

LISTOPAD 2016

STŘÍPKY Z JIHLAVY

Časopis pro slabozraké a
nevidomé



**Fotografie z vystoupení skupiny historického šermu
Heraldicus.**

VÁŽENÍ A MILÍ KLIENTI TYFLOCENTRA,	4
EXKURZE V HORÁCKÉM DIVADLE V JIHLAVĚ	10
MĚSTSKÝ ÚTULEK V JIHLAVĚ.....	12
VÝLET DO STŘEDISKA VÝCVIKU VODÍCÍCH PSŮ SONS ČR	14
HODINA ŠERMU NA JIHLAVSKÉM HRADEBNÍM PARKÁNU	17
RADY A TIPY	20
TURNAJ VE ZVUKOVÉ STŘELBĚ.....	21
KNIHY DO UŠÍ.....	23
KVÍZ: STŘEDISKO VÝCVIKU VODÍCÍCH PSŮ SONS ČR?	23
ODBORNÉ SOCIÁLNÍ OKÉNKO	26
NÁVRAT K PŘÍRODĚ	28
ZAJÍMAVOST	31
NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON.....	32
KLIKNI A POMÁHEJ	34
AKCE V LISTOPADU.....	35
BLAHOPŘÁNÍ.....	37

VÁŽENÍ A MILÍ KLIENTI TYFLOCENTRA,

vítáme vás v novém měsíci a zároveň v posledním podzimním měsíci. Dovolte nám krátké ohlédnutí za akcemi, které se uskutečnily v měsíci říjnu.

Minulý měsíc se uskutečnilo nespočet akcí. Mezi první akcí patří setkání se skupinou Heraldicus, která se věnuje historickému šermu. Dále byla pořádána sbírka Bílá pastelka, do které se zapojili tři školy a to Soukromé gymnázium AD FONTES, o. p. s., Střední odborná škola sociální u Matky Boží a Soukromá vyšší odborná škola sociální, o.p. s. a naši klienti Lenka Šulerová, Ondra Zmeškal, Ilona Ptáčková a Rudolf Vlašín. Mezi další akce, které se uskutečnily v říjnu patří zvuková střelba, exkurze v městském útulku pro opuštěná a nalezené zvířata Jihlava, exkurze ve Středisku výcviku vodících psů v Jinonicích, prohlídka Horáckého divadla a trénink paměti s panem Ing. Jaroslavem Beránkem.

A na co nového se můžete těšit v měsíci listopadu? V listopadu nebude sice tolik akcí, jako tomu bylo minulý měsíc, protože nás čekají pobytové kurzy v Lukách nad Jihlavou v rámci projektu Finanční gramotnost pro osoby se zrakovým postižením.

I přes to nesmutněte, protože nás několik akcí čeká. Jako každý měsíc jsme nezapomněli na trénink paměti s panem Ing. Jaroslavem Beránkem, dále se bude konat beseda o přírodní kosmetice značky Just s paní

Procházkovou a zajedeme se podívat do Prahy na exkurzi do Retro muzea.

Pomalu, ale jistě se blíží předvánoční období a to je správný čas se na chvíli zastavit, sejít se a popovídat si v kolektivu příjemných lidí. Proto pro vás již připravujeme vánoční posezení.

S časopisem Střípky z Jihlavy Vám za Vaší stálou přízeň děkují zaměstnanci TyfloCentra Jihlava.

Mgr. Iveta Bělovová Dolejší, Bc. Andrea Lázničková, DiS., Bc. Monika Havlíková, DiS., Radovan Jakubík, Jana Voráčková, Lea Kazatelová, DiS., Veronika Šustrová DiS., Hana Cabajová, DiS.

SBÍRKA BÍLÁ PASTELKA

Ve středu 12. října 2016 se uskutečnil již sedmnáctý ročník sbírky Bílá pastelka. Bílá pastelka je celostátní veřejná sbírka na podporu speciálních služeb pro nevidomé a slabozraké a právě v tento den se na sbírce mohli podílet všichni, kteří chtěli přispět na lidi s tímto handicapem. Pořadatelem této sbírky je Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR a její dceřiné společnosti Tyfloservis o.p.s. a TyfloCentrum o.p.s.

Výtěžek ze sbírky pomáhá již zmíněným pořadatelům a dále je ze sbírky podporováno například Středisko výcviku vodících psů, Centrum odstraňování bariér a další..

Sbírku Bílá pastelka mohl každý podpořit nákupem pastelky v minimální hodnotě 20,- Kč, zasláním poukazu libovolné částky na sbírkový účet nebo jednorázovou dárcovskou SMS zprávou v hodnotě 30,- Kč. Významní pro tuto sbírku byli také dobrovolníci a studenti, kteří měli na starost prodej pastelek.

Dobrovolníci a studenti dostali o sbírce veškeré informace a po konzultaci s pracovníky TyfloCentra Jihlava, o.p.s. Radovanem Jakubíkem, Veronikou Šustrovou, DiS. a Leou Kazatelovou, DiS. byli rozmístěni na různá místa po Jihlavě. Mezi vhodná místa pro prodej pastelek patřilo například Masarykovo náměstí a jeho přilehlé ulice, okolí autobusového či vlakového nádraží a další.

Prodejci byli označeni tričkem s logem Bílé pastelky. Pokladnička, do které přispěvatelé vkládali svůj příspěvek, měla každá své registrační číslo. Zároveň každá dvojice prodejců byla vybavena plnou mocí od organizace SONS, která prokazuje oprávněnost účasti na této akci. Pokladničky se po akci z celé republiky svezly do Prahy, kde se otevíraly a jejich obsah byl počítán. Zde v Jihlavě za TyfloCentrum Jihlava, o.p.s. prodávali pastelky dobrovolníci a studenti ze škol- Soukromé gymnázium AD FONTES, o.p.s. (dále jen AD FONTES), Střední odborná škola sociální (dále jen SOŠS) a Soukromá vyšší odborná škola sociální, o.p.s. (dále jen SVOŠS). **A tímto bychom jim chtěli ještě jednou poděkovat za jejich ochotu s námi spolupracovat.**

Sbírky se také zúčastnili někteří uživatelé služeb TyfloCentra Jihlava, o.p.s., kteří chodili prodávat pastelky s dobrovolníky. Mezi klienty, kteří byli ochotni se zúčastnit sbírky, patří Ondřej Zmeškal se svým vodícím psem Blackem a Lenka Šulerová se svou vodící fenkou Arankou a dále klienti Ilona Ptáčková a Rudolf Vlašín. **Za účast při sbírce jim moc děkujeme a vážíme si jejich pomoci.**

Výše celkové částky, která byla vybrána za TyfloCentrum Jihlava, o.p.s. činí 33 210 Kč. V následující tabulce se můžete dozvědět tři nejlepší skupinky dobrovolníků a studentů, které prodávaly pastelky za TyfloCentrum Jihlava, o.p.s. Tyto tři skupinky

obdrží od TyfloCentra Jihlava, o.p.s. jako poděkování kurz průvodcovství, včetně osvědčení o jeho absolvování.

