Kontakt

září 2017

[Úvodní slovo 2](#_Toc492446242)

[Akce na měsíc 2](#_Toc492446243)

[Léto v TyfloCentru 2](#_Toc492446244)

[Akce na měsíc září 2](#_Toc492446245)

[Pravidelné akce 4](#_Toc492446246)

[Akce jiných institucí 5](#_Toc492446247)

[Kavárna POTMĚ v Ostravě 5](#_Toc492446248)

[Sbírka Světluška 5](#_Toc492446249)

[Tipy na zvukové knihy 5](#_Toc492446250)

[Doprava 7](#_Toc492446251)

[Krátce z dopravy 7](#_Toc492446252)

[Aleš informuje 8](#_Toc492446253)

[Společenská rubrika 8](#_Toc492446254)

[Blahopřání jubilantům 8](#_Toc492446255)

[Bumpony 8](#_Toc492446256)

[Pro mlsouny 8](#_Toc492446257)

[Rajčata 8](#_Toc492446258)

[Můj domácí kečup z trouby 9](#_Toc492446259)

[Rajčatové čatní 10](#_Toc492446260)

[Rajčata v soli 11](#_Toc492446261)

[Významné dny 11](#_Toc492446262)

[Trénink paměti 14](#_Toc492446263)

[Přiřazování přídavných a podstatných jmen 14](#_Toc492446264)

[Řešení z minulého čísla 15](#_Toc492446265)

[Kontaktní údaje 16](#_Toc492446266)

[Služby TyfloCentra podporují 17](#_Toc492446267)

Úvodní slovo

Milí klienti,

v zářijovém Kontaktu přináším informace o tom, kdy začne který klub. Pozor u plavání nastala změna – začíná se už ve tři hodiny. Také bych vás ráda upozornila na říjnovou akci – Autem naslepo.

Kamila Rojáková

Akce na měsíc

Léto v TyfloCentru

S prázdninami jsme se rozloučili u lišky Bystroušky na Hukvaldech.

Akce na měsíc září

2. 9. sobota

8:15 – 16:00 turistický klub – z Javorového do Řeky

Pojedete vlakem ze Svinova v 8:23 do Třince a poté z Třince autobusem MHD do Oldřichovic s příjezdem v 10:25.

Sraz bude ve Svinově před pokladnami v 8:10.

Na Javorový vyjedeme lanovkou. Cena lanovky pro osobu 70 Kč.

Délka trasy celkem cca 9 km.

Je nutné, aby zrakově postižení turisté měli svého průvodce.

16. 9. sobota

8:45 – 16:00 turistický klub – z Kunčic pod Ondřejníkem do Čeladné

Pojedete vlakem ze Středu v 8:57 do Kunčic pod Ondřejníkem s příjezdem v 10:01.

Sraz bude na Středu před pokladnami v 8:45.

Délka trasy celkem cca 7 km.

Je nutné, aby zrakově postižení turisté měli svého průvodce.

Zájemci přihlaste se do čtvrtku 14. září 2017 u Michala Štefanoviče.

19. 9. úterý

9:00 – 11:00 výtvarné tvoření

Pomocí ubrouskové techniky budeme zdobit různé předměty.

Přihlášky zasílejte Petře Ďurkové do pondělí 18. září.

20. 9. středa

12:30 – 16:00 Loučení s létem

Letos se s námi léto rozloučilo o něco dřív, než jsme čekali. My se s létem rozloučíme o hodinu dřív než obvykle, a to tradičním grilováním ve vinárně Sklípek na Vřesině. Sraz je ve 12:30 na tramvajové zastávce Vřesinská. 12:36 má odjezd tramvaj číslo 5, kterou pojedeme na zastávku Vřesina. Pokud tramvaj nestihnete, za půl hodiny jede další. Sejdeme se ve Sklípku.

Přihlášky zasílejte Kamile Rojákové do pondělí 18. září 2017. Podle počtu přihlášených nakoupíme klobásy. Když si nejste jistí, zda přijdete, raději se nahlaste – klobásy navíc nevadí :-)

21. 9. čtvrtek

9:00 – 12:00 Technické muzeum Petřvald

V Petřvaldu navštívíme další haptickou výstavu Muzea Těšínska. Letošní je o včelách a jmenuje se Dotkni se přírody - Včely

Podrobnosti exkurze budou zaslány emailem přihlášeným. Přihlášky zasílejte Kamile Rojákové do pondělí 18. září.

