



# KUKÁTKO

2/2019

vydáno: 20. 2. 2019

vydává:  
TyfloCentrum Pardubice, o.p.s.  
nábř. Závodu míru 1961  
530 02 Pardubice

**OBSAH:**

<b>Obsah .....</b>	<b>2</b>
<b>Adresář .....</b>	<b>3</b>
<b>Co je u nás nového .....</b>	<b>4</b>
<b>Pobyt v Poděbradech .....</b>	<b>4</b>
<b>Cyklopobyt na dvojkolech .....</b>	<b>5</b>
<b>Sociálně právní poradenství .....</b>	<b>6</b>
<b>Informace o akcích.....</b>	<b>6</b>
<b>Jarní salát s klíčky .....</b>	<b>13</b>
<b>Jak na klíčky a výhonky .....</b>	<b>14</b>
<b>Představujeme vám kompenzační pomůcky .....</b>	<b>17</b>
<b>Naši partneři .....</b>	<b>20</b>



**TYFLOCENTRUM PARDUBICE, o.p.s.**  
nábř. Závodu míru 1961, 530 02 Pardubice  
tel.: 466 500 615  
e-mail: [pardubice@tyflocentrum.cz](mailto:pardubice@tyflocentrum.cz)  
[www.tcpce.cz](http://www.tcpce.cz)

**ÚŘEDNÍ HODINY:** Pondělí 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00  
Úterý 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00  
Středa 8:00 – 12:00, 13:00 – 16:00  
Čtvrtek 8:00 – 12:00

\*\*\*\*\*

**PRACOVIŠTĚ CHRUDIM:**  
Městský park 274, 537 01 Chrudim  
tel.: 469 623 368

**ÚŘEDNÍ HODINY:** Středa 8:00 – 12:00, 12:30 – 15:00  
Čtvrtek 8:00 – 12:00

\*\*\*\*\*

**PRACOVIŠTĚ VYSOKÉ MÝTO:**  
Plk. B. Kohouta 914, 566 31 Vysoké Mýto  
tel.: 774 415 173

**ÚŘEDNÍ HODINY:** Čtvrtek 8:30 – 13:00

## CO JE U NÁS NOVÉHO

Děkujeme, že nám pomáháte tvořit Kukátko a přispíváte svými články. Abychom je mohli uveřejnit, je třeba nám je doručit do uzávěrky, která je pro následující Kukátko ve středu 10. dubna 2019.

## POBYT V PODĚBRADECH

V letošním roce opět chystáme pobyt v Poděbradech pro angličtináře i lázeňáky. Předpokládaný termín konání pobytu je tentokrát plánován od neděle 3. listopadu do středy 6. listopadu 2019.

Pobyt bude opět koncipován dvojím způsobem, dle vašeho zájmu. Pro angličtináře bude zajištěna výuka anglického jazyka pod vedením Lenky Vaněčkové. Pro ostatní se bude jednat o tradiční lázeňský pobyt. Předpokládaná cena pobytu je 2 340 Kč. Zahrnuje ubytování, plnou penzi a tři lázeňské procedury. Cena s plnou penzí bez procedur činí 2040 Kč.

Doprava na místo je vlastní, případně doporučeným vlakovým spojem. Návlek tras na procedury, do restaurace na jídlo a odpolední program zajistí zaměstnanci TyfloCentra Pardubice. Potřebujete-li průvodcovskou službu, vezměte si svého průvodce, případně je možné objednat si průvodcovskou službu v TyfloCentru Pardubice. Chcete-li si objednat průvodcovskou službu, dejte nám při nahlašování vědět. Váš zájem o účast na pobytu nahlaste, prosím, do 1. dubna 2019.

Na společný pobyt se těší kolektiv pracovníků  
TyfloCentra Pardubice, o.p.s.

## CYKLOPOBYT NA DVOJKOLECH

V letošním roce v rámci projektu „Jezdíme na dvojkolech 2019“, kam patří jak jednodenní cyklovyjížd'ky, tak cyklopobyty, chystáme pro zdatné dvojkolisty pětidenní cyklopobyt, který se s největší pravděpodobností uskuteční v Bítovanech v penzionu U Nováků.

