

MORAVSKÝ SENIOR R

INFORMUJEME:

**LIDÉ MOHOU ŽÍT
VE SVÉ DOMÁCNOSTI I VE STÁŘÍ**

KULTURA, VOLNÝ ČAS:

**V BLUDOVĚ VZNIKNE PRADĚDOVO
DĚTSKÉ MUZEUM –
zábavnou formou zpropaguje Jeseníky**

Plesová sezona v Olomouci pokračuje v únoru i v březnu

Pátek 6. 2.

Ples KDU-ČSL

Výstaviště Flora

Pátek 6. 2.

Ples Konzervatoře Evangelické akademie

Regionální centrum Olomouc

Sobota 7. 2.

Ples zubařů

Clarion Congress Hotel

Pátek 13. 2.

Ples Caritas

Regionální centrum Olomouc

Sobota 14. 2.

Ples ODS

Hotel Flora

Pátek 20. 2.

Olomoucký ples

NH Olomouc Congress

Pátek 20. 2.

Ples Českého červeného kříže

Regionální centrum Olomouc

Pátek 20. 2.

Ples Záchrané služby Olomouckého kraje

Clarion Congress Hotel

Sobota 21. 2.

Ples gymnázia Hejčín

Clarion Congress Hotel

Sobota 21. 2.

Ples Slovanského gymnázia Olomouc

Regionální centrum Olomouc

Sobota 21. 2.

Ples Univerzity Palackého

NH Olomouc Congress

Sobota 21. 2.

ROCKOVÝ PLES

Výstaviště Flora

Bez kravaty a róby! Rockový ples nabídne řádnou porci bigbitu i zábavy.

Pátek 27. 2.

Ples Střední průmyslové školy elektrotechnické

Regionální centrum Olomouc

Pátek 27. 2.

Ples Střední školy obchodu, gastronomie a designu PRAKTIK

Clarion Congress Hotel

Sobota 28. 2.

Ples FLORY + TSMO

Výstaviště Flora

Pátek 6. 3.

Ples Fakultní nemocnice Olomouc

Clarion Congress Hotel

Pátek 6. 3.

Ples MVŠO

Regionální centrum Olomouc

Pátek 6. 3.

Slavonínský ples fotbalistů

Sokolovna Slavonín

Sobota 7. 3.

Ples Přírodovědecké fakulty

Clarion Congress Hotel

Sobota 7. 3.

Ples SZŠ

Výstaviště Flora

Sobota 7. 3.

Ples Dobrého místa pro život za podpory SK Sigma

Hotel Flora

Pátek 13. 3.

Ples Českých drah

Regionální centrum Olomouc

Pátek 13. 3.

Ples Právnické fakulty UPOL

NH Olomouc Congress

Sobota 14. 3.

Country bál

Regionální centrum Olomouc

Sobota 14. 3.

VI. Reprezentační ples Olomouckého kraje

NH Olomouc Congress

Pátek 20. 3.

Ples FTK UPOL

NH Olomouc Congress

Sobota 21. 3.

Ples Spolku mediků Lékařské fakulty UP

Clarion Congress Hotel

Sobota 28. 3.

Ples absolventů Hejčinského gymnázia

Regionální centrum Olomouc

MORAVSKÝ SENIOR



OSOBNOST MĚSÍCE:

Jan Sapara:
**Neštěstí je, když jste v důchodu
a nemáte co dělat**

4



PRÁVNÍCI RADÍ:

**Počet úrazů během zimních
měsíců meziročně rapidně stoupá**
Kdy má člověk nárok na odškodné?

6



PÉČE O ZDRAVÍ:

**Hrozba dopravní nehody je v zimě
15krát větší, často za to může
oční vada**

7



PRO INSPIRACI:

**Uvažujete o novém střihu
nebo barvě?**
Správný účes vám ubere
až deset let

8



INFORMUJEME:

**Lidé mohou žít
ve své domácnosti i ve stáří**

10



KULTURA, VOLNÝ ČAS:

**V Bludově vznikne Pradědovo
dětské muzeum –
zábavnou formou zpropaguje
Jeseníky**

12

Vážení a milí čtenáři,
věříme, že jste prožili krásné svátky a s energií a úsměvem na tváři vkročili do nového roku. V dnešním vydání magazínu vám představíme člověka se srdcem na dlani, jednademdesátiletého Jana Saparu, který již několik let ve svém volném čase pomáhá jako dobrovolník klientům Charity Olomouc. Možná některé z vás svým povídáním inspiruje a zjistíte, že i váš život by se mohl ubírat stejným nebo podobným směrem. V dalším tématu, které jsme pro vás připravili, se dozvíte o službě, která umožňuje život ve vlastní domácnosti i ve vysokém věku, a to s vědomím, že v případě potřeby vždy přijde pomoc. Tu přivolá chytré tlačítko, pokud se ocitnete v krizové situaci. Služba funguje nonstop a nově je přístupná občanům Olomouckého kraje. Přestože v době naší uzávěrky byla metropole Hané beze sněhu, v právnickém okénku vám poradíme, jak je to s úrazy během zimy a kdy má člověk nárok na odškodné. Chcete-li správně pečovat o vlasy, přečtěte si rady kadeřnice Petry Flachsové, dámy se díky ní dozví, jaký účes je pro ně nejvhodnější, a pánové možná objeví tu svoji správnou barvu na vlasy. V pozvánce za kulturou najdete nejen olomoucký veletrh služeb cestovního ruchu a využití volného času Tourism Expo, ale i akce probíhající například v Zábřehu, Přerově nebo Prostějově. Kluby seniorů se pak mohou nechat inspirovat soutěží o Babičku roku 2014, kterou pořádal Senior klub Cholína.

Přejeme vám krásné dny,
redakce magazínu MORAVSKÝ SENIOR

MORAVSKÝ SENIOR – magazín pro seniory Olomouckého kraje.
Měsíčník v nákladu 50 000 výtisků vydává Miloslav Kyjevský – F.G.P. studio.
Adresa vydavatele: F.G.P. studio, Táboritů 237/1, 772 00 Olomouc. IČ: 12675989.
Registrováno pod číslem MK ČR E 21702.
Distribuci zajišťuje: Česká distribuční, a.s., www.distribucni.cz. **Distribuce ZDARMA.**
Adresa redakce: AB Centrum, tř. Kosmonautů 8, 779 00 Olomouc, tel.: 585 208 408.
Šéfredaktor: Mgr. Dagmar Pěničková tel.: 725 404 030, e-mail: senior@fgp.cz.
Inzerce: Marcela Plachá tel.: 724 899 700, e-mail: senior@fgp.cz.
Uzávěrka tohoto čísla je 22. 1. 2015.

OSOBNOST MĚSÍCE



Jan Sapara: Neštěstí je, když jste v důchodu a nemáte co dělat

Již čtyři roky zcela nezištně věnuje svůj čas a schopnosti jedenasedmdesátiletý Jan Sapara klientům Charity Olomouc, kde pracuje jako dobrovolník. Jak sám říká, než sledovat televizní seriály, to raději bude dělat něco užitečného. Jeho osobním mottem je citát římského filozofa Senecy: „Kdo prokázal dobrodiní, nechť mlčí, ať vypráví ten, který je přijal.“

Pane Saparo, aktivní léta života jste profesně zasvětil bankovníctví a učitelství. Můžete říct, jak jste se coby senior dostal k dobrovolnictví?

Vyrůstal jsem se čtyřmi sourozenci a od mala nám maminka vštěpovala, že když je někdo v obtížné situaci, je-li to v našich silách, tak mu pomůžeme. Od dětství to mám takto v sobě nastavené. A když jsem v bazilice na Svatém Kopečku spatřil letáček, že Charita hledá dobrovolníky, přihlásil jsem se na nejbližší službu. Od té doby tam působím. Hodně mě přitom ovlivnili lidé, kteří tu pracují, a to jak zaměstnanci Charity, tak ostatní dobrovolníci. Setkal jsem se s řadou duševně krásných lidí a vím, že jsme na stejné vlně. Jsou to lidé, kteří mají vztah k bližnímu – to vychází zevnitř člověka.

Co všechno dobrovolníci zdejší Charity dělají?

Dobrovolníci poskytují pomoc osobám sociálně slabým, zdravotně postiženým, seniorům či příslušníkům národnostních

menšin. Pomáhají při přírodních katastrofách, humanitárních sbírkách nebo při kulturních akcích. Obecně lze říci, že se mohou zapojit do dlouhodobých, krátkodobých nebo i jednorázových aktivit. Není jisté bez zajímavosti, že dvacet procent dobrovolníků tvoří senioři, sedmdesát procent dlouhodobých dobrovolnických činností vykonávají studenti a při krátkodobé spolupráci se zapojují také rodiny s dětmi.

Čemu se věnujete vy?

Dlouhodobě docházím do charitního nízkoprahového denního centra, které lidem žijícím na ulici nabízí pomoc v oblasti hygieny, stravování a kontaktu s okolním prostředím. Osobně se zde angažuji zejména při výdeji stravy lidem bez domova. Docházím tam dle potřeby, v sobotu, jednou, dvakrát měsíčně. K jednorázovým akcím, na nichž jsem se podílel, patří například pořádání romské poutě na Svatém Kopečku, předvánoční výroba adventních věnců, pomoc při přípravách Tříkrálové sbírky a turnaje lidí bez domova v malé kopané, v prosinci jsem se zúčastnil třídění oděvů určených jako humanitární pomoc na Ukrajinu nebo svátečního oběda lidí bez domova na Štědrý den...

Jak takový štědrovečerní oběd vypadal?

Celkově se sešlo asi 150 lidí bez domova, postupně se prostrídali po čtyřech desítkách v charitní jídelně. Servíroval se řízek s bramborovým salátem, lidé se společně

pomodlili a prezident Arcidiecézní charity Olomouc otec Bohumír Vitásek povídal o smyslu Vánoc. Nechybělo ani domácí cukroví, které nám lidé napekli. Pro klienty to byl obrovský zážitek, něco výjimečného. Jeden z nich mi vyprávěl, že to bylo jeho první větší jídlo za poslední dva roky, normálně prý konzumuje pouze polévky. Když jsem pak večer doma usedl s rodinou ke štědrovečerní večeři, pořád jsem přemýšlel, kde budou ti lidé spát, co budou dělat...

Jaký je váš názor na lidi bez domova?

