

# moravský senior®

zdarma!  
♥

Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 10/2016



**Téma:**  
Legiovlak míří poprvé  
do Olomouckého kraje



Rozhovor:  
Yvona Kubjátová



Pozvánkový  
servis



Seriál:  
Oskoruše



**KOALICE PRO  
OLOMOUCKÝ KRAJ**

# Bezpečí seniorů? Tísňová péče!

**SROSTLÍ S KRAJEM**

**Mgr. Ivo Slavotínek**  
kandidát na hejtmana

## OBSAH

ROZHOVOR MĚSÍCE: Yvona Kubjátová

strana 4



TÉMA: Legiovlak poprvé přijíždí do Olomouckého kraje

strana 8



ZDRAVÍ: AGE Centrum celostní medicíny otevřelo

strana 12

POZVÁNKY

strana 14

PŘÍLOHA: Akce v měsíci říjnu

strana 15

INFO Z OLOMOUCKÉHO KRAJE

strana 20

SÍLA PŘÍRODY: Nalomené zdraví, oskoruše spraví

strana 22



RADY, TIPY, ZPRÁVY

strana 26

KŘÍŽOVKA

strana 30

SEZNAMKA PRO SENIORY

strana 31

## ÚVODNÍ SLOVO

Drahé čtenářky a drazí čtenáři,

letos si připomínáme 98 let od vzniku samostatného Československa. Jsem velmi ráda, že při této příležitosti zavítá do našeho kraje legiovlak, který představuje významnou měrou kus naší historie. Více se nejen o tomto projektu Československé obce legionářské dočtete na dalších stranách.

Ráda bych také upozornila na další díl našeho seriálu o stromech. Tentokrát se v něm jeho autor pan Jiří Trefný věnuje vzácné oskeruši. Za tímto stromem se vypravil pan Vít Stanovský, který do seriálu dodává fotografie a také kreslené vtipy. Reportáž o jeho putování za oskeruškami vám přineseme v příštím vydání magazínu.

Přeji vám všem, abyste prožili tento měsíc v dobré kondici a náladě.

Za redakci  
Veronika Kolesárová

*Omluva: V minulém vydání magazínu jsme uvedli na straně 4 chybně jméno autora fotografie ředitele Vlastivědného muzea v Olomouci. Autorem snímku není Jindřich Štreit, ale Pavel Rozsival. Panu Rozsivalovi se tímto upřímně omlouváme.*

**Tiráž**  
MORAUSKÝ SENIOR® – magazín pro seniory Olomouckého kraje

Vydavatel: Moravský senior, z.s., Tábortů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc, IČO: 03339769, Registrováno pod číslem MK ČR E 21702, vychází desetkrát ročně.

**Technická redakce:** BastArt.cz, spol. s r.o., Šlechtitelů 1, 772 00 Olomouc, e-mail: info@bastart.cz, šéfredaktorka: Veronika Kolesárová, e-mail: redakce@moravskysenior.cz, tel: 775 242 270

**Koordinátorka, distribuce:** Vendula Boudníková, e-mail: office@moravskysenior.cz, tel: 725 190 555

**Inzerce:** Daniela Krupová, e-mail: inzerce@moravskysenior.cz, tel: 736 456 791

**Korektury:** Blanka Peřinová, e-mail: blanka.perinova@fgp.cz

**Tisk:** Miloslav Kyjevský – FGP studio, Tábortů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc

**Distribuci zajišťuje:** GEIS – zákaznické centrum tel: 951 277 777, www.baliky.cz

Náklad tohoto čísla je 25 000 ks. Redakční uzávěrka tohoto čísla: 19. 9. 2016. Redakční uzávěrka příštího čísla: 17. 10. 2016.

ZDARMA  
Titulní foto: archiv ČsOL

# „MOUDROST STÁŘÍ STOJÍ NA ŽIVOTNÍCH ZKUŠENOSTECH,“ ŘÍKÁ NÁMĚSTKYNĚ HEJTMANA PRO SOCIÁLNÍ OBLAST

Milovnice filmů pro pamětníky, vášnivá kuchařka a příznivkyně všech možných sportovních aktivit. To je ve zkratce Yvona Kubjátová. Zároveň je jedinou ženou v krajském vedení. Již osm let působí jako náměstkyně olomouckého hejtmána pro sociální oblast. Stará se tak nejen o zajištění jistot pro zdravotně hendikepované, ale také o seniory. Jaké vidí perspektivy v oblasti sociálního zabezpečení nejen pro seniory, prozradila v rozhovoru na následujících stránkách.

## Paní náměstkyně, jaký je váš vztah k Olomouckému kraji?

Žiji tady celý svůj život. Narodila jsem se v Olomouci, prožila zde dětství, školní léta, studium na gymnáziu v Litovli a léta vysokoškolských studií na Pedagogické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Také první lásky, svatba, narození syna, rodinný i profesní život, to vše je neodmyslitelně spjato s tímto krajem. V dětství díky svým rodičům a později s manželem a synem při výletech a dovolených, ale i pracovním jsem procestovala celý kraj a měla možnost poznávat jeho bohatou historii, památky, přírodu od úrodné Hané přes krásné, ale i drsné Jeseníky až po jeho nejsevernější výběžek kolem Javorníku. Málokterý kraj České republiky oplývá takovým kulturním a přírodním bohatstvím a je tak různorodý jako právě ten náš. Vždy se sem ráda vracím z cest a dá se říci, že jsem patriotem našeho kraje.

## Už jste se zmínila, že s krajem je spojen i Váš profesní život? Proč právě sociální oblast?

Život každého z nás ovlivňuje nejen místo, kde žije, ale především lidé v našem okolí. Už jsem se zmínila o mých rodičích, učitelích, kteří kladli důraz na poznávání a vzdělání, ale učili mě také úctě k lidem, k jejich schopnostem, ale i toleranci a ochotě pomáhat těm, před které život postavil nejrůznější překážky. To ovlivnilo i výběr studijního oboru, kterým byla pedagogika a sociální práce. Tím bylo dáno moje profesní směřování – pracovala jsem v oblasti sociálně právní ochrany dětí a výkonu veřejného opatrovnictví. Léta jsem se jako dobrovolník věnovala pomoci lidem, kteří se stali obětmi trestných činů. Při své práci jsem poznala, že někdy přímá individuální pomoc konkrétním lidem naráží na různé překážky systému. Snaha mít možnost ovlivnit věci systémově mě přivedla ke vstupu do veřejného života. Byla jsem zvolena členkou olomouckého městského zastupitelstva, později členkou krajského zastupitelstva a posledních osm let pracuji ve funkci náměstkyně hejtmána Olomouckého kraje pro sociální oblast.

## Co vše zahrnuje práce náměstkyně s kompetencí v sociální oblasti?

Sociální oblast je poměrně široká a v posledních letech zaznamenává, řekla bych „turbulentní“ vývoj. Kraje jsou samosprávnými celky, ale díky smíšenému modelu veřejné správy vykonávají řadu činností, které na ně resp. na jejich krajské úřady přenesl stát. Jde např. o výkon sociálně právní ochrany dětí včetně náhradní rodinné péče, úkoly v oblasti sociální práce a veřejného opatrovnictví, to vše ruku v ruce s výkonem metodické a kontrolní činnosti vůči obcím resp. jejich obecním úřadům. Výkon těchto agend narůstá co do rozsahu i složitosti, klade stále vyšší nároky na zaměstnance, jejich počet i vzdělání, zkušenosti a praktické dovednosti. Tito pracovníci fakticky zajišťují výkon státní správy v území, který je z pohledu krajské samosprávy neovlivnitelný, přesto jsou kraje tyto agendy povinny zajistit, a to bez ohledu na to, zda se stát na jejich zajištění dostatečně finančně podílí či nikoli.

## Co to znamená konkrétně?

To, co kraje pro své občany ovlivnit mohou, chtějí a skutečně ovlivňují, jsou sociální služby, prarodinná politika, prevence kriminality, vyrovnávání příležitostí



Yvona Kubjátová při setkání se seniory na Květinovém bálu v Jívové. Foto: Veronika Kolesárová

pro lidi se zdravotním postižením, sociální začleňování. Jsem ráda, že se nám v oblasti sociálních služeb podařilo v praxi naplnit přechod odpovědnosti za rozhodování o rozdělení státní účelové dotace na jejich zajištění z ministerstva práce a sociálních věcí na kraje, a to bez rozkolísání celého systému. V kraji je definována síť sociálních služeb a jsou nastaveny mechanismy, jak ve spolupráci s obcemi a poskytovateli služeb reagovat na potřebu jejich změn v souladu s odůvodněnými potřebami občanů. Intenzivním vyjednáváním s centrálními orgány se podařilo navýšit účelovou dotaci ze státního rozpočtu, navýšily se finanční prostředky do služeb také z rozpočtu Olomouckého kraje, díky krajem realizovaným individuálním projektům jsme získali finanční prostředky v řádech desítek milionů na zajištění služeb prevence, tedy služeb, které pomáhají lidem předcházet vzniku nepříznivé životní situace, příp. ji řešit s pomocí sociálních pracovníků v jejich přirozeném domácím prostředí. Za poslední čtyři roky došlo k navýšení finančních prostředků do služeb o více než 230 milionů korun.

## Nemohu se nezeptat. Jste dosud jedinou ženou ve vedení hejtmanství. Jaké to pro vás je? Musíte mít ostřejší lokty než muži?

Nepřipadnu si jiná než chlapi, ale pravda je taková, že u některých kolegů se projevuje hluboké podvědomí, z něhož lze vycítit jejich postoj ke mně, tedy že jsem žena. Pamatuji si větu jedné senátorky, která mi kdysi řekla. Ty jako ženská musíš udělat dvojnásobek práce, aby to ostatní ocenili.



Práce v Radě Olomouckého kraje. Zdroj: Krajský úřad Olomouckého kraje.

**Vraťme se zpátky k sociálním záležitostem. Kraj je také významným poskytovatelem především pobytových sociálních služeb, jako jsou domovy pro seniory, domovy se zvláštním režimem, domovy pro osoby se zdravotním postižením a podobně. Co se v této úrovni změnilo?**

Dnes je poskytování sociálních služeb zafinancováno více než třičtvrtmiliardovým příspěvkem z veřejných rozpočtů a další téměř miliarda korun byla investována do jejich zkvalitnění a humanizace. Díky těmto investicím se například podařilo vybudovat nový pavilon

s kapacitou 100 uživatelů v Domově seniorů POHODA Olomouci-Chválkovicích, 79 míst pro osoby trpící Alzheimerovou chorobou vzniklo v novém moderním pavilonu v Radkově Lhotě, rekonstrukcí spojenou se zkvalitněním, rozšířením služeb nebo vznikem nových služeb dle potřeb občanů prošlo Centrum sociálních služeb v Prostějově a také Dům seniorů v Náměšti na Hané, Tovačově, Hrubé Vodě. Téměř 70 uživatelů služby domova pro osoby se zdravotním postižením ve Vincentinu Šternberk bylo umožněno dle jejich individuálních schopností opustit velké zařízení ústavního typu a s potřebnou mírou podpory žít běžným životem v malých domácnostech ve Šternberku, Uničově a Šumperku. Díky této transformaci mají příležitost rozvíjet své schopnosti a kompetence směrem k větší samostatnosti, začlenili se do života místní komunity, získali nové kontakty a přátele, našli práci v chráněných dílnách a někteří se dokonce uplatnili i na volném trhu práce.

