

PAPRSEK

ZPRAVODAJ KRAJSKÉ KOORDINAČNÍ RADY,
OBLASTNÍCH ODBOČEK SONS
A TYFLOKABINETU Č.BUDĚJOVICE, o.p.s.

Přinášíme Vám tyto informace:

- *Gratulace k narozeninám*
- *Kalendář akcí*
- *Rozdílná účinnost změn v novele zákona o sociálních službách - II. Díl*
- *Akustické orientační majáčky na poštách*
- *Nejčastější nemoci oka: V. Vetchozrakost*
- *Slavní nevidomí: Blind Willie McTell*
- *Zajímavosti z přírody: „Mléčná dráha“*
- *Recepty: Kuře na řecký způsob*
- *Kuře na sladkém zelí - dietní pokrm*

ZÁŘÍ 2009

Kalendář akcí:

Ve dnech **23. - 30.srpna 2009** pořádala OO SONS České Budějovice ve spolupráci s Tyflokabinetem rekondiční pobyt pro mládež v Penzionu Sigma v Dolním Žďáru u Jindřichova Hradce.

19.9. a 22.9. 2009 pořádá Tyflokabinet České Budějovice ve spolupráci se ZOO Ohrada v Hluboké nad Vltavou **ZOO potmě III.**

V sobotu je připraven program pro širokou veřejnost. Návštěvníci si budou moci vyzkoušet nejrůznější tyflopédické pomůcky a hry, například počítačovou tiskárnu slepeckého písma, mluvící počítač anebo si zahrát stolní tenis pro nevidomé.

V úterý je připraven kulturně vzdělávací program pro děti a mládež se zrakovým postižením z MŠ Zachariášova a ZŠ Máj 2.

Klub držitelů vodicích psů:

5.září se v Mladé Boleslavi koná Mistrovství ČR ve výkonu vodicích psů
Podzimní setkání budou v termínech:

7.září

5.října - návštěva pana Dvořáka z výcvikové školy vodicích psů

2.listopadu - přednáška veterináře (téma podle zájmu držitelů vodicích psů)

7.prosince - Vánoční setkání

Rozdílná účinnost změn v novele zákona o sociálních službách - II. Díl

Mění se způsob výplaty

Od 1.ledna 2010 se zcela mění **vyplácení příspěvku na péči v I.stupni u dospělých osob**. Nově se totiž zavádí tzv. "kombinovaný" způsob výplaty. Jedna polovina z dávky ve výši 2000 Kč měsíčně bude vyplácena peněžně a druhá formou poukázky nebo formou elektronického platebního prostředku určeného k úhradě za sociální služby poskytnuté této osobě poskytovatelem sociálních služeb, který je zapsán v registru poskytovatelů sociálních služeb. Tím se rozumí výplata za pomoci nepeněžních nosičů, které budou uplatnitelné pouze u registrovaných poskytovatelů služeb sociální péče jako úhrada za péči. Forma nepeněžních nosičů bude předmětem veřejné zakázky, kterou podle zákona musí MPSV vyhlásit nejpozději do března roku 2010. Než bude vybrán dodavatel, bude nepeněžní formu výplaty zajišťovat ministerstvem provozovaný informační systém. Paušální uplatnění věcné výplaty by však v některých případech mohlo způsobit znevýhodnění některých příjemců dávky. Může se totiž stát, že v místě, kde člověk žije, nebude vhodná služba nebo by mohlo dojít k omezení neformálních způsobů péče především ze strany osob blízkých. Dojde-li k těmto situacím, může být příspěvek na péči na základě rozhodnutí obecního úřadu obce s rozšířenou působností i nadále poskytován v plné hodnotě v penězích. Aby obecní úřady obcí s rozšířenou působností zvládly výše uvedené rozšíření agend, navyšuje příspěvek na tento výkon státní správy obcím s rozšířenou působností o 200 milionů Kč.

Akustické orientační majáčky na poštách

Česká pošta s.p. k 31.5.2009 opatřila skoro 400 svých poboček dálkově ovládanými akustickými orientačními majáky.

Seznam pošt, vybavených majáčky, bude rovněž uveřejněn na webových stránkách SONS.

Toto opatření umožňuje samostatné využívání poštovních služeb zrakově znevýhodněnými občany bez ohledu na to, zda je příslušná pošta vybavena vyvolávacím lístkovým zařízením. Ve většině případů se jedná o standardní majáky, které na povel č.1 slepecké vysílačky typu VPN sdělí, po příslušné znělce, o kterou poštu se jedná.

