. Narodil jsem se ve Vlašimi, v kraji pod Blaníkem. První roky života jsem s rodiči a prarodiči žil v obcích Divišov a Všechlapy, což je velmi blízko Českého Šternberka. Do Prahy jsme se přestěhovali, když mi byly čtyři roky, takže dnes se považuji za Pražana, i když jsem křtěný nikoliv Vltavou, ale Blanicí.

No vida, o první překvapení je postaráno 😊. Jak vzpomínáte na vaši dětskou Prahu?

Bydleli jsme v centru, takže jsem s mámou při každodenních nákupech a pochůzkách chodil místy, kde dnes proudí davy turistů. Hřiště u mé školky v Řásnovce bylo ohraničené zdí Anežského kláštera, v Celetné poblíž Týna jsme si občas dali smažené pirožky, naproti Staroměstskému orloji jsem se těšil na párek v rohlíku a v pekárně za Karlovým mostem měli voňavé sýrové rohlíky. A při tom mlsání se mi jako malému dostal pod kůži duch místa Starého Města i Malé Strany a dodnes mě tato místa nabíjí energií.

V duchu s vámi procházím tato nádherná místa naší stovečaté krasavice, malinko možná i závidím, ačkoliv jako vesnickému dítěti je mi těch městských, kteří prožili dětství v turisty přelidněném centru, malinko líto.

Já naštěstí všechno dohnal, ještě na základní škole jsme se s rodiči z centra přestěhovali na Veleslavín, jed-

nu z nejhezčích čtvrtí v Praze 6, která sousedí s Divokou Šárkou. Údolí Šáreckého potoka se skalními stěnami, lesy a loukami bylo v mých dětských očích nesmírně atraktivní místo, kam jsme se spolužáky a kamarády ze sousedství podnikli tolik dobrodružných výprav! A navíc – v Praze jsem byl jen od pondělka do pátku. Víkendy jsme s rodiči trávili na vsi v Divišově a ve Všechlapech, kde jsem měl babičky a dědečky obou rodičů, kamarády, bratrance, sestřenice a další příbuzné. Tady jsem každoročně prožíval své prázdniny. Děda i táta mě zapojovali do prací u zvířat, na zahradě, na poli, v lese nebo při stavbě domu, ale na druhé straně mi dali úplnou volnost, když jsem měl svoji práci hotovu. Spanilé jízdy s kamarády na kolech a později na mopedech, lovení ryb v Blanici i v Sázavě, fotbal s klukama, volejbal s holkama, skákání ze stohu, stavění bunkrů v lese nebo dětské války mezi partami kluků. Jsem vděčný, že jsem jako dítě zažil to nejlepší z toho, co nabízel Praha i venkov.



Připouštím, teď už závidím. Prázdninová alotria na vesnici jsou mi podrobně známa, o město jsem v dětství byla ochuzena. Ale všechno má svůj čas, svůj začátek i konec, zejména doba malin nezralých. Co potom, jak a kde jste „zrál“ na prahu dospívání?

Sametová revoluce mě zastihla v mém prvním roce na gymnáziu Arabská v Praze 6, ve třídě se zaměřením na programování a cizí jazyky. Konec totality a příchod svobody bylo jedno z velkých štěstí v mém životě. Naší rodině komunisté zkomplikovali život a já jsem patřil mezi děti, které doma slyšely odlišný než oficiální výklad dějin s dovětkem „tohle ve škole neříkej“. Bylo mi 14 let a začínala zlatá devadesátá léta se svojí úžasnou atmosférou a s tolika novými možnostmi! Výměnné pobyty a studium jazyků v zahraničí, cestování s batohem po světě nebo letní tábory pro dobrovolníky v různých zemích s kamarády z celého světa. Po maturitě jsem pokračoval ve studiu na Vysoké škole ekonomické v Praze, na podnikohospodářské fakultě se specializací na sociologii a psychologii v řízení firmy. V devadesátkách mě potkalo další veliké štěstí v mém životě, když jsem se při práci pro studentskou organizaci potkal se svojí budoucí ženou.



Takže světoobčan? Čte-li čtenář pozorně, je mu už teď jasno, že jste měl o své profesní budoucnosti dost brzy jasno.

Chtěl jsem začít pracovat a sbírat zkušenosti u velké mezinárodní firmy. To se mi povedlo a dvakrát jsem dokonce zažil i skvělou atmosféru začátku nedlouho po otevření pobočky známé značky v Česku. Pracoval jsem pro DHL a po škole jsem nastoupil do Radiomobilu, který v té době stavěl svoji mobilní telekomunikační síť Paegas a byl prvním konkurentem monopolnímu Eurotelu. Později se síť přejmenovala na T-Mobile a začalo období mezinárodního sjednocování procesů. Bylo zajímavé cestovat, potkávat kolegy z jiných zemí a pracovat s nimi, ale rozhodování o mezinárodním řešení z centrály v Německu mě po čase přivedlo od telekomunikací k energetice.

Na Paegas si ještě vzpomínám, Eurotelem končím a zvolna se ztrácím, jak už to tak u hoodně starší generace dnes je, holt doba výuky ruštiny, doba předinternetová... O to zajímavější a aspoň pro mě poučnější je sledovat úspěchy vaší generace. Z Německa tedy kam?

Do ČEZu. A vážím si toho, že nemusím přebírat řešení z centrály v zahraničí a mám více prostoru pro vlastní myšlení a rozhodování. Jsem povoláním ekonom a profesí personalista. Energetika je v posledních letech plná změn. Přejchod k čistým energiím, digitalizace technologií i procesů pro zákazníky, dlouhodobá energetická bezpečnost Česka s výstavbou nových zdrojů. Z pohledu personalisty je hlavním úkolem zajistit, abychom měli dostatek kvalifikovaných lidí pro všechny tyto změny. Podporujeme technické vzdělávání a spolupracujeme se školami po celém Česku. Staráme se o to, abychom byli atraktivní pro zaměstnance i pro uchazeče o práci. Pracujeme s talenty, nástupci i vedoucími a připravujeme je na náročnější pozice, protože v energetice často potřebujete člověka zevnitř s předchozí zkušeností v provozu. Práce v energetice a v personalistice mi umožňuje smysluplně přispět celé společnosti i lidem pracujícím ve firmě.

Mám ráda lidi, Pepo, jako jste vy a vám podobní – když něco dělají, pak naplno, s elánem a nadšením! A když zrovna nedělají, tak dělají co?



S nástupem do práce jsme se se ženou přestěhovali na Žižkov, a to počítám k dalšímu štěstí v mém životě. Když žijete na Žižkově, nemáte mnoho důvodů stěhovat se jinam. Stará Praha je krásná, ale v centru potkáte více turistů než místních. Na Žižkově je to bohudíky obráceně, přitom do centra klidně dojdete pěšky, ale říkáte si proč, když mnohem hezčí je pohled z Vítkova na starou Prahu a na Hrad než naopak ☺. Žižkov má svého specifického ducha místa a já už se počítám za Žižkováka, i když jsem naplavenina, žiju tu zatím jen necelých 25 let ☺. Naši dva synové tu ale žijí odmalička. Z obou máme radost, fandíme jim a díky tomu, že jsou každý jiný a mají rozdílné zájmy, jsem poznal mnoho zajímavých míst, dozvěděl se tolik nových věcí a potkal řadu inspirativních lidí! A taky jsem si díky nim už jako dospělý mohl zase hrát a blbnout jako dítě a necítit se přitom vůbec trapně.

