



TyfloCentrum Ostrava, o.p.s.

Kontakt

leden 2025

| | |
|--|----|
| Úvodní slovo | 2 |
| Akce v TyfloCentru Ostrava | 2 |
| Akce na leden | 2 |
| Turistický klub | 3 |
| Výtvarné tvoření | 3 |
| Pravidelné akce | 3 |
| Zvukové knihy | 4 |
| Knihy k půjčení v TyfloCentru | 4 |
| Tipy na zvukové knihy | 4 |
| Sociálně-právní poradna | 9 |
| Průkazy s končícím datem platnosti | 9 |
| Společenská rubrika | 9 |
| Blahopřání jubilantům | 9 |
| Tyflovařečka | 9 |
| Sladký salám | 9 |
| Trénink paměti | 10 |
| Slovní hrátky | 10 |
| Vztahy | 10 |
| Řešení z minulého čísla | 11 |
| Kontaktní údaje | 12 |
| Služby TyfloCentra podporují | 13 |

Úvodní slovo

Milí čtenáři,

v novém roce vás zveme na již tradiční hudební odpoledne, podrobnosti najdete v akcích.

Těšíme se na setkání

Petra, Eva, Petra, Zuzana, Kamila, Michal a Aleš

Akce v TyfloCentru Ostrava

Akce na leden

15. 1. středa

14:00 - 15:30 hudební odpoledne

Kdo má rád hity Věry Špinarové? Přijďte na již tradiční hudební odpoledne. Tentokrát za vámi přijede zpěvačka Dáša Czonek, která vystupuje již léta s původní skupinou od „Špinarky“ a byla ochotná bez nároků na odměnu pro vás v TyfloCentru zazpívat. Její hlasový rozsah vás ohromí.

Kdo se chce zúčastnit, kvůli omezenému prostoru se přihlašujte nejpozději do pondělí 13. 1., a to buď u Petry Ďurkové nebo u Kamily Rojákové.

18. 1. sobota

9:45 - 14:00 turistický klub – novoroční procházka kolem Ostravice

23. 1. čtvrtek

13:00 - 15:00 PC-klub – nečitelné pdf soubory

25. 1. sobota

7:15 - 15:00 turistický klub – ledové sochy na Pustevnách

PC-klub

Tématem lednového PC-klubu budou nečitelná pdf. Určitě jste se už setkali s tím, že Vám někdo poslal soubor ve formátu pdf, ale když jste si ho otevřeli, zjistili jste, že vám otevírač čte buďto nesmysly, nebo název souboru.pdf, protože se jednalo o oskenovaný obrázek. Pokud vás téma zajímá nebo si sami s touto situací nevíte rady, na tento problém se zaměříme. Představíme si služby, které nám jsou schopny tyto soubory upravit do přístupnější podoby nebo také zakomponované rozpoznávací nástroje v programech jako je Jaws či NVDA.

Kdy? 23.1.2025 od 13:00 do 15:00 hod v TyfloCentru.

Jako vždy bude prostor pro další vaše dotazy i z úplně jiných oblastí. Hlásit se můžete jako obvykle u Zuzany Kielarové, a to telefonicky případně e-mailem.

Turistický klub

Novoroční procházka kolem Ostravice 9. ročník

V sobotu 18. ledna 2025 vyrazíme na tradiční novoroční procházku kolem Ostravice.

Sraz bude na autobusové zastávce Benzina v Hrabůvce v 9:45.

Délka trasy celkem cca 7 km.

Ledové sochy na Pustevnách

V sobotu 25. ledna 2025 si pojedeme prohlídnout ledové sochy na Pustevnách.

Pojedeme vlakem ze Středu v 7:25 do Frenštátu p. Radhoštěm a poté autobusem do Trojanovic s příjezdem v 9:00.

Sraz bude na Středu před pokladnami v 7:15.

Pojedeme lanovkou na Pustevny nahoru a dolů.

Cena lanovky nahoru a dolů (zpáteční) je pro ZTP/P 180 Kč, průvodce ZTP/P TAKÉ 180 Kč, senioři 250 Kč.

Jízdenka na lanovku slouží jako vstupenka do stanů se sochami.

Délka trasy celkem cca 4 km.

Je nutné, aby zrakově postižení turisté měli svého průvodce.

Michal Štefanovič

Výtvarné tvoření

S výtvarným tvořením v GVUO pod vedením Zuzany Grulichové začínáme až v únoru.