**Co byste ráda prosadila dál?**

Pokud jde o sociální služby, považuji za důležité dále intenzivně spolupracovat s poskytovateli, uživateli a obcemi při jejich plánování a aktualizaci sítě služeb tak, abychom byli schopni reagovat na definované potřeby občanů a zároveň zajistit její finanční udržitelnost. Bez spolupráce obcí nejen při plánování, ale také při financování služeb se v budoucnu neobejdeme. Jsem ráda, že se krajské samosprávě podařilo naplnit opatření z oblasti prorodinné politiky zaměřené zejména na vytváření podmínek pro vznik rodiny a pointů,

sladování profesních a rodičovských rolí, podporu projektů určených k rozvoji partnerských vztahů, rodičovských kompetencí, zdravého životního stylu i mezigeneračního soužití. Uskutečnily se také projekty zaměřené na bezpečnost občanů s důrazem na majetkovou trestnou činnost, vandalismus, posilování schopnosti občanů zejména seniorského věku odolat a účinně se bránit manipulativním technikám a nekalým praktikám některých obchodníků. Kraj usiloval také o vytváření vhodných podmínek pro život lidí se zdravotním postižením, odstraňování technických, architektonických bariér a bariér informačních. Provozujeme Informační portál pro osoby se zdravotním postižením, který byl oceněn v rámci ceny vyhlašované magazínem EGovernment The Best 2013 v kategorii projekty krajů. Vybrané texty na webu Olomouckého kraje jsou přeloženy do českého znakového jazyka a jsou tak přístupné osobám se sluchovým postižením, nová podoba webu je samotnými uživateli hodnocena jako lépe přístupná i osobám se zdravotním postižením. Za důležité považuji také to, že krajskou samosprávou byly schváleny strategické dokumenty pro příští roky, jejichž cílem je zajistit ve střednědobém horizontu podmínky pro pokračování aktivit kraje ve všech výše zmiňovaných oblastech ve prospěch občanů. Připraveny byly i podmínky a pravidla dotačních titulů z rozpočtu Olomouckého kraje, jejichž prostřednictvím bude možné tyto aktivity a jejich realizaci finančně podpořit.



Slavnostní otevření nového pavilonu Domova pro seniory Radkova Lhota. Vedle náměstkyně Kubjátové je starosta Radkova Lhoty Oldřich Tománek. Zdroj: Krajský úřad Olomouckého kraje.

**V sociální oblasti pracuje řada lidí, jejichž činnost nebývá mnohdy příliš ohodnocena...**

To, co považuji za ze všeho nejdůležitější, je právě nezapomenout na to, že za výčtem realizovaných projektů, akcí, za někdy suchopárnou řečí čísel jsou vždy konkrétní lidé. Ať už jde o ty, kteří pracují na straně jejich realizátorů v řadě nestátních neziskových organizací, dobrovolnických sdružení, poskytovatelů sociálních služeb, nebo o ty, kterým jsou všechny tyto aktivity určeny, tedy občanům kraje. Každé setkání s těmito lidmi je pro mě osobně nesmírně obohacující a budu ráda, pokud se podaří v nich pokračovat.

**Vy sama máte do důchodu ještě daleko. Jak vnímáte vy starší generaci?**

Společnost je starší generaci dlužna za to, co pro ni za svůj produktivní život udělala. Povinností této společnosti je postarat se o člověka, který to už nemůže udělat sám. Je to nejen rovina sociálních služeb. Vedle toho tu jsou ale i velmi aktivní senioři, kteří chtějí chodit na výlety, do kina, do divadel a zkrátka si užívat života. Proto podporujeme například seniorské cestování nebo jsme se zapojili do projektu Senior Pasu.

**Je podle vás stáří moudré?**

Určitě. Za touto moudrostí stojí především životní zkušenosti, které nelze nikde jinde než životní cestou získat. Mrzí mě, že starším lidem se příliš nenaslouchá. Je toho tolik, co si můžeme ze zkušeností, námětů a životních příběhů dát. Je toho hodně, co nás může inspirovat a motivovat.

připravila: Veronika Kolesárová



Péče o seniory v novém pavilonu Domova pro seniory Pohoda v olomouckých Chválkovicích. Zdroj: Krajský úřad Olomouckého kraje.

# LEGIOVLAK POPRVÉ PŘIJÍŽDÍ DO OLOMOUCKÉHO KRAJE

**Legiovlak na závěr druhého roku svého putování po České republice zamíří do Olomouckého kraje. Během října a listopadu navštíví města Hranice, Olomouc, Prostějov a Přerov. Legiovlak s již 13 zrekonstruovanými vagony, představujícími život a boj legionářů na Transsibiřské magistrále během první světové války, přijede do železniční stanice Hranice na Moravě 3. října.**

Legiovlak, projekt Československé obce legionářské, připomíná 100. výročí boje československých legií za samostatný stát. Souprava historických vagonů, která vznikla za podpory Ministerstva obrany ČR a mnoha dalších institucí, projede do roku 2020 celou Českou republiku a zavítala už i krátce na Slovensko. V současnosti se Legiovlak skládá z 13 zrekonstruovaných vagonů, jakými se desetitisíce čs. legionářů přepravovaly napříč Ruskem po Transsibiřské magistrále v letech 1918–1920. Průjezd kolem světa domů do Československa si legionáři často museli vynutit tvrdým bojem s bolševiky a vlastní krví.

„Olomouci svou návštěvu již dlouho dlužíme, zdejší společnost ABmodel totiž renovovala tři z našich vagonů, a to vagon štábní, zdravotní a krejčovský,“ sdělil Jiří Charfreitag, tajemník projektu Legie 100.

To však není vše. „Pokud vše vyjde, do Olomouce bychom mohli přijet i s posledním zrekonstruovaným vozem, kterým bude luxusní vagon pro ubytování důstojníků. Jeho rekonstrukce byla nesmírně náročná,“ dodal Jiří Charfreitag.

Nový vagon bude upraven jako zázemí pro velitele, a každý návštěvník bude moci porovnat, jak na tom byli prostí vojáci v tzv. těpluškách, kde bývalo ubytováno až 16 mužů, oproti důstojníkům v téměř salonních vozech. Legiovlak bude přímo v Olomouci i 28. října, důstojně tak doplní plánované oslavy státního svátku.

Legiovlak představuje naši vojenskou historii nejen široké veřejnosti, ale zaměřuje se především na školní mládež, které je sto let stará historie poněkud vzdálená. Proto jsou připraveny skupinové prohlídky, na které se lze dopředu objednat na e-mailu [skoly@legiovlak.cz](mailto:skoly@legiovlak.cz)

*Legiovlak na cestě po Česku. Foto: Petr Holub, zdroj: archiv ČsOL*



*Autentické snímky z historie a fotografie pořízené po rekonstrukci legiovlaku. Na snímcích jsou záběry z poštovního či zdravotnického vagonu. Zdroj: archiv ČsOL*

nebo na tel. 734 315 642 a domluvit si přesný čas. Každý návštěvník může na Legiovlaku zjistit, jestli měl legionáře mezi svými předky. Posádka ve vagonu, který je označený jako Plukovní prodejna, dokáže hledat konkrétní osoby v databázi, kterou se i díky návštěvníkům daří doplňovat o fotografie, dokumenty, vzpomínky i hmotné předměty z pozůstalostí. Od výjezdu Legiovlaku v roce 2015 se takto podařilo doplnit na 2 000 karet legionářů.

Expozice Legiovlaku je přístupná zcela zdarma každý všední den od 8 do 16 hodin a o víkendech od 9 do 16 hodin. Komentované prohlídky s průvodcem pro veřejnost bez objednávky začínají každý den od 13 hodin a opakují se v pravidelných hodinových intervalech.

Historické vagony Legiovlaku jsou zrekonstruovány tak, aby věrně odpovídaly dobovým reáliím a návštěvníkům co nejlépe přiblížily podrobnosti z legionářského života a jejich boje. Soupravy legionářských vlaků byly totiž

Legiovlak je ambiciózní projekt Československé obce legionářské, který si předsevzal vytvořit věrnou repliku legionářského vlaku z období let 1918–1920, kdy na Transsibiřské magistrále v Rusku probíhaly válečné operace čs. legií. Vlak křížuje od května 2015 celou Českou republiku a jeho cesta skončí až v roce 2020. Legiovlak pomáhá veřejnosti a především mládeži obnovovat povědomí o čs. legiích a jejich zásluhách na vzniku samostatného československého státu. Vstup do expozice Legiovlaku je zdarma.



kasárna na kolejích a legionáři se museli postarat o vše sami a ještě v pohybu. „Kromě zmíněného důstojnického vozu jsme letos rozšířili i o kinosál Osvětového odboru odbočky Československé národní rady na Rusi, ve kterém budeme promítat dobové dokumenty a filmy,“ říká Charfreitag. Návštěvníci si tak dále budou moci prohlédnout ambulanci polní pošty, nejspolehlivější prostředek komunikace na celé tehdejší Sibiři, zdravotní vůz, kovářský vagon s obráběcí dílnou, krejčovský či štábní vůz. Způsob boje legionářů pak přiblíží improvizovaný obrněný vůz, který je po zuby vyzbrojený dělem a kulomety, štábní vagon pro plánování operací, či plošinové vozy s materiálem včetně obrněného automobilu Austin. Další informace najdete na webu [www.legiovlak.cz](http://www.legiovlak.cz).

## TÉMA

# PROJEKT ČSOL KE STÉMU VÝROČÍ VZNIKU ČESKOSLOVENSKA

Československé dobrovolnické jednotky v Rusku a ve Francii vznikly v srpnu roku 1914 a od počátku působily ve prospěch ruské a francouzské armády v rámci sil Dohody. Z toho vyplývá, že 100. výročí založení čs. legií se slaví již od léta roku 2014.

Cílem projektu je připomenout zásadní historické zásluhy československých legionářů. „Projekt Legie 100 by měl napomoci posílit národní uvědomění a národní hrdost, jakož i zvýšit prestiž ČR. Legionáři nasazovali své životy nejen na frontách první světové války a po ní, ale významnou měrou se podíleli i na aktivním odporu proti německým okupantům v průběhu druhé světové války,“ vyzdvihuje Jiří Charfreitag, tajemník projektu Legie 100. Přidává, že myšlenkový základ legionářského hnutí se v Československu na konci 40. let minulého století stal nežádoucím a legionářské tradice přestaly být udržovány. „V současné době se situace začíná pomalu měnit. Objevují se občanská sdružení a kluby vojenské historie, které se snaží tyto tradice oživit,“ podotkl tajemník Charfreitag. Projekt je naplánován na dobu šesti let a v jeho rámci se mimo jiné počítá s obnovou hrobů legionářů, s péčí o válečné hroby vůbec, s pietními akty, výstavami a přednáškovou činností, s pořízením replik legionářských stejnokrojů a výzbroje, zřízením muzea legií a zakladatelů státu, natočením velko filmu o historii vzniku státu a dalšími akcemi. Realizace začala už v roce 2009, neboť projekt je velmi rozsáhlý a zahrnuje obrovské množství přípravných prací a řadu dílčích úkolů a aktivit. Velice významnou součástí těchto aktivit je právě projekt Legiovlaku, který zastřešuje Československá obec legionářská v úzké spolupráci s Českými drahami, SŽDC, ČD Cargo, Národním technickým muzeem a Nadací Okřídlené kolo.