No ano, vy muži (vzdychne matka tří také dávno „dospělých“ synů)! Zbývá vám vůbec nějaký čas jen sám sobě a pro sebe?

Rád se věnuji aktivitám a potkávám lidi, kteří mě nabíjí energií a přináší mi pocit štěstí. Sport a pohyb. Dlouhé pochody a pobyt v přírodě. Ať už jde o majestát a syrovou krásu vysokých hor, toulání se v brdských lesích za Prahou, výstupy na Milešovku a jiné kopce v Českém středohoří, Jizerské hory křížem krážem nebo krásná příroda v okolí Máchova jezera. Hraji na trubku a s jazzovým kvartetem děláme lidem radost hraním v pražských barech nebo na svatbách. Těším se na volejbal s kamarády a muzicírování v hospůdce. Mám rád večerní procházky se ženou na Vítkově s úžasným výhledem na Karlín, starý Žižkov a Hradčany, při kterých si doslova s nadhledem povídáme o všem možném. Cestování a poznávání nových zemí a měst, ale i vracení se na místa, která nás chytla za srdce. Nebo prostě když si uděláme čaj a jen tak sedíme a popíjíme u svíčky. Do budoucna si přeji, abych vždycky uměl udělat něčím radost sobě i někomu jinému.

Renesanční člověk, troufám si říct. Začínám mít, Josefe, neodbytný dojem, že jsme se nejen už někdy potkali, ale že se



dokonce léta známe, přeloženo – můj člověk! Je mi proto přirozeně jasné, že jste se dříve či později musel blíže seznámit s LORMem. Jak?

LORM jsem poznal díky Petře, která je nejen ředitelkou LORMu, ale také mojí kamarádkou z volejbalu. Hrál jsem s kamarády z kapely pro LORM na Duchovi Vánoc a také jsem jako záskok na poslední chvíli moderoval Lormolympiádu. Vždycky za tím stála Petra a její prosba. A já jí nikdy neumím říct ne 😊. Protože jak můžete říci ne někomu, kdo toho sám dělá pro ostatní tolik a tak úplně samozřejmě a skromně! A nikdy jsem nelitoval. Lormolympiáda mě úplně nadchla. Všichni sportovci a sportovkyně měli můj upřímný obdiv za nasazení, se kterým soutěžili, i za výkony, kterých dosáhli. Opravdu, klobouk dolů! A to nejen pro atlety a atletky, ale pro celý tým organizátorů, průvodců, vodičů, tlumočnicků – prostě pro všechny, bez kterých by to nešlo. Jediné, co mě mrzelo, jak to byl pro mě záskok na poslední chvíli, že jsem už měl jiný plán a nemohl zůstat na večerní předání medailí, hudbu a tanec. Tak možná někdy příště? Přeji LORMu, aby měl vždy dostatek skvělých, schopných a ochotných lidí, jaké jsem poznal na Lormolympiádě.

Slyšela jsem na vás nehynoucí slávu pět, vím, že zaslouženě, a skláním hlavu s poděkováním, že jste si na lormáky při vaší extrémní vytíženosti a barvitosti života našel čas. Přijel, viděl, zvítězil, tedy minimálně v jejich/našich srdcích. Je něco, co vás pohání, čeho se semo tamo držíte?

Kde je vůle, tam je cesta.

Vy, kteří jste se účastnili Lormolympiády v roce 2022, jste pana Josefa Lejčka měli možnost poznat osobně. My, kterým nemoc zabránila, jsme ho „objevili“ až nyní, zato důkladně a v celku. A že to stálo za to! Děkujeme, Pepo, že žijete naplno, oproštěn sobeckosti, pln laskavosti a ochoty podat ruku druhým. Je prima vědět, že jste, že takový jste, že takoví jako vy jsou! Velké poděkování...

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*



Změna výše doplatku u některých červenobílých holí

Od února 2023 byl opět zaveden (případně zvýšen) doplatek u některých holí. Aktuálně se tak doplácí na tyto hole tyto částky:

- hůl bílá/červenobílá orientační skládací 5dílná kompozit: 74 Kč
- hůl bílá/červenobílá opěrná skládací 4dílná aluminium: 195 Kč
- hůl bílá/červenobílá opěrná teleskopická 2dílná aluminium + francouzská: 41 Kč
- hůl bílá/červenobílá opěrná kombinovaná 5dílná aluminium: 282 Kč

Bílé hole je oprávněn předepsat oftalmolog, pediatr a praktický lékař pro dospělé, množstevní limit je tři kusy za rok. Koncovky k holím (rotační nebo keramické) je oprávněn předepsat oftalmolog, pediatr a praktický lékař pro dospělé, množstevní limit je také tři kusy za rok. Roční užitná doba každého jednoho kusu zdravotnického prostředku může začít běžet „klouzavě“ kdykoliv v kalendářním roce. Jestliže by lékař předepsal tři hole nebo koncovky najednou a poukaz na ně by byl uplatněn ve výdejně například 15. 7. 2023, lze ve výdejně další poukaz uplatnit nejdříve 15. 7. 2024. Platnost poukazu i e-poukazu je 30 dnů od vystavení. Tato lhůta začíná běžet již ode dne vystavení, takže např. poukaz vystavený 15. února je platný do 15. března. Pokud jde o hole, výše uvedené se vztahuje i na pojištěnce jiných zdravotních pojišťoven než VZP, protože příloha zákona o veřejném zdravotním pojištění je obecně platná. U koncovek, které v příloze zákona samostatně uvedeny nejsou, však z tohoto důvodu mohou existovat rozdíly způsobené odlišnými podrobnějšími tzv. číselníky pojišťoven.

(kráceno)

Zdroj: <https://www.sons.cz/03-2023-Info-mace-a-odpovedi-na-dotazy-ze-Socialne-pravni-poradny-SONS-P4014459.html>



Poskytování péče rodinným příslušníkem

Příjemcem příspěvku je vždy osoba, která potřebuje péči. Ovšem samotné využívání příspěvku může být zvoleno takové, že fakticky jeho hodnotu „spotřebovává“ osoba, která péči zajišťuje, tj. rodinný příslušník, jiná blízká osoba nebo i jiná osoba (asistent sociální péče), která je schopna tuto péči zajistit. V tomto případě je nezbytné, aby příjemce příspěvku tuto skutečnost jednoznačně písemně oznámil příslušnému Úřadu práce, který příspěvek vyplácí.

Osoba, která je příjemcem označena, že bude zabezpečovat péči, si pak může od příslušného Úřadu práce vyžádat potvrzení o této skutečnosti. Potvrzení může uplatnit vůči příslušné okresní správě sociálního zabezpečení pro účely zápočtu doby péče jako náhradní doby pro účely výpočtu důchodu a vůči příslušné pobočce zdravotní pojišťovny pro účely uznání statusu tzv. „státního pojištěnce“, kdy zdravotní pojištění hradí za osobu stát.

Česká správa sociálního zabezpečení hodnotí, zda uzná rozsah péče tak, aby byla doba péče započítána jako náhradní doba pro účely důchodového pojištění. To vše platí v případě, že osoba se neúčastní jiným způsobem na sociálním a zdravotním pojištění (je zaměstnána, evidována na úřadu práce, účastní se pojištění jako osoba samostatně výdělečně činná nebo již pobírá starobní či invalidní důchod).