Povelem č.2 zrakově znevýhodněný zákazník aktivuje frázi, která mu popíše trasu k přepážce, kde bude přednostně obsloužen. Z této fráze se zákazník rovněž dozví, zda jsou v hale pošty instalovány umělé vodící linie. Druhá fráze rovněž upozorní na možné místní zvláštnosti, např. zda je nutno povel č.4 se zaregistrovat nebo zda je možno a jak přivolat asistenci.

Adresy pošt vybavených majáčky v Jihočeském kraji:

České Budějovice 1	- Senovážné náměstí 1, České Budějovice 1
České Budějovice 10	- Pražská tř. 2064/160, České Budějovice
České Budějovice 11	- Fr. Ondříčka 1243/46, České Budějovice
České Budějovice 12	- K. Šafáře 887/64, České Budějovice
České Budějovice 13	- J. Boreckého 1590, České Budějovice
České Budějovice 2	- Nádražní 118/6, České Budějovice
České Budějovice 3	- Lidická tř. 177/43, České Budějovice
České Budějovice 6	- E. Beneše 656/17, České Budějovice
České Budějovice 7	- Boršovská 1779/2, České Budějovice
České Budějovice 8	- nám. Švabinského 960/9, České Budějovice
Sezimovo Ústí 1	- Husovo náměstí 159/7, Sezimovo Ústí
Sezimovo Ústí 2	- nám.Tomáše Bati 664, Sezimovo Ústí
Tábor 1	- Žižkovo nám. 10, Tábor
Tábor 3	- Václava Soumara 2394, Tábor
Tábor 4	- Chýnovská 24, Tábor Měšice
Tábor 5	- Světlogorská 2769, Tábor

Nejčastější nemoci oka: IV. Vetchozrakost

Příznaky: nutnost oddalovat čtený text od očí, bolesti kolem očí a za očima, bolest hlavy, někdy i za krkem, pálení a zarudnutí očí

Příčina: stáří a s ním spojená ztráta pružnosti čočky a schopnosti vyklenout se

Léčba: odlišná korekce brýlemi na blízko a na dálku

Slavní nevidomí: Blind Willie McTell

Nevidomý afroameričan z jižanského státu, který se stal vynikajícím hudebníkem a ovlivnil vývoj bluesových, jazzových a rockových hudebníků naší doby. Blind Willie McTell, vlastním jménem William Samuel McTear (nebo McTier) se narodil v Thomsonu ve státě Georgia 5.5.1901 a zemřel 15.8.1959 ve věku 58 let v Milledgeville v Georgii.

Byl známým zpěvákem blues, kytaristou a skladatelem. Byl nevidomý (narodil se se světlocitem na jednom oku, ale i ten ještě v dětství ztratil). Narodil se v rodině plné hudebníků - oba rodiče i strýc hráli na kytaru a jeho příbuzným byl také Tom Dorsey, později známý jako Reverend Thomas A. Dorsey. Jeho otec opustil rodinu, když byl Willie ještě teenager, a tak, když mu zemřela i matka, odešel z rodného města a začal se živit jako pouliční muzikant v rámci tzv. „medicine shows“ (při nichž byly nabízeny „zázračné léky“).

Navštěvoval několik škol pro nevidomé v různých státech USA, včetně Georgie, New Yorku a Michiganu. Tam se naučil číst i psát hudbu v brailleovu písmu a hrát na různé nástroje. Nejprve začal hrát na harmoniku a akordeon, ale brzy se naučil hrát na kytaru. Do poloviny 20.let hrál na standardní šestistrunnou kytaru (a tento nástroj nikdy zcela neopustil), ale od doby, kdy začal nahrávat, používal ve studiu výhradně dvanáctistrunnou akustickou kytaru. Byl schopen hrát jedinečným stylem, který zněl jako kdyby hrál na více kytar současně. Jak je zřejmé z nahrávek, byl schopen také výborně improvizovat.

Vystupoval a nahrával pod různými jmény (např. Blind Willie, Blind Sammie, Hot Shot Willie a Georgia Bill) u různých nahrávacích společností a s různými partnery např. Buddy Mossem a Curley Weaverem (i se svou ženou Ruthy Kate Williamsovou, která s ním nahrávala pod jménem Ruby Glaze).

Nahrávat začal v roce 1927 pro Victor Records v Atlantě, jeho nahrávky však pocházejí především z let 1927-1955.

