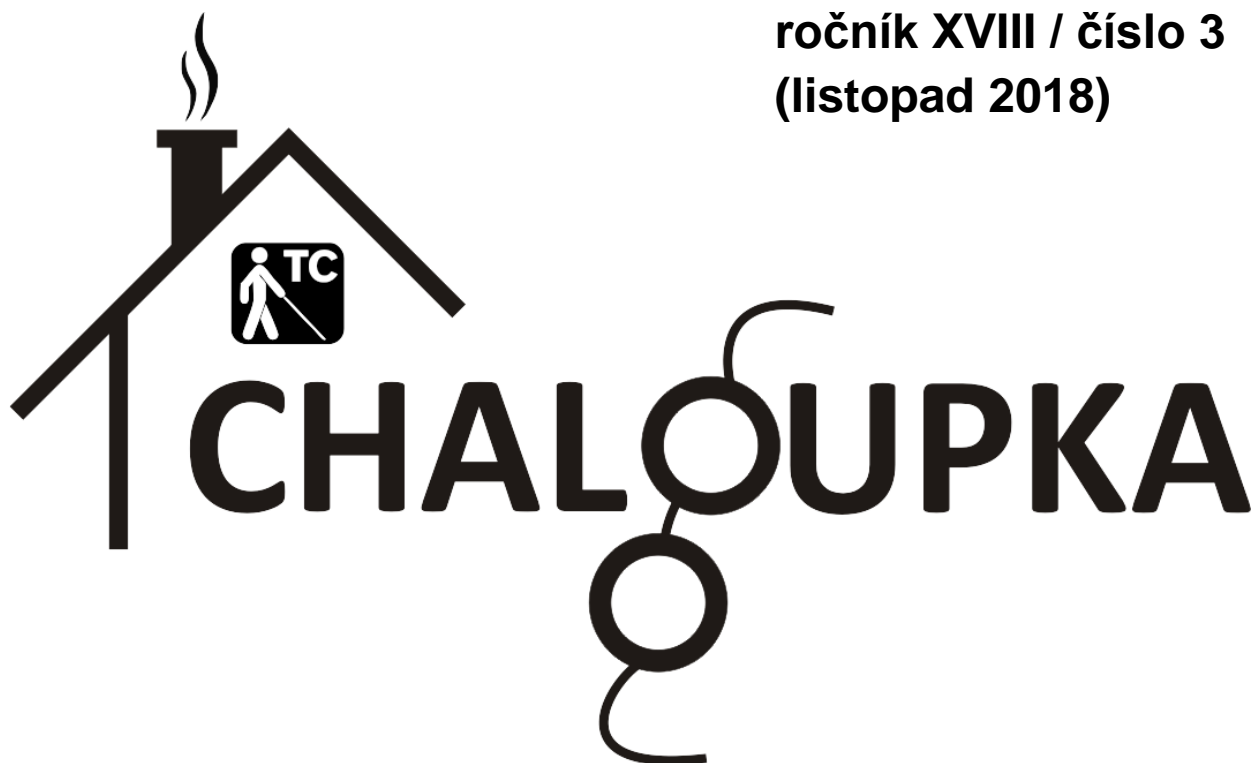


ročník XVIII / číslo 3  
(listopad 2018)



**Časopis pro zřakově postižené z Brna  
a Jihomoravského kraje**

**Vychází ve zvětšeném tisku, ve slepeckém tisku,  
v digitální podobě a jako audionahrávka.**

**Vydává:  
TyfloCentrum Brno, o. p. s.  
Chaloupkova 3  
612 00 Brno**

**Časopis od roku 2005 dotuje Úřad městské části  
Brno-Královo Pole ([kralovopole.brno.cz](http://kralovopole.brno.cz)).**

# Obsah čísla

<b>CO JE U NÁS NOVÉHO</b> .....	4
Kurz Základy komunikace .....	4
<b>ZAŽIJTE S NÁMI</b> .....	7
Těšíme se na vánoce .....	7
Co nás čeká v Brně .....	8
Připravované aktivity s podporou Brna .....	9
Na co se můžeme ve Znojmě těšit .....	9
<b>INFORMACE PRO KAŽDÉHO</b> .....	11
Co nového v Brně .....	11
Nové odbavovací místo Regiojetu na Hlavním nádraží v Brně .....	11
Ulice Valchařská je opět průjezdná.....	11
Změna trasy linek 9 a12 .....	12
Změna obsluhy zastávky Moravské náměstí linkou 67 .....	12
Rekonstrukce Zábrdovického mostu.....	12
Rozvoj služeb pro zrakově postižené .....	14
<b>UDÁLO SE U NÁS</b> .....	16
Setkání ve Znojmě a bowlingový turnaj .....	16
Exkurze do České televize .....	17
Ohlédnutí v Břeclavi.....	18
TyfloBrno 2018 je minulostí, ať žije TyfloBrno 2020.....	19
Co také bylo k vidění na TyfloBrno 2018 .....	21
„Do přírody s bílou holí“ .....	22
<b>Píšete sami sobě</b> .....	24
Zorné pole bílé hole, aneb TyfloBrno očima účastníka .....	24
<b>HLAVOLAMOVÉ OKÉNKO</b> .....	27
Řešení k minulému číslu.....	27
Ještě něco z TyfloBrna.....	28
<b>S CHALOUPKOU V KUCHYNI</b> .....	31
Skupinové lekce ve cvičné kuchyni v TyfloCentru .....	31
Špízy, cukety a žampiony .....	31
Krvavá řež.....	31
Opékání špekáčků.....	32
<b>ČTENÍ NA DLOUHÝ ZIMNÍ VEČER</b> .....	33
Bílá hůlka mi otevírá dveře do světa, říká cestovatelka Zuzana Habáňová .....	33
<b>UŽITEČNÉ KONTAKTY</b> .....	40

**Vážení čtenáři,**

**s koncem roku vám opět přinášíme naši Chaloupku, časopis, který vás informuje o dění u nás i kolem nás. Počet vydaných čísel převýšil již 50 vydání.**

**Opět zavzpomínáme na to, co jsme s vámi prožili, pozveme vás na nové aktivity. Píšeme o tom, co děláme a čím se zabýváme, na samotný závěr přinášíme zajímavý článek o prakticky nevidomé Zuzaně Habáňové a jejímu neuvěřitelnému cestování po světě.**

**Hlavní událostí letošního roku je jistě dubnové loučení se starým domem na Chaloupkově ulici č. 7. Dům pomalu a zatím nesměle začíná mizet do minulosti. V době uzávěrky byla rozebrána střecha a zmizely komíny domu. Čeká nás 15 měsíců stavby nového domu. Největším přáním nás všech nyní je, aby se vše povedlo, a my se za 15 měsíců mohli stěhovat do nového moderního a prostorného Domu služeb pro nevidomé Josefa Chaloupky.**

**Za celý kolektiv spolupracovníků vám přeji příjemný advent, krásné Vánoční svátky a do nového roku 2019 hlavně zdraví a spokojenosti.**

**Hana Bubeníčková**





## **Kurz Základy komunikace**

---

Mezi novinky, které nabízíme, patří i kurz „Základy komunikace“. Koná se každé liché úterý od 13:30 – 15:30 ve Velké klubovně (Chaloupkova 3, Brno).

### Co se v tomto kurzu dozvíte?

- jak efektivněji komunikovat s druhými lidmi
- zásady asertivního chování, zpětné vazby (kritiky nebo pochvaly)
- jak lépe naslouchat druhým
- něco o motivaci, přesvědčování a manipulaci a další informace

### Jak bude kurz probíhat?

Bude se jednat o přednášky či semináře, kde se vždy dozvíte nové informace (teorii) a budete si moci i něco vyzkoušet nebo se nad něčím zamyslet. Teorii pak budete moci použít v reálných situacích např. při komunikaci s kamarády, s rodinou, v práci a podobně.

### Komu je kurz určen?

Tento kurz je určen zejména těm zrakově postiženým, kteří nemají příliš mnoho představ o tom, jak efektivně komunikovat. Do kurzu se ale mohou přihlásit i ti, kteří již mají o této problematice základní povědomí a chtějí si získané znalosti zopakovat (osvěžit).

## Cíl kurzu:

Cílem tohoto kurzu je vybavit klienty základními znalostmi z oblasti komunikace. Díky získaným znalostem si budou tito klienti moci uvědomit svoje nedostatky v této oblasti a budou se moci i zamyslet nad tím, jak s těmito nedostatky dále pracovat.

## Upozornění:

Počet účastníků tohoto kurzu je omezen. Z tohoto důvodu je nutné přihlásit se předem u Martiny Balákové, e-mail: [balakova@tyflocentrumbrno.cz](mailto:balakova@tyflocentrumbrno.cz),

případně na telefonním čísle 774 715 101 (Martin Vrána).

