

**UNIVERZITA JANA AMOSE KOMENSKÉHO PRAHA**

**BAKALÁŘSKÉ KOMBINOVANÉ STUDIUM**

**2017–2020**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**Karel Novotný**

**Komunitní centrum**

**pro podporu nevidomých a slabozrakých Vrchlická**

Praha 2020

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Marie Vacínová, CSc.

**JAN AMOS KOMENSKY UNIVERZITY PRAGUE**

BACHELOR COMBINED STUDIES

2017–2020

**BACHELOR THESIS**

**Karel Novotný**

**Community Center  
for the Support of Blind and Purbblind People**

Praha 2020

The Bachelor Thesis Work Supervisor: PhDr. Marie Vacínová, CSc.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že předložená bakalářská práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracoval samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpal, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů.

Souhlasím s prezenčním zpřístupněním své práce v univerzitní knihovně.

V Praze dne 12. 2. 2020

Karel Novotný

## **Anotace**

Bakalářská práce v teoretické části předkládá stručný přehled zařízení, které se v České republice věnují podpoře osob se zrakovým postižením, popisuje vznik Komunitního centra Vrchlická včetně jeho začlenění do mateřské Sjednocené organizace slabozrakých a nevidomých České republiky, z. s. a představuje aktivity Komunitního centra v období let 2017–2018. Praktická část pojednává o práci centra v roce 2019 a jeho významu pro klienty se zrakovým postižením. Na základě stanovených hypotéz zkoumá, zda bylo naplněno poslání centra. Z analýzy a dotazníkového šetření vyvozuje plány do příštích let jeho fungování.

## **Klíčová slova**

Akce, aktivity, komunitní centrum, nevidomí, slabozrací, sociální skupina, Sjednocená organizace slabozrakých a nevidomých ČR, z. s., zrakově postižení.

## **Annotation**

The theoretical part of this bachelor thesis presents a brief summary of the facilities which support visually impaired people in the Czech Republic, describes the constitution of the Community Centre Vrchlická, including its integration within the parent United Organization of Purlind and Blind People of the Czech Republic, private association, and it presents activities of the Community Centre in 2017–2018. The practical part deals with the centre's work in 2019 and its value for visually impaired clients. Based on the stated hypotheses it explores whether the mission of the centre was fulfilled. It draws plans for its future functioning from analysis and questionnaires.

## **Key words**

Activities, blind, community centre, events, purblind, social group, United Organization of Purlind and Blind People of the Czech Republic, private association, visually impaired.

## OBSAH

ÚVOD.....	2
1 TEORETICKÁ ČÁST – ZAŘÍZENÍ PRO OSOBY SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM V ČR A ZAHÁJENÍ FUNGOVÁNÍ KC VRCHLICKÁ.....	4
1.1 Stručný přehled zařízení zaměřených na podporu osob se zrakovým postižením .....	4
1.2 Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, z. s. ....	6
1.3 Vznik KC a jeho začlenění do struktury SONS .....	8
1.4 Popis prostředí KC .....	9
1.5 Cílová skupina a zaměření KC .....	10
1.6 Popis činnosti KC Vrchlická v období let 2017–2018.....	13
1.7 Akce a aktivity KC v letech 2017–2018, popis vybraných příkladů .....	13
1.8 Statistické údaje .....	34
2 PRAKTICKÁ ČÁST – KC V ROCE 2019, HYPOTÉZY A DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ .....	36
2.1 Zvolené hypotézy .....	36
2.2 Organizační změny KC .....	36
2.3 Aktivity KC v roce 2019 a návrh činnosti na další období .....	37
2.4 Dotazníkové šetření .....	46
2.5 Výsledky dotazníkového šetření s komentářem .....	47
2.6 Plány do budoucna .....	56
2.7 Možná rizika .....	57
ZÁVĚR.....	59
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ .....	60
Seznam použitých českých zdrojů .....	60
Seznam použitých internetových zdrojů .....	60
SEZNAM ZKRATEK.....	62
SEZNAM GRAFŮ A TABULEK .....	62
Seznam grafů .....	62
Seznam tabulek.....	63
SEZNAM PŘÍLOH.....	63
PŘÍLOHY .....	I
OBRÁZKY .....	I
DOTAZNÍK .....	VI
BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE.....	X

## ÚVOD

V roce 2017 byl zahájen provoz Komunitního centra (dále jen KC) pro podporu nevidomých a slabozrakých Vrchlická, jehož cílem bylo vytvořit platformu pro setkávání osob se zrakovým postižením, pro jejich neformální vzdělávání a volnočasové aktivity. Prioritou centra je minimalizovat sociální vyloučení slabozrakých a nevidomých. KC Vrchlická by mělo osoby se zrakovým postižením motivovat k tomu, aby krátkodobě opustily pohodlí a subjektivní bezpečí svého domova, zúčastnily se spolu s lidmi s podobným postižením vzdělávací či smysluplné volnočasové aktivity a začlenily se tak do konkrétní sociální skupiny.

Hlavním cílem této práce je vyhodnotit, zda projekt KC Vrchlická, od doby svého vzniku do současnosti, měl pro cílovou skupinu nevidomých a slabozrakých, kteří ho navštěvovali, pozitivní význam. Výzkum byl zaměřen dvěma směry. Jednak na význam KC pro každého jednotlivce z hlediska osobnostního rozvoje, a jednak, jak sám název centra napovídá, na vytvoření úzce specifické komunity, sociální skupiny, případně sociálních skupin.

Tato bakalářská práce je příhodným a objektivním nástrojem, jak po třech letech praxe, podrobit činnost KC kritickému zhodnocení, vyvodit z toho důsledky a případně pozměnit nabízené aktivity. Výsledky výzkumu bude možné uplatnit v praxi při dalším fungování centra.

Autor práce se řadí mezi zrakově postižené. Díky tomu, že jeho hendikep patří k lehčím, může být v KC zaměstnán jako metodik a výrazně tak ovlivňovat program a nabídku aktivit centra. Do projektu KC Vrchlická nastoupil již na samém počátku. V souvislosti s funkcí metodika také zahájil studium v oboru vzdělávání dospělých při Univerzitě Jana Amose Komenského Praha. Metodik centra byl do projektu přijat až poté, kdy byl již stanoven celý koncept KC Vrchlická (formulováno v žádosti o dotaci z Operačního programu Praha – pól růstu České republiky), avšak myšlenku centra bez výhrady akceptoval. Přítomen byl téměř každé z aktivit centra, některé z nich přímo inicioval. Tento fakt byl pro zpracování bakalářské práce jistým kladem avšak za nutné podmínky zachovat odstup a zpracovat téma věcně a nezaujatě.

Při vypracování bakalářské práce autor vycházel převážně z pramenů, které se specializují na problematiku osob se zrakovým postižením a z dokumentů, které sloužily k administraci projektu.<sup>1</sup>

V úvodu práce je uveden: stručný přehled zařízení, které se v České republice věnují podpoře osob se zrakovým postižením, popis vzniku KC Vrchlická, začlenění KC do struktury mateřské Sjednocené organizace slabozrakých a nevidomých České republiky, z. s. a hlavní poslání této organizace. V rámci teoretické části práce jsou pak detailněji představeny aktivity KC v období let 2017–2018. Zvláštní zřetel je věnován jednotlivým aktivitám, které měly buď kladný, anebo žádný vliv na vzbuzení zájmu zrakově postižených osob o pravidelnou docházku do KC. Praktická část této bakalářské práce pojednává o činnosti centra v roce 2019. Aktivity jsou popsány spíše rámcově a se zřetelem na změny a vývoj oproti startovacím rokům 2017 a 2018. Na základě stanovených hypotéz, dotazníkového šetření a analýzy aktivit centra práce zkoumá, zda bylo naplněno poslání KC a vyvozuje plány do příštích let jeho fungování.

---

<sup>1</sup> Dokumenty sloužící k administraci projektu jsou interní a k dispozici pouze donátorovi a žadateli o dotaci. Není z nich citováno a nejsou uvedeny v seznamu použitých zdrojů. Vybrané informace mají obecný charakter, nebo statistickou hodnotu.



# 1 TEORETICKÁ ČÁST – ZAŘÍZENÍ PRO OSOBY SE ZRAKOVÝM POSTIŽENÍM V ČR A ZAHÁJENÍ FUNGOVÁNÍ KC VRCHLICKÁ

Teoretická část práce shrnuje ve zkratce stav, nabídku a zaměření speciálních zařízení a vzdělávacích institucí pro osoby se zrakovým postižením v České republice (dále jen ČR). Dále popisuje důvod vzniku a zaměření KC Vrchlická včetně jeho začlenění do struktury zřizovatele. Krátce je nastíněna firemní kultura celé organizace. Detailněji rozpracována je pak činnost KC Vrchlická v letech 2017–2018. Teoretická část je zakončena vybranými statistickými údaji o fungování prvních dvou let od zahájení provozu KC.

## 1.1 Stručný přehled zařízení zaměřených na podporu osob se zrakovým postižením

V ČR žije přibližně 252 tisíc osob se zrakovým postižením<sup>2</sup>. Jejich každodenní život je silně ovlivněn charakterem a stupněm postižení. Je zde řada institucí, které jim nabízejí nejrůznější specifické služby. Jedná se o neziskové organizace, školy, nadace, nadační fondy i komerční firmy.

Jednotlivé neziskové organizace jsou vzájemně velmi odlišné. Některé jsou velmi malé, jiné naopak velké (např. co do počtu zaměstnanců, územního působení). I škála jimi nabízených služeb a aktivit je velice pestrá. Od poradenství, přes součinnost se státními i veřejnými institucemi (např. umístění vodících linií na chodníku, mluvený komentář k některým pořadům České televize), přes výchovu vodících psů, nácvik sebeobsluhy, nácvik orientace na ulici, technickou pomoc při instalování aplikací do mobilů a softwaru do počítačů, půjčování či vydávání novin a knížek v Braillově písmu

---

<sup>2</sup> ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Výběrové šetření osob se zdravotním postižením v roce 2018* [online]. © Praha: Český statistický úřad, 2019, str. 19. [cit. 08. 01. 2020]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/90600407/26000619.pdf/b1d5a2b3-a309-4412-a962-03d847d3d1a0?version=1.3>

či ve zvětšeném černotisku, vydávání mluvených knih, až po prodej tyflopomůcek (slepecké hole včetně jejich doplňků, čtecí okénka, lupy, speciální elektronické pomůcky, mobily, hmatové hodinky, mluvené knihy, hry, drobné pomůcky pro označení nevidomého člověka, pomůcky pro domácnost apod.). Jiné malé organizace se zaměřují výhradně na jednu konkrétní činnost. Např. na hraní divadla (Divadlo Verva) či na sport zrakově postižených. To jsou obvykle tělovýchovné jednoty a sportovní kluby, nabízející sportovní vyžití a přes Český svaz zrakově postižených sportovců, z. s., který je sdružuje, také účast na mezinárodních závodech, včetně paralympiády.

Dále je zde, i přes již zavedenou školní inkluzi, několik specializovaných základních a středních škol. Speciální vysoká škola pro zrakově postižené, tedy pro dospělé, v ČR není. Ti, kdo chtějí studovat vysokou školu, jsou závislí především na podpoře ze strany rodiny či přátel, případně na službách asistentů. Na některých vysokých školách existují centra pro podporu hendikepovaných studentů. Velkou roli při rozhodování, zda studovat vysokou školu či nikoli a při výběru konkrétní školy, hraje vzdálenost příslušné školy od bydliště dotyčného studenta. Krom toho záleží také na vysokém stupni volných vlastností sebe sama, neboť studium je pro člověka se zrakovým postižením mnohonásobně komplikovanější, než pro vidoucího.

S uplatněním na trhu práce velmi úzce stupeň dosaženého vzdělání souvisí.<sup>3</sup> Značná část zcela nevidomých se profiluje jako maséři a hudebníci, lidé se zbytky zraku jsou různých profesí. Jejich uplatnění na trhu práce, ale také koníčky, společenské a volnočasové aktivity jsou determinovány stupněm a druhem zrakového postižení. Je zásadní, zda se jedná o jedince zcela nevidomého, těžce zrakově postiženého či o osobu s postižením částečným.

Nevidomým a slabozrakým pomáhají různé nadace a nadační fondy. Samy hendikepovaným obvykle žádné aktivity nenabízejí (nebo jen okrajově), specializují se především na získávání peněz s účelem pomoci např. při pořízení pomůcek, sportovního vybavení, s příspěvků na startovné, na studium, na zavedení firmy atd. Nejznámějšími a nejvýznamnějšími nadacemi, specializovanými na osoby se zrakovým

---

<sup>3</sup> Bakalářská práce nepojednává o dětech a mládeži. Tato skupina obvykle navštěvuje během svého studia speciální školy pro zrakově postižené. Většina žáků a studentů využívá možnosti ubytování na internátu a to už od 1. třídy základní školy až do ukončení středoškolského studia. V jejich případě je potřeba sociálního kontaktu saturována nepřetržitým soužitím, od pondělí do pátku, se spolužáky, spolubydlicemi a pedagogy.

postižením v ČR, jsou Nadační fond Českého rozhlasu a Nadace Leontinka. Nadační fond Českého rozhlasu je znám především, u veřejnosti velmi populární, peněžní sbírkou pod názvem „Světluška“. Kromě těchto nadací je v ČR celá řádka dalších menších subjektů, spolků i soukromých osob, které soustřeďují finance výhradně jedné osobě s postižením. Např. Jan Říha, český nevidomý horolezec, pořádá charitativní běh „Od nevidím do nevidím“, jehož startovné je věnováno, po pokrytí nutných výdajů na organizaci běhu, konkrétní postižené osobě.

Vedle celé řady neziskových organizací jsou v ČR i komerční firmy, které se zabývají vysoce sofistikovanou činností. Vyvíjejí, případně přizpůsobují (např. cizojazyčné verze softwarů převádějí na češtinu) i prodávají specializované programy. Jejich činnost se soustřeďuje např. na čtení viděného textu, na odesílání e-mailů, na snadnější používání mobilu, na moderní elektronické pomůcky jako brýle, které dovedou rozeznat, „co vidí“ a vzápětí to říci svému nositeli. Jsou to: SYMBIO Access devices s.r.o., Galop, s.r.o., Spectra, v.d.n. Mimo tyto firmy je zde i Neviditelná výstava Praha, komerčně zaměřená společnost jako součást Invisible Exhibition Franchise System s účelem zaměstnávat nevidomé a slabozraké a další drobné firmy, jako např. Svárovský, s.r.o., vyrábějící bílé hole.

## 1.2 Sjedená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, z. s.

Sjedená organizace nevidomých a slabozrakých ČR, z. s. (dále jen SONS)<sup>4</sup> se sídlem v Praze je nezisková organizace s celostátní působností. Do její struktury spadá i KC Vrchlická. Organizace vznikla v roce 1996 sloučením obou, do té doby celostátně působících, občanských sdružení občanů s těžkým zrakovým postižením, České unie nevidomých a slabozrakých a Společnosti nevidomých a slabozrakých v ČR. Své odbočky<sup>5</sup> a střediska má v převážné většině okresů ČR. Jejími členy je cca 10 000 osob.<sup>6</sup>

SONS je jednou z výše uvedených neziskových organizací, která nabízí širokou škálu služeb pro osoby se zrakovým postižením. Poskytuje informace, poradenství, zácvik,

<sup>4</sup> SONS. *O nás* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/onas>

<sup>5</sup> „Odbočka“ je ustálený výraz pro nejnižší organizační složku SONS.

<sup>6</sup> SONS. *Struktura* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/struktura>

pomáhá odstraňovat bariéry, vyhledává zaměstnání, cvičí vodící psy, provozuje zájmové kluby a oblastní odbočky.

Své služby poskytuje členům i nečlenům organizace, a to v následujících oblastech:

- *„Sociální práce mezi těžce zrakově postiženými občany včetně jejich vyhledávání a prvního kontaktu s nimi,*
- *základní poradenství o možnostech kompenzace handicapu zrakového postižení i poskytovatelích služeb takto postiženým lidem,*
- *speciální sociálně právní, pracovně právní poradenství,*
- *technické poradenství při výběru pomůcek pro zpracování informací včetně nácviku obsluhy takových zařízení,*
- *vydávání informačních časopisů v braillově písmu, zvukové podobě, zvětšeném černotisku a digitálním textu,*
- *provozování informačního systému a digitální knihovny přístupné na internetu,*
- *rozvoj a docvičování dovedností získaných v programech základní rehabilitace (vaření, práce v domácnosti, čtení atd.),*
- *výcvik vodících psů a další služby jejich držitelům,*
- *služby osobní asistence (průvodcovská a předčitatelská služba),*
- *odstraňování architektonických bariér,*
- *a další.“<sup>7</sup>*

SONS zaměstnává především nevidomé a slabozraké, takže svou činností implicitně vytváří pracovní místa pro zrakově hendikepované osoby. Mezi základní firemní hodnoty SONS patří na prvním místě pomoc ostatním a slušnost. Slušné jednání a ochota pomoci se promítají do práce všech zaměstnanců. Např. v prodejně tyflopomůcek, kam klienti často docházejí za svými nákupy, je jim kromě zboží poskytnuta odborná rada, nebo nasměrování na některé specializované pracoviště SONS, jenž klientovi dokáže účinně pomoci. Mnohdy se tu klienti mohou třeba jen svěřit se svými starostmi. Problémy nevidomých a slabozrakých jsou pak inspirací pro SONS, co by se ještě dalo v dané oblasti zlepšit, podniknout, vyvinout apod. Tento osobní, vysoce individuální a empatický přístup k lidem se zrakovým postižením přispívá k tomu, že se klienti do SONS často vrací a šíří její dobré jméno napříč celou cílovou skupinou.

---

<sup>7</sup> Viz poznámka pod čarou č. 4

Struktura řízení organizace je velice přímá, a tím také plně funkční a pružná. Vedoucí jednotlivých pracovišť jsou přímo podřízeni statutárnímu zástupci bez zbytečných mezičlánků, pro určité případy i jeho zástupci nebo výkonnému řediteli. Jednotlivá pracoviště mají dle své oblasti působení různý počet zaměstnanců a ti jsou pak podřízeni svým vedoucím.

Motto SONS zní:

*„Nejsme organizace, která za nevidomé rozhoduje a jedná; jsme nevidomí občané, kteří rozhodují a jednají sami za sebe.“<sup>8</sup>*

Zásady našeho počínání jsou: svépomoc, partnerství, solidarita, úcta k lidské důstojnosti, svobodná volba, zdravý rozum.

Jsme tu, abychom pomáhali nevidomým.

*Ačkoli ztráta nebo vážné poškození zraku, znamená v životě velkou změnu, život tím nekončí. Ačkoli je pro takto postiženého člověka těžké orientovat se doma, natož na ulici, ačkoli je pro něj obtížné samostatně se najít, natož si uvařit, ačkoli je pro něj takřka nemožné číst nebo psát běžným způsobem, natož pracovat v zaměstnání, může se to naučit dělat. Asi ne sám a možná ne úplně snadno. Ale může! A my jsme zde proto, abychom jemu i jeho blízkým při tom pomohli.“<sup>9</sup>*

### **1.3 Vznik KC a jeho začlenění do struktury SONS**

Projekt KC Vrchlická vznikl tím, že SONS, za pomoci dotace, zrekonstruovala vlastní suterénní prostory v bytovém domě v Praze 5. Bylo tak vybudováno zázemí pro KC Vrchlická, které mohlo zahájit svou činnost. V době probíhajícího projektu (roky 2017–2018) byli z dotace hrazeni dva zaměstnanci na plné úvazky. Byli to metodik a vedoucí organizační pracovník, kteří vytvářeli nabídku KC a zajišťovali činnost po stránce metodické, materiální a také organizační. Ve struktuře SONS KC Vrchlická zaujímá

---

<sup>8</sup> SONS. *Motto* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/motto>

<sup>9</sup> Viz poznámka pod čarou číslo 4

rovnocenné místo jako řada oblastních odboček<sup>10</sup>, které jsou rozprostřeny po celém území ČR (celkem 75 odboček). Na rozdíl od KC mají výhradně omezenou regionální působnost.

