

ČASOPIS LORM z.s.

# DO TEKY

120

2024

PODZIM



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

18 • PUTOVÁNÍ ZA VÍNEM A POZNÁNÍM

22 • MÁM RÁD SKROMNÉ LIDI

32 • PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY: PATAUŮV SYNDROM

37 • DIANA A SANJA



**LORM**

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



### VERŠE

Bohatství ..... 3

**SLOVO ŠÉFREDAKTORKY** ..... 4

### ZPRÁVY Z LORMU

Neobyčejné chvíle ..... 5

Okénko do Prahy ..... 7

Okénko do Jihočeského kraje ..... 8

Okénko do Libereckého kraje ..... 9

Okénko do Moravskoslezského kraje ..... 12

### STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY

Rok 2011 ..... 14

### PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

Krásná Morava ..... 16

Proč zrovna já? ..... 17

Putování za vínem a poznáním ..... 18

Nováček aneb první pobyt s LORMem ..... 20

### ROZHOVOR

Mám rád skromné lidi ..... 22

### SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY

Navýšení příspěvku na péči s sebou přineslo také zdražení některých sociálních služeb ..... 28

Osm nepravd o příspěvku na péči ..... 29

### ZDRAVÍ

PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY – Patauův syndrom ..... 32

Co je oční migréna? ..... 34

### INFORMACE

eDoklady ..... 36

### OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH

Diana a Sanja ..... 37

### ZE SVĚTA

Mezinárodní den hluchoslepoty ..... 45

VZKAZY MOUDRÝCH ..... 46

### RECEPTY

**2** Mokrý kokosová buchta ..... 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**

### **Bohatství**

Ráda se toulám voňavým lesem  
kolem rašících smrků a borovic, šumících listů buků a dubů,  
po stráních porostlých rozkvetlým vřesem,  
ladící růžovou a fialovou barvou,  
po mýtinách pokrytých hebkým zeleným mechem  
a pocítit měkkost jeho.

Tiše našlapujíc a neporušíc lidským hlasem  
naslouchám veselému zpěvu ptáků.

Jsem obdarovaná a bohatá:  
vidět, slyšet, cítit, ochutnávat a dotýkat se.

Až setmí se mi pohled, zešednou barvy  
a oněmí svět pro mě navždy,  
budu ještě stále bohatá tady.  
Zůstává chuť, čich a hmat.

Různorodost bylinek ochutnám,  
vůni rašícího lesa ucítím a  
měkkost mechu prozkoumám.

Až nebude ani to, srdce na pravém místě mám,  
zbydou přeci vzpomínky, které uvnitř ukrývám,  
krásu našeho světa a teplo domova.  
Tolik jsem šťastná a bohatá.



# SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Vážení čtenáři,

jestlipak si ještě vybavíte, jak kouzelný podzim jsme v loňském roce prožívali? Ustala odporná parna, stromy opadaly skutečně až během listopadu, slunce nádherně, teple a neagresivně hřálo, pneumatiky jízdnicích kol lehce šustily po spadaneém listí. A těch barev! Ten vzduch, modř oblohy, vůně dozrávajícího ovoce, chladivé noci... Bude ten letošní stejný nebo aspoň podobný? Ještě nevím, ještě je červenec. Tady se musím utnout, než popustím uzdu mnohatýdennímu kvílení nad zničujícím vedrem. Za prvé mi dochází síly, za druhé to už znáte z minulých stesků 😊. Pojdme raději nahlédnout do přebohaté nabídky podzimních Doteků. Mimochodem – víte, že už do sto dvacátých? Vydělte čtyřmi, což je počet výtisků za rok, a vypadne vám dloouhá řada let, po kterou náš/váš časopis vychází. To koukáte, co? A teprve koukat budete, až si přečtete/poslechnete zážitky z letních pobytů. Jo, jo, kdo umí, ten umí (že, moji milí kolegové). Neméně zajímavý, až překvapující bude i podzimní rozhovor. Prozradím vám pouze to, že jsem stejně jako Hurvínek valila bulvy, ostatní nechám na vás. Po letech se zdravotně znevýhodnění spoluobčané dočkali navýšení příspěvku na péči, také mohou sami či s dopomocí digitálně požádat o různé dávky sociální podpory, opatřit si do mobilu třeba občanku, začít se do mnoha zajímavých příspěvků z oblasti zdraví, ze světa, z pera našich klientů – ty mám osobně nejraději. A vy? Co nejraději čtete v Dotecích, kam listujete jako první, co byste přivítali za novou rubriku? Možná jste ale spokojeni se vším všudy a právě jste se rozhodli stát se alespoň občasnými přispěvateli? Neváhejte, další sto dvacítká čeká! A já do ní přeji Dotekům hodně hodnotného a zajímavého čtení. A vám čtenářům stejně krásný podzim jako loňského roku, plno hezkých zážitků, milých setkání a hlavně dobré zdraví!

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

# ZPRÁVY Z LORMU



## Neobyčejné chvíle

Milí čtenáři,

máme za sebou s kolegyní Hankou další administrativně nabitě období, kdy přes tabulky, výkazy a čísla, které jsme povinni odesílat po půl roce našim mecenášům, jsem na chvíli zaváhala o smyslu mého konání. Narůstající množství administrativy by udolalo i vola ☺. Naštěstí jsou tyto „obyčejné“ dny, které pravidelně trávím nad kontrolou účetnictví, rozpočtem, výkazy a kdo ví čím ještě, prosvíceny dny neobyčejnými, které mi smysl naší práce vždy připomenou. V červnu se dokonce nejednalo o den, ale celý týden. Ano, tušíte správně, tím týdnem byl čas strávený společně s vámi klienty na pobytu ve Velkých Bílovicích. O něm se hojně dočtete dál v Dotecích v příspěvcích čtenářů. Já vám chci však vyprávět o 30. červenci léta páně 2024, který byl pro mne výjimečný hned dvakrát.

Žádná „pohodka“ to od brzkého rána nebyla, naopak – klasický maraton, neb jsem ten den potřebovala stihnout odeslat, obvolat, zařídit spoustu věcí, ale současně jsem se těšila na dvě mimořádná setkání. Budík zvoní o šesté, po nezbytné ranní hygieně mezi půl sedmou a půl osmou musím z domova odeslat několik pracovních e-mailů a slibných podkladů, rychle na sebe hodit lehké a vzdušné šaty, vždyť přes den na nás venku číhají skoro třicítky, a hlavně nezapomenout vzít s sebou foťák. Což v praxi znamená na rameno hodit brašnu s těžkou zrcadlovkou. Dveře kanceláře na Újezdě odemykám chvíli po půl deváté, o pár minut později již kávou a vodou vítám Dášu Proškovou s manželem Jirkou a psím pomocníkem Charliem, za chvíli u dveří zvoní paní redaktorka Iveta Polochová.

A pak už v klubovně sleduji, jak se vyvíjí rozhovor, který vede paní redaktorka s Dášou pro Reportéra Premium, který má vyjít na podzim v online verzi. Během rozhovoru decentně hlídám, zda Dáša porozuměla každé položené otázce, a podle potřeby otázku případně zopakuji nebo paní redaktorce doplním odpověď ze své praxe tam, kde je to po-



třeba. A jak tak poslouchám Dášu, tak jsem o to víc vděčná, že na jejím místě před diktafonem nasedím já, ačkoliv jsem o to byla původně požádána. Proč? Protože mluvit o tom, co obnáší v životě se vyrovnávat s hluchoslepotou, se ztrátou sluchu a zraku, může jenom člověk, který to zažil na vlastní kůži. A Dáša má dar mluvit upřímně a bez obalu. Čím vším si prošla... Současně díky svému životnímu přístupu může být inspirací pro ostatní. Mnohokrát při tom Dáša zmiňuje vás, klienty LORMu, které potkala na klubech a pobytech, vzpomíná, jak se od vás učila a stále učí. Kombinace silné vůle, pracovitosti a současně skromnosti mne u ní fascinuje. Když začne vzpomínat na pobyty na tandemových kolech, na běžkách, na to, jak se letos ve Vlastivědném muzeu ve Velkých Bílovcích proměnila v krojovanou selku, tak si i já uvědomím, co jsem s vámi se všemi – klienty, kolegy, průvodci a dobrovolníky – za těch 25 let v LORMu zažila a kolik těch smysluplných chvil bylo!

Ale konec snění, paní redaktorka spěchá dál za svými povinnostmi, Dáša s Jirkou a Charliem se jdou „vyvenčit“ a skočit si na oběd a já mám necelé dvě hodiny, během kterých musím finálně zkontrolovat, vytisknout, podepsat, naskenovat a odeslat 4 výkazy na MPSV, vyřídit několik telefonátů a e-mailů... Zkrátka pobíhám mezi tiskárnou a počítačem po kanceláři jako fretka, abych vše stihla a mohla se připojit k dalšímu výjimečnému setkání.

O půl jedné už nasedám k Proškovým do auta a přesouváme se společně na Palatu na klubové setkání, které zde naposledy organizuje terénka Karolína v nádherném přílehlém parku. Naposledy proto, že Karolína koncem září nastoupí na mateřskou dovolenou a přípravu klubů převezme kolega Václav. Takže nás čeká symbolické loučení s krásným přesahem.

Jsme na místě první, vybíráme velký stůl pod vysokými stromy, které nám poskytují potřebný stín a kde i větřík občas zavane. Za chvíli se k nám už připojují klientky Lenka a Eva se zmíněnými kolegy Karolínou a Václavem, z budovy přichází dobrovolnice Věnka s klientkami Stáňou a Olgou a nastává srdečné vítání a objímání jak na rodinné sešlosti. Stáňa se nedávno přestěhovala na Palatu a je nesmírně šťastná, že klub probíhá právě zde, že nám zde může všechno ukázat.



Dobrovolnice Věnka nalévá z termosky do čajových kalíšků ledový jasmínový čaj a krájí domácí tvarohovou buchtu, my s Karolínou nabízíme vodu a drobné občerstvení, Václav si povídá ve znakovém jazyce s klientkou Evou a všichni ostatní naklání k sobě hlavy a přes sluchadla si sdělují novinky, šťastní, že mohou být opět spolu. Bzučí to kolem stolu jako v úlu. Není to obyčejný klub, je to setkání založené na mnohaletém přátelství, ze všech vyzařuje radost a vděk. Stáňa některé z nás později provádí budovou i malebnou zahradou, míváme fontánku, jezírko se právě upravuje, ve svahu nás zdraví koza a někde ve stínu odpočívají ovečky. Nastává čas loučení, o to víc se těšíme opět na brzké shledání.

Kéž by mi v každodenní práci ubývalo administrativy a přibývalo podobných neobyčejně krásných setkání s vámi a mezi vámi, které dávají naší práci smysl!

*Petra Zimermanová  
ředitelka LORM z.s.*

## **Okénko do Prahy**

Milí čtenáři,

ve svém podzimním Okénku se budu věnovat možná trochu netypickému tématu, které je na první pohled smutné, ale je součástí života každého z nás, a proto bychom se mu neměli vyhýbat. Mluvím o smrti. Je těžké o ní hovořit a ještě těžší psát, ale je to potřeba. I já jsem v posledních měsících s jedním svým klientem smrt řešila poměrně často, přesněji tedy přípravu na ni. Nejprve mě to zaskočilo a zarmoutilo, ale s postupem času, kdy jsme téma společně probírali, jsem zjistila, že je to opravdu nevyhnutelné. Rozhovor o tomto tématu může přinést dokonce velkou úlevu, dokonce i radost. Ač se to možná zdá neuvěřitelné.

Můj klient se velmi bál, co bude, až zemře. Často to řeší za klienty rodina, ale ne každý je obklopen blízkými, pak je třeba pomoci si jinak. A nemusí to souviset ani s okolím, někteří lidé, ať už rodinu mají, nebo ne, si jednoduše rádi zařídí vše předem sami, aby věděli, co je čeká, a to i po smrti.



