

Číslo 9./ročník 11

1.9.2013



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, www.tyflovysocina.cz

Vážení čtenáři!

Do rukou se Vám dostává 9. číslo 11. 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

Lze si jej také stáhnout z našich webových stránek:

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 2013

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

Každé liché úterý od 14:00 showdown - Úprkova 6, Jihlava

Vede: Pavel Hegner, telefon 608 805 838, 776 805 838

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: Františka a Rudolf Čermákovi

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

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

Vedou: Mgr. Petra Klimešová, Erika Gaňová, telefon 567 155 083, 608 805 838, 776 805 838

- 2.10. 9.00-17.00 3. Veletrh sociálních služeb a výstava kompenzačních pomůcek v prostorách Kulturního domu Ostrov v Havlíčkově Brodě.
- 5.10.. Tyflosam 2013 - soutěž v prostorové orientaci s bílou holí nebo s vodicími psy v Jihlavě.
- 8.10. Týden otevřených dveří Tyflo Vysočina Jihlava o.p.s. a sbírka Bílá hůl.
- 8.10. 8.00-16.00 „Chrlická žába“ - CSS Brno-Chrlice Chrlické nám. 2, Brno, MHD Ze Zvonařky bus 65.

Dopolední program – soutěžení v disciplínách :

Vrh koulí	Ruské kuželky
Hod granátem	Šipky
Skok do dálky	Jízda na dvojkole
Show down	Disciplíny pro seniory

Odpolední program:
Zábavné odpoledne
Vyhlašování výsledků

Sportovní hry jsou přizpůsobeny nevidomým a slabozrakým.

V případě zájmu se hlase na Tyflo Vysočina Jihlava do 20.zář 2013.

Blahopřání s poděkováním:

Dodatečně si dovoluujeme pográtulovat k 75.narozeninám a popřát hodně zdraví a štěstí paní Marii Burdové. Děkujeme, Vám i manželovi, za Vaši ochotu a trpělivost nám obětavě pomáhat! Pracovníci Tyfla.

vždy na výběr, zda dědictví přijmout a věc zatíženou příkazem zůstavitele, tedy věc zatíženou odkazem vydat, nebo dědictví odmítnout a věc si ponechat.

Do NOZ se vrací *dědická smlouva*, která je vedle závěti dalším titulem, dle něhož je možné dědit. Tuto smlouvu může člověk uzavřít s dědicem ještě za života a domluvit se s ním, jaký konkrétní majetek dědici připadne.

Dědická smlouva je nejsilnějším právnickým titulem, protože má přednost před zákonnými dědickými posloupnostmi a zůstavitel ji nemůže jednostranně zrušit. To je tedy oproti závěti velká výhoda pro dědice.

Podle NOZ však dědickou smlouvu nelze uzavřít na celou pozůstalost. Alespoň jedna čtvrtina musí zůstat volná, aby s ní zůstavitel mohl dále volně nakládat.

Dědickou smlouvu lze uzavřít jak s dědicem, tak i s odkazovníkem (např. s přítelem, kterému má připadnout nějaká věc jako odkaz). Uzavírá se obvykle u notáře ve formě veřejné listiny.

Dědictví s podmínkami

Zůstavitel může nově v závěti uvést podmínku, která určí, kdy bude dědic dědit (např. po úspěšném ukončení vysokoškolského studia nebo až opraví zůstaviteli dům). Pokud dědic podmínku nesplní, ztratí nárok na dědictví. Podmínky nebudou moci být zcela libovolné, zákoník například nepovolí příkazy, které by dědice, popř. odkazovníka šikanovaly či nutily ke změně stavu (např. uzavření manželství či rozvod). Žádné

podmínky však nesmějí zatížit povinný díl nepominutelného dědice.

Současná právní úprava omezuje zůstavitelovu svobodu při dělení majetku – v případě, že má jen nezletilé dítě, nemá možnost odkázat část majetku nikomu jinému než tomuto potomkovi.

Nepominutelný dědic může dostat méně

Nová úprava krátí práva nepominutelných dědiců (děti zůstavitele, jež nemohou být v závěti opomenuty). A to tak, že nezletilému potomkovi se musí dostat alespoň tři čtvrtiny jeho zákonného podílu (doposud má nárok na celý svůj zákonný podíl), zletilému pak alespoň jedna čtvrtina (nyní alespoň jednu polovinu z jeho zákonného podílu).

