

ČASOPIS LORM z.s.

# DOTEKY

**123**  
**2025**  
**LÉTO**



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

- 15 • ROK 2014 ANEB ZA DOBROTU NA ŽEBROTU
- 22 • DOKONALÉ ŠTĚSTÍ POZNÁ ČLOVĚK JEN TEHDY,  
KDYŽ POZNAL NEJVĚTŠÍ BOLEST
- 27 • VÝMĚNA PRŮKAZŮ OSOB SE ZDRAVOTNÍM POSTIŽENÍM
- 43 • HLUCHOSLEPÝ KLAVÍRISTA  
KAREL LESKOVEC



**LORM**

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ  
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



|                                                                                  |    |
|----------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>VERŠE – Motýlí křídla</b>                                                     | 3  |
| <b>SLOVO ŠÉFREDAKTORKY</b>                                                       | 4  |
| <b>ZPRÁVY Z LORMU</b>                                                            |    |
| Konstanty v moři nejistoty                                                       | 5  |
| Okénko do Prahy a Libereckého kraje                                              | 8  |
| Okénko do Jihočeského kraje                                                      | 10 |
| Okénko do Moravskoslezského kraje                                                | 12 |
| <b>STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY</b>                                       |    |
| Rok 2014 aneb Za dobrotu na žebrotu                                              | 15 |
| <b>PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ</b>                                                         |    |
| Nastav ruku                                                                      | 17 |
| Jeden bez druhého a třetího se neobejde                                          | 18 |
| Radost a zábava v LORMu                                                          | 19 |
| Den blbec                                                                        | 19 |
| Dědovy hodinky                                                                   | 21 |
| <b>PŘÍBĚH</b>                                                                    |    |
| Dokonalé štěstí pozná člověk jen tehdy, když poznal největší bolest              | 22 |
| <b>SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY</b>                                                    |    |
| Informace k bílým holím a koncovkám                                              | 26 |
| Výměna průkazů osob se zdravotním postižením                                     | 27 |
| <b>ZDRAVÍ</b>                                                                    |    |
| <b>PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY</b>                                                     |    |
| Crouzonův, Apertův a Pfeifferův syndrom                                          | 29 |
| Startuje národní program včasného zachytu závažných očních vad u dětí do tří let | 32 |
| Problémy s vnitřním uchem, které vedou k motání hlavy                            | 33 |
| <b>INFORMACE</b>                                                                 |    |
| Čtečka OrCam Read                                                                | 37 |
| V nouzi stačí poslat jen SMS                                                     | 38 |
| Okamžik čirého úžasu zachycen na fotografii                                      | 40 |
| <b>OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH</b>                                          |    |
| Hluchoslepý klavírista Karel Leskovec                                            | 43 |
| <b>ZE SVĚTA</b>                                                                  |    |
| Mluvicí prsten SpellRing umí překládat znakový jazyk                             | 44 |
| Skotsko neuznává hluchoslepotu jako jedinečné postižení                          | 45 |
| <b>VZKAZY MOUDRÝCH</b>                                                           | 46 |
| <b>RECEPTY – Gnocchi se smetanovou omáčkou a špenátem</b>                        | 47 |

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



## VERŠE

### Motýlí křídla

Mít tak motýlí křídla,  
sedla bych si na voňavý květ,  
do oblak bych vzlétla  
a shůry pohlédla na ten svět.

Rozlétla se do korun stromů,  
poslechnout, jak ptáci pějí.  
Pak vrátit se zpět domů,  
kde zvony ráno a večer znějí.

Létat z květu na květ,  
poznat celý barevný svět,  
ochutnat sladký med  
a pak zas vzhůru hned.

Jakou sílu asi křídla musí mít,  
abych mohla tak vysoko snít?

*Olga Pírková  
Z knihy veršů Moje duše, 2020*



# SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Vážení čtenáři,

letošní léto je pomalu za dveřmi, a jaké bude, to si ještě pár týdnů, možná měsíců ode dne, kdy píší tento úvodník, budeme muset počkat. Zatím je začátek dubna, noční mráz ničí kvetoucí meruňky a broskve, přes den od rána do noci fučí, u nás občas i zaprší, zkrátka apríl. Zvykli jsme si na téměř tropický duben a teď jsme nedočkaví, otrávení a rozladění, že nás počasí svými rozmary dnes a denně vytáčí. Ale! Březen, za kamna vlezem, duben, ještě tam budem, říká stará pranostika, tak se přestaňme vztekat, stejně je to marné, a pojďme raději zabořit nos do letního čísla Doteků. Však je taky do čeho! Hned na začátku informuje paní ředitelka o snížení dotací. Každoroční nejistota je pro vedení organizace velkým náparem na nervovou soustavu, těžko plánovat, když do jara nikdy neví, bude-li za co realizovat. Na druhé straně minimálně mě potěšilo, že jste se vy čtenáři z řad klientů pěkně rozepsali a posíláte nám do rubriky Příspěvky čtenářů svá dílka. Také naše bývalá kolegyně, současná členka Výkonné rady a načitatelka Doteků do zvukové podoby Martina Křížová se pěkně rozepsala a v Příběhu nám o sobě leccos prozradila. A dál můžete četbou či poslechem našeho čtvrtletníku nasbírat cenné informace stran sociálních novinek, zdraví, ze světa i domoviny, z Okének terénních pracovníků (a Václava ☺), něco si uvařit – zde opětovně apeluji na všechny kuchaře nebo aspoň jedlíky mezi vámi, aby si neschovávali své oblíbené dobroty jen pro vlastní radost, ale podělili se s ostatními. Když už ne o samotný kulinářský výtvar, tak alespoň o recept. Neboť jak praví Albert Camus: „Nekráčej přede mnou, možná za tebou nepůjdu. Nekráčej za mnou, možná tě nedokážu vést. Kráčej vedle mě a buď můj přítel.“ A přátelé se přece podělí rádi, no ne? Tak vám všem, milí přátelé, přeji krásné, nikoliv však horké léto, buďte hodně zdraví a pokud možno stále v dobrém rozmaru!



Milí čtenáři Doteků,

je 31. března, když vám začínám psát následující řádky do letních Doteků. Právě dnes jsem po poledni poslala předsedovi i všem ve Výkonné a Dozorčí radě LORMu radostnou zprávu. Během dnešního dopoledne nám na účtu přistály první splátky dotací na všechny naše 4 sociální služby ve výši 60 % z přidělené částky. Minulý týden ve čtvrtek nám přišlo z MPSV rozhodnutí ohledně přidělených dotací na rok 2025 a my již konečně víme, s kolika penězi letos můžeme počítat:

Celková dotace na všechny 4 služby činí 6 463 832 Kč, což je přesně o 52 232 Kč více než vloni. Tady ale pozor, na letošní rok jsme v žádosti plánovali tolik potřebný rozvoj sociálních služeb v rámci celé České republiky, tedy posílení týmu o nové terénní pracovníky. Proto jsme požadovali dotaci v celkové výši 8 557 311 Kč. Dobří počtáři mezi vámi už vědí, o kolik nám byla dotace snížena – přesně o 2 093 479 Kč, což je o 25 % méně oproti našemu požadavku! Jak jsme se dočetli v hodnocení, MPSV na rok 2025 akceptuje navýšení kapacity oproti roku 2024 pouze o 10 %, ostatní požadovaná kapacita byla vyhodnocena jako neuznatelná. Ale my nutně potřebujeme posílit terénní služby přijetím minimálně 2 terénních sociálních pracovníků do Brna a Prahy. Co s tím?

Už ve 2. polovině února, když jsme se dozvěděli z MPSV vyhodnocení neuznatelných položek v naší žádosti, jsem se pustila do propočítávání různých úsporných variant rozpočtu tak, abychom obě dvě potřebné posily do Brna a Prahy mohli v průběhu roku přijmout. A současně jsme byli schopni všechny naše 4 služby dofinancovat ze stávajících i předpokládaných zdrojů, tj. z příspěvků od firem, individuálních dárců, Nadačního fondu Českého rozhlasu a sbírky. Nakonec jsem připravila 5 různých variant rozpočtu, se kterými jsem 5. března v podvečerních hodinách



seznámila Výkonnou radu včetně předsedy. Na jednání byla schválena ta nejúspornější, pátá varianta. Terénní sociální pracovníky do Prahy a Brna podle aktuálních propočítaných nákladů můžeme přijmout nejdříve začátkem září, abychom nemuseli sahat hluboko do rezerv, které nutně potřebujeme mít k dispozici k financování prvních tří měsíců v kalendářním roce.

Koncem minulého týdne jsme však dostali nadějnou zprávu z Unie sociálních služeb ČR, že v průběhu června možná dojde k navýšení letošních dotací. MPSV však zatím nezveřejnilo, kterých služeb se to má týkat, tedy nic není jisté. Protože však štěstí přeje připraveným, tak už v průběhu dubna znovu vypíšu obě výběrová řízení, abychom na případné navýšení dotací a tedy přijetí 2 posil do terénu byli začátkem léta připraveni.

Ale stále je tu jedno velké ALE, které mne trápí. Poslední roky bohužel opakovaně řešíme problém spojený s nedostatkem kvalifikovaných uchazečů na trhu práce. Zásadní otázka tedy je, zda se nám do výběrového řízení na pozici „sociální pracovník“ přihlásí zájemci, kteří budou splňovat zákonné podmínky stran kvalifikace. Čím dříve však začneme znovu hledat, tím větší máme šance.

Co se zdrojů týče, máme ještě jedno želízko v ohni. Týká se časopisu, který právě čtete ☺. Začátkem března jsme podali žádost o finanční podporu na vydávání časopisu Doteky v dárcovském programu u společnosti ČEPS, a. s. Výsledek bychom se měli dozvědět v průběhu dubna. Až budete listovat letním číslem, mrkněte na zadní stranu časopisu. Bude-li tam uvedeno poděkování za podporu v roce 2025, tak jsme úspěšní byli.

Možná vás napadá, jak vůbec mohu při tak velké nejistotě plánovat naši práci a řídit celou organizaci. Řeknu vám to na rovinu, velmi obtížně. Přijde vám, že je moje práce jedna velká rovnice plná neznámých? Ano, je to přesně tak, nicméně jedna jistota v mojí práci přece jenom je. Schválně, jestli uhodnete, jaká?

Když jsme u těch financí, tak zítra, 1. dubna, tedy na apríla, se v odpoledních hodinách sejdou v LORMu 3 členky Dozorčí rady, aby zkontrolovaly hospodaření v roce 2024. Výsledky z účetnictví i spoustu dalších



přehledů a tabulek k roku 2024 jsem členkám odeslala e-mailem s velkým předstihem. Zítra v naší pražské kanceláři proběhne fyzická kontrola účetnictví. Dozorčí rada provede namátkovou kontrolu pokladny, křížovou kontrolu faktur, tedy zda byly vybrané faktury řádně uhrazeny v bance, a to kontrolou bankovních výpisů. Zkontroluje také vyúčtování dotací MPSV, čerpaných v roce 2024, podívá se na inventuru k 31. 12. 2024, výkazy k Dohodám o provedení práce a tak dále a tak dále. To všechno je předmětem kontroly a vše je pečlivě a hned na místě zaprotokolováno. Jak kontrola dopadla? To vám mohu dnes, 2. dubna, kdy dopisuji svůj článek, prozradit citací z protokolu: „Při kontrole ve výše uvedeném rozsahu neshledala Dozorčí rada LORM z.s. nedostatky.“

Dozorčí a Výkonná rada i předseda mají v naší organizaci důležitou a nezaměnitelnou roli. A ještě nám všichni zvolení zástupci z řad členů věnují veškerý svůj čas zcela zadarmo! Členové Výkonné rady se společně s předsedou scházejí čtyřikrát ročně a podílí se na řízení celé organizace. Například schvalují všechny naše plánované projekty a služby v daném roce včetně rozpočtu. A propos rozpočet, ten v průběhu roku upravuji a aktualizuji snad stokrát dle získaných zdrojů a skutečných nákladů a podle potřeby posílám Výkonné radě ke schválení. Všechny směrnice a standardy musí Výkonná rada schválit, což znamená se s nimi nejdříve seznámit, prostudovat, odpřipomínkovat, projednat a pak výslednou verzi schválit. Proč vám to sem píšu? Jednak proto, abych vám připomněla, že na nelehké řízení organizace nejsem sama. A také, abych ocenila práci všech, kteří se na činnosti LORMu podílejí, a přitom jejich pomoc není vidět, avšak o to víc je důležitá. Nejen pro mne, coby ředitelku, která se má s kým poradit, ale především pro vás, členy LORMu, protože se tak můžete spolehnout, že činnost našeho spolku je dobře řízena a pravidelně kontrolována.