### Zastávky Legiovlaku:

Hranice na Moravě	3. - 10. 10. 2016
Olomouc	13. - 28. 10. 2016
Prostějov	31. 10. - 6. 11. 2016
Přerov	7. - 13. 11. 2016
Bruntál	15. - 20. 11.
Krnov	21. - 27. 11.
Zábřeh	29. 11. - 4. 12. 2016



Ilustrační foto z putování Legiovlaku po Česku. Zdroj: archiv ČsOL

**volba OK**  
OBČANÉ PRO OLOMOUCKÝ KRAJ  
*My jsme Vy*

**NAŠE PRIORITY:**  
**BEZPEČNÝ, HOSPODÁRNÝ  
A SPRÁVEDLIVÝ KRAJ**



**„Výrazně navýšíme  
finanční prostředky na  
tzv. Seniorské cestování.“**



**Jiří KUDLÁČEK**  
57 let, starosta, Hranice



**Silvie SOFKOVÁ**  
38 let, advokátka, Olomouc



**Viktor KOHOUT**  
43 let, místostarosta, Litovel

**Milena HESOVÁ**  
52 let, předsedkyně Krajské rady seniorů  
Olomouckého kraje, Bystrovany

# AGE CENTRUM CELOSTNÍ MEDICÍNY OTEVŘELO SVÉ DVEŘE NA ZAČÁTKU ZÁŘÍ V OLOMOUCI

## Komplexní zdravotní péče pod jednou střechou

V září bylo v centru hanácké metropole otevřeno unikátní ambulantní zdravotnické zařízení, které nabízí pacientům komplexní služby "pod jednou střechou". Ty jsou určeny především pacientům v pokročilém věku, kteří se chtějí udržet ve skvělé kondici, ale také pacientům s chronickými onemocněními, disabilitou, handicapem anebo psychiatrickými chorobami, a to bez omezení věkem.

Cílem AGE Centra je navrhnout každému pacientovi individuálně na základě jeho potřeb komplexní plán dlouhodobé péče a to nejen v oblasti fyzického a duševního zdraví, ale i v oblasti sociální. „Prostřednictvím spolupráce s registrujícími praktickými lékaři a koordinací služeb specialistů chceme zajistit optimální péči s vyřazením nadbytečných zdravotních úkonů, léků a procedur, které pacient nepotřebuje a dále zajistit náležitou péči v domácím léčení,“ vysvětluje MUDr. Dagmar Malotová, MBA, medicínská ředitelka AGE Centra.

Centrum je unikátní v tom, že se ordinace lékařů nachází v rámci jednoho zdravotnického zařízení. V AGE Centru se nacházejí ambulance medicíny dlouhodobé péče, geriatry, psychiatrie s navazujícím denním psychiatrickým stacionářem. Dále lze využít služby odběrové místnosti, suché (medicinální) pedikúry, znaleckých posudků ztíženého společenského uplatnění, infuzní terapie a zdravotně sociálního poradenství.

## Pacienti už se mohou začít objednávat

„Pacienti se mohou objednávat k našim lékařům telefonicky už teď na čísle 774 501 796. Naši specialisté s nimi proberou jejich potíže a navrhnou optimální plán péče,“ dodává MUDr. Malotová.



Foto ze slavnostního otevření AGE Centra. Zdroj: V. Kolesárová

## A jak je to s pojišťovnami a hrazením péče?

„Veškerá péče v AGE Centru celostní medicíny je hrazena ze zdravotního pojištění. Již nyní máme smlouvy s Českou průmyslovou zdravotní pojišťovnou (ČPZP) a Zdravotní pojišťovnou ministerstva vnitra ČR (ZPMV). S dalšími pojišťovnami intenzivně jednáme a věříme v brzké zpřístupnění péče i pojištěncům dalších pojišťoven, kteří již nyní projevují velký zájem o naše služby,“ dodala medicínská ředitelka AGE Centra.

## Představujeme Vám AGE centrum celostní medicíny

Toto ambulantní zdravotnické zařízení je zcela unikátní svým konceptem celostního přístupu v péči o své klienty, kde je zajištěna komplexní paleta služeb „pod jednou střechou“. Naše služby vycházejí především ze spolupráce více lékařů v rámci jednoho ambulantního zařízení, kteří společně pečují o klientovo zdraví. Naším pacientům vytváříme optimální podmínky pro mimoústavní léčbu.

### Cíle a poslání centra:

- Naslouchat, vysvětlovat a edukovat.
- Věnovat pacientům dostatek času, bez dlouhého čekání v čekárně.
- Poskytování zdravotních služeb celostního charakteru pro pacienty s chronickými onemocněními, disabilitou, geriatrickými a psychiatrickými chorobami, služby denní stacionární péče a poradenství ve zdravotně – sociální oblasti.
- Pro pacienty v pokročilém věku, kteří se chtějí dlouhodobě udržet v té nejlepší fyzické i psychické kondici, při nejvyšším stupni zdraví zajišťujeme komplexní péči

k zachování a prevenci vzniku onemocnění spojených se stárnutím – tzv. anti-AGEing.

- Prostřednictvím koordinace služeb lékařů – specialistů zajistit náležitou celostní péči pacientům v domácím léčení a zajistit tak jejich setrvání doma.
- Spoluprací se zařízeními ústavní péče Olomouckého kraje převzít po propuštění péči o jejich celkové zdraví a zajistit odpovídající podmínky pro jejich další léčbu,
- celostním přístupem ke každému jednotlivci sjednotit a optimalizovat péči o jeho zdraví.
- Identifikovat a vyřadit nadbytečné zdravotní úkony, léky a procedury, které nemají fakticky pozitivní vliv na zdraví pacienta.
- Na druhé straně určit nezbytná vyšetření a navazující služby specialistů a dalších poskytovatelů zdravotních či sociálních služeb, které celkový stav pacienta vyžaduje.
- Péči a spoluprací s rodinou, případně agenturami domácí péče dosáhnout co nejvyšší funkční zdatnosti, soběstačnosti a nezávislosti v prostředí obvyklém pro pacienta.

## Návaznost jednotlivých oddělení MEDICÍNA DLOUHODOBÉ PÉČE (MDP)

- Stanovení komplexního plánu dlouhodobé péče pro udržení fyzického i duševního zdraví,
- určení dalších potřebných služeb a opatření nejen v oblasti zdravotní, ale též sociální,
- předpis domácí péče, základní rehabilitace, rehabilitačních a kompenzačních pomůcek a zapojení a edukace členů rodiny.

## GERIATRIE

- V návaznosti na plán péče stanovený lékařem MDP – léčba a/nebo prevence vzniku chronických onemocnění,
- péče s ohledem na tzv. geriatrické syndromy a specifické potřeby seniorů,
- revize všech užívaných léků a optimalizace jejich užívání.

## PSYCHIATRIE

- Léčba akutních i chronických psychických onemocnění,
- paměťový a kognitivní trénink,
- a poradenství pro pacienty i osoby pečující a členy rodiny.

## STACIONÁŘ

- Systematická skupinová, nebo individuální psychoterapie,
- rozvoj, procvičování a nácvik duševních a sociálních dovedností a návyků,

- kognitivní trénink, procvičování paměti,
- stacionární služby.

## SPOLUPRÁCE

- Zajištění navazujících a potřebných vyšetření u našich specialistů,
- spolupráce s praktickými lékaři,
- provázání služeb s prověřenými agenturami domácí péče,
- pomoc při návratu pacientů z lůžkových zařízení.



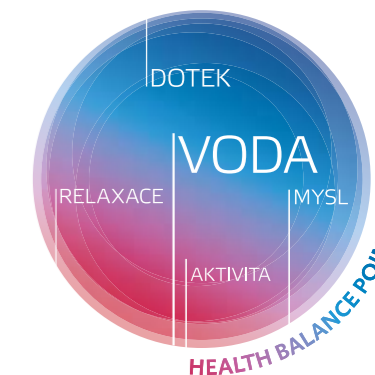
## AGE Centrum

Na Šibeníku 914/1, Olomouc 779 00  
Tel: +420 774 501 796  
E-mail: info@agecentrum.cz  
www.agecentrum.cz

Placená inzerce

TERMÁLY LOSINY  
HŘEJIVÉ SRDCE JESENÍKŮ

UNIKÁTNÍ TERMÁLNÍ  
PARK V JESENÍKÁCH



- termální park, jediný svého druhu v České republice
- bazény napouštěné přírodní termální vodou a vodní atrakce
- sauny – finská, solná, parní, aromatická a ledová komora
- široká nabídka masáží
- cvičení v bazénu, animační programy
- zázemí pro rodiče s dětmi
- restaurace s vynikající kuchyní
- celoroční provoz

Člen skupiny  
ROYAL SPA  
lázeňské hotely

LUHAČOVICE  
VELKÉ LOSINY  
MARIÁNSKÉ LÁZNĚ  
OSTROŽSKÁ NOVÁ VES

www.termaly-losiny.cz

platí do 30. 11. 2016 ve dnech ÚTERÝ až PÁTEK  
**sleva 10 %** tímto kuponem získáváte slevu na vstupné 10 %  
slevy se nesčítají

TERMÁLY LOSINY

**Justin Lavash – sólo**

12. 10. 2016, 19 hodin, malý sál MKZ Uničov

V Praze žijící britský muzikant Justin Lavash se věnuje hudbě, v níž spojuje folk, blues a jazz a mění je v originální dynamický styl, který doplňuje charismatickým a soulovým hlasem. S hudbou začínal v rodné Anglii s indie rockovou kapelou a v roce 1990 se přestěhoval do Francie, kde hrál několik let po klubech blues a studoval „vybrnkávací“ techniku hry Marcela Dadiho. Po návratu do Británie se připojil k prosperující jazzové scéně raných 90. let, cestoval na zámořských lodích a také se věnoval studiové práci.

Zhruba před deseti lety se Justin usadil v Praze, kde zaujal nejen svou virtuózní technikou, ale zejména charismatem řady hudebních osobností. V současnosti spolupracuje s Lenkou Dusilovou, Michalem Horáčkem, Monikou Načevou, Vladimírem Mertou či skupinou Sunflower Caravan. Kromě České republiky koncertuje pravidelně také v Německu, Francii či Velké Británii.

