



Tyfloturistický
oddíl z.s.



Výroční zpráva

2023

Kontakty:

Klára Krupová, předsedkyně spolku
krupova.klara234@gmail.com, tel.: 721930019.

Kateřina Kolářová, členka rady spolku, administrativní pracovnice, pokladní
kolarova.kacka@centrum.cz, tel.: 733 811 959.

Anastázie Bendová, členka rady spolku
stazka.bendova@gmail.com, tel.: 733 122 126.

<http://www.tyfloturistak.cz>
<http://facebook.com/tyfloturistak>
Instagram: tyfloturistak

tyfloturistak@gmail.com
sobipobyty@gmail.com

Schöfflerova 2054/40, Žižkov, 130 00 Praha 3

IČO: 67980198

Bankovní spojení: 2902408848 / 2010 (FIO banka)

Poděkování:

- Nadačnímu fondu Českého rozhlasu ze sbírky Světluška v částkách 328 600,- a 420 500,-
- Optice Eurooptik a Dioptraoptik za individuální podporu 2 klientů v celkové částce 30 000,-
- Café Prostoru za bezplatné uskladnění našich materiálních statků (lyže, spacáky, kotlíky apod.),
- vedení a pracovníkům Základní školy Jaroslava Ježka – školy pro zrakově postižené,
- rodičům dětí,
- našim rodinám,
- bývalým, současným a budoucím vedoucím.

Poslání a zaměření organizace

Tyfloturistický oddíl, z. s. (do roku 2015 známý pod jménem Občanské sdružení pro podporu Tyfloturistického oddílu, o.s.) byl založen v roce 1998. Tradice letních táborů a dalších akcí pro děti se zrakovým postižením se však zrodila již na sklonku 70. let a my se snažíme na tuto tradici navazovat.

Naším cílem je organizovat a podporovat celoroční volnočasové aktivity dětí, mládeže a dospělých se zrakovým znevýhodněním, zejména v oblasti sportu a turistiky. Za tímto účelem pořádáme každoroční akce, mezi které patří především zimní lyžařský kurz, vodácký výlet, letní tábor, podzimní prázdniny a v Praze pravidelné oddílové schůzky. Těší nás, že nabízíme dětem se zrakovým postižením možnost, jak trávit svůj volný čas aktivně, radostně a smysluplně.

Naše akce jsou primárně určeny pro děti a mládež se zrakovým znevýhodněním. Jezdí s námi ale také děti s kombinovaným postižením. V posledních letech jsme si ověřili, že jsme schopni přizpůsobit naše akce i potřebám dětí s různými dietetickými specifiky, jako je například celiakie, laktózová intolerance apod.

V letošním roce jsme vytvořili nový projekt Sobí pobyty, který je určen pro účastníky 15+ a zjistili jsme, že získáváme mnoho zájemců z řad osob, kteří přicházejí nebo přišli o zrak v pozdějším věku.

Personální zajištění

Chod našeho spolku zajišťují členové rady a dobrovolníci. Na valných hromadách v roce 2022 jsme se shodli na profesionálnější směřování Tyfloturistického oddílu, od kterého se odvíjí i větší časová náročnost přípravy akcí a celkové koordinace akcí, které náš oddíl pořádá. Z těchto důvodů již druhý rok finančně podporujeme členy Rady, kteří zajišťují získávání finančních prostředků, sepisují granty a celkově koordinují chod Tyfloturistického oddílu. Dobrovolnická práce je stále nedílnou součástí fungování spolku, dobrovolníci zajišťují organizaci akcí, program akcí, jejich plynulý průběh. Skladba vedoucích je velice pestrá, svůj volný čas oddílu věnují studenti středních škol, vyšších odborných a vysokých škol různého typu, zaměstnaní lidé i matky na rodičovské dovolené.

Na vedení oddílových schůzek se podílí přibližně 5–8 vedoucích. Na ostatní akce jezdí podle potřeby v závislosti na počtu účastníků od 5 do 30 vedoucích. Spolek má ke konci roku 19 členů.

Cíle spolku pro následující rok

Rok 2023 přinesl mnoho změn a to hlavně kvalitativních. Mgr. Klára Krupová letošní rok fungovala na placené pozici – koordinátor projektu. Tato pozice přinesla mnoho benefitů a přispěla ke zkvalitnění a zvyšování hodnoty jednotlivých akcí. Letošní rok tak bylo možné pořádat nejen akce v rámci Tyfloturistického oddílu, kterých bylo celkem 8, ale zároveň bylo možné věnovat

mnoho energie do nově vznikajícího projektu Sobí pobyty. V rámci sobích pobytů vzniklo 6 jedinečných pobytů různého zaměření. Kláru tak i nadále budeme podporovat v její činnosti a v tom, aby pracovala pro Tyfloturistický oddíl i v následujícím roce. Vážíme si toho, že Světluška, jakožto náš největší podporovatel vnímá, jak důležité je podporovat lidi, aby zůstali v oboru a věnovali se vytváření kvalitního programu pro osoby, jako jsou naši nevidomí klienti.

