

ČASOPIS LORM z.s.

DOTEKY

128

2026

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

5 • JAK VYPADÁ OKURKOVÁ SEZÓNA V LORMU?

15 • TÝDEN PLNÝ ZÁŽITKŮ A SLUNÍČKA

20 • JSEM BLBEC, KTERÝ NEVÍ, ŽE NĚCO NEJDE

39 • JAROSLAV JEŽEK



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND



VERŠE – Přísloví	3
SLOVO ŠÉFREDAKTORKY	4
ZPRÁVY Z LORMU	
Jak vypadá okurková sezóna v LORMu?	5
Okénko do Prahy	8
Okénko do Jihočeského kraje	10
Okénko do Moravskoslezského kraje	12
STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY	
Rok 2019	14
PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ	
Týden plný zážitků a sluníčka	15
Pobyt v Pískové Lhotě	17
Postřehy a střípky z Pískové Lhoty	18
Předpodzimem	19
Divadlo v přírodě	19
ROZHOVOR	
Jsem blbec, který neví, že něco nejde	20
SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY	
Lázně nesmí pacientům s asistenčními psy účtovat tisícové poplatky	23
ZDRAVÍ	
Poruchy sluchu nejsou jen problémem stáří	24
Kolobom	28
INFORMACE	
Hluchoslepota není ticho a tma. Je to zápas o přístup ke světu	31
Půjčovny kompenzačních pomůcek	33
Seriál VYKOLEJENÍ část 2: Cestování se smyslovým postižením	35
OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH	
Jaroslav Ježek	39
ZE SVĚTA	
Hluchoslepý horolezec	44
Hluchoslepý opravář kol	45
VZKAZY MOUDRÝCH	45
RECEPTY – Obalovaný květák	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

Příslloví

Tak jsme zase tam, kde už jsme stokrát byli,
z historie se vůbec nepoučili.
Pod stěnou kupy hrachu leží,
a život dál ve stejných kolejích si běží.
Moudrosti předků se dnes nenosí,
kdo za nás odpuštění vyprosí?

Bez práce koláče prý nejsou,
to jen pánům se samy na stůl nesou.
Na každého vaří se prý voda,
jen na špatnost ne, byla by jí škoda.

Moudřejší pořád ustupují
těm druhým, co pak v čele jdou.
Pyšní se arogantními stávají.
Jen o kus moci se rvou
a nikdy nepadnou.

Lež, ta sice pořád krátké nohy má,
tak po večerech Red Bull nasává.

A boží mlýny? Ty snad melou pozpátku.
Jinak by semlely tu lidskou čeládku.
Tu, co na piedestal darebné staví,
poctivosti vysmívá se, pravdu do země zadupává
a Zlovolným tleská, volá sláva!

Člověče spravedlivý, jsi tu ještě?
Tak se usměj, hlavu vztyč,
nedbej na ten velký bič,
co nad hlavou ti práská.
Jednou už musí zvítězit láska!

Kateřina Rathúská



SLOVO ŠÉFREDAKTORKY

Vážení čtenáři,

v sychravém větru už tu všechno zebe, suchého listí plný kout. Vlaštovko, řekni, pod které zas nebe přichystala ses odlétnout? Tolik Jaroslav Seifert. A já? Já podzim na rozdíl od stěhovavého ptactva vítám. A pevně věřím, že tentokrát ani zdaleka nejsem sama, protože letošní léto dalo zabrat i těm, kteří horko milují. U nás jim už tropy nestačí a vydávají se za nimi – stejně jako ty vlaštovky – do teplých krajin, čtyřicítka nečtyřicítka, uff! Takový podzim, mám na mysli vydařený podzim, má své nesporné kouzlo. Tak tedy v první řadě není vedro, jen milé teplíčko. V druhé řadě neobtěžují mouchy, komáři, klíšťata a jedovatý píchavý hmyz obecně. A taky jsou kolem barevné stromy, kateřinky a jiřiny, na drátech již zmíněné vlaštovky, myši přestávají pořádat závody po polích a zahradách, slimáci houfně opouštějí záhony. A ta vůně, když občas spadne trocha deště! To se to pádí od zazimování latifundií do ušáku vyloženého ovčí kožešinkou ke knížce, k časopisům, k Dotekům... Účastníci pozdně jarního pobytu se vracejí do Pískové Lhoty, kde prožili spolu se svými průvodci a pracovníky LORMu další z nezapomenutelných týdnů. Těším se na zprávy a postřehy z toho nastávajícího raně podzimního a držím palce, aby počasí bylo přinejmenším takové, jak popisuji výše. Představte si, že jsou hluchoslepí lidé, kteří dokáží horolezit, nebo dokonce opravovat jízdní kola. Ano, lidská dovednost nezná mezí. Však mrkněte třeba na recept a neváhejte si tuto dobrotku uklohnit, to je také velká dovednost. Anebo

jinou, to je jedno. Už jste někdy oslovovali nějakou nadaci s žádostí o příspěvek na kompenzační pomůcku? Kdybyste nevěděli jak na to, pozorně prostudujte ostravské Okénko Marcely Kazíkové. Jestlipak jsou nějaké novinky ohledně zapůjčení kompenzačních pomůcek? Odpoví metodička Hana Dvořáková. Ještě venku prší, můžete zůstat v klidu a číst/poslouchat dál a dál, od začátku do konce nebo naopak, jak to kdo rád. Mezitím se vyjasní obloha, oschnou cesty, podzimní vůně proudící pootevřeným oknem vás doslova vytáhne ven, aspoň na malou procházku. Tak ať vám to šlape, ať máte s kým!

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*



ZPRÁVY Z LORMU

Jak vypadá okurková sezóna v LORMu?

Milí čtenáři Doteků,

je 6. srpna, během letošního léta opakovaně padají teplotní rekordy a v úmorných vedrech se dá pracovat jen před nebo pod větrákem. I tak se mé mozkové závity přehřívají, naštěstí to jistí ledová sprcha, případně nohy v lavoru se studenou vodou. Ano, i taková opatření pomáhají udržet svěží tělo i mysl. Budíček mi v těchto dnech zvoní už o šesté hodině ranní, abych před začátkem pracovní doby stihla zalít zahrádku. Okurková sezóna běží už přes měsíc, okurky průběžně dozrávají, hořčičné semínko dochází a sehnat nové zásoby je téměř nadlidský výkon. Pokud se však domníváte, že v LORMu zažíváme „okurkovou sezónu“, tak věřte, že opak je pravdou!

Jen co jsem odeslala 16. června na Nadační fond Českého rozhlasu průběžnou hodnotící zprávu k projektu *Sociální aktivizační služby* (ta nám byla pár dní nato schválena a na účet následně zaslána druhá část nadačního příspěvku), pokračuji v psaní naší žádosti o zařazení do celostátní sítě B, a to za každou službu samostatně, tedy 4x. Žádost se všemi





přílohami odesílám datovou schránkou na MPSV 26. června, hurá, stihla jsem to! Měli jsme na přípravu jen měsíc a podklady k tomu byly zveřejněny až koncem května, když jsme se vrátili z pobytu v Pískové Lhotě.

V ten samý den, 26. června, rozesílám do světa tiskovou zprávu k Mezinárodnímu dni hluchoslepoty, který připadá na sobotu 27. června, a my v ten samý den spouštíme na webových stránkách hlasování veřejnosti u literární soutěže o Cenu Hieronyma Lorma. Tomu předcházelo zkompletování všech přihlášených děl a zaslání podkladů našemu webmasterovi, který hlasování po technické stránce na našich stránkách musel nejdřív připravit. V týdnu před samotným spuštěním probíhá testování hlasování na počítačích i mobilních telefonech, hlasování z České republiky i ze zahraničí, zkrátka a dobře vše musí být na čas a perfektně nachystáno. Od té doby jsem tiskovou zprávu obměňovala a doplňovala a znovu rozesílala v průběhu července minimálně 3x a opakovaně všem našim příznivcům, klientům, členům, dárcům atd. připomínala e-mailem i na Facebooku, že hlasování bude ukončeno přesně za měsíc 27. července.

Ale vraťme se na konec června, kdy podklady posílám i 5 členům odborné poroty, kteří rovněž mají měsíc na přečtení a ohodnocení 6 přihlášených děl v kategorii Poezie a 14 děl v kategorii Próza. A jak to celé dopadlo? Zatím mohu prozradit jen to, že do elektronického hlasování se zapojilo přes 150 zájemců z veřejnosti a že odborná porota musela hlasovat u Poezie 2x, protože tři díla se umístila se stejným počtem hlasů na 2. až 4. místě. Nyní je již jasno, ale vy si na jména vítězů budete muset počkat na konec října. Až na naší vícedenní konferenci v Hotelu Sport v Kralupech nad Vltavou zveřejníme jména vítězů nejen v literární, ale i ve výtvarné soutěži.

Zajímá vás, jak pokračuje „okurková sezóna“ v LORMu? Začátkem července rozesíláme všem klientům a členům letní infobulletin s odkazem na Výroční zprávu za rok 2025 a auditorské zprávy, dárcům posílám Letní dopis rovněž s odkazem na Výročku a vybraným institucím, partnerům a dárcům odesíláme Výroční zprávu tištěnou s velkým poděkováním za dosavadní podporu. A těsně před mojí červencovou dovolenou ještě s jihočeskou terénkou



a současně vedoucí pobytu Janou Radovou ověřujeme spoje z Humpolce do obce Želiv, abychom mohli rozeslat všem přihlášeným klientům Propozice k letošnímu druhému pobytu. Představte si, že i když jsme měli Propozice k pobytu s předstihem připravené již v květnu, a to včetně dohledaných doporučených spojů, tak v mezidobí došlo ke změně dopravce veřejné hromadné dopravy v tomto okrese s platností od začátku srpna s tím, že nové jízdní řády byly zveřejněny začátkem července. Zkrátka musíme být stále ve střehu a vše ověřovat a prověřovat, neboť život je neustálá změna.

Můj návrat do pracovního procesu po dovolené proběhl velmi rychle, protože jsem měla přesně týden na to, abych stihla zkontrolovat zaúčtované náklady i výnosy za leden až červen, upravit rozpočet, připravit ke každé službě žádost o schválení položkových změn v rozpočtu, vyplnit výkaz s Výnosy za každou službu k 30. 6. 2026 a tzv. Hlášení průběžného plnění služby podpořené z dotace k 30. 6. 2026. Oba dva zmíněné výkazy musely být odeslány na MPSV do 31. července nejpozději. Suma sumárum to dělalo 12 výkazů a naštěstí mi s částí podkladů pomohla metodička Hanka Dvořáková. Poslušně hlásím, že vše bylo odesláno 30. července!

À propos, když teď čtete podzimní Doteky, ty také nevznikly jen tak náhodou. Šéfredaktorka Zdeňka Jelínková společně s metodičkou Hankou během letních dnů dávaly všechny články dohromady a vy se máte na co těšit. Možná si říkáte, že teď už nám konečně může v LORMu začít pomyslná „okurková sezóna“? Ale kdepak, vždyť se blíží druhý letošní pobyt i uzávěrka pro podání žádosti u Nadačního fondu Českého rozhlasu na rok 2027 (20. září 2026), tedy je nejvyšší čas začít hledat hotely a penziony na pořádání pobytů v příštím roce! A hlavně se již blíží zmiňovaná říjnová trojakce v Kralupech nad Vltavou! Jinými slovy příprava Lormolympiády, Ceny Hieronyma Lorma a Valné hromady LORMu běží v plném proudu, ale o tom zase příště. Tak snad si tu „okurkovou sezónu“ užijete aspoň vy i za nás!

Petra Zimermanová
ředitelka LORM z.s.



Okénko do Prahy

Jak poznat správnou kořenku, bezpečně užívat léky nebo nastavit pračku? Pro lidi s hluchoslepotou může být označování věcí v domácnosti velkou pomocí. Dobrou zprávou je, že možností je dnes opravdu mnoho, od jednoduchých hmatových značek až po moderní elektronické pomůcky.

Neexistuje jedno univerzální řešení. Každému vyhovuje něco jiného podle zbytků zraku, hmatu, sluchu i osobních preferencí. Často se nejlépe osvědčí kombinace několika způsobů.

Například k rozlišení podobných lahviček mohou posloužit gumičky, knoflíky, korálky, kousky suchého zipu nebo provázky. Na spotřebiče lze nalepit hmatové body či proužky, které usnadní orientaci na tlačítkách mikrovlnné trouby, pračky, sporáku nebo dálkového ovladače. Důležité je vytvořit si systém, který si člověk snadno zapamatuje.