V praxi tedy bude možné odkázat závěti část dědictví například přítelkyni, s níž pořizovatel závěti žil, přestože má nezletilé potomky.

Dědictví se pŕjje zřeknout předem

Dosavadní právní úprava možnost zřeknutí se dědického práva předem nepřipouští, dědictví lze pouze přijmout, nebo odmítnout. Nově se bude moci budoucí dědic zřeknout dědictví ještě před smrtí zůstavitele.

Takové řešení, navíc s aktivní účastí zůstavitele, může predejit případným dědickým sporům, např. když má zůstavitel dvě děti, jedno obdaruje již za svého života a druhému chce po své smrti věnovat zbývající majetek. S prvním dědicem se tak může dohodnout na zřeknutí se tohoto majetku.

Divoké husy svačinu odnášejí a zimu přinášejí.

Jaké počasí v září, tak se i březnu vydaří.

Vtip měsíce září

Přijde Pepíček ze školy a maminka se ho ptá.

Co jste dělaly ve škole?

Pepíček odpověděl. Výbuch se semtexem.

A co budete dělat zítra ve škole? Ptá se maminka.


Pepíček odpověděl. V jaké škole?



Zdraví na talíři

Už nemusíte trpět bolestí ani slabým zdravím, protože zázračná kombinace česneku, octa a medu umí uzdravit téměř každý lidský neduh. Tato neuvěřitelná přírodní léčba potírá rakovinu, artritidu a srdeční problémy. Léčí astma, chřipku, vysoký krevní tlak a dokonce i neplodnost a spoustu dalších nemocí. Je tak silná, že při pravidelném užívání může trvale zajistit dobré zdraví.

“Roky vědeckého výzkumu odborníků dokázaly nade vše pochybnost, že česnek, ocet (organický - nefiltrovaný) a med je kouzelná přírodní směs,” tvrdí Dr. Emilio Steffani, odborník na výživu z Říma, který už na toto téma napsal nejednu publikaci.

“Tyto tři účinné ingredience jsou k dostání kdekoli v nejsou vůbec nákladné. Když si ještě uvědomíte, jak prospěšné jsou pro lidské zdraví, máme před sebou udivující lék.” Česnek s octem a med má doslova na tisíc lékařských použití, jak říká Dr. Steffani i ostatní vědci. Se svolením vašeho lékaře si použitím této hojivé kombinace můžete vyléčit zde popsané obvyklé choroby a ještě i mnoho dalších.

ASTMA

Uvařte dva stroužky česneku a přidejte čajovou lžičku jablečného octa pár kapek medu. Užívejte každé ráno nalačno a okamžitě se vám při dýchání uleví.

VYSOKÝ TLAK

Vysoký tlak se dá úspěšně snížit pravidelnou konzumací vývaru dvou šálků vody, 16 česnekových stroužků a dvou polévkových lžic octa a medu. Tuto směs vaříme na mírném ohni půl hodiny, vychladíte ji a užijete po dvou lžičkách třikrát denně. Tato léčba se s velkým úspěchem praktikuje v Indii už celá staletí a zabírá i na bolesti v prsou a motolici hlavy.

CHOLESTEROL

Hladina cholesterolu podle výzkumu klesá, kdykoli jíte česnek. Jedna studie , publikovaná v anglickém lékařském časopise Lancet ukazuje, že za tři hodiny po požití 50 gramů česneku se

150 gramy másla se průměrně sníží hladina cholesterolu ze 237,4 na 221,4. To znamená, že se nebezpečný do pad tučných jídel dá zmírnit tím, že se k nim přidá česnek. Když se česnek smísí s medem a octem, jeho účinky se ještě zvýší. Chcete-li si snížit hladinu cholesterolu v krvi, snězte každý den nakrájený česnek s přílohou octa a medu, nebo si umíchejte nápoj z horkého octa, poloviny lžičky utřeného česneku a tří lžiček medu , a pijte ho každé ráno před snídaní.