Dobrovolníci jsou článek, bez kterého by žádné akce nebyly realizovatelné. Moc si vážíme každého jednoho dobrovolníka, který věnuje svůj volný čas Tyfloturistáku. Určitě budeme pokračovat v již osvědčených víkendovkách pro vedoucí, uvědomujeme si, že dobrovolníci tvoří atmosféru akcí a proto je velmi důležité, aby se tým ladil a stmeloval, Zároveň v rámci víkendovek proškoluje naše vedoucí a zároveň máme možnost se poznat s novými vedoucími a dát jim prostor se začlenit. To vše je však důležité hlavně pro naše účastníky, kterým tímto můžeme nabídnout bezpečné prostředí na jednotlivých akcích.

V rámci následujícího roku máme v plánu pokračovat v pořádání tradičních akcí v rámci Tyfloturistáku a zároveň se chystáme rozšířit repertoár Sobích pobytů, které našly i přes nově vznikající projekt, velké zalíbení.

Sobí pobyty jsou projektem, který vznikl jako nadstavba a inovace. Tyto pobyty mají za cíl jít více do hloubky, ať už se jedná o zpěv, pohyb, meditaci, naslouchání (si) či prostou všímavost. Sobí pobyty vznikly s cílem vytvořit prostor, kde se budou účastníci cítit bezpečně a díky tomu si naplno dovolit se projevit. Vyzkoušet si to, co se báli vyzkoušet, udělat krok do neznáma, zároveň si to zažít i s druhými, což bourá pocity, že jsme v tom sami. Letošní rok se podařilo uspořádat 6 pobytů a každý jeden byl výjimečný. A jelikož letos jsme to poprvé mohli uvést do praxe, již teď můžeme říct, že vnímáme obrovský smysl a přínos a je to určitě projekt, ve kterém budeme i příští rok pokračovat. Naším plánem je sobí pobyty ještě o dva pobyty navýšit, jelikož témat, kterým se můžeme věnovat, je opravdu dost a chceme nabídnout co nejširší spektrum pobytů, aby si každý našel to své.

Shrnutí roku

Cítíme obrovskou vděčnost, kolik se toho letos podařilo a kolik báječných a různorodých pobytů jsme mohli uspořádat a jaký o ně byl zájem. Tyfloturistický oddíl se letos rozrostl o Sobí pobyty, které přinesly nový prostor pro věkovou kategorii 15+. Tyto pobyty na trhu chybí a mnoho dospělých nenachází možnost vyžití, spolusdílení a spolubytí s lidmi s podobnou životní zkušeností. Sobí pobyty tuto oporu plně nabízejí. Sobí pobyty zároveň slouží jako bezpečný prostor, poznávání sebe sama a sdílení.

Zároveň Tyfloturistický oddíl byl letos obohacen o dvě akce, kterých se ujali naši odrostlí nevidomí, kteří bývali účastníky našich akcí. Vnímáme jako obrovský přínos pro nevidomé se dále rozvíjet jakožto vedoucí nebo organizátor akce. Bereme naše nevidomé jako plnohodnotné členy týmu a záleží nám na jejich dalším rozvoji a posunu.

Příští rok máme v plánu pokračovat v tom, co jsme letos začali. Tedy, dále udržet podobný počet akcí Tyfloturistáku a rozšířit záběr sobích pobytů, kde bychom rádi zahrnuli i jiné oblasti kromě zpěvu, lesního pobytu a pohybově zaměřeného pobytu.

Aktivity v roce 2023

Středeční schůzky (každý lichý týden ve středu)

Po Novém roce jsme středeční schůzky započali cestou kolem světa v Náprstkově muzeu. Vyzkoušeli jsme nástroje v Popmuzeu i Muzeu Hudby, rozvibrovaly africké bubny djembe, poznali léčivé rostliny všemi smysly a otestovali své divadelní schopnosti na workshopu ve Werichově vile. Zahráli jsme si na geology v Geologickém ústavu, prozkoumali sochy v legendárním ateliéru Kafkárna a navštívili jsme i Fakultu architektury, kde na nás čekaly haptické modely známých budov a otevřené ateliéry. Nebyly by to pravé schůzky bez závěrečné žranice – tentokrát v podobě pikniku na Petříně. Těšíme se zase v novém školním roce!

Letošní Středeční schůzky jsme klasicky započali seznamovacími hrami v budově Ježkovy školy. Zkusili jsme například tipovat, kolik z nás například někdy jedlo brouky, zahráli si na sochaře a nesmělo chybět ani klasické divadelní představení na závěr. Z řad účastníků pak přišlo mnoho návrhů na aktivity do dalších Střed. Kvůli podzimním prázdninám jsme se potkali opět až za měsíc a ve velmi skromných počtech. To však nebránilo příjemné podzimní procházce po zahradách Břevnovského kláštera benediktinů. Díky ochotě jednoho z mnichů jsme mohli navštívit i pavilon Vojtěška, ve kterém se nachází stejnojmenný pramen, který historicky údajně způsobil, že se klášter dnes stojí. Druhá listopadová Středa zamířila na výstavu české a slovenské architektury do jízdáren Pražského hradu. Účastníci zde mohli díky haptickým modelům prohlédnout nejvýznamnější architektonické objekty z celého území Čech i Slovenska. V tomto roce nás čekají ještě dvě schůzky, návštěva vánočních trhů a klasické pečení a tvoření cukroví v cvičném bytě školy Jaroslava Ježka.