Předpokládaný termín konání cyklopobytu je od pondělí 19. srpna do pátku 23. srpna. Novinkou letošního roku je „cyklopobyt pro začátečníky“, který nebude pobytem v pravém slova smyslu, ale bude se jednat o tři jednodenní cyklovyjížd'ky ve třech dnech po sobě jdoucích, a to s největší pravděpodobností v termínu 16. – 18. září (pondělí až středa). Stejně jako v loňském roce, tak i v letošním bude projekt realizován za pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška, a to ve výši 25 000 Kč.

Předpokládaná cena pětidenního pobytu je 1 500 Kč (4 noci ubytování s polopenzí). Předpokládaná cena průvodcovské a předčitatelské služby je cca 1 500 Kč.

V tuto chvíli se však jedná o předběžné informace, kdy podrobnosti si budete moci přečíst v příštím čísle Kukátka. Váš předběžný zájem nám však sdělte v průběhu měsíce března a dubna do pardubického TyfloCentra a s ním i požadavek na vodiče. Tato výzva platí pro cyklisty mající zájem o pětidenní pobyt i pro ty, kteří chtějí zkusit jezdit tři dny po sobě v září. Sportu zdar a cyklistice zvláště!



Nadační fond  
Českého rozhlasu

## **SOCIÁLNĚ PRÁVNÍ PORADENSTVÍ**

### **ZVÝŠENÍ PŘÍSPĚVKU NA PÉČI VE TŘETÍM A VE ČTVRTÉM STUPNI**

Senátoři před časem schválili novelu zákona o sociálních službách, která zvedá příspěvek na péči pro osoby ve třetím a čtvrtém stupni závislosti, které nevyužívají pobytové sociální služby. Od 1. dubna 2019 stoupne příspěvek na péči pro čtvrtý stupeň závislosti na 19 200 Kč (nyní 13 200 Kč). Od 1. července stoupne také příspěvek na péči pro třetí stupeň závislosti o 4 000 Kč, to znamená, že příspěvek bude vyplácen ve výši 12 800 Kč u lidí mladších 18 let a ve výši 13 900 Kč pro lidi starší 18 let. Zvýšení příspěvku v obou stupních proběhne automaticky, není tedy třeba podávat žádost.

Pracovníci TyfloCentra Pardubice, o.p.s.

### **INFORMACE O AKCÍCH**

Na akce se hlase od pondělí 4. března 2019.

#### **12. 3. Filtrovaná káva poslepu**

Káva nás provází v každodenním životě, ať již v podobě espressa na straně jedné nebo v podobě instantní kávy na straně druhé. Dvěma nejobvyklejšími odrůdami kávy jsou Robusta a Arabika.

Při našem setkání zažijete a vyzkoušíte si dva způsoby přípravy filtrované kávy za pomoci Aeropressu a elektrické moka konvičky, které jsou jednoduché a vhodné i pro přípravu zcela poslepu. Pro oba způsoby přípravy je vhodná káva hrubě mletá a čerstvě mletá. Proto si ji

nameleme přímo na místě na kvalitním ručním mlýnku Porlex mini.

Budete si moci sami odzkoušet přípravu kávy včetně mletí. Můžete si přinést vlastní zrnkovou kávu. Budete moci sami ochutnat, jaké jsou rozdíly chuti káv při různých způsobech přípravy.

Celou aktivitou vás bude provázet Michal Krch, milovník dobré kávy, který se naučil připravovat kávu podle své chuti. A protože je sám nevidomý, může se s vámi podělit o své tipy a zkušenosti, jak si dobrou a kvalitní kávu samostatně připravit.