Jméno	Škola	Částka
Karolína Klementová, Markéta Vávrů	SVOŠS	5 765 Kč
Anežka Michutová, Barbora Kazdová, Veronika Dvořáková	AD FONTES	3 714 Kč
Věra Novotná, Terezie Tomková	SOŠS	3 390 Kč

Naše nejlepší dvojce Karolína Klementová a Markéta Vávrů se navíc v Kraji Vysočina staly těmi nejlepšími a jako odměna pro ně bude výlet do Prahy, kde proběhne slavnostní poděkování nejlepším a podívají se na málo přístupná místa a odnesou si věcné dary. **Všem zmíněným velice gratulujeme a ještě jednou děkujeme.**

Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz

PŘEDNÁŠKA V OBLASTNÍ ODBOČCE SONS PELHŘIMOV

Přednáška ohledně kompenzačních pomůcek pro osoby se zrakovým postižením v oblastní odbočce SONS Pelhřimov

Dne 17. 10. 2016 jsme se ráno sešli v TyfloCentru Jihlava, o.p.s. na Brněnské ulici a vydali jsme se do oblastní odbočky SONS Pelhřimov, kde jsme představili kompenzační pomůcky a činnost organizace TyfloCentra Jihlava, o.p.s. Přednášky ohledně kompenzačních pomůcek pro osoby se zrakovým postižením se zúčastnilo osm klientů a pět pracovníků Městského úřadu Pelhřimov. Akce trvala tři a půl hodiny.

Pracovník Radovan Jakubík představil tři lupy s různým rozlišením a dalšími parametry. Veliký zájem byl o ozvučené telefony značky Iphone. Mezi další pomůcky, které byly představeny patřil notebook a další telefony s hlasovým výstupem.

Společně s panem Jakubíkem se akce zúčastnily sociální pracovníce paní Hana Cabajová, DiS., slečna Veronika Šustrová, DiS. a praktikantka Bára Mocová.

Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz

EXKURZE V HORÁCKÉM DIVADLE V JIHLAVĚ

Dne 25. října 2016 jsme se s klienty Tyflocentra Jihlava o. p. s. vydali na exkurzi do Horáckého divadla v Jihlavě. Exkurze se zúčastnilo 9 klientů a 2 vodící psi.

S klienty jsme se sešli v 8 hodin ráno v Tyflocentru a v 8:20 hod. jsme se vydali na společnou cestu do divadla. Ač nám počasí příliš nepřálo, neboť začalo pršet, tak jsme zdárně do cíle dorazili.

V divadle se nás ujala a celou exkurzí nás provázela paní Naděžda Marková, asistentka ředitele.

Nejprve nás seznámila s historií divadla a po té jsme si s klienty mohli projít jednotlivé místnosti. Podívali jsme se do lóží, které se nacházejí ve 3 patrech, do zvukové místnosti a následně jsme se usadili na velké scéně – v hledišti. Velká scéna má kapacitu 313 míst. V divadle se nachází ještě malá scéna, kde jsou místa k sezení variabilní, ale kapacitu má cca 100 míst. Paní Marková nás obeznámila také s nějakými statistickými údaji, co se týče návštěvnosti, počtu herců a počtu zaměstnanců.

Velice zajímavá byla praktická stránka exkurze, kdy nás paní Marková zavedla do „vlásenkárny“, kde se herci připravují a líčí na představení. Klienti si mohli osahat různé paruky, kníry a vousy. Zajímavá byla také zastávka v dámských a pánských šatnách a v kostymárnách. Tam jsme si mohli prohlédnout

a osahat opravdu zajímavé dámské i pánské kostýmy, šaty různých střihů, barev i materiálů, boty, kravaty a také například kostým gorily a žirafy, které klienty opravdu zaujaly.

Nahlédli jsme také do malírny, kde se malují kulisy na divadelní představení a zastihli jsme zaměstnance přímo při práci. Dále do tkalcovny a dílny, kde se šijí a upravují kostýmy pro herce a také do místnosti, kde se herci scházejí a zkoušejí na představení.

Dozvěděli jsme se, že kromě divadelních představení se v divadle také koná „čtení na schodech,“ při kterém si děti posedají na schodech a herci jim předčítají pohádky.

Jen tak pro zajímavost, momentálně v Horáckém divadle hrají např. představení: Adéla ještě nevečeřela, Romeo a Julie, Sex noci svatojánské.

Pro zaměstnance i klienty Tyflocentra to bylo jistě zajímavé zpestření všedních dnů a dozvěděli jsme zase o něco více o jihlavské kultuře.

Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz

MĚSTSKÝ ÚTULEK PRO OPUŠTĚNÁ A NALEZENÁ ZVÍŘATA JIHLAVA

V úterý 18. října jsme se vydali na exkurzi do Městského útulku pro opuštěná a nalezená zvířata v Jihlavě. Kolem deváté hodiny ráno jsme se s klienty setkali v TyfloCentru Jihlava, o.p.s., odkud jsme se společně vydali na autobusovou zastávku. Před útulkem bohužel žádná autobusová zastávka není, a tak jsme museli necelý kilometr dojít po svých. Počasí nám příliš nepřálo, ale to nás neodradilo, protože jsme se na zvířátka všichni velmi těšili.