Možná už tušíte odpověď na moji výše položenou otázku, co je konstantou v moři nejistoty? Jsou to všichni moji spolupracovníci. Členové týmu, o jejichž práci si na stránkách Doteků můžete pravidelně přečíst



v Okénkách. Ale také to jsou všichni zvolení zástupci z řad členů LORMu, kteří naši organizaci dobrovolnický pomáhají v průběhu celého čtyřletého období – předseda, členky a členové Výkonné a Dozorčí rady. To na ně se mohu kdykoliv v průběhu roku obrátit s žádostí o radu či stanovisko. To oni mi vyjadřují neutuchající podporu, kdykoliv je to potřeba. Proto si jim dovolím na závěr poděkovat: Děkuji, že v tom širém moři nejistoty představujete stabilní kotvu. Děkuji, že se na vás mohu kdykoliv spolehnout, za každého počasí, ve vichřici, chumelenici, dokonce i v bezvětří! Děkuji, že věnujete naší organizaci spoustu svého cenného času. Zkrátka děkuji, že tady jste. Moc si vaší pomoci vážím!

*Petra Zimermanová  
ředitelka LORM z.s.*

## **Okénko do Prahy a Libereckého kraje**

Milí lormáci,

moderní technologie nám usnadňují každodenní život, avšak jejich ovládání může být pro některé skupiny uživatelů komplikované. Mezi ně patří i hluchoslepé osoby, neboli osoby se zrakovým a sluchovým postižením. Přestože existují různé asistenční technologie, je klíčové, aby byla jejich obsluha jasně a srozumitelně vysvětlena. Jak tedy správně naučit nevidomého člověka se zhoršeným sluchem pracovat s rádiem, ozvučeným robotickým vysavačem a dalšími pomůckami? To bych vám chtěl přiblížit v tomto článku z vlastní zkušenosti z terénní klientské práce.

Při výuce je zásadní respektovat individuální potřeby každého člověka a přizpůsobit metody komunikace jeho schopnostem. Nejlepší je kombinovat různé přístupy, například hmatovou demonstraci, při které se uživateli umožní fyzický kontakt se zařízením a jeho funkcemi. Dále je důležité používat jasný a pomalý slovní popis,



aby měl uživatel dostatek času na pochopení každého kroku. U osob se zbytky zraku lze využít vizuální prvky, například kontrastní barvy nebo zvětšené popisky. Významným pomocníkem je také hmatové značení, například nalepení reliéfních bodů na klíčová místa přístrojů, což umožňuje snadnější orientaci při jejich ovládání.

V případě rádia je důležité uživateli detailně popsat rozmístění tlačítek, včetně jejich funkcí, jako je zapnutí a vypnutí, regulace hlasitosti, ladění stanic či nastavení předvoleb. Pokud rádio podporuje hlasové asistenty, je vhodné naučit uživatele jejich používání, protože mohou výrazně usnadnit ovládání. Dále je dobré vysvětlit možnosti propojení rádia s jinými zařízeními, například prostřednictvím Bluetooth, což může umožnit ovládání přes chytrý telefon nebo jiný kompatibilní přístroj. Aby se předešlo zmatkům, je vhodné označit důležitá tlačítka hmatovými značkami, například různými typy nálepek nebo speciálními vyvýšenými body.

U robotického vysavače s hlasovým výstupem je nejdříve nutné uživatele seznámit s jeho základními funkcemi a umístěním ovládacích prvků. Pokud je k dispozici mobilní aplikace, může být vhodné ji doporučit, protože mnoho z nich podporuje hlasový výstup nebo jiné asistenční funkce. Je důležité vysvětlit, jak lze nastavit úklidové trasy, například pomocí virtuálních zdí nebo fyzických překážek. Pokud uživatel neslyší hlasový výstup, mohou se nastavit vibrační nebo světelné signály na propojeném telefonu, které jej budou informovat o stavu vysavače a případných problémech.

Mnoho dalších moderních zařízení lze přizpůsobit potřebám lidí se zrakovým a sluchovým postižením. Chytrý domácí asistent, jako je Amazon Alexa nebo Google Assistant, umožňuje hlasové ovládání různých přístrojů, což může být velkým přínosem. Speciální nálepky na tlačítkách pomáhají při ovládání běžných domácích spotřebičů, jako jsou mikrovlnné trouby, pračky nebo dálkové ovladače. Také vibrační nebo světelná upozornění mohou být velmi užitečná, například u budíků, časovačů nebo bezpečnostních zařízení, které informují uživatele o důležitých událostech.



Efektivní zaučování osob se zrakovým a sluchovým postižením vyžaduje nejen trpělivost a pochopení, ale také kreativitu při volbě správných metod. Důležité je přizpůsobit způsob výuky konkrétním potřebám člověka, aby technologie skutečně pomáhaly a zlepšovaly kvalitu jeho života. Díky vhodnému přístupu a dostupným asistenčním technologiím se mohou i lidé se zrakovým a sluchovým postižením plnohodnotně zapojit do světa moderní elektroniky a využívat její výhody v běžném životě.

Přeji vám mnoho síly a trpělivosti při zaučování s novými pomůckami!

*Václav Skalický  
terénní sociální pracovník Liberec a Praha*

## Okénko do Jihočeského kraje

Milí čtenáři,

v minulém Okénku jsem vám slíbila pokračování ohledně vyřizování nových sluchadel. Došli jsme až do situace, kdy jsou sluchadla příliš drahá a vy na ně potřebujete příspěvek od některé z nadací nebo nadačních fondů.

V současné době je výše příspěvku upravena zákonem č. 48/1997 Sb., příloha č. 3, oddíl C – Zákon o veřejném zdravotním pojištění. Děti do 18 let mají nárok na příspěvek na dvě sluchadla ve výši 9 739,52 Kč na každé sluchadlo, tedy celkem 19 479,04 Kč. Dospělým zdravotní pojišťovny proplácejí na jedno sluchadlo 6 817,44 Kč. V případě dvou sluchadel je to celkem 13 634,88 Kč. Rozdíl mezi cenou sluchadla a příspěvkem od zdravotní pojišťovny si dle zákona hradíte sami. Někdy je tento doplatek nad vaše možnosti, potom můžete požádat o příspěvek u některé z nadací.

Nyní si zde zopakujeme, jak postupovat. Nejdříve je



nutné zjistit, které nadace a nadační fondy na sluchadla přispívají a které z nich si vybrat. Toto je dobré si rozmyslet již před první návštěvou lékaře, protože pokud se rozhodnete o příspěvek u nadace požádat, musíte na to upozornit svého foniatra při výběru sluchadla, protože nadace neposkytují finanční prostředky na již uhrazené pomůcky a ani je nevyplácejí v hotovosti. Jednoduše pokud si sami zaplatíte doplatek na sluchadla, nadace vám již na ně nemůže přispět.

Lékař vám vystaví doklad pro nadaci, tzv. položkový cenový rozpočet nákladů. Ten je součástí žádosti u nadace. Dále se vždy k žádosti přikládá fotokopie občanského průkazu, průkazu ZTP, čestné prohlášení o výši příjmů a vyplněný souhlas se zpracováním osobních údajů. Některé nadace chtějí i motivační dopis, ve kterém vysvětlíte, proč o příspěvek žádáte, u jiných je toto součástí jejich tiskopisu. Vše odešlete na adresu nadace. A čekáte na zasedání komise, která vás o svém rozhodnutí informuje dopisem. Pokud komise rozhodne, že vám příspěvek přizná, přijde vám darovací smlouva ve třech kopiích, tu musíte podepsat a jeden podpis nechat úředně potvrdit a poslat zpět. Další vaše cesta vede k foniatrovi, který na adresu nadace pošle fakturu s částkou, kterou mu máte doplatit. Po jejím proplacení nadací vám lékař vypočítá váš doplatek, ten zaplatíte a nová sluchadla si odnesete.

Je to cesta náročná a někdy i dlouhá. Na vyjádření nadace se může čekat i tři měsíce. A je jen na vás, jestli ji chcete s mou pomocí absolvovat, nebo si rozdíl mezi cenou sluchadel a příspěvkem od zdravotní pojišťovny uhradit sami.

*Jana Radová  
terénní sociální pracovnice Jindřichův Hradec*



## Okénko do Moravskoslezského kraje

Vážení čtenáři,

dnes se zaměřím na klubová setkání, která organizují v Ostravě, a to pravidelně 1x měsíčně. Setkání probíhají nepravidelně také v Otrokovicích nebo v Přerově. Tak čím jsme na klubech v tomto roce začali? V Ostravě besedou o hluchoslepotě s mnohaletým klientem LORMu panem Ladislavem Holbou. Na přání paní Helenky a k velké radosti ostatních. Povídání bylo zajímavé, řeč byla jak o životě s touto vážnou duální vadou, tak o fungování Láďovy skvělé rodiny i jiných organizací, se kterými spolupracuje. Povídali jsme si také o kompenzačních pomůckách, které mu pomáhají, a o jeho vodicích psech, kteří ho provázejí tímto nelehkým, přesto krásným životem. Pan Holba má k LORMu citový vztah. Řadu let v něm také pracoval. Řekl, když do LORMu vstoupil: „Sem konečně patřím, tady opravdu rozumí!“ Pan Láďa také zmínil, že hluchoslepota mu pochopitelně hodně vzala, ale také dala. To jsme už někteří měli slzičky na krajíčku, protože jsme i bez dlouhých slov pochopili, že jsme součástí něčeho výjimečného. Ne že by si klienti a jejich rodinní příslušníci tento handicap vybrali, ale hluchoslepota je spojila, a to i díky LORMu...

V únoru jsme byli s klubem v Hasičském muzeu v Ostravě. Kdo by byl řekl, že nás v něm bude provázet opravdový hasič? Čekal nás tak nejen popis exponátů, které se tam nacházely, ale také jsme se dozvěděli, jaké situace ve své profesi hasiči řeší.

Žasli jsme a obdivovali. Nasazovat život pro záchranu druhého je opravdové hrdinství. V muzeu jsme si toho mohli dost osahat. A že toho nebylo málo! Od hasičské uniformy až po model auta, přesněji průřez toho, jak auto vypadá při záchraně uvíznutých osob. Viděli jsme i ukázkou fungování dispečinkového pultu. Nakonec vzniklo krátké video z naší prohlídky, které si nechali hasiči vytvořit pro své webové stránky. Jsou pyšní na to, že jsou otevření všem.



V březnu jsme krásně navázali na záchranu životů, a to exkurzí do Zdravotnické záchranné služby v Ostravě, kde sídlí i letecká zdravotnická služba. Už jsme toho spolu v klubech zažili dost, ale tohle vážně ještě ne. Mohli jsme si totiž prohlédnout vrtulník zdravotnické služby. Měli jsme štěstí, že byl ještě v areálu integrované budovy 112. Posádka nám vyprávěla, s čím se setkávají v praxi a k jakým případům létají nejčastěji. Víte, za jakou dobu jsou schopni vzlétnout? Do tří minut! A tím, že logicky nemusí čekat na silnici v kolonách, tak jsou u zraněných opravdu velmi rychle. Lékař může poskytnout rychleji první pomoc, než přijede sanitka Rychlé záchranné služby. Potom nám zdravotní sestřička detailně ukazovala všechny kufry, kufříčky, tašky a taštičky, které se vejdou do sanitního vozu. Mohli jsme si také na figuríně zkusit poskytnutí první pomoci. Sestřička nám ukazovala také různé přístroje, které používají pro záchranu života. Ještě jednou velké díky!