V naší společnosti na ně převládá negativní náhled, hovoří se o nich jako o lidech, kterým se nechce pracovat. Já si však myslím, že takto paušálně je hodnotit nelze. Jsou tací, kteří bloumají po městě a popíjejí krabicové víno. Rezignovali. Jsou však i takoví, kteří se zapojují do nabízených aktivit Charity, pomáhají například v kuchyni, hrají divadlo, malou kopanou, ping-pong anebo dochází na šachový kroužek. Řada lidí se na ulici dostala shodou okolností, neztracují je, ba právě naopak vidím jako smysluplné jim pomáhat. Dnes může na ulici skončit vysokoškolák i podnikatel...

Považujete pomoc, které se lidem bez domova dostává prostřednictvím Charity, za dostačující?

Větší aktivita vážne na finančních prostředcích, i nás dobrovolníků by mohlo být více. Jestliže v naší republice žije deset procent lidí na hranici chudoby, je logické, že se řady bezdomovců budou rozšiřovat.

Pokud by se chtěl někdo přihlásit jako dobrovolník, na koho se má obrátit?

Všechny potřebné informace a kontakty jsou lehce dostupné na internetových stránkách Charity Olomouc (www.olomouc.charita.cz), Facebooku (Charita Olomouc má svůj profil) nebo je ráda podá charitní koordinátorka dobrovolníků paní Milada Malíšková (milada.maliskova@olomouc.charita.cz, +420 734 435 448), sapara.jan@seznam.cz.

SENIORKLUB CHOLINA ZVOLIL Babičku roku 2014

Na sklonku uplynulého roku to v cholinském seniors klubu opět žilo. Oslavy vyvrcholily recesistickou „celostátní“ soutěží Babička roku 2014. Deset finalistek se publiku představilo svižnou promenádou s hudebním doprovodem.

„Zavrhlí jsme soutěž v plavkách jako okoukanou, nezajímavou a nic nevyovídající o charakteru a osobnosti finalistek. Smysluplně jsme ji nahradili

zpěvem, recitací a tancem. Všechny účastnice předvedly výborné výkony, a tak to tříčlenná mužská porota neměla skutečně lehké,“ uvedla členka klubového výboru Věra Krejčí.

Titul Babička roku 2014 nakonec získala Z. Mrázková, druhé místo obsadila M. Krajcová a bronz brala E. Kocvrlichová. „Zvládli jsme však i diváckou soutěž. Přítomní měli možnost ze svých mobilních telefonů formou textových zpráv zasílat své tipy na titul Divácká babička roku. V této soutěži zvítězila a titul získala M. Havelková před L. Šanovou, J. Zajíčkovou, M. Grosmanovou



a pátou J. Kuchařovou. Se sestrami Alanovými jsme se na chvíli vrátili do minulého století a bylo to vydařené setkání,“ informovala členka klubového výboru Jiřina Zajíčková.

Nechyběla bohatá tombola ani slavnostní večere a v 19 hodin se sál ponořil do tmy, nastala klubová půlnoc. „Po rozsvícení jsme klubový Nový rok přivítali klubovou hymnou a po připitku jsme si všichni navzájem popřáli to nejcennější – zdraví. Hudba – Pohoda Uničov – nám pak vyhrávala až do klubových ranních hodin,“ dodala členka klubového výboru Naďa Plachá.

Příběhy z poradny SOS – Asociace

Jak reklamovat zboží zakoupené v předvánočním období?

Paní Renata zakoupila manželovi k Vánocům jako dárek košili a až po jejím rozbalení pod stromečkem zjistila, že ji manžel nedopne kolem krku. Rovněž rukávy byly kratší. Ihned po vánočních svátcích šla košili vyměnit, ale prodavačka na prodejně jí sdělila, že toto není možné. Spotřebitelka se na nás obrátila s dotazem, zda obchodník postupoval vůči ní v souladu se zákonem.



tuto povinnost prodávajícímu neukládá. Nicméně, v dnešní době velká většina obchodů tuto možnost vrácení bezvadného

zboží spotřebitelům umožňuje, za splnění určitých podmínek. Těmito podmínkami je nejčastěji dodržení lhůty 30 dnů od uskutečnění nákupu, zboží je nepoužívané a v původním obalu včetně všech cenovek a visaček. V našem konkrétním příběhu se obchodník na úctence ani nikde jinde na prodejně (např. vyvěšením reklamní tabule s tímto závazkem) nezavázal k výměně bezvadného zboží, takže nemá vůči spotřebitelům tuto povinnost. Pokud si tedy spotřebitelé nejsou jisti, zda zboží, které kupují, bude dobře vyhovovat jejich představám, popřípadě představám obdarovaného, pak si tuto možnost vrácení bezvadného zboží musí s prodejcem výslovně a nejlépe i písemně ujednat na kupním dokladu.

Špatná velikost oblečení či obuvi není důvodem pro reklamaci. V případě nákupu v kamenném obchodě se předpokládá, že má spotřebitel možnost oblečení vidět i vyzkoušet. Proto je naopak spotřebitel chráněn při nákupech přes internet, kdy může věc vrátit ve lhůtě 14 dnů bez udání důvodů, protože kupuje tak trochu „zajíce v pytli“. Prodejce v kamenném obchodě však může nad rámec zákona přislíbit výměnu či vrácení zboží v jim vymezené lhůtě, je to však jen jeho dobrá vůle. Ani občanský zákoník, ani zákon na ochranu spotřebitele

*Klára Tesáříková,
SOS – Asociace*

Vážené seniorky, vážení senioři, dovoluji mi krátké ohlédnutí na uplynulý rok, který byl z mého pohledu k vám seniorům poměrně příznivě nakloněn.



Na 2. zasedání Krajské rady seniorů Olomouckého kraje 24. 11. 2014, za účasti předsednictva Rady seniorů České republiky a hejtmána Olomouckého kraje, jsem byla zvolena do čela KRS za Olomoucký kraj novou předsedkyní.

Dle slov předsedy RSČR Dr. Zdeňka Pernese se díky obrovskému úsilí RSČR podařilo zvednout laťku skromného života seniorské populace. Došlo k obnovení plnohodnotné valorizace penzí, znovuoobnovení zrušené slevy na dani pro 150 000 pracujících důchodců a zrušení poplatků ve zdravotnictví. RSČR zpracovala návrh zákona o minimálním starobním důchodu a pokud bude přijat, zásadním způsobem se změní postavení 185 534 příjemců nejnížších penzí.

Základní myšlenkou a cílem Krajské rady seniorů Olomouckého kraje, který čítá 146 000 seniorů, je snažit se aktivizovat kluby seniorů a spolky veteránů na území kraje pro zapojení do činnosti KRS, podílet se na řešení problematiky seniorů, zaměřit se na volnočasové aktivity seniorů, cestování, využívání slev Senior pasu, pořádání seniorských sportovních soutěží na úrovni kraje a celostátní či řešení problémů a požadavků k otázkám života seniorů. K tomuto účelu byla nově zřízena na podatelně KÚ v Olomouci schránka, kde můžete směřovat všechna vaše přání, nápady, připomínky, ale třeba i žádosti o členství.

Závěrem mi dovoluji popřát jménem předsednictva KRS Olomouckého kraje nám všem hodně síly a zdaru pro společnou věc.

*Milena Hesová,
předsedkyně Krajské rady seniorů
Olomouckého kraje*

PRÁVNÍCI RADÍ



Počet úrazů během zimních měsíců meziročně rapidně stoupá Kdy má člověk nárok na odškodné?

Se sněhem jsou spojeny nejen zimní radovánky, ale i řada vážných zranění. Jak se zachovat, dojde-li k úrazu na špatně uklizeném chodníku, mokré podlaze nebo v MHD?

Každým rokem stoupá počet případů, kdy si lidé na zledovatělém chodníku způsobí vážná zranění. Ze statistik tuzemské pojišťovny vyplývá, že meziročně počet těchto zranění vzroste více než o čtvrtinu.

„Odpovědnost za škodu zapříčiněnou neschůdností chodníku se už v září 2009 přenesla přímo na vlastníka chodníku. Tím jsou ve většině případů města a obce. Ty by tedy měly na své náklady zajistit odklizení sněhu či posyp kluzkého chodníku. Některé obce jsou proto pro případ úrazů na neuklizeném chodníku pojištěny prostřednictvím pojištění odpovědnosti za škodu. Každý úraz ale automaticky neznamená nárok na odškodné,“ vysvětlil Jiří Hartmann z advokátní kanceláře Hartmann, Jelínek, Fráňa a partneři.

Pokud už k úrazu dojde, odškodnění může chodec vyžadovat přímo na obci, je-li vlastníkem komunikace. Pokud obec vinu neuzná, může se poškozený obrátit na soud. „Chodec musí svá tvrzení vždy podložit důkazy. Z nich by mělo být přinejmenším zřejmé, jaký zdravotní úraz se mu stal

a v jakém rozsahu, na kterém konkrétním místě k úrazu došlo a jaký byl stav chodníku v době nehody. Poškozený by si proto měl zajistit například svědecké výpovědi kolemjdoucích nebo lékařskou zprávu,“ doporučil Jiří Hartmann.

Odpovědnost obce za schůdnost chodníku není bezbřehá. „Samotná skutečnost, že kluzký chodník nebyl v době nehody posypán, ještě nezaručuje vyplacení odškodnění. Například v případě, kdy se poškozený chodec snaží přejít daný chodník pokrytý náledím, přestože má možnost volby schůdnější cesty, nebude jeho nárok na náhradu škody uznán. Na náhradu nemá chodec nárok ani v případě, pokud neměl v době úrazu odpovídající zimní obuv,“ upozornil Jiří Hartmann.

V případě chodníků, na kterých je malý pohyb chodců, se nezajišťuje (podle zákona o pozemních komunikacích) schůdnost odstraňováním sněhu a náledí. Tyto úseky chodníků je vlastník povinen označit. Za označení se považuje právě sdělení, že se chodník v zimě neudrzuje. Vymezení úseků, které se v zimě neudrzuje, stanoví příslušná obec svým nařízením. V případě úrazu na takto označeném chodníku tak vlastník chodníku neodpovídá za škodu vzniklou poškozenému.

Sníh padající ze střechy

Opačná situace nastane, spadne-li na chodce sníh ze střechy a zraní ho. V takovém případě je za jeho zranění zodpovědný vždy majitel nemovitosti. „Zamezení sesuvu sněhu a jeho pádu ze střechy domu na veřejně přístupná místa musí učinit vlastník nemovitosti. Jeho minimální povinností je alespoň na toto nebezpečí upozornit cedulí nebo ohrazením místa. Uvolnění zmrzlého sněhu ze střechy domu a následné zranění jiné osoby je porušením preventivní povinnosti vlastníka domu. Ten může být následně i trestně stíhán,“ upozornil Jiří Hartmann.

