



# TyfloCentrum Ostrava, o.p.s.

## Kontakt

### únor 2025

Pozvání do TyfloCentra Ostrava .....	3
Akce v TyfloCentru Ostrava .....	4
Akce na únor .....	4
Turistický klub.....	4
PC-klub.....	4
Posezení u kávy pro mladé.....	5
Pravidelné akce .....	5
Zvukové knihy.....	6
Knihy k půjčení v TyfloCentru .....	6
Tipy na zvukové knihy .....	6
Různé .....	10
Svět v šestibodech - kreativní soutěž k dvoustému výročí vzniku Brailleova písma.....	10
Únorové premiéry v NDM .....	11
Sociálně-právní poradna.....	13
Doložení aktuální fotografie při výměně TP, ZTP, ZTP/P průkazů .....	13
Společenská rubrika .....	14
Blahopřání jubilantům .....	14
Tyflovařečka .....	14
Voňavá krkovice .....	14
Trénink paměti.....	15
První a poslední slabiky s legendou.....	15
Doplňování méně známých pranostik .....	15

Řešení z minulého čísla.....	16
Kontaktní údaje.....	17
Služby TyfloCentra podporují.....	18

## Pozvání do TyfloCentra Ostrava

V TyfloCentru Ostrava  
není nikdy otrava.  
Žije to zde celkem dost,  
kdo chce, je náš host.

Nevidět nic či vidět něco?  
Každý s námi zvládne kdeco.  
Přijďte se k nám přesvědčit,  
může se to osvědčit.

Naučit se vidět hmatem?  
Toť dovednost cenná zlatem.  
Nebo možná koukat sluchem?  
Proč ne? Pomůžeme si i uchem.

Myslet si, že technika  
se nás vůbec netýká,  
byl by omyl veliký,  
naučíme vás vše od píky.

Zvládnout počítač či telefon  
a klidně taky diktafon?  
“Softvér” šitý na míru?  
Není problém, budete hvězdy svého vesmíru.

Kdo k nám přijde, prosíme:

Obujte si návleky,  
ať máme čisto až navěky.  
Není třeba chvatně,  
bundu, čepku nechte v šatně.

WC máme poblíž šatny,  
vstup je zcela bezpoplatný.  
Dámy blíže, páni dál,  
kdo byl prvně, ten se ptal.

Pracovník vše vysvětlí,  
nejasnosti osvětlí.  
Usadí vás tam,  
kde věnovat se budou vám.

Jít se projít jinam či do kuchyně

s pracovníkem TyfloCentra jediné.  
Jde o zdraví vás i jiných,  
ať se vyvarujem trablů stinných.

Těšíme se na vás moc,  
aspoň stokrát do Vánoc.

Pokus o báseň vytvořila: Eva Drábková

## Akce v TyfloCentru Ostrava

Akce na únor

15. 2. sobota

9:00 - 14:00      turistický klub – Vrbické jezero

18. 2. úterý

9:00 – 10:00      výtvarné tvoření

Tvoření v GVUO pod vedením Zuzany Grulichové.

20. 2. čtvrtek

13:00 - 15:00      PC-klub – výuka cizích jazyků

27. 2. čtvrtek

14:00 - 16:00      posezení u kávy pro mladé

Turistický klub

Vrbické jezero

V sobotu 15. února 2025 se projdeme okolo Vrbického jezera.

Pojedeme autobusem z ÚANu v 9:10 do Bohumína s příjezdem v 9:30.

Sraz bude na zastávce Náměstí republiky dole v podchodě v 9:00.

Délka trasy celkem cca 8 km.

Je nutné, aby zrakově postižení turisté měli svého průvodce.

Michal Štefanovič

PC-klub

Určitě jste se setkali s tím, že jste se chtěli učit nějaký jazyk, případně si již nabyté znalosti z některého z cizích jazyků chtěli procvičit a nechtěli jste si kvůli tomu platit lekce. Nebo jste se setkali se slovíčkem a nevěděli jste jeho

význam. Proto se tento měsíc v PC-klubu budeme zabývat jazyky a moderními technologiemi. Povíme si něco o aplikacích případně stránkách, na kterých si lze jazyky procvičovat. Dále si také povíme o přístupných slovnících. A opět bude jako obvykle prostor na Vaše dotazy z úplně jiných oblastí.

