

STŘÍPEK

**Informační zpravodaj pro nevidomé
a slabozraké Královéhradeckého kraje
Číslo 4/2022**



**Vydává TyfloCentrum Hradec Králové, o.p.s.
ve spolupráci s OO SONS Hradec Králové**

Ul. Okružní 1135/15, 500 03 Hradec Králové

Tel.: **495 523 729**

E-mail: hradec.kralove@tyflocentrum-hk.cz

Web: www.tyflocentrum-hk.cz

Úvodník

Milí čtenáři,

když jsem v minulém čísle podotýkala, že „časy se mění“, doufala jsem, že Vám budu moci v tomto čísle představit nové kolegyně. A splnilo se, takže u nás můžete od září potkávat dvě nové pracovnice v sociálních službách: Vendulu Rychtrmocovou a Martinu Winterovou. Obě dvě se budou podílet jak na Průvodcovských a předčitatelských službách, tak na Sociálně aktivizačních službách. Těší se na Vás a nyní sbírají první zkušenosti.

V podzimním Střípku na Vás čekají pozvánky na zajímavé akce, např. na výlet do Kutné Hory nebo na „Hudební zvěřinec“. Především Vás ale chci upozornit na to, že budeme slavit už 20. výročí založení TyfloCentra Hradec Králové. A k takovému setkání patří trochu slavení, trochu vzpomínání i trochu ocenění. Přečtěte si samostatnou pozvánku, budeme rádi, když si přijdete zavzpomínat s námi!

Čeká nás také sychravé období podzimu a začátku zimy, ke všemu v nejisté době „energetického vlnobití“. Přeji Vám, aby Vám tyto turbulence nepokazily příchod Adventu a aby Vás hřály minimálně radost ze setkání s blízkými a pokojný vánoční čas. V TyfloCentru se v této době dočkáte nejen teplého topení (doufáme!), ale i teplého lidského slova a všech našich služeb. Jako každý rok máme v období mezi svátky, tj. od 27. 12. do 30. 12. pro veřejnost zavřeno a naše služby Vám budou k dispozici zase od 2. ledna 2023.

Krásné dny!

Dagmar Balcarová

Jednodenní výlet dne 13. 10. 2022

Protože se zdá, že se jednodenní výlety poměrně osvědčily a jsou pro vás vítanou změnou, máme tu pro vás další. Je to takový staronový nápad, protože víte, že Kutná Hora byla už jednou v plánu, ale nevyšla nám a ani nebudeme psát proč, protože to všichni víme. Ale nyní si výlet zkažit nenecháme a do Kutné Hory se vydáme vlastním autobusem.

Datum: 13. 10. 2022

Místo: Kutná Hora – návštěva chrámu sv. Barbory,
Vlašský dvůr – bývalá královská mincovna

Cena: Vstup do sv. Barbory: 50 Kč pro ZTP, ZTP/P
Vlašský dvůr: zdarma

Doprava: Vlastním autobusem, **odjezd v 8:15 hodin**
z Hradce Králové od ČEZ, návrat mezi 17:00 –
18:00 hodinou

Typ výletu: Poznávací s lehkou procházkou

Po nástupu do autobusu se rozjedeme směrem do Kutné Hory. Cesta trvá cca 1 hodinu. V Kutné Hoře, máme na 10:00 hodinu domluvenou komentovanou prohlídku Chrámu sv. Barbory (musíme tam být včas, jinak nám prohlídka propadne). Bude možné si osahat haptický model chrámu a některé další prvky. Po prohlídce se přesuneme do hospůdky na nějaký dobrý oběd. Po obědě je na 14:00 hodinu v plánu opět komentovaná prohlídka, tentokrát Vlašský dvůr – bývalá královská mincovna. Kde budete mít možnost si za úplaty 50 Kč vyrazit vlastní pražský groš. Po prohlídce mincovny bude mít každý možnost udělat si se svým doprovodem vlastní krátký program.

Poté už nás bude čekat cesta k autobusu a zpět do Hradce Králové.

Pokud se Vám nabídka líbí, tak neváhejte a přihlaste se nejpozději do čtvrtka 6. 10., místa v autobuse jsou omezena kapacitou.

Vaše děvčata z Tyfla

Pod pokličkou

Spolu s oslavami 20. výročí založení TyfloCentra Hradec Králové si připomeňme i 20. výročí, které Mgr. Dagmar Balcarová slaví v TC.

Paní ředitelka byla u vzniku hradeckého TyfloCentra a na pozici sociální pracovníce se podílela na chodu a utváření této organizace. K postu ředitelky se postupně propracovala a měla tak možnost 'přičichnout si' k jednotlivým formám služeb, které TC poskytuje. Od začátku tak vítala nové uživatele, a ty, kteří jsou již stálým kolektivem, měla možnost poznat od jejich prvních příchodů. Stala se tak pevným bodem TC a díky jejímu zápalu, ochotě i vřelému přístupu má možnost TyfloCentrum stále nabízet své služby. A my, pracovníci a troufáme si říci i uživatelé, děkujeme za tak skvělou ředitelku.

Kolektiv pracovníků



Aktuality

Někteří z vás již určitě ví, že Tyflopomůcky SONS mají nové webové stránky. Při vyhledávání tyflopomucky.cz se automaticky otevře nové rozhraní: eshop.tyflopomucky.cz. Na levé straně naleznete pomůcky kategorizované do jednotlivých oblastí (Audio technika, pomůcky do domácnosti apod.). Nový internetový obchod nahrazuje původní samostatné eshopy prodejen Tyflopomůcek v Olomouci a Praze. Při online nákupu pomůcek tedy nyní vyřídíte vše na jednom místě. Nový eshop obsahuje sortiment obou prodejen, je optimalizován i pro použití z mobilních zařízení a jeho prostředí je přívětivější a přístupnější i pro uživatele se zrakovým postižením.

Ze stránek Tyflopomůcek SONS:

V eshopu lze nakupovat bez předchozí registrace, doporučujeme vám ale zaregistrovat si uživatelský účet. Nebudete tak muset při každém nákupu znovu vyplňovat potřebné údaje. Registraci je třeba provést, i když jste měli uživatelský účet v jednom z původních eshopů – uživatelské účty totiž nebylo možné přenést. Ze starých eshopů se po registraci pouze aktualizují vaše osobní informace, budou-li identifikovány na základě vašeho e-mailu nebo telefonního čísla.

Objednávky zaslané přes staré eshopy budou postupně vyřízeny.

