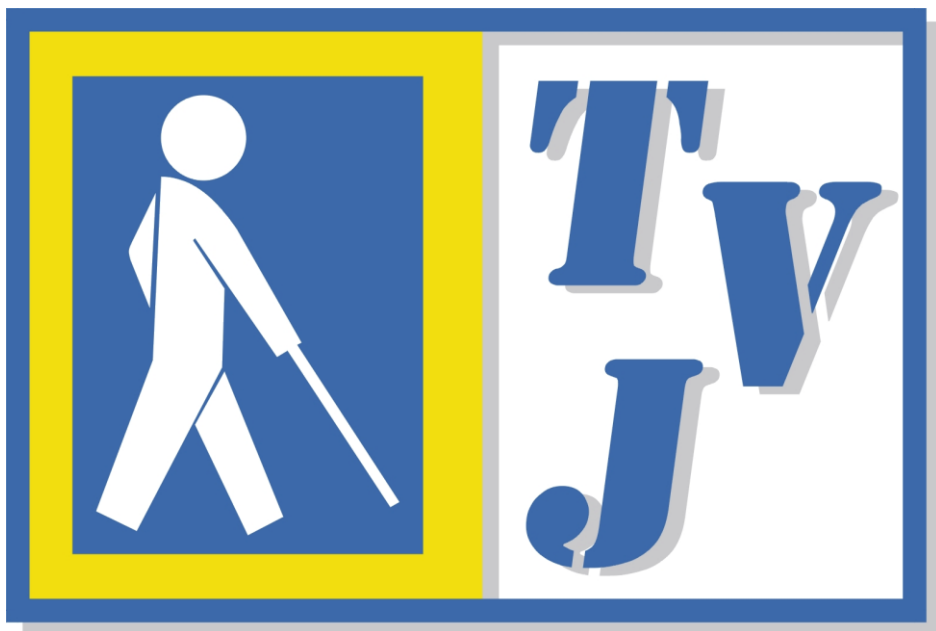


Číslo 3./ročník 12

1.3.2014



# PANORAMA

ČASOPIS NEJEN PRO ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ  
VYDÁVÁ: TYFLO VYSOČINA JIHLAVA o. p. s.  
Havlíčková 4725/38, 586 01 Jihlava

Tel.: 567 155 083, Fax: 567 303 793, Mob.: 776 805 838,

E-mail: [tyflo@seznam.cz](mailto:tyflo@seznam.cz), [www.tyflovysocina.cz](http://www.tyflovysocina.cz)

## Vážení čtenáři!

Do rukou se Vám dostává 3. číslo 12. ročníku měsíčníku PANORAMA, který vydáváme ve zvětšeném černotisku.

**Na stránkách tohoto bulletinu vás seznamujeme s činností naší organizace, do které patří organizování nejrůznějších vzdělávacích programů, poskytování sociálně právního poradenství, asistenční, průvodcovská a předčitatelská služba,**

**Centrum denních služeb, sociálně terapeutické dílny, sport, pořádání rekondičních a rekreačních pobytů a další. Více se o těchto aktivitách dočtete v jednotlivých rubrikách, které jsou jim vyhrazeny.**

*Časopis si můžete nechat zasílat prostřednictvím e-pošty. Naše adresa je: [tyflo@seznam.cz](mailto:tyflo@seznam.cz)*

*Lze si jej také stáhnout z našich webových stránek:*

**[www.tyflo vysocina.cz](http://www.tyflo vysocina.cz)**

Sdělte nám, zda máte o tento bulletin zájem a v jaké formě jej chcete odebírat.

**Napište nám, co Vás zajímá, co byste si v časopise rádi přečetli.**

Pište, telefonujte, faxujte. Těšíme se na vaše příspěvky!