Vstupné: 80 Kč předprodej od 17. 9. v Městském informačním centru Uničov, doprodej na místě v den konání koncertu + 50 Kč.

**Úča musí pryč!**

24. 10. 2016, 19 hodin, kinosál MKZ Uničov

Není moc dynamických komedií s překvapivými dějovými zvraty a brilantním slovním humorem, jež se týkají problému, který znají snad všichni rodiče, totiž základní školy. Autor má dar odposlechnout reálné konflikty a zpracovat je do komických situací, odlišných typických charakterů a vtipně úderných replik, kde se rodiče rozhodně nešetří.

Hra se odehrává na podzim v 5. třídě základní školy, kde se sešlo pět rodičů dětí a očekávají jejich třídní učitelku. Učitelka však nedává svoji kůži zadarmo - nastaví rodičům zrcadlo a ukazuje se, že jejich děti jsou různým způsobem problémové a zdrojem nepokojů ve třídě.

Hrají: David Prachař, Jana Janěková ml., Kateřina Wintorová, Linda Rybová, Igor Chmela, Petra Špalková  
Vstupné: 320 Kč, 300 Kč a 280 Kč, předprodej v Městském informačním centru Uničov. Doprodej na místě v den konání + 50 Kč.

**TOP STYL - Luděk Hanák a jeho hosté**

21. 10. 2016, Mohelnice v Domu kultury

Milovníci a milovnice módy se mohou těšit na jednu z dalších módních přehlídek mohelnického návrháře Ludka Hanáka.

**Starověké Řecko**

Do 30. 10. 2016, Vodní tvrz Jeseník

Vlastivědné muzeum Jeseník nabízí návštěvníkům expozici soukromé sbírky cestovatele a sběratele Jána Hertlíka s názvem Starověké Řecko. Ta je k vidění ve Vodní tvrzi Jeseník až do konce října. Základní vstupné: 40 Kč, snížené: 20 Kč.

**PO ŠUMPERSKÉM PSANÍČKU**

8. 10. 2016, Středisko volného času

K příležitosti dvaceti let rozhledny Na háji se uskuteční 24. ročník pochodu, který doplní také doprovodný

program. Start výletu je ve Středisku volného času v ulici 17. listopadu v Šumperku od 7 do 10 hodin. Turisté si mohou vybrat z 15, 25, 35 a 50 kilometrových tras. Od SVČ budou v 9.30 a v 10.15 hodin vypraveny autobusy, které posádky dovezou k hrabenovské hájovně, odkud povedou zkrácené trasy pro rodiče a prarodiče s dětmi.

Startovné je pro členy KČT a děti od 5 do 15 let 25 Kč, ostatní zaplatí 35 Kč. V ceně startovního je diplom, občerstvení, odměny dětem za soutěže. V rámci programu bude od 10 do 16 hodin U kostelíčku zajištěné občerstvení a zpívání u táboráku, od 12 do 14 se tady děti mohou projet na koni. V prostoru háje nebudou chybět soutěžní hry a zdobení výročního dortu. Organizátoři v této souvislosti vzkazují účastníkům, aby s sebou přinesli nějaký příspěvek z cesty, například houbu, šišku či jinou přírodu.

**Zábřežskému publiku zahrají Huliňané**

23. 10. 2016, 14 hodin, Kulturní dům Zábřeh - velký sál

Taneční odpoledne s krojovanou hanáckou dechovou hudbou Huliňané. Dechovka má za sebou výrazné úspěchy v soutěži Zlatá křídlovka a je také vítězem mistrovství Evropy dechových hudeb. Pro návštěvníky jsou připraveny tradiční soutěže a losování o ceny. Odpolednem provází moderátor Vladimír Hrabal. Občerstvení všeho druhu zajištěno. Vstupné je 120 Kč.

**Vlčnovjanka zahraje seniorům v Záložně**

22. 10. 2016, 19 hodin, Velký sál Záložny v Litvli

Dechová kapela Vlčnovjanka zahraje k tanci i k poslechu jako dárek k Mezinárodnímu dni seniorů. Repertoár kapely tvoří převážně interpretace lidových písní a skladby známých autorů dechové hudby, ale poslechnout si můžete také skladby moderní a muzikálové, čímž Vlčnovjanka reaguje na trend, který se stále více prosazuje u nás i v zahraničí. V současné době kapela vystupuje ve svých komponovaných pořadech se sólisty Monikou Gabrhelovou, Janou Minaříkovou a zpěvákem a konferenciérem Jožkou Malinou. Vstupné na akci je dobrovolné.



Kapela Vlčnovjanka. Zdroj: archiv kapely



**AKCE V MĚSÍCI ŘÍJNU**  
PŘÍLOHA MAGAZÍNU **senior**<sup>moravský</sup>



*mfo*

**B1/Velký symfonik Johannes Brahms**

6. 10., 19 hodin, Reduta

F. Mendelssohn-Bartholdy Hebridy předehra, F. Chopin Koncert pro klavír a orchestr č. 1 e moll, J. Brahms Symfonie č. 3 F dur  
Sólistka Marie Šumníková klavír, Dirigent Leoš Svárovský  
V 9.30 hodin se koná veřejná generální zkouška, vstupenky budou k prodeji v podloubí radnice nebo na místě od 9 hodin

**Nedělní matiné pro děti a rodiče**  
9. 10., 10.30 hodin, Reduta

Písničky z českých filmových pohádek v aranžmá R. Mlynáře/repríza sólisté: děti filharmoniků, Vladislav Kvapil, Richard Mlynář, Jiří Sova, dirigent Petr Šumník

**CEREMONY STRING QUARTET**  
10. 10., 19 hodin, Reduta

Michal Mareš housle, Igor Kopyt housle, Dominika Mužíková viola, Jaroslava Petrová violoncello, J. Haydn, F. Schubert, D. Balakrishnan

**Koncert ke státnímu svátku ČR**  
27. 10., 19 hodin, Reduta

W. A. Mozart, Kouzelná flétna předehra k opeře, Andante C dur pro flétnu a orchestr, A. Vivaldi Koncert D dur pro kytaru, smyčce a basso continuo, F. Carulli Koncert pro flétnu, kytaru a smyčce G dur, B. Smetana Prodaná nevěsta Polka, Furiant, Skočná, A. Dvořák Slovanské tance č. 8, 10, 15  
Sólisté: Miriam Rodriguez Brülllová (Slovensko) kytara, Massimo Mercelli (Itálie) flétna, Dirigent Petr Vronský



## AKCE V MĚSÍCI ŘÍJNU

### MusicOlomouc 2016

3. - 12. 10. 2016, 19 – 22 hodin, Umělecké centrum Univerzity Palackého v Olomouci - Konvikt; Reduta Moravské filharmonie Olomouc

Olomouc začátkem října očekává lavinu současné hudební tvorby. MusicOlomouc 2016 – 8. mezinárodní festival soudobé hudby přinese ve dnech 3. – 12. října 2016 osm koncertů a čtyři přednášky skladatelů mladé generace. Novinkou letošního ročníku jsou objednávky premiér přímo pro festival. MusicOlomouc oslovil např. skladatelku L. Vítkovou, O. Štochla a F. Chaloupku. Ten vytvořil celovečerní dílo pro svůj autorský soubor Dunami Ensemble. Premiérově se představí nový olomoucký ansámbl Lichtzwang s netradičním využitím thereminu. Nejprestižnějším souborem, který se podařilo festivalu získat je Mondrian Ensemble ze Švýcarska. Nejavantgardnější koncertem bude vystoupení německého dua Leise dröhnung. Jako další zahraniční ansámbl se představí smyčcové kvarteto Ensemble Lux. Tradičnější publikum potěší koncert Kühnova smíšeného sboru; skladatelské sdružení Konvergence nabídne skladby úspěšných světových autorů i kompozice z vlastních řad. Quasars Ensemble provede na závěrečném koncertě, který bude současně vrcholem festivalu, v české premiéře skladbu Toshia Hosokawy The Raven. Více na [www.musicolomouc.cz](http://www.musicolomouc.cz)



### Benefiční závod Rally kachničky

5. 10. 2016, od 16.30 hodin, Bezručovy sady v Olomouci

Jedná se o již třetí ročník benefičního závodu gumových kachniček na Mlýnském potoce v Bezručových sadech v Olomouci. Kachničky Vám mohou vyhrát zajímavé ceny!

V rámci doprovodného programu budete moci vyzkoušet sportovní pomůcky, které umožňují sportovat lidem se zdravotním znevýhodněním. Začátek akce je v 16.30 hodin. Akci letos pořádá InternetPoradna.cz z.s. ve spolupráci s projektem Zaparkuj – oživení parků v Olomouci a s Centrem Aplikovaných a pohybových aktivit při Univerzitě Palackého v Olomouci.

### Koncert kapel Bujabéza a Poletíme?

5. 10. 2016, 19 – 22 hodin, Jazz Tibet Klub

Večerní koncert dvou velmi zajímavých kapel. První z nich je olomoucké seskupení Bujabéza, které tak jak název napovídá, představuje různě chutě a vůně jako stejnojmenná francouzská polévka. Budete se moci zaposlouchat do moravských písní v modernějším stylu a také uslyšíte autorskou tvorbu. Opravdovým tahákem večera je kapela Poletíme?, kterou jistě slyšel každý vyznavač original banjo punk future jazz country stylu. Můžete se těšit na Rudolfa Brančovského a jeho partu v neotřelém turbo-šansonu. Koncert je součástí třídní akce s názvem Přes překážky, která se snaží dalšími aktivitami upoutat pozornost na schopnost lidí se zdravotním postižením překonávat každodenní překážky. Přes překážky je také oslavou již 15letého výročí neziskové organizace InternetPoradna.cz.



### Tvorba rodokmenu online

6. 10. 2016, 17 – 19 hodin, Vědecká knihovna Olomouc

Toužíte zjistit více o svých předcích? Nevíte, kde přesně hledat a jak? Jaké moderní nástroje vám mohou v pátrání po vašich kořenech pomoci? To vše a mnohem více si na vlastní kůži vyzkoušíte v praktickém workshopu Kristýny Bařinové. Naučíte se naprosté základy potřebné pro Vaše pátrání. Uvidíte, jak lze vyhledávat v online archivech a jak v nich číst. Seznámíte se s online nástroji a databázemi, v nichž můžete zjištěná data přehledně uchovávat a následně je doplňovat a rozšiřovat. Workshop, který se uskuteční v učebně knihovny v Ostružnické ulici 3, je určen pro naprosté začátečníky v genealogickém pátrání. Podmínkou účasti je alespoň minimální znalost práce na PC. Vzhledem k omezené kapacitě PC učebny je nutné si místa na workshop rezervovat předem, a to prostřednictvím online formuláře, který naleznete zde: <https://goo.gl/forms/f8W98e6GJdQRsVn2>

### Jaroslav Irovský: autorské čtení českého Bukovského

4. 10. 2016, 17 – 19 hodin, Vědecká knihovna v Olomouci

Autorské čtení mladého olomouckého autora, kterého Městská knihovna v Praze zařadila mezi devět nejpozoruhodnějších autorů současné české literární scény. Jaroslav Irovský bude během besedy číst ze svých děl a k prodeji budou jeho díla, která nejsou dostupná v běžné distribuční síti. Po zakoupení vám autor knihu velmi rád signuje. Akce se uskuteční v přednáškovém sále knihovny v Bezručově ulici.