Termíny do začátku letních prázdnin 2025 jsou: 18.2., 25.3., 8.4., 13.5.

Pravidelné akce

Pozor změna

Výtvarné tvoření v galerii začíná až v únoru.

Tyflovařečky 1, 2 a 3 se uskuteční dle domluvy.

Angličtina – jednotlivé lektorky informují účastníky kurzů o termínech.

Čtvrteční vzdělávací program probíhá dle domluvy.

Rozvrh pravidelných akcí

pondělí

10:00 – 11:00 angličtina – začátečníci

13:00 – 14:00 angličtina

úterý

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

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

9:00 – 12:00 Tyflovařečka 2 (dle domluvy)

9:00 – 13:00 Tyflovařečka 3 (dle domluvy)

středa

13:00 – 14:00 angličtina – pokročilí

čtvrtek

vzdělávací program – dle domluvy

14:00 – 16:00 PC-klub

pátek

13:30 – 14:30 plavání

Zvukové knihy

Knihy k půjčení v TyfloCentru

Díky darům vlastníme cca 103 audioknih. Jejich seznam zašleme na vyžádání, případně je k nahlédnutí v TyfloCentru. V nabídce máme i knihy v Braillu. Pokud máte zájem o výpůjčku, kontaktujte Kamilu Rojákovou.

Tipy na zvukové knihy

Audioknihy i zvukové knihy si můžete vypůjčit v Moravskoslezské vědecké knihovně, nebo ve Zvukové knihovně KMO. Pokud nejste z Ostravy, můžete si zvukové knihy nechat oběma knihovnami zaslat, nebo si je můžete stáhnout ze stránek Macanovy knihovny (viz odkazy u jednotlivých knih).

Holly

autor: Stephen King

interpret: Klára Oltová

žánr: literatura světová, detektivky, krimi, romány

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP8951

Když Penny Dahlová zavolá do detektivní agentury Finders Keepers a doufá, že jí pomůžou najít její ztracenou dceru, Holly se zdráhá případ přijmout. Její partner Pete má covid. Její velmi komplikovaná matka právě zemřela. A Holly má být na dovolené. Ale něco v zoufalém hlase Penny Dahlové způsobí, že Holly nemůže odmítnout.

Jen pár bloků od místa, kde zmizela Bonnie Dahlová, žijí profesori Rodney a Emily Harrisovi. Jsou to manželé osmdesátníci, oddaní jeden druhému a celoživotní akademici v částečném důchodu. Ve sklepě svého dobře udržovaného, knihami obloženého domu, však ukrývají hrozivé tajemství, které možná souvisí s Bonniiným zmizením. A ukáže se, že je téměř nemožné odhalit, co mají za lubem: jsou bystří, trpělivi a bezohlední.

Holly musí zapojit všechny své ohromné schopnosti, aby přechytračila a přelstila zvrácené profesory.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32753

Bird Box (V pasti)

autor: Josh Malerman

interpret: Dana Černá

žánr: literatura světová, horory, thrillery

vydavatel: Kanopa

katalogové číslo: MP8907

Tam venku něco je – něco děsivého, co člověk nesmí spatřit. Stačí jediný pohled a podlehněš smrtelnému násilí. Nikdo netuší, co to je, ani odkud to přišlo. Pět let poté, co všechno začalo, zbývá už jen hrstka přeživších – včetně Malorie a jejích dvou malých dětí. Malorie žije v opuštěném domě poblíž řeky a už dlouho sní o tom, že uteče někam, kde snad bude s rodinou v bezpečí. Cesta, která ji čeká, je však hrozivá: překonat pětadvacet kilometrů po proudu řeky v malé loďce – poslepu. Stačí jedno špatné rozhodnutí a všichni zemřou. Něco je sleduje. Je to člověk, zvíře nebo stvůra?

Ponořena do tmy, obklopena známými i neznámými zvuky, se Malorie vydává na svou hrůznou odyseu – na cestu, která ji zavede do nespátrného světa i do minulosti, k přátelům, kteří jí kdysi zachránili život.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32748

Neviditelné kořeny

autor: Hynek Čapka

interpret: Petr Florián

žánr: literatura česká, historické romány

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP8864

Krev není voda. Románová kronika o rodině ve víru československých dějin. Listopad 1989. Vysokoškolák Pavel prožívá události revolučních dní, které

poznamenaná rodinná tragédie: jeho otec, příslušník StB, spáchá sebevraždu. Pavel se navíc dozvídá, že je adoptovaný, a tak začíná pátrat po svých kořenech. Nedlouho po druhé světové válce se snaží Tomáš a Anežka, zaměstnanci firmy Baťa, uprchnout přes střežené hranice ze své vlasti. Co mají desítky let vzdálené osudy společného a jak je ovlivní bouřící dějiny?