25. 9. pondělí

14:30 – 16:00 PC klub

V zářijovém PC klubu si ukážete mobilní verzi Knihovny digitálních dokumentů SONS ČR.

Zájemci přihlaste se do pátku 22. září 2017 u Michala Štefanoviče.

30. 9. sobota

6:45 – 18:00 turistický klub – Dlouhé Stráně

Pojedeme vlakem ze Svinova v 7:01 do Koutů nad Desnou s přestupem v Olomouci. Příjezd do Koutů v 10:06.

Sraz bude ve Svinově před pokladnami v 6:45.

Délka exkurze dolní a horní nádrže s dopravou autobusem je 3 hodiny.

Cena exkurze pro ZTP/P je 170 Kč a průvodce zdarma. Senioři nad 63 let platí 170 Kč.

Akce je plně obsazena.

Chystáme na říjen:

V sobotu 7. října si můžete přijít zajezdit autem na staré letiště v Mošnově. Podrobnosti po přihlášení. Přihlášky zasílejte Petře Ďurkové do pondělí 25. září 2017.

Pravidelné akce

JAZYKOVÉ KLUBY

Pokud máte zájem navštěvovat naše bezplatné kluby angličtiny a němčiny, přihlaste se Kamile Rojákové.

V angličtině se můžete zařadit mezi začátečníky, mírně pokročilé nebo pokročilé.

Klub německého jazyka a angličtinu pro pokročilé opět povede Markéta Poštulková.

Předběžný rozvrh:

pondělí 13:00 – 14:00 angličtina – začátečníci

středa 13:00 – 14:00 angličtina – mírně pokročilí

středa 13:00 – 14:00 angličtina – pokročilí

středa 14:00 – 15:00 němčina

Výuka začíná v týdnu od 11. září 2017.

Těší se na Vás Kamila Rojáková a Markéta Poštulková

PLAVÁNÍ

Začínáme 8. září 2017 nově v čase od 15:00 do 16:00, přihlášky zasílejte Petře Ďurkové.

PONDĚLÍ

13:00 – 14:00 Klub angličtiny – začátečníci

14:30 – 16:00 Klub uživatelů výpočetní techniky (poslední pondělí v měsíci)

ÚTERÝ

9:00 – 11:00 Výtvarné tvoření (druhé úterý v měsíci)

STŘEDA

13:00 – 14:00 Klub angličtiny – mírně pokročilí

13:00 – 14:00 Klub angličtiny – pokročilí (každý lichý týden)

14:00 – 15:00 Klub němčiny

PÁTEK

15:00 – 16:00 Plavání

SOBOTA

8:00 – 16:30 Turistický klub (1x za 3 týdny)

Akce jiných institucí

Kavárna POTMĚ v Ostravě

I letos vás nevidomí kavárníci provedou bezpečně světem tmy a cestou si vychutnáte osvěžující nápoje, chutnou zmrzlinu, nebo výtečnou kávu. V Ostravě najdete autobus kavárny před OC Forum Nová Karolina od 22. do 24. září 2017.

Zdroj: [rozhlas.cz/svetluska](http://www.rozhlas.cz/svetluska/megapromo/_zprava/kavarna-potme-uz-pro-vas-chysta-tmu-a-cernocerne-obcerstveni--1701902)

Sbírka Světluška

V září od 11. do 15. vyletí do ulic opět tisíce dobrovolnických Světlušek s pokladničkami ve tvaru lucerny. Přispějte jim, kupte si tykadla, peněženku nebo třeba kartáček, a pomůžete Světlušce rozsvítit svět nevidomých.

Zdroj: [rozhlas.cz/svetluska](http://www.rozhlas.cz/svetluska/portal/)

Tipy na zvukové knihy

Audioknihy i zvukové knihy si můžete vypůjčit v Moravskoslezské vědecké knihovně. Pokud jste zdaleka, můžete si zvukové knihy stáhnout ze stránek Macanovy knihovny.