Bob Dylan vzdal McTellovi hold dvakrát - napsal o něm píseň a v roce 1993 nazpíval jeho skladbu „Broke Down Engine“ na svém albu „World Gone Wrong“.

Písně Williho McTella (např. Statesboro Blues, Broke Down Engine Blues a další) byly nahrány známými umělci jako jsou Allman Brothers, Taj Mahal a dalšími.

Willie McTell je dnes uznáván, ale v průběhu svého života nikdy nebyl úspěšný v dnešním slova smyslu.

Hudební scénu zaměnil po roce 1956 za kazatelnu - stal se knězem v místním kostele v Atlantě, kde byl celý život velmi populární.

Zajímavosti z přírody: „Mléčná dráha“

Pokud jste někdy viděli právě narozené jehně, kůzle nebo tele, možná vás překvapilo, jak rychle se dokáže postavit na nohy a najít cestu k vemeni. Mláďata všech savců se živí mlékem. Přezvýkavci, ke kterým patří právě ovce, kozy a skot, jsou však vybaveni něčím, co jiní savci nemají.

Zajímavé údaje: Skot má čtyřdílný žaludek, v němž probíhá řada procesů nezbytných ke strávení rostlinné potravy. Mláďata skotu se ale živí pouze mlékem, které složitým trávicím procesem procházet nemusí. Když tedy sají mléko, vytvoří se zvláštní „mléčná dráha“ vedoucí přímo do čtvrtého oddílu žaludku. Této „dráze“ se říká čepcový žlab.

Pokud by se mléko dostalo do prvního oddílu žaludku, do bachoru, způsobilo by to teleti problémy. V bachoru totiž probíhá bakteriální fermentace rostlinné potravy. Fermentací mléka by vznikly plyny, kterých by se tele nedokázalo zbavit. Když tedy tele pije mléko, ať už přímo z vemene nebo z láhve, vstup do bachoru se reflexivně uzavře.

Zajímavé je, že něco jiného se děje, když tele pije vodu. K tomu, aby mohlo přejít na rostlinnou potravu, musí mít v bachoru bakterie a jiné mikroorganismy. Ty ke svému růstu potřebují hodně vody. Ačkoli tedy mléko jde až do posledního oddílu žaludku, voda jde do bachoru. Pozoruhodná „mléčná dráha“ slouží opravdu jen pro mléko.

Recepty:

Kuře na řecký způsob

Ingredience: 1 kuře, brambory, 1 menší celer, 4-5 mrkví, 2-3 cibule, 5 stroužků česneku

Marináda: šťáva ze 2-3 citronů, stejné množství olivového oleje, 1 lžička plnotučné hořčice, 2 lžičky sojové omáčky, 1 lžička grilovacího koření, 1 lžička sušené bazalky

Postup: Začneme přípravou marinády: vymačkáme šťávu z citronů a dolijeme zhruba stejné množství oleje. Přidáme všechno ostatní a důkladně promícháme. Všechnu zeleninu očistíme a oloupeme. Brambory nakrájíme na čtvrtky nebo osminky (podle velikosti), mrkev a cibuli na proužky, celer na plátky. Promícháme s marinádou, menší část marinády si necháme na kuře. Omyté kuře naporcujeme, osolíme a potřeme zbytkem marinády. Zeleninu s marinádou urovnáme do pekáče a posypeme posekaným česnekem. Na povrch rozložíme na osminky pokrájená jablka a na ně maso. Nepodléváme, zelenina pustí vody dost. Přikryjeme a vložíme do trouby vyhřáté na 200 stupňů Celsia. Pečeme do změknutí masa (asi 40 minut), pak odkryjeme a necháme kuřátko zezlátnout.

Kuře na sladkém zelí

Ingredience: kuřecí stehna, hlavička bílého zelí, kmín, olej, brambory, sůl

Postup: Zelí nakrájíme na jemné nudličky a dáme do pekáče, posypeme kmínem a navrch naskládáme osolená kuřecí stehna, pokapeme trochou oleje a dáme pod alobal péci. Ke konci alobal odstraníme a dopečeme. Podáváme s bramborem. Je to vynikající pokrm a navíc dietní.

*Připravili pracovníci Tyflokabinetu České Budějovice, o.p.s.,
telefon: 386 460 660 - 1, e-mail: tyflokabinet.cb@seznam.cz*

web: www.tyflokabinet-cb.cz