Nový eshop je zatím ve zkušebním provozu. Pokud se při jeho využívání setkáte s jakýmikoli technickými problémy, obraťte se na podpora@tyflopomucky.cz.

Tyflotoulky očima Zdeny

Léto láká

Letošním létem nás provázely nejen vysoké, doslova tropické, teploty přesahující 30 stupňů, ale také extrémní sucho. Kvůli vzniku požárů byl vydán zákaz rozdělávání ohňů, odhazování nedopalků cigaret, zapalování svíček na hřbitovech, dokonce nesměly jezdit parní lokomotivy, které jsou oblíbenou letní atrakcí nejen dětí ale i dospělých. Letošní léto bylo v Evropě nejsušší léto za posledních 500 let. Park České Švýcarsko zasáhl oheň. Stovky hasičů zdolávaly ničivý živel přes tři týdny. I přes tyto vysoké teploty jsme úspěšně zvládli několik výletů.

Exkurze do hydrometeorologického ústavu byla kvůli epidemii koronaviru třikrát zrušena. Čtvrtý pokus vyšel, a tak jsme v červnu zajeli MHD do Svobodných Dvorů, kde má ústav sídlo. Pobočka ČHMÚ v Hradci Králové byla zřízena v roce 1980 jako regionální pracoviště zabezpečující základní úkoly ústavu ve východočeském a z části i ve východní polovině středočeského regionu. Územní působnost ústavu je povodí Labe od pramene po přítok Výrovky a povodí Stěnavy, plochou se jedná o cca 10 tisíc kilometrů čtverečních. Mezi její odborná oddělení patří meteorologie a klimatologie, hydrologie, regionální předpovědní pracoviště a oddělení kvality ovzduší. Řeky, které pobočka sleduje, jsou v povodí Labe, jmenovitě Úpa, Metuje, Orlice, Chrudimka, Doubrava a Cidlina. Mimo povodí Labe je to zmíněná Stěnavá v povodí Odry. Regionální předpovědi počasí vydává pobočka v HK pro okresy Semily, Trutnov, Náchod, Rychnov nad Kněžnou, Ústí nad Orlicí, Jičín, Hradec Králové, Pardubice, Chrudim, Havlíčkův Brod a Svitavy. V nouzových situacích (např. vysoké riziko povodní) pak vydává výstrahu pro okresy Nymburk, Kutná Hora a předává informace i pro polskou Wroclaw, kam teče Stěnavá. Toto všechno a ještě jak to chodí na různých odděleních a mnoho dalších zajímavostí jsme se dozvěděli ve velké zasedací místnosti od ředitele ústavu pana Romana Pozlera a tří spolupracovníků. Jedním z nich byl pan Popelka, jeden ze čtyř meteorologů, kteří hlásí předpověď počasí

na Českém rozhlasu HK. Všichni ochotně odpovídali na případné dotazy. V rukou jsme si osahali lopatky na měření průtoku vody na tocích. Ve vysokém válci jsme si přičichli k přízemnímu ozónu. Ten se tvoří při vysokých teplotách a při vysoké sluneční aktivitě. Při předpovědi počasí na to bývá upozorňováno, protože je zdraví škodlivý, hlavně pro lidi s dýchacími potížemi. Po skončení exkurze jsme procházkou mezi rodinnými domy s upravenými zahrádkami došli do restaurace U Svatého Jana, kde jsme společně poobědvali. Přesto, že tomuto odvětví zrovna moc nerozumím, odnesla jsem si z exkurze mnoho nových a zajímavých poznatků.

K létu patří návštěvy zámků a hradů. Po návštěvě zámku Sychrov jsme tentokrát navštívili zámek Hrádek u Nechanic. Byl postaven jako reprezentační a letní sídlo hraběcího rodu Harrachů v letech 1839–1857. Předlohou pro stavbu romantického zámku posloužil projekt vypracovaný anglickým architektem Lambem ve stylu tudorovské gotiky. Souběžně se stavbou zámku byla upravena část okolního lesa jako krajinářský park, a ve zbývající části byla založena obora a bažantnice. V roce 1945 byl zámek zkonfiskován a v roce 2001 byl prohlášen Národní kulturní památkou. Při seřazování účastníků výletu nás prohlásila Věrka Podolská: „babičkovská trojka na cestách“. Uprostřed naše průvodkyně Jitka, z jedné strany já a z druhé Věrka. Po výstupu z linkového autobusu jsme došli lipovou alejí k bráně, odkud jsme viděli zámek s červenou omítkou. Prošli jsme zámecký okruh *Osobní život šlechty ve druhé polovině 19. století*. Ve vstupním sále nás paní průvodkyně seznámila s historií zámku. V rytířském sále nám řekla pár informací o rodu Harrachů. Během prohlídky jsme si mohli podrobně prohlédnout a osahat některé předměty. V rytířském sále to byl velký dřevem obložený krb a kulatou vápencovou desku s erby kulatého stolu. Ve schodišťovém sále masivní dřevěnou skříň a ozdobné schodiště, po kterém jsme vystoupali do prvního patra. Procházeli jsme apartmány hraběte a hraběnky – přijímacími salony, pracovnami s masivními psacími stoly, ložnicemi

s postelemi s nebesy, a koupelnami s vanami a toaletními mísami, převlékárny, jídelnou s prostřeným stolem sloužící jako obrazárna. Nahlédli jsme do dětského pokoje s množstvím hraček, pokojů pro hosty, dalo by se říci malého apartmá komorné, kanceláře správce. Osahávali si a podrobně prohlédli kachlová kamna, dveře, portály a tapety (kožené i plstěné), dřevěné obložení, dřevěné židle, grafity na stěnách a nábytek. Koukavci obdivovali lustry a stropy – kazetové, štukové i sádrové. V zámku se nachází mnoho tajných dveří. Na jedněch jsme nahmatali knoflík a dveře otevřeli. Do přízemí jsme sešli schodištěm s dřevěným zábradlím, působícím dojmem, že je kamenné. Na chodbě, kde končila prohlídka, byly dveře do zámecké cukrárny. Bylo to dobře vymyšlené, prostě podnikavci. Kdo by odolal. My jsme se na návštěvu cukrárny těšili. Posezení na nádvoří pod deštníky, kávačka, zákusky, osvěžující nápoje, při pocitu hladu zapečené bagety panini. V den návštěvy zámku jsem slavila jmeniny. Dostala jsem krásný dárek, nejen osvěžující nápoj, ale hlavně příjemně prožitý den se všemi z Tyfla, s kterými je mi moc fajn. A jen tak nakonec. Romantická podoba zámku je zajímavá i pro filmaře. Natáčela se zde např. pohádka Princ a Večernice, film Tmavomodrý svět, Andělská tvář nebo detektivka Z pekla s Johny Deppem.