Kdy? 20.2. 2025 od 13:00

Na setkání s Vámi se těší Zuzana Kielarová, u které se můžete také hlásit.

Posezení u kávy pro mladé

Je Vám do 45 let? Rádi byste si popovídali s vrstevníky o životě? Nebo byste rádi poznali nové lidi se zrakovým postižením?

Právě pro Vás je určeno toto setkání, které se bude konat ve čtvrtek 27. 2. od 14:00 v TyfloCentru Ostrava.

Na setkání s Vámi se těší Zuzana Kielarová, u které je možné se přihlásit.

## **Pravidelné akce**

Pozor změna

Tyflovařečky 1, 2 a 3 se uskuteční dle domluvy.

Angličtina – jednotlivé lektorky informují účastníky kurzů o termínech.

Čtvrteční vzdělávací program probíhá dle domluvy.

Rozvrh pravidelných akcí

pondělí

10:00 – 11:00 angličtina – začátečníci

13:00 – 14:00 angličtina

úterý

9:00 – 10:00 výtvarné tvoření (jedno úterý v měsíci – dle domluvy s GVUO)

9:00 – 13:00 Tyflovařečka 1 (dle domluvy)

9:00 – 12:00 Tyflovařečka 2 (dle domluvy)

9:00 – 13:00 Tyflovařečka 3 (dle domluvy)

středa

13:00 – 14:00 angličtina – pokročilí

čtvrtek

vzdělávací program – dle domluvy

14:00 – 16:00 PC-klub

pátek

13:30 – 14:30 plavání

## Zvukové knihy

Knihy k půjčení v TyfloCentru

Díky darům vlastníme cca 103 audioknih. Jejich seznam zašleme na vyžádání, případně je k nahlédnutí v TyfloCentru. V nabídce máme i knihy v Braillu. Pokud máte zájem o výpůjčku, kontaktujte Kamilu Rojákovou.

Tipy na zvukové knihy

Audioknihy i zvukové knihy si můžete vypůjčit v Moravskoslezské vědecké knihovně, nebo ve Zvukové knihovně KMO. Pokud nejste z Ostravy, můžete si zvukové knihy nechat oběma knihovnami zaslat, nebo si je můžete stáhnout ze stránek Macanovy knihovny (viz odkazy u jednotlivých knih).

Obhájce (Mickey Haller 1)

autor: Michael Connelly

interpret: František Kreuzmann

žánr: literatura světová, detektivky, krimi

vydavatel: KTN, Slovart

katalogové číslo: MP9131

Michael Haller je advokát „bez kanceláře“. Úřaduje na zadním sedadle svého vozu Lincoln Continental, aby mohl být co nejbližší svým klientům - opilým řidičům, drobným podvodníkům, překupníkům drog a podobným existencím. Právo pro něj není otázkou viny či nevin, nýbrž záležitostí týkající se manipulace a vyjednávání. Když si ho jako obhájce najme playboy z Beverly Hills, kterého zatkli za napadení mladé ženy, získá po letech prvního bohatého klienta. Kromě toho je přesvědčen, že se mu konečně naskytla šance obhajovat nevinného člověka. Postupem času ale odhaluje, že případ nebude tak jednoduchý, jak se na první pohled zdálo. Pokud chce uniknout skrytému zlu, musí využít veškeré své schopnosti. V sázce totiž není jen ostře sledovaný soudní případ, ale i jeho život.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32885](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32885)

Černočerné srdce (Cormoran Strike 6)

autor: Robert Galbraith

interpret: Martin Zahálka

žánr: literatura světová, detektivky, krimi, romány

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP8908

Když do detektivní kanceláře vpadne rozrušená Edie Ledwellová, Robin Ellacottová neví, co si o nečekané návštěvě myslet. Spoluautorku animovaného seriálu Černočerné srdce prý neustále pronásleduje internetový uživatel s přezdívkou Anomie. Robin usoudí, že jí nemůže nijak pomoci, a vše pustí z hlavy. Za pár týdnů však přijde šok - mladou ženu totiž kdosi zavraždil na hřbitově Highgate, kde se celý seriál odehrává. Robin a Cormoran Strike se pouštějí do pátrání a brzy objeví zcela nové podoby zla.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32894](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32894)