Loď v Bretani

autor: Marta Davouze

čte Daniela Kolářová

nakladatelské číslo: MP5917

Po bestselleru Dům v Bretani, který vyvolal velký ohlas u čtenářů, přichází autorka s dalšími příhodami ze svého bretaňského domova, ze svých cest do Česka a z dovolených po Evropě. Jako obvykle jsou její historky zábavné, mísí se v nich laskavý humor se sarkastickými postřehy, přičemž nešetří nikoho, ani sebe. Jednu kapitolu pojala ve formě fiktivního interview pro tisk. Odpovídá v něm na nejčastější dotazy, které jí její publikum klade, text však obsahuje i hlubší reflexe o lidském bytí.

Knihovna Wiking Biblio (MP3): <https://biblio.ktn.cz/biblio/catalog/26779>

Prolitá krev

autor: Åsa Larsson

čte Jana Stryková

nakladatelské číslo: MP5918

Je svatojánská noc a celá země slaví letní slunovrat. V Jukkasjärvi, vesničce blízko Kiruny, je nalezena mrtvá farářka z místní farnosti Mildred Nilssonová. Kdosi ji ubil a její tělo pověsil pod kostelní varhany. Znovu se vracejí vzpomínky na případ zavražděného kněze Viktora Strandgårda. Rebecka Martinssonová během té doby prožila bezesporu nejhorší chvíle svého života. Byla nucena v sebeobraně zastřelit tři osoby, avšak kolaps přichází až nyní. Její šéf, ve snaze zabránit jejímu zhroucení, ji pošle s kolegou do Kiruny. Rebecka se zde setká s farářem Stefanem Wikströmem, Mildrediným nástupcem. Objeví tajnou schránku s výhrůžnými dopisy adresovanými zavražděné farářce a pochopí, jaké nenávisti musela ta žena vzdorovat při svých aktivitách na pomoc ženám v tísni. Inspektorka Anna-Maria Mellaová přeruší mateřskou dovolenou a vydá se po stopách vraha. Pak najednou zmizí farář Wikström a situace se vyhrocuje.

Knihovna Wiking Biblio (MP3): <https://biblio.ktn.cz/biblio/catalog/26778>

Knihovna KDD (text): <http://www.kdd.cz/index.php?page=detail&id=24516>

Rudý kapitán

autor: Dominik Dán

čte Martin Stránský

nakladatelské číslo: MP5860

Při rekonstrukci starého hřbitova objevili dělníci v jedné z rakví lebku, do níž byl vražen velký hřeb. Bylo jasné, že nebožtík zemřel násilnou smrtí. Na místo hrůzného nálezu byli přivolání detektivové z oddělení vražd - začínající Richard Krauz a zkušený Eduard Burger. Kolotoč vyšetřování se roztočil. Detektivové záhy zjišťují, že nebožtíkem je bývalý kostelník z kostela svaté Barbory. Vyšetřování však probíhá k nelibosti všech - vyšších míst i církve samé. Proč? Krauz s Burgerem i přesto pokračují v pátrání.

Knihovna Wiking Biblio (MP3): <https://biblio.ktn.cz/biblio/catalog/26780>

Knihovna KDD (text): <http://www.kdd.cz/index.php?page=detail&id=33687>

Paklíč

autor: Eduard Fiker

čte Václav Knop

nakladatelské číslo: MP5848

Známý spisovatel detektivních románů přináší tentokrát se zajímavou zápletkou i veselou zábavu při sledování komplikací, které nastanou panu Ludvovi Lácemu, autoru 321 detektivek, jeho ženě Lole a policejnímu inspektorovi Kamilu Čepelákovi. Tito hrdinové jdou zachránit Lácovu víkendovou vilu od loupeže, jejíž plán byl přece jen předem vyzrazen, ačkoliv pečlivě připravován pražským zločineckým podsvětím.