Dále se nám povedl krásný klub v domově pro seniory v Pavlovicích u Přerova. Každý dal ruku k dílu a vytvořil si svůj vlastní nepečený dezert do skleničky. Jaká náhoda byla, že se tam za naším klientem Pepíkem zrovna stavily kolegyně z Tyflocentra z Olomouce a my jsme je mohli pohostit! Za to nám vyprávěly o své činnosti a myslím si, že to bylo vzájemně velmi obohacující. Obzvlášť když se Přerováci už dlouho na klubové činnosti společně nesetkali.

Ale ani v klubu v Otrokovicích se nezahálelo. Zavítali jsme do místního Harley Pubu, kde se nachází největší muzeum Harley motorek ve střední Evropě. Bylo překvapivé, že americká firma Harley-Davidson nevyráběla jenom motorky, ale také sněžné skútry, čluny a kdo ví, co ještě. S klientkami jsme měly na chvíli pocit, že jsme v Americe. Všude plakáty a lahve od Coca-Coly. V muzeu bylo také červené auto, které tuto jednu z nejkomerčnějších věcí na světě rozváželo. Po myšlenkách nastartovat nějakou krásnou motorku a odjet v dál jsme se cítily krásně, ale i unaveně a hladově. Tak jsme se přemístily do restaurace, která je součástí muzea. I ta byla v americkém duchu.



No a na prozatím posledním klubovém setkání ostravského klubu se na přání nové dobrovolnice předváděla Lormova abeceda formou hry. Napřed proběhla výuka písmenek, pro někoho to bylo pouze opakování. Potom si každý do dlaně zkusil napsat své jméno a nakonec proběhlo skládání předpřipravených slov tak, že byly na papírových rukou vyznačeny body, které znázorňovaly dané písmenko, a z písmen se nakonec sestavilo celé slovo. Slova byla na téma Velikonoce, které se blížily. Za odměnu každý dostal čokoládové vajíčko. Snad se paní dobrovolnici Monice u nás líbilo a přijde za námi i příště, protože akcí bude v tomto roce ještě mnoho.

Tak se mějte všichni krásně, ať už jste z Ostravy, Přerova, Otrokovic nebo odjinud. Všude je přece někdo nebo něco zajímavého. Proto neseďte doma a vzhůru za poznáním – s rodinou, přáteli nebo s LORMem!

*Marcela Kazíková  
terénní sociální pracovnice Ostrava*

# STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY



## Rok 2014 aneb Za dobrotu na žebrotu

Nahlížím do archivu Doteků a listuji rokem 2014. Jako každoročně, i tehdy se toho událo nepočítaně. Vzpomenu třeba první maratonské běhy pro LORM, kdy v dubnu běželi štafetu také naši – Lenka Křepinská, Václav Fišer, Milan Koklar a dlouholetý člen Výkonné rady David Berenreiter. Samozřejmě se svými traséry, z LORMu to byla kolegyně Lenka Sellnerová. A já ještě dnes, po 11 letech, volám: „Bravo! Jste výborní, úžasní, jedineční!“ A taky to byl rok, kdy Doteky z finančních důvodů vycházely pouze elektronicky. Kdy paní ředitelka řešila finance celkově. Ano, dnes už víme, že byla úspěšná, ale brrr, byla to neskutečná dřina! A já znovu volám bravo! Zastavuji se u rubriky Haf, vedené Zdeňkem Sedláčkem: SLUŽEBNÍ PLEMENA PSŮ PRO HANDICAPOVANÉ (13. díl): Zlatý retriever je skvělý psí pracovník a rodinný přítel. Tento nádherný a všestranně využitelný pes je zvyklý tvrdě pracovat. Navíc je otužilý a miluje vodu, neboť byl původně vyšlechtěn k lovu vodních ptáků, zejména divokých kachen... Blik! V hlavě se mi neodbytně usazuje zážitek právě s tímto všestranně využitelným psem.

Nevím už, který rok se tehdy psal, nevím už ani tak docela přesně, kde jsme to tehdy byli na pobytu, vím jen, že tam s námi byla Bára Tesková se svým vodícím zlatým retrívrem Edou. A řeka Labe – krásná, široká, lesklá, silná a mohutná. Eda, známý to číman, byl pejsánek milý stejně jako vychytralý, zkušený harcovník po republice, znalec lidí, s vlastním názorem, zkrátka pan Pes. Záhy po zahájení pobytu začalo Báru tak trochu zlobit zdraví, musela strávit nějaký čas na pokoji v posteli, což se samozřejmě Edovi nezamlouvalo. Chudák zvíře, říkala jsem si, potřebuje proběhat, projít se, pobýt na vzduchu, však mi to nic neudělá, když vstanu o hodinku dřív a půjdu s ním ven. Pes byl nadšením bez sebe, šel mi vzorně u nohy, občas čuchnul, občas cvrknul,



občas se lísal a chtěl pohladit po nádherné hlavě. Den se probouzel, do chladu rána začalo opatrně prosvítat sluníčko, ptáci pěli o sto šest, kytky voněly a Eda nabral směr – zahrabal všemi čtyřmi, což při jeho urostlosti nebyla žádná legrace, a vyrazil směr Labe. Tento výše zmíněný rodinný přítel v mžiku zapomněl, že je nejbližší kamarád člověka, nasál do čenichu nedalekou vodu a upaloval k ní jak o život. O ten šlo ovšem záhy mně. Vlála jsem za psiskem jak servaný plakát, ječela jak Viktorka na splavu, vykřikovala rázné a jednoznačné povely typu zastav se, obludo, nebo tě zabiju, ale nepustila! Ani nemohla. Vodítko jsem si z bezpečnostních důvodů ještě v hotelu několikrát omotala kolem zápěstí, čímž jsem se ocitla v nebezpečí, že záhy přijdu o celou ruku nebo mě Edík povláčí za sebou po bříše do usmýkaní. Jak jsem se spletla! O život mi sice šlo i nadále, ale utonutím – Eda vlítl do Labe a jal se radostně plavat k lodi, co nás právě mījela. Pánové lodníci s úsměvem kolem celé hlavy mi radostně mávali a zvedali nahoru palce v domnění, že je i já takto zdravím, aniž by jim došlo, že se frenetickým mácháním volné paže dožadují záchrany. Zatímco oni odplouvali v dál, já odplouvala pod hladinu... A v té chvíli se Eda rozhodl, že si zaplaval dostatečně, a otočil zpět na pevnou zem, je čas na snídani. Vypotácela jsem se za ním po čtyřech s bonusem pěti kil bláta od hlavy k patě, které jsem částečně vybagrovala sama ve snaze uniknout zrádnému živlu, částečně ho na mě z břehu házel Eda ze svého kožichu. Nu což, namlouvala jsem si, vždyť se zase tak nic strašného nestalo, buď ráda, že si tě Eduard nespletl s vodním ptákem či kachnou, mohlo být i hůř!

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

# PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ



## Nastav ruku

Cože se to dnes v klubu naučíme?  
Aha, Lormovou abecedu!  
Tak hurá, jdeme na to.  
Napínáme své uši i ruce,  
začínáme: A E I O U...  
Všichni si chválí,  
jak nám to jde.

Potom následovaly další –  
To Byl Dobrý Guláš Hovězí.  
„Cože? Jaký guláš?“  
A aby toho nebylo málo,  
další písmena a lekce,  
víc a víc těžší se přidávalo.

Opravdu guláš, se vším všudy...  
Kdepak guláš, velikonoční luštění!  
Každý dostal balíček, papírové ručičky,  
na nich označené bodíčky –  
a slož velikonoční potěšení.

To je eM, to je E, toto Bé –  
Proboha, co to může být?  
Každý nad hromádkou ručiček  
dumá, jak může,  
někdo tiše, jiný nahlas.  
Nelehký úkol nám Marcela dala!

Hromádka neštěstí našťestí nebyla,  
úkol zvládl snad každý sám.  
Mazanec, beránek, vajíčko.  
Nejeden tleskal radostí maličko.  
Děkuju ti, Marcelko, za báječný den!  
Díky tobě budu mít krásný sen...



## Jeden bez druhého a třetího se neobejde

Tři klubové akce, které mají hodně společného:

- Návštěva Hlavní báňské záchranné stanice v Ostravě, 28. 6. 2023
- Návštěva hasičského muzea v Ostravě, 13. 2. 2025
- Návštěva zdravotnické záchranné služby v Ostravě, 11. 3. 2025

Nemůžu psát jen o jedné z nich, už proto, že všechny mají jeden cíl – zachránit lidský život a majetek. Na zemi, pod zemí, v ohni. Všechny tři záchranné složky vzájemně spolupracují a pomáhají si.

Ze všech míst, kde jsem byla s ostravským lormáckým klubem na návštěvě, jsem se domů vracela s plnou hlavou zážitků, informací a dojmů. Ty největší? To se vlastně ani nedá říct. Dozvídali jsme se, jak to ve skutečnosti chodí, vyprávěli nám smutné i veselé příběhy. Mohli jsme si ohmatat a prohlédnout výstroj a výzbroj. Poučili nás, jak člověka zachránit ještě dříve, než zavoláme záhranku 155 (pětka na konci připomíná invalidní vozík), hasiče 150 (nula na konci připomíná kyslíkovou bombu nebo smotanou hasičskou hadici), policii 158 (osmička na konci připomíná pouta).

Nádherný pocit byl také, když jsme si směli důkladně prohlédnout vrtulník, auta či materiál, který mají vždy k dispozici s sebou. Dnes už vím, že i helikoptéry jsou barevné a proč. Například modrá značí policii, červená záhranku.

Kupodivu všichni jsme oněměli úžasem a radostí, když velmi blízko nás přistál policejní vrtulník. Jeho hlučnost nešlo přehlédnout, dokonce ani přeslechnout.

Ráda bych se vrátila k důlním záchrannářům, kde mě zaujala jejich příprava, trenažér (vyzkoušeli jsme si) a samozřejmě příběhy, které nám vyprávěli... Jejich úkol – zachránit z dolu horníky – je opravdu nelehký.

Po návštěvě hasičského muzea jsme pak pochopili, jaký je rozdíl mezi důlními a povrchovými hasiči. Jsou si sice dost podobní, ale jejich úkol je odlišný, těžko říct, kdo z nich to má těžší.

Závěrem bych ráda poděkovala naší terénce Marcele za její práci, za skvěle připravené a zorganizované klubové akce, na které se všichni pokaždé nedočkavě těšíme.

## Radost a zábava v LORMu



Je to tak trochu psaní o klubu v Moravskoslezském kraji v Ostravě. Naše Marcelka, jak nazýváme terénní sociální pracovníci, nás vždy mile přivítá na předem určené akci. Místa pro klub pečlivě vybírá. I my máme starosti, co přináší život, tak jsme vděční za drobné radosti, kdy se něco dozvíme – a hlavně se vidíme s přáteli. Protože přátelství je moc důležité. Můžeme si povídat o zážitcích a sdílet vzpomínky k plnohodnotnému užívání života v rámci našich možností. Když se vrátím k našim klubům v Ostravě, tak ten čas určený ke společné akci vždy rychle uteče. Na setkání oceňuji ohleduplnost a ochotu průvodců nám vše vysvětlit, jak to bylo třeba v čajovně, muzeu hraček, kočičí kavárně „Čauky Mňauky“ a na mnoha dalších klubových setkáních.

Velké „děkuji“ za nádherné vzpomínky také Bohunce, která na klubech, kam doprovází bratra Iva, moc pomáhá. Máme je všichni moc rádi! A už se těšíme na další setkávání s LORMem...

