



TyfloCentrum Ostrava, o.p.s.

Kontakt

březen 2025

Úvodní slovo	3
Akce v TyfloCentru Ostrava	3
Akce na březen.....	3
Turistický klub.....	3
PC-klub.....	4
Pravidelné akce	4
Zvukové knihy.....	5
Knihy k půjčení v TyfloCentru	5
Tipy na zvukové knihy	5
Různé	9
Rozhovor s Dášou Czinege	10
Březnová premiéra v NDM.....	10
Sociálně-právní poradna.....	11
(Ne)účtování poplatku za výběr hotovosti u pokladen České spořitelny	11
Deset novinek platných od ledna 2025	12
Informace k bílým holím a koncovkám	12
Společenská rubrika	13
Blahopřání jubilantům	13
Tyflovařečka	13
Strouhaný řez	13
Minikarbanátky s houbovou omáčkou.....	14
Luxusní a rychlý makovník.....	15
Trénink paměti.....	16

Vymýšlení slov dle zadání	16
Zapomenutá povolání	16
Řešení z minulého čísla.....	17
Kontaktní údaje.....	18
Služby TyfloCentra podporují.....	19

Úvodní slovo

Milí čtenáři,

TyfloCentrum Ostrava je s vámi již 25. let. Toto výročí oslavíme v pátek 23. května v 16:00 tancovačkou. Vstupenky ve výši 200 Kč je možné si zakoupit u Petry Ďurkové.

Srdečně zveme

Akce v TyfloCentru Ostrava

Akce na březen

6. 3. čtvrtek

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

8. 3. sobota

6:55 - 15:00 turistický klub – rozhledna Šibenice – Stěbořice

22. 3. sobota

8:30 - 15:00 turistický klub – Vodní nádrž Sedlinka

25. 3. úterý

9:00 – 10:00 výtvarné tvoření

Tvoření v GVUO pod vedením Zuzany Grulichové.

Turistický klub

Rozhledna Šibenice – Stěbořice 6:55 – 15:00

V sobotu 8. března 2025 zdoláme rozhlednu Šibenici ve Stěbořicích.

Pojedeme autobusem z dolní zastávky Svinov mosty v 7:02 do Stěbořic s přestupem v Opavě příjezdem v 8:21.

Sraz bude na tramvajové zastávce Svinov mosty pod prvními eskalátory v 6:55.

Délka trasy celkem cca 9 km.

Vodní nádrž Sedlinka 8:30 – 15:00

V sobotu 22. března 2025 se projdeme k vodní nádrži Sedlinka.

Pojedeme vlakem ze Svinova v 8:42 do Mokřých Lasců s příjezdem v 9:03.

Sraz bude na Svinově před pokladnami v 8:30.

Délka trasy celkem cca 9 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? 6. 3. 2025 od 13:00

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

Pravidelné akce

Pozor změna

Tyflovařečky 1, 2 a 3 se uskuteční dle domluvy.

Angličtina – jednotlivé lektorky informují účastníky kurzů o termínech.

Čtvrtěční vzdělávací program probíhá dle domluvy.

Posezení u kávy pro mladé v březnu odpadá, na další se můžete hlásit u Zuzany Kielarové.

Rozvrh pravidelných akcí

pondělí

10:00 – 11:00 angličtina – začátečníci

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

13:00 – 15:00 PC-klub (jednou měsíčně)

14:00 – 16:00 posezení u kávy pro mladé (jednou měsíčně)

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).

Sedm metrů čtverečních (Případy oddělení Q 10)

autor: Jussi Adler-Olsen

interpret: Igor Bareš

žánr: literatura světová, detektivky, krimi

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP9098

Finále dánské kriminální série o případech oddělení Q.