Mám velmi ráda květiny. Proto jsem uvítala návštěvu hradeckého rozária. V roce 2016 jsem sice rozárium s Tyflem již navštívila, ale taková krása se dá vidět víckrát. Mezinárodní soutěžní rozárium v Hradci Králové letos slaví 50. výročí svého založení v roce 1972. Při této příležitosti se konají v červnu dny otevřených dveří. Termín není náhodný. Růže jsou v tuto dobu v optimálním období pro vyniknutí jejich krásy, v období nejbohatšího kvetení, kdy jsou růže ve vrcholném stavu. Rozárium nabízí pohled na královnu květin ve více než 200 různých odrůdách v tisícovce keřů. Každoročně je udělováno jen jediné odrůdě růží nejvyšší ocenění, kterým je Zlatá růže města Hradce Králové. Průvodkyněmi rozáriem byly dvě sympatické, milé a velmi vstřícné dámy. Na úvod nám řekly pár slov o rozáriu,

pěstování a šlechtění růží a další zajímavosti. Ochotně odpovídaly na naše otázky. Při procházení rozáriem mezi čtvercovými záhony, jsme se zastavovali u různých odrůd růží, které jsme si očichali, pohladili a hmatem rozpoznávali uspořádání okvětních lístků. Tak jsme poznali růže velkokvěté, mnohokvěté, popínavé, sadové, pokryvné, anglické i miniaturní v různých barvách, např. bílé, rudé, červené, růžové, fialové. Byla to prostě nádhera, příroda je kouzelná. Poznali jsme i nejnovější odrůdu růže pojmenované po zesnulé herečce Libuše Šafránkové. Pro společnou fotografii nás naše průvodkyně zavedly k velkému keři růží několika barev. Při loučení jsme dostali kytici růží různých barev, o kterou jsme se podělili. Tak jako při první návštěvě, tak i tentokrát, bylo úmorné vedro. Kus cesty od MHD jsme šli rozpálenou ulicí tam i nazpět. Po výstupu z MHD jsme se osvěžili v cukrárně Kolibřík studenými nápoji, zmrzlinou, kávou a zákuskem. Víte, že růže nemá trny ale ostny? Já jsem se o osten píchla, až mi tekla krev. Lucka mi pohotově ránu očistila a zalepila. Ještě, že nejsem Šípková Růženka, usnula bych nejen já, ale všichni ostatní. Ale dobře, on by stejně žádný princ nepřišel...

V červenci jsme opět zajeli do Prahy. Z vlakového nádraží jsme metrem a poté autobusem dojeli k zoologické zahradě v Troji. Vystoupali jsme po trojské stráni mezi rodinnými vilami k Botanické zahradě – skleníku Fata Morgana. Rozsáhlá expozice zahrady se rozkládá na 1750 m², a svým řešením se řadí mezi evropské unikáty. Všechny expozice protínají cestičky pro návštěvníky v délce 225 metrů. Expozice jsou doplněny jezírky a vodopády. Mezi nejatraktivnější se řadí 4 metry hluboké jezero a 6 metrů vysoký vodopád. Naším skvělým průvodcem byl sympatický mladík Petr. Z jeho vyčerpávajícího a poutavého vyprávění bylo cítit jeho dokonalou znalost a odbornost. Prošli jsme třemi částmi s rozdílnou teplotou a vlhkostí vzduchu, s rostlinami tropického a subtropického pásma. Úvod expozice je věnován suchomilné vegetaci suchých tropů a subtropů. V prostřední a největší části jsme se ocitli v deštném pralese,

tedy v nížině vlhkých tropů. Poslední část skleníku se věnuje vysokohorským vegetacím. Při procházení cestičkami mezi rostlinami jsme se jich dotýkali. Z blízkosti jsme si prohlédli, osahali listy nebo kmeny a promnuli v rukou a ovoněli např. migrénovník, pepřovník, eukalyptus, citrusy, bambus, palmu, difenbachii, kakaovník, anturie, ulomený vršek rostliny s listy hebkými jako semiš a rostliny se jmény, které nejen že neznám, ale ani si je nepamatuji. Obdivovali jsme nádherné květy orchidejí, poznávali jsme různé a zvláštní, někdy až prapodivné, květy různých barev. Příroda je úžasně zázračná. Některé rostliny známe jako pokojové, ale většinu jsme viděli poprvé. Při procházení hloubenou štolou ve skále jsme si osahali makety kořenů sukulentů, ve kterých si rostliny uchovávají vodu v suchých oblastech. Zde jsme také díky velkým akváriím pozorovali tropické ryby a další živočichy. V deštném pralesu okolo nás poletovalo několik motýlů, dokonce si na nás i sedli. Na závěr prohlídky jsme poznali masožravou květinu. Nebyla to žádná obrovská 'Adéla, co ještě nevečeřela'. Tato byla malá, požírala hmyz. Osahali jsme si její květy, které připomínaly malé nádoby z plastu. Některým z nás připomínaly..., no nebudu to raději říkat. To pracovala bujná fantazie dam v letech. Byla to opravdová zajímavost. Škoda, že nebyl čas na prohlídku venkovních expozic. Třeba někdy příště. Procházkou ne zrovna krátkou rozpálenou ulicí jsme došli do italské restaurace a pizzerie Del Corso. S obavami jsme pozorovali hodinky, jestli kvůli pomalejší obsluze stihneme vlak, na který jsme měli zakoupené místenky a jízdenky. Nakonec vše dobře dopadlo. Během čtvrt hodiny jsme byli na vlakovém nádraží. Dokonce zbyl čas osvěžit se studenou zmrzlinou. Velmi jsem se pobavila v nádražní hale. Pavla mezi davy lidí mávala nad hlavou ratolestí pepřovníku, aby se účastníci výletu orientovali a neztratili se. Nikdo se neztratil a všichni jsme se v pořádku vrátili domů.

