

TAKTO TO VIDÍ SLABOZRACÍ



Číslo 2

 Říjen 2017

**Adresa SONS Oblastní odbočka Chrudim:**

**Městský park 274, 537 01 Chrudim**

**1. patro, číslo dveří 23.**

**telefon: 777 498 714**

**e-mail:** **chrudim-odbocka@sons.cz**

**web:** [**https://www.sons.cz/chrudim**](https://www.sons.cz/chrudim)

**Kontaktní dny:**

**Pondělí od 9:00 - 12:00; 13:00 - 14:30hod**

**Pracovníci odbočky:**

**Jana Bubáková**

 **Ing. Daniela Peřinová**

**Hana Pleskotová**

**Redakční rada časopisu Maják:**

 **Ing. Milan Mlateček**

**Ing. Daniela Peřinová**

**Alena Nová**

**Hana Pleskotová**

**Redakční email:** **casopis.majak@post.cz**

**Případné dotazy a připomínky jsou vítány.**

Akce na říjen: 2017 Chrudim a Pardubice

3. 10. Úterý v 9,00 hod. se sejdeme v Pardubicích v TC na přednášce „Jak zachránit život“. Nahlaste se v TC.

5. 10. Čtvrtek v 10,00 hod se sejdeme před plaveckým bazénem v Pardubicích. Čeká na nás relaxace ve vířivce. Pak obídek.

12. 10. Čtvrtek v 8,45 hod. se sejdeme na vlakovém nádraží v Pardubicích. Zvu vás na celodenní výlet do Turnova. Zde si prohlédneme tamní museum se spoustou překrásných kamenů. Oběd bude hned po vystoupení z vlaku. Je tam opravdu pěkná restaurace. Zpět se budeme vracet z Turnova 15. 41 hod. V Pardubicích jsem v 17. 27 hod.

17. 10. Úterý v 9,30 hod. se sejdeme na autobusovém nádraží. Pardubáci si pro nás připravili netradiční prohlídku města. Podíváme se do lesoparku. Vezměte si vhodnou obuv. Určitě procházku zakončíme obědem.

18. 10. Středa v 9. 30 hod. se sejdeme v kanceláři v Chrudimi. Při společenských hrách si vyrobíme vánoční svícen. Vezměte si sebou silnější svíčku světlé barvy vysokou asi 6 cm. Budeme na ni lepit obtisky.

20. 10. Pátek v 8. 20 hod. se sejdeme v kanceláři na zpívání.

25. 10. Středa v 9.30 hod. Povídání o zdraví: jak si nejdéle udržet duševní svěžest.

27. 10. Pátek v 9. 30 hod. se sejdeme na autobusovém nádraží v Chrudimi. Ostatní přijdou na Stromovku v 10. 30 hod. Odehrajeme bowling a poobědváme.

Na listopad chystám posezení v restauraci, kde si pochutnáme na svatomartinské huse.

PROSÍM NEHLASTE SE MI DO 16. 10. ABYCH OBJEDNALA POČET PORCÍ. DĚKUJI.

Těším se na naše setkání Jana Bubáková

V říjnu oslaví narozeniny:

20. 10. Petr Šulc

Srdečně blahopřejeme a přejeme vše nejlepší!

Informace ze střediska výcviků vodicích psů v Jinonicích

Středisko výcviků vodicích psů v Jinonicích pro vás bude připravovat krátké zprávy o novinkách ve Středisku, které budete dostávat v nepravidelných intervalech.

První zpráva je ze dne 28. 8. 2017. Fenka SVVP Natalie čeká štěňátka. Sonograf nám ukázal pět štěňátek, což podle odborníků znamená, že jich bude deset. Porod očekáváme na konci září. Samozřejmě o nových přírůstcích budete informováni.

Se srdečným pozdravem

Věra Hrádecká a tým pracovníků SVVP

Stávající euroklíč pomalu končí

 Zhruba před půl rokem informovaly webové Vozíčkářské noviny o zahájení plošné výměně eurozámků: zastaralé vložky postupně nahradí čtečky čipových karet. Elektronický euroklíč bude vystaven na konkrétní jméno a mimo dalších bezpečnostních prvků bude obsahovat také čtečku otisků dlaně a očního pozadí držitele. Podle Evropské unie (EU) se tím má zabránit zneužívání klíče, tj. půjčování zdravým osobám. Většinu souvisejících změn a doplňků běžný

uživatel prakticky nezaregistruje. Na druhou stranu budou muset mít nový typ eurozámku vstupy do všech bezbariérových toalet včetně bytů a rodinných domů s celkovou obytnou plochou přesahující 30 m². Italské město Pisa (proslulé svou šikmou věží) se do konce roku stane sídlem evropského dohledového a koordinačního centra, kde se bude za pomoci satelitní sítě monitorovat používání euroklíčů.

Zdroj publikováno: Abiolympijský zpravodaj číslo 4/2017

Vydává Česká abilympijská asociace, z.c.

Tento článek vede k zamyšlení, zda nebudeme monitorování jako trestanci. Potřebuje někdo vědět, zda využíváme toaletu v Paříži,  Berlíně, nebo v Praze? Co když za čas se to bude týkat i jiných věcí, třeba parkovacích karet.

