

Občasník lidí z Domu sv. Cyrila a Metoděje

Vlaštofka



Anketa: Jak reagují
nevidomí na pomoc - 3

Návštěva Zoo - 9

Klienti domu

za kniplem letadla - 11

3
2022



Vážení čtenáři,

horké letní dny jsou pomalu u konce a my se ve vzpomínkách vracíme k tomu, co všechno jsme během prázdnin prožili. K létu patří bezesporu cestování. Nová místa rádi objevují snad všichni lidé, které znám, nevidomé nevyjímaje.

Je mi velkým potěšením říct, že bariéry mezi světem vidících a „nevidících“ se snižují a veřejný prostor je k osobám s postižením zraku mnohem přátelštější, než tomu bylo dříve. Díky reliéfním chodníkům, označnickům, majáčkům nebo ozvučeným semaforům se samostatné cestování stává pro nevidomé dostupnějším. Lidé tak mají možnost vyrážet autobusy, vlaky nebo letadly nejen po vlastech českých, ale také do zahraničí.

A kam všude vyrazili během léta naši klienti? Jak strávili prázdniny a co všechno během nich prožili se dozvíte na dalších stránkách této Vlaštofky s názvem Na cestách.

Příjemné čtení.

Zuzana Janků, vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje



• Slečna Eva s panem Bedřichem na vlakovém nádraží, foto Vladimír Herman



Anketa: Jak reagují nevidomí na nabízenou pomoc a co vidící vědí o značení pro nevidomé



• Na nádražích a nástupištích se můžeme setkat s řadou prvků, které pomáhají zrakově postiženým v orientaci, na snímku slečna Hana, foto Vladimír Herman

Během pohybu po městě se nevidomí obyvatelé často dostanou do situací, kdy potřebují pomoc od vidící osoby. Zajímalo nás, jak nevidomí lidé vnímají nabídnutou pomoc ze strany kolemjdoucích. Je to pro ně příjemné, či to může nevidomého dokonce obtěžovat? Abychom si to ujasnili, rozhodli jsme se oslovit několik zrakově handicapovaných obyvatel Vlaštic a všem položili jednu otázku.

• Stává se Vám, že je Vám ve městě nabídnuta pomoc ze strany cizí osoby – např. na přechodu? Kdy takovou pomoc oceníte a kdy ji naopak nepotřebujete? Jak na nabízenou pomoc obvykle reagujete?

Když mi někdo nabídne pomoc, poděkuji. Pouze párkrát se mi stalo, že jsem za nabídnutou pomoc poděkoval a odmítl ji. Cestu jsem totiž znal. Většinou ale chodím s doprovodem. (Pan Bedřich - nevidomý)



• Pan Bedřich u přechodu pro chodce v Opavě, foto Vladimír Herman

Když je mi nabízena pomoc, kde to již znám, tak dotyčné osobě poděkuji a řeknu, že se tady vyznám a její pomoc nepotřebuji. V Opavě se zatím příliš neorientuji, a proto nabízenou pomoc v Opavě neodmítám. (Pan Jakub - nevidomý)

Když je přechod náročný, tak jsem ráda, když se mi někdo z kolemjdoucích nabídne, že mě převede. Ale když cestu znám, tak tomu člověku řeknu, že jeho pomoci není třeba. Kromě přechodu mi pomoc nabízejí např. na zastávce a snaží se mi říct, že je volné místo na sezení. Ale ne vždy to pomáhající osoba popíše tak, abych pochopila, kam mám jít. Ale vždy se snažím

být slušná a slušně pak upozorním takového člověka, ať mi směr a cestu popíše přesně, abych mohla volné místo najít. (Slečna Hana - nevidomá)

Pomoc je mi nabízena např. při přecházení přes cestu nebo také při nastupování a vystupování z autobusu a také při orientaci v autobusu, když tam bývá více lidí. Tehdy jsem téměř vždy za nabízenou pomoc rád, protože např. v autobuse to bývá s orientací komplikované. Jen velmi zřídka se mi stává, že je mi nabídnuta pomoc a já ji nepotřebuji. Potom tomu člověku poděkuji a řeknu mu, že jeho pomoc v tuto chvíli nepotřebuji. (Pan Ondřej - nevidomý)



Oslovili jsme poté také náhodně vybrané dvě vidící paní a položili jim několik otázek na podobné téma, především zdali si někdy všimly určitých prvků či technických vymožeností, jež usnadňují osobám se zrakovým handicapem pohyb a orientaci.