Korupce, drogy, snad i vražda? Takového konce se zatčený komisař Carl Mørck jistě nenadál. Na tyhle vánoční svátky proslulý vyšetřovatel ze zvláštního oddělení Q kodaňské policie rozhodně nezapomene. Místo aby si užíval zasloužené volno s Monou a dcerkou poté, co s týmem rozlouskl další zapeklitý případ, je z domova odveden v poutech a obviněn hned z několika závažných zločinů. Dlouholetí kolegové ze sboru včetně šéfa oddělení vražd se k němu náhle neznají, a tak se může spolehnout jedině na své nejbližší. Času ovšem nemají nazbyt – každý den strávený za mřížemi s sebou nese riziko, že známého kriminalistu napadne některý z vězňů, zvláště když na jeho hlavu byla v podsvětí vypsána nehorázně velká odměna. Kdo na něj nastražil tuhle smrtící past? Dokážou Rose, Asad a Gordon svého přítele zachránit? A jakou roli v celé záležitosti hraje starý případ série mordů spáchaných nastřelovací pistolí na hřebíky, při jehož vyšetřování zemřel Carlův bývalý parťák Anker a další jejich spolupracovník skončil na invalidním vozíku?

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32951

Mimo obraz (Detektiv Volf 6)

autor: Jiří Březina

interpret: Jakub Saic

žánr: detektivky, krimi, thrillery, literatura česká

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP9094

Hrůzný nález v odstavené dodávce na okraji jihomoravského lesa odstartuje vyšetřování, do kterého je zapojen i Tomáš Volf. Případ s mezinárodním přesahem má pro pražského kriminalistu mnohem větší důsledky, než se zpočátku zdá. A nejen díky sympatické brněnské komisařce, s níž ho pátrání svede dohromady. Stopy vedou do kontroverzního světa moderního umění a podezřelých obchodních transakcí, kde příležitost dělá nejen zloděje. To, co se děje mimo obraz, má totiž často nebezpečné kontury.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32947

Pohřbení (Sayer Altair 2)

autorka: Ellison Cooper

interpret: Andrea Elsnerová

žánr: literatura světová, romány, thrillery

vydavatel: Kanopa

katalogové číslo: MP9095

Vyšší zvláštní agentka Sayer Altairová studuje mysl psychopatů. Teď se konečně vrací zpátky do terénu, kam byla povolána, když se agent FBI, jenž se ve volném čase vydal na výlet do hor, propadl do jeskyně plné lidských kostí. Kosterní ostatky nalezené v Národním parku Shenandoah ve Virginii se ukázaly být téměř dvacet let staré. Ve stejné době zmizela svými blízkými milovaná místní dívka. Starý případ rázem získá na aktuálnosti, když mezi kostmi agenti naleznou dvě čerstvé mrtvoly.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32948

Našeptávač (Mila Vasquez 1)

autor: Donato Carrisi

interpret: Jan Šťastný

žánr: literatura světová, detektivky, krimi, thrillery

vydavatel: Kanopa

katalogové číslo: MP9019

V lese je nalezeno pohřbených šest useknutých rukou. Jsou uspořádány do tajemného kruhu a zdá se, že patří chybějícím dívkám mezi 8 a 13 lety. Zbytky těl ale nikde nalezeny nebyly. Případ dostal kriminolog Goran Gavila. Nerudný, vzpurný muž musí spolupracovat s mladou policistkou Milou Vasquezovou, která má pověst odborníka na pohřešované děti. Má totiž svou vlastní tragickou minulost, která ji zanechala poškozenou a neschopnou něco cítit.

Je to výbušný, ale podivným způsobem fungující vztah. A když v lese odhalí další tajemství, stále víc mají své životy navzájem v rukou.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32930

Trujkunt III: Čtverka (Trujkunt 1)

autor: Petr Sagitarius

interpret: Zbigniew Kalina

žánr: detektivky, krimi

vydavatel: Tympanum

katalogové číslo: MP8749

Major Saran, elitní vyšetřovatel ostravské mordparty se léčí z kocoviny, zlomeného srdce, a k tomu všemu dokáže přijít na kloub sérii vražd.

