

# OBSAH

## ÚVODEM

- 3 Jak jsem soutěžil

## STALO SE

- 5 Přehledně
- 7 TyfloCentrum v Brně má nový dům
- 11 Valašská olympiáda 2021 – děti byly nadšené!
- 13 SONS Kroměříž má novou braillovou tiskárnu
- 16 Tyfloart 2021
- 18 V Kyjově se slavilo

## POZVÁNKY

- 20 DUN v Praze U Salvátora
- 21 Slavnostní koncert ve Španělském sále
- 22 Pozvánky na turnaj QARDO do Zlína a na Dědinu
- 23 Příležitost pro literární nadšence

## VÝSLEDKY BRAILLOVÉHO KVÍZU

- 25 Když ne soutěž, tak alespoň kvíz – vyhlášení vítězů

## RETRO

- 33 Stoletý svazek opět na scéně

## LIDÉ KOLEM NÁS

- 35 Dělat jsem chtěl, a dělat mě nechali

## ZORA RADÍ A INFORMUJE

- 40 Informace a odpovědi na dotazy ze Sociálně právní poradny SONS 11/2021
- 44 O čem se moc nemluví: Mám právo dělat chyby? II. část

## FENOMÉN CESTOVÁNÍ

- 49 Slunce, moře, sex a umění: Obří procesí putuje po Zemi

## **BUDE VÁS ZAJÍMAT**

- 54 Hovoří se seniory a pořádají i akce pro děti
- 56 Češi pomohli ukrajinskému chlapci získat kamerovou lupu

## **ZDRAVÍ**

- 58 Co je precizní a personalizovaná onkologie?
- 60 Metabolický syndrom varuje před civilizačními chorobami
- 61 Pokud vás třes rukou omezuje, navštivte lékaře
- 63 Co je sanorinismus, a jak ho léčíme?
- 65 Častý problém – bolesti bederní páteře

## **SPORT**

- 68 Černobílé problémy
- 68 XVI. letní paralympijské hry jsou minulostí

## **72 INZERCE**

**Redakce:**

**Šéfredaktor: PhDr. Václav Senjuk**

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

**Předplatné, administrace, inzerce: Kateřina Rovenská,  
zora-objednávky@sons.cz;**

**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  
pro rok 2021: 120 Kč. Uzávěrka tohoto čísla byla 18. října, vychází  
27. října 2021. Nevyžádané příspěvky redakce nevrací, při jejich  
výběru a použití si vyhrazuje právo redakční úpravy textu.**