Stejně důležité jako samotné označení je mít pro každou věc stálé místo.

Velkou pomocí je Braillovo písmo. V rámci své práce jsem se například setkal s klientkou, která si pomocí dymokleští označila kořenky Braillovým písmem. Stejným způsobem lze označit dózy s potravinami, léky, pořadače nebo šuplíky.

Další klientka využívá Pichtův psací stroj, na kterém si zapisuje důležité poznámky nebo informace. Jiná paní dává přednost kapesní braillové tabulce s bodátkem, která je lehká, snadno přenosná a umožňuje rychlé zapisování krátkých poznámek i vytváření jednoduchých braillových popisků.

Ne každý však Braillovo písmo používá. Setkal jsem se také s klientkou se zbytky zraku, která využívá velkou černou fixu a barevné samolepicí nálepky. Označit si tak lze například police v lednici, vypínače světel, zásuvky, dózy s potravinami nebo organizéry. Výrazné kontrasty bývají pro mnoho lidí se zbytky zraku velmi dobře čitelné.

Moderní technologie přinášejí další možnosti. Oblíbené jsou například hlasové popisovače, které umožňují ke speciálním štítkům nahrát vlastní zvukovou zprávu. Po

přiložení čtečky se přehraje například informace o obsahu dózy, barvě oblečení nebo způsobu užívání léků.

Zajímavým řešením jsou také NFC štítky, které lze načíst mobilním telefonem. Ke každému štítku je možné uložit text nebo hlasovou poznámku. Takto lze označit potraviny, dokumenty, oblečení, kabely nebo krabice s uloženými věcmi. Některé telefony pro nevidomé, například BlindShell, tuto funkci přímo podporují.

Pomoci mohou i QR kódy, které po načtení telefonem zobrazí nebo přečtou uloženou informaci. Další možností jsou aplikace využívající fotoaparát telefonu. Ty dokážou rozpoznávat text, čárové kódy nebo některé výrobky a pomohou například při určování potravin nebo čtení etiket.

Označování má své místo téměř v celé domácnosti, v kuchyni, koupelně, šatníku, pracovně i sklípku. Velkou pozornost je vhodné věnovat zejména lékům, u kterých by měl být systém označení co nejjednodušší a jednoznačný.

Zkušenosti ukazují, že nejlepší bývá kombinace více způsobů. Kořenky mohou být označeny Braillovým písmem, pračka hmatovými body, dokumenty velkým kontrastním písmem a oblečení elektronickými štítky. Každý člověk si postupně vytvoří vlastní systém podle svých potřeb.

Nemusí jít o nejmodernější technologii ani drahé pomůcky. Často stačí jednoduchý nápad, který přinese větší jistotu, bezpečnost a samostatnost při každodenních činnostech. Pokud si nejste jisti, jaké řešení by bylo vhodné právě pro vás, neváhejte se obrátit na svého sociálního pracovníka, který vám může pomoci najít systém odpovídající vašim potřebám i možnostem.



*Václav Skalický
terénní sociální pracovník Praha a Liberec*



Okénko do Jihočeského kraje

Milí čtenáři,

dlouho jsem přemýšlela, o čem budu tentokrát psát. Často se mne ptáte, co dělám, když nejsem s vámi. A tak mě napadlo, že vám přiblížím jeden týden práce sociální terénní pracovnice.

Je pondělí ráno a já zapínám počítač, kontroluji pracovní poštu, odepisuji na e-maily. Následně pro vás připravím pozvánku na klub, který proběhne za tři týdny. Pak mne čeká několik telefonátů těm z vás, se kterými se mám tento týden setkat. A je nejvyšší čas jet za dnešní první klientkou. Zaparkuji před domem, po přivítání mi začala popisovat, jak jí volali z města, že by pro ni měli volný byt v domě s pečovatelskou službou, a jí došlo, že když chtěla od pečovatelek sepsat žádost do domova seniorů, sepsaly s ní žádost do bytu s pečovatelskou službou, to ona nepotřebuje. Domluvily jsme se, že na příští schůzku žádost nachystám a pomohu s vyplněním. A už je nejvyšší čas pospíchat do poradenského centra, kde mám domluvenou další schůzku. Tentokrát jsme s klientkou řešily žádost o nadační příspěvek. Klientka si zapsala, co ještě bude potřeba zařídit. Dále se domlouváme na další schůzce, na které žádost zkompletuujeme a podáme. Do konce pracovní doby mi ještě zbývá chvilka, a tak opět pouštím počítač a zapisuji dnešní schůzky do individuálních plánů.

A je tu úterý. Hned ráno odesílám schválenou pozvánku na klub, někomu poštou, někomu elektronicky, někomu osobně – využiji naplánovaných schůzek. Je nejvyšší čas nasednout do auta – ten čas letí! – čeká mě návštěva u dalšího z vás, kdo potřebuje pomoci s doprovodem do obchodů a pak společně projít péči o sluchadla.

Ve středu mě čeká cesta do Českých Budějovic, dnes mám štěstí a nacházím krásné volné místo na zaparkování přímo za domem klientky, to se mi tak často nestává. Po zazvonění u domovních dveří vyběhnu do třetího patra. Ahoj, jak se máš? Po prvních pár větách se společně vydáme do centra města. Po obědě přejíždím k nemocnici – tady je nové velké parkoviště, které pomalu projíždím a hledám



volné místočko. Po dlouhé době si všimnu, že kousek ode mě nasedá paní do auta, stačí jen počkat. Spěchám na domluvené místo, kam mi klientku přivezla pečovatelská služba. Společně vyjedeme výtahem do čtvrtého patra, najdeme foniatrii. Lékaři vysvětlíme, jaké má paní problémy se sluchadly – lékař se jí snaží sluchadla nově seřídít a pak jí vysvětluje, proč na ně bude slyšet jinak, než byla zvyklá se starými, a jak si na ně postupně zvykat. Odchází spokojená, že rozumí lidské řeči.

Je tady čtvrtek. Vyjždím do malého městečka mezi Jindřichovým Hradcem a Českými Budějovicemi. Co mě čeká? Chvilka popovídání, co je nového, co se podařilo, co ne. A pak již začínáme pomalu podle obrázků z knížky opakovat znaky znakového jazyka. Klientka znaky zná, jen se jí plete postavení prstů. Domluvily jsme se, že nové znaky přidáme až příště. Po obědě v autě pokračuji v cestě dál do Českých Budějovic. A tam opět: „Ahoj, jak se máš? Co dnes potřebuješ, doprovod? Kam?“ Ty tři hodinky uběhnou jako voda a já se vydávám na cestu domů, teď bohužel už ucpanými Českými Budějovicemi. Jo, jo, je tu jaro a s ním spousta uzavírek...

Týden pomalu končí – jasně, je tu ještě pátek, to již ale za vámi nejedu. Hned ráno sedám k počítači, kontroluji poštu a vyplňuji potřebné výkazy. Plánuji další dny. Týden utekl jak voda. Každý týden je jiný a zároveň podobný. Teď už možná o mé práci víte zase o trochu víc.

*Jana Radová
terénní sociální pracovnice Jindřichův Hradec*



Okénko do Moravskoslezského kraje

Vážení čtenáři,

posledně jsem vám slíbila několik informací o nadacích. Já osobně nadace se svými klienty oslovuji nejčastěji v případě proplacení sluchadel. Také určitě kvůli jiným kompenzačním pomůckám, které klientům nebyly z různých důvodů schváleny úřadem práce, a přesto jsou potřebné. Důležitý je výběr nadace. Je dobré zjistit si předem, na co nadace nebo nadační fond přispívá. Některé se zabývají podporou vzdělávání, jiné pouze pomocí dětem, osobám s hendikepem, sportovcům, samoživitelům, organizacím, různým projektům – a tak bych mohla pokračovat dál.

Důvody oslovení nadace má také každý jiný. Nejvíce asi nízké příjmy nebo osoba tabulkově nezapadá do daných kategorií. Lormáci potřebují slyšet, pokud je to ještě možné, takže nejčastěji potřebují výkonná sluchadla. Ta jsou zdravotní pomůckou, úřad práce na ně tedy nepřispívá. Nenechte se odradit tím, že vám foniatr nabídne tu nejlevnější variantu sluchadel a hotovo. Ovšem neznamená to ani, že si máte vybrat ta nejdražší, když je nemáte jak propojit s chytrým telefonem a s nadsázkou řečeno s celým světem.

Je důležité vybrat správný typ sluchadel, například závěsná, nebo dokonce s dálkovým ovládáním do ruky. Jestliže zvolíte variantu samonabíjecích, je nutno přikoupit si nabíječku, což je takové pouzdro, v němž se sluchadla přes noc sama nabíjí. Dnes už některá sluchadla hlásí nejen pípáním, ale i slovně, že je baterie slabá a kolik procent jí ještě zbývá. Nebo si raději budete měnit mini baterie do sluchadel sami, protože technice až tak nevěříte?

Další otázka je, jestli budete sluchadla čistit hadříkem nebo si pořídíte sušičku na sluchadla. Ano, je to tak, sluchadla nesmějí přijít do styku s vodou, chraňte si je třeba kloboukem před deštěm. Nejde o to, že byste se se sluchadly koupali, ale o přirozený pot, který teče do hadiček.

Částka na jedno sluchadlo může činit od 10 000 Kč do 50 000 Kč, necelých 7 000 Kč na ně přispívá zdravotní pojišťovna. Například takové dálkové ovládání na sluchadla stojí 3 900 Kč.

Lormáci se také mohou ocitnout v situaci, že se jim sluchadla nebo jiná kompenzační pomůcka pokazí. A už je po reklamační lhůtě a požádat si mohou znovu až po 5 letech. Takže i proto tady nadace tak pilně pracují a pomáhají.



Nejprve se snažte si pomůcku u odborných pracovníků vyzkoušet. Pozor, nadace nejsou povinné vám sdělit, zda vaši žádost o příspěvek přijaly, či se jí budou zabývat. Nadační dar není nárokový, proto nemůžete na nadaci úplně spoléhat. Mají své dárce, ale pokladnička není bezedná a třeba někdo nadační dar potřebuje více než vy. Není ovšem problém oslovit nadaci jinou. Co opravdu nesmíte při podání žádosti nadaci? Být v exekčním řízení. Žádost o finanční dar má každá nadace na svých webových stránkách. Vyplněnou musíte podepsat a odeslat e-mailem zpět. Některé nadace přijímají pouze elektronickou žádost, jiné žádají poslat veškeré dokumenty pouze poštou. O jaké dokumenty se vlastně pro vaši představu jedná? Musíte doložit veškeré příspěvky z úřadu práce, jako je třeba příspěvek na péči a mobilitu. Dále musíte doložit výši starobního nebo invalidního důchodu. Také pokud dostáváte výživné nebo vdovský důchod, přídavky na dítě, příspěvek na bydlení. Doložit musíte také vaše průměrné měsíční náklady. Běžné výdaje jsou například nájem, služby, jízdné, strava, léky, drogerie, oblečení, koníčky. Aktuální lékařské zprávy z oční a ušní ambulance, zprávy od jiných odborných lékařů. Dále je nadaci nutné podepsat souhlas se zpracováním vašich osobních údajů. Nadace mají svá schvalovací období, některá schvaluje 1x za měsíc, jiná čtvrtletně, jiná schvaluje průběžně. Čím dříve si začnete připravovat veškeré dokumenty a psát oslovovací dopis, tím lépe. Je nutné také ofotit občanský průkaz a průkaz ZTP.

Zatím jsem měla hezkou spolupráci s Nadací Leontinka, Nadací AGEL, Skils – nadačním fondem, Nadací AGROFERT. Pozor – Nadační fond SVĚTLUŠKA neproplácí sluchadla. Obecně nedoporučuji cokoli řešit o letních prázdninách a před Vánocemi. Všichni jsou v té době na dovolených a těžko se komunikuje. U většiny nadací, žádáte-li o příspěvek na dofinancování pomůcky, si nesmíte pomůcku zaplatit a vyzvednout dříve, než nadace zašle platbu! Tu posílá po schválení vaší žádosti, a to buď na váš účet, nebo



na účet firmy nebo foniatra v souladu s tím, co je uvedeno ve smlouvě mezi vámi a nadací. Smlouva vás zavazuje také k doložení dokladu o zakoupení pomůcky.

Neváhejte se na nás včas obrátit, rádi pomůžeme. Není toho málo, ale ta radost, když se vše povede!