## Témata, kterými se v kurzu budeme zabývat:

1. Úvod – pojem komunikace, seznámení se, první dojem, nezávazná společenská konverzace
2. Neverbální a paraverbální komunikace pro těžce zrakově postižené, práce s hlasem
3. Asertivita
4. Umění naslouchat
5. Zpětná vazba
6. Přesvědčování druhých
7. Motivace/inspirace druhých
8. Manipulace
9. Zdravé sebevědomí a pozitivní přístup v komunikaci
10. Komunikace s náročnými jedinci
11. Komunikace na pracovišti, v rodině a mezi přáteli
12. Etiketa a tvorba osobní image
13. Nepříjemné situace v komunikaci (trapasy, obtěžování a další...)

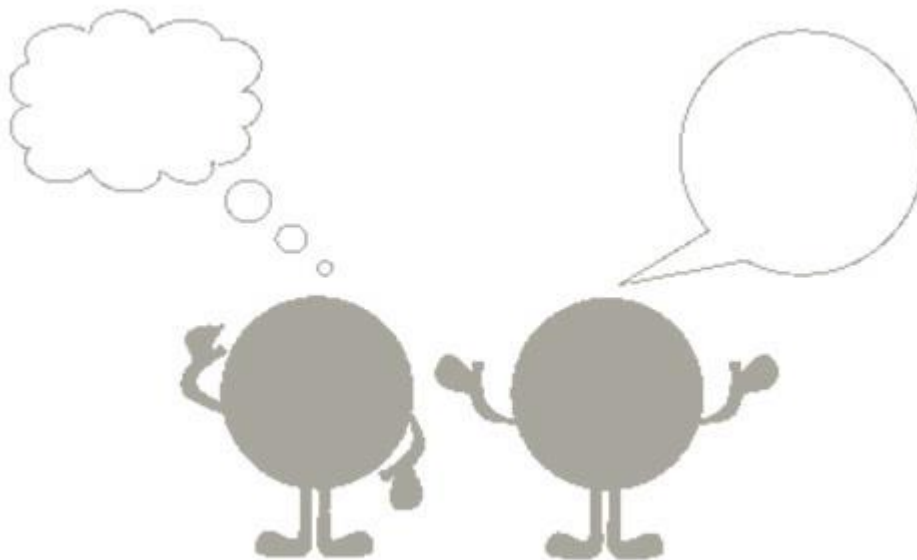
## Lektorka kurzu:

**Martina Baláková – vystudovala pětiletý magisterský program oboru „Psychologie“ na Filozofické fakultě Masarykovy univerzity. Od března 2018 působí jako dobrovolník v Práh jižní Morava, kde pomáhají klientům s duševním onemocněním. Martina zde rovněž vede volnočasovou aktivitu zaměřenou na problematiku komunikace. Od poloviny září 2018 posílila tým našeho TyfloCentra.**

**V případě zájmu nebo jakýchkoli dotazů ohledně kurzu ji můžete kontaktovat na e-mailové adrese:  
[balakova@tyflocentrumbrno.cz](mailto:balakova@tyflocentrumbrno.cz)**

**Těší se na Vás.**

**Martina Baláková**



## Těšíme se na vánoce

---

Pomalu, ale jistě se blíží předvánoční období. My se v Břeclavi chystáme i na takové aktivity, které s Vánocemi úzce souvisí, a budeme tvořit o sto šest. Určitě se většině z vás při myšlenkách na Vánoce vybaví i svažené víno. Budeme vyrábět pytlíčky s kořením, které nám pak doma pomohou vykouzlit tento typicky zimní nápoj nebo jimi budeme moci podarovat své blízké. Jiné dárečky si společně zabalíme a nazdobíme.

Zanedlouho se za námi chystají pracovnice knihovny s vánočně laděnou hudební kavárnou. Podělíme se o tradice a zvyky, poslechneme si koledy, a také si je zazpíváme.

Těšit se můžeme i na tradiční výrobu svíček z vosku, která je v břeclavském středisku velmi oblíbená.

Už si také představujete vůni skořice a pomerančů, teplé bačkory a zvuk praskajícího krbu?

Krom těchto svátečních aktivit budeme pokračovat i v těch, které nás provází v průběhu celého roku. Čekají nás vědomostní i hmatové hry a soutěže, utužování zdraví v solné jeskyni a plánujeme také setkání s pejsky, kteří jsou speciálně vycvičení ke canisterapii.

Kateřina Horňáková

## **Co nás čeká v Brně**

---

Dalo by se říci, že nemůžeme vědět, co nás čeká, nicméně jako Váš aktivizační tým neustále myslíme dopředu a plánujeme a připravujeme nové a nové věci. Nemusíte se bát, že byste o ty staré přišli. Paměťolamy, zpívání, cvičení či hudební okénko jsou, stejně jako další pravidelné aktivity, již nedílnou součástí našeho programu. Stejně tak terénní akce environmentálního zaměření nebudou v našem programu chybět. Rozhodně se však můžete těšit na novinky. Chystáme se na prohlídku divadla Reduta či do pivovaru Černá hora. Před vánocemi se půjdeme podívat na vánoční trhy a rádi vás uvidíme také na závěrečném vánočním posezení, kde nebudou chybět koledy a atmosféra přicházejících svátků vánočních. Po Novém roce pro vás připravujeme soutěž „TyfloCentrum má talent“, kde budete moci ukázat to, co ve vás je. Dále bychom rádi v budoucnu zavedli tzv. „Hodnotící a motivační setkání“, kde bychom zhodnotili uplynulý čas a dozvěděli se od vás, co by vás zajímalo.

Jsme otevření jakékoli vaší iniciativě a aktivitě. Rádi vám zde vytvoříme prostor pro témata, která vás zajímají, o kterých byste rádi mluvili či slyšeli. Tvorba aktivit nemusí být pouze naší činností. TyfloCentrum je především o vás, o našich klientech. Budeme nesmírně rádi, když nám zde pomůžete tvořit jak různorodé náplně aktivit, tak i přívětivou atmosféru. Společnými silami pak můžeme posílit pozitivního ducha v každém z nás.

**Lucie Fildánová**



## **Připravované aktivity s podporou Brna**

---

I na příští rok se pokusíme získat finanční prostředky pro projekt s názvem Do přírody s bílou holí 2019.

V okamžiku, kdy budete číst toto vydání časopisu, bude již projekt podán na Odbor životního prostředí Magistrátu města Brna.

V rámci tohoto projektu bude žádáno o příspěvek na naše již tradiční akce. Mezi ně patří především: turistická „Tyfloliga“ a slavnostní vyhlášení výsledků této soutěže na palubě parníku během jízdy po brněnské přehradě.

Dále pak plánujeme pokračování spolupráce s osvědčenými organizacemi i jednotlivci, kterými jsou např.: Alena Prýmková z organizace Příroda Brno, Zbyněk Zavadil a jeho spolupracovníci z EkoCentra Brno – z Písečnicku, ZOO Brno, Libuše Mičolová z Přírodní zahrady u smrku, a mnoho dalších. A pokud se podaří, rádi bychom s vámi absolvovali v rámci tohoto projektu i jeden větší výjezd do jaderné elektrárny Dukovany a k Dalešické přehradě.

Tak snad se vše podaří, a vy, naši klienti, budete jednak obohaceni o nové zážitky, ale také budete o něco lépe vzděláni v oblasti environmentálního vzdělávání, čili v oblasti udržitelného rozvoje a péče o životní prostředí.

**Magda Ambrožová**



## **Na co se můžeme ve Znojmě těšit**

---

V následujících měsících se budou i nadále konat nejoblíbenější aktivity, mezi které patří kvízová soutěž Paměťolamy, bowling nebo vaření. Vzhledem k letošnímu významnému výročí vzniku republiky byla řada aktivit volena tematicky. Chceme, aby skladba aktivit byla pestrá a pro klienty i nadále atraktivní.

Znojemská firma Agro-el nám formou sponzorského daru věnovala 100% bio lisované oleje z dýní, vlašských ořechů a mandlí, které využijeme při našem vaření. Pro klienty je to příležitost vařit se surovinami, se kterými se obvykle nesetkají.

V zimních chladných měsících ustoupí oblíbená turistika a chystá se řada zajímavých besed. Konec roku je ideální pro nejrůznější výtvarné tvoření, které patří rovněž k oblíbeným aktivitám ve středisku. Pracovnice vždy volí takové výtvarné techniky, které jsou vhodné právě pro naši cílovou skupinu klientů.

V lednu bude pravidelné novoroční hodnotící setkání s klienty, spojené s posezením.