Knihovna Wiking Biblio (MP3): <https://biblio.ktn.cz/biblio/catalog/26768>

Knihovna KDD (text): <http://www.kdd.cz/index.php?page=detail&id=33528>

Lovec králíků

autor: Lars Kepler

čte Václav Knop

nakladatelské číslo: MP5846

Šestý díl série o komisaři Joonu Linnovi. Mistr thrilleru Lars Kepler je zpět s novým strhujícím příběhem o komisaři Joonu Linnovi. Joona Linna sedí už dva roky ve vězení s vysokou ostrahou. Nyní ho však odvezli na tajnou schůzku. Po vraždě švédského ministra zahraničí totiž policie potřebuje, aby jí pomohl vypátrat a zastavit pachatele, který nejspíš plánuje další vraždy v politických kruzích. Policie pracuje s verzí teroristického pozadí případu, Joona však tuší, že oběti, kterých bude brzy přibývat, spojuje cosi jiného... On i Saga Bauerová musejí pracovat v utajení a proti rozkazům svých nadřízených, aby vraha zastavili dřív, než bude příliš pozdě. Hříčka osudu nečekaně postaví do centra dění populárního kuchaře Rexe Müllera. Ten má v úmyslu poprvé se postarat o svého syna Sammyho, kterého dosud zanedbával. Avšak místo tří týdnu poklidného soužití je čeká děsivý boj o život. Až se z vašeho telefonu ozve dětský hlas odříkávající básničku o deseti malých králících, dejte se na útěk, protože právě tu před smrtí slyšely všechny oběti Lovce králíku.

Knihovna Wiking Biblio (MP3): <https://biblio.ktn.cz/biblio/catalog/26766>

Knihovna KDD (text): <http://www.kdd.cz/index.php?page=detail&id=34836>

Zdroj anotací: [databazeknih.cz](http://databazeknih.cz/)

Doprava

Krátce z dopravy

Na tramvajových kolejích mezi zastávkami Náměstí Republiky a Karolina byla dokončena instalace zeleného pásu. Mělo by tím dojít ke snížení hlučnosti až o 6 dB. Pokud se systém osvědčí, bude nainstalován také do Třebovic a Výškovic.

Aleš informuje

Na vlakové zastávce Ostrava-Stodolní byly nahrazeny stávající majáčky za majáčky nové. Nové majáčky obsahují upravené fráze.

Společenská rubrika

Blahopřání jubilantům

Blahopřejeme všem klientům, kteří oslaví v měsíci září své narozeniny. Přejeme Vám hodně spokojenosti, štěstí, radosti a zdraví.

Bumpony

Pokud potřebujete bumpony, v TyfloCentru je máme k prodeji ve dvou velikostech.

Pro mlsouny

Rajčata

Je rajče ovoce, nebo zelenina? Různě vědní obory na to mají rozdílné názory. Nejvyšší soud Spojených států ve sporu Nix vs. Hedden v roce 1893 rozhodl, že rajče je zelenina. Tento zdánlivě banální problém měl své ekonomické opodstatnění. Na ovoce se tehdy nevztahovala dovozní cla, kdežto na zeleninu ano. Naopak Evropský parlament ho v roce 2011 zařadil mezi ovoce. Lilek rajče, jak se správně nazývá rostlina, jejímž plodem je rajské jablko, a z tohoto pohledu je proto rajče ovocem.

Šťavnaté plody pěstovali už Mayové a do Evropy je přivezli španělští mořeplavci.

Rajčata se pěstují téměř ve všech zemích světa. V roce 2011 bylo podle Organizace pro výživu a zemědělství na světě sklizeno téměř 160 milionů tun rajčat, největším pěstitelem byla Čína s 30 % světové produkce rajčat. V České republice bylo v roce 2011 sklizeno 15 tis. tun rajčat, celkově v Evropě sníme ročně asi 2,5 kilo rajčat na osobu.

Nejznámější odrůdy jsou Tornádo, San Marzano a Býčí srdce. Rajčata jsou kulatá, oválná, šišatá, hruškovitá, pruhovaná, zelená, žlutá, oranžová i černá, velká i malinká třešňová, tzv. cherry.