Do třetice v tomto roce návštěva zámku. Po zámku Sychrov a Hrádku u Nechanic jsme zajeli do Kostelce nad Orlicí. Tak jako návštěva Hrádku u Nechanic, tak i Kostelce nad Orlicí nebyla

naše první, ale to vůbec nevadí. Něco zapomenete, každý průvodce Vám ukáže a řekne něco nového. Dámská část Tyfla do dnes vzpomíná na sympatického zámeckého zahradníka z Kostelce, který nás provázel zámeckým parkem. A hlavně strávíme příjemný den s lidmi z TyfloCentra. Nový zámek Kostelec nad Orlicí je poměrně mladý zámek. Byl postaven v empírovém stylu mezi lety 1829 – 1833 pro hraběte Josefa ze slavného šlechtického rodu Kinských. Po různých peripetiích byl zámek v roce 1992 ve velmi zanedbaném stavu vrácen rodině Kinských. Po náročných a výrazných rekonstrukcích byl v roce 2012 otevřen pro veřejnost. Vlakové nádraží je v těsné blízkosti zámeckého parku. Byl horký slunečný den, a tak procházka parkem pod stromy byla příjemná. Čas zbývající do smluvené komentované prohlídky jsme strávili schováni před sluncem na zahrádce zámecké cukrárny při dobré kávě. V zámku jsme prošli prohlídkový okruh *Život v biedermeieru*, představující obraz života hraběcí rodiny Kinských. Procházení zámkem nás provázelo poutavé, zajímavé a vyčerpávající vyprávění sympatické paní průvodkyně o hraběcí rodině. Rozpovídala se tak, že se prohlídka protáhla o půl hodiny. Naštěstí nám to nevadilo, spíš naopak, měli jsme dost času do odjezdu vlaku. Paní průvodkyně byla velmi vstřícná, umožnila nám prohlédnout si vše zblízka a osahat množství předmětů a nábytek. Prohlíželi jsme si čtecí křesla s poličkou na knihy, sbírku dýmek, sošky koní, livreje lokajů nebo cukřenku se zámečkem, aby se s cukrem neplývalo, protože byl vzácný a drahý. Povožili jsme si kočárek pro děti, který nebyl vůbec pohodlný, vozit se na něm, bylo spíš za trest. Vyzkoušeli jsme se projít s holemi „špacírkami“, a na chvíli se proměnit v hraběnku či hraběte na „špacíru“, a také jsme se posadili do pohodlných křesel. V knihovně nás paní průvodkyně upozornila na velkou knihu o Egyptě, vysokou kolem 80 cm, při otevření širokou kolem 120 cm a utajený vchod se schody vedoucí na ochoz v poschodí. V jídelně jsme obdivovali nádherný porcelán, zvláštní misku na odkládání sklenic na nožičkách, nádobí ze stříbra a skříňky na

ukládání nádobí opatřené zábradlím. Zaujaly mě květované potahy křesel a pohovek a modely společenských šatů mladé návrhářky, které vkusně doplňovaly interiér. Nejvíc se mi líbil, utajený „minibar“ v knize ze dřeva položené na stole. Bylo to důmyslné a nenápadné. Pan hrabě byl zabrán do četby, a aby paní hraběnka nenadávala, že popijí, pan hrabě otevřel falešnou knihu, nalil z malé karafy alkohol do skleničky, otočil do sebe rychle panáčka a vše opět ukryl v knize. Na závěr prohlídky jsme si poslechli písničku z hrací skřínky, v níž jsme poznali státní hymnu. Na oběd jsme zašli do zámecké cukrárny. Celý den nás provázelo úmorné horko. Ale my jsme byli před sluncem schováni ve stínu stromů a v budově zámku, a tak jsme si výlet užili.

Hradecké lesy nabízejí množství procházek a krásných zákoutí s možností využití volného času. I my jsme využili této nabídky a rádi se lesem prošli. Od autobusové zastávky Na Brně jsme nejprve procházeli přírodním parkem Na Plachtě. Zastavili jsme se u rybníku Češík. Posadili jsme se na odpočívadle a pochutnávali si na sladkých oSTRUŽINÁCH, které nám přinesl ze své vlastní zahrádky Láďa Kolář. Prošli jsme okolo Rytířského hradiště. Stezkou siluet jsme došli k lanovému centru Na Větvi. Původně jsme měli opékat buřty u Rytířského hradiště, ale byl zákaz rozdělávání ohňů, tak jsme zvolili náhradní variantu a občerstvili se pod pergolou občerstvení Na Větvi. Zpáteční přímou cestou bez zastávek jsme opět došli k autobusové zastávce Na Brně. I přes velké teplo byla procházka lesem příjemným zpestřením letních dnů.

V srpnu jsme podnikli netradiční výlet do Prahy - výletní plavbu na lodi po Vltavě. Při hodinové okružní plavbě jsme měli možnost vidět nejvýznamnější památky z hladiny tekoucí Vltavy. Po nástupu na loď jsme se usadili na palubě kryti před sluncem plátěnou střešou. Veliká škoda pro nás se zrakovým handicapem, že plavba nebyla komentovaná. Ale Pavla i její manžel Pavel ochotně popisovali stavby, které jsme během plavby míjeli. Z významných historických i současných staveb

jmenuji Pražský hrad, Staroměstskou bránu, Strakovu akademii, Sovovy mlýny, nemocnici Na Františku, Kampu, Letenskou stráž s tunelem. Podpluli jsme několik mostů, samozřejmě i nejznámější Karlův most. Lod' se natočila tak, abychom viděli most v celé šíři, což přímo vybízelo ke společné fotografii s mostem v pozadí. Pluli jsme také okolo nejdelší kotvící lodi na Vltavě, měřící přes 100 metrů. Za ne zrovna malý peníz se lodí můžete projet až do Německa. Kozí uličkou jsme došli k restauraci Kolkovna Celnice, kde jsme měli zamluvený oběd. Procházkou jsme došli na hlavní nádraží, kde jsme se osvěžili dobrou zmrzlinou. Děvčata z TyfloCentra nám opět zaručila dokonalý servis zakoupením jízdenek a místenek. Pohodlí jsme tedy měli, a tak jsme zvládali i úmorné dusno ve vlaku.

Prázdniny utekly jako voda a je tu tradiční Loučení s létem. V zahradní restauraci Hacienda se sešlo hodně Tyfláků, ať klientů ale i pracovníků. Vládla tu příjemná a přátelská atmosféra. Všichni se dobře bavili. Povídalo se, popíjelo se a pochutnali jsme si na grilované klobáse. Posezení oživila hudební skupina *Trubci*. A tak se také zpívalo, tancovalo, až do pozdních nočních hodin.

