



TyfloCentrum Ostrava, o.p.s.

Kontakt

únor 2024

Úvodní slovo	3
Akce v TyfloCentru Ostrava	3
Akce na únor	3
Turistický klub	3
Připravujeme	3
Pravidelné akce	4
Služby TyfloCentra Ostrava a jeho pracovníci	4
Část 2.: Kamila Rojáková a Michal Štefanovič	4
Zvukové knihy	6
Knihy k půjčení v TyfloCentru	6
Tipy na zvukové knihy	6
Různé	11
Únorové premiéry v NDM	11
Nové podniky v centru Ostravy	12
Sociálně-právní poradna	14
Aktuální ceník bílých holí a doplatky	14
Společenská rubrika	14
Blahopřání jubilantům	14
Tyflovařečka	14
Jogurtový koláč s tvarohem, švestkami a drobenkou	14

Trénink paměti.....	15
Odeberte písmenko	15
Určete řeku	16
Řešení z minulého čísla.....	16
Kontaktní údaje.....	17
Služby TyfloCentra podporují.....	18
Příloha č. 1: Aktuální ceník bílých holí a přehled doplatků	19

Úvodní slovo

Milí čtenáři,
na základě Vašeho zájmu jsme otevřeli nový kurz angličtiny pro začátečníky.
Probíhá v úterý od 10:00 do 11:00 pod vedením naší nové kolegyně Zuzany Kieharové.

Akce v TyfloCentru Ostrava

Akce na únor

13. 2. úterý

15:00 – 19:00 masopust

Masopust Ostrava 2024 aneb Kamarádi, dolů sfárejme!

Od 11 hodin bude na Masarykově náměstí probíhat jarmark, v 15:00 začíná hlavní program. Se svými maskami se zúčastníme masopustního veselí v hlavním průvodu, který začíná v 17:15. Sraz pro všechny zájemce (ať již s maskou nebo bez ní) je 16:50 v TyfloCentru. Společně se pak vydáme na Masarykovo náměstí. Těší se na Vás Kamila Rojáková.

17. 2. sobota

9:40 - 15:00 turistický klub – z Martinova do Hlučína

26. 2. pondělí

9:00 – 10:00 výtvarné tvoření

Tvoření v GVUO pod vedením Zuzany Grulichové.

Turistický klub

Z Martinova do Hlučína 9:40 – 15:00

V sobotu 17. února 2024 se projdeme z Martinova do Hlučína.

Sraz bude na tramvajové zastávce Čistírny (tram 4 a bus 39) v 9:40.

Délka trasy celkem cca 9 km.

Je nutné, aby zrakově postižení turisté měli svého průvodce.

Michal Štefanovič

Připravujeme

V březnu (předběžně ve čtvrtek 7.) plánujeme cestu do Botanické zahrady v Praze na výstavu Za kořením a slávou – Výstava pro všechny smysly. Přihlásit se můžete u Kamily Rojákové do pondělí 4. 3. Také bychom se rádi podívali do Muzea Jubilejní kolonie, termín upřesníme dle zájmu. Zájemci se mohou přihlásit u Kamily Rojákové.

Pravidelné akce

Pozor změna

Výtvarné tvoření v galerii proběhne v pondělí 26. února.

Tyflovařečky 1, 2 a 3 se uskuteční dle domluvy.

Rozvrh pravidelných akcí

pondělí

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

13:00 – 14:00 angličtina

úterý

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

9:00 – 11:00 Tyflovařečka 2 (dle domluvy)

10:00 – 11:00 angličtina – začátečníci

středa

13:00 – 14:00 angličtina – pokročilí

čtvrtek

vzdělávací program – dle domluvy

pátek

13:30 – 14:30 plavání

Služby TyfloCentra Ostrava a jeho pracovníci

Část 2.: Kamila Rojáková a Michal Štefanovič

TyfloCentrum Ostrava poskytuje služby sociální rehabilitace lidem se zrakovým postižením ve věku od sedmi let v rámci celého Moravskoslezského kraje. Pracovníci TyfloCentra s Vámi, klienty, nacvičují nebo procvičují vybrané činnosti z běžného života. Díky získaným

schopnostem a dovednostem se můžete stát samostatnější, nezávislejší a soběstačnější. Nácvik je přizpůsoben Vašemu zrakovému postižení, potřebám, možnostem a je poskytován zdarma.

