BŘEZEN 2017

STŘÍPKY Z JIHLAVY

Časopis pro slabozraké a nevidomé

Fotografie z bruslení.
Zleva pan Šopa, paní Polanská, paní Cabajová, paní Marečková, slečna Mašterová, pan Limberk a pan Jakubík

Obsah:

VÁŽENÍ KLIENTI 3
KNIHY DO UŠÍ 4
KVÍZ: ZDRAVÁ STRAVA 5
ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ 7
ZAJÍMAVOST 8
NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON 9
KONCENTRAČNÍ TÁBOR OSVĚTIM 11
ZOO V ZIMĚ 16
PŘEDNÁŠKA MUDR. ZIMENOVÉ 18
OCHUTNÁVKA ČAJŮ 18
BLAHOPŘÁNÍ 25
DÁRCI A SPONZOŘI 26

VÁŽENÍ KLIENTI, PŘÁTELÉ TYFLOCENTRA JIHLAVA,

Nastává nám další měsíc, březen, který nám postupně bude přinášet snad více sluníčka, teplejší počasí a po letošní tuhé zimě také tolik očekávané jaro.

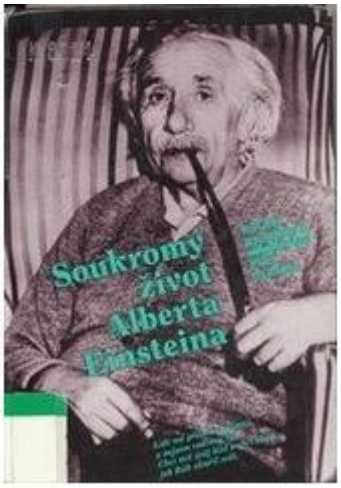
Krátce se ohlédneme za akcemi, které se uskutečnily v měsíci únoru. Začátek měsíce jsme odstartovali návštěvou u pana Roberta Kotrby, který nám připravil ochutnávku čajů a ukázal nám také svou masérnu. Dále nás navštívila paní MUDr. Zimenová a připravila si pro nás přednášku o glaukomu a cukrovce. Udělali jsme také něco pro své zdraví, když jsme si zašli zabruslit na Horácký zimní stadion a uskutečnil se také tradiční trénink paměti s panem Ing. Beránkem.

A co nás čeká v březnu? Můžete se těšit na oblíbeného cestovatele pana Blažíčka, který si pro nás připravil přednášku na téma: Velikonoce – pravoslavné svátky na Ukrajině, versus velikonoční tradice na Filipínách. Dále k nám do TyfloCentra zavítá opět paní MUDr. Zimenová, která si pro nás připraví Den zdraví. Zájemcům například změří krevní tlak, či z kapky krve zjistí hladinu cholesterolu v krvi. Neméně zajímavou akcí jistě bude exkurze do Galerie hotelu Gustava Mahlera, kde jsou vystaveny repliky Českých korunovačních klenot. Nesmíme zapomenout na sportovní aktivitu – bruslení a neméně podstatný bude turnaj ve zvukové střelbě.

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

KNIHY DO UŠÍ

Soukromý život Alberta Einsteina



Žánr: autobiografie

Autor: Roger Highfield

Čte: Lubor Navrátil

Délka záznamu: 1 CD-ROM (14:27:13)

Dostupné z: Městská knihovna Jihlava

Šokující portrét největšího génia minulého století. Životopisní titul provádí soukromým životem fyzika, pojednává o jeho vztazích i rodině. Titul obsahuje citáty Einsteinovy soukromé korespondence, na jejíž povolení k publikování čekali autoři 6 měsíců. Mnoho z citátů však mohli jenom parafrázovat.
Portrét vrhá stín na osobnost geniálního vědce, který byl dlouho považován za mírumilovnou a laskavou osobnost a poukazuje na jeho egocentrické a mysoginistické chování.

KVÍZ: ZDRAVÁ STRAVA

V dnešním čísle se zaměříme na kvíz ohledně zdravého stravování.

