

# **STŘÍPKY Z JIHLAVY**

Časopis pro slabozraké a nevidomé



Fotografie z výletu do Luk nad Jihlavou podruhé: zleva Láďa L., praktikantka Ester Z., Olga P. se synem Adámkem, Hana C., Monika H., Hana D. s manželem, Petra K., Hana H. a Ruda V.

## Obsah:

|  |    |
|--|----|
| VÁŽENÍ KLIENTI, .....  | 3  |
| ZMĚNA ÚHRADY SLUŽBY .....                                      | 4  |
| VÝLET DO LUK NAD JIHLAVOU PODRUHÉ .....                        | 6  |
| SAGITTA .....  | 7  |
| KURZ ZÁKLADŮ SEBEOBRANY V PRAXI PRO<br>ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ ..... | 10 |
| KNIHY DO UŠÍ .....   | 14 |
| ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ .....                             | 15 |
| ZAJÍMAVOST .....   | 17 |
| NA MOSTĚ VZNIKNE PRUH PRO MHD .....                            | 18 |
| INDONÉSIE NA DOSAH .....                                       | 19 |
| IN – OUT .....   | 20 |
| NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON .....                                   | 23 |
| KAŽDÝ KROK POMÁHÁ .....  | 24 |
| PŮJČOVÁNÍ TANDEMOVÉHO KOLA.....                                | 26 |
| PRÁZDNINOVÉ AKCE V TYFLOCENTRU JIHLAVA..                       | 27 |
| BLAHOPŘÁNÍ .....   | 30 |
| DÁRCI A SPONZOŘI .....   | 31 |
| ČASOPIS VYDÁVÁ: .....  | 32 |

## **VÁŽENÍ KLIENTI, PŘÁTELÉ TYFLOCENTRA JIHLAVA,**

Vítáme Vás u dalšího, tentokrát prázdninového vydání časopisu Střípky z Jihlavy. Začínají letní prázdniny a pro mnohé z nás čas zasloužených dovolených a odpočinku. Nemusíte se bát, TyfloCentrum bude fungovat i v tomto čase a nebudou Vám tak odepřeny služby, na které jste zvyklí. Avšak ne vždy zastihnete v naší organizaci všechny pracovníky, neboť si budeme postupně čerpat dovolenou.

S ohlédnutím za červnovými akcemi si připomeňme přednášku od Sagitty, prostřednictvím pana Ing. Zámečníka jsme se také podívali do daleké Indonésie, a neopomněli jsme ani na sportovní aktivity, a zařadili jsme do akcí pěší túru do Luk nad Jihlavou, či další lekci kurzu sebeobrany. V červnu jste si také mohli rozšířit obzory kurzem zaměřujícím se na práci s MacBookem, který vedl pan Jakubík.

V červenci se můžete těšit na výstavu v Polné pod názvem „Řemesla trochu jinak“, a také se vypravíme na turistickou vycházku na Stvořidla. Snad nám bude počasí přát a výlety se vydaří.

Srpnové akce Vám včas zašleme na email, či v případě potřeby sdělíme telefonicky či osobně.

Přejeme Vám všem krásný letní čas, hodně sluníčka, odpočinku, načerpejte energii a sílu do dalších dní a týdnů, opatrujte se a budeme se opět těšit na společná setkání s Vámi.

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

## ZMĚNA ÚHRADY SLUŽBY

Jak již bylo předesíláno na informační schůzce, která se konala dne 27. dubna 2018, a dále v květnovém čísle časopisu Střípky z Jihlavy, **dochází od 1. 7. 2018 k navýšení úhrady za průvodcovskou a předčitatelskou službu.**

Průvodcovské a předčitatelské služby, poskytované dle §42 zákona č. 108/2006 Sb., jsou dle §75, odstavce 1, písmena d), zákona č. 108/2006 Sb. jsou poskytovány za úhradu. Cena je stanovena dle §8, odstavce 2 vyhlášky č. 505/2006 za skutečně spotřebovaný čas nutný k realizaci služby.

- Za poskytnutí průvodcovské a předčitatelské služby je určena úhrada ve výši 120,- Kč / hodinu.
- Účtováno bude po čtvrt hodinách, tj. 30,- Kč za každou započatou čtvrt hodinu služby.
- Krátkodobé jednorázové doprovody v malém rozsahu do 10 minut (např. z TyfloCentra Jihlava, o.p.s. na zastávku MHD) – 15,- Kč.
- Při poskytnutí průvodcovské a předčitatelské služby nad více jak 4 hodiny (celodenně) je úhrada stanovena na 500,- Kč.
- úhrada se provede vždy po poskytnutém úkonu

## **Formy úhrady služby zůstávají nadále stejné:**

- **Hotovostní platba** - probíhá ihned po skončení služby. Průvodce spočítá uživateli služby reálnou dobu doprovodu a vydá mu pokladní doklad na příslušnou částku.
- **Bezhotovostní platba (nově)** - pravidelné a předvídatelné doprovody u uživatelů, kteří tuto možnost mají uvedenou přímo ve smlouvě o PPS.
- Pokud uživatel služby **není schopen uhradit poplatek** za poskytnutou službu ihned po ukončení služby v hotovosti, je povinen tuto úhradu provést **do konce pracovního měsíce** na pracovišti TyfloCentra Jihlava, a to v hotovosti či bankovním převodem nebo poštovní složenkou.