### **19. 3. Beseda s Danou Stoklasovou, ředitelkou TyfloCentra Pardubice**

Dovolte nám pozvat vás, tak jako každý rok na přátelské setkání a popovídání s ředitelkou TyfloCentra Pardubice. Cílem letošní besedy bude informovat vás o návaznosti služeb pro lidi se zrakovým postižením v Pardubickém kraji tak, abyste věděli, s čím se můžete na koho obrátit. Budeme mluvit o TyfloCentru, SONSu jakožto zakladateli TyfloCenter, o odbočkách SONSu působících v regionu, o Tyfloservisu a o dalších jiných organizacích pomáhajících lidem se zrakovým postižením v našem regionu. Tématu návaznosti služeb bude věnována první část besedy, kde také zazní novinky ze sociálně právního poradenství, kdy novinky se v tuto chvíli týkají zejména zvýšení příspěvku na péči ve III. a IV. stupni.

Ve druhé části se budeme věnovat hodnocení služeb TyfloCentra Pardubice a případným návrhům na zlepšení. V závěru se společně s vámi podíváme na výhled a plán poskytovaných služeb na podzim letošního roku a jaře příštího roku, jedná se především o přípravu plánu na zajištění některých skupinových sociálně aktivizačních aktivit a aktivit sociální rehabilitace. Pokud se chcete podílet na hodnocení a tvorbě sociálních služeb

**TyfloCentra Pardubice, přijďte v devět hodin 19. března do prostor organizace a sdělte svůj názor. Budeme za něj moc rádi.**

**Na besedě také budou přítomni i ostatní pracovníci TC Pardubice, včetně vedoucí sociálních služeb Markéty Tamchynové, kdy všichni budeme připraveni odpovídat na vaše případné dotazy.**

**Na vaši účast se těší celý kolektiv pracovníků TC Pardubice**

### **21. 3. Kafičko s fotkami z plesu**

**Chcete si připomenout ples TyfloCentra Pardubice, nebo jste se nemohli zúčastnit a jste zvědaví, jak ples probíhal? Opět tu pro vás máme výběr fotek z našeho jubilejního desátého plesu. Ples byl na téma narozeninové párty, protože je vyvrcholením oslav k 15. narozeninám TyfloCentra Pardubice. Přijďte si připomenout a prohlédnout plesovou atmosféru a podívat se na šaty a kostýmy, ve kterých se přišli lidé pobavit. Fotky budou k prohlédnutí na tabletech, na kterých se dají zvětšit, a rádi vám poskytneme k fotkám i komentář. Těšíme se na společné prohlížení.**

### **2. 4. Snadné cestování MHD v Pardubicích – 1. část (teorie)**

**Na duben jsme si pro vás připravili dvě aktivity, díky kterým můžete snadněji cestovat městskou hromadnou dopravou. První aktivita, která se uskuteční 2. dubna od 9 hodin v pardubickém TyfloCentru, bude více teoretická a ta druhá 9. dubna, která se uskuteční na pardubickém terminálu na přednádraží, bude praktická.**

**Na prvním setkání vás seznámíme s praktickými informacemi a zásadami snadného cestování MHD, kdy se např. dozvíte, jak by mělo správně vypadat nastupování a vystupování z vozu MHD, na jaké doklady byste při**



cestování MHD neměli zapomenout nebo jakých pomůcek můžete pro snadnější cestování využít. Také vám přineseme odpovědi na další otázky spojené s cestováním. Víte například, že některé zastávky jsou na znamení? Víte, kde jsou ve voze tlačítka a jak je použít při ohlášení zastávky na znamení? Přijďte a získajte praktické rady a informace pro cestování MHD, které si budete moci nacvičit v praktické části besedy v přistaveném autobusu, 9. dubna 2019.