*Marcela Kazíková
terénní sociální pracovnice Ostrava*

STALO SE ANEB POHLED Z DRUHÉ STRANY

Rok 2019

Covid-19. Kdo by mohl zapomenout? Číhal, hrozil, zabíjel. Ale teď ještě ne, teď jsme ještě byli na 7. ročníku Lormolympiády, společnost Grayling plnila lormákům další z jejich 25 přání, byli jsme na pobytech. Kde? Ve Vyšším Brodu a v Sušici, Doteky z podzimu tohoto roku jsou plné chvály a poděkování. Neskromně říkám ano, je za co, rozsáhlou organizační přípravu pobytů už jsme na stránkách našeho čtvrtletníku nejednou probírali. Avšak někdy ani to nestačí. Přesněji jednou nestačilo. Na jednom z pobytů, mnoho let dozadu tomu, jsme zažili opravdové sci-fi.

Věřte nevěřte... Metodika přípravy stanovená, splněná, takže nezbývalo, než radostně vyrazit směr Matička Praha a jen malinkatý kousek za ni, do lůna přírody, jak ubytování nabízelo. Čekaly na nás plně vybavené chatky, hlavní budova s jídelnou a salonkem, vybraný jídelníček, ohniště na posezení, opékání špekáčků, zpívání při kytarě, zkrátka ráj. A samozřejmě dva celodenní výlety, Praha je krásná atd.

Realita – chatky sice běžně vybavené, leč náhodně poházené po volném prostoru, který pravděpodobně těsně před naším příjezdem opustilo stádo divočáků – všude samá díra, neposečeno. Průvodci, kteří neměli společné spaní s klienty, běhali celé dny i část noci sem tam mezi výmoly, až si jedna šeredně zranila kotník a odcestovala domů, takže mi nezbylo než přibrat jejího klienta k tomu svému. Hlavní budova byla natolik vzdálená, že když už jste jednou přišli

tam, nechtělo se vám zpět. Ne že by byla nějak mimořádně útulná, ale už po jednom raním klopýtání, vrávorání a přeskakování jam jste byli nadřeni na příštích 12 hodin. Jiřinka s Radkou se po obědě dokonce ani nevracely na odpočinek a čekávaly na odpolední program v klubovně. Nuž, zvykli jsme si, vychytali strategii přesunu a bylo zas dobře.

A teď to hlavní. Poskytovatel areálu s námi nepočítal na stravu. Zřejmě si myslel, že si budeme vařit sami nebo jsme účastníci odtučňovacího pobytu s jedním malým bílým jogurtem denně. Tak to teprve bylo překvapení! Chudinka mladá paní, která byla vyslána předat nám klíče od budov včetně kuchyně, si spolu s námi nevěděla rady. Roztáčela jsem telefon jak zběsilá na všechny strany, na všechny kontakty. Konec dobrý, všechno dobré, jak se říká, zvládli jsme to, ač nutno přiznat, že strava byla velmi skromná až dietní, takže své nezastupitelné místo měl Sladký pytlíček plný nezdravých, zato výborných pochoutek v Matičce zakoupený.

A poučení pro nás? Od té doby jsme nikdy nejeli na místo, které bychom před uzavřením dohody osobně neprohlédli. Tak vidíte, ono vše zlé je nakonec vždycky k něčemu dobré. A na tento výjimečný pobyt vlastně my pamětníci vzpomínáme rádi a s úsměvem.

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*



PŘÍSPĚVKY ČTENÁŘŮ

Týden plný zážitků a sluníčka

Už víte, o čem budu psát? Ano, uhodli jste, o jarním pobytu LORMu, který se konal v Pískové Lhotě u Mladé Boleslavi. V pátek 22. května odpoledne postupně přijížděli účastníci pobytu s průvodci a nastalo velmi srdečné přivítání.

V sobotu při prostorové orientaci nás vedoucí pobytu Vašek Skalický provedl Hotelem Dvůr. Protože nám celý týden svítilo sluníčko, tak se nejvíce využívaným místem stala pergola, kde bylo moc příjemně. Večer jsme zde hráli společenské hry. Vedle pergoly byl rybníček, kde kromě ryb





byly i žáby, které se často hlasitě ozývaly.

Odpolední vycházka vedla kolem židovského hřbitova, který byl založen v 17. století. Pohřbívalo se tu do poloviny 20. století. Nyní je hřbitov neudržovaný. V okolí obce je zřícenina hradu Starý Stránov. Je označován také jako Myškův hrádek. Při dalších vycházkách nás zaujala kaplička, rybník s vodníkem, a hlavně barokní hospoda Na Písku. Hospoda tam nyní není, ale hned vedle prodávali výbornou zmrzlinu.

Já se vždy těším na výlety. Před odjezdem na pobyt jsem doufala, že se vydáme na prohlídku kostelů do Staré Boleslavi. A stalo se! V infocentru nás přivítala naše průvodkyně. Měla pro nás připravenou sošku sv. Václava a Panny Marie s Ježíškem. Všichni dostali jako dárek růženec.

Potom následovala prohlídka baziliky Nanebevzetí Panny Marie. Stojí na místě, kde podle legendy ukryl do země blahoslavený Podivín po smrti svatého Václava reliéf Panny Marie s dítětem, nazvaný Palladium země české. Můj průvodce Pavel mi vyfotil různé kaple a oltář v tomto kostele a fotografii z mobilu stáhl do tabletu, abych si mohla vše zblízka prohlédnout. Bazilika sv. Václava, která byla vybudována na místě kostela zasvěceného sv. Kosmovi a Damiánovi, u jehož dveří byl 28. září 935 svým bratrem Boleslavem zavražděn kníže Václav, je nejvýznamnější památkou Staré Boleslavi.

Odpolední návštěva zámku Loučeň se také vydařila. Zámek patřil rodu Thurn-Taxisů. Zámecké interiéry přibližují život šlechty v 19. – 20. století. V parku u zámku je mnoho různých bludišť a vzrostlých stromů.

Při druhém výletu nás na procházku městem pozval pan Procházka. Provedl nás kolem tří kostelů přes Staroměstské náměstí s renesanční radnicí zdobenou sgrafity až k hradu nad řekou Jizerou, kde je nyní Muzeum Mladoboleslavska. Odpoledne následovala prohlídka Škoda Muzea. Historie sahá až do roku 1895, kdy Václav Laurin a Václav Klement založili podnik Laurin & Klement, ve kterém se vyráběla kola, motocykly. Přála jsem si v muzeu najít auto mého dětství – Škodu Octavii, a to se podařilo.

Velké nadšení vzbudilo Letecké muzeum Metoděje Vlacha, a to díky vynikajícímu průvodci, který nás provedl výstavní halou a řekl nám vše důležité o každém letadle.

Nejpopulárnější je replika letadla Metoděje Vlacha, který s ním vzlétl v roce 1912.

Závěr prohlídky v místní kavárně s dobrou kávou byl super. Mladá Boleslav je opravdu překrásné město a rozhodně stálo za to ji poznat.

Program celého pobytu byl pečlivě připravený – Lormova abeceda, arteterapie, výlety, předvedení počítačů s hlasovým výstupem a zvětšovací programem od firmy Spektra, soutěž Riskuj. Zkrátka vše OK!

Týden utekl rychle a nastalo loučení. Velice dojemné bylo loučení se Štefanem, který jel na pobyt poprvé a v očích měl slzy. Připomnělo mi to můj první pobyt s LORMem, kdy tekly slzy mně – bylo mi tehdy líto, že už pobyt končí. Závěrem děkuji všem za příjemně prožitý týden!

Marcela Peterková



Pobyt v Pískové Lhotě

Milí lormáci a přátelé,

prožili jsme krásný květnový týden s účastníky pobytu v Pískové Lhotě u Mladé Boleslavi. Všichni jsme se těšili na novou sezonu pobytů LORMu 2026. Ubytování, prostředí i strava v Hotelu Dvůr výborná, ale i dobrá parta účastníků. Rána začínala jako vždy rozcvičkou a čerstvým jarním osvěžujícím vzdouškem.

Výlet do Staré Boleslavi, kde byl zavražděn kníže Václav, byl zážitek. V informačním centru nám dali osahat barokní sochu asi 80 cm velikou, které říkají „náš Venoušek“. Díky úžasné průvodkyni jsme měli možnost navštívit baziliku Nanebevzetí Panny Marie i baziliku sv. Václava, ocitnout se na dosah Palladia země české a staroboleslavského pokladu.

Na druhém celodenním výletu do Mladé Boleslavi jsme během komentované prohlídky poznávali nejstarší části města, zastavili jsme se u 3 kostelů a došli až k hradu, kde se nyní nachází Muzeum Mladoboleslavska. Odpoledne nás čekala prohlídka Škoda Muzea. Ocitli jsme se v ráji automobilů, krásně naleštěných veteránů, jako kdyby právě



sjeli přímo z výrobní linky. Takoví to byli fešáci. Výlet do leteckého muzea byl též krásný, zaujal mě letoun z roku 1909 německé výroby a jednoduché konstrukce. Kdo na něj měl peníze, mohl si jej zakoupit. Podmínka však byla, že si ho musel u výrobce sám složit a naučit se létat.

Na programu pobytu byla například muzikoterapie, výuka a opakování Lormovy abecedy formou hry, procvičování paměti při zábavné soutěži „Riskuj“ ve skupinkách na téma historie navštívených míst a hluchoslepota. Dozvěděli jsme se novinky z oblasti kompenzačních pomůcek od společnosti Spektra, tvůrčí duch jsme popustili při arteterapii a literární tvorbě. Vše bylo velmi dobře připravené, pobyt hodnotím jako velmi dobrý, děkuji všem pracovníkům LORMu a těším se na další krásné setkání!

Miloslav Koklar

Postřehy a střípky z Pískové Lhoty

Došla jsem k zamyšlení. Většina z nás jsme pamětníci. Já si například pamatuji, když jsem hodně cestovala v dobách mého mládí a na hotelích či pensíonkách byl jeden záchod a jedna sprcha na celém patře. Ručníky jsme vozili svoje. Jsme natolik zhýčkaní, že máme pokoj se sociálním zařízením pro dva. A to nemluvím o denním úklidu a výměně ručníků! Ruku na srdce, kdo z vás to dělá doma? Co se týče jídla, za mých mladších let býval výběr maximálně ze dvou jídel. Dnes máme ke snídani bohatý výběr ze švédských stolů a kuchař musí zvládnout připravit 10 různých diet. Kam se podělo české slovo pokora, chybí snad ve slovníku?

A nyní moje lepší střípky. Dost na sobě makám. Jsem tvrdá na sebe i na ostatní. Rozcvička super, dělám i doma. Drží mi to figuru a povolují chronické bolesti. Kvíz – dokonalé procvičení mozku. Můžu si občas říci, ještě to není stařecká demence. Co dodat nakonec? Klobouk dolů před člověkem, který dokáže uspokojit 30 lidí. Ubytovat, nakrmit, zabavit, obstarat, zamluvit... A věřte mi, vím, o čem mluvím. Je za tím tolik práce.

Děkuji vedoucímu pobytu!

Předpodzimek



Ráno jsou již velké rosy, už i dívky svetry nosí,
léto končí, marná sláva, slunce méně tepla dává.
Vítr fouká ze strnišťat, žně skončily, nebude hlad,
školních prázdnin už je konec a ve škole zvoní zvonec.

Ještě bude trochu teplo, snad též přijde babí léto.
Pak nastanou plískanice, více dešťů, čvachtanice.
Příroda je kouzelnice, tvoří barev na tisíce,
ke spánku se ukládá, to už podzim převládá.

Jaroslava Navarová

Divadlo v přírodě

Už dlouho jsem si přála navštívit Hořické pašijové hry. Přání mi splnila moje kamarádka Martina. V sobotu 6. června 2026 se konalo v Hořicích na Šumavě představení v krásném přírodním amfiteátru. V letošním roce uplyne 33 let od obnovení Hořických pašijových her, které byly v roce 2024 zapsány do Seznamu kulturního dědictví ČR a nyní usilují o zápis do UNESCO.

Přírodní amfiteátr se mi moc líbil. Počasí nám také přálo. Desítky herců ztvárňují s úžasným nasazením dávný příběh Ježíše Krista. Herci, tedy místní ochotnický spolek od dětí až po dospělé, za doprovodu hudby Musica Bohemica perfektně zahráli dávný příběh.

Byl to skvělý zážitek, i když my hluchoslepí jsme vždy o něco ochuzeni. Abych nezapomněla, v příběhu hrála i zvířátka – osel a beránek. Při odchodu z amfiteátru byla možnost osla pohladit, což jsem ráda využila.

