



KUKÁTKO

2/2025

vydáno: 20. 2. 2025

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

OBSAH:

Obsah	2
Adresář.....	3
Výlet s ČSOB Pojišťovnou	4
Pozvání na ples TyfloCentra Pardubice	4
Cyklo – turistický pětidenní pobyt 2025	5
Podzimní sociálně rehabilitační pobyt	6
Ohlédnutí za besedou s Danou Stoklasovou.....	7
Setkání ke změnám v ceníku PPS	8
Taneční.....	9
Výstavba hotelu Epiq.....	9
Sociálně právní poradenství	10
Informace o akcích.....	11
Hermelínová pomazánka se šunkou a vejci.....	17
Představujeme vám kompenzační pomůcky	18
Naši partneři	20



TyfloCentrum

Pardubice, o.p.s.

TYFLOCENTRUM PARDUBICE, o.p.s.

nábř. Závodu míru 1961, 530 02 Pardubice

tel.: 466 500 615

e-mail: pardubice@tyflocentrum.cz

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

PRACOVISTĚ 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

PRACOVISTĚ 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 9. dubna 2025.

VÝLET S ČSOB POJIŠŤOVNOU

Letošní výlet s ČSOB Pojišťovnou se uskuteční v termínu 30. – 31. května 2025. Těšit se můžete na dvoudenní výlet do nádherné oblasti Jeseníků. Bližší informace naleznete v dalším vydání časopisu Kukátko, termín akce si však raději rezervujte ve vašem kalendáři již nyní.

Těší se na vás dobrovolníci z ČSOB Pojišťovny

POZVÁNÍ NA PLES TYFLOCENTRA PARDUBICE

Milí čtenáři, jak jsme již informovali v minulých číslech časopisu Kukátko, v sobotu 15. března 2025 proběhne již čtrnáctý ples TyfloCentra Pardubice. Ples se bude konat v kongresovém sále Paláce Pardubice na adrese Masarykovo náměstí 2799, Pardubice. Ples zahájíme v 18 hodin a ukončíme o půlnoci. K tanci a poslechu bude hrát kapela Drops.

Rádi byste na ples šli, ale nemáte ještě vstupenky? Kontaktujte, prosím, telefonicky kolegyni Míšu Rekovou a domluvte si termín, kdy si pro vstupenky do pardubického TyfloCentra přijdete. Cena vstupného je 400 Kč.

Máte-li jakékoliv dotazy, neváhejte a kontaktujte nás.

Těšíme se na společnou plesovou zábavu!

CYKLO – TURISTICKÝ PĚTIDENNÍ POBYT 2025

Milí dvojkolisté a turisté, na základě vašeho velkého zájmu o pobyt v předešlém roce pro vás opět připravujeme cyklo – turistický pobyt. Letos se uskuteční v termínu pondělí 18. až pátek 22. srpna 2025.

Na společné turistické a cykloturistické výlety se tentokrát vydáme do České Skalice, kde budeme ubytováni v Hotelu Rozkoš v bezprostřední blízkosti vodní nádrže Rozkoš. Pokoje jsou velmi příjemné a útulné. Součástí hotelu je i restaurace, vnitřní velký sál a za příznivého počasí je možné posedět na nově zrekonstruované venkovní terase v blízkosti lamího výběhu s krásným výhledem do přírody a na vodní nádrž Rozkoš. Pokud nám bude počasí přát, můžeme využít krásný a prostorný bazén. V okolí hotelu vede mnoho turistických a cyklistických stezek a máme pro vás připraveny zajímavé turistické cíle.

Podmínkou pobytu je, aby měl každý z účastníků se turistů a dvojkolistů průvodce, kterého si může buď objednat v TyfloCentru Pardubice nebo může mít svého. Vlastní vodič na dvojkolo musí být však v TyfloCentru Pardubice k jízdě na dvojkole zaškolen.

Průvodcovská a předčitatelská služba bude za pět dnů jízdy na dvojkole a turistiky cca 1 800 Kč, tzn. 5 – 7 hodin denně. Částka za průvodcovskou a předčitatelskou službu bude vybírána po poskytnutí služby, a to na základě skutečně poskytnutých hodin.