*Helena Závodná*

## Den blbec

Občas se každému stane, že běžné drobné nepříjemnosti a rozličné drobné překážky, které lehce překonáme a dále se jimi nezabýváme, se náhodně seskupí do celé série. To už si toho všimneme, a když je toho už příliš, dokáže pak člověka i tak trochu rozhodit a navodit ne zcela příjemnou náladu. Pak s oblibou konstatujeme, že to zase dnes byl „den blbec“. Někdy i takovýchto dnů může být také celá série, a to pak s člověkem může docela zacloumat. Natož když se toto stane člověku kombinovaně smyslově postiženému, který je odkázán na pomoc někoho druhého při řešení naprosté prkotiny, kterou sám není schopen bez cizí pomoci zvládnout. Poslední takováto série, která mne postihla, končila, alespoň doufám, takto: Cestou po chodníku po náměstí vzhůru, kterou znám dokonale naprosto z paměti, protože jsem tudy prošel nejméně stokrát, v místě,



kde dělám „vlevo v bok“ a vcházím do průchodu, vešel jsem do věcí jakési paní, která přesně tam prodávala borůvky. Po vzájemných omluvách jsem se odtud vymotal a pokračoval v cestě.

Druhý den jsem si na to místo už dál pozor, paní s borůvkami tam nebyla, mohl jsem si tedy pohodlně hůlkou nahmátnout a našlápnout pruh v dlažbě, který mne vždy bezpečně dovede přesně tam, kam potřebuji. Někdo na mě volá: „Pozor, lavička!“ Ukročil jsem tedy více ke středu průchodu a potloukl jsem se o lavičku. Lavičky to byly asi dvě, vzájemně spojené do jakéhosi úhlu, a trčely skoro do poloviny šířky průchodu. Byly docela těžké, když jsem je přesouval ke stěně průchodu. Tahle prkotina docela bolela.

Další den jsem šel tudy opět. Na ten průchod si musím dávat dobrý pozor. S tímto vědomím jsem udělal vlevo v bok a padal k zemi přes jízdní kolo, do kterého se mi ještě zaklínila moje červenobílá hůl. To jsem tedy uprostřed chodníku nečekal, byl jsem z toho docela vyplašený. Teď tedy ještě ten průchod. Paní s borůvkami tam byla, to jsem docela zvládl. Abych opět nenarazil do nastražené lavičky, ukročil jsem opravdu až doprostřed průchodu. Vykročil jsem v přesvědčení, že uprostřed nemůže být snad nastraženo nic. Ale bylo, a já jsem se o cosi opět bolestivě natloukl. Byla to dosti bytelná dřevěná reklama či jakýsi poutač. To už jsem nevydržel a byl hodně nahlas a hodně sprostý. Tu reklamu, nebo co to bylo, jsem zvedl, odvěkl na chodník a přes „betonové kytky“ přehodil směrem k silnici, kde ta potvora nemohla ničemu překážet. Tak to by pro dnešek snad už mohlo stačit. Ještě však není večer.

Koupil jsem si tvaroh, zakysanou smetanu a rybičky. Konečně jsem doma. Celý zpocený, nazlobený, ale rád, že už padnu na postel. Jenomže ten nákup, který jsem celou cestu tak opatrně nesl, připraven zase na nějakou překážku, jsem „díky“ mým chromým rukám upustil, no hrůza. Tak to tedy byl opravdu „den blbec“. Ach jo!

*František Hynek*

## Dědovy hodinky



Náš děda byl vypravěč k pohledání, když spustil, dokázal bavit celou hospodu. Všichni čekali, co z dědy vypadne, a smáli se už předem. Děda si to vyprávění uměl přikrášlit, ale nikdy nepřiznal, že ty různé taškařice se přihodily jemu. Vždy to sváděl na nějakého kamaráda, ale jak to bylo s hodinkami, to zapřít nemohl. Děda šel s módou, přestal nosit hodinky „cibule“ v kapsičce s řetězem po pradědovi a koupil si náramkové. Byl na ně náležitě hrdý a sledoval snad každou minutu. Jednou ho babička poslala s popelem na louku, prý popel svědčí trávě. Tak děda lopatkou nabíral a rozhazoval, a aby se mu hodinky nezaprášily, strčil je do kapsy. No a doma na dvoře halenu svlékl a pěkně fortelně ji rázně prášil o roh stodoly. Na hodinky v kapse si vzpomněl, až když ho volala babička k obědu. Sáhl do kapsy a nestačil se divit, z kolika součástí se skládají.

*Pavla Sykáčková*



## PŘÍBĚH

### Dokonalé štěstí pozná člověk jen tehdy, když poznal největší bolest

*Tak s kýmpak si přečtete rozhovor tentokrát? Nebo to bude příběh dosavadního života našeho respondenta? Prozrazuji – půjde o příběh a respondentku. Páni, to ale zní oficiálně! Ale nebojte, vždyť mnozí z vás ji dobře znáte z let minulých, mnozí poslední roky slýcháte, někteří stále potkáváte na poradách, jiní jste spolu v kontaktu elektronicky, telefonicky... Dost hádanek, dnes se vám vlastními slovy a bez obalu představuje „naše“ Martina Křížová, rozená Kučerová, bývalá kolegyně-terénka, členka Výkonné rady LORMu, trojnásobná maminka a... A víte co? Čtěte.*

Od narození jsem vyrůstala v České Třebové, kterou každý zná jako železniční město a každý tudy minimálně projížděl vlakem. Rozhodně se však nebojte někdy i vystoupit. Město je to hezké. My bydleli na sídlišti, ale rodiče v mém půlroce koupili chalupu v malé vesničce nedaleko Litomyšle, kterou tatínek sám celou opravoval. Přes týden jsem se po škole honila s partou dětí mezi paneláky a o víkendech ležla po stromech a máchala se v potoce za vesnicí. Dětství jsem měla krásné a plně prožité.

Ve škole mi to vždy šlo a hlavně mne škola moc bavila. Základní školu jsem opustila a přešla na osmileté gymnázium. Můj nejoblíbenější předmět byla matematika. Když jsem byla malá, tak po vzoru své maminky jsem chtěla pracovat na poště, pak jsem své plány povýšila na banku, chvíli se chtěla stát učitelkou matematiky a pak jsem uhnula z této cesty a chtěla studovat psychologii, což těžce nesl můj výborný učitel matematiky. Dostat se na psychologii bylo ale velmi těžké a já to nakonec ani nezkusila. Ale asi to tak mělo být. Život mne zavalil do Ostravy, kde jsem studovala sociální práci se zdravotnickým profilem. Z naší gymplácké třídy nás šlo do Ostravy asi 8 a většina jsme se sešla na jedněch studentských kolejích, takže vysokoškolské roky pro mne byly jedno

z nejhezčích období, o srandu rozhodně nebyla nouze. Každý jsme bydleli na jiném pokoji, každý se seznámil s někým novým a dohromady jsme vytvořili skvělou partu lidí. Nezapomenu na společné vaření, kdy jsme hromadně dělali např. langoše či bramboráky z několika kil brambor. Strouhali jsme je do kýblů, protože takové mísy jsme na kolejích neměli, a pak to několik hodin smažili v kuchyňce společné pro celé patro 😊.

V Ostravě studoval tehdy i můj budoucí manžel, také rodilý Třebovák. Oba dva jsme v Ostravě dokončili školu a rozhodli se v Ostravě zůstat spolu.

Po státnicích jsem si začala hledat práci. Chtěla jsem pracovat s lidmi s psychickým onemocněním, ale chtěla jsem to tak moc, že na pohovoru do jedné vysněné organizace jsem úplně vybuchla a dodnes bych si přála na ten pohovor úplně zapomenout.

Pak se objevil inzerát LORMu, který mne zaujal. Já se rozhodla to zkusit. Výběrové řízení mělo proběhnout v Brně, ale termín mi kolidoval s již naplánovanou každoroční akcí (po létech mohu přiznat, že šlo o hudební festival v Trutnově), tak jsem zkusila, zda by to nešlo jindy. Bylo mi nabídnuto, že mohu přijet na výběrové řízení do Opavy, kde bude LORM na pobytu s klienty. V den pohovoru jsem byla dost nervózní, pamatuji si, jak jsem stála s přítelem na nádraží ve Vítkovicích a čekala na vlak do Svinova, kde jsem měla přestoupit na vlak do Opavy. Můj vlak měl samozřejmě zpoždění, bylo parné léto. Nevím, zda jsem se potila víc z tepla, či z nervozity. Najednou kolem nás projel vlak s uhlím a já po sobě měla uhelný prach, který se na rukou rozmazával. Chtělo se mi až brečet a jít prostě domů. Do Opavy jsem se po těchto peripetiích nakonec sice dostala, ale se zpožděním, takže jsem spěchala na hotel. Naštěstí mi paní ředitelka volala, že mají s klienty zpoždění z procházky... uff 😊. Co vám budu povídat, když jsem došla na hotel zpocená, rozhozená z cesty, tak mi nějak bylo už všechno jedno. A najednou se objevila paní ředitelka s metodičkou. Obě rudé, zpocené, ve sportovním, že nestíhají, že se omlouvají. Sedly jsme si společně do hotelové restaurace, pohovor začal a ze mne všechno





spadlo a musím říct, že to byl pro mne nejpohodovější pohovor. Za pár dní mi z LORMu zavolali, že mne berou, a já z toho měla velkou radost.

V září roku 2009 jsem se oficiálně stala zaměstnankyní LORMu a hned s ním jela na Lormolympiádu do Žďáru nad Sázavou, kde jsem se měla seznámit s celým týmem a klienty. Byl to parádní úvod do nového zaměstnání – rychlý a intenzivní, pro introverta jak dělaný ☺.

S LORMem jsem prožila krásných 5 let. Práce terénky mne moc bavila a líbilo se mi, že jsem ve svém kraji svým vlastním pánem. Práce v LORMu mne naučila velké samostatnosti a bavilo mě na ní, jak byla různorodá. Každý klient potřeboval něco jiného, každý byl jiný a každý se do mne nějak vepsal. Nedá mi to, abych nevzpomněla zejména na dvě úžasné klientky, paní Štaffovou a paní Pavlátovou – dvě „moje“ babičky. Už je to pár let, co odešly, ale v srdci je mám stále. Vždy pro mne bylo velkou radostí je navštívit a pomoci jim, s čím potřebovaly. Ostraváci určitě rádi vzpomenou se mnou zejména na paní Štaffovou, která byla velkou studnicí znalostí o Ostravě a nechyběla na žádném klubu, na žádné procházce. Byla to žena rázná, přísná, ale když ji člověk poznal více, pochopil, že za tou tvrdou slupkou je milé srdce, taková typická Ostravačka prostě ☺.

LORM mi do života přinesl hodně – mnoho zajímavých lidských osudů a člověk se zejména naučil, že si nemá nač stěžovat, pokud je zdravý a má kolem sebe milující lidi.

Kdybych se nerozhodla založit rodinu, tak bych v LORMu pracovala nejspíše doted. Ale po pěti letech jsem se s ostravskou pobočkou rozloučila a odešla na mateřskou. A hlavně i s přítelem jsme po deseti letech opustili Ostravu a vrátili se do rodného města. Pořádili jsme si řadový domek s malou zahrádkou. Po synovi se k nám do rodiny ještě přidaly dvě holčičky. Věděla jsem, že do LORMu se už na pozici terénky nebudu moci vrátit, ale opustit ho jsem úplně nechtěla, takže jsem přijala nabídku kandidovat do Výkonné rady, v níž jsem už druhým volebním obdobím členkou. A k tomu pak ještě přibýlo načítání časopisu Doteky. Tady jsem spojila

svoji velkou lásku ke čtení a zároveň přání být aspoň částečně s vámi klienty, i když jen takto zprostředkovaně a na dálku ☺.



LORM neustále po očku sleduju, ale moje profesní cesta se po narození dětí obrátila úplně jiným směrem. Začala jsem spolupracovat s kamarádkou architektkou, sama se začala učit v kreslicím programu, takže vypomáhám na projektech, navrhuji a rozkresluji interiéry a dělám prostě vše, co zvládnou. Abych tento obrat v práci nějak potvrdila, přihlásila jsem se ke studiu na stavební školu, takže jsem se po x letech vrátila do školních lavic střední školy a dodělávám si maturitu ve stavebním oboru. Až budete číst tyto řádky, tak doufám, že budu mít maturitu už úspěšně za sebou.

Člověk nikdy neví, kam ho život zavede, a já vždy měla ty dveře u sebe otevřené a čekala, co se ukáže. Pokud se člověk nebojí, tak spíše přijde jen to dobré. Přeji vám, ať i vy máte otevřenou mysl a přichází k vám jen ty krásné věci.

