

# OBSAH

## ÚVODEM

- 3 Když se opravdu komunikuje

## POZVÁNKY

- 5 Na výstavu fotografií slabozrakého fotografa Lubomíra Pavelčáka
- 5 Na výstavu fotografií Praha z přelomu tisíciletí fotografa MgA. Václav Fanty
- 6 V září na turnaj QARDO

## STALO SE

- 7 Zrakově postižené osobnosti oceněny na slavnostním koncertu
- 10 Nevidomí Chilané zatmění Slunce poslouchali
- 11 Soutěž ve čtení a psaní Braillova písma
- 12 Krajská kola v datech a číslech
- 21 Postřehy z „Veselé Mathildy“

## ZE ŽIVOTA ODBOČEK A KLUBŮ

- 23 Přehledně

## KAM SE VYDAT?

- 25 Památky na dlani – haptické modely
- 27 Science centrum VIDA! a návštěvníci s postižením zraku

## LIDÉ KOLEM NÁS

- 30 Dobrý člověk ještě žije a je tu i pro vás – Jiří Novák
- 35 Renesanční, nenápadná, nápaditá Simona Bárová
- 40 Dokázal jsem, že to dokážu

## ZORA RADÍ

- 44 Informace a odpovědi na dotazy ze Sociálně právní poradny SONS – 8/2019
- 47 O čem se moc nemluví – Příležitost jako zabiják nebo šance? – část II.
- 51 Jak si snadno a úspěšně zkazit dovolenou
- 53 Jak si neotrávit léto

## BUDE VÁS ZAJÍMAT

- 58 Při vyšetření zraku dětí pomáhá v Ostravě Tellerův test
- 59 10 zajímavých věcí, které jste nevěděli o zraku a očích!
- 60 Každý člověk má v sobě 8 typů inteligence. Některé převládají, jiné jsou utlumené

## ZDRAVÍ

- 62 Migréna je chronické onemocnění, ne „jenom“ bolest hlavy
- 63 V letních měsících může hrozit úpal a úžeh
- 64 Spálení od slunce bolí a přispívá ke stárnutí kůže. Pomůže voda i bylinky
- 65 S lékařem o chorobách jater a způsobu jejich předcházení

## SPORT

- 68 Černobílé problémy
- 69 Velký úspěch slávistů
- 70 Mezinárodní goalballový turnaj v Praze

---

**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 15. července 2019, vychází 31. července 2019. Nevyžádané příspěvky redakce nevrací, při jejich výběru a použití si vyhrazuje právo redakční úpravy textu.