1, Kdy máme jíst?
a) až když máme hlad
b) v pravidelných intervalech
c) až večer

2, Jaká dieta je nejvhodnější při snaze snížit hmotnost?
a) dodržovat zdravý životní styl
b) tukožroutská dieta
c) hladovění

3, Jaké pečivo je zdravější?
a) Celozrnné pečivo
b) Pečivo z bílé mouky
c) Sladké pečivo

4, Jaké nápoje jsou ideální pro dodržování pitného režimu s ohledem na zdravý životní styl?
a) minerální ochucené vody
b) pivo
c) čistá voda

5, Jaká příprava pokrmů je nejzdravější?
a) pečení
b) smažení
c) dušení

6, Je zdravé snídat, pokud se snažíte snížit hmotnost?
a) ano

b) ne
c) v žádném případě

7, Který olej je v dnešní době považován za nejškodlivější?
a) palmový
b) olivový
c) kokosový

8, Jak často se doporučuje jíst ryby?
a) 1x za měsíc
b) 1x za 14 dní
c) 2x týdně

9, Kdy je ideální večeřet?
a) těsně před spaním
b) 2-3 hodiny před spaním
c) ideální je večeři vynechat

10, Která varianta slazení pokrmů je nejzdravější?
a) bílým cukrem
b) třtinovým cukrem
c) medem

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

ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

VLÁDA SCHVÁLILA ZVÝŠENÍ NEMOCENSKÉ

Vláda dne 27. 2. 2017 projednala návrh MPSV, který zlepší sociální situaci lidem při dlouhodobé pracovní neschopnosti. Opatření zajistí zmírnění ekonomického dopadu způsobného poklesem příjmů u lidí, kteří trpí dlouhodobějším onemocněním. Pokud bude přijat pozměňovací návrh, který připraví ministryně Marksová, dočkají se dlouhodobě nemocní zvýšení nemocenské už od začátku roku 2018.

V současné době je zaměstnanec v případě dočasné pracovní neschopnosti zabezpečen od 4. do 14. kalendářního dne náhradou mzdy od svého zaměstnavatele. Od 15. dne dostává nemocenskou ve výši 60 % redukovaného denního vyměřovacího základu, a to bez ohledu na délku trvání dočasné pracovní neschopnosti. Není tedy rozdíl, jestli je pacient nemocný patnáct dní nebo trpí závažnějším onemocněním, kde si léčení vyžádá například několik měsíců. Vláda se v rámci koalice shodla na variantě, podle které by měl pacient po 31. dni pracovní neschopnosti dostávat 66 % redukovaného denního vyměřovacího základu. Od 61. dne nemoci se příspěvek zvýší na 72 %. Ze státního rozpočtu by na tuto variantu pomoci dlouhodobě nemocným mělo jít 2,4 miliardy korun ročně. Zdroj : MPSV

ZAJÍMAVOST
NEJLEPŠÍ VYNÁLEZY ROKU 2016

I když byste si mysleli, že už vědci s ničím novým nemohou přijít, opět se překonali. V roce 2016 vynálezci objevili mnoho věcí, které nám ulehčují a nebo minimálně zkrášlují život. A který z těchto vynálezů chyběl Vám?

Transparentní kamión

Systém přenášející záběry z přední části kamiónu na jeho zadní část. Díky tomu mají řidiči za kamionem jasnou představu o tom, co je před ním.

Zamykací aplikace

Nejste si jistí při odchodě z domu, zda jste zamkli vchodové dveře? Díky aplikaci, která dokáže zamykat na dálku, si můžete zamknout dům.

Filtrační kniha

Kniha, jejíž strany fungují jako účinné vodní filtry, které zabraňují 99% škodlivých bakterií.

Zřízení, které zastaví chrápání

Vynález se jmenuje Nora. Nora jemně posunuje tvoji hlavu pomocí lehké vložky umístěné pod polštářem. Tento nepatrný pohyb stimuluje uvolnění krčních svalů, což v důsledku stimuluje přirozenou polohu dýchacích cest.

NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON

Jak na bolest hlavy, hrudní a bederní páteře
KDY: 9. 3. 2017 v 17:00 hod.
KDE: Městská knihovna Jihlava, přednáškový sál, Hluboká 1

Setkání s chiropraktikem **Ing. Vinci Lászlem**, s praktickými radami a ukázkami. **Vstupné 50,- Kč** Jednoduché čínské cviky Aktivní působení proti nádorům a cystám v prsou Součástí setkání bude mnoho dalších praktických rad a ukázek.

Pět zemí a pěšky do Říma
KDY: 23. 3. 2017, od 17:00 hodin
KDE: Městská knihovna Jihlava, přednáškový sál, Hluboká 1
Cestovatelská beseda s Patrikem Kotrbou.