Rakušan Erich Stekovics pěstuje na devíti hektarech 3200 odrůd rajčat. A jak? Rostliny leží včetně plodů na zemi a jsou podestlané slámou. Sláma po dešti vyschne, ovšem zadrží dostatek vlhkosti. Navíc se při vyšších denních teplotách podestýlka zahřeje až na 70 °C a zelenině vrací teplo. Rajčata se prý navíc nesmí nikdy zalévat. Zálivku uvádí jako příčinu všech chorob – v původní vlasti, Jižní Americe, rostla rajčata na skalnatém povrchu a vodu si hledala. Vytvářela až 800 metrů dlouhý kořenový systém v hloubce až 1,7 metru. A nejvíce chuti prý rajčatům dodává vítr, který rozhýbává listy. Ty způsobují plodům mikrozranění a rostlina mobilizuje mnoho sil, aby plody hojila. A právě to se projeví na kvalitní chuti plodů. Čili nejchutnější a aromatická jsou nezalévaná rajčata pěstovaná venku. Navíc jsou i nejzdravější. Rajče prý miluje sucho, horko a vítr, s nedostatkem vláhy si poradí bohatá kořenová soustava.

Rajčata na větvičce nikdy nemohou uzrát najednou. Pokud takové vidíte v supermarketu, máte jednoznačný důkaz o tom, že rajčata byla utržena za zelena a barvu jim dodalo umělé osvětlení.

Dozrávání rajčat lze urychlit, když mezi ně rozmístíte zralá jablka. Uvolňují etylén a ten podporuje dozrávání.

Rajčata obsahují vitamín B1, B2, B6, C, E a provitamín A, z minerálních látek vápník, fosfor, železo, jód, měď a draslík. Jsou vynikajícím léčivem na zánět močových cest, čistí ledviny, pomáhají při bolestivém močení a nezhoubném zvětšení prostaty. Snižují cholesterol, preventivně působí proti infarktu, jsou vhodná při křečových žilách a ateroskleróze (zvápenatění tepen). Celkově detoxikují tělo, upravují trávení včetně zácpy, zvyšují imunitu. Při horečkách je čerstvá šťáva skvělým zdrojem tekutin a minerálních solí, ochlazuje tělo a ulevuje od únavy.

Zevně můžeme rozkrojené čerstvé plody použít jako první pomoc na spáleniny od omastku i sluníčka nebo na opařeniny. Koupel z nati snižuje krevní tlak, koupel nohou osvěžuje unavené nohy.

V kuchyni je možné rajčata využít na spoustu způsobů, vaříme z nich protlak, kečup, čatní, ladí dobře s paprikou a cuketou, nakládáme je s mozarellou nebo jen tak do soli. Ale možná stejně nejlepší jsou čerstvá, právě utržená z keříku, s domácím křupavým chlebem namazaným máslem.

Můj domácí kečup z trouby

2,5 kg rajčat

250 g cibule

250 g jablek

160 ml octa

200 g pískového cukru

1 lžíce a trochu soli

1 lžíce a trochu papriky

10 kuliček nového koření

5 bobkových listů

2 malé předvařené řepy – koupené v Lidlu

Rajčata zbavená slupek, jablka a cibuli nakrájíme na kousky, přidáme všechno ostatní, včetně nastrouhané nebo pokrájené řepy, vlijeme do hlubokého velkého plechu a pečeme na 200°C, úplně na spodní liště na ventilátor a spodní spirálu, až bude směs hustá se šťávou. Rajčata dáme do vyššího hrnce, tyčovým mixérem rozmixujeme, pak přes větší, ne moc jemné, sítko přepasírujeme, aby nezůstala semínka.

Sterilujeme na 85°C asi 15 minut. Bylo z toho 9 skleniček od přesnídávky a 1 menší.

Před mixováním odstraníme všechno koření, během pečení občas promícháme.

Řepa je nejlepší z Lidlu, z Penny je tvrdá, nešla rozvařit. Kečup má díky řepě krásnou červenou barvu, chuťově není poznat.

Hodně záleží na chuti rajčat, nejlepší jsou, když jsou sladká a vyzrálá, odrůda masitá, která nemá tolik šťávy, třeba Býčí srdce.

Je možné podle chuti měnit suroviny, kdo má rád ostré, přidá samozřejmě chilli papričku, cibuli můžete dát červenou. Někdo před dokončením kečup ochucuje česnekem, bazalkou nebo dalším kořením, já dávám přednost čistému kečupu, který si pak ochutím podle potřeby později.