Na závěr možná ještě můj oblíbený citát od Liz Taylor, který mi vždy pomohl v těžkých chvílích: „Myslím, že dokonalé štěstí může poznat člověk jen tehdy, když poznal největší bolest.“

*Martino, zmiňuješ vtipně svůj úspěšný pohovor do LORMu, kdy šlo jen těžko rozeznat, která z nás tří (Petra, já a ty) jsme více určená a umolousaná. Já si z něj vybavuji drobnou dívenku s inteligentním obličejem, chytrým výrazem ve veselých očích a především její smích. Tvůj smích. Takový upřímný, čistý, radostný, spontánní. To je ona, ta bude u nás přesně na svém místě, řekly jsme si s Petrou. Nespletly jsme se. Bylo to prima!*

Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků



# SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY

## Informace k bílým holím a koncovkám

Státní ústav pro kontrolu léčiv potvrdil správný postup zdravotních pojišťoven při proplácení poukazů – do limitu tří kusů za rok se zahrnují jak hole, tak i koncovky k holím. Konkrétně uvádí: „Do úhradové skupiny jsou zařazeny i rotační a keramické koncovky k bílým (červenobílým) orientačním holím. Jelikož jsou tyto koncovky zařazeny současně do stejné úhradové skupiny, která je primárně určena pro bílé hole – signalizační a orientační, platí souhrnně u všech těchto prostředků uvedený množstevní limit.

V praxi tedy lze předepsat z této úhradové skupiny jen 3 kusy zdravotnických prostředků v libovolné kombinaci, například 1 bílou hůl a 2 koncovky, nebo 2 bílé hole a 1 koncovku nebo 3 hole a žádnou koncovku, případně jinou kombinaci.

Bohužel v současné době neexistuje úhradová skupina určená speciálně pro koncovky, do které by mohly být uvedené koncovky přeřazeny. Nelze tedy čerpat úhradu dle samostatného limitu.“

Vzhledem k tomu, že jmenovaný ústav má v problematice úhrad zdravotnických prostředků takřka poslední slovo, nelze než jeho stanovisko vzít na vědomí.

*(upraveno, kráceno)*  
Václava Baudišová

Zdroj: <https://www.sonskladno.cz/informace-ze-socialne-pravni-poradny-2-2025/>

# Výměna průkazů osob se zdravotním postižením



Vážení přátelé,

v letošním roce uplynulo deset let, kdy byla provedena rozsáhlá výměna průkazů osob se zdravotním postižením (OZP) – TP, ZTP a ZTP/P, a to na základě § 35, odst. 7, novely zákona č. 329/2011 Sb., o poskytování dávek osobám se zdravotním postižením. Toto ustanovení stanovilo délku platnosti průkazů nejvýše pět let u osob do 18 let věku a nejvýše deset let u osob starších 18 let věku. Vzhledem k tomu, že právě uplynulo oněch deset let, tak je pravděpodobné, že velkou část držitelů průkazů OZP čeká jejich výměna. Důležité je, zda osoba má u posouzení zdravotního stavu uvedeno, že posouzení zdravotního stavu je trvalé, nebo není. Pokud posouzení zdravotního stavu je trvalé, tak se bude jednat pouze o výměnu průkazu bez nového posouzení zdravotního stavu. Pokud však máte na rozhodnutí o posouzení zdravotního stavu jeho omezení na dobu platnosti průkazu, lze očekávat, že budete znovu pozváni k novému posouzení zdravotního stavu. Prosíme, abyste si ve vlastním zájmu zkontrolovali dobu platnosti průkazu OZP.

Zdůrazňujeme, že to však neznamena, že všichni, kterým v letošním roce končí platnost průkazu OZP, budou muset projít novým posouzením jejich zdravotního stavu. V případě, že posudek zdravotního stavu, na základě kterého byl držitelům vydán průkaz OZP, je s trvalou platností, nové posouzení zdravotního stavu nebude provedeno. V těchto případech dojde „jen“ k výměně průkazu, kde budou zaktualizovány údaje držitele průkazu a jeho fotografie.

V případech, kdy končí platnost posouzení zdravotního stavu, bude samozřejmě nutné, aby byl zdravotní stav držitele průkazu znovu posouzen Institutem posuzování zdravotního stavu. O posouzení zdravotního stavu držitele průkazu požádá Úřad práce ČR po podání žádosti o přiznání průkazu. Podle dat, která jsme obdrželi z MPSV ČR, se nové posouzení zdravotního stavu týká zhruba 10 tis. lidí v průběhu roku 2025. Postup při posuzování zdravotního stavu



není v kompetenci Úřadu práce ČR, tuto činnost provádí Institut posuzování zdravotního stavu, který je organizační jednotkou České správy sociálního zabezpečení.

Při výměně průkazů OZP, která probíhala v roce 2015, bylo stejně jako nyní potřeba přinést aktuální fotografii, což může být pro některé žadatele o průkaz OZP problém. Vzhledem k tomu, že průkaz OZP je veřejnou listinou, formát fotografie je standardní „průkazová“ velikost, tzn. fotografie o rozměrech 35×45 mm.

U osob se špatnou pohyblivostí je pracovníky kontaktních pracovišť Úřadu práce ČR doporučováno, aby je rodina vyfotila na bílém podkladě a formát uzpůsobila, případně někdo, kdo je zdatný z rodiny, přátel apod., na příslušný formát v počítači. Vzhledem k tomu, že u této problematiky se jedná o osoby se zdravotním postižením, lze předpokládat, že pracovníci kontaktních pracovišť Úřadu práce ČR budou ke každému držiteli průkazu přistupovat individuálně.

Zároveň vás touto cestou informujeme, že v roce 2025 probíhá tzv. racionalizace pobočkové sítě Úřadu práce ČR, čímž dojde ke zrušení některých kontaktních pracovišť Úřadu práce ČR.

Na informativním sdělení k výměně průkazu OZP, které byste měli obdržet 90 dní předem, může být uvedeno pracoviště, které bude v průběhu roku 2025 zrušeno. Z tohoto důvodu vám doporučujeme ověřit před návštěvou kontaktního pracoviště Úřadu práce, zda pracoviště Úřadu práce, na které se chystáte dostavit, nebylo zrušeno. V takovém případě vám doporučujeme dotázat se na krajském Úřadu práce, které pracoviště převzalo agendu zrušeného úřadu.

Vážení přátelé, pokud byste se setkali s nějakými vážnějšími potížemi při výměně průkazu OZP, prosím, sdělte nám to na adresu [nrzpcr@nrzp.cz](mailto:nrzpcr@nrzp.cz). Tuto věc budeme bedlivě sledovat, aby nedošlo k nějakým velkým prodlevám, čímž by jednotliví lidé byli dlouhodobě bez průkazu.

Přeji vám všechno dobré. S pozdravem

*Mgr. Václav Krása  
předseda NRZP ČR*



## PŘÍČINY HLUCHOSLEPOTY

### Crouzonův, Apertův a Pfeifferův syndrom

Crouzonův, Apertův a Pfeifferův syndrom jsou nejvíce rozpoznatelné syndromické kraniosynostózy. Diagnózu lze stanovit z typického fenotypu doplněného molekulárně genetickým vyšetřením.

#### CROUZONŮV SYNDROM

Crouzonův syndrom, dříve také označovaný jako kraniofaciální dysostóza, je vrozená porucha vývoje lebky. Syndrom je pojmenován po francouzském lékaři Louisi Edouardovi Octavovi Crouzonovi, který nejprve popsal poruchu u matky a syna s abnormálními rysy obličeje a popis předložil Lékařské společnosti v Paříži. Základními popsányými znaky byla kraniosynostóza s rozšířením lebky a vysokým čelem, oční hypertelorismus, exoftalmus, zobákovitý nos a hypoplazie horní čelisti. O tři roky později popsal druhou rodinu, ve které bylo postiženo sedm osob v po sobě jdoucích generacích. Dědičnost syndromu je tedy autozomálně dominantní. Jde o jeden z několika typů dědičnosti, jakými se může v rodině přenášet nějaký znak nebo i genetická porucha. U autozomálně dominantního onemocnění platí, že pokud člověk pouze od jednoho z rodičů zdědí abnormální gen, může onemocnět. Toto onemocnění často mívá i rodič, od kterého člověk gen zdědil.

#### Charakteristika:

- předčasný uzávěr lebečních švů
- rozšířená akrocefalická lebka
- oční anomálie: exoftalmus, atrofie očního nervu, slepota, hypertelorismus, divergentní strabismus, nystagmus
- hypoplazie maxilly
- progredující nitrolební hypertenze

Porucha růstu lebky může vést k útlaku optického



nervu a jeho následné atrofii. Ze stejných důvodů může dojít i k poruchám sluchu.

Terapie:

Crouzonův syndrom je možné řešit operací lebky v raném dětství. Pokud je operace provedena, postižení jedinci se dožívají normálního věku. I po operaci je běžný podkus (opak předkusu), tyto osoby mají problém s ukousnutím potravy a raději si ji krájí nebo lámou.

### APERTŮV SYNDROM

Vzácné geneticky podmíněné onemocnění, které postihuje především lebku předčasným uzavřením švů a dále horní a dolní končetiny syndaktylií. Řadí se do široké skupiny kraniosynostóz, historicky se Apertův syndrom a některé další choroby z této skupiny označovaly (pro kombinaci typických projevů) jako akrocefalosyndaktylie. Dědičnost syndromu je autozomálně dominantní.

Charakteristika:

- prodloužení lebky (turicefalie)
- syndaktylie (srostlé prsty)
- mnohočetné tarzální koalice
- deformity středouší
- mozková atrofie (tlakem rostoucího mozku na rigidní skelet lebky)

Terapie:

- neurochirurgická
- ortopedická (rozrušování lebečních švů, separace prstů)

### PFEIFFERŮV SYNDROM

Vzácná autozomálně dominantně dědičná choroba charakterizovaná malformacemi lebky, obličeje, rukou a nohou.

Onemocnění je vrozené, za jeho rozvoj jsou zodpovědné genetické mutace, které jsou buď předány od některého z rodičů, nebo vzniknou nově během raného vývoje zárodku. Genetické mutace narušují správný vývoj kostní tkáně.

### Charakteristika:

U postižených dětí dochází k předčasnému srůstu lebečních kostí. Normálně totiž kosti lebky srůstají až později, aby umožnily správný symetrický růst hlavy. Hlava bývá menší, oční jamky jsou příliš daleko od sebe a oči bývají vypoulené. Čelisti bývají krátké, tváře jsou propadlé a často jsou přítomny nejrůznější zubní poruchy. Poměrně často trpí nemocní poruchami sluchu a jsou u nich pozorovány deformace končetin. Končetiny bývají zkrácené a mají krátké nebo srostlé prsty.

Že jde o Pfeifferův syndrom, je možné snadno určit při výskytu výše zmíněných deformací u jedince, v jehož rodině se syndrom vyskytuje. V opačném případě je diagnostika obtížná.

### Terapie:

Syndrom je vrozený a nelze vyléčit. Terapie je proto symptomatická a soustřeďuje se na chirurgické korekce vzniklých deformací. Při poruchách sluchu se používají různá sluchadla.

*(upraveno, kráceno)*

*Zdroj: [https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Crouzon%C5%AFv\\_syndrom](https://cs.m.wikipedia.org/wiki/Crouzon%C5%AFv_syndrom)*

*<https://www.whonamedit.com/synd.cfm/1382.html>*

*[https://www.wikiskripta.eu/w/Crouzon%C5%AFv\\_syndrom](https://www.wikiskripta.eu/w/Crouzon%C5%AFv_syndrom)*

*[https://www.wikiskripta.eu/w/Apert%C5%AFv\\_syndrom](https://www.wikiskripta.eu/w/Apert%C5%AFv_syndrom)*

*<https://www.stefajir.cz/pfeifferuv-syndrom>*





## **Startuje národní program včasného zachytu závažných očních vad u dětí do tří let**

Ministerstvo zdravotnictví ČR ve spolupráci s Národním screeningovým centrem (NSC), Sdružením praktických lékařů pro děti a dorost ČR, Českou oftalmologickou společností ČLS JEP a Českou společností dětské oftalmologie a strabologie zavádí národní program včasného zachytu závažných očních vad (VZOV) u dětí do tří let věku.