Láska v nás
KDY: 9. 2. 2017, od 17:00 hodin
KDE: Přednáškový sál knihovna Jihlava, Hluboká 1

Večerní rozjímání s **Ivo Georgievovou** (cyklus **Praktická Ayurvéda**). Součástí bude i ochutnávka jídel. Na kurz se přihlašte e-mailem na ivaveda@ivaveda.eu, či ústně přímo v knihovně. **Vstupné 180,- Kč.**

Vliv stresu a jeho odstranění z organismu
KDY: 30. 3. 2017, od 17:00 hodin
KDE: Přednáškový sál knihovna Jihlava, Hluboká 1

Poslední z cyklu setkání s chiropraktikem **Ing. Vinci Lászlem**, s praktickými radami a ukázkami. **Vstupné 50,- Kč**.

Karneval ve dvoře

Kdy: 26. 3. 2017**,** od 14:00 hod.

Kde: Panský dvůr v Telči

Přjďte si užít jarní nedělní odpoledne se svými dětmi a pobavit se do Panského dvora v Telči! Budou klauni, soutěže, pohádka, malování na obličej a dílničky. Občerstvení zajištěno.

Akce se koná za jakéhokoliv počasí!

Burza knih

Kdy: 29. 3. 2017, od 9:00 hod. do 19:00 hod. v pátek do 17:00 hod.

Kde: Vestibul staré radnice

Krajská knihovna Vysočiny bude opět prodávat vyřazené knihy. Přijďte si do vestibulu Staré radnice vybrat tu svou.

Budeme prodávat jak beletrii, tak naučnou literaturu, knihy pro děti, kuchařky, ... věříme, že si každý vybere.

NÁVŠTĚVA KONCENTRAČNÍHO TÁBORA OSVĚTIM

Jednoho šedivého podzimního dne, v říjnu 2016, jsem se s kamarádkou vydala na exkurzi do koncentračního tábora Osvětim. Před mnoha lety jsem se setkala s pamětníkem, který Osvětimí prošel, a jeho vyprávění a vzpomínky jsou pro mě dodnes natolik živé, že jsem toto místo chtěla vidět na vlastní oči.

Není tolik míst na světě, které vyvolávají takovou hrůzu, jako nacistické koncentrační tábory smrti. Už když jsme vyjížděli, tušila jsem, že nepůjde o moc příjemný zážitek. Starší průvodkyně, která s námi jela, celou cestu vykládala a četla autentické příběhy Čechů a Slováků, kteří Osvětimí prošli. Sama znala poslední dva žijící svědky. Byly to velmi pohnuté a smutné příběhy lidí, kteří odjeli do Osvětimi zemřít. Hrstka těch, kteří přežili, byla do konce života fyzicky i psychicky poznamenaná prožitými útrapami a hrůzami.

Samotný příjezd do Osvětimi je velmi zvláštní. Koncentrační tábor opravdu nepřehlédnete. Čekala jsem pietní místo, důstojné ticho a klid. Místo toho mě čekal šok. Přímo naproti táboru je hned hotel, pizzerie, řady domů, prostě se tu žije běžným životem. Na přeplněném parkovišti plné pobíhajících lidí, vám, jako potencionálním návštěvníkům, ihned dojde, že zdejší továrna na smrt je dnes již pouhopouhý business, který jak se zdá, jen vzkvétá.