Hostem TyfloCentra byl stomatolog MUDr. Vít Hrubecký, předseda Oblastní stomatologické komory v Hradci Králové. Při jeho dvouhodinové přednášce jsme se dozvěděli mnoho zajímavostí ze současné stomatologické péče – moderní metody, nároky, možnosti ošetření a mnoho dalšího z tohoto oboru. MUDr. Hrubecký své vyprávění doplňoval případy ze své praxe, občas i humornými. Ochotně odpovídal na dotazy. Rozpovídal se, ale z časových důvodů nám slíbil, že jeho návštěva nebyla poslední. A ne jen o stomatologii, ale podělí se s námi i o své zážitky z jeho cest. Každý účastník přednášky od něho obdržel malý dárek: malou tubu zubní pasty a mezizubní kartáček.

Renesanční zámek Doudleby nad Orlicí vypadá jako zabalený do křehké vamberecké krajky. Všechny jeho stěny jsou pokryty překrásnými renesančními sgrafity kobercového typu. Nechal ho postavit Mikuláš Starší z Bubna. Doudlebský zámek byl čtvrtým zámkem, který jsme letos navštívili. Zámek se

nachází v blízkosti vlakového nádraží. S průvodkyní jsme vystoupali z nádvoří do prvního patra a přes ochoz jsme vstoupili do místností. Zde nás velmi srdečně přivítal potomek rodu pan Petr Dujka. Dostali jsme od něho povolení, že si můžeme, na rozdíl od ostatních návštěvníků, osahat všechno, co nás bude zajímat. Při procházení pokojů a sálů s poutavým vyprávěním paní průvodkyně jsme si osahali erb rodu s bubnem na levé straně a lvem na straně pravé. Osahávali jsme si masivní dřevěné vyřezávané skříně, skříňky, truhly, křesla, židle a pohovky, dřevěné obložení, tapety, ale také železné brnění. Ženy obdivovaly záclony lehké jako pavučina a těžké závěsy. Zajímavostí bylo, dalo by se říci tzv. předchůdce umyvadla s tekoucí vodou. Do nádržky zavěšené nad umyvadlem se nalila voda, a po otočení kohoutku tekla voda přímo do nádoby umístěné pod umyvadlem. Nahlédli jsme do zámecké kaple s unikátní sbírkou madonek. Obdivovali jsme zachovaná velká raně barokní kachlová kamna z roku 1690 zdobená erby rodu Bubnů. Když se v nich zatopilo, sálalo z nich teplo sedm dní. To by byl hit letošní nastávající zimy. Paní průvodkyně naši skupinku u kamen na památku vyfotografovala. Atrakcí zámku je vosková figurína nejslavnějšího člena rodu hraběte Ferdinanda, který se vyznamenal jako velitel v napoleonských válkách. Návštěvníci zámku si mohou přes sklo prohlédnout kopii relikviáře Sv. Maura. My jsme měli možnost, po odkrytí skleněné zábrany, si ji zblízka prohlédnout a osahat. Většina místností je vyzdobena nástrojnými malbami z řecké a římské mytologie. Paní průvodkyně nám je podrobně popisovala. V hudebním salonku nám popsala čtyři nástrojní malby, představující čtyři roční období. Neméně zajímavé jsou tzv. barokní emblémy vyobrazené v klenbách několika pokojů. Jde o malované hádanky, které patřily k oblíbeným šlechtickým kratochvílím. Paní průvodkyně nám u některých popsala malbu a přečetla poučení nebo radu, kterou obsahovaly. Její podrobné popisování bylo velkým přínosem pro nás se zrakovým handicapem, přiblížila nám dokonale tuto nádheru. Před ukončením prohlídky za námi přišel

opět pan Dujka, rozloučil se s námi a nabídl nám, abychom si zahráli v zrcadlovém sále na 150 let starém klavíru. Po obědě v restauraci Lena jsme, i když bylo dost času do odjezdu vlaku, došli na nádraží, aby nás cestou nezastihl déšť. Ale ve vlaku jsme si mohli klidně zazpívat: „...nezmokli jsme, už jsme tu...“ Na závěr pár zajímavostí o zámku. V zámku nebyly žádné lustry, jen osvětlení na stěnách. Unikátem zámku je, že Bubnové ho nejen postavili, ale zůstal jim, s výjimkou let 1948 – 1993, po všechna staletí do současné doby. Zatímco ostatní zámky se často prodávaly a měnily majitele. Na zámku se také zčásti natáčel historický velkofilm Bathory režiséra Juraje Jakubiska.

Zdena Gábelová
Uživatelka TyfloCentra Hradec Králové



Hrádek u Nechanic

Pozvánka na akce regionálního pracoviště Jičín

Program našich sociálně terapeutických činností na říjen až prosinec 2022:

ŘÍJEN 2022

12. 10. 2022 „JIČINSKÉ HOSTINCE.“

Přednáška Ing. Václava Vika s promítáním diapozitivů.
Polyfunkční komunitní centrum, 2. patro, autobusové nádraží,
17. listopadu 861, Jičín.

LISTOPAD 2022

9. 11. 2022 „HODINKA S LEONTÝNOU MAŠÍNOVOU.“

Přednáška paní Jitky Mečířové.
Polyfunkční komunitní centrum, 2. patro, autobusové nádraží,
17. listopadu 861, Jičín.

PROSINEC 2022

14. 12. 2022 „VÁNOČNÍ POSEZENÍ S KVÍZEM.“

Polyfunkční komunitní centrum, 2. patro, autobusové nádraží,
17. listopadu 861, Jičín.

Zahájení všech středečních schůzek je ve **14:15** hodin.
Srdečně zveme uživatele našich služeb i nové zájemce.

Provozní doba pracoviště:

Pondělí, středa: **8–12, 13–17 hodin (ambulantně)**

Úterý, čtvrtek: **8–12, 13–16 hodin (terénně)**

Kontaktní údaje:

Adresa: 17. listopadu 861, 506 01 Jičín

Telefon: 739 578 900

E-mail: jicin@tyflocentrum-hk.cz

Web: www.tyflocentrum-hk.cz

Facebook: <https://www.facebook.com/TyfloCentrumHK/>

Na setkání s Vámi se těší:

Mgr. Soňa Skočovská

Pozvánka na akce regionálního pracoviště Náchod

Program našich aktivit na říjen až prosinec 2022:

Zveme Vás na tradiční dopolední setkání pořádané společně s OO SONS Náchod, každou POSLEDNÍ STŘEDU v měsíci. Vždy od 9 hodin na adrese Pražská 1759 (dveře číslo 249). Přijďte se poradit v sociálně-právní oblasti nebo prohlédnout a vyzkoušet kompenzační pomůcky či jen tak posedět u kávy a čaje se starými známými.