Ludmila Nováková



## Co nového v Brně

### Nové odbavovací místo RegioJetu na Hlavním nádraží v Brně

V polovině července 2018 přibylo na Hlavním nádraží v Brně ke stávajícímu stánku prodeje jízdenek společnosti RegioJet v odjezdové hale nové prodejní místo autobusových i vlakových jízdenek na vnitrostátní i mezinárodní spoje této společnosti. Najdete jej v příjezdové hale nádraží, na pravé straně, asi 15 metrů za vstupem z ulice do budovy. Pro klienty s platnou jízdenkou je dvě hodiny před odjezdem připravena čekárna s kávou a vodou zdarma. K dispozici je zdarma také Wifi připojení. Proškolení pracovníci tohoto prodejního místa jsou připraveni nabídnout kvalifikovanou pomoc a servis i nevidomým cestujícím.

### Ulice Valchařská je opět průjezdná

Začátkem října skončila dlouhodobá rekonstrukce ulice Valchařské, takže tramvajová linka číslo 4 už jezdí v Obřanech zase až do smyčky Babická. Tím se také ruší trasování autobusové linky číslo 57, která již nezajíždí až do zastávky Obřany - sídliště, ale na Tomkově náměstí projede ulicí Valchařskou na Maloměřický most a přes zastávku Karlova a Tomkovo náměstí se vrací zpět na Lesnou.

## **Změna trasy linek 9 a 12**

Z důvodu zrušení tramvajové smyčky Zvonařka, je od soboty 1. září změněna trasa linek 9 a 12.

Linka 9 jezdí nově po trase Čertova rokle - Moravské náměstí. Dále jednosměrně z Malinovského náměstí - Hlavní nádraží - Zelný trh - Náměstí Svobody - Česká (u kostela sv. Tomáše) a odtud se vrací zpět na Lesnou. Na Hlavním nádraží tak obsluhuje pouze první kolej a zastávky Zelný trh, Náměstí Svobody a Česká obsluhuje pouze ve směru na Lesnou. Vynechané zastávky v úseku Vlhká - Juliánov obsluhuje nově linka číslo 12. Ta jede po trase Technologický park - Hlavní nádraží (třetí a čtvrtá kolej) a dále pokračuje po trase linky 9 do smyčky Juliánov. Toto opatření bude platit pravděpodobně až do úplného ukončení projektu "tramvaj Plotní" v roce 2020.

## **Změna obsluhy zastávky Moravské náměstí linkou 67**

Od 1. září došlo ke změně obsluhy zastávky Moravské náměstí linkou 67. Tato linka vynechává v obou směrech zastávku Moravské náměstí. Náhradou obsluhuje v obou směrech zastávku Janáčkovo divadlo na ulici Rooseveltově u Moravského náměstí.

## **Rekonstrukce Zábrdovického mostu**

V sobotu 22. října 2018 začala rekonstrukce Zábrdovické ulice a mostu přes řeku Svitavu. Trvat by měla přibližně

patnáct měsíců. Pro veškerou dopravu, včetně té hromadné, je uzavřena Zábrdovická ulice v úseku od křižovatky ulic Cejl/Francouzská/ Vranovská až za Vojenskou nemocnici. Přestupní uzel Stará osada je tak odříznutý od přímého spojení s centrem města. Při cestě z Líšně do centra města je přestupním uzlem zastávka Dělnický dům, odkud je posílena tramvajová linka č. 12. Dalším přestupním místem je zastávka Životského, kam ze Staré osady zajíždějí autobusové linky 55, 58, 64 a 201. Tam je možné přestoupit na tramvaje linek č. 8, 9 a 10. Nově je zřízena dočasná tramvajová zastávka u křižovatky ulic Cejl/Francouzská/ Vranovská. Z této zastávky je možný pěší přístup přes provizorní lávku přes řeku Svitavu na druhou, dočasnou zastávku Lazaretní, kam jsou prodlouženy některé spoje z Líšně a do Líšně a linka 202. Tramvajová linka č. 2 jede z Modřic jen na zastávku Francouzská. Odtud pokračuje dál jako linka č. 3 do Bystrce. Některé spoje však končí v zastávce Malinovského náměstí. Tramvajová linka číslo 3 jede z Bystrce jen na zastávku Francouzská. Odtud pokračuje dál jako linka č. 2 do Modřic. V úseku Stará osada - Konečného náměstí ji nahradí posílené trolejbusové linky č. 25 a 26. Posílena je také vlaková doprava ze Židenic do centra města. Vlaky by měli jezdit cca každých deset minut.

**Josef Konečný**



## **Rozvoj služeb pro zrakově postižené**

---

Zamýšleli jste se někdy nad tím, co je a co není sociální služba? Zabrousíme-li do odborné literatury, dozvíme se, že sociální službou se rozumí činnost nebo soubor činností zajišťujících pomoc a podporu potřebným osobám za účelem sociálního začlenění nebo prevence sociálního vyloučení.

Je např. výlet, na který jste prostřednictvím naší Chaloupky nebo v našem pravidelném programu zváni, sociální službou? Kdy ano a kdy ne?

Na tyto a na mnoho jiných otázek se zamýšlíme v rámci projektu s názvem „Rozvoj péče o osoby se zrakovým postižením v Jihomoravském kraji“, který je financován z prostředků evropského fondu Operační program zaměstnanost a z prostředků státního rozpočtu.

Každá registrovaná služba musí mít písemně stanoven soubor postupů a metodik, jak při poskytování konkrétní služby postupujeme. V rámci projektu tento soubor dokumentů analyzujeme a snažíme se jej vylepšit, zpřehlednit, zavést nové postupy. Kontroly úředníků jsou zaměřeny nejen na finanční stránku realizace našich služeb, ale třeba i na kontrolu těchto dokumentů. Zkoumají, zda je máme napsány, zda odpovídají zákonu a zda podle nich postupujeme.

V rámci sociální služby je výlet, který pro vás zorganizujeme, prostředkem k dosažení cíle. Cílem sociálních služeb by mělo být snížení sociálního vyloučení, rozvíjení schopností, zlepšení nebo alespoň zachování soběstačnosti uživatelů sociální služby.

**Naplňuje námi zorganizovaný výlet tento cíl? Jakou dovednost či schopnost si účastí na akci utužíte? Je pro vás účast na výletě, který organizujeme, jedinou nebo jednou z mála možností, kdy se dostanete do společnosti?**

**Zákon o sociálních službách platí již 12 let a sociální služby poslední dobou procházejí významnými změnami, které samotným poskytovatelům sociálních služeb poměrně stěžují jejich samotné poskytování. Důraz je kladen na komplexnost služeb, aby služba řešila co nejvíce potřeb klienta.**

**Abychom od státu, kraje a obcí obdrželi finanční podporu na provoz služeb, musíme plnit celou řadu podmínek. Podmínkou finanční podpory registrovaných služeb je zařazení v tzv. základní síti sociálních služeb. Do této sítě se musíme přihlásit a stanovit kapacitu služby a počet pracovníků v přímé péči, kteří službu budou zastávat. To vše rok předem.**

**Kraj si stanovuje nejen podmínky kapacitní, ale stanovuje i podmínky pro tzv. minimální výkon služby. Služba bude podporována, pokud s předem stanovenou kapacitou pracovníků dosáhneme určitého minimálního výkonu, tedy minimálního počtu hodin přímé práce s klienty. Pro výpočet výkonu stanovuje nejrůznější podmínky, které jsou někdy velmi obtížně uchopitelné, protože např. nerespektují odlišná specifika různých cílových skupin.**

**Sociální služby tak vyžadují nejen citlivé, empatické a vstřícné sociální pracovníky, ale dnes také pracovníky, kteří si poradí s náročností požadované administrativy.**

**Hana Bubeníčková**

### **Setkání ve Znojmě a bowlingový turnaj**

---

Jeden z posledních prázdninových dní jsme zakončili ve Znojmě setkáním s klienty z ostatních center. Po tropických dnech a týdnech bylo příjemně teplo na komentovanou projížďku vláčkem, který nás provedl po historickém centru Znojma. Během několika zastávek na nejvýznamnějších místech tohoto královského města jsme měli možnost nahlédnout do komplexu kláštera v Louce – někteří z návštěvníků si zde zakoupili něco z pestré škály nabídky místních produktů. Na další ze zastávek jsme se prošli k rotundě svaté Kateřiny, která je už půl století národní kulturní památkou. Dále jsme si prohlédli znojemské okolí z překrásné vyhlídky na hradbách. Nad údolím se majestátně tyčí chrám svatého Mikuláše z dílny Petra Parlěře. Dopolední program skončil na Masarykově náměstí, kde na nás čekala novinářka z periodika Znojemský týden, aby nás vyfotografovala. Po společném obědě následoval bowlingový turnaj dvou družstev domácích a hostů. Hosté nad námi zvítězili, ale rozhodně to nepokazilo krásný den naplněný spoustou zážitků.

Předběžně jsme se domluvili, že v těchto setkáváních budeme i nadále pokračovat a byli jsme do budoucna pozváni na některou společnou aktivitu do Brna.