Tomu, co se rozumí pod běžnou činností v rámci sociální rehabilitace, jsme se věnovali v lednovém Kontaktu, ve kterém můžete najít podrobné informace k tomuto tématu. V minulém čísle jsme se rovněž podívali na činnosti Petry Ďurkové, která je ředitelkou a statutární zástupkyní TyfloCentra Ostrava, ale také sociální pracovníci a odborníci na mnoho oblastí sociální rehabilitace osob se zrakovým postižením.

V tomto čísle se blíže podíváme na to, čím se v TyfloCentru zabývají Kamila Rojáková a Michal Štefanovič a ve kterých oblastech jsou Vám tak k dispozici.

Kamila Rojáková, DiS. je sociální pracovnící a má na starosti:

- Organizaci Výtvarného tvoření pod vedením Mgr. art. Zuzany Grulichové v Galerii výtvarného umění v Ostravě (GVUO).
- Vedení hodin tréninku paměti, které jsou vhodným nástrojem pro nacvičení různých technik paměťových dovedností. Aktivizace Vašich mozkových buněk je kýženým bonusem navíc.
- Organizaci edukativních exkurzí a výjezdů, které TyfloCentrum pro Vás pořádá a díky kterým si můžete prohloubit své sociální či jiné dovednosti a znalosti.
- Koordinaci výuky anglického jazyka, která pamatuje i na různé úrovně Vašich jazykových znalostí a můžete ji navštěvovat, ať už jste začátečníci, nebo pokročilí.
- Doprovázení Vás, našich klientů, k lékaři, na úřady či do jiných veřejných institucí dle Vašich potřeb.
- Procvičování sebeobsluhy.
- Doporučení vhodných drobných kompenzačních pomůcek určených pro základní sebeobslužné činnosti (např. česky mluvící hodinky, měřící přístroje do kuchyně, rozpoznávače barev nebo mincí atd.).
- Pomoc při získávání finančních příspěvků a sociálních dávek.
- Koordinaci dobrovolníků poskytujících své služby TyfloCentru a studentů absolvujících praxi v rámci svých studií zabývajících se sociální prací.

Kontakt: 774 731 331

Michal Štefanovič je pracovníkem v sociálních službách a odborníkem na:

- Nácvik obsluhy digitálních čtecích přístrojů, počítačů, které jsou vybaveny speciálními programy, jenž umožňují pohodlnou práci s běžnými programy a operačním systémem Windows i osobám se zrakovým postižením. Zmiňované speciální programy dokážou zvětšit zobrazované písmo nebo jej hlasově zprostředkovat.

- Nácvik obsluhy mobilních telefonů a dalších produktů od firmy Apple, tedy přístrojů vybavených funkcemi, díky kterým je možné ovládat je hmatem nebo pracovat s nimi na základě hlasového výstupu.

Michal je také:

- Vedoucím Turistického klubu TyfloCentra, jenž jednou za tři týdny pořádá pro Vás výlety do přírody, na vrcholy hor, k hradům a zámkům zejména v rámci Moravskoslezského kraje.
- Správcem webové stránky tyflocentrum-ova.cz a Facebook stránky TyfloCentra.

Kontakt: 774 731 338

Připravila: Eva Drábková

Zvukové knihy

Knihy k půjčení v TyfloCentru

Díky darům vlastníme cca 103 audioknih. Jejich seznam zašleme na vyžádání, případně je k nahlédnutí v TyfloCentru. Nově máme v nabídce i knihy v Braillu. Pokud máte zájem o vypůjčku, 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).