A teď ještě něco z historie her. Představte si, že příběh hořických pašijí začal před 210 lety a v roce 1893 se hrálo představení v nové budově s kapacitou 1 500 diváků za účasti 300 herců. V roce 1897 zaznamenala americká společnost Hořické pašijové hry na filmový pás. Po dobu světových válek byly hry přerušeny a v roce 1947 se hrály



v češtině. Po roce 1948 došlo z politických důvodů k dlouhé pauze a budova divadla byla zbořena.

A mně už nezbyvá nic jiného než poděkovat místním nadšencům, kteří v roce 1993 opět pašijové hry obnovili, a Martině za další splněné přání.

Marcela Peterková



ROZHOVOR

Jsem blbec, který neví, že něco nejde

Renesanční člověk je všestranně nadaná osobnost s hlubokými znalostmi a dovednostmi v mnoha různých oborech... A já takového znám, heč. A navíc si to nenechám pro sebe, ale moc ráda vás s ním seznámím. Předpokládám, že se takovému zařazení bude bránit, nevadí, stejně si to o něm budu myslet dál. Dámy a pánové, pan Jiří Sedláček!

Zdravím tě, Jiří, a začnu klasickou otázkou – jak ses dozvěděl o společnosti LORM?

O LORMu jsem se dozvěděl již při svých nedokončených studiích speciální pedagogiky, ale šlo jen o povědomí, čím se společnost zbývá. Odnesl jsem si od vás „nakreslenou ruku“ s tahy a dotyky Lormovy abecedy, kterou jsem si pro pobavení s kamarády (a ještě raději s kamarádkami) zkoušel komunikovat.

Další a praktičtější kontakt přišel díky mé práci ve specializované firmě dodávající kompenzační pomůcky. V této firmě pracovala velká propagátorka, členka i klientka LORMu paní Dáša Prošková. Díky ní jsem se dostal k dalším klientům po celé republice. Nejvíce mi v paměti utkvěli naši zákazníci a vaši klienti z jižní Moravy.

Jaké je tvé zdravotní znevýhodnění?

Od narození velmi špatně vidím a svou diagnózu snad raději ani nechci popisovat, protože v lékařských zprávách zabírá minimálně dva řádky. V současné době už jsem na hranici mezi praktickou a úplnou slepotou, ale snažím se

životem stále protloukat. Hodně si pomáhám ostatními smysly, které mi naštěstí fungují na výbornou.

Jsi velmi pracovitý člověk, takový ten neposeda, co chvíli nevydrží v klidu. Když nevisíš někde na římse při opravě svého krásného domu, jsi v práci. Jaké je tvé zaměstnání?

V současnosti cca 12 let vyučuji jako lektor náročných kompenzačních pomůcek (počítačů, mobilů, ale i dalších drobných pomůcek) v SONS ČR, z. s. Přicházím do kontaktu se slabozrakými, nevidomými, ale i s lidmi s kombinovanými vadami a samozřejmě také s hluchoslepými. Při práci s klienty jsem jedním milým nedopatřením přišel i k současné přítelkyni Katce, která mě díky své klientské aktivitě udržuje v kontaktu s LORMem.

Zkrátka všuměl. Zkus stručně přiblížit svoji pracovní náplň.

V minulých zaměstnáních i v tom současném se snažím handicapovaným lidem pomáhat zvládat IT technologie. Jen v prvním zaměstnání jsem byl více technikem, zatímco v těch následujících jsem spíše učitelem. Spektrum pomůcek, se kterými učím nebo je pomáhám spravovat, začíná většinou u mluvicích pomůcek do domácnosti a do dílny, pokračuje přes tlačítkové telefony, smartphony a tablety až po osobní počítače s odečítači obrazovky.

Hm, hmm, přestávám se „chytat“, smekám a přesouvám se tudíž k další otázce, která se týká tvého vkladu do problematiky bezbariérovosti pro zrakově postižené spoluobčany.

Ano, na tuto oblast bych málem zapomněl. Donedávna jsem se jí zabýval spíše dobrovolně a ze zájmu, ale nyní se stala součástí mé pracovní náplně. Například poslední dva roky řeším se svými kolegy na pracovišti SONS ve Vsetíně nový vsetínský dopravní terminál. Už cca rok a půl je hotová železniční část stanice a před dokončením je v současnosti i část pro linkovou a městskou dopravu.

Snažím se tam stále připomínkovat záležitosti ohledně přístupnosti, především pro lidi se zrakovým postižením, ale tyto připomínky pomohou určitě i hluchoslepým. Řešili jsme optimalizaci hlasitosti orientačních hlasových majáčků (aby jim bylo rozumět a zároveň se nepřekřikovaly navzájem), srozumitelnost a špatnou češtinu v odjezdových monitorech, ale také hmatové linie, hmatové štítky





na zábradlích či informační tabulky s rozložením sektorů na nástupištích. Teď mě ve spolupráci s kolegy čeká hlavně autobusová část a vše, co na novém terminálu patří městu Vsetín.

Je ještě něco z tvé profesní nabídky zrakově postiženým klientům vhodné pro lidi s hluchoslepotou?

Moje práce se z velké části týká i lidí s hluchoslepotou. Naštěstí evropské zákony pro přístupnost myslí na většínu handicapů, ať už jde o bariéry ve veřejném prostoru, nebo v technice. Myslím, že okolo čtvrtiny našich klientů má k tomu zrakovému znevýhodnění i nějaký ten stupeň sluchového postižení.

Máš křížem krážem procestovanou celou republiku, asi nejvíce vlakem, vím, že si dokážeš najít absolutně neoptimálnější spojení, úhradu cesty, zkrátka drážní maniak. Prozradíš nám, odkud na všechny ty cesty vyrážíš? Kde je to tvé Tady to mám rád, tady jsem doma?

Pocházím z Prahy a žil jsem tam cca polovinu života. Osud mě ale zavál za bývalou ženou na samotný jihovýchod naší republiky – do Luhačovic, kde poměrně úspěšně zapouštím kořeny už skoro 25 let. Na obou místech to mám velice rád a všude mám spoustu kamarádů a známých. Mimochodem, bydlím přímo v Pozlovicích a do Luhačovic, konkrétně do Pražské čtvrti s vilami s pražskými názvy, to mám coby kamenem dohodil.

Potvrzují, navíc bys kamenem dohodil i na přehradu, kterou máš takřka za barákem, krásné místo k životu! Zbývá ti vůbec při tvém enormním vytížení ještě čas na nějaké koníčky?

Protože jsem pražtěný kolejnicí a dopravou obecně, raději se mě na nic z těchto oblastí neptej, jinak hrozí, že už tě po zbytek dne nepustím ke slovu. Naštěstí mám ale i jiné záliby: rád cestuji po Česku i po zahraničí, rád rekreačně sportuji a také si rád zajdu do sauny, vířivek a za dalšími wellness slastmi.

Máš nějaké životní krédo?

Jsem blbec, který neví, že něco nejde.

Letos LORM oslaví 35 let od založení, co bys mu popřál do dalších let?

Moc mi nejdou vzletné fráze, ale ze srdce a z vlastního

přesvědčení bych přál LORMu, aby dokázal i nadále smysluplně naplňovat volný čas a pomáhat v těžkých situacích lidem s hluchoslepotou.



Tak co, dáte mi za pravdu? Děkuji, jsem ráda, že jsme stejného názoru... Jiří, buď zdravý, spokojený a napořád tak zvědavý a nezlomný jako dosud!

*Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků*

SOCIÁLNĚPRÁVNÍ NOVINKY



Lázně nesmí pacientům s asistenčními psy účtovat tisícové poplatky

Pacientka s asistenčním psem zaplatila v lázních 14 tisíc korun za jeho pobyt. Přestože doložila, že psa kvůli svému zdravotnímu stavu potřebuje, peníze zpět nedostala. Navíc se se psem mohla pohybovat v lázeňské budově jen mezi pokojem a východem z budovy. Předčasně proto ukončila pobyt. Ombudsman dospěl k závěru, že ji lázně znevýhodnily kvůli jejímu zdravotnímu postižení. Doporučil jim změnit pravidla a pokusit se spor vyřešit smírně. Lázně přislíbily vrátit stěžovateli peníze a do budoucna nastavit jasná pravidla pro tyto případy.

Asistenční pes není domácí mazlíček. Pro řadu lidí představuje nezbytnou pomoc při zvládání každodenního života. Proto by jeho přítomnost neměla být důvodem k dalším poplatkům ani k omezením, která lidem znemožní využít zdravotní péči.

„Lidé, kteří asistenčního psa potřebují kvůli svému zdravotnímu stavu, nesmějí být při poskytování zdravotní péče znevýhodněni. Ochrana zdraví ostatních pacientů je důležitá, ale zařízení by měla hledat taková řešení, která umožní využívat služby i lidem s asistenčními psy,“ uvedl zástupce ombudsmanky a dětského ombudsmana Vít Alexander Schorm.



Pacientka před nástupem do lázní ověřovala, zda může přijet s asistenčním psem. Po příjezdu však musela zaplatit poplatek za jeho pobyt. Ani poté, co předložila doklady o výcviku psa a lékařská potvrzení, jí lázně peníze nevrátily. Současně jí dovolily pohybovat se se psem pouze po nejkratší trase z pokoje ven z budovy. Pes nesměl na procedury ani do jídelny. Pacientka proto pobyt ukončila předčasně.

Co je asistenční pes? Asistenční pes je speciálně vycvičený pes, který pomáhá člověku se zdravotním postižením zvládat běžný život. Může pomáhat lidem s tělesným, smyslovým i duševním postižením. Nejde o domácího mazlíčka, ale o důležitou pomůcku, která člověku umožňuje větší samostatnost.

Ombudsman uznal, že lázně musí chránit zdraví ostatních pacientů a dodržovat hygienická pravidla. Podle něj ale nelze uplatňovat téměř úplný zákaz pohybu asistenčních psů po areálu. Existují i jiná řešení, například upravit organizaci provozu nebo vyhradit vhodná místa, aby byla chráněna práva všech ostatních pacientů.

Ombudsman doporučil lázním jednat s pacientkou o smírném vyřešení sporu. Lázně přislíbily peníze pacientce vrátit a přijmout jasná a veřejně dostupná pravidla pro pobyt pacientů s asistenčními psy. Ta by měla vycházet ze skutečných potřeb lidí se zdravotním postižením.

Zdroj: https://www.ochrance.cz/aktualne/lazne_nesmi_pacientum_s_asistencnimi_psy_uctovat_tisicove_poplatky_upozorňuje_zastupce_ombudsmanky



ZDRAVÍ

Poruchy sluchu nejsou jen problémem stáří

Vady sluchu bývají často spojovány především se stářím. Odborníci ale upozorňují, že jde o problém, který může člověka provázet doslova od narození. Podle Světové zdravotnické organizace má dnes nějakou formu sluchového postižení přibližně pět procent světové populace. Pomoc

nebo kompenzaci potřebuje asi 430 milionů lidí a odhady hovoří o tom, že do roku 2050 jejich počet vzroste až na 700 milionů. Mezi nimi bude i 34 milionů dětí.

„Sluch nepředstavuje pouze slyšení zvuků. Jde o získávání informací z vnějšího prostředí. Říká se, že až 60 procent informací z vnějšího prostředí získáváme pomocí sluchu. Sluch výrazně ovlivňuje komunikaci, mezilidské vztahy, vzdělání, kognitivní schopnosti i profesní a společenské uplatnění,“ upozornila MUDr. Zdenka Aksenovová, Ph.D., z Kliniky ušní, nosní a krční 2. LF UK a FN Motol a Homolka.



TICHÁ EPIDEMIE, KTERÁ SÍLÍ S VĚKEM

Přestože se o sluchovém postižení často mluví jako o problému seniorů, jeho výskyt narůstá postupně během života. Do 20 let věku se sluchové vady vyskytují přibližně u jednoho až dvou procent populace. Kolem čtyřicátého až padesátého roku života už se týkají zhruba třetiny lidí. Ve věku nad 65 let má problém se sluchem polovina populace a mezi lidmi staršími 85 let jde o více než 90 procent osob.

Důsledky přitom nejsou jen zdravotní. U dětí mohou vést k opožděnému vývoji řeči, problémům ve vzdělávání a následně v pracovním uplatnění. U dospělých bývají spojeny se sociální izolací, pocity osamění, s depresí i vyšším rizikem kognitivních potíží a demence.

HLUK, GENETIKA I STÁRNUTÍ

Příčin poruch sluchu je celá řada. U dětí dominují genetické faktory, vrozené vývojové vady nebo komplikace během těhotenství a porodu. V dospělosti se přidávají infekce, nádory, cévní příhody, vliv některých léků, úrazy i přirozené stárnutí sluchového aparátu.