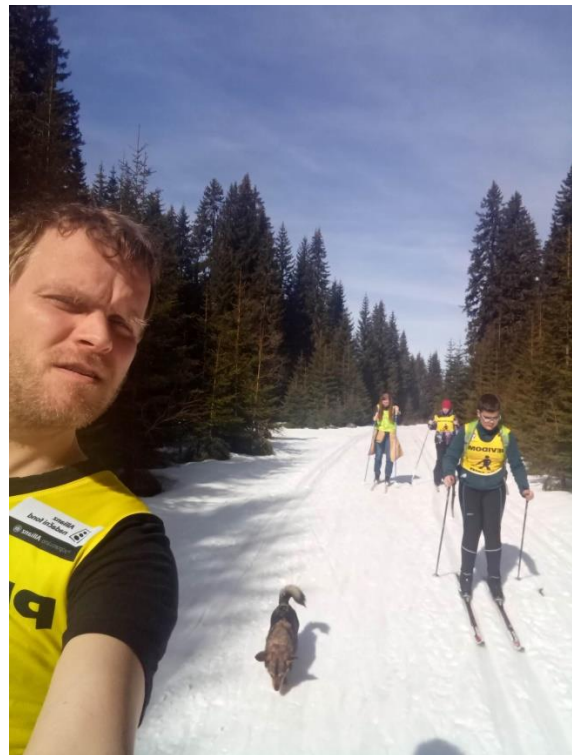
Jarní prázdniny (30.1.-4.2.)

Třetí březnový týden jsme se vydali na nám již známou chatu Lesní moudrosti do Filipovy Huti, zprvu to vypadalo, že běžky ani nevytáhneme, neboť týden před naším příjezdem přišlo a sníh téměř všechen roztál, my se však nevzdali a běžky si s sebou vzali. Šumava nám nachystala všechny podoby svého jarního počasí, v dešti jsme se vydali na bazén, za sluníčka se věnovali opalování při procházce, na čerstvém sněhu jsme mohli řádně běžkovat dokonce i tři dny a také jsme si vyzkoušeli rozmanitost jarních potůčků na turistických trasách.

Týden byl rozmanitý, každý večer bylo potřeba přizpůsobit chod dalšího dne aktuálnímu počasí a možnostem účastníků. Večer jsme se vždy rozdělili do malých skupinek, které si ráno vyvolily svůj program, dle svého aktuálního sportovního nasazení či potřeby odpočinku. Rozdělovali jsme si také služby v kuchyni, takže všichni účastníci měli možnost podílet se na vaření.

Večerní čas byl určen diskusím, sdílením zážitků a zpívání, jak už, tak bývá na našich akcích zvykem. Také tradiční hledání talentů proběhlo, tentokrát zvítězil Honza se svým recitálem, další nám předváděli svá hudební vystoupení nebo také akrobacii s psím kamarádem, celá show byla velmi rozmanitá.

Akce se zúčastnilo 12 účastníků a 11 vedoucích, což byl opravdu minimální počet vedoucích pro vystřídání se u programů a možnosti běžkovat i objevovat turistické trasy individuálním tempem.



Voda (1.-4.6.)

Akce byla trochu postižena odhlašování dětí na poslední chvíli. Přesto jsme naplnili dva rafty a dvě kanoe. Na přání dětí jsme letos jeli největší vodáckou řekou Vltavu.

První a druhý den se spalo v Českém Krumlově v kempu U Tří borovic, který byl skoro celý jen náš. To bylo moc příjemné a akci to dodalo tradičně rodinný ráz. První den plutí byl hlavně o sjíždění jezů, kterých je před a v Krumlově požehnaně. Statečné děti zůstávaly na lodích a sjížděly jezy spolu s vedoucími. Nestihli jsme procházku po městě ve dne, ale udělali jsme si ji večer a o to byla kouzelnější.

Druhý den jsme pluli příjemnou přírodou pod Krumlovem až do kempu Zlatá Koruna. I v tomto kempu bylo příjemně, protože nám dovolili spát zcela vzadu za ostatními stanujícími. Opékali jsme buřty a hráli na kytaru. Poslední den jsme dojeli do kempu u Kelta, kde končila naše cesta a dali si tam moc dobré palačinky. Na letošní vodě se nepřevertala ani jedna loď. Také počasí bylo ideální, i když tomu, kdo nepádlouval, byla občas zima.

Víkendovky pro vedoucí

Beroun

Celá akce byla určena pouze pro vedoucí účastníci se tábora. Jejím cílem bylo totiž naplánovat hrubý koncept táborového programu, zvolit téma apod. První den akce, tj. pátek, se účastníci dopravili na místo konání v klubovně Turistického oddílu mládeže. Doprava probíhala po vlastní ose, načež jsme si společně dali večeři a probrali jsme některé obecné podněty k fungování tábora apod. Druhý den jsme po společné snídani podrobněji diskutovali o programu tábora, změnách, které jsme nadhodili již předchozí večer a rozdělovali si úkoly týkající se programu (tzn. hlavně jsme rozhodli, kdo bude v programovém týmu). Odpoledne jsme si pak byli odpočinout při procházce po Berouně zakončené prohlídkou medvědího výběhu. Během celého dne se někteří účastníci odpojovali a jiní naopak dorazili. Večer jsme probírali další dílčí záležitosti týkající se programu tábora (např. slepejše) a celý den jsme zakončili společným sledováním filmu. Následující den už nastal odjezd, takže po snídani, úklidu a předání klubovny jsme se všichni, každý opět sám za sebe, dopravili domů. Všechny cíle, které jsme k této víkendovce dali, jsme splnili, dokončili jsme koncept tábora, nastílnili některé hry a ujasnili si změny, které chceme, aby se letos na táboře uskutečnily. Víkendovky se zúčastnilo 12 vedoucích.