Struktura SONS je znázorněna v následujícím přehledu:

- „Ústředí,
- *Oblastní odbočky (včetně KC Vrchlická),*
- *Prodejny tyflopomůcek (Praha a Olomouc),*
- *Středisko výcviku vodících psů,*
- *Dceřiné společnosti: Tyfloservis, o.p.s., Dědina, o.p.s., TyfloCentra“<sup>11</sup>*

Především oblastní odbočky a prodejny, ale také KC Vrchlická, jsou prvními „narázníky“ v kontaktu s osobami se zrakovým postižením. Dokážou zjistit jejich potřeby, aktuálně na ně reagovat a případně doporučit některou ze služeb, jež SONS svým klientům nabízí.

## 1.4 Popis prostředí KC

Hlavní místnost zrekonstruovaných prostor KC se může, díky malé přestavbě mobiliáře, stát klubovnou, učebnou či malým promítacím sálem. Tato místnost je vybavena židlemi, stoly, promítacím plátnem a dataprojektorem. Prostor je možno v případě potřeby zatemnit. Kromě toho je zde umístěn regál sloužící k výstavě prací klientů, výstavě získaných cen a trofejí a k uložení her a pomůcek pro zrakově postižené. Na jednom ze stolů je vystaven přesný model známé pražské budovy, přičemž výstava modelu se pravidelně (cca každého čtvrt roku) mění. Modely např. obchodního domu Kotva, Letohrádku Hvězda, Národního divadla a další získalo KC jako dar z Fakulty architektury Českého vysokého učení technického v Praze. Vedle hlavní místnosti je součástí prostor KC také hygienické zázemí, kuchyňka, sklad a kancelář pracovníků KC. V prostorách centra funguje bezdrátové připojení na Wi-Fi.

---

<sup>10</sup> SONS. *KC Vrchlická* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/kcvrchlicka>

<sup>11</sup> SONS. *Kontakty* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/kontakty>

Ne všechny aktivity centra jsou však vázány na vybavený prostor v Praze 5 v ulici Vrchlického. Většina pravidelných aktivit i ojedinělých akcí se zde konala, ale část byla uspořádána z organizačních či technických důvodů v klubovně Domu služeb pro nevidomé v Krakovské ulici, Praha 1. Některé specifické akce byly venkovní, výjimečně se konaly i v budovách či na pozemcích jiných subjektů.

Akce konané mimo vnitřní prostory KC ve Vrchlického ulici či v klubovně Domu služeb pro nevidomé v Krakovské ulici vyžadují přítomnost osobních asistentů. Někdy jedné osoby pro více osob se zrakovým postižením, jindy pro každého klienta zvlášť. Pokud si dotyčný klient nezajistí svůj doprovod sám, pracovníci KC mu obvykle pomohou. Nad rámec svých povinností<sup>12</sup> mu zajistí dobrovolníka.

## 1.5 Cílová skupina a zaměření KC

Přes veškerou nabízenou pomoc a servis pocházející od různých subjektů, a to i včetně SONS, zůstávají mnozí dospělí zrakově postižení z Prahy a blízkého okolí, tedy cílová skupina KC, uzavřeni za dveřmi svých domovů, v dobře známém prostředí, bez možnosti pocitu lidské sounáležitosti, který je jednou z primárních lidských potřeb Maslowovy pyramidy.<sup>13</sup>

Mezi lidmi se zrakovým postižením existují podstatné rozdíly. Pomineme-li fyzickou stránku, jde především o souhrny vlastností, které člověka činí jedinečným. Jsou to: temperament, morálně volní vlastnosti, inteligence, znalosti a schopnosti, sociální prostředí, ze kterého dotyčný pochází, a míra potřeby sociálního kontaktu. Někdo je schopen i přes svůj hendikep aktivně žít, pracovat, studovat, sportovat, navštěvovat kulturní akce, stýkat se s přáteli, někomu stačí jen být sám a zůstat doma u internetu a vyhledávat si zajímavé informace a jistým způsobem se tak vzdělávat či bavit. Některým ze zrakově postižených, zvláště zcela nevidomým, chybí úplná možnost seberealizace. Jsou to především ti, kteří nepracují, a tak nemají možnost, někdy však

---

<sup>12</sup> SONS. *Akce Komunitního centra Vrchlická* [online]. [cit. 30. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/projekty/kcvrchlicka/akce>

<sup>13</sup> PAUKNEROVÁ, D. a kol., *Psychologie pro ekonomy a manažery*, 2. přepracované a aktualizované vydání. Praha: GRADA Publishing, 2006, str. 95. ISBN 80-247-1706-9

ani potřebu, kontaktu s žádnými dalšími osobami. Žijí skromně ze svých invalidních důchodů a sociálních dávek, nákupy si obstarávají pomocí donáškové služby a nevycházejí ven za dveře svých bytů. Do jisté míry je pasivita takových lidí pochopitelná, protože ve svém prostředí se cítí jistě a bezpečně. Tyto „uzavřené“ osoby však mohou trpět velkou osamoceností, až sociální deprivací. Jsou odkázáni na média typu rozhlas, televize, internet, a pokud nemají blízkou rodinu či nevyužívají pravidelnou asistenční službu, pociťují absenci bezprostředního lidského kontaktu. Mají minimum zážitků, a pokud ano, nemohou je sdílet s dalšími živými lidskými bytostmi. (Poznámka: Někteří mají sice svého vodícího psa a mají k němu velmi vřelý vztah, ale tento vztah nemůže nahradit prostý lidský kontakt.) Jsou ve svých „ulitách“ relativně spokojeni a ani sebelákavější nabídka účasti na zajímavé akce je nepřesvědčí, aby riskovali a opustili svoje pohodlí.

Nevidomý může do jisté míry saturovat svou potřebu sociálního kontaktu společným trávením času s asistentem, nebo průvodcem. Důvodem pro setkání může být jak praktická pomoc (nákup oblečení, doprovod k lékaři, čtení jídelního lístku atd.), tak třeba i osobní doprovod při provozování volnočasové aktivity (sport, divadlo, kino, vycházka do přírody, posezení v kavárně atd.). Někteří průvodci dokážou nevidomým dobře popsat a zprostředkovat vizuální vjemy: např. barvu oblečení, popis exponátů na výstavách, popis zvířat v ZOO, okolní krajinu a přírodu na výletech apod. Nevýhodou těchto vazeb je však účelovost doprovodu, nikoli společný zájem, nevyrovnanost zájmu, nenalezení společné řeči vidícího a nevidomého a obvykle i krátkodobost setkání. Michálek dokonce ve své knize *„Žít jako vy aneb rovné příležitosti pro nevidomé“* píše: *„K tomu, aby mohl člověk se zrakovým postižením trávit volný čas podle svých představ, potřebuje hlavně vidící parťáky, ne asistenty, ale dobrovolníky, kteří mají podobné zájmy jako on sám.“*<sup>14</sup>

Je ale i řada takových zrakově postižených, kteří zůstávají doma, přestože jim samota nevyhovuje. Jsou za určitých podmínek mobilní (za pomoci asistenta, vodícího psa, bílé hole), ale doposud nenašli aktivitu, která by je natolik zaujala, aby vyšli ven a podstoupili cestu tam, kde se něco děje. Mnohdy jsou to lidé málo fyzicky zdatní, takže nemohou vykonávat sport pro zrakově postižené, anebo prostě vůbec nemají sportovní ambice. Nemají potřebu ani studovat ani pracovat.

---

<sup>14</sup> Michálek, M. *Žít jako vy aneb rovné příležitosti pro nevidomé*. Praha: Okamžik, 2016, str. 24. ISBN 978-80-86932-44-6



Této skupině vychází vstříc nabídka KC, která obsahuje jak občasné, tak pravidelné aktivity, v nichž se přímo nejedná o sportovní výkon, nebo jinou soutěž, kde se mohou klienti především setkat se sobě rovnými a při té příležitosti se aktivně pobavit, případně vzdělat, sdílet své zážitky a problémy. Právě tyto osoby jsou cílovou skupinou KC. Zajímavý je opět názor Michálka, který připouští, že nevidomí by si přáli patřit i do sociálních skupin, které nejsou vázány daným hendikepem: „... ztráta zraku znamená ztrátu přirozených sociálních skupin a vazeb. Je přirozené, že někteří nevidomí vyhledávají stejně postižené lidi, protože mezi nimi nalézají okamžité pochopení svých problémů a rovnoprávnou komunikaci. Jiní ale hledají spíše zapojení v běžné nepostižené společnosti, většina asi vítá obojí. Ve vidící veřejnosti však stále přžívají představy, že všichni nevidomí lidé jsou nějak spojeni v jeden celek, že mají obdobné lidské vlastnosti, někdy dokonce, že žijí v ústavech a nechtějí se zapojovat do běžného života. Část veřejnosti si nevidomé lidi zařazuje do pomyslné komunity a přiřazuje jim nežádoucí vlastnosti – utrápenost, neschopnost... Instituce někdy vše řeší s jedním zástupcem za všechny zdravotně či zrakově postižené, což pro neorganizovanou většinu anebo pro ostatní organizace nemusí být dobré řešení.“<sup>15</sup>

Cílem projektu KC Vrchlická tedy bylo, již při samém jeho vzniku, vytvořit fungující společenství, sociální skupinu<sup>16</sup>, v níž by se lidé se zrakovým postižením mohli neformálně vzdělávat, rozvíjet, osvojovat a upevňovat sebeobslužné dovednosti, účastnit se volnočasových aktivit a společně řešit další problémy běžného života: partnerský život, šikanu, výchovu dětí, párové dovednosti, a to i za možné účasti svých blízkých. Pracovníci KC i externí lektori se proto snažili nabízet zajímavou, širokou a pestrou škálu nejrůznějšího volnočasového vyžití a neformálního vzdělávání pro slabozraké a nevidomé. Dvouletá praxe naznačuje, že právě atraktivita nabízených akcí je tím, co oslovuje velký počet klientů. Pokud jsou s danou akcí spokojeni, jsou ochotni i propříště podstoupit jistý nekomfort (vypravit se z domova, vyhledat si dopravní spojení, dostavit se s pomocí bílé hole, vodícího psa nebo průvodce na místo určení a zase zpět) a zúčastnit se příští akce, a tím se postupně začleňovat do komunity, soustřeďující se kolem KC Vrchlická.

Z uvedeného vyplývá, že nabízené aktivity v KC Vrchlická, ať mají vzdělávací, kulturní, nebo jiný charakter, mají za hlavní a společný cíl umožnit setkávání osob se zrakovým

---

<sup>15</sup> Viz poznámka pod čarou č. 14, str. 39

<sup>16</sup> Havlík, R. *Úvod do sociologie: Učební text pro posluchače Pedagogické fakulty*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2007, str. 47–48. ISBN 978-80-246-1385-7

postižením, a tím postupně budovat sociální skupinu či skupiny. Kromě toho zcela samozřejmě dochází i k osobnostnímu rozvoji každého z jedinců.

## **1.6 Popis činnosti KC Vrchlická v období let 2017–2018**

První z akcí, kterou KC zahájilo přímou práci s klienty, se konala až v květnu 2017. Důvodem pro to bylo zdržení stavebních a přípravných prací prostor KC (přestavba, vybavení mobiliářem, výpočetní technikou, kuchyňkou, sanitou, vydání povolení k užívání prostoru). Aktivity KC Vrchlická byly během dvou let realizace projektu (rok 2017 a 2018) metodicky rozděleny do čtyř oblastí:

1. Výchovně vzdělávací oblast,
2. Sociálně kulturní akce,
3. Volnočasové sportovní akce,
4. Individuální poradenské aktivity.

## **1.7 Akce a aktivity KC v letech 2017–2018, popis vybraných příkladů**

Dále je v teoretické části uveden obecný popis akcí, spadajících do rámce jedné konkrétní oblasti, a specifika pro tu kterou oblast. Z vybraných oblastí je pak prezentován jeden či více typických názorných příkladů a proveden stručný rozbor popisované akce. Oblast sociálně kulturní je pro svou různorodost ještě rozdělena na menší podoblasti. Popis akce či aktivity obsahuje rovněž krátký rozbor, který vyhodnocuje, zda příkladná akce či aktivita měla, či nikoli, vliv na vznik sociální skupiny a zda a jak byla významná pro osobnostní rozvoj zúčastněných klientů KC. Tj. jak se vztahovala k potvrzení, či vyvrácení stanovených hypotéz (viz kapitola Praktická část, Zvolené hypotézy).

### **1) Výchovně vzdělávací oblast**

Výchovně vzdělávací oblast zahrnovala především semináře různého zaměření. Od práce s výpočetní technikou po obory věnující se psychologii, zdraví, bylinám. Každý

ze seminářů si našel okruh svých klientů a díky pestré nabídce se jich mohli zúčastnit klienti bez ohledu na věk, pohlaví, stupeň či charakter zrakového postižení.

#### Specifika vedení seminářů pro zrakově postižené osoby

Lektoři během seminářů dodržovali zásady komunikace a pomoci nevidomým a slabozrakým osobám. Na začátku seminářů se každý lektor, ale i účastník, ostatním představil jménem a příjmením, aby bylo zjevné, kdo se v místnosti nachází. V průběhu semináře nebyly používány vizualizace informací (tabule, projektor, flip chart, psaní na papír, cedulky se jmény apod.). Také nebylo možné jakékoliv informace zobrazovat formou grafů a tabulek (např. graf počtu osob zasažených šikanou v jednotlivých letech, shrnutí výsledků testů do tabulky apod.). Při praktických simulacích musely být slovně popsány projevy neverbální komunikace. Prostor pro diskusi o konkrétním problému a o individuálních zkušenostech z dané oblasti byl několikrát poskytnut lektorem v průběhu semináře okamžitě, kdykoli to bylo zapotřebí. Seminaristé si vzhledem ke svému postižení nemohli dělat poznámky a přečíst si je v závěru lekcí. Lektor tedy během lekce musel pohotově reagovat na momentální situaci tak, aby detailněji probral především ty problémy, které skupinu zajímaly nejvíce. Při lekcích nebylo možné vytvářet pracovní skupiny pro složitější úkoly, protože slabozrací a nevidomí si nemohli dělat poznámky, či si zapisovat možnosti nebo způsoby řešení, na kterých by skupina pracovala (Poznámky sice někdo zapsat mohl, ale všichni je nedokázali přečíst, natož s nimi pracovat.). Pokud byly v některých seminářích použity výukové materiály, musely splňovat zásady přístupnosti osobám se zrakovým postižením, tj. v textovém editoru MS Word bez formátování tak, aby jej bylo možné převést do formátu MP3, Braillova písma či zvětšeného černotisku. Za absolventa semináře byl považován ten, kdo se zúčastnil semináře v celé délce jeho trvání a potvrdil svou přítomnost podpisem na prezenční listině.

#### Uskutečněné semináře:

- 1) Šikana a jak se jí bránit (17. 7. 2017),
- 2) Prevence proti dluhům (27. 10. 2017),
- 3) Vzdálená asistence (11. 12. 2017),
- 4) Šikana a jak se jí bránit (15. 12. 2017),
- 5) Šikana - LORM (9. 1. 2018),
- 6) Aktivní stárnutí (12. 1. 2018),

- 7) Guide (22. 1. 2018),
- 8) Prevence proti dluhům (19. 2. 2018),
- 9) Bylinky a jejich využití (21. 2. 2018),
- 10) Guide (22. 1. 2018),
- 11) Obrana proti Šmejdům (26. 2. 2018),
- 12) Prevence proti dluhům (9. 4. 2018),
- 13) Zdraví životní styl (19. 4. 2018),
- 14) Aktivní stárnutí (20. 4. 2018),
- 15) Vzdálená asistence (23. 4. 2018),
- 16) Guide (14. 5. 2018),
- 17) Zdraví životní styl (6. 6. 2018),
- 18) Obrana proti Šmejdům (26. 6. 2018),
- 19) Neverbální komunikace (30. 8. 2018),
- 20) Neverbální komunikace (8. 9. 2018),
- 21) Vzdálená asistence (22. 10. 2018),
- 22) Obrana proti Šmejdům (7. 11. 2018),
- 23) Neverbální komunikace (8. 11. 2018),
- 24) Guide (12. 11. 2018),
- 25) Aktivní stárnutí (13. 11. 2018),
- 26) Kurz komunikace (22. 11. 2018),
- 27) Vzdálená asistence (5. 12. 2018),
- 28) Práce s informačními zdroji (19. 12. 2018).

### Obrana proti tzv. šmejdům

Za příklad „úspěšného zástupce“ z výchovně vzdělávací oblasti lze považovat seminář s názvem „Obrana proti Šmejdům“, který byl zaměřen na získání kompetencí k řešení krizových životních situací. Byl určen nevidomým a slabozrakým dospělým osobám, ale především seniorům a rodičům zrakově postižených dětí, kteří, snáze než vidoucí, podléhají klamavým obchodním praktikám při koupi předraženého spotřebního zboží, či podvodníkům, kteří od nich vymáhají pod různými záminkami peníze.

Cílem semináře bylo naučit klienty KC rozpoznat metody, používané nekalými prodejci, ale i podvodníky (např. podvody po telefonu, podvody na internetu, na předváděcích akcích, telefonické potvrzování smluv, telefonické žádosti typu „váš vnuk má potíže,

potřebuje peníze, přineste je...“). V semináři byly představeny nejčastější scénáře obchodníků, typy manipulací a nové praktiky, které jsou tzv. šmejdy používány. Dále byli seminaristé seznámeni s možnostmi právní obrany v platném právním rámci a s tím, kde hledat pomoc. Praktická část semináře zahrnovala simulované situace, kdy podvodníci volají, stojí za dveřmi, když se dostanou dovnitř bytu. Lektor spolu se seminaristy předvedl ukázky dobré a špatné praxe.

Počet účastníků semináře se pohyboval mezi 8 až 12 osobami. Klienti se během semináře (celkem tři samostatné výukové dny) a zvláště v diskusi otevřeli a byli schopni navzájem sdílet svoje zkušenosti a problémy. Seminář měl jednoznačně velký význam pro osobnostní rozvoj jednotlivých zúčastněných, na rozpoznání manipulace a procvičení obrany proti ní. Na vytvoření sociální skupiny neměl seminář dopad žádný. Zúčastněným se však dostalo, mimo informací o probíraném tématu, také mnoho důležitých informací o poslání KC a dalších plánovaných aktivitách, takže někteří z nich se potom objevovali na následných akcích centra.

### Program Guide

Seminář zacílen na používání programu Guide byl uskutečněn ve čtyřech samostatných výukových dnech, kterých se stabilně zúčastňovalo vždy sedm klientů.

V současnosti již nikoho nepřekvapuje, že nevidomí běžně používají chytré telefony nebo pracují na počítači a mnozí z nich, především ti z mladší generace, si nedokážou svůj den bez těchto moderních přístrojů vůbec představit. Nové technologie slouží nevidomým a slabozrakým nejen k snadnějšímu pohybu a orientaci ve městě, ve velkých veřejných budovách, na nádražích, ale také v oblasti osobnostně sociálního rozvoje. Pomáhají ve vzdělávání, při orientaci ve společenském dění, v literatuře a podobně. Velmi často je tato technologie využívána pro komunikaci na sociálních sítích. Program Guide je jedním z prostředků, který posouvá zrakově hendikepované blíže k lidem bez zrakového postižení a pomáhá k začlenění jedinců s postižením do intaktní společnosti.<sup>17</sup> Ovládání zařízení, počítače, tabletu i mobilu, se děje za pomoci buď hlasových povelů, dotyků, nebo používáním klávesových zkratk. Výběr programu pro ovládání počítače či telefonu však záleží na mnoha faktorech. Především je to

---

<sup>17</sup> LUDÍKOVÁ, I., V. STOKLASOVÁ. *Tyflopedie pro výchovné pracovníky*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, 2005, str. 12 [online]. [cit. 13. 1. 2020]. Dostupné z: <https://uss.upol.cz/wp-content/uploads/2015/01/Tyflopedie-pro-v%C3%BDchovn%C3%A9-pracovn%C3%ADky.pdf>

schopnost konkrétního jedince pracovat s novými technologiemi a pamatovat si mnoho funkcí včetně jejich ovládní. Ne každý však stojí o využívání co největšího počtu funkcí. Seminář o používání programu Guide byl určen hlavně těm, kteří pracují s počítačem (nikoli s telefonem, či tabletem), s počítačem začínají nebo s ním chtějí pracovat jen jako uživatelé, tj. nepotřebují využívat výpočetní techniku v celé její šíři.