Ludmila Nováková



## **Exkurze do České televize**

---

V září jsme se s početnou skupinou klientů z Brna, Břeclavi a Znojma vydali na exkurzi do České televize. Televizní studio Brno funguje od října 2016 v moderním komplexu v Brně-Líšni. Po celou dobu naší návštěvy se nám věnovala jedna z pracovnic ČT. Měli jsme možnost nahlédnout do nahrávacích studií, kde se vytváří tzv. zvuková stopa k filmům. Je to velká služba právě nevidomým a slabozrakým divákům. V pauzách, kdy se v pořadu nemluví, mužský nebo ženský hlas stručně shrne, co se právě odehrává. Česká televize právě vysílá kriminální český seriál Labyrint a právě na jednom z dílů nám to pracovníci prakticky předvedli. Z brněnského studia se rovněž vysílá velice oblíbený soutěžní pořad AZ-kvíz, který je i v dětské verzi pod názvem AZ-kvíz junior. Prohlédli jsme si i studio a prostory, ve kterých čekají soutěžící. Dozvěděli jsme se, že zájem o účast je tak veliký, že je pořadník s potenciálními soutěžícími 16 měsíců dopředu obsazený. Prohlídku České televize jsme zakončili ve studiu, kde se pravidelně natáčí pořad Sama doma. Byli jsme překvapeni, jak náročné je zajistit takový pořad po všech stránkách, aby se televizní divák pak mohl na svůj pořad podívat.

Velice se nám všem tato exkurze líbila a rádi se určitě zase někdy do televizních studií podíváme.

**Ludmila Nováková**

## **Ohlédnutí v Břeclavi**

---

V břeclovském středisku jsme pokračovali jak v rozjetých aktivitách, tak jsme se pustili i do aktivit nových.

Trénovali jsme mozkové závity, hráli jsme stolní hry a dokonce jsme vystoupali na břeclovskou zámeckou věž. Zdolali jsme 167 schodů. Odměnou nám byl v parném dni příjemný vánek, kterého bylo na vrcholku věže opravdu dostatek. Někdo se i kochal okolím a pomocí panoramatické mapy jsme mohli identifikovat i některé zajímavé body kolem nás.

V muzeu pod vodárnou jsme navštívili výstavu „Zahraj si mini, Tygře!“ Prošli jsme si vystavené exponáty, což byly zároveň minigolfové dráhy, na které jsme vstoupili coby hráči. Každá byla jinak výtvarně zpracovaná, a tak jsme hráli například na dráze Boba a Bobka, kdy nám v cestě stál jejich klobouk, dále jsme závodili s míčky na autodráze nebo jsme vyhazovali míček do cíle vyrobeného z trenýrek. Autoři opravdu popustili uzdu fantazii a my jsme si to adekvátně užili.

Zalíbila se nám hra Pétanque. Tato venkovní hra spočívá v tom, že se snažíme dohodit koule co nejbližší k cíli. A protože trénink dělá mistra, tak trénujeme. Nyní jsme se odebrali k zimnímu spánku, ale jakmile se zase oteplí, vyrazíme do parku, kde to opět rozkutálíme!

**Kateřina Horňáková**

## **TyfloBrno 2018 je minulostí, ať žije TyfloBrno 2020**

---

**TyfloBrno 2018 – soutěž v prostorové orientaci nevidomých - byla jednou z největších, ne-li vůbec největší akcí tohoto druhu, kterou jsme kdy v TyfloCentru Brno pořádali.**

**Akce probíhala v rámci Brněnských dnů pro zdraví, které pořádá Magistrát města Brna, a byla přístupna i veřejnosti.**

**Vzhledem k rozsahu akce se ne všechno povedlo bez chybičky, ale doufám, že v konečném výsledku jsme mohli být nejen my organizátoři, ale i účastníci, spokojeni. Děkujeme všem sponzorům, jmenovitě především MČ Brno – střed a řediteli ZŠ a MŠ Brno, Husova, pod kterou spadala i naše „základna“ ve škole na ulici Rašínova.**

**I na stránkách tohoto časopisu chci vyzdvihnout všechny účastníky. Nejen samotné soutěžící, ale i zaměstnance institucí, kudy soutěž procházela, dobrovolníky z řad našich „hodnotitelů“, „strážců pokladů“, úžasné účinkující z taneční skupiny NO FEET, doprovody, pomocníky při nejrůznějších činnostech, naše zaměstnance, zkrátka všechny ty, kteří se na zdárném chodu akce spolupodíleli, ať už jakýmkoliv způsobem.**

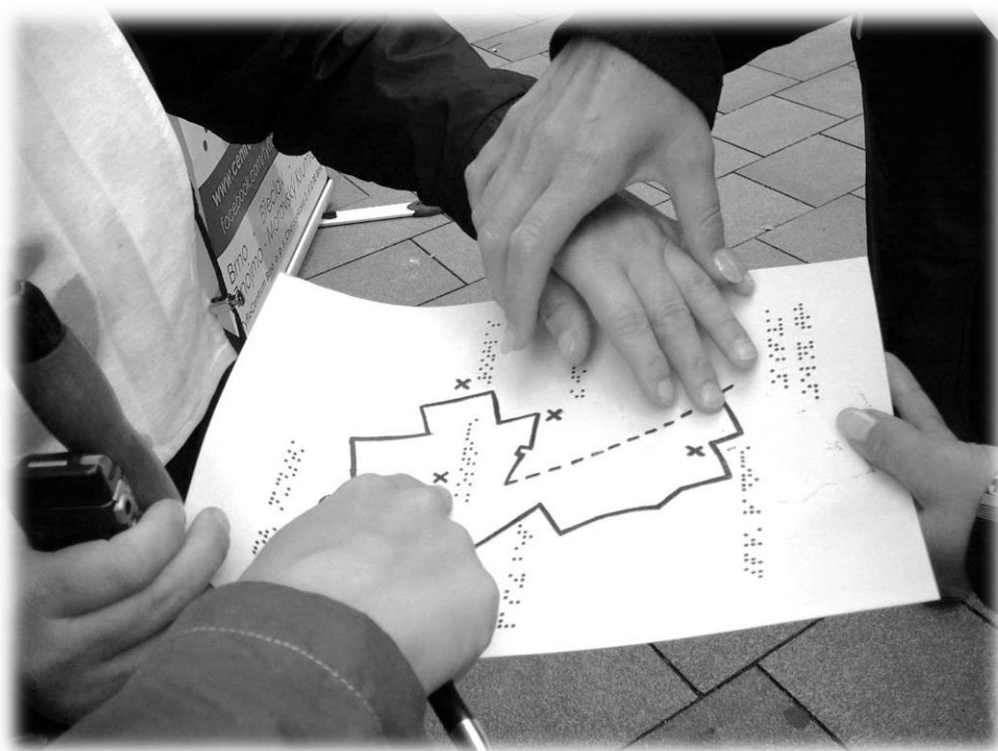
**Myslím si, že pro nás pro všechny tato akce byla nejen velkou výzvou, se kterou se bylo třeba se ctí „popasovat“, ale snad i obohacením. Mnoha novým**

**věcem jsme se museli naučit a museli jsme překonávat spousty čekáných i neočekávaných překážek. Byli jsme vlastně také soutěžícími, předem neznalými výsledku. Soutěžili jsme ne sice mezi sebou, ale možná sami se sebou a v sobě.**

**Děkuji touto cestou nejen našim zaměstnancům, kteří akci připravovali, ale především chci vyzdvihnout všechny ty ostatní, kteří si troufli a pomáhali nám a našim sedmnácti účastníkům soutěže.**

**Opravdu si toho vážíme a těšíme se na shledání opět za dva roky.**

**Magda Ambrožová**



## **Co také bylo k vidění na TyfloBrno 2018**

---

A nejenom k vidění, ale pro nevidomé účastníky především ke slyšení.

Když jsme domlouvali doprovodný program k TyfloBrno 2018, vzpomněli jsme si na zajímavou a zábavnou výuku stepu, kterou před časem mělo u nás Taneční (a stepařské) studio NO FEET. Kolik pohody, zábavy i poučení nám stihly příchozí členky studia předat za cca 1,5 hodiny...

Domlouvat s nimi doprovodný program na TyfloBrno 2018 by byla pro každého organizátora doslova radost. Taková ochota, tolik vstřícnosti. Jednou poděkovat snad ani nestačí, děkujeme tedy mockrát.

**A jak to vlastně bylo?**

Pár dní před akcí jsme dostali mail: „Holky přijdou tři - Lucka Bodová, Barča Pichlová a Lucka Fojtová.“

A opravdu přišly – s úsměvem a vlastním reprákem, svojí hudbou a připraveným stepařským vystoupením. A to vystoupení nebylo ledajaké, holky totiž nejsou žádná „béčka“. Při jejich skupinovém vystoupení nám chvílemi připadalo, jako bychom poslouchali petardy ohňostroje – jeden výbuch zvuku za druhým, které se překrývaly v úžasných rytmech. Nebylo pochyb - viděli a slyšeli jsme extra třídu. Třeba Bára je mistrní republiky, všechny se účastní mistrovství republiky i mistrovství světa.