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32710

Plánata

autorka: Petra Dvořáková

interpret: Lucie Valenová, Marie Černochová, Robert Mikluš

žánr: romány, literatura česká

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP8611

Román o dozrávání v přelomové době. Obyčejná rodina, obyčejná vesnice. Dvě dcery ve školním věku, rodiče s obyčejnými profesemi. Také prarodiče, všichni tak trochu natěsno v poslepovaném, ale jinak úplně obyčejném domě. A kolem stejně tak obyčejný, nehybný čas. Jenže zdání tu klame. Tiše se naplňuje chvíle, kdy starý režim dozrává k náhlému rozpadu. Pavlína, ústřední vypravěčka této vícehlasé prózy, svým dětským srdcem sdílí euforické iluze rodičů o jiném, lepším životě a promítá je na čisté stěny svých tajných přání a tužeb. Ty se ovšem netýkají jen tušené svobody a jejích lákadel, ale i vztahů. Zvláště když dívka postupně začíná vnímat, že její rodina, v níž to „každý s každým myslí tak nějak dobře“, je jako pláň zarostlá křovisky neporozumění, komplexů a někdy i agresí. Chuť urvat si svůj ždibec štěstí a z toho plynoucí pokušení vykonávat moc je silnější než náročná cesta respektu a empatie. Na svět kolem i uvnitř jako by sedala veliká černá můra. Pavlína už dávno není školačka, ale pořád se jí nedaří vstoupit do dospělého života bez neustálého klopýtání. Může vůbec člověk změnit a opustit svůj malý svět? Zmizí snad tíha s milosrdnou tmou? Anebo naopak s příchodem nějaké větší záře?

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32695

Severka

autorka: Nina Špitálníková

interpret: Barbora Goldmannová, Dagmar Křížová, Martin Siničák, Ondřej Dvořáček, Petr Kubes, Šárka Šildová, Štěpánka Romová, Viktor Kuzník

žánr: romány, literatura česká

vydavatel: Radioservis

katalogové číslo: MP8867

Protagonistka prvního románu Niny Špitálníkové žije v Jižní Koreji, ačkoli se narodila v té Severní. Vyprávění líčí její strastiplnou cestu za svobodou, hříchy minulosti i pochyby, které ji po celou dobu provázejí. V kaleidoskopickém příběhu poznáváme perspektivu a osudy prominentů

severokorejského režimu i těch na dně společenského žebříčku. Díky tomu klade román Severka závažné otázky, které dalece přesahují hranice Korejského poloostrova. Ta základní zní: Co může jedinec obětovat pro vlastní svobodu?

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32717

Murtagh (Odkaz Dračích jezdců 5)

autor: Christopher Paolini

interpret: Martin Stránský

žánr: literatura světová, fantasy, pro děti a mládež

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP8861

Legenda pokračuje. Vraťte se do světa Eragona a Dračích jezdců! Pro Dračího jezdce Murtagha a jeho draka Trna už není na světě bezpečno. Zlý král byl svržen a z nich se stali vydědění. Po celé zemi se navíc začínají šířit zvěsti o pukající zemi a zápachu síry, který se vznáší ve vzduchu. Zdá se, že ve stínech Alagaësie se skrývá cosi zlého. A tak začíná epická cesta do známých i neprobádaných krajů, kde budou muset Murtagh a Trn použít všechny zbraně ze svého arzenálu, aby našli a přelstili tajemnou čarodějnici. Čarodějnici, která je mnohem mocnější, než se zdá.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32709