Navštívili jsme muzeum v Osvětimi - tábor Auschwitz 1. Během čekání na polskou průvodkyni, která mluvila špatně česky, jsem se snažila psychicky připravit na to, co uvidím. Už při překroční hranice brány Arbeit macht frei jsem pochopila, že se připravit prostě nedá. Těžko se popisují pocity, které člověk prožívá při prohlídce takového místa. Všude na stěnách v barácích jsou fotky tisíců vězňů s široce otevřenými očima plných hrůzy a beznaděje, nevěříte vlastním očím, když se díváte na expozici s tunami lidských vlasů, autentického nádobí a vězeňských šatů, prostor plynové komory, krematoria a bloku smrti. Malarické podnebí v Osvětimi, špatné životní podmínky, hlad, nedostatečné a před chladem nechránící oblečení, dlouho nevyměňované a neprané, krysy a hmyz přispívaly k vzniku nemocí a epidemií decimující tábor. Průměrná délka života vězně byla asi 3 měsíce. Též jsme navštívili expozici českého bloku. Stěny expozice jsou polepeny fotografiemi všech českých a slovenských vězňů, které se nedají spočítat, dětské kresby, osobní příběhy jednotlivců a rodin… kus těžké historie našeho národa…. Jeden z nejhorších zážitků, kdy mi tlouklo srdce tak silně, že jsem se musela jít nadýchat vzduchu a zase se vrátit, je procházet prostor zachovalé plynové komory. Zcela autentická stísněná a šedivá komora s nízkým stropem s dírami ve stropě na Cyklon B, na stěnách jsou dodnes zřetelně vidět škrábance od nehtů zoufalých lidí, kteří zde umírali. Z tohoto ponurého místa jsme se přesunuli na další nehostinné místo. Všudypřítomný chlad a drobný déšť umocňovaly naši další prohlídku ve vyhlazovacím táboře Birkenau (Březinka). Děsivé prostory nekonečné řady dřevěných baráků, kde vězni žili, latríny nebo hromadné sanitární budovy nenechaly

nikoho na pochybách o utrpení 1,1 milionů vězňů, kteří zde zahynuli.
Pojďme se podívat na historii Osvětimi, německy Auschwitz. Koncentrační tábor Osvětim byl založen nacisty v roce 1940 blízko městečka Osvětim, které v té době stejně jako celé území Polska bylo okupováno během II. světové války Němci. Podle odhadů na obětích bylo do tábora posláno nejméně 1,1 mil. Židů ze všech zemí okupované Evropy, dále kolem 150 tis. Poláků, většinou politických vězňů, kolem 23 tis. Romů, přes 15 tis. ruských vojenských zajatců a několik tisíc vězňů jiných národností. Většina z těchto vězňů zahynula v tomto táboře… Všichni, kteří se dostali do Osvětimi, byli hned po příjezdu do tábora podrobeni selekci. Třídění bylo velmi rychlé. Jeden za druhým předstupoval před esesáka, aniž tušil, že jde o život. K rozhodnutí o tom, zda předstupující osoba měla žít či zemřít, stačilo několik vteřin. Ti, kteří při selekci neuspěli, byli posláni rovnou do plynu. Rudolf Höss, velitel tábora, si liboval: „Ve srovnání s Treblinkou jsme byli dokonalejší. Používali jsme Cyklón B – krystalickou modrou skalici, kterou jsme vhazovali do komory smrti nevelkým otvorem“. Podle klimatických podmínek umírali lidé v této komoře během tří až patnácti minut. K jídlu dostávali vězňové naběračku polévky s kusem chleba. Byla to teplá, odporně páchnoucí voda. Dostávali ji v kotlících, které se vyplachovaly jen studenou vodou. Není divu, že pak téměř neustále trpěli průjmy. Latrína byla otřesná. Toaletní papír chyběl, smělo se na ni jen ráno před snídaní a pak až večer po apelu…..to je jen malý výčet každodenních útrap ze života vězňů.
Osvětim byla osvobozena 27. ledna 1945 sovětskou armádou. Sověti byli naprosto šokovaní tím, co zde

našli. Osm tun lidských vlasů. Přes milion šatů – zavšivených hadrů. Hromady nedopálených lidských těl v krematoriích. Strašlivý zápach šířící se desítky kilometrů kolem. Stovky na poslední chvíli zastřelených či zaživa upálených, s očima vykousanýma od krys. A na hnijících palandách bloků kostry, oblečené do lidské kůže nebo děti, kterým snad nikdy nebylo dopřáno dosyta se najíst. U mnohých osvobozených propukl tzv. KZ-syndrom, hrůznými zážitky podmíněná změna osobnosti. Projevovala se různě – depresemi, pocity strachu, bolestmi hlavy, poruchami paměti, neurózou. Pozdní následky se objevovaly i po desetiletích.