Čížov

Tradiční předtáborová víkendovka, kde zasvěcujeme do tajů Tyfloturist'áku nové vedoucí, podrobně probíráme průběh tábora hodinu po hodině, na základě programu tvoříme jídelníček a představujeme si všechny účastníky s jejich specifiky. Důležité úkoly ke splnění také jsou: vyzkoušení si postavit stan a jíst poslepu, otestovat nové orientační techniky a pomůcky, vytvořit odměny za slepejše a ujasnit si postup při krizových situacích. Tato akce je velmi důležitá, abychom mohli na táboře vytvořit skvělou atmosféru, důvěřovat si a vznikl bezpečný prostor pro účastníky plný pozitivních zážitků.

Víkendovky se zúčastnilo 25 vedoucích.

Letní tábor v Jindřichovicích pod Smrkem (14. – 28.7.)

Tábor, který se jako již tradičně letos konal druhé dva týdny v červenci (tj. od 14. do 28. července) v Jindřichovicích pod Smrkem, byl tentokrát na téma cestování časem. Využili jsme koncept celotáborové hry z roku 2019, kdy bylo téma také cestování, ale po různých zemích světa.

Každý den jsme se přesunuli do jiného časového období, se kterým se děti dopoledne seznámili na nauce, kde jim vedoucí zábavnou formou předávali informace o životě a událostech dané doby. Následný program dne se pak odvíjel od toho, kde jsme se zrovna nacházeli. Hry byly buď na téma vybraných historických událostí (jako např. husitské války nebo národní obrození), nebo měly dětem přiblížit životní styl toho kterého období (etiketa v 1. republice, rozvoj umění v renesanci apod.). Večer jsme potom vždy zjistili, kam se přesuneme příští den, přičemž jsme cestovali pomocí kouzelné cestovatelské knihy, v níž se každý den objevila sloka táborové hymny, vztahující se k dalšímu dni.

I tento rok si děti v průběhu tábora plnily tzv. slepejše. Někteří z nich (např. slepejš hladu nebo slepejš posilování) zůstali stejné jako v minulých letech, některé jsme ubrali a některé naopak přidali (např. slepejš mastičkářství, slepejš kronikářství).

Letos jsme přišli hned s několika inovacemi. První z nich bylo rozdělení dětí na dvě skupiny podle věku, díky kterému jsme mohli program více uzpůsobit pro mladší i starší děti. Samozřejmě většiny programu se děti účastnily společně, ale některé (zejm. večerní programy) probíhaly odděleně. Starší si tak mohli užít víc

propracovaný program, zatímco mladší se zapojili do her, které odpovídaly jejich věku, takže pro ně byly ve výsledku přínosnější a víc je bavily, nebo si mohly víc odpočinout.

I ptačka letos proběhla trochu netradičně, do Liberce jsme přijeli vlakem přibližně kolem poledne, načež jsme se rozdělili do dvojic dítě – vedoucí a šli jsme na oběd. Po obědě, který většina vedoucích pojala jako první výzvu, dostaly děti od svých vedoucích další úkoly, které měly ve městě plnit. Na závěr jsme se všichni sešli na jazzovém festivalu v parku na okraji Liberce, kde jsme den společně zakončili.

Poslední novinkou bylo letošní rozdělení puťákových skupinek. Děti nešly puťák ve skupinkách podle dovedností, ale ve svých táborových týmech. Slibovali jsme si od toho rozvinutí vůdčích a jiných schopností u starších členů, ale zároveň i menší děti tak byly lépe motivované ujit delší trasu, než v předchozích letech, což pro ně mohl být úplně nový zážitek.

Celý tábor jsme zakončili již tradiční poutí, při které si děti mohli projít stanoviště, každé na motivy období, kterými jsme procestovali, čímž jsme se vrátili zase zpátky do současnosti a mohli se tak rozjet zpátky do našich domovů.



Víkendovka Pipi dlouhá punčocha (27.9.-1.10.)

V Novém Městě na Moravě se sešlo 6 účastníků ve věku od 7 do 15 let a 10 vedoucích. Dva z vedoucích se po celou dobu akce starali o vaření, nákupy a vše kolem kuchyně. Program víkendovky jsme poskládali z různých příběhů z knihy Pipi Dlouhá punčocha, jež jsme na akci v tu správnou chvíli přečetli. Víkendovka byla určená pro mladší účastníky, hry byly připraveny adekvátně této věkové kategorii. Chodili jsme, tančili, zpívali, tvořili i pekli.

Cílem víkendovky bylo pomocí aktivit určených přesně pro jejich věkovou kategorii nechat se menší děti více projevit a zapojit je kompletně do programu. Tím jsme je chtěli povzbudit, aby se nebály více projevit a dokázat jim, že spoustu aktivit jsou schopné zvládnout samy. Zároveň jsme s nimi procvičovali praktické dovednosti, které ale nezkoušíme běžně na jiných akcích, jako je např. pečení perníčků nebo balení dárků.