V případě zájmu o pobyt se nahlase v TyfloCentru Pardubice co nejdříve, jelikož kapacita účastníků je omezená. Celková cena je 3 500 Kč (cena zahrnuje 4x ubytování, 4x polopenze, tzn. snídaně a večeře, a dovoz zavazadel na místo ubytování a zpět). Stejně jako v předešlých letech tak i letos jsme požádali o příspěvek na pobyt Nadační fond Českého rozhlasu ze sbírky Světluška, kdy cena za pobyt pro uživatele služeb

TyfloCentra Pardubice bude v případě podpory nižší. Informace o případné podpoře projektu s přesnou částkou za pobyt pro uživatele služeb se dočtete v příštím Kukátku.

PODZIMNÍ SOCIÁLNĚ REHABILITAČNÍ POBYT

Na podzim letošního roku bychom vás rádi pozvali na sociálně rehabilitační pobyt. Tentokrát bude zaměřený na tematiku etikety a komunikace ve společnosti. Pobyt se uskuteční od pondělí 20. do čtvrtka 23. října ve městě Hlinsko v Penzionu Betlém. Penzion Betlém je umístěn v centru města Hlinska ve stejnojmenném skanzenu, který je součástí Souboru lidových staveb Vysočina (mimo jiné má ve své péči i skanzen Veselý Kopec). Z části roubená a z části zděná budova byla postavena v duchu původní horácké architektury. Mezi roubenými chalupami, na vás zcela jistě dýchne atmosféra poklidných starých časů. Vybavení pokojů je ve stylu starých roubených chalup. Každé ráno se můžete těšit na bohatou snídani. Na obědy a večere budeme chodit do cca 7 minut chůzí vzdáleného hostince U Pavlousků.

Nedílnou součástí pobytu budou sociálně rehabilitační aktivity, které budou probíhat v salónku penzionu nebo v případě pěkného počasí i venku před chalupou. Tyto aktivity zajistí zaměstnanci TyfloCentra Pardubice. Potřebujete-li však doprovod, vezměte si svého průvodce, případně je možné objednat si průvodcovskou a předčitatelskou službu v TyfloCentru Pardubice (nejlépe při nahlašování na pobyt), neboť v průběhu pobytu bude možné zajít si prohlédnout město a okolí.

V případě zájmu o pobyt se nahlaste v TyfloCentru Pardubice co nejdříve, jelikož kapacita účastníků je omezená. O ceně jednáme, předpokládáme, že se budeme pohybovat v ceně max. do 3 500 za osobu za ubytování

s plnou penzí. Na pobyt je doprava vlastní, kdy do Hlinska jede z Pardubic přímý vlak nebo autobus.

Na pobyt s vámi se těší Anička, Týnka a Danča

OHLÉDNUTÍ ZA BESEDOU S DANOU STOKLASOVOU, ŘEDITELKOU TC PARDUBICE

V úterý 28. ledna 2025 se konala beseda s ředitelkou TyfloCentra Pardubice, Danou Stoklasovou. Rádi bychom seznámili s jejím průběhem i ty, kteří se besedy nezúčastnili.

Beseda byla rozdělena na dvě části. V první části mluvila paní ředitelka Dana Stoklasová o organizační struktuře TyfloCentra Pardubice a představili se jednotliví pracovníci. Podstatná část besedy byla věnována čtyřem registrovaným sociálním službám, které TyfloCentrum Pardubice poskytuje – odborné sociální poradenství, průvodcovská a předčitatelská služba, sociálně aktivizační služba pro osoby se zdravotním postižením a seniory a služba sociální rehabilitace. Uživatelé se dozvěděli užitečné informace o jednotlivých službách a byli seznámeni s tím, jaké aktivity jsou na rok 2025 plánovány. Zmíněna byla plánovaná změna v průvodcovské a předčitatelské službě, kdy více se dozvíte v příštím Kukátku či na setkání, které plánujeme na úterý 6. května 2025 (více info na straně 8).