Třetí příběh detektivní série odehrávající se v nejvýchodnějším cípu naší země. Čtverka je mimo jiné i zkratka pro Čtvrtou základní školu s atletickými třídami. Major Saran opět vede vyšetřování na území Trujkuntu - trojmezí Česka, Polska a Slovenska. Jedná se o oblast Jablunkovska a Třinecka, jejímž srdcem jsou Třinecké železárny, zvané werk. Tady pracuje značná část obyvatel silně religiózního kraje, dodnes poznamenaného rozdělením Těšínska po první světové válce. Žijí zde potomci mladých mužů, kteří kdysi museli narukovat do wehrmachtu. Nekorektně psaný text bez příkras vás vtáhne do děje a nepustí, dokud charismatický major nevyřeší všechny vraždy.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32924

Když přišli psi

autorka: Scarlett Wilková

interpret: Magdaléna Borová

žánr: romány, literatura česká, historické romány

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP9092

Mistrovský román z poválečných Beskyd. Některá tajemství by měla zůstat navždy skryta – je lepší nevědět, že hrdinové, kterým jsme vystavěli pomníky, ve skutečnosti mnoha lidem ublížili. Živa, Ludmila, Slávek, Ondráš i Karel mají co tajit. Ale kdo je může soudit, když prožili mládí v době, kdy se obyvatelé Beskyd báli partyzánů stejně jako německých vojáků? A lze rozpoznat dobro od zla, když máte nevratně zjizvenou duši?

Scarlett Wilková ve svém historickém románu z prostředí poválečných Beskyd přináší svědectví o tom, že válečná bolest nekončí s posledním výstřelem.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32945

Pekárna v Brooklynu (Romantické útěky 2)

autorka: Julie Caplin
interpret: Veronika Lazorčáková
žánr: literatura světová, romány, pro ženy
vydavatel: Cosmopolis
katalogové číslo: MP9021

Pro Sophii je cesta do Brooklynu nejdřív jen útekem z nepovedeného vztahu. Zprvu se utápí ve smutku, ale díky Belle, která ve své pekárně peče ty nejúžasnější dorty, a jejím přátelům objevuje kouzla New Yorku i sama sebe. Co rozhodně nehledá, je láska. Jenomže to by nesměla potkat okouzujícího novináře Todda.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32931

Od Ortelu k Doupěti

autor: Franz Kafka
interpret: David Novotný, Jan Holík, Jaromír Meduna, Jaroslav Plesl, Lukáš Hlavica, Miloslav Mejzlík, Otakar Brousek ml., Václav Marhold, Václav Neužil
žánr: literatura světová, povídky
vydavatel: OneHotBook
katalogové číslo: MP9020

Výběr obsahuje dvanáct povídek ilustrujících žánrovou rozmanitost i nadčasovost autorova díla. Datem vzniku pokrývají celé jeho tvůrčí období. Symbolicky ho ohraničuje dvojice textů, jež za Kafkova života nevyšly: raný Popis jednoho zápasu, označovaný za bránu do jeho světa, a pozdní Doupě, meditativní monolog rozepsaný půl roku před jeho smrtí.

Vedle proslulých povídek Ortel, V kárném táboře nebo Venkovský lékař antologie zahrnuje i řadu méně známých, zato obdobně vycizelovaných textů. Posлуhači tak ocení humornou polohu Zprávy pro jistou Akademii, působivou alegorii Zpěvačka Josefína aneb Myší národ či výmluvné podobenství Před zákonem. A v neposlední řadě sebeironicky prorockou povídku Umělec v hladovění, která popisuje nelehký úděl tvůrčích jedinců ve světě zahlceném všelijakými atrakcemi.