Nebezpečí na chodce číhá v zimě nejen venku, ale i uvnitř domů. Po roztátí nanošeného sněhu se totiž často z chodeb stává kluzké zúžení. „Za úraz způsobený na kluzké podlaze je odpovědný uživatel nemovitosti. Spoluodpovědný však může být i poškozený, pokud si nepočínal dostatečně obezřetně. Za určitých situací bude zcela odpovědný sám poškozený, pokud nedbal upozornění uživatele nemovitosti,“ vysvětlil Jiří Hartmann.

Úrazy v MHD

Riziko úrazu se během zimních měsíců zvyšuje i během cestování městskou hromadnou dopravou. „Za zranění, ke kterým dojde v dopravním prostředku hromadné dopravy, je odpovědný daný dopravní podnik. Ten je odpovědný i za případné uklouznutí či pád cestujícího na schůdkách dopravního prostředku. Za dopravce odpovědného za škodu je zpravidla povinna plnit náhradu škody jeho pojišťovna. Nárok na náhradu újmy při ublížení na zdraví je nutné uplatnit přímo proti dopravci,“ vysvětlil Jiří Hartmann.

Výše náhrady škody se vždy určuje individuálně. V letošním roce budou mít soudy přece jen o něco snazší práci – metodiku k určování nemajetkové újmy totiž uveřejnil v dubnu letošního roku Nejvyšší soud. „Zraněný člověk se může podle nového občanského zákoníku zpravidla na obci domáhat náhrady nemajetkové újmy na zdraví, tedy bolesti a ztíženého společenského uplatnění, náhrady za ztrátu na výdělků a náhrady nákladů spojených s léčením a péčí o zdraví. Ty mohou zahrnovat náklady na doplňky léčby, rehabilitaci, pořízení léčebných a ortopedických pomůcek, předepsanou stravu, ale také náklady nejbližších příbuzných poškozeného spojené s návštěvami v nemocnici. Takové odškodnění průměrně dosahuje desítek tisíc korun,“ popsali Jiří Hartmann.

Zdroj: Tisková zpráva

PÉČE O ZDRAVÍ



Hrozba dopravní nehody je v zimě 15krát větší, často za to může oční vada

Kolem 50 tisíc řidičů v Česku ve věku nad 40 let trpí oční vadou, která je pro řízení nebezpečná. Až 90 procent řidičů vyššího věku není schopno zaostřit na palubní desku bez brýlí. Zejména kvůli snížené viditelnosti během zimního období představují především tyto řidiči zvýšené riziko dopravní nehody.

Riziko dopravní nehody je v zimě až patnáctkrát vyšší než v létě. „Časté mlhy, dešťové nebo sněhové srážky, pozdní rozednávání i brzké stmívání vyvolávají únavu a ospalost řidičů. Během špatného počasí navíc řidiči rychleji ztrácejí pozornost a schopnost soustředit se. Řada řidičů navíc má problémy s viděním za šera a zhoršených světelných podmínek, ve tmě se totiž rozšíří zornička, a oční vada se tak projeví výrazněji,“ vysvětlil Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik Gemini.

Pozor na ostré slunce

I během jasného počasí však na silnicích čeká zvýšené riziko nehody spojené se zrakem. To způsobují ostré sluneční paprsky odrážející se od sněhu. „Sluneční paprsky mohou řidiče oslnit, tím pádem může být odhad vzdálenosti zkreslený a oslněný řidič nedokáže sto procentně zaostřit. Důležité je proto mít i během zimních měsíců v autě připravené sluneční brýle. Vhodné jsou oranžové a žlutě zbarvené brýlové čočky. Pro řidiče může být také pohodlné takzvané gradální zbarvení brýlových čoček. Ty jsou nahoře tmavší, postupně se zeslabují a dole je kousek čiré brýlové čočky,“ popsal Pavel Stodůlka, světově uznávaný oční chirurg.

Vetchozrakostí trpí až 90 procent šedesátníků

Člověk získává až 80 procent informací prostřednictvím zraku a řidiči nejsou výjimkou. Dobré vidění je tedy základním

předpokladem bezpečného řízení. Důležitá je nejen zraková ostrost, ale i rozsah zorného pole, dobrá kontrastní citlivost, adaptace na oslnění a prostorové vidění. „Normální ostrost vidění je předpokladem pro včasné rozpoznání dopravních značek, spatření překážek na vozovce a chodců i pro odhad jízdní rychlosti ostatních účastníků provozu. Nekorigovaná zraková vada tak může být příčinou závažných dopravních nehod a často je i příčinou srážek vozidel s chodci,“ varoval Pavel Stodůlka. „Krátkozraký řidič hůře rozeznává předměty v dálce, zatímco vetchozraký řidič má problémy především s viděním do blízka například na palubní desku. Tato vada postihuje až 90 procent lidí kolem 60 let. Řidič s astigmatismem vnímá zkreslený obraz do dálky i blízka,“ dodal Pavel Stodůlka.

Až čtvrtinu značek někteří šoféři nevidí

Už tři čtvrtě dioptrie stačí na to, aby řidič zahlédl chodce ze vzdálenosti o polovinu kratší než řidič bez dioptrické vady. Zatímco zdravé oko ho vidí ze vzdálenosti zhruba 200 metrů, oko s vadou -0,75 dioptrie až ze vzdálenosti 100 metrů, oko s vadou minus dvě dioptrie pak ze vzdálenosti pouhých dvaceti metrů. Navíc řidiči se špatným zrakem vůbec nepostřehnou až čtvrtinu dopravních značek.

Pomůže lutein

Dopravní nehodě mohou zabránit i doplňky stravy. „Řidiči jistě dobře znají efekt oslnění oka světly protijedoucího vozidla. Řidič pak jede v závislosti na rychlosti

vozidla několik desítek i stovek metrů prakticky poslepu. Při užívání luteinu se doba nezbytná k tomu, aby se oko zotavilo a zase dobře vidělo, zkracuje až o šest sekund, což při rychlosti 120 kilometrů za hodinu představuje až 200 metrů,“ vysvětlil Pavel Stodůlka.

Zdroj: Tisková zpráva

Co je vetchozrakost

Musíte držet noviny nebo knihu na délku paže, abyste si je mohli přečíst? Téměř jistě trpíte vetchozrakostí.

Příznaky:

Špatné zaostřování do blízka. Ráno je na počítač a na čtení vidět dobře, ale v pozdějších hodinách se obraz již rozpíjí. Za dobrého osvětlení a kontrastu je vidět dobře, ale bez přisvětlení je mnoho menších textů již nečitelných.

Co je astigmatismus?

Stává se vám, že nerozeznáte číslice 8 a 6 nebo vám splývají písmena P a F? Pak je u vás možný výskyt astigmatismu.

Příznaky:

Zhoršení zraku, zamlžené, zkreslené vidění na blízko i do dálky. Mžourání, občasná bolesti hlavy a zraková únava. V osách na sebe kolmých má oko různou dioptrickou mohutnost. Rohovka má namísto kulatého mírně podlouhlý tvar podobný lehce stlačenému míči. Toto nepravidelné zakřivení dané rohovkou či čočkou vede k deformaci obrazu – čtverec je vnímán jako obdélník či kosočtverec. Obtíže narůstají se zvětšující vzdáleností od oka.

Co je krátkozrakost

Míjíte známé na ulici bez povšimnutí nebo ze svého křesla již nevidíte na televizi? Pak pravděpodobně trpíte krátkozrakostí.

Příznaky:

Špatné vidění do dálky, často spojené s mhouřením očí. Vidění na krátké vzdálenosti je naopak velmi dobré, ale může vyhovovat velmi krátká čtecí vzdálenost („hodinařská“). Přetěžování očního aparátu vede k bolestem hlavy.

PRO INSPIRACI



Kadeřnice Petra Flachsová při práci.

UVAŽUJETE O NOVÉM STŘIHU NEBO BARVĚ?

Správný účes vám ubere až deset let

Účes je to první, co nás už zdálky zaujme, je pomyslnou korunou krásy ženy. Stále více seniorek navíc vypadá až o deset let mladší, protože o svůj vzhled dbají. Cítí se tak sebevědoměji a spokojeněji. Správný střih vlasů, barva a celkový účes může přitom ženin půvab velmi podtrhnout a ubrat jí pěknou řádku let. A totéž platí i o mužích.

Zralým ženám sluší kratší a polodlouhé vlasy

„Dnešní doba není striktní, povoluje jakýkoliv střih, který žena umí nosit a cítí se v něm dobře. Před každou změnou účesu je

třeba se zamyslet nad tím, jak dlouho je žena zvyklá si vlasy upravovat. Snadná údržba si žádá jednoduchý, sportovní styl. V tomto případě bych se vyhnula extravagantním účesům. Pokud je však žena v úpravě „zdatnější“ a umí extravaganci nosit, lze vybrat moderní, elegantní sestřih. Mnoho šedesátnic v něm vypadá skvěle,“ vysvětlila Petra Flachsová z olomouckého kadeřnictví NINA. Jak dále uvedla, zralým ženám sluší spíše kratší a polodlouhé vlasy, neboť působí mladistvěji.

Obecně platí, že čím je vlas delší, tím je údržba i jeho úprava náročnější. Záleží však i na kvalitě vlasů.

Vsadte na přirozenost, mahagon a trvalá jsou minulostí

Pokud jde o barevné odstíny, doporučují kadeřníci k omlazení obličeje spíše světlejší odstíny a jemný melír. Velmi tmavé barvy mohou působit příliš kontrastně k pleti. „Barevný odstín se odvíjí také od počtu bílých vlasů a toho, jak často chce dotyčná docházet ke kadeřníkovi. V dnešní době se preferu-

jí spíše přirozené odstíny, minulostí je mahagon, červený, fialový nebo růžový odstín,“ podotkla Petra Flachsová. Také trvalá ondulace se podle ní dělá dnes jen velmi zřídka, současné ženy preferují spíše fukanou. Jak se říká, v jednoduchosti je krása.

A co muži? Přehazovačku nahradil kratší sestřih

U obou pohlaví dochází s přibývajícím věkem ke zhoršení kvality vlasové pokrývky. Vlasy řidnou, ztenčují se a zkrátka už to není, co to bývalo ve dvaceti nebo třiceti letech.

„Muži dnes nenosí klasickou přehazovačku. Řídí se stejně jako ženy módními trendy. Neukrývají vypadávání vlasů, ale celkový dojem podtrhnou kratším sestřihem,“ vysvětluje Petra Flachsová.