Množství je uvedeno po očištění.

Rajčatové čatní

1 kg oloupaných, nakrájených rajčat

500 g cibule

300 g paprik

2 lžíce rybízové nebo meruňkové marmelády

100 ml červeného vína

100 ml červeného vinného octa

2 lžíce medu nebo hnědého cukru

hrst zlatých rozinek

sůl a pepř

podle chuti tymián

Vše spolu dobře povaříme do hustoty, můžeme mírně rozmixovat, sterilujeme při 85°C asi 15 minut. Výborné k masu nebo do těstovin.

Rajčata v soli

Dobře vyzrálá, sladká rajčata

Sůl

Rajčata zbavíme slupek, nakrájíme na kousky, dáme na vysoký plech, posolíme a pečeme, až jsou rajčata měkká, necháme trochu šťávy. Plníme horké do skleniček a pro jistotu sterilujeme na 85°C asi 15 minut.

Používám do těstovin, rizota nebo pod maso.

K rajčatům přidávám oloupanou a nakrájenou cuketu, je to moc dobré.

Ivana Tedová

Významné dny

vážné i nevážné významné dny v září

1. zářijová neděle Evropský den židovské kultury

Od roku 1996 každá první zářijová neděle připadá na oslavu Evropského dne židovské kultury. Podnět k těmto oslavám daly 4 evropské asociace. I letos se tato významná akce bude konat ve více než 25 zemích Evropy včetně České republiky. Jedním z hlavních cílů Evropského dne židovské kultury je sblížení židovské a nežidovské společnosti a zároveň ochrana židovského kulturního dědictví. Každý ročník má společné téma, které je jakýmsi pojítkem aktivit všech účastnických zemí. Letošním tématem je DIASPORA.

Program naleznete na webových stránkách Federace židovských obcí v ČR [fzo.cz/3328/evropsky-den-zidovske-kultury-2/](https://www.fzo.cz/3328/evropsky-den-zidovske-kultury-2/)

2. zářijová sobota Světový den první pomoci

Světový (dříve „Evropský“) den první pomoci se od roku 2000 koná vždy druhou sobotu v září. Vyhlašuje jej každoročně Mezinárodní federace červeného kříže a červeného půlměsíce. Do této akce propagující důležitost znalosti první pomoci se zapojuje cca 170 národních společností ČK a ČP ve světě. V České republice se akce většinou konají na hlavních náměstích převážně krajských a okresních měst po celém území republiky, v řadě případů také na sportovních hřištích a jiných veřejných prostranstvích.

Vždy se jedná o ukázky poskytování první pomoci pro širokou veřejnost na namaskovaných poraněních, dále o soutěže pro děti, možnost vyzkoušení si kardiopulmonální resuscitace na resuscitačních fantomech, měření krevního tlaku, ale také ukázky vystoupení kynologů se záchranářskými psy, ukázky moderní hasičské techniky, vybavení zdravotnické záchranné služby, ukázky obvazové techniky, maskování poranění apod.

Více na [cervenykriz.eu](http://www.cervenykriz.eu/cz/cz_root.aspx)

9. – 17. září Dny evropského dědictví

Dny evropského dědictví (European Heritage Days, zkráceně EHD) jsou společná aktivita Rady Evropy a Evropské komise, jejímž cílem je posílení historického povědomí v souvislostech se zvláštním důrazem na vnímání mezinárodního kontextu národního kulturního dědictví. EHD se koná každoročně v září v mnoha městech a obcích po celé Evropě. V České republice je organizuje Sdružení historických sídel Čech, Moravy a Slezska.

V rámci těchto dnů je možno zhlédnout dlouhou řadu kulturních a stavebních památek, které nejsou jinak běžně pro veřejnost přístupné. V rámci těchto dnů pak jednotlivá města pořádají další doprovodné kulturní a společenské akce jako jsou přednášky, koncerty, výstavy či městské slavnosti pod širým nebem.