Termíny schůzek: 26. října, 30. listopadu, 21. prosince

Provozní doba pracoviště:

Středa: **8–12, 13–17 hodin (ambulantně na pracovišti)**

Pátek: **8–12 hodin (terénně pro objednané)**

Kontaktní údaje:

Adresa: Pražská 1759, Náchod

Telefon: 739 578 910

E-mail: nachod@tyflocentrum-hk.cz

Na setkání s Vámi se těší

Za TyfloCentrum HK, o.p.s.
Mgr. Pavla Tomášková

Za OO SONS Náchod
Aleš Podlešák



Botanická zahrada

Nabídka našich stálých akcí

„Mozaika“

sociálně aktivizační služby pro zrakově postižené

I naše Mozaika je poskládána z rozmanitých střípků, které pro Vás skládáme a tvoříme tak program, ze kterého si snad každý z Vás vybere něco pro sebe a získá nové zážitky.

➤ **Odpolední posezení**

Tradiční poslechový pořad pro nás bude nadále připravovat pracovnice hudebního oddělení městské knihovny paní Sabina Horáková. Poslechové pořady na různá témata si můžete poslechnout vždy třetí pondělí v měsíci od **13:30** hodin.

➤ **Středa, zacvičit je třeba ☺**

Kurz Cvičení pro radost bude i nadále probíhat vždy ve středu **od 9:45 do 10:40** hodin v pronajatých prostorách tanečního studia Intimate na Pospíšilově třídě v bezprostřední blízkosti TyfloCentra. Společný odchod z TC v **9:40 hodin, prosíme všechny zájemce o cvičení o včasný příchod.**

➤ **Čtvrteční setkání**

I přes četné novinky, které jsme připravili, vás ani v tomto čtvrtletí neochudíme o oblíbené pravidelné akce, na které jste zvyklí a máte je rádi:

Tvoření pro každé stvoření – maximálně 1x za čtvrtletí se budeme setkávat a pokusíme se v sobě probudit tvořivost a nápaditost, kterou využijeme při tvorbě s textilem, hedvábím drátky, barvami, papírem, sklem a dalšími materiály.

Setkání s literaturou – jednou za čtvrt roku navštívíme zvukovou knihovnu a seznámíme se s novými tituly na zvukových nosičích.

Plavání – maximálně jednou za čtvrtletí si na 2 hodiny půjdeme zaplavat do královéhradeckého Aquacentra. Využít zde můžete bazén s vlnobitím, dva vířivé bazénky, teplý bazének, páru. Dále je možné přejít spojovacím koridorem a jít si zaplavat do plaveckého bazénu (50 m). Vstup na 2 hodiny na průkaz ZTP/P je 110 Kč.

Plánované jednorázové akce:

Plánované jednorázové aktivity budou realizovány na základě zájmu a počtu účastníků - minimální počet 3 uživatelé. Proto prosíme vás, případné zájemce, abyste nás kontaktovali a sdělili, kterých akcí se chcete zúčastnit, a to během posledního týdne předchozího kalendářního měsíce. Zároveň vítáme i tipy na další aktivity, jenž bychom mohli v TyfloCentru uskutečnit.

➤ Společné vaření

Všichni milovníci dobrého jídla se mohou společně s námi zúčastnit vaření, které probíhá každé úterý dopoledne od **9:30**. Je nutná telefonická domluva nejpozději den předem (pondělí do 10. hodiny). V případě nedostatečného počtu účastníků bude akce zrušena. Maximální kapacita záleží na obtížnosti připravovaného pokrmu, s přihlédnutím na prostory v kuchyňce a na uvážení pracovnice, která má vaření daný den na starosti.

Telefonní číslo: **495 523 729, 739 578 880**

Seznam akcí na IV. čtvrtletí roku 2022

*TyfloCentrum Hradec Králové, o.p.s.
společně s OO SONS Hradec Králové Vás zvou na:*

ŘÍJEN

- **Úterý 4. 10. od 9:30 hodin**
Společné vaření.
- **Středa 5. 10. od 9:40 hodin**
Cvičení pro radost.
- **Čtvrtek 6. 10. od 9:30 hodin**
Co se jedlo v době kamenné?
Přednáška od archeologa Mgr. Petra Čecháka, Ph.D. o stravování u posledních lovců a prvních zemědělců u nás. Po akci je možnost krátké procházky a posezení u občerstvení. Společný odchod v 9:30 z TC do nových přednáškových prostor Muzea VČ.
- **Pondělí 10. 10. od 14:00 hodin**
Co nosíme na sobě? Aneb povrchy těla zvířat.
Opět mezi s sebou přivítáme paní Mgr. Zíkovou, která si pro nás připraví další zajímavou přednášku. Součástí bude i možnost si pár zvířat osahat.
- **Úterý 11. 10. od 9:30 hodin**
Společné vaření.
- **Středa 12. 10. od 9:40 hodin**
Cvičení pro radost.

➤ **Čtvrtek 13. 10.**

Jednodenní výlet do Kutné Hory – více samostatné informace.

➤ **Pondělí 17. 10. od 13:30 hodin**

Odpolední posezení s paní Sabinou Horákovou.

Tentokrát na téma: Mezi světy – Lucie Výborná.
Moderátorka Lucie Výborná předčítá ze svých deníků z expedice na Antarktidu.

➤ **Úterý 18. 10. od 9:30 hodin**

Společné vaření.

➤ **Středa 19. 10. od 9:40 hodin**

Cvičení pro radost.

➤ **Čtvrtek 20. 10.**

Oslava 20. výročí TyfloCentra – více samostatné informace.

➤ **Úterý 25. 10. od 9:30 hodin**

Společné vaření.

➤ **Středa 26. 10. od 9:40 hodin**

Cvičení pro radost.

➤ **Čtvrtek 27. 10. od 9:30 hodin**

Kino komento.

Společně se setkáme v zázemí TC a ke kávičce si pustíme filmový snímek.

LISTOPAD

- **Středa 2. 11. od 9:40 hodin**
Cvičení pro radost.

- **Čtvrtek 3. 11. od 9:30 hodin**
Plavání pro všechny vodomily v hradeckém Aquacentru (vstup 110 Kč/ 2 hodiny na průkaz ZTP/P, průvodci zdarma). Poté poobědváme v některé z blízkých restaurací.

- **Pondělí 7. 11. od 13:30 hodin**
Plavba po Nilu. Chcete vědět, jak dnes vypadá Tutanchamon, osahat si „klíč života“ a přivonět k nubijskému jasmínu? To vše a zážitky z Egypta Vám zprostředkuje povídání s Dášou Balcarovou.

