

ÚVODEM

- 3 U příležitosti toho, že...

NAŠE VĚC – VOLBY VEDENÍ SONS

- 5 Představujeme Jana Pakoše, kandidáta na viceprezidenta SONS

POZVÁNKY

- 10 Konference INSPO o technologiích pro osoby se specifickými potřebami je před námi
- 12 Pozvánka na duchovně-rekreační pobyt

STALO SE

- 14 Již 50 let od založení první organizace zrakově postižených osob na Valašsku
- 15 Lidé pořídili nové pianino, nevidomý školák teď zahraje kdekoli
- 18 Nejsme odlišní! Na území Olomouce vznikl web s cílem bořit mýty o hendikepovaných

ZE ŽIVOTA ODBOČEK A KLUBŮ

- 20 Přehledně
- 23 Aktiv klub SONS a mladí nevidomí aneb Jak rádi cestujeme

LIDÉ KOLEM NÁS

- 25 O práci tkalců a knihařů ve Střední škole Aloyse Klara
- 28 Nevidomá fyzioterapeutka pomáhá lidem od bolesti těla i duše

ZORA RADÍ

- 30 Informace a odpovědi na dotazy ze Sociálně právní poradny SONS 3/2020
- 35 O čem se moc nemluví – Žijeme ve vztazích II.

BUDE VÁS ZAJÍMAT

- 39 Druh umění, kterému se my nevidomí můžeme věnovat
42 Mámou potmě. Jak se připravuje na mateřství nevidomá máma samoživitelka?
45 Zámek Kunín – sídlo vzdělanosti a filantropie

KULTURA

- 48 JAZYKOVÉ OKÉNKO: Slepý versus nevidomý a zrakáč
49 Vzpomínky jednoho z vás – Ludvík Bañas: pokračování

53 INZERCE

ZDRAVÍ

- 54 Duševními nemocemi jsou i netolismus a herní porucha
56 Utajené nemoci našich prezidentů – pokračování
59 Arytmie patří mezi nejčastější srdeční onemocnění

SPORT

- 61 Černobílé problémy
64 „Ze života slepce“ – nevidomého sportovce
Ondřeje Zmeškala

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 17. února 2020, vychází 28. února 2020. Nevyžádané příspěvky redakce nevrací, při jejich výběru a použití si vyhrazuje právo redakční úpravy textu.