I vyzvídali jsme, co předcházelo tomuto tanečnímu mistrovství. Pokud to krátce shrneme, kdybychom cca od 1. třídy intenzivně a pilně trénovali minimálně takových 10 let a přidali talent, mohlo by se stát, že bychom to ve stepu také někam dotáhli. A nejde jen o rychlé a šikovní nohy. Je třeba i taneční příprava, vypilovat pohyb těla a rukou tak, aby dojem z vystoupení byl dokonalý.

Takže kdybyste se zatoužili naučit stepu, street dance nebo i jinému tanečnímu stylu, nebo se hodláte před nastávající společenskou sezónou zdokonalit ve společenských tancích, stačí pro začátek navštívit základnu Tanečního studia NOO FEET na „Žlutáku“ na Vaňkově náměstí 1a. Sednout si tam do kavárny, objednat si fakt dobrý 100% kafe Carraro, dát si fakt dobrý zákusek a dívat se do sálu na trénink nebo výuku tance. Může se stát, že k vám usměvavá obsluha třeba i dotančí.

Magda Ambrožová

## **„Do přírody s bílou holí“**

---

Tak jako loni, i letos jsme měli možnost poznávat přírodu tak trochu jinak. Zúčastnili jsme se totiž projektu „Do přírody s bílou holí“, díky němuž probíhalo ekologické vzdělávání v terénu s odborným výkladem, přizpůsobeným našim potřebám.

Zúčastnili jsme se celkem pěti environmentálních programů na nejrůznějších místech. Ochutnali jsme plody Hustopečských mandloňových sadů, takřka bosou

nohou jsme se podívali z Valtic skoro až k našim rakouským sousedům, zažili jsme zvedání hladiny v plavebních komorách na Baťově kanále, snažili jsme se neprobrat Blanické rytíře a nechali jsme se unášet vůněmi a chutěmi čajů v bio výrobě Sonnentor. Na aktivitu nás vždy dopravil vlastní autobus, což nám umožnilo lepší dostupnost do různých míst Jihomoravského kraje. Vždy panovala dobrá nálada, a tak jsme se neostýchali vyzkoušet každou výzvu, co nám přišla do cesty. Ať už to byla skluzavka, výšlap na kopec, brodění v bahně či zapojování smyslů ve smyslové zahradě. Krom skvělých zážitků jsme se dozvěděli spoustu nových a zajímavých informací například o ekologii a zdravém životním stylu. Velké díky samozřejmě patří Jihomoravskému kraji, bez něhož bychom tento druh aktivit nemohli uskutečnit.

Počátkem roku 2019 budeme opět žádat Jihomoravský kraj o příspěvek na naše celodenní aktivity a výjezdy s environmentální tematikou. V dalším čísle časopisu Chaloupka se dozvíte, kam se společně podíváme. Pokud máte nějaké tipy na zajímavá místa, obraťte se na váš aktivizační tým.

Nezbývá než říct, že se již těšíme na příště.

Environmentálnímu vzdělávání zdar!

Lucie Fildánová



**Jihomoravský kraj**

### **Zorné pole bílé hole, aneb TyfloBrno očima účastníka**

---

V sobotu 22. září 2018 jsem se poprvé v životě zúčastnila soutěže v prostorové orientaci TyfloBrno. Nejsem zrovna soutěživý typ a od hromadnějších akcí se většinou držím spíše stranou, a proto jsem dlouho váhala, zda se do soutěže vůbec přihlásit. Nakonec mě ale přemohla zvědavost a nadšení mých soutěživějších kamarádů. Ale rozhodně toho nelituji! Tato akce mě totiž i přes mírnou počáteční skepsi natolik oslovila, že jsem se rozhodla podělit se o své dojmy prostřednictvím následujících řádků a možná tak i navnadit podobné váhavce, jako jsem já, k účasti v dalším ročníku.

Na základní škole Rašínova vládli toho rána celkem hluk. Hlasy poměrně mnoha lidí v poměrně malé místnosti se překřikovaly ve snaze zjistit, kdo tu všechno je, a ze všech stran se ozývalo zvonění rolniček ne nepodobné zvuku sobího spřežení z nějaké laciné vánoční reklamy. Tyto rolničky patřily poměrně pestré smečce vodicích psů, jejichž jedinou povinností tentokrát bylo držet páníčkům packy pro štěstí, neboť se soutěžilo v pohybu s bílou holí. Když se všichni dvounozí i čtyřnozí přivítali a ochutnali něco z připraveného občerstvení, byla soutěž oficiálně zahájena. Navlékli jsme na sebe startovní čísla, ke každému z nás se přiřadil jeden obětavý "strážný anděl", který měl za úkol bdít nad



naším bezpečím, a mohli jsme postupně vyrazit do rušných ulic centra Brna.

A jak to celé probíhalo? Každý z nás dostal podrobný popis cesty, záleželo na soutěžících, zda si zvolí hmatovou či audio formu popisu, který nás provede jednotlivými etapami celé trasy. Prvkem, jenž mě na celé soutěži uchvátil nejvíc, bylo hledání tzv. "kešek", které se nacházely vždy na nějakém turisticky zajímavém místě. Právě díky nim jsme se dozvěděli spoustu zajímavých informací o některých brněnských památkách, což se nám vždy hodilo ke splnění úkolu spjatého s každou "keškou". Úkoly byly jak poučné (např. zapamatovat si nějaké informace z textu), tak zábavné (poznat něco po zvuku, po hmatu atd.). Při plnění soutěžních úkolů i při cestě samotné mě několikrát napadlo, jak vtipné asi musí být sledovat naše počínání z perspektivy nezúčastněného pozorovatele. Při pečlivém hledání místa, kde se povrch mění z dlaždic o rozměru X na dlaždice o rozměru Y musela má technika používání hole vypadat jak proutkař hledající vodu po bujarém flámu, o situaci, kdy jsem s vervou lovila "kešku" ukrytou pod sochou Spravedlnosti za pomoci rukou, nohy i hole snad radši ani nemluví. "Kešky" ukryté v kostnici a v knihovně byly bohaté na zajímavé informace, ta v budově Českého rozhlasu mě zase potěšila kvůli zvukovým ukázkám, které jsme poznávali. Musím se ale zastavit u poslední "kešky", která se nacházela přímo pod pověstným brněnským krokodýlem - jedním z dílčích úkolů u ní bylo odhalit podle vůně sklenici, která by mohla symbolizovat

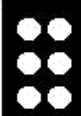
krokodýla. Když jsem k té správné sklenici přičichla, okamžitě jsem ji odhalila. S hanbou ale musím přiznat, že ke správné odpovědi mě nepřivedl fakt, že sklenice je cítit bahnem, ve kterém by si mohl krokodýl hovět, ale v mém mozku se zrodila asociace "velké zvíře = velký zápach".

Po úspěšném dojetí do cíle nás čekal vynikající oběd a kulturní program v podobě stepařského vystoupení.

Pak už přišlo na řadu vyhlášení výsledků. S radostí a překvapením jsem se dozvěděla, že se mi podařilo obsadit třetí místo. Na druhém místě se umístil nejmladší účastník soutěže Ondra Krejča a první místo získala Kristýna Zapletalová. Dva ze tří pohárů tedy zůstaly v našem krásném městě, jen ten stříbrný si odvezl kabrňák, který je "nebrňák".

A co říci závěrem? Snad jen to, kvůli čemu vlastně píšu celý tento článek - chtěla bych moc poděkovat všem lidem, kteří se podíleli na organizaci soutěže a zajistili nám tak příjemný a zajímavý sobotní program, všem sponzorům za úžasné ceny a také všem spolusoutěžícím za milou a přátelskou atmosféru, ve které celý den probíhal. A požitkář ve mě musí podotknout, že už si nedočkavostí stříhám metr v očekávání dne, kdy půjdu využít svůj vyhraný poukaz a nechám se ostříhat u Stříhorukého Edwarda.

**Klára Maršálková**



## HLAVOLAMOVÉ OKÉNKO



Speciální sekce pro Vás, co máte rádi humor, nebo nějaké ty hlavolamy. Doufáme, že je tato sekce pro Vás odlehčením a závěrečným zpříjemněním červnového vydání Chaloupky.

Své náměty a tipy na vtipy či hlavolamy můžete posílat na e-mail [ordeltova@tyflocentrumbrno.cz](mailto:ordeltova@tyflocentrumbrno.cz), stejně jako si zde můžete vyžádat odpovědi na hádanky nebo úkoly.