Audiokniha vychází k 100. výročí úmrtí Franze Kafky nejen jako hold autorovi, jenž předběhl dobu, ale i coby vděčná připomínka dnes již zaniklého světa pražské německé a židovské literatury.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32943

Sesterstvo a kouzelná kočka Fabiola (Sesterstvo: Bára, Míša, Ela 1)

autorka: Lucie Hlavinková
interpret: Lucie Vondráčková
žánr: literatura česká, fantasy, pro děti a mládež
vydavatel: Albatros
katalogové číslo: MP9099

Bára, Míša, Ela a kouzelná kočka Fabiola – to je Sesterstvo! Spolužačky Báru, Míšu a Elu, která se do města zrovna přistěhovala, dá jednoho dne dohromady Fabiola, kočka jejich osamělé susedky, paní Ládvíkové. A to z jednoho prostého důvodu: chce, aby jí holky pomohly vyřešit dávnou záhadu, která paní Ládvíkovou už dlouho trápí. Při společném pátrání se toho dozví hodně nejen o naší nedávné minulosti, ale hlavně o sobě samých. Zjistí, kolik se v nich skrývá důvtipu a odvahy.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32952

Stezka Českem

autor: Martin Úbl

interpret: Ivana Bártová, Ondřej Novák

žánr: literatura česká, literatura naučná, cestopisy a místopisy

vydavatel: Jota

katalogové číslo: MP8753

Stezka Českem, to je první oficiální přechod po hranicích republiky tvořící tisícikilometrovou trasu po jižní části a tisícikilometrovou po severní. Jak se z nápadu party nadšenců stane přechod ve stylu Pacifické hřebenovky nebo Camina, který se dostane do největší světové aplikace dálkových treků a do amerického Forbesu? Proč dokáže takováto cesta během roku nadchnout tisíce lidí? A proč se na stezku vydalo několik psů, kůň, kuře, ale pštros ještě ne? Kniha obsahuje jednak informativní kapitoly, ve kterých jsou popsány jednotlivé etapy, rady, jak se připravit na cestu, na co si dát pozor nebo tipy na nejkrásnější místa, ale také motivační kapitoly psány lidmi, kteří se rozhodli na Stezku vypravit. Jsou to nadšenci, jenž vyrazili jinak: mladé ženy, které se vydaly poprvé na dálkovou trasu úplně samy, maminky z Klubu minituristů putující s kočárky, rodiny, které cestu pojaly jako putování na více let, pes, co se svou paničkou obešel celou Stezku, či lidé důchodového věku. Samostatná kapitola je věnována Trail Angels, lidem, kteří ve svém volném čase dobrovolně pomáhají poutníkům na Stezce. Dočtete se ale také, na jakých principech a zásadách je Stezka založena, o Klubu českých turistů nebo třeba o udržitelném turismu. Kniha je určena širokému čtenářskému publiku, protože na Stezku Českem může vyrazit opravdu každý. A pokud se na ni necítí, může si alespoň přečíst krásné a inspirativní příběhy těch, kteří překonali sami sebe a vydali se na trasu, která jim změnila život.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32925

Zdroj anotací: databazeknih.cz

Různé

Rozhovor s Dášou Czinege

V lednu pro vás v sále pod TyfloCentrem vystoupila zpěvačka s krásným hlasem paní Dagmar Czinege. Po koncertě jsme ji oslovili, jestli by byla pro udělat s námi krátký rozhovor. Ten vám nyní přinášíme. Než se začnete, ještě krátce popíšeme, kdo vlastně paní Czinege je. Pracuje jako ředitelka základní školy v Karviné. Krom své profese byla členkou různých regionálních hudebních uskupení, až ji oslovila ke spolupráci známá ostravská skupina Speciál, s níž v 80. letech zpívala Věra Špinarová.

1) Jak se zrodila spolupráce se Speciálem?

Se Speciálem zpívám 9 let a oslovil mě ke spolupráci kytarista, kapelník a skladatel v jednom Andonis Civopulos.

2) Zazpívala jste nám hity „Špinarky“, „Zagorky“ i Marie Rottrové. Znáte nebo znala jste některou z nich osobně?

Osobně jsem poznala pouze Marii Rottrovou na koncertě ve vítkovickém Gongu při příležitosti oslavy jubilea Českého rozhlasu Ostrava a ona tam zpívala s dětmi původní ostravské kapely Flamingo, bylo to moc příjemné setkání. Ostatní dvě dámy jsem nikdy osobně nepoznala.

3) K Vašemu repertoáru: Co se Vám nejobtížněji zpívá a proč a co máte nejraději?