Významným rizikovým faktorem zůstává také hluk. „Akutní jednorázové působení hluku kolem 140 decibelů může sluch poškodit. Negativní vliv ale má i chronické působení hluku kolem 85 decibelů,“ upozornila lékařka.

ČESKÝ SCREENING ZACHYTÍ VĚTŠINU DĚTÍ

Jedním z velkých úspěchů české medicíny je systém novorozeneckého screeningu sluchu. Závažná sluchová vada se objeví přibližně u 100 až 120 dětí na 100 000 živě



narozených. Třetina až téměř polovina z nich je kandidátem kochleární implantace.

Lékaři se přitom řídí pravidlem 0–3–6–12. Dítě má být po narození vyšetřeno, do tří měsíců by měla být stanovena diagnóza, do šesti měsíců by mělo dostat sluchadla a nejpozději do jednoho roku by mělo být rozhodnuto o případné kochleární implantaci.

PO DĚTECH PŘICHÁZEJÍ NA ŘADU PADESÁTNÍCI

„V současné době se připravuje screening sluchu dospělých od padesáti let věku. Je zatím ve stadiu přípravy a klinických zkoušek. Cílem je zjistit vadu a kompenzovat sluch u populace středního a staršího věku,“ řekla MUDr. Aksenovová.

Včasný záchyt zhoršujícího se sluchu by podle odborníků mohl přispět ke snížení sociální izolace a možná i k omezení některých faktorů spojených s rozvojem demence.

SLUCHADLA UŽ VYUŽÍVAJÍ UMĚLOU INTELIGENCI

Představa sluchadla jako jednoduchého zesilovače zvuku dnes dávno neplatí. Současná digitální zařízení dokážou analyzovat okolní prostředí a automaticky upravovat své nastavení.

„Sluchadla mají v sobě prvky umělé inteligence. Automaticky se přizpůsobují vlivu prostředí, monitorují prostředí, ve kterém se uživatel pohybuje, a přizpůsobují se tak, aby se co nejlépe zesílila řeč a utlumily ostatní okolní zvuky,“ vysvětlila Aksenovová.

Moderní sluchadla umožňují bezdrátové propojení s mobilním telefonem, fungují jako handsfree zařízení, lze je spojit s televizí nebo vzdáleným mikrofonom a některé modely je možné nastavovat i na dálku prostřednictvím internetu. Lékaři navíc získávají data o tom, jak často pacient sluchadlo používá a v jakém prostředí se nejčastěji pohybuje.

KDYŽ NESTAČÍ SLUCHADLO

O chirurgických možnostech léčby pak hovořil prof. MUDr. Zdeněk Čada, Ph.D., MBA, přednosta Kliniky ušní, nosní a krční 2. LF UK a FN Motol. Připomněl, že řadu



převodních poruch sluchu lze úspěšně řešit operacemi bubínku nebo rekonstrukcí středoušních kůstek. Využívají se například titanové protézy, které nahrazují poškozené části převodního aparátu u pacientů s cholesteatomem nebo jinými onemocněními středního ucha.

Další možnost představuje chirurgická léčba otosklerózy, při níž dochází ke ztrátě pohyblivosti třmínku. „Hluchota po operaci otosklerózy je do jednoho procenta, což činí tuto metodu velmi bezpečnou a zároveň velmi efektivní,“ uvedl profesor Čada.

PRVNÍ DĚTI S KMENOVÝM IMPLANTÁTEM V ČESKÉ REPUBLICCE

U pacientů s těžkou percepční nedoslýchavostí nebo hluchotou představuje standardní řešení kochleární implantace.

„U dětí do čtyř let máme tendenci implantovat obě uši v jedné době, tedy provádět synchronní kochleární implantaci,“ uvedl Čada.

Ještě dál však posouvají možnosti léčby takzvané kmenové sluchové implantáty. Ty jsou určeny dětem, které nemají vyvinutý sluchový nerv nebo struktury vnitřního ucha, takže běžný kochleární implantát nelze použít. Na rozdíl od kochleárních implantátů totiž tato zařízení nestimulují sluchový nerv, ale přímo sluchová centra v mozgovém kmeni.

BUDOUCNOST: GENOVÁ LÉČBA I IMPLANTÁT PRO SLUCH A ROVNOVÁHU

Pozornost odborníků se soustředí také na vývoj vestibulárně-kochleárních implantátů, které by mohly současně pomáhat pacientům se ztrátou sluchu i závažnými poruchami rovnováhy. Zatím jsou ve fázi výzkumu, ale podle profesora Čady už existují pacienti, kteří by z nich mohli významně profitovat.

(upraveno, kráceno)

Zdroj: https://nasezdravotnictvi.cz/aktualita/poruchy-sluchu-nejsou-jen-problemem-stari-odbornici-upozoruji-na-tichou-epidemii-i-nove-moznosti-lecby?utm_campaign=hp_feed&utm_medium=seznam_distribuce&utm_source=www.seznam.cz#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=hpfeed.szhpnative.box



Kolobom

Kolobom je vrozená oční vada, která může postihnout různé struktury oka, včetně duhovky, sítnice a zrakového nervu. Vzniká, když se část oka během fetálního růstu správně nevyvine, což vede k mezeře nebo vadě. Tento stav může mít významné důsledky pro zrak a celkové zdraví očí.

Kolobom se může vyskytnout na jednom oku (jednostranný) nebo na obou očích (oboustranný) a může být spojen s jinými vrozenými vadami.

I když je kolobom primárně vrozené onemocnění, určité faktory prostředí během těhotenství mohou zvýšit riziko jeho vzniku. Mezi ně může patřit:

- **Infekce:** Mateřské infekce, jako jsou zarděnky, toxoplazmóza nebo cytomegalovirus během těhotenství, mohou narušit normální vývoj plodu a potenciálně vést ke vzniku kolobomu.
- **Expozice teratogenům:** Látky, které mohou způsobit vrozené vady, jako jsou některé léky, alkohol nebo drogy, mohou také přispívat k riziku vzniku kolobomu.

Kolobom může mít genetickou složku a s tímto onemocněním je spojeno několik dědičných syndromů. Patří mezi ně:

- **Syndrom CHARGE:** Genetická porucha charakterizovaná kolobomem, srdečními vadami, atrézií choan, růstovou retardací, abnormalitami genitálií a anomáliemi ucha.
- **Patauův syndrom (trisomie 13):** Chromozomální onemocnění, které může vést ke vzniku kolobomu a dalších závažných vývojových problémů.
- **Další genetické mutace:** Variace ve specifických genech mohou predisponovat jedince k vzniku kolobomu, což naznačuje dědičnou souvislost.

Pravděpodobnost vzniku kolobomu může zvýšit několik rizikových faktorů:

- **Stáří:** Vyšší věk matky může být spojen s vyšším rizikem vrozených vad.
- **Pohlaví:** Některé studie naznačují, že kolobom může být častější u mužů než u žen.
- **Geografická lokace:** V některých oblastech může být



vyšší výskyt vrozených očních vad v důsledku environmentálních nebo genetických faktorů.

- Základní podmínky: Jedinci s rodinnou anamnézou vrozených očních vad nebo genetických syndromů mohou být vystaveni zvýšenému riziku.

Příznaky kolobomu se mohou značně lišit v závislosti na typu a závažnosti onemocnění. Mezi běžné příznaky patří:

- Zrakové postižení: Obtížné vidění, zejména za zhoršených světelných podmínek.
- Abnormální tvar zornice: Klíčová dírka nebo vroubkovaný vzhled zornice v případech kolobomu duhovky.
- Citlivost na světlo: Zvýšená citlivost na jasné světlo (fotofobie).
- Strabismus: Nesprávné zarovnání očí, které se může vyskytnout u některých jedinců s kolobomem.

Některé příznaky mohou naznačovat potřebu okamžité lékařské pomoci:

- Náhlá ztráta zraku: Jakákoli náhlá změna vidění by měla být neprodleně vyšetřena.
- Silná bolest očí: Intenzivní bolest v oku nebo kolem něj může signalizovat závažnější onemocnění.
- Záblesky nebo plovoucí objekty: Náhlý výskyt záblesků světla nebo plovoucích skvrn v oku může naznačovat problémy se sítnicí.

I když neexistuje lék na kolobom, různé možnosti léčby mohou pomoci zvládat příznaky a zlepšit kvalitu života:

- Korekční čočky: K řešení refrakčních vad spojených s kolobomem mohou být předepsány brýle nebo kontaktní čočky.
- Chirurgické možnosti: V některých případech může být nutný chirurgický zákrok k řešení komplikací, jako je katarakta nebo odchlípení sítnice.

Pokud se neléčí nebo se špatně léčí, může kolobom vést k několika komplikacím:

- Ztráta zraku: V závislosti na závažnosti a typu kolobomu může u jedinců docházet k progresivní ztrátě zraku.



- Amblyopie: Tento stav, známý také jako „líné oko“, se může vyvinout, pokud je jedno oko výrazně slabší než druhé.
- Psychosociální dopad: Jedinci s viditelnými očními vadami mohou pociťovat sociální stigma nebo psychologické problémy.

Prognóza pro osoby s kolobomem se značně liší v závislosti na typu a závažnosti onemocnění. Mnoho jedinců s mírnou formou kolobomu může vést normální život s minimálním zrakovým postižením, zatímco jiní s těžšími formami mohou vyžadovat průběžnou léčbu a podporu. Celkovou prognózu u jedinců s kolobomem může ovlivnit několik faktorů:

- Včasná diagnóza: Včasná identifikace a intervence mohou výrazně zlepšit výsledky.
- Dodržování léčby: Dodržování doporučených léčebných plánů a pravidelné sledování může pomoci účinně zvládat příznaky.

Je nezbytné okamžitě vyhledat lékařskou pomoc, pokud se u vás objeví některý z následujících příznaků:

- Náhlá ztráta zraku nebo změny vidění.
- Silná bolest nebo nepohodlí v očích.
- Záblesky světla nebo plovoucí objekty ve vašem zorném poli.
- Jakékoli další znepokojivé příznaky, které mohou naznačovat vážné oční onemocnění.

Kolobom je vrozená oční vada, která může významně ovlivnit zrak a kvalitu života. Pochopení jejích příčin, symptomů a možností léčby je nezbytné pro účinnou léčbu. I když na kolobom neexistuje lék, včasná diagnóza a vhodné intervence mohou jednotlivcům pomoci žít plnohodnotný život.

(upraveno, kráceno)

Zdroj: <https://www.apollohospitals.com/cs/diseases-and-conditions/colobomaa>



Hluchoslepota není ticho a tma. Je to zápas o přístup ke světu

27. červen je Mezinárodním dnem hluchoslepých. Jde o připomínku společenského selhání: veřejný prostor je navrhován tak, jako by každý člověk mohl bez obtíží vidět, slyšet, číst nápisy, zachytit hlášení a okamžitě reagovat.

Valné shromáždění OSN stanovilo 27. červen Mezinárodním dnem hluchoslepých rezolucí A/RES/79/294, přijatou 16. června 2025. Datum odkazuje k narození Helen Kellerové, americké spisovatelky, veřejné aktivistky a intelektuálky, jejíž život bývá dodnes zjednodušován na povzbudivý příběh „vítězství nad postižením“. Takové čtení je pohodlné. Umožňuje většinové společnosti obdivovat výjimečnou hrdinku, aniž by musela měnit podmínky, v nichž žijí lidé s hluchoslepotou dnes.

Hluchoslepota není prostý součet nevidomosti a neslyšení. Je to zvláštní situace, v níž se ztráta či omezení obou smyslů promítá do komunikace, orientace, samostatného pohybu i přístupu k informacím. Člověk nemusí být zcela nevidomý ani zcela neslyšící, aby byl tímto stavem zásadně omezen: rozhodující je, zda kombinace postižení narušuje možnost být ve vztahu ke světu a druhým lidem. WHO upozorňuje, že hluchoslepota může vést k izolaci, omezené účasti na společenském životě a k výrazným problémům v každodenním fungování.

Právě zde je nutné odmítnout jazyk lítosti. Problém není v tom, že člověk s hluchoslepotou „nemá dost smyslů“. Problém vzniká ve chvíli, kdy společnost uzná jen jeden způsob komunikace: rychlou mluvenou řeč, vizuální pokyny, digitální rozhraní bez alternativ, úřad, který předpokládá, že občan uslyší výzvu z reproduktoru, a nemocnici, která považuje přítomnost tlumočnicka za komplikaci. Bariéra tedy nevzniká pouze v těle; vzniká také v instituci, která neumí jednat jinak.