## **Ceník dalších služeb pro uživatele TyfloCentra Jihlava, o. p. s.**

- Černobílé kopírování: 2,00 Kč za A4
- Černobílý tisk: 2,00 Kč za A4
- Barevný tisk tisk: 4,00 Kč za A4
- Tisk stránky v Braillově písmu na tiskárně : 5,00 Kč za A4

## VÝLET DO LUK NAD JIHLAVOU PODRUHÉ

Osmý červen byl jako malovaný pro pěší výlet. Vydali jsme se tedy s uživateli TyfloCentra na tradiční procházku do Luk nad Jihlavou. V ranních hodinách jsme se přiblížili k cíli autobusem MHD, ale naneštěstí se nám podařilo nastoupit do linky, která mířila na zastávku u Helenína. Nedalo se nic dělat, museli jsme vystoupit a vyslat průzkumníka, aby zjistil, kudy tudy na cyklostezku. Když byl terén obhlédnutý, vydali jsme se směrem ke kolejím s vizí krásné a klidné procházky. Už za kolejemi nás sráz vyvedl z omylu. Co teď? Napadlo nás.. Ještě, že jsou tu zdatní muži, a kočárek s malým Adámkem pomohou snést. To se také podařilo. Ti zdatnější postupně sestoupili na silnici, a ti méně zdatní si procházku prodloužili po kolejích. Koleje je zavedly na blízkou vlakovou zastávku, kde už byla cesta schůdnější. Když jsme se v pořádku a šťastni sešli pod kopečkem, už nás jen čekala naše vytoužená klidná procházka.

Výlet, který jsme naplánovali, byl rovněž za účelem soutěže, která probíhala do 16. června. Soutěž byla realizována oborovou zdravotní pojišťovnou, která vybrala tři soutěžící organizace a jednou z nich bylo právě TyfloCentrum. Motivací byla výhra v podobě finančních prostředků. Toť byla dobrá motivace nejen pro nás pracovníky, ale i pro naše uživatele, kteří chtěli pomoci k výhře.



Když jsme dorazili do Luk nad Jihlavou, naše procházka byla tradičně zakončena v místním restauračním zařízení v Kolniče. Jídlo bylo opravdu výborné. Všichni jsme se najedli k prasknutí. Bohužel, tlačil nás čas a my spěchali na autobus, abychom nemuseli cestu šlapat nazpět. Výlet se vydařil, a já věřím, že nás opět čeká co nevidět další skvělý výlet.

*Článek napsala slečna Kuncová*

## **SAGITTA POMÁHÁME VIDĚT TAM, KDE JINÍ NEMOHOU**

Kdo je SAGITTA?

Firma Sagitta je dlouhodobým dodavatelem lup a optických pomůcek do všech využitelných oblastí. Zaměřujeme se zejména na slabozraké lidi, průmysl, medicínu, kosmetiku, hobby atd.

SAGITTA poskytuje odbornou a poradenskou činnost při poskytování optických pomůcek pro zrakově postižené. Velmi dobře se osvědčily monokulární dalekohledové systémy a speciální lupy. Ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví byly některé lupy zařazeny do seznamu zdravotnických prostředků částečně nebo úplně hrazených na základě veřejného zdravotního pojištění.

Společnost Sagitta, spol. s r. o. realizuje 100 % prodeje výrobků výhradně přes oční optiky, což znamená, že nevyrábí zboží na sklad, ale vyrábí pouze na základě objednávky (receptu) a tím má zaručen 100% odbyt výroby.

Jako již tradičně i tento rok jsme přijmuli nabídku od pana Kachela z firmy Sagitta na prezentaci novinky z oblasti kompenzačních pomůcek. Jednalo se o speciální pomůcku OrCam MyEye 2.0, což je malé inteligentní zařízení v podobě brýlí. Určeno je jak pro nevidomé, tak částečně vidící uživatele. Vestavěná miniaturní a velmi lehká kamera čte okamžitě a nahlas texty z jakéhokoliv povrchu, rozpoznává tváře, výrobky, bankovky nebo barvy. Přístroj umí také rozpoznávat obličeje. Do jeho systému lze nahrát až 100 obličejů. Stačí, aby kamera nějakého člověka vyfotografovala a uživatel zařízení sdělil jméno. Při dalším setkání s ním pomůcka jméno řekne. Pokud se objeví lidé, kteří nejsou nahráni do systému, zařízení oznámí kolik lidí před uživatelem stojí a jakého jsou pohlaví. Kamera OrCam MyEye není větší než prst a přitom dokáže okamžitě přečíst jakýkoliv tištěný nebo digitální text (noviny, knihy, menu v restauraci, značky, obaly výrobků, obrazovky počítačů nebo telefonů. V reálném čase rozpoznává obličeje, identifikuje výrobky, bankovky, kreditní karty a další. Dokáže také rozpoznat jednoduchá gesta rukou. Díky všem těmto vlastnostem je ideální pro použití v práci, ve škole, doma nebo na cestách. Pokud je