Počet osob není zákonem omezen. Současně je potřeba mít na paměti, že z hlediska účasti na důchodovém pojištění se uznává vždy jen jedna osoba, která zabezpečuje péči.

Pozor, příspěvek na péči není považován za příjem a tudíž nelze předpokládat, že z jeho hodnoty pak bude vypočítáván důchod.

Zdroj: https://www.finance.cz/duchody-a-davky/socialni-davky/socialni-pece/prispevek-na-peci/poskytovani-pece-rodinnym-prislusnikem/?szn-session=tema.finance.cz & utm_source=www.seznam.cz & utm_medium=sekce-z-internetu

Zvláštní příjemce příspěvku na péči



Zvláštním příjemcem příspěvku je fyzická osoba, která je ustanovena krajskou pobočkou Úřadu práce, aby zajistila správné použití příspěvku na péči. Za zvláštního příjemce nelze ustanovit osobu, která s tím nesouhlasí nebo je v konfliktu zájmů s osobou, které je příspěvek přiznán.

Vždy je potřeba nalézt vhodnou osobu, která bude příspěvek používat ve prospěch člověka, o kterého má být pečováno. Současně, pokud je to možné a vhodné, postupuje zvláštní příjemce podle pokynů příjemce příspěvku.

Zvláštní příjemce je ustanovován ve dvou případech:

- Prvním případem je situace, kdy osoba není nijak omezena na způsobilosti k právním úkonům, ale s ohledem na objektivní skutečnosti nemůže příspěvek přijímat – například z důvodu vážné nemoci.
- Druhým případem je situace, kdy z různých důvodů nevyužívá příspěvek nebo nemůže příspěvek využívat k zajištění potřebné pomoci.

Za zvláštního příjemce nejsou považováni zákonní zástupci osoby nebo jiné osoby, kterým byla rozhodnutím příslušného orgánu osoba svěřena do péče.

Může nastat situace, kdy nebude možné nalézt v sociálním prostředí příjemce vhodného člověka, který výše uvedené úkoly zvládne. V těchto případech je vhodné oslovit zástupce obecních samospráv nebo organizací, které se zabývají humanitární činností.

Zdroj: <https://www.finance.cz/duchody-a-davky/socialni-davky/socialni-pece/prispevek-na-peci/zvlastni-prijemce-prispevku-na-peci/>

Mohou o příspěvek na bydlení žádat také klienti domovů pro seniory?

Senioři nebo hendikepovaní lidé mohou mít mnohdy problémy s uhrazením nákladů na bydlení, a to především tehdy, pokud s nimi nebydlí další člověk, s kterým by se



o náklady podělili. S úhradou proto pomáhá za určitých podmínek stát příspěvkem na bydlení. Mohou o něj ale požádat také klienti ubytovacích sociálních služeb?

Počet nových žádostí o příspěvek na bydlení výrazně stoupá. Největší nárůst byl zaznamenán převážně v posledním čtvrtletí roku 2022, kdy podle dat Úřadu práce požádalo o příspěvek na bydlení nově téměř 78 tisíc lidí.

V tomto čtvrtletí také došlo k nárůstu normativních nákladů na bydlení a zjednodušení dokládání příjmů a výdajů na bydlení. Příjmy a výdaje musejí osoby pobírající příspěvek na bydlení dokládat povinně už jenom za 1. a 3. kalendářní čtvrtletí.

DOSÁHNOU OSOBY VYUŽÍVAJÍCÍ SOCIÁLNÍ UBYTOVACÍ SLUŽBY NA PŘÍSPĚVEK NA BYDLENÍ?

Žádat o příspěvek na bydlení mohou podat osoby bydlící ve vlastním domě, v nájmu i podnájmu a nově také vlastníci stavby pro individuální nebo rodinnou rekreaci. Nárok na příspěvek získá ale také osoba, která byt užívá na základě věcného břemena.

Zákon o státní sociální podpoře neumožňuje osobám využívajícím například domovy pro seniory a další pobytové služby využívat nároku na příspěvek na bydlení. Klientům těchto služeb musí rovněž zbýt minimálně 15 % z jejich příjmu, ne vždy to ale stačí na pokrytí výdajů spojených s bydlením.

STÁT OVŠEM POSKYTUJE JEŠTĚ DOPLATEK NA BYDLENÍ, LZE ČERPAT ALESPŮŇ TEN?

V případech zvláštního zřetele podle zákona o hmotné nouzi, kdy je ubytování poskytováno na základě jiné než nájemní smlouvy, mohou tyto osoby požádat o doplatek na bydlení. Doplatek na bydlení je vyplácen rovněž Úřadem práce. Pro přiznání nároku na doplatek na bydlení není v případech zvláštního zřetele důležitý trvalý pobyt na adrese ubytování.

O DOPLATEK NA BYDLENÍ MŮŽE POŽÁDAT OSOBA UBYTOVANÁ V:

- domově pro seniory,



- domově pro osoby se zdravotním postižením,
- domově se zvláštním režimem,
- chráněném bydlení,
- domu na půl cesty,
- terapeutické komunitě,
- zařízení služeb následné péče,
- zdravotnickém zařízení lůžkové péče nebo v azylovém domě podle zákona o sociálních službách.

Přiznání doplatku na bydlení pro osoby využívající tyto služby posuzuje Úřad práce individuálně.

NEPŘIZNAL ÚŘAD PRÁCE DOPLATEK NA BYDLENÍ? ODVOLAJTE SE

Jestliže by Úřad práce žádost o doplatek na bydlení zamítl, je možné podat odvolání proti rozhodnutí do 15 dnů od jeho přijetí. Odvolání se zasílá na Úřad práce, který ve věci rozhodoval. Ten pak zašle odvolání Ministerstvu práce a sociálních věcí, které odvolání posoudí.

Dále se mohou občané se zamítnutou žádostí obracet na veřejného ochránce práv (ombudsmana).

ŽADATELÉ O PŘÍSPĚVEK NA BYDLENÍ BY JIŽ NEMUSELI DOKLÁDAT PŘÍJMY A NÁKLADY NA ENERGIE

Lidé pobírající příspěvek na bydlení, pokud k tomu dají souhlas, nově nebudou muset dokládat příjmy ze zaměstnání, jelikož tuto činnost by měl mít povinně na starost zaměstnavatel.

Stejná povinnost se týká i dodavatelů energií, se kterými má pobírající osoba smlouvu. Ti by měli data o úhradě nákladů na energie posílat povinně Úřadu práce.

(kráceno)

Zdroj: https://www.finance.cz/546949-prispevek-na-bydleni-klienti-domovu-pro-seniory/#dop_ab_variant=949211&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box



Co nově platí od července a jaké důležité novinky nás čekají

V letošním roce začaly platit některé změny v daňovém systému a další čekají na schválení v nejbližší době. S čím už nyní můžete počítat a na co se v budoucnu připravit? Podíváme se na (zatím) nejdůležitější změny.

ZKONTROLUJTE SI, ZDA VÁŠ FINANČÁK JEŠTĚ EXISTUJE

Od 1. července 2023 se natrvalo uzavřela některá sídla finančních úřadů. Celkem jde o 77 poboček po celé ČR, které byly méně vytížené.