Na chlapské šediny jsou speciální barvy

Spouště mužům šediny sluší, někteří z nich však s jejich nástupem ztrácí pocit sebevědomí. Řešení je přitom velice snadné. „Existují speciálně upravené barvy na vlasy pro muže. Díky nim lze během deseti až patnácti minut získat studený barevný odstín, který se nevymývá do tzv. teplého. Navíc obarví jen 70 procent šedivých vlasů, ostatní zůstanou bílé, čímž celkový dojem působí velice přirozeně a vydrží pět až šest týdnů,“ informovala Petra Flachsová. Barvu mohou podle ní aplikovat pouze kadeřníci, v běžných obchodech k sehnání není. Cena se pohybuje okolo 450 korun.

Péče ve zralém věku

Jestliže nám dříve odborníci doporučovali umývat si vlasy jednou za týden, dnes je to v důsledku smogu a prašného prostředí jednou za tři až čtyři dny. „Vlasové přípravky jsou tomuto trendu přizpůsobeny, jsou vysoce profesionální a umí posílit, vyživit a dodat lesk, po kterém účes působí zdravě. Také melíry a barvy jsou velmi kvalitní a nepoškozují vlas jako dříve,“ říká Petra Flachsová. Zároveň doporučuje používání profesionálních přípravků, které zakoupíte v lékárně nebo u kadeřníka. Jejich pořizovací cena je sice na rozdíl od běžných šamponů či kondicionérů koupených v drogerii větší, ale protože jde o koncentráty, vydrží nám déle. „Pokud si lidé pořizují šampon v drogerii nebo marketu, měli by sáhnout po značce takové firmy, která zároveň vyrábí i barvy na vlasy, například L'Oréal, Wella nebo Schwarzkopf,“ radí Petra Flachsová. Šampony je vhodné střídát a nepoužívat dlouhodobě jeden typ. Vlas a po-



Zralým ženám kratší vlasy sluší.

kožka mají tendenci si totiž na něj přivyknout, a tím prostředek ztrácí svoji působnost. Odborníci rovněž nepovažují s ohledem na nižší účinnost ideální kupovat si tzv. 2 v 1 – tedy šampon s kondicionérem v jednom přípravku. Šampon vlasy otevírá – umývá ho a odstraňuje nečistotu, kondicionér má za úkol vlas uzavřít. Aplikujeme ho však jen do konečků.

Vypadávání vlasů a lupy

Mezi nejčastější příčiny vypadávání vlasů patří nesprávná životospráva, genetické dispozice, dlouhodobé užívání léků a stres. Psychická zátěž se přitom na člověku nepoděpí hned, ale projeví se až po určité době.

bě. Vypadávání vlasů se lze bránit zevnějšku, a to nejrůznějšími vlasovými vodami, které vmasírujeme do pokožky, čímž povzbudíme vlasové kořínky k činnosti. Zevnitř nám zase pomohou vitaminy, například Biosil. Na lupy existuje rovněž celá řada profesionálních přípravků, neúčinnější pořídíme v kadeřnictví nebo v lékárnách. Jejich aplikace je jednoduchá, stačí napěnit, nechat pár minut působit a opláchnout. Jakmile lupy zmizí, neměli bychom již šampon používat, aby si pokožka nezvykla.

Případné dotazy našim čtenářům zodpoví kadeřnice Petra Flachsová na telefonním čísle: 777 696 994.

–red–

Vypadáme a cítíme se skvěle

aneb ptáte se Ivy Jeglové z olomouckého studia IW

Dobrý den, chtěla jsem se zeptat, jak mám správně pečovat v tomto zimním období o pleť?

Milada, 58 let, Prostějov

V zimním období jsou pro pleť vhodnější hutné krémy např. Chris Farrell. Výborné je používání alginátové masky, která dodá pleti hydrataci a potřebnou výživu. Nezapomínejte i v zimním období na pitný režim. Velice vhodné je používání make-upu na bázi krémové konzistence.

Už asi měsíc mám problémy s plísní na nohou. Myslíte, že je to způsobeno zimním obdobím? A co s tím mám dělat?

Dušan, 70 let, Velká Bystrice

Určitě to není zimním obdobím. Doporučuji používat Allpresan, s tímto pěnovým krémem máme nejlepší zkušenost. Ovšem je nutné vědět, jakou plíseň na nohou máte. Ideální se zastavit na provozovně, poté jsem schopná říci, který krém z řady Allpresan zabere.

Viděl jsem na vašich webových stránkách, že máte nějaký přístroj na záda. Jak to funguje a v čem to pomáhá?

Kamil, 55 let, Olomouc

Jedná se o NUGA_BEST. Je to přístroj masážní na odbourání bolesti zad, navozuje správnou funkci lymfy a metabolismu. Má pozitivní vliv na krevní řečiště. Lehátko prohřívá a masíruje kameny sopečného původu.

Pošlete nám i vy svůj dotaz. Zeptáme se za vás a odpověď zveřejníme.



Seniorské kluby mají slevu

Olomoucká agentura Gong, která se zabývá pořádáním zábavných a kulturních akcí, spolupracuje s Kluby seniorů již řadu let. Na základě vzájemných kontaktů, a to poštou i e-mailem, zasílá klubům přehled o chystaných akcích a novinkách. V rámci všech představení nabízí členům klubů slevu 20 procent z každé zakoupené vstupenky. „Tato spolupráce se nám velmi dobře osvědčila, což dokládají i stále se zvyšující počty takto zakoupených zlevněných vstupenek. Zájem byl zejména o takové umělce jako je Jožka Černý, Naďa Urbánková, Yveta Simonová či Screamer. Pokud máte v rámci vašeho klubu o takovou spolupráci zájem, stačí se kontaktovat na e-mailové adrese gongvstupenky@seznam.cz nebo tel. čísle 585418186 – velmi rádi rozšíříme řady seniorských zájemců o naše kulturní pořady,“ uvedl majitel agentury Gong Ladislav Dobeš.

–red–

Francouzská Komedie Roberta Thomase
v podání Bratislavského národního divadla

AGENTURA GONG
www.gong.ic.cz

Bibiana Ondřejková
Pavel Topolský
Maroš KRAMÁR
Zuzana Placková

Mandarínková izba
Neděle 22. 2. 2015 v 19.00, Olomouc - Reduta

Předprodejní místa: Agentura Gong, IC Olomouc, CD centrum Hl. nádraží a online na Ticketportal.cz

AGENTURA GONG
HANA
PLAZOVNA
OLM
MORAVSKO
Region

Mimořádná sleva pro členy seniorklubů,
uhradí jen 50 procent vstupného.

www.gong.ic.cz

Hanácký národopisný soubor Olešnica Doloplazy
Vás zve 31. ledna 2015 ve 20.00 hodin
do Kulturního domu Doloplazy
na tradiční

HANÁCKÉ BÁL

Program:

20.00 Hanácké předtančení
22.00 Hair (škautský oddíl)
24.00 Z pohádky do pohádky, Tomboľa

Bokaté občerstvení
K tanci a poslechu hraje skupina Pantofek
Srdečně zvou pořadatelé • Vstupné 50 Kč

www.olesnica.doloplazy.cz

INFORMUJEME

LIDÉ MOHOU ŽÍT VE SVÉ DOMÁCNOSTI I VE STÁŘÍ

Chytré tlačítko přivolá seniorům pomoc v krizových situacích, funguje nonstop a nově lze jeho služeb využívat i v Olomouckém kraji

Žít doma i ve vysokém věku bez obav a s vědomím, že v případě potřeby vždy přijde pomoc, umožňuje seniorům a zdravotně postiženým propracovaný systém tísňové péče. Chytré tlačítko totiž dokáže přivolat pomoc v případě pádu, nevolnosti nebo dezorientace. Umožňuje tak žít soběstačný život s jistotou, že v případě potřeby přijde pomoc. Služba nově funguje i v Olomouckém kraji, kde ji začalo využívat deset klientů.

„Při zavádění systému tísňové péče jsme mysleli hlavně na ty seniory, kteří nechtějí opustit svůj domov, ale kvůli svému vysokému věku také potřebují jistý druh dohledu a pomoci, která pro ně bude připravena 24 hodin denně,“ říká Jan Lorman, ředitel spolku Život 90, který tísňovou péči provozuje.

Jak služba funguje?

Tísňová péče funguje ve dvou variantách – domácí a mobilní, a to na jednotném principu:

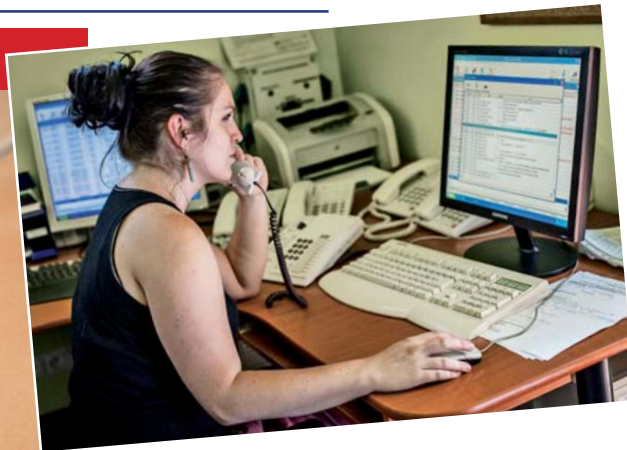
V případě krizové situace, kdy se uživatel udělá nevolno, upadne a nemůže vstát, je týrán, okraden nebo potřebuje jinou pomoc, stačí jen zmáčkнуть tlačítko, které u sebe stále nosí. Tím vyšle signální alarm na dispečink tísňové péče. Tam jsou 24 hodin denně přítomné operátorky, které se

s uživatelem spojí. Komunikují s ním a zjistí povahu problému, podle kterého pak zorganizují pomoc – kontaktují rodinu, záchrannou službu, policii nebo hasiče.

Domácí tísňová péče (stacionární)

Je určena méně aktivním seniorům a zdravotně postiženým, kteří žijí ve svých domovech, kde tráví většinu svého času. Služba je navázána na pevnou telefonní linku v bytě klienta nebo může být napojena přes GSM síť.

Domácí verze tísňové péče je chytré zařízení, které obsahuje nejen tlačítko pro krizové situace, ale i čidlo pohybu. To sleduje nečinnost a nepohyb v bytě. Stane-li se, že uživatel upadne a nestihne tlačítko použít, čidlo po nastavené době samo spustí alarm a volá dispečink tísňové péče. Služba tak dokáže zachránit život a vylučuje riziko, že uživatel leží na zemi svého bytu zraněn a bez pomoci i několik dní. Pomocí domácí verze tísňové péče lze uživateli zabezpečit také jeho byt před



vloupáním. Tlačítko totiž funguje i jako kódovací zařízení. Pokud klient byt opouští (například jde na nákup, odjíždí na víkend, cestuje do lázní), byt jednoduše zakóduje. Pokud do něj přesto někdo vstoupí, dispečink tísňové péče dostane hlášení alarmu.