uživatel nevidomý, stačí text pouze položit před sebe a zařízení ho začne číst automaticky. Když se uživatel pomůcky dotkne, signalizuje tím, že má přestat číst.

Pomůcku si mohli všichni uživatelé vyzkoušet a seznámit se s ní. Ze zpětné vazby víme, že většina uživatelů byla z pomůcky nadšená a velmi překvapena. Ještě před pár lety by se nikomu z nás o takové pomůcce ani nesnilo a nyní je to realita.

Samozřejmě, jak už to bývá s každou novinkou, jednou snad nevýhodou, kterou bychom jí mohli upřít, je její cena, která činí 134. 550,-Kč.

Děkujeme panu Kachelovi a jeho kolegovi za zprostředkování užitečných informací, za nabídku výborného občerstvení, a budeme se těšit na další příjemné pracovní setkání.

*Článek napsala paní Bc. Hančíková*



Nadační fond  
Českého rozhlasu



## **KURZ ZÁKLADŮ SEBEOBHRANY V PRAXI PRO ZRAKOVĚ POSTIŽENÉ**

Jedná se o projekt, který je realizován za pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška. Tento kurz probíhá již od března 2018 a bude probíhat až do prosince 2018.

Nápad na realizaci tohoto kurzu se zrodil v rámci rekondičního pobytu na Sykovci, který jsme realizovali na podzim roku 2017. Právě zde jsme realizovali první zkušební lekci sebeobhrany. Lektory byli pan Stanislav Vaněk a pan David Šťastný z klubu Gauner v Jihlavě. Protože se tato aktivita velice osvědčila a samotní uživatelé byli z této ukázkové lekce nadšeni, rozhodli jsme se najít možnost, jak tuto aktivitu rozšířit a zrealizovat tak pravidelné kurzy sebeobhrany. Právě díky pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška se nám to podařilo a nyní probíhá kurz sebeobhrany.

Cílem je, aby uživatelé projektu byli schopni využít techniky a strategie pro lepší psychickou pohodu a vyšší sebevědomí, které je pro ně velmi důležité v osobním

životě. Aby se uživatelé uměli zastat sami sebe a svých práv.

Dalším cílem je umožnit uživatelům zlepšování jejich fyzické kondice, což vede k lepšímu zdravotnímu stavu. Velmi důležité je také vzájemné setkávání uživatelů na zájmových činnostech a zvyšování sociálních kontaktů.

Kurz sebeobranu vede zkušený trenér pan Stanislav Vaněk. Pan Vaněk má více než 25letou praxi v bojových uměních. Především pak pracoval u Policie České republiky a dnes profesionálně školí profesní sebeobranu pro zájemce z řad Policie ČR. Lektor sám klade velký důraz na psychickou odolnost a fyzickou kondici s ohledem na zdravotní postižení a individuální možnosti každého jednotlivce. Přesto, že pan Vaněk nemá zkušenosti s nevidomými lidmi, snaží se každý trénink přizpůsobit na míru možnostem a schopnostem osobám nevidomým a slabozrakým. Při každém tréninku jsou navíc přítomni pracovníci TyfloCentra Jihlava, kteří pomáhají klientům s přesným dodržáním jednotlivých cviků dle pokynů lektora. Tréninky jsou opravdu akční a každý je aktivně zapojen. A jak vypadá takový trénink? Poslední trénink proběhl 22. června 2018. Na začátku tréninku proběhla rozcvička, dali jsme si pár koleček na rozběhání, poté následovaly výskoky, kdy při výskoku se udělala roznožka a rukama nad hlavou se tlesklo, poté jsme dělali prkno, což je v posledních letech velice populární cvik. Návod na tento cvik naleznete na konci tohoto článku. Po rozcvičce následovalo cvičení ve dvojicích, kdy se vždy jeden z dvojice pomalu přibližoval ke druhému z dvojice, mluvil na něj a on měl říci STOP ve chvíli, kdy už mu to bylo nepříjemné. Stop muselo být

řečeno důrazně, nahlas. Dále jsme ve dvojicích trénovali, jak se správně vymanit ze sevření útočníka, který nás chytí za zápěstí. Na konci tréninku jsme dostali navíc pár dalších typů, jak se chovat a jak postupovat v případě ataku jak fyzického, tak slovního na naši osobu.