Tři malá prasátka (Šéfinspektor Robert Kett 3)

autor: Alex Smith

interpret: Martin Stránský

žánr: literatura světová, detektivky, krimi, thrillery

vydavatel: Kanopa

katalogové číslo: MP8981

Odhalí pravdu, i kdyby ho měla zabít. Před pěti měsíci byla Billie, žena šéfinspektora Ketta, unesena při procházce Londýnem. Pět měsíců bez jediné stopy, důkazů a podezřelých. Až doteď. Když rutinní policejní prohlídka odhalí síň hrůzy pod jedním z nejdražších domů ve městě, vyšetřovatelé objeví stopy, které poodkrývají Billiin osud i identitu jejího únosce – záhadného vraha známého pod přezdívkou Prasák.

Kett, lačníci po odpovědích, ale v zuboženém stavu, v jakém ho zanechalo jeho poslední vyšetřování, se vrací do Londýna, aby vyřešil nejosobnější a nejnebezpečnější případ své kariéry – případ, který ho postaví tváří v tvář hrůzostrašnému zlu.

Nemá tušení, zda je Billie mrtvá, či živá. Neví, jestli už není na její záchranu příliš pozdě. Přisahal však, že půjde do samotných pekel a zase zpátky, aby odhalil pravdu o tom, co se jí stalo.

A peklo už ho očekává.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32896](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32896)

Někdo z nás

autorka: Kristýna Trpková

interpret: Lucie Pernetová

žánr: thrillery, literatura česká

vydavatel: Témbr

katalogové číslo: MP8992

Sourozence Herelovy od dětství pojí silné pouto, a přestože už jsou všichni dospělí, nedají na sebe dopustit. Rodinnou idylku jim však jednoho dne naruší hrůzný nález na zahradě matčina domu, jenž spustí lavinu nečekaných událostí. Minulost se probouzí k životu a spolu s ní i mučivé tajemství, které

nikdy nemělo spatřit světlo světa. Jak snadné je ztratit důvěru v někoho, koho známe celý život? A opravdu víme, co jsou naši nejbližší vlastně zač?

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32798](https://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32798)

Paví hody

autor: Jan Štifter

interpret: Lukáš Jůza

žánr: romány, literatura česká

vydavatel: KTN, Vyšehrad

katalogové číslo: MP9128

Venkovská románová kronika. Velké dějiny hýbou nebývalou silou i malými městečky – Horní Jelení je toho důkazem. Podivná sešlost, při které se místní obyvatelé oddávají pavím hodům, oživuje dávné demony, rodinná tajemství a především touhy, bez nichž by svět utonul v nehybnosti. Jak žít a přežít, když kolem bouří historie? Dramatické osudy první poloviny 20. století vás zavedou do jelenské divočiny, do krásné vily po Němcích v Trutnově i do luxusního hotelu ve válkou zmítaném Trenčíně.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32854](https://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32854)

Jánošíci s těžkou hlavou

autor: Ľubomír Smatana

interpret: Ľubomír Smatana, Tomáš Hanák, Zdeněk Lahoda

žánr: literatura slovenská

vydavatel: 65. pole

katalogové číslo: MP8633

Proč slovenský národní hrdina Juraj Jánošík nejspíš nikdy neochutnal halušky? Proč je z Košic blíže do Prahy než do Bratislavy? Kolik salaší přežívá v horách na prahu nového století? A proč euro kazí servírkám postavu? Mnoho podobných otázek a odpovědí přináší toto reportérské dílo, které je patrně prvním seriózním průřezem života našich sousedů na Slovensku. Od 150 let starých textů z pera Boženy Němcové podobné téma dosud nikdo nezpracoval, snad i proto, že Češi a Slováci žili několik desítek let ve společné republice. Nyní, 17 let po rozpadu federace, přichází “československé” téma konečně na pořad dne.