PRO DLUŽNÍKY NA DANÍCH A SOCIÁLNÍM POJIŠTĚNÍ SE SPUSTILO MILOSTIVÉ LÉTO

Letošní Milostivé léto, které začalo probíhat s vypuknutím prázdnin, má pomoci s dluhy na daních a sociálním pojištění. Tentokrát tedy nepůjde o dluhy vymáhané soudními exekutory, ale dluhy, které si úřad vymáhá sám (správní a daňové exekuce). Nejde o odpuštění samotného dluhu, tedy daní nebo sociálního pojištění, které jste povinni zaplatit, ale odpustí se vám tzv. příslušenství dluhu, tedy:

- úroky,
- penále,
- další sankce,
- náklady spojené s vymáháním.

Základní podmínkou mimořádného odpuštění dluhů na sociálním pojištění byla plná úhrada dlužného pojistného, které bylo nutné zaplatit do konce června. Pro ty, kteří tento termín nestihli, pak ještě existuje záchranná možnost, když v období od 1. července do 30. listopadu 2023 podají oznámení, že dlužné pojistné zaplatí.

U daní běží tzv. odpustné období od 1. července do 30. listopadu 2023. Podmínkou je, že tento nedoplatek vznikl nejpozději do 30. září 2022 (aby se zamezilo spekulativnímu chování dlužníků). Samotný dluh na pojistném pak musíte uhradit nejpozději do konce listopadu, anebo požádat do konce listopadu o rozložení do splátek.

MĚLI JSTE ÚČET U EQUA BANK? NEZAPOMEŇTE TO NAHLÁSIT SVÉMU FINANČÁKU

Podnikáte a mívali jste dříve účet u Equa bank, kterou vloni koupila Raiffeisenbank? Nezapomeňte se ozvat svému finančnímu úřadu, protože ačkoli máte stejné číslo účtu, změnil se kód banky. Původní kód 6100 přestal existovat.



ŽÁDÁTE ÚŘAD PRÁCE O SOCIÁLNÍ DÁVKY? ÚŘAD SE MŮŽE ZAMĚSTNAVATELŮ NAPŘÍMO PTÁT NA VAŠE PŘÍJMY

Žádosti o příspěvky nebo doplatky na bydlení, v hmotné nouzi apod. jste museli do této doby sami dokládat potvrzením o výši svých příjmů. Nově už se o toto starat nemusíte, Úřad práce si vašeho zaměstnavatele sám najde a zašle mu do datové schránky žádost o výši vašich čistých příjmů za určité období. To se týká nejen českých žadatelů, ale také například uprchlíků z Ukrajiny, u kterých je zapotřebí posoudit jejich hmotnou nouzi.

OD SRPNA PLATÍ ZÁKON O OCHRANĚ OZNAMOVATELŮ

Od 1. srpna 2023 vešel v platnost zákon o ochraně oznamovatelů, neboli tzv. whistleblowerů. Má ochránit nejen zaměstnance před jakoukoli formou zvěle ze strany nadřízených či přímo zaměstnavatele, ale také další osoby v obchodním nebo pracovním styku, například dodavatele, studenty na stáži, dobrovolníky a další.

Zaměstnavatelé, kterých se zákon týká, musí ve své struktuře zavést oznamovací systém, který vám umožní informovat zaměstnavatele o tom, že se děje něco protizákonného. Systém vás musí chránit před případnou mstou ze strany toho, kdo se protiprávní činnosti dopouští. Vaše jméno zůstane v utajení (pokud si to budete přát), za což bude ručit speciálně ustanovený pracovník.

Oznamovací systém jsou povinni zavést všichni zadavatelé veřejných zakázek (kromě malých obcí, které mají méně než 10 tisíc obyvatel). Další povinnou skupinou jsou zaměstnavatelé, kteří k 1. lednu příslušného roku zaměstnávají nejméně 50 zaměstnanců. Mezi zaměstnance se počítají nejen ti, kteří mají hlavní pracovní poměr, ale také pracovníci na dohodu o provedení práce či pracovní činnosti.



OD ŘÍJNA UŽ SI NEDÁTE ZAHŘÍVANÝ TABÁK

Novela zákona o veřejném zdraví zakázala s účinností od 23. října 2023 prodej ochucených zahříváných tabákových výrobků. Jediné povolené výrobky budou ty bez příchuti, ale i u těch se změní způsob prodeje. Výrobci, dovozci i prodejci zahříváného tabáku bez příchuti budou muset označovat tyto výrobky stejně jako tabák k ručnímu balení cigaret nebo vodních dýmek a označovat je zdravotním varováním o rizikovosti kouření.

(upraveno, kráceno)

Zdroj: https://www.mesec.cz/clanky/s-letem-prisly-zmeny-co-nove-plati-od-cervence-a-jake-dulezite-novinky-nas-cekaji-v-blizke-dobe-1/#google_vignette

ZDRAVÍ



Příčiny hluchoslepoty: Norrieho syndrom

Norrieho syndrom je velmi vzácné dědičné onemocnění, které způsobuje abnormální vývoj sítnice. Ve vědecké literatuře je zaznamenáno více než 400 případů. Jako první jej v roce 1961 popsala dánská oftalmoložka Mette Wardburg. Nemoc pojmenovala podle kolegy Gordona Norrieho (1855–1941), který byl 35 let vysoce uznávaným oftalmologem, chirurgem a mentorem v Královském dánském institutu pro nevidomé.

Příčinou onemocnění je mutace genu, který je zodpovědný za produkci proteinu zvaný norrin. A právě ten ovlivňuje, jakým způsobem se vyvíjejí buňky a tkáně, zejména buňky sítnice. Podílí se také na prokrvení tkání vnitřního ucha a na vývoji dalších tělesných systémů. Přestože se uvádí, že toto onemocnění se týká zejména mužů, byly také u žen zaznamenány mírnější příznaky.

V důsledku tohoto onemocnění dochází k odchlípení sítnice a ke slepotě u kojenců mužského pohlaví při naro-



zení nebo brzy po něm. Z důvodu abnormálního vývoje sítnice se zorničky zdají bílé, pokud na ně svítí světlo, oční bulvy se zdají být malé a zapadlé. Onemocnění je progresivní a může dojít až ke vzniku šedého zákalu, atrofii duhovky nebo jiných poruch vývoje očí. Uvádí se, že zhruba 30 % osob ztratí sluch. K jeho ztrátě obvykle začíná docházet ve věku 12 let. Většina pacientů popisuje z počátku epizodické ztráty sluchu, nejdříve vysokých frekvencí, nebo přítomnost tinnitu. Postupně se porucha sluchu zhoršuje a v dospělém věku se může již jednat o vážné postižení sluchu. I přesto bývá rozlišení řeči relativně dobře zachováno. Dále se uvádí, že 30 až 50 % osob s tímto onemocněním má zpožděný vývoj motorických dovedností, jakou jsou sezení nebo chůze. Dalšími přidruženými problémy mohou být mírné až středně těžké mentální postižení, psychóza nebo např. potíže při dýchání a trávení, problémy s křečovými žilami.

Léčba onemocnění se zaměřuje na zvládnání jednotlivých symptomů. Důležitá je včasná diagnóza a zapojení týmu lékařů, jako jsou oftalmolog, pediatr, audiolog a dalších, podle projevů a míry onemocnění.

Pro Dotečky přeložila Lenka Veverková

Zdroj: <https://medlineplus.gov/genetics/condition/norrie-disease/#synonyms>

https://eyewiki.aao.org/Norrie_Disease

Akupunktura očnice

Zarudnutí, pálení a řezání očí, únava očí, světloplachost, zhoršené vidění, dokonce i bolest hlavy – takové jsou příznaky syndromu suchého oka. Tím podle odhadů trpí až každý sedmý člověk. Zbavit se nepříjemných příznaků mohou lidé pomocí akupunktury očnice.

