

# **OBSAH**

## **ÚVODEM**

- 3 Každý konec je také začátek

## **STALO SE**

- 4 Pětadvacet let, to už je tradice
- 10 Palata slavila 125 let
- 15 Zprávy z 10. schůze Republikové rady SONS ČR, z. s.

## **ZE ŽIVOTA ODBOČEK A KLUBŮ**

- 17 Přehledně

## **LIDÉ KOLEM NÁS**

- 21 Ilja Kučera ml.: Můj volný čas se do značné míry prolíná s mojí prací
- 25 Dobrý člověk ještě žije. A je tu i pro nás – Vojtěch Železník

## **ZORA RADÍ**

- 30 Informace a odpovědi na dotazy ze Sociálně právní poradny SONS – 1/2019
- 35 O čem se moc nemluví – Sedím v křesle a je mi do breku (o smutku a truchlení)
- 38 O čem se moc nemluví – Nebezpečné pronásledování

## **BUDE VÁS ZAJÍMAT**

- 43 Čeho je moc, toho je příliš
- 44 Nad zlato – Už nevím, kdy jsem se naposled zasmál

## **ZDRAVÍ**

- 49 S lékárníkem o bolesti a možnostech jejího samoléčení
- 52 O dlouhodobě vysoké konzumaci vápníku aneb Čeho je moc...

## 54 KŘÍŽOVKA

### SPORT

- 56 Černobílé problémy
- 58 Poslepu 2018
- 59 Mezinárodní dáma mezinárodně

### 60 INZERCE

---

**Redakce: Šéfredaktor: PhDr. Václav Senjuk**

**Redaktoři: Mgr. Jarmila Hanková, Mgr. Jiří Hubáček, Petr Mašek, Ilona Ozimková, Mgr. Antonín Vraný**

**Objednávky tisku vyřizuje pouze redakce: Krakovská 21, 110 00 Praha 1, tel. 221 462 472 (sekretariát), e-mail: zora@sons.cz**

**Vydává: Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, zapsaný spolek. Časopis je dotován Ministerstvem zdravotnictví ČR. Vychází měsíčně. Tisk: Tiskárna Marten, Praha 9. Evidenční číslo: FE 1320, ISSN 0231-6382. Celoroční předplatné: 120 Kč.**

**Uzávěrka tohoto čísla byla 12. prosince 2018. Nevyžádané příspěvky redakce nevrací, při jejich výběru a použití si vyhrazuje právo redakční úpravy textu.**