Účastníci měli možnost během besedy klást dotazy a přinesli nové nápady a návrhy na případné změny v poskytovaných službách. Poskytli tak zpětnou vazbu nejen k aktivitě, ale především k celkovému poskytování služeb TyfloCentra Pardubice, což má velký vliv na fungování organizace a pomáhá nám všem tímto služby zlepšovat.

Ve druhé části besedy si převzala slovo Věra Hrstková, která informovala o plánovaných legislativních změnách a novinkách v sociálním systému. Informace se týkaly

zejména plánovaného přesunu agendy příspěvků pro lidi se zdravotním postižením z Úřadu práce ČR na Českou správu sociálního zabezpečení, kdy ke změně by mělo dojít od 1. září 2025. Zmíněna byla možnost podávat některé žádosti na Úřad práce přes klientskou zónu Jenda. Zazněly také podrobné informace, jak postupovat při blížícím se konci platnosti průkazu TP, ZTP, ZTP/P, protože v letošním roce končí řadě uživatelů jeho platnost, více info k tomuto tématu na str. 10. Čas byl věnován i dalším tématům např. parkovacímu průkazu, valorizačním oznámením od ČSSZ od roku 2026 aj.

Výše uvedený článek je shrnutím informací z aktivity. Pokud řešíte nějakou situaci, se kterou si nevíte rady, nebo vás nějaké výše zmíněné téma zaujalo více, tak nás neváhejte kontaktovat a přijďte na individuální konzultaci. Pracovníci TyfloCentra Pardubice s vámi rádi situaci podrobně proberou a pomohou vám vyhledat vhodné řešení.

Pracovníci TyfloCentra Pardubice, o.p.s.

SETKÁNÍ KE ZMĚNÁM V CENÍKU PRŮVODCOVSKÝCH A PŘEDČITATELSKÝCH SLUŽEB

Již delší dobu připravujeme změny v ceníku průvodcovských a předčitatelských služeb (PPS) tak, aby to zejména pro vás, uživatele sociálních služeb, bylo přínosné. Nyní vše dokončujeme a tyto změny by měly začít platit od 1. července 2025.

Rádi bychom vás pozvali na setkání v úterý 6. května ve 13 hodin, kde bychom vás s připravovanými změnami seznámili. Ačkoliv setkání proběhne až v květnu, chceme vás o tom informovat zavčas, abyste s tím počítali. Více informací k tomu, jak se služba PPS bude měnit, bude

v dalším vydání časopisu Kukátko, které vyjde na konci dubna. Nahlašovat na setkání se můžete již nyní.

TANEČNÍ

Jak se můžete v tomto Kukátku dočíst, připravujeme pro vás podzimní sociálně rehabilitační pobyt na téma etiketa a chování ve společenských situacích. S tímto tématem také úzce souvisí plesy a taneční pro dospělé. Zamýšlíme se nad tím, jestli se výhledově pokusit pro vás zorganizovat právě kurz tanečních. Prosíme vás tedy, abyste nám dali vědět, kdo z vás by o takovou aktivitu měl zájem, abychom případně mohli začít podnikat kroky pro to, aby se nám podařilo kurz tanečních vám nabídnout. V případě zájmu napište prosím e-mail na: kotoucova@tcpce.cz, zavolejte do TyfloCentra Pardubice nebo nás kontaktujte osobně a nahlaste svůj předběžný zájem. Děkujeme.

Na vaše reakce se těší Anna

VÝSTAVBA HOTELU EPIQ

V listopadu minulého roku byla zahájena realizace výstavby nového hotelu Epiq na Masarykově náměstí, a to v místech bývalého hotelu Veselka. S touto stavbou započala i komplikace pro chodce, neboť se již nedá projít za budovou Magnum k budově ČSOB Pojišťovny. Je uzavřen i chodník u budovy Magnum od světelné křižovatky směrem k zastávkám hromadné dopravy před budovou ČSOB Pojišťovny. V případě potřeby je nutné celé staveniště obejít přes světelnou křižovatku k Paláci Pardubice a na úrovni budovy ČSOB Pojišťovny opět přes světelný přechod zase zpět. Případně je možné na zastávky před budovou ČSOB dojít ze třídy Míru

Pernerovou ulicí. Toto omezení by mělo trvat do podzimu roku 2026.