Knihovna Wiking Biblio: <https://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32783>

Naposledy jsem si vysnil Václava Hraběte

autor: Petr Zemek

interpret: Robert Mikluš

žánr: literatura česká, poezie

vydavatel: Carpe Diem Records

katalogové číslo: MP8915



„Desítky vilných cigaret za noc, ve které vládne svoboda a vášnivá anarchie“, takové je ladění poezie Petra Zemka. Žádné rafinované vymýšlení důmyslných metafor u psacího stolu, ale tvorba žitá, spontánní, vášnivá.  
Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32866](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32866)

Vítr se zvedá (Alma 1)

autor: Timothée de Fombelle

interpret: Igor Bareš

žánr: literatura světová, pro děti a mládež

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP8904

V ukrytém údolí Isája, kde žije jen jediná rodina, se znenadání objeví bílý kůň. Malý Lan se nechá odnést na jeho hřbetě — a třináctiletá Alma se vzápětí vydá po bratrových stopách. Svět tam venku je ale úplně jiný než ten, v němž dosud byli doma: někteří lidé v něm jsou otroci, jiní je loví, prodávají a bohatnou na nich. K nejceněnějším otrokům patří příslušníci kmene, z nějž pochází Alma a její rodina. A na jedné otrokářské lodi zatím kluk jménem Josef Mars schovává do kapsy kapitánovy vzácné hodinky.

Timothée de Fombelle napsal velké vyprávění o důležitých věcech, a hlavně o svobodě: té vnější i té, kterou nosíme v sobě, té naší i té pro ostatní.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32860](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32860)

Lockdown (Útěk z Výhně 1)

autor: Alexander Gordon Smith

interpret: Josef Pejchal

žánr: literatura světová, romány, fantasy

vydavatel: Kanopa

katalogové číslo: MP8913

Pod nebem je peklo. Pod peklem je výheň. Třináctiletý Alex je křivě obviněn z vraždy a jeho život se navždy změní. Ocitne se ve Výhni – vězení pro mladé delikventy, nejtvrdějším na světě. Jde o rozlehlé prostory hluboko pod zemí, kam vede jen jedna cesta – a ven žádná. Alex se setkává s opravdovými darebáky a sadistickými strážemi, ale to zdaleka není vše, co ho trápí.

Občas v noci strážé odtáhnou z cely jednoho z vězňů, který se zanedlouho vrací, tělo poseté ranami a již není člověkem. Alex zoufale touží po svobodě a úporně se snaží uniknout z doživotního žaláře. Odhaluje totiž děsivou pravdu: Výhni vládne čisté zlo a každý den probíhají kruté experimenty, při nichž jsou uvěznění chlapci pokusnými králíky, netvoří vyrábějí další netvory a strach ze smrti je ta nejmenší starost.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32864](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32864)

Zdraví z boží lékárny

autorka: Maria Treben

interpret: Abhejali Bernardová, Tereza Bebarová

žánr: literatura světová, příroda, zvířata, zdraví

vydavatel: Témbr

katalogové číslo: MP8949

Autorka popisuje přitažlivou formou zkušenosti s léčivými účinky běžných bylin a seznamuje s konkrétními výsledky jejich použití.

Knihovna Wiking Biblio: [biblio.oui.technology/biblio/catalog/32850](http://biblio.oui.technology/biblio/catalog/32850)

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

## Různé

Svět v šestibodech - kreativní soutěž k dvoustému výročí vzniku Brailleova písma

V roce 2025 si připomínáme 200 let od vzniku Brailleova písma v podobě, v jaké ho známe dnes.

Redakce Zora Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých při této příležitosti vyhlašuje soutěž, jejímž tématem je právě Brailleovo písmo, případně jeho tvůrce Louis Braille. A jak bylo řečeno výše, jde o soutěž kreativní, vaší tvořivosti tedy nabízí opravdu široký prostor.

Do soutěže budou přijímány příspěvky všech žánrů ve formě psané a zvukové. Každý soutěžící může zaslat až tři díla. Mělo by jít o texty nebo nahrávky aktuální, nejlépe vzniklé v tomto roce, případně takové, které nebyly v minulosti publikovány.

Napište povídku, báseň, esej, fejeton, připravte rozhovor, složte píseň, vytvořte zvukovou reportáž nebo koláž, je to jen na vás. Může jít o skutečný nebo vymyšlený příběh, vaši zkušenost s braillem nebo třeba historickou sondu, čím rozmanitější příspěvky nám zašlete, tím lépe.