Včasné vyšetření zraku v raném věku pomáhá odhalit refrakční vady (krátkozrakost, dalekozrakost, astigmatismus) a další oční vady, které mohou negativně ovlivnit vývoj dětského vidění a mohou vést k rozvoji tupozrakosti. Právě včasná diagnostika a korekce dioptrických vad, například pomocí brýlí, je klíčová pro správný vývoj zrakových funkcí a prevenci trvalých poruch vidění.

Screening probíhá primárně v ordinacích praktických lékařů pro děti a dorost, a to mezi 6. a 12. měsícem věku dítěte s kontrolním vyšetřením do 18 měsíců.

„Vývoj vidění probíhá v prvních letech života, a pokud v tomto období není zrakový vjem optimální, může dojít ke vzniku tupozrakosti. Screening nám dává šanci tuto situaci podchytit včas a zahájit odpovídající léčbu,“ vysvětlila na tiskové konferenci Ilona Hülleová, předsedkyně Sdružení praktických lékařů pro děti a dorost ČR.

„Vyšetření je velmi rychlé, jednoduché a neinvazivní, není tedy třeba rozkapávat oči. Pro změření hodnot refrakce stačí krátký pohled dítěte do kamery přístroje. Při pozitivním výsledku je dítě odesláno na rescreening k ortoptistovi nebo zrakovému terapeutovi, v případě závažného zjištění je odesláno přímo k oftalmologovi,“ vysvětlila Anna Zobanová, místopředsedkyně České společnosti dětské oftalmologie a strabologie.

„Včasný zachyt oční vady je klíčový při její následné léčbě, která je nejúčinnější právě v prvních letech života. Pokud dítě vykazuje známky závažné oční poruchy, dojde k řešení problému a případné léčbě u oftalmologa

bez nutnosti čekání na termín screeningu. Oční ambulance jsou připraveny postarat se o dětské pacienty v souvislosti s rozšířením screeningu,” doplnila.

Seznam ordinací, kde bude screening dostupný, je zveřejněn na webových stránkách NSC. Rodiče se mohou o možnostech vyšetření informovat u svého praktického lékaře pro děti a dorost. Screeningový program je plně hrazen z veřejného zdravotního pojištění,” dodal Karel Hejduk za Národní screeningové centrum.

*(upraveno, kráceno)*

*Zdroj: Ministerstvo zdravotnictví ČR*

*[https://nasezdravotnictvi.cz/aktualita/strtuje?utm\\_source=www.seznam.cz & utm\\_medium=sekce-z-internetu#dop\\_ab\\_variant=1451120 & dop\\_source\\_zone\\_name=hpfeed.sznhp.box](https://nasezdravotnictvi.cz/aktualita/strtuje?utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=sekce-z-internetu#dop_ab_variant=1451120&dop_source_zone_name=hpfeed.sznhp.box)*

## **Problémy s vnitřním uchem, které vedou k motání hlavy**

Motání hlavy je nemilý symptom, který může znepríjemnit běžný den, ať už při chůzi, pohybu, nebo dokonce v klidové poloze. Tento stav může být způsoben mnoha různými faktory, od nedostatečné hydratace po závažnější zdravotní problémy. V mnoha případech je však příčinou nerovnováha v jedné specifické části těla – ve vnitřním uchu. Co přesně způsobuje, že vnitřní ucho a motání hlavy jdou často ruku v ruce, a jak se s tím dá bojovat?

Ačkoli se může zdát, že ucho slouží výhradně k tomu, abychom slyšeli, jeho role je mnohem komplexnější. Vnitřní ucho, konkrétně jeho část nazývaná vestibulární systém, je totiž zásadním hráčem při udržování rovnováhy a orientace v prostoru. Vestibulární systém se skládá z několika složitých struktur, včetně polokruhových kanálků, které jsou vyplněné tekutinou a obsahují malé senzorické buňky citlivé na pohyb. Tyto struktury mo-





nitorují polohu hlavy a její pohyby a vysílají informace do mozku, který je následně interpretuje a koordinuje reakce těla.

Když dojde k poruše vestibulárního systému, signály z vnitřního ucha a dalších smyslů (jako jsou oči a svaly) se rozcházejí. Mozek pak může být zmatený, což často vyústí v pocity závratí, motání hlavy nebo ztráty rovnováhy.

Existuje několik různých stavů, které mohou způsobit, že vnitřní ucho přestane správně fungovat a začne být zdrojem motání hlavy. Jednou z nejčastějších poruch je benigní paroxysmální polohové vertigo (BPPV), které způsobuje krátké, ale intenzivní závratě, zejména při rychlých pohybech hlavy. Tento stav vzniká v důsledku uvolnění drobných krystalů v otolitovém orgánu vnitřního ucha, které pak dráždí senzorické buňky v polokruhových kanálcích a způsobují zmatečné signály v mozku.

Další příčinou závratí spojených s vnitřním uchem je vestibulární neuritida, což je zánět vestibulárního nervu. Tento nerv přenáší informace o rovnováze z vnitřního ucha do mozku. Zánět může být způsoben virovou infekcí a často vede k náhlým, dlouhotrvajícím závratím, které mohou být doprovázeny nevolností, zvracením a neschopností udržet rovnováhu.

Menièreova choroba je další závažnou poruchou, při níž vnitřní ucho přestává správně fungovat. Tento stav způsobuje opakující se záchvaty závratí, které jsou často spojené s pískáním v uších (tinnitus), ztrátou sluchu a pocitem tlaku v uších. Přesná příčina Menièreovy choroby není zcela jasná, ale jedním z faktorů je nahromadění tekutiny ve vnitřním uchu.

Rozpoznat, že je motání hlavy způsobeno poruchou vnitřního ucha, může být někdy obtížné. Pokud však dochází k opakujícím se závratím, které jsou spojené s nevolností, zvracením, pocitem nestability, nebo pokud máte problémy se sluchem či tlakem v uších, může být hlavním viníkem vnitřní ucho. Někdy se závratě zhoršují při určitých pohybech hlavy, například při vstávání z postele nebo při otáčení na bok.

Diagnóza problému s vnitřním uchem obvykle vy-



žaduje vyšetření odborníka na ušní, nosní a krční choroby (ORL), který může provést různé testy zaměřené na rovnováhu, sluch a vestibulární systém. Lékař může použít testy jako elektronystagmografi (ENG), která sleduje pohyby očí, nebo kalorický test, který stimuluje vestibulární systém pomocí tepla nebo chladu.

Léčba závisí na konkrétní příčině motání hlavy. U BPPV často pomáhají jednoduché polohovací manévry, jako je Epleyův manévr a Sémontův manévr, které pomohou uvolněné krystaly vrátit na své místo ve vnitřním uchu. Při zánětech vestibulárního nervu mohou lékaři předepsat léky na zmírnění zánětu a tlumení příznaků, zatímco pacienti s Menièreovou chorobou mohou potřebovat diuretika a změnu životního stylu ke snížení nahromadění tekutiny ve vnitřním uchu.

V některých případech může být nezbytná i fyzikální terapie zaměřená na zlepšení rovnováhy, zejména pokud trvá motání hlavy delší dobu.

## JAK PŘEDCHÁZET ZÁVRATÍM

I když nelze vždy zabránit poruchám vnitřního ucha, existují kroky, které mohou minimalizovat jejich dopad na kvalitu života.

Preventivní opatření:

- Zdravý životní styl: Udržování zdravého těla a dostatečné fyzické aktivity může pomoci zlepšit celkovou stabilitu a rovnováhu.
- Hydratace: Dostatečná hydratace je klíčová pro správnou funkci všech tělesných systémů, včetně vnitřního ucha.
- Správné držení těla: Špatné držení těla nebo náhlé pohyby hlavy mohou vyvolat závratě, zejména u lidí trpících BPPV.
- Vyhýbání se spouštěčům: Pokud víte, že určité pohyby hlavy nebo pozice vyvolávají závratě, snažte se jim vyhnout, zejména při náhlých změnách polohy, jako je rychlé vstávání nebo otáčení.
- Konzultace s lékařem: Pokud se závratě opakují nebo zhoršují, je nezbytné navštívit odborníka, který může předepsat léčbu nebo doporučit terapeutické postu-



py k prevenci dalších problémů.

Motání hlavy spojené s problémy vnitřního ucha je častý, ale zvládnutelný stav. Pochopení toho, jak vnitřní ucho funguje a co může způsobit jeho poruchy, je prvním krokem k nalezení řešení. Pokud se závratě objevují pravidelně a ovlivňují vaši každodenní činnost, neváhejte vyhledat odbornou pomoc. Správná diagnóza a cílená léčba mohou výrazně zmírnit příznaky a pomoci vám znovu najít stabilitu a rovnováhu – jak ve vašem těle, tak ve vašem životě.

### SÉMONTŮV MANÉVR

Pacient sedí čelem k terapeutovi, uprostřed boční strany vyšetřovacího lehátka. Terapeut pevně uchopí hlavu pacienta, který se pevně drží terapeutovy paže. Terapeut pootočí pacientovu hlavu o 45° od postiženého ucha a poté položí pacienta postiženým uchem dolů – do polohy vybavení symptomatiky. V této poloze pacient setrvá nehybně do odeznění nystagmu a vertiga. Následuje překlopení pacienta o 180° do opačné polohy na opačnou stranu lehátka. 24 hodin po manévru by měl pacient spát vsedě.

### EPLEYŮV MANÉVR

Tento manévr se používá méně často než Sémontův. Pacient sedí na lehátku s nataženými dolními končetinami před sebe a hlavou otočenou o 45° k postižené straně. Terapeut uvede pacienta do polohy na zádech s hlavou přes okraj lehátka a 2 minuty ho ponechá v této poloze. Poté přetočí hlavu pacienta o 90° na opačnou stranu. Nakonec se pacient pomalu (s hlavou otočenou o 45° k nepostižené straně) napřímí a v této pozici setrvá další 2 minuty.

(kráceno)

Zdroj: <https://www.ferwer.cz/blog/vnitri-ucho-motani-hlavy>  
[https://www.wikiskripta.eu/w/Fyzioterapie\\_u\\_pacient%C5%AF\\_se\\_z%C3%A1vrat%C3%AD](https://www.wikiskripta.eu/w/Fyzioterapie_u_pacient%C5%AF_se_z%C3%A1vrat%C3%AD)

## Čtečka OrCam Read



OrCam Read je první kapesní zařízení svého druhu s inteligentní kamerou, které plynule čte text z jakéhokoli tištěného povrchu nebo digitální obrazovky. Spolu s laserovým naváděním se jedná o velmi inovativní pomůcku, která může pomoci se čtením v každodenním životě. Přečte noviny, knihy, časopis, jídelní lístek, názvy zboží v obchodě, veškerý text z obrazovky počítače nebo chytrého telefonu. Čtečka je primárně určena pro lehce až středně slabozraké uživatele. Pomůže ale i s potížemi při čtení, ať již z důvodu věku, nebo při únavě čtení velkého množství textu.

Čtečka umí přečíst celou stránku. Není ale nutné posouvat čtečku řádek po řádku. Chytrá kamera jednoduše zabere celou stránku a tu přečte. Nebo může uživatel jednoduchým příkazem navést čtení od určité části textu nebo konkrétního odstavce. Např. řekne příkaz „čti od určitého slova“ a čtečka začne číst, odkud uživatel požaduje.

Výrobce uvádí, že je vhodná i pro uživatele se sluchadly. Čtečku je možné použít i při nízkém osvětlení. Při používání není nutné připojení k internetu. Její ovládání je velmi jednoduché. Aktivuje se buď ukazovacím gestem, nebo poklepáním na stranu čtečky. Hlasovým příkazem lze ovládat rychlost čtení. Čtečka je zhruba tak velká jako silnější propiska. Váží pouhých 44 gramů, výdrž baterie je až 4 h. Čtečka má hmatná a dobře rozlišitelná tlačítka pro snadné ovládání. Poslech je pomocí vestavěného reproduktoru nebo pomocí sluchátek.