RAKOVINA

Vědci už dávno zjistili, že chemické složení česneku znemožňuje rakovinné bujení. Podle výzkumníků v Národním institutu boje proti rakovině a Univerzity v Texasu při nemocnici M. D. Andersond , jezení česneku vyloučí, že dostanete rakovinu žaludku i jiných vnitřních orgánů. Chcete-li protirakovinný účinek česneku ještě umocnit, jezte ho každý den nakrájený v medu a octu.

ARTRITIDA

Prostá směs česneku, octa a medu vás může úplně zbavit bolesti způsobených artritidou a revmatismem. Oloupané stroužky ze dvou velkých hlaviček česneku ponořte na 5 minut do horkého octa. Namočte tlustou ponožku do vařící vody, pak ji vyždímejte. Naplňte konec ponožky kaší z česneku, octa a čajové lžičky medu a každé ráno s ní potírejte bolestivá místa.

Vnitřní bolesti utiší sklenice horké vody se lžičkou octa, medu a čtvrtinou lžičky rozmixovaného česneku před spaním. Klouby a svaly vás už trápit nebudou.

OMRZLINY

Omrzliny ošetřujte rozkrojeným česnekem a pak místa potřete směsí napůl z medu a octa.

CHŘIPKA

Citronové rozinky – STOP chřipce. Citronové rozinky: Balíček rozinek spaříme horkou vodou a dáme do malé misky. Na ně vymačkáme šťávu ze 2 citronů a necháme několik hodin nasáknout. Vitamin C se naváže na hroznový cukr a má pak větší účinek v našem organismu. Každodenní “zobání” těchto rozinek je skvělou prevencí proti infekci.

Báje a pověsti z Jihlavy a okolí

Dnes zavítáme do starého královského a horního města Jihlavy. Naproti školy TGM, tam kde stojí vysoké paneláky, stávala nízka, jednopatrová budova. podle pověsti to byla hospoda, která nesla podivné jméno " U Tručbáby " Proč nesla toto jméno o tom nám povídá tato pověst, která snad není ani pověstí. Jihlavské ženy a dívky se vzepřely tyranii mužů. Bylo to v 16. století. V těchto dobách opanovala naši zemi španělská móda. Tehdy žil v Jihlavě purkmistr, jeden z nejbohatších majitelů domů na náměstí, který byl známý tím, že měl mladou a velice krásnou ženu. A jak to bývá, tato mladá

Opršalová	Milena	Brno
Lžičář	Daniel	Český Krumlov Praha 3 -
Bendová	Monika	Vinohrady
Vlasáková	Kamila	Praha západ
Kořínková	Marie	Praha 9 - Prosek
Váňová	Marie	Jihlava Vyskytná nad
Miksová	Drahomíra	Jihlavou
Šlapalová	Ludmila	Jihlava
Doležal	Václav	Jihlava
Prchalová	Silva	Jihlava
Čermák	Rudolf	Jihlava
Káňová	Ivanka	Jihlava Jindřichov u
Vyhliďal	Václav	Krnova
Šimáčková	Jana	Měřín
Hegnerová	Zlatuše	Velký Beranov Jindřichov u
Pauperová	Anna	Krnova
Radová	Jana	Jihlava
Bošnjak	Petr	Jihlava
Rokosová	Milada	Jihlava
Kišiday	Jakub	Jihlava

**Vážení oslavenci, gratulujeme Vám k Vaším narozeninám!
Přejeme Vám mnoho krásných chvil v kruhu Vašich
blízkých a hodně elánu do dalšího života!!!**

**Tyflo Vysočina Jihlava o.p.s.,
Havlíčková 4725/38, 586 01 Jihlava**

Ředitel: Pavel Hegner

Odborné sociální poradenství: Bc. Alena Kyselová, Alena Gerbrichová, DiS.

Centrum denních služeb: Erika Gaňová

Sociálně terapeutické dílny: Monika Štumarová

Osobní asistence, Průvodcovská a předčitatelská služba:
Mgr. Petra Klimešová, Lucie Fialová

Sociální rehabilitace: Marie Holzbauerová

Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením: Pavel Hons

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.

IČO: 26304856, DIČ: 314 – 26304856

Výpis z rejstříku OPS č. 71360/2002-Oddíl O. Vložka 204.

Bankovní spojení: ČS, a. s., č. 1467777379/0800