Jediným pevným kritériem pro zařazení děl do soutěže je jejich maximální rozsah. U psaných textů je to 5 normostran (9000 znaků včetně mezer) a u příspěvků zvukových je třeba vejít se do 15 minut.

Po vyhodnocení odbornou porotou budou nejlepší autoři odměněni věcnými cenami a soutěžní díla budou zveřejněna v časopise Zora či jeho přílohách a na webu SONS.

Soutěžní díla budou rozdělena do tří kategorií podle věku autora:

- narození od 1. ledna 2010,
- narození od 1. ledna 2004 do 31. prosince 2009 a
- narození do 31. prosince 2003.

Jak se zapojit?

Svoje díla zašlete nejpozději do 30. června letošního roku jedním z následujících způsobů:

- Prostřednictvím webového formuláře - jde o nejjednodušší způsob, který doporučujeme. Po vyplnění kontaktních údajů a označení věkové kategorie vložíte textový nebo zvukový soubor a příspěvek odešlete.
- E-mailem na adresu [thampy@sons.cz](mailto:thampy@sons.cz).
- Poštou na adresu: SONS ČR, z. s., Redakce ZORA, Krakovská 1695/21, 110 00 Praha 1.

U příspěvků zasílaných e-mailem nebo poštou je nutno vždy uvést jméno a příjmení, e-mailovou adresu, telefon a věkovou kategorii autora.

Zasláním díla soutěžící souhlasí s jeho případným zveřejněním.

V případě spolupráce více osob, citací, rozhovorů apod. odpovídá za souhlas se zveřejněním osoba, která dílo do soutěže zasílá, resp. je označena jako autor.

S dotazy týkajícími se soutěže Svět v šestibodech se obračejte na šéfredaktorku Zory Danielu Thampy:

- e-mail: [thampy@sons.cz](mailto:thampy@sons.cz),
- tel.: 732 113 580.

Těšíme se na vaše texty a zvukové nahrávky inspirované Brailleovým písmem nebo jeho tvůrcem Louisem Braillem.

Zdroj: [sons.cz](http://sons.cz)

Únorové premiéry v NDM

Ptáčci (činohra)

„Netušil jsem, jak silné mohou být výčitky z toho, co se nepovedlo usmířit.“

Strhující vyprávění, které se odehrává na třech kontinentech a ve čtyřech jazycích! Oceňovaný libanonsko-kanadský dramatik Wajdi Mouawad poprvé na českém jevišti.

Na začátku příběhu je osudové setkání dvou mladých lidí. Pak ale v důsledku teroristického útoku v Jeruzalémě upadne izraelsko-německý biogenetik

Eitan do kómatu, zatímco jeho přítelkyně Wahida – marocká historička – musí odhalit Eitanovo rodinné tajemství, které je přivedlo do Izraele. Překoná jejich vztah všechny neshody a předsudky, které se nashromáždily za více než století nenávisti, válek a teroru na obou stranách izraelsko-palestinského konfliktu?

Mnohohrstevnatá hra přináší nejen téma paměti, našich kořenů a dědictví válek a zločinů 20. století, ale především vyzývá diváka k zamyšlení nad očistnou silou sebeobjevování. Zdůrazňuje odolnost lidského ducha tváří v tvář nepřízni osudu. Motiv ptáků slouží jako symbol svobody a úniku, odráží touhu postav po osvobození od vlastní minulosti. Rodinná traumata totiž nemáme zapsaná v chromozomech!

Česká premiéra 1. února 2025 v Divadle Antonína Dvořáka

### Popelka (opera)

V pořadí pátým pokračováním společného projektu Ostravské univerzity a Národního divadla moravskoslezského Operní akademie Ostrava bude inscenace poslední salónní opery francouzské skladatelky, pěvkyně, pedagožky a pozoruhodné umělecké osobnosti Pauline Viardotové. Studentka klavírní hry u Franze Liszta a kompozice u Antonína Rejchy, osobní přítelkyně a důvěrnice Frédérica Chopina, George Sandové i Ivana Turgeněva nebo také múza Charlese Gounoda či Hectora Berlioze. I tenhle výčet zvukných jmen nabízí pouze letmý vhled do pozoruhodného života Pauline Viardotové, jež za své pěvecké kariéry proslula jako brilantní mezzosopranistka a do historie vstoupil také její hudební salón, z něhož vyrostla generace slavných pěvců, a ještě slavnějších skladatelů.