*Zdroj: <https://eshop.tyflpomucky.cz/ctecka-orcam-read-1034/>  
<https://www.orcam.com/en-us/orcam-read>*



## V nouzi stačí poslat jen SMS

Věděli jste, že v nouzi nemusíte volat – stačí poslat SMS? A funguje to i na tísňovou linku Policie ČR. Přitom o téhle možnosti téměř nikdo neví.

Tísňová linka 158 – tedy Policie České republiky – funguje v hlavách většiny lidí jako místo, kam voláme, když je zle. Jenže od roku 2022 můžete na 158 také napsat SMS. A nejen na 158. Stejně tak můžete posílat zprávy i na linky 112, 150 a 155. Tato možnost přitom není určena výhradně jen pro osoby se sluchovým nebo řečovým postižením, jak tomu bylo dříve. Funguje pro kohokoli, kdo se ocitne v situaci, kdy mluvit není možné nebo bezpečné.

Díky změně, která vstoupila v platnost v roce 2022, můžete poslat textovou zprávu na všechny hlavní tísňové linky:

- 158 – Policie ČR
- 150 – Hasičský záchranný sbor
- 155 – Zdravotnická záchranná služba (ZZS)
- 112 – Integrovaný záchranný systém (vhodný pro jakoukoli mimořádnou událost)

Výhoda? Není třeba žádná registrace ani potvrzení o zdravotním postižení (tak tomu bylo dříve). Nepotřebujete znát žádné speciální devítimístné číslo. Jednoduše využijete to třímístné. Nepotřebujete žádnou speciální aplikaci. Jen obyčejný telefon a schopnost napsat pár vět.

### KDY SE VÁM SMS NA POLICII MŮŽE HODIT

#### 1. Domácí násilí – a útočník je v bytě

Nejste schopni zavolat, protože útočník by si toho všiml. Možná „spíte“ v dětském pokoji a bojíte se, že každý zvuk přivolá jeho pozornost. V takové situaci je možnost napsat zprávu tiše a nenápadně z mobilu naprosto zásadní.

#### 2. Jste svědkem zločinu, ale nechcete se prozradit

Slyšíte v sousedství podezřelý křik, možná rány, dítě pláče. Nechcete volat, aby si někdo nevšiml. Ale SMS zvládnete poslat nenápadně – a policie může reagovat bez toho, abyste se vystavovali riziku.

#### 3. Cestujete v hromadné dopravě a cítíte se ohrožení

Sedíte v autobuse nebo tramvaji, někdo obtěžuje jiné cestující nebo se chová agresivně. Mluvit do telefonu je ná-

padné a agrese by se mohla velmi snadno obrátit proti vám. Napsat hezky potichu zprávu na 158? Diskrétní a efektivní.

#### 4. Vaše dítě je v ohrožení – a ví, že má mobil

Děti bývají v krizových situacích paralyzované. Volat si často netroufnou. Ale napsat mamince zprávu „bojím se“ už zvládnou. Když jim ale předem vysvětlíte, že v případě nejvyšší nouze mohou napsat zprávu i na 158, mohou zachránit nejen sebe, ale třeba i spolužáka.

#### 5. Stresová situace, kdy nemůžete mluvit

Stává se to. Po nehodě, v šoku, při záchvatu paniky. Člověk nedokáže mluvit, ale je schopný napsat pár slov. A někdy to stačí. Krátká zpráva může spustit celou záchrannou akci. A někdy člověk nemůže mluvit i ze zdravotních důvodů.



### JAK SPRÁVNĚ NAPSAT TÍSŇOVOU SMS

Zpráva musí být především stručná, srozumitelná a informativní.

1. Co se stalo – stručný popis události (např. „vidím vloupání“, „bijí ženu na ulici“, „jsem v ohrožení“).
2. Kde se to stalo či děje – přesná adresa nebo co nejpresnější popis místa (např. „Praha, ulice Křivá 14, byt v druhém patře“).
3. Kdo je v ohrožení – kolik osob, jejich přibližný věk a zda jsou zranění.
4. Kdo jste vy – ideálně jméno a příjmení a možnost zpětného kontaktu.

Příklad:

„Muž bije ženu na balkoně ve 2. patře, adresa Křivá 14, Praha. Slyším křik. Jsem sousedka z protějšího domu, bojím se zasáhnout, ale vypadá to vážně. Jana Starostlivá.“

### CO SE STANE PO ODESLÁNÍ ZPRÁVY?

Po odeslání SMS si ji operátor přečte a vyhodnotí situaci. Může dojít k přímému vyslání hlídky, kontaktování jiných složek nebo i ke zpětnému dotazu, opět skrze SMS, například pokud bude potřeba něco upřesnit či ujistit se, že nejde o omyl. SMS tedy není slepá ulička, ale začátek konkrétní akce, která může vést k záchraně lidského života.

Jen pro připomenutí: tísňové linky slouží k oznámení událostí v případech, kdy je ohrožen život, zdraví, majetek



nebo veřejný pořádek. Jejich zneužití, ať už formou volání, nebo SMS zprávy, se pak trestá nemalými pokutami až do výše 200 tisíc korun.

Co můžete udělat vy? Sdílejte tuhle informaci (nebo třeba i přímo tento článek) s rodinou, s přáteli, se staršími rodiči i s dětmi. Ukažte jim příklad zprávy, kterou by mohli i ve stresu napsat.

Vědomí, že můžete jen rychle napsat krátký text a že vás někdo vyslyší, i když zrovna nemluvíte, je víc než uklidňující. Je to možnost, kterou by měl znát každý z nás.

*(upraveno, kráceno)*

*Zdroj: [https://medium.seznam.cz/clanek/prevazne-ne-vazne-tohle-by-mel-vedet-kazdy-v-nouzi-vam-muze-stacit-poslat-jen-sms-ale-vetsina-lidi-to-netusi-132297#dop\\_ab\\_variant=0&dop\\_source\\_zone\\_name=blogy.szhpnative.box&dop\\_vert\\_ab=&dop\\_vert\\_id=&source=hp&seq\\_no=1&utm\\_source=www.seznam.cz&utm\\_medium=z-boxiku&utm\\_campaign=nativeSbrowser](https://medium.seznam.cz/clanek/prevazne-ne-vazne-tohle-by-mel-vedet-kazdy-v-nouzi-vam-muze-stacit-poslat-jen-sms-ale-vetsina-lidi-to-netusi-132297#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=blogy.szhpnative.box&dop_vert_ab=&dop_vert_id=&source=hp&seq_no=1&utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=z-boxiku&utm_campaign=nativeSbrowser)*

## Okamžik čirého úžasu zachycen na fotografii

Harold Whittles se narodil zcela hluchý. A jelikož nikdy nepoznal nic jiného, skutečnost, že byl ochuzen o jeden ze základních lidských smyslů, mu nijak nevadila. Když ale v 70. letech došlo v Americe k širší výrobě sluchadel, která se umísťovala do boltce, a tento převratný výrobek se stal dostupnějším pro běžného člověka, dostala se informace o této možnosti i k rodičům Harolda. Whittlesovi na nic nečekali a vypravili se se svým synem do ordinace jejich dětského lékaře. Ten vysadil vyjukaného hochu v pruho- vaném tričku a s rozčepýřenými vlasy na stůl a ukázal mu přístroj, který se mu chystal vložit do ucha.

Vteřinu poté, co se tak stalo a Harold díky sluchadlu zažil prvně v životě bohatství zvuku, stiskl fotograf Jack Bradley spoušť. Díky tomu v roce 1974 spatřila světlo světa ikonická fotografie, na které je vidět chlapcův syrový a čirý úžas nad



právě nově objevenou realitou. Fotografie dojímá řadu lidí i po více než 50 letech. Malý Harold vůbec nevěděl, co se to děje. Ze svého tichého světa byl bezprostředně po nasazení sluchadla vržen do úplně nové reality, ve které k němu pronikaly vzrušující zvuky, které do té doby neznal. Fotografie byla zveřejněna v únoru 1974 v článku „Nezapomenutelné okamžiky zachycené na filmu“, který vyšel v časopise Reader's Digest.

## HISTORIE SLUCHADEL

Skutečnost, že lze zesílit zvuk tím, že si za ucho přiložíme dlaň, znali naši předci pravděpodobně daleko před rozvojem civilizovaného světa. Dle výzkumů je možné touto jednoduchou „pomůckou“ zesílit zvuk zhruba o šest decibelů.

Prvními výrobky, které lidská představivost a um dokázaly vytvořit, byly tzv. sluchové trychtýře neboli trumpetky, které se využívaly jako dnešní megafony k zesílení hlasu. Využití takovéto trumpetky opačným směrem, k zesílení zvuku pro špatně slyšící lidi, je písemně doloženo až v 17. století. Velký rozmach zaznamenaly sluchové trychtýře v 19. století, kdy se z nich stal hit. Mívaly různé provedení, mimo jiné byly také například zabudovávány do opěradel křesel.

Vedle „trumpetek“ se také paralelně vyvíjely tzv. sluchové trubice, které dovedly zachytit zvuk, plynoucí z úst člověka, a „dopřít“ ho přímo do ušního zvukovodu. Ačkoli taková trubice dokázala zesílit zvuk jen o nějakých 10 decibelů, výrazně uměla vylepšit poměr signálu k šumu. První takovou trubicí vyvinul na počátku 19. století nedoslýchavý Jindřich August Dunker, který si ji v roce 1819 nechal patentovat. Nově sestrojený přístroj tvořila ohebná hadička, která měla na svém konci trychtýř.

Bylo ale třeba vymyslet i nějakou obdobu, která by posloužila při výuce nedoslýchavých dětí, a tohoto úkolu se s dobrými výsledky zhostil učitel neslyšících žáků Enoch Henry Currier. Vytvořil trubicu se dvěma mluvítky, jedno používal při hodině učitel, druhý student.

Na konci 19. století došlo k dalšímu vylepšení neelek-



trických sluchadel, když byly vynalezeny protézy pro kostní vedení. Ty přiváděly zvuk na lebeční kost a zuby a využívala je i řada známých umělců, mezi kterými nechyběl třeba hudební skladatel Ludwig van Beethoven.

Zásadní zlom přinesla pochopitelně elektronika. První elektrické sluchadlo vytvořil v roce 1892 Ferdinand Alt z vídeňské kliniky tak, že propojil uhlíkový mikrofon s baterií a sluchátkem. V roce 1895 bylo podobné uhlíkové sluchadlo patentováno britským lékařem Bertramem Thorntonem. Jeho výrobek se zároveň stal prvním skupinovým zesilovačem pro nedoslýchavé – bylo k němu možné připojit více sluchátek. Uhlíková sluchadla dovedla zesílit zvuk přibližně o 15 až 35 decibelů.

Druhým důležitým bodem při vývoji sluchadel byl po objevu elektroniky vynález triody – elektronky schopné zesilovat. První sluchadlo s elektronkou si v roce 1920 dal patentovat Earl Charles Hanson a pojmenoval ho Vacuphone. Od druhé poloviny 30. let se pak začala elektronková sluchadla vyrábět ve větším množství, přičemž už byla schopna kompenzovat i závažnější nedoslýchavost.

V 50. letech spatřila světlo světa první tranzistorová sluchadla. Ta byla nejprve hybridní – obsahovala jeden tranzistor a dvě elektronky. První celotranzistorové sluchadlo se dostalo na americký trh v roce 1953 a uvedla jej na něj firma Microtone.

O šest let později se začala vyrábět první sluchadla do boltce a na sklonku 80. let bylo švýcarskou firmou vyvinuto první programovatelné sluchadlo obsahující digitální obvody a posléze i paměť.