## AKCE V MĚSÍCI ŘÍJNU

### Ptačí festival v domě přírody

7. 10. 2016, 16 – 18, Sluňákov - Centrum ekologických aktivit

Krátká podvečerní procházka areálem domu přírody s pozorováním ptáků a údržbou rozmístěných budek po hnízdní sezóně. Navíc ošetříme další skla budovy centra Sluňákov proti narázům ptáků. Budeme rádi, když se sejde co nejvíce nadšených pomocníků jakéhokoliv věku! Pořádá ČSO a MOS ve spolupráci s ekocentrem Sluňákov. Vede Evžen Tošenovský (e-mail: [tosenovsky@birdlife.cz](mailto:tosenovsky@birdlife.cz), tel. 777 771 197) a Monika Tošenovská (e-mail: [monika.tosenovska@slunakov.cz](mailto:monika.tosenovska@slunakov.cz), tel. 585 154 882).



### Drakiáda v Holickém lese a výsadba lip u kříže

8. 10. 2016, 15 – 18 hodin, Holický les

Drakiáda v Holickém lese a výsadba lip u kříže. Akce se uskuteční na polní cestě z ulice Šlechtitelů směrem k železnici. Občerstvení zajištěno, draky si musejí účastníci donést vlastní.

### Memoriál Ing. Miloslava Johna

8. 10. 2016, 8 – 15 hodin, Lazecká střelnice Olomouc

Střelecká soutěž ve sportovní střelbě. Disciplíny: vzduchová pistole 60 a 40 ran na 10 metrů. Kategorie: dorost mladší, dorost, junioři, tělesně postižení-SH1, ženy a muži. Podmínky účasti: Členové organizací provozující sportovní střelbu po předložení platných dokladů.

### Václav Štěpánek, Pavel Klvač, Jindřich Štreit: Kde domov můj. Minulost a Současnost českého osídlení v Banátu

18. 10. 2016, 18 – 19.30 hodin, Muzeum moderního umění | Divadlo hudby

Jaké historické okolnosti stály u vystěhovalectví z českých zemí do Banátu? Do jakých končin tehdejší vystěhovalci přišli? Jak se zabydleli v novém domově? Jaké byly rozdíly osídlení v srbském a rumunském Banátu? Jak se jim zde žilo a žije? Co do těchto míst láká dnešní turisty? K těmto a dalším otázkám budou společně s příchozími hledat odpovědi sociolog Mgr. Pavel Klvač a historik se zaměřením na Balkán a slavista Doc. PhDr. Václav Štěpánek. To vše s doprovodem fotografií Jindřicha Štreita.

### Zachraň život! - interaktivní kurz první pomoci pro seniory

10. 10. 2016, 14 – 17 hodin a 19. 10. od 10 do 14 hodin, Rodinné centrum Heřmánek

Interaktivní kurz první pomoci pro seniory bude obsahovat praktický nácvik včetně modelových situací, příběhy z praxe. Příchozí dostanou také užitečný dárek v podobě e-book. Oba kurzy bude hostit herňa RC Heřmánek, na Návsí Svobody v Olomouci. Více na [www.rc-hermanek.cz](http://www.rc-hermanek.cz).

### Odpadové odpoledne pro (pra) rodiče s dětmi

14. 10. 2016, od 16.30 hodin, Dům přírody Litovelského Pomoraví - centrum Sluňákov

Hravé odpoledne pro rodiny inspirované odpadovými materiály. Vyzkoušíme si hrátky s těmito materiály a také vyzkoušíme něco užitečného vyrobít právě z odpadových materiálů. Omezený počet míst, nutno se přihlásit předem na email: [monika.vrastilova@slunakov.cz](mailto:monika.vrastilova@slunakov.cz), 585 154 882. Rodinné vstupné 100 korun.

### Science to Go - to nejnovější z vědeckého bádání

19. 10. 2016, 17 – 19 hodin, přednáškový sál Vědecké knihovny Olomouc v Bezručově ulici

Cílem projektu Science to Go je zpřístupnit nejnovější úspěchy přírodních věd široké veřejnosti. Věda je prezentována populární formou pochopitelnou pro každého, kdo má zájem chápat. Přednášející jsou doktorandi a mladí vědečtí pracovníci – lidé, kteří jsou v centru vědeckého dění. Science to Go je zároveň skvělou příležitostí i pro ně, neboť jim dává možnost představit laikům obor, kterým se zabývají. Navíc jim odezva fascinovaných posluchačů dává nové nadšení do práce.

19. října bude přednášet:

### Jan Strojil: Přiměřeně, přiměřeně - jak (ne)umíme dávkovat léky?

Jan Strojil vystudoval všeobecné lékařství na LF v Olomouci a od roku 2004 se věnuje klinické farmakologii. Rozumí tedy všemu trochu a ničemu pořádně. Kromě Olomouce se to učil ve Staffordu, Edinburghu a Los Angeles. Mediky učí jak léky předepisovat a lékaře se pak marně snaží naučit nepředepisovat tolik. Jeho snem je jednou zjistit, kdo jsme, kam kráčíme a kolik si toho máme vzít s sebou.

### Jiří Kvita: Jak si posvítit na Higgsův Boson

Jiří Kvita vystudoval částicovou fyziku na Matematicko-fyzikální fakultě UK a zabývá se zkoumáním vlastností top kvarku, dosud nejtěžší známé částice. Top kvark zkoumal nejprve v laboratoři Fermilab v USA a v současnosti na experimentu ATLAS v laboratoři CERN. Působí na Přírodovědecké fakultě Palackého univerzity, kde vyučuje, hraje si s částicemi a rád přibližuje částicovou fyziku veřejnosti.

### Zuzana Sochorová: Umí vlny v okolí Země i zpívat?

Zuzana Sochorová si svůj nedávno nabytý doktorský titul v oboru kosmická fyzika na Matematicko-fyzikální fakultě UK užívá s čerstvě narozeným synem. Během svých studií se dozvěděla spoustu zajímavých, překvapujících i udivujících věcí, které se rozhodla předávat lidem kolem sebe. Jednou z nich je existence "zpívajících" elektromagnetických vln a jejich vliv na dění kolem nás.

## AKCE V MĚSÍCI ŘÍJNU

### Lampionový průvod

28. 10. 2016, Horní náměstí Olomouc

Tradiční akce k příležitosti oslavy vzniku samostatného Československa. Od 15.30 bude na Horním náměstí připravený program v podobě koncertů Tradicionálu Olomouc a Vojenské hudby Olomouc. Lampionový průvod pak vyjde z Horního náměstí v 17.40 hodin. Účastníci projdou nebo se mohou do průvodu přidat na trase, která povede ulicemi Ostružnická, Denisova, přes náměstí Republiky, ulicí 1. Máje na Žižkovo náměstí. U pomníku TGM se uskuteční pietní akce s kladením věnců. Událost vyvrcholí ohňostrojem.

Přehled akcí v Olomouci najdete na [www.olomouc.eu/portal/kalendar-akci](http://www.olomouc.eu/portal/kalendar-akci), kde prostřednictvím formuláře mohou pořadatelé nahlásit i dosud nezveřejněnou akci.



### Podzimní festival duchovní hudby pokračuje i v říjnu

6. 10. 2016, 19 hodin, chrám P. M. Sněžné

J. D. Zelenka : Psalmi vespertini II.  
Gabriela Eibenová / soprán  
Daniela Čermáková / alt  
Tobias Hunger / tenor  
Lisandro Abadie / bas  
Ensemble Inégal  
Adam Viktora / dirigent

Sobota 8. 10. 2016, 19 hodin, Klášterní Hradisko

F. Kop: Suite for Mr. J.Coltrane  
František Kop - sopran / tenor saxofon  
Petr Malásek - klavír  
Martin Lehký - baskytara  
Pavel Budy Zbořil - bicí

12. 10. 2016, 19 hodin, kostel Zvěstování Páně /u Kapucínů/

J. H. Gallus: Missa super „Sancta Maria“ a další /moteta, moralia/  
Octopus Pragensis  
Pavel Černý / varhany  
Petr Daněk / umělecký vedoucí

15. 10. 2016, 19 hodin, dóm sv. Václava

L. van Beethoven: 9. symfonie  
Lucie Silkenová / soprán  
Jana Hrochová / mezzosoprán  
Tomáš Černý / tenor  
Gustáv Beláček / bas  
Český filharmonický sbor Brno  
Moravská filharmonie Olomouc  
Jaromír M. Krygel / dirigent

### Kaleidoskop Jana Rejžka

20. 10. 2016, 17 – 19 hodin, Knihovna města Olomouce – internetové centrum, náměstí Republiky

Nekomerční domácí hudební scéna, zajímavé knižní novinky, průřez zahraničními alby poslední doby. To budou hlavní témata poslechového klubového pořadu Kaleidoskop Jana Rejžka.

21. ročník výstavy ovoce, zeleniny a školkařských výpěstků pod záštitou ministra zemědělství Mariana Jurečky

## Flora Olomouc

20. - 23. října 2016

PLNÉ SKLEPY A SPÍŽE

Otevřeno denně od 9 do 18 hodin

**SPECIÁLNÍ SLEVY PRO ZÁJEZDY!**

Výstaviště Flora Olomouc, a. s. • [www.flora-ol.cz](http://www.flora-ol.cz)

OLIMA • Festival gastronómie a nápojů  
Flora košť - Grand Prix ovocných destilátů  
Dny moravských vín

PODZIMNÍ ZAHRADNICKÉ TRHY  
Prodej květin, okrasných dřevin, zahradnického sortimentu, pomůcek a potřeb pro zahradníky a zahrádkáře

Rozkvetlé památky

## FKS FILMOVÝ KLUB SENIORŮ

3.10. <sup>po</sup>	Julieta	T
13.10. <sup>čt</sup>	Tohle je náš svět	T
17.10. <sup>po</sup>	Učitelka	SK
27.10. <sup>čt</sup>	Nejkrásnější den	D
31.10. <sup>po</sup>	Božská Florence	T

D DABING T TITULKY SK SLOVENSKY

vstupné 60,- kinometropol.cz vždy 14:00

KINO METROPOL

Vydavatel: Moravský senior, z.s.,  
Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc, IČO:  
03339769, Registrováno pod číslem MK ČR E  
21702, vychází desetkrát ročně.