Přestože umělkyni nebyly skladatelské ambice vlastní a svá díla komponovala především pro potřeby rozvoje svých žáků, nejedná se ani v nejmenším o žádné didaktické skladby. Tato díla překypují výraznou lyrickou krásou, lahodnými, avšak náročnými pěveckými party i sofistikovanými harmoniemi; součet těchto atributů zrcadlí mimořádné skladatelské i pěvecké mistrovství a jedinečný nadhled umělkyně.

Operní adaptace klasické pohádky o Popelce představuje osobité a hudebně okouzlující ztvárnění oblíbeného příběhu. V autorčině výkladu je titulní postava vykreslena s hloubkou a empatií, přičemž se zdůrazňuje její odolnost a vnitřní síla čelit nepřízni osudu. Opera zkoumá témata transformace, sebepoznání a vítězství dobra nad krutostí, čímž rezonuje s publikem všech věkových kategorií. Hudba Popelky, od jemných árií až po energické ansámby, zaujme posluchače svou emocionální hloubkou a okouzlujícími melodiemi.

Premiéry 6. a 8. února 2025 v Divadle „12“

Zdroj: [ndm.cz](http://ndm.cz)

## Sociálně-právní poradna

Doložení aktuální fotografie při výměně TP, ZTP, ZTP/P průkazů

V minulém Kontaktu jsme Vám přinesli informaci ze sociálně-právní poradny SONS týkající se postupu při obnově průkazu TP, ZTP nebo ZTP/P. Někteří z Vás se nás následně ptali, jak je to přesně s fotografií potřebnou k vystavení nového průkazu, kterou by si, dle prvotního článku, měl mít možnost pracovník úřadu práce (ÚP) stáhnout z databáze obyvatel.

Kamila ověřovala informace a pro Ostravu platí následující:

- a) Jste držitelem průkazu TP, ZTP nebo ZTP/P a Váš dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav byl vyhodnocen jako neměnný?

Výměnu Vašeho průkazu začněte řešit 3 týdny před ukončením jeho platnosti na kontaktním místě ÚP. Ten Vám vystaví nový průkaz bez nutnosti přezkoumání Vašeho zdravotního stavu. Je ale nutné donést Vaší aktuální fotografii. Možnost sdílení fotek mezi jednotlivými úřady, resp. databázi obyvatel a ÚP je v tuto chvíli ve fázi vize Ministerstva práce a sociálních věcí.

- b) Jste držitelem průkazu TP, ZTP nebo ZTP/P a Váš dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav nebyl vyhodnocen jako neměnný?

90 dnů před koncem platnosti Vašeho průkazu Vás ÚP bude kontaktovat ve věci získání nového průkazu. Ten Vám bude přiznán na základě nového přezkoumání Vašeho aktuálního zdravotního stavu. Celý proces bude velmi podobný tomu, který jste absolvovali při schvalování Vaší prvotní žádosti o nárok na tento průkaz. I zde počítejte s tím, že v případě znovuzískání nároku na průkaz bude ÚP potřebovat doložit Vaší aktuální fotku.

Je-li Vaším kontaktním pracovištěm jiná než ostravská pobočka ÚP, může se postup mírně lišit. Víme, že v některých městech v rámci Moravskoslezského kraje kontaktuje ÚP klienta ve věci TP, ZTP, ZTP/P průkazu před koncem jeho platnosti i v případě, kdy se jedná o neměnný dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav a jde pouze o výměnu průkazu. Týká-li se Vás varianta neměnného zdravotního stavu a nebude-li Vás správný orgán kontaktovat před koncem platnosti Vašeho průkazu, doporučujeme postupovat tak, jak je zvyklostí ostravského pracoviště, tedy začít aktivně řešit výměnu průkazu 3 týdny před koncem jeho platnosti u Vašeho kontaktního ÚP. V každém případě i zde budete potřebovat dodat vlastní fotografii.

Pokud byste potřebovali pomoc s doprovodem na ÚP, neváhejte se obrátit na Kamilu Rojákovou: 774 731 331, rojakova@tyflocentrum-ova.cz.