## **Pravidelné akce v roce 2014**

**Každých 14 dnů, liché týdny - pondělí simulovaná zvuková střelba v klubovně od 14:00**

**Vedou: Lubomír Nechvátal, Erika Gaňová, telefon 567 155 083, 608 805 838**

**Každých 14 dnů, sudé týdny - pondělí, pletení v klubovně od 9:00 hodin.**

**Vede: Zlatuše Hegnerová, telefon 567 155 083**

**Každou středu 9:00-10:00 cvičení „Aby záda nebolela“ - klubovna Tyflo Vysočina Jihlava o.p.s.**

**Vede: Ivana Rytychová, telefon 567 155 083, Mob. 728 460 886, 608 805 838, 776 805 838**

**Každých 14 dnů - sudé týdny, středa od 15:00 Bowling - Snack bar, Havlíčkova 58, Jihlava.**

**Vedou: Jana Novotná, Jelena Škorpíková**

**Kontakt: Pavel Hegner, telefon 567 155 083, 567 303 795, 608 805 838, 776 805 838**

**Každý čtvrtek od 10:00 Plavání - Vodní ráj Jihlava**

**Vedou: Jana Novotná, Jelena Škorpíková**

**Kontakt: P. Hegner, telefon 567 155 083, 608 805 838**

**Každý čtvrtek od 14:00 Klub - klubovna Tyflo Vysočina Jihlava o.p.s.**

**Vedou: Bc. Eva Rosová, Erika Gaňová,**

**telefon 567 155 083, 608 805 838, 776 805 838**

**Upozorňujeme na možnost pravidelných klasických masáží (záda +šije) vždy v úterý 7:00-14:00 a ve středu 7:00-9:00 a 10:00-14:00 hodin. Masáže provádí zkušená masérka paní Ivana Rytychová, objednávat se**

můžete na shora uvedených telefonních číslech.Členové ON mají výrazné slevy!!!

### Nově nabízíme:

- Masáže lávovými kameny
- Masáže aroma oleji
- Masáže neutrálními oleji (pro alergiky)
- Zábaly
- Bodové masáže

Lávové kameny zmírňují napětí, bolest a uvolňují napjaté svalstvo. Lze s nimi dělat i masáž.

Oleje se používají pro léčbu lidí trpících chronickými bolestmi po mozkových příhodách, bolesti kloubů, hlavy a zlepšení pružnosti kůže.

Masáže provádí pan S. Kejval po domluvě na tel. 774 942 628

## Plánované akce na březen

8.3. Soutěž ve čtení a psaní bodového písma

12.3. Třebíč - Katedrála, prohlídka Židovského města, vede V. Nováková. Odjezd v 9:20 z nádraží ČD v Jihlavě

13.3. Promítání fotek s Janem Strnadem - Jihlava, havířské dny

21.3. Do Staré Říše na bledule - odjezd v 11:20 z autobusového nádraží v jihlavě, stanoviště 24. Vede Františka Čermáková

28.3. Jarní shromáždění členů Organizace nevidomých od 15:00 v klubovně Tyfla

29.3. Showdown - soutěž registrovaných sportovců - celorepubliková akce





či jednou za tři měsíce. Nová právní úprava rozšiřuje okruh osob, které mohou získat příspěvek na nákup motorového vozidla. Od 1. 1. 2014 budou moci příspěvek získat i lidé s nadkolenní amputací, kteří používají protetickou náhradu. U příspěvku na péči dochází k jedné změně. Žadatel bude muset doložit, že má bydliště na území ČR.

**Mgr. Václav Krása**  
**předseda NRZP ČR**

### Informace České spořitelny a.s.

**Vážení přátelé,**

**koncem roku 2013 přichází Česká spořitelna, a.s., s novým typem bankomatů a to s dotykovou obrazovkou. Všechny jsou upraveny hlasovým výstupem pro obsluhu bez zrakové kontroly. Jejich ovládání poslepu se poněkud liší od ovládání předchozích typů. Proto si manipulaci „po slepu“ s bankomaty připomeňme a porovnejme, abychom nepřišli do rozpaků, jestliže se s novým typem bankomatu setkáme.**