Inzerce: Daniela Krupová, e-mail: inzerce@moravskysenior.cz, tel: 736 456 791  
Koordinařka, distribuce: Vendula Boudníková, e-mail: office@moravskysenior.cz, tel: 725 190 555

Tisk: Miloslav Kyjevský – FGP studio, Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc  
Distribuci zajišťuje: GEIS, [www.baliky.cz](http://www.baliky.cz)  
ZDARMA



CESTOVÁNÍ  
pro seniory

Přijďte se svými vnoučaty a svěřte je do rukou našich zkušených instruktorů lyžování



### Senioři na běžkách

Cena za osobu / pobyt obsahuje:

- Ubytování na 4 až 7 nocí
- Polopenze

Každý den polodenní běžkařský výlet do okolí hotelu se zkušeným průvodcem a instruktorem. Délka přibližně 2,5 hodiny denně.

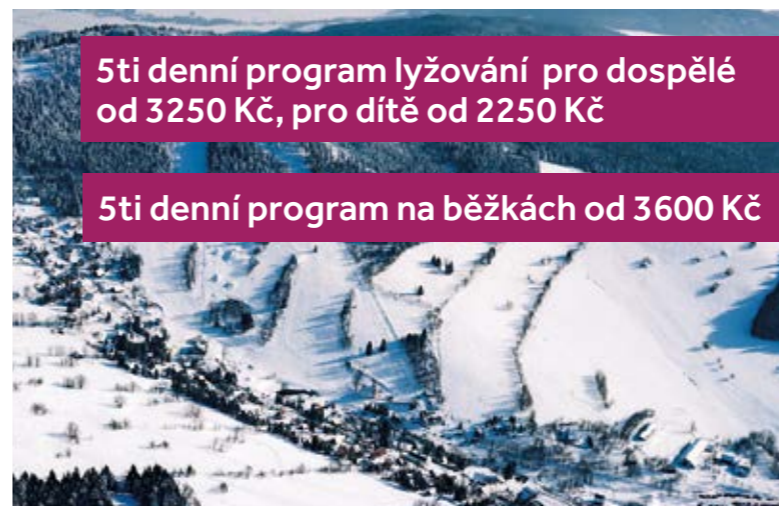


### Naučte vnuky lyžovat

Cena za osobu / pobyt obsahuje:

- Ubytování na 4 až 7 nocí
- Polopenze
- Každý den odpolední animační program
- Pro nejmenší je zdarma k dispozici dětský provázkový vlek s dětskou sjezdovkou a figurkami
- V hotelu je plně vybavený dětský koutek
- Každý den skupinová výuka základů lyžování s instruktorem (45-90 minut, délka bude stanovena dle schopností a výdrže jednotlivých dětí)

Krkonoše - Jánské Lázně, Hotel Černá bouda\*\*\*



5ti denní program lyžování pro dospělé od 3250 Kč, pro dítě od 2250 Kč

5ti denní program na běžkách od 3600 Kč

Nástupní dny:

10. 12. 2016, 1. 1. 2017, 16. 1. 2017,  
4. 2. 2017, 12. 2. 2017, 18. 3. 2017

Orlické Hory - Čenkovice, Penzion Vermí



4 denní program pro dítě od 1199 Kč

4 denní program pro dospělé od 2392 Kč

Nástupní dny:

2. 1. 2017, 21. 1. 2017, 28. 1. 2017, 11. 2. 2017,  
4. 3. 2017, 11. 3. 2017, 18. 3. 2017

Všechny naše programy lze zakoupit formou Dárkového certifikátu.

**Být seniorem je u nás výhodou**

VOLEJTE ZDARMA  
**800 70 14 14**

Cestování pro seniory - Cestovní kancelář OK-Tours a.s., Jana Masaryka 39, 120 00 Praha 2, tel.: 222 521 700, fax: 222 521 701  
rezervace@cestovaniproseniory.cz, [www.cestovaniproseniory.cz](http://www.cestovaniproseniory.cz)

## ZAMYŠLENÍ PAVLA ŠOLTYSYSE



Pavel Šoltys

Vážení čtenáři, rád bych se s Vámi podělil o pár postřehů práce náměstka Olomouckého kraje, který má na starosti strategický rozvoj kraje. Nejdříve mi dovolu, abych se představil. Jmenuji se Pavel Šoltys, žiji ve městě Lipník nad Bečvou, kde jsem 14 let zastával funkci místostarosty za ČSSD, druhé funkční období působím v krajském zastupitelstvu Olomouckého kraje, z toho dva roky vykonávám funkci náměstka hejtmána Olomouckého kraje a mám na starosti strategický rozvoj kraje. Když jsem dostal nabídku vykonávat tuto volenou funkci, poměrně dost jsem zvažoval či na sebe tuto zodpovědnost vzít. Pak jsem si řekl, že zkušenosti z výkonu veřejné správy za 14 let mám a je třeba je zúčtovat i na půdě Olomouckého kraje. Jako každý začátek není snadný, tak jsem ten pocit měl i v prvních měsících nástupu do své funkce. Nic méně po dvou letech si mohu dovolit bilancovat, co se zdařilo.

- Maximálně jsme využívali evropské fondy pro realizaci rozvojových záměrů kraje. Např. v minulém roce bylo dokončeno 15 investičních nestavebních a neinvestičních projektů spolufinancovaných z evropských fondů. V roce 2015 bylo proplaceno v souhrnné výši 140 mil. Kč. Dále byla zahájena příprava neinvestičních projektů a podání 17 žádostí o dotaci v rámci nového plánovacího období s celkovými náklady přibližně 600 mil. Kč
- Olomoucký kraj pokračoval v Programu obnovy venkova. V letech

2013 – 2016 bylo vyčleněno na tento program 99 mil. Kč. Rovněž podporujeme tvorbu a aktualizaci územních plánů měst a obcí. Prostřednictvím Programu obnovy venkova jsme rozdělili do této oblasti v letech 2013 – 2016 cca 7,2 mil. Kč.

- V rámci dotačního titulu Kotlíková dotace bylo kladně vyhodnoceno v roce 2016 1538 žádostí s tím, že byly uvolněny finanční prostředky ve výši 182 010 944 Kč
- Podporovali jsme širší spolupráci kraje s dalšími investory (společné projekty veřejného a soukromého sektoru). A výsledek? V roce 2015 došlo k několika jednáním s potenciálními investory, vládou ČR o dostavbě D1 v úseku Říkovice-Prerov a návazné regionální infrastruktury. Zároveň probíhají jednání o investičních pobídkách vlády ČR. Dne 11. dubna 2016 odsouhlasila vláda ČR přípravu a výstavbu Strategické průmyslové zóny Prerov - Bochoř ve variantě II, tj. s ponecháním letiště. Na přípravě materiálu pro jednání vlády ČR se podílel rovněž Olomoucký kraj. Olomoucký kraj zajišťuje potřebné podklady především v oblasti dopravy a územního plánování. V současné době probíhá příprava dalšího materiálu do vlády ČR, který by měl navrhnout realizaci Strategické zóny včetně zdrojů financování a zapojení jednotlivých ministerstev v procesu přípravy Strategické zóny.
- Zajistili jsme plnění role kraje jako řádného hospodáře, vlastníka objektů zdravotnických, školských, sociálních a kulturních zařízení, včetně důrazu na energetické úspory v provozu těchto zařízení. Úloha kraje jako řádného hospodáře se projevuje zejména v nakládání s nemovitým majetkem, ve způsobu nabývání majetku potřebného pro investiční akce Olomouckého kraje či pro činnost jeho příspěvkových organizací, ve způsobu prodeje nepotřebného majetku, a dále v neposlední řadě také v hospodárném užívání nemovitého majetku, který je určen pro činnost příspěvkových organizací, s důrazem na snižování nákladů na energie. Olomoucký kraj se trvale stará o budovy ve svém majetku, průběžně se snaží zlepšovat jejich technický stav. Každoročně kraj podává žádosti o dotace na zateplení, výměnu oken, zateplení střeš apod. Opravou však

péče nesmí skončit, důležité je čerstvě opravené, zateplené budovy efektivně provozovat. Naši lidé se této problematice velmi pečlivě věnují. Příkladem jsou úspory u 12-ti objektů opravených v loňském roce. Úspory u jednotlivých objektů se pohybovaly mezi 35 až cca 60-ti %. V absolutním vyjádření kraj díky své péči jen u těchto 12-ti objektů ušetřil přes 5mil. za první topnou sezonu!

- Připravili jsme a realizovali záměr centrálního nákupu služeb a produktů s cílem snížit jednotkové ceny nakupovaných komodit. V tomto roce kraj uskutečnil centrální nákupy, u kterých došlo k výraznému snížení cen nakupovaných komodit a služeb. Nejvýznamnějšími centrálními zakázkami byly nákupy elektrické energie a plynu prostřednictvím komoditní burzy a zajištění služeb servisu a údržby aut.
- Zajistili jsme dopravní obslužnost kraje prostřednictvím organizátora veřejné dopravy – Koordinátor Integrovaného dopravního systému Olomouckého kraje. Při jednání s dopravci bylo prioritou udržet stabilní financování veřejné dopravy spolu s dopravní nabídkou a dořešit potřebné návaznosti mezi spoji prostřednictvím částečné racionalizace.
- Stabilizace železniční a veřejné linkové dopravy. Za významný krok ke stabilizaci železniční dopravy v roce 2015 lze považovat trvalou podporu rozvoje železniční regionální infrastruktury v Olomouckém kraji, kterou je například schválená a připravovaná revitalizace a elektrizace trati 290 z Olomouce přes Bohuňovice a Uničov do Šumperku, dále revitalizace trati Bludov – Jeseník nebo dokončený projekt elektrifikace Železnice Desná na trati ze Šumperku do Koutů nad Desnou.
- Na výstavbu a opravu cyklostezek jsme vynaložili v letech 2013 – 2016 částku 18,7 mil. Kč. Jen v letošním roce více jak 7 milionů.
- Byly vybudovány okružní křižovatky v Šumperku, Přerově, Lipníku n. B., Zábřehu na Moravě, Prostějově a ve Velké Bystřici.
- Na realizaci opatření pro zvýšení bezpečnosti dopravy Olomoucký kraj poskytl obcím na území Olomouckého kraje v letech 2014 – 2016 10 mil. Kč.
- V letech 2015 – 2016 přispěl Olomoucký kraj na budování a rekonstrukci

přechodů pro pěší částku 5,7 mil Kč.

- Olomoucký kraj přispěl částkou 16,1 mil. Kč na vybudování lávky nad silnicí I/44 na Červenohorském sedle, pro bezpečnost návštěvníků Jeseníků jak v zimě, tak i mimo zimní sezonu.

Milí čtenáři, a tak bych mohl pokračovat ve výčtu dalších úspěchů, které Olomoucký kraj za poslední čtyři roky zrealizoval v oblasti nejen strategického rozvoje kraje. Jsem si vědom, že nejen úspěchy je třeba operovat, je možné, že mohlo být i pár rozhodnutí, které se ne-

setkaly s kladným ohlasem Vás občanů Olomouckého kraje, ale jsem přesvědčen, že to bylo zanedbatelné množství v rozsahu činnosti, které má Olomoucký kraj ve své správě na starosti.