To se zvlášť ostře ukazuje ve zdravotnictví. WHO popisuje zkušenosti lidí s hluchoslepotou, pro něž je největším problémem nikoli samotná léčba, ale možnost porozumět lékaři, dostat se na správné místo a mít u sebe tlumočnicka či průvodce. Pandemie covidu tuto závislost na přímé komunikaci ještě



zvýraznila: opatření fyzického odstupu v řadě případů prakticky přerušila dotykové formy dorozumívání. Nešlo o vedlejší nepohodlí, ale o ztrátu základní možnosti jednat samostatně.

Česká zkušenost ukazuje, že komunikace není jedno-rozměrná. Organizace LORM uvádí mluvenou i psanou řeč, znakový a taktilní znakový jazyk, Braillovo písmo, daktylotiku, Tadomu či Lormovu abecedu. Výběr vždy závisí na konkrétním člověku: na míře zbytkového zraku a sluchu, době vzniku postižení, věku, prostředí i zdravotním stavu. Představa, že existuje jeden univerzální „jazyk hluchoslepých“, je proto stejně chybná jako představa, že všichni nevidomí nebo všichni neslyšící lidé potřebují totéž.

Lormova abeceda má navíc českou stopu. Vychází z dotykového systému, který vytvořil Hieronymus Lorm, vlastním jménem Heinrich Landesmann, básník, filozof a novinář narozený v Mikulově. Jednotlivá písmena se předávají doteky do dlaně; řeč se tak doslova stává hmatatelnou. Není to technická kuriozita. Je to připomínka, že lidská řeč není omezena na hlas a obraz. Komunikace může vznikat mezi dlaněmi, v rytmu doteků, v trpělivosti a pozornosti, kterou běžný veřejný provoz téměř nikdy nevyžaduje.

Mezinárodní den hluchoslepých má proto smysl jen tehdy, když neskončí symbolem. Přístupnost není charita ani nadstandardní služba pro malou skupinu. Je to zkouška, zda veřejná správa, zdravotnictví, školy, doprava a kulturní instituce skutečně počítají s rozdílnými způsoby lidského života. Nestačí vyvěsit heslo o inkluzi. Je nutné zajistit dostupné formáty informací, vyškolený personál, odpovídající tlumočení, čas na komunikaci a respekt k tomu, že samostatnost někdy nevypadá jako osamělost, ale jako možnost rozhodovat o sobě s potřebnou podporou.

Helen Kellerová není důležitá proto, že by dokazovala, že „všechno se dá překonat“. Důležitá je spíše proto, že její život ukazuje opak pohodlného mýtu: člověk se nemůže rozvíjet pouze silou vůle. Potřebuje vzdělání, jazyk, vztahy, přístup ke světu a společnost, která ho neodsune do neviditelnosti. To je také skutečný obsah 27. června.

Simona Ksandrová

Zdroj: <https://medium.seznam.cz/clanek/simona-ksandrova-hluchoslepota-neni-ticho-a-tma-je-to-zapas-o-pristup-ke-svetu>

Půjčovny kompenzačních pomůcek



Půjčovny kompenzačních pomůcek představují důležitou součást systému podpory osob se smyslovým postižením. Umožňují zapůjčení specializovaných pomůcek na přechodnou dobu. Jejich služby využijete, když si chcete vyzkoušet, jestli vám daná pomůcka bude vyhovovat. Zaujala vás nová pomůcka na trhu, ale nejste si jistí, jestli do ní máte investovat? Můžete si ji nejprve zapůjčit a otestovat. Nebo čekáte na vyřízení příspěvku, ale pomůcku byste již potřebovali používat? Rozbila se vám vaše pomůcka a čekáte na servis? Potřebujete pomůcku jen na kratší čas a nechcete si ji proto kupovat? Nedosáhnete z nějakých důvodů na příspěvek od úřadu práce? Připravili jsme pro vás přehled půjčoven kompenzačních pomůcek, které vám mohou pomoci výše uvedené situace vyřešit. Nejprve se budeme věnovat pomůckám pro osoby se zrakovým postižením. V dalším díle navážeme pomůckami pro kompenzaci sluchového postižení.

PŮJČOVNA KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK A SPORTOVNÍHO VYBAVENÍ SVĚTLUŠKA

Půjčovna je určena všem lidem s těžkým zrakovým postižením a kombinovaným zrakovým postižením bez ohledu na věk a lidem o zrakově postižené pečující (rodiče, opatrovníci a odborníci). Potřebnost pomůcky zájemce potvrdí Čestným prohlášením, které je součástí Smlouvy o výpůjčce. Služeb půjčovny mohou využít i neziskové organizace, příspěvkové organizace, školy a školská zařízení, které pomáhají lidem s těžkým zrakovým postižením a pomůcku či sportovní vybavení potřebují pro přímou práci se svými klienty nebo pro osvětové a vzdělávací účely.

Jak půjčovna funguje? Nejprve na webu půjčovny vyplníte rezervační formulář. Můžete do půjčovny také zatelefonovat a vyplnit formulář s pracovníkem. Poté obdržíte e-mail nebo SMS s potvrzením rezervace. Jakmile bude pomůcka připravena k výpůjčce, spojí se s vámi pracovník půjčovny a seznámí vás s pravidly a podmínkami a domluví podepsání Smlouvy o výpůjčce. Bude ještě potřeba uhradit



jednorázový servisní poplatek ve výši 200 až 400 Kč podle typu pomůcky a domluvit se, jestli si pomůcku vyzvednete osobně v Praze, nebo vám bude zdarma zaslána partnerskou doručovací službou.

Ve Světlušce si můžete zapůjčit i sportovní vybavení, například tandemová kola, dětské cyklopřívěsy nebo zařízení pro zvukovou střelbu. Katalog pomůcek, který je poměrně obsáhlý a je průběžně doplňován o novinky, najdete na webových stránkách půjčovny. Pokud máte doma plně funkční pomůcku, kterou nepoužíváte, můžete ji také Světlušce darovat.

Kontakt: <https://svetlуска.rozhlas.cz/pujcovna-kompenzacnich-pomucek-a-sportovniho-vybaveni-8468607>,

tel.: 774 481 028, e-mail: pujcovna@svetlуска.net

PŮJČOVNY KOMPENZAČNÍCH POMŮCEK PŘI TYFLOCENTRECH

Možnost zapůjčit si pomůcku nabízejí i některé krajské pobočky TyfloCentra. Pokud máte zájem službu využít, doporučujeme udělat si nejprve malý průzkum, například s pomocí terénního pracovníka LORMu, protože nabídka pomůcek a podmínky výpůjčky se v jednotlivých pobočkách liší. V Brně si například můžete vypůjčit Pichtův psací stroj, lupy, diktafon, počítače a specializované programy, dálkový ovladač VPN, indikátor hladiny, ColorText, pomůcky pro měření, hry a hlavolamy aj. Zájemce o výpůjčku musí mít minimálně 15 let. Zaplatíte vratnou zálohu a poté 20 až 50 Kč za den podle výše pořizovací ceny pomůcky.

Některé pomůcky či tandemová kola si můžete zapůjčit také například v TyfloCentrech v Olomouci a v Liberci. Další půjčovnu najdete také v Plzni.

Kontakt: <https://www.tyflocentrum.cz/>

E-INKLUZE

Cílem spolku e-Inkluze je mimo jiné snaha zabránit digitálnímu vyloučení lidí s handicapem. V jejich půjčovně najdete různé typy počítačů a notebooků se speciálními programy, Braillovský řádek, čtečky, lupy i mobilní telefony.

Realizují zde krátkodobé zápůjčky v rozsahu 1 až 12 týdnů.

nů členům spolku nebo těm nečlenům, kteří jsou vybaveni patřičnou referencí. Půjčovné za jeden týden je stanovené ve výši 1 % z pořizovací ceny pomůcky.

Kontakt: <https://www.e-inkluzi.cz/kompenzacni-pomucky/>,
e-mail: pomucky@e-inkluzi.cz



DALŠÍ MOŽNOSTI

Vypůjčení někdy nabízejí i výrobci či dodavatelé kompenzačních pomůcek. Třeba ze Spektry si můžete k vyzkoušení půjčit kamerové lupy a čtecí zařízení. Přímo na webu vidíte, kdy je která pomůcka rezervovaná. Opět složíte vratnou zálohu a zaplatíte 500 Kč za zapůjčení pomůcky. Cena zahrnuje i dopravu a možnost technické podpory v délce 3 hodiny (<https://spektra.eu/zapujceni/>).

O možnosti zapůjčení pomůcky se můžete informovat i v oblastních pobočkách SONS.

*Hana Dvořáková
metodička LORM z.s.*

Seriál VYKOLEJENÍ část 2:

Cestování se smyslovým postižením

V úvodním díle byl popsán legislativní rámec, který má zajistit rovný přístup k železniční dopravě. Skutečná přístupnost vzniká až kombinací technických opatření, funkčního systému asistence a lidského přístupu zaměstnanců. Zkušenosti cestujících se sluchovým i zrakovým postižením ukazují, že zatímco v některých oblastech došlo v posledních letech k výraznému posunu, jinde zůstávají překážky, které mohou samostatné cestování výrazně komplikovat. Přístupnost železniční dopravy je pro ně často otázkou detailů – funkčního orientačního systému, předávání informací i přístupu zaměstnanců. Autorka článku vychází také z osobních zkušeností, které s ní sdílel Alexandr žijící se sluchovým postižením, a také Božena a Kateřina, které jsou obě nevidomé.

ORIENTACE VE STANICI:

ZÁKLAD SAMOSTATNÉHO CESTOVÁNÍ

Jedním z nejvýznamnějších prvků by měla být jednoznačně označená kontaktní místa pro asistenci. Ta by



měla být dobře viditelná, doplněná orientačním hlasovým majáčkem (OHM), hmatovým štítkem a napojená na vodící linie. Takové řešení však zatím není legislativně zakotveno ani technicky sjednoceno. Velký význam má také funkčnost OHM. Jeho hlasitost i obsah sdělení musí být srozumitelné a aktuální. Podobně zásadní roli hrají vodící linie. Umělé vodící linie musí vždy navazovat na přirozené orientační prvky a musí být dostatečně hmatově kontrastní.

Vzhledem k četnosti mimořádností a jejich síťovému efektu je vhodné ve velkých a/nebo důležitých uzlových stanicích přidat informační panel. Změna nástupiště bývá oznámena výhradně akusticky. Pro osoby neslyšící je proto nutné změnu nástupiště doplnit vizuálně.

Kompletní informace o stanicích (mimo jiné i informace o přístupnosti) naleznete zde: <https://www.cd.cz/stanice/>. Pro snadnější orientaci na nádraží jsou postupně doplňovány orientační plánky s vyznačením všech prostor pro cestující, nástupišť s příchody k nim a zastávek návazné dopravy v okolí nádraží. Plánky stanic by měly být k dispozici zde: <https://www.cd.cz/dalsi-sluzby/sluzby-ve-stanici/-29157/>.

ORIENTACE NA NÁSTUPIŠTI A NÁSTUP DO VLAKU

S rostoucí délkou vlakových souprav nabývá na významu sektorové značení nástupišť velkými tiskacími písmeny od „A“. Pokud se však tento systém zavádí, je nutné zajistit jeho přístupnost i pro osoby se zrakovým postižením a současně integrovat informace do mobilních aplikací. Bezpečnost nástupu může výrazně zvýšit i kontrastní označení dveří vlaků. To je důležité zejména pro slabozraké cestující. Výhledovým zlepšením orientace ve voze by byly NFC štítky umístěné na standardizovaném místě. Po přiložení mobilního telefonu by cestující získal informace o uspořádání vozu, umístění toalety nebo vyhrazených míst či signalizačního tlačítka pro výstup na znamení.

SAMOOBSLUŽNÉ VLAKY A NOVÉ BARIÉRY

Na méně vytížených tratích si cestující kupují jízdenky prostřednictvím samoobslužných terminálů. Tyto terminály však musí být přístupné i pro osoby se smyslovým postižením.

ZASTÁVKY NA ZNAMENÍ: DETAIL, KTERÝ ROZHODUJE

Dalším problémem je nejednotné umístění tlačítek pro zastávky na znamení. Požadováno je proto umístění hmatově rozlišitelného tlačítka v prostoru pro cestující, ideálně v dosahu vyhrazeného místa. Důležitá je také akustická i vizuální odezva. Zásadním bezpečnostním opatřením by také bylo zavedení informace o straně výstupu ve směru jízdy vlaku do automatického hlášení.