- **Úterý 8. 11. od 9:30 hodin**
Společné vaření.

- **Středa 9. 11. od 9:40 hodin**
Cvičení pro radost.

- **Čtvrtek 10. 11.**
Hudební Zvěřinec
Navštívíme výstavu Hudební zvěřinec v Muzeu hudby v Praze. Dozvíme se, z čeho se dříve hudební nástroje vyráběly, proč se některé části hudebních nástrojů jmenují podle zvířat anebo proč je svým tvarem připomínají. Vstupné je 50 Kč.

- **Úterý 15. 11. od 9:30 hodin**
Společné vaření.

- **Středa 16. 11. od 9:40 hodin**
Cvičení pro radost.

➤ **Pondělí 21. 11. od 13:30 hodin**

Odpolední posezení s paní Sabinou Horákovou.

Tentokrát na téma: Vojtěch Bernartský: Jak dostat tatínka do karantény. Sportovní moderátor neztrácí dobrou náladu ani v době pandemie. Jak říká, je lepší zbláznit se spolu s celou rodinou, než zešílet sám. Vypráví zábavné historky, které se odehrály v nelehké době koronaviru. Přesto srší optimismem, protože rodičovská láska překoná všechno.

➤ **Úterý 22. 11. od 9:30 hodin**

Společné vaření

➤ **Středa 23. 11. od 9:40 hodin**

Cvičení pro radost.

➤ **Čtvrtek 24. 11. od 9:30 hodin**

Adventní tvoření.

Rok utekl jako voda a za dveřmi jsou Vánoce. Nezbývá nám tedy nic jiného, než se pěkně připravit, nazdobit si naše domácnosti nějakými pěknými adventními ozdobami.

➤ **Úterý 29. 11. od 9:30 hodin**

Společné vaření.

➤ **Středa 30. 11. od 9:40 hodin**

Cvičení pro radost.

PROSINEC

➤ **Čtvrtek 1. 12. od 10:00 hodin**

Setkání s literaturou ve zvukové knihovně.

➤ **Úterý 6. 12. od 9:30 hodin**

Společné vaření.

➤ **Středa 7. 12. od 9:40 hodin**

Cvičení pro radost.

➤ **Čtvrtek 8. 12. od 14:00 hodin**

Adventní trhy.

Vánoce jsou za dveřmi a my si je přiblížíme návštěvou s nádechem vánoční atmosféry v sousedském městě Pardubice. Určitě ochutnáme nejen pardubický perník, ale i něco teplého na zahřátí. Výlet se tentokrát uskuteční v odpoledních hodinách, abychom se více přiblížili večerní atmosféře trhů.

➤ **Úterý 13. 12. od 9:30 hodin**

Společné vaření – tentokrát se bude jednat o vánoční oběd.

➤ **Středa 14. 12. od 9:40 hodin**

Cvičení pro radost.

➤ **Čtvrtek 15. 12. od 9:30 hodin**

Vánoční besídka.

Jako každý rok se sejdeme u poslechu vánočních koled, něčeho dobrého k jídlu, ale i pití.

➤ **Pondělí 19. 12. od 13:30 hodin**

Odpolední posezení s paní Sabinou Horákovou.

Tentokrát na téma: Ladislav Zibura. Prázdniny v Česku – výlet za vším, co jste o Česku nevěděli. Vydáme se s Ladislavem Ziburou na dvouměsíční jízdu po českých luzích a hájích a připomeneme si, v jak rozmanité a krásné zemi žijeme.

Program činnosti OO SONS HK na 4. čtvrtletí 2022:

Kromě akcí pořádaných ve spolupráci s TyfloCentrem Hradec Králové – informace o nich najdete v tomto informačním zpravodaji Strípek nebo na www.tyflocentrum-hk.cz – vás zveme na následující klubová posezení:

Klubová posezení

se konají každou poslední středu v měsíci v klubovně TyfloCentra Hradec Králové od 13 do 15 hodin, tato posezení jsou zaměřena na nejrůznější témata.

Přijďte se dovědět:

- o novinkách z činnosti SONS ČR, z.s.,
- o novinkách v právní oblasti týkající se života se zrakovým postižením,
- o nových kompenzačních pomůckách,
- prostě o všem týkajícím se života se zrakovým postižením,
- nebo si prostě jen tak posedět u kávy či čaje, pobavit se se svými známými nebo navázat nová přátelství.

Dle domluvy a případného zájmu v rámci těchto klubových posezení nabízíme uspořádat

Klub komentovaných filmů

kde se budeme bavit o komentovaných pořadech, kdy kromě výměny zkušeností v oblasti poslechu komentovaných pořadů v televizi se dovíte i o dalších možnostech, jak se ke komentovaným pořadům dostat. Nebudou chybět ani rady, jaká technická zařízení či programy pro přístup ke komentovaným pořadům potřebujeme. V rámci tohoto klubového posezení bude možná i projekce komentovaného filmu či pořadu, dle vašeho zájmu.

Termíny klubových posezení

- 26. října (neuskuteční se z provozních důvodů)
- 23. listopadu (Oblastní shromáždění OO SONS v Knihovně)
- 14. prosince

Oblastní shromáždění OO SONS Hradec Králové

se uskuteční **23. listopadu 2022 od 13 do 15 hodin** v Knihovně města Hradce Králové (program bude upřesněn v pozvánkách a na stránkách odbočky).

Na vaši účast či návštěvu se těší

Ing. Karel Hruběš

předseda OO SONS Hradec Králové

Adresa: Okružní 1135/15, 500 03 Hradec Králové

Telefon: +420 608 335 137

E-mail: hradeckralove-odbocka@sons.cz, hrubes@sons.cz

Web: www.sons.cz/hradeckralove

Kontaktní dny odbočky:

Pondělí až pátek 9-13 hodin (nutná telefonická domluva)



Zámek Kostelec nad Orlicí

OO SONS Náchod

V Náchodě lze OO SONS Náchod navštívit při pravidelných úředních hodinách vždy **v pondělí od 8 do 14 hodin**. Nebo se lze telefonicky domluvit na jiném termínu. Adresa: **Pražská 1759, 547 01 Náchod. Kancelář je zároveň klubovnou odbočky.**

Přijďte si posedět při šálku dobré kávy či čaje. Domluvíme se na společných jednorázových či pravidelných aktivitách.