A já se s vámi tady chci podělit o radu, jak na to. Možná to někteří už znají, ale já se s touto možností setkala poprvé a třeba někomu pomůže.

Existuje totiž možnost zařídit si předem kompletně pohřeb dle vlastních představ a instrukcí. Pohřební služby umožňují zařídit si vše ještě před smrtí. S pohřební službou se uzavře písemná smlouva, kde si člověk sám řekne, co si představuje, jestli chce být zpopelněn, či nikoliv, jaký si představuje obřad, nebo že o žádný nestojí. A v neposlední řadě i to, kdo se po jeho smrti postará o ostatní věci, jako je např. převzetí urny a uložení do hrobu. Daná osoba s tím samozřejmě musí souhlasit, takže pokud byste šli smlouvu uzavírat, je potřeba, aby ten dotyčný šel s vámi a smlouvu také podepsal. Nakonec vám pohřební ústav vyčíslí cenu, kterou je možné ihned zaplatit, takže si s tím člověk pak už nemusí dělat starosti. Po smrti se pak už jen daný ústav kontaktuje a ten jedná zcela sám dle předchozích instrukcí a vše zařídí. Proces je tedy opravdu jednoduchý, možná i jednodušší než o samotné smrti hovořit. Věřím, že mnoha lidem to může přinést opravdu velkou úlevu, a proto bychom se tomuto tématu neměli vyhýbat.

*Karolína Veselá  
terénní sociální pracovnice Praha*

## **Okénko do Jihočeského kraje**

Milí čtenáři,

někteří z vás zaznamenali, že v jarních Dotecích chybělo Okénko z jižních Čech. Důvodem byla má pracovní neschopnost z důvodu úrazu, v práci jsem nebyla dlouhé čtyři měsíce. Bylo to náročné období především pro klienty jihočeské pobočky. Snažila jsem se jim pomoci alespoň tím, že jsem jim nabídla možnost telefonické komunikace. Někteří ji využili a občas zatelefonovali. Někdo si chtěl jen tak popovídat, jiný potřeboval pomoci: domlouvala jsem doprovody u jiných organizací, ale podařilo se nám i objednat pomůcku. Můj obdiv mají ti, kteří





vše zvládli sami, anebo si dokázali pomoc sami domluvit.

A jaký je návrat do práce po čtyřech měsících? Jedním slovem náročný. První den ráno jsem pustila počítač a jen jsem koukala, cože to tam mám za tabulky. No, raději jsem přestala přemýšlet, co se kam zapisuje, zvedla jsem telefon a začala si s vámi domlouvat schůzky – to byla moc hezká práce! Bohužel je nutné domluvené schůzky zapsat do plánu, a tak mě tabulky neminuly – ach jo. Zpočátku mi vše trvalo až trojnásobek času, ale za krátký čas jsem si vzpomněla, co kam napsat, a už to bylo jednodušší.

Nejprve jsem se s klienty snažila dokončit nutné uzavření loňského roku, také jsme společně dělali nové Smlouvy, Dotazníky. A pak již začala běžná práce na pobočce – doprovody k lékařům, začínáme vyřizovat příspěvek na bydlení a další sociální dávky i nové pomůcky, např. domovní zvonek nebo sluchadla.

Také jsem s vámi byla na pobytu. Byli jsme v malebném městečku Velké Bílovice. Sjelo se nás celkem 29 osob, z toho 14 klientů. Program pobytu byl pestrý a různorodý. Podrobněji vám program jistě přiblíží účastníci ve svých člancích, a tak by to z mé strany bylo příslovečné nošení dříví do lesa. Mě nejvíce těšila příjemná a pohodová atmosféra, která po celou dobu pobytu panovala. A také jsem si uvědomila, jak moc mi práce s vámi klienty v době pracovní neschopnosti chyběla.

Co napsat na závěr? Snad jen to, že se moc těším na každodenní práci na pobočce u nás na jihu.

*Jana Radová  
terénní sociální pracovnice Jindřichův Hradec*

## **Okénko do Libereckého kraje**

Vážení čtenáři Doteků a milí lormáci,

rád bych se s vámi podělil o své zkušenosti a vzpomínky z edukačně-rehabilitačního pobytu ve Velkých Bílovicích, který proběhl v červnu tohoto roku.

Tak tedy pěkně od začátku. Všichni jsme se na místo sjeli v pátek 7. června. Chvíli nám to trvalo, ale na večeri



jsme byli již úplně všichni, dohromady nás bylo 29. Byli jsme ubytováni v příjemném Pensionu Mlýn na kraji města. Po večeři nás paní ředitelka všechny pěkně přivítala a seznámila se základními informacemi. Následujícího dne po výživné rozcvičce jsme dopoledne opakovali základy průvodcovství. Bylo dobré a praktické si vše zopakovat, zvláště pak pro průvodce, aby mohli bezpečně vodit své klienty. Odpoledne jsme si udělali výlet do města. Po cestě jsme obdivovali množství krásných květinových záhonů, které se linuly podél cest a malovaných domků. Opravdová krása! Musím uznat, že v takovém městečku se musí moc pěkně bydlet.

Po večeři jsme se opět sešli, abychom získali informace o výletu, který proběhne v následujícím dnu. Ráno jsme nafasovali obědové balíčky a obsadili autobus s velmi vstřícným řidičem. A vyjeli jsme. Nejprve jsme zažili voňavé dobrodružství při prohlídce Sonnentoru v Čejkovicích. V místním obchůdku jsme nakoupili rozličné bylinkové čaje a šli se projít po obci. Stihli jsme i oběd a po něm jsme se shromáždili před Templářskými sklepy. Labyrint tunelů s malými i velkými sudy na víno nás uchvátil a následná degustace několika vzorků vín byla takovou pomyslnou třešničkou na dortu. Pak jsme cestovali dále. Směřovali jsme na Kobylí vrch, kde jsme se vyškrábali na rozhlednu, která nemá ani jediný schod. Vypadá trochu jako skluzavka. Po cestě zpět domů jsme se stavili ve Vrbici, podívat se na tradiční vinné sklípky. A nakonec nás pan autobusák vzal až nahoru ke kapličce na Hradištku. Zde jsme obdivovali krásnou stavbu a oslnivý výhled na krajinu pod námi. Po takto náročném dni jsme si zaslouženě odpočinuli a ráno nás uvítala paní ředitelka s rozcvičkou. Protáhli jsme si tělo, a pak při dopoledním programu i své mozky. Opakovali jsme Lormovu abecedu a pak jsme skládali různá slova.

Odpoledne byl volný program. Někteří si udělali delší výlet mimo Bílovice a jiní vyrazili například do vinných sklípků. Po večeři nás čekala muzikoterapie. Při ní jsme si zahráli na různé nástroje, zazpívali, namasírovali se a nakonec se i pořádně zrelaxovali a odpočinuli si. V úterý nás čekal další velký výlet. Nejprve jsme se stavili v Archeoparku. Zde jsme obdivovali pravěké výtvořky z mamutích kostí,

sošky z hlíny a různé nástroje našich předků. Poté jsme se autobusem přesunuli do Mikulova, kde jsme měli rozchod. Někteří z nás stihli obejít zámek, podívat se do zámeckého parku, do Horní synagogy, k židovskému hřbitovu a také na Lormovo náměstí, kde je busta Hieronyma Lorma spolu s plastikou – rukou s Lormovou abecedou. Na další cestě nás čekala mohutná stavba na kopci. Jmenovala se Kolonáda na Rajstně. Krásně jsme se prošli lesem tam a zpět a přitom obdivovali impozantní architektonické dílo. Na závěr výletu nám zbývalo město Valtice. Úžasná paní průvodkyně nás provedla zámekem a nechala nás sáhnout na mnoho různých historických exponátů. Pak jsme měli rozchod. Někdo se stihl podívat do mohutného kostela, který se nachází v blízkosti zámku a který byl zrovna otevřený. Po náročném výletu jsme se vrátili zpět do penzionu a byli rádi, že si můžeme odpočinout. Ve středu nás čekala prohlídka Vlastivědného muzea ve Velkých Bílovicích. Úžasný program si pro nás připravili místní zapálení domorodci. Mohli jsme si osahat různé nástroje, čichali jsme k rozličným vůním vín. Také jsme si prohlédli folklórní oděvy, a dokonce Dáša se do jednoho mohla obléci. Vypadala opravdu jako jedna z místních. Nakonec jsme měli ještě degustaci vín, kterou jsme si velmi užili.

Zbytek dne ubíhal v odpočinkovém duchu. Večer nás čekal odborně vzdělávací kvíz, který jsme se snažili co nejlépe zodpovědět. No a potom jsme si společně poseděli a ochutnávali vína, která jsme dostali jako dar od paní starostky. Následující den byl již předposlední. Dopoledne jsme se učili drátkovat pod vedením Olgy a nakonec se nám společnými silami podařilo odrátkovat svíčky, které jsme dostali. Zbytek dne byl již volnější, balili jsme se, někteří z nás si ještě naposledy zaskočili do vinného sklípku a k večeru jsme měli společné setkání a zhodnocení celého pobytu. Při této příležitosti si pro nás někteří připravili zábavné divadlo s tématem mistrovství světa v hokeji. Po večeri jsme pak společně seděli, povídali si a zpívali písně s doprovodem ukulele. V pátek jsme se pak rozjeli do svých domovů a opustili tento krásný květinový a vinný kraj.

Co k tomu dodat? Myslím, že se pobyt velmi zdařil. Ubytování a jídlo bylo výtečné. Vedení penzionu velice





vstřícné. Program díky paní ředitelce a kolegyni Karolíně bohatý a zajímavý. A nakonec atmosféra díky všem zúčastněným přátelská a moc milá. Zkrátka další nezapomenutelný lormácký pobyt!

*Václav Skalický  
terénní sociální pracovník Liberec a Praha*

## **Okénko do Moravskoslezského kraje**

Tak se zase ptám, co je u vás a u mne nového? Opět za vámi jezdím naším služebním autíčkem, na které je spolehnutí. Prošlo servisní prohlídkou a jednou za půl roku se mu v pneuservisu vymění pneumatiky. Občas jej vezmu do mycí linky, myji a vysávám ho, aby bylo čisté. Ano, i to je náplní práce sociálního pracovníka v terénu. Také už umím nalít do autíčka nemrznoucí směs. Autíčko jezdí na benzín. Mám ho ráda, je to Hyundai i30, je malé a pěkně svižné. Nechci dělat reklamu, ale je to jeden z předpokladů úspěchu, jak k vám dorazit včas. Samozřejmě dopravní zácpy, když se opravují silnice, nebo zhoršené počasí, kdy musíte jet opatrněji, to nedokáže ovlivnit ani ten nejluxusnější automobil na světě. Za některými z vás přijíždím autobusem a ve větších městech také tramvají. Nově se mi podařilo navštívit Krnov, malebné městečko s výhledem na rozhlednu Cvilín. Také Uherské Hradiště, srdce Slovácka. Všude jsem předala letáčky s informacemi o LORMu. Co dále se v tomto roce událo? Měla jsem svou první přednášku o naší společnosti LORM, a to ve Frýdku-Místku v místní knihovně. Přijala jsem pozvání ze spolku VIA, který se věnuje osobám se smyslovým postižením. Přišlo rozhodování, co si vezmu na sebe, co s sebou a hlavně, co budu říkat? Nebo myslíte, že pořadí mělo být naopak? No, ženy mě jistě chápou. Vzala jsem si tedy na přednášku spoustu kompenzačních pomůcek a hovořila jsem o mé každodenní práci sociálního pracovníka. Jak často za klienty jezdím, co nejraději děláme, co nejčastěji řešíme? Povykládala jsem o tom, jaké má společnost LORM registrované služby a o spoustě dalších věcí. Účast na před-



