

Paprsek ze tmy

interní občasník

Klubu přátel červenobílé hole

Říjen –listopad 2006

Motto:

*Co je to s tebou ? Posedlá spěchem svou vidinou cíle
nehlídáš své kroky a občas přišlápneš i něčí srdce.*

Markéta Procházková: **Podej mi ruku**

Praha

Tak už tu máme listopad. A nás čeká brzy tradiční Vánoční klub na Palatě.

Ale ještě se ohledneme za minulým měsícem.

Procházka po Ladronce

Bylo dubnové počasí, chvíli slunce a chvíli déšť, ale přesto jsme se vydali na procházku po areálu Ladronka.

Kdysi zde patrně stával viniční lis, neboť všude kolem na svazích rostly podle přání Karla IV. vinice. Rozsáhlé území u obce Motol zakoupil v roce 1688 od barona Schwihowského, italský hrabě FILIP FERDINAND DE LA CRONE, zjednodušeně LACRONE, lidově LADRONE, odtud jméno LADRONKA. Na svém panství postavil zájezdní hostinec. Po jeho smrti koupil hostinec velkopřevor řádu Maltézských rytířů hrabě von Poettig. Rozkvět hostince byl zajištěn polohou při významné říšské silnici a poutní cestě z Hradčanské Lorety do barokního kláštera v Hájku u Unhoště. Budova byla barokní s obdélníkovými okny a vysokou valbovou střechou. V této podobě je dodnes. V roce 1742 při ústupu před Francouzi vypálili uherští husaři břevnovský klášter, Velkou hospodu a Ladronku. Po opravě zde byl hostinec až do 19. století. Tehdy se stal objekt zemědělskou usedlostí, kterou maltézští rytíři pronajímali. Při přerodu obce Břevnov a Motol na městské části, zanikalo zemědělství a Ladronka se stala bytovým objektem. V 50. letech 20. st. zde ještě bydlelo v zoufalých podmínkách 10 rodin. Později zde byly sklady Státního statku a tak postupně objekt zchátral. V roce 1993 obsadila zchátralou a opuštěnou Ladronku skupina squatterů, kteří zde bydleli a provozovali centrum alternativní kultury. Po sedmi letech nelegálního užívání byli v roce 2000 násilím vystěhováni. Ladronka chátrala dál, přestože byla zapsána v seznamu kulturních památek. V roce 2003 bylo upraveno okolí jako areál volného času a vznikl zde park dlouhý skoro 2,5 km. Pro bruslaře, cyklisty a pěší. V roce 2005 byla ukončena rekonstrukce usedlosti a vybudováno zázemí pro návštěvníky areálu. Je zde restaurace, půjčovna sportovního náradí, dětské hřiště. Její okolí je známé tím, že zde nejdéle leží sníh. My jsme se tak trochu vrátili do dětských let a pohoupali se na houpačkách na dětském hřišti.

Na tvářích přítomných pohyb na houpačce vyloudil krásný úsměv. Zažili opět krásný pocit z dětství. Silný prožitek měla paní Shonová, když si prohlédla strom, který měl 8 kmenů. Neuvěřitelné. Ušli jsme asi 4 km při zpáteční cestě na Palatu, kdy nám cestu ztrpčovaly různé vykopávky na ulici, rozbité schody apod. I když utmácení, tak i šťastní a obohaceni poznáním nového místa jsme se rozloučili a někdy příště se sem určitě rádi vrátíme. Vzpomínali jsme na Mařenku Ř., která bydlí nedaleko, ale z důvodu vážného úrazu s námi nemohla být. Přejeme jí brzké uzdravení. O.P.

Ze zasedání předsednictva

Sešli jsme se ve Středisku vodicích psů v Praze Jinonicích. Výhodou bylo krásné téměř letní počasí a tak se schůzovalo venku. Z usnesení předsednictva vyplynulo, že by bylo dobré se připomenout o. s. Lorm, že naše organizace není dosud uvedena v adresáři organizací pro

hluchoslepé. Máme již 48 členů. Na návrh Karly Jandlové uspořádáme v jarních měsících výlet do Brna, do Slepeckého muzea. Zajistí Karlička spolu s předsedou Ing. Brücknerem. Paní Marcela Machovičová přednesla referát o své činnosti v Liberci a předala k tisku sestavený Sborník „Kultura hluchoslepých“.

Ing. Leo Brückner informoval o své činnosti v Brně. Byly odsouhlaseny MV změny Stanov odsouhlasené na Valné hromadě dne 26.3.2006.

V měsíci březnu se bude opět konat Konference „Nic o nás bez nás“. Na setkání v Praze přijel i brněnský klub KPČH. O tom dále píše ing. Leo Brückner.