#### **9. 4. Snadné cestování MHD v Pardubicích – 2. část (praktický nácvik)**

Druhá aktivita pro snadné cestování MHD v Pardubicích bude ryze praktická, kdy Dopravní podnik města Pardubic a. s. přistaví 9. dubna do prostoru přednádraží pro naše potřeby jeden vůz MHD, který si budeme moci v klidu projít, nacvičit nastupování a vystupování, a to jak s průvodcem, tak bez průvodce. Vyzkoušíme si také akustickou signalizaci autobusu, to znamená, jak autobus hlásí své číslo a směr jízdy atd. Během aktivity budete mít možnost si i důkladně prohlédnout interiér autobusu a vyzkoušet si vše, co vás zajímá a na co při každodenním cestování nemáte prostor. Na prohlídku vozu budeme mít dostatek času, neboť autobus nám bude k dispozici cca dvě hodiny. Na tuto aktivitu bude sraz v 9 hodin v TyfloCentru Pardubice, odkud se společně přesuneme do prostoru před nádražím. Pro ty z vás, kteří by přišli přímo na aktivitu, bude sraz v 9:20 v prostoru mezi stanovišti 1 a 2 terminálu, tzn. na chodníku mezi nádražní budovou a zastávkami MHD u tabule s odjezdy autobusů MHD.

#### **16. 4. Šikovní ruce – klíčka z pedigu na jarní dekoraci**

**Přijďte si s námi vyrobit klíčku z pedigu.**

**Do připraveného dna (kulatá deska s otvory) vsuneme pruty z pedigu a poté je opleteme. Svázáním prutů na závěr vytvoříme klíčku. Tuto klíčku si jarně vyzdobíme vajíčky, mašlemi a jarními dekoracemi. Naučíme se rozplánovat si postup, dozvíte se o tom, jak pracovat s pedigem a přitom procvičíte šikovnost svých prstů.**

**Veškerý materiál na výrobu zajistíme. Pokud máte doma materiál (mašle, vyfouklá vajíčka atd.), který byste chtěli použít, klidně si ho můžete přinést s sebou. Šikovní ruce budou opět z důvodu velkého počtu účastníků probíhat v čase od 8:30 a od 10:00. Nahlaste se na termín, který vám lépe vyhovuje.**

#### **18. 4. Kafičko s povídáním o Velikonocích**

**Kafičko naplánované na 18. dubna vychází na Zelený čtvrtek. Proto vás všechny zveme. Přijďte si společně s námi popovídat o velikonočních tradicích, které dodávají svátkům jara tu pravou atmosféru. Těšíme se na vaše rodinné zvyky a povídání o tom, jaké má kdo zážitky či vzpomínky spojené s oslavou Velikonoc.**

#### **23. 4. Pěškobusem po okolí - chrudimskými fortami**

**Na první jarní pěškobus vyrazíme v úterý 23. dubna. Pojedeme do Chrudimi a projdeme se chrudimskými fortami. Pardubská fortna se nachází ve věži Ceregettiho domu a je součástí hradeb. Tmavá fortna z r. 1439, je dnes běžně označovaná jako Myší díra. Je to úzká chodba 27,5 m dlouhá s valenou klenbou. Byla opatřena trojimi pevnými dveřmi ze silných fošen, okovaných železem. Původně byla tak úzká, že mohl projít pouze jediný člověk. Její dnešní stav pochází z roku 1841, kdy byla opravena, omítnuta a rozšířena. Téhož roku byly zřízeny od fortny směrem dolů schody a dřevěný můstek byl nahrazen kamenným.**

Procházka bude dlouhá cca 3 km a při průchodu fortami zdoláme malé výškové převýšení a čeká nás pár desítek schodů. Naši procházku zakončíme neodmyslitelnou návštěvou místní cukrárny.

Sraz si dáme v 8:50 hodin na pardubickém autobusovém nádraží na nástupišti č. 5, odkud všichni společně vyrazíme autobusem v 9:02 do Chrudimi. Předpokládaný návrat je kolem 12. hodiny, opět na autobusové nádraží v Pardubicích.

Pokud se chcete účastnit pohodové vycházky, tak neváhejte a nahlaste se. Potřebujete-li průvodcovskou službu, vezměte si svého průvodce, případně můžete požádat o průvodcovskou službu v TyfloCentru Pardubice. Předpokládaná délka poskytování služby je 120 minut, cena tedy 120 Kč, v případě občasných průvodcovských služeb 40 Kč. Těšíme se na vás.