Seminář byl velice důležitý pro všechny zúčastněné z hlediska osobnostního rozvoje. Ozřejmil funkce a možnosti programu a jeho používání. U klientů se setkal s kladným hodnocením. Především také proto, že seminář obsahoval praktické ukázky a byl veden s vysoce individuálním přístupem k jednotlivým klientům a k tomu, jaké mají počítačové dovednosti. Lektorovi během semináře pomáhal asistent (viz Přílohy, Obrázek 1). Přes individuální přístup však byla zachována systematičnost výuky, která je pro nevidící nesmírně důležitá, aby nové informace, které se dozvěděli, zařadili do svého osobního systému vědomostí, ve kterém se sami dobře orientují. Z hlediska utváření sociální skupiny měl seminář na přítomné jen minimální dopad. Klienti se opět od pracovníků KC dozvěděli o plánovaných akcích a někteří z nich jich několik také v budoucnu navštívili.

## **2) Sociálně kulturní akce**

Sociálně kulturní akce byly nejpočetněji zastoupenou oblastí, co se týká pořádání akcí. Protože nabídka v této oblasti byla velice pestrá i četná a do jisté míry i nesourodá, je níže, dle charakteru akcí, provedeno rozdělení do dalších podoblastí:

### Podoblasti sociálně kulturních akcí:

- a) Návštěvy muzeí, výstav či expozic,
- b) Besedy a přednášky,
- c) Promítání komentovaných filmů,
- d) Poslech moderní rockové hudby,
- e) Vycházky do přírody,
- f) Divadlo,
- g) Praktické dílny,
- h) Mezinárodní dáma.

## **a) Návštěvy muzeí, výstav či expozic**

Všechny návštěvy ať již muzeí, výstav či expozic byly voleny se zvláštním zřetelem na možný přístup slabozrakých a nevidomých osob k vystaveným exponátům, např. návštěva Dinoparku (viz Přílohy, Obrázek 2). Klienti mohli většinu předmětů a objektů poznat hmatem, případně pro ně samé byly tyto návštěvy z určitého důvodu natolik zajímavé, že neváhali s účastí. Např. na výstavě Future port Prague byl představen nový sofistikovaný výrobek, pomůcka pro umělou náhradu vidění – brýle, které mluví.<sup>18</sup> Právě atraktivita plánovaných návštěv vyvolala ze strany klientů se zrakovým postižením neočekávaný zájem, takže počet návštěvníků musel být v některých případech limitován. Tyto akce, které se konaly mimo prostory KC, byly velice náročné na organizaci a zajištění průvodců. Ukázalo se však, že většina nevidomých si je sama schopna sehnat doprovod z okruhu svých známých, příbuzných či spolupracovníků. Těm, kterým se to přesto nepodařilo, zajistili pracovníci KC asistenty z řad dobrovolníků.

### **Uskutečněné návštěvy muzeí, výstav či expozic:**

- 1) Muzeum studené války (22. 5. 2017),
- 2) Návštěva Dinoparku (15. 11. 2017),
- 3) Výstava Future port Prague (6. 9. 2018),
- 4) Prezidentský vlak (13. 9. 2018).

### **Návštěva Prezidentského vlaku**

S velkým ohlasem se u klientů KC setkala návštěva Prezidentského vlaku na Masarykově nádraží v Praze, které se zúčastnilo 22 osob se zrakovým postižením a přibližně stejný počet průvodců. Byla uspořádána za pomoci Národního technického muzea.<sup>19</sup> Jednalo se o komentovanou prohlídku vlaku, do nějž bylo zapojeno několik speciálně upravených vagonů, jimiž cestovali čeští prezidenti v průběhu historie. Prohlídka i komentář byly velice zajímavé. Klienti KC mohli věnovat větší pozornost buď vybavení interiérů, což zajímalo především ženy, anebo technickým zvláštnostem,

---

<sup>18</sup> SVĚTCHYTŘE.CZ. *Vyzkoušeli jsme chytré brýle, které lidem vrací zrak* [online]. [cit. 13. 1. 2020].

Dostupné z: <http://www.svetchytre.cz/a/SEeat/vyzkoušeli-jme-chytre-bryle-ktere-lidem-vraci-zrak>

<sup>19</sup> Národní technické muzeum. *Prezidentský vlak byl oceněn v soutěži Gloria musaealis - muzejní počin roku 2018* [online]. Copyright © Národní technické muzeum, 2000 [cit. 13. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.ntm.cz/aktualita/prezidentsky-vlak-Gloria-musaealis>

na které se soustředili spíše muži. Jen malá část exponátů byla natolik vzácná, že dotýkání se jich nebylo možné.

Tato akce byla značně přínosná z hlediska osobnostního rozvoje jejích návštěvníků. Prohlídka byla uvedena poutavým a především osobně silně citově zaujatým komentářem odborníka, pana Karla Zeleného, vedoucího oddělení správy a provozu kolejových vozidel Národního technického muzea. Průvodce dokázal svůj výklad zaměřit jak na technické informace, tak na historii, a vše uvést do souvislostí a uměl svůj výklad dobře přizpůsobit zrakově postiženým. Zážitek slabozrakých a nevidomých byl umocněn možností prozkoumat většinu vystaveného hmatem. Velkou měrou na ně však působily i vůně, které známe z muzeí, a v tomto případě mimořádně i čichový vjem starého vlaku a všudypřítomné kolomazi.

Co se týče vytvoření sociální skupiny, zůstala tato akce zcela bez významu. Během prohlídky vlaku byl každý klient úzce navázán na svého asistenta, na jeho slovní popis viděného a na starost o svoji bezpečnost. Vlak stál na nádraží, ale mimo hlavní peróny, takže výstup do vlaku byl možný pouze po několika vysoko umístěných stupních nad úroveň terénu a byl pro zrakově postižené velice obtížný (viz Přílohy, Obrázek 3). Nebylo možné, kromě krátkých přestávek, sdílet s ostatními své dojmy a pocity. Bylo to také dáno úzkým dlouhým prostorem, kdy klienti se svými průvodci postupovali vagonů jeden za druhým. Mohli se tedy dělit o své zážitky pouze se svým asistentem anebo s nejbližší dvojicí před, nebo za nimi. Větší a trvalá komunitní skupina tedy vytvořena nebyla, avšak pracovníci KC Vrchlická využili příležitosti, aby pozvali přítomné na další akce.

### **b) Besedy a přednášky**

V rámci aktivit pro nevidomé a slabozraké byly v letech 2017–2018 centrem uspořádány celkem čtyři neformální besedy a dva cykly přednášek. Přednášky byly vedeny odborníky na danou problematiku (vesmír a zdravý životní styl), nebo lidmi, kteří se o obor hluboce zajímají a během let se z nich stali na danou problematiku experti (chůze naboso, cestování, včelařství, braillovský tisk a grafika). Přednášky a besedy byly navštěvovány spíše klienty, kterým vyhovuje pestrost a jednorázové konání akcí bez následné kontinuity. Výběr témat byl natolik různorodý, že si mohli bez potíží vybrat jak muži, tak ženy, mladí i senioři a všichni bez ohledu na svoji oční vadu a stupeň zrakového postižení. Všechny besedy a přednášky byly přizpůsobené ze strany protagonistů skupině zrakově postižených tak, jak již bylo zmíněno výše.



## Besedy o vesmíru s Petrem Duškem

Nejzajímavější z celé škály těchto akcí byly tři přednášky na téma vesmír s Petrem Duškem. Petr Dušek je odborník, který „...pracoval na ... pozici pozorovatele meteorů v Oddělení meziplanetární hmoty Astronomického ústavu Akademie věd ČR. ...“<sup>20</sup> a který se nyní populárně naučnou formou s pomocí modelů vytvořených 3D tiskárnou, věnuje neformálnímu vzdělávání v oblasti vesmíru pro zrakově postižené. Svě projekty nazývá slovem „Nesmír“. Sám odůvodňuje svoje počínání slovy: „...myslel jsem si, že to je téma v komunitě lidí se zrakovým hendikepem, ve školách, v různých sdruženích..., když ne samozřejmé, tak alespoň velice známé. Ale byl jsem překvapen, že pravý opak je pravdou – téma to bylo (a stále je) prakticky neznámé a pokud vůbec nějak známé, tak velmi letmo povrchně; rozhodně ani mezi lidmi se zrakovým hendikepem, ani ve školách, ani v různých sdruženích... 3D tisk není dostatečně zaveden i přes své nesporné výhody...“<sup>21</sup> „Nesmír“, protože „ne“ jako nevidomí; podobně se to „ne“ prý používá i v případě jiných aktivit pro nevidomé a slabozraké. Nakonec i „nesmír“ můžeme chápat jako nesmíření se s faktem, že zejména vizuální vesmír – všesvět, všehomír, univerzum jakožto veškerý prostoročas, hmota a energie v něm – se z velké části skrývá těm, kdo nevidí anebo nevidí zrovna nejlépe. Proto jsme z „vesmíru“ vytvořili „nesmír“<sup>22</sup>

Všechny tři přednášky byly uskutečněny v klubovně v Krakovské ulici a stejně jako ostatní podobné akce byly zahájeny vzájemným představením přítomných.<sup>23</sup> Na besedách se např. hovořilo o vesmíru jako takovém, o vizionáři Elonu Muskovi a jeho soukromé raketě Falcon Heavy společnosti SpaceX, která raketu vyvinula a vyrobila a která vynesla do vesmíru elektromobil Tesla Roadster, o vozítku na Marsu. Klienti KC si mohli osahat 3D maketu Měsíce a rakety Falcon Heavy. Model rakety pak obdržel darem jeden ze zúčastněných.

---

<sup>20</sup> Péliion, vzdělávací portál o výpočetní technice pro zrakově postižené. *Nesmír plný 3D!* [online]. [cit. 20. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.portal-pelion.cz/nesmir-plny-3d>

<sup>21</sup> Viz poznámka pod čarou č. 20

<sup>22</sup> NESMÍR UNIVERSUM. *Nesmír* [online]. [cit. 22. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.nesmir.cz/>

<sup>23</sup> Ve společnosti zrakově postižených lze jen stěží udržet formu přednášky, protože, jak již bylo výše řečeno, není možné, aby si posluchači dělali poznámky a čekali s otázkami na vyzvání přednášejícího. Není ani za potřeby tuto formu přesně dodržovat, protože přednáška se nekoná ve velkém přednáškovém sále, ale v klubovně, kde je cca 25 míst k sezení a účast nebývá obvykle větší.

Všechny besedy a přednášky měly jednoznačně pozitivní dopad na každého jednotlivce (získávání nových informací, představitivost, poznávání modelů hmatem), ale na vytvoření nové trvalé komunity téměř žádný.

#### Seznam besed a přednášek:

- 1) beseda o Skotsku (24. 5. 2017),
- 2) přednáška „Naboso“ (7. 6. 2017),
- 3) beseda o včelách (15. 3. 2018),
- 4) braillovský tisk a grafika (5. 4. 2018),
- 5) beseda s Petrem Duškem na téma Vesmír (4. 9. 2018),
- 6) beseda s Petrem Duškem na téma Vesmír (19. 9. 2018),
- 7) Zdravý životní styl 1. 11. 2018,
- 8) Zdravý životní styl 8. 11. 2018,
- 9) beseda s Petrem Duškem na téma Vesmír 20. 11. 2018,
- 10) Zdravý životní styl 22. 11. 2018.

#### **c) Promítání komentovaných filmů**

Promítání komentovaných filmů je v současnosti již stálíci mezi hojně a pravidelně navštěvovanými akcemi KC. Jedná se vždy o společné sledování filmu, který je opatřen komentářem pro nevidomé a slabozraké. To znamená, že do „hluchých míst“, kdy není slyšet hlas jednajících postav, je vložen komentář toho, co je na plátně vidět, avšak ne slyšet, a je důležité z hlediska pochopení děje či jednání postav, jejich momentálního rozpoložení, motivace apod. Komentář je obvykle namluven hlasovým profesionálem, hercem.

V dnešní době existuje mnoho namluvených knih, které mohou lidé se zrakovým postižením poslouchat. Některé z nich mívají i hudební podkres, aby byly pro svého „čtenáře“ – posluchače příjemnější. Při poslechu knih se však jedná povětšinou o vysoce intimní zážitek, kdy poslouchající osoba bývá s literárním dílem osamocena.

Naopak společné promítání komentovaného filmu přináší zrakově postiženým zážitek kolektivní, který je navíc podpořen účastí pracovníka KC. Ten před samotným promítáním film v krátkosti uvede. Řekne jeho název, představí hlavní protagonisty

a režiséra, v případě, že se jedná o další díl dříve viděného filmu, připomenou si přítomní, co viděli minule.

Komentovaný film a jeho sledování ve skupině přináší přítomným sdílený zážitek. Jednotlivec vnímá, kdy se jeho sousedé filmu zasmáli, kdy vzdechnou, kdy zatají dech, protože např. pociťují strach, úzkost. To je však jen jedna dimenze. KC Vrchlická poskytuje po ukončení promítání filmu klientům prostor pro krátkou reflexi viděného. V ní se mohou přítomní vyjádřit k tomu, zda všemu rozuměli, mohou se zeptat na doplňující informace, mohou ostatním sdělit, zda se jim film líbil, nebo naopak ne a proč. V závěrečné debatě se může vyjádřit kdokoli, a jeho názor je ostatními respektován.

Tato aktivita, ačkoli se přímo nejedná v pravém slova smyslu o vzdělávání, má jak určitý význam z hlediska osobnostního rozvoje jednotlivců (dozvíím se něco nového, co je uvedeno ve filmu, ujasním si svoje postoje k tématu atd.), ale především velký význam na spoluutváření komunity se stejným zájmem, komunity, ve které je možné sdílet svoje postoje, názory a která poskytuje reflexi viděného/slyšeného. Často se stává, že nevidomý odchází po skončení akce v doprovodu slabozrakého na tramvaj, na metro a vzájemně dál o filmu diskutují.

#### Seznam promítaných komentovaných filmů v roce 2017 a 2018:

- 1) Účastníci zájezdu (25. 5. 2017),
- 2) Učitelka (22. 6. 2017),
- 3) Olga (20. 7. 2017),
- 4) Jmenuji se Hladový bizon (26. 9. 2017),
- 5) Anděl Páně 2 (18. 10. 2017),
- 6) Vratné lahve (9. 11. 2017),
- 7) Horem pádem (28. 11. 2017),
- 8) Anděl Páně 2 (7. 12. 2017),
- 9) Po strništi bos (21. 1. 2018),
- 10) Masaryk (7. 2. 2018),
- 11) Postřižiny (13. 3. 2018),
- 12) Osmy (26. 4. 2018),
- 13) Milada (28. 6. 2018),
- 14) Štěstí (26. 7. 2018),

15) Po čem muži touží (24. 10. 2018),

16) Sedmero krkavců (15. 11. 2018),

17) Čertí brko (13. 12. 2018).

#### **d) Poslech moderní rockové hudby**

KC Vrchlická pořádá na pracovišti Krakovská pravidelně tzv. Ambientně rockové večery. Ve sledovaném období se uskutečnily celkem 11x. Tento večer má svého průvodce v osobě hudebního redaktora Daniela Sywaly. Průvodce je renomovaný hudební kritik a reportér věnující se moderní hudbě napříč mnoha žánry (folk, současná balkánská „dechovka“, tvrdý hard rock, punk, metal a mnoho dalších). Je současně moderátorem, ale i dramaturgem ambientně rockových večerů v SONS.

Večer pravidelně obsahuje poslech deseti skladeb od různých skupin, interpretů, z různých žánrů, z různých časových období. Společným jmenovatelem je, že se jedná o méně známé skladby, avšak s velkou uměleckou hodnotou. Přítomní jsou lektorem seznámeni s programem večera, pokud se jedná o skupinu, je jim osobou lektora představena, pokud se jedná o konkrétní žánr, seznámí se přítomní s jeho hlavními znaky, historií a jeho typickými představiteli. Každý účastník obdrží play list večera, kam si může zapisovat svoje poznámky, je-li toho přes své postižení schopen. Na konci večera jsou klienti KC lektorem vyzváni k obodování skladby (nevidomým pomáhá s tímto úkolem metodik, nebo asistent). Lektor také vybízí posluchače k vyjádření reakcí na slyšené, čímž dostává zpětnou vazbu a přizpůsobuje skupině dramaturgii následných večerů. Do každého večera je zařazena jedna bonusová skladba na přání jednoho z účastníků, čímž je podpořena opakovaná návštěva zainteresovaného jedince na večerech. Poslední večer v závěru roku je pak věnován poslechu výběru, již naposlouchaných vítězných skladeb.

Tato aktivita se stává stále více oblíbenou a lze konstatovat, že kolem osoby lektora a při poslechu moderní rockové hudby se již vytvořila ustálená komunita přibližně deseti až dvanácti posluchačů. Návštěvníkům večerů stojí za to opustit svoje domácí prostředí a vypravit se do klubovny ke společnému poslechu. Důvodem pro to je, že probírané hudební téma je podloženo odborným výkladem, který by si sami zrakově postižení mohli jen stěží na internetu vyhledat, a také tím, že mohou svobodně vyjadřovat v komunitě stejně naladěných lidí svoje dojmy a názory. Lektor přistupuje ke každému s velkou dávkou empatie a vzhledem k individuálnímu vnímání čistě

kulturního uměleckého zážitku není žádný názor považován za chybný. To poskytuje přítomným radost ze spoluprožívání a motivuje je k dalším návštěvám večera. Lze konstatovat, že aktivita má pro klienty význam jak z hlediska osobnostního rozvoje, tak z hlediska utvoření komunity. Zajímavostí je, že věkové rozpětí pravidelných účastníků se pohybuje od 18 do 75 let.

### **e) Vycházky do přírody**

Během sledovaného období byly uskutečněny v KC Vrchlická celkem čtyři vycházky do přírody. I tyto aktivity mají pro klienty centra svůj nesporný význam, protože nutí jejich účastníky opustit své pohodlí, vyjít z domova, dostavit se na určené místo a společně strávit určitý čas. Veškeré aktivity tohoto typu měly pro zúčastněné význam spíše z hlediska osobnostního rozvoje, než z pohledu utvoření sociální skupiny. Osobní přínos spočíval v tom, že se klienti KC dozvěděli nové zajímavé informace o výchově vodících psů, o zpěvavých ptácích, které je možné slyšet v pražských parcích, o významném pražském parku Cibulka a jeho historii a o netopýrech. Vycházky za zpěvem ptáků a za netopýry byly postaveny především na sluchovém vnímání, vycházka do střediska pro výchovu psů i do parku Cibulka na slovním popisu viděného a na vnímání haptickém (dotýkání se kamenných soch, živých stromů, starých zdí, viz Přílohy, Obrázek 4). Fakt, že se někteří ze zúčastněných objevili na více vycházkách, nelze považovat z pohledu vytvoření stálejší komunity za výrazné pozitivum této konkrétní aktivity. Jednalo se o ojedinělé akce a každý slabozraký či nevidomý byl opět úzce navázán na svého průvodce s ohledem na svou bezpečnost, ale i na mluvený výklad k dané problematice.

### **Seznam tematických vycházek:**

- 1) Vycházka do Jinonic – ukázka výcviku vodících psů (7. 10. 2017),
- 2) Komentovaná procházka po pražském parku Cibulka (26. 5. 2018),
- 3) Poslech zpěvavých ptáků ve Stromovce (24. 7. 2018),
- 4) Vyprávění o netopýrech a poslech jejich „řeči“ echolokátorem ve Stromovce (9. 10. 2018).