BRNO

V sobotu dne 14.10.2006 členové brněnského Klubu přátel červenobílé hole uspořádali výlet do Prahy - Jinonic do Střediska výcviku vodících psů. Středisko výcviku vodících psů je velmi dobře dopravně dostupné z metra trasy B a vystupuje se přímo na stanici Jinonice. Vlastní areál je cca 10 minut od stanice metra směrem z kopce. Výcvikové středisko s cvičišťem zahrnuje v sobě komplex relativně nových objektů s malebným zahradním posezením. Středisko má omezenou kapacitu 10 lůžek, má komorní charakter vhodný pro malou uzavřenou skupinku. Možnosti a vybavení jsou obdobné jako v Rekvalifikačním a rehabilitačním středisku Praha -Dědina . Stručně řečeno měli jsme k dispozici vybavený kuchyňský kout pro přípravu jídla a občerstvení, malou společenskou místnost s kapacitou do 15 lidí a sociální zařízení na podlažích .Získali jsme zde základní informace o historii a vývoji tohoto střediska, něco málo jsme se dozvěděli z kynologie a vlastním výcviku vodících psů.

Důležitou zkušeností byl i vlastní kontakt s vodícím psem. Na závěr při příležitosti nedávno proběhlého výročí založení gymnázia pro mládež z vadami zraku jsme navštívili areál školy v Nových Butovicích. Gymnázium pro mládež z vadami zraku je vzdáleno od Jinonic střediska výcviku vodících psů jednu stanicí metrem trasy B a dostat se do areálu školy od stanice metra je malý oříšek pro prostorovou orientaci. Zakončení akce brněnského klubu nemohlo být jinak než malou historickou procházkou po Praze. Vážení přátelé toto povídání je určeno jednak těm, kteří nám fandí a nemohli se této akci zúčastnit a dále chci dát tímto povídáním inspiraci i ostatním partnerským občanským sdružením.

Leopold Brückner

Martin Tarčinec se s námi podělil o své zážitky ze zpáteční cesty domů z Prahy.

Autobusem 130 jsem jel na metro stanici Jinonice a dále pokračoval na Smíchovské nádraží. Tam jsem si koupil lístek do Kyrů přes Plzeň. Než jsem si uložil průkazku, lístek a peníze, přistoupila k nám paní průvodčí, která má také pejska. (Martin je držitelem vodícího psa) Byl čas a tak jsem se s ní bavil. V 9.22 přijel mezinárodní rychlík Praha –Norimberk a snad i Mnichov. Byly tam vozy s oddílem pro děti do 10 let. Na Smíchově jsme si koupili noviny. Zajímavé bylo, že chvíli po odjezdu vlaku se ozvalo:

„Vítá Vás vlaková četa“ a hlas vyjmenoval celou trasu a přeje nám příjemnou cestu.

V Rokycanech se rozloučil, protože končil, neboť se přejíždělo do jiného kraje, ale byla to jediná zastávka mezi Prahou a Plzní. Zhruba někde kolem Zdic projížděl vlakem chlapík z nápoji na vozíku a ptal se, jestli nechceme něco k pití. Z Prahy jsme byli v Plzni téměř za hodinu v 10:45. Měli jsme to tak akorát, protože v 10:56 se jede na Žatec. Opět dobrá cesta, protože se trať od září 2005 do září 2006 elektrifikovala. No, prostě modernizovala.

V Kryrech jsme byli krátce po 12:30 hod a doma těsně před 13:00.

Legrace je v tom, že mamka zapomněla v tom rychlíku z Prahy noviny. A tak je zbytečně koupila. V kupé s námi seděl nějaký Němec, vezl si jako suvenýr Karlovarské oplatky. Četl si noviny a v těch také byl vyobrazen vodící pes a byl hodně podobný Elišce. **Martin Tarčinec Pozn. red.** Martin je úplně nevidomý, nosí sluchadlo. Přemýšlejte o tom, jak je to možné, že všechno takto postřehl. Kdo to ví, odpoví ?