● **Všimla jste si někdy barevné hrbo-laté dlažby na chodníku a věděla byste, k čemu slouží?**

Ano, všimla. Myslím si, že k tomu, aby nevidomí věděli, kde začíná a končí chodník,

● **Určitě jste zaznamenala ozvučení v naší MHD. Víte, jak funguje?**

Už jsem ho slyšela, ale nevím, jak přesně funguje.

● **Kde všude jste se v poslední době setkala s Braillovým písmem?**

Ve výtahu a v ZOO u popisů.

● **Ostýcháte se nabídnout pomoc nevidomému, když ho potkáte?**

Pomoc bych mu určitě nabídla, kdyby potřeboval.

(Odpovídala paní Pavlína - 38 let.)

● **Všimla jste si někdy barevné hrbo-laté dlažby na chodníku a věděla byste, k čemu slouží?**

Ano, označují, že končí chodník, že bude nástupiště, přechod pro chodce.

● **Určitě jste zaznamenala ozvučení**

v naší MHD. Víte, jak funguje?

Ne, MHD nejedím, ale pokud je tam ozvučení, tak určitě oznamuje název zastávky, nebo že zastávka bude následovat.

● **Kde všude jste se v poslední době setkala s Braillovým písmem?**

V poslední době nikde, nevšimla jsem si.

● **Ostýcháte se nabídnout pomoc nevidomému, když ho potkáte?**

Já ano, ale nemám s tímto zkušenost.

(Odpovídala paní Lenka - 43 let.)



● *Reflexní pásy ve městě, foto Vladimír Herman*



● *Na nádražích v blízkosti kolejí se můžete setkat s tzv. nášlapy, které také pomáhají zrakově handicapovaným v orientaci, foto Vladimír Herman*



Marie Kořínková



• Marie Kořínková během výuky prostorové orientace a samostatného pohybu s nevidomým klientem - panem Robinem v Opavě, foto Vladimír Herman

V tomto čísle Vám představíme slečnu Marii Kořínkovou (29), která v Domě sv. Cyrila a Metoděje učí navidomé a slabozraké klienty prostorové orientaci a samostatnému pohybu.

• Maruško, je to pár let, co jsme se potkaly u výběrového řízení, kde jste se ucházela o pozici sociálního pracovníka. Mile mě tehdy překvapilo, že máte vystudovávnu speciální pedagogiku. Někoho jako Vy jsme právě potřebovali ve Vlašovičkách, a tak začala naše spolupráce. Nelitujete, že jste se pro místo trenéra prostorové orientace a samostatného pohybu zrakově

postížených (dále jen POSP ZP) tentokrát rozhodla?

Nebyla to přesně oblast, do které jsem mířila, ale ne, nelituji. Jakmile jsem se v nové práci zorientovala a lépe ji poznala, začala mě ta práce skutečně naplňovat. Také jsem stále v oblasti speciální pedagogiky, takže jsem spokojená.

• Jak dlouho už jako trenér POSP ZP pracujete?



1. srpna to byly čtyři roky.

• **Myslím, že jste vystudovala obor etopedie (speciálně pedagogická disciplína, která se zabývá rozvojem, výchovou a vzděláváním dětí, mládeže a dospělých, kteří mají poruchu emocí a chování), ale teď se věnujete tyflopedit (věda o výchově a vzdělávání osob se zrakovým postižením). Jaký je mezi těmito obory nejvýraznější rozdíl?**

Například podle zkušeností mých spolužáků, kteří u etopedie zůstali, je tyflopedit méně rizikový obor pro pracovníky. Etopedie se dotýká široké škály cílových skupin, od školní problematiky a poruch chování a učení nebo rizikového chování v dětském i dospělém věku, přes náhradní rodinnou péči

a sociálně právní ochranu dětí, nezaměstnanost, bezdomovectví, psychiatrii, drogovou a kriminální problematiku, až po vězeňství. Tyflopedit se zaměřuje přímo na osoby se zrakovým postižením a práci se zrakovým postižením jako takovým. Jako obor je specifičtější, konkrétnější, ale samozřejmě jsou to také lidé a cokoli z oblasti etopedie se jich může týkat také, takže se stává, že se tyto obory prolínají.