Ve středu večer jsme se setkali v chatě Mercedes, která se na následující dny stala naší vilou Vilekulou. Účastníci se ubytovali, seznámili mezi sebou i s knihou Pipi Dlouhá punčocha.

Ve čtvrtek měla Pipi svůj narozeninový den a pořádala oslavu, na kterou naše dobrodruhy pozvala. Také nás poprosila, abychom na oslavu napekli pár perníčků. U plechu jsme se po jednom vystřídali, ostatní si zahráli sochy na zahradě. Druhou polovinu dopoledne jsme vymýšleli krátké hudební vystoupení, nejen, s využitím okarín, jež účastníci od Pipi dostali spolu s pozvánkou. Odpoledne jsme strávili v centru města, které jsme si krátce prohlédli. Účastníci si zároveň vyzkoušeli práci s penězi i úskalí zavřených obchodů o státním svátku. Jejich úkolem bylo sehnat ve dvojici narozeninový dárek pro naši oslavenkyni, tato hra byla podobná táborové ptačce. A když už jsme to hudební vystoupení dopoledne tak krásně vymysleli, nemohli jsme je nepředvést na náměstí (video najdete na našich sociálních sítích). Večer jsme si užili opravdovou narozeninovou party s dortem, diskotékou, frkačkami a prostě vším, co k tomu patří.

Druhý den víkendovky se naši pídítelé vypravili na celodenní výpravu za pokladem, o kterém se Pipi dočetla v knize po tatínkovi. Krásně jsme se prošli přírodou, i když nás cestou překvapilo několik záludných úkolů. Všechny nástrahy jsme ale společně překonali a získali jsme i vytoužený poklad, truhlu plnou čokoládových mincí a jiných dobrot. Před návratem do vily Vilekuly jsme za odměnu poseděli v kavárně. To největší dobrodružství ale účastníci zažili až poté, co se uondaní chůzí uvelebili ve spacácích. Nevítaná návštěva zlodějí se neobešla bez reakce. Za pomoci Tommyho a Aniky naši dobrodruzi přivolali Pipi na pomoc a pak už to šlo rychle. Tanec lupiče velmi rychle polepšil, i tak jsme je u nás přespat nenechali.

V sobotu jsme měli menší komplikace s policií. Přece jen, dům plný dětí bez jediného dospělého není úplně obvyklá záležitost. Naštěstí jsme policistovi unikli. Toho dne do městečka přijel cirkus a naši dobrodruzi se stali kandidáty na jeho nové zaměstnance. Ředitel si je potřeboval vyzkoušet, a tak jsme po zbytek dopoledne ve dvojicích účastník + vedoucí nacvičovali epická čísla všeho druhu. Ta jsme si v první části odpoledního programu předvedli, ředitel cirkusu z nás měl radost a všechny zaměstnal. Potom se stalo něco nečekaného. Ve vile Vilekule se objevil tatínek Pipi, král na ostrově Kurekuredutů. Po, pro něj prohraném, pěstním souboji s jeho dcerou ji požádal, aby s ním coby princezna odjela na jeho ostrov. Tuto událost jsme pořádně oslavili, slavnost lze přirovnat k táborové závěrečné pouti. Účastníci mohli libovolně obcházet různá stanoviště, např. foukání do okaríny na čas, poznávání hudebních nástrojů, páku apod. Večer jsme opékali špekáčky a zpívali u táboráku.

Neděle se nesla ve znamení loučení a uklízení. A abychom už nikdy nedospěli, dala nám Pipi strčprstkrkskou pililulku. Odříkali jsme kouzelnou formuli, Pipi odjela s tatínkem na ostrov Kurekuredutů a každý z nás odjel na ten svůj, domů.



Podzimky (26.-29.10.)

Podzimky,

aneb sáhni si, na co obyčejní smrtelníci nemohou.

Ve čtvrtek 26.10.2023 začaly naše každoroční Podzimky. Jelikož se děcka sjíždí z mnohých koutů republiky lze jen těžko říci, zda začaly již v době srazů, nebo až v době, kdy se všichni účastníci sešli pohromadě se všemi vedoucími v Českých Budějovicích.

V Českých Budějovicích jsme absolvovali krátkou prohlídkou města, po které následovala prohlídka Dominikánského kláštera. Pan kaplan na nás byl již připravený a krom výkladu nás čekala i ukázka dřevěných soch a hmatných ikon a historických náhrobních kamenů. To nejlepší však bylo připravené překvapení, kdy pan kaplan pouze pro naše děti domluvil varhaníka, který nádherně rozezněl klášterní varhany. Nejen že si děti mohly vyslechnout jejich libozvučné tóny, mohly vyjít až k samotným varhanám a na cokoli se zeptat, přičemž nám bylo umožněno celými varhany i projít a vše si prohlédnout očima či rukama. Taková příležitost se nenaskytne každému a děti z toho byly nadšené. Po krátkém varhaním koncertu jsme se zašli zahřát do přilehlé kavárny, kde si děti dle libosti objednaly horkou čokoládu s pamlsky. Pak nás čekala cesta autobusem na nedaleký statek, kde bylo domluvené ubytování. Vzhledem k celkovému vyčerpání dětí z cesty a z nových zážitků po večeri všechny celkem brzo ulehly do svých spacáčků, neboť zítra měl všechny čekat náročný sportovní den v závratných výškách lanového centra.