Problematikou bezbariérovosti se pardubické TyfloCentrum zabývá řadu let. V současné době je tento projekt financován ze zdrojů Statutárního města Pardubice v rámci projektu „Bezbariérovost z hlediska osob se zrakovým postižením“.

SOCIÁLNĚ PRÁVNÍ PORADENTSVÍ

Průkazy s končícím datem platnosti

Krajská pobočka Úřadu práce 90 dní před koncem platnosti průkazu osoby se zdravotním postižením písemně informuje jeho držitele o končící platnosti průkazu osoby se zdravotním postižením. Zákon neuvádí, s jakým předstihem lze žádat nejdříve - maximální doporučená lhůta je opět 90 dnů, tedy tři měsíce před skončením platnosti. Na informaci Úřadu práce není třeba čekat. Neprodlužuje se platnost, ale vyplní se formulář žádosti o průkaz. Je nutné, aby váš praktický lékař měl zprávy od odborných lékařů, aby mohl zpracovat informace o vašem zdravotním stavu. U zdravotních postižení s dovětkem „trvale“ stačí předchozí posudkové zhodnocení a nehodnotí se tedy znovu, zda žadatel splňuje podmínky nároku. Formulář žádosti najdete na tomto odkazu: <https://www.mpsv.cz/web/cz/-/zadost-o-priznani-prukazu-osoby-se-zdravotnim-postizenim>. Je potřeba dodat průkazkovou fotografii (rozměry 35 mm na 45 mm). V některých případech si úřad umí stáhnout aktuální fotografii, ale ne ve všech případech. Po obdržení nového průkazu je třeba také nechat si vyřídit novou parkovací kartu do auta. Potřebujete-li další informace, obraťte se na nás, rádi vám poradíme.

Zdroj: Sociálně právní poradna SONS ČR

INFORMACE O AKCÍCH

Na akce se hlase od pondělí 3. března 2025.

6. 3. Kafičko s toulkami po Čechách

Čtvrtá etapa v rámci tematického cyklu Stezka Českem skýtá úsek přes Jizerské hory a Krkonoše. Navštívíme samozřejmě i Sněžku (alespoň pomyslně). Přijďte si dát kafičko a popovídat si o krásách naší rodné země. Zaujalo vás téma? Nahlaste se, rádi vás uvidíme!

11. 3. Poznejte hry zblízka

Chcete si zpříjemnit dopoledne a zároveň vyzkoušet známé i méně známé hry? Neváhejte a přijďte si s námi užít dopoledne plné zábavy do TyfloCentra Pardubice! Od 9:00 do 11:00 pro vás máme připravený pestrý výběr her, které vás rozhodně nezklamou.

Procvičíte si tradiční hry jako je Člověče, nezlob se, kvarteto, pexeso či šachy. Zároveň vám představíme a naučíme vás hrát méně známé hry, například Olá, Quardo aj. Pro ty, kteří se nechtějí účastnit společenských her, máme připravené i různé hlavolamy a puzzle pro jednotlivce. Pokud si některou hru oblíbíte, můžete si ji rovnou vypůjčit domů a pokračovat v zábavě i ve svém volném čase.

12. 3., 26. 3., 9. 4., 30. 4. Plavání

Na březen a duben plánujeme pokračovat ve sportovní aktivitě Plavání. Časy začátku i ukončení aktivity zůstávají stejné, tedy sraz ve 13:30 před vstupem do Aquacentra Pardubice (na adrese Jiráskova 2664) a konec je plánován na 15:30. Plavání probíhá od 14 do 15 hodin v plaveckém bazénu dlouhém 25 metrů. Opět máme připravené nejenom plavání, ale ukážeme si i pár cviků vhodných pro provedení v bazénu.

S sebou si přibalte samozřejmě plavky, ručník, šampon a sprchový gel a plážovou obuv, pokud jste zvyklí se v ní pohybovat v prostoru plaveckého areálu.