Rádi bychom uhnuli s očima, ale není kam. Chtěli bychom zapomenout, ale nemůžeme. Co dělat s místem, kde se z kostí stávalo hnojivo a z lidských vlasů matrace? Co si počít na místě, kde vězňům vyprávěli vtipy, aby zjistili, jestli a kolik mají zlatých zubů? Co říci o místě, kde „anděl smrti“ Mengele zkoušel v rámci svých pokusů, kolik dní vydrží novorozeně bez mléka? Slovo holocaust pochází z řeckého pojmu úplně spálený a vztahuje se k obětování ohněm. Ale žádnou, byť sebeděsivější, oběť starověku nelze srovnat s vyhlazováním evropských Židů Němci v letech 1935-1945. Je to jedna z nejostudnějších epizod dějin lidstva. Němci se pokoušeli vyhladit řadu dalších etnických skupin, například Cikány nebo Slovany. Během asi 10 let zemřelo téměř 6 miliónů Židů masově a s nepopsatelnou krutostí v koncentračních táborech.

O Osvětimi je možné číst, mluvit, dívat se na dokumenty o ní, a také ji jet navštívit, aby člověk pochopil, co vlastně byla tato „továrna na smrt“. V dnešní době žijeme v relativním klidu a blahobytu. Tak proč řešit

minulost a válku? Odpovědí je pro mě věta **Zapomenout znamená nechat je znovu zemřít**. Nesmíme nikdy zapomenout, co se stalo. Proto je potřeba toto smutné dědictví lidstva připomínat i dalším generacím, abychom nikdy nezapomněli, co dokáže nenávist a válka, a co všechno napáchala nacistická ideologie. Tato otázka bude už navždy aktuální.

Článek napsala paní ředitelka Mgr. Iveta Bělovová

Fotografie Auschwitz II-Birkenau (Březinka) - vykládací rampa

Krematorium vedle plynové komory v Osvětimi - Auschwitz I

DO ZOO SE DÁ JÍT I V ZIMĚ

Byla středa a já jsem jela vlakem do Jihlavy. Do TyfloCentra Jihlava jsem se šla jen ohřát. Dnes jsem měla schůzku s dobrovolnicí.

Dobrovolnictví je tady od toho, aby nám postiženým zpříjemnilo každodenní trampoty. Dobrovolníci dělají něco pro svou praxi a my můžeme využívat jejich služeb třeba tak, že budeme chodit tam, kam se běžně nedostaneme, nebo dokonce i můžeme s nimi chodit

sportovat. Tohle dělám občas i já. V tomto roce jsme ale zatím zvolily s dobrovolnicí Ivou trochu jiný program.

Dnes jdeme do zoo. Zdá se vám to divné? Mě se taky zdálo zbytečné platit za výhledy na prázdné výběhy. Skutečnost mě ale překvapila. Ve výbězích bylo hodně zvířat. A ty, kterým byla zima, jsme mohly vidět v budovách přes sklo.

Začaly jsme v žirafinci. Byli tam jen dva žirafáci. Třetí se schovával. Ale ti dva vypadali celkem spokojeně. Potom se nám ukázaly lamy. Ty chladno mají i ve své domovině. Vždyť v Peru žijí i ve velkých nadmořských výškách. Potom mě překvapili klokani. A klokany asi překvapil sníh. Byli všichni nacpáni na místech, kde vykukovala holá zem. A bylo jí celkem málo. Venku byli i medvědi

V zoo bylo málo lidí. Všichni si v pohodě prohlíželi zvířata a mně se nikdo nemotal před fotoaparátem. Moc jsem nefotila, ale pár foteček mám. Protože náš čas byl omezený na dvě hodiny, musely jsme volit, kam se podíváme. Přes to si myslím, že to podstatné jsme viděly. Jediné, co mně dělalo trochu starosti, byly zmrazky. Ale to k předjaří patří. Jsou přece všude a Iva mně statečně přes ně pomáhala.Tohle počasí bylo jako dělané k takové návštěvě. První šimrání sluníčka nás nabilo tou nejlepší náladou a energií. Z Jihlavy jsem odjížděla spokojená. Tak že, zase příští týden...

Článek napsala klientka TC paní Ilona Ptáčková

PŘEDNÁŠKA MUDR. ZIMENOVÉ O GLAUKOMU A CUKROVCE

Dne 7. 2. 2017 do TyfloCentra zavítala paní doktorka Zimenová, která pracuje v Centru zdraví a životních podmínek - ve Státním zdravotním ústavu, regionální pracoviště pro Kraj Vysočina a zprostředkovala nám přednášku především o glaukomu a částečně také o cukrovce. To je téma, o kterém by se dalo hovořit několik hodin. Přednášky se zúčastnilo 11 klientů.