• **Co musíte jako trenér POSP ZP umět?**

Určitě hlavně vcítit se do situace klienta, abych ho mohla co nejlépe naučit vše, co potřebuje. Musím se umět dobře orientovat na trasách, které klientům připravuji, trasy dobře napláňovat, umět zvážit rizika pohybu na



• Marie Kořínková a Robin ve městě, foto Vladimír Herman



• Marie Kořínková v kanceláři, foto Zuzana Janků

dané trase. Musím dobře znát pomůcky potřebné k samostatnému pohybu i všechny prvky POSP ZP. Také musím umět přizpůsobit nácviky individuálně, podle schopností a dovedností daného klienta.

• **Jak nebo podle čeho se člověk, který nevidí, může orientovat, aby neza-bloudil nebo ho nepřejelo auto?**

Člověk, který nevidí, by tam, kam jde, měl mít z paměti naučenou trasu. Někteří lidé si trasy nechávají posílat v písemné podobě nebo nahrávat a mají je tak po ruce, např. v mobilu, na diktafonu nebo na papíru, aby si je mohli připomenout, když si nejsou jisti. Pro orientaci na trasách se vyu-

žívají linie jako např. obrubníky, budo-
vy, travnaté plochy, nebo pak orien-
tační body, např. koše, značky, sloupy,
různé typy dlažby, prostě co jde vyu-
žít. K orientaci také slouží reliéfní pásy
umístěné na chodnicích nebo u pře-
chodů. K tomu nevidomí používa-
jí hmat - takzvanou prodlouženou ru-
kou je pro ně bílá hůl, povrchy se dají
poznat i hmatem chodidel. Dál se mo-
hou řídit sluchem, poslouchat provoz -
hlavně právě u přechodů, nebo akusti-
ku v místech, kde procházejí. Využít se
dá i čich, když je na trase např. pekař-
ství nebo masařství, můžou i tato mís-
ta být určitým orientačním bodem.

• **Co je na Vaší práci nejobtížnější?**

Řekla bych, že obrovská zodpo-
vědnost, kterou cítím vůči klientům,
když je učím nějakou trasu, kterou pak
budou samostatně využívat. V dneš-
ním provozu to není jednoduché.

• **Jaký musí být vztah mezi trenérem
a zrakově postiženou osobou? Mys-
lím si, že Vám musí klienti důvěřovat,
mám pravdu?**

Určitě je to o důvěře. Ta je důle-
žitá, protože toho člověka učím něco,
co opravdu potřebuje. A on musí vě-
řit, že ho to naučím správně. Navíc po
dobu nácviku jde člověk nejčastěji do
neznáma, kde musí věřit, že ho na vše
včas upozorním a že bude v bezpečí.

• **Děkuji za rozhovor.**

Pavλίna Králová



Návštěva Zoologické zahrady Ostrava byla zábavná i poučná

V červenci se vydala skupina obyvatel a zaměstnanců domu na výlet do zoologické zahrady v Ostravě. Někteří obyvatelé již dříve ostravskou zoologickou zahradu navštívili, pro řadu z nich to však byla premiéra. „Já jsem již v ostravské zoo dříve byl a dokonce i v olomoucké a i v pražské, takže mohu trochu srovnávat. Ostravská zoo mi přijde rozlohově obrovská a to je myslím dobře, zvířata tak mají možnost pobývat ve velkých výběžích,“ zhodnotil jeden z obyvatel domu – pan Bedřich.