## Cvik prkno

Tento cvik je primárně určen pro zpevnění břišních svalů a středu těla. Zde je návod, jak takový cvik cvičit. Prkno je statický cvik. Není spojeno se žádným pohybem. Hlavní je tedy držet tělo ve správné pozici.

Lehněte si na břicho na zem. Ohněte ruce v loktech na 90 stupňů a vzepřete se na nich. Tělo má tvořit přímou linii, od temene hlavy až po paty. Opírejte se pouze o předloktí a konečky prstů na nohách. Lokty jsou přesně pod rameny. Tělo držte co možná nejrovněji, břišní svaly stáhněte a nepovolujte. Snažte se zamezit prohnutí boků směrem k podlaze. Chodidla držte je vedle sebe. Udržet rovnováhu bude těžší, což ještě více zatíží břišní svaly. Mají být rovné a napnuté. Hýždě udržujte je napnuté od samého počátku až do konce cviku. Stažení hýžděových svalů zvyšuje aktivitu všeho ostatního svalstva.

To vůbec nejtěžší! Jestliže provádíte prkno správně, musí být oblast bederní páteře plochá. To znamená, že ji nesmíte ani vyklenovat ani prohýbat. Zkuste si představit, že ji máte pevně přitisknutou ke zdi. Břicho vtáhněte ho a potom už vtažené se snažte ho co nejvíc

přiblížit žebřům. V průběhu celého cviku držte břicho ve stejné poloze, ale nezadržujte dech.

Abyste neúměrně nezatížili ramena, musejí být lokty přesně pod ramenními klouby.

Cvik se provádí při výdechu a v pozici setrváme, dokud udržíme patřičné napětí svalů. Snažte se vydržet kolik můžete – pro začátek stačí i deset vteřin. Podle své kondice lidé obvykle udrží prkno od 10 vteřin do 2 minut. Pokud jste nováček, nesnažte se o žádné rekordy. Začněte raději s málem a každý den maličko přidávejte.

***Článek napsala paní Bc. Hančíková***



Nadační fond Českého rozhlasu, Vinohradská 12, 120 00  
Praha 2, IČ: 26419068, tel: 221 551 215, fax: 221 551 216  
e-mail: [granty@rozhlas.cz](mailto:granty@rozhlas.cz), [www.svetlуска.net](http://www.svetlуска.net), bankovní  
spojení: Komerční banka, a.s., číslo účtu: 99999 99999/0100

## KNIHY DO UŠÍ

### Miluji tě, nenávidím tě

**Žánr:** Literatura světová, Romány, Pro ženy

**Autor:** Christina Lauren

**Dostupné z:** Knihovna Hluboká Jihlava

V lásce a v práci je dovoleno vše. Carter a Evie se seznámí na trapném halloweenském večírku a okamžitě si padnou do oka. A ani fakt, že oba pracují na vysokých pozicích konkurenčních hollywoodských společností, nijak nezmenší jejich vzájemnou fyzickou přitažlivost. Když se ale jejich agentury sloučí a na dané pracovní pozici může zůstat jen jeden z nich, vše jde okamžitě stranou. To, co mohl být nádherný romantický vztah, se rychle promění ve válku bez pravidel. Může se Carter přestat snažit zalíbit se všem a prohlédnout hru své šéfové? Může Evie zkrotit svou soutěživou povahu, aby mohla konečně zjistit, co od života doopravdy chce? Mohou tito zamilovaní nepřátelé skončit jako šťastný pár, nebo to celé skončí katastrofou a minimálně jedním zlomeným srdcem?

## **ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ**

MPSV vydalo Úspornou kuchařku Ministerstvo práce a sociálních věcí dlouhodobě podporuje lidi v nouzi dodávkami potravin či základních hygienických potřeb. V rámci projektů „Potravinová a materiální pomoc nejchudším osobám I a II“ financovaných z EU byla rozdána pomoc za téměř 200 mil. Kč. Nyní ministerstvo vydalo Úspornou kuchařku. Ta má například lidem bez domova či matkám v azylových domech (tedy příjemcům pomoci) ukázat, jak z rozdávaných potravin připravit co nejpestřejší škálu pokrmů a zároveň suroviny hospodárně využít. Nápad na vznik Úsporné Kuchařky vzešel od těch, kteří pomoc potřebným rozdávají. Kuchařka, která vyšla v nákladu 3300 ks, obsahuje recepty na polévky, hlavní jídla, sladká jídla i pomazánky. Jsou zde také nejrůznější tipy a triky, třeba na to, jak skladovat zeleninu či ovoce, aby co nejdéle vydrželo, nebo které suroviny ukládat do horních pater ledničky a které naopak dolů. Na tvorbě kuchařky se podílela Slezská diakonie, Institut cirkulární ekonomiky, Sekce výživy a nutriční péče i lidé z iniciativy Zachraň jídlo. Různé kombinace potravin totiž přinášejí nejen pestrost, ale také zajistí jejich lepší využití, čímž se zamezí plýtvání. Příjemci potravinové pomoci jsou často maminky s dětmi v azylových domech nebo lidé bez domova. Kuchařku dostanou zdarma při odběru potravin v charitativních organizacích. Lidé v nouzi dostávají