#### **30. 4. Cyklovyjíždka – dlouhá i krátká**

Příznivci cyklistiky a dvojkolistiky, pozor! I letos jsme pro vás připravili projekt se sérií cyklovyjížděk a cyklopobytem. Tento projekt se jmenuje „Jezdíme na dvojkolech 2019“. Projekt začíná už v těchto dnech, kdy připravujeme trasy k vyjíždkám, vybíráme místo pobytu, sháníme vodiče na dvojkola, píšeme články atd. Tak jako v loňském roce, tak i v tomto je projekt realizován za pomoci Nadačního fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška, a to ve výši 25 000 Kč.

S cyklovyjíždkami začneme koncem dubna, pobyt na dvojkolech je plánován na srpen, tak bude dostatek času na pobyt natrénovat. V rámci projektu realizujeme cyklovyjíždky dlouhé (pro zdatné dvojkolisty) a cyklovyjíždky krátké (pro dvojkolisty, kteří začali jezdit v loňském roce, případně pro ty, kteří by chtěli začít jezdit). První dlouhá i krátká cyklovyjíždka bude v úterý 30. dubna. Dlouhá od 10 hodin a krátká od 13 hodin.

**Na dlouhou cyklovýjížd'ku z TC Pardubice vyrazíme cca v 10:00 a cca ve 12:00 bychom se měli vrátit. Cena průvodcovské služby bude cca 120 Kč.**

**Krátká cyklovýjížd'ka bude mít start ve 13 hodin, kdy se s návratem počítá cca ve 14:30. Cena průvodcovské služby bude cca 90 Kč.**

**Tyto vyjížd'ky budou bez nějakých větších zastávek, tak si vezměte s sebou drobnou svačinu a pití. Na cyklovýjížd'ky mějte přilbu. Pokud přilbu nevlastníte, můžete si ji zapůjčit v TyfloCentru Pardubice.**

**Na cyklovýjížd'ky se nahlaste co nejdříve, abychom vám v případě potřeby mohli zajistit vodiče. Vodiče můžete mít i svého, musí však být v TyfloCentru Pardubice k této jízdě zaškolen. Další cyklovýjížd'ka nás bude čekat v květnu, a to s největší pravděpodobností krátká v pondělí (13. května) od 8:30 a dlouhá v úterý (14. května) od 8:30 (podrobnější informace přineseme v následujícím čísle Kukátka).**



Nadační fond  
Českého rozhlasu

**Dana Stoklasová**

## JARNÍ SALÁT S KLÍČKY

**Doba přípravy: cca 30 – 40 minut**

**Počet porcí: 2**

### Ingredience:

#### **Salát:**

**1 balení salátu polníček**

**10 cherry rajčátek**

**5 - 8 ředkviček**

**50 g šunky vcelku (nejlépe od kosti)**

**6 kusů žampionů**

**1 hrst klíčků (např. mungo)**

**1 lžice olivového oleje**

**50 g měkkého sýru (např. balkánský)**

**špetka kmínu, pepře**

#### **Zálivka:**

**2 lžice třtinového cukru**

**2 lžice jablečného octa**

**2 lžice olivového oleje**

**špetka soli, kmínu**

#### **Ztracená vejce:**

**50 ml octa**

**2 vejce**

### Postup přípravy:

**1. Napřed si přichystáme ztracená vejce: do kastrůlku vlijeme asi 250 ml vody, ocet a přivedeme k varu. Jakmile tekutina začne vařit, vařečkou vytvoříme uprostřed vír, do kterého pomalu a lehce vlijeme vždy jedno vejce. Zmírníme oheň a vaříme 3 minuty. Pak vejce opatrně vyjmeme a dáme stranou do misky. Takto postupujeme i s druhým vejcem.**

2. Polníček opláchneme, rajčátka překrojíme na půlky a ředkvičky na plátky.
3. Šunku nakrájíme na nudličky, žampiony na plátky a opečeme do zlatova, až bude vonět (cca 3 – 5 minut). Přidáme drcený kmín, případně opepříme.
4. Do jednotlivých talířů vložíme salát, rajčata, ředkvičky, opečenou šunku, žampiony a mungo klíčky. Navrch položíme ztracené vejce.
5. Pokapeme zálivkou, promíchanou z uvedených surovin a 1 lžící vody. Posypeme rozdrobeným sýrem.