## **f) Divadlo**

V letech 2017–2018 zorganizovalo KC Vrchlická v klubovně v Krakovské ulici několikrát představení v podání Divadla Verva.<sup>24</sup> V tomto divadelním souboru účinkují převážně amatérští herci se zrakovým postižením. Klienti KC byli diváky. Na začátku každého z představení se protagonisté představili, představili také činnost divadla, jeho repertoár a seznámili diváky s tím, co se ten který večer bude hrát. V případě autorské divadelní hry přiblížili přítomným krátce i osobu autora. Po představení se herci s diváky obvykle pustili do neformální diskuze, během které panovala přátelská atmosféra.

Nabídka divadla zaujala především mladší klienty KC a od zahájení se účast na představeních pohybovala mezi 14 a 21 diváky. Tato aktivita měla na účastníky z hlediska osobnostního rozvoje pozitivní vliv. Jednak vůbec umožnila některým z nich zažít divadelní představení, protože do jiných divadel se neodvážili chodit a jednak, protože se jednalo především o konverzační komedie, přinesla uvolnění a možnost sdílet ve skupině humor. Nevidomí hráli nevidomým. Inscenace se vyznačovaly minimalistickou scénografií a jednání postav spočívalo především na dialozích, z pochopitelných důvodů ne na pohybu. Z pohledu utvoření skupiny neměla aktivita téměř žádný vliv. Krátkodobost každého divadelního večera a jejich nepravidelné střídání neumožnilo vytvoření trvalé sociální skupiny. Představení však mohla inspirovat klienty se zrakovým postižením, aby se zařadili mezi členy již existujícího souboru, amatérského Divadla Verva. Dalším důvodem bylo, že oproti jiným aktivitám, kromě potlesku, neměli klienti KC příležitost vyjádřit svoje pocity a dojmy. V této aktivitě o rozbor divadelního představení však nešlo, spíše o zábavu a relaxaci a to návštěvy Divadla Verva v klubovně v Krakovské ulici beze zbytku splnily.

### **Seznam divadelních představení:**

- 1) Předvánoční představení s hudebním doprovodem (12. 12. 2017),
- 2) Chudák pan Eduard a Boží mlýny – dvě černé autorské komedie (27. 2. 2018),
- 3) Když si povídají paní o lásce a milování – pásmo veršů, písní a scén (27. 3. 2018),

---

<sup>24</sup> DATABÁZE ČESKÉHO AMATÉRSKÉHO DIVADLA. *Soubory:Verva* [online]. [cit. 22. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.amaterskedivadlo.cz/main.php?data=soubor&id=7293>

- 4) Hudební setkání s Vervou (5. 6. 2018),
- 5) Tak trochu Dekameron (30. 10. 2018),
- 6) Vánoční podvečer s hudbou a s úryvky z básně Popelka Nazaretská (18. 12. 2018).

### **g) Praktické dílny**

Praktické dílny byly uskutečněny celkem tři. Dvě z nich byly věnovány základům líčení a jedna z nich módním trendům a stylům v oblékání obecně. Přirozeně navázaly na přednášky věnované zdravému životnímu stylu. Dnes se u nevidících a slabozrakých běžně setkáváme s tím, že jim záleží na tom, jak vypadají, jak se oblékají a jak působí jejich celkový vzhled na ostatní. Bez rozdílu se této otázce věnují jak muži, tak ženy, slabozrací i nevidící. Praktické dílny však byly navštíveny výhradně ženami.

Stejně tak jako u seminářů se představila nejen lektorka, ale i všechny přítomné dámy. Lektorka vysvětlila, jakými přípravky a jak přesně (za pomoci měření šířkou prstů, nahmatáním lícních kostí, brady, nosu, čela) aplikovat podkladovou bázi make-upu, jak vystínovat obličej a nanášet řasenku i rtěnku. Poskytla přítomným i vzorek líčidel, aby si mohly ihned vyzkoušet na sobě samých líčení. O výsledku nalíčení je informovaly přítomné asistentky. Značná část setkání byla věnována i výhodám permanentního make-upu. Jedna z klientek, sedmdesátiletá seniorka, která si již v minulosti opatřila permanentní make-up (obočí, oční linky a rty) potvrdila, že trvalé líčení je vzhledem k jejímu zrakovému postižení ideálním řešením. Další, naopak velmi mladá dívka (20 let), která již na setkání přišla nalíčená a výjimečně dobře oblečená, potvrdila své zkušenosti s dennodenním líčením, kterému ji naučila její vlastní sestra. Obě dvě tak inspirovaly a motivovaly ostatní přítomné.

Samostatné setkání bylo věnováno skladbě oblečení. Klientky KC se navzájem podělily o vlastní zkušenosti s výběrem oblečení a s pomocí asistentů při něm. Přítomné se také krátce věnovaly důležité osobní hygieně a údržbě prádla. (Např. párování stejně barevných ponožek musí začít již v momentu odložení špinavého prádla do koše, kdy nevidomí využívají pro tyto účely párovač ponožek. Lze jej zakoupit v prodejně tyflopomůcek v Krakovské ulici.)

Všechna tři setkání se vyznačovala výbornou přátelskou a sdělnou atmosférou. Ačkoli se nejednalo o vzdělání v pravém slova smyslu, možnost společně probrat velmi

intimní témata, věnující se osobnímu vzhledu, byla pro účastnice nejen nesmírně důležitá, ale i příjemná. Ukázalo se, že zdánlivě nepodstatný jev, vypadat díky vnější úpravě dobře, je velice důležitý nejen pro vidícího člověka, ale i pro slepce či slabozrakého. Tento dobrý pocit přispívá k budování důvěry v sebe sama, ale hlavně zvyšuje status vlastní lidské důstojnosti.

Z výše uvedeného vyplývá, že z hlediska osobnostního rozvoje byly popsány dílny velmi významné. Z hlediska vytvoření trvalé sociální skupiny však ne. Dáno to bylo pouze trojím opakováním. Některé ženy navštívily další akce KC, avšak v podobné sestavě se již nesešly. Lze však s jistotou předpokládat, že by se složení skupiny mohlo opakovat v případě uskutečnění podobně zaměřené akce.

#### Seznam dílen:

- 1) Základy líčení s vizážistkou 2x
- 2) Jak mít styl 1x

#### **h) Mezinárodní dáma**

Značné a trvalé oblibě mezi klienty se ze sociálně kulturních akcí těší Mezinárodní dáma. Jedná se o deskovou společenskou hru, dnes již považovanou stejně jako šachy za duševní sport. Pravidla dámy jsou pevně stanovená. Na desce o 10 x 10 polích hrají proti sobě dva hráči. Ti posunují kameny, které jsou v černé a bílé barvě.

Pro osoby se zrakovým postižením se používá pro hru Mezinárodní dámy speciálně upravená hrací deska a kameny. Kameny mají odlišný tvar, jsou oblé nebo špičaté. Tvarové rozlišení pomáhá nevidomým k rozpoznání vlastních a soupeřových kamenů. Barvy kamenů jsou také vysoce kontrastní (pro slabozraké). Pole šachovnice jsou výškově rozdílná. Bílá jsou zapadlá, černá pole, po nichž se hráči s kameny pohybují, jsou vystouplá. Každý kámen je zespodu opatřen kolíčkem, který se zasouvá do otvorů umístěných uprostřed černých polí. Vystouplá, či naopak zapadlá pole pomáhají nevidomým k orientaci na hrací desce. Zasouvání kamenů s kolíčky do otvorů zajišťuje větší stabilitu rozmístěných kamenů, když hráči „hmatem čtou“ herní situaci.

Úkolem hráče je dostat co největší počet svých kamenů na opačnou stranu hrací desky a získat tak silnou dámu, přičemž o to samé se snaží jeho protihráč. Hru vyhrává ten hráč, který sebral soupeři všechny jeho kameny, nebo který zablokoval protihráče tak,



že ten sice na desce kameny, případně dámu, ještě má, ale již dle pravidel nemůže provést žádný platný tah.

KC Vrchlická tuto svoji aktivitu zahájila krátce po otevření prostor (viz Přílohy, Obrázek 5). V počátcích se do zaučování slabozrakých a nevidomých zapojili profesionálové z České federace dámy.<sup>25</sup> Pomohli pracovníkům KC naučit nevidomé a slabozraké pravidlům a metodicky je vedli v začátcích hraní, pomohli obstarat materiální vybavení a nabídli začátečníkům účast na soutěžích. V současné době již není zapotřebí odborné pomoci tak často, ale pracovníci KC Vrchlická a členové České federace dámy jsou stále v kontaktu a spolupráce mezi oběma subjekty i nadále funguje.

Počet pravidelných návštěvníků Mezinárodní dámy se rychle po zahájení aktivity zvýšil, hlavně u opakovaného hraní a trénování. Hráči s různým stupněm znalostí se také krátce po té, co si osvojili hru, zúčastnili několika turnajů. Nejprve pořádalo interní turnaje přímo KC a hned v listopadu 2018 se 6 klientů dokonce zúčastnilo otevřeného mistrovství ČR v Mezinárodní dámě pro zrakově postižené. Na nejvyšší umístění klienti KC nedosáhli. Jejich účast na mistrovství však sama o sobě byla úspěchem, především proto, že klienti KC tuto hru ještě před rokem vůbec neznali.

Přínos pro rozvoj osobnosti zúčastněných jedinců spočívá v tom, že při hře se rozvíjí intenzivní myšlení, koncentrace, logika, představitivost, ale i jistá soutěživost, kterou si nemohou slabozrací a nevidomí, pokud neprovozují sport, jehož výsledky by byly poměřitelné v soutěžích, nikde vyzkoušet. Mimo uvedené, hra a hlavně pravidelná docházka na setkání, měla významný vliv na jejich vytržení ze samoty, na sebedůvěru a upevnění volných vlastností. Klienti se zrakovým postižením se každých čtrnáct dní dokázali vypravit z domova, hromadnou dopravou se přemístit do prostor KC ve Vrchlického ulici a společně strávit podvečer. S tím samozřejmě souvisí úzce fakt, že z hlediska vytvoření skupiny byla tato aktivita jednoznačně pozitivní. Skupina se ustálila na dvanácti pravidelných návštěvnících, kteří spolu při hře Mezinárodní dámy tráví společně a rádi svůj volný čas.

#### Seznam aktivit Mezinárodní dámy v období 2017–2018:

- 1) Tréninky 23 x
- 2) Turnaje 3 x

---

<sup>25</sup> ČESKÁ FEDERACE DÁMY, *Informační web*. [online]. [cit. 18. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.hra-dama.cz>

### 3) Volnočasové sportovní akce

V rámci aktivit KC Vrchlická byly do programu centra v letech 2017–2018 pro zpestření zařazeny, pouze však ojediněle, návštěvy sportovních akcí, které pořádaly jiné subjekty. Malá četnost těchto aktivit byla dána tím, že sportovní činností pro osoby se zrakovým postižením se v ČR zabývají především tělovýchovné jednoty a sportovní kluby, které jsou sdruženy pod Českým svazem zrakově postižených sportovců, z. s. Z uvedeného vyplývá, že tyto subjekty jsou orientovány výhradně na sport a jejich nabídka je pro jedince se zrakovým postižením dostačující. KC Vrchlická si nekladlo a neklade za cíl sportovní subjekty nikterak nahrazovat.

Návštěvy všech volnočasových sportovních akcí měly mít především motivační charakter. Sloužily k tomu, aby klienti KC mohli poznat a zkusit si pod vedením zkušených trenérů, nebo zkušenějších zrakově postižených sportovců několik druhů sportů pro slabozraké a nevidomé. V případě, že by je daný sport zaujal a chtěli by v něm dále pokračovat, mohli získat cenné informace, kdy a kde jej mohou provozovat, jaké potřebují vybavení a především získali kontakty na vedoucí oddílů či trenéry. V rámci samostatného turnaje, který pořádal Sportovní klub (dále jen SK) Slavia Praha, si klienti mohli vyzkoušet bowling. Tělovýchovná jednotu (dále jen TJ) Zora Praha pak poskytla možnost vyzkoušet si goalball, showdown a zvukovou střelbu.

#### Bowling

Bowling je mezi zrakově postiženými rozšířeným i oblíbeným sportem. Hraje se stejně jako bowling vidících. Na rozdíl od vidících jsou však dle stupně zrakového postižení odstupňovány a vyrovnávány tzv. hendikepy (přípočty bodů pro určitou kategorii viz níže Tabulka 1), nebo jsou sportovci přímo rozděleni do tří kategorií: B1, B2, B3. *„Stupeň klasifikace je posuzován na lepším oku s optimální korekcí (tj. všichni závodníci, kteří používají kontaktní nebo brýlové čočky, je musí nasadit při klasifikaci, ať mají v úmyslu závodit s nimi či nikoliv).“<sup>26</sup>*

---

<sup>26</sup> JANEČKA, Z., L. Bláha. *Motorické kompetence osob se zrakovým postižením*. Olomouc: 2013, Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, str. 14–15. ISBN 978-80-244-3953-2

Tabulka 1: Oční klasifikace

STUPEŇ (TRÍDA)	FUNKČNÍ SCHOPNOST
I. stupeň (B1)	Ohraničuje nulové vnímání světla (totální slepota) až po neschopnost rozpoznat objekt nebo jeho kontury.
II. stupeň (B2)	Ohraničuje schopnost rozpoznat objekt do zrakové ostrosti 2/60 (6,7/200), nebo ohraničením zorného pole do 5 stupňů.
III. stupeň (B3)	Zahrnuje zrakovou ostrost 2/60 až 6/60 (6,7/200 až 20/200) nebo ohraničení zorného pole v hodnotách 5 - 60 stupňů.

Zdroj<sup>27</sup>

Bowleři kategorie B1, tedy nevidící, si po straně rozběhového pole staví vodící madlo, jehož se mohou dotýkat až do momentu vypuštění koule z ruky. Madlo jim pomáhá určovat směr hodů. V ČR i ve světě se koná řada turnajů a mistrovství, kterých se čeští hendikepovaní sportovci rádi a hojně účastní. Čeští zrakově postižení bowleři zaznamenali v posledních letech výrazné úspěchy v mezinárodních soutěžích, což může být pro klienty KC velkou motivací pro zahájení své aktivní sportovní činnosti.

### Goalball

Goalball je sport mezi širokou veřejností málo známý. Jedná se o míčovou hru, provozovanou nevidomými a slabozrakými sportovci, kdy na hřišti o rozměrech 9x18 m proti sobě hrají dvě tříčlenná družstva. Oba týmy se snaží hodem dopravit ozvučený míč do protihráčovy brány. Ta se rozkládá po celé šířce hřiště (9m). Každý z hráčů je tak současně střelcem i brankářem. Hráči se orientují sluchem, a proto se musí zápasy odehrávat v tělocvičně, aby bylo možno zajistit naprosté ticho. Míč je ozvučen rolničkami. K orientaci na hřišti slouží reliéfní čáry, jež mohou hráči nahmatat. Ty jsou nalepeny na podlaze a rozdělují hřiště na obranné, neutrální a útočné pásmo. Aby byly při hře vyrovnány různé stupně zrakového postižení hrajících, musí mít všichni hráči oči zakryté tzv. klapkami. Dokonce i ti, kteří nevidí vůbec. Goalball je značně fyzicky náročný. Hra je časově omezena, 2 x 12 minut čistého času, a výhercem se stává ten, kdo vstřelí soupeřovi více gólů.

<sup>27</sup> Viz poznámka pod čarou č. 27, *Tabulka 5 Kategoriaální systém rozlišení zrakového postižení podle IBSA s platností do roku 2012*, str. 15

Goalball vznikl díky snaze Rakušana Hanze Lorrenzena a Němce Setta Reindlera, kteří přišli v roce 1946 s tímto sportem jako s prostředkem rehabilitace vojáků, osleplých za druhé světové války. Sport si brzy získal mezi zrakově postiženými početné příznivce, protože mnohým z nich přinesl smysluplnou náplň volného času a poskytl příležitost reálně si zasportovat, zvýšit fyzickou zdatnost a změřit svoje síly. Postupem času se stal i paralympijským sportem. Poprvé se objevil na paralympiádě v kanadském Torontu v roce 1976. Goalball je jediným sportem, který vznikl výhradně pro slabozraké a nevidomé. Ostatní sporty zrakově postižených jsou pouze upravenými obdobími běžných sportů převzatých od zdravé populace.

### Showdown

Showdown je hra podobná stolnímu tenisu. Někdy je také nazývána aplikovaným stolním tenisem pro osoby se zrakovým postižením. I když jsou hráči rozděleni do kategorií B1–B3, podobně jako v bowlingu, musejí mít při hře všichni oči zakryté klapkami. *„Tento sport se do České republiky dostal z Kanady v roce 1980, ale k největšímu rozšíření došlo až po roce 1995. ... Základem hry je stůl na Showdown, hrací páčka a ozvučený míček. V České republice se hraje soutěže jednotlivců, čtyřhry mužů a smíšené čtyřhry a dále se hraje Liga smíšených tříčlenných družstev. Pořádají se také turnaje pro žáky základních škol. Na mezinárodní úrovni se hraje Mistrovství Evropy a světa, kde probíhá souběžně také soutěž národních tříčlenných družstev.*

*Showdown hraje dva hráči. Hraje se na obdélníkovém stole, na jehož obou zadních stranách jsou brankové jamky; uprostřed je středová deska. Hraje se páčkami a míčkem, do kterého byly vloženy nerezové ocelové kuličky tak, aby byl míček slyšet. Cílem hry je odpálit míček po stole, pod středovou deskou a do soupeřovy branky, zatímco soupeř se tomu snaží zabránit.“<sup>28</sup>*

### Simulovaná zvuková střelba

Simulovaná zvuková střelba je novou sportovní disciplínou, která se mezi zrakově postiženými sportovci začíná zvolna prosazovat. Střílí se z pušky nebo pistole, přičemž míření do terče se neděje vizuálně, tak jako u vidících lidí, ale sluchem.

---

<sup>28</sup> SHOWDOWN STOLY. *Showdown - aplikovaný stolní tenis* [online]. [cit. 17. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.showdown-stoly.com>

Střelec má, stejně jako v ostatních sportech pro nevidomé a slabozraké, bez ohledu na stupeň oční vady, neprůhledné klapky na očích a na uších sluchátka. Do sluchátek přichází zvuk podobný pískání. Když střelec míří přímo na střed terče, slyší tón nejvyšší, čím dále se od středu odchyluje, tím je tón hlubší. Namíří-li střelec mimo terč, zvuk ustane. V tu chvíli mu může pomoci instruktor, který uchopí hlaveň a znovu ji navede na terč, nikoli však do středu, ale jen tak, aby se pískání znovu aktivovalo. Podobnou pomoc může střelec od instruktora obdržet na začátku střelby, když se připravuje. Instruktorovi ukáže, kam zbraň míří, laserový paprsek, jenž pochopitelně střelec, kvůli klapkám nemůže vidět.

Výbavou pro zvukovou střelbu je terč, zbraň a počítač. „Elektronický trenážér, který slouží zdravým sportovcům k přípravě na ostrou střelbu, je upraven tak, že umožňuje nevidomým plnohodnotný střelecký sport.“<sup>29</sup> Jedná se o technologii, která se může systém od systému lišit. Některé z nich mají aktivní terč, který snímá a hlásí do počítače zásahy, některé systémy mají takto uzpůsobenou zbraň. Na pušce nebo pistoli je umístěna optika, pomocí níž jsou identifikovány zásahy, přičemž terč může být běžný papírový s černým potiskem. Vzdálenost terče od stanoviště střelce lze nasimulovat pomocí počítače. Počítač současně zobrazí i vysloví hodnotu jednotlivého fiktivního zásahu (i umístění v terči), vysloví též celkový součet dosažených bodů v ukončené sérii. Výhodou tohoto sportu je, že při simulované zvukové střelbě není zapotřebí mnoho vidomých asistentů pro zajištění bezpečnosti a ani ostatních činností s tím spojených, tak jak tomu je v případě střelby s ostrými náboji. Zbraň se mezi jednotlivými výstřely nenatahuje, ale držení zbraně, její váha a střelecký postoj jsou shodné s běžnou střelbou vidícího člověka. Tento sport zlepšuje držení těla, koordinaci pohybů, orientaci prostorovou i sluchovou. Simulovaná střelba má dobrý vliv na rozvoj morálně volních vlastností a psychiku nevidomých. Uvolňuje stres a pomáhá lidem se zrakovým postižením odreagovat se od jejich problémů.