**Bankomat s dotykovou obrazovkou ovládáme pouze z numerické klávesnice a funkčními tlačítka umístěnými ve sloupku nad sebou vpravo od této klávesnice, neboť tlačítka vedle obrazovky, jak je známe z dosavadních typů, zde chybí. Na tento fakt nás upozorní hned úvodní hlasová fráze, která se ozve po zasunutí koncovky sluchátek do zdířky na bankomatu. Dále pak pokračujeme podle jednoduchých a srozumitelných pokynů volbou služby, kterou právě potřebujeme. Pokud se dopustíme chyby, můžeme seanci přerušit a chybu napravit stiskem druhého tlačítka shora vpravo vedle numerické klávesnice. Pokud stiskneme první**

(horní) funkční tlačítko vedle numerické klávesnice, seance se ukončí a bankomat nám kartu vrátí. Novou seanci můžeme začít opět po novém zasunutí koncovky sluchátek do zdířky a potom karty do příslušné štěrbiny. Třetím funkčním tlačítkem shora („OK“) dáváme povel k provedení zvolené akce. Seanci nemůžeme přerušit nebo ukončit, pokud jsme již zadaly povel k provedení akce.

Je zcela samozřejmé, že před započítím práce s bankomatem se hmatem seznámíme s umístěním jeho jednotlivých částí:

- obrazovka (jako orientační východisko);
- funkční tlačítka po stranách obrazovky – ano, ne;
- zdířka pro sluchátka a tlačítko pro nastavení hlasitosti – přítomnost těchto prvků sděluje, že bankomat je vybaven hlasovým výstupem;
- numerická klávesnice s hmatným označením číslice „5“ a funkční tlačítka vpravo vedle ní na vodorovném pultíku;
- štěrbina pro vkládání karty;
- štěrbina pro odběr bankovek;
- štěrbina pro odběr potvrzenky.

Úplně první seznámení s umístěním bankomatu a s jeho obsluhou doporučujeme za asistence vidící osoby.

Podrobnější návod k obsluze bankomatů a jejich aktuální seznam ČS a ČSOB ovladatelných bez zrakové kontroly najdeme mj. na [www.sons.cz](http://www.sons.cz) - <http://www.sons.cz/docs/bankomaty/>

Umístění bankomatů včetně upozornění na jejich provedení najdeme též na webových stránkách těchto bank.

Zprávu podává Viktor Dudr, SONS





Po celou dobu vládla srdečná nálada, prolínaná veselým smíchem. Dohodli jsme se, že se pokusíme scházet častěji. Doufáme, že se nám to i podaří!

Za příjemně strávený čas děkujeme paní Darce Ščavnické, jejíž milá slovenština lahodí našim uším.

V Jindřichově 31. 1. 2014

Za zúčastněné členy Anna Vyhlídalová

\*\*\*\*\*

### Chcete pomoci? (fejton)

"Chcete pomoci?" Ozve se mi dosti často při chůzi za zády. Jsem úplně nevidomý a cestu si vyhledávám a klestím pouze slepeckou holí. Teoreticky vím, kam jdu, kolik příčných ulic musím přejít a kam zahrnout. Odraz zvuku, vydávajícího slepecká hůl, ťukající o chodník mi napovídá, jak daleko jsem od stěny domů. Kroky lidí přede mnou a dopravní prostředky jedoucí podél mě, mi krásně pomáhají v udržování rovného směru chůze. Když se tedy za mnou ozve: "Chcete pomoci?" Většinou odpovídám: „Ne, děkuji,“ neboť vím, kde jsem, kam a kudy jít.

Díky slepotě mám bohužel nedostatek informací, takže nevím, že v místech, kde nemá nic být, stojí zaparkované auto, lešení, zábrana, výkop či zády ke mě stojící člověk. Ten rádoby pomocník za mnou tuto informaci má, ale nedá mi ji. Raději nabízí pomoc, kterou nemohouc vyhodnotit situaci před sebou, nepotřebuji. Stačilo by: „stůj, doleva, doprava,“ neboť 80 % lidí neví, kam je vlevo a kam vpravo, prostě zadržet stereotypně řídicího se slepce rukou a dát mu vysvětlující informaci. Ostatně než stačím zareagovat na

otázku: "Chcete pomoci?" zamotám se do stojanů a provazů uzavírajících vstup na eskalátor v metru, jindy jezdící, narazím do korby nákladního auta stojícího na chodníku, pod který se mi slepecká hůl bez nárazu zasune, porazím babičku o holi, stojící přede mnou tiše na chodníku atd. Přitom stačí tak málo: neptat se na nic a rychle opravdu pomoci.