Nejhůř se mi zpívají paradoxně ty nejjednodušší věci jako třeba Raketou na Mars (to jsem zazpívala i vám), ten text se mi hodně plete, musím se koncentrovat. Je to možná tím, že ty náročné věci si člověk lépe vštěpuje, anebo to s vámi více rezonuje, nevím. Raketou je pro mě opravdu oříšek, stejně tak třeba Slunečné pobřeží, není těžké je zpívat, ale ty texty... /smích/

4) Jak dokážete skloubit práci ředitelky školy a koncerty? Musí to být náročné.

Myslím si, že velkou výhodou je, že to jsou úplně jiné oblasti práce. Moje práce je náročná, to v každém případě, ale myslím si, že zvládat ji dobře mi pomáhá právě hudba. Jsou to odlišné interakce, a když zpívám, jsem v úplně jiném světě, a to mi pomáhá relaxovat.

5) Máte nějaké osobní či pracovní zkušenosti s lidmi se zrakovým handicapem?

Tak intenzivní zkušenost, jakou jsem prožila na koncertě pro vás, nemám a věřte mi, že to bylo úžasné. Zpívala jsem pro lidi, kteří opravdu poslouchali, úžasně vnímali a reagovali a moc jsem si to užívala. Bylo to krásné, i dnes, když si na to vzpomenu, mám povznášející pocit.

Jménem našich klientů děkujeme za pěkný rozhovor.

Březnová premiéra v NDM

Florentský slaměný klobouk (opera)

Poslední premiérou operního souboru NDM v této sezóně se stane komická opera skladatele proslulého především hudbou k filmům Federica Felliniho nebo filmové trilogii Kmotr. Ve stínu těchto oscarových a jiných ocenění však často zůstává Rotova pozoruhodná tvorba opusů symfonických, komorních i hudebně-dramatických. Mimořádným dokladem skladatelova všestranného hudebního talentu je také komická opera Florentský slaměný klobouk, jejíž libreto je inspirováno slavnou fraškou Eugèna Labiche a Marc-Michela. U nás si tento námět získal mimořádnou oblibu zejména díky filmovému zpracování Oldřicha Lipského z roku 1971 v hlavní roli s excelentním Milošem Kopeckým.

Příběh odehrávající se v Paříži poloviny 19. století vtahuje diváky do světa absurdních situací, záměn totožnosti a bouřlivého humoru. Sledujeme Fadinardův dobrodružný a chaotický svatební den poté, co jeho kůň sežere slaměný klobouk cizí ženy. Beznadějná snaha mladého ženicha nahradit klobouk dříve, než celá záležitost vyústí ve skandál, jej vede skrz sérii stále absurdnějších eskapád, v nichž je konfrontován s celou škálou barvitých postav. Rotova hudba plná živých melodií, důvtipné orchestrace a nápaditých hudebních motivů zdůrazňujících komediální prvky děje dokonale doplňuje rozmarnou povahu příběhu. Jde o skvěle vyváženou směs italské buffy, neoklasicistního stylu, hravé energie a skladatelova brilantního smyslu pro časování komediálních efektů. Florentský slaměný klobouk je jedním ze zásadních klenotů komické opery 20. století a jeho rozkošná hudba, nadčasový humor a nezadržitelná radost ze života teď v české premiéře přichází i k vám.

Česká premiéra 13. března 2025 v Divadle Antonína Dvořáka
Uvádíme v italském originále s českými a anglickými titulky

Zdroj: ndm.cz

Sociálně-právní poradna

(Ne)účtování poplatku za výběr hotovosti u pokladen České spořitelny

Česká spořitelna má dle aktuálního ceníku zpoplatněn výběr hotovosti u pokladen na svých pobočkách částkou 125,- Kč. Ta není účtovaná, pokud je klientovi, který transakci provádí, 70 a více let. Žádná další úleva od poplatku, např. pro osoby se zdravotním znevýhodněním, není Českou spořitelnou stanovena. Jak zjistilo naše TyfloCentrum ve spolupráci s pražskou poradnou SONS, důvodem je její záměr nerozdělovat své klienty do skupin na základě zdravotního stavu.