Ukázky sportů se konaly ve čtyřech samostatných dnech a účast klientů na nich se pohybovala v počtu od 9 do 19 osob. Zda někdo z klientů KC, kteří doposud sport neznali, začal po těchto akcích pravidelně sportovat, není pracovníkům KC známo. Nebylo možné zjistit to ani dotazníkovým šetřením. Akce sportovních spolků, TJ Zora Praha a SK Slavia Praha, se pravidelně každoročně opakují. Klienti KC se dozvěděli dostatek podrobných informací, aby mohli, kdykoli budou chtít, kontaktovat

---

<sup>29</sup> TJ ZORA PRAHA, *Oddíly, Zvuková střelba* [online]. [cit. 17. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.tjzora.cz/stare>

kompetentní osoby a prostřednictvím nich se do sportovního života aktivně zapojit, případně navštívit další ročníky zmíněných sportovních událostí.

Seznam volnočasových sportovních akcí:

- 1) Bowlingový turnaj – SK Slavia Praha
- 2) Goalballové turnaje a otevřené turnaje Poslepu – TJ Zora Praha (3x)

#### **4) Individuální poradenské aktivity**

V rámci aktivit KC Vrchlická v letech 2017–2018 byla uskutečněna řada poradenských osobních setkání s psychology a pedagogy. Sérii individuálních konzultací vždy předcházely úvodní přednášky, jejichž témata byla: autismus, Downův syndrom a výchova dětí. Přednášky se týkaly buď výchovy zrakově hendikepovaných dětí, či výchovy vidících dětí, které mají slabozraké či nevidomé rodiče. Stejně jako v jiných podobných aktivitách, jako byly semináře a besedy, se přednášky často ubíraly tak, jak si přáli sami přítomní. Lektoři pružně reagovali na často kladené dotazy. Ty se týkaly podobných problémů, které se vyskytují nejběžněji v rodinách vidících. Jednalo se např. o zvládání výchovných problémů s pubertálními dětmi, mezigenerační problémy v rodině a vliv prarodičů na autoritu rodičů, autokratické a liberální výchovné přístupy apod. Lektoři vycházeli maximálně vstříc, potřebám přítomných a jejich momentálnímu zájmu. Mnoho klientů se však i přes to nedokázalo v kolektivu posluchačů otevřít anebo zeptat přímo na to, co je trápí. Pro všechny, ale i pro ty, kteří na přednáškách nebyli, nabídlo KC možnost sjednat si individuální setkání s odborníkem. O individuální poradenství byl velký zájem.

Přednášek se pravidelně účastnilo průměrně kolem 11 posluchačů. Z hlediska osobnostního rozvoje byly pro přítomné jednoznačně pozitivní. Klienti KC si mohli získáním nových informací, případně propojením některých již zažitých vědomostí o výchově, ujasnit svoje postoje k výchově, mohli pozměnit úhel pohledu na vlastní výchovné přístupy a pochopit jednání osob, nacházejících se v určitém vývojovém stupni (od dětství, přes dospívání a dospělost po stáří) na daná témata. Důležité také bylo seznámení posluchačů s typickými znaky poruch, jako je autismus a Downův syndrom. Nulový vliv měla aktivita na vznik sociální skupiny, zvláště pak čistě individuálně vedené osobní poradenství.

### Seznam přednášek:

- 1) Autismus a Downův syndrom (14. 2. 2018),
- 2) Výchova dětí (22. 3. 2018),
- 3) Výchova dětí (31. 5. 2018).

Poradenství z oborů pedagogika a psychologie bylo navíc, na základě zájmu klientů, rozšířeno ještě o poradenství v užívání aplikace Remote asistent v telefonu. Jedná se o aplikaci, která pomocí hlasu, videa a určení polohy a za pomoci blízké osoby, přítele na telefonu, dokáže vyřešit naléhavý problém nevidícího, či slabozrakého. Např. ztratil jsem se, mám hlad, potřebuji se najíst, hledám nejbližší obchod, restauraci atd.<sup>30</sup> Druhým rozšířením pak bylo osobní setkání s mentálním koučem, těžce zrakově postiženým Markem Moflarem, který se zabývá zdravým životním stylem a sportem.<sup>31</sup> Následující přehled ukazuje obor poradenství, kdo jej provedl a v jakém hodinovém rozpětí.

### Individuální poradenství:

- 1) Psychologie, PhDr. Dana Marková, 153 hodin,
- 2) Psychologie, Mgr. Hana Oravcová, 61 hodin,
- 3) Psychologie, JUDr. PhDr. Mgr. Irena Wagnerová Ph.D., MBA, 63 hodin,
- 4) Pedagogika, Mgr. Jasmína Olšiaková, 108 hodin,
- 5) Pedagogika, Mgr. Petr Kubisz, 192 hodin,
- 6) Aplikace Remote asistent, Ing. Jan Šnyrych, 80 hodin,
- 7) Životní styl, Marek Moflár, 50 hodin.

## **1.8 Statistické údaje**

Vzhledem k tomu, že vznik KC Vrchlická byl dotovaným projektem z Operačního programu Praha – pól růstu ČR, byla při zpracování teoretické části práce k dispozici

---

<sup>30</sup> LETEMSVĚTEMAPPLEM. *Remote Assistant: aplikace ze Slovenska, která dobývá svět těch, kteří jej nevidí* [online]. [cit. 17. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.letemsvetemapplem.eu/2014/06/18/remote-assistant-aplikace-ze-slovenska-ktera-dobyva-svet-tech-kteri-jej-nevidi/>

<sup>31</sup> MAREK MOFLÁR. *O mně* [online]. [cit. 18. 1. 2020]. Dostupné z: <http://marekmoflar.cz/o-mne/>

podrobná data o aktivitách a využití KC v letech 2017–2018. Tato data byla potřebná k vyhodnocení a ukončení projektu pro donátorskou instituci a jsou podložena podrobnou projektovou dokumentací. Vzhledem k jejímu značnému rozsahu a také k tomu, že dokumentace obsahuje citlivá data o klientech KC, není uvedena v přílohách práce. Níže je uvedeno jen několik zajímavých a vybraných údajů, jež se vztahují k tématu práce.

KC navštívilo během let 2017–2018 celkem 374 osob, včetně těch, kteří se nezaregistrovali, průvodců, asistentů, učitelů, včetně dětí a mládeže mladší 18 let. Někteří z nich se odmítli evidovat, tzn., že nevyplnili evidenční list účastníka projektu. Přesto však v prezenčních listinách existuje záznam, který dokazuje, že daný jedinec se akce účastnil. Tato statistika uvažuje o osobách, které byly i na více akcích, nejedná se tedy o evidenci typu osobo/akce, ale o reálný počet jedinců, kteří KC Vrchlická v uvedeném období prošli.

Pro tuto práci je stěžejní počet tzv. evidovaných osob, tj. dospělých zřakově postižených klientů centra, kterých bylo ve sledovaném období 165.

Celkem KC nabídlo svým klientům 119 akcí, mezi něž se počítá i každá z pravidelně se opakujících aktivit, jako byla např. Mezinárodní dáma, ambientně rockové večery a různé typy navazujících seminářů a přednášek.

15 z dospělých klientů se zřakovým postižením strávilo na akcích KC více než 100 hodin (rekord je 218 hodin). Mezi 50 až 100 hodinami využilo nabídku KC 19 osob, 85 osob zde strávilo více než 10 a méně než 49 hodin a 46 osob pak setrvalo méně než 10 hodin.

Dalším zajímavým kritériem je, kolika akcí či aktivit se klienti KC zúčastnili. 8 dospělých zřakově postižených klientů navštívilo KC více než 20 x (rekord je 39 x), 21 osob využilo nabídku akcí 11 x – 20 x, 31 osob navštívilo KC 6 x – 10 x, 61 osob 2x – 5x a 44 jen jednou.



## **2 PRAKTICKÁ ČÁST – KC V ROCE 2019, HYPOTÉZY A DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ**

Praktická část práce pojednává o práci KC v roce 2019, analyzuje problémy, které se při práci s klienty v KC objevovaly, popisuje i zdůvodňuje, jaké aktivity KC zachovalo v následném roce po ukončení monitorovacího období (2017–2018) a proč, a které aktivity do nabídky KC zařadilo nově. V závěru se pak zamýšlí, jakým směrem by mělo KC svou činnost v budoucnu rozvíjet.

Jako vhodný prostředek pro tuto evaluaci jsou využity zvolené hypotézy, jež se přímo vztahují k poslání KC, tj. aktivizovat osoby se zrakovým postižením k smysluplné volnočasové činnosti, maximálně využít tyto zájmové činnosti pro osobnostní rozvoj každého jedince a vytvářet sociální skupiny. Dalším nástrojem je pak výzkum formou dotazníkového šetření.

### **2.1 Zvolené hypotézy**

Hypotéza č. 1: KC Vrchlická poskytlo platformu k častější účasti (dříve než před vznikem KC) na společenském životě osob se zrakovým postižením.

Hypotéza č. 2: KC Vrchlická iniciovalo vytvoření alespoň jedné nové sociální skupiny.

Hypotéza č. 3: Činnost KC Vrchlická přispěla k osobnostnímu rozvoji jeho klientů.

### **2.2 Organizační změny KC**

Na počátku roku 2019 došlo v KC k poměrně zásadním organizačním změnám. Činnost KC přestala být dotována. Veškeré náklady s ní spojené, včetně provozních nákladů (vodné, stočné, světlo, teplo, úklid, internet, telefon) i náklady na zaměstnance financuje SONS ze svého rozpočtu. Do rozpočtu získává prostředky různě: z členských

příspěvků, z dotací, z darů od velkých sponzorů i drobných přispěvatelů a z veřejné sbírky. Ekonomika SONS netvoří zisky, proto všechny finance, které organizace získá, musí maximálně využít tak, aby neohrozila již zavedené služby, které klientům se zrakovým postižením poskytuje a o které mají klienti trvalý zájem.

Z toho důvodu došlo v roce 2019 i k reorganizaci pracovních úvazků, takže práce vedoucí pro KC je pouze 2/5. a metodika 3/5. z celého pracovního úvazku. Zbývající část pracovních úvazků zabírá oběma zmíněným práce na jiných pracovištích v SONS. Vedoucí má na starost celorepublikovou agendu s dobrovolníky a metodik Oblastní odbočku v Benešově.

Po ukončení dotovaného projektu se sice výrazně zmírnila administrativní zátěž obou pracovníků, ale ubyly také finance i čas, který mohou oba pracovníci chodu KC věnovat. Nedostatek času je zvláště patrný v získávání nových klientů, které se dělo v letech 2017–2018 a to především formou osobních telefonických rozhovorů a pozvánek na akce. Přesto však KC funguje dále.

### **2.3 Aktivity KC v roce 2019 a návrh činnosti na další období**

V této podkapitole je popsáno, které z oblastí a které z konkrétních aktivit se udržely či nikoli. Krátká analýza každé z nich také vysvětluje důvody, proč se tak stalo a jakým směrem by se měla dále nabídka KC vyvíjet.

Zachovány zůstaly především ty aktivity, které se osvědčily pro vytvoření a dnes již také pro zachování určité sociální skupiny, kde si řada klientů našla přátele. Jsou to aktivity, jenž klientům vyhovují co do přínosu pro konkrétního jedince (zážitek, rozvoj myšlení, zaujetí pro konkrétní disciplínu, sounáležitost s ostatními účastníky) i co do četnosti opakování.

#### **Výchovně vzdělávací oblast**

Výchovně vzdělávací oblast ve smyslu pořádání odborných seminářů přestala samostatně v nabídce centra existovat. KC především z nedostatku financí již odborné

semináře nepořádá. Cesty k zachování neformálního vzdělávání klientů SONS mohou vést v budoucnu dvěma směry. Buď se podaří sehnat finanční prostředky na pokračování odborně vedených seminářů (např. z grantů, od sponzorů, z nadací atp.) anebo budou semináře levnější, vedené vzdělanými či zainteresovanými laiky. Laické vedení seminářů nemusí vždy znamenat, že by akce měly nižší kvalitu, avšak pokud by chtělo KC uspořádat např. seminář či kurz na vysoké odborné úrovni, garantovaný akreditací, licencí či certifikátem lektora, bude muset sehnat na tuto aktivitu peníze anebo klienti KC budou muset zaplatit tak vysoký účastnický poplatek či kurzovné, aby (při součtu všech přihlášených) mohl pokrýt honorář přednášejícího. Výdaje na provozní náklady mohou být hrazeny tak jako dosud z rozpočtu SONS. Odborné semináře přispěly k osobnostnímu rozvoji seminaristů, avšak k vytvoření komunity nikoli. To znamená, že výchovně vzdělávací akce nenaplňují v plném rozsahu poslání KC, tedy vytvoření či zachování společenské skupiny.

### **Sociálně kulturní akce**

Akce spadající do sociálně kulturní oblasti se ukázaly, stejně jako v minulém období, nejpočetněji zastoupenou skupinou a také oblastí obsahující aktivity, které mají často pozitivní dopad na utvoření či udržení komunity. Velkou roli v přízni klientů KC zde hrála i jejich široká a pestrá nabídka.

#### Návštěvy muzeí, výstav či expozic

V roce 2019 byly nadále organizovány oblíbené výlety do muzeí či zajímavých expozic. Tyto akce však byly pro vysokou finanční nákladnost na dopravu sdíleny, mimo KC, i některými dalšími odbočkami SONS. Pro jejich úspěšné uspořádání využil organizátor služeb profesionálních cestovních agentur, které zajistily dopravu, vstup do objektů a služby průvodce.

Výlety byly v roce 2019 uspořádány celkem tři. Při prvním z nich (4. 5. 2019) navštívili klienti KC a SONS čokoládovnu firmy Hauswirth, největší podzemní jezero v Evropě v zatopeném sádrovém dole – Seegrotte a zámek Franzesburg s rozlehlými zahradami, vše na území Rakouska. Ze tří navštívených míst byla pro nevidomé a slabozraké zajímavá především návštěva čokoládovny. V této manufaktuře si návštěvníci užili především vůně a chutě, smyslových počitků a potažmo vjemů,

k jejichž plnému vnímání mohli právě lidé se zrakovým postižením zcela využít jiné smysly, než je zrak, tedy čich a chuť. Samozřejmostí byl pak výklad průvodce, ale i individuální popis viděného, poskytovaný osobními asistenty.

Dne 4. 12. 2019 se uskutečnil druhý z poznávacích zájezdů KC, ke kterému se opět připojili členové dalších odboček SONS. Klienti navštívili na českém území muzeum v Božím Daru a krátce se seznámili s historií města. Po přejezdu hranic, na německé straně, si „prohlédli“ mořské živočichy v obřím akváriu v Oberwisenthalu. Výlet byl zakončen v historickém městě Annaberg, kde se přítomní seznámili s místními památkami a zajímavostmi. Gotický chrám sv. Anny, hornický kostel sv. Marie s vyřezávaným betlémem v životní velikosti, vánoční a hornické muzeum. Seznámili se s německou zvyklostí stavění vánočních pyramid a svoje chuťové pohárky mohli využít při ochutnávce tradičních německých specialit, jako jsou vafle, vánoční štola, opečené klobásy a punč na vánočním trhu. Tento výlet byl značně náročný pro asistenty. Museli, pokud chtěli nevidomým dobře zprostředkovat zážitky, velmi důsledně a detailně popisovat viděné. Snad nejintenzivněji se to dělo v obřím akváriu. Pestrobarevnou podívanou tvořilo nesčetné množství druhů barevných ryb různých tvarů a velikostí, mořské sasanky, plži, a mnoho dalších živočichů, zasazených do prostředí věrně napodobující mořské dno. Vše bylo umocněno nepřetržitým pohybem daným prouděním vody a jiných impulzů (např. boj o potravu, přiblížení ruky k akváriu). Zcela nemožné bylo něčeho z toho se dotknout. Nevidomé a slabozraké od „exponátů“ oddělovalo sklo stěny akvária. Jediným sluchovým podnětem bylo bublání vody vycházející ze zařízení, vhnějících do akvárií vzduch. Zrakově postižení si z tohoto místa odnesli právě jen tolik poznatků a informací, kolik jim byl schopen a ochoten zprostředkovat jejich asistent.

Mimořádně lákavou nabídkou SONS, kterou vedle mnoha dalších členů oblastních odboček z celé ČR využili i klienti KC, byla exkurze do prostor pražského metra, konkrétně do stanice Budějovická. Prohlídka se uskutečnila 19. 4. 2019 a setkala se s obrovským zájmem zrakově postižených. Dopravní podnik hlavního města Prahy (dále jen DPP) využil plánované výluky a umožnil lidem se zrakovým postižením vstup do uzavřené stanice. Klienti KC a SONS byli rozděleni do skupin. Skupiny pak v doprovodu asistenta procházely jednotlivá stanoviště: nástupiště, kabinu strojvedoucího a kolejiště. Na všech stanovištích byli připraveni pracovníci metra a poskytli přítomným odborný výklad. Na nástupišti byla prohlídka zaměřena na navigační systém metra pro zrakově postižené, použití výtahu, přivolání pomoci,

poskytnutí informace o lokalizaci tlačítka signalizace v nebezpečí apod. Kabina vlakvedoucího celé soupravy zajímala především muže. Nejen že se mohli v kostce obeznámit s tím, jak se celá souprava řídí, ale např. také s tím, co se stane, když by vlakvedoucí přestal aktivovat tlačítko bdělosti. Nejzajímavější a hlavně praktickou částí byl pak vstup do kolejiště, který byl sám o sobě značně fyzicky náročný. Nevidomí mohli, za výrazné pomoci přítomných hasičů, sestoupit po několika schodech mezi koleje. Tam jim bylo umožněno hmatem poznat, jak hluboká je rýha mezi kolejemi, kde se nachází kryt na elektrické napájení soupravy, ale především dostali přesnou instruktáž, jak by se měli zachovat, kam se mají schovat v případě, že by do kolejiště spadli. Štembera o významu akce píše: *„DPP se kontinuálně snaží o zlepšování přístupnosti pražské hromadné dopravy pro hendikepované cestující. V současné době v metru již k orientaci nevidomým a slabozrakým pomáhá umělá vodící linie, bezpečnostní pás, popisky v Braillově písmu, reliéfní a barevné kontrastní znaky a symboly, akustické prvky pro navádění a elektronické informační systémy. Navigační centrum SONS ČR poskytuje také službu vzdáleného asistenta, kdy operátor pomůže dotyčnému na dálku, jako by byl fyzicky přítomen po jeho boku.“*<sup>32</sup> Akce byla výborně připravená a personálně zajištěná ze strany DPP. Pro jednotlivé klienty KC byla nadmíru poučná, avšak na vytvoření sociální skupiny neměla žádný vliv.

KC Vrchlická má v plánu i nadále podobné akce pro své klienty připravovat. Je o ně, i přes nutný a nemalý finanční příspěvek ze strany klientů i průvodců (vyjma návštěvy metra, která byla zdarma), hluboký zájem. Již se prokázalo, že i klientela, zajímající se o muzea, výstavy a expozice, je svým zaměřením tak specifická, že účastníci výletů se začínají formovat do komunity, kterou zajímá cestování a poznávání a že si tito klienti včetně osobních průvodců spolu navzájem rozumějí. KC uvažuje o tom, že by poznávací cesty organizovala do vzdálenějších míst a že by byly víkendové. Společný večer by pak mohl působit jako stmelovací prvek, podporující vznik nové sociální skupiny.