Potřebujete-li průvodcovskou a předčitatelskou službu jako doprovod ke vstupu do areálu, objednejte si ji v TyfloCentru Pardubice. Pokud vás nová sportovní společensko-zábavná aktivita zaujala, nahlaste se nám, těšíme se na plavání a cvičení s vámi.

Anna a Týnka

18. 3. Šikovné ruce – provázková vajíčka

Velikonoce se blíží a spousta z nás hledá inspiraci na velikonoční vajíčka. V březnu si ukážeme, jak vyrobit provázkové velikonoční vajíčko, do kterého můžete vložit sladkosti pro koledníky, nebo si jej jen tak vystavit jako velikonoční dekoraci.

Pro výrobu tohoto velikonočního vajíčka budete potřebovat nafukovací balónky, PVA lepidlo (např. Herkules), provázek (bavlnky, vlnu apod.) a temperky na obarvení, když bude mít někdo zájem. Všechny pomůcky budou k dispozici, ale pokud máte doma zbylé provázky či bavlnky apod., které byste chtěli využít, vezměte je s sebou. Každý si vytvoří svůj jedinečný design podle vlastních představ.

Tato aktivita je nejen skvělou příležitostí procvičit si jemnou motoriku a trpělivost, ale také způsobem, jak rozvíjet svou kreativitu a představivost. Domů si pak odnesete originální dekoraci nebo dárek pro koledníky.

Šikovné ruce budou opět v čase od 8:30 a od 10:00. Nahlaste se na termín, který vám lépe vyhovuje – těšíme se na vás!

20. 3. Posezení v Pizzerii U Dušičků

Na základě poptávky některých z vás tentokrát navštívíme Pizzerii U Dušičků na Pernštýnském náměstí. Pizzerie nabízí kromě pizzy také pinsu. Nevíte, jak pokrm

vypadá nebo chutná? O rozdílů mezi pizzou i pinsou si povíme na místě, zájemci si případně mohou obojí objednat a porovnat chuťový rozdíl. Sejdeme se ve 13:50 před Zelenou bránou, odkud se společně přesuneme do pizzerie. Předpokládaný konec aktivity je v 15:30 hodin. Nahlaste se, těšíme se na vás!

25. 3. a 29. 4. Cyklovyjížd'ky

Milí dvojkolisté, pomalu se nám blíží další cyklistická sezóna! Rádi bychom vás pozvali na první jarní březnovou cyklovyjížd'ku, která bude o něco málo kratší, cca 20–30 km podle počasí a našich fyzických možností, abychom si po zimě a dlouhé pauze zvykli na pohyb na kole a cyklistické sedlo. Druhá dubnová cyklovyjížd'ka bude již o něco delší, a to cca 40 km.

Na první letošní cyklovyjížd'ku bychom se vydali v úterý 25. března a na druhou cyklovyjížd'ku vyjedeme opět v úterý 29. dubna. Sraz na obě aktivity bude až v 9 hodin, a to z důvodu chladnějšího počasí po ránu. S návratem z obou cyklovyjížděk počítejte do oběda, tzn. do 12. hodin. Cestou se počítá s menšími zastávkami na občerstvení, vezměte si proto s sebou pití a drobnou svačinku. A samozřejmě cyklistickou přilbu.

Na cyklovyjížd'ky se nahlaste, neboť kapacita aktivity je omezená. Také nám sdělte, zda budete mít vodiče svého nebo byste si ho chtěli objednat v pardubickém TyfloCentru. Případný váš vodič musí být v TyfloCentru Pardubice k této jízdě zaškolen. Předběžná cena průvodcovské služby je pro obě cyklovyjížd'ky cca 150 Kč.

Na společně naježděné kilometry na dvojkole se těšíme!

Dana, Anna a Týnka

1. 4. Pěškobusem po okolí – Betlém Hlinsko

Na letošní první Pěškobus jsme pro vás připravili výlet do Hlinska. Tentokrát společně navštívíme areál Muzea v přírodě Vysočina, konkrétně Betlém.