Bc. Pavel Šoltys, DiS.  
náměstek hejtmána Olomouckého kraje

## MICHAEL FISCHER: ZDRAVOTNĚ SOCIÁLNÍ PÉČE V SENIORSKÉM VĚKU

Za optimální způsob péče o seniora je považována možnost setrvat co nejdéle v domácím prostředí. Pokud se senior dostane do nepříznivé zdravotní a sociální situace a funkční postižení narušuje soběstačnost, vyžaduje jeho stav většinou poskytování dlouhodobé péče. Optimálním modelem je tzv. sdílená péče, kdy senior zůstává ve svém domácím prostředí a na pečování se podílí rodina spolu s formálními institucemi. Péče laická i odborná se tak prolíná, doplňuje a vzájemně podporuje. Ne vždy je však možno tento model plně aplikovat. Současná společnost je charakterizována mobilitou pracovní síly, kdy mladá populace odchází za pracovními příležitostmi daleko od svého rodiště a tím i od svých rodičů. O to více vystupuje do popředí péče institucionální. Senioři, kteří chtějí zůstat v domácím prostředí, mohou využít například osobní asistenci, pečovatelskou službu, odlehčovací službu, pobyt v denním stacionáři. Za tyto služby platí úhradu, jejíž maximální výši stanovuje vyhláška. Bezplatně je poskytováno sociální poradenství. Financování této služby řeší sociální dávka ve formě příspěvku na péči. Ten je určen osobám, které vzhledem ke svému zdravotnímu stavu potřebují ke zvládnutí běžných životních úkonů pomoc od jiné osoby. Příjemci příspěvku se mohou rozhodnout, jak příspěvek využijí ve smyslu „nákupu“ služeb a zda zvolí péči od neformální sítě nebo formální instituce. Zvyšování věku dožití však s sebou mnohdy nese i zvýšenou nemocnost a závislost na zdravotních službách. Jedním z typů zdravotnického zařízení, které se může podílet na péči o seniory v domácím prostředí, je domácí zdravotní péče. Odborné výkony jsou poskytovány na základě doporučení k tomu příslušným lékařem. Domácí zdravotní péče je zaměřena zejména

na udržení a podporu zdraví, navrácení zdraví a rozvoj soběstačnosti a její poskytování je hrazeno z veřejného zdravotního pojištění. V praxi se mnohdy setkáváme s tím, že značná část seniorů oddaluje administrativní kroky, spojené s priznáním nárokových částek, což s sebou nese mnohé problémy v případech, kdy dojde v důsledku zhoršení zdravotního stavu k nutnosti tyto služby čerpat. Mnohdy se tak značná část seniorů dostává do obtížně řešitelné situace, kdy jsou hospitalizováni v některém z našich odborných léčebných ústavů a po propuštění nemají zajištěno financování potřebných zdravotních a sociálních služeb. Víím, že není příjemné přemýšlet nad tím, jaké možné komplikace nám v budoucnu může způsobit naše zdraví, ale zajištění klidného a důstojného stáří za to nepochybně stojí.



Michael Fischer

### Zdravotní péče v odborných léčebných ústavech Olomouckého kraje

Olomoucký kraj převzal do své působnosti dva odborné léčebné ústavy v Pásece a v Moravském Berouně. V Pásece se jedná o zařízení s celkovým počtem 328 lůžek, kde je poskytována zdravotní péče v oblasti následné péče, ošetrovatelské péče, rehabilitace, sociální hospitalizace a péče ambulantní a specializované péče na plicním oddělení. V Moravském Berouně se jedná o zařízení s 124 lůžky, která se dělí o péči následnou, ošetrovatelskou a lůžka sociální, včetně ambulantních provozů. Zejména ústav v Moravském Berouně byl ve velmi špatném stavebně-technickém stavu, což se nemohlo neprojevit i v komfortu pacientů. Proto jsme zejména zde v posledních osmi letech velmi významně investovali a k dnešnímu dni lze říci, že ústav je z hlediska pacientů, ale i personálu,

velmi dobře připraven sloužit svým klientům. Poslední komplexně rekonstruovanou budovu budeme otevírat 27. září tohoto roku. V Pásece, která je mnohem větší, a poskytuje i daleko širší spektrum služeb, jsme průběžně modernizovali a dovybavovali jednotlivé provozy tak, aby byly schopny sloužit pacientům s co možno nejvyšším komfortem a vysokou odborností. Nejvýznamnější investicí letošního roku je rekonstrukce a dostavba plicního oddělení. Oba ústavy jsme administrativně sloučili do jednoho subjektu v roce 2012. K tomuto kroku nás vedly analýzy činnosti obou ústavů a tento krok se ukázal jako velmi efektivní. Vedl ke zlepšení koordinace zdravotní péče a dokladem toho je množství pozitivních ohlasů z řad pacientů. Po letech lze říci, že ústavy a péče v nich poskytovaná, jsou chloubou Olomouckého kraje.

S úctou  
Michael Fischer  
náměstek hejtmána Olomouckého kraje





Mladé stromy oskeruše.

Dřevo oskeruše je nejtvrdější z evropských stromů, těžce štípatelné, tuhé a vhodné k obrábění a leštění. Svými vlastnostmi se řadí ke skupině domácích barevných dřev, kam patří jablono, hrušeň, břek a je vhodné i pro nábytkářské využití, k výrobě uměleckých předmětů, silně namáhaných nástrojů, jako např. hoblíků, různých forem a hudebních nástrojů. U nás však dřevo oskeruše nemá v tomto směru větší hospodářský význam.

Na jaře v roce 2001 byl v rámci projektu záchrany genofondu této dřeviny na jihovýchodní Moravě založen ojedinelý semenný sad. Tato výsadba o výměře 0,87 hektarů se nachází v komplexu listnatých lesů na polesí Diváky lesního závodu Židlochovice. Celkem bylo vysazeno 182 kusů roubovanců. Výsadbový materiál byl získán roubováním či očkováním z reprodukčního materiálu vybraného ze 70 matečných stromů. Ačkoliv má dnes tento sad již 12 let, stromy doposud neplodily. Snad se již v nejbližších letech dočkáme prvních plodů, neboť takto staré stromy by už plodit měly. První přímý písemný záznam o oskeruši, jako ovoci, pochází z antiky od Theoprastose (371 - 287 př.Kr.), a to v jeho díle „Historia plantarum“. V „De Agri Cultura“, autora římského cenzora



Sad oskeruší na Strážnicku.

Marco Porcia Cato, vzniklé 200 let př.Kr., se poprvé objevuje pojmenování „Sorbum“. Prakticky v téže podobě „Sorbus“ se zachovalo jako název pro oskeruši dodnes. A dokonce dalo jméno celému rodu jeřábů. Claudius Galenus, římský lékař řeckého původu (129 - 200 n.l.), známý jako Galén, dával oskeruši přednost před mišpulí a doporučoval, aby oskeruše byla používána jako léku. Patronka bylinkářů, svatá abatyše Hildegarda z Bigenu (1098 - 1179), je stejného názoru a doporučuje oskeruši jako ovoce pro léčebné účely.

V Čechách, jak se uvádí v odborné literatuře, jsou oskeruše známy od 10. až 11. století, kdy se přidávaly do jídel, jako byly omáčky a kaše. Nejstarší popisná zpráva o oskeruši v českém jazyce se datuje do roku 1517 a to v díle J. Černého (1466 - 1530), vydaného pod názvem „Kniha lékarská, kteráž slove herbář aneb zelinář“. Text v knize je doprovázen i ilustrací kvetoucí oskeruše. Kniha byla vydána v Norimberku s určením pro prostý lid, kterému měla sloužit jako domácí lékařská kniha. Až do roku 1562, kdy byl vydán v českém překladu Mathioliho „Herbář aneb Bylinář“, byl Černého „Herbář“ nejpoblíbenější medicínskou knihou u nás. Zde se také poprvé v Evropě šíří tiskem vědecký název „Sorbus domestica“.

V 17. století se oskeruše prodávaly na Slovácku na trzích. Dokládá to zpráva velehradského úředníka z roku 1682, že od lidí klášterských, kteří nesli oskeruše na trh do Kroměříže, bylo vybráno mýto po 6 krejcarech. O oskeruších se v roce 1883 zmiňuje také F. L. Čelakovský. V anketě „Českého odboru zemědělské rady moravské“ z konce 19. století se

uvádí, že nejkrásnější oskeruše rostou na Strážnicku, zejména v okolí obce Tvarožná Lhota.

Velmi zajímavé je údajné vyobrazení oskeruše na slavné mědirytině Albrechta Dürera „Adam a Eva“ z roku 1504, na které, podle výkladu W. Kausche (2000), stojí Adam opřen o oskeruši a Eva o jablono.

### Oskeruše v magii

Na Slovensku sedlák po narození telátka sebral kousek větvičky z oskeruše, symbolicky ošlehal novorozené tele a dal mu jméno. Také se tradovalo, že do kravského mléka se běžně přidávaly plody a šťáva z oskeruší. Mléko pak mělo příznivý vliv na střeva a žaludek. V Anglii prý také dřevo z oskeruše pomáhalo v ochraně proti uřknutí dobytka i lidí čarodějnicemi. V Německu lidé věřili, že oskerušové dřevo položené na střechu domu, chrání proti blesku. Almáry a truhly z oskerušového dřeva lépe chrání před zloději majetek v nich uložený.

A my, lidé 21. století, (volně citováno z textu Ing. Jana Dvrtěla z Lesního závodu Židlochovice) víme, že většina našich oskeruší roste ve starých sádkách a vinicích. Mnohé stromy však zůstaly zachovány i ve volné krajině. Jsou to stromy původně pěstované pro užitek z ovoce. S oskeruší se však můžeme setkat i v lesních porostech. Nejčastěji ji nacházíme jako výstavek v bývalých pařezinách. Oskeruše je míň odolná dřevina vůči chladu, upřednostňuje teplá stanoviště. Často roste na vápnatých vysychavých půdách, neboť odolnost vůči suchu je velmi dobrá. Schopnost přirozené

obnovy této dřeviny ze semen je velmi malá. Dle lidové moudrosti potřebuje semeno oskeruše projít trávicím traktem nějakého živočicha, aby mohlo vyklíčit. Nové poznatky to však nepotvrzují. Dnes víme, že semena musí projít stratifikačním procesem v délce 10 - 12 týdnů. Poměrně krátká doba stratifikace by mohla být důvodem, proč u nás není tato dřevina hojnější, neboť naše zimní období je pro stratifikaci semen příliš dlouhé a klíčící semena mohou být zničena pozdními mrazy. Přirozená obnova z výmladků či kořenů je u oskeruše velmi dobrá. Oskeruše nachází uplatnění i jako plodonos pro zvěř, především v obořích, tam kde její růst klimatické podmínky dovolují. Ze spárkaté zvěře plody s oblibou vyhledává zvěř vysoká a černá, muflon, daněk.