nášce nebyla velká, ale každá, každičká informace směrem k veřejnosti, pedagogům, studentům a sociálním službám se počítá. Braillovo písmo a český znakový jazyk ještě lidé jakžtakž znají. Co je taktilní znakový jazyk nebo Lormova abeceda, to je pro ně mnohdy zcela něco nového. Také neznají červenobílou hůl. Mylně si myslí, že hluchoslepota znamená, že osoba s touto duální vadou je zcela nevidomá a neslyšící. Tyto mýty se snažíme vyvracet. Co se týká mého oblečení, zvolila jsem mou oblíbenou modrou a pěkně tím barevně zapadla do modrého salónku. Co se týká města Frýdku-Místku, je to místo, kde s rodinou ráda trávím volný čas u přehrady Olešná. A jak nabíráte síly vy? Doufám, že částečně s námi, třeba na pobytech. Poprvé ho letos organizuji a bude to druhý pobyt v Českovicích. Nevěřila jsem, kolik práce se za tím skrývá, ale komunikace se všemi objekty, které chceme navštívit v rámci výletů, je většinou skvělá. Třeba se s vámi podělím o své pocity, až se z pobytu vrátíme. A co klubové akce, odpočíváte na nich? U nás v Ostravě probíhá klubová činnost velmi aktivně. V tomto roce jsme už zavítali do České televize nebo do Divadla Antonína Dvořáka, kde jsme vystoupali až na střechu. Také jsme byli v divadle Komorní scéna Aréna. Tam jsme zavítali do prostor, do kterých se běžný divák jen tak nedostane. Například do šaten herců nebo do kostymérny. Dále jsme se zúčastnili prezentace kompenzačních pomůcek firmy Spektra, kde si klienti mohli zkusit různé typy čteček a lup, aby jim případně pomohly v každodenním životě. Každý si chce přečíst esemesku nebo celou knihu. S brněnskými a zlínskými klienty jsme tvořili velikonoční výzdobu a povídali jsme si o tom, jak jsme Velikonoce slavili jako děti a jak je slavíme nyní. Také jsme zjišťovali, jak se slaví v jiných zemích. Čeká nás Vojenské muzeum v Ostravě plné uniforem z 2. světové války. A také se chystáme do nově otevřeného Papilonia. Jedná se o motýlí dům s živými motýly. Někteří z vás mají nové vodící pejsky, nové kompenzační pomůcky a určitě i nové zážitky. Tak snad si i od vás taky něco přečtu v dalším vydání Doteků.

*Marcela Kazíková  
terénní sociální pracovnice Ostrava*



# STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY

## Rok 2011

Jsme v roce 2011. Jestlipak si někdo z vás jen tak, bez písemných poznámek, fotografií nebo třeba porady s přáteli vzpomene, co se mu během těch 12 měsíců podařilo, nepodařilo, kde byl, co dělal, co zažil? V rozhlase na Dvojce od pondělí do pátku vysílají pořad nazvaný Byl jednou jeden rok. Je plný hádanek, pomocí nichž má posluchač zjistit, o který letopočet se jedná.

Zatímco moje kamarádka Marie s mužem pravidelně soutěží a často i uhádnou, já neuspěla ani jednou. Že by to bylo tím, že si nic nepamatuji? Nebo mi všechno splývá? Nebo žiji TEĎ a BYLO povětšinou házím za hlavu? No, ještě že si aspoň pamatuji datum narození svých dětí (ale kdy jsem se to vlastně narodila já?) ☺.

A tak jsem opět zalovila v lormáckých análech a ejhle! Už si vzpomínám: V srpnu 2011 byla v Mikulově historičkou paní Danou Massowovou v roli kurátorky otevřena výstava k 190. výročí narození zdejšího rodáka Heinricha Landesmanna, kterého většina z vás zná jako autora Lormovy abecedy pod pseudonymem Hieronymus Lorm. Když nás v listopadu 2010 Danuška navštívila na Víkendové konferenci ve Žďáru nad Sázavou, tehdy coby pracovnice Regionálního muzea v Mikulově, zdaleka jsme netušili, jak bohatá a plodná spolupráce se mezi námi rozvine. Účastníci této akce se možná upamatuji, že souhlasili se zapůjčením svých rukodělných výrobků, vystavených u příležitosti 3. ročníku Ceny Hieronyma Lorma, Regionálnímu muzeu v Mikulově, konkrétně paní Daně, která artefakty citlivě zakomponovala do krásné výstavy. Takže toto se mimo jiné v daném roce stalo.

A teď ten pohled z druhé strany – zabalit a převézt všechny výrobky zpět do Prahy, odkud po téměř půl roce zase putovaly do Mikulova (a samozřejmě po čase zase zpět), organizačně vše zabezpečit, připravit, vyhotovit,

vytisknout a odeslat všechny potřebné písemné materiály, popisky, sehnat, zapůjčit a přepravit pomůcky, o které měla paní Dana zájem, konzultovat, vysvětlovat, objasňovat a doručit patřičné, vyreklamovat nepatřičné... Zatímco já v úzké spolupráci s kurátorkou byla jí k ruce v Brně, všechno ostatní, a byla to většina, padlo na bedra paní ředitelky, ostatně jako vždy při takových a podobných (mega) akcích. Pochopitelně a jak jinak než paralelně s běžnou prací, která se v těchto případech nedá odstavit nebo aspoň pozastavit, organizace musí šlapat, problémy je třeba řešit aktuálně, energii a čas ber, kde ber.

Vzpomínám si, jak Danku zaujala naše mnemotechnická pomůcka k výuce Lormovy abecedy, kterou tak dobře znáte: po samohláskách a, e, i, o, u, y následuje říkanka „To byl dobrý guláš horký s cibulí, chutnal fakticky náramně, malý labužník Quido Xaver Kožený je zas rychle v pohodě“.

A taky vzpomínám, jak vznikla. To jsme jednou na nějakém pobytu relaxovaly s ředitelkou Petrou na válečcích, a zatímco kolegyně patří mezi šťastlivce, co ještě neleží a už spí, já jsem pravý opak. Napadlo mě, že bych mohla namísto válení bez spaní dělat něco smysluplného, třeba se pokusit o mnemotechnickou pomůcku k výuce lormovky, která do té doby disponovala pouze větou „To byl dobrý guláš horký (nebo také hovězí) s cibulí“. Papír, pisátko a jdu na to.

Zatímco smolím, škrťám, ohryzávám konec tužky a přemýšlím, ukončila Petra šlofika a zvědavě mi nakukuje do čmáranice. Okamžitě se začnu vychloubat, čím se zaobírám, jak hezky mi to jde, akorát mě nenapadá, jaké by měl mít Quido Xaver příjmení od ká, aby mi pasovalo pěkně do pusy. Petra mohutně zapřemýšlela a s rozhodností sobě vlastní prohlásila, že přece Kožený a šmytec. Tak vítěj na světě, Q. X. Kožený, a buď lidem ku prospěchu!

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*





# PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

## Krásná Morava

O Moravě se hodně mluví i píše, ale každý její kout je jiný, což vím z vlastní zkušenosti. V této části Moravy, v obci Velké Bílovice, jsem však byl poprvé. Přijeli jsme s bratrem autem až z jihu Čech, konkrétně z Českých Budějovic, cesta proběhla v klidu a na místo konání pobytu v Pensionu Mlýn jsme dojeli krátce před večeří. Přivítaly nás pěkné prostorné pokoje, a jak jsme záhy zjistili, také milý a ochotný personál včetně výborného jídla.

Po večeři jsme se všichni sešli, vzájemně přivítali, seznámili s novými klienty a jejich průvodci a ještě jsme stihli odvolit poslance do Evropského parlamentu.

Každé ráno, vyjma dvou výletních dnů, začínalo rozvíčkou, což pro mě bylo velice příjemné, mám rád pohyb a současně je to pro mě takové nastartování do nového dne. Program pobytu, po celý týden nabitý k prasknutí zajímavostmi všeho druhu, obsahoval například průvodcovství pro průvodce klientů, Lormovu abecedu, muzikoterapii, soutěže a hlavolamy, vycházky do okolí a, jak už jsem říkal, dva celodenní výlety. Zkrátka nezapomenutelné zážitky pro každého z účastníků. Namátkou vzpomenu například na výlet do Čejkovic a okolí, kde mě zaujalo pěstování různých bylinných čajů, jejich zpracování až po konečné uložení do krabiček. A samozřejmě prohlídka Templářských sklepů z 16. století, které jsou 7 metrů pod zemí! Ani si neumím představit, jak to mohli dokázat. Navíc sklepy slouží dodnes, jsou plné obrovských i menších sudů s vínem, dokonce jsme mohli i ochutnat. Rovněž druhý výlet byl napěchovaný poznáním, milými lidmi a skvělou náladou. Zahájili jsme v Archeoparku Pavlov, kde jsme si prohlédli vykopávky z doby pravěké – pazourky, náhrdelníky, kosti mamutů a jiných pravěkých tvorů, prsteny. Ale to určitě znáte, minimálně Věstonická venuše nás proslavila na celém světě. Následoval krásný Mikulov, dále Valtice, prostě nádherný den plný nádherných zážitků! Ve Velkých Bílovicích mají také muzeum,



které jsme navštívili a nestačili se divit – zdejší pracovníci se na nás dokonale „připravili“. Mohli jsme si prohlédnout a osahat snad úplně každý exponát včetně krojů, prohlídka byla doprovázena jasným a srozumitelným výkladem, dokonce jsem tady „potkal“ i ponocného z roku 1840!

Byl jsem přesvědčený, že pro nás pracovníci LORMu po dlouhá léta dělají maximum, že už to zkrátka ani víc a lépe nejde, ale týden, který jsme prožili ve Velkých Bílovicích, mě malinko zviklal – copak je vůbec možné v tak minimálním počtu lidí pro nás připravit tak velkolepý zážitek? A víte, že ano? Mnohokrát s vděčností a úklonou děkuji!



*Milan Koklar*

## Proč zrovna já?

Jsem doma už tři týdny z pobytu ve Velkých Bílovicích a mé vzpomínky se vrací neustále do tohoto malého, krásně upraveného městečka, kde vás pozdraví každý človíček, malý i velký. Obdivovala jsem zde překrásně kvetoucí hortenzie latnaté, divizny, mečíky, růže, levandule, sady zralých třešní, dozrávající meruňky a obsypané ořešáky, u nás vše pomrzlo. Procházkou mezi vinohrady měly také své kouzlo a dlouhodobě bolestivé koleno dovolilo šlapat kilometry bez bolesti.

Celodenní poznávací výlety byly pestré, posuďte sami – Archeopark Pavlov s výhledem na Dívčí hrady, exkurze ve společnosti Sonnentor na zpracování bylinek s ekologickým systémem, zámecké zahrady v Mikulově, prohlídka zámku Valtice. Dále zastávky na rotundě sv. Urbana, na Rajstně, na Kobylím vrchu, exkurze v Templářských sklepích i s ochutnávkou.

„Proč zrovna já“ byl dotaz, ale také kvitování, že jsem zestárla o třicet let. Předě všemi z naší skupiny mi pracovnice muzea oblékaly kroj stárky. Je to čest pro bílovické ženy a obdivuji, že v takto naškrobených sukních vydrží celé dny. Manžel foto komentoval, že si musí koupit fajfku, aby se vedle mne neztratil, a že vypadám jako moje mamka, když chce ušetřit uhlí a tvrdí, že jí není zima ☺.



Pracovnice muzea nám také povyprávěly nejen o jejich městě, zvycích, nářečí, ale naučily nás i jejich tanec vrtěná, připravily k poznání předměty jako v televizním pořadu Kufr, čichovou zkoušku esencí k výrobě vín a také ochutnávku vín s oplatkami. Bylo to krásně strávené dopoledne!

V penzionu jsme večer zakončovali individuálním hodnocením prožitého dne, čtením místních pověstí, kvízy, muzikoterapií, společenskými hrami a povídáním s přáteli.