Přednáška se setkala s velkým ohlasem a proto nám paní doktorka Zimenová nabídla, že TyfloCentrum navštíví znovu a připraví pro naše klienty Den zdraví, kdy bude klientům měřit krevní tlak, z kapky krve zjišťovat hladinu cholesterolu, atd. Jejím hlavním stěžejním tématem je zdravý životní styl a výživa.

Tímto paní doktorce ještě jednou děkujeme za ochotu a čas strávený touto velmi přínosnou přednáškou.

Článek napsala paní Hanka Cabajová

OCHUTNÁVKA ČAJŮ

Je 1. února 10 hodin. Stojíme před domem, kde pan Kotrba nejen bydlí, ale i pracuje. Zvoníme, chvilka napětí, a už se otevírají dveře, a pan Kotrba nás zve dál. Přezouváme se do přezůvek, které jsme si přinesli, a jdeme po dřevěných, točitých schodech do suterénu

k šatně, kde jsme si odložili bundy. Pak jsme vešli dveřmi do místnosti. Na pravé straně byl koutek s barovým pultem, kde nám pan Kotrba připravoval čaje a po levé straně byly poličky s čaji od firmy Sonnentor. Prošli jsme kolem a posadili se na sedací soupravu a křesla.

Pan Kotrba začal připravovat 1. čaj na ochutnávku. Protože se luhoval 10 minut, využil čas a povídal o firmě, která čaje vyrábí. Dověděli jsme se například, že Sonnentor je česko-rakouská firma, která se zabývá převážně výrobou bio-čajů a bio-koření. Firma byla založena roku 1992 a nachází se v jihomoravské vinařské vesnici Čejkovice. Kvalita při výrobě čajů a koření vychází nejvíce z vlastního pěstování v ekologických rodinných zemědělských farmách. V současnosti firma úzce spolupracuje přibližně s 30 biofarmáři z celé České republiky. Vždy je znám původ surovin, ze kterých je sestaven každý z produktů.

Pan Jakubík, nám četl názvy čajů a jejich složení. První čaj, který jsme ochutnali, se jmenoval LEHČÍ NEŽ PÍRKO. Je to bylinný čaj - složení: kopřiva, černý bez - květ, citronová tráva, zelený oves, maté, kontryhel, růže - květ, slunečnice - květ a zázvor.

Následovala OVOCNÁ SYMFONIE, která obsahuje: šípek, ibišek, pomerančová kůra, kousky jablka, sušené jahody.

Fotografie z ochutnávky čajů u pana Kotrby. Zleva paní Marečková, pan Limberk, pan Vondra, pan Šopa, paní Bruzlová, paní Voráčková a pan Novotní. U baru pan Kotrba.

Pak to byl černý čaj s kořením se jménem NOCI V MARRÁKEŠI. Obsahoval: černý čaj, máta kadeřavá, skořice, badyán, máta peprná.

Poslední si pro nás pan Kotrba přichystal bylinný čaj s názvem KOUZELNÝ NÁPOJ kde je: ostružina – list, meduňka, lípa – květ, rozmarýn, mateřídouška, měsíček, chrpa – květ a růže – okvětí.

Také jsme si prohlídli ostatní prostory. Čaje nás přiměli, že jsme jako první navštívili WC. Pak jsme nakoukli do sauny, u které je bazén. Nakonec jsme navštívili masérnu. Bylo tam tlumené osvětlení a kromě masérského lůžka tam byl i sprchový kout a vířivka.

Většina z nás si zakoupila nějaký čaj s logem usměvavého sluníčka a rozloučili jsme se s hostitelem.

Ještě jednou děkujeme panu Kotrbovi za příjemně strávené dopoledne.