 Hana Pleskotová

Napsali o nás

deník Týdeník Chrudimsko Sobota 9. září 2017

Nevidomí získali nové prostory

Chrudim - Chrudimská odbočka Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých ČR připravuje na polovinu září oficiální a slavnostní otevření svých nových prostor v 1. patře budovy u chrudimského Městského parku. „Rádi bychom při otevření poděkovali všem, co nám pomohli. Přítomni budou zástupci měst Chrudim, Hlinska, Heřmanova Městce a naši sponzoři,“ uvedl organizátor akce Chrudimák Milan Mlateček. Otevření nových prostor pobočky se odehraje v úterý 19. září a Chrudimský deník z

něj přinese reportáž, (man)

deník Týdeník Chrudimsko Úterý 12. září 2017

 Co se chystá

 Ztrátou zraku život nekončí

Nevidomí a slabozrací mají v Chrudimi zastání.

Chrudim - Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR (SONS) sdružuje slabozraké a nevidomé s celostátním působením. Jednotlivé odbočky jsou prakticky ve všech větších městech a jedna z nich je i v Chrudimi. Ta se brzy přestěhuje do nových

prostor.

 „Hlavním cílem je na dobrovolné bázi sdružovat lidi se

zrakovým postižením, také za účelem vzájemné pomoci a

solidarity. Máme několik klubů jako například maséry, klub vodících psů a výcvikové středisko, klub zpívání a různá poradní střediska zahrnující prakticky všechny oblasti běžného života,“ říká Milan Mlateček z chrudimské organizace SONS.

 Odbočka Chrudim sídlí v budově městského parku v 1. patře č. dveří 23. Kontaktní den je každé pondělí od 9 do 12 hodin a od 13 do 14.30 hodin, a také ve středu od 8 do 12 hodin. Na dveřích budovy je také umístěna info tabule s telefonním číslem pracovnice

paní Bubákové.

 Slavnostní otevření nových prostor proběhne v úterý 19. září od od 15.30 hodin v 1. patře budovy městského parku

za přítomnosti zástupců Města Chrudim, Heřmanova Městce a Hlinska. Dále budou přítomni sponzoři a zástupci pražského prezídia.

 „Chceme poděkovat všem zúčastněným za projevenou empatii a přízeň. Vážné poškození nebo ztráta zraku je v životě každého člověka velké trauma. Je třeba se tomu postavit čelem a čelit nepřízni osudu. Náš život tímto nekončí, naopak začíná jiný. Musíme se naučit svět vnímat jinak, než ho vidí ostatní lidé. Naučit se orientovat v domácím prostředí a bydlišti. Naučit se pracovat s kompenzačními pomůckami, abychom se stali co nejvíce soběstačnými. Nevidomý nemusí zůstat sedět doma a bědovat nad svým osudem, trápit se nad tím, co nikdy nezmění. Je to jen a jen na něm jak se rozhodne. Nikdo není ve svém osudu sám, je nás víc,“ připomíná Milan Mlateček.

 Organizace SONS Chrudim je tu podle něj pro ty, kdo chtějí dál smysluplně žít a najít nové přátele. „Pořádáme spoustu aktivit: Chodíme na turistické výlety do přírody, hrajeme Bowling, chodíme plavat, navštěvujeme solnou jeskyni. Máme kroužek zvukové střelby. I se zrakovým postižením lze dělat různé ruční práce.

Kdo rád zpívá a je veselé povahy, jistě uvítá kroužek zpívání. S vidícími dobrovolníky můžeme luštit křížovky, hrát šachy. Je toho tolik, co nevidomý může dělat. Proč se uzavírat v šedém světě, když život je plný barev. Přijďte mezi nás,“

vyzývá Milan Mlateček. (man)

Jak se plní sny.

 Začnu tak trochu od konce. Dne 19. 9. tohoto roku jsme oficiálně a slavnostně otevřeli nové prostory naší odbočky SONS v Chrudimi za účasti starosty města Chrudim pana Mgr. Petra Řezníčka, sponzorů naší odbočky a za přítomnosti našeho prezidenta Mgr. Václava Poláška. Samotný večer byl ovšem jenom vyvrcholením naší snahy a myslím i příjemným završením zhruba roční práce.

 Ohlédnu-li se nyní za sebe, tak si vzpomínám, že na počátku všeho bylo jedno povzdechnutí nad tím, že prostor, který sloužil jako kancelář, šatna, kuchyň a klubovna v jednom je nám těsný. A tak se stalo, že jsme se začali poohlížet po něčem lepším, hezčím a hlavně větším. Přicházeli jsme postupně s nápady, prohlédli několik nabídek a nakonec jsme je všechny zamítli. Důvody byly různé. Od vysokého nájemného, přes špatnou dostupnost až po různá omezující nařízení pro naši činnost.