Čas odpouštět (Jake Brigrance 3)

autor: John Grisham

čte: Jan Šťastný

žánr: literatura světová, detektivky, krimi

vydavatel: Témbr

katalogové číslo: MP8166

Právník Jake Brigrance přijme obhajobu Drewa Gamblea, mladíka obviněného z vraždy policisty. Ostře sledovaný soudní proces rozděluje zdejší obyvatele – mnozí chtějí rychlý soud a trest smrti, ale Jake to vidí jinak. Jakmile zjistí o případu víc, pochopí, že musí udělat vše pro to, aby Drewa, kterému je pouhých šestnáct let, zachránil. Jakeovo odhodlání najít pravdu ohrožuje jeho kariéru i bezpečí jeho rodiny.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31900

Na seznamu smrti (Na seznamu smrti 1)

autor: Jack Carr

čte: Zdeněk Hruška

žánr: literatura světová, romány, thrillery

vydavatel: Témbr

katalogové číslo: MP8174

Konspirační politický thriller je prvotinou Jacka Carra, bývalého snipera amerického námořnictva. Poručík jednotek Navy SEAL Jamese Reece byl na jedné z tajných misí se svým týmem přepaden a jako jediný tento útok přežil. Po návratu domů je plný protichůdných vzpomínek a otázek, jak k něčemu takovému mohlo dojít. Když však zjistí, že smrt členů jeho týmu nezavinil nepřítel, ale jsou za ni zodpovědná nejvyšší patra moci – tedy ti samí lidé, kteří ho poslali do boje, tak se úplně sám, bez podpory a zázemí, pustí do nemilosrdné odvety.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31901

Neděle odpoledne

autorka: Viktorie Hanišová

čtou: Filip Kaňkovský, Dita Kaplanová, Jan Vlasák

žánr: romány, literatura česká

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP8278

Každá rodina má své tradice. Některá má navíc i tajemství. Život malého Tea ubíhá v pomalém, ubíjejícím rytmu. Odtahitá a samotářská matka ho vzdělává doma a namísto procházek ho vodí do komunitního náboženského centra. Pod stromečkem Teo vždycky najde jen další díl Káji Maříka. A otec každé nedělní odpoledne někam zmizí. Dospívání však nelze zastavit, a tak i Teova smutná rutina s nástupem do školy a novým kamarádem dostává první trhliny. A s ní i celá rodinná situace, obestřená mlčením, tajemstvím a smutkem. Čím více Teo stárne, tím víc se odtahuje od své rodiny. Ale i jeho vlastní samostatný život je nakonec všechno, jen ne spokojený: je v něm prázdné místo, které potřebuje zaplnit.

Neděle odpoledne je příběhem o trápeních a tragédiích jedné rodiny, vyprávěným ze tří perspektiv. Co se synovi může zdát jako vyšinuté, z matčina nebo otcova hlediska najednou dává smysl. Je to kniha o vzájemném míjení i sbližování.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31921

Tchyně

autorka: Sally Hepworth

čte: Natálie Růčková

žánr: literatura světová, romány, pro ženy

vydavatel: KTN, Ikar

katalogové číslo: MP8665

Lucy svou tchyni poznala před pěti lety. Ačkoli se k ní Diana tehdy chovala přátelsky a zdvořile, Lucy okamžitě poznala, že nesplňuje její představy. I přesto se jí snažila vždycky zavděčit. Teď se našlo Dianino tělo a vedle něj dopis na rozloučenou. V něm se píše, že raději zemře hned, než aby sváděla únavný boj s rakovinou. Jenže při pitvě se žádná rakovina nenajde. Místo toho patolog odhalí stopy jedu a dušení. Navíc je zřejmé, že každý člen rodiny něco tají. Ale co? A kdy už konečně všechno to tajnůstkářství skončí?