Když jsme dorazili před útulek, přivítal nás moc milý pán, který byl naším průvodcem po celou dobu exkurze. Hned na začátku nás pan Fila vzal do místnosti, kde pro nás měl připravené nahrávky ptáků a lesní zvěře, které bychom mohli v tuto podzimní dobu slyšet v přírodě. Po jednotlivých zvukových nahrávkách jsme měli možnost hádat, o které zvíře se jednalo. V této disciplíně vynikala zejména naše klientka Ilona Ptáčková, u které bylo znát, že ornitologie jí není cizím oborem. Tato aktivita nadchla klienty i zaměstnance a všichni jsme se se záplem do hádání pustili. Tuto aktivitu nám pan Fila zpříjemnil třemi koťátky, která nám přinesl a nechal je mezi námi kolovat. Každý kdo chtěl, si mohl kotě pohladit i pochovat. Také nám všem nechal osahat si paroží z čeledi jelenovitých, které bylo opravdu pozoruhodné.

Po necelé hodině jsme se přesunuli do hlavní budovy útulku. Tam nás čekalo velké překvapení. Přišli jsme do

místnosti, ve které se nacházela terária se zvířaty. Z prvního terária na nás vykoukla krásně zbarvená agama vousatá, ze které jsme byli všichni nadšeni. Pan Fila nás nechal si ji pohladit a také nám k ní pověděl pár zajímavostí o jejím chovu. V druhém teráriu byl hroznýš královský, který je považován za velmi nebezpečné zvíře a pro jeho chov je třeba mít povolení. Když jsme zjistili, že se jedná o hada, náš zájem rozhodně neklesl. Téměř všichni si na hada chtěli sáhnout a ti statečnější si ho vzali i do ruky. Jelikož had není zcela běžným domácím mazlíčkem, tak jsme této možnosti, sáhnout si na hada, rádi využili. V místnosti, kde se nacházela terária byla také klec, ve které si vesele běhali osmáci degu.

Nakonec jsme se přesunuli k pejskům, o kterých nám pán řekl jejich příběh. Jak se k nim pejsci dostali, kolik jim je zhruba let a jak jsou na tom po zdravotní stránce. Program si pro nás pan Fila připravil opravdu bohatý a výklad byl vyčerpávající.

Protože všichni klienti a pracovníci TyfloCentra Jihlava, o.p.s. mají rádi zvířata, složili jsme na více jak pět kilo piškotů a na kanystry se savem na úklid kotců, které jsme přinesli do útulku jako poděkování za program, který si pro nás pan Fila připravil. Nakonec nám nabídl, že by pro klienty mohl dělat takovýto program pravidelně a po každé na jiné téma, což všichni vřele uvítali.

Kvůli špatnému autobusovému spojení jsme museli chvátat zpět na zastávku, ale věříme, že pokud by nás čas tolik netlačil, strávili bychom v útulku mnohem více času.

Ještě jednou bychom chtěli panu Filovi poděkovat za pozvání a krásný program a budeme rádi, pokud budeme mít tu možnost útulek znovu navštívit.

Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz

VÝLET DO STŘEDISKA VÝCVIKU VODÍCÍCH PSŮ SONS ČR

Bylo takové obyčejné říjnové ráno. Venku ještě tma, ale my jsme vyráželi z různých míst naší Vysočiny, abychom se dostaly včas na místo srazu do Jihlavy, či do Prahy. Tam jsme měli namířeno. Naše cesta mířila do Pražských Jinonic do Výcvikového střediska pro vodící psy.

Sešli jsme se na Florenci v plném počtu. Tedy všichni ti, co byli nahlášeni. Naše skupina sešla na trasu B pražského metra a to nás odvezlo směr Jinonice. Tato zastávka vypadá moc pěkně. Aspoň mě se líbila. Ale nebyli jsme tady kvůli prohlídce metra. Nedřívě nás čekal oběd a potom se naše skupinka vydala už do zmíněného výcvikového střediska.

Odsud vychází každý rok asi deset psích pomocníků. Jsou to vesměs labradoři, ale také fleti, nebo ještě kříženci zlatých retrívrů, a labradorů. Barvy psů jsou buď černá nebo krémová. A povaha – samozřejmě klidná. Jak jinak. Trpělivost se po nich bude vyžadovat celý jejich zbytek života.

Tady mají pejsky až od jednoho roku. Jsou v tzv. internátní škole. Tady se učí pestré škále povelů, které každý vodící pes musí umět. Pobyt tady je zakončen zkouškou a potom si ho už přebere majitel. Jinonické výcvikové středisko je členem mezinárodní asociace vodících psů. Mohou tedy cvičit pejsky i pro lidi, kteří bydlí v jiných státech. A co takový pes musí umět? Třeba najít přechod, najít kliku dveří, ukázat přepážku na poště, nebo v bance, hlavně, musí vědět, co je doleva a vpravo. Neplete se, jako se občas pleteme my. Těch povelů, které se pes naučí, je asi padesát. Třeba taková jízda na eskalátoru, to taky není snadná věc. Tohle se ale cvičí už v předvýchově.

V Jinonicích mají i vlastní odchovnu štěňátek. Ta s dobrým zdravotním stavem se dostanou k vybraným rodinám do předvýchovy. Když mají cca dva měsíce, odchází do rodiny, která je naučí základním povelům a hygienickým návykům. Tato činnost je dobrovolná. Každý měsíc se štěňátka sejdou v Jinonicích, kde dostanou další pokyny, jak postupovat v dalším výcviku. Tito pejsci se musí s pánečky dostat do všech možných i nemožných míst. Mají pláštěnku, která upozorní všechny

kolem, že jde o budoucího vodícího psa a otvírá jim cestu tam, kam jiní psy nemůžou. Štěňata se musí naučit pohybovat po městě, nesmí se bát hluku a neměla by reagovat na cizí zvířata. Prostě, je třeba štěně naučit, aby se věnovalo své práci a nestaralo se o okolní podmínky. Nesmí mu dělat problém cestovat městskou dopravou, ani nakupovat v obchodě. Taky do kina může jít bez problémů. První rok štěňat je dost náročný, ale není to ještě nic proti tomu, když se dostane do střediska. Měla jsem možnost si vyzkoušet, jaké je to jít s vodícím psem. Jo, je to sice krása, mít pejska, ale není to tak jednoduché. Pejsek chce jíst, musí chodit pravidelně ven a není to jen o tom, že se bude starat o nás. Ale, to jsem odbočila. Procházeli jsme cestu, kterou naše skupinka přišla do střediska. Nechtěla jsem klapky, protože moje tušení bylo správné. Není to tak jednoduché, když si poprvé vyrazíte s vodícím psem. Já doma vodím psa a tady se role obrátily. Musela jsem se poddat vedení pejska. Ten byl moc šikovný. Značil obrubníky, schody, navedl mě ke klice dveří, převedl přes cestu. Samozřejmě je, že vše nemůžeme nechat na pejskovi. On nepřevzme zodpovědnost za naše chování v provozu. Protože tehle byl ještě ve výcviku, šla s námi i cvičitelka. Moc děkuji za tuto zkušenost. Smekám před všemi, kteří tyto pejsky mají. *Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz*