HOSPIMEDICO 2006

V rámci této výstavní akce v areálu brněnského BVV proběhla ve dnech 24. - 27. 2006 11. prezentace nestátních neziskových organizací s humanitárním zaměřením. Jedná se o událost, která probíhá každoročně na BVV v měsíci říjnu. Svým charakterem tato prezentace je velmi podobná Tmavomodrému festivalu, který se každoročně koná v jarních měsících v Brně Bílém domě. Obě záležitosti jsou pro občany se ZTP/ P zdarma. Prezentace nestátních organizací s humanitárním zaměřením má širší zájmový záměr i na ostatní handicapované občany nejen se zrakovým postižením. Přestože většina organizací a vystavovatelů je každý rok stejná, rok co rok se seznamuji s novými výrobky, kompenzačními pomůckami a vůbec s emancipačními možnostmi pro nás postižené. Na závěr uvedu pár postřehů, které mě letos zaujaly. Pojišťovna Kooperativa a.s. na prezentaci přišla s novými pojistnými produkty pro držitele průkazu ZTP/P. Konkrétně se jedná o pojištění motorového vozidla, domácnosti, nemovitosti a pojištění odpovědnosti zaměstnance za škodu. Dozvěděl jsem se, že v Brně kromě Hlinek a Kociánky, existuje ještě jedna střední škola pro tělesně postižené pod názvem GEMINI se sídlem na ulici Vaculíkova č.14, Brno. Pro orientaci uvedu, že jsou zde obory veřejno-správní činnost, provoz služeb, prodavač a výrobce lahůdek. Z oblasti rehabilitace jsem se poprvé setkal s autotrakčním lehátkem od firmy Dolejší. Toto zařízení jsem si vlastnoručně vyzkoušel pod odborným dohledem a měl jsem z něho dobrý pocit ve smyslu relaxace. Výrobek je konstrukčně sice velmi jednoduchý, a je chráněn ochranným patentem. U expozice Tyfloservis Brno a Hradec Králové mě zaujaly filtrové brýle šedé, žluté a zelené od firmy Eschenbach. U šedých a žlutých brýlí jsem cítil prosvětlení prostředí v nedostatečně osvětleném interiéru. V zelených filtrových brýlích jsem se cítil dobře, protože měly i boční průhled. Z náročnějších kompenzačních pomůcek mě zaujala televizní kapesní lupa zn. Looky dodávaná Sagittou s.r.o. Jedná se o novinku na trhu. Pro představu uvedu, že tato lupa má rozměr asi jako krabička od cigaret. Hodnotil jsem zde především skladnost a velmi jasné zaostření. Kromě stánků s výrobky a prezentací, zde byl bohatý doprovodný program zábavně vzdělávací. Z aktuálních témat uvedu například přednášku o novém systému poskytování sociálních služeb. K tomuto aktuálnímu tématu zde poradenské centrum Ligy za práva vozíčkářů. poskytovalo konzultace a Národní rada zdravotně postižených k tomuto tématu zpracovala výstižný písemný materiál. Máme k dispozici k nahlédnutí jak v Brně, tak v Praze. Leo Brückner

MALÁ RADA NA BĚŽKY

Blíží se lyžařská sezóna, a tak posíláme nápad, který vzešel z jedné z našich rodin. Při jízdě na běžkách nastává situace, kdy se nevidomý lyžař dostane pravou nohou do levé stopy či naopak. Aby instrukce za ním běžícího traséra byla jednoduchá, rodiče vymysleli dva výrazy, které jsou výstižné a hlavně rychlé: „prales“ = pravá noha v levé stopě, „lepra“ = levá noha v pravé stopě.

Napište nám i Vy Vaše zlepšováky – týkající se nejen běžek! Převzato ze Zpravodaje ARZPD. Můžete použít na lednovém lyžařském kurzu, který pro vás pořádá LORM.

Z Českých Budějovic

Jak jsem prodávala bílou pastelku

Dnes jsme byly prodávat s Martinou bílou pastelku. Martinu vodila Lucka a mě Helča. Šly jsme všude možné, i do věznice. Tam nás poslal pan Tůma za paní Koubovou, snad vedoucí, že prý ji zná a ona zná jeho. Pak na zdravotně –sociální fakultu, kam chodila Hela do školy. Taky na náměstí jsme stály, hodně jsme toho prošly po městě. My jsme prodaly asi 50 ks, Martina s Luckou asi 81 ks a zbytek jsme přinesly do Tyflokabinetu. Měly větší štěstí.

Jaruška Dvořáková

Skořice jako koření i lék - Dnes v noci jsem potkal ženu, proplovala ulicí, voněla mi po parfému, vanilce a skořici ...

Skořice, která se používá už více než 4000 let, vždy inspirovala prozaiky a básníky svou vůní, barvou, chutí. Nyní, jak se zdá, inspirovala i lékaře. Našli v ní účinný přírodní prostředek. Skořice podporuje chuť k jídlu, snižuje krevní tlak a zlepšuje trávení. Zažívací trakt zahřívá a stimuluje, uklidňuje koliky, průjmy, nevolnosti a nadýmání. Díky dezinfekčním a antibiotickým účinkům ji lze použít i jako prostředek proti nachlazení, kašli a chřipce. Příznivě ovlivňuje metabolismus tuků a cukrů, což je výhodné u pacientů s cukrovkou. Skořicovník je statný strom, který dorůstá do výšky i více než 10 metrů. Pěstuje se na Cejlonu, v Číně, na Jávě a v dalších tropických oblastech. Drogou je kůra, může se však sbírat už ve třetím roce. Nejvyšší kvalitu poskytují stromy osmileté, anebo starší. Skořice je pokládána za jeden z nejdůležitějších léků indické ayurvědy a tradiční čínské medicíny. Nejzajímavější z hlediska problematiky metabolického syndromu a prevence diabetu 2. typu se jeví **vodní extrakt ze skořice**.