Kromě běžné prohlídky byla pro obyvatele z Vlaštoviček připravená speciální prezentace ve výukovém centru zahrady. Zde si mohli obyvatele osahat řadu exponátů ze zvířecí říše – ať už vycpaných, či různě naimpregnovaných. Jednalo se např. o různé kosti, paroží, vejce, peří nebo celá zvířata. Ke každému exponátu, na který si všichni mohli sáhnout, zaměstnanci zahrady přidali i zajímavý příběh či alespoň popis expozice. Kdo chtěl, mohl si na závěr prezentace sáhnout na živou ještěrku agama, které lidská společnost evidentně nevadila a již na ni byla asi zvyklá. „Výborné bylo, že u většiny zvířat a výběhů byly také braillské popisky a různé reliéfní výtvary, kdy si

člověk mohl představit např. velikost vystavovaného zvířete. Mě osobně zaujali např. papoušci, kteří dokázali vydávat opravdu intenzivní zvuk a křik,“ popsal návštěvu zahrady pan Bedřich.

„Taky musím ocenit spoustu stánků a míst s občestvením, kde si člověk mohl objednat něco dobrého, nebo jen tak na chvíli posedět a poslouchat okolí,“ pochválil ostravskou zahradu pan Bedřich.

Václav Burda



• Zaměstnankyně zahrady „ukazuje“ Robinovi živou ještěrku agama, foto Jaroslava Harazimová



Na zámku si mohou nevidomí osahat haptickou mapu



• Návštěva obyvatel Domu na zámku v Raduni u haptické mapy, foto Ivo Mludek

K lidem s handicapem jsou stále vstřícnější také muzea, různé expozice, výstavy či zámky. O tom posledním se mohli přesvědčit obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje na zámku v Raduni, kam je již potřetí pozvala na speciální prohlídku zdejší kastelánka Markéta Kouřilová.

Novinkou pro ně byla takzvaná haptická mapa, tedy plastická dotyková 3D mapa zámku a jeho okolí. „Slabozrací nebo nevidomí návštěvníci si díky ní mohou představit, do jakého prostředí je zámek zasazen, jaký má půdorys a jaké budovy se nacházejí v jeho okolí,“ říká Markéta Kouřilová, která si tuto mapu

objednala právě na základě předchozích zkušeností s návštěvníky z Vlaštoviček. „Tyto návštěvy jsou pro nás obrovská zkušenost, protože se díky nim sami učíme pracovat s návštěvníky s různými handicapem,“ dodává kastelánka.

Připraveny byly také repliky některých exponátů, které sice nejsou z původního mobiliáře, ale jsou jejich kopiemi. Ty si mohou návštěvníci osahat a tím je hmatově poznat. A obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje ocenili i to, že si mohli přivonět k celé řadě kvetoucích rostlin ve zdejší bylinkové zahradě. Děkuje!



Klienti domu za kniplem letadla

Cestování do vzdálených exotických destinací často začíná na letišti. A i když většina obyvatel Domu sv. Cyrila a Metoděje ještě letadlem neletěla, s provozem letiště se už mnozí seznámili. A nejen to – někteří si dokonce mohli vyzkoušet, jaké to je sedět „za kniplem“, tedy na místě pilota.

Postaral se o to dobrovolník (a zároveň člen redakční rady Vlaštofky) Vladimír Herman. „Mám kamaráda, který pracuje na letišti v Zábřehu u Hlučína, a tak jsem ho požádal, zda by nás nepozval na exkurzi,“ říká Vladimír. Na letiště zamířilo devět klientů, kteří výlet pojali jako možnost příjemně prožitého dne, během kterého si zároveň rozšíří obzory. „A udělali dobře,“ potvrzuje Vladimír Herman, „protože se dověděli spoustu informací ohledně stavby i řízení sportovních letadel a historie letiště.“ A mnozí z nich si dokonce mohli

vyzkoušet, jaké to je sedět na místě pilota, jako například Saša, kterého vidíte na fotografii u tohoto článku.