základní potraviny (masové konzervy, těstoviny, rýži, cukr, olej, mouku, kojenecké výživy či přesnídávky pro děti apod.), hygienické potřeby (zubní kartáčky, pasty, šampóny, mýdla atd.), domácí potřeby (nádobí) či ošacení (šály a čepice v zimě apod.). MPSV v rámci projektů „Potravinová a materiální pomoc nejchudším osobám I a II“ dosud rozdalo 1 652 tun potravin za 103 milionů korun, hygienické potřeby v hodnotě 52 milionů korun, domácí potřeby za 8 milionů korun a textil za přibližně 12 milionů korun. Kuchařka stála 75 tis. Kč. Projekty jsou financované z Fondu evropské pomoci nejchudším osobám a ze státního rozpočtu. Jsou zaměřeny na osoby bez domova, osoby ohrožené ztrátou bydlení, materiálně deprivované rodiny s dětmi, neúplné rodiny s nízkou pracovní intenzitou a další osoby ve vážné sociální nouzi.

Kuchařku si lze také stáhnout v elektronické podobě na tomto odkazu:

[https://www.mpsv.cz/files/clanky/33585/Usporna\\_kuchar\\_ka.pdf](https://www.mpsv.cz/files/clanky/33585/Usporna_kuchar_ka.pdf)

a nebo Vám ji můžeme zaslat v případě žádosti na Vaši e-mailovou adresu. S žádostí se obračejte na e-mail:

[hancikova@tyflocentrumjihlava.cz](mailto:hancikova@tyflocentrumjihlava.cz)

## ZAJÍMAVOST

Jihlavské pověsti a staré příběhy ožívají v nové knize. I o Bílé paní či mincmistrovi. Starobylé město, jehož historie je psaná stříbrným písmem, oplývá spoustou povídek, příběhů a historek. Některé z jihlavských příběhů, které jsou už téměř zapomenuté, připomíná nová kniha. Tu doplňují také ilustrace. Mincmistr, Ropucha, Bílá paní nebo Černý pes z Českého mostu. Pověsti z Jihlavska si lze přečíst v nové knize mladého studenta archivnictví Václava Nečady z Dušejova.

„Kniha obsahuje několik líčení ze staré Jihlavy od Marie Lang, autorky básní a vyprávění týkajících se Jihlavy. Dále jsou zde otištěny dva úryvky z knihy Heimat im frühen Licht, v které vzpomíná spisovatel Karl Hans Strobl na dětství v Jihlavě. Je v ní také převyprávěno několik pověstí z jihlavského jazykového ostrova, zachycených jihlavským historikem Antonem Altrichterem v jeho knize Aus dem Schatzberg,“ přiblížila Eva Valentová, vedoucí magistrátního oddělení cestovního ruchu.

Autor knihy se zajímá o historii již od mládí, zaměřuje se na pověsti z míst svého okolí, zvláště pak z krajiny kolem svého domovského Dušejova a Vyskytné nad Jihlavou. Knihu ilustrovala Kristýna Seidlová.

Kniha Pověsti a příběhy z Jihlavy a okolí je k dostání v Turistickém informačním centru v radnici za 199 korun.

## **NA BRNĚNSKÉM MOSTĚ VZNIKNE PRUH PRO MHD**

Upřednostnit MHD v ulicích je trend ve světových metropolích i v Jihlavě. Nový pruh vyhrazený pro trolejbusy a autobusy MHD vznikne na Brněnském mostě a povede kolem obchodního centra Citypark směrem k jihlavskému náměstí. Kvůli úpravám bude nutné i částečně rozšířit Hradební ulici.

Podle plánů jihlavské radnice na mostě přibude nový pruh pro přednostní jízdu MHD. Prostor vyhrazený pouze pro vozy hromadné dopravy osob povede ve směru od křižovatky Kosovská - Hradební ke křižovatce Hradební – Znojemská. Bude se jednat o zatím nejdelší souvislý úsek vyhrazených jízdních pruhů o délce asi 600 metrů. Už z mostu bude vycházet vyhrazený BUS pruh, který povede průběžně přes zastávku Na Brněnském mostě a dále až na křižovatku Hradební a Znojemské ulice. Pruh povede k odbočení vpravo. Řidiči, kteří budou chtít jet vpravo na náměstí, odbočí do prodlouženého odbočovacího pruhu v místě ukončení BUS pruh před křižovatkou. Kvůli úpravám bude nutné rozšířit část silnice, vybudovat nový chodník a opěrné zídky i pokácet několik stromů. A také přemístit sloupy trolejbusového vedení. Upravit se bude muset také semafor, který umožňuje výjezd ze City parku na

Hradební ulici. Radnice chce nový pruh vybudovat v době rekonstrukce Brněnského mostu, dokud je v ulici slabší provoz, tedy do konce října.