Ti, kteří budou trpěliví, naleznou odpovědi v příštím čísle Chaloupky. Těšíme se na Vaše příspěvky!

### Řešení k minulému číslu

---

Řešení hádanky: Vězni se dohodnou, že jedna barva znamená "sudý počet" a druhá "lichý počet." Poslední vězeň v řadě spočítá (řekněme) bílé pruhy a řekne barvu dle parity, jak se předem domluvili. Má 50% šanci na přežití. Předposlední vězeň pak také spočítá bílé pruhy, které vidí. Pokud je jejich parita stejná s tím, co spočítal poslední, tak ví, že má červený pruh. Pokud se liší, tak má pruh bílý. Podobně postupují i ti před ním, jen musí dávat pozor, kolikrát už slovo "bílá" slyšeli... Takže všichni až na jednoho budou na jisto propuštěni a i ten má dobrou šanci!

Marta Ordeltová

## **Ještě něco z TyfloBrna**

---

Nezúčastnili jste se soutěže TyfloBrno, ale rádi byste věděli, s jakými úkoly se soutěžící potýkali? Jedním z úkolů na každém stanovišti bylo vyslechnout si text a po časové prodlevě spojené s hledáním odpovědět na otázky skrývající se pod „keškou“. Volba textu byla vždy volena tak, aby rozšířila vědomosti vztahující se k místu, na kterém se soutěžící nacházeli.

Nyní si můžete přečíst text vztahující se k prvnímu stanovišti v Kostnici u sv. Jakuba a zkusit si zodpovědět následující otázky. Ti z vás, kteří to budou chtít vzít opravdu poctivě, si mohou před přečtením otázek jít třeba něco pohledat do skříně.

Vážení návštěvníci,

dovolte nám, abychom Vás přivítali jménem Turistického informačního centra Brno v prostorách Kostnice pod kostelem sv. Jakuba.

Kostel sv. Jakuba na dnešním Jakubském náměstí existoval již na počátku 13. století. V blízkosti kostela byl ve stejné době založen jeden z hlavních městských hřbitovů. Nacházel se, stejně jako ostatní hřbitovy, uvnitř městských hradeb, které bránily pozdějšímu rozšiřování. Kapacita hřbitova brzy přestala potřebám rostoucího města stačit, proto byl zaveden tzv. výměnný systém pohřbívání: po uplynutí 10 až 12 let od pohřbu byl hrob otevřen, ostatky vyjmuty a na stejné místo byl pohřben další zesnulý. Z náboženských důvodů nebylo možné ostatky zpopelňovat, obsah původních hrobů se proto

ukládal do speciálních podzemních objektů – osárií neboli kostnic.

Přímo pod dlažbou svatojakubského kostela byla k těmto účelům zřízena tříkomorová krypta. K rychlému zaplňování docházelo i z důvodů častých morových a choleroých epidemií. Trvalý nedostatek prostor vedl k rozšíření kostnice pod hřbitov, prostor byl však brzy zaplněn. Vedení města proto začalo jednat o rozšíření do Kaple mrtvých nedaleko kostela. Stavba spojovací chodby sice začala, ale byla zastavena.

Po naplnění krypty i kostnice bylo vstupní schodiště z hlavní lodi kostela uzavřeno kamennou deskou. Reformy za Josefa II. vedly v roce 1784 ke zrušení kostelního hřbitova z hygienických důvodů. Ostatky z hrobů byly uloženy do krypty, hřbitovní zeď byla stržena a prostranství kolem kostela bylo vydlážděno nepotřebnými náhrobky. Postupem doby se na velikost i umístění kostnice zapomnělo.

Až průzkumy v roce 2001 tento prostor znovuobjevily. Jednotlivé prostory byly často až po klenbu zaplněny obrovským množstvím kosterního materiálu. Počet pohřbených se odhaduje na více než 50 tisíc. Díky tomuto číslu je svatojakubská kostnice považována za druhou největší v Evropě, a to po katakombách v Paříži.

Kosterní pozůstatky byly vyjmuty, očištěny a prozkoumány. Nejzajímavější objevy si můžete prohlédnout ve vitrínách ve vstupní hale. Přibližně 10 až 15 % z původního nálezů se do kostnice (dle moderních architektonických návrhů) vrátilo, zbytek byl pohřben na

Ústředním hřbitově v Brně do hromadného hrobu. Jedinou část kostnice ponechanou v původním stavu si můžete prohlédnout v hlavní místnosti za plexisklem. Veřejnosti byla kostnice otevřena v létě roku 2012.

Po celou dobu Vašeho pobytu v kostnici Vás bude provázet hudba, kterou speciálně pro tyto prostory složil brněnský hudební skladatel Miloš Štědroň (spoluzakladatel známého divadla Husa na provázku).

### Otázky:

1. Kde se nacházejí dvě největší kostnice v Evropě?
2. Kdo složil hudbu, která v Kostnici hraje?
3. Kolik let uběhlo od znovuobjevení Kostnice do jejího otevření veřejnosti?
4. Kde je uložena většina zbylých ostatků – popište co nejkonkrétněji
5. Co je to osárium?



## Skupinové lekce ve cvičné kuchyni v TyfloCentru

### Špízy, cukety a žampiony

Koncem srpna jsme se s klienty rozloučili s létem, tato tradice trvá již třetí rok, a tak jsme se ji snažili dodržet. S klienty jsme nachystali potřebné suroviny, které jsme nakrájeli na požadované díly a řádně okořenili. Klienti suroviny napichovali na špejle a poté se vše grilovalo. Jako bonus byla přichystána cuketa a naložené žampiony. Mohu říct, že to byla pochoutka. Jako dip se připravoval jogurt s česnekem.

### Krvavá řež

**Ve cvičné kuchyňce tekla krev!!!!**

Bylo brzké ráno, možná i dopoledne. Slunce moc nesvítilo, jako by chtělo říct, že dnešní den nebude radostný, ale že se možná stane tragédie. Klienti se postupně trousili do kuchyňky, v hlavě myšlenku, co se bude dneska dít, co nás čeká a možná i nemine. Velký hrnec bublal na plotně, vůně se valila po okolí, kusy masa prskaly šťávu, která se mísila s vodou. Každý klient dostal velký nůž a příkaz: „ŘEŽ!!“ Chceme takové a takové dílky. Vše musí sedět a být skoro stejné. Pot stékal po čele a po tvářích. Krev kapala z nožů. Začíná být dusno. Nad klienty stojí tři postavy, které podávají na

prkénko kus čehosi červeného. Každý bere do ruky kus zkrvavené hmoty a řeže do ní a seká, snaží se o malé kousky. Kape z toho krev???? Co je to??? Máme se bát???

Nejsme v hororu, naštěstí. Je to jen červená řepa, protože se připravuje pravý nefalšovaný boršč.

## **Opékání špekáčků**

Již poněkolkáté jsme s klienty opékali špekáčky. Zahrada u Smrku nabízí příjemné rodinné prostředí, asi proto se tam klientům velice líbí.

Špekáčky klienti nařezali, napíchlí na klacík a opékali nad ohněm pod vizuálním dohledem lektorek. Špekáčky se opekly náramně a byly naprosto výborné.

**Eva Hrubanová**





### **Bílá hůlka mi otevírá dveře do světa, říká cestovatelka Zuzana Habáňová**

---

Ještě před deseti lety neznala dovolenou mimo Evropu a bez cestovky. Pak přišel zvrát: vinou cukrovky téměř oslepla. Přesto se vydala do světa a začala objevovat i málo známá a exotická místa: třeba Írán, Kurdistán, Indonésii nebo Barmu.

**Jak vaše dobrodružné putování po světě začalo?**

Když jsem přišla o jedno oko a následně jsem po operaci druhého zjistila, že vidím jen z 10 procent, uzavřela jsem se doma a svůj handicap dlouho před okolím tajila. Chtěla jsem, aby si mě všichni pamatovali, jak jsem jezdila autem, chodila na zábavy. A jednou, to byl rok 2010, mi zavolal kamarád, jestli s ním nechci jet do Thajska. A já řekla ano. Do té doby jsem nikdy mimo Evropu neletěla, navíc na vlastní pěst s batohem na zádech. Hrozně jsem toužila po dobrodružství. Kamarád pochopil můj problém s očima až na letišti, ale nevadilo mu to. V letadle mi řekl, že poletím z Bangkoku zpátky sama, protože pokračuje do Malajsie. Říkala jsem si: Aha, dobrodružství už je tady. A líbilo se mi to.