---

<sup>32</sup> PARLAMENTNÍ LISTY. Akce „Nevidomí v metru“ přiblíží prostory metra zrakově znevýhodněným [online]. [cit. 27. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.parlamentnilisty.cz/zpravy/tiskovezpravy/Akce-Nevidomi-v-metru-priblizi-prostory-metra-zrakove-znevuhodnenym-578341>

### Besedy a přednášky

Besedy, přednášky a podobné akce byly v roce 2019 organizovány tak, aby v první řadě zajímaly cílovou skupinu, ale v druhé řadě také, aby náklad na ně byl minimalizován. Besedy byly vedeny dobrovolnický a protagonisté byli získáváni z řad příznivců SONS. Byl to zrakově postižený sportovec, umělec a ekonom. „Jak jsme hráli goalball“ byla beseda s trenérem českého reprezentačního goalballového týmu, Karlem Novotným, besedu s hudební produkcí na téma „Cikán nebo Róm“ vedl nevidomý zpěvák a muzikant romského původu Mário Bihári. Přednášku na téma „Ekonomika domácnosti“ provedl Jiří Hasman. Všechny tyto tři akce byly vedeny zcela zdarma. Podobně chce KC pokračovat i v budoucnu, případně vybírat poutavá témata či výrazné osobnosti z oblasti vědy, umění, společenského života a jiných oborů, za které budou klienti ochotni zaplatit alespoň minimální vstupné či účastnický poplatek. Přesto však existuje stále mnoho oborů (cestování, podnikání, sport, umění) i osobností z řad osob se zrakovým postižením, které se rády podělí o své zkušenosti s posluchači bez nároku na odměnu. Tj. je stále kde brát a vyjít tak vstříc požadavkům klientů centra. O besedy je mezi zrakově postiženými trvalý zájem a není vyloučeno, že stejně tak, jak se začíná tvořit komunita cestovatelská, by se mohla ustálit i skupina besedujících.

### Promítání komentovaných filmů

Stálou pozornost klientů KC si udrželo v roce 2019 promítání komentovaných filmů. Na organizaci se nic nezměnilo. Aktivita má konstantní počet stálých návštěvníků (cca 10). Ti jsou doplňováni dalšími účastníky, kteří přicházejí za konkrétním filmem. Výhodou je, že promítání se děje pravidelně každých 14 dní po celý školní rok (mimo prázdnin a svátků) a že se klienti na takovéto pravidelné využití volného času mohou spolehnout. Aktivita je pozitivní z hlediska vytvoření a nyní již i udržení skupiny, ale i pozitivní z hlediska osobnostního rozvoje. KC bude i v budoucnu s promítáním pokračovat.

### Poslech moderní rockové hudby

Další aktivitou, která se nadále v rámci KC udržela, jsou ambientně rockové večery. Konání těchto večerů se ustálilo v budově v Krakovské ulici z důvodu kvalitnějšího technického vybavení oproti tomu, které je instalováno v prostorách KC v Praze 5.

Jádro celé skupiny čítá cca 12 osob. K nim se dle svých časových možností přidávají další klienti centra a jejich počet různě kolísá. Motivace k návštěvám, v podobě příspěvku svým návrhem do dramaturgie příštího pořadu, zůstala. Pro zachování komunity není na škodu, že se jedná o aktivitu spíše zážitkovou, ne takovou, která by vedla k získávání či prohlubování určitých dovedností, jako je to např. u dámy. Čím déle se skupina schází, tím otevřenější jsou její členové. Dokážou často a upřímně vyjadřovat své pocity, ale také s velkou dávkou tolerance vyslechnout druhé. Ambientně rockové večery se konají jedenkrát do měsíce, avšak nepravidelně. Jsou úzce vázány na časové možnosti lektora Dana Sywaly, který tuto kvalitní a smysluplnou volnočasovou aktivitu vede a to zcela bez nároku na honorář. KC si velice váží práce lektora, a pokud bude dále ochoten pokračovat, určitě chce poslech hudby udržet i v budoucnu. Rizikem však zůstává ukončení práce lektora, např. z důvodu nedostatku času, dlouhodobého odcestování aj. Taková situace by byla pro konání ambientně rockových večerů naprosto likvidační.

### Vycházky do přírody

Klienti KC a členové Oblastní odbočky Benešov podnikli 24. 10. 2019 výlet do přírody, pod horu Velký Blaník. Při té příležitosti navštívili Dům přírody Blaníku, který se nachází nedaleko vesnice Kondrac. Expozice domu je věnována přírodním, geologickým a kulturně historickým zájmům Podblanicka a Chráněné krajinné oblasti Blaník. Snad nejatraktivnější z vystavených exponátů byl pro klienty model krajiny Blanické brázdy, který mohli návštěvníci prozkoumat hmatem. Účast na této akci byla poměrně malá (15 osob). Důvodem byl fakt, že klienti KC a členové benešovské odbočky cestovali veřejnou hromadnou dopravou. Organizátor sice nemusel řešit ekonomickou vytíženost celého autobusu, jak to bylo v ostatních případech, ale jistý nekomfort cestování se na počtu zúčastněných negativně projevil.

O vycházky do přírody bez konkrétního cíle není velký zájem. KC má v úmyslu nabízet podobné akce, ale je si vědomo toho, že musí vycházku nějak ozvláštnit, stejně jako tomu bylo v letech 2017–2018 při poslechu ptáků, netopýrů, či při vycházce do parku Cibulka, která byla doprovázena výkladem. Zatím není jasné, že by si aktivita začala získávat své stálé příznivce, a že by kolem ní mohla vzniknout stálá komunita milovníků přírody. Je to patrně i z toho důvodu, že v řadě sportovních jednot a klubů

bývají mezi sportovními oddíly často i skupiny či kroužky turistů a že část zrakově postižených, které tato aktivita zajímá, je již saturována jinde.

### Divadlo

S překvapivě značným zájmem, což lze zjistit z dotazníkového šetření, se setkala představení Divadla Verva. V letech 2017–2018 se odehrávala v klubovně v Krakovské ulici. V roce 2019 dostali klienti KC příležitost navštívit zkušebnu divadla v Praze 6 a shlédnout znovu představení s názvem "Tak trochu Dekameron". Několik klientů KC se opět se zájmem zúčastnilo. Dokonce někteří z nich projevíli zájem, stát se členy divadelního souboru Verva. Takoví klienti se sice z dosahu centra ztratí, ale díky němu si vlastně svoji sociální skupinu najdou jinde. I toto lze považovat za plnění původní myšlenky KC. Pracovníci centra uvažují o vytvoření divadelního klubu, který by navštěvoval kamenná profesionální divadla. Problémem však zůstávají finance a také to, že představení mohou být jen stěží opatřena komentářem, jako to je u komentovaných filmů. Komentář by nemohl být nahrán dopředu, protože divadlo je živým a proměnlivým aktem, kdy nelze předem odhadnout, jak dlouho bude trvat pauza, smích obecnstva atd. Není ani možné, aby osobní asistenti komentář nahrazovali svým výkladem, protože by rušili ostatní diváky. V roce 2020 by chtělo KC alespoň zkusit zorganizovat několik návštěv divadel a otestovat tak, zda se aktivita ujme. Předpokládá se však, že v duchu poslání KC, by nemělo zůstat jen u pouhé návštěvy divadla, ale měl by být poskytnut zrakově postiženým dostatečný prostor pro vzájemné sdílení zážitků.

Kromě do zkušebny Divadla Verva byli klienti KC pozváni 30. 11. 2019 na Adventní podvečer s hudbou a zpěvem. Uskutečnil se v prostorách Sboru církve bratrské v Praze 3 a hlavními aktéry byly dva pěvecké sbory: Vokál klub při SONS a Žižkovský pěvecký sbor Církve bratrské. Na tomto místě je akce zmíněna jen okrajově, protože spadá do kulturní oblasti. KC však neuvažuje o zavedení sborového zpěvu ani organizované návštěvy hudebních vystoupení. V Praze, kde KC působí, existuje mnoho příležitostí aktivně zpívat, hrát na hudební nástroj či navštívit koncert, operu nebo muzikál. Pro zrakově postižené, kteří jsou orientováni na hudbu, dokážou se pohybovat po ulicích a orientují se v městské hromadné dopravě, není problém se na konkrétní místo dostavit. Podstatným faktem zůstává, že zrakové postižení při hudební produkci není závažným hendikepem. (Vždyť řada nevidomých studuje v Praze



Konzervatoř Jana Deyla, nebo Konzervatoř a VOŠ Jaroslava Ježka a hudba je pro nevidomé a slabozraké jednou z mála možností, jak se uplatnit.) KC má v úmyslu i v budoucnu informovat klienty o hudebních pořadech a případného zájemce o aktivní práci v nějakém hudebním uskupení nasměrovat na kompetentní osoby.

### Praktické dílny

Praktické dílny se během roku 2019 nekonaly vůbec. Na seminář o bylinkách z roku 2017 měla v prosinci 2019 navázat tvořivá dílna na míchání bylinných solí. Pro nemoc lektorky však byla odložena na leden 2020. Uskutečnila se a klientky ji hodnotily kladně. Nejen že se seznámily s účinkem jednotlivých bylin na podporu imunity, ale odnesly si s sebou dva vzorky bylinných solí, jejichž vůně si namíchaly pomocí éterických olejů samy. Jako v předchozích letech panovala po celou dobu dílny příjemná a sdílná atmosféra. KC chce v nastalé aktivitě pokračovat, ale klienti budou muset uhradit alespoň minimální poplatek, aby bylo možné ocenit lektora. Zda v budoucnu vznikne skupina, která se bude věnovat tvoření či praktickým dovednostem, je otázkou času a velkou neznámou.

### Mezinárodní dáma

Tréninky Mezinárodní dámy se v roce 2019 opakovaly každých čtrnáct dní, mimo prázdnin a svátků, po celý školní rok. Jádro skupiny se ustálilo na přibližně 10 stálých klientech. Výhodou této aktivity je fakt, že již existuje pro hru dostatečné vybavení, které bylo během roku 2019 doplněno o nové herní sady, a že není nutná pravidelná účast trenéra. To znamená, že metodik KC dokáže obstarat organizaci sám. Vysvětlí pravidla a zaučí nováčky, připraví materiál (stoly, herní desky, občerstvení) a obslouží všechny příchozí. Již není nutné přivádět klienty z ulice, protože si cestu dokážou najít sami. Aby byla podpořena stabilní účast na trénincích, vyhlásilo KC soutěž v Mezinárodní dámě, jarní a podzimní kolo. Soutěž se odehrává průběžně na trénincích a její výsledky jsou po uzavření každého z kol slavnostně vyhlášeny a vítězové jsou odměněni cenami. Tato soutěž je pro klienty silně motivační a má vysoce socializační účinek. Dříve se klienti ke hře soustřeďovali do dvojic, které spolu často a rády hrály. Nyní se však při hře poznávají navzájem všichni členové skupiny, protože v pravidlech soutěže je, že každý hráč musí hrát s každým.

## **Volnočasové sportovní akce**

9. listopadu 2019 se uskutečnil v herně Xbowling v Praze 10 bowlingový turnaj ke Dni nevidomých. Jeho organizátorem byla SK Slavia Praha. KC svoje klienty o tomto turnaji informovalo a nabídlo jim doprovod. Několik z nich se akce zúčastnilo. Opět šlo o motivační záležitost, která měla za cíl navigovat jedince se zrakovým postižením k aktivní sportovní činnosti.

Podobnou akcí byly taktéž otevřené turnaje Poslepu 2019, organizovány každoročně TJ Zora Praha. Uskutečnily se 26. 10. 2019 v Základní škole Chelčického v Praze 3. Tak jako v minulých letech si mohli návštěvníci akce vyzkoušet goalball, zvukovou střelbu a showdown.

V této práci, která propojuje různé organizace, zaměřené na aktivity pro slabozraké a nevidomé, chce KC i nadále pokračovat. Nemá však v úmyslu – a ani to není v jeho možnostech – nabídku těchto organizací suplovat, nebo jim konkurovat.

### Nová aktivita v oblasti volnočasových sportovních akcí

V druhé polovině roku 2019, a díky možnosti pořídit z dotovaného projektu Městské části Praha 5 z programu „Život bez bariér“ příslušné technické vybavení, zahájilo KC pravidelné tréninky simulované střelby. Pro získání více příznivců nabízí po předchozí domluvě KC kromě úterních odpolední také možnost individuálních tréninků. Metodik je zaučen v obsluze zařízení a pro instruktáž střelby. Tato aktivita je prozatím v začátcích, ale vše nasvědčuje, že se ujme. KC však, stejně jako u jiných sportů, slouží spíše jako prvotní kontaktní místo. Seznamuje klienty s aktivitou a v případě jejich hlubšího zájmu je přenechá péči sportovních organizací, pod kterými mohou zrakově postižení regulérně soutěžit.

## **Individuální poradenské aktivity**

Individuální poradenství bylo během roku 2019 zcela eliminováno. Na tyto aktivity finance v KC nejsou. Přesto, pokud potřebují nevidomí a slabozrací poradit v určité oblasti, centrum je nasměruje na některé z mnoha specializovaných pracovišť SONS.

Jsou to např. Tyfloservis, o.p.s., knihovna, sociálně právní poradna, prodejna tyflopomůcek a Středisko výcviku vodicích psů.

## 2.4 Dotazníkové šetření

Nasbírané zkušenosti z let 2017–2018 a z roku 2019, kdy KC fungovalo bez dotační pomoci z Operačního programu Praha – pól růstu ČR a bylo závislé pouze na rozpočtu mateřské organizace SONS a na příspěvcích od samotných klientů, poskytly dostatek informací pro evaluaci. K tomu dopomohlo také dotazníkové šetření, které bylo provedeno v lednu 2020.

Dotazník byl sestaven tak, aby v patnácti otázkách reflektoval význam KC pro jednotlivce z hlediska osobnostního rozvoje a bylo z něj patrné, zda prostřednictvím činnosti KC a jeho nabízených aktivit vznikla, či nevznikla, sociální skupina, případně více skupin. Dotazník je přílohou bakalářské práce.

Dotazník byl anonymní. Vyplnit jej bylo možné prostřednictvím webových stránek [www.survio.com](http://www.survio.com).<sup>33</sup> Výzva k účasti na dotazníkovém šetření byla provedena formou hromadné elektronické korespondence. Databáze e-mailových kontaktů vznikla před zahájením činnosti centra a průběžně byla doplňována. Pokud klienti udělili svůj souhlas, byl jim pravidelně zasílán program KC. Tato vlastní databáze KC posloužila k rozeslání žádosti o vyplnění dotazníku.

Slabozrací a nevidomí jsou v současnosti zvyklí ve většině případů používat počítač a pomocí hlasového výstupu, asistenta či blízké osoby byli schopni dotazník úspěšně vyplnit a odeslat. Velice tomu napomohl i jednoduchý přímočarý systém webového portálu. V sedmi případech byl dotazník vyplněn s klienty v kanceláři KC. Bylo to z toho důvodu, že se jednalo o starší osoby, které nemají k dispozici doma počítač, jehož prostřednictvím by mohly dotazník vyplnit a odeslat samy.

Z celkem oslovených 140 klientů, mezi nimiž se nacházelo i několik průvodců či příznivců KC bez zrakového postižení, vyplnilo dotazník celkem 57 respondentů. Dva

---

<sup>33</sup> SURVIO. *Všeobecné podmínky* [online]. [cit. 29. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.survio.com/cs/vseobecne-podminky>

dotazníky přišly po termínu uzavření šetření, a proto nebyly do výzkumu zařazeny a ve výsledcích zohledněny. Počet dotazníků je tedy relevantní a jeho výsledky odpovídají odhadu, který byl proveden na základě zkušeností z posledních třech let práce KC.

## **2.5 Výsledky dotazníkového šetření s komentářem**

Metoda dotazníkového šetření přinesla následující výsledky, které jsou přehledně zpracovány do níže uvedených tabulek a grafů. Řazení včetně komentářů je shodné s pořadím otázek položených v dotazníku. Odpovědi klientů nebyly nijak upravovány. Vybrané otázky vztahující se k osobnostnímu rozvoji a k vytvoření sociální skupiny jsou pro lepší přehlednost zpracovány do grafů.

Tabulka 2 vystihuje základní parametry dotázaných respondentů. Vyplývá z ní, že na dotazník odpověděl přibližně stejný počet mužů a žen (45,6 % a 54,4 %) a že věkové rozvrstvení odpovídá rozložení zájmu v určitém vývojovém období člověka. Poněkud méně klientů se nachází mezi 31. a 50. rokem života, což odpovídá předpokladu, že se jedná o skupinu dospělých, složenou převážně z osob pracujících. O tom také svědčí i některé odpovědi, týkající se návrhů na změny časů konání akcí. Nejméně je zastoupena skupina nad 66 let. Jsou to senioři, kteří kvůli věku, případně zdravotnímu stavu, svoje aktivity spíše umiňují. Zajímavé jsou odpovědi na otázku č. 4, ze kterých je patrné, že nejpočetněji zastoupenou skupinou respondentů byli nevidomí a těžce zrakově postižení, což potvrzuje zaměření KC na cílovou skupinu. Většina respondentů bydlí, studuje či pracuje v Praze, tedy v místě působení KC. Mírně nadpoloviční část dotázaných je členem SONS.

Tabulka 2: Základní parametry

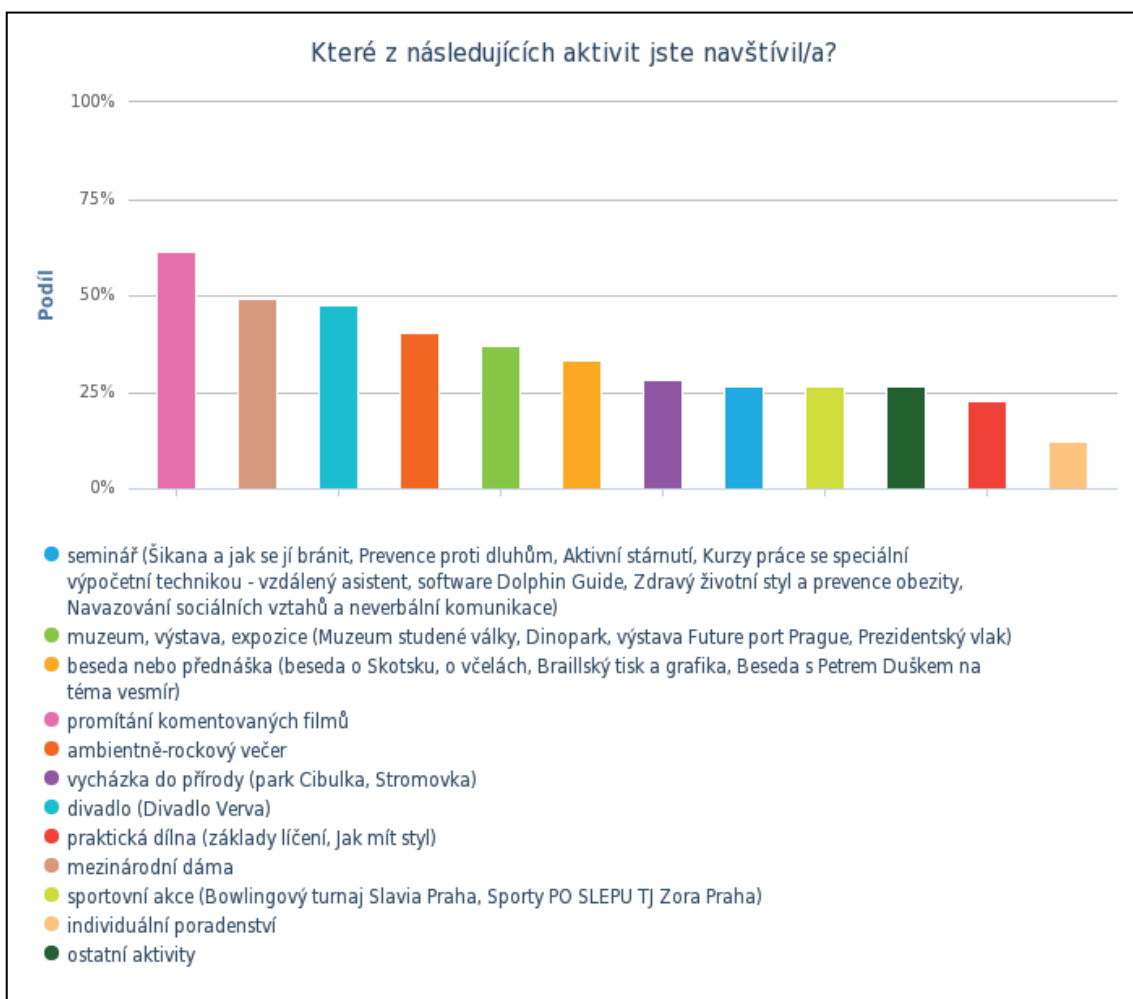
OTÁZKA / ODPOVĚĎ	POČET RESPONDENTŮ	PODÍL
1. Jste muž/žena?		
muž	26	45,6 %
žena	31	54,4 %
2. Kolik je Vám let?		
18 - 30	18	31,6 %
31 - 50	13	22,8 %
51 - 65	20	35,1 %
66 a více	6	10,5 %
3. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?		
základní	13	22,8 %
středoškolské (s vyučením/bez vyučení, s maturitou/bez maturity, odborné i neoborné)	28	49,1 %
vysokoškolské	16	28,1 %
4. Stupeň zrakového postižení?		
nevidomý/á	22	38,6 %
těžce zrakově postižený/á	20	35,1 %
slabozraký/á	7	12,3 %
bez zrakové vady	8	14,0 %
5. Bydlíte, studujete či pracujete v Praze?		
bydlím v Praze	35	61,4 %
pracuji nebo studuji v Praze	21	36,8 %
nebydlím, nepracuji ani nestuduji v Praze	1	1,8 %
6. Jste členem SONS ČR, z. s.?		
ano	31	54,4 %
ne	26	45,6 %
7. Kolikrát jste navštívil/a v letech 2017- 2019 KC Vrchlická?		
1 x	0	0 %
2 x – 5 x	19	33,3 %
6 x – 10 x	4	7,0 %
Více než 10 x	34	59,6 %

Zdroj<sup>34</sup>

<sup>34</sup> Autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)

Graf 1 ukazuje, že nejčastěji navštěvovanými akcemi či aktivitami byly: promítání komentovaných filmů, Mezinárodní dáma, divadlo, ambientně rockové večery a návštěvy muzeí, výstav a expozic, čili tak oblíbené poznávací výlety. Jsou to povětšinou, jak již bylo zmíněno výše, aktivity, jejichž nedílnou součástí je sdílení zážitků a vytváření sociálních skupin.