## **INDONÉSIE NA DOSAH**

Dne 20. června nám přijel udělat přednášku pan Ing. Petr Zámečník, který u nás v TyfloCentru Jihlava působí jako odborník přes finance, v rámci projektu Finanční svoboda. Pan Zámečník měl připravenou přednášku o Indonésii, a jelikož má vřelý vztah k této zemi, jeho přednáška byla velice výživná. Pan Zámečník sebou přivezl i svoji manželku, která pochází právě z Indonésie. S manželkou vyprávěli o místní kultuře, tradicích, jak se obyvatelům Indonésie žije, a rovněž poukázali na přírodu, která bohužel v tuto dobu hodně strádá. Mluvili totiž o strastech místních, kteří se musí poprat s vlnou plastů, který zamořuje oceán a právě zmiňovanou přírodu.

Přednáška byla také zaměřena na finanční oblast. Pan Zámečník mluvil o zdravotnictví, sociální sféře a zmínil také, kolik zde co stojí, a jakou finanční částku si mohou lidé vydělat v různých pracovních oborech. Velice zajímavá byla ukázka místní měny. Mohli jsme si prohlédnout jednotlivé bankovky, a kdo měl zájem, dostal na památku dárek v podobě mince 500 Rupiah.

Ke konci pan Zámečník s manželkou odpovídali na různé dotazy a bylo vidět, že jsou všichni potěšeni z celé přednášky. Myslím, že jsme se dozvěděli spoustu zajímavostí. Přednáška byla opravdu výborná. My tímto děkujeme panu Zámečníkovi a jeho manželce a přejeme hodně spokojenosti do života.

*Článek napsala slečna Kuncová*

## **IN – OUT**

### **Mimonet, hejtr, FSB...Víte, co znamenají tato slova?**

Ty jsi ale hejtr. Pokud vám to někdo řekne, není to nic moc. Hejtr totiž hejtuje. A dát někomu hejt v mluvě lidí žijících v současném virtuálním světě znamená, že někoho kritizuje, negativně hodnotí, poučuje. Je to počeštěná verze anglického hate, tedy nenávidět. Tak jaká podivuhodná slova je ještě dobré znát?

Starší generace někdy říká, že mladí používají podivná slova, často převzatá z angličtiny a různě zkomolená. Zkrátka, že češtinu ničí. Jenže zkusme se na to podívat z jiné stránky. Mnozí jazykovědci se naopak přiklánějí k názoru, že vzniká spousta legračních a pozoruhodných slov, která paradoxně naši mluvu obohacují. Důkazem toho je internetový slovník Čeština 2.0, který založil bývalý novinář Martin Kavka, kterého zajímá, co je v českém jazyce nového. A nového tam je hodně,

zejména v posledních letech, kdy do něj proniká už zmíněná angličtina a výrazy z internetu.

Tak nám tu například vznikl výraz telešlofing. Čím dál častěji se tak označuje zdřímnutí si u televize. Do stejné nové kategorie patří třeba slovo mimonet. Tak bývá označován člověk, který úporně odolává lákadlům internetu, nemá ani chytrý mobil, zkratka je off-line, ne on-line.

Pěkné je i slovo biopren. Tak se prý nyní nazývají tukové zásoby, název vznikl jako přírodní alternativna k neoprenu, protože tukové zásoby prý stejně chrání plavce před chladem. Používá se například ve smyslu: Ne, netloustnu, jen si zadělávám na biopren.

Dalším důkazem, že Češi jsou vtipní, vynalézaví a se svým jazykem si rádi hrají, je další nové slovo ve slovníku a to FSB. Jedná se označení o určité skupině žen, jde o zkratku slov fitko solárko blondýna. Slovník uvádí, že takto jsou označovány ženy libovolného věku vyznačující se vysportovaným tělem, silným opálením se solária a odbarvenými vlasy.

Žen se týká i výraz dukátová buchtička. Tak nyní mladí muži označují dívky, které se nechávají vydržovat bohatými partnery.

Zatímco v internetovém slovníku jde především o zábavu. Jeho součástí je i žebříček nových slov, která Češi nejvíce oceňují, která jim připadají nejvíce vtipná.

Je to poněkud čtení pro otrlejší povahy, nicméně tady je v současnosti nejúspěšnější první trojka.

1. Čvančary. Název pro velké ženské přednosti nazvaný podle pěkného poprsí herečky Jitky Čvančarové.

2. Mít virózu jako z praku. Zkratka, být opilý, narážka na to, že prezident Zeman svou indispozici, kterou řada lidí vyhodnotila jako opilost, zdůvodnil virózou.

3. Milošekunda. Jednotka vulgarity veřejného projevu ústavního činitele. Inspirací zde byl rovněž pan prezident, který tento vulgární výraz použil v souvislosti se skupinou Pussy Riot v rozhlasovém pořadu Hovory z Lán.