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31917

Anglická kuchyně slečny Elizy

autorka: Annabel Abbs

čte: Lenka Veliká

žánr: literatura světová, biografie a memoáry, historické romány

vydavatel: KTN, Argo

katalogové číslo: MP8667

Anglie, 1837. Na trůn nastoupila královna Viktorie a Anglii zaplavila spousta nových, zajímavých ingrediencí od koření po exotické ovoce. Eliza Actonová však netouží trávit čas v kuchyni, ale chce se věnovat poezii. Nakladatel však její sbírku básní odmítá a navrhuje, aby napsala knihu o vaření. Elizou návrh pohorší a nehodlá se jím zabývat. Vzápětí je ale její otec nucen kvůli bankrotu opustit zemi a Eliza z existenčních důvodů na nabídku sepsat kuchařku kývne. Začne sběrem receptů z celého světa a pokouší se naučit vařit. Ke svému překvapení zjišťuje, že jí vaření nejen jde, ale že ji těší. K ruce si najme sedmnáctiletou Ann Kirbyovou a učí ji poezii, vaření a lásce. Mezi Elizou a Ann, která postupně rozplétá záhady Eliziny minulosti i milostného života, vzniká nečekané pouto a přátelství. Obě ženy společně napíší knihu plnou zajímavých postupů a seznamů ingrediencí, čímž naruší tradiční pojetí kuchařských knih a jednou provždy změni způsob psaní o vaření. Skutečný příběh anglické básničky, která se stala nejznámější britskou autorkou kuchařské knihy, z níž dodnes čerpá celá řada šéfkuchařů.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31918

K otevřenému nebi

autor: Antonio G. Iturbe

čtou: Javorský Vladimír, Brousek Ondřej

žánr: literatura světová, romány

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP8205

Francie, dvacátá léta předešlého století. Letecká poštovní společnost Latécoère, předchůdkyně dnešní Air France, přijímá do svých řad jen ty nejodvážnější a nejzdatnější piloty. Mezi vybranými jsou i Jean Mermoz, Henri Guillaumet a Antoine de Saint-Exupéry, tři „báječní muži na létajících

strojích“, kteří se zapíší do dějin civilního letectví jako průkopníci dosud neprozkoumaných vzdušných tras. Žádná vzdálenost pro ně není dostatečně dlouhá, žádný horský štít dostatečně vysoký. Kromě vášně létat je tu jen odpovědnost a profesní čest doručit dopisy na palubě letounů včas a za každých okolností do rukou adresátů, napříč kontinenty a oceány na stále se zmenšující mapě světa. Když však přistanou a spočinou nohama na pevné zemi, stanou opět tváří v tvář skutečnosti, s jejímiž víry, zvraty a nástrahami bývá mnohem těžší se vyrovnat než s turbulencemi vysoko v mracích. K otevřenému nebi, autorem pečlivě zdokumentovaný román, který v sobě v nepřetržitěm toku epizod spojuje dobrodružství a exotiku cestopisu s prvky historického a životopisného románu, vypráví o fascinujících a dnes polozapomenutých objevitelských dobrodružstvích tří nerozlučných přátel, kteří stáli u zrodu civilního letectví, a je současně i literární poctou Antoinovi de Saint-Exupérymu, autorovi nezapomenutelného Malého prince, spisovateli a humanistovi, který – navzdory století nalomenému světovými válkami – dokázal až do své tragické smrti ve vodách Středozemního moře vidět a vnímat život dětskýma očima.

Knihovna Wiking Biblio: <https://biblio.oui.technology/biblio/catalog/31914>

Doktore, fofrem, jde o život! (Irish Country 1)

autor: Patrick Taylor

čte: Otakar Brousek

žánr: literatura světová, humor

vydavatel: Tympanum

katalogové číslo: MP8255

Barry, čerstvý majitel univerzitního diplomu, získal první zaměstnání – nic zlého přitom netuše. Bude asistentem praktického lékaře v Ballybucklebo! Tuhle vesničku málem nenajde na mapě, ale na místě zjistí, že nechce žít nikde jinde než tady – v srdci smaragdových kopců a údolí severního Irska. Pak se však poprvé setká se svým šéfem, doktorem Fingalem O'Reillym. Tenhle starší muž, jehož základním ponaučením je „nikdy pacientům nedovol, aby ti přerostli přes hlavu!“, má velmi svérázné metody. Je prchlivý O'Reilly šarlatán prvního řádu, anebo naopak ten nejlepší učitel, od kterého Barry získá mnohem víc, než se kdy naučil na fakultě? Ať už tohle dopadne, jak chce, po seznámení s O'Reillyho pacienty – mezi nimiž se najdou opravdu rázovité figurky – je mu jasné, že minimálně o životě, a nejspíš i o lásce se tady dozví víc, než kdy doufal.