**Bez bílé hůlky a pomoci ostatních se neobejdete. Co vlastně vidíte?**

Když je dobré světlo, tak svým způsobem vidím – pouze na pravé oko, rozmazaně, bez periferního vidění. Nevidím třeba schody, překážky na cestě, nerozeznávám

obličej, detaily, bariéry, mám problém s měkkými barvami a nevidím vůbec nic po setmění. To je při cestování problém, protože si musím dávat pozor, abych byla včas v hotelu. Oči mi často nahrazuje hmat a taky kamarádi, které беру s sebou. Většinou nikdy předtím necestovali sami, o exotických zemích jen slyšeli, já je provedu a oni mi za to dělají oči, když je potřeba. Se zkušenými cestovateli nejezdím, jsem mnohem pomalejší, zdržovala bych a hlavně se mi líbí, jak jsou lidé, kteří svět s batohem na zádech poznají poprvé, nadšení. Někdy ale jezdím i sama.

**Nedokážu si představit, jak se pohybujete a orientujete třeba v přeplněné Indii.**

Když jsem na cestách sama a potřebuji třeba přejít silnici, tak jdu s davem nebo někoho požádám o pomoc. Musím být dobře připravená, všechno sledovat, abych do někoho nenarazila, někam nespadla, nezakopla o schod, v restauraci, kde je šero, si nesesla někomu na klín. Nemám moc ráda města, je tam horko, spousta lidí a překážek. Raději cestuji v přírodě. Vždycky se ale najde někdo, kdo mi pomůže, a díky tomu také poznávám místní lidi. Třeba v Dillí v Indii se mi stalo, že majitel zavřel obchod, kam jsem přišla, a vyrazil se mnou na prohlídku města.

**Bílá hůlka vám otevírá dveře místních lidí?**

Ano, a to jsem ji dřív ani nechtěla nosit. Dlouho jsem ji odmítala, protože jsem se za ni velmi styděla. Jenže jsem bez ní měla dost nejistou chůzi, působila jsem jako opilá, motala se a narážela do lidí a věcí. A tak jsem si ji

jednou vzala a s úžasem zjistila, že se lidi ke mně chovají hezky. Chvíli mi to ještě trvalo, ale dnes bez ní neudělám ani krok.

**A jak na vás lidé reagují? Třeba zrovna v tak exotických destinacích, jako je Indonésie, Írán nebo Kurdistán?**

Jsou hrozně udivení, od spolucestujících vím, že na mě koukají s otevřenou pusou. Jsou zvědaví, chodí se mě ptát, co se mi stalo. Vždycky se naučím v jejich řeči, že špatně vidím, kolikrát jdeme někam i přednostně, pomůžou nám, což je příjemné.

**Jsou země, kde se vám s bílou hůlkou cestovalo jednodušeji?**

Jak v Paříži, tak v Dillí kolem mě projde deset lidí a dva nebo tři se zeptají a pomohou mi. Rozdíl není, jen mi přijde, že na Západě je všechno moc rychlé, lidi pospíchají, jsou třeba kvůli práci zahledění do sebe, chodí po ulicích nepřítomně.

**A jak to na cestách zvládáte s cukrovkou?**

To není problém, jídla je všude dost a inzulin si píchám podle potřeby. Jen si musím dávat velký pozor na hypoglykemii – nízkou hladinu cukru, kdy může diabetik i ztratit vědomí, proto u sebe nosím stále cukr.

**Usnadňují vám cestování moderní technologie? Třeba mapy nebo komunity, k nimž se můžete připojit?**

Nevím, nejsem v kontaktu s lidmi, kteří nevidí, a nic takového nevyužívám. Moc mi pomáhá třeba dotykový mobil. Vyfotím si nápisy, jízdní řády a jiné texty, v mobilu zvětším a dokážu přečíst přes lupové brýle, vidím na

něm i detaily památek, přírody a obličejů lidí, které mé oči nezachytí. Mobil má totiž skvělý kontrast a rozlišení. Památky si před cestou také prohlížím doma v počítači a pak si je lépe dovedu představit ostře.

**A potkáváte na cestách lidi s podobným zrakovým handicapem?**

**Ne, nepotkávám.**

**Podle čeho si vybíráte země, kam pojedete?**

Pořád si říkám, kam bych chtěla jet, je to moje touha. Velmi dobře se mi cestuje v muslimských zemích. Lidé jsou milí a pohostinní, mám ráda jejich kulturu, architekturu. Přitahuje mě exotika, místa, kam nejezdí moc turistů. Chci totiž dokázat, že i téměř nevidomý člověk zvládne cestovat nejenom někam do Itálie s cestovkou, ale třeba i do Kosova, Indie nebo do zemí, které mají neprávem špatnou pověst. Třeba o Íránu si asi spousta lidí řekne, že jsou tam teroristé, ale pro mě to byla jedna z nejkrásnějších a nejbezpečnějších zemí, které jsem kdy navštívila, hlavně díky místním lidem.

Inspiruji se různě: sleduji dokumenty, čtu knihy, cestopisy. Často také rozhoduje, do jakých zemí mají levné letenky. Jsem v invalidním důchodu a cestuji co nejlevněji. Musela jsem se to ale naučit, což mi chvíli trvalo. Vždyť na začátku, když jsem si kupovala první letenku, jsem neměla ani aktivovanou bankovní kartu a musel mi pomoci soused.

**Zapojila jste se také do tzv. couchsurfingu, tedy bezplatného přespání u kohokoli, kdo je do projektu zapojen. Jaké jsou vaše zkušenosti?**

**V Česku jsem si připadala osamocená a táta mi jednou přinesl o couchsurfingu článek, zaujal mě a hned jsem si zřídila účet. Do týdne byl u mě doma mladý Mexičan s kamarádem. Začala jsem to využívat, ubytovávala jsem u sebe lidi z celého světa a brala je na výlety. Tímto způsobem jsem získala mnoho přátel.**

**Vy sama jste v zahraničí u někoho takto přespávala?**

**Ano, třeba v Bosně a Hercegovině, Portugalsku a také s kamarádkou v Íránu, kde couchsurfing velmi dobře funguje. Projely jsme celou zemi, spaly jen v domácnostech u místních a mohly tak nahlédnout do jejich života a kultury. To mě hrozně bavilo. V hotelech je to pro mě často náročnější: musím si třeba zapamatovat, kde je záchod, že půjdu rovně a pak doprava a další den se učit v novém hotelu jinou cestu. Tady je vždycky někdo po ruce. I když bych uvítala více soukromí, když jsem třeba byla v iráckém Kurdistánu, všichni byli milí, ale čtyři lidi stáli před záchodem a čekali, až vyjdu.**

**Máte nějaký stěžejní cestovatelský zážitek? Třeba zemi, kam byste se ráda ještě jednou vrátila?**

**Ano, do jižní Indie, což byla moje první cesta, kterou jsem sama plánovala. Moc se mi tam líbilo, byla tak provoněná sluncem, místní byli věčně rozesmátí. Ráda bych do Indie příští rok vzala svého přítele. Moc na mě zapůsobilo také východní Turecko, ta syrová příroda, příjemní lidé. Projela jsem s kamarádem celý východní Kurdistán, seznámila jsem se cestou s místním kurdským průvodcem a za rok se sama za ním vydala, tři týdny jsem byla hostem v jeho rodině a podívala jsem se**

s ním na několik dní i do iráckého Kurdistánu. To byl pro mě neuvěřitelný zážitek, měla jsem možnost pozorovat, jak Kurdové žijí, jak bydlí v krásných prostorných domech a bytech, a také jak moc jsou třeba konzervativní.

**Kam se chystáte teď?**

Tento měsíc jedu na týden do rumunského Maramureše, příští rok bych moc chtěla s přítelem do Kolumbie, a když bude levná letenka, tak i do Gruzie. Jsou tam krásné hory, dobré víno a spousta cestovatelů píše, že jsou tam dobří lidé. Letos v říjnu se ještě s tátou vydáváme na poutní cestu Via Francigena do Říma.

**To už bude vaše třetí poutní cesta. Co vás na ně přivedlo?**

Nejsem věřící, ale hrozně ráda chodím. Na první svatojakubskou cestu do Santiaga de Compostela jsme se s tátou vydali v roce 2014. Viděla jsem předtím fotky a úplně mě uchvátily, byla v nich taková svoboda. Tak jsme s tátou, který nikdy sám na vlastní pěst v cizině nebyl, vyrazili. Byl tenkrát skleslý, skončil s podnikáním a cestou jsem na něm viděla, jak z něj opadá smutek, rozzářil se. Líbilo se nám to a loni jsme vyjeli do Norska na poutní Cestu svatého Olafa. To ale bylo o dost náročnější. Vlastně to bylo dost hrozné, protože o trase nebylo moc informací, a když jsme tam přijeli, cesty byly zarostlé, popadané stromy, nebylo vidět značení. Šli jsme bažinami po vyšlapaných stezkách, často jsme museli lézt po skalách a já nemám tak dobrou fyzičku a navíc mi táta musel říkat každý kámen, protože je

nevidím. Navíc jsme cestou nikoho nepotkávali. Do Santiaga vás denně pozdravilo třeba sto lidí, v Norsku jsme jich za celou dobu potkali jen čtrnáct. Ušli jsme 400 km za tři týdny a nakonec o nás psali i v místních novinách.