Článek napsala paní Jana Voráčková

BŘEZNOVÉ AKCE V TYFLOCENTRU JIHLAVA

9. 3. 2017 – CESTOPISNÁ PŘEDNÁŠKA S PANEM BLAŽÍČKEM

PAN BLAŽÍČEK JE VELKÝ DOBRODRUH, CESTOVATEL A TAKÉ VÁŠNIVÝ VYPRAVĚČ. NĚKTEŘÍ KLIENTI JIŽ MĚLI MOŽNOST SE O TOM PŘESVĚDČIT BĚHEM PŘEDEŠLÝCH DVOU PŘEDNÁŠEK. SRDEČNĚ VÁS ZVEME NA DALŠÍ BESEDU S PANEM BLAŽÍČKEM. PŘEDNÁŠKA NESE NÁZEV: NETRADIČNÍ SLAVENÍ VELIKONOC VE SVĚTĚ. CESTOVATEL JAN BLAŽÍČEK NÁS SEZNÁMÍ S RŮZNÝMI ZPŮSOBY SLAVENÍ VELIKONOC VE SVĚTĚ – OD TĚCH NEJDRSNĚJŠÍCH NA FILIPÍNÁCH AŽ PO TY POHODOVÉ NA ZAKARPATSKÉ RUSI. NEBUDOU CHYBĚT ANI AUTENTICKÉ FOTOGRAFIE.

ZAČÁTEK PŘEDNÁŠKY V 10:00 HOD. DOBRÉ BY BYLO PŘIJÍT O 30 MIN. DŘÍVE, ABYCHOM MOHLI OPRAVDU PŘESNĚ V 10:00 HOD. ZAČÍT.

PŘÍSPĚVEK ZA PŘEDNÁŠKU PRO PANA BLAŽÍČKA 50,-KČ.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 7. 3. 2017

15. 3. 2017 – DEN ZDRAVÍ

V RÁMCI DNE ZDRAVÍ NÁS NAVŠTÍVÍ MUDR. ZIMENOVÁ, KTERÁ NÁM PROVEDE MĚŘENÍ TÝKAJÍCÍ SE TLAKU, CHOLESTEROL A DALŠÍ …

AKCE SE BUDE KONAT NA ADRESE BRNĚNSKÁ 8 OD 13:00 HOD.

ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 13. 3. 2017

22. 3. 2017 – Turnaj ve zvukové střelbě

Přijďte se zúčastnit turnaje ve zvukové střelbě. Začátek turnaje v 10:00 hod. Těšit se můžete jako vždy na malé občerstvení.

Zájemce prosím o nahlášení účasti do 20. 3. 2017

28. 3. 2017 – Expozice České korunovační klenoty v Jihlavě

Od února do začátku dubna 2017 se v Hotelu Gustav Mahler koná výstava k výročí 670 let od korunovace Karla IV. českým králem. Výstava připomíná nejen samotnou korunovaci našeho nejvýznamnějšího panovníka, ale především fenomén Českých korunovačních klenotů ve formě mistrovské repliky nejhodnotnějšího českého pokladu.

Začátek prohlídky ve 13:00 hod. Sraz v TyfloCentru na Brněnské 8 ve 12:30 hod. Vstupné 45,-Kč.
Prohlídka bude komentovaná a bude také možnost osahat si pár vybraných exemplářů. Vodící pejsci jsou vítáni.

Zájemce prosíme o nahlášení účasti do 24. 3. 2017

31. 3. 2017– Trénink paměti

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 PROSÍME O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 29. 3. 2017

13. 3. 2017 A DÁLE 27. 3. 2017 – BRUSLENÍ

OD 11:30 HOD. DO 12:30HOD. NA HORÁCKÉM ZIMNÍM STADIONU V JIHLAVĚ. SRAZ V TYFLOCENTRU JIHLAVA NA BRNĚNSKÉ 8 V 11:00 HOD. S SEBOU SI VEZMĚTE BRUSLE. KDO BRUSLE NEMÁ, JE MOŽNOST SI ZA 50,-KČ BRUSLE ZAPŮJČIT. VSTUPNÉ NA LED ČINÍ 10,-KČ.

ZÁJEMCE PROSÍME O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI 5 DNŮ PŘED SAMOTNÝM BRUSLENÍM. JE TO Z DŮVODU ZAJIŠTĚNÍ DOPROVODU.

FOTOGRAFIE Z REALIZOVANÝCH AKTIVIT NALEZNETE NA WEBOVÝCH STRÁNKÁCH WWW.TYFLOCENTRUMJIHLAVA.CZ

BLAHOPŘÁNÍ

Všechno nejlepší přejeme těm, kteří slaví narozeniny v měsíci březnu

Dana Frühaufová

Jiří Hrdý

Jiří Burian

Filip Ráček

Eva Tručková

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

"Doktor mi řekl, že za týden budu chodit." "No a?" "Měl pravdu, musel jsem prodat auto, abych mu mohl zaplatit účty."

DÁRCI A SPONZOŘI

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