O dojmy ze skutečného letu se ale mohla se všemi účastníky exkurze podělit obyvatelka Domu sv. Cyrila a Metoděje Iveta Dunková. Ta totiž letěla v roce 2003 až do indického Nového Dillí, kde se jako vítězka národního kola zúčastnila mezinárodního abilympijského klání. A kdo ví, možná se po této exkurzi skutečného letu dočkají i ostatní. (im)



• Saša v kokpitu letadla na letišti v Zábřehu u Hlučína, foto Vladimír Herman



Čas strávený v Snoezelenu věnuji většinou hudbě a osobní relaxaci



• Pan Jakub zavěšený v síti a hrající na jeden z řady bubínků v rámci tzv. Snoezelenu, foto Marie Kořínková

Pravidelně, přibližně jednou měsíčně chodíme do Opavy na Slezskou univerzitu, kde je speciálně vytvořená a vybavená místnost pro tzv. Snoezelen. Jedná se vlastně o relaxační či terapeutický koncept, který k nám přišel ze zahraničí. Na člověka je tam cíleno na jeho smysly, tzn. hraje tam

speciální hudba, můžou tam být různé vůně, promítají se tam např. rozmanitá světla či osvětlení a člověk tam sedí či třeba leží např. ve vodní posteli nebo zavěšené síti. A všechny tyto podněty na člověka působí a nějak ho ovlivňují.

Většinou tam býváme dva a různě se střídáme. Zaměstnankyně univerzity nám místnost připraví a pak je tam již s námi jen paní Maruška, která nás doprovází, a která učí na domě prostorovou orientaci. Většinou tam pobýváme tak hodinku až hodinu a půl a je to velice zajímavě strávený čas. Můžeme si tam dělat, co nás napadne. Vyzkoušel jsem tam asi již všechny možnosti a nejraději jsem asi v části věnované hudbě, kde různě zkusím hrát na nejrozmanitější bubínky či zvonečky a další nástroje, které vyluzují zvuky.

Snoezelen hodnotím jednoznačně pozitivně a pokud bude příležitost, rád v tomto speciálním prostoru budu trávit čas. Vždy se po době strávené na tomto zvláštním místě cítím odpočatý a zrelaxovaný.

Jakub Šivic



Nejraději kreslím autobusy, trolejbusy a tramvaje

Protože je toto číslo věnováno cestování a pohybu v dopravě, nemohou v něm chybět také obrázky našeho obyvatele Davida Bělunka, který je velkým fandou zejména autobusové dopravy. I když v jednom z dřívějších čísel Vlaštofky měli již čtenáři příležitost se s pracemi Davida seznámit, David od té doby opět několik dalších kreseb vytvořil. „Kreslím zejména dopravní prostředky a nejvíce

potom autobusy, trolejbusy či tramvaje. Na vlaky si zatím úplně netroufám. Mým velkým snem je právě nějaký takový velký dopravní prostředek řídit,“ prozradil David své velké přání. Zatím řízení např. autobusu trénuje na simulátoru svého počítače. David kreslí od malička a je to jeden z jeho největších koníčků. Stačí mu pouze skicák a pastelky.

Václav Burda



• Obyvatel domu David Bělunek se svými kresbami. Jedna z nich visí také na nástěnce v kanceláři, foto Vladimír Herman

Cena vodícího psa se pohybuje okolo dvou set tisíc korun

- V rámci exkurze k nám zavítala 20. 7. 2022 Škola pro výcvik vodících psů, s.r.o., pod vedením Milana Dvořáka z Brna. Dostalo se k nám pár zajímavostí.
- Mezi obvyklá plemena patří zlatí retrieveri, flat coated retrieveri, němečtí ovčáci a velcí královští pudlové.
- Práce začíná již od štěněte, kdy na 10 měsíců je štěně u „pečovatele“, který ho naučí základní povely a hygienu. V jednom roce pes přechází na speciální výcvik, který trvá dle potřeb klienta, a to 7-9 měsíců.
- Cena za vodícího psa se pohybuje okolo 200 000 Kč, ale klient může zažádat o příspěvek z ÚP na zvláštní pomůcku, který zajistí 90 % ceny.
- Pro staré vodící psy existuje pension nebo si ho můžou rodiny nechat.