## JAK NA KLÍČKY A VÝHONKY

Nejen s přicházejícím jarem si můžete doplnit energii a podpořit zdraví jednoduchým a levným způsobem, naklíčením semínek. Klíčky obsahují komplex všech živin v dokonalé harmonii a doma vám vyrostou během tří až pěti dnů. Můžete je použít do salátů, rozmixovat do koktejlů, pomazánek, nebo i do zeleninových směsí, polévek, do příloh, vždy ale až v poslední fázi tepelné úpravy.

Klíčky a výhonky zlepšují imunitu, posilují vitalitu i psychickou odolnost, působí blahodárně na kardiovaskulární systém, prospívají našemu trávení i samotné přeměně látkové. Například 100 g klíčků fazolí mungo obsahuje dvojnásobek doporučené denní dávky vitamínu C. Malá miska obilných či luštěninových klíčků obsahuje více plnohodnotných bílkovin než čtyři vejce. Klíčky a výhonky obsahují hojnost vitaminů A, C, D, E, K a B-komplexu, dále vápník, fosfor, magnezium, železo a další. Kromě již zmíněných bílkovin obsahují také enzymy.

K naklíčení potřebujeme trochu vody, světla, tepla a krapet naší péče. Aby se jakékoliv semínko probudilo k životu, stačí je jen navlhčit nebo ponořit do vody, a pak se začnou dít zázraky: škroby a oleje se mění na minerály a vitaminy, na jednoduché cukry a bílkoviny, které suché

semínko předtím vůbec neobsahovalo. Naklíčené luštěniny i obilniny jsou díky procesům, které v nich nastaly, snadno stravitelné a rovněž nevyvolávají nepříjemnou plynatost. Tučky, tedy oleje obsažené v naklíčených semenech, se využívají při léčbě mnoha nemocí, přičemž vůbec nejúčinnější jsou v přirozeném stavu, tedy v syrových klíčcích a výhoncích.

Vyzkoušejte naklíčit třeba čočku, fazolky mungo nebo semínka řeřichy.

Místo pro klíčení může být v podstatě kdekoliv. Stačí světlo a místo bez výrazného průvanu a výkyvů teploty. Jak můžeme semínka naklíčit?

1. V silonovém sítu či odkapávací misce: snadno je proplachujete, nadbytečná voda volně odteče, a pokud vše zakryjeme průhledným poklopem či poklicí, určitě se klíčení vydaří.
2. Na neglazovaném keramickém talíři (misce pod květináč): maličká semínka, například vojtěšky, zde klíčí obzvláště dobře, protože neglazovaná keramika má schopnost nasávat vodu a udržovat tak dobré mikroklima pro probuzení aktivity semínek. Rozprašovačem a průsvitným poklopem zajistíme semenům stálou teplotu a ochráníme výhonky před průvanem.
3. Ve sklenicích a PET láhvích: průsvitné nádoby jsou vhodné pro větší množství zrnin a luštěnin. Stačí, když do dna běžné PET láhve naděláme otvory, aby po pravidelném proplachování voda snadno odtekla. Můžeme použít také běžné zavařovací láhve s proděravělým víčkem. Existují i praktická plastová sítká, která na zavařovačky našroubujeme.
4. Nakličovací misky: tyto speciální upravené nádoby s odvodňovacími drážkami určené pro nakličování semen můžete běžně koupit. Lze je skládat na sebe a souběžně pěstovat několik druhů klíčků.