Banka však ve svých interních postupech myslí na osoby se zrakovým postižením, v důsledku kterého nemusejí být schopny vybrat hotovost osobně

v bankomatu a bez asistence. V těchto případech doporučujeme využít služeb pokladny tak, jak jste zvyklí, s tím, že pokladník má možnost v systému České spořitelny "zakliknout" neúčtování poplatku.

Pokud byste se i přesto setkali s tím, že Vám bude tento poplatek účtován, je možné obrátit se na linku týmu ombudsmana (telefonní kontakt: 956 717 718) a vyřídit zde vrácení poplatku.

Zdroj: Eva Drábková

Deset novinek platných od ledna 2025

1. Minimální měsíční mzda při plném úvazku je 20 800 Kč.
2. Účast na zdravotním a sociálním pojištění pracovníkovi vznikne, jestliže hrubý výdělek u jednoho zaměstnavatele dosáhl měsíčně minimálně 4 500 Kč při pracovním poměru a dohodě o pracovní činnosti a 11 500 Kč při dohodě o provedení práce.
3. Výdělečně činní starobní důchodci za sebe nemusí platit sociální pojištění ve výši 6,5 % z vyměřovacího základu a tím se zvýší jejich čistý příjem; současně se ruší práce takzvaně „na procenta“ u starobních důchodců, pobírajících důchod v plné výši.
4. Osoby samostatně výdělečně činné a pracovníci na dohodu konanou mimo pracovní poměr mohou čerpat i krátkodobé ošetřovné za podmínky minimálně tříměsíční účasti na nemocenském pojištění.
5. Digitální vyřízení dalších dávek nemocenského pojištění v systému eDávky (dosud jen nemocenská).
6. Digitální evidence dosažení limitu u doplatků na léky v systému eRecept.
7. Možnost přihlásit se do evidence uchazečů o zaměstnání a požádat o podporu v nezaměstnanosti on-line v systému Jenda.
8. V zařízeních sociální péče se maximální denní cenový limit za ubytování zvyšuje na 315 Kč, za celodenní stravu na 260 Kč.
9. Doba pro obnovení nároku na vdovský/vdovecký důchod se prodlužuje na 5 let od skončení předchozí výplaty.
10. Zvyšuje se věk odchodu do řádného starobního důchodu nad stávající strop 65 let pro občany narozené po roce 1965, a to postupně vždy o jeden měsíc ročně až do věku 67 let. Opozice deklaruje změnu na původní stav, pokud bude mít úspěch ve volbách.

Zdroj: [sons.cz](https://www.sons.cz)

Informace k bílým holím a koncovkám

Státní ústav pro kontrolu léčiv potvrdil jako správný postup zdravotních pojišťoven, pokud při proplácení poukazů do limitu tří kusů za rok zahrnují jak hole, tak i koncovky k holím. Konkrétně uvádí:

„Do úhradové skupiny jsou zařazeny i rotační a keramické koncovky k bílým (červenobílým) orientačním holím. Jelikož jsou tyto koncovky zařazeny současně do stejné úhradové skupiny, která je primárně určena pro bílé hole - signalizační a orientační, platí souhrnně u všech těchto prostředků uvedený množstevní limit. V praxi tedy lze předepsat z této úhradové skupiny jen 3 kusy zdravotnických prostředků v libovolné kombinaci, například 1 bílou hůl a 2 koncovky, nebo 2 bílé hole a 1 koncovku nebo 3 hole a žádnou koncovku, případně jinou kombinaci. Bohužel v současné době neexistuje úhradová skupina určená speciálně pro koncovky, do které by mohly být uvedené koncovky přeřazeny a čerpat tak úhradu dle samostatného limitu.“

Vzhledem k tomu, že jmenovaný ústav má v problematice úhrad zdravotnických prostředků takřkajíc poslední slovo, nelze než jeho stanovisko vzít na vědomí.