- Vodící pes „pózuje“ spolu se zaměstnankyněmi Domu sv. Cyrila a Metoděje, foto Jana Kleinová



S humorem jde všechno líp

- Nevidomej pán vstoupí do optiky. Prodavač se na něj podívá a řekne: „No, to deš brzo, frajere!“

- Pes vede slepce přes křižovatku a vtáhne ho na ni na červenou. Auta brzdí, kola pískají, chaos na křižovatce. Když křižovatku přešli, vytáhne slepec pamlskek a dává ho psovi. Svědek události mu říká: „Ten pes vás málem zabil a vy mu za to dáváte odměnu?“ Slepce: „Já jen zjišťuji, kde má hlavu. A pak ho kopnu do zadnice, aby si to pamatoval!“

Osmisměrka

S A S I S T E N C E Y Y
 U D A T S E C E K G S E
 E C A T N E I R O W Y P
 A K V O R O T S O R P Y
 D O P R A V A X G F Q Z
 Y E R V S F P L G É B R
 E C A Z I L A N G I S J
 F A H F U O M X J L S G
 H V Ý C V I K T Z E U N
 A K U V Z J Z V P R I U

Slova: zvuk, výcvik, signalizace, reliéf, pes, prostorovka, orientace, doprava, cesta, asistence



Zase se na nás přijďte podívat!

- Dívka na invalidním vozíku: „Rozejdu se s tebou.“ Kluk se slepeckou holí: „Uvidíme.“

- Na očním: „Jaké písmeno vám ukazují?“ „A kde jste?!“

- Dva slepci na ulici, kolemjdoucí jim hodí do klobouku minci. První se ptá: „Kdo to je?“ „Nevím, já ho znám jenom od vidění!“

- Nevidomý a vidící na jedno oko, se rozhodnou, že zajdou na návštěvu k babičce. Jednooký vede slepého. Rozhodnou se, že to vemou zkratkou, která je plná křovin. Jak se tak prodírají jedním tím křovím, vypíchne si větvičkou ten jednooký to vidomé oko a zahlásí: „Tak jsme došli,“ a nevidomý rozpráhne ruce a zvolá: „Ahoj, babi!“



Zveme Vás na den otevřených dveří!

Mší svatou a dnem otevřených dveří si ve středu 28. září připomenou obyvatelé Domu sv. Cyrila a Metoděje šestadvacet let od slavnostního otevření tohoto střediska Charity Opava pečujícího o lidi se zrakovým postižením.

Budovu bývalého kláštera dostaly v roce 1991 sestry dominikánky zpět v restituci ve zcela zdevastovaném stavu. Darovaly ji proto Charitě Opava, která dům opravila a v roce 1996 zde otevřela Dům sv. Cyrila a Metoděje pro nevidomé a zrakově postižené, ve své době zcela ojedinělé zařízení.

Po mši svaté, která bude 28. září sloužena ve zdejší kapli od 14 hodin, si budou moci všichni zájemci náš dům od 15 do 17 hodin prohlédnout. Během komentované prohlídky se mohou seznámit kromě jiného s celou řadou zajímavých kompenzačních pomůcek pro nevidomé, „Srdečně zveme a těšíme se na Vás,“ vzkazuje vedoucí Domu sv. Cyrila a Metoděje Zuzana Janků.

Redakční rada

Koordinace: Zuzana Janků, Václav Burda, Pavlína Králová, Vladimír Herman, Ivo Mludek, Marie Kořínková, Marie Hanušová. Výkonní redaktoři: Marek Kukla, Jakub Šivic. Foto přední strany obálky: Vladimír Herman. Časopis Vlaštofka je dílem obyvatel domu.



Vydavatel: Charita Opava
Přemyslovců 26, 747 07 Opava-Jaktař



Dům sv. Cyrila a Metoděje pro zrakově postižené ve Vlašovičkách
Marie Dolanské 19, 746 01 Opava-Vlašovičky
Telefon: 553 793 401; mobil: 733 741 304
e-mail: vlastovicky@charitaopava.cz

Toto číslo vyšlo 19. září 2022 v nákladu 800 výtisků a je již 94. v pořadí od vzniku časopisu.

Vytiskl Retis s.r.o. Povoleno Ministerstvem kultury České republiky, MK ČR E 13841.

Pokud si nepřejete, aby Vám byla Vlaštofka nadále zasílána, informujte nás na e-mail vlastovicky@charitaopava.cz a jako předmět uveďte „ODHLÁSIT“, případně písemně na adresu Charita Opava.