Díky své průvodkyni Hance vděčím za příjemně prožitý týden, kdy jsem si odpočinula od všedních starostí, načerpala hodně dojmů, energie i elánu, a už se těším na další pobyt!

*Dagmar Prošková*

## **Putování za vínem a poznáním**

Červnový lormácký pobyt nás zavedl do města lidových tradic, vína a ovoce – do Velkých Bílovic. Město je malé, má 4 000 obyvatel a 800 ha vinic. Hned v sobotu odpoledne začalo naše putování za vínem. Na Náměstí sv. Urbana jsme si prohlédli sochu tohoto patrona vinařů a pak už následovalo hodně vinařství – Zapletal, Kachyňa, Tetur. Víno bylo všude výborné.

V neděli začala naše cesta za poznáním, tedy výlet. V Čejkovicích všechny lormáky zaujala exkurze do bylinkového ráje Sonnentor. Nakoupili jsme zde různé bio čaje, vystoupali jsme i na vyhlídkovou věž a přivoněli k bylinkám v zahradě. Čejkovice – opět vinné sklepy, tentokrát Templářské. Hned u vchodu do sklepů stála velká láhev, do které se vejde 200 l vína. Naše průvodkyně nám umožnila sáhnout si na různé druhy sudů, z nichž největší pojme 20 000 litrů vína a je funkční. Sudy byly plasticky zdobené. Sice jsme potom trochu lepili my i naši průvodci, ale nevadilo nám to. Prohlídka byla zakončena ochutnávku čtyř druhů vín, mně nejvíce chutnal Solaris.

Potom nás autobus odvezl poblíž rozhledny bez schodů nad vinohrady na Kobylím vrchu. Rozhledna je vysoká 7,5 m

a spirála je dlouhá 65 m. Je skvělé, že se nahoru dostanou i lidé na vozíku. Ve Vrbici jsme kolem vinných sklípků došli ke kostelu sv. Jiljí. Pěkný byl závěr výletu, kdy vedrem zmořený výletník šikovný pan řidič zavezl až ke kapličce na vrchu Hradištěk. Kaplička má tvar románské rotundy, byla postavena a vysvěcena v roce 2002.

Druhý výlet začal v obci Pavlov, kde před 30 000 lety žili lovci mamutů. Od roku 2016 je tu Archeopark. V unikátní stavbě jsou kamenné a kostěné nástroje používané při lovu. Je tu replika hrobu tří mladých jedinců a skládka mamutích kostí.

Další zastávkou bylo město Mikulov s nádherným zámkem a barokní zahradou. Já jsem si vybrala návštěvu židovské Horní synagogy. Když jsme k ní došli, tak byla zrovna polední přestávka, ale slečna průvodkyně nás slyšela a umožnila nám prohlídku. Na prohlídku židovského hřbitova už nebyl čas. V Mikulově se nachází Lormovo náměstí, kde je umístěna busta Hieronyma Lorma. Zdařilá byla též prohlídka zámku ve Valticích. Chválím průvodkyni, bylo jí dobře rozumět a nechala nás sáhnout na mnoho věcí. Ve volném čase jsme si prohlédli i vnitřní prostory kostela ve Valticích. Zastavili jsme se i na Kolonádě na Rajstně, která mne velmi překvapila.

Krom putování za vínem a poznáním byl pro účastníky pobytu připraven program, který se skládal např. z procvičování Lormovy abecedy, které připravila Hanka. Vždy dva klienti a jejich průvodci dostali obálku s vystříhanými dlaněmi s písmeny. Z nich vznikla např. slova Mikulov, Valtice, Pálava – tedy místa našich výletů. Všichni lormáci se těšili na muzikoterapii s Vaškem a relaxaci. Vašek nám zahrál na ukulele a při závěrečném posezení jsme si všichni společně zazpívali.

Líbila se mi soutěž, kdy Petra připravila 26 otázek a většina z nás získala 20 bodů. Z místního nářečí tam byla otázka: Co znamenají „babule“!? Jedna z možností byla, že jdu na návštěvu k sousedkám. Babule ale nejsou susedky, jsou to husy.

Nadšená jsem byla z návštěvy Městského vlastivědného muzea ve Velkých Bílovicích. Při této prohlídce jsme využili všechny naše smysly. Vedoucí muzea s dobrovolnicemi pro





nás připravily zajímavé povídání a dopoledne zde prožité bylo moc pěkné a zajímavé. Vše jsme si mohli prohlédnout hmatem. Dáša Prošková si vyzkoušela jeden z krojů. Pak proběhla degustace místních vín, dostali jsme slanou a sladkou oplatku, pro nás speciálně upečenou. Na závěr programu jsme se naučili nový tanec.

Týden utekl jako voda, počasí nám přálo, vše jsem si moc užila. Bylo poznat, že jsme na Moravě, všichni na nás byli milí. Děkuji vedoucí pobytu Petře Zimermanové a Karolíně, které připravovaly program. Děkuji též mému průvodci Vaškovi za pomoc v průběhu pobytu.

*Marcela Peterková*

## **Nováček aneb první pobyt s LORMem**

V červnu letošního roku jsem se poprvé jako průvodce zúčastnila pobytu organizovaného LORMem ve Velkých Bílovicích. Doprovázela jsem svou dlouholetou kamarádku, a i když ji dobře znám, měla jsem jen malou představu o tom, co mě čeká. Měla jsem velké obavy, abych vše zvládla a moje kamarádka byla v bezpečí a pobyt si naplno užila.

První dva dny byly pro mě velmi náročné, i přes snahu být dobrou průvodkyní jsem dělala začátečnické chyby a mnoho věcí jsem se učila za pochodu. Moje kamarádka naštěstí byla trpělivá a vše mně v klidu vysvětlovala a nejinak celý kolektiv průvodců a klientů, kteří tam byli s námi.

Když vedoucí pobytu Petra Zimermanová na našich každodenních večerních společných schůzkách všech účastníků mluvila o možnosti napsat článek do časopisu Doteky, byla jsem ráda, že to mohu udělat.

I přes mé veškeré obavy jsem potkala úžasné lidi, kteří mě přijali do svého kolektivu a vůbec mi nedali pocítit moje neznalosti, naopak, snažili se, abych se vše rychle naučila.

Potkala jsem mnoho skvělých lidí na obou stranách a organizace pobytu byla perfektní.

Myslím si, že i přes svůj sluchový a zrakový handicap si všichni účastníci pobyt velmi užili, a to i pro přístup míst-

ních lidí, kteří nám vycházeli vždy vstříc a každý den se na nás usmívali – a úsměv je znát, i když ho zrovna nevidíme.

Pro mě to byl neskutečný týden, otevřel mi nový pohled a musím říct, že s velkou úctou smekám klobouk přede všemi, kteří nevzdali své životy i přes těžké postižení a statečně se s ním perou.

Náplň pobytu byla vyvážená, místa výletů dobře vybraná stejně jako náplň společného učení novým věcem či opakování.

Děkuji, že jsem tento pobyt ve Velkých Bílovicích mohla strávit s vámi!



*Yveta Kvapilová*



# ROZHOVOR

## Mám rád skromné lidi

*Nemyslím, že by se v republice – a to včetně dětí – našel jedinec, který by neznal bílou slepeckou hůl. O těch z vás, kteří ji (v červenobílé podobě) používáte denně, ani nemluvě. Samozřejmě víte, kdo je jejím konstruktérem, výrobcem a svrchovaným dodavatelem v jednom – pan inženýr Miloš Svárovský. Ale co víte o Miloši Svárovském jako o člověku? Odpovídáte-li nic, jsme na tom stejně. Tak to pojďme napravit:*

### ***Žijete, bydlíte a pracujete v Brně – jste rodilý „Brňák“?***

Kdepak, jsem rodák z Chrudimi, kde jsem se přesně před 59 lety narodil jako páté a poslední dítě svých rodičů, kteří do Chrudimi přišli z Mladoboleslavska. Tam jsem sice rád jezdil k prarodičům, ale až do patnácti let jsem se v podstatě z rodného města nehnul. Dodnes tam mám část rodiny, spoustu spolužáků a přátel, rád a často se tam vracím, zkrátka místo, kam chodíte na základní školu, vám zůstane pod kůží po zbytek života.

### ***Soudím, že jste byl dítě neposedné, co škola, jakým jste byl žákem?***

Od šesté do deváté třídy jsem chodil do sportovní třídy, aktivně jsem se věnoval lehké atletice, zejména běhu. Nebyl jsem sice žádná hvězda, ale pohyb, skvělá parta, sportovní soustředění, to všechno dohromady mě moc bavilo, láska ke sportu mi zůstala po celý život. V patnácti jsem odešel studovat střední průmyslovou školu do Dobrušky, kde jsem přes týden bydlel na internátu. Po maturitě jsem zahájil studium na strojní fakultě ČVUT v Praze. Popravdě řečeno školu jsem spíše „prolezl“ než vystudoval, zejména první dva ročníky šly ztuha a trvaly o něco déle, ale v druhé půlce studia už to bylo lepší. V roce 1991 jsem se s ještě mokřím diplomem vrátil zpátky do Chrudimi a nastoupil do Transporty, jíž jsem byl poslední dva roky stipendistou.

### ***A s nadšením se vrhnul do pracovního procesu...***

No spíš jsem zažil šok. I když pracovní kolektiv nebyl špatný, nějak jsem si po svobodném studentském životě nemohl zvyknout na prostředí výrobního závodu s píchačkami a čtyřmi týdny dovolené... Vydržel jsem rok a hajdy zpátky do Prahy na studia.



### ***Cože, vy, jak sám říkáte student nevalných úspěchů, jste se dobrovolně vrátil zpět do školy?***

Jak jsem říkal, druhá půlka mých studií už nebyla tak špatná a na katedře, kde jsem jako student končil a dělal diplomku, jsem snad nezanechal špatný dojem, a tak jsem tam po roce stráveném ve fabrice, a tedy i získání nějaké praxe, nastoupil k doktorandskému studiu a po asi dvou měsících taky jako odborný asistent. Vydržel jsem tam deset let a rád na to vzpomínám. Žádné „píchačky“ jako ve fabrice, hodně dovolené, a tedy prostor pro cestování a možnost dohnat to, co nám bylo před revolucí zapovězeno.

### ***Jste – a to určitě nejen pro mě – jedno velké překvapení. Hádám, že překvapivá bude i vaše cesta za bílými holemi?***

Ta byla dílem naprosté náhody: někdy v létě roku 1995 přišel k nám na fakultu pan Josef Kučera, tehdejší funkcionář tehdejšího ČÚNS na Praze 3, s doprovodem. Nevím, zda si vybral naši katedru ze znalosti věci, nebo proto, že byla přímo proti vchodu do fakulty, každopádně přišel na sekretariát, v ruce držel hůl a dožadoval se „slyšení“. Sekretářka moc nevěděla co s ním, a tak postupně telefonovala do jednotlivých kanceláří. Bylo léto, období dovolených, na katedře téměř nikdo nebyl, až se dovolala ke mně, který tam byl zcela výjimečně... Dodnes si pamatuji její slova: „Mám tu nějakého pána, pošlu ti ho tam, poslechni si ho!“ Samozřejmě jsem tenkrát netušil, že tento moment ovlivní celý můj další život.

### ***Takže jsem hádala správně – další překvapení. Povídejte...***

S dvěma kolegy z katedry jsme po asi měsíci připravili vzorky, které reagovaly na požadavky pana Kučery, které



shrnuto a zestručněno spočívaly v přání zkonstruovat slepeckou hůl, která bude co nejlehčí, dobře vyvážená a z pevného materiálu, aby se neohýbala jako ta dosavadní, vyrobená ze špatné hliníkové slitiny. Byla to pro nás určitě zajímavá výzva. Celkem asi 30 vzorků pan Kučera rozdál k otestování mezi nevidomé přátele a známé. Odezva? Spokojenost, zájem o další. Vyrábět na vysoké škole samozřejmě nešlo, navíc bylo potřeba hole „zoficiálnit“. V té době už jsem měl své IČO, a tak jsem zkusil přes VZP vybojovat novou hůl jako hrazenou zdravotnickou pomůcku. Šlo o dlouhý a obtížný byrokratický proces trvající téměř rok, ale podařilo se – od 1. července 1996 byly hole součástí číselníku pojišťovny a já byl vlastníkem živnostenského listu na výrobu zdravotních pomůcek.