Článek napsala paní Ilona Ptáčková

HODINA ŠERMU NA JIHLAVSKÉM HRADEBNÍM PARKÁNU

Byl poslední letní den. Letní? V kalendáři bylo datum 1. října a už nějakou dobu vládl vlastně podzim. Ale byl to poslední krásný den, který ještě připomínal vzdálené léto. Sobotní odpoledne nám naplnili přímo pohádkově šermíři ze skupiny Heraldicus.

Jedním z členů této skupiny je i náš lektor pro projekty EU, Honza Hausmann. Dnes byl oblečen v renesančním oblečku a vypadal, jako by utekl z obrazů Filippa Lippiho. (Renesanční malíř z druhé poloviny 15. století). Jeho druhové byly v kostýmech nájemného žoldnéře a pravého, nefalšovaného kozáka. Honzův renesanční obleček sestával z červeného kabátce, upnutých černých kalhot, baretu a Honza měl po boku svůj milovaný meč. Boty samozřejmě kožené a ručně šité. Jeho kamarád byl oblečen do oranžovo bílého úboru, který byl značně „prostřihán“ a pyšnil se „mužskou chloubou“! No, je nutno dodat, že tehdy opravdu žoldnéři provokovali touto ozdobou počestné občany obsazených měst. Jim osobně sloužil tento kousek oblečení jako peněženka, nebo pokladnice na cennosti. Žoldnéři si pořizovali výstřední a drahé oblečení, protože žili rychle a někteří i krátce. Byl to prostě život, který jim nezaručoval, jestli přežijí další den. No a kozák, to je ten třetí kamarád, ten se mi možná líbil nejvíc. A nebylo to jen tím plnovousem. (Připomínal mi

přítele a i jeho bych si v tomto obleku dokázala představit). Celý program moderoval a divila jsem se, že mu v té kazajce a haleně nebylo vedro. Možná i bylo. Ale vydržel to. Na hlavě měl čepici, která trochu připomínala Santu Klause. Ale to dělala ta barva a kožešinový lem. Kabátec přepásaný opaskem, na kterém v brašničkách kozák nesl celý svůj majetek. Ani on neměl lehký život. Byl stále v sedle a v zázemí se moc neohřál. Ukrajina je obilnicí Evropy a už od úsvitu dějin se o ni bojovalo. Po boku měl šavli a samozřejmě byl obutý, jako jeho kamarádi v ručně šitých botách.

Mohli jsme si osahat a někteří i prohlédnout různé zbraně, jak chladné, (meč, šavle, dýka a srp) tak i palné (pistole z konce 15 až 17 století, samozřejmě repliky, ale funkční.). Taky štít tam byl. No, můžu říct, že tahle přítěž by se mi táhnout nechtěla. Meče se mi líbily. Ale sympatičtější mě byla dýka, která sloužila i k porcování jídla. Byla lehká. Palné zbraně byly zajímavé, ale, jak jsem prohlašovala, jsem pacifista. Vidím v tom historii, ne ty padlé. Zvlášť musím vzpomenout kopí. Tím se bodá, nevrhá, jak jsem si myslela. Nebylo mi jasné, jak si jeho majitel tuhle zbraň hlídal. Teď už to vím. :-D

Když jsme si prohlédly zbraně, předvedli šermíři několik soubojů. Zjistili jsme, že ani dlouhý meč nemusí skýtat výhodu v boji. Je velice důležité zachovat klid a chladnou hlavu. Potom se nám podaří zvítězit i se srpem v ruce. (Co naplat. Sedláci bojovali s tím, co měli.). Souboj renesančního šlechtice s kozákem pro velký

úspěch byl potom následně rozpitván do nejdrobnějších detailů. Byla to paráda. Jen jsem si říkala, že když sebou občas praštili o zem, jestli ještě odejdou po svých. :-D

No, a abychom jen tak neseďeli a nekochali se něčím, o čem nemáme ani trochu páru, byli jsme vyzváni, že se naučíme také aspoň první krůčky v šermířském umění. Dostali jsme bacátka a novodurové trubky. Zkoušeli jsme si první kroky a výpady. No, povím vám, není to nic jednoduchého. Člověk musí být zkoncentrován a nesmí vlastně myslet na nic jiného. Musí i po slepu vědět, jak asi by měl postupovat. Je to tvrdá řehole. Pro mě osobně nejhorší bylo, když jsme nacvičovali zásah. Museli jsme se bacátkem dotknout protivníka. Se zavřenýma očima nic příjemného. Bála jsem se, abych kolegyni nevyrazila dech. To mě vyvádělo s koncentrací a dělala jsem chyby. Prostě, začátečník. Ale bylo to úžasné. Není nic lepšího, než když si člověk může takto osahat věci, o kterých jen slyší, nebo třeba i sní... Tak si říkám, nebylo by špatné umět aspoň trochu vládnout chladnou zbraní. (Schválně nepíši mečem, protože protivníka můžeme vyřadit i násadou od smetáku, pokud ji nepřerazíme. :-D).

Myslím, že jsem byla nadšená nejen já. Určitě i můj přítel, který mi dělal doprovod a i mezi ostatními klienty jsem zaslechla, že se jim to moc líbilo. Děkuji všem, kdo stáli za přípravou tohoto parádního odpoledne. Bylo to úžasné, a klidně to řeknu ještě několikrát. Moje přání je,

ještě jednou, někdy v letních měsících, si toto odpoledne ještě zopakovat.

Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz

Článek napsala paní Ptáčková

RADY A TIPY

JAK SE ZBAVIT ŠKYTAVKY

Škytání je velmi nepříjemné a někdy je docela složité dosáhnout toho, aby přestalo. Přinášíme několik tipů, se kterými by se vám mohlo podařit škytavku zastavit.

Studená voda

Zkuste se napít studené vody, která by mohla škytání zastavit. Ovšem pokud trpíte podrážděním jícnu, zánětem žaludku nebo například nachlazením, není tato cesta příliš vhodná.

Zastavení dechu

Poměrně častá metoda, při které se zhluboka nadýchnete a zadržíte dech na co nejdelší dobu. Pokud to nepomůže napoprvé, lze opakovat. Pozor by si ale u této metody měli dát pozor lidé zejména s nemocným srdcem, zvýšeným nitroočním tlakem, špatným stavem cév v oblasti mozku, vysokým tlakem apod...

Leknutí

Pokud na vás někdo bafne, škytání může ustát. Otázkou ale je, jestli vám z leknutí také např. nevyskočí opar nebo nedostanete infarkt - proto opatrně.

Cukr s octem

Ponořte kostku cukru do octa a vložte pod jazyk a nechte postupně rozpustit. Současně rozpuštěnou směs pomalu polykejte. Nevhodné pro nemocné se zažíváním a s ústními sliznicemi.

TURNAJ VE ZVUKOVÉ STŘELBĚ

Dne 13. 10. 2016 jsme uskutečnili turnaj ve zvukové střelbě, který začal v deset hodin. Zúčastnilo se ho 7 klientů.

Turnaj jsme si zpříjemnili malým občerstvením ve formě párku v rohlíku a teplého nápoje- kávy a čaje.

Tentokrát jsme vítěze měli dva, jelikož jsme soutěžící rozdělili na dvě skupiny. Byla skupina mužů a žen. Vítězem mezi muži se stal pan Josef Vondra, který si odnesl kosmetickou taštičku společně se zubní pastou pro zářivý úsměv. Mezi ženami vítězkou se stala paní Milena Dohelská, která zvukovou střelbu hrála poprvé a odnesla si pouzdro na doklady a také zubní pastu.

Paní Dohelská však nebyla jediný nováček v turnaji. Turnaje se také zúčastnili poprvé paní Hana Dvořáková s manželem panem Bohumilem Dvořákem. Jsme velice rádi, že tým střelců se stále rozrůstá.

Gratulujeme výhercům a těšíme se na další souboj ve zvukové střelbě.

V následující tabulce můžete vidět, jaké bylo pořadí jednotlivých hráčů, kteří se do turnaje zapojili dne 13. 10. 2016 v TyfloCentru Jihlava.

Pořadí	Jméno	1. kolo	2. kolo	3. kolo	Celkový počet bodů
MUŽI					
1.	J. Vondra	99,8	97,5	100	297,3
2.	B. Dvořák	93,6	98,8	99,4	291,8
3.	Z. Kaiser	98,2	94,4	98,8	291,4
4.	Z. Šopa	89,5	97,5	98,8	285,5
ŽENY					
1.	M. Dohelská	98,8	99,8	96,2	294,8
2.	L. Šulerová	96,1	97,0	97,9	291,0
3.	H. Dvořáková	82,1	90,5	88,5	261,1

Fotky z této akce si můžete prohlédnout na stránkách naší organizace www.tyflocentrumjihlava.cz

KNIHY DO UŠÍ

Dva na Olympu

Žánr: antická mytologie - humor

Autor: Jiří Melíšek

Účinkují Miloš Kopecký a Miroslav Plzák

Hodnocení:

Dostupné z: Městská knihovna Jihlava

Miloš Kopecký (*22. 8. 1922 - †16.2.1996) Původní album vydal Supraphon v roce 1985 Podtitul snímku zněl "Do života antických hrdinů dnešními očima nahlížejí zasl. umělec Miloš Kopecký a MUDr. Miroslav Plzák"

KVÍZ: STŘEDISKO VÝCVIKU VODÍCÍCH PSŮ SONS ČR?

1, V jaké části Prahy se nachází Středisko výcviku vodících psů SONS ČR?

- a) Žižkov
- b) Jinonice
- c) Hostivař

2, Jaká jsou nejčastěji využívaná plemena pro výcvik vodících psů?

- a) Pudl
- b) Bernský salašnický pes
- c) Labradorský retrívr

3, Které plemeno psa je v nynější době nejdelší dobu ve výcviku ve Středisku výcviku vodících psů SONS ČR?

- a) Flat Coated retrívr
- b) Zlatý retrívr
- c) Labradorský retrívr

4, Jakými granulemi krmí ve Středisku výcviku vodících psů SONS ČR?

- a) Hill's
- b) Belcando
- c) Pedigree

5, Kolika týdenní štěně přechází do péče předvychovatelů?

- a) čtyřtýdenní
- b) osmitýdenní
- c) dvanáctitýdenní

6, Je povinen člověk, který má zájem o vodícího psa projít přípravným kurzem? Pokud ano, jak dlouho kurz trvá?

- a) ne
- b) ano, kurz trvá 2 dny
- c) ano, kurz trvá 2 týdny

7, Kolik psů ročně Středisko výcviku vodících psů SONS ČR předá osobám se zrakovým postižením?

- a) 30
- b) 20

c) 10

8, V nynější době očekává Středisko výcviku vodících psů SONS ČR příjezd dvou psů vhodných pro výcvik. Jakého pohlaví psi budou?

- a) pes a pes
- b) pes a fena
- c) fena a fena

9, V nynější době očekává Středisko výcviku vodících psů SONS ČR příjezd dvou psů vhodných pro výcvik. Z jaké země pochází psi?

- a) Taiwan
- b) Afgánistán
- c) Uzbekistán

10, Má některý klient z TyfloCentra Jihlava, o.p.s. vodícího psa ze Střediska výcviku vodících psů SONS ČR?