Graf 1: Návštěvnost aktivit (otázka č. 8)



Zdroj<sup>35</sup>

<sup>35</sup> Zdroj: autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)

V Tabulce 3 jsou uvedeny odpovědi na otázku, která z aktivit klientům nejvíce vyhovovala. Z odpovědí je patrné, že jednoznačné prvenství drží Mezinárodní dáma. Důvodem je pravděpodobně, že na trénincích Mezinárodní dámy se utvořila nejkompaktnější skupina a hraní této deskové hry je vysoce komunikativní aktivitou. Navázání vztahů a „vytvoření party“ bylo podpořeno v roce 2019 i dlouhodobou soutěží, kdy hraje každý s každým.

Tabulka 3: Nejoblíbenější aktivity

<b>9. Která z aktivit Vám nejvíce vyhovovala a proč? (Nepovinná otázka.)</b>
Možná by mi vyhovovalo víc akcí, ale díky tomu že jsem pracující, a do Prahy za práci dojíždím.
Mnohdy nemám v tu pravou chvíli pořádání volno.
Líbil se mi poslechový večer.
Mezinárodní dáma.
Nejvíce se mi líbí dáma, protože si tam můžu zahrát i s někým jiným, než se spolužáky ve škole.
Nejlepší je dáma, protože dámu hraju ráda.

Zdroj <sup>36</sup>

Zajímavé je podrobněji zanalyzovat Graf 2, který se přímo vztahuje ke stanoveným hypotézám a reflektuje význam aktivit:

- a) z hlediska osobnostního rozvoje jednotlivců,
- b) z hlediska utvoření sociální skupiny a navázání mezilidských vztahů.

Otázka č. 10 byla formulována tak, aby bylo možné z odpovědí získat důležité informace pro analýzu. Z reakcí vyplývá, že přes 70% oslovených se prostřednictvím KC dozvědělo zajímavé informace, využilo smysluplně svůj volný čas a zažilo něco nového, k tomu se významně připojuje také to, že klienti KC zažili něco, co by bez nabídky centra nikdy sami nepodnikli a že poznali místa, která předtím nikdy neviděli. Z toho vyplývá, že právě atraktivní nabídka akcí je to, co klienty přitahuje a co je

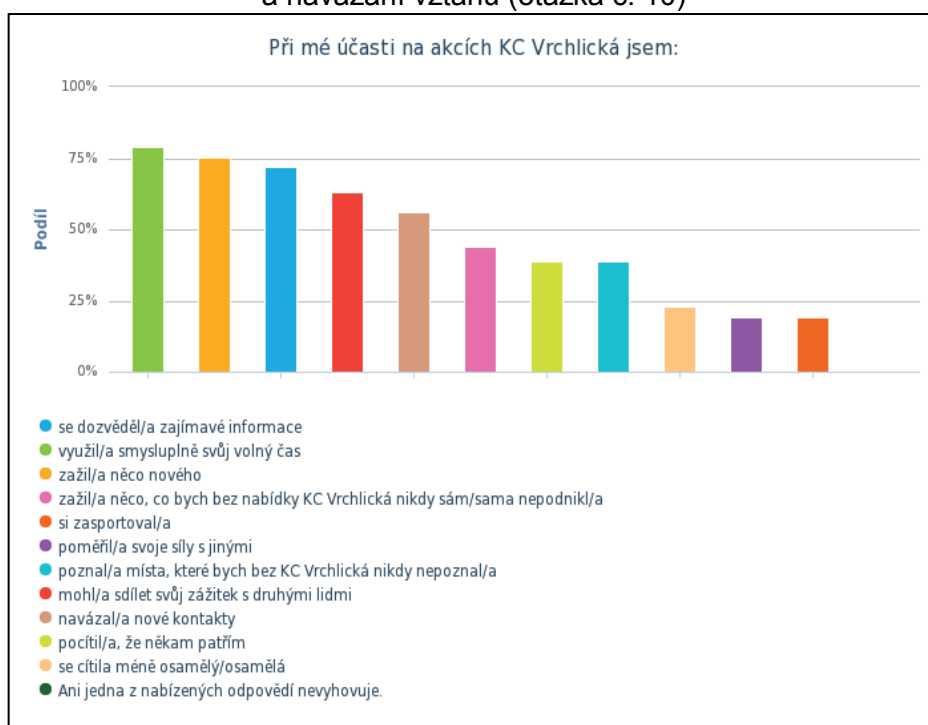
<sup>36</sup> Zdroj: autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)

přiměje se akcí KC zúčastňovat. Tato čísla také potvrzují hypotézu č. 3, že činnost KC Vrchlická přispěla k osobnostnímu rozvoji jeho klientů.

63,2% klientů uvedlo, že mohli sdílet svůj zážitek s druhými lidmi, a 56,1%, že navázalo nové kontakty. Přes 38% dotázaných pak uvedlo, že pocítili, že někam patří. Přes 22% z nich dokonce uvedlo, že se díky KC cítili méně osamělí. I když se toto číslo zdá malé, není tomu tak. Mějme na paměti, že kromě těch klientů, na které byl projekt cílen (tedy kromě těch, kteří neměli důvod vycházet ze svého domova a zúčastňovat se jakékoli společenské aktivity), využívalo z velké části KC i značné množství zřetelně postižených, kteří byli společensky aktivní již před vznikem KC. Uvedené potvrzuje hypotézu č. 1: – KC Vrchlická poskytlo platformu k častější účasti (dříve než před vznikem KC) na společenském životě osob se zřetelným postižením i hypotézu č. 2: – KC Vrchlická iniciovalo vytvoření alespoň jedné nové sociální skupiny.

19,3 % respondentů uvedlo, že si mohli zasportovat a poměřit svoje síly s jinými. Tento podíl odpovídá náplni KC, které nechce suplovat sportovní organizace.

Graf 2: Význam aktivit pro osobnostní rozvoj, utvoření skupiny a navázání vztahů (otázka č. 10)



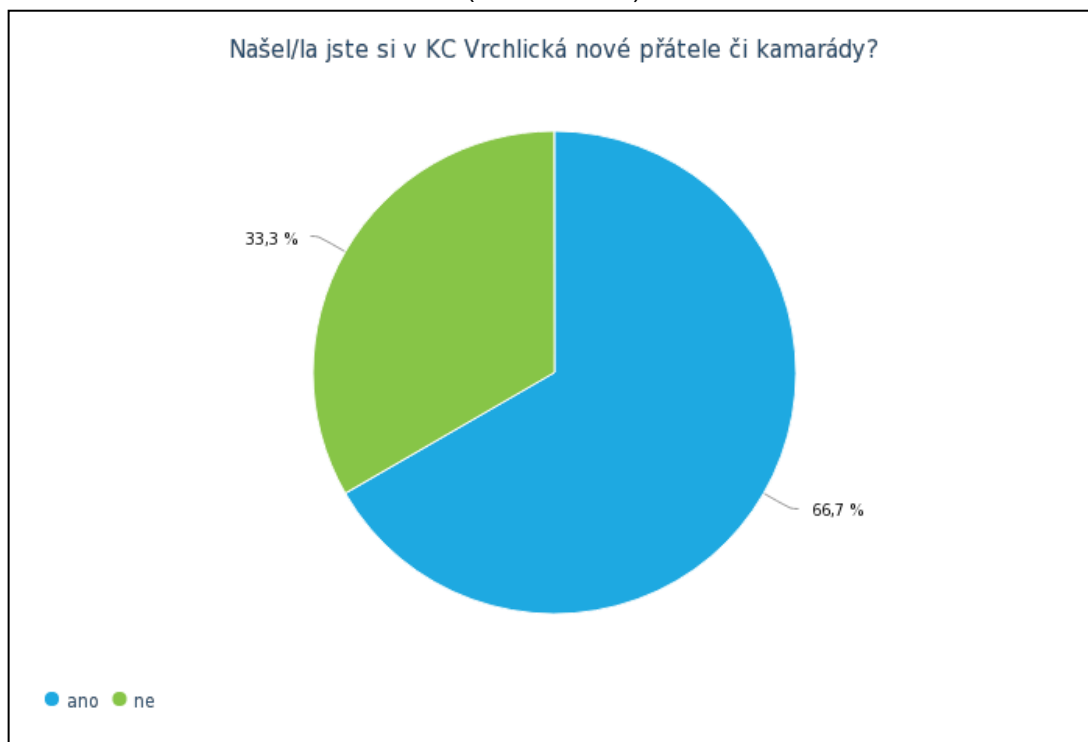
Zdroj <sup>37</sup>

<sup>37</sup> Autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)



Graf 3 potvrzuje zainteresovanost klientů KC na vzniklých sociálních skupinách, protože dvě třetiny dotázaných si v KC našlo nové přátele a kamarády.

Graf 3: Význam KC Vrchlická pro navázání nových společenských vztahů (otázka č. 11)

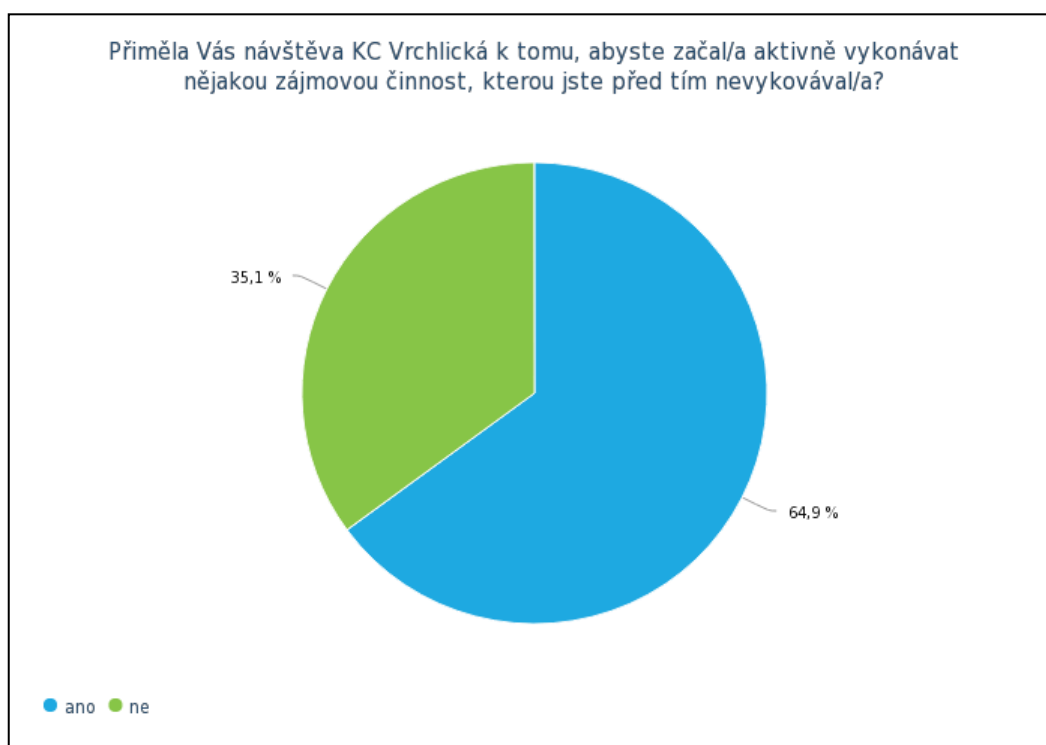


Zdroj <sup>38</sup>

<sup>38</sup> Autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)

Dvě třetiny respondentů začaly aktivně vykonávat nějakou zájmovou činnost, kterou předtím nevykonávaly (viz Graf 4). Toto tvrzení je pozitivní pro potvrzení hypotézy č. 3 – Činnost KC Vrchlická přispěla k osobnostnímu rozvoji jeho klientů.

Graf 4: Nové zájmové činnosti (otázka č. 12)



Zdroj <sup>39</sup>

<sup>39</sup> Autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)

Zbývající otázky dotazníku byly zaměřeny na tři okruhy:

- a) Návrhy na změny činnosti KC,
- b) Spokojenost s KC,
- c) Další organizace nabízející podobné služby.

Ad a)

V otázce, co by se mělo změnit, aby klient navštěvoval KC častěji, je několik zcela různorodých odpovědí. Týkají se požadavku na změnu času a místa, konání akcí, širší průzkum poptávky a výraznější pomoc se sháněním doprovodného asistenta. Vedle těchto požadavků je zde také několik konkrétních návrhů na nové akce či jejich rozšíření. Převažuje potřeba uspořádat více přednášek a besed se zajímavými osobnostmi, cestovateli, literární besedy, besedy o přírodě, ale také na cyklus přednášek týkající se úpravy prostředí. Další požadavek se zaměřuje na akce s tématem první pomoc a na zpívání. Dva z respondentů navrhuji častěji organizované poznávací výlety. Z těchto odpovědí bude KC čerpat při plánování akcí v budoucnu.

Ad b)

Dotaz na spokojenost s činností KC byla položena formou otázky, zda by klienti doporučili KC svým přátelům a známým, na kterou respondenti odpověděli ze 100% kladně.

Ad c)

Dotazník také zjišťoval, zda klienti znají jiné organizace, nabízející podobné služby jako KC. Přes 80% dotázaných odpovědělo, že ne, zbývajících cca 20% uvedlo, že ano. V soupisu organizací se objevovala jména již známých subjektů. S těmito organizacemi KC, případně SONS, již spolupracuje a v každém případě se bude chtít vyhnout duplicitě nabízených činností.

Tabulka 4: Návrh na změny, spokojenost klientů a jiná zařízení

OTÁZKA / ODPOVĚĎ	POČET RESPONDENTŮ	PODÍL
<b>13. Co by se mělo změnit, abyste navštěvoval/a v budoucnu KC Vrchlická častěji?</b>		
nic	38	66,7 %
jiný čas konání akcí	8	14,0 %
lepší dostupnost KC Vrchlická	3	5,3 %
lepší prostředí, či lepší přístup zaměstnanců KC Vrchlická	0	0 %
<b>nové aktivity, jiné návrhy, napište jaké:</b>	9	15,8 %
Dotazovat se klientů (dávat tuto otázku) na jednotlivé akce a činnosti a to i předem a i klientů, kteří se akce (činnosti) neúčastní (nezúčastnili).		
Přednášky a besedy se zajímavými lidmi z nejrůznějších oblastí – viz dřívější podobné.		
Akce Tyflocentra Praha. Cyklus besed na téma úprava prostředí.		
Jak jsem již předestřela, vyhovovalo by mi více výjezdů.		
Kdyby si člověk nemusel shánět vlastní doprovod.		
Cestovatelské přednášky, literární besedy, přednášky o přírodě a zvířatech.		
Uvítal bych pozdější konání akcí, jsem pracující.		
Uvítal bych vícedenní poznávací výlety.		
Více akcí v klubovně v Krakovské.		
První pomoc.		
Zpívání.		
<b>14. Doporučil/a byste návštěvu KC Vrchlická svým přátelům a známým?</b>		
ano	57	100 %
ne	0	0 %
<b>15. Znáte jiné obdobné zařízení, jako je KC Vrchlická?</b>		
ano, napište jaké:	11	19,3 %
ne	46	80,7 %
Obdobná zařízení jsou např. kluby seniorů nebo nízkoprahová zařízení pro děti a mládež.		
Navštěvuji Elpidu s aktivitami pro seniory.		
Tyflocentrum v Ústí nad Labem		
Rehabilitační centrum Dědina		
Okamžik, Krakovská		
Centrum Dědina		
KC Prádelna		
Krakovská		
Okamžik		
Dědina		

Zdroj <sup>40</sup>

<sup>40</sup> Autor práce, 2020 (dotazníkové šetření)

## 2.6 Plány do budoucna

KC chce v budoucnu udržet a dále rozvíjet aktivity, které jsou důležité pro udržení stávajících či vznik nových komunitních skupin, které se soustřeďují kolem konkrétní volnočasové aktivity. Jsou to: Mezinárodní dáma, promítání komentovaných filmů a ambientně rockové večery. Z grantu Prahy 5 by ráda získala finance na pořízení mluvících šachových hodin, které bude používat při trénincích a soutěžích v Mezinárodní dámě, ale není vyloučeno, že založí i šachový kroužek. Tato aktivita by mohla mít podobný efekt jako dáma, ale s tím rozdílem, že šachy jsou složitější hra a že se pravděpodobně vytvoří komunita z dosud zcela neznámých zrakově postižených šachistů.

Nadále chce KC podporovat vyhledávání možných sportovců v simulované střelbě, proto bude i v budoucnu pokračovat v trénincích zvukové střelby. Častěji než doposud by chtělo KC nabízet ve spolupráci s SK Slavia Praha a TJ Zora Praha účast na bowlingových turnajích a jiných sportovních akcích. V ideálním případě se podaří v rámci KC utvořit amatérský sportovní kroužek (partu), ze kterého se pak budou rekrutovat sportovci s výkonnostními ambicemi. Takové však KC bude navigovat na specializované sportovní oddíly.

KC bude i nadále vyhledávat zajímavé osobnosti i témata pro pořádání besed a přednášek, protože dotazníkový průzkum potvrdil zájem klientů o tyto akce. Tyto aktivity sice nejsou příliš přínosné pro rozvoj komunitních skupin, ale některým klientům mohou výrazně dopomoci k osobnostnímu růstu. Mohou mít také silně motivační efekt a to zvláště v případě, kdy je protagonistou osoba se zrakovým postižením, která dosáhla jistého společenského uznání.