***V té době vyráběli hole dva dodavatelé – Spektra a pan Donát. Jak jste se vzájemně „popasovali“?***

Spektra již tehdy nastoupila na cestu elektronických pomůcek a holí jako čistě mechanických pomůcek se ráda úplně vzdala. Pan Donát postupoval jinak, zkoušel různě očerňovat nově vzniklou konkurenci. Vzpomínám na pořad Klekánice, ve kterém využil svých známých v České televizi Ostrava, aby „odhalili nepravosti, které se mohou dít kolem bílých holí“. Pořad byl plný lží a nesmyslů a vůbec jsem nedostal prostor je vyvrátit. Snad právě tehdy, kdy jsem ještě nebyl rozhodnutý, zda se holím věnovat na 100 %, jsem se pro ně rozhodl. Dodnes si vzpomínám na mechanickou zkoušku v ohybu, kterou jsem tehdy zadal na naši a Donátově holi a ze které vyšlo, že naše hůl vydrží tři a půl násobně větší zatížení, než dojde k trvalé deformaci... Během času si uživatelé sami zvolili pro sebe výhodnější variantu, takže jsem po nějaké době zůstal na trhu jako jediný výrobce a dodavatel. Do roku 2002 fungovala moje firma na způsob „garážové výroby“, ovšem vyhovět požadavkům trhu na množství bylo čím dál obtížnější. V té době jsem se oženil a po téměř 20 letech v Praze jsem se přesunul za manželkou do Brna, přibral jsem kolegu, založili jsme s. r. o. a začali se výrobě holí věnovat naplno jako své jediné profesi, což trvá až do dneška. Postupně přibýly další typy holí a příslušenství, jejich prosazování v číselníku, snaha expan-



dovat do zahraničí. Zlom nastal v roce 2004 po vstupu naší republiky do EU, byl konec „buzerací“ na hranicích, nastalo zjednodušení obchodování a firma začala významně růst.



***Zdaleka ovšem nešlo o pohádku, jakou známe třeba z tzv. amerického snu, za vším byly tisíce hodin práce a dřiny, odříkání, běhání, shánění, jednání, vymýšlení, zkoušení, realizace atd. atd.***

Máte pravdu, bez toho to nejde. Nejprve jsme objížděli okolní státy – Polsko, Slovensko, Rakousko, Německo, Francii, Itálii. Někde jsme se domluvili sami, jinde jsme potřebovali tlumočníka. V tomto směru se na nás usmálo obrovské štěstí v podobě osoby pana Quida Sandroniho, kterého jsme v roce 2004 zaměstnali jako obchodního referenta. Pan Sandroni je nevidomý muž s italskými kořeny, který se v Česku oženil a který se domluví italsky, německy, francouzsky, španělsky. Je nejen tlumočnick, ale i uživatel bílé hole, doslova a do písmene člověk na svém místě. Objížděli jsme také významné veletrhy a výstavy. Postupně rostly objednávky z celé Evropy a občas i mimo Evropu, takže jsme utlumili naše cesty a jezdili pouze na nejvýznamnější evropský veletrh s pomůckami pro nevidomé a slabozraké – SightCity ve Frankfurtu nad Mohanem v Německu. Po pauze způsobené covidem jsme se na tento veletrh už nevrátili, protože jsme několik posledních let v situaci, kdy nestačíme vyrábět... Z pohledu marketingu se asi jedná o dost neobvyklou věc, ale dá se říct s trochou nadsázky, že pokud jde o sebe prezentaci, tak již několik let žijeme v ilegalitě a objednávky nejen stále chodí, ale i rostou. Je to asi dané specifičností našeho produktu a tím, že největší vliv na odbyt má navzájem sdílená zkušenost uživatelů. Momentálně už nejsme schopni dál výrazně navyšovat výrobu, nemáme na to prostory ani lidi. V současné době činí export do zahraničí více než 95 % naší výroby.

***Klobouk dolů, pane Svárovský! Máte vůbec čas na nějaké osobní aktivity, koníčky?***

Čas nemám, ale snažím se si ho udělat. Po výměně kyčle jsem se musel vzdát dálkových běhů, asi mého nejoblíbenějšího sportu. Z dřívějšíka mám za sebou maraton,



10x půlmaraton, spoustu dálkových tras. Sportu se věnuji rekreačně dál, párkrát do roka sbalíme s kamarádem obytnou dodávku, horská kola a vyrážíme na 4 až 5 dní po vlasti i do zahraničí. V zimě jezdím na běžky, na sjezdovky. Hlavně když nemusím pracovat na zahradě, to je jediný pohyb, který upřímně nesnáším 😊.

***Když jsme si spolu povídali, dostali jsme se samozřejmě i k červenobílým holím, k hluchoslepotě, k LORMu. Co byste čtenářům prozradil na toto téma?***

S pojmem hluchoslepota jsem se poprvé setkal koncem 90. let v Tyfloservisu přes paní Ivetu Langerovou, předtím jsem se seznámil s hluchoslepým panem Janem Jakešem, který se v této problematice hodně angažoval. Krátce nato jsem se zúčastnil zasedání LORMu, bohužel se mi už nevybavují podrobnosti, následně poznal vás, paní Zimermanovou... Pravidelně čtu vaše výroční zprávy, na přání vyrábíme červenobílé hole.

***A to mě zajímá – jaké jsou vaše zkušenosti s červenobílými holemi v zahraničí?***

Do zahraničí ČB hole vůbec nevyrábíme, není poptávka, domnívám se, že jsem toto označení pro hluchoslepe viděl pouze v Chorvatsku, jinak, co jsem si všimnul, třeba v Německu se člověk s hluchoslepotou označí páskou na paži jako doplňkem k bílé holi. Ve Francii po nás občas chtějí žlutou hůl, údajně také jako symbol hluchoslepoty. Někteří zahraniční zákazníci chtějí spodek hole červený, ale bez souvislosti s hluchoslepotou, snad kvůli lepší viditelnosti.

***Co byste LORMu popřál?***

Znám LORM 25 let, vede si výborně a já mu přeji, aby tomu tak bylo nejméně dalších 25 let!

***Máte nějaké životní krédo, chytrou větu chytrého člověka, oblíbené motto, lidskou vlastnost, které si vážíte?***

Napadá mě jedno krédo, které zaznělo v pohádce Pyšná princezna a kterého se snažím držet: „Nad nikoho se nepovyšuj, před nikým se neponižuj.“ Obecně za nejsympatičtější

vlastnost člověka považují SKROMNOST. Skromná byla naše maminka a od malička nás k ní svým příkladem vedla. Nikdy jsem u ní neviděl, že by vyhodila potraviny nebo něco, co by mohlo ještě posloužit. Ke všemu a ke všem měla respekt a úctu. Často na oba rodiče vzpomínám...



*Tak co říkáte, milí čtenáři – také jste nevycházeli po celý rozhovor z překvapení jako já? Nu ano, odedáv už v bílé (červenobílé) holi nevidíme „jen“ nezbytnou pomůcku pro zrakově postižené, ale také muže, který se o ni v současné podobě významně zasloužil. Obrovské a upřímné poděkování, pane Svárovský – za hůl i za to, že jste se s námi o sebe podělil!*

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

*Pro všechny zájemce o přiblížení výroby slepeckých holí přikládám odkaz na rozhovor pana Majera s panem Svárovským, který najdete v archivu časopisu Jeden svět z roku 2021 v čísle 5:  
<https://www.mathilda.cz/casopis-archiv/>*



# SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY

## Navýšení příspěvku na péči s sebou přineslo také zdražení některých sociálních služeb

Od 1. července 2024 se zvýšil příspěvek na péči. Na základě toho MPSV ke stejnému datu zvýšilo také maximální sazby za některé sociální služby. Maximální výši sazby, kterou nesmějí služby překročit, udává vyhláška č. 505/2006 Sb.

Pro pracovníky v sociálních službách se mění také způsob určování toho, kdo musí pro tuto činnost absolvovat kvalifikační kurz.

### KTERÝCH SOCIÁLNÍCH SLUŽEB SE NAVÝŠENÍ DOTKNE

Maximální hodinové sazby jsou stanoveny u těch služeb, kde jsou úhrady stanoveny na základě spotřebovaného času nezbytného k zajištění dané poskytované činnosti. Navýšení se týká těchto sociálních služeb:

- pečovatelské služby
- osobní asistence
- průvodcovské a předčitatelské služby
- služby podpory samostatného bydlení
- odlehčovací služby
- centra denních služeb
- denní stacionáře
- chráněné bydlení
- sociální rehabilitace

### SOUČASNÁ VÝŠE ÚHRAD ZA SLUŽBY

Výše hodinové sazby je určena podle toho, zda se služba poskytuje pod, nebo nad 80 hodin měsíčně.

Při více než 80 hodinách za měsíc je sazba ve výši 150 Kč za hodinu (zdražení o 15 Kč). Při péči, která nepřesahuje 80 hodin za měsíc, platí sazba 165 Kč za hodinu (zdražení o 10 Kč).

Dále jsou samostatně stanoveny částky za následující činnosti: dovoz a donáška jídla – 60 Kč (zdražení o 10 Kč), vyprání a vyžehlení 1 kg prádla – 100 Kč (zdražení o 10 Kč),

nákup potravin, oblečení nebo vybavení – 170 Kč (zdražení o 10 Kč).

Podle návrhu vyhlášky nebyly původní maximální limity úhrad dostatečné a klienti těchto služeb by se měli více podílet na jejich úhradě. Dalším důvodem ke zvyšování sazeb jsou narůstající náklady na poskytování těchto služeb z důvodu inflace.

„Cílem návrhu vyhlášky je zvýšení aktuální maximální hodinové sazby za poskytnutí úkonu péče, také zvýšení sazby za vyprání a vyžehlení prádla a realizaci velkého nákupu u pečovatelské služby. Navrženým opatřením se umožní poskytovatelům sociálních služeb sjednávat úhrady za služby tak, aby to lépe odpovídalo skutečně vynaloženým nákladům, a zároveň zůstává zachována úroveň ochrany uživatelů ve smyslu současné ekonomické dostupnosti díky významnému navýšení příspěvku na péči,“ vysvětluje navýšení sazeb návrh vyhlášky.

*(kráceno)*

Zdroj: [https://www.finance.cz/550559-zdrazeni-socialnich-sluzeb/#dop\\_ab\\_variant=1207101 & dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.sznhp.box](https://www.finance.cz/550559-zdrazeni-socialnich-sluzeb/#dop_ab_variant=1207101 & dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box)

## Osm nepravd o příspěvku na péči

Občané, kteří se o sebe nejsou schopni postarat v základních úkonech, si mohou požádat o příspěvek na péči. Co je dobré o něm vědět a jak je možné ho využít?

O příspěvek na péči se žádá na místně příslušném Úřadu práce, přičemž je možné podat žádost i online. Samotné podání příspěvku na péči je bez poplatků a případné zamítnutí žádosti o příspěvek na péči není důvodem, proč by nemohlo být v budoucnu o příspěvek na péči žádáno znovu, pokud se v mezidobí zdravotní stav zhorší.

Aktuálně jsou v Česku přiznávány čtyři stupně závislosti, na stupni závislosti následně závisí částka příspěvku na péči. Někteří lidé však mají o systému této dávky mylné představy. Podívejme se tedy na vybraných osm omylů ohledně příspěvku na péči.