Sraz je v 7:35 před hlavním vlakovým nádražím v Pardubicích. Odjezd vlaku Os 5305 do Hlinska v Čechách je v 7:54. V Chrudimi je možné do vlaku přistoupit v 8:11. V Hlinsku nás čeká prohlídka skanzenu Betlém s průvodkyní. Během hodinové komentované prohlídky navštívíme dílny a obydlí tkalce, hračkaře, ševce, pilníkáře a továrního dělníka. V jednom z domků je k vidění expozice vesnických masopustních obchůzek a masek z Hlinecka, které jsou zapsány na seznamu UNESCO.

Vstupné pro držitele průkazu ZTP/P a jejich doprovod je zdarma. Ostatní platí vstupné: dospělí 150 Kč, senioři 120 Kč. Po prohlídce si projdeme venkovní areál. Náš výlet zakončíme obědem v restauraci penzionu U Tvrze.

Po obědě následuje procházka centrem města a cesta zpět na vlakové nádraží v Hlinsku. Odjezd vlaku Sp 1454 do Pardubic je ve 13:59. Příjezd do Pardubic je kolem 15:00. V Chrudimi je možné vystoupit ve 14:42. Celková délka trasy je asi 2,2 km.

Pokud potřebujete doprovod, vezměte si svého průvodce, případně můžete požádat o průvodcovskou a předčitatelskou službu v TyfloCentru Pardubice. Předpokládaná délka této služby je 255 minut a cena je 255 Kč. V případě občasných průvodcovských služeb je cena 85 Kč. Zájemci, prosím, nahlase se. Těšíme se na vás!

3. 4. Posezení v čokoládovně Bajer

Změna je život – místo kávy si v dubnu můžeme dát čokoládu, a to v místní čokoládovně Bajer sídlící vedle Zelené brány. Sejdeme se ve 14:00 před Zelenou bránou a společně se přesuneme vedle do čokoládovny. Předpokládaný konec aktivity je v 15:30 hodin. Potřebujete-

li, vezměte si svého průvodce, případně si objednejte doprovod v TyfloCentru Pardubice při nahlašování na aktivitu dle vašich potřeb. Těšíme se na společné posezení.

8. 4. Kuchtíci: Kanapky – jednohubky jinak (chutně a hezky)

V úterý 8. dubna vás od 9:00 hodin zveme na Kuchtíky, kde se společně pustíme do přípravy originálních jednohubek, kterým se také někdy říká kanapky – ty nejen skvěle chutnají, ale také potěší oko. Naučíme se, jak jednoduše poskládat obyčejné ingredience tak, aby to hezky vypadalo a mohli jste pak příjemně překvapit návštěvu originálním občerstvením. Recept na pomazánku, kterou do přípravy zahrneme, najdete na str. 17. Máte-li doma nějaká zajímavá párátka jako zápichy, něco na zdobení nebo ingredience, které byste chtěli použít, klidně si je přineste. Zájemci nahlaste se, těšíme se na vás.

10. 4. Kafičko ve Vysokém Mýtě

Přijďte si posedět, popovídat a strávit příjemné chvíle v kanceláři ve Vysokém Mýtě. Zaměříme se na témata, která vás budou zajímat, popovídáme si o plánovaných aktivitách a novinkách, které by pro vás mohli být zajímavé a přínosné. Tak jako vždy je možné objednat si kávu a různé pochutiny v kavárně Berenika. Sejdeme se v 10 hodin v kanceláři TyfloCentra ve Vysokém Mýtě. Těšíme se na vás!

Zájemci nahlaste se nám, kapacita aktivity je omezena!

17. 4. Kafičko s fotkami z plesu

Rádi byste si připomněli ples TyfloCentra Pardubice, nebo jste se ho nemohli účastnit a jste zvědaví, jak ples probíhal? Můžete se těšit na výběr z fotek z našeho čtrnáctého plesu. Ples má téma „Cesta vesmírem“ a jistě ho bude provázet množství nápaditých vesmírných kostýmů některých účastníků. Přijďte si tedy při šálku

dobré kávy nebo čaje připomenout plesovou atmosféru, podívat se na šaty a kostýmy, ve kterých se lidé přišli pobavit. Rádi vám poskytneme k fotkám komentář. Těšíme se na společné prohlížení.