Extrakt ze skořice obsahuje řadu účinných látek, které prokazatelně zlepšují inzulínovou citlivost, zlepšují využití glukózy tělními buňkami. Upravuje tak jednu z častých poruch přítomných u diabetu 2. typu". V klinickém testování, které trvalo 40 dní, se prokázalo, že skořicový extrakt v dávce 1-6 g denně snižuje u pacientů s diabetem 2. typu glykémii (pokles o 18 - 29%), triacylglyceroly (pokles o 23 - 30%), LDL cholesterol (pokles o 7 - 27%) a celkový cholesterol (pokles o 12 - 26%). Místo skořicové kůry je dobré doplňovat dietní výživu diabetiků skořicovými tobolkami. Informace upravena z internetu článku. A.Šindelářová - Může skořice pomoci diabetikům.

Výstava „Nevíáme, neslyšíme, ale cítíme

V listopadu zahajujeme putovní výstavu k nahlédnutí do světa hluchoslepých.

Začínáme na MÚ Praze 9, dále následuje Hradec Králové, Brno, Liberec. Pokud i vy chcete, aby ve vašem bydlišti, či městě se lidé seznámili s touto problematikou dejte nám vědět. Pokud budete vědět i o konkrétním místě bude to ideální. Výstavu dovezeme a nainstalujeme. Potřebujeme však získat zdarma jak výstavní plochu tak místnosti.

Novinky v zákoně o zaměstnanosti

Od 1. října 2004 začal platit nový zákon o zaměstnanosti. Ten obsahuje celou řadu změn, které by měly podstatně snížit míru nezaměstnanosti v České republice.

Zde se v krátkosti zmíním pouze o tom, jak je to s evidencí osob, které trpí závažným zdravotním postižením, například těžkým postižením sluchu a zraku (hluchoslepotou). Jedná se především o mladé lidi, kteří například ukončili studium na střední či vysoké škole a chtějí se zapojit do pracovního procesu, případně o ty z Vás, kteří již dříve pracovali, ale z nějakého důvodu o svoje dosavadní zaměstnání přišli.

Tito lidé by se měli přihlásit na příslušném úřadu práce, a to zpravidla v místě svého trvalého pobytu (bydliště), přičemž každý žadatel (uchazeč o zaměstnání) by s sebou měl mít alespoň platný občanský průkaz, jakož i další dokumenty osvědčující skutečnost, že například ukončil studium nebo že jeho předchozí zaměstnání skončilo, například z důvodu výpovědi ze strany zaměstnavatele.

Důležité je vědět, že do evidence příslušného úřadu práce může být zařazen i občan, který je invalidní a v důsledku toho pobírá plný invalidní důchod. Avšak jedná se pouze o osoby, které byly uznány invalidními na základě § 39, odst. 1. písm. b), zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění v platném znění. Jedná se o občany, kteří, i přesto, že jsou invalidní a tudíž požívají plného invalidního důchodu, mohou pracovat, tj. mohou vykonávat soustavnou výdělečnou činnost, avšak pouze za zcela mimořádných pracovních podmínek (speciální úprava pracoviště, vybavení speciálními kompenzačními pomůckami).

Pokud však občan byl uznán invalidním podle § 39, odst. 1, písm. a), shora citovaného zákona, nemůže být úřadem práce přijat do evidence uchazečů o zaměstnání. Z toho plyne, že takový občan mimo jiné nemá nárok ani na pobírání podpory v nezaměstnanosti. Jedná se o peněžitou dávku, na kterou, při splnění určitých, zákonem stanovených podmínek, vzniká nárok osobám, které jsou v evidenci příslušného úřadu práce a pro něž nebylo možné zajistit odpovídající zaměstnání ani jiné vhodné pracovní uplatnění. **JUDr. Bohuslav Dohelský**

Oslavili narozeniny v říjnu:

Sarközyová Lenka, Pačesová Ota, Machovičová Marcela, Běhová Dagmar,

V listopadu oslaví :

Karla Jandlová, Silva Vymazalová, Jiří Javůrek

Přejeme jim hodně zdraví a osobní pohody .

Klub přátel červenobílé hole: IČO: 26999960, adresa: Přemyslská 13, 182 00 Praha 8,
tel.284691012

Praha: Ota Pačesová, mob: 775164190 , e- mail: paces.petr@volny.cz,

Brno: Ing. Leopold Brückner-

mob: 608 866 912, Liberec: Marcela Machovičová, 485 113 223,

Ostrava: Jana Kubicová-ved.porad.centra, tel/fax- 596111539