AKCE:

10. – 12. října 2022 – od 8:00 hodin

Bílá pastelka - připojíme se k celorepublikové veřejné sbírce na podporu speciálních služeb pro **nevidomé a slabozraké. Dobrovolníci z odbočky vyrazí prodávat pastelky do ulic v Náchodě a Červeném Kostelci.**

19. října 2022 – odjezd autobusem z Náchoda v 08:35 hodin

Výlet do Trutnova – prohlídka Muzea Podkrkonoší. Setkáme se s přáteli z trutnovské odbočky SONS a společně navštívíme Muzeum Podkrkonoší. Po komentované prohlídce muzea procházka Trutnovem a oběd v místní restauraci.

7. listopadu 2022 – odjezd autobusem z Náchoda v 09:10 hodin

Výlet do Dvora Králové nad Labem – exkurze do výroby vánočních ozdob. Komentovaná prohlídka výroby vánočních ozdob. Možnost zakoupení výrobků v místní prodejně za zvýhodněnou cenu. Poté oběd v místní restauraci.

30. listopadu 2022 – od 9:00 hodin

Oblastní shromáždění OO SONS Náchod - v kanceláři (klubovně) odbočky na adrese: Pražská 1759, 547 01 Náchod.

Program bude upřesněn v zaslaných pozvánkách.

19. prosince 2022 – od 9.00 hod.

Vánoční dílnička - za doprovodu vánočních koled si společnými silami vytvoříme drobné vánoční dekorace.

V kanceláři (klubovně) odbočky na adrese: Pražská 1759, 547 01 Náchod.

V plánu jsou ještě další akce, o nichž budete informováni prostřednictvím telefonátu a e-mailu.

Na setkání s Vámi se těší

Aleš Podlešák
předseda OO SONS Náchod
Telefon: 604 972 632
Email: nachod-odbocka@sons.cz

OO SONS Trutnov

Zdravíme všechny z Trutnova.

První podáváme ve zkratce hlášení, co vše se u nás událo za posledních pár týdnů: především bychom vyzdvihli dvě akce konané spolu s náchodskou odbočkou – jednak jsme společně vyrazili na ryby do Kudowe Zdroje a poté nás naši kamarádi pozvali do Náchoda, kde nám uchystali krásný program – komentovanou prohlídku Malých lázní Běloves a poté prohlídku Kostela svatého Vavřince. Tam jsme si poslechli i úchvatnou hudbu, kdy nám na varhany zahrál náš průvodce. Mezi další akce patří návštěva Zoo Dvůr Králové nad Labem – krmení slonů, prohlídka Hospitalu Kuks, turistika po Krkonoších – Špindlerův Mlýn, Pomezní Boudy, dvě úžasné prohlídky Zámku Slatiňany a přilehlého hřebčína, výtvarné dílničky, na kterých si klienti udělali nádherné nástěnné hodiny.

A co nás čeká na podzim? Začínáme s lekcemi trénování paměti pod vedením profesionální lektorky, připravujeme program pro naše kamarády z Náchoda – procházka po Trutnově, návštěva Muzea Podkrkonoší, chystáme se do Národního muzea v Praze, na výstavu smírčích křížů do Dvora Králové. A samozřejmě nebudou chybět výtvarné dílny – malování na hedvábí a vánoční tvoření. Zároveň se zapojíme do sbírky Bílá pastelka ve dnech 10.–12. 10. 2022, na 9. 11. 2022 připravujeme Den otevřených dveří a 23. 9. proběhne oblastní shromáždění.

Bližší info Vám podáme na níže uvedeném telefonu.

Pro konkrétní akce a termíny sledujte naše webové stránky:
www.sons.cz/trutnov

Se svými členy a přáteli se setkáváme **každé pondělí** dopoledne na naší odbočce, která je zároveň kancelář i klubovnou na adrese **Horská 5/1, 541 01 Trutnov**, a rádi

mezi sebe přijmeme každého, kdo má zájem se podělit o zkušenosti se zrakovým postižením, poznat nové lidi, jezdit s námi na výlety, potřebuje poradit, seznámit se s kompenzačními pomůckami, zkrátka vnést do svého života něco nového.

Bližší informace na níže uvedených kontaktech.

Telefon: **778 702 410**

E-mail: **trutnov-odbocka@sons.cz**

Web: www.sons.cz/trutnov

za OO SONS Trutnov

Adriana Teplá

Kamil Studený



Zámek Doudleby nad Orlicí

Něco dobrého z naší kuchyně...

Máslové sušenky

Sušenky, které jsme pekli během tvoření, jsou nejenom jednoduché, ale také velmi jedlé... Příprava zabere zhruba 1 hodinu a z jedné dávky si upečete přibližně 50 ks sušenek (o velikosti 5 cm).

Ingredience: 175 g studeného másla (másla změkne během hnětení), 250 g hladké mouky, 90 g cukru krupice, 1 žloutek, 2 lžíce mléka, 1 lžíce vanilkového extraktu/ pasty, špetku soli

Postup přípravy: Mouku prosejte do mísy a zapracujte do ní studené másla, žloutek, cukr, mléko, vanilkový extrakt i sůl a vypracujte vláčné, nelepivé těsto. Až budete mít těsto důkladně propracované, uložte jej na půl hodinky do lednice. Až si těsto v lednici odpočine, můžete ho začít vyvalovat. Vyválejte placku vysokou cca 3 mm a vykrajujte tvary jakýmkoliv vykrajovátkem nebo razítkem na sušenky. Pokud si chcete více ulehčit práci, tak než dáte těsto do lednice, udělejte z něj váleček, ten po vytažení z lednice jen nakrájíte na plátky a nemusíte těsto vyvalovat.

Dejte péct do trouby předehřáté na 180 °C a pečte do doby, až sušenky začnou zlátnout, což je cca 10–15 min. Klidně je z trouby vyndejte dříve, čím světlejší je vyndáte, tím budou měkčí.

Skladované ve vzduchotěsné nádobě vydrží minimálně měsíc.

Kolektiv pracovníků přeje dobrou chuť!

Děkujeme všem, kteří podporují naši činnost:



MPSV



Úřad práce



Královéhradecký kraj



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Evropská unie Evropský sociální fond Operační program Zaměstnanost



Město Hradec Králové



Město Jičín



Město Hořice v Podkrkonoší



Město Náchod



Město Kopidlno



Město Nová Paka



Akcenta CZ, a.s



Peri s.r.o.

a další individuální dárci.

Střípek je vydáván pouze pro vnitřní potřebu klientů
TyfloCentra Hradec Králové, o.p.s. a členů a příznivců
Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých ČR.
Je neprodejný.

V Hradci Králové, září 2022.