### OMYL PRVNÍ: BEZ MINIMÁLNÍ DOBY POJIŠTĚNÍ NENÍ NA PŘÍSPĚVEK NÁROK

Zatímco pro přiznání starobního důchodu, některé z dávek nemocenského pojištění nebo podpory v nezaměstnanosti musí být splněny zákonné podmínky ohledně minimální doby pojištění, u příspěvku na péči tomu tak není. Příspěvek na péči je dávkou státní sociální podpory. Nárok na něj tak mohou mít i občané, kteří dlouhodobě nepracovali a byli v evidenci na Úřadu práce.

### OMYL DRUHÝ: PŘÍSPĚVEK NA PÉČI AUTOMATICKY NÁLEŽÍ PEČUJÍCÍ OSOBE

Samotný příspěvek na péči náleží osobě, která není z důvodu dlouhodobě nepříznivého zdravotního stavu schopna zvládat každodenní péči o sebe. Současně s žádostí o příspěvek na péči se vyplňuje i formulář o poskytovateli služby, ten se však může během pobírání příspěvku na péči změnit a následně se odevzdá tento formulář znovu. Poskytovatelem péče nejčastěji bývá poskytovatel sociálních služeb, speciální zdravotnické zařízení nebo osoba blízká.

### OMYL TŘETÍ: KAŽDÝ INVALIDNÍ DŮCHODCE MÁ NÁROK NA PŘÍSPĚVEK NA PÉČI

Podmínky pro přiznání invalidního důchodu a příspěvku na péči jsou odlišné. V praxi tedy neplatí, že každý invalidní důchodce má nárok na příspěvek na péči. Mnozí invalidní důchodci jsou limitováni svým zdravotním stavem, ale stále pracují a jsou v podstatě nezávislí.

### OMYL ČTVRTÝ: STAROBNÍ DŮCHODCI S NADPRŮMĚRNÝM DŮCHODEM PŘÍSPĚVEK NEDOSTANOU

Pobírání nadprůměrného starobního důchodu rozhodně není důvodem pro nepřiznání příspěvku na péči. V řízení ohledně přiznání či nepřiznání příspěvku na péči se posuzuje schopnost žadatele zvládat základní životní potřeby, jako je např. orientace, stravování, tělesná hygiena, mobilita, komunikace nebo oblékání a obouvání. Pobíraný starobní důchod nemá vliv na to, zda bude příspěvek na péči přiznán.

## OMYL PÁTÝ: VÝŠI PŘÍSPĚVKU OVLIVŇUJE MAJETKOVÁ SITUACE

Rovněž rodinné majetkové poměry nehrají v rozhodování ohledně příspěvku na péči roli a do žádosti o příspěvek na péči se neuvádí majetková situace žadatele.



## OMYL ŠESTÝ: PEČUJÍCÍ OSOBA BUDE MÍT PROBLÉMY S VLASTNÍM DŮCHODEM

Měsíční částka starobního důchodu závisí na výši rozhodných příjmů před odchodem do důchodu a získané době pojištění. Bez minimální doby pojištění není starobní důchod dokonce vůbec přiznán. Do doby pojištění ovlivňující důchodové nároky se přitom započítávají nejenom roky výdělečné činnosti, kdy je z příjmu odváděno sociální pojištění, ale i tzv. náhradní doby pojištění. Mezi ně patří při splnění zákonných podmínek i péče o závislou osobu.

## OMYL SEDMÝ: PEČUJÍCÍ OSOBA SI MUSÍ PLATIT ZDRAVOTNÍ POJIŠTĚNÍ

Mnohdy je pro pečujícího rodinného příslušníka velmi těžké skloubit péči i zaměstnání. V praxi dochází k situaci, že pečující osoba již nemá vlastní příjem, nebo pouze formou brigád. Při splnění zákonných podmínek je pečující osoba státním pojištěncem a zdravotní pojištění za ni platí stát. Za státní pojištěnce se pro účely placení zdravotního pojištění považují osoby pečující o závislou osobu ve stupni závislosti II, III a IV a o děti mladší 10 let, které jsou závislé na péči jiné osoby ve stupni závislosti I.

## OMYL OSMÝ: DAŇOVÉ OSVOBOZENÍ PRO PEČUJÍCÍ OSOBU

Výdělečně činné pečující osoby nejsou automaticky osvobozeny od daňových plateb. Pokud je výdělečně činná osoba zaměstnancem, odvádí ze své hrubé mzdy sociální pojištění, zdravotní pojištění i daň z příjmu.

*(kráceno)*

Zdroj: [https://www.finance.cz/550584-osm-nepravd-o-prispevku-na-peci/#google\\_vignette](https://www.finance.cz/550584-osm-nepravd-o-prispevku-na-peci/#google_vignette)



# ZDRAVÍ

## PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY

### Patauův syndrom

Patauův syndrom je vzácné genetické onemocnění, které se označuje také jako trizomie chromozomu 13. Malí pacienti trpící touto poruchou se rodí s mnohočetnými vývojovými vadami, obvykle umírají do dvou měsíců od narození.

#### CO JE PATAUŮV SYNDROM?

Patauův syndrom je vzácné onemocnění, které se řadí do stejné skupiny genetických poruch jako Downův a Edwardsův syndrom. Pacienti, u nichž se tato porucha projeví, mají v jedné buňce 47 chromozomů, což je o jeden více než u zdravých jedinců. Místo obvyklých dvou kopií chromozomu 13 totiž mají v každé buňce tři kopie, což se označuje také jako trizomie 13. chromozomu.

Lékaři následně rozlišují dvě různé formy Patauova syndromu. Zatímco v případě volné varianty dochází k umístění nadměrného chromozomu přímo v místě 13. chromozomu, u translokační formy se nadbytečný chromozom připojí k jinému akrocentrickému chromozomu. Velmi malé procento pacientů je pak postiženo mozaikovou formou, kdy nadbytečnou kopii daného chromozomu obsahují pouze některé tělní buňky.

Nadpočetný genetický materiál u pacientů narušuje průběh normálního růstu a vede k rozvoji mnohočetných vývojových vad. Pokud jde o četnost výskytu Patauova syndromu, momentálně se udává, že touto poruchou trpí asi 1 z 20 000 narozených dětí.

Potíže, které Patauův syndrom plodu či novorozenci způsobuje, jsou pro něj obvykle neslučitelné se životem. Velké množství probíhajících těhotenství s touto diagnózou tak končí spontánním potratem a děti narozené s Patauovým syndromem většinou umírají v kojeneckém věku do dvou měsíců od narození (zhruba 50 % malých pacientů nepřežije ani první měsíc).



## RIZIKOVÉ FAKTORY

Hlavním rizikovým faktorem, který může mít vliv na vznik Patauova syndromu, je vyšší věk matky. Další rizika pak představuje genetické zatížení rodičů, kteří mohou být nositeli dané chromozomové vady. Vliv věku otce prozatím nebyl prokázán.

U postižených se projevují také mnohočetné vady vnitřních orgánů, a to především srdce, ledvin a pohlavního ústrojí. Charakteristická je také holoprozencefalie, což znamená, že nedochází k rozdělení mozku na dvě párové hemisféry. Kromě toho je navíc obvykle přítomna i těžká psychomotorická retardace.



## TYPICKÉ PŘÍZNAKY PATAUOVA SYNDROMU:

- poškození mozku
- postižení srdce, ledvin a trávicího traktu
- anomálie obratlů
- výrazně malá hlava (mikrocefalie)
- malé nebo žádné oči (mikroftalmie či anoftalmie)
- hluchota, anomálie ušních boltců
- rozštěp rtu a patra
- deformace končetin
- přítomnost nadpočetného prstu (polydaktylie)
- nesestouplá varlata (kryptorchismus)
- psychomotorická retardace

## DIAGNOSTIKA

Patauův syndrom je možné odhalit již v průběhu těhotenství. K tomu lékařům slouží prvotrimestrální NT screening, který se provádí mezi 11. a 13. týdnem gravidity a skládá se z biochemických testů a ultrazvukového měření. Jeho úkolem je detekce či vyloučení chromozomálních a vývojových vad plodu, jako je Downův syndrom (trizomie 21), Edwardsův syndrom (trizomie 18) nebo Patauův syndrom (trizomie 13).

Na odhalení chromozomových aberací se soustředí i druhotrimestrální screening vrozených vývojových vad. Pokud má lékař podezření, že je s plodem něco v nepořádku, odešle těhotnou ženu na konzultaci ke klinickému genetikovi, který poté navrhne další možná vyšetření.



Za účelem získání vzorku, díky kterému je možné odhalit karyotyp plodu, se obvykle provádí některá z invazivních vyšetřovacích metod, jako je amniocentéza či odběr choriových klků. Další variantou jsou pak neinvazivní genetické testy prováděné z volné fetální DNA v krvi těhotné ženy, rychlá diagnostika pomocí QFPCR či test na přítomnost specifického těhotenského proteinu.

Jestliže se trizomie 13 u plodu potvrdí, těhotná žena má možnost konzultovat s lékařem umělé ukončení těhotenství. Co se týče narozených dětí, zde se pro odhalení Patauova syndromu provádí postnatální diagnostika, která je založená na ověření karyotypu miminka prostřednictvím cytogenetického vyšetření.

### LÉČBA

V současné době bohužel neexistuje žádný způsob léčby tohoto genetického onemocnění. Terapie je proto zaměřená především na řešení život ohrožujících komplikací a zmírňování jednotlivých příznaků. Ačkoliv trizomie 13 nemusí vždy znamenat, že dítě nepřežije první měsíce života, pro lékaře je velmi těžké předvídat, jak bude onemocnění probíhat a jaké komplikace mohou v budoucnu nastat.

*(kráceno)*

*Zdroj: <https://zdravi.euro.cz/clanky/patauuv-syndrom-priznaky-diagnostika/>*

## Co je oční migréna?

Podle odhadů trpí pravidelnými bolestmi hlavy až milion Čechů. Nemocných, kteří mají problém s klasickou oftalmickou migrénou, přitom stále přibývá, podle různých autorů jí trpí 3 až 12 % lidí od dětství až do stáří.

### SYMPTOMY OČNÍ MIGRÉNY

Hlavním příznakem záchvatů bývá typická zraková aura, kterou postižený vnímá zpravidla jako třpytivé útvary v zorném poli, které se mohou chvět a zvětšovat se, nebo může



pozorovat černou skvrnu. Po odeznění aury často následují větší nebo menší bolesti hlavy. Záchvaty, jejichž vedoucím symptomem je bolest hlavy, jsou doprovázeny řadou vedlejších příznaků, které do popředí vystupují individuálně. Existuje tedy mnoho druhů migrény. Nejčastější jsou dvě základní formy, klasická oftalmická migréna se zrakovou aurou a migréna bez aury.

Migréna může postihnout i zrak. Vznik tzv. oční migrény je způsoben náhlým přechodným zúžením cév, které sníží přítok krve do oka. Spouštěčem může být dehydratace, stres, kouření, alkohol, nadměrná fyzická zátěž, únava nebo hormonální léky. Oční migrénu často předcházejí bolesti hlavy, trvá většinou několik minut, zrak se pak vrátí do normálu.

#### PŘÍČINY VZNIKU

Příčinou jsou nedokrvená místa sítnice, která se zobrazují jako přechodný výpadek zorného pole. Na to navazuje migrenózní bolest hlavy. Jedná se jen o funkční postižení. Není nebezpečná, jen obtěžující.

Příčinou může být také nekorigovaná dioptrická vada, kdy postačí její korekce a frekvence záchvatů se zmírní nebo záchvaty zcela vymizí. Nejde ani vyloučit souvislost s nízkým krevním tlakem, z toho důvodu je dobré absolvovat vyšetření u očního lékaře, u praktického lékaře (tlak) a pokud bude doporučeno, i vyšetření neurologické.