- a) ano
- b) ne
- c) nevím

Vaše odpovědi nám můžete elektronicky zasílat do konce měsíce listopadu na emailovou adresu

laznickova@tyflocentrumjihlava.cz

První, kdo zašle správnou odpověď, **ZÍSKÁ ODMĚNU.**

Vaše odpovědi nám můžete elektronicky zasílat do konce měsíce listopadu na emailovou adresu **laznickova@tyflocentrumjihlava.cz**
První, kdo zašle správnou odpověď, **ZÍSKÁ ODMĚNU.**

ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

Minimální mzda se sjednotí a zvýší na 11 tisíc korun

Minimální měsíční mzda se se od 1. ledna 2017 zvýší ze současných 9 900 na 11 000 korun, minimální hodinová mzda pak z 58,70 korun na rovných 66 korun. Návrh ministryně práce a sociálních věcí Michaely Marksové, který na střeďečnīm jednání schválila vláda, zároveň ruší zvláštní sazbu minimální mzdy pro zaměstnance s invalidním důchodem. Bude tak platit jedna sazba minimální mzdy pro všechny zaměstnance. „Nižší minimální mzdu než u nás mají pouze v několika málo evropských státech, například v Maďarsku, Rumunsku a Bulharsku. Pracovat se musí vyplatit, a proto jsme zvýšili minimální mzdu, aby pracující lidé mohli ze svých příjmů hradit svoje základní životní potřeby a nebyli závislí na sociálních dávkách,“ uvedla ministryně Michaela Marksová.

Novinky ušetří lidem papírování a čas strávený na úřadech

Zadat neschopenku přímo z domu přes počítač nebo tablet, zjistit v jaké fázi se nachází žádost o dávku nemocenského pojištění nebo získat ihned přehled doby

důchodového pojištění. Zní vám to jako hudba vzdálené budoucnosti? Ministerstvo práce a sociálních věcí a Česká správa sociálního zabezpečení přichází s novinkami, které využijí nové moderní technologie. Současné legislativní prostředí neumožňuje revoluční změnu a okamžitou elektronizaci tiskopisů, proto MPSV navrhne zásadní právní úpravy této oblasti.

MPSV spolu s ČSSZ proto navrhuje, aby zaměstnanci nemuseli předávat neschopenku zaměstnavateli ani podávat žádost o dávku. Umožní to jednoduché vystavení tiskovin, prostřednictvím elektronického portálu, spolu s předvyplněnými údaji z ČSSZ. Odpadla by tak nutnost návštěvy pobočky úřadu. Přenos dat by byl okamžitý, zaměstnavatelé by měli rychlý přístup k informacím, pro účely výplaty náhrady mzdy. Systém výrazně usnadní práci i lékařům. Za tímto účelem byla vytvořena pod vedením MPSV mezirezortní pracovní skupina i se zástupci zaměstnavatelů a lékařů.

Na analytické fázi projektu již MPSV společně s ČSSZ pracuje, nový systém bude vytvořen dle principů osvědčené IT architektury MPSV. Zahájení otevřeného zadávacího řízení předpokládá v polovině roku 2017.

NÁVRAT K PŘÍRODĚ

Listopadová pohodička

Máme tady listopad s jeho mlhami a už i prvním sněhem. Já vím, ten letos padal už v říjnu. V listopadu ale zaručeně zůstane ležet na zemi. A když přijdeme promrzlí z venku, potřebujeme zahřát. Měli bychom i v jídelníčku dbát na to, aby naše jídlo tělo spíše prohřivalo. Se saláty je tedy konec. Aspoň s těmi listovými. Ty ochlazují. Dobré je jíst luštěniny, kořenit chilli, pepřem, používat zázvor a skořice. Je dobré držet hlavně nohy v teple. Od studených nohou je plno nachlazení a jiných trablů.

Příroda se ukládá k zimnímu spánku. Však krajem táhnou mlhy, jako šedivá peřinka. Bylinkářky ještě sbírají jeřáb, který se používá až po přemrznutí. Je sladší. Tohle platí i o jiných plodech, třeba o kdoulích, mišpulích. Jenže, tohle už pro nás zní moc exoticky. Zahrádky máme sklizené a zorané. Ještě zasadíme česnek a budeme se připravovat na Dušičky a potom na prosincové svátky. To mě připomíná: Už máme asi doma řádku likérů, které jsme vyráběli v předešlých měsících. Tak, teď je můžeme zabalit a máme aspoň pěkné a originální dárky pro členy rodiny. Pro ty, co nepijí jsme mohli připravit třeba dobré marmelády v originálních skleničkách. A když ne letos, ta třeba příští rok. Pokud jsou obdarovaní rozumní lidé, vědí, že tyhle

výrobky jsou plné nejen vitamínů, ale také lásky, se kterou jste je připravovali.

Taky se můžeme připravovat na svátky tak, že si uděláme třeba Anglický likér:

3 pomeranče, 2 citrony, žlutá kůra z pomeranče, 45 deka cukru, deci vody a litr vodky. Z cukru a vody svaříme hustý sirup. Po vychladnutí k němu přidáme vodku a do této směsi přidáme pomeranče a citrony nakrájené na kousky. Vše necháme stát deset až dvanáct dní. Každý den promícháme a pak scedíme přes gázu. Pevně uzavřeme a ještě necháme další měsíc zrát. Tedy, je dobré si to dobře vypočítat, abychom pod stromečkem mohli ochutnat.

Listopad byl dobou oslav a hodů. Na svatého Martina končila čeledi služba a oni se buď upsali na další rok, nebo museli hledat novou službu. Čas pomalu spěje k adventu. To je doba rozjímání a jeho začátek připadá na konec listopadu. Letos začne 27 listopadu. Když se toto datum přiblíží, je dobré už zadělat na perníčky. Ale před tím nás ještě čekají martinské rohlíčky a husa a víno, zkrátka oslavy dobré úrody. Teď je čas, kdy se dají opravovat nástroje potřebné pro další rok. Ve stodole můžeme ještě mít fazolové lusky, které je taky třeba vyloupat a dřív se také mlátilo obilí. Teď na to už byl čas. Dříve se to třeba nestíhalo, protože doba sklizně je hektická.

Chladno je spojeno také s revmatismem. Na ten platí želatina, tedy tlačěnka, sulc a podobně a taky v alpě naložené kaštany. Ale tohle jsem možná psala už minulý měsíc. Taky můžeme vyzkoušet bramborovou placku se zázvorem. Horký brambor nastrouháme, přidáme zázvor a na namazané koleno (Je třeba natřít třeba nesoleným sádlem) přiložíme a omotáme. Necháme minimálně dvě hodiny působit. Pomáhá to, určitě. :-D

Ještě na závěr jeden recept. Když vás omrzí svažené víno, nebo budete prostě chtít na zahřátí vyzkoušet něco jiného...