Mobilní tísňová péče

Hodí se hlavně pro aktivní klienty v seniorckém věku nebo zdravotně postižené. Existuje ve dvou variantách: krabička do



kapsy a mobilní telefon pro seniory. Funguje po celé ČR všude tam, kde je pokrytí mobilních operátorů – ať už doma nebo venku. Rodině klienta přináší tato služba jistotu, že senior je v pořádku a že se o něj nemusí zbytečně obávat. Varianta Comfort je vybavena automatickou detekcí pádu a nehybnosti.

„Tísňová péče Života 90 je vlastně takový komplex služeb. Nejde jen o samotné hlídání a přijímání poplachových zpráv pomocí tlačítka. Instalujeme uživateli také čidlo pohybu, takže i když nestihne tlačítko použít, pomoc přijde. Pravidelně také všechny uživatele obvoláváme, jsme s nimi v kontaktu a známe je, což je velkou výhodou ve chvíli, kdy nás potřebují,“ dodává vedoucí služby Eliška Fousková.

Pravidelná volání

Další velmi oceňovanou výhodou a jedinečností služby tísňové péče Života 90 je pravidelné volání – operátorky dispečinku jednou týdně všechny uživatele obvolávají. Díky tomu, že pravidelně sledují a aktualizují informace a stav uživatele, jsou pak schopny ještě rychleji a efektivněji zorganizovat pomoc, kdykoli ji uživatelé potřebují.

Pro koho je tísňová péče určena

Služba je určena seniorům (65+ let) a osobám se zdravotním postižením (27–64 let). Mezi podmínky pro poskytnutí tísňové péče patří skutečnost, že zájemcovy schopnosti v oblasti osobní péče a péče o domácnost jsou sníženy zdravotním postižením, psychosomatickými obtížemi, sníženou hybností nebo stářím.

Využít ji mohou také osamělí lidé a ti, co žijí v odlehklých lokalitách.

Komu službu nelze poskytnout

Službu nelze zavést u lidí trpících duševním onemocněním s ohledem na její možné zneužívání. Dále u osob s kombinovaným postižením sensorických funkcí zraku a sluchu nebo těžkým postižením sluchu, jež znemožňuje distanční hlasovou komunikaci. Rovněž nelze službu poskytnout klientům se závažným postižením motorických funkcí znemožňující stisknutí tlačítka pro přivolání pomoci.

Kolik tísňová péče stojí?

Měsíční paušál za provoz a doplňkové služby stojí od 400 do 550 korun měsíčně (podle typu konkrétního zařízení). Náklady na

jeho instalaci se pohybují od nuly do 15 295 korun. „Nejčastěji je to 1500 nebo 5000 korun. Tato částka je však velice individuální, některé domácí stanice lze pořídit z dotací, jiné jsou starší – repasované – tedy levnější a některé zcela nové. Vše se vždy řeší konkrétně u každého zájemce s tím, že zohledňujeme mj. také klientovu osobní situaci,“ vysvětlila mluvčí organizace Život 90 Michaela Sladká.

Jak dále uvedla, službu tísňové péče lze hradit z příspěvku na péči.

Jak lze službu získat

V případě zájmu o službu či více informací navštivte stránky www.tisnovapece.cz nebo volejte 601 559 580/584.

Život 90

Život 90 se pomocí domácí nebo venkovní tísňové péče stará o 1200 seniorů ve 13 krajích České republiky. Službu provozuje od roku 1992. Za tuto dobu se pracovníkům organizace podařilo zachránit životy tisíců seniorů a zdravotně postižených lidí. Do poskytování služby vstoupila Nadace České spořitelny, která se rozhodla podporovat provoz služby jedním milionem korun ročně. www.tisnovapece.cz.

Nadace České spořitelny

Od svého vzniku zvolila cestu systematické a dlouhodobé spolupráce s partnery, kteří se věnují oblastem, jež společnost velmi tíží, ale sama je zatím neumí efektivně řešit. Mezi ně patří péče i o seniory a podpora programů zaměřených na jejich vzdělávání a aktivní zapojování do života a dění ve společnosti. Nadace České spořitelny je generálním partnerem Života 90 a již 21 let je partnerem projektů zacílených na aktivní a důstojný život ve stáří: krizové linky Senior telefon, portálu seniorum.cz, cyklu pořadů Otisky generací či osvětové kampaně „Proti násilí na seniorech“ a „Žít déle doma“. www.nadacecs.cz.



**Chybí vám spřízněná duše?
Cítíte se osamoceni?
Potřebujete kamaráda,
kamarádku na výlet?**

Využijte služeb naší seznamky
a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

Písemně na adresu:
Redakce Moravský senior
AB Centrum, Kosmonautů 8
779 00 Olomouc
E-mailem: senior@fgp.cz

Hledám pohodového muže okolo 70 let. Mám ráda cestování, divadlo, kino, výlety do přírody. Jsem osamělá vdova.

Kontakt: volejte mezi 19. a 20. hodinou na číslo 736 412 870.

Jana z Olomouce, 60 let, by ráda našla kamarádku na kafe a vycházky do přírody. Napiš SMS.

Kontakt: mobil: 736 735 729.

Seniorka hledá slušného kamaráda, nekuřáka, kolem 65 roků, do 170 cm, štíhlejší postavy. Navštívíme spolu kulturní akce, pojedeme na výlet nebo do lázní. Jsem z Prostějova.

Kontakt: mobil: 731 824 825.

Štěpán z Mohelnicka – 74 let, vysoký 174 cm, by se rád seznámil s příjemnou ženou. Jsem motorista, mám rád výlety, přírodu a romantické filmy.

Kontakt: 705 204 704.

SŠ/59/168 světlovlásky z Beskyd, ráda pozná muže – nekuřáka, který hledá spřízněnou duši pro dny všední i sváteční. Muže, pro kterého čestnost a serióznost není prázdný pojem. Motorista vítán. Zájmy: kultura, příroda, cestování, zahrádka.

Kontakt: 737 303 773.

Televize natáčela v Lošticích a Úsově

Režisér Kratochvíl připravil pro Českou televizi cyklus deseti dokumentárních filmů o historii a současnosti židovských hřbitovů a synagog v Čechách a na Moravě nazvaný Hádanky domů života. Dokument o Lošticích a Úsově bude vyslán v neděli 8. února.

**KUPUJEME BYTY
2+1, 3+1**

Tel.: 774 405 644

CENU RESPEKTUJEME

KULTURA, VOLNÝ ČAS



V BLUDOVĚ VZNIKNE PRADĚDOVO DĚTSKÉ MUZEUM – zábavnou formou zpropaguje Jeseníky

Ze zchátralé venkovské usedlosti v Bludově na Šumpersku vznikne unikátní zábavné muzeum.

První návštěvníky přivítá v červenci.

„Nepůjde o klasické muzeum, které staví na historické či přírodovědné unikátnosti exponátů, ale půjde o muzeum, kde bude hrát hlavní roli zábava a poznávání Jeseníků, a to interaktivní, hrou formou. Muzea tohoto typu jsou běžná například v Alpách, kde jsme čerpali inspiraci,“ upřesnila za realizátory projektu předsedkyně sdružení Jeseníky přes hranici Tereza Schreiberová. Jak dále uvedla, nejdůležitějším prvkem bude kreativní pojetí dílčích expozic tak, aby formou zábavy a interaktivity nabízely vzdělávání a poznání. V muzeu je také počítáno s venkovními hracími prvky a tzv. vodním dětským hřištěm.

Fauna, flóra, geologie i gastronomie Jeseníků

„Součástí expozice s tématem fauna Jeseníků bude například poslechový box se sluchátky nabízející zvuky zvířat žijících v Jeseníkách, přičemž děti budou hádat, komu zvuk patří. Součástí expozice flóry Jeseníků pak budou ‚flakony‘ s vůněmi Jeseníků (sušené houby, jehličí, lesní plody, heřmánek) opět s možností přiřazování těchto vůní. Součástí expozice geologie Jeseníků budou molitanové kostky znázorňující jednotlivé geologické vrstvy s cílem skládkání do správných úrovní – jako takové velké 3D puzzle. Vše ve sjednoceném a atraktivním designu reflektující charakter prostor,“ informovala Tereza Schreiberová. Návštěvníci zde najdou také expozici zaměřenou na gastronomii a historii Jeseníků

a chybět nebude ani samostatná výstava věnovaná obci Bludov. Muzeum nabídne také prostory pro skupinové programy (školní výlety, školy v přírodě, programy organizací pracujících s dětmi), je počítáno s místností pro kojící maminky, vyhrazenou hernou pro batolata.

Sklužavky i vodní hřiště

Horní patro domu bude upraveno v jeden velký půdní prostor, výškově rozdělený na dvě části. Ty jsou spojeny schody, sklužavkami či skokem do bazénku s míčky. Klenbový sklep domu bude využit jako umělá jeskyně nabízející pohled do podzemí Jeseníků. V zahradě bude vybudováno dětské vodní hřiště (hřiště, kde hlavní roli hraje voda a hra s jejím usměrňováním, napouštěním, pumpováním, přehrazováním...). Dále je počítáno s klasickým dětským hřištěm, které bude tematicky uzpůsobeno Jeseníkům. V plánu je také instalace venkovního mobiliáře a drobné terénní úpravy zahrady pro hry.

„Návrh kompozice muzea vychází z toho, že děti chtějí poznávat, ale potřebují se u toho bavit. Pryč jsou doby nudných expozic, kde hlavní roli hrají skleněné vitríny a v nich historicky cenné knihy či předměty.



Hlavním motivem muzea bude skřítek.

Toto muzeum bude jedna velká hra, při které se bude hádat, tahat, poslouchat, hmatat, sledovat, přiřazovat, spojovat, malovat, skládat a přitom poznávat Jeseníky a vše, co k nim patří. Toto muzeum bude děti bavit! Nuda zde nemá místo. Tohle muzeum bude v zásadě jeden venkovský zábavní park, který zapomene na kýč a zpropaguje Jeseníky,“ doplnila Tereza Schreiberová.



Z této venkovské usedlosti vznikne muzeum.