Knihovna Wiking Biblio: <https://biblio.oui.technology/biblio/catalog/25720>

Vánoční prasátko

autorka: J. K. Rowling

čte: Michaela Doležalová

žánr: literatura světová, pro děti a mládež, pohádky

vydavatel: KTN, Albatros

katalogové číslo: MP8660

Jack nade vše zbožňuje své plyšové prasátko, které má úplně odmalička. Vždycky tu pro něj bylo, zažili spolu dobré i zlé časy. Jednou na Štědrý večer se však stane hrozná věc – prasátko se ztratí. Ale Vánoce jsou čas zázraků a na Štědrý večer vše ožívá, dokonce i hračky. A Vánoční prasátko, nejnovější Jackova hračka a poněkud otravná náhrada za původní prasátko, má odvážný plán. Vydají se spolu na kouzelnou cestu za ztracenou hračkou a za záchranou nejlepšího kamaráda, kterého Jack kdy měl.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31906

Boží bojovníci (Husitská trilogie 2)

autor: Andrzej Sapkowski

čte: Ernesto Čekan

žánr: literatura světová, romány, fantasy

vydavatel: Tympanum

katalogové číslo: MP8259

Nastal rok Páně 1427. Pamatujete si ještě, co přinesl? Na jaře vydal papež Martin V. Bulu Salvatoris omnium, v níž proklamoval nutnost další křížové výpravy proti českým kacířům. Zanedlouho byla sešikována kruciáta, která měla husitské apostaty ztrestat ohněm a mečem. Výprava byla důkladně připravena, peníze, věc pro vedení války prvořadá, byly pečlivě nashromážděny. Tentokrát, světe div se, je nikdo nerozkradl. Jedni kronikáři míní, že křižáci byli poctivější, jiní tvrdí, že zlaťáky byly prostě jen lépe hlídány. Kruciáta se hnula začátkem července, týden po svátku Petra a Pavla, překročila hranice a vtrhla do Čech, značíc svou cestu mrtvolami a požáry. Inu horké bylo to léto roku 1427.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31902

Rok v dopisech 2. díl

autorka: Bronislava Janečková

čte: Barbora Kouklíková

žánr: literatura česká

vydavatel: KTN, Radioservis

katalogové číslo: MP8656

Úspěch, s nímž se setkal cyklus dopisů slavných i neznámých lidí, vysílaný v roce 2006 denně na stanici ČRo 3 Vltava, přiměl jeho autorku Bronislavu Janečkovou k přípravě knižní verze. Ke každému dni v roce byl vybrán jeden dopis napsaný právě toho dne v dávné i zcela nedávné minulosti, doprovázený vysvětlujícím komentářem. Druhý díl se věnuje období od července po prosinec a přináší mnoho vzácných textů, které dokumentují proměnu stylu a funkce dopisů od renesance po aktuální současnost. Vedle

korespondence osobností české kultury, politiky a vědy (Mikoláš Aleš, Josef Suk, Jiří Orten, Jiří Voskovec, František Halas, Jakub Jan Ryba, Jaroslav Hašek, Vítězslav Hálek, Miroslav Tyrš, Fráňa Šrámek ad.) čtenáře osloví i dopisy obyčejných lidí psané často v mezních životních situacích.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/31897

Zdroj anotací: databazeknih.cz

Různé

Únorové premiéry v NDM

Braniboři v Čechách (opera)

Ať žije pravda! Ať žijí práva!

Ať žijí vlasti ochráncové!

Zas vrátí se dobří časové

a zkvete české vlasti sláva.

Operní prvotina Bedřicha Smetany vznikla záhy po skladatelově návratu ze švédského působiště do vlasti. Zásadní okolností jejího zrodu byla soutěž o dvě nejlepší české opery vypsaná hrabětem Janem Harrachem. Smetana přihlásil dílo do soutěže v kategorii námětů z historie zemí české koruny a po letitých průtazích s vyhlášením výsledků také zvítězil.