Slezská vařonka

Suroviny a postup:

20 kostek cukru navlhčíme rychle studenou vodou, dáme je do čistého hrnce a upražíme je do žluta. Potom nalejeme na cukr 3/4 litru povařené vody, přidáme 6 cm skořice, citronovou kůru i šťávu (1/4 citronu), 3 - 5 hřebíčků a dobře vše povaříme. Vařící tekutinu dobře přikrytou odstavíme z plotny, načež do ní opatrně nalejeme 1/4 l lihu, přidáme 2 lžíce dobrého medu, zamícháme a dokud je vařonka horká, nalijeme ji do sklenic a podáváme. Slezská vařonka (hlavně ve Slezsku) podává se hlavně v zimě pro zahřátí. Jest velmi chutná, u nás méně známá.

Článek napsala Ilona Ptáčková

ZAJÍMAVOST

Co nejvíce zajímá Čechy na Google? Seznam
nejnavštěvovanějších hesel:

Nejvyhledávanější se slovem „recept“

1. muffiny recept, 2. palačinky recept, 3. cheesecake
recept

Nejvyhledávanější celebrity

1. Iveta Bartošová, 2. Robin Williams, 3. Jennifer
Lawrence

Nejvyhledávanější výrazy

1. Facebook, 2. YouTube, 3. Překladač

Nejvyhledávanější média

1. iDnes, 2. Blesk, 3. TN.cz

Nejvyhledávanější televizní pořady

1. Simpsonovi, 2. Prostřeno, 3. Ulice

Nejvyhledávanější sportovci

1. Gabriela Soukalová, 2. Eva Samková, 3. Jillian
Michaels

Nejvyhledávanější sport

1. Hokej, 2. Fotbal, 3. NHL

Nejvyhledávanější technologické novinky

1. Samsung Galaxy S5, 2. iPhone 6, 3. Xbox One

Nejvyhledávanější se slovem „Jak“

1. Jak zhubnout, 2. Jak sbalit holku, 3. Jak uvázat
kravatu

Nejvyhledávanější spojení s „Kdo je“

1. Kdo je gejmr, 2. Kdo je lolita, 3. Kdo je zeť

Nejvyhledávanější spojení s „Co je“

1. Co je Instagram, 2. Co je LTE, 3. Co je selfie

Nejvyhledávanější spojení se slovem „Kde“

1. Kde rostou houby, 2. Kde stahovat filmy, 3. Kde
domov můj

NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON

Zpěvem pomáháme dětem

KDY: 9. 11. 2016, od 19:00 hod.

KDE: kostel sv. Ignáce v Jihlavě

Přijměte pozvání na benefiční koncert. Podpoříme společně dětské oddělení jihlavské nemocnice. Zazpívá pěvecké sdružení Campanula Jihlava pod vedením Pavla Jiráka a za doprovodu Petra Sobotky, žáci a učitelé základní umělecké školy Telč a klarinetová kvartet brněnské konzervatoře. Vstupné je dobrovolné a výtěžek bude věnován na vybavení pokojů pro děti v Jihlavské nemocnici.

Svatý Martin v Jihlavě

KDY: 11. 11. 2016, od 14:00 hod.

KDE: Masarykovo náměstí, Jihlava

Tisíce lidí se každoročně scházejí v centru Jihlavy, aby uvítaly sv. Martina. Také letos přijede na bílém koni a to v pátek 11. listopadu. Kromě průvodu na vás čeká bohatý kulturní program a tradiční ohňostroj.



8:00	Jarmark vepřové hody	 SVATÝ MARTIN 11. 11. JIHLAVA 2016
14:00	Umí ho*** jihlavská kapela	
16:00	Cimbálová muzika Matěje Dohnala z Jihlavy	
17:00	SVATOMARTINSKÝ PRŮVOD od brány Matky Boží na náměstí	
17:45	Ohňostroj po průvodu odpaluje Jiří Linha	
18:00	Žalman a spol. turné 70 JAR	
<small>moderují Robin Salamon a Tamara Pecková</small>		



Pelhřimovská tančírna

KDY: 16. 11. 2016

KDE: Kulturní dům Máj, Pelhřimov

Projekt pelhřimovské tančírny má za úkol vytvořit společnou a pravidelnou událost nejen pro tanečníky, kteří chodí do různých tanečních kurzů a své naučené dovednosti tak mohou uvést do praxe.

Ale i pro všechny další zájemce a "netanečníky" z široké veřejnosti, kteří se rádi dostanou do dobré společnosti a za doprovodu příjemné hudby poznají nové přátele.

Koncerty populární dechovky Vysočinka

KDY A KDE: 17. 11. 2016, Kejžlice

27. 11. 2016, Černovice

Zveme vás na koncerty populární dechovky Vysočinka. Vstupenky stojí jednotně 49 korun a koncerty začínají vždy v 15:00 hodin. Pobavíte se a také přispějete na dobrou věc. Výtěžek z koncertu totiž půjde na Světlušku, do sbírky pro nevidomé a zrakově postižené.

KLIKNI A POMÁHEJ

ANEB JAK MŮŽETE JEDNODUŠE PODPOŘIT TYFLOCENTRUM JIHLAVA

Milý klienti a příznivci jihlavského TyfloCentra,

jménem naší organizace bychom Vás chtěli ještě jednou informovat o tom, jak můžete podpořit naši organizaci. Pokud rádi nakupujete po internetu, podívejte se na portál internetového nakupování GIVT.cz. GIVT je portál, který sdružuje obchody, které se rozhodly podporovat dobrou věc, a umožňuje získávat finanční prostředky na podporu neziskových organizací a sportovních klubů tím, že nakoupíte produkty a zvolíte si navíc organizaci ze seznamu, kterou chcete podpořit. Pokud nakoupíte na tomto portálu, nemusíte se vůbec bát, že zaplatíte něco navíc. Platíte úplně stejnou sumu a vidíte stejné ceny, jakoby jste navštívili vybraný internetový obchod přímo.

Jak nám tedy můžete přispět?