Bohužel, nebo snad naštěstí, již z rána vydatně přšelo a pro zachování bezpečnosti našich svěřenců jsme museli návštěvu lanového centra zrušit. Ti kdož se báli výšek si možná oddechli, však vedoucí čekala náročná situace, jak nahradit ztracený plán v Hluboké nad Vltavou. Věděli jsme, že prohlídka zámku, kde děti nic nevidí a jen si vyslechnou něco z historie, je chabou náhradou adrenalinového prožitku z lan, ale kam jinam se ukrýt před deštěm než na zámek, do galerie, nebo restaurace. Jelikož restaurace byla již domluvená na později, dostali děti možnost výběru a díky bohu za jejich šťastnou volbu prohlídky zámku.

Pan průvodce rozhodně nebyl obyčejný, stejně jako jsme my nebyli obyčejnou skupinou návštěvníků zámku. Což udělalo oběma stranám ohromnou radost, neboť sám pan průvodce neměl obyčejné nudné skupiny v oblibě. A ačkoli bylo vedoucím na informacích několikrát sděleno, že na zámku se na věci nesahá - ať jsme

kdo jsme - našemu panu průvodci byla tato pravidla... prostě je pro nás obešel. Děti si tak mohli sáhnout na téměř veškeré exponáty, zdi, krby, stoly, skryté tajné dveře a mnohé další. Kde byly zábrany z provazů, aby za ně lidé nechodily, tam provazy sundal a pustil nás tam kam se normální smrtelníci při prohlídce nikdy nedostanou. Dokonce si děti mohly zahrát na zámeckém klavíru a rozeznít místnost svým talentem. Jejich nadšení bylo nezměrné, jejich ruce všude a úsměvy v jejich tvářích udělaly jak vedoucím, tak průvodci neskromnou radost na duši. Poté jsme se přesunuli na vydatný oběd do nedaleké restaurace, kde se všichni přeplnili k prasknutí a s plnými bříšky a napůl usínající jsme dojeli na statek.

Poslední den jsme strávili odpočinkově na statku mezi farmářskými zvířaty a prohlídkou farmářského muzea, kde si děti mohly vyzkoušet mnoho druhů prací tehdejších farmářů. Osahaly si cepy, zrní, srpy, vlnu z ovce, lamy i králíka a mnoho dalšího. K večeru si pak mohly vyzkoušet jaké to je podojit krávu (pouze na trenažeru), vyrobit si ozdobičku či svíčku, nebo si odpočinout s Járrou Cimrmanem, aby měli dost sil na zítřejší cestu domů.

Cestou domů jsme se ještě zastavili v Táboře, vyzkoušeli tamní výbornou tradiční kuchyni, prozkoumali hradby a řekli si několik historických zajímavostí.

Plni dojmů jsme nastoupili do Jihočeského expresu a dorazili do Prahy, kde jsme se vydali vypravovat zážitky rodičům.



Sobí pobyty

Kostelec nad Černými lesy 24.-26.2. TĚLO JAKO HUDEBNÍ NÁSTROJ

24.-26.2. jsme uskutečnili náš první, pilotní sobí pobyt s názvem Tělo jako hudební nástroj, zaměřený na intuitivní zpěv a pohyb. Prozkoumávali jsme hlas a emoce v nás, rytmus, rozeznávali jsme naše těla a objevovali pohyb, uvolnění a propojení těla. V sobotu jsme měli workshop s úžasnou Tony Nyass, která se na výše zmíněné zaměřuje. Večery a neděli jsme se pod vedením Hany Šimkové učili dovolit si znít a tančit, účastníci se mohli bezpečně pohybovat v prostoru, uvolnit se a zažívat sdílený zpěv.

Na tomto prvním pobytu jsme si otestovali fungování našeho konceptu, kdy naším prvotním a nejdůležitějším záměrem je vytvořit bezpečný prostor ve všech směrech, jak co se týče volného pohybu, tak možnosti sdílení svých niterných pocitů, které jsou určeny pouze pro onen malý kolektiv účastníků a průvodců. Druhým cílem je poznat sebe v nové zkušenosti, k čemuž slouží programové bloky.

Celkově jsme byli velmi spokojeni – jako organizátoři, že se nám pobyt povedl ve všech směrech, jak jsme si představovali a účastníci byli velmi spokojení a s nadšením zúčastnit se dalších Sobích pobytů.



Bradlo 12.-14.5. ZPĚV JAKO MOŽNOST SEBEPOZNÁNÍ

Květnový Sobí pobyt Hlas jako zdroj, na kterém jsme se vydali prozkoumávat krajinu našeho hlasu. Vnímali jsme, jak zníme, jak se u zpěvu cítíme, společně improvizovali a opečovávali se skrz zpěv. Přemýšleli jste někdy, jak asi zní váš palec u nohy? A jak zní ve vašem podání jednotlivé živly? Účastníci si prožili jak hlas každého z nás může být zdrojem, který nám pomáhá ventilovat emoce.