#### LÉČBA

Léčba oční migrény se odvíjí od příčiny, je dobré navštívit oftalmologa a nechat si přeměřit zrak, zda není třeba korekce, případně změna stávajících dioptrií. Prohlídka by měla obsahovat i vyšetření šířky komorového úhlu a nitroočního tlaku. Pokud bude z tohoto pohledu vše v pořádku, mělo by následovat vyšetření u neurologa, který doporučí odpovídající léčbu, oční migréna se léčí podobně jako klasická migréna.

*Zdroj: <https://www.prvnioptika.cz/post/ocni-migrena>*



# INFORMACE

## eDoklady

Od 20. ledna 2024 je možné na vybraných místech prokazovat svoji totožnost pomocí aplikace eDoklady, která umožňuje nahrát občanský průkaz do elektronické podoby.

V současné době je možné tímto způsobem prokazovat svoji totožnost na všech ústředních správních úřadech, mezi které patří například ministerstva, Úřad vlády České republiky, Česká národní banka, Český statistický úřad a další.

Od 1. 7. letošního roku je možné se pomocí aplikace prokazovat také na dalších místech, například u Policie ČR, v budovách soudů, na pobočkách Úřadu práce, České správy sociálního zabezpečení, katastrálním úřadě a dalších místech.

Od 1. ledna 2025 se bude možné prokazovat občanským průkazem v elektronické podobě u všech subjektů, které mají oprávnění do průkazu totožnosti nahlížet. Bude tedy například možné prokázat dosažení věku 18 let u koupě alkoholických nápojů či tabákových výrobků. Výhodou je, že druhá strana neuvidí veškeré údaje zobrazené na občanském průkazu, ale pouze ty, které potřebuje znát.

Více informací k aplikaci eDoklady naleznete na internetových stránkách [www.edoklady.gov.cz](http://www.edoklady.gov.cz).

*Zdroj: <https://www.sons.cz/03-2024-Informace-a-odpovedi-na-dotazy-ze-Socialne-pravni-poradny-SONS-P4017293.html>*

# OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH



## Diana a Sanja

*Přinášíme vám rozhovor dvou výjimečných žen. První se jmenuje Diana, mladá žena, která se kvůli nehodě stala hluchoslepou. Druhá je Sanja, prezidentka Světové federace hluchoslepých. Nikdy se osobně nesešly, ale prostřednictvím e-mailové komunikace si povídaly o svých životních zkušenostech, motivaci a odvaze překonávat životní překážky. Pojdme se začít a seznámit se s nimi.*

**Sanja:** Tvůj životní příběh mě i mého muže velice oslovil. My sami jsme oba hluchoslepi. Dovedu si představit, že nejsi zvyklá veřejně vyprávět o svém životě, ale pevně věřím, že tvůj jedinečný příběh bude inspirací pro mnoho dalších lidí s hluchoslepotou.

Tvoje jméno, Diana, představuje v římské mytologii bohyni lovu a přírody. Pověz nám, co se skutečně skrývá za Dianou, a řekni nám něco více o sobě.

**Diana:** Od doby, co jsem hluchoslepá, jsem začala žít více uzavřený život. Je to z toho důvodu, že ráda vím, co se děje s mým životem, a chci mít nad ním alespoň nějakou kontrolu. Ale pokud tento rozhovor pomůže alespoň jednomu hluchoslepému člověku bojovat za sebe nebo motivuje někoho k tomu, aby se nevzdával – budu ráda.

Předně jsem velmi společenská a veselá povaha. Mám ráda přírodu, knihy a vždy jsem byla velmi kreativní. Kreativitu jsem se snažila udržet i přes svoje postižení – pouze jsem se přizpůsobila nové skutečnosti a možnostem. Později jsem začala experimentovat s keramikou. Zatím jsem na začátku a učím se s ní pracovat, ale pomáhá mi to relaxovat a naplnit můj den.

**Sanja:** Většina z nás hluchoslepých musela projít a stále prochází nelehkým procesem přijetí sebe jako hluchoslepeho. Jak ses s tím vypořádala ty?



**Diana:** Moje cesta byla docela obtížná, ale postupně jsem se přizpůsobovala a přijala nový způsob života. Po nehodě jsem se probudila v nemocnici nevidomá s oběma rukama amputovanými od předloktí. V ten moment jsem měla ještě zachovalý sluch, ale za několik měsíců jsem přišla i o něj. Podle lékařů to bylo v důsledku poranění mozku během nehody.

Pamatuji si první dny. Každé ráno jsem se probudila s panikou, každou chvíli jsem si uvědomovala, že toto je moje nová realita. Další ránou bylo, když jsem v průběhu rehabilitace zjistila, že protézy na rukou mi příliš nepomůžou, a to právě kvůli hluchoslepotě.

Ale krok po kroku, díky postupné rehabilitaci, návštěvám psychologa a nepřetržitému fyzickému cvičení jsem nakonec přijala tuto novou realitu a také sebe sama. Naučila jsem se a stále se učím dělat věci pomocí nohou. Takže většinu činností zvládnou sama. Naučila jsem se číst Braillovo písmo pomocí prstů u nohou na braillovém řádku u počítače. Dlouhou dobu jsem pro komunikaci využívala psaný text. Později jsem se naučila komunikovat pomocí doteků. Přestože jsem se přizpůsobila, musím přiznat, že i dnes mívám občas těžké dny. Ale snažím se žít co nejlépe a plně se zapojit do života.

Tvoje práce se hodně zaměřuje na přijetí hluchoslepých osob do společnosti. Jaká byla tvoje cesta sebezískání jako hluchoslepé?

**Sanja:** Přesně tak. Pracuji jako dobrovolník v oblasti věnující se hluchoslepotě tady v Chorvatsku, ale také v rámci Evropské unie a celého světa. Je mnohem jednodušší spolupracovat s lidmi se stejným handicapem. Je zde velká míra vzájemného porozumění a sounáležitosti. Zároveň toto spojení lidí se společným cílem může skutečně vést ke změnám, a to zlepšení situace hluchoslepých ve světě.

Narodila jsem se neslyšící v neslyšící rodině. Vždycky jsem viděla svět z trochu jiné perspektivy než moji slyšící vrstevníci. Můj mateřský jazyk byl chorvatský znakový jazyk. Mluvenou chorvatštinu jsem se naučila až později.

Turbulentní období začalo v pubertě, kdy mi diagnostikovali atrofii očního nervu. Pro neslyšícího znamená zrak



hodně. Musela jsem začít přijímat fakt, že postupně ztratím zrak, a začít se postupně přizpůsobovat. Tehdy to bylo velmi náročné. V tu dobu neexistovala žádná podpora ani pomoc. Sama jsem musela přijít na to, jak zvládnou každodenní aktivity – od čtení až po nákup. Byly noci, kdy jsem nemohla vůbec spát. Honily se mi hlavou myšlenky o mé temné budoucnosti. Jeden můj neslyšící kamarád mi navrhl, abych odjela do Švédska, protože tam hluchoslepí studují a pracují bez větších problémů.

A opravdu, můj odjezd do Švédska všechno změnil. Dozvěděla jsem se, co je hluchoslepota, a naučila jsem se, jak si naplnit své sny i přes svůj handicap. Rozhodla jsem se dovědět se o hluchoslepotě co nejvíc, setkat se s jinými hluchoslepy, podporovat je a spolupracovat s nimi.

Když jsem se vrátila do Chorvatska, založila jsem Asociaci hluchoslepých Dodir (Dotek). Fungujeme už třicet let. Nyní žijí s hluchoslepotou v každém aspektu mého života 😊!

Ty ses někdy setkala s hluchoslepy nebo vůbec slyšela o hluchoslepotě před svojí nehodou?

**Diana:** Ano, už před nehodou jsem slyšela o hluchoslepotě, ale nikdy jsem nikoho takového nepoznala. Říkala jsem si, jak je možné, aby někdo bez zraku a sluchu žil normálním životem. Bylo to pro mě nepředstavitelné. Je to způsobeno zejména předsudky a nedostatkem znalostí a povědomí, které má většinová společnost. Něco, co jsem pak pocítila na vlastní kůži jako hluchoslepá. Kdyby lidé věděli více o hluchoslepotě, náš život by byl jednodušší, protože bychom byli více integrováni a přijímáni společností.

**Sanja:** Kromě ztráty zraku a sluchu čelí hluchoslepí stejným překážkám, jakou jsou špatný přístup k informacím, komunikace, sociální interakce a mobilita. Zároveň se mnoho z nás cítí osamoceno a izolováno. Zmínila ses o podpoře rodiny a přátel, ale i přesto, cítíš se někdy sama?

**Diana:** Jeden z nejhorších následků hluchoslepoty je pocit samoty, který člověk pociťuje téměř neustále. A to i přesto, že jsi obklopena lidmi, kteří tě podporují. Právě kvůli izolaci a nedostatečnému přístupu k informacím toužíš



po doteku, sociální interakci a komunikaci ještě více. Myslím, že naše společnost je obecně více odtažitá. Zejména, co se týče doteků, a to především po pandemii covid-19.

Během pandemie jsem se kvůli svému postižení musela hodně přizpůsobit a jsem si hodně vědoma toho, jak může nedostatek doteků člověka ovlivnit. Proto věřím, že je důležité, abychom si i my hluchoslepí našli koníčky, které si můžeme společně užít a propojí nás s lidmi s podobnými zájmy a postižením.

Říkala jsi, že tvůj manžel je také hluchoslepý. Mohla bys popsat, jak vypadá soužití hluchoslepeho páru? Také bych ráda upozornila na to, že si spousta hluchoslepých myslí, že si nenajdou žádného partnera a zůstanou sami. Ale ty jsi dobrý příklad a jiskřička naděje, že to tak být nemusí.

**Sanja:** Například ve Skandinávii je partnerský život hluchoslepých naprosto běžný, a to i s lidmi bez postižení. Zním několik párů, které žijí šťastný partnerský život a mají děti. Tady v Záhřebu je jeden hluchoslepý pár. Potkali se jako děti na letním pobytu organizovaném Asociací hluchoslepých Dodir a nyní jsou šťastní manželé.

Můj partner byl neslyšící, když jsme se potkali ve Španělsku, a byl mojí obrovskou oporou. A protože se život někdy ubírá úplně jinou cestou, zjistili jsme, bohužel pozdě, že kvůli cukrovce ztrácí zrak. Předběžná diagnóza byla zelený zákal. Ale i přes léčbu se jeho zrak stále zhoršoval, a to navíc v době pandemie. Nyní jsem jeho oporou já. Prochází těžkým obdobím, kdy musí přijmout postupnou ztrátu zraku a život s diabetem. Pro oba to nebylo jednoduché, ale zvládli jsme to. Stále bojujeme s výzvami souvisejícími s diabetem a zároveň se učíme nové způsoby komunikace, jakou jsou taktilní znakový jazyk.

Jak ty komunikuješ s rodinou a svými známými? Naučili se některou z metod komunikace, která vyhovuje tobě?

**Diana:** Všichni moji nejbližší jsou velmi otevření tomu naučit se takový způsob komunikace, který mi vyhovuje nejlépe.

Nejdříve jsme komunikovali prostřednictvím textu. Oni text napsali a já si ho přečetla pomocí braillovského řádku na





PC. A protože mluvený jazyk je mojí mateřtinou, já jim odpovídala ústně. Problémem tohoto způsobu komunikace je, že jsem se cítila izolovaná od interakce samotné. Cítila jsem se jako čtenář konverzace, ne že jsem její aktivní součástí. Proto jsem se rozhodla používat komunikaci založenou na doteku. Společně jsme tedy hledali vhodnou metodu, která mi bude nejlépe vyhovovat. Takto jsme objevili Lormovu abecedu.

Jak komunikuješ s osobami bez postižení a jak s jinými hluchoslepými? S jakými komunikačními technikami ses dosud setkala?

**Sanja:** Jak jsem už zmínila, můj mateřský jazyk je chorvatský znakový jazyk, ale velmi dobře jsem se také naučila mluvenou i psanou chorvatštinu. Ale občas stále nějakou tu gramatickou chybkou udělám 😊.