Libreto opery vypráví příběh odehrávající se rok po úmrtí krále Přemysla Otakara II.; do Čech vtrhl a zpustošil je markrabě Ota Braniborský, nastala doba bídy a český národ se vzchopil k odboji. Údernost slov společně s davovými revolučními scénami chudiny se v opeře snoubí s romantickým příběhem o lásce a ideálech cti, rovnosti a svobody. Smetana ve svém prvním operním opusu vytvořil dílo vysoce převyšující tvorbu jeho českých současníků, vymezil nový kvalitativní standard českého operního repertoáru a v neposlední řadě se nepokrytě přihlásil k politickému programu české národní emancipace.

Obnovené premiéry 22. a 24. února 2024 v Divadle Antonína Dvořáka

Chicago (muzikál)

Americké Chicago 20. let: líheň zločinu a novinářských senzací. Kabaretní hvězda Velma Kelly i sboristka Roxie Hart jsou obě souzeny pro vraždu svých partnerů. Musí ale za každou cenu uniknout hrozícímu tresu smrti! Využívají proto služeb protřelého právníka Billyho Flynna, který ví, že pro verdikt není důležitá pravda, ale mínění tisku a veřejnosti.

Muzikál autorské dvojice John Kander a Fred Ebb a legendárního jazzového choreografa Boba Fosseho patří mezi vůbec nejúspěšnější tituly Broadwaye. Svými slavnými melodiemi i nadčasovým satirickým příběhem láká dodnes

diváky po celém světě. Do Ostravy se vrací po více než třiceti letech – a zároveň přesně sto let od konání skutečných soudních procesů, které jeho příběh inspirovaly.

Premiéra 29. února 2024 v Divadle Jiřího Myrona

Zdroj: www.ndm.cz

Nové podniky v centru Ostravy

Essko Ostrava

Nový espresso bar vznikl na rohu ulic Tyršova a Mlýnská. Podnik s jednoduchým designem má otevřeno i o víkendech.

CØKAFE Organica

Nová pobočka kavárny CØKAFE byla otevřena v novostavbě administrativní budovy Organica na Karolině. Přesněji nám. Biskupa Bruna 3399/5. Podnik je rovněž otevřen i o víkendu a nabízí i nabídku drobných jídel. Ve zmíněné administrativní budova byla rovněž otevřena pobočka bistra Kanteen.

Kikafe

Nový espresso bar s nabídkou vlastní pražené kávou vznikl na ulici Přívozská 154/9. Podnik původně pochází z Olomouce a v Ostravě otevřel svou další pobočku.

Ta Kaiserka

Nový podnik s nabídkou čerstvě upečených a bohatě obložených kaiserek na všechny možné způsoby. Najdete na ulici Antonína Macka 1711/3.

Bumbum Comedy

Zábavní klub Štěpána Kozuba otevřel v prosinci pro veřejnost své prostory. Původně zde sídlil hudební klub Barrák, který se přestěhoval do Přívozu. Diváci zde naleznou jak koncerty, tak formáty stand up comedy. Havlíčkově nábřeží 28.

Barrák music club

Jak jsme výše uvedli, Barrák se přestěhoval do Přívozu. Do prostor bývalé Sokolovny na Fügnerova 595/1. Větší prostory nabízí nově malý a velký sál a lepší zázemí jak pro vystupující, tak návštěvníky. Neonové označení podniky je designově velmi zajímavé.

Buchty v zástěře

Na Nádražní ulici byl otevřen podnik Buchty v zástěře, zabývající se převážně zakázkovým pečením.

Eatnam

Nová restaurace s autentickou vietnamskou kuchyní otevřela na ulici Žofínská, v prostorách Kampusu Palace.

Dva Caffe&Bar

Noví provozovatelé, nový název. Elegance původního interiéru kavárny Industrial, která se zde nacházela, však zůstala zachována. Součástí je zahrádka ve dvoře a výstavní prostory.

Mili Cafe

Nový podniky nahradil pivnici Baník. Najdete zde nejen obědová menu, ale i stálý jídelní lístek, burgery, tatarák, domácí chipsy nebo dezerty apod. Českobratrská 692/15.