Syndrom suchého oka je v současnosti jedno z nejčastějších onemocnění, se kterým se pacienti obracejí na oční lékaře. Jeho výskyt navíc v současné době rapidně stoupá. „Problémy se zrakem se začínají objevovat po 40. roce věku. Syndrom suchého oka, který se stal civilizační nemocí



současnosti, se ale čím dál častěji začíná objevovat u mladších pacientů. Na vznik suchého oka má vliv zejména pobyt v klimatizovaných prostorách a práce s počítačem, mobilním telefonem nebo tabletem. Upřený pohled očí jedním směrem a na jednu vzdálenost vede k jejich únavě a rychlejšímu osychání. Pacienti si pak stěžují na řezání a pálení očí. Vidění se může dokonce rozmazávat a oči být zarudlé nebo i pobolívat," popsal Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik Gemini.

Léčba syndromu suchého oka byla dosud převážně konzervativní. Lékaři začínají aplikací umělých slz. „Ty sice dočasně často zlepší potíže způsobené suchým okem, neřeší ale jeho příčiny. Novou metodou léčby je akupunktura očníce. Pacienti se nemusí bát, že bychom jim aplikovali jehly přímo do oka, tenká jehla se zavádí pod oko nad dolní okraj očníce. Jehlička se dostane do kontaktu se zevními očními svaly, které pohybují okem, a s jejich obaly a vazivem kolem nich. Zavedení tenoučké jehly není o nic víc bolestivé než zavedení jehly kdekoliv jinde na těle. Poprvé je to pro pacienta nezvyklý vjem, ale při opakované aplikaci akupunkturní jehly a s postupujícím zlepšováním potíží si lidé na léčbu akupunkturní jehlou v blízkosti oka zvyknou a přestanou se jí bát. V ruce profesionála není akupunktura očníce nebezpečná pro oko a jedinou komplikací, která se čas od času přihodí, je modřina. Jedná se jen o estetický problém, který příroda vyřeší do dvou týdnů sama. Vlivem zvýšeného prokrvení se efekt léčby často urychlí," vysvětlila Jana Stodůlková, odbornice na akupunkturu, homeopatii a canisterapii.

Akupunktura podle zmíněných odborníků dokáže zbavit syndromu suchého oka velkou část pacientů. A pomoci dokáže i s dalšími onemocněními zraku. „Akupunktura očníce je zaměřena zejména na léčbu suchého oka. Bývá účinná u téměř 90 procent pacientů, a to i těch, kteří mají závažné potíže se suchým okem a léčba konvenční medicínou u nich nebývá úspěšná. Akupunkturou očníce se souběžnou akupunkturou celého těla lze někdy zlepšit i zelený zákal, úspěšná bývá u léčby blefarospasmu – křečovitého svírání očních víček, a umí někdy zpomalit i zhoršování suché formy makulární degenerace sítnice v počátečním stadiu," popsal Pavel Stodůlka.



Aplikace jehliček je bezbolestná a trvá jen několik málo minut. K dosažení dobrého výsledku je ale třeba proceduru několikrát opakovat. „Samotná akupunktura očnice trvá jen několik minut. Prostor v očnici je vysoce reaktivní a k účinku to stačí. Lékař zavede jehlu pod oko na asi dvě až pět minut. Pacient leží nebo může i sedět. Po vytažení jehly pacient odchází z ordinace bez omezení. Proceduru je nutné ale opakovat v rozestupu jednoho týdne. Efekt se dostaví za čtyři až pět sezení. Poté je dobré pokračovat do deseti sezení. Je vhodná takřka pro každého. Pouze pacienti, kteří užívají léky na ředění krve, jako je například Warfarin, ji podstoupit nemohou,“ uvedla Jana Stodůlková.

Akupunktura očnice zatím není v Česku příliš rozšířená. Vymyslela ji přímo MUDr. Jana Stodůlková ze Zlína a pacientům ji nabízejí lékaři oční kliniky Gemini. „Akupunktura očnice vyžaduje speciální trénink a zaměření specialisty na tento problém. Není běžná v ordinaci lékaře-akupunkturisty ani očního lékaře. Naše klinika v současnosti pracuje na akupunkturním výcviku očních lékařů. Ti podstupují zaškolení lékařem-akupunkturistou. Poté mohou poskytovat léčbu suchého oka zavedením akupunkturní jehly do očnice. Klinika Gemini je první oční klinikou v Česku, ale i na světě, která léčbu suchého oka očnicovou akupunkturou pacientům poskytuje,“ uzavřel Pavel Stodůlka.

Zdroj: <https://www.ceskozive.cz/2023/02/20/akupunktura-ocnice-prevrat-v-lecbe-syndromu-sucheho-oka/>



INFORMACE

Pomoc si nově zavoláte i přes Wi-Fi

Službu VoWiFi v České republice každý měsíc využívají statisíce zákazníků, přičemž dle Vodafonu o tom někteří dokonce ani nevědí. Moderní chytré telefony se totiž rozhodují dle toho, jaký signál je aktuálně silnější, a k němu navážou svou konektivitu. Klasické hovory skrze Wi-Fi mají smysl v místech, kde je běžný signál mobilní sítě velmi špatný, případně žádný. To se může týkat budov a suterénů, kde je naopak připojení k internetu.

„Pravděpodobnost, že si v nouzi zavoláte včas pomoc, je nyní vyšší. Díky spolupráci a provázání služby VoWiFi se složkami integrovaného záchranného systému si třeba sanitku může zavolat i člověk, který je mimo dosah mobilního signálu,“ říká manažer kontinuity podnikání Ladislav Suk, který ve Vodafonu zajišťuje chod služeb i za mimořádných událostí.

Wi-Fi volání na tísňové linky už zvládají všechny telefony Apple od modelu iPhone 6 a novější, u ostatních značek telefonů se služba zavádí s tím, jak jednotliví výrobci aktualizují potřebný software.

Zdroj: https://mobilenet.cz/clanky/pomoc-si-nove-zavolate-i-pres-wi-fi-sluzbu-spousti-jako-prvni-vodafone-48118#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box

Sluchově postižení mohou při žádosti o osobní doklady využít tlumočnickou linku

Lidé se sluchovým a kombinovaným postižením, kteří si potřebují zařídit nový občanský průkaz nebo cestovní pas, mají nově pohodlnější přístup k této službě. Na některých místech, kde si mohou o vydání nového dokladu požádat, funguje tlumočnická linka. Tlumočnické služby zajišťuje pro Ministerstvo vnitra nezisková organizace Tichý svět.

Na kontaktních místech určených pro objednání nových dokladů, kde si můžete vyřídit občanský průkaz nebo ces-

tovní pas i ve zkrácené lhůtě, nově fungují i tlumočnické a přepisovatelské služby. Ty můžete využít v případě, že ovládáte český znakový jazyk nebo komunikujete prostřednictvím psaného českého jazyka.



JAK PROCES S POMOCÍ TLUMOČNÍKA FUNGUJE?