Připravila: Eva Drábková

## Společenská rubrika

Blahopřání jubilantům

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

## Tyflovařečka

Recept lednové Tyflovařečky:

Voňavá krkovice

5 plátků krkovice  
5 lžic hladké mouky  
2 lžic Vegety nebo Harmony „žlutého koření“  
1 lžíce sušené majoránky  
1 lžíce sušené bazalky  
1 lžička sušeného česneku  
1 špetka pepře  
1 lžíce mleté sladké papriky  
olej  
sůl

Plátky masa osušíme, nařízneme okraje a naklepeme.

Mouku a veškeré koření smícháme dohromady. Jednotlivé plátky masa obalujeme v nachystané směsi. Na maso lehce přitlačíme, aby se dobře obalilo.

Na rozpáleném oleji zprudka opečeme dozlatova, poté podlijeme vařící vodou do úrovně masa (neutopit) a přikryté podusíme za občasného dolití horké vody, cca 20 minut. Ke konci necháme odpařit do požadovaného množství. Podle chuti dosolíme. Omáčku - sos již není třeba zahušťovat, vezme si mouku z masa.

Podáváme s bramborem, kaší, knedlíky, rýží či těstovinami.

Zdroj: [toprecepty.cz](http://toprecepty.cz)

## Trénink paměti

První a poslední slabiky s legendou

Doplňte slova o zadaném počtu písmen i s počáteční a poslední slabikou podle legendy.

DIS - - - CE

vzdálenost

DIS - - - - CE

vlohy

rozmístění, změna polohy

vědecká rozprava

rozdíl, odlišnost

DIS - - - - - CE

rozdělování, rozdávání

DIS - - - - - - CE

nepoměr

nesrovnalost

DIS - - - - - - - CE

omezení práv určité skupině

ztráta důvěry

DIS - - - - - - - - CE

přijetí do péče

vyřazení ze sportovní soutěže kvůli porušení podmínek

Doplňování méně známých pranostik

Pokuste se doplnit závěrečnou část uvedených pranostik, které nejsou příliš známé. Vycházejte z toho, že tyto pranostiky by se měly rýmovat.

O svaté Školastice navleč si...

O svatém Tomáši bředne sníh na ...

V dubnu hrom – nebojí se mrazu...

V říjnu mráz a větry, leden, únor...

Na svatého Václava bývá bláta...

Svatý Václav v slunci září, sklizeň řípy se...

V lednu sníh a bláto, v únoru tuhé mrazy...

Leden studený, duben...

Na svatou Kateřinu schováme se pod...

Když se v máji blýská, sedlák si...

V lednu silný led, v květnu sladký...  
Není-li prosinec studený, bude příští rok...  
Martinův led bude vodou...  
O svatém Edmundu Kampiáně ledový vítr fičí na...  
Jaké počasí na svatého Ladislava bývá, takové se příštích sedm neděl...  
Hodně-li duben větrem duje, stodola se...

## Řešení z minulého čísla

### Slovní hrátky

Podle uvedených instrukcí vytvářejte slova.

Záměnou jednoho písmene, v označení hlemýždě bez ulity získejte druh klobouku. SLAMÁK (slimák)

Vložením jednoho písmene k názvu psovitě šelmy získejte dopravní prostředek. VLAK (vlk)

Přidáním jednoho písmenka k označení černého ptáka získejte nástroj na sekání. KOSA (kos)

Záměnou písmene v označení kusu nábytku získejte církevní stavbu. KOSTEL (postel)

Vložením písmenka do slova označujícího mládě domácího zvířete získejte hudební nástroj. HOUSLE (house)

Obrácením slova označujícího rivala, protivníka, získejte černého ptáka. KOS (sok)

Přidáním jednoho písmene ke slovu označujícímu líčidlo získejte okrasnou květinu. RŮŽE (růž)

Záměnou jednoho písmene v označení aromatického koření získejte název ryby. KAPR (kopr)

Záměnou písmene v synonymu slova baklažán získejte druh ptáka. LELEK (lilek)

Záměnou písmene ve slově označujícím mléčný výrobek získejte nočního ptáka. VÝR (sýr)