Maškaráda (Úžasná Zeměplocha 18)

autor: Terry Pratchett

interpret: Zuzana Slavíková

žánr: literatura světová, humor, fantasy

vydavatel: OneHotBook

katalogové číslo: MP8921

Anhk-morporská Opera – obrovská budova, v jejíchž prostorách se pohybují maskované postavy a provozují své nekalé rejdy, kde umírání na jevišti občas bývá víc než metafora, kde jsou nevinné mladé sopranistky lákány do osudových tenat padouchy v děsivě odporných večerních robách. Kde narazíte na dvě stará dámy ve špičatých kloboucích, které zatímco v lóži požívají burské oříšky, upírají pohledy na obrovský křišťálový lustr nad hledištěm a tiše si pobrukují: „No, jestli se teď každou chvíli nestane velký neštěstí, tak teda nevím.” Ano, Bábi Zlopočasná a Stařenka Oggová, největší čarodějky Zeměplochy, se vypravily užít si jeden nevinný (ale co je u Bábi Zlopočasné tak docela nevinné?) večer v Opeře. A nejen to. Je tedy jasné, že budou potíže (jenže pěkné představení s několika zavražděnými si prostě musíte procítit).

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32730

Všechny cesty vedou do Santiaga

autor: Ladislav Zibura

interpret: Martin Písařík

žánr: literatura světová, cestopisy a místopisy

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP8875

Příběh o cestě, která mění lidem životy. Už více než tisíc let míří lidé ze všech koutů Evropy do Santiaga de Compostela. Ladislav Zibura tam poprvé putoval v osmnácti letech a teď se do Španělska vydává znovu – za vzpomínkami, dobrodružstvím a příběhy poutníků z celého světa. Přidejte se k nim a ponořte se do vyprávění plného humoru a přátelství mezi lidmi, kteří se nikdy neviděli. Dozvíte se, jak poutnictví hýbalo evropskými dějinami, a taky načerpáte tipy pro vlastní cestu. Budou se vám hodit – možná totiž zjistíte, že camino volá i vás.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32726

Zmizelá Šumava 2

autoři: Emil Kintzl, Jan Fischer

interpret: Petr Štěpánek

žánr: literatura naučná, cestopisy a místopisy, historie

vydavatel: Voxi

katalogové číslo: MP8925

Odhalte další příběhy starých, dnes již zaniklých osad a osudy obyvatel Šumavy. Budete svědky zániku samoty Torfstich, dozvíte se, jaké legendy obestírají hrad Kašperk, objevíte Sterzmühle, šumavský skvost v údolí říčky Pstružné, i osadu Vogelsang, kterou Švédové nikdy nedobyli.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32734

Dokud voda neskončí

autorka: Abhejali Bernardová

interpret: Abhejali Bernardová, Tereza Bebarová

žánr: osobní rozvoj a styl, psychologie a pedagogika, sport

vydavatel: Témbr

katalogové číslo: MP8949

Jako desátý člověk na světě dokončila výzvu „Oceans Seven“. Dalo by se říct, že Abhejali Bernardová je nejlepší česká plavkyně, kterou neznáte. Cesta k dosažení „Sedmičky oceánů“ je však v jejím příběhu mnohem poutavější než samotné dosažení cíle. Její výpravy po světě totiž nejsou jen o plavání, jsou především výpravami do nitra. S pomocí meditace, za hranicemi pohodlí a toho, co zná, poznává sama sebe. A svým vyprávěním v nás probouzí přesvědčení, že všichni dokážeme víc, než si myslíme.

Knihovna Wiking Biblio: biblio.oui.technology/biblio/catalog/32751

Zdroj anotací: databazeknih.cz

Sociálně-právní poradna

Průkazy s končícím datem platnosti

O skončení platnosti průkazu osoby se zdravotním postižením jeho držitele dnes povinně předem informuje úřad práce. Neprodlužuje se platnost, ale vyplní se formulář žádosti o průkaz. Podává se nejdříve 90 dnů před termínem skončení platnosti stávajícího průkazu. Řízení o žádostech podaných dříve musí úřad práce zastavit. U zdravotních postižení s dovětkem „trvale“ stačí předchozí posudkové zhodnocení a nehodnotí se tedy znovu, zda žadatel splňuje podmínky nároku. Fotografii by si měl úřad práce obstarat z databáze občanských průkazů. Formulář žádosti najdete na tomto odkazu: mpsv.cz.

Zdroj: sons.cz

Společenská rubrika

Blahopřání jubilantům

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

Tyflovařečka

Recept prosincové Tyflovařečky:

Sladký salám

250 g piškotů

250 g tuku (100 %)

2 vejce

200 g cukru moučka

50 g kakaa

vanilka – dle chuti

rum – dle chuti

rozinky – dle chuti, může být, ale nemusí
želé bonbony – dle chuti, může být, ale nemusí
kandované ovoce – dle chuti, může být, ale nemusí
kokos na obalení salámu

Rozpustíme tuk, piškoty rozlámeme rukou na malé kousky, vše následně smícháme a když směs trochu zatuhne, vypracujeme čtyři válečky, které obalíme v kokosu.