Více informací naleznete na webových stránkách [historickasidla.cz](http://www.historickasidla.cz/)

21. září Mezinárodní den Alzheimerovy choroby

Mezinárodní den Alzheimerovy choroby připadá každoročně na 21. září. Alzheimerova choroba (demence) je degenerativní onemocnění mozku, při kterém ubývají mozkové buňky a vyhasínají jejich funkce. Významně ovlivňuje kvalitu života nemocného. Člověk si nevzpomíná na to, co dříve znal, obtížně si vybavuje názvy předmětů a nezvládá obsluhu jednoduchých přístrojů například telefonování. Nepoznává členy rodiny, ukládá věci na neobvyklá místa a pak je nemůže najít, nepamatuje si, co říkal a stále dokola pokládá ostatním stejné otázky. Nemocný s demencí není schopen pochopit různé pojmy a plánovat. Ztrácí kontrolu nad svými náladami i pocity, může být netečný nebo podrážděný. Nedodržuje základní hygienické návyky, je inkontinentní. Nedokáže se obléknout, najíst ani vyjádřit a stává se zcela závislým na péči okolí. Onemocnění nepostihuje pouze pacienty v pokročilém věku, ale také mladší generaci. Příčiny Alzheimerovy choroby nejsou zcela objasněny, a proto je důležité se z hlediska prevence zaměřit, jak tomuto závažnému onemocnění předcházet.

Program k připravovaným akcím najdete na webových stránkách Státního zdravotního ústavu [szu.cz](http://www.szu.cz/)

28. září Den české státnosti

Den české státnosti je český státní svátek, který připadá na 28. září, kdy byl tohoto dne roku 935 zabit svým bratrem Boleslavem český kníže sv. Václav.

Svátek sv. Václava byl do 31. prosince 1951 památným dnem. V roce 1929 vyvrcholily v tento den oslavy Svatováclavského milénia za účasti prezidenta T. G. Masaryka. Tomáš Garrigue Masaryk byl hlavním řečníkem v předvečer svátku 27. září 1929 na Václavském náměstí v Praze, kde předal čestnou standartu Svatováclavskému jezdeckému pluku.

Vyhlášení dne státním svátkem bylo navrženo na základě usnesení výboru pro vědu, vzdělání, kulturu, mládež a tělovýchovu Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky z 24. března 2000. Výbor zvolil pro státní svátek označení „Den české státnosti – Svatý Václav“. Při druhém čtení návrhu zákona se k tomuto dni vyjádřil nejprve tehdejší premiér Miloš Zeman, který svátek s ohledem na historický kontext nepřímo označil za symbol servility a kolaborace. Poslanec Vojtěch Filip poté navrhl vypuštění tohoto dne ze seznamu státních svátků uvedených v návrhu zákona. Nakonec navrhl poslanec Vlastimil Tlustý, aby svátek nesl pouze označení „Den české státnosti“.

Velkou událostí konanou k oslavě tohoto svátku je pravidelná Národní svatováclavská pouť ve Staré Boleslavi. Jejím vyvrcholením je poutní bohoslužba sloužená českými biskupy na tamějším Mariánském náměstí (do roku 1990 nesoucím název Václavské náměstí). Program oslav naleznete zde: [brandysko.cz](http://www.brandysko.cz/narodni%2Dsvatovaclavska%2Dpout%2D2017/d-42136/p1=26833)

30. září Mezinárodní den překladatelů

Tento den, kdy má svátek Jeroným, byl stanoven mezinárodním dnem překladatelů. Bylo tak rozhodnuto na počest sv. Jeronýma, křesťanského učitele, spisovatele a talentovaného překladatele, který žil přibližně v letech 347–420. Ovládal latinu, řečtinu i hebrejštinu a proslavil se zejména jako překladatel bible (Vulgata) do mluvené latiny.

Ke Dni překladatelů vyhlašuje Obec překladatelů Cenu Josefa Jungmanna za nejlepší překladové dílo v oblasti prózy, poezie, dramatu a nebeletristické literatury z oboru humanitních věd v předchozím kalendářním roce. Cena je pojmenována po jazykovědci Josefu Jungmannovi.

Seznam oceněných najdete na webových stránkách Obce překladatelů [obecprekladatelu.cz](http://www.obecprekladatelu.cz/)

Trénink paměti

Přiřazování přídavných a podstatných jmen

Přiřaďte k sobě jedno přídavné jméno (označené číslem) a jedno podstatné jméno (označené písmenem) tak, aby tím bylo vytvořeno ustálené slovní spojení.