Každopádně není třeba zoufat, když uslyšíme slovo, kterému nerozumíme a už vůbec ne tvrdit, že mladší generace češtině škodí. Nová slova vznikala ve všech dobách. V té současné jejich vzniku nahrává hned několik faktorů, od nových internetových výrazů až po vyjádření některých politiků. Zkratka, inspirace je hodně.



## **NEBUĎTE OFF — BUĎTE ON**

### **Beseda s evangelickým farářem Filipem Boháčem**

- Kdy: 2. 7. 2018 15:00, zdarma
- Kde: Smetanovy sady

### **Beseda s řeholní sestrou Angelikou Ivanou Pintířovou**

- Kdy: 11. 7. 2018 13:00, zdarma
- Kde: Smetanovy sady

### **VINÁRNA POD ŠIRÝM NEBEM II**

- Kdy: 12. 7. 2018 18:00,
- REZERVACE NA TEL. 775 570 360.
- Kde: Masarykovo náměstí

### **DŘEVOŘEZÁNÍ VE MĚSTĚ TŘEŠŤ**

- Adresa: Třešť, náměstí T. G. Masaryka
- Termín: 5. 7. 2018 až 6. 7. 2018, zdarma

### **VYSOČINA FEST 2018**

- 05.07.2018 15:30 - 08. 7. 2018
- Třídenní multižánrový festival v srdci Jihlavy

### **S INSTRUKTOREM V PARKU ZDARMA**

- 09.07.2018 10:00 - 29.09.2018 15:00
- každé pondělí od 10:00 a ve čtvrtek od 14. hodin
- Šedesátiminutové cvičení odstartuje vždy u dětského hřiště v parku Skalka

## KAŽDÝ KROK POMÁHÁ

Asi každý z Vás ví, že se od 19. 5. 2018 do 16. 6. 2018 konala soutěž „Každý krok pomáhá“, kterou pořádala Oborová zdravotní pojišťovna.

Dne 16. 6. 2018 proběhla u Českého mlýna v Jihlavě poblíž cyklostezky akce Oborové zdravotní pojišťovny, kde se zároveň vyhlášovaly výsledky soutěže „Každý krok pomáhá“. Naše organizace TyfloCentrum se nakonec umístila na třetím místě. Podpořilo nás úctyhodných 760 hráčů, a celkem jsme nachodili 188 425 400 kroků. Získali jsme tedy 10 000 Kč. Děkujeme dobrovolnici Ivaně Hrabákové, a klientce Iloně Ptáčkové a kolegyni Janě Voráčkové za vzornou reprezentaci činnosti TyfloCentra Jihlava. To ale není všechno - stalo se nečekané - při vyhlásování výsledků prvního místa, které obsadila organizace Medou z Humpolce, paní ředitelka Mgr. Žaloudková vystoupila s tím, že by nám ráda z jejich výhry darovala 10 000 Kč, abychom měli všichni stejně. Nakonec máme všichni 20 000 Kč. Děkujeme Medou za toto krásné gesto, které je neskutečně lidské a je znakem solidarity a sounáležitosti všech dobrých lidí. Velmi si toho vážíme a děkujeme! Peníze budou použity na dobrou věc - půjdou na rozvoj sociálních služeb a především na nákup kompenzačních pomůcek pro naše klienty! Největším poselstvím soutěže se nakonec stalo, že vítězové jsme všichni, a nikdo není poražený....Ještě jednou srdečné díky Medou a všem

úžasným lidičkám, kteří nás podpořili svými kroky!!!  
Děkujeme také Oborové zdravotní pojišťovně a její  
ředitelce paní Němcové za zorganizování této úžasné  
akce, na kterou budeme velmi rádi vzpomínat!



Na fotografii paní ředitelka TyfloCentra Jihlava, o.p.s.  
Mgr. Iveta Bělovová Dolejší při přebírání šeku na  
10.000,-Kč.

## **PŮJČOVÁNÍ TANDEMOVÉHO KOLA**

Pro všechny zájemce z řad klientů má TyfloCentrum připraveno k zapůjčení tandemové horské kolo (dvojkoľo) značky Mrázek. Velikost je univerzální (tedy na všechny výšky postavy).

Kolo je možné využít buď na jednorázové akce, nebo si je pronajmout dlouhodobě.

Před zapůjčením je nutné sepsat s ředitelkou či zástupkyní TyfloCentra Jihlava výpůjční smlouvu a složit vratnou kauci (informace o její výši i o půjčovném naleznete v ceníku služeb uvedeném níže či na webových stránkách [www.tyflocentrumjihlava.cz](http://www.tyflocentrumjihlava.cz). Je také vhodné si dopředu ověřit, zda není kolo v danou chvíli půjčeno.