Zdroj: [sons.cz](https://www.sons.cz)

Společenská rubrika

Blahopřání jubilantům

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

Tyflovařečka

Strouhaný řez

40 dkg hladké výběrové mouky

25 dkg Vise

15 dkg mletého cukru

3 lžíce kakaa

1 žloutek

1 vanilkový cukr

1 prášek do pečiva

Vše smíchat dohromady, pak rozdělit na dvě části.

Nechat chvíli v chladničce.

Náplň:

25 dkg mletého cukru

3 tvarohy

1 lžíce solamylu

1 vanilkový cukr

3 žloutky

sníh ze 4 bílků

Na vymazaný a moukou vysypaný plech nastroihat jednu část těsta, rozetřít náplň a nastroihat druhou část těsta.

Péct asi 25 minut.

Zdroj: Marie Rojáková

Recepty únorových Tyflovařeček:

Minikarbanátky s houbovou omáčkou

Karbanátky:

250 g mletého vepřového masa

20 g selského špeku

1 vejce

3 lžíce strouhanky

sůl (dle chuti)

čerstvě mletý pepř

půl lžičky uzené papriky

1 lžičku solamylu

sádlo na smažení (nebo olej)

Omáčka:

25 g másla

25 g hladké mouky

300 ml hovězího vývaru

2 hrsti sušených lesních hub

sůl (dle chuti)

čerstvě mletý pepř

1 špetka drceného kmínu

Sušené houby namočíme do misky s vlažnou vodou a necháme stranou.

Z uvedených surovin smícháme směs na karbanátky a mokrou rukou vytvoříme 9 minikarbanátků, Ø 5 cm. Poté je obalíme ve strouhance a osmažíme na sádle dozlatova (smažením se trošku zmenší).

Osmažené dáme na talíř s papírovou utěrkou odsát přebytečný tuk, uchováme teplé.

Do rozehráté hluboké pánve na sníženém stupni tepla dáme máslo a zpěněné zasypeme moukou. Za stálého míchání pozvolna usmažíme zlatavou jíšku, poté maličko osolíme, aby se nedělaly žmolky a zalijeme polovinou studeného vývaru.

Mícháme metličkou do zhoustnutí, přilijeme další vývar a znovu dobře rozmícháme. Přivedeme k varu a přilijeme namočené houby i s vodou. Dochutíme solí, kořením a za občasného míchání na mírné teplotě necháme zvolna probublávat cca 20 minut.

Minikarbanátky s houbovou omáčkou podáváme s knedlíky, rýží nebo těstovinami.

Zdroj: toprecepty.cz

Luxusní a rychlý makovník

3 hrnky hladké mouky (příp. 1,5 hrnku hl. mouky + 1,5 hrnku polohr. mouky)

1,5 hrnku cukru

1 kypřicí prášek

1 vanilkový cukr

1 vejce

1 hrnek oleje

2 hrnky mléka

1,5 hrnku mletého máku (stačí i 1 hrnek)

2 lžíce marmelády

Na vymazání plechu:

tuk

hrubá mouka

Plech vyložíme pečicím papírem, nebo vymažeme tukem a vysypeme hrubou moukou.

Smícháme dohromady všechny sypké suroviny, pak přidáme tekuté a důkladně promícháme.

Těsto rozetřeme na připravený plech, vložíme do předehřáté trouby a pečeme cca 25 minut při 170 °C.

Hotový moučník po vychladnutí nakrájíme na řezy a lehce pocukrujeme.

Zdroj: toprecepty.cz

Trénink paměti

Vymýšlení slov dle zadání

Vymyslete, co nejvíce slov:

- označujících zvířata, kde není obsaženo písmeno A (Á)
- označujících ženská jména, kde není obsaženo písmeno E (É, Ě)
- označujících moravská města, kde není obsaženo písmeno I (Í)
- označujících květiny, kde není obsaženo písmeno O (Ó)
- označujících české řeky, kde není obsaženo písmeno U (Ů, Ú)
- označujících mužská jména, kde není obsaženo písmeno Y (Ý)