Na vybraných pobočkách je k dispozici notebook se službou tzv. Tiché linky. Pokud komunikujete ve znakovém jazyce, vyberete si zde online tlumočení a spojíte se prostřednictvím videohovoru s tlumočnickem. Ten pak překládá váš požadavek zaměstnanci úřadu. Podobně také funguje služba přepisu, kdy tlumočnick upravuje či překládá text. Na úřad je možné se předem online objednat na konkrétní termín a vyhnout se čekání ve frontě.

Tlumočnická linka nově funguje také na pracovišti Ministerstva vnitra na adrese Na Pankráci 1623/72 v Praze.

Lhůty pro vydání občanského průkazu a cestovního pasu:

- do 30 dnů ode dne podání žádosti,
- nebo za správní poplatek ve zkrácené lhůtě, a to v pracovních dnech do 24 hodin,
- nebo do 5 pracovních dnů,
- dočasný občanský průkaz vydá obecní úřad obce s rozšířenou působností do 5 pracovních dnů ode dne podání žádosti.

Zdroj: https://www.mesec.cz/aktuality/sluchove-postizeni-mohou-pri-zadosti-o-osobni-doklady-vyuzit-tlumocnickou-linku/#dop_ab_variant=933731 & dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box



CENA HIERONYMA LORMA 2022

Poslední pětiletka aneb radost a smutek, smích a pláč jdou životem dál spolu

Píše se rok 2017.

Život utíká rychleji, než si člověk uvědomuje. Rodiče dosáhli obdivuhodného věku a potřebovali pomoc. Kvůli mému handicapu odmítali přestěhování ke mně a přistoupili na LDN pro maminku, neboť potřebovala stálou lékařskou péči, a domov seniorů pro tatku, obojí v blízkosti mého bydliště. Navštěvovala jsem je obden. Maminka byla jako malé děcko. Krmila jsem ji lžičkou a smály jsme se spolu snad úplně všemu. Užívala jsem si každé minuty. Byla tak šťastná.

Tak plynul rok. Připravovala jsem svou první výstavu obrazů a básní. Výstava proběhla v březnu 2018 v Dublovicích. Dostalo se to i do místního tisku a i k mamince. Přes svou senilitu zaregistrovala, že se něco děje. Měla noviny a pokaždé, když přišla sestřička, i když stále stejná, se chlubila: „Moje holčička je slavná.“

Prožívala jsem pohodové období. V červnu mi lékaři oznámili konec.

Vrhla jsem se ještě usilovněji do práce. Už to nebyl koníček, ale kůň. Druhá výstava na sebe nedala dlouho čekat. Přibyly básně i obrazy. Proběhla v září téhož roku v Milíně. Zde se zrodil nápad – vydat knihu. Podporoval mě tatínek i přítel. A zas bylo o něco lépe a plynul čas.

V srpnu 2019 jsem se intenzivně vrhla do příprav knihy na vydání. V prosinci zadávám knihu do tisku. Říkala jsem si – hezký dárek pod stromeček. Místo toho na Vánoce umírá tatínek.

Vydání první knihy nakonec proběhlo v lednu 2020.

První výtisk jsem nesla do nemocnice dlouholetému příteli. To bylo naposledy, co jsme mohli být spolu. Zároveň začíná celosvětový boj s pandemií covid. V květnu umírá i přítel.

A co teď?

Abych zmírnila všechnu bolest, bezhlavě se vrhám do další tvůrčí práce.



Už to není kůň, ale droga proti úplnému zbláznění.

V srpnu 2020 vychází druhá kniha. Výstava v září 2020 v KDJS v Sedlčanech je velice bolestná. Pracuji tvrdě dál. Třetí kniha zastihla začátek roku 2021. Musela jsem mezi lidi. Začala jsem vypomáhat ve škole a v domově pro seniory. Pak přišla velká radost, narození vnuka v říjnu. Byl to příslib lepších časů. Ale stále tu byla pandemie, takže jsem si musela počkat 4 měsíce...

Píše se rok 2022. A mám novou výzvu. Vyrábím pro něj maňáskové divadlo. A život jde dál ve znamení velké inflace a války Ukrajiny a Ruska. Přesto si myslím, že je pro co žít, co zlepšovat a proč se radovat. A jak řekl pan Werich: „Život je krásný, i když stojí za...“

Olga Pírková

*1. místo CENA VEŘEJNOSTI, kategorie PRÓZA
CENA HIERONYMA LORMA 2022*

Tajemství

Ve svých 28 letech po vyšetření na oční klinice jsem byla obeznámena s tím, že s mým viděním se nedá nic dělat. „Změňte zaměstnání, nesmíte řídit auto, nedá se s tím nic dělat. Postupně budete přestávat vidět.“

Přiznám se, nebylo to pro mne jednoduché období. Měla jsem strach o své děti, zda toto onemocnění také nemají. Začala jsem pátrat u příbuzenstva, zda se u někoho podobné postižení neobjevilo, ale na nic jsem nepřišla. Objednala jsem se tehdy i do Centra zrakových vad na vyšetření i na konzultaci s paní genetičkou. Při sestavování rodokmenu jsem se dozvěděla, že z otcovy strany genetika neseďí.

Moje pochybnosti během dosavadního života nabraly na obrátkách. Sice jsem v rodném listě měla uvedeno jméno svého otce stejného příjmení, ale podoba neseďěla. To, co mělo zůstat utajeno, nebo jak se dříve říkávalo „pod sukni“, pomalu, ale jistě vyplouvalo až po mé padesátce na povrch.

Dětství jsem měla hezké, i když jsme musely se starší



sestrou hodně pomáhat doma, na poli i ve chlívě. Dojížděla jsem se spolužáky a kamarády na základní školu. Asi v sedmé třídě mi třídní učitelka napsala na vysvědčení slovenskou národnost, i když jsem se narodila v Čechách. Sestra, která se narodila na Slovensku, měla národnost českou. A jen pro zajímavost, když se rozdělilo Československo, musela jsem si požádat o české občanství, sestra ne.

Občas přemítám nad tím, že během puberty a ani v dospělosti mi nikdo z kamarádů nebo z příbuzenstva nic neřekl. Věděli to všichni, že otec, který mne vychoval a kterého mám uvedeného v rodném listě, nebyl můj vlastní. Pravý otec žil po celou dobu se svou rodinou ve stejné vsi. A navíc jsem mu prý byla hodně podobná. Jen nechápu, proč rodiče, třeba až po střední škole, anebo později, když jsem se vdala, mi nic neřekli. Nikdo jiný kromě mé sestry k tomu nenašel odvalu, když jsem se vyptávala. Nikoho nesoudím, také se víc už nedozvím...

A život jde dál stejně rychle, jako uběhla všechna ta léta dětství, dospívání, mládí. Dnes, již hluchoslepá, snažím se užívat hezkých dnů a dělat vše pro to, aby takových bylo co nejvíce.

Dagmar Prošková

*3. místo CENA VEŘEJNOSTI, kategorie PRÓZA
CENA HIERONYMA LORMA 2022*

OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH



Russ Palmer

Russ Palmer je hluchoslepý muzikant původem z Velké Británie, který překonal nejen svůj handicap. Russ Palmer je člověk, který se věnuje nejen hudbě, ale také rozvoji haptické komunikace pro nevidomé a hluchoslepé.

Narodil se s těžkým postižením sluchu. Slyšel pouze hluboké tóny a běžné konverzaci nerozuměl. První sluchadlo dostal ve svých 4 letech a v 10 letech používal již sluchadla na obě uši.