1. První krok k podpoře naší organizace je navštívit internetové stránky GIVT.cz. <http://givt.cz/>
2. Zde si zvolíte Vámi požadovaný internetový obchod se seznamu obchodů, ve kterém chcete nakoupit Vámi vybrané zboží.
3. Poté si vyberete organizaci, které chcete přispět, tedy TyfloCentrum Jihlava, o.p.s.
4. Uvidíte procentuální částku, která bude zaslána z Vašeho nákupu dané organizaci.
5. Objednáte si Vámi zvolené zboží.
6. Zboží zaplatíte a portál GIVT.cz pošle danou částku Vámi zvolené organizaci.

Pokud budete chtít s nakupováním přes portál Givt pomoci, neváhejte se na nás obrátit. Nic tím neztratíte a zároveň podpoříte dobrou věc.

Budeme rádi za rozšíření této informace do Vašeho okolí a děkujeme za Vaši podporu, které si velice vážíme. Vaše TyfloCentrum Jihlava, o.p.s.

AKCE V LISTOPADU

14. 11. 2016 – PŘEDNÁŠKA OD PANÍ PROCHÁZKOVÉ O PŘÍRODNÍCH PRODUKTECH ZN. JUST

Akce se koná na adrese Brněnská 8 od 14:00 hod. Společně si budeme s paní Procházkovou povídat o přírodních produktech švýcarské společnosti Just. Jedná se o společnost, která přistupuje ke zdraví osvědčenou přirozenou cestou - využívá blahodárných účinků přírody v harmonii s lidským tělem.

Bude zde i možnost objednávky produktů.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 11. 11. 2016

23. 11. 2016 – VÝSTAVA RETRO – NÁRODNÍ MUZEUM

VÝSTAVA PŘEDSTAVUJE KRÁSU A ELEGANCI DOB MINULÝCH. NA VÝSTAVĚ V NOVÉ BUDOVĚ NÁRODNÍHO MUZEA MOHOU NÁVŠTĚVNÍCI OBDIVOVAT HRAČKY, TECHNIKU, VYBAVENÍ DOMÁCNOSTI, ALE PŘEDEVŠÍM MÓDU Z DOB MINULÝCH. NÁVŠTĚVNÍCI SE TAK MOHOU TĚŠIT NA NADČASOVÉ PRVKY I POMÍJIVÉ TRENDY, ODĚVY ZNÁMÝCH OSOBNOSTÍ, ŠATY OD 19. STOLETÍ AŽ DO SOUČASNOSTI, TRADIČNÍ ČESKÉ ZNAČKY,

MIMOŘÁDNOU INSTALACI NA „NEVIDITELNÉ“ FIGURÍNY A SPOJENÍ MÓDY S DOBOVÝMI PROSTŘEDÍMI. NÁVŠTĚVNÍCI SE ROVNĚŽ MOHOU V TZV. „SELFIE KOUTKU“ VYFOTOGRAFOVAT SE SLAVNOU FILMOVOU OSOBNOSTÍ STŘÍBRNÉHO PLÁTNA A FOTOGRAFIE JIM BUDE JAKO VZPOMÍNKA ZASLÁNA NA JEJICH E-MAIL.

SRAZ NA AUTOBUSOVÉM NÁDRAŽÍ V 8:30 HOD. ODJEZD AUTOBUSEM REGIO JET V 8:45 HOD. PO PŘÍJEZDU SE PŘEMÍSTÍME METREM ZE STANICE FLORENC KE STANICI MUZEUM, KDE BUDE NÁSLEDNĚ PROBÍHAT KOMENTOVANÁ PROHLÍDKA. PO PROHLÍDCE SI ZAJDEME DLE DOMLUVY S VÁMI NA OBĚD A POTÉ BUDE NÁSLEDOVAT ODJEZD SMĚR JIHLAVA OPĚT AUTOBUSEM REGIO JET V 15:30 HOD. PLÁNOVANÝ PŘÍJEZD DO JIHLAVY JE V 17:05 HOD.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 11. 11. 2016

**25. 11. 2016 – NEZAPOMEŇTE NA TRÉNINK PAMĚTI
S PANEM ING. BERÁNKEM**

PROBĚHNE V TYFLOCENTRU JIHLAVA, O.P.S. CHLUMOVA 5429/1A TRÉNINK PAMĚTI POD VEDENÍM PANA ING. JAROSLAVA BERÁNKA. TRÉNINK BUDE PROBÍHAT OD 9:00 HOD.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 23. 11. 2016

BLAHOPŘÁNÍ

Všechno nejlepší přejeme těm, kteří slaví narozeniny
v měsíci listopadu

Martina Roháčková

Mgr. Karla Strejčková

Josef Vondra

Zvláště přejeme vše nejlepší panu Ing. Přemyslu Pízovi,
který tento měsíc slaví významné životní jubileum.

**K narozeninám je tu od nás na podporu Vašeho
zdraví vtip. Neboť smích léčí☺**

S ještě čerstvým vysvědčením jsem absolvovala

Jedná se v podstatě o vtip, kdy občan napíše do kolonky jakéhosi úředního dotazníku na otázku „Počet vyživovaných osob“ tuto odpověď: Manželka, Dvě děti, Matka v důchodu, která by jinak chcípla hlady, 17 neschopných, nebo naopak všehoschopných členů vlády, 200 pitomců v parlamentu, 81 senátorů, 68 072 státních úředníků, 20 000 uvězněných kriminálních, 300 000 nepřizpůsobivých spoluobčanů, 500 000 nezaměstnaných, 5 000 nelegálních přistěhovalců, 751 těch debilů v Evropském parlamentu a nezjistitelný počet trubců v administrativě EU, Dotazník mu byl vrácen s tím, že jeho odpovědi jsou, nepřijatelné. Občan odpoví otázkou. „A proč? Na někoho jsem zapomněl“?

NAŠI DÁRCI A PARTNEŘI



Soukromí dárci:

Paní Jaroslava Brabcová

Pan Lukáš Franc

Pan Michal Vaňkát

Časopis vydává:

TyfloCentrum Jihlava, o.p.s.

Brněnská 8, 586 01 Jihlava

tel.: 724 865 566 nebo 778 536 335

e-mail: jihlava@tyflocentrumjihlava.cz

www.tyflocentrumjihlava.cz