Zapomenutá povolání

Přiřadte k sobě dřívější povolání (pod číselným označením) a jejich vysvětlení (pod písemným označením)

1. cajkář
2. jirchář
3. jílovník
4. kolšíř
5. profous
6. ohánečník
7. sanytrník
8. nunvář
9. dráteník
10. krumplář
11. truplař
12. konvář
13. platněř
14. pohodný
15. sekerník

A. člověk, který rýžoval zlato

B. tkadlec, který vyráběl hrubou režnou látku

C. ras, který chytal potulující se zvířata a odstraňoval uhynulá zvířata

- D. správce vězení v dřívější armádě
- E. kovář, který vyráběl brnění
- F. zvěrokleštič
- G. topič v huti
- H. cihlář
- I. řemeslník, který vyráběl cínové nádoby
- J. tesař, který se specializoval na výrobu dřevěných strojů a zařízení, především mlýnů a hamrů
- K. řemeslník, který zpracovával kůže pomocí roztoku kamence
- L. řemeslník, který vyráběl kuchyňské předměty z drátu a opravoval prasklé nádoby
- M. řemeslník, který vyráběl vějíře z peří
- N. řemeslník, který vyráběl střelný prach
- O. řemeslník, který vyráběl pohřební štíty a vyšívání roucha

Řešení z minulého čísla

První a poslední slabiky s legendou

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

DIS - - - CE

vzdálenost – distance

DIS - - - - CE

vlohy – dispozice

rozmístění, změna polohy – dislokace

vědecká rozprava – disputace

rozdíl, odlišnost – distinkce

DIS - - - - - CE

rozdělování, rozdávání – distribuce

DIS - - - - - - CE

nepoměr – disproporce

nesrovnalost – diskrepance

DIS - - - - - - - CE

omezení práv určité skupině – diskriminace

ztráta důvěry – diskreditace

DIS - - - - - - - - CE

přijetí do péče – dispenzarizace

vyřazení ze sportovní soutěže kvůli porušení podmínek – diskvalifikace

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 rukavice.
O svatém Tomáši bředne sníh na kaši.
V dubnu hrom – nebojí se mrazu strom.
V říjnu mráz a větry, leden, únor teplý.
Na svatého Václava bývá bláta záplava.
Svatý Václav v slunci září, sklizeň řípy se vydaří.
V lednu sníh a bláto, v únoru tuhé mrazy za to.
Leden studený, duben zelený.
Na svatou Kateřinu schováme se pod peřinu.
Když se v máji blýská, sedlák si výská.
V lednu silný led, v květnu sladký med.
Není-li prosinec studený, bude příští rok hubený.
Martinův led bude vodou hned.
O svatém Edmundu Kampiáně ledový vítr fičí na stráně.
Jaké počasí na svatého Ladislava bývá, takové se příštích sedm neděl skrývá.
Hodně-li duben větrem duje, stodola se naplňuje.

Kontaktní údaje

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

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
mobil: 776 069 142

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

Bc. Zuzana Kielarová – sociální pracovníce
e-mail: kielarova@tyflocentrum-ova.cz
mobil: 770 175 831

Michal Štefanovič – lektor pro zácvik práce s elektronickými kompenzačními pomůckami
e-mail: 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
mobil: 774 731 337

Jana Dvorská – účetní
e-mail: dvorska@tyflocentrum-ova.cz
mobil: 733 553 083

Mgr. Petra Becherová – fundraiser
e-mail: becherova@tyflocentrum-ova.cz
mobil: 774 731 330

Mgr. Bc. Eva Drábková – metodička
e-mail: drabkova@tyflocentrum-ova.cz
mobil: 774 731 334

Služby TyfloCentra podporují

Moravskoslezský kraj

Statutární město Ostrava

Projekt „Zpřístupnění veřejného prostoru a odstranění architektonických bariér“ je realizován z rozpočtu statutárního města Ostravy ve výši 40 000 Kč
Projekt „Plavání pro osoby se zrakovým postižením - dofinancování“ je realizován z rozpočtu statutárního města Ostravy ve výši 25 000 Kč

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 dárci