Workshop krajinami hlasu vedla Pavla Fendrichová, bylo to pohlazení na duši, hluboko. Účastníci si dovolili ponořit sami do sebe a plavat ve svém oceánu hlasu, byl to jedinečný víkend plný napojení a souznění.

Povedlo se nám vytvořit bezpečný prostor pro sdílení prožitků z programu i diskuzi o životních situacích, kterými lidé se zrakovým postižením každodenně procházejí. Také jsme narazili na spoustu témat, která řeší jakýkoli člověk, i když si myslí, že ostatní tohle vůbec neřeší. Skupina byla velmi různorodá věkově, avšak to

se projevilo jako obrovský zdroj inspirace od sebe navzájem, účastníci se naprosto respektovali a s ohleduplností přijali své rozdílnosti a podpořili, objali své spoluúčastníky, darovali jim důvěru a radost ze společného času.



Marčovice 2.-4.6. POHYB JAKO MEDITACE A ZDROJ UVOLNĚNÍ

Naslouchej svému tělu. Zastav se v běžném shonu, ztiš se a poslouchej svůj vnitřní hlas. Uvolni se a nech tvou duši vést z nitra tvůj pohyb. Vnímej svůj dech. Dovol si odhodit strach projevít se pohybem. Zažij intuitivní tanec (pohyb) jako formu meditace a relaxace. Pojď se ponořit do svého nitra, poznat svůj dech a skrz jógu zažít něco nového. Součástí pobytu byl workshop s lektorkou jógy Kateřinou Kolářovou, která pracuje s celkovým vnímáním a cítěním našeho těla, na němž jsme prošly všechny pozice pozdravu slunce vytvořili každému účastníkovi jeho rozcvičku na míru, tak, aby věděl, že je v poloze správně, co si má pohlídat a kde má své limity. Jógu prokládaly workshopy s Hanou Šimkovou, která se věnuje intuitivnímu tanci, sebepoznání skrze pohyb a naslouchání svému tělu, účastníci si vyzkoušeli mnoho různých podob pohybu, v cítili se například do kapky vody na poušti či do žízály jdoucí na rande.

Celý pobyt se nesl v duchu uvědomování si, že naše těla, i když je mnohdy vnímáme jako nedokonalá, jsou úžasná a dokážou toho spoustu. Pracovali jsme s uvědoměním si potřeb našich těl, věnovali jsme jim cílenou pozornost a hledali sebeuvědomění sebe jako celku.



Újezd u Plánice 29.-1.10. LES V DUŠI

Krásný pestrý pobyt, na kterém se sešlo 6 nádherných bytostí, žen. Trávily jsme čas v lese, spolu, se sebou samotnými, se stromy, s mechem. První den jsme se podívali do mechového jehličnatého lesa a vychutnávaly si ho všemi smysly včetně chození bez bot, zakončily jsme ho sdílením, co od pobytu očekáváme. Po večeri nás Hanička provedla meditací na téma naše vnitřní krajina. V sobotu jsme zavítaly do bukového lesa, kde jsme mohly zavnímat rozdíly oproti mechovému lesu, poslouchat lesní koncert včetně ptačího zpěvu a šustění listí, které v mechovém lese nebylo. Odpolednem nás pak provedla lesní terapeutka. Workshop byl zakončený čajovým rituálem z darů přírody. V neděli jsme se pak prošly dalším jehličnatým lesem až k bublajícímu potůčku, u kterého jsme strávily čas posloucháním tekoucí vody, lovením kamínků z vody či pouhým bytím. Všechny dny byly zároveň propleteny mnohými sdíleními a různými emocemi, které si zde v bezpečném prostředí každý mohl prožít tak, jak potřeboval. Záměr pobytu byl splněn, byl vytvořen bezpečný prostor, ve kterém bylo na vše dostatek času, aby si každý mohl zažít a prožít to, co pro něj právě bylo aktuální.



Mallorca 4.-11.10. MOŘE

Rozhodli jsme se to zkusit. Vyrazit do zahraničí, poznat nová místa, zem s jinou kulturou, řečí, zjistit, jak se nám tam bude orientovat, fungovat, jak nás v jiné zemi budou přijímat a jak my umíme použít ty cizí jazyky, co se stále učíme.

Už samotné hledání možností, jak vyrazit ve větší skupině k moři bylo plné nejrůznějších vykutáleností systému, který jsme zvládli pokořit a našli jsme letadlo i hotel vyhovující našim požadavkům. S hledáním nám pomohla cestovní kancelář Invia, která nám našla vyhovující zájezd s Čedokem.

Na letišti jsme zjistili, že asistenční služby pro hendikepované nejsou vždy výhodné, naopak, někdy způsobí více nekomfortních situací, než když bychom si poradili samostatně. Jako příklad bych uvedla přesun z odbavovací haly k letadlům, kdy jsme tak dlouho čekali na asistenční golfová vozítka, že nebylo možné pořídit si žádné občerstvení před odletem.

Ubytovaní jsme byli v hotelu hned u přístupu na pláž, s bazénem a vynikajícím stravováním formou All inclusive. Během dvou dnů se povedlo všem účastníkům zorientovat cestu z pokoje na pláž, do jídelny a ke společenské místnosti, což považujeme za velký úspěch v našem nácviku prostorové orientace a vymyšlení ideálních tras s orientačními body.