Zdroj: přátelské tradování

Trénink paměti

Slovní hrátky

Podle uvedených instrukcí vytvářejte slova.

Záměnou jednoho písmene, v označení hlemýždě bez ulity získejte druh klobouku.

Vložením jednoho písmene k názvu psovité šelmy získejte dopravní prostředek.

Přidáním jednoho písmenka k označení černého ptáka získejte nástroj na sekání.

Záměnou písmene v označení kusu nábytku získejte církevní stavbu.

Vložením písmenka do slova označujícího mládě domácího zvířete získejte hudební nástroj.

Obrácením slova označujícího rivala, protivníka, získejte černého ptáka.

Přidáním jednoho písmene ke slovu označujícímu líčidlo získejte okrasnou květinu.

Záměnou jednoho písmene v označení aromatického koření získejte název ryby.

Záměnou písmene v synonymu slova baklažán získejte druh ptáka.

Záměnou písmene ve slově označujícím mléčný výrobek získejte nočního ptáka.

Vypuštěním části slova půdorys získejte kočkovitou šelmu.

Vypuštěním písmene ve slově označujícím gymnastický cvik získejte druh ptáka.

Vypuštěním části slova označujícího kopáčské náčiní získejte část chodidla.

Vztahy

Pokuste se najít k zadanému slovu pojem, s nímž je zadané slovo ve stejném vztahu jako vzorová dvojice výrazů.

káva a hrneček, pivo a ...
film a kino, drama a ...
zelí a zelňačka, rýže a ...
dršťková a polévka, hovězí a ...
popelář a popelnice, instalatér a ...
třída a žák, podnik a ...
ametyst a fialová, smaragd a ...
doktor a ordinace, voják a ...
Boží hod a prosinec, Den matek a ...
invalida a vozík, kosmonaut a ...
ruchadlo a Veverkovi, žárovka a ...
Malta a ostrov, Afrika a ...
fialka a flóra, lev a ...
člověk a savec, kapr a ...
továrna a výroba, obchod a ...
anemometr a vítr, chronometr a ...

Řešení z minulého čísla

Skládání slov z písmen jiných slov

Podle legendy sestavte slovo označující živočicha a vepište ho na volný řádek.

1. písmeno bude souhláska ze slova ŽELVA – Ž
 2. písmeno bude samohláska ze slova NIC – I
 3. písmeno bude souhláska ze slova KARÁT – R
 4. písmeno bude samohláska ze slova AUTO – A
 5. písmeno bude souhláska ze slova FILM – F
 6. písmeno bude samohláska ze slova DIVA – A
- výsledné slovo: žirafa

1. písmeno bude souhláska ze slova KOZA – K
 2. písmeno bude souhláska ze slova LOVEC – L
 3. písmeno bude samohláska ze slova MOR – O
 4. písmeno bude souhláska ze slova HÁK – K
 5. písmeno bude samohláska ze slova RYBA – A
 6. písmeno bude souhláska ze slova NORA – N
- výsledné slovo: klokan

Přesmyčky z hradů a zámků

V názvech hradů a zámků byla přeskupena písmena, takže vznikla nesrozumitelná slova. Přeskupte písmena a najděte v každém názvu hradu nebo zámku.

ŠKREJALTN – Karlštejn

RNEŠTEPJN – Pernštejn
ŠNOPIKOĚT – Konopiště
VOZÍKV – Zvíkov
OZVUOB – Bouzov

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

Moravskoslezský kraj
Statutární město Ostrava
Statutární město Ostrava, Městský obvod Ostrava-Jih
Statutární město Ostrava, Městský obvod Ostrava-Poruba

Nadační fond Českého rozhlasu
NF Českého rozhlasu nás podpořil z celonárodní veřejné sbírky Světluška, v rámci dlouhodobého grantového programu HGR 2025 – Volnočasové aktivity a seberealizace, jehož prostřednictvím jsme obdrželi nadační příspěvek 183 820 Kč na realizaci projektu „Intenzivní školení práce s náročnými kompenzačními pomůckami“

Úřad práce ČR
SONS ČR
Ing. Pavel Zubek
Milan Vaněček
obchodní společnosti, ve kterých jsou umístěny „psí kasičky“
a anonymní dárci