### **Půjčovné :**

150,- Kč/den

300,-Kč/víkend

150,-Kč/každý další den

**Vždy bude vybrána vratná kauce: 3.000,- Kč**

## **ČERVENCOVÉ AKCE V TYFLOCENTRU JIHLAVA**

**11. 7. 2018 – VĚCI NE-VÍDANÉ**

Výstava v Polné – Městské muzeum Polná pořádá ve spolupráci s TyfloCentrem Jihlava, o.p.s. výstavu zaměřenou na stará řemesla. Výstava „Řemesla trochu jinak“ - dotýkat se vystavených exponátů je dovoleno. Výstava probíhá od 15. 6. 2018 – 2. 9. 2018. Skupinová prohlídka výstavy proběhne dne 11. 7. 2018. Odjezd z Jihlavy do Polné v 9:17 hod. z autobusového nádraží. Sraz v hale na autobusovém nádraží v 9:00 hod. Předpokládaný odjezd z Polné ve 14:00 hod.

**ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI do 9. 7. 2018**

**18. 7. 2018 – PIVO JAKO ŠPERK**

Pivo k létu neodmyslitelně patří, proto jsme se rozhodli pro Vás připravit výlet do Humpolce do rodinného pivovaru Bernard.

Odjezd z Jihlavy do Humpolce v 10:50 hod. Sraz v hale na autobusovém nádraží v 10:30 hod. Po příjezdu do Humpolce bude následovat oběd a po 13:00 hod. bude následovat exkurze s ochutnávkou. Chcete vidět, jak vypadá pivovar po rekonstrukci? Jak vypadá technologie vaření piva? Historie pivovaru?

To vše se dozvíte a uvidíte při komentované prohlídce, která je bezbariérová.

Samozřejmostí je ochutnávka aktuálně navařených druhů piva. Cena na osobu je 150,-Kč. Předpokládaný odjezd z Humpolce v 14:45 hod.

### **20. 7. 2018 – KURZ SEBEOBDRNY**

Ve spolupráci s profesionálním lektorem panem Stanislavem Vaňkem proběhne další lekce sebeobrany. Trénink bude probíhat v Sk Jihlava - Gauner Club, Okružní 4628/2 od 14:00 hod. Příspěvek na lekci bude činit 50,-Kč. Sraz v TyfloCentru Jihlava, o.p.s. na Brněnské 8 v 13:15 hod - NEJPOZDĚJI. S sebou budete potřebovat: sportovní oblečení, dále pohodlnou sálovou pevnou obuv s čistou podrážkou, s sebou si také můžete vzít ručník, pití. Tento kurz sebeobrany podpořil finančně nadační fond Českého rozhlasu Světluška.

**ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI DO 18. 7. 2018**

### **25. 7. 2018 – POSÁZAVSKÝ PACIFIK**

Pěší výlet ze Smrčné na Stvořidla. Celková délka trasy 4km. Odjezd z Jihlavy v 9:22 hod. z hlavního vlakového nádraží, přestup v Havlíčkově Brodě a ve Světlé nad Sázavou. Sraz na vlakovém nádraží v Jihlavě v 9:00 hod. Ze Smrčné bude následovat pěší 4 km procházka na Stvořidla, kde si budete moci opéct buď špekáčky,

anebo si v místním pohostinství dát nějakou dobrůtku. Špekáčky si prosím vezměte s sebou. Odjezd ze Stvořidel vlakem v 14:26 hod. opět s přestupy ve Světlé nad Sázavou a Havlíčkově Brodě. Předpokládaný návrat v 15:42 hod. do Jihlavy.

**ZÁJEMCE PROSÍM O NAHLÁŠENÍ ÚČASTI NEJPOZDĚJI  
DO 23. 7. 2018**



## **BLAHOPŘÁNÍ**

Všechno nejlepší přejeme těm, kteří slaví narozeniny  
v měsíci červenci a srpnu

Adéla Bodišová

Petra Limberková

Eliška Polanská

Patrik Šanda

Václav Červenka

Ilona Ptáčková

Ondřej Smejkal

Miluše Dvořáčková

Miroslav Lacina

Martin Suchý

Barbora Tesková

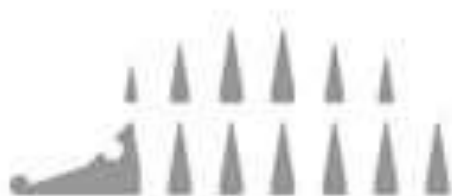
Dagmar Kvardová

K narozeninám je tu od nás na podporu Vašeho zdraví  
jeden z nejnovějších vtipů. Neboť smích léčí☺

*Proč jsou v nemocnici neustále narvané čekárny?*

*Protože čas zahojí všechny rány.*

## DÁRCI A SPONZOŘI



S podporou statutárního  
města Jihlavy



OA, SZŠ a SOŠS JIHLAVA

## 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](mailto:jihlava@tyflocentrumjihlava.cz)

[www.tyflocentrumjihlava.cz](http://www.tyflocentrumjihlava.cz)