Od malička se zajímal o hudbu, sledoval různé pořady a díky sluchadlům mohl hudbu poslouchat. Nejdříve hrál na kytaru, housle, kontrabas a později také piano. Hudba se ukázala jako jeho přirozenost, jednoduše mu šla sama. Učit se hrát na hudební nástroj a učit se porozumět hudbě pomocí sluchadel je mnohem složitější, než pro někoho, kdo má sluch naprosto v pořádku.

Na základní škole byl také členem pěveckého souboru. Později se začal sám učit zpívat, protože chtěl svoji hru na kytaru doprovázet také zpěvem. Ve 14 letech napsal první píseň „Ty a já“.

Ve 13 letech Russ pozoroval, že nevidí úplně dobře. Ale v tu dobu mu to přišlo normální. Když v 18 letech spadl, protože už vada zraku došla k tunelovému vidění, připustil, že něco není v pořádku. O tři roky později mu diagnostikovali pigmentovou retinopatii a zároveň Usherův syndrom. Kvůli postižení zraku musel odejít do invalidního důchodu a ukončit svoji práci programátora. Bylo mu kolem 30 let a bylo to pro něj velmi těžké období. Ztratil práci, rozvedl se, ztráta sluchu i zraku se stále zhoršovala a Russ se propadal do depresí.

Když začal přemýšlet o změně kariéry, hudba byla jasnou volbou. I přes názor jeho poradce při hledání práce, že



kvůli svému postižení se nemůže živit muzikoterapií, se do toho pustil. Přihlásil se na uměleckou školu v Dartingtonu, získal stipendium a začal studovat hudbu. Svoji hru na piano zde dotáhl na vysokou úroveň. Vzhledem ke ztrátě zraku potřeboval noty ve velkém zvětšení, což ho postupně stále více vedlo k hraní bez not a skládání vlastní hudby.

V roce 1991 jel na konferenci o hluchoslepotě do Švédska. Potkal zde Riittu – jeho budoucí ženu, která mu od začátku byla obrovskou oporou. Podporovala ho a motivovala nejen v hudbě, ale i v životě. Russ získal zpět své ztracené sebevědomí, důvěru sám v sebe a se svojí hudbou začal vystupovat.

Těsně před složením závěrečných zkoušek na škole se mu sluch rapidně zhoršil. Musel přestat vystupovat. Nicméně i přesto se dále věnoval hudbě. Podílel se na vývoji TAC-TILE zvukového systému – speciálně upravené přenosné podlahy, která umožní lidem s postižením sluchu vnímat hudbu. V roce 1997 dokončil kurz muzikoterapie na Sibelius Academy v Helsinkách.

Řešením ztráty sluchu byl kochleární implantát. Ale vzhledem k tomu, že zvuk kochleárního implantátu je více monotónní, zní spíše roboticky a je těžké odlišit různé tóny a výšky, bylo to pro Russe těžké rozhodování. Nakonec s operací souhlasil. Ze svých písní vydal své první CD, pro případ, že by už nikdy nebyl schopen tvořit hudbu. Jeho obavy se nepotvrdily a v letech 2006–2008 natočil své druhé CD. Nicméně po operaci na jednom uchu (v roce 2004) trvalo zhruba rok, než si Russ zcela na zvuk zvykl a naučil se vnímat hudbu. V roce 2011 podstoupil operaci na druhém uchu. Poté opět následoval trénink. K překvapení všech se Russovi hudební schopnosti dokonce zlepšily. Začal zpívat s jinými hudebníky a vystupovat s živou kapelou. Svůj příběh vypráví v dokumentárním filmu „Hudební vnímání hluchoslepého uživatele kochleárního implantátu“, který vznikl ve Finsku.

Vystudoval obor zaměřený na vibroakustickou terapii. V roce 2022 vydal Russ své třetí album s názvem „Loving Touch“ (Láskyplný dotek, ukázkou je možné dohledat na

youtube). Jeho žena Riitta se věnuje výzkumu v oblasti haptické komunikace a je vedoucí oddělení komunikace Finské asociace hluchoslepých. Společně s Russem nabízejí mezinárodní kurzy sociálně-haptické komunikace pro nevidomé a hluchoslepé.



Pro Doteky přeložila Lenka Veverková
Zdroj: <https://www.russpalmer.com/about-russ>

ZE SVĚTA

Piano do každé nemocnice



V Dotecích vám často přinášíme životní příběhy lidí z různých koutů světa. Také si někdy říkáte, jak to asi dopadlo, co teď dělají? V Dotecích č. 108 (Podzim 2021) jsme psali o Alexandře Adamsové, hluchoslepé studentce medicíny z Velké Británie. Přestože, nebo možná právě proto, že ji problémy se zdravím přivedly na 14 měsíců do nemocnice, nezahálí a rozhodla se rozjet zajímavou kampaň. Ráda by vybrala peníze na pořízení pian do co nejvíce nemocnic. A proč právě piana?

V nemocnici pobývala v době covidu, která sama o sobě byla velmi těžká. Se svými zdravotními problémy zůstala sama bez svých blízkých. Navíc tehdy lékaři nebyli schopni přesně diagnostikovat její potíže. Kolem sebe viděla umírat spoustu lidí a trápil ji pocit, že s tím nemůže nic udělat, protože byla upoutána na lůžko.

Nikdy předtím na piano nehrála. Ale poté, co jí piano pomohlo překonat období v nemocnici, začala se sama učit. Hraní nepřinášelo radost jenom jí, ale také dalším pacientům. Říká, že díky pianu si zachovala zdravý rozum. Proto by ráda získala dostatek finančních prostředků, aby byl pobyt v nemocnici díky hudbě a pianu snesitelnější.

Mezitím jí lékaři diagnostikovali Ehlers-Danlosův syndrom, který způsobuje bolest, únavu a hypermobilitu



kloubů. Z důvodu ochabnutí dýchacích svalů musí být 24 hodin připojena na přenosný kyslík. K pohybu používá kompenzační pomůcky.

Založila si stránku na webu GoFundMe, kam mohou lidé přispívat. Příznivci mohou posílat nejen finanční prostředky, ale mohou také darovat piano, které už nepoužívají. Aby podpořila svoji kampaň, rozhodla se v průběhu 12 měsíců za pomoci vozíku, berlí a pokud možno i zcela bez pomoci ujít trasu v délce 1 400 km, která odpovídá Velšské pobřežní cestě. Na sociálních sítích bude informovat o tom, jak její cesta probíhá včetně interaktivní mapy. Držme jí palce!

Pro Doteky přeložila Lenka Veverková

Zdroj: <https://www.itv.com/news/wales/2022-12-20/why-the-uks-first-deafblind-medical-student-wants-a-piano-in-every-nhs-hospital>

Mladí rodiče bojují o sluch svého syna

V rubrice Zdraví jsme vám představili Norrieho syndrom, který je jednou z příčin hluchoslepoty. Nyní bychom vám rádi přinesli konkrétní příběh rodičů z Velké Británie, kteří vychovávají syna s tímto syndromem.

Dne 26. 5. 2023 vystoupili na Ben Nevis, nejvyšší horu Spojeného království Velké Británie a Severního Irska, aby získali finanční prostředky na výzkum vzácného dědičného onemocnění, kterým jejich vážně postižený syn trpí. Výstup byl extrémně náročný zejména pro otce malého chlapce.