S.G.

## V Chramostku vyrosté nový přírodní park pro nevidomé

Milovníci přírody budou mít už brzy možnost trávit dny na čerstvém vzduchu. Jaroslav Hobík, který provozuje zahradnickou firmu v Chramostku u Lužce nad Vltavou na Mělnicku, se totiž chystá vybudovat nedaleko svého bydliště veřejný přírodní park. Zhruba hektarový pozemek patří obci, Jaroslav Hobík však má s jejím vedením uzavřenu dohodu o několikaletém pronájmu právě za účelem zbudování parku. Kdo se těší na pěstěný anglický trávník, okrasné stromy a úhledné záhony plné květin, bude zklamán. Zahradník chce totiž místu dát zcela přírodní ráz. "Bude to divočina, kde budou udržované jen cesty. Porostou tam kopřivy, houštiny, zlatobýl. Mám připraveny také spousty takzvaných motýlích keřů, které krásně voní a kvetou až na konci sezony jako poslední," popsál Jaroslav Hobík své plány. A ještě v něčem bude park výjimečný, zkušený zahradník ho chce totiž upravit tak, aby si procházku v něm užili také nevidomí návštěvníci. "Natáhneme tam provazy, které jim pomohou určit správný směr cesty. Celý park pak bude vytvořený tak, aby potěšil nejen oko, ale také sluch, hmat a čich. Právě to jsou totiž

**smysly, na které se nevidomí spoléhají," připomněl Jaroslav Hobík.**

**Ostatním návštěvníkům zavážou oči. Užít si procházku poslepu budou moci samozřejmě i ostatní návštěvníci. "Zavážeme jim oči a necháme je, aby si tu trasu prošli. Budou si moci sednout a zaposlouchat se do zpěvu ptáků, třeba slavíků, nebo kvákání žab," přiblížil. Na nápad ho přivedla kamarádka, která je od narození slabozraká, a krásy přírody tak vnímá zcela odlišně. "Kdo je odmalička slepý, říká, že vidí věci, které my, co jsme zdraví, nikdy nespatříme," poznamenal Jaroslav Hobík.**

**Záměrem zarytého odpůrce pečlivě udržovaných trávníků je vytvořit místo, kde si budou moci hrát děti a kde budou lidé znovu poznávat krásu divoké přírody a původních druhů rostlin. Plánuje také obnovit rybník, který na pozemku kdysi býval.**

**"Nedávno jsem byl na výletě mezi Litoměřicemi a Skalkou, kde kolem potoka vede pěší zóna s malými ohništi. Když zavřete oči a zaposloucháte se do zpěvu potoka, je to nádhera. A něco takového bych chtěl i já," popsal Jaroslav Hobík.**

**Voda se stromky pěkně zacvičila. S výsadbou některých stromů začal majitel zahradnictví už loni. Pak ale přišla povodeň a většinu jich odnesla. "Voda tady s tím pěkně zacvičila, přišli jsme zhruba o sedmdesát procent výsadby," poznamenal Jaroslav Hobík.**

**Skutečnost, že je pozemek v záplavové oblasti, narušil také jeho plány postavit v parku čajovnu. "Chtěl jsem místo, kde si lidé sednou a budou moci pozorovat okolí. Dokonce mám hotový už i projekt. Ale stavět něco na kůlech, do toho nejdu," odmítl. Svého snu se přesto ještě úplně nevzdal. "Je tam jeden takový široký pruh, kde dříve plánovali postavit**

hráz. Možná by se tam dala udělat čajovna v malajském stylu, dlouhá a úzká, odkud by lidé viděli do polí a k lužním lesům, kde hnízdí černí čápi a krkavci," zasníl se. Se zahradnickými pracemi chce začít letos na jaře. Počítá s tím, že než bude park kompletní, potrvá to dva až tři roky. Park přitom hodlá vybudovat pouze z vlastních zdrojů, dotace totiž neuznává a o žádné ani žádat nebude. "To tak, ještě by chtěli, abych tam udělal asfaltové cestičky!" uzavřel Jaroslav Hobík.