Točím šišku

Dle popisu na webu podniku museli majitelé pro kvalitní kebab vždy až do Berlína. To chtěli změnit a pilovali vlastní směsi koření, omáček apod., aby ten nejlepší kebab nabídli i Ostravě. A dle vždy vyprodaných stánků na různých akcích, kde jsem se s nabídkou mohli již setkat, se jim to povedlo. Nyní se otevřela na ulici Škroupova 1108/10 kamenná pobočka.

BrickBros.cz

Milovníci Lega ocení novou prodejnu na ulici Puchmajerova 1799/9. Prodejna nabízí široký výběr nových a starších Lego stavebnic. Mnoho sběratelských modelů včetně návodu pro sestavení. Najdete zde i mix kostek na váhu a unikátní sběratelské figurky.

DrinkEat

Podnik, který nahradil Kaj café. Otevřeno i o víkendech se specializací na snídaně a brunch. Poděbradova 312/32.

The Manor Pub Ostrava

Nový podnik ve stylu irského pubu s nabídkou ostrovního jídla a pivem Guinness byl otevřen v prostorách bývalého skeletu na ulici 28. října.

Happy Banh Mi

Oblíbené vietnamské bistro přestěhováno z Nádražní ulice na pěší třídu 28. října. V prostorách bývalého obchodního domu Baťa.

Bulvár

Nový provozovatel, nový podnik. Kavárna v prostorách Domu umění (GVUO) se nyní nazývá Bulvár.

Papilonia Ostrava

Motýlí dům otevřel i v Ostravě, na ulici Dlouhá. Stovky exotických motýlů na jednom místě.

Valašský chleba

Nový podnik zaměřený na chléb z Valašska se připravuje na ulici Reální.

Zdroj: msstavby.cz

Sociálně-právní poradna

Aktuální ceník bílých holí a doplatky

Od 1. ledna 2024 se změnily ceny bílých holí, případně i doplatky klientů. Přehled aktuálních cen a doplatků jednotlivých typů holí najdete v Příloze č.1, na konci tohoto Kontaktu.

Připravila: Eva Drábková

Společenská rubrika

Blahopřání jubilantům

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

Tyflovařečka

Menu lednových Tyflovařeček:

Jogurtový koláč s tvarohem, švestkami a drobenkou

Ingredience na těsto:

2 vejce

půl hrnku krupicového cukru

1 vanilkový cukr

čtvrt hrnku změkklého másla

400 g bílého jogurtu

2 hrnky polohrubé mouky

1 prášek do pečiva

Ingredience na tvarohovou vrstvu:

3 měkké polotučné tvarohy

2 vejce

cukr podle chuti

vanilkový cukr

Ingredience na drobenku:

80 g másla

80 g krupicového cukru

1 vanilkový cukr

80 g polohrubé mouky

ovoce – podle sezóny

Příprava těsta: Vejce vyšleháme s cukry, vyšleháme máslo, poté jogurt a vmícháme mouku s práškem do pečiva.

Příprava tvarohové vrstvy: Tvarohy dobře vyšleháme s vejci a cukrem.

Příprava drobenky: Uvedené ingredience v míse prsty dobře promísíme.

Na těsto rozetřeme tvarohovou vrstvu, poklademe ovocem a drobenkou. Pečeme ve vyhřáté troubě na 165–170 °C asi 45–60 minut dozlatova.

Podle našich testů je dobré koláč upéct den před podáváním a taktéž ho dobře vychladit.

Zdroj: Kluci v akci — Česká televize

Trénink paměti

Odeberte písmenko

V následujících slovech odeberte jedno písmeno na libovolném místě tak, aby vzniklo smysluplné slovo.

autor

demise

halda

hlučet

krok

kabela

kokos
křídla
podvod
pakt
spoutat
ústava
zlom
pláž
komplot

Určete řeku

Podle tří uvedených měst určete řeku, která všemi těmito městy protéká.