CESTUJÍCÍ SE SLUCHOVÝM POSTIŽENÍM: TECHNOLOGIE VÝRAZNĚ POMÁHAJÍ

Na rozdíl od nevidomých cestujících využívají osoby se sluchovým postižením asistenci jen výjimečně. Zkušenosti cestujícího Alexandra ukazují, že v této oblasti došlo v posledních letech k výraznému zlepšení.

„V modernizovaných vlacích jsou dnes běžné digitální informační panely. Praktickým detailem je také světelná signalizace u dveří, která upozorňuje na nástup a výstup, nebo světelné indikátory obsazenosti toalety,“ popisuje.

NEUSTÁLÁ MODERNIZACE DIGITÁLNÍCH INFORMAČNÍCH PRVKŮ JE NEZBYTNÁ

Klíčovou roli dnes hrají digitální informační systémy v železničních stanicích, které provozuje Správa železnic, a jejich neustálá modernizace. Významnou roli hrají také mobilní aplikace dopravců.

„Umožňují nákup jízdenek, rezervaci místenek, sledování zpoždění i změn nástupišť bez nutnosti složitě komunikovat u přepážky.“

Za problém stále považuje nedostatečné vizuální upozornění na mimořádnosti. Vedle moderních technologií zůstávají důležité i tradiční pomůcky, například indukční smyčky u pokladen.

DŮLEŽITÝ JE INDIVIDUÁLNÍ PŘÍSTUP A RESPEKT

Alexandr si všímá postupného zlepšení komunikace zaměstnanců. „Průvodčí i pokladní častěji komunikují pomaleji a zřetelněji. Sám při komunikaci využívá aplikaci pro automatický přepis řeči do textu.“



NEVIDOMÍ CESTUJÍCÍ: ASISTENCE JAKO KLÍČ K SAMOSTATNOSTI

Na rozdíl od osob se sluchovým postižením využívají nevidomí cestující asistenci výrazně častěji, jelikož potřebují pomoc s orientací, nalezením správného vlaku i nástupem.

PŘÍZPŮSOBENÉ TECHNOLOGIE

Pro vyhledání spojení, zakoupení jízdenek či rezervaci místenek mohou cestující se zrakovým postižením využít stránku www.cd.cz/spojeni-a-jizdenka/, stejně tak aplikaci Můj vlak.

ASISTENCE JAKO STĚŽEJNÍ PODPORA

Kateřina si obvykle objednává kompletní službu. „Pracovník ČD na mě čeká na domluveném místě, doprovodí mě do vozu a ideálně mě předá průvodčímu,“ popisuje. Za zásadní považuje pomoc při výstupu.

Božena si asistenci objednává prostřednictvím svého účtu u ČD. Upozorňuje však, že zejména při mezinárodních cestách nebo přestupech na jiného dopravce se informace o nevidomém cestujícím někdy „ztratí“ v systému.

LIDSKÝ PŘÍSTUP ČASTO ROZHODUJE

Kateřina například popisuje situaci, kdy její objednávka byla schválena, ale na nádraží v Praze na ni nikdo nečekal. Přesto o ní věděl průvodčí ve vlaku i pracovník ČD, který na ni čekal v cílové stanici v Pardubicích, takže cesta nakonec proběhla bez komplikací.

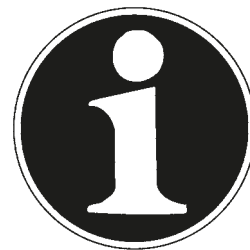
TECHNICKÉ I PERSONÁLNÍ NEDOSTATKY

Významným problémem jsou podle respondentek menší stanice a regionální vlaky. V některých spojích je totiž jediným členem personálu strojvedoucí, který nemůže pomoci s nástupem/výstupem. Jako další mínus zmiňuje také krátké nástupní doby, především ve stanicích, které nejsou pro daný vlak výchozí, a slabý wifi signál ve vlacích. „Raději si jízdenky tisknu.“

RESPEKT V KOMUNIKACI JAKO ZÁKLAD

Silným motivem obou výpovědí je respektující komunikace. Božena popisuje situaci, kdy asistentka ČD mluvila

a předávala pokyny její osmileté dceři místo jí samotné a jejímu taktéž nevidomému manželovi.



VDĚČNOST I OČEKÁVÁNÍ ZMĚN

Přes dílčí problémy hodnotí všichni tři respondenti služby Českých drah pozitivně a oceňují posun v posledních letech.

Monika Šimkū
(upraveno, kráceno)

Zdroj: Seriál VYKOLEJENÍ část 2: Cestujícím se smyslovým postižením pomáhají technologie, systém pomoci ale stále stojí na lidech - Helpnet.cz – Informační portál pro osoby se specifickými potřebami

OSOBNOSTI ZE SVĚTA HLUCHOSLEPÝCH



Jaroslav Ježek

Jeho příběh byl krátký, ale nevšední. Těch povolených 35 let bylo naplněno vášnivým zájmem o život a umění, láskou k lidem a statečnou vůlí probít se ke kladnému výsledku přes všechny překážky, které byly navaleny přes cestu.

VÁCLAV HOLZKNECHT

Jaroslav Ježek byl geniálním hudebním skladatelem, který je u nás bohužel tak trochu nedoceněný, třetí „do party“ s Voskovcem a Werichem, co se rozhodl uspět i přes své velké zdravotní handicap. A u toho si ještě dovedl náležitě užívat života.

Na svět přišel 25. září 1906 na tehdy ještě samostatném Žižkově, jeho otec Adolf byl krejčí, matka Františka žena v domácnosti, která se o svého syna svědomitě starala. Dva roky po Jaroslavovi se narodila jeho sestra Jarmila.

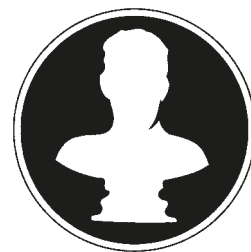
Jaroslav byl sice odmala živým a energickým dítkem, které se zvědavě zajímalo o dění okolo, nicméně často stonal a když mu byl rok, jeho matka si všimla, že se mu na pravém oku vytvořila malá tečka. Začala syna sledovat ještě



pozorněji a brzo postřehla, že batole dovede dlouze hledět do ostrého světla, aniž by mu to vadilo, a že pokaždé, když si chce prohlédnout nějaký předmět, strká si jej až těsně před obličej. Vzala proto malého Jarka na oční kliniku, kde se bohužel opravdu potvrdila oční vada – dítě mělo na pravém oku šedý zákal. Podstoupil několik zákroků, které mu ale nijak nepomohly, a ten třetí dokonce způsobil, že na oko zcela oslepl. K tomu se postupem času bohužel zákal rozvinul i v levém oku, ale rodiče vzhledem k více než neúspěšným předešlým operacím už lékařům na další nekývli.

Jaroslav tedy viděl jen na jedno oko, a to velice špatně, ale nebyl úplně slepý. Jako by toho nebylo málo, o pár měsíců později onemocněl spálou, která mu způsobila silný a hnisavý zánět uší, v důsledku čehož se mu výrazně zhoršil sluch a celý život byl nedoslýchavý. Později se také zjistilo, že chlapec nemá v pořádku ani ledviny – jednu měl zbytnělou a druhou zakrnělou. Ve svých raných letech navštěvoval Jaroslav chlapeckou školu na žižkovském Prokopově náměstí, kvůli oční vadě ale nakonec musel přestoupit do speciálního ústavu pro slepé děti, který sídlil v Loretánské ulici na Hradčanech a vedla jej Kongregace milosrdných sester Karla Boromejského. Škola pro nevidomé děti je zde i v dnešních dnech a jmenuje se po svém slavném žákovi (Škola Jaroslava Ježka pro zrakově postižené).

Tady to svobodomyslný Jaroslav nesnášel. Školu prý vnímal jako vězení, ale naučil se zde Braillovu písmu a základům hry hned na několik hudebních nástrojů – klavír, klarinet, violoncello a kytaru. Do hry na klavír se úplně zbláznil. Dokázal u něj trávit dlouhé hodiny a zkoušel komponovat jednoduché melodie. Po absolvování ústavu pro slepé děti v roce 1923 se přihlásil ke studiu klavíru na pražské konzervatoři. Komise o jeho přijetí zprvu nechtěla ani slyšet vzhledem k jeho velmi špatnému zraku. Ale poté co jim nebojácný mladík předvedl bravurní klavírní improvizaci, změnili názor. Na studium hry na klavír ho sice nepřijali, ale nabídli mu alespoň možnost vystudovat hudební skladbu. Jaroslav souhlasil a tajně doufal, že časem přísní profesori změní názor a povolí mu i studium milovaného klavíru. Což se pak nakonec opravdu stalo.



Díky studiu na konzervatoři se Jaroslav poznal s mnoha mladými umělci. Mezi nimi byl i Vítězslav Nezval, E. F. Burian nebo ředitel konzervatoře a jeden z budoucích zakladatelů hudebního festivalu Pražské jaro Václav Holzknecht, se kterým ho pojilo celoživotní přátelství.

V roce 1927 podepsal Ježek smlouvu s Osvobozeným divadlem, kde brzy vytvořil nesmrtelnou trojici spolu s Voskovcem a Werichem. Zatímco on skládal hudbu, Voskovec s Werichem jeho skladby pro své hry, které se s měnící se politickou situací v sousedním Německu stávaly víc a víc ostrou a kousavou politickou satirou, doplňovali trefnými a vtipnými texty. Ježek miloval improvizování, kdy při představeních vyzýval publikum, aby mu dávalo různé úkoly. Zkomponoval například na libovolné čtyři tóny posluchači píseň na přání nebo „předělával“ známou českou odrhovačku „Šla Nanyňka do zelí“ tak, jak by mohla znít z pera slavných hudebních skladatelů typu Mozart nebo Smetana. Řada jeho skladeb se stala hity a řada jich zlidověla. Kdo by neznal Život je jen náhoda, Šaty dělaj člověka, Klobouk ve křoví či Tři strážníci?

Právě poslední jmenovaná skladba patřila k prvním, které geniální trio roku 1928 vytvořilo, jak po letech vzpomínal Jan Werich: „Tři strážníci, to byla autorská solidarita, svízele řemesla, to byly premiérové ovace, fašistické demonstrace i společný odjezd za oceán. Tři strážníci, to byl pro nás obraz věrnosti, symbol všeho, oč jsme se společně pokoušeli.“

Jaroslav Ježek byl k sobě velmi tvrdý, snažil se, aby obecenstvo pokud možno nikdy nepřišlo na to, že je téměř úplně slepý.

Slovíčko „zasloužený“ mu nedalo spát. „Nikdo nesmí říct,“ prohlásil, „na to, že je slepý, je jeho hudba dobrá.“ Proto se snažil nedostatek vidění všelijak maskovat. Našel jsem ho jednou v prázdném divadle na prázdném jevišti. Přicházel zprava, počítal kroky. Došel uprostřed, uklonil se a opět odešel. To dělal, aby se večer po představení a po koncertu chodil děkovat pružně a rychle. Koho by napadlo, že dobře nevidí?



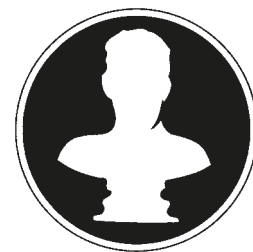
V roce 1929 se trojice marně snažila během turné v Brně narychlo vytvořit nějakou chytlavou písničku do následujícího skeče a Jaroslav Ježek už začal ztrácet nervy a spílal svým kolegům, že by bylo fajn, kdyby ti „volové vymysleli aspoň první řádku, aby se měl čeho chytit“. Pak kdosi vyhrkl větu: „Netoliko, že je tma, ale nevidím.“ Ježkovi se to zalíbilo, začal si cosi polohlasně broukat a za chvíli měl na světě melodii. Společně s Voskovcem a Werichem pak dopsali i zbytek textu: „Netoliko že je tma, ale nevidím. Víím, že je tu všude tma, já ji nevidím. Vidím jenom to, že nevidím nic, když připustím, že vidím, měl bych vidět víc. Svou hlavu, trup, dvě ruce, nohy nevidím. Tak, kam se poděl můj doposud dokonalý zrak? Na všem leží neproniknutelně modrý mrak, tmavomodrý mrak.“ Píseň Tmavomodrý svět přesně vystihuje Ježkovu realitu, s jakou kvůli zrakové vadě okolní svět vnímal. Dovedl rozpoznat jen tmavé odstíny modré barvy.

V roce 1926 Ježkovi navrhl jeho přítel a posléze i kolega z Osvobozeného divadla architekt František Zelenka v bytě v Kaprově ulici pokoj v modré barvě, který byl uzpůsobený přímo jeho špatnému zraku. Pokoj se zachoval do dnešních dnů a v roce 1983 se z něj stala jedna z expozic Národního muzea.