Miss Haná, svatba nanečisto i vyprávění cestovatelů. Veletřh Tourism Expo je tu



a využití volného času. Návštěvníci se tak mohou těšit na cestovatelské přednášky, prezentace programů pro zdraví či lázeňských služeb,“ láká návštěvníky garanta akce Jana Jirovská. Novinkou bude podle ní tentokrát souběžně probíhající akce Svatba nanečisto, přehlídka svaatebních služeb a módních trendů, která se v předchozích letech s velkým úspěchem ko-

nala v Přerově. „Zapojili jsme se také do projektu Ochutnejte Hanou, jenž představuje regionální gastronomii s možností ochutnat jedinečné kulinářské speciality naší oblasti. Projekt pořádá Sdružení cestovního ruchu Střední Morava za podpory Olomouckého kraje,“ zmínila další lákadlo Jirovská, podle níž na letošní výstavě Tourism Expo nebude chybět ani festival lidových řemesel, turistické hrátky pro děti, řemeslné workshopy, škola in-linového bruslení a dále výstavy fotografií a přednášky cestovatelů CK Pangeo tours, která pořádá unikátní poznávací a expediční zájezdy od Evropy přes Blízký východ a Afriku až po Jižní Ameriku.

Vyvrcholením programu bude opět populární soutěž o nejkrásnější dívku regionu Miss Haná 2015, jejíž finále odstartuje v neděli 15. února ve 14 hodin.

„Výstava Tourism Expo si stejně jako vloni klade za cíl být tou nejlepší příležitostí k prezentaci aktuální nabídky cestovních kanceláří, ubytovacích zařízení, lázní, sanatorií, dopravců, programových agentur, kulturních zařízení či subjektů zaměřených na nabídku sportovního a volnočasového využití. Kromě novinek pro dovolené v nadcházející sezoně nebude v nabídce veletrhu chybět ani pestrý doprovodný program zaměřený vedle cestování právě na sport

–red–

Výstava představí včely i včelařství

Šumperk – Výstava nazvaná O včelách a lidech, která je k vidění v šumperské Hollarově galerii až do 26. dubna, představí včely nejen z pohledu entomologa, ale také přiblíží v Evropě velmi rozšířený fenomén včelařství a jeho produkty. Etnografické a zoologické sbírky Vlastivědného muzea v Šumperku doplní exponáty ze soukromého Muzea včelařství v Dubicku. Součástí výstavy budou i výtvarné dílny a doprovodné programy pro děti. Vernisáž se uskuteční 29. ledna 2015 v 17 hodin.

–red–

Kulturák zve na koncert fenomenální Lucie Bílé

Zábřeh – Jedna z nejuspěšnějších českých zpěvaček, nedávna vítězka ankety Český Slavík 2014 Lucie Bílá se po čtyřech letech opět chystá do Zábřehu. Koncert proběhne v pondělí 20. května. Její skladby zazní v komornější úpravě, kdy si návštěvníci budou moci hlas Lucie Bílé vychutnat pouze za doprovodu klavíru, za který usedne Petr Malásek. Bez něho si, jak často zpěvačka říká, nedovede představit žádné ze svých vystoupení, ať už jde o komorní recitál, či mega koncert.

„Není nikdo, s kým se cítím na jevišti tak opravdově jako právě s Petrem Maláskem. Od prvního do posledního tónu jsme jedna bytost, jedna umělecká duše a jen s ním můžu lidem říci, co cítím, co mě trápí, co mě dělá šťastnou. Už proto naše společné koncerty zbožňuji,“ uvedla Bílá. Diváci se mohou těšit na slavnostní večer plný známých hitů, osobitého humoru i vtípků v podání největší hvězdy současné české populární hudby. Vstupenky na unikátní koncert pořadatelé rozdělili do několika cenových pásem od 490 do 990 Kč. Jejich prodej byl zahájen již loni v prosinci.

Více informací na www.kulturak.info nebo telefonních kontaktech 583 411 653 a 775 279 558.

–red–

Přijďte na seniorský bowling



Tradiční, v pořadí již 5. přátelský bowlingový turnaj pro seniory (55+) proběhne v úterý 17. března od 9 hodin v BEST Sportcentru

Olomouc (budova bývalého SAJMU).

Tento oblíbený turnaj je určen všem příznivcům dobré nálady, společných zážitků

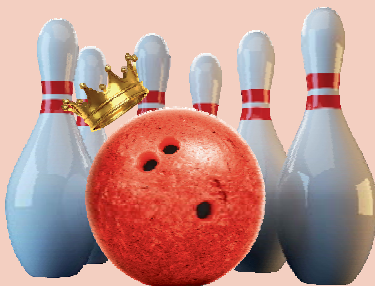
a soutěžního adrenalinu. Vítání jsou i ti, kteří bowling ještě nikdy nehráli.

Přihlásit se můžete již nyní na telefonu: 773 313 314 nebo e-mailem:

info@best-sportcentrum.cz či osobně na recepci BEST Sportcentra Olomouc, Dolní Hejčínská 36.

Předpokládaná doba turnaje je od 9 do 12 hodin (dle počtu přihlášených hráčů).

Startovné činí 200 Kč/osobu, zahrnuje hru bowlingu, ceny pro vítěze, společný oběd a nezapomenutelné zážitky. Přihlášení je možné do pátku 13. března.



Z dějin paláce Žerotínů v Purkrabské ulici

Žerotínský palác v Olomouci v Purkrabské ulici je rozsáhlým objektem v majetku Univerzity Palackého v Olomouci.

Stavebně ho tvoří čtyřkřídlá budova s gotickým jádrem. Palác byl vystavěn na místě původně několika gotických domů, náležících významným představitelům středověké Olomouce. Objekt bývá v rámci své lokace také naprosto nesprávně označován za „olomoucké purkrabství“. Olomoucké purkrabství se nacházelo v jiné části města a toto nesprávné označení se bohužel vžil nejen mezi Olomoučany, ale rovněž mezi částí odborné veřejnosti.

Z podrobného studia archiválií víme, že dne 20. března 1522 daroval král Ludvík městu Olomouci za služby prokázané svému otci, králi Vladislavovi Jagelonskému „lidi, domy a zahrady, kteří náleželi olomouckému Předhradí a příslušeli k „Purkrabství“, aby patřili pod městské právo a lozung“ (výběr daně). Tímto aktem pozbylo původně zeměpanské Předhradí čili „Purkrabství“ také svého fojta.

Purkrabí zde nesídlil

V rukopisné práci bývalého náměstka olomouckého radního a měšťana Nathera „Dějiny olomouckých domů“ je u nás sledovaného objektu poznámka, že „dům od pradávna nazývaný purkrabský býval propůjčován kastellanům (burgavius) Olomouce, aby tu vykonávali svůj úřad“. Proto se také na něj vztahují velmi staré záznamy... Autor se mylně domníval, že knížecí purkrabský úřad měl sídlo právě tady. Tato domněnka se však nezakládá na ověřených historických faktech. Nather byl zřejmě jako mnozí dnešní badatelé a historici uveden v omyl dnes dosud běžně užívaným názvem pro komplex objektů jako „Purkrabský dům“ anebo „Purkrabská ulice“. Vycházel z nepřesného a neověřeného domnění, že název ulice vystihuje i název úřední pro daný objekt. K nepřesnostem názvů ulic v Olomouci, vzniklých v minulosti a přežívajících doposud, a to i v našem případě, přispěli někteří olomoučtí historici již v 19. století. A přestože se snažili své omyly uvést následně na pravou míru, radnice ponechala tyto mnohdy nepřesné názvy až do roku 1918 a mnohé ulice zůstaly takto mylně pojmenovány dodnes. Dnešní Purkrabská ulice se nazývala Zá-

hrobní, Horní Carta a až následně od 19. století Purkrabská. Řada omylů, které se týkají bývalé budovy Žerotínského paláce, byla korigována následným bádáním v archivech. Ze středověkých olomouckých knih je patrné, že objekt nebyl zcela určitě majetkem veřejným ani obecným, ale ryze soukromým. Tato palácová budova byla až do období novověku v rukou šlechtických rodů. V městských knihách je označována jako „Městský panský dům“.

Rod Žerotínů

Ke změnám majitelů docházelo nejčastěji dědictvím. Nejdéle jej vlastnil rod Žerotínů, jehož zástupci zde prováděli také zásadní stavební úpravy, největší však koncem 16. století. Do období vlastnictví objektu Žerotíny spadá i nález učiněný při stavebních pracích na počátku minulého století. Tehdy byla odkryta kamenná erbovní deska s dvojnáskem rodu Žerotínů a manželky Bedřicha ze Žerotína a na Žadlovicích, Slavatovny z Chlumu. Rod Žerotínů prodal objekt roku 1675 klášteru Hradisko a představení kláštera následně roku 1678 vyměnili tento palác za objekt „staré radnice“ na Předhradí s magistrátem města. Následně zde byl od roku 1694 dokonce umístěn olomoucký městský úřad.

Divadlo, konírny i dráb

V roce 1709 postihl Olomouc obrovský požár, který zasáhl takřka třetinu města a rovněž tento palác. Avšak škody nebyly tak fatální, že by musel být objekt stržen. Po částečných opravách sloužil objekt dál pro kulturní a správní účely města a dostal německý název „Gemeiner Stadthaus“ anebo také „Burgrafenhaus“. Součástí stavebních oprav budovy zde bylo i roku 1721 vybudování divadelní scény založené třemi olomouckými měšťany a hrály se zde hry ze života svatých. Ředitelkou této olomoucké divadelní scény se stala, dle dobových záznamů, A. Primusová. Avšak záměr vybudovat zde kulturní zázemí obyvatel Olomouce s divadlem a sálem pro bály následně realizován nebyl. Naopak v roce 1735 zde byly vybudovány konírny a byt olomouckého drába.

Vojsko i školáci

Neklidné období sporů Habsburků s Prusy o slezské dědictví vedlo k tomu, že vedle zpevňování hradeb hledalo vojsko ubytova-

cí prostory v pevnostním městě Olomouci. Jako dostačující a vhodný byl vybrán i tento objekt. Od roku 1742 zde bylo umístěno vojsko a dům byl nazván „Burgrafenkarserne“. Tento stav přetrval až na malé přestávky. Po odchodu vojska v roce 1853 zde byla zřízena německá reálka. Vzhledem k nevyhovujícím podmínkám byla ale budova následně školou opuštěna a byla přestěhována do školy na Mořické náměstí. Do prostor bývalého žerotínského paláce, devastovaného nevhodnými přestavbami a umístěním kasáren, se nastěhovala roku 1874, ne zcela dobrovolně, česká obecná škola. Neúnosným stavem budovy a stížnostmi rodičů studujících dětí se zabývala c.k. Zemská školní rada, Vídeňské ministerstvo vyučování a veřejných prací a v poslední instanci i Nejvyšší správní soud ve Vídni. Ten svým výnosem ze dne 24. listopadu 1913 město odsoudil za provozování nevhodné budovy a přikázal radním vystavět novou školní budovu. Tento soudně sdělený požadavek nebyl respektován, zahájení první světové války bylo dostatečným argumentem pro pozastavení plánů pro výstavbu nové české školy na území města Olomouce.