Sušice, Horažďovice, Strakonice –
Sokolov, Žatec, Louny –
Beroun, Karlštejn, Černošice –
Český Krumlov, České Budějovice, Praha –
Tábor, Sezimovo Ústí, Soběslav –
Nýrsko, Přeštice, Plzeň –
Litoměřice, Mělník, Poděbrady –
Havlíčkův Brod, Čerčany, Příbram –
Litovel, Olomouc, Uherské Hradiště –
Jímramov, Tišnov, Brno –
Studénka, Ostrava, Bohumín –
Choceň, Hradec Králové, Žamberk –

Řešení z minulého čísla

Rostliny v názvu knihy

Pokuste se doplnit rostlinu do názvu knihy.

Svatopluk Čech – Ve stínu lípy

Umberto Eco – Jméno růže

Daniel Keyes – Růže pro Algernon

Stanislav Rudolf – Kopretiny pro zámeckou paní

Alexandre Dumas ml. – Dáma s kaméliemi

Anton Pavlovič Čechov – Višnový sad

Bohumil Hrabal – Slavnosti sněženek

Skrývačky

V následujících větách najděte ukryté názvy stromů.

Vem za to táhlo, Hano! – hloh

Hledali houby v okolí paseky. – lípa

Už budu brzy připraven. – dub

Sestra měla na tomto zubu kaz. – buk
Určitě bude ta úloha brzy hotová. – habr
Prokopete mi to pole, nebo neprokopete mi to pole? – topol
Nacházeli se právě v údolí Skalnatých hor. – líska

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 pracovnice

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

Nadační fond Českého rozhlasu

NF Českého rozhlasu nás podpořil v několika projektech z celonárodní veřejné sbírky Světluška, a to jednak v rámci dlouhodobého grantového programu HGR 2024 – Volnočasové aktivity a seberealizace, jehož prostřednictvím jsme obdrželi nadační příspěvek 230 080 Kč na realizaci projektu „Intenzivní školení práce s náročnými kompenzačními pomůckami“

Moravskoslezský kraj

Statutární město Ostrava

Statutární město Ostrava, Městský obvod Ostrava-Jih

Úřad práce ČR

SONS ČR

Knihkupectví Kapitola

Ing. Pavel Zubek

Milan Vaněček

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

Vydalo TyfloCentrum Ostrava, o.p.s., únor 2024

Kontakt pro vás vytvořili Eva Drábková, Michal Štefanovič a Kamila Rojáková.

Příloha č. 1: Aktuální ceník bílých holí a přehled doplatků

Typ hole/Název	Cena	Doplatek uživatele	Nárok ks/rok
Hůl bílá* ORIENTAČNÍ skládací 5dílná Aluminium (100–150 cm po 5 cm)	835,12	0	3
Hůl bílá* ORIENTAČNÍ skládací 5dílná Kompozit (100–150 cm po 5 cm)	976,09	72	3
Hůl bílá ORIENTAČNÍ teleskopická 2dílná Aluminium (max 110, 125, 140 cm)	825,66	0	3
Hůl bílá ORIENTAČNÍ teleskopická 3dílná Aluminium (max 110, 125, 140, 155 cm)	868,78	0	3
Hůl bílá ORIENTAČNÍ kombinovaná 4dílná Aluminium (max 105, 120, 135, 150 cm)	868,78	0	3
Hůl bílá* SIGNALIZAČNÍ skládací 7dílná Aluminium (90, 100, 110 cm)	825,66	0	3
Hůl bílá SIGNALIZAČNÍ teleskopická 7dílná Kompozit (115 cm – není stavitelná)	858,28	0	3
Hůl bílá* OPĚRNÁ neskládací Aluminium (100 cm – je možné zkrátit na míru)	434,37	0	3
Hůl bílá* OPĚRNÁ skládací 4dílná Aluminium (76–100 cm, po 5 cm + je možné zkrátit na míru)	677,37	190	3
Hůl bílá OPĚRNÁ teleskopická 2dílná Aluminium (79–104 cm) + francouzská	526,96	40	3
Hůl bílá OPĚRNÁ kombinovaná 5dílná Aluminium (83–95 cm)	761,51	274	3

* je možné pořídit i ve variantě červenobílé hole.