22. 4. Vodicí psi v praxi: Vše, co potřebujete vědět

V rámci Týdne vodicích psů, který se koná od 21. do 25. dubna, jsme pro vás připravili speciální aktivitu zaměřenou na život s vodicím psem. Akce proběhne v úterý 22. dubna od 9:00 a bude vedena zkušenými pracovníky z Nadačního fondu Mathilda. Aktivita je určena především pro zájemce o pořízení vodicího psa, ale vítáni jsou i ti, kteří již vodicího psa mají a chtějí si osvěžit informace nebo i ti z vás, kteří chtějí načerpat nové poznatky. Co vás čeká? Aktivita bude rozdělena na dvě části – teoretickou a praktickou.

V teoretické části se dozvíte, jak probíhá proces pořízení vodicího psa, co všechno obnáší péče o něj a jak se správně starat o jeho zdraví a psychickou pohodu. Zjistíte, jaké dovednosti musí vodicí pes zvládnout, aby byl spolehlivým pomocníkem, a získáte informace o tom, jak budovat správný vztah mezi páníčkem a psem. Důraz bude kladen na to, co je v tomto vztahu důležité a na co si dát pozor, aby spolupráce fungovala co nejlépe. Praktická část nabídne ukázky chůze s vodicím psem, přiblíží správné postupy při vedení a umožní účastníkům vyzkoušet si, jak probíhá spolupráce mezi psem a jeho páníčkem.

Tato aktivita vám poskytne komplexní přehled o životě s vodicím psem – od jeho výběru, přes každodenní péči až po praktické dovednosti. Zkušené pracovníky z Nadačního fondu Mathilda se podělí o své znalosti a zajistí, že získáte nejen potřebné informace, ale také praktickou zkušenost. Pokud vás svět vodicích psů zajímá, nenechte si tuto jedinečnou příležitost ujít. Těšíme se na vaši účast!

HERMELÍNOVÁ POMAZÁNKA SE ŠUNKOU A VEJCI

Jistě znáte hermelínovou pomazánku, je to prostě klasika, která nikdy nezklame. Přinášíme vám rozšíření receptu ještě o šunku a vejce, jejichž spojení vytváří dokonalou chuťovou harmonii. Celkový čas přípravy je cca 15 minut.

Ingredience

100 g šunka (nejlépe od kosti)
100 g hermelín (nebo jiný sýr typu camembert či brie)
1 kelímek pomazánkové máslo
2 lžíce majonéza
2 ks vejce natvrdo
1 lžička hrubozrnná hořčice
2 ks jarní cibulka
sůl
čerstvě namletý pepř

Postup:

- Šunku nakrájejte na drobné kostičky. Hermelín nakrájejte také na malé kostičky nebo ho nahrubo nastrouhejte.
- Dejte obojí do mísy a přidejte pomazánkové máslo, majonézu a hořčici.
- Přidejte nadrobno nakrájenou jarní cibulku včetně zelené části a na kostičky nakrájená vejce natvrdo.
- Dochutěte solí a čerstvě mletým pepřem a pomazánku důkladně promíchejte.

Zdroj receptu:

<https://fresh.iprima.cz/recepty/hermelinova-pomazanka-se-sunkou-a-vejci>

PŘEDSTAVUJEME VÁM KOMPENZAČNÍ POMŮCKY

Hledáte zajímavou společenskou hru? Rádi bychom vám dvě hry představili.

První z nich je hmatová hra Olá, která je nejen zábavná, ale také slouží jako kompenzační pomůcka. Hru si užijí jak zrakově postižení, tak vidící hráči, kteří si mohou zakrýt oči klapkami. Olá propojuje svět nevidomých a vidících hráčů, což z hraní této hry činí jedinečný zážitek.