Když komunikuji se slyšícím, používám mluvenou chorvatštinu. Při komunikaci s neslyšícím používám znakový jazyk a s hluchoslepým používám takovou metodu, která nám umožní komunikovat bez prostředníka.

Považuji za štěstí, že jsem vystudovala Fakultu vzdělávání a rehabilitace, protože jsem měla možnost naučit se něco o různých metodách komunikace, které hluchoslepí používají, např. Braille.

Upravený znakový jazyk pro zúžené zorné pole a taktilní znakování jsem si osvojila ve Švédsku.

Byla bych ráda, kdybys našim čtenářům popsala, jak ses naučila Lormovu abecedu.

**Diana:** Lormova abeceda je taktilní způsob komunikace, který používá dlaň jako „tabuli“. Každé písmeno má určitý specifický pohyb, který se do dlaně vpisuje. Je snadno upravitelná a byla uzpůsobena pro několik jazyků.

Pro mě bylo zásadní, že je možné ji upravit i pro ty, kteří nejsou schopni komunikovat použitím dlaní – jako jsem já.

Snažili jsme se tedy abecedu přizpůsobit používání na horní části paže a záda, dokonce i na tváře. Ale to příliš nefungovalo. Zkusili jsme použít holé nohy, protože nejvíce připomínají dlaně. Ukázalo se jako velmi funkční psát na holé nohy, ale i na nohy v ponožkách. Všechny znaky bylo



jednoduché přizpůsobit, a proto jsem se rozhodla pro tento způsob komunikace.

Učení vyžadovalo neustálé opakování a procvičování každého znaku. V Brailu mi nejdříve napsali, jaký znak je jaké písmo. Opakovali jsme je tak dlouho, dokud jsem se to nenaučila. Potom jsem se učila spojovat písmena.

Takže nyní je pro mě používání Lormovy abecedy velmi efektivní a účinné. Mohu tak konverzovat více méně v běžném tempu řeči, samozřejmě za předpokladu, že všichni komunikující umí Lormovu abecedu.

**Sanja:** Je ve Švýcarsku, kde nyní žiješ, nějaká asociace hluchoslepých? Pokud ano, jsi s nimi v kontaktu? Znáš nějaké další hluchoslepé?

**Diana:** Ve Švýcarsku je Národní asociace hluchoslepých a zároveň je možné spolupracovat s Národní asociací nevidomých. Kontaktovala jsem je a pomohli mi najít zejména psychologickou pomoc, terapii a asistenty.

Většinu hluchoslepých, se kterými jsem v kontaktu, jsem poznala v online prostředí. Existuje spousta různých skupin hluchoslepých a je tak mnohem jednodušší seznámit se s lidmi se stejným postižením a koníčky.

**Sanja:** Využíváš více podporu švýcarských organizací, nebo ve větší míře využíváš podporu rodiny a přátel?

**Diana:** Švýcarské organizace využívám především k osobní asistenci pro pomoc v běžném životě. Obvykle dvakrát až třikrát týdně podle potřeby.

Je pro mě velmi důležité, že moje asistentka zná chorvatštinu a zároveň má povědomí o Lormově abecedě. Pomáhá mi při každodenních záležitostech, jako jsou nákupy, doprovod do banky nebo k doktorovi. Tlumočí mi e-maily, které dostanu. Někdy mi nachystá nějaké materiály na čtení nebo mi tlumočí pořady v televizi. Tím dělá můj život jednodušší a více naplněný. Nyní bydlím se svojí sestrou a její rodinou. I tam mi pomáhá asistentka. A kdykoliv něco potřebuji a nemám k dispozici asistentku, můžu se obrátit na svou sestru.

Nevím, kolik je mladých hluchoslepých v Chorvatsku, ale máte nějaké speciální plány nebo programy na integraci mladých hluchoslepých do společnosti?



**Sanja:** Otázka týkající se mladých hluchoslepých je velmi důležitá, nejen u nás, ale po celém světě. Nejen mezi mladými hluchoslepými, ale také mezi osobami s jiným zdravotním postižením. Je velká skupina hluchoslepých, kteří sami sebe nepovažují za hluchoslepé, nechtějí to přijmout, a tedy nejsou ani aktivní v organizacích pro hluchoslepé. Je to pro nás velká výzva. Stále jsme nenašli ten správný způsob, jak je oslovit.

**Diana:** Byla jsem opravdu ohromena tvým příběhem. Co je pro tebe největším zdrojem motivace v životě? Co ti dává energii překonat výzvy, které tě potkávají v každodenním životě?

**Sanja:** Mojí největší motivací je žít život naplněný tím, co mám ráda a co mě dělá šťastnou. Proto mám tolik energie. Snažím se žít takový život, jaký chci. Postižení vnímám jen jako další výzvu, která vyžaduje další přizpůsobení, a ne jako něco, co by mě mělo zastavit. Když přijdou horší dny, mám podporu od svých nejbližších.

**Diana:** Myslím, že se jako hluchoslepí setkáváme s mnoha předsudky a diskriminací ze strany lidí bez postižení. Jak se s tím vyrovnáváš? A co bys jim řekla, abys změnila jejich názory a přiměla je více se zajímat?

**Sanja:** Od přírody jsem bojovník a nikdy se nevzdávám. Proti předsudkům bojuji nepřetržitě. Předsudky jsou tu stále, i když jsou někdy překvapivé. Naštěstí vidím, že se věci v posledních letech mění k lepšímu. Rozhovory, jako ten náš, mohou přispět ke snížení předsudků. Vždycky říkám, že by lidé nejdříve měli ujít míli v našich botách a poznat nás lépe. Proto také organizujeme různé akce, například seminář „Bud' mnou“.

Na závěr, co bys chtěla vzkázat hluchoslepým a co lidem bez postižení?



**Diana:** Lidem bez postižení bych vzkázala, aby se snažili nepodléhat předsudkům ohledně hluchoslepých a nebáli se kontaktu a komunikace s nimi, i když si nejsou jistí, jak správně komunikovat.

A hluchoslepým bych ráda řekla, ať se nevzdávají života, který by chtěli žít. Měli by být odvážní a snažit se přizpůsobit koníčky svým možnostem a naplnit si život tím, co mají rádi. Měli by žít život naplno, přestože je hluchoslepota těžké postižení, není to jediná věc, která definuje naši osobnost.

Co organizace Dodir pro tebe znamená?

**Sanja:** Dodir pro mě znamená všechno. Můj způsob komunikace, můj způsob života a 30 let vytrvalosti a víry, boje za lepší místo pro hluchoslepé pod sluncem. Jak říká Helena Kellerová: „Sami můžeme udělat málo, společně mnoho.“ Ty už víš, že aktivně pracuji a prosazuji práva hluchoslepých na národní, evropské i světové úrovni. Ráda bych ti nabídla, aby ses k nám připojila, kdykoliv se budeš cítit připravená. Jsem přesvědčená, že když spojíme síly, můžeme vytvořit lepší svět pro všechny hluchoslepé.

*Pro Doteky přeložila Lenka Veverková*

Zdroj: <https://wfdb.eu/2024/01/18/a-young-womans-true-story-of-transformation-after-an-accident/>



## Mezinárodní den hluchoslepoty

Světová federace hluchoslepých (WFDB) letos zahájila iniciativu, která naléhá na Valné shromáždění OSN, aby oficiálně uznalo 27. červen jako Mezinárodní den hluchoslepoty. Cílem je zvýšit celosvětové povědomí o hluchoslepotě jako o jedinečném postižení a podpořit úsilí jednotlivých států o její právní uznání. To má zásadní význam pro řešení nedostatků ve službách a pro zajištění komplexní podpory pro osoby s hluchoslepotou.

Proč právě 27. červen? Tento den si připomínáme narození Heleny Kellerové (1880–1968), známé hluchoslepe osobnosti a aktivistky za práva lidí s postižením a také za práva žen. V mnoha zemích je tento den uznáván už nyní a poslední týden v červnu je známý jako Mezinárodní týden informovanosti o hluchoslepotě.

Kampaň získala podporu zástupců vlád Chorvatska, Malty, Německa, Finska, Polska, Itálie, Jordánska a dalších zemí.

Úmluva OSN o právech osob se zdravotním postižením hluchoslepotu výslovně zmiňuje například v článku 24: „Zajištění toho, aby vzdělávání osob, a zejména dětí, které jsou nevidomé, neslyšící nebo hluchoslepe, probíhalo v jazycích, způsobech a prostředcích komunikace, které jsou pro jednotlivce nejvhodnější, a v prostředí, které maximalizuje akademický a sociální rozvoj.“ Poukazuje také na povinnost států umožnit osobám s hluchoslepotou přístup k informacím, komunikačním a dalším službám, aby mohly žít samostatně a účinně se zapojit do společnosti. Na základě tohoto uznání v mezinárodním právu i uznání hluchoslepoty jako samostatného zdravotního postižení v legislativě mnoha zemí mají státy povinnost uznat požadavky osob s hluchoslepotou a reagovat na ně v rámci legislativy, politiky, programů a rozpočtů.

*(upraveno, kráceno)*

*Pro Doteky přeložila Hana Dvořáková*

*Zdroj: <https://wfdb.eu/international-day-of-deafblindness/>*



## VZKAZY MOUDRÝCH

„Pozdní štěstí je jako krásný podzim;  
člověk se z něj těší dvojnásobně.“

**Gotthold Ephraim Lessing (1729–1781)**  
*německý básník*



## RECEPTY

### Mokrá kokosová buchta

Anebo také řezy rafaelo, jak chcete. V obou případech kalorická bomba, ale přátelé, to pochutnáníčko, za to vám nějaké to deko na váze navíc stojí, věřte mi. Stejně jsme po tropickém létě celí vyhublí, protože vedra jsou akorát tak dobrá k tomu, že člověk nemá chuť na jídlo, a v kombinaci s časně ranní vycházkou se kila sypou dolů jak mouka z protrženého pytlíku. Takže hubeňouři, zástěru kolem krku, rukávy nad lokty a jdeme na to!

Připravíme si:

*2 vejce*

*hrnek cukru krupice*

*hrnek mléka*

*2 hrnky polohrubé mouky*

*1 kypřicí prášek do pečiva*

*1 vanilkový cukr*

*½ hrnku oleje*

*tuk na vymazání plechu (třeba máslo)*

*hrubá mouka na vysypání plechu*

*1 hrnek strouhaného kokosu*

*½ hrnku moučkového cukru*

*250 ml smetany (33 %)*

A co dál:

Plech vymažeme tukem, vysypeme hrubou moukou. V míse smícháme polohrubou mouku, kypřicí prášek, cukr, vanilkový cukr, mléko, olej a vejce. Těsto dáme na plech, rozetřeme a posypeme kokosem smíchaným s cukrem. Dáme do předehřáté trouby a pečeme při 180–185 stupních. Jakmile je moučník upečený, vyndáme ho z trouby a ještě horký polijeme smetanou, která se do něj okamžitě vsákne.

A teď už jen počkáme, až dobrotka vychladne, nakrájíme na řezy a baštíme. Ale pozor! – po dvou, maximálně třech kouscích se důrazně plácneme přes ruku a moučník odstraníme z dosahu aspoň do večera, protože jinak bychom jedli a jedli, až ho i s plechem snědli, taková je to laskomina.

Dobrou chuť a krásný podzim k tomu!



*Zdena Jelínková*  
*šéfredaktorka Doteků*

## **DOTEKY. Časopis LORM z.s., Podzim, číslo 120. Vychází čtvrtletně.**

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 121/Zima 2024: **1. 11. 2024**

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: Stanislava Laňková, Nad Budňankami II/13, 150 00 Praha 5

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

Náklad: 90 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 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 1 ks a jsou k dispozici hluchoslepým čtenářům k zapůjčení v Poradenském centru LORM. 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**