Jeho mimořádný zájem o modrou barvu byl zvláštní. Vzbuzovala v něm pocity, které u normálně vidoucích lidí asi neexistují, jejich působivost by se dala vysvětlit nejspíše skladbou jeho oka. Psal na modrém papíře, používal modrých obálek, kupoval si často modré košile, kravaty i šaty. Nebyla to u něho póza... Lásky k modři vyvěrala z něho a nepotřebovala předloh. Byla jednou z jeho vlastností.

VÁCLAV HOLZKNECHT

Jelikož se Ježek podílel na tvorbě her Osvobozeného divadla, které byly zaměřené proti nacismu, byl nucen s ohledem na čím dál reálnější hrozbu postihu z Československa odjet. V lednu roku 1939 emigroval spolu s Werichem do USA, později se k nim připojil i Jiří Voskovec. Nejdříve žil nějakou dobu v Pensylvánii, poté se přesunul do New Yorku, kde si vydělával jako učitel klavíru a sbormistr. V Americe se mu velmi stýskalo po domově. Jak později zhodnotil



Werich: „Von nemoh bejt nikde šťastnej než doma, protože tady znal lidi po hlase, po hmatu, věděl, kolik kroků je do kterýho baru, měl tady maminku.“ V Americe se mu ale nakonec povedlo poznat někoho, kdo mu chmury z nucené emigrace alespoň trochu pomáhal zahánět – přítelkyni Frances (Františku) Bečákovou, která do USA emigrovala z moravského Slovácka. Když se s mladou ženou, pocházející z maličké vsi Tupesy u Uherského Hradiště, Ježek poprvé střetl, řekl jí: „Slečno, já miluju dívky z Moravy, tak si vás asi namluvím.“ Tato velmi pracovitá žena si v americkém velkoměstě vydělávala na živobytí jako hospodyně a chůva a byla vynikající kuchařka.

V roce 1940 se Ježkovi začalo horšit zdraví, byl zesláblý a trpíval motolicemi. V prosinci 1941 už na tom byl velice špatně, jeho ledviny přestávaly pracovat. Pár dnů před Štědrým dnem musel být převezen do nemocnice, kde mu proti bolestem začali podávat morfium. Dne 25. 12. oslepl, ale o čtyři dny později 29. prosince si ještě stihl vzít svou věrnou Frances, která se o něj do posledních chvil starala, za manželku.

Zemřel na Nový rok 1942 v pouhých 35 letech. Frances po návratu do Československa přivezla jeho popel, který byl v lednu 1947 uložen do rodinného hrobu na Olšanských hřbitovech.

Jarda Ježek – to byla zvláštní osobnost. Neoplýval nijak krásou, nejenže špatně viděl, jak jsem řekl, později dokonce i špatně slyšel. Když však zasedl ve společnosti ke klavíru a hmátl do kláves, tak mohli jít všichni donchuáni do háje. Nejkrásnější děvčata byla kolem píána a existoval pro ně jen on.

FRANTIŠEK FILIPOVSKÝ

(upraveno, kráceno)

Zdroj: https://medium.seznam.cz/clanek/sylvie-rihakova-jaroslav-jezek-partak-v-w-zil-v-tmavomodrem-svete-s-milovanou-frances-se-oznil-3-dny-pred-smrti-111552#dop_ab_variant=0&dop_source_zone_name=blogy.szhnp.box&dop_vert_ab=&dop_vert_id=&source=hp&seq_no=2



ZE SVĚTA

Hluchoslepý horolezec

Přinášíme vám další příběh o síle vůle, překonání překážek a splnění snů. John je britský horolezec, který má Usherův syndrom. Narodil se s 50% ztrátou sluchu a nyní má zachovány pouze malé zbytky zraku. Používá sluchadla a využívá různé digitální pomůcky. Kvůli sportovnímu lezení ztratil cit v prstech a nemůže číst Braillovo písmo. Společnost mu dělá také vodící pes Daisy.

John vždycky rád sportoval. V roce 2010 ho vzal kamarád na lezeckou stěnu a John ihned věděl, že to bude jeho nová vášeň. Netrvalo dlouho a byl přijat do britského paralezeckého týmu. V britské reprezentaci nakonec strávil 7 let a vyhrál 6 mezinárodních soutěží.

Jaká je technika lezení při ztrátě zraku? John má vidícího průvodce, který mu detailně popisuje cestu. Pro popsání pozice jednotlivých stupů a úchytů se používá hodinový ciferník, např. úchyt na 2. hodině. Protože průvodce není vždy blízko a John by pokyny nemusel dobře slyšet, používají při lezení rádiový mikrofón.

Pouhých 5 let potom, co s horolezectvím začal, vylezl na ikonickou švýcarskou horu Eiger (3 970 m n. m.). Ze svého výkonu byl neskutečně nadšený – nikdy si nemyslel, že by něco takového mohl se svým postižením dokázat. Kromě samotného výstupu ho bavila i jeho organizace: zajištění zázemí výpravy, financování veškerého vybavení. Stal se tak prvním nevidomým, který na tuto horu vylezl.

V roce 2024 se vydal do pohoří Himálaje zdolat horu Kang Yatse (6 400 m n. m.) v Severní Indii. Než začal samotný výstup, čekal ho několikadenní pochod k hoře. Cestu absolvoval společně se svou dlouholetou kamarádkou, průvodkyní a lezeckou parťačkou Lauren. John se jí během chůze držel za batoh nebo za druhý konec trekové hole v horizontální poloze. Po cestě museli přivyknout vysoké nadmořské výšce, překonat prudké svahy a nerovné cesty plné balvanů. Přestože se mu nepodařilo stanout na samotném vrcholu a ve výšce 5 750 m n. m. se rozhodl vrátit dolů, dosáhl obrovského triumfu. Úspěch se neměří jen

posledními několika metry hory, které zůstaly nedobyté. Úspěch je v celé zkušenosti, odhodlání a síle vůle, které mají mnohem větší váhu než samotný vrchol.

John se nevěnuje pouze svojí sportovní kariéře, ale chce lezení zpřístupnit i dalším lidem se zrakovým postižením. Se svojí lezeckou parťačkou Lauren vytvořili podrobné metodické pokyny nejen pro samotné lezce, ale i pro jejich jističe a průvodce. Pro všechny zájemce jsou dostupné online na stránkách viclimbing.com.



Pro Doteky připravila Lenka Veverková

Zdroj: [https://deafblind.org.uk/your_stories/a-deafblind-](https://deafblind.org.uk/your_stories/a-deafblind-paraclimbers-story/)

[-paraclimbers-story/](https://deafblind.org.uk/your_stories/a-deafblind-paraclimbers-story/)

<https://viclimbing.com/>

<https://www.youtube.com/watch?v=E2Qk7cAnqfo>

Hluchoslepý opravář kol

Graham Hicks z britského Peterborough je cyklomechanik, konzultant a extrémní sportovec. O hluchoslepých sportovcích píšeme často. Pojdme se tedy blíže podívat na jeho úspěchy v podnikání.

Graham (65 let) se narodil nevidomý a o sluch přišel během dětství. Pro komunikaci využívá zejména psaní písmen do dlaně. Sám s obtížemi mluví, ale mluvenou řeč vůbec neslyší. V komunikaci mu už 15 let pomáhá jeho asistentka – tlumočnice Linda.

Už desítky let provozuje svoji opravnu a servis jízdních kol. Není jen nadšenec a samouk, jak by někoho mohlo napadnout. Graham vystudoval odbornou školu se zaměřením na údržbu kol a k tomu základy podnikání. Plně se při své práci spoléhá na hmat. Ať při diagnostice závad nebo samotné opravě. Jeho dílna nabízí profesionální a kompletní servis všech druhů kol, dokonce i veteránů, nebo sestavení kol na zakázku. Jeho zručnost dokazuje to, že si sám složil čtyřkolové vozítko za pouhé tři dny. Je nutné říct, že kolo dorazilo v totálně rozebraném stavu a v krabici bylo tisíce drobných dílů, které musel roztřídit a složit. Veškeré nářadí v dílně má své pevné místo, které si Graham pamatuje. Jas-



né uspořádání mu pomáhá při práci a orientaci. O kvalitě jeho práce svědčí Ocenění pro nejlepší regionální firmu 2023 za nejlepší cykloservis v Peterborough a také mnoho pozitivních recenzí od spokojených zákazníků.

Zmiňme jen stručně jeho sportovní úspěchy. Jako první hluchoslepý člověk na světě přejel v roce 2000 na vodním skútru z jihozápadního cípu Anglie na souostroví Isles of Scilly v Atlantském oceánu a zpět. Překonal vlastní světový rychlostní rekord v jízdě na čtyřkolce. Drží světový rekord v nejdelší vzdálenosti ujeté na vodním skútru (z anglického Norfolkku do Nizozemska) během šesti hodin.

Kromě sportu a práci v dílně se věnuje také advokaci za práva hluchoslepých. Spolupracuje např. s organizací Deafblind UK nebo s Asociací neslyšících v Cambridge.

Poznámka: pojem „advokace“ se nyní používá pro aktivitu lidí, kteří hájí, prosazují a chrání práva, zájmy a potřeby lidí se zdravotním postižením. Nejedná se o advokaci u soudu, ale širší společenské úsilí.

Pro Dotečky připravila Lenka Veverková

Zdroj: <https://www.bbc.com/news/articles/c4g9357j1o>

http://news.bbc.co.uk/cbbcnews/hi/uk/newsid_3567000/3567198.stm

<https://www.hixcycles.co.uk/>



VZKAZY MOUDRÝCH

„Myslím, že ženy jsou bláznivé, když se snaží vyrovnat mužům. Jsou mnohem lepší a vždycky byly. Cokoliv ženě dáš, vždycky to udělá lepším. Dáš-li jí spermii, ona ti dá dítě. Dáš-li jí dům, dá ti domov. Dáš-li jí potraviny, udělá ti jídlo. Dáš-li jí úsměv, dá ti své srdce. Cokoliv jí dáš, to znásobí a rozšíří. Takže pokud se k ní chováš jako vůl, buď připraven, že dostaneš kopu hnoje.“

WILLIAM GOLDING (1911–1993)

britský spisovatel, básník, dramatik

a laureát Nobelovy ceny za literaturu

RECEPTY

Obalovaný květák



Taky máte rádi smažený květák? A taky se vám nechce zdoluhavě patlat a matlat s vařením, obalováním, větráním po specifické „vůni“, mytím spousty misek a hrnců? Tak já vám poradím svůj recept, u kterého nic z toho nemusíte.

Potřebujete:

květák

vejce

česnek

olej

strouhanku

sůl

pár kapek sójové omáčky (nemusí být)

Syrový květák rozdělte na růžičky, opláchněte. V misce vidličkou rozšlehejte vejce, přidejte lžici oleje, osolte, přidejte 3 až 4 stroužky lisovaného česneku, pár kapek sójovky. Do igelitového (papírového) sáčku vsypte strouhanku. Růžičky kvěťáku namočte v misce s vejcem, vhodte do sáčku se strouhankou a protřepete – tím se květák krásně obalí. Obalené květákové růžičky pokládejte na plech vyložený pečicím papírem. Až máte hotovo, postříkejte lehce olejem, vložte do trouby předehřáté na cca 220 stupňů a pečte 40 až 60 minut podle velikosti kvěťáku. A máte hotovo! Je to skvělé, nemastné, rychlé a úžasně křupavé. Co říkáte?

Zdena Jelínková
šéfredaktorka Doteků

DOTEKY. Časopis LORM z.s., Podzim, číslo 128. Vychází čtvrtletně.

Uzávěrka příspěvků do čísla Doteky 129/Zima 2026: **15. 10. 2026**

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 Buděnkami II/13, 150 00 Praha 5

Tisk ve zvětšeném černotisku: QT Studio, s. r. o., Hornokřčská 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

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 a jsou k dispozici hluchoslepým čtenářům k zapůjčení v Poradenském centru LORM. Starší i nová čísla Dotek jsou zdarma veřejnosti přístupná na webových stránkách www.lorm.cz ve formátech HTML, doc a PDF.

Objednávky přijímá LORM z.s., Zborovská 62, 150 00 Praha 5, e-mail: 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 2026 vychází díky
podpoře z dárcovského programu společnosti
ČEPS, a. s. ve výši 80 000 Kč.**

LORM z.s.

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

REGISTRACE MINISTERSTVA

KULTURY ČR č. E 11000