Cílem je najít v sáčku dílky stejného tvaru, přičemž hledaný tvar určuje speciální dřevěná kostka. Ta má na každé straně vyřezaný jiný geometrický tvar: čtverec, obdélník, kruh, kosočtverec, kosodélník a lichoběžník. Hráči se střídají v hodu kostkou ve směru hodinových ručiček. Po hodu hráč oznámí tvar zobrazený na kostce, čímž začne závod o co nejrychlejší nalezení všech deseti dílků tohoto tvaru v sáčku. První hráč, který úspěšně najde všech deset dílků, zvolá „Olá“ a získá kámen vítězství. Vítězem celé hry se stává ten, kdo jako první nasbírá tři kameny vítězství.

Hra je určena pro maximálně čtyři hráče. Balení obsahuje: čtyři sáčky a čtyři sady dřevěných dílků (celkem 240 kusů), jednu hrací kostku, dvanáct kamenů vítězství, čtyři klapky na oči.

Hra Olá rozvíjí hmatové schopnosti a strategické uvažování. Záleží nejen na citlivosti prstů, ale také na taktice, jak nejrychleji hledat správné dílky. Jedná se o skvělý způsob, jak se pobavit a zároveň si procvičit jemnou motoriku. Hmatovou hru Olá můžete zakoupit za 1600 Kč v prodejnách Tyflopomůcek v Praze a Olomouci.

Druhou hrou, kterou vám představíme, je hmatové trojúhelníkové puzzle. Tato hra je skvělým doplňkem pro výuku geometrie, protože podporuje rozvoj manipulativních dovedností, tvořivosti a kreativity.

Základem hry je šablona ve tvaru rovnostranného trojúhelníku. Cílem hráče je do šablony vložit 3 až 4 kameny různých tvarů tak, aby šablonu zcela zaplnily. Hra obsahuje celkem 11 kamenů, přičemž každý z nich je tvořen z několika malých rovnostranných trojúhelníků. Z vrchní strany jsou kameny opatřeny drážkami, které pomáhají hráčům vnímat rozdělení kamene pomocí hmatu.

Kameny mají různé geometrické tvary, například trojúhelník, kosodélník, lichoběžník, kosočtverec, mnohoúhelníky.

Šablonu je možné zaplnit sedmi různými způsoby, což zajišťuje variabilitu a výzvu pro hráče.

Hmatové trojúhelníkové puzzle je nejen zábavné, ale i vzdělávací. Rozvíjí prostorové vnímání, jemnou motoriku a geometrické myšlení. Je vhodné jak pro děti, tak pro dospělé. Hru si můžete pořídit za 850 Kč v prodejnách Tyflopomůcek v Praze a Olomouci.

Pokud si hry chcete nejprve vyzkoušet, navštivte TyfloCentrum Pardubice, kde si můžete hru zapůjčit. Obě hry, tedy Hmatová trojúhelníková puzzle i Olá, jsou zde k dispozici.

Olá



Puzzle



NAŠI PARTNEŘI A DÁRCI V ROCE 2024 – 2025



Pardubice



Pardubický kraj

Chrudim

AWOS s.r.o.

Břetenář Jiří

ČSOB Pojišťovna, a.s.

Elektrárny Opatovice, a. s.

**Gymnázium a Střední
odborná škola Přelouč**

**Gymnázium, Pardubice,
Dašická 1083**

**Gymnázium Suverénního
řádu maltézských rytířů
ve Skutči**

Koblížek s.r.o.

Krajská knihovna Pardubice

Lions Club Pardubice

Město Dašice

Město Hlinsko

Město Vysoké Mýto

Městský obvod Pardubice II

Ministerstvo práce

a sociálních věcí ČR

Ministerstvo vnitra ČR

MŠ Závodu míru

**Nadační fond Českého
rozhlasu, sbírka Světluška**

Nedcon Bohemia, s.r.o.

SONS ČR, z.s.

SPŠE a VOŠ Pardubice

**Střední průmyslová škola
chemická Pardubice**

**Střední zdravotnická škola
Pardubice**

Techsoup Česká republika

Tyfloservis, o.p.s.

Univerzita Pardubice

Úřad práce ČR

ZŠ Dašice

ZŠ Choltice

Děkujeme dobrovolníkům

Vydává: TyfloCentrum Pardubice, o.p.s., nábr. 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