Průzkum překvapivě potvrdil značný zájem o návštěvu divadel. Tuto poptávku bude těžké uspokojit. KC se však pokusí klientům vyhovět a pro začátek zajistit návštěvu spíše malých pražských divadelních scén (např. Divadlo v Řeznické, Ypsilonka, Divadlo Na zábradlí, Kalich apod.), kde jsou herci díky uspořádání prostoru v těsném kontaktu s hledištěm. Předpoklad je, že slabozrací alespoň částečně uvidí a že zvuky přicházející z jeviště (kroky, usedání na židli, bouchání dveřmi, pohyb jednajících postav po jevišti) budou moci i nevidomí identifikovat sluchem.

Za velmi pozitivní z hlediska utvoření skupiny považuje KC organizování poznávacích zájezdů a to i dvoudenních. Slabozrací a nevidomí nemohou řídit dopravní prostředky. Cestování je pro ně jednou z nejvíce komplikovaných operací. Zvláště do míst, kde se nepohybují pravidelně (do práce, na tréninky atd.). Přitom, stejně jako zdraví lidé, rádi poznávají neznámé. Uspořádání výletu a umožnění zažít zrakově postiženým něco mimořádného je více než žádoucí. Zvláště budou-li zájezdy dvoudenní a bude dostatek času na vyprávění zážitků při večerním posezení ve stejně naladěné skupině. Tato aktivita bude velice náročná na organizaci, na počet asistentů i finance. Vynaložené úsilí by však mělo „pozitivně narušit“ stereotyp nevidících a zrakově postižených klientů KC a přispět ve velké míře k jejich osobnostnímu rozvoji.

## **2.7 Možná rizika**

Přes zřejmou koncepci, kterou KC již po tři roky naplňuje, jsou zde různá úskalí, která práci centra ztěžují.

Starší lidé se zrakovým postižením, kteří se již se svou vadou narodili, či ji mají již delší dobu, jsou většinou zvyklí aktivně trávit svůj volný čas. Takové klienty už má ve své péči SONS nebo jiná organizace. Mnohem náročnější, ale zároveň také důležitější, je aktivovat osoby, které přišli o zrak až později, nebo generaci mladých nevidomých a slabozrakých dospělých. Krom jiného i z důvodu předcházení vzniku závislosti na alkoholu, drogách, sociálních sítích.

Starší občané mají strach z nových věcí, bojí se chodit mimo domov a zároveň se bojí zapojování do neznámé společnosti. U mladší generace je problém spíše v neaktivním trávení volného času, resp. trávení času u počítače, tabletu či telefonu.

Mladší klienti centra jsou velice nespolehliví v docházce na aktivity. Přestože přislíbí účast, bez jakékoliv omluvy se akce nezúčastní. Je to velmi nezodpovědné hlavně vůči asistentům, kteří si často musí svůj program přizpůsobit. Starší klienti centra jsou v tomto směru mnohem zodpovědnější.

Problematické je také určení, kdy se která akce, nebo aktivita, uskuteční. Především pracující klienti nemají možnost se zúčastňovat aktivit v brzkých odpoledních hodinách. Někteří naopak upřednostňují aktivity brzy odpoledne, aby se dostali včas v pořádku domů. Velký problém je pak u celodenních akcí, pokud se konají ve všední dny.

Negativní dopad na aktivity KC má inkluze. Mladí nevidomí jsou dnes zvyklí využívat služeb svých asistentů natolik, že nemají potřebu se scházet s ostatními zrakově postiženými. Připravují se tím o možnost řešit své problémy s lidmi, kteří by jim v nesnázích byli schopni poradit díky vlastní zkušenosti. „Zhýčkanost“ mladých, kteří prošli inkluzí, se také velice negativně projevuje na nesamostatnosti nevidících např. na výletech, při praktických dílnách apod.

Několik akcí se v minulosti nepodařilo zorganizovat z důvodu negativního přístupu oslovených organizací. Mnohé z nich si kladly podmínky, které nebylo KC schopno splnit (pohyb prostorem, nedotýkání se exponátů). Před každou návštěvou určité expozice, výstavy atp. je na to nutné pamatovat. KC musí tedy vybírat takové organizace, kde je přístup k lidem se zrakovým postižením přátelský.

Posledním, naštěstí ojedinělým problémem je kombinace zrakového postižení s další poruchou nebo postižením současně. Jedinec může mít kromě vady zrakové jinou smyslovou vadu (např. hluchoslepota), nebo může trpět poruchou autistického spektra, dyspraxií, mít ADHD, mentální postižení apod. Setkání s takovým klientem je náročné, ale ne nemožné. Vyžaduje od pracovníka KC i od osobního asistenta velkou dávku trpělivosti, empatie a vysoce individuální přístup.

## ZÁVĚR

Tato práce se pokusila vystihnout význam KC Vrchlická a podrobně zanalyzovat první tři roky jeho činnosti. Z dotazníkového šetření a z analýzy pak vyplývají určité zásady a směry, kterými by se další aktivity KC měly ubírat.

Vycházejme z toho, že k navázání vztahů, přátelství a potažmo vytváření sociálních skupin dochází všude tam, kde se lidé scházejí. Děje se to všude, ve škole, na pracovišti, při sportu či zájmové činnosti. Větší vliv na utvoření sociální skupiny mají ty aktivity, které se opakují pravidelně. Důležité jsou však i krátkodobější akce, jež mohou být zárodky trvalejších aktivit a které soustřeďují jedince s určitým zájmem. Zrakové postižení je jen jakousi specifičností, které je pak přizpůsoben obsah a forma.

Čím častěji se aktivita opakuje, tím užší sociální vztahy se tvoří a skupina získává trvalejší ráz. Velmi pozitivním aspektem při tom je, když jednotlivci (a nemusí se nutně jednat jen o slabozraké či nevidomé) dostanou prostor k vyjádření svého názoru, když je někdo vnímá a jejich názory a postoje jsou ostatními brány vážně.

KC se zaměřuje výhradně na volnočasové aktivity a prostřednictvím nich se pokouší propojit jedince se zrakovým postižením s podobnými zájmy. Často vidíme, že zájem je nadřazen věku, protože účastníci hry, promítání, besed, poznávacích výletů i dalších akcí jsou různých věkových skupin a zájem o danou problematiku či téma je tím, co je spojuje.

Na základě stanovených hypotéz lze konstatovat, že KC Vrchlická poskytlo platformu k častější účasti (dříve než před vznikem KC) na společenském životě osob se zrakovým postižením, že vznikla alespoň jedna nová sociální skupina a že aktivity centra přispěly k osobnostnímu rozvoji jeho klientů.

KC proto bude ve své činnosti i nadále pokračovat, neboť fungování KC Vrchlická má smysl a mělo by i v případě, že by pomohlo jen jednomu zrakově postiženému člověku. Potěšující je, že spokojených klientů je mnoho.



## SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

### Seznam použitých českých zdrojů

HAMADOVÁ P., L. KVĚTOŇOVÁ, Z. NOVÁKOVÁ, *Oftalmopedie*. Brno: Paido, 2007.  
ISBN 978-80-7315-159-1

Havlík, R. *Úvod do sociologie, Učební text pro posluchače Pedagogické fakulty*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2007. ISBN 978-80-246-1385-7

JANEČKA, Z., L. Bláha. *Motorické kompetence osob se zrakovým postižením*. Olomouc: 2013, Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury. ISBN 978-80-244-3953-2

Michálek, M. *Žít jako vy aneb rovné příležitosti pro nevidomé*. Praha: Okamžik, 2016. ISBN 978-80-86932-44-6

PAUKNEROVÁ, D. a kol., *Psychologie pro ekonomy a manažery, 2. přepracované a aktualizované vydání*. Praha: GRADA Publishing, 2006. ISBN 80-247-1706-9

### Seznam použitých internetových zdrojů

DATABÁZE ČESKÉHO AMATÉRSKÉHO DIVADLA. *Soubory: Verva* [online]. [cit. 22. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.amaterskedivadlo.cz/main.php?data=soubor&id=7293>

LETEMSVĚTEMAPPLEM. *Remote Assistant: aplikace ze Slovenska, která dobývá svět těch, kteří jej nevidí* [online]. [cit. 17. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.letemsvetemapplem.eu/2014/06/18/remote-assistant-aplikace-ze-slovenska-ktera-dobyva-svet-tech-kteri-jej-nevidi/>

LUDÍKOVÁ, I., V. STOKLASOVÁ. *Tyflopedie pro výchovné pracovníky*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, 2005. [online]. [cit. 13. 1. 2020]. Dostupné z: <https://uss.upol.cz/wp-content/uploads/2015/01/Tyflopedie-pro-v%C3%BDchovn%C3%A9-pracovn%C3%ADky.pdf>

MAREK MOFLÁR. *O mně* [online]. [cit. 18. 1. 2020]. Dostupné z: <http://marekmoflar.cz/o-mne>

Národní technické muzeum. *Prezidentský vlak byl oceněn v soutěži Gloria musaealis - muzejní počín roku 2018* [online]. Copyright © Národní technické muzeum, 2000 [cit. 13. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.ntm.cz/aktualita/prezidentsky-vlak-Gloria-musaealis>

NESMÍR UNIVERSUM. *Nesmír* [online]. [cit. 22. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.nesmir.cz/>

PARLAMENTNÍ LISTY. *Akce „Nevidomí v metru“ přiblíží prostory metra zrakově znevýhodněným* [online]. [cit. 27. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.parlamentnilisty.cz/zpravy/tiskovezpravy/Akce-Nevidomi-v-metru-priblizi-prostory-metra-zrakove-znevychodnenym-578341>

Pélion, vzdělávací portál o výpočetní technice pro zrakově postižené. *Nesmír plný 3D!* [online]. [cit. 20. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.portal-pelion.cz/nesmir-plny-3d/>

SHOWDOWN STOLY. *Showdown - aplikovaný stolní tenis* [online]. [cit. 17. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.showdown-stoly.com>

SONS. *Akce Komunitního centra Vrchlická* [online]. [cit. 30. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/projekty/kcvrchlicka/akce>

SONS. *KC Vrchlická* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/kcvrchlicka>

SONS. *Motto* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/motto>

SONS. *Kontakty* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/kontakty>

SONS. *O nás* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/onas>

SONS. *Struktura* [online]. [cit. 8. 1. 2020]. Dostupné z: <https://www.sons.cz/struktura>

SURVIO. *Všeobecné podmínky* [online]. [cit. 29. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.survio.com/cs/vseobecne-podminky>

SVĚTCHYTŘE.CZ. *Vyzkoušeli jsme chytré brýle, které lidem vrací zrak* [online]. [cit. 13. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.svetchytre.cz/a/SEeat/vyzkouseli-jsme-chytre-bryle-ktere-lidem-vraci-zrak>

TJ ZORA PRAHA, *Oddíly, Zvuková střelba* [online]. [cit. 17. 1. 2020]. Dostupné z: <http://www.tjzora.cz/stare>

## SEZNAM ZKRATEK

ČR – Česká republika

DPP – Dopravní podnik hlavního města Prahy

KC – komunitní centrum

o.p.s. – obecně prospěšná společnost

SK – sportovní klub

SONS – Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých České republiky, z. s.

TJ – tělovýchovná jednota

z. s. – zapsaný spolek

## SEZNAM GRAFŮ A TABULEK

### Seznam grafů

Graf 1: Návštěvnost aktivit (otázka č. 8)

Graf 2: Význam aktivit pro osobnostní rozvoj, utvoření skupiny a navázání vztahů (otázka č. 10)

Graf 3: Význam KC Vrchlická pro navázání nových společenských vztahů (otázka č. 11)

Graf 4: Nové zájmové činnosti (otázka č. 12)

## Seznam tabulek

Tabulka 1: Oční klasifikace

Tabulka 2: Základní parametry

Tabulka 3: Nejoblíbenější aktivity

Tabulka 4: Návrh na změny, spokojenost klientů a jiná zařízení

## SEZNAM PŘÍLOH

Obrázek 1: Seminář Guide.....	I
Obrázek 2: Návštěva Dinoparku.....	II
Obrázek 3: Prohlídka prezidentského vlaku.....	III
Obrázek 4: Vycházka do parku Cibulka.....	IV
Obrázek 5: Prostor KC připraven na trénink v Mezinárodní dámě.....	V
Dotazník.....	VI–IX

## PŘÍLOHY

### OBRÁZKY<sup>41</sup>

Obrázek 1: Seminář Guide



<sup>41</sup> Zdroj veškeré přiložené fotodokumentace: autor práce, 2017–2019.

Obrázek 2: Návštěva Dinoparku





Obrázek 3: Prohlídka prezidentského vlaku



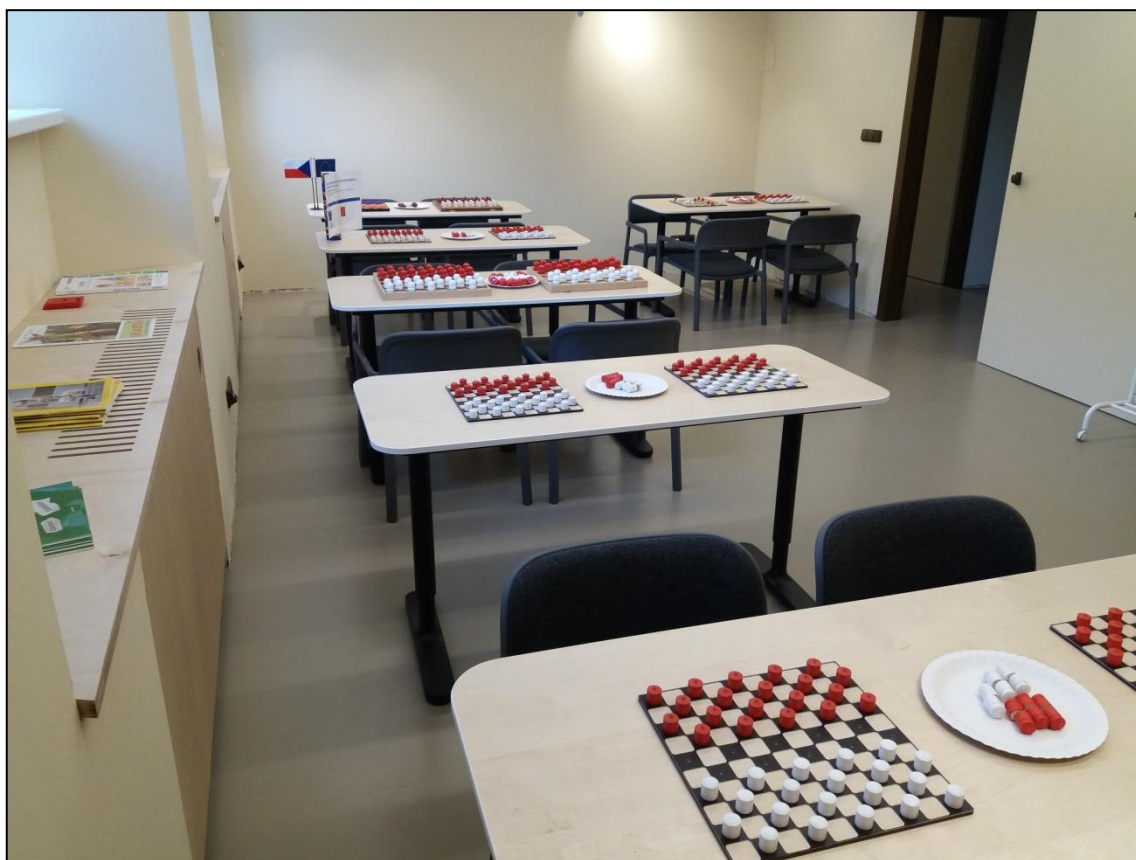


Obrázek 4: Vycházka do parku Cibulka





Obrázek 5: Prostor KC připraven na trénink v Mezinárodní dáme



## DOTAZNÍK

1. Jste muž/žena?

- muž
- žena

2. Kolik je Vám let?

- 18 - 30
- 31 - 50
- 51 - 65
- 66 a více

3. Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- základní
- středoškolské (s vyučením/bez vyučení, s maturitou/bez maturity, odborné i neodborné)
- vysokoškolské

4. Stupeň Vašeho zrakové postižení?

- nevidomý/á
- těžce zrakově postižený/á
- slabozraký/á
- bez zrakové vady

5. Bydlíte, studujete či pracujete v Praze?

- bydlím v Praze
- pracuji nebo studuji v Praze
- Nebydlím, nepracuji ani nestuduji v Praze

6. Jste členem SONS ČR, z. s.?

- ano
- ne

7. Kolikrát jste navštívil/a v letech 2017-2019 KC Vrchlická?

- 1 x
- 2 x - 5 x
- 6 x - 10 x
- Víc než 10 x

8. Které z následujících aktivit jste navštívil/a? (Možno více odpovědí.)

- seminář (Šikana a jak se jí bránit, Prevence proti dluhům, Aktivní stárnutí, Kurzy práce se speciální výpočetní technikou – vzdálený asistent, software Dolphin Guide, Zdravý životní styl a prevence obezity, Navazování sociálních vztahů a neverbální komunikace)
- muzeum, výstava, expozice (Muzeum studené války, Dinopark, výstava Future port Prague, Prezidentský vlak)
- beseda nebo přednáška (beseda o Skotsku, o včelách, Braillovský tisk a grafika, Beseda s Petrem Duškem na téma vesmír)
- promítání komentovaných filmů
- ambientně-rockový večer
- vycházka do přírody (park Cibulka, Stromovka)
- divadlo (Divadlo Verva)
- praktická dílna (základy líčení, Jak mít styl)
- mezinárodní dáma
- sportovní akce (Bowlingový turnaj SK Slavia Praha, Sporty POSLEPU TJ Zora Praha)
- individuální poradenství
- ostatní aktivity

9. Která z aktivit Vám nejvíce vyhovovala a proč? (Nepovinná otázka.)

.....  
.....  
.....

10. Při mé účasti na akcích KC Vrchlická jsem: (Možno více odpovědí.)

- se dozvěděl/a zajímavé informace,
- využil/a smysluplně svůj volný čas,
- zažil/a něco nového,
- zažil/a něco, co bych bez nabídky KC Vrchlická nikdy sám/sama nepodnikl/a,
- si zasportoval/a,
- poměřil/a svoje síly s jinými,
- poznal/a místa, které bych bez KC Vrchlická nikdy nepoznal/a,
- mohl/a sdílet svůj zážitek s druhými lidmi,
- navázal/a nové kontakty,
- pocítil/a, že někam patřím,
- se cítila méně osamělý/osamělá,
- Ani jedna z nabízených odpovědí nevyhovuje.

11. Našel/la jste si v KC Vrchlická nové přátele či kamarády?

- ano
- ne

12. Přiměla Vás návštěva KC Vrchlická k tomu, abyste začal/a aktivně vykonávat nějakou zájmovou činnost, kterou jste před tím nevykovoval/a?

- ano
- ne

13. Co by se mělo změnit, abyste navštěvoval/a v budoucnu KC Vrchlická častěji?  
(Možno více odpovědí.)

- nic
- jiný čas konání akcí
- lepší dostupnost KC Vrchlická
- lepší prostředí, či lepší přístup zaměstnanců KC Vrchlická
- nové aktivity, jiné návrhy, napište jaké:

.....  
.....

14. Doporučil/a byste návštěvu KC Vrchlická svým přátelům a známým?

- ano
- ne

15. Znáte jiné obdobné zařízení, jako je KC Vrchlická?

- ano
- ne

Pokud ano, napište jaké:

.....  
.....

Konec dotazníku.

## BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

**Jméno autora:** Karel Novotný

**Obor:** Vzdělávání dospělých

**Forma studia:** kombinované studium

**Název Práce:** Komunitní centrum pro podporu nevidomých a slabozrakých Vrchlická

**Rok:** 2020

**Počet stran textu:** 58

**Celkový počet stran příloh:** 9

**Počet titulů českých použitých zdrojů:** 5

**Počet titulů zahraničních použitých zdrojů:** 0

**Počet internetových zdrojů:** 20

**Vedoucí práce:** PhDr. Marie Vacínová, CSc.