### Tip na celodenní výlet

Značné množství oskerušových stromů roste v Bílých Karpatech - na Strážnicku, a to v okolí jmenované obce Tvarožná Lhota. Ta se dostala do širšího povědomí veřejnosti díky propagaci této zajímavé ovocné dřeviny. Jednou z takových akcí je i Slavnost Oskoruší, jejíž součástí je i košť oskerušových pálenek. V Tvarožné Lhotě se však nachází i zcela unikátní muzeum. Již od roku 1986 pracuje na záchranu oskeruší sdružení INEX SDA Bílé Karpaty. S přispěním řady dobrovolníků a institucí postupně vybudovalo Oskorušovou stezku, Muzeum oskeruší i Arboretum na Salaši Travičná a spolupřádá každoročně akce - Slavnost oskeruší a Oskorušobraní. Oskorušová stezka, o délce 6 kilometrů



Stará oskeruše poblíž muzea oskeruší v Tvarožné Lhotě.



Folklórní výzdoba v obci proslavené oskerušemi.

vede z Tvarožné Lhoty podhůřím Bílých Karpat a zpět do výchozího místa. Na trase stezky máme možnost vidět mohutné chráněné stromy oskeruší, včetně té největší, tzv. Adamcovy oskeruše.

### Čeho, že je to unikátní muzeum?

No přece oskeruše. Jedná se o jedinečný, tradiční strom této oblasti, který nese odborný název jeřáb oskeruše (Sorbus domestica) a jeho lahodné plody a léčivé účinky znali už staří Římané. U nás se s ním setkáme právě jen v oblasti Slovácka a jižní Moravy. No řekněte, který strom je tak slavný, že má své vlastní muzeum. Oskeruše je snad největší a nejlodnější ovocná dřevina v celé Evropě. V posledních letech se opět vrací k vinohradům a lesním cestám. O tom, jak je zde tato ovocná dřevina vážená a ctěná, svědčí právě to, že stromu bylo zřízeno vlastní muzeum. Z Muzea oskeruší neodejdete s prázdnou. Můžete si zde zakoupit produkty z tohoto stromu, suvenýry, ale i stromek samotný, dají vám ochutnat tradiční bylinné čaje našich babiček. Dozvíte se, co je dřínka, moruše, mišpule, jak šmakuje Karpatský verbuň, Vojšická duha nebo Oskorušový sen. Dvakrát ročně se zde pořádá Slavnost oskeruší - Oskorušobraní.

### Památné stromy v CHKO Bílé Karpaty.

Na jižní Moravě se nachází největší a nejstarší oskeruše v celém Česku. Mezi památnými stromy v CHKO Bílé Karpaty nalezneme následující čtyři oskeruše.

**Adamcova oskeruše:** katastr: Strážnice, vinice Žerotín  
Obvod kmene: 458 cm, stáří (odhad): 400 let, výška koruny: 11 m, šířka koruny: 18 m

Adamcova oskeruše je největší oskeruše v Evropě a navíc patří i k nejstarším.

**Karlova oskeruše:** katastr Strážnice, obvod kmene 337 cm, odhad stáří asi 300 let

**Špidurova oskeruše:** katastr: Tvarožná Lhota, obvod kmene 370 cm, stáří asi 300 let

**Nejedlíková oskeruše:** katastr Kněždub, obvod kmene 290 cm, odhad stáří 250 let.

**Polichenská oskeruše:** katastr Polichno, obvod kmene 328 cm, stáří asi 275 let

Pozn: obvod kmene se měří ve výšce 1,3 metrů nad zemí.

*Zdroje: Oskeruše, strom pro novou Evropu (V. Hrdoušek a kol.), Ing. Jan Dvrtěl LZ Židlochovice, Herbář (P. O. Mathioli), Atlas léčivých rostlin a lesních plodů (Kresánek), Léčivá moc rostlin v lidových názvech z Č, M a S (J. Trefný), časopis Liečivé rastliny, Gardena, osobní sdělení a poznání, Cestovní zpráva Víta Stavovského Můj výlet na jihovýchodní Moravu, do kraje oskeruší.*

*Upozornění: Text nenahrazuje lékařské vyšetření. Má pouze informativní charakter. Konkrétní léčba je vždy v rukou odborníka a proto bychom měli použít bylinných a jiných přírodních prostředků konzultovat se svým lékařem. Jen ten může posoudit náš aktuální zdravotní stav.*

## NOVOU DIVADELNÍ SEZONU ZAHÁJILI HRDINOVÉ

Po letních prázdninách otevřelo v polovině září Moravské divadlo znovu své brány. Tradiční slavnostní gala-večer byl spojený s předáním cen za nejlepší umělecké výkony roku předchozího i ukázkami z připravovaného repertoáru.

„Stojíme na prahu nové divadelní sezony a každý, kdo jen trochu ví o Thalii a múzách, vám potvrdí, že je úplně jedno, zda jste u divadla prvním nebo čtyřicátým rokem, protože je to pokaždé obrovská výzva, předzvěst převelikého dění, které vás od září do června naprosto pohltí. Divadlo bylo vždy odrazem společnosti, událostí v našich životech, smiřovalo, radilo i provokovalo. Pevně věřím, že letošní sezona svou dramaturgií, uměleckým nasazením i lidským přístupem tomuto poslání dostojí. Upřímně to přejí divákům, svým kolegům i sobě,“ řekl ještě před slavnostním zahájením nové sezony ředitel Moravského divadla Olomouc Pavel Hekela.

Vedení divadla se rozhodlo posunout začátek divadelní sezony z tradičního 1. září na 11. září. Důvodem byly rozsáhlé prázdninové práce v budově divadla. „Stalo se už dobrým zvykem, že do vlnu každé nové sezony vkládáme zlepšení diváckého komfortu. Letos nabídneme opravenou a nově zpřístupněnou galerii – pověstné bidýlko, diváci se konečně dočkají i důstojných toalet za lóžemi prvního a druhého pořadí, budova dostane novou omítku ze strany Divadelní ulice a kolegové jistě přivítají i zlepšení zákulisních prostor. Letošní opravy jsou nutným krokem k výměně sedadel v hledišti, kterou bychom rádi uskutečnili o příštích prázdninách,“ vysvětlil Hekela. Režie galavečera se ujal nový šéf souboru činohry, dramatik, režisér

a herec Roman Vencl. Tradiční součástí slavnostního zahájení sezony bylo předání cen za nejlepší umělecké výkony sezony předchozí. Mezi herci, zpěváky a tanečníky vybírají umělečtí šéfové jednotlivých souborů a ředitel divadla. Mezi emeritní členy byl letos in memoriam zařazen bývalý dlouholetý sólista olomoucké opery Josef Šulista. V souboru působil od roku 1952 do roku 1991, účinkoval ve více než dvou stovkách inscenací. Ztvárnil mnoho hlavních rolí, např. Papagena v Kouzelné flétně, Marbuela v Čertovi a Káče, Mefista ve Faustovi a Markétce, Escamilla v Carmen, Figara ve Figarově svatbě či Dona Giovanniho v inscenaci stejnojmenné opery. (red)

## OLOMOUCKÁ FILHARMONIE NABÍDNE PO LETECH VÍCE KLASIKY

Moravská filharmonie Olomouc vstupuje do své 71. sezony. Letošní nabídka koncertů by se podle zástupců olomoucké filharmonie dala charakterizovat jako „klasika na talíři“. Po několika letech, kdy byla sezona doplněna i o netradiční projekty, se dramaturgie letošních koncertů vrací ke klasickým dílům. Posлуhači se tak mohou těšit na známé autory (F. Chopin, J. Brahms, A. Dvořák, F. Schubert, W. A. Mozart...)

V sezoně se představí renomovaní umělci z České republiky i ze zahraničí. Vystoupí také mnoho vynikajících mladých interpretů – např. Marie Šumníková a Jan Vojtek (klavír), Indi Stivín (kontrabas), Olga Šroubková (housle) nebo Aleš Janeček (1. klarinetista Moravské filharmonie). Například u příležitosti Dne vzniku samostatného Československa připravila Moravská filharmonie atraktivní program sestavený z děl W. A. Mozarta, A. Vivaldiho, A. Dvořáka a B. Smetany, se kterým vystoupí také v Prostějově, Přerově, Šumperku a v Jeseníku. V Olomouci se koncert koná 27. října.

Orchestr uskuteční dva koncerty s Moravským divadlem Olomouc. Jednak v červnu 2017 v rámci Svátků města Olomouce a v září 2017 u příležitosti Dnů evropského dědictví. V letních měsících filharmoniky čeká účinkování na festivalech v Jaroměřích, Kroměříži a Českém Krumlově. Filharmonie připravuje také turné po Německu, které by se mělo konat v únoru příštího roku. „Orchestr spolupracuje řadu let s nahrávací společností Parma Recording, která se zaměřuje na soudobou hudbu. Letos je v plánu natočit 200 minut hudby,“ zmínil Vladislav Kvapil. Nebudou chybět ani koncerty pro děti, které se těší rok co rok čím dál větší oblibě. Děti se zábavnou formou seznamují s hudbou. Letos čekají mladé posluchače 4 koncerty. Pro velký úspěch se chystá repríza Písniček z českých filmových pohádek a příznivci původního dětského muzikálu Boudo, budou se konečně dočkat pokračování – Boudo, budko aneb jako to bylo dál...

Veřejné generální zkoušky se konají dopoledne v den koncertů. Jsou populární zejména u seniorů, v této sezoně filharmonie nabízí celkem 7 veřejných generálek. Filharmonie je pořadatelem dvou festivalů. Mezinárodního varhanního festivalu, jehož 48. ročník právě skončil a festivalu Dvořákova Olomouc, na který se posluchači mohou těšit v květnu 2017. Do své 43. sezony vkročí také Spolek pro komorní hudbu, který spadá pod křídla Moravské filharmonie Olomouc. Celkem se uskuteční 11 koncertů. Šéfdirigentem Moravské filharmonie Olomouce je Petr Vronský, který v letos květnu obdržel Cenu Olomouckého kraje za celoživotní přínos v oblasti kultury. Letos si předplatitelé vybírali ze čtyř abonentních cyklů (A, B, C, D). Celkový počet abonentů Moravské filharmonie čítá téměř 1300 osob. (red)



Na výletech po kraji doprovází Otu Koštu manželka Mirka.

## Lékař Oto Košta, kandidát na hejtmana za hnutí ANO:

Chybí nám propracovaný systém dlouhodobé péče o seniory

*„Když se bavím se svými pacienty, tak prakticky netuším, co vlastně hejtman dělá. Ale vnímají ho jako jeden ze symbolů kraje. Proto je tak důležité, aby kraj reprezentoval člověk, kterého neprovázejí skandály, který umí naslouchat problémům občanů a má recept na jejich řešení. Kraj je složitý organismus a pečovat o něj náročný úkol, stejně jako v medicíně,“ říká šedesátiletý kandidát na hejtmana za hnutí ANO, lékař OTO KOŠTA.*

### Proč jste se rozhodl jít do politiky?

Na fotbale, v hospodě ani v učených debatách na akademické půdě nic nezměníte. Po roce 1989 jsme všichni cítili velkou naději, že to půjde tak nějak „samo“, ale velká část lidí postupně tu víru ztrácela. A tak zatímco někteří pořád