**Autor: DENÍK/Viktor Janovský**

<http://prazsky.denik.cz/z-regionu/v-chramostku-vyroste-novy-prirodni-park-pro-nevidome-20140125-gdvr.html>

## **Březnové pranostiky**

**Březen - za kamna vlezem.**

**Panská láska, ženská chuť a březnové počasí není stálé.**

**V březnu vítr břízy fouká.**

**V březnu vítr, v dubnu déšť - pak jistě úrodný rok jest.**

**Březnové slunce má krátké ruce.**

**Lépe od hada býti uštknut, než v březnu od slunce ohřát.**

**Studený marec, mokrá máj - bude humno jako ráj.**

**Jestli březem kožich stáhl, duben rád by po něm sáhl.**

**Sníh v březnu škodí osení i vinné révě.**

**Adventní sníh dočká-li marcového, nebudeš jít, sedláčku, chleba režného.**

**Březnový sníh zaorati jest, jako když pohnojí.**

**Březnového prachu za dukát lot.**

**V březnu prach - jistý hrách.**

## Vtip měsíce března

Voják takhle cucá nábojnici a ta najednou BUM,a roztrhne mu pusu od ucha k uchu. Přiběhne k němu druhý voják a povídá mu:“Ty debile,ty se tomu směješ ale mohlo tě to zabít!!“

## Báje a pověsti z Jihlavy a okolí

### Přírodní rezervace Zaječí skok

jedeme - li vlakem z Hlavního nádraží na Tábor míjíme zastávku Staré Hory. Některé vlaky tam i zastavují. Mezi touto zastávkou a Rantířovem se nachází přírodní rezervace Zaječí skok. Tvoří jí strmé skalní útvary a byla vyhlášena již v roce 1933. A i o této oblasti se vypráví tato pověst.

Nedaleko odsud stával až do nedávna zámek Plandry. Už jsme se o něm zmiňovali při jiné příležitosti.

Na tomto zámku žil velice zlý a krutý rytíř, který holdoval jen pitkám a divokým štvanicím zvěře. Při jednom takovém honu tento pán nejprve zbil a potom i zabil jednoho nemohoucího starce, svého poddaného. Sotva muž klesl mrtev k zemi, vyběhl kolem nebožtíka zajíc. Rytíř jej začal pronásledovat. Již ho doháněl a zajíc, už nevěda, co dál, skočil ze strmé skály. Rytíř donutil koně ke skoku za zajícem a zahynul. Na památku této události je do skály vtisknuto koňské kopyto i s.podkovou. A proto se této oblasti říká Zaječí skok. Jiná verze této báje je, že zajíc byl převtělený čert a potrestal rytíře za smrt starce.

Nech



**Tyflo Vysočina Jihlava o.p.s., Havlíčkova 4725/38**

**586 01 Jihlava**

**Ředitel:** Pavel Hegner

**Odborné sociální poradenství:** Mgr. Iveta Ďuricová

**Centrum denních služeb:** Bc. Eva Rosová, Erika Gaňová

**Sociálně terapeutické dílny:** Stanislav Kejval

**Osobní asistence:** Lucie Fialová, Ing. Petr Kukla, Jiří Kučera

**Průvodcovská a předčitatelská služba:** Zlataše Hegnerová,  
Jaroslav Rokos, Milada Rokosová

**Sociální rehabilitace:** Marie Holzbauerová

**Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním  
postížením:** Jiří Kučera

**Masérské služby a cvičení - Organizace nevidomých:** Ivana  
Rytychová

**Tlumočnické služby:** Jiřina Kocmanová

Sponzorské příspěvky můžete zasílat na č. účtu

**1467777379/0800**

**Za případný příspěvek předem děkujeme.**