Jen těžko si lze představit úsilí, které vynaložil milující otec Adam Alderman, aby pomohl svému desetiletému synovi Cameronovi. Donesl ho totiž, s pomocí přítele, skoro až na vrchol Ben Nevisu (1 344 m). Cameron se narodil se vzácným genetickým onemocněním, takzvaným Norrieho syndromem, což znamená, že je od raného věku slepý, od tří let neslyší na pravé ucho a bohužel postupně ztrácí sluch i na uchu levém. Aby toho nebylo málo, Cameron je také neverbální autista a má problémy s pohyblivostí. Jeho

rodiče Adam (36) a Carla (33) se proto rozhodli podstoupit extrémně náročný výstup na Ben Nevis, aby získali finanční prostředky na výzkum tohoto onemocnění, aby, jak říkají, nemusel jejich syn žít v „tiché temnotě“.



Cameronu nesl na vrchol jak jeho otec Adam, tak i rodinný přítel a horský vůdce Matt Roberts. Chlapce nesli ve speciálním batohu přizpůsobeném jeho hmotnosti. Carla k výstupu řekla: „Bylo to neuvěřitelně emotivní a vyčerpávající. Bylo to velmi náročné zejména pro Adama, který Cameronu nesl na zádech. Musel ho nést přes velmi strmý a nerovný terén. Asi v polovině výstupu se vyměnili s Mattem, který Cameronu nesl zbytek cesty.“ Celá skupina byla odhodlána dojít až na vrchol, špatné počasí a sníh na cestě jim však plány překazily. I tak dosáhli neuvěřitelného úspěchu a Cameronu dokázali vynést do tří čtvrtin cesty. Carla však na vrchol se zbytkem týmu došla a na Cameronovu počest tam umístila panáčka Cameronu, který vypadá jako její syn. Adama poté čekal velmi náročný úkol, a to snést Cameronu zpátky dolů.

Cameronova maminka Carla upřesnila, že lidé, kteří tímto onemocněním trpí, přicházejí o sluch obvykle později, až v období dospívání. Cameronův sluch se bohužel začal zhoršovat velmi brzy. Carla řekla, že Cameron krásně vnímá zvukové podněty: „Tak pěkně reaguje na hlasy rodinných příslušníků. Když mluvíme nebo zpíváme nebo vydáváme legrační zvuky, směje se a jen září.“ Adam a Carla proto velmi doufají, že se jim podaří získat peníze pro nadaci Norrie Disease Foundation, která se zabývá právě výzkumem ztráty sluchu u tohoto onemocnění. Carla dodala: „Zoufale chceme, aby výzkum pokračoval – bez finančních prostředků bude ukončen.“

Pro Doteky přeložila Lenka Veverková

Zdroj: <https://www.tichezpravy.cz/velka-britanie-mladi-rodice-bojuji-o-sluch-sveho-syna/>



VZKAZY MOUDRÝCH

**„Člověk už iluzí nemá,
ty spadnou dřív než na podzim listí,
ale raduje se jen z jedné věci –
z nepromarněných dnů, z práce...“**

Antonín Slavíček (1870–1910)

český krajinář a malíř, k jeho nejslavnějším dílům patří obraz „U nás v Kameničkách“



RECEPTY

Cuketová topinková směs

A už je to tady zase, milí rádivařící, cuketový pozdrav. Neznáte? Ten se koncem léta a počátkem podzimu každoročně používá namísto běžného „ahoj“ a zní: „nechceš cuketu?“ Řekněte ano a já vám k ní hned poskytnu moc prima receptíček, kterým se stopro zvděčíte sobě i návštěvám. Ale krok za krokem, nejdříve si spolu s internetem řekněme pár slov o této silně rozmožené zelenině. Cuketa, tykev, cukína (u nás na Moravě cukina) pochází z Itálie a lidový výraz cukína vznikl z italského názvu zucca. Často se také setkáme s označením tykev, ovšem tykev je širší pojem zahrnující celý rod z čeledi tykvovitých, mezi jehož zástupce patří nejen cuketa, ale také dýně či patizon. Cuketa díky vysokému obsahu vitaminů a minerálů působí příznivě na náš organismus, nejčastěji se setkáme se zeleným, žlutozeleným či žlutým zbarvením. Dosti teorie, jdeme kuchtit.

Tentokrát půjde o směs na topinku.



Připravíme si:

1 až 1,5 dcl oleje, nejlépe olivový, ale nemusí

4 cibule – na kolečka

palička česneku – na kolečka

cuketa cca 1,5 kg, na barvě nezáleží – nahrubo nastrouhat

sůl

cukr

vinný ocet

rajčatový protlak 400 g

worcestrová omáčka

chilli sušené drcené (třeba v hmoždíři)

kapary – malá sklenička

A vaříme:

V kastrolu na oleji zpěníme cibuli a česnek. Přidáme cuketu, osolíme a mícháme cca 3 minuty. Teď přidáme všechny ostatní přísady podle naší chuti, tedy přiměřeně, přiměřeně, řádně promícháme a dáme do trouby předehřáté na 200 °C na zhruba 40 minut. Občas zamícháme, no a máme hotovo!

Teď už jen ty dozlatova opečené topinky, tentokrát je nesolíme, ba ani nečesnekujeme, vše už máme zahrnuto ve směsi, kterou nanese na křupavý chlebiček a hodujeme. Výhodou této cuketové pochoutky je, že ji lze na topinku nanést i studenou, udělá chuťově stejnou parádu jako ta rovnou z trouby. Tak dobrou chuť a ahoj! Tedy vlastně „nechceš cuketu?“

Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků

DOTEKY. Časopis LORM z.s., Podzim, číslo 116. Vychází čtvrtletně.

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 117/Zima 2023: **15. 11. 2023**

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 Budánkami II/13, Praha 5

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

Náklad: 100 černotiskových výtisků

Tisk v Braillově písmu: Teiresiás – Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky, Masarykova univerzita, Komenského náměstí 2, 602 00 Brno, www.teiresias.muni.cz

Osoby s hluchoslepotou a se zrakovým handicapem odebírají časopis Doteky v rámci informačního servisu, který je součástí jejich sociální rehabilitace.

Celoroční příspěvek pro členy LORM z.s. včetně distribuce činí 50 Kč.

V elektronické podobě je časopis bezplatně zasílán na odbory sociální a zdravotní péče. Doteky v elektronické verzi jsou zasílány všem zájemcům zdarma. Ostatní zájemci z řad veřejnosti (fyzické nebo právnické osoby), kteří by si přáli zaslat Doteky ve zvětšeném černotisku nebo na CD-ROMu jako zvukovou nahrávku, se z důvodu vysokých výrobních nákladů spolupodílejí finanční částkou. Roční předplatné na Doteky za čtyři čísla činí 200 Kč. V Braillově písmu Doteky vychází pouze v omezeném nákladu 3 ks a jsou k dispozici hluchoslepým čtenářům k zapůjčení v Poradenských centrech LORM v Praze a Brně. Starší i nová čísla Doteků jsou zdarma veřejnosti přístupná na webových stránkách www.lorm.cz ve formátech HTML, doc a PDF.

Objednávky přijímá LORM z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5, email: kancelar@lorm.cz.

Časopis je rozesílán na základě objednávky členům LORM z.s. a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Na <http://www.lorm.cz/cs/doteky/> je k dispozici elektronická objednávka i ve formátu k vytištění.

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

LORM z.s.

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

REGISTRACE MINISTERSTVA

KULTURY ČR č. E 11000