**5. Vrstva buničiny nebo vaty: semínka do tohoto měkkého průběžně vlhčeného podkladu zarůstají; čerstvé výhonky můžeme sestřihávat již po několika dnech.**

**Suchá semínka namáčením a klíčením zvětší svou hmotnost i objem přibližně šestinásobně. Využít lze v podstatě všechno, co naklíčením ze semínek vzejde. Nejprve tedy klíček, který se konzumuje i se semínkem, jako třeba naklíčené luštěniny a obiloviny. Když se klíčky protáhnou a vyrazí na nich první lístky, promění se ve výhonky a ze semínka zároveň vyrůstá i kořínek. V každém případě je možné konzumovat všechny části. Záleží na druhu semínka a také na způsobu pěstování, zda se využije vše nebo se z pěstěného záhonku sestříhnou jenom výhonky.**

**Před použitím v kuchyni je nutné výpěstky důkladně propláchnout a čichem zjistit, zda nejsou zatuchlé, nebo jinak podezřele zapáchající. To je zásadní kritérium kvality. Naklíčená semínka i výhonky jednotlivých druhů mají specifickou chuť a vůni. Třeba ředkvička a řeřicha jsou lehce pepřné, luštěniny bývají nasládlé a podobně. Svůj charakter mění i tepelnou úpravou.**



## **PŘEDSTAVUJEME VÁM KOMPENZAČNÍ POMŮCKY**

**Rádi bychom vám představili kompenzační pomůcku, o které se hovoří již delší dobu. Jedná se o pomůcku OrCam MyEye. Jde o malé zařízení vybavené kamerou a mini HD reproduktorem, které dokáže nejen předčítat tištěný nebo digitální text, ale další řadu úkonů.**

**OrCam MyEye je miniaturní kamera přibližně o velikosti prstu (přesné rozměry 76 mm x 21 mm x 15 mm, hmotnost 22,5 gramů), kterou lze magnety přichytit na stranici (nožičku) brýlí. Kamera tak zabírá prostor před uživatelem a na základě povelů nebo i automaticky může hlasovým výstupem sdělovat různé informace získané z obrazu kamery.**

**Kamera je při používání přichycená ke stranici brýlí malými, ale silnými magnety. Pro ty, kdo brýle běžně nenosí, je součástí dodávky univerzální brýlová obruba s nedioptrickými skly, na kterou se kamera přichytí. Kdo má vlastní brýle, využije přiložený držák. OrCam lze přichytit téměř na libovolné brýle**

**Díky používání kamery na brýlích má uživatel stále volné obě ruce. Na zadním konci zařízení je malý reproduktor, ze kterého mluví hlasový výstup těsně u ucha uživatele. Na vnější straně zařízení je téměř přes celou délku tzv. dotykový proužek. Pomocí klepání prstů na proužek nebo přejíždění prstem po proužku lze OrCam ovládat. Na vnitřní straně směřující k nožičce brýlí najdeme tlačítko napájení a signalizační diodu. Díky přisvětlovacím LED diodám funguje i za šera či ve tmě.**

**Abyste si mohli učinit přesnou představu o tom, co OrCam dokáže, uvedeme zde naprosto všechny informace, které kamera může sdělovat hlasovým výstupem svému uživateli. Jde o následující druhy informací. 1. Čtení jakéhokoli textu v záběru kamery – knihy, časopisy, cedulky na dveřích, čísla popisná na domech, různé**

informační a směrové tabule, texty z obalů zboží apod. 2. Rozpoznávání čárových kódů – kamera obsahuje databázi mnoha čárových kódů výrobků a po rozpoznání kódu na obalu řekne informace k danému produktu. 3. Rozpoznávání tváří – OrCam může stručně popsat osobu v záběru, u dříve uložených osob hlásí jejich jména. 4. Rozpoznávání bankovek. 5. Hlášení aktuálního času a data. 6. Rozpoznávání barev. 7. Rozpoznávání dříve naučených předmětů.

OrCam se ovládá pomocí klepání prstu či přejetí prstu po dotykovém proužku nebo gesty. Více k pomůcce, jejím funkcím a ovládání bylo uvedeno v Těčku (příloha Zory) v listopadu 2018, kdy redaktor Jan Šnyrych v článku s názvem „O kameře OrCam MyEye 2 střízlivě a s nohama na zemi“ seznámil čtenáře se závěry, které vyplynuly z testování pomůcky. Článek je pro zájemce zveřejněn na stránkách Tyflokabinetu SONS:

<http://www.tyflokabinet.cz/clanky/tecko/orcam>.