*(upraveno, kráceno)*

Zdroj: [https://medium.seznam.cz/clanek/sylvie-rihakova-okamzik-cireho-uzasu-moment-kdy-petilety-harold-whittles-poprve-uslysel-zachytil-fotograf-126499#dop\\_ab\\_variant=0&dop\\_source\\_zone\\_name=blogy.szhpnative.box&dop\\_vert\\_ab=&dop\\_vert\\_id=&source=hp&seq\\_no=1&utm\\_source=www.seznam.cz&utm\\_medium=z-boxiku&utm\\_campaign=nativeSbrowser](https://medium.seznam.cz/clanek/sylvie-rihakova-okamzik-cireho-uzasu-moment-kdy-petilety-harold-whittles-poprve-uslysel-zachytil-fotograf-126499#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=blogy.szhpnative.box&dop_vert_ab=&dop_vert_id=&source=hp&seq_no=1&utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=z-boxiku&utm_campaign=nativeSbrowser)

# OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH



## Hluchoslepý klavírista Karel Leskovec

V tomto čísle Doteků vám představíme mladého muže z jižních Čech, který je talentovaný hudebník. Široké veřejnosti ukazuje, že i přes zrakový a sluchový handicap může být člověk skvělý muzikant.

Karel Leskovec je z jižních Čech a nyní je mu 25 let. Od narození je nevidomý a zároveň má středně těžkou nedoslýchavost.

Hudbě se věnuje již od malička. Ve dvou letech začal hrát na elektrické piano a asi ve třech na zobcovou flétnu. Jeho asistentka mu našla ZUŠ ve Vlachově Březí, kde v devíti letech začal hrát na klavír. Asistentka mu také vysvětlila princip braillových not. Nauku se učil spíše z poslechu.

O tom, že má velký talent, svědčí ocenění, která sbíral už od základní školy. Získal např. první místo v Novohradské flétně, Zlatý oříšek pro nejšikovnější děti a mnoho dalších cen v rámci základní umělecké školy. Zajímavostí také je, že v deseti letech vyhrál soutěž ve čtení v Braillově písmu. Přečetl 221 slov za 2 minuty. Kromě počítače s braillovým řádkem nyní používá i telefon s hlasovým výstupem.

Díky svému talentu a podpoře paní učitelky ze ZUŠ začal studovat na konzervatoři v Praze. Přestože měl z počátku strach přestěhovat se z malého města do Prahy, zvládá samostatný život skvěle. Bydlí na internátě konzervatoře. Na známých místech se pohybuje samostatně nebo využívá doprovod z různých organizací.

Na konzervatoři v Praze vystudoval obor klavír. Studium trvalo 6 let (4 roky k maturitě a 2 roky k absolutoriu). Díky Výboru dobré vůle – Nadaci Olgy Havlové získal stipendium a druhým rokem nyní studuje maturitní obor ladění klavíru a příbuzných nástrojů právě na Konzervatoři a střední škole Jana Deyla. Mimo klavír hraje na akordeon a flétnu a také zpívá. Hudbu miluje. A jakou hudbu hraje nejraději? Na klavír rád hraje nejvíce klasiku. Díky babičce si vytvořil blízký vztah k lidové hudbě a rád hraje i dechovku. Zahraje si také



jazz, pop nebo bigbít. Před čtyřmi lety složil pro přítelkyni vlastní skladbu.

Karel je velmi čínorodý. Mezi jeho koníčky patří studium historie slavných kapel, poslouchání rozhovorů s významnými hudebníky, ale také plavání a malování. Malování mu představila jeho přítelkyně a společně chodí do nadace Artevide, která se věnuje umělecké a sociální podpoře zejména nevidomých.

Karel není jen pilný student, ale také pracuje. Učí na klavír v Domě dětí a mládeže a chodí dvakrát týdně hrát do pražského hotelu na Starém Městě. Karel tak díky své činnosti boří mýtus, že se lidé se smyslovým postižením nemohou věnovat hudbě.

*Zdroj: [https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/spolecnost/diky-stipendiu-budu-vedle-klaviristy-i-vystudovany-ladic-rika-nevidomy-karel\\_2504040700\\_dci](https://www.irozhlas.cz/zivotni-styl/spolecnost/diky-stipendiu-budu-vedle-klaviristy-i-vystudovany-ladic-rika-nevidomy-karel_2504040700_dci)*



## ZE SVĚTA

### Mluvicí prsten SpellRing umí překládat znakový jazyk

Trh s novými smart zařízeními se rozrůstá a do módy přicházejí už i prsteny. Oura nebo Galaxy Ring s funkcemi sledujícími zdraví už lidé znají. Nově by ale mohly pomáhat také sluchově a řečově indisponovaným.

Na světě je první chytrý prsten, který dokáže přeložit znakový jazyk. Jmenuje se SpellRing a používá umělou inteligenci (AI) s takzvanou mikrosonarovou technologií. Ta sleduje pohyb uživatelových prstů a rozpoznané znaky a pohyby převádí ihned do textu, který už smartphone, nebo jednou i samotný prsten, může nahlas číst. Neslyšící či němý člověk by tak mohl znakovat a zařízení by za něj mluvilo na ostatní. Přelomový vynález staví na výsledcích prototypu Ring-a-Pose, který vyvinuli inženýři na Cornell University v New Yorku s pomocí tamní Stony Brook University a Carnegie Mellon University v Pensylvánii. Studii o první verzi zařízení publikovali teprve loni.



Hotový SpellRing tým amerických vědců otestoval na 20 dobrovolnících, a to jak na zkušených uživatelích znakového jazyka, tak i začátečnících. Dorozumívali se plynule, použili více než 20 tisíc slov a dle jejich složitosti byla přesnost výsledného překladu mezi 82 a 92 procenty.

Výzkumníci teď chtějí chytrý prsten i jeho AI ještě zdokonalit, aby dokázal rozpoznat naprosto bezchybně všech 26 specifických, jemných gest rukou, která odpovídají písmenům v abecedě.

SpellRing zatím umí pouze americký znakový jazyk – American Sign Language (ASL), který se používá v USA a většině anglofonní Kanady. Stále také zůstává v laboratoři a vědci neuvedli žádné datum, kdy by se mohl začít prodávat. Věří ale, že komerční verze není daleko. Navíc jsou prý teprve na začátku toho, co technologie ještě může přinést.

*(upraveno, kráceno)*

Zdroj: [https://www.seznamzpravy.cz/clanek/tech-technologie-mluvici-prsten-pro-neslysici-a-neme-spellring-umi-prekladat-znakovou-rec-272695#dop\\_ab\\_variant=0&dop\\_source\\_zone\\_name=zpravy.sznhp.box&source=hp&seq\\_no=4&utm\\_campaign=abtest285\\_tt\\_jiny\\_design\\_varA&utm\\_medium=z-boxiku&utm\\_source=www.seznam.cz](https://www.seznamzpravy.cz/clanek/tech-technologie-mluvici-prsten-pro-neslysici-a-neme-spellring-umi-prekladat-znakovou-rec-272695#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=zpravy.sznhp.box&source=hp&seq_no=4&utm_campaign=abtest285_tt_jiny_design_varA&utm_medium=z-boxiku&utm_source=www.seznam.cz)

## Skotsko neuznává hluchoslepotu jako jedinečné postižení

Nezisková organizace Deafblind Scotland odhaduje, že ve Skotsku žije kolem 34 000 lidí s hluchoslepotou. Vzhledem k tomu, že skotská vláda nikdy neuznala hluchoslepotu jako jedinečné postižení, jsou hluchoslepí součástí buď služeb pro nevidomé, nebo služeb pro neslyšící. Tato skutečnost ne vždy vede ke zlepšení jejich situace. Naopak často vede k sociální izolaci.

Příběh dvaadvacetiletého Andrewa ze Skotska ukazuje, s jakými problémy se hluchoslepí ve Skotsku potýkají. Andrew je hluchoslepý a používá kochleární implantát. Je absolventem univerzity v oboru angličtina a psaní a chtěl by se stát spisovatelem. Jako malý chlapec měl spoustu



kamarádů. S příchodem postižení se ale stále více dostával do izolace. Jeho kamarádi nevěděli, jak s ním komunikovat. Maminka Andrewa se sama naučila techniku psaní písmen do dlaně. Upozorňuje na to, že nedostatečná podpora hluchoslepých už v jejich raném věku vede k horšímu přístupu ke vzdělávání. Podle Andrewa by prvním krokem bylo uznání hluchoslepoty jako jedinečného postižení s jeho specifickými potřebami. To by pak umožnilo poskytovat tu správnou podporu a pomoc.

Norsko uznalo hluchoslepotu jako jedinečné postižení už v roce 1980. Jeho definici uznala také Světová zdravotnická organizace. Anglie a Wales tuto definici přijaly v roce 1995. Ale Skotsko zatím ne, přestože už od roku 1999 probíhají různé kampaně.

Nezisková organizace Deafblind Scotland a pracovní skupina pro hluchotu skotského parlamentu se snaží získat podporu pro uznání definice hluchoslepoty. Díky jejich snaze už mají na své straně nejen členy skotského parlamentu, ale i zástupce vlády. Svůj požadavek opírají o prokázanou skutečnost, že země, které uznaly definici hluchoslepoty, poskytují mnohem lepší služby a péči. V letech 2023 a 2024 tak na základě spolupráce byla vytvořena deklarace, která volá po přijetí norské definice hluchoslepoty a lepším začlenění a budoucnosti hluchoslepých ve Skotsku. Podporu přislíbila také ministryně pro duševní zdraví, pohodu a sport.

*Pro Dotečky přeložila Lenka Veverková*

*Zdroj: <https://www.dbscotland.org.uk/defining-deafblindness> <https://www.bbc.com/news/articles/c51y5n89lqlo>*



## VZKAZY MOUDRÝCH

„Nekráčej přede mnou, možná za tebou nepůjdu.  
Nekráčej za mnou, možná tě nedokážu vést. Kráčej  
vedle mě a buď můj přítel.“

**Albert Camus** (7. listopadu 1913 – 4. ledna 1960)  
francouzský filozof, spisovatel a publicista



## Gnocchi se smetanovou omáčkou a špenátem

Vážení a milí, zkrátka vy všichni, co rádi i neradi vaříte, hlavně však mooc rádi baštíte, již tradičně mi v poště nepřistál žádný váš receptík, tedy mi nezbývá, než vám nabídnout další z mých oblíbených. Ty se vyznačují zejména snadnou přípravou, nižšími cenovými náklady a skvělou chutí, aspoň myslím... A protože je parné léto, u plotny vedro k padnutí, ale jíst se musí, vylovila jsem jeden extra rychlý, ovšem vynikající!

Připravte si:

*sáček chlazených gnocchi (čti ňoky)*

*10 dkg plísňového sýru Niva*

*10 dkg mraženého listového špenátu*

*1 kelímek sladké smetany*

*1–2 stroužky česneku*

*bazalku (může být i tymián)*

*PL (polévková lžíce) oleje*

Postup přípravy:

Podle návodu na sáčku uvařte gnocchci – pozor, ňoky jsou rychle hotové, hned jak vyplují na hladinu vařící se vody. Rozmačkejte česnek a lehce ho osmažte na lžíci oleje. Přidejte nastrohanou nivu. Jakmile se sýr rozteče, přidejte špenát a smetanu. Lehce povařte a na závěr vhodte bazalku nebo koření, které jste zvolili dle vlastní chutě. Niva je hodně slaný sýr, ale pokud naznáte, že je omáčka málo slaná, přisolte ji. A teď už zbývá poslední krok – promíchejte gnocchci s omáčkou (nebo je dejte na talíř, omáčkou je zalijte a promíchejte zlehka až na talíři, jak je libo) a pusťte se do této náramné bašty tropy netropy. I přes všudypřítomný pot vám bude chutnat skvěle!

*Zdena Jelínková  
šéfredaktorka Doteků*

## **DOTEKY. Časopis LORM z.s., Léto, číslo 123. Vychází čtvrtletně.**

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 124/Podzim 2025: **1. 8. 2025**

Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepy 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 (metodička)

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 Budánkami II./13, 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, e-mail: [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.



**Časopis Doteky v roce 2025 vychází díky  
podpoře z dárcovského programu společnosti  
ČEPS, a. s. ve výši 50 000 Kč.**

**LORM z.s.**

**Zborovská 62**

**150 00 Praha 5**

**tel: 257 314 012**

**REGISTRACE MINISTERSTVA**

**KULTURY ČR č. E 11000**