1. populární

2. absurdní

3. valná

4. akademický

5. kuličkové

6. houpací

7. lékařské

8. lesní

9. létající

10. polévková

11. nepodmíněný

12. ochotnické

13. scénická

14. slaměná

15. symfonický

16. topné

17. trhací

18. dřevěné

19. vysoká

20. ledová

21. notová

22. lodní

23. ovocný

24. školní

25. nádražní

A. malíř

B. sad

C. tajemství

D. kruh

E. reflex

F. řád

G. mísa

H. talíř

I. hromada

J. osnova

K. kůň

L. ložisko

M. tříšť

N. pec

O. kalendář

P. hudba

Q. těleso

R. hala

S. vdova

T. uhlí

U. drama

V. roh

W. divadlo

X. orchestr

Y. šroub

Řešení z minulého čísla

Určete české město

Podle indicií uvedených ve sloupci označeného písmenem určete, o které české město uvedené ve sloupci označeném číslem se jedná.

1. České Budějovice - B. Malše, Země živitelka

2. Ústí nad Labem - A. Vladimír Páral, Univerzita J. E. Purkyně

3. Rožmitál pod Třemešínem - O. Jakub Jan Ryba, Brdy

4. Hořovice - I. cibulový jarmark, zámek s anglickým parkem

5. Kroměříž - S. Max Švabinský, květná zahrada

6. Strakonice - G. Josef Skupa, dudácká muzika

7. Ivančice - R. Jednota bratrská, Alfons Mucha

8. Jilemnice - Q. Jaroslav Havlíček, sněhové sochy

9. Olomouc - M. výstava Flora, orloj

10. Dačice - P. zámek, kostkový cukr

11. Příbram - F. Svatá hora, hornické muzeum

12. Český Krumlov - C. Eggenberg, Egon Schiele

13. Velké Losiny - V. ruční papír, čarodějnické procesy

14. Strážnice - T. folklorní festival, víno

15. Jeseník - H. Vincenc Priessnitz, lázně

16. Louny - J. Jaroslav Vrchlický, Ohře

17. Mikulov - E. Svatý kopeček, hraniční přechod

18. Jáchymov - W. uran, lázně

19. Polička - U. Bohuslav Martinů, film Oběti a vrazi

20. Děčín - L. Miroslav Tyrš, Pastýřská stěna

21. Duchcov - K. uhlí, Casanova

22. Prostějov - N. starorežná, tenis

23. Mělník - D. soutok Labe a Vltavy, víno Ludmila

Kontaktní údaje

TyfloCentrum Ostrava, o. p. s.

náměstí Msgre Šrámka 1760/4

702 00 Moravská Ostrava

www.tyflocentrum-ova.cz

posta@tyflocentrum-ova.cz

tel.: 596 783 073

Kontakty:

Karel Kurland - ředitel

e-mail: kurland@tyflocentrum-ova.cz

mobil: 777 231 122

Ing. Petra Ďurková - sociální pracovnice

e-mail: durkova@tyflocentrum-ova.cz

mobil: 776 069 142

Kamila Rojáková, DiS. - sociální pracovnice

e-mail: rojakova@tyflocentrum-ova.cz

mobil: 774 731 331

Ivana Tedová - účetní

e-mail: tedova@tyflocentrum-ova.cz

mobil: 774 731 330

Michal Štefanovič - pracovník v sociálních službách

e-mail: stefanovic@tyflocentrum-ova.cz

mobil: 774 731 338

Aleš Winkler - pracovník v sociálních službách, referent pro odstraňování architektonických bariér

e-mail: winkler@tyflocentrum-ova.cz

mobil: 774 731 337

Služby TyfloCentra podporují

Moravskoslezský kraj

Statutární město Ostrava

Úřad práce ČR

Úřad městského obvodu Ostrava-Jih

Úřad městského obvodu Poruba

SONS ČR

Milan Vaněček

Jiří Kalina

a anonymní dárci

Vydalo TyfloCentrum Ostrava, o.p.s., září 2017

Na tvorbě Kontaktu se podíleli Ivana Tedová a Kamila Rojáková.