Vypuštěním části slova půdorys získejte kočkovitou šelmu. RYS

Vypuštěním písmene ve slově označujícím gymnastický cvik získejte druh ptáka. SOJKA (stojka)

Vypuštěním části slova označujícího kopáčské náčiní získejte část chodidla. PATA (lopata)

### Vztahy

Pokuste se najít k zadanému slovu pojem, s nímž je zadané slovo ve stejném vztahu jako vzorová dvojice výrazů.

káva a hrneček, pivo a půllitr

film a kino, drama a divadlo

zelí a zelňačka, rýže a rizoto



dršťková a polévka, hovězí a maso  
popelář a popelnice, instalatér a kohoutky  
třída a Žák, podnik a zaměstnanec  
ametyst a fialová, smaragd a zelená  
doktor a ordinace, voják a kasárna  
Boží hod a prosinec, Den matek a květen  
invalida a vozík, kosmonaut a raketa  
ruchadlo a Veverkovi, žárovka a Edison  
Malta a ostrov, Afrika a světadíl  
fialka a flóra, lev a fauna  
člověk a savec, kapr a ryba  
továrna a výroba, obchod a prodej  
anemometr a vítr, chronometr a čas

## Kontaktní údaje

TyfloCentrum Ostrava, o.p.s.  
náměstí Msgre Šrámka 1760/4  
702 00 Moravská Ostrava

[www.tyflocentrum-ova.cz](http://www.tyflocentrum-ova.cz)

### Kontakty:

Ing. Petra Ďurková – statutární zástupce, ředitelka, sociální pracovnice  
odborný konzultant, lektor pro zácvik práce s elektronickými kompenzačními  
pomůckami  
e-mail: [durkova@tyflocentrum-ova.cz](mailto:durkova@tyflocentrum-ova.cz)  
mobil: 776 069 142

Kamila Rojáková, DiS. – sociální pracovnice, koordinátorka dobrovolníků,  
stáží a studentských praxí  
e-mail: [rojakova@tyflocentrum-ova.cz](mailto:rojakova@tyflocentrum-ova.cz)  
mobil: 774 731 331

Bc. Zuzana Kielarová – sociální pracovnice  
e-mail: [kielarova@tyflocentrum-ova.cz](mailto:kielarova@tyflocentrum-ova.cz)  
mobil: 770 175 831

Michal Štefanovič – lektor pro zácvik práce s elektronickými kompenzačními  
pomůckami  
e-mail: [stefanovic@tyflocentrum-ova.cz](mailto:stefanovic@tyflocentrum-ova.cz)

mobil: 774 731 338

Aleš Winkler – lektor pro zácvik práce s elektronickými kompenzačními pomůckami, poradce problematiky bariér pro ZP

e-mail: [winkler@tyflocentrum-ova.cz](mailto:winkler@tyflocentrum-ova.cz)

mobil: 774 731 337

Jana Dvorská – účetní

e-mail: [dvorska@tyflocentrum-ova.cz](mailto:dvorska@tyflocentrum-ova.cz)

mobil: 733 553 083

Mgr. Petra Becherová – fundraiser

e-mail: [becherova@tyflocentrum-ova.cz](mailto:becherova@tyflocentrum-ova.cz)

mobil: 774 731 330

Mgr. Bc. Eva Drábková – metodička

e-mail: [drabkova@tyflocentrum-ova.cz](mailto:drabkova@tyflocentrum-ova.cz)

mobil: 774 731 334

## **Služby TyfloCentra podporují**

Moravskoslezský kraj

Statutární město Ostrava

Statutární město Ostrava, Městský obvod Ostrava-Jih

Nadační fond Českého rozhlasu

NF Českého rozhlasu nás podpořil z celonárodní veřejné sbírky Světluška, v rámci dlouhodobého grantového programu HGR 2025 – Volnočasové aktivity a seberealizace, jehož prostřednictvím jsme obdrželi nadační příspěvek 183 820 Kč na realizaci projektu „Intenzivní školení práce s náročnými kompenzačními pomůckami“

Úřad práce ČR

SONS ČR

Ing. Pavel Zubek

Milan Vaněček

obchodní společnosti, ve kterých jsou umístěny „psí kasičky“  
a anonymní dárce