Cena této pomůcky je 134 550 Kč, lze žádat o příspěvek na zvláštní pomůcku na úřadu práce.

V loňském roce probíhalo testování pomůcky a následně diskuze a konzultace, do jaké kategorie pomůcek bude zařazena a kdo o ni bude moci požádat.

V lednu vyšla informace sociálně právní poradny SONS, že je možné o pomůcku žádat. Plné znění informace na <https://www.sons.cz/02-2019-Info-mace-a-odpovedi-na-dotazy-ze-Socialne-pravni-poradny-SONS-P4006743.html>. V Kukátku uvedeme shrnutí této informace. Zajímá-li vás plně znění, určitě se na nás obraťte, rádi vám informace zprostředkujeme.

V současné době lze tedy doporučit, aby si ti prakticky a úplně nevidomí, kteří jsou o osobním přínosu pomůcky pro ně přesvědčeni, sjednali svou návštěvu v nejbližším krajském středisku Tyfloservisu. Pokud výsledkem jejich konzultace v Tyfloservisu bude totožný závěr, tedy že

**OrCam MyEye je pro ně opravdu užitečnou pomůckou, pak mohou podat žádost na kontaktním pracovišti místně příslušné krajské pobočky Úřadu práce. Žádost by tentokrát již neměla být zamítnuta s odůvodněním, že pomůcka OrCam MyEye není pomůckou uvedenou v seznamu zvláštních pomůcek, na které se poskytuje příspěvek, že s nimi není ani pomůckou srovnatelnou, ale jejich nárok by měl být posouzen a v případě splnění zákonných podmínek a reálných možností využití pomůcky (viz informace uvedené výše), by jim měl být příspěvek poskytnut.**

**Z kapacitních důvodů nebylo možné uvést v Kukátky všechny dostupné informace, více případně na výše uvedených odkazech a v dalších zdrojích či nás kontaktujte, rádi vám podrobnější informace zprostředkujeme.**



## NAŠI PARTNEŘI A DÁRCI V ROCE 2018 – 2019



Pardubice



MINISTERSTVO  
PRO MÍSTNÍ  
ROZVOJ ČR



město Chrudim



Pardubický kraj

Awos s.r.o.  
BPA sport marketing a.s.  
Břetenář Jiří  
ČSOB Pojišťovna, a.s.  
Domov mládeže Rožkova  
Pardubice  
Elektrárny Opatovice, a.s.  
Gymnázium a Střední  
odborná škola Přelouč  
Gymnázium Pardubice,  
Dašická 1083  
Gymnázium Suverénního řádu  
maltézských rytířů ve Skutči  
I.S.A. Finance s.r.o.  
Krajská knihovna Pardubice  
Lions Club Pardubice  
Manaworld Creative  
Production  
Město Hlinsko  
Město Litomyšl  
Město Vysoké Mýto

Ministerstvo práce a  
sociálních věcí  
Ministerstvo vnitra  
MŠ Závodu míru  
Nadační fond Českého  
rozhlasu, sbírka Světluška  
Nemocnice Pardubického  
kraje  
SONS ČR  
SPŠE a VOŠ Pardubice  
Střední škola zdravotnická a  
sociální Chrudim  
Techsoup Česká republika  
Tyfloservis, o.p.s.  
Univerzita Pardubice  
Úřad práce ČR  
ZŠ Dašice  
ZŠ Pardubice - Dubina  
ZŠ Hrochův Týnec  
Základní škola Choltice  
Děkujeme dobrovolníkům

Vydává: TyfloCentrum Pardubice, o.p.s., nábř. Závodu míru 1961, Pardubice, 530 02  
tel.: 466 500 615, e-mail: pardubice@tyflocentrum.cz, www.tcpce.cz

Časopis vychází jednou za 2 měsíce pro vnitřní potřebu uživatelů služeb  
TyfloCentra Pardubice, o.p.s. a jejich příznivců. Je neprodejný.

Redakční rada: Mgr. Dana Stoklasová, Mgr. Věra Hrstková