**Nechtěla jste to vzdát? To by asi každý pochopil.**

A to zase ne, to bych neudělala. Sice jsem cestou nadávala, že chci jet domů, byl to stres, ale zvládli jsme to a teď s tátou míříme do Itálie, kde plánujeme ujít za tři týdny 483 kilometrů.

**Zuzana Habáňová (39)**

Pochází z vesnice Kokory na Přerovsku. Vystudovala VŠE v Ostravě, Ekonomickou fakultu, od roku 2005 do roku 2008 pracovala na generálním ředitelství Českých drah v Praze. Dnes žije v Čerčanech na Benešovsku. Od šesti let trpí cukrovkou, je závislá na aplikaci inzulínu. Nemoc jí zničila oční sítnici, podstoupila několik operací, od svých 30 let má tzv. praktickou slepotu, vidí pouze na pravé oko z 10 procent. V roce 2010 vyjela poprvé s batohem do Thajska a od té doby cestuje po světě. Zatím navštívila 33 zemí.

**Zdroj: Reflex, Lidé a Země, Zuzana Šprinclová**

**REFLEX LIDÉ A ZEMĚ**

## UŽITEČNÉ KONTAKTY

**TyfloCentrum Brno, o. p. s., Chaloupkova 3, Brno**

**Den pro neobjednané klienty v Brně: čtvrtek 13 – 17 hod.**

***Vedení společnosti* 515 919 770**

---

e-mail: [vedeni@tyflocentrumbrno.cz](mailto:vedeni@tyflocentrumbrno.cz)

**RNDr. Hana Bubeníčková – ředitelka 774 715 100**

**Kateřina Pokorná – provozní manažerka 774 715 102**

**Ing. Karolína Káfuňková – asistentka vedení 774 715 092**

***Dispečink asistenčních služeb* 515 919 670**

---

e-mail: [asistence@centrumpronevidome.cz](mailto:asistence@centrumpronevidome.cz)

**Mgr. Martina Smrčková, vedoucí asistenčních služeb  
774 715 088**

**Mgr. Veronika Knichalová, terénní sociální pracovník  
774 715 094**

***Centrum sociální rehabilitace a technické pomoci***

---

e-mail: [rehabilitace@centrumpronevidome.cz](mailto:rehabilitace@centrumpronevidome.cz)

**Mgr. Martin Vrána, vedoucí lektor, metodik, poradenství  
515 919 666, 774 715 101**

**Petr Kusák, poradenství, technik, lektor  
515 919 668, 774 715 103**

**Tereza Rejtharová, DiS., sociální pracovníce  
515 919 667**

**Bc. Kateřina Valová, sociální pracovníce  
515 919 668**

**Bc. Eva Hrubanová, sociální pracovníce  
(také asistentka nevidomých) 515 919 668, 774 715 089**

**Ing. Jan Pokorný, Bc. Martin Baláž, lektori a konzultanti  
515 919 665, 774 715 104**

**PhDr. Zbyněk Galvas, Marie Švejdvová,  
Mgr. Martina Baláková**



**Centrum aktivizace a poradenství** 515 919 672

---

e-mail: [aktivizace@centrumpronevidome.cz](mailto:aktivizace@centrumpronevidome.cz)

e-mail: [poradna@centrumpronevidome.cz](mailto:poradna@centrumpronevidome.cz)

Mgr. Magda Ambrožová, vedoucí sociální pracovnice

515 919 672, 774 715 097

Lucie Fildánová, DiS., sociální pracovnice

(také asistentka nevidomých) 515 919 671, 774 715 095

Regina Holíková, pracovnice v sociálních službách

515 919 671, 774 715 108

Bc. Marta Ordeltová, administrativní pracovnice

a koordinátorka dobrovolníků 515 919 670, 774 715 090

cvičení: Ing. Eva Hradílková (úterý),

Zlata Zumrová (středa)

Josef Konečný, konzultant pro odstraňování

architektonických bariér 517 814 112, 774 715 110

e-mail: [bariery@tyflocentrumbrno.cz](mailto:bariery@tyflocentrumbrno.cz)

**Detašovaná pracoviště v Jihomoravském kraji**

---

**Břeclav:** Bc. Kateřina Horňáková

adresa: 17. listopadu 1a, 690 02 Břeclav

tel. 532 308 076, 774 715 106

e-mail: [breclav@centrumpronevidome.cz](mailto:breclav@centrumpronevidome.cz)

**Znojmo:** Bc. Lenka Šlahorová, Mgr. Ludmila Nováková,

Eva Pexová (úterý až čtvrtek)

adresa: Masarykovo nám. 19, 669 02 Znojmo

tel. 532 307 909, 774 715 107, 774 715 109

e-mail: [znojmo@centrumpronevidome.cz](mailto:znojmo@centrumpronevidome.cz)

Den pro neobjednané klienty (Břeclav, Znojmo)

středa 13 – 17 hod.

**Moravský Krumlov:** Eva Pexová (pondělí a pátek)

adresa: Růžová 39, 672 01 Mor. Krumlov

tel. 774 715 109

e-mail: [m.krumlov@centrumpronevidome.cz](mailto:m.krumlov@centrumpronevidome.cz)

Den pro neobjednané klienty: pondělí 13 – 17 hod.

**Dílna HapAteliér, Poděbradova 58, Brno 532 307 958**

e-mail: hapatelier@centrumpronevidome.cz

Mgr. Petr Sýkora, Ph.D., vedoucí	774 715 099
Jana Brzobohatá DiS., sociální pracovníce	774 715 096
Mgr. Jana Rumpalová, sociální pracovníce	774 715 096
Danuta Wratná, sociální pracovníce	774 715 096
Bc. Markéta Kristlová, prodejna výrobků	774 715 093

### **Tyfloservis - krajské ambulantní středisko Brno**

Mgr. Dana Cichá (vedoucí)  
Kamenomlýnská 2, 603 00 Brno  
Tel. 541 212 810, 608 572 335-7  
e-mail: brno@tyfloservis.cz

### **Oblastní odbočky SONS v Brně**

Brno-střed (Josef Kaplan)	603 475 638
pondělí a čtvrtek 9 – 11 a 13 – 16 hod.	515 919 776
e-mail: brnostred-odbocka@sons.cz	
Brno-sever (Marie Hauserová)	778 412 715
úterý a čtvrtek 9 – 11 a 13 – 16 hod.	515 919 776
e-mail: brnosever-odbocka@sons.cz	

### **Průvodcovské služby v Brně:**

1. Dispečink asistenčních služeb naší společnosti  
tel. 515 919 670, 774 715 088, 774 715 094  
e-mail: dispecink@tyflocentrumbrno.cz
2. Průvodcovská služba ve stanici Brno, Hlavní nádraží  
tel. 725 886 395 (k dosažení i v noci) nebo 725 764 984
3. DP asistent – průvodcovská služba Dopravního podniku města Brna, tel. 543 174 318, 543 171 350
4. Senior Bus: 731 518 348

## ***Dům na Chaloupkově č. 3***



**Na sečtenou v příštím čísle.**

---

**Redakčně pro vás připravili: Magda Ambrožová, Martina Baláková, Hana Bubeníčková, Kateřina Horňáková, Eva Hrubanová, Josef Konečný, Ludmila Nováková, Lucie Fildánová.**

**Děkujeme za příspěvek Kláře Maršákové.**

**Příjem příspěvků, úprava a sestavení: Marta Ordeltová  
Grafická úprava a formátování textu: Hana Bubeníčková  
Korektury: Hana Bubeníčková, Katka Pokorná**

**Audio verzi namluvil: Borek Kapitančík**

**Zpracování zvukové podoby, textová verze: Jan Pokorný**

**Úprava textu a tisk v bodovém písmu: Petr Kusák**

**Na distribuci se podíleli: Marta Ordeltová, Martin Kubiš**

## **DMS DRAK a transparentní sbírkový účet**

Slepota může postihnout kohokoliv z nás.

Pomozte nám postavit moderní dům sociálních služeb pro nevidomé Josefa Chaloupky.

Příspěť můžete zasláním dárcovské SMS:

**DMS DRAK 30**

nebo

**DMS DRAK 60**

nebo

**DMS DRAK 90**



Můžete přispívat pravidelně každý měsíc:

**DMS TRV DRAK 30 / 60 / 90**

**DMS ve zvoleném tvaru zašlete ze svých mobilů na číslo 87 777**

Cena jedné DMS je 30, 60 nebo 90 Kč  
přispějete nám částkou 29, 59 nebo 89 Kč.

---

Příspěť můžete přímo na transparentní sbírkový účet projektu Dům služeb pro nevidomé Josefa Chaloupky:  
**703 703 703 6 / 2010.**

**DĚKUJEME**