

Obsah:

- 3 Milí čtenáři
- 4 Odešla Milena Tourková
- 5 Místu, světu a časopisu – 2 – Toník OK1 – U A Y
- 15 Uvolnit se a vychutnat si míření
- 19 Náš listopadový Silvestr
- 21 Nezapomenutelný Vlčnov
- 23 Jak se na konzervatoři Jana Deyla studovalo před 50 lety
- 24 Informace a odpovědi ze Sociálně právní poradny SONS – 2
- 29 Nad zlato – psychologická poradna – 6
Přitahuje mě rachotící bedna
- 37 Zavržení, nebo zbožňování? –
Slepci a slepota v dávných civilizacích – 4 – Starověká Persie
- 40 Můj život s vodícím pejskem aneb Affi – psí celebrita
- 42 Nevidomí na rozhlednách aneb Rozhlédni se s bílou holí
- 43 Slasti, strasti a trapasy – 2 – Kdo hledá, najde
- 45 Velikonoce v Herolticích
- 45 Pozvání do Itálie

VĚDA A TECHNIKA

- 46 Audiopopis – nový rozměr filmu

LÉKAŘ A VY

- 50 Správný pohyb pro zdravý život

KULTURA

- 53 Adventní koncert v Sokolově
- 54 Slepý ved(l)e slepého – 2
- 57 Hlasy našich knížek – 6 – Rudolf Pellar
- 60 Ve stopách Homérových – 5
Lars Aanonsen Havstad a Howard Hille Johnson

SPORT

- 64 Černobílé problémy
- 65 Sportem k vítězství nad osudem

- 70 Křížovka
- 72 Popisky k fotografiím na obálce

Nové tituly knih ve formátu MP3

Redakce:

Šéfredaktorka: Mgr. Taťána Králová

Redaktoři: Petr Mašek, Bc. Jiří Hubáček

Objednávky tisku vyřizuje pouze redakce:

Krakovská 21, 110 00 Praha 1, tel. 221 462 472 (sekretariát)

e-mail: zora@sons.cz

Za vyjadřované názory dopisovatelů nepřejímá redakce zodpovědnost.

Vydává: Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR.

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 13. ledna 2016