Velmi rychle se nám povedlo vypořádat se se stravováním formou bufetu, Hanka vymyslela techniku „vláček“, kdy jeden průvodce má za sebou v zástupu až 4 nevidomé, přičemž všichni drží v ruce talíř, první průvodce popisuje, co se nachází za jídla v boxech a zvládá nabírat jídlo sobě i účastníkům. Takto jsme se třemi až čtyřmi „vláčky“ zvládli servírování vyřešit během velmi krátké doby, tak abychom se všichni mohli sejit u stolu a společně se najíst.

Program dnů se tvořil společně, každý večer po večeri následovalo setkání ve společenské místnosti, probral se program následujícího dne a návrhy na pozitíř, rozdaly se úkoly, kdo co má, ke které aktivitě zjistit a vyjasnil se možnosti. Poté následovalo sdílení našich úvah na otázku dne, každý den ráno byla představena jedna otázka, např.: „Jaké bójky v životě máme?“. Ráno byla možnost potkat se na pláži u východu slunce při vedené meditaci nebo na pilates protažení. Přes den byla obvykle jedna skupina u moře a druhá buď u bazénu, nebo na procházce po okolí, setkávali jsme se při obědě, probrali představy o odpoledni a operativně přizpůsobili plán aktuálním náladám.

Celý pobyt se nám vedlo udržovat svobodu rozhodnutí, co účastníci chtějí podnikat, všichni měli možnost svobodně se rozhodnout, jak chtějí trávit svůj čas, do které aktivity se zapojí. Také všichni využili své jazykové dovednosti při nákupech či komunikaci s lidmi, kteří jim pomohli s orientací k cíli.

Vyšlo nám báječně počasí, sešel se skvělý kolektiv a po celou dobu panovala příjemná, veselá, slunečná atmosféra, vyzkoušeli jsme typická španělská jídla, pluli lodí, půjčili si šlapadlo, plavali v bazénu, skákali do vln, běhali po pláži, hráli na kytaru a zpívali, koupali se v noci v moři, tancovali, jezdili na šlapacích vozítcích po promenádě, ochutnávali skvělé zmrzliny, nakupovali šaty a ukazovali ostatním, že i lidé s postižením zraku se umějí skvěle bavit. Vytvořili jsme pro naše účastníky bezpečný časoprostor u moře. Zájezdu k moři se zúčastnilo 8 účastníků se zrakovým postižením a 4 průvodci.



Beskydy – 24.-26.11. ARTE

Na konci listopadu se konal poslední letošní sobí pobyt. Vyrazili jsme do Beskyd na Masarykovu chatu. Pobyt byl zaměřený na arteterapii a obecně tvoření a umění. Co pro Vás znamená umění? Které umění se Vás naposledy opravdu dotklo?

To jsou příklady otázek, kterými byl provázán pobyt. V sobotu se nám věnovala báječná a moc šikovná arteterapeutka Verča. Pracovali jsme s různými materiály od korálků, přes kávová zrna, knoflíky, mušle až po samotnou hlínu a k dispozici byly i barvy. Verča si dala velkou práci vše do detailu vysvětlit a popsat. Všechny předměty, které jsme používali, jsme si prvně osahali. Pak už začala samotná práce a zároveň i ta

vnitřní. Veškeré tvoření nám dává prostor soustředit se pouze na sebe, objevovat, pozorovat. Workshop jsme zakončili aromaterapií a lázní našich rukou. Večer jsme si dopřáli saunu s možností otužování v prvním letošním sněhu. V neděli jsme měli workshop zaměřený na výrobu lapače slunce, měli jsme k dispozici korálky a kamínky všeho druhu, které jsme mohli navlékat a dále je věšet na obruč. Při výrobě jsme si každý nechali zahrát jednu z našich oblíbených písniček a myslím, že nás to opravdu naladilo a dojalo. Po obědě jsme měli prostor si sdílet dojmy a silné momenty z pobytu a vyrazili jsme na vlak do Valašského Meziříčí.



Prezentace spolku na veřejnosti

Aktivně pokračujeme ve vedení instagramového a facebookového účtu. Celý tábor jsme pravidelně každý večer přidávali příspěvek o tom, co se konkrétní den událo. Nejvíce si to užívali rodiče táborových dětí, kteří se tak cítili, jako by s námi byli také na táboře. Stejně tak mapujeme i ostatní akce den po dni a informujeme rodiče i všechny příznivce Tyfloturist'áku, co se na konkrétní akci událo.

Organizační struktura

Od června 2023 je složení rady spolku následující: Mgr. Klára Krupová (předsedkyně), Kateřina Kolářová (místopředsedkyně) a Anastázie Bendová (členka rady). Dozorčí rada zůstává od září 2022 ve složení: Mgr. Michaela Červeňáková, Tomáš Haase a Mgr. Jana Kožnarová.

Hospodaření, materiální zajištění

Druhým rokem máme k dispozici sklad v Café Prostoru. Zároveň máme aktuálně dostatek finančních prostředků, díky kterým můžeme v případě potřeby postupně obnovovat potřebné vybavení na konkrétní akce. Nadace Leontinka nám podarovala odlišovací vesty, které aktivně využíváme.

Věříme, že jsme všechny dotace i sponzorské dary využili účelně, úsporně a v souladu s cíli organizace i konkrétního projektu.