 Jednoho dne, se ale cosi stalo a poté už následoval jeden rozhovor za druhým, jednání s radnicí, s Panem starostou atd. Všechny dveře se začaly jakoby sami otevírat a vše vyústilo v nabídku parádních prostor ze strany správy majetku města Chrudim. Osobně jsem byl nadšen tím, že zhruba dvouměsíční práce nevyšla vniveč. Konečně, když podporu přislíbilo pražské prezídium a chrudimská radnice tak jsem si doslova oddechl a současně začal formovat sny v konkrétní představy. Ty jsem navrhli na radě a všichni k nim přidali svoje skromné nápady a připomínky. Tak se zrodila konkrétní vize našich nových prostor. Moje nadšení nemalou měrou podpořilo i město. Přislíbilo před předáním a podpisem smlouvy vymalovat, zavést teplou vodu na mytí rukou a připojit kuchyňku na vodu a odpad. Prostě něco o čem se nám všem před půl rokem mohlo jen zdát.

 Začal květen. Básníci to mají lehké. Pro ně je máj lásky čas. Pro některé z nás to byl naopak čas strávený pobytem v Jánských lázních. Nu a já jsem si v duchu na květen vypracoval harmonogram prací na nové klubovně. Město mi poskytlo partu řemeslníků, kteří provedli již výše zmíněné úpravy. A zde bych rád poděkoval Panu Ing. Stuchlíkovi za pomoc, snahu a odvedenou práci. Jen díky němu se podařilo harmonogram prací příliš nepřekročit. Mou radost malinko zkazily drobné problémy s úklidovou agenturou, která nejprve přislíbila pomoc, ale na poslední chvíli se omluvila pro nedostatek času. Nažhavili jsme tedy telefony a společným úsilím se nám podařilo vše napravit a prakticky časový skluz dohnat. S přestěhováním nábytku a inventáře pomohli skauti z Heřmanova Městce, kterým patří velký dík.

 Pro naše členy jsme otevřeli odbočku již v polovině června a bylo to setkání velice příjemné. Zazpívali jsme si, popovídali a vzájemně přiživili a obohatili naše sny o nové poznatky, představy a přání našich členů. A že jich je pořádná hromada? Nevadí, bereme to na radě jako výzvu. Osobně si myslím, že pokusit se splnit tato přání je naší velmi příjemnou povinností.

 Závěrem chci za sebe poděkovat všem, těm, kdož se na plnění snů podílejí, těm kteří nás podporují a těm, kteří se pouze shovívavě pousmějí, když se něco hned na poprvé nepodaří.

Tak tedy díky, hlavu vzhůru a vstříc novým výzvám.

M. M.

Pozvánky na akce v našem okolí

XXXXV. (předvánoční) mezinárodní výstava minerálů. Prodejní a výměnná výstava minerálů, šperků a fosílií. Vstupné 30,- děti a důchodci 10,- Kč.

Sobota 25. listopadu 2017 8 – 14 hodin

Pardubice Gorkého 2573 Dům kultury Dukla

Vánoce Dagmar Peckové a orchestrem Barocco sempre giovane TRADIČNÍ SVATOŠTĚPÁNSKÝ KONCERT Sukova síň Domu hudby v Pardubicích úterý 26. prosince 2017 v 17. hodin. Předprodej: Turistické informační centrum Pardubice a v síti TICKETPORTAL

Recepty na vaření

Houbové omelety

200 g žampionů

1 cibule

4 vejce

4 lžíce hladké mouky

1/4 l mléka

 sůl

 mletý pepř

 petrželka

 kmín

 máslo

Postup:

Žampiony sloupneme, nakrájíme na plátky a podusíme na másle na zpěněné cibuli s kmínem. Vejce rozklepneme a žloutky oddělíme od bílků. Žloutky rozmícháme s mlékem, moukou, solí, pepřem, petrželkou a vmícháme podušené houby. Z bílků ušleháme tuhý sníh a lehce zapracujeme do žloutkové směsi. Postupně upečeme na máslem vymazané pánvi 4 omelety. Ozdobíme sterilovanou okurkou a rajčaty a podáváme buď samostatně, nebo s vařenými brambory.

Pomazánka z červené řepy

250 g pečené řepy

2 lžíce riccoty

1 lžička strouhaného křenu

1 lžička citronové šťávy

sůl

50 g vlašských ořechů

Postup:

Upečenou řepu oloupeme a nastrouháme, dáme do mísy spolu s riccotou, křenem, citronovou šťávou a ořechy. Vše dobře promícháme a podle chuti ještě dosolíme. Pomazánku můžeme zjemnit lžičkou olivového oleje.

Nakonec něco pro zasmání

„Jak se cítíš v manželství?“

„Omládl jsem o deset let. Úplně jako když je mi patnáct. Piju a kouřím zase tajně.“

Muž a žena si v posteli užívají sex.

V tom zazvoní telefon a žena ho zvedne.

Chvíli poslouchá a potom řekne: „Ano, ano, dobře,“ a položí ho.

„Kdo to byl,“ zeptal se partner.

„Ale jen manžel volal, že přijde později, protože hraje s tebou karty.“

A závěrem jeden citát

Chudý a slepý mají podobný osud: slepý nevidí nikoho, chudého nikdo.

Friedrich von Logan