Muzeum a poté studenti

Po převratu v roce 1918 byly ve městě zrušeny všechny německé školy a do některých byly přestěhovány školy české. To byl také případ školy v Purkrabské ulici. Do takto uprázdněných prostor byla nastěhována depozita Vlasteneckého spolku muzejního a část objektu připadla pro práci městských úředníků. Od roku 1935 do roku 1967 sloužil objekt výhradně pro potřeby Vlastivědného spolku muzejního, který jej využíval nejen jako depozita, ale i jako expoziční prostor. Po roce 1948 byl i nadále palác v nájmu Vlastivědného muzea v Olomouci. V roce 1967 areál budov přešel do majetku Univerzity Palackého, která zde zřídila pracovny a učebny pro posluchače přírodovědecké a pedagogické fakulty, a v majetku Univerzity Palackého je tento unikátní a pro historii Olomouce významný objekt doposud. V současnosti probíhá v objektu významná památková rekonstrukce. Po jejím dokončení bude bývalá palácová budova sloužit jako posluchárny a odborná pracoviště Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci.

*PhDr. Karel Žurek,
Olomouc*

INZERCE

Bohemian Fantasy
CESTOVNÍ KANCELÁŘ
Tř. Kosmonautů 1288/1, 772 00 Olomouc
Tel.: 585 222 557

Zve všechny, kteří se chtějí dobře pobavit na

11. COUNTRY BÁL

CESTOVATELŮ

14.3.2015 v 19 hod. v RCO Olomouc



SLOSOVATELNÉ VSTUPENKY
1. cena:
EXOTICKÝ ZÁJEZD
a další letecké zájezdy, zajímavé ceny

Host večera:
Věra Martinová

Předprodej vstupenek v CK BOHEMIAN FANTASY
Uvítáme oblečení ve stylu country - výuka country tanců.

www.countrybal.com

FKS

FILMOVÝ KLUB SENIORŮ

2.2.^{PO} Příběh Marie T

12.2.^Č Zmizelá T

16.2.^{PO} Odpad T

26.2.^Č Fotograf Č

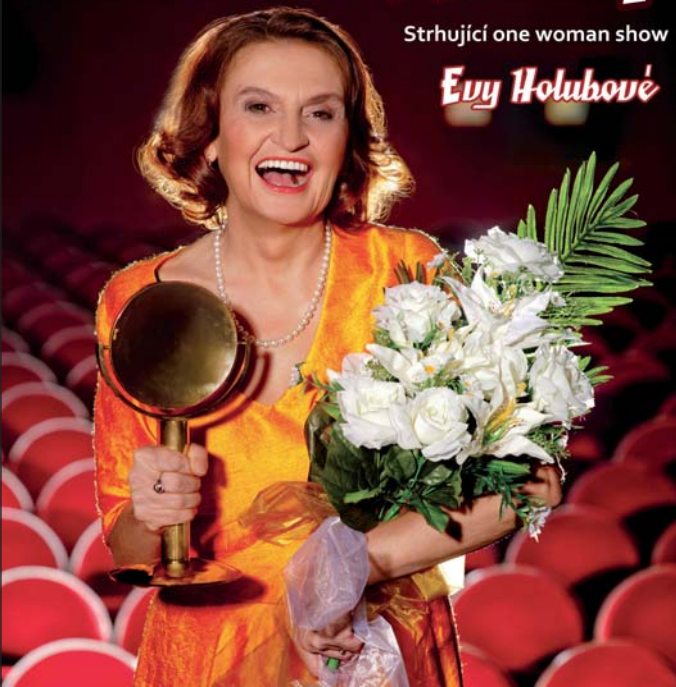
vstupné 60,- kinometropol.cz vždy 14:00

KINO METROPOL

agentura **GONG** | **ring** | Kooperativa | mfo

HVEZDA

Strhující one woman show
Evy Holubové



Středa 6. 5. 2015 v 19.00, Olomouc - kino Metropol

Předprodejní místa: Agentura Gong, kino Metropol, IC Olomouc, CD centrum hl. nádraží a online na Ticketportal.cz

www.olomouc.cz | HANÁ | PLAKÁTOVNA | KROK | tv.morava | IRegion

LENKA SULASOVÁ
LERA CESTOVNÍ KANCELÁŘ

Pobyt je vhodný i pro seniory

POZOR SLEVA
při zakoupení pobytu do 28. 2. 2015
sleva 6 %
z ceny pobytu

Chorvatsko – Makarská riviera

Letovisko Drvenik – penzion Zoran

Přehled standardních cen pro sezonu 2015
Cena za každou osobu / týden (středa–středa)

Termíny pobytů	Každé dítě 3–5 let	Každé dítě 6–12 let	Dospělí
12. 6. – 21. 6.	6000,- Kč	7000,- Kč	7400,- Kč
19. 6. – 2. 7.	6790,- Kč	7790,- Kč	8250,- Kč
30. 6. – 9. 7.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
7. 7. – 16. 7.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
14. 7. – 23. 7.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
21. 7. – 30. 7.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
28. 7. – 6. 8.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
4. 8. – 13. 8.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
11. 8. – 20. 8.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
18. 8. – 27. 8.	6200,- Kč	7200,- Kč	7600,- Kč
25. 8. – 6. 9.	6790,- Kč	7790,- Kč	8250,- Kč
4. 9. – 13. 9.	6000,- Kč	7000,- Kč	7400,- Kč

Konečná cena zahrnuje: Ubytování v penzionu Zoran. Jedná se o dvě budovy v těsné blízkosti. Nachází se 30 m od oblázkové pláže. Ubytování 2, 3, 4, 5 lůžkových pokojích s vlastním soc. zařízením a balkonem. Na poschodí společná chladnička. Stravování ve formě polopenze: Snídaně (kontinentální) a večere (výběr ze dvou jídel). Doprava vlastní (-1900,- Kč / osoba) nebo zahr. autobusem s WC, klimatizací, videem – **nástupní místo ze Šumperka a po trase.** Pojištění proti úpadku CK, služby delegáta.

Konečná cena nezahrnuje: pojištění léčebných výloh v zahraničí, fakultativní výlety a pobytová taxa se platí přímo majiteli penzionu dospělí = 8€/ týden; dítě 12–18 let = 4€/ týden

Zájezd organizuje Lenka Sulasová LERA cestovní kancelář.
Zprostředkovatelem je Lenka Sulasová – LERA cestovní kancelář

Kontakt: tel./fax: +420 583 214 164, mob.: +420 606 475 575
e-mail: ca.lera@tiscall.cz, info@ca-lera.cz

www.ca-lera.cz

V Jeseníku připravují výstavu o legendární stavebnici Merkur

Vlastivědné muzeum Jesenicka ve spolupráci s Jiřím Mládkem, světově největším sběratelem stavebnice Merkur, pořádá unikátní výstavu historie tradiční české hračky, která už téměř sto let v dětech probouzí technické cítění, kreativitu a zručnost. Její vernisáž proběhne 10. února v 18 hodin.

Z historie

Kovová stavebnice pochází z Police nad Metují, kde její vynálezce Jaroslav Vancl roku 1920 prodává první stavebnice Inventor spojované háčky. O 5 let později přechází na nový systém známý dodnes, kdy se díly spojují dohromady šroubky a matickami, a tak děti poznávají Merkur. Přes významné kroky, jako jsou možnosti stavby budov nebo elektrických modelů, se dostává až k populárním elektrickým vláčkům, jejichž výroba definitivně končí roku 1968. Stavebnice samotná ovšem zažívá boom i v zahraničí až do období pri-



vaticace, kdy firmu z konkurzu zachraňuje Jiří Kříž a obnovuje výrobu. Dnes se stavebnice Merkur opět těší oblibě a s velkými ambicemi překračuje hranice dětské hračky až k světu výuky, vědy a robotiky. Navazuje tak na odkaz tzv. čockostroje Otty

Wichterleho, na kterém byly odlity první čtyři prototypy kontaktních čoček. I tento prototyp přístroje můžete u nás obdivovat. Celý tento historický příběh vývoje můžete zhlédnout ve výstavě spolu s vybranými modely např. letadla, ruského kola či funkčních vláček a uvěřit, že nic není nemožné ve vzrušujícím světě techniky. Svou fantazii a dovednost si můžete vyzkoušet v herně pro malé i velké, která bude součástí, a ucházet se o vítězství v soutěži o Nejhezčí postavený model.

Otevírací doba a volné vstupy

Výstava potrvá do 17. května v prostorách Galerie Vodní tvrze. Otvírací doba je od úterý do neděle v čase 9.00 až 17.00. Vstupné platí děti od pěti let 20 Kč a dospělí 40 Kč. Mezinárodní den památek a sídel v sobotu 18. dubna i Den vítězství pátek 8. května muzeum oslaví vstupem zdarma do celého Vlastivědného muzea v Jeseníku. Více na www.muzeum.jesenik.net.

Srdečný pozdrav z Olomouce aneb přijďte na výstavu pohlednic



Více než tři stovky nejstarších pohlednic města, z období tzv. dlouhých adres, přináší výstava Vlastivědného muzea Olomouc nazvaná Srdečný pozdrav z Olomouce.

Potrvá do 8. února. Kromě tradičních záběrů na olomoucké dominanty, náměstí a památky se návštěvníci mohou těšit na mnohé vůbec první vhledy do některých ulic, snímků dnes již neexistujících budov, pomníků, městského opevnění či na sérii

pohlednicových reprodukcí uměleckých děl zachycujících olomoucká zákoutí na přelomu 19. a 20. století.

Před koncem 19. století se pohlednice staly běžnou součástí lidské každodennosti. Vznikly postupným vývojem a přetvářením korespondenčního lístku v 70. až 80. letech 19. století. Doslova boom v pohlednicové tvorbě nastal ve druhé polovině 90. let 19. století a trval zhruba desetiletí. Tato éra je nazývána zlatým věkem pohlednic. Zdokonalily se tiskařské techniky, vydavatelé se

snažili své výrobky ozvláštnit plastickými reliéfy, skládankami, žertovnými prvky nebo volbou netradičních materiálů (dřevo, březová kůra) či formátů (objevily se pohlednice dvojdílné, trojdílné, obří...).

„Na výstavě je prezentováno více než 300 originálů černobílých a kolorovaných pohlednic vyrobených různými tiskařskými technikami. Nejstarší pohlednice měly celou zadní stranu vyhrazenou pro adresu a pro známku. Přední strana nesla obrázek a větší či menší prostor pro text. Dnes toto uspořádání nazýváme tzv. dlouhými adresami. Postupem času se ovšem obrázky více a více prosazovaly, až sdělení úplně vytlačily na rubovou stranu a dlouhou adresu vystřídala praktičtější adresa krátká, kterou známe dnes. Na území habsburské monarchie k tomu došlo vládním výnosem ze dne 25. listopadu 1904,“ vysvětlila Mgr. Hana Jakůbková, autorka výstavy a kurátorka sbírky fotografií a pohlednic Vlastivědného muzea v Olomouci.

Výstava je doplněna trojrozměrnými exponáty s poštovní tematikou a také interaktivními prvky. Malí návštěvníci si například mohou vyrobit vlastní pohlednici, kterou si odnesou domů nebo přímo na výstavě vhodí do repliky poštovní schránky z dob starého mocnářství.

Zábřežský festival cestovatelů, dobrodruhů a recesistů je v plném proudu



Zábřežský festival Welzlování, který je poctou nejslavnějšímu zábřežskému

rodákovi Janu Eskymo Welzlovi, letos dospěl již do dvanáctého ročníku. Opět nabízí pořádný příděl zábavy a recese. Od poloviny ledna až do konce února probíhají nejen tradiční recesistické akce, ale také filmový festival či série zajímavých přednášek. Zájemci si v lednu mohli již vyzkoušet Welzlův běh do zámecké brány či krosový nebo recesistický závod nazvaný Welzlův kufr. Těšit se lze mj. na oblíbené závody čtyřspřeží s lidskou posádkou nebo zabijačkové hody. Konkrétní únorový program najdete níže.

WELZLOVÁNÍ

(12. ročník festivalu cestovatelů, dobrodruhů a recesistů)
„Prнду, prнду – neprнду, neprнду.“

čtvrtek 5. 2., kino Retro, 17.00 hod.

Vítězslav Vurst: Zemí potomků Čingischána
Audiovizuální pořad o Mongolsku.

čtvrtek 12. 2., kino Retro, 17.00 hod.

Vít Orava – Jaroslav Maixner: Chan Tengri (7010 m n. m.)
Výstup severní „normálkou“ z ledovce Inylchek. Audiovizuální pořad.

neděle 15. 2., Masarykovo náměstí, 15.00 hod.

Závody čtyřspřeží s lidskou posádkou – recesistický závod
Projíždky na psím spřežení (zdarma), kulturní program a prezence posádek od 13.30 do 14.59 hod.

od 9.00 hod. severské zabijačkové hody na Masarykově náměstí

Celodenní prodej zabijačkových specialit a dalšího občerstvení, stánkový prodej.

čtvrtek 19. 2., kino Retro, 17.00 hod.

Pavel Novák jr.: Hranická propast – tajemná kráska v srdci Evropy

Multimediální projekt o nehlubší zatopené sladkovodní propasti na světě, jeskynním potápění a touze po překračování hranic.

sobota 28. 2., kino Retro, 16.00 hod.

Expediční kamera

Přehlídka filmů o dobrodružství, divoké přírodě, extrémních zážitcích i sportech. Zajímaví hosté, losování o ceny, netradiční občerstvení.

Výstava prezentuje veduty slezských měst a staré mapy



Na přerovském zámku je až do 1. března instalována výstava, která představuje staré mapy Slezska a Moravy a veduty slezských měst.

Návštěvníkům přibližuje význam Slezska, vývoj jeho vyobrazení i provázanost tzv. rakouského (českého) Slezska se Slezskem Opolským. Umožní zároveň nahlédnout do dějin těch částí slezského vévodství, které byly pro českou korunu v polovině 18. století ztraceny.

Výstava Silesia picta vzešla z mezinárodní spolupráce Vědecké knihovny v Olomouci a Vojvodské veřejné knihovny v Opolí, ve formě kvalitních zarámovaných reprodukcí.

INZERCE

Atlant - taxi®
www.atlant-taxi.cz

22% SLEVA

**PŘI PŘEDLOŽENÍ SENIOR PASU
PŘED ZAPOČETÍM JÍZDY.**

**VOLEJTE ZDARMA
800 11 30 30**



Senior Pas
SLEVA A VÝHODY PRO SENIORY

Táta – světově úspěšná one man show o otcovství

Viděli jste Cavemana? Pak vás nezklame, ale pobaví i poučí **TÁTA – one man show s podtitulem Humorná zpověď novopečeného otce.**

Městské divadlo v Prostějově představení uvede ve čtvrtek 12. února v 19 hodin. Světově úspěšnou divadelní komedii o mužích a ženách nastudoval herec Roman Pomajbo a s úspěchem ji trvale hraje v Praze a mnoha městech celé republiky.

„Žánr one man show byl pro mě velkou výzvou. Jako otec tří dcer jsem rád, že do představení mohu vnést i své vlastní postřehy. Je to moderní show a využívám při ní všechny vymoženky techniky, jako je tablet, wi-fi, promítání na plátno. Samozřejmě také improvizuji,“ nastínil principy představení Roman Pomajbo, který je považován za humoristu tělem i duší.

Představení je uváděno mimo předplatné, vstupenky jsou k dispozici v pokladně divadla nebo na webu <http://www.divadloprostejov.cz/pokladna/>

KDO BY TO BYL ŘEKL?

- Na padesátiletých dubech nerostou žaludy.
- Kuřáci mají oproti nekuřákům dvakrát takovou pravděpodobnost, že jim vypadají zuby.

SMĚJEME SE

Řízení letového provozu zachytilo zprávu: „Zde let 13. Máme problémy. Schází nám palivo, zbývá nouzová rezerva na 10 minut, jsme ve výšce 2000 kilometrů, sdělte instrukce.“ Řídící letového provozu se zamyslí a odpoví: „Opakujte po mně: „Otče náš, jenž jsi na nebesích...“

Rozčilená manželka říká manželovi: „Ty seš takovej blbec, že kdyby se pořádalo mistrovství světa blbců, tak bys byl druhý.“ „Proč druhý?“ „Protože jsi tak blbej, že bys to ani nevyhrál...“

Slaný závin s kysaným zelím

Množství
na jeden velký plech

Ingredience:

listové těsto (my jsme použili již rozválené na pečicím papíru - 275 g)

100 g anglické slaniny nakrájené na kostičky

1 klobása (200 g) nakrájená na malé kousky

300 g kysaného zelí (můžeme také překrájet)

100 g tvrdého sýru nahrubo nastrohaného

2 vejce

kečup

koření na posypání (mletá červená paprika

nebo grilovací koření)

Postup:

Kysané zelí propláchneme na sítku vodou, dáme do mísy, přidáme anglickou slaninu, klobásu, 1 vejce a sýr a vše promícháme. Těsto rozpůlíme po delší straně na dvě poloviny (pokud nemáme na pečicím papíře, tak musíme těsto na pomoučeném válu rozválet), potřeme kečupem a středem naplníme připravenou směsí tak, aby nám okraje těsta šly pěkně přeložit přes sebe a směs nám nevytekla. Povrch závinu potřeme rozšlehaným vajíčkem a můžeme posypat červenou paprikou, případně grilovacím kořením pro lepší barvu. Pečeme v předehřáté troubě při teplotě 180 stupňů dozlatova (cca 40 minut).



RECEPT MĚSÍCE

Přejeme dobrou chuť!

KŘÍŽOVKA

Řešení křížovky z minulého čísla: PŘEJEME VÁM KRÁSNÉ VÁNOCE.

	NÁDOR	KONZERVOVATI MRTVÁ TĚLA	ČESKÁ TISKOVÁ KANCELÁŘ (ZKRATKA)	NÁZEV HLÁSKY Ř	STARŠÍ ŽENSKÉ JMÉNO	RUSKY „POHÁDKA“	DOMÁCKY GERTRUDA	FOUKÁNÍ	49 (ŘÍMSKY)	PULZ		ZVÍŘE K NOŠENÍ BREMEN	SPORTOVEC	KOEFICIENTY	NÁZEV NEZNÁMÉ
OSVĚŽIT											DOMÁCKY SASKIA				
1. DÍL TAJENKY											OPUHLINA				
SRAŽENINA ÚSTROJNÝCH LÁTEK				ČES. FILM. REŽISÉR					NACISTICKÝ GENERÁL						
POHÁDKOVÁ ZEMĚ			UZAVŘÍT ZDÍ	DOMÁCKY ZUZANA					LYŽAŘSKÝ DOSKOK						BÝVALÝ MOBILNÍ OPERÁTOR
POLSKÝ TANEC			VÍCEKRÁT TIKNOUT					VČIŤOVÁNÍ SE			PRUDKÉ SRAŽENÍ MÍČE				
								ÚKAZY PŘI BOUŘI			HMOTY				
	ZN. JAPONSKÝCH AUT						BRITSKÝ PREMIÉR							NUŽE	
	PLEMENO PSA						VYNALEZCE TELEGRAFU							DRUH KARETNÍ SEHRÁVKY	
ŠKRABÁK U PLUHU						CITOSLOV. PLÁCNUTÍ						INFEKČNÍ ČINITEL			
						ZN. PIKO-AMPÉRU						ČÁSTI LODÍ			
LETŇANSKÝ PODNIK					ROZSÁHLÉ BASNĚ							MÍSTO TOHO			
					POLOVINA KMITU							NÁR. KULT. PAMÁTKA			
SÍŤ NA CHYTÁNÍ RYB				VÁČEK V ODĚVU							LETECKÝ ÚTOK				
				PŘEDLOŽKA							ČES. DVOJHLÁSKA				
ČÁSTI CYKLISTICKÉHO ZÁVODU							2. DÍL TAJENKY								
DRUHÝ RUSKÝ KOSMONAUT							MESIÁŠ								

SEX PRO



*Karel
Roden*



*Jana
Krausová*

POKROČILÉ

Komedie o páru, kterému se z manželství vytratila vášně.

Neděle 31. 5. 2014 v 19.00, Olomouc - Reduta

Předprodejní místa: Agentura Gong, IC Olomouc, ČD centrum hl. nádraží a online na Ticketportal.cz

Hruška

maloobchodní síť



- největší tuzemský řetězec s potravinami
 - téměř 800 prodejen po celé ČR
 - slevy a akční zboží každý týden
- pravidelné spotřebitelské soutěže o hodnotné ceny
 - zboží s vlastní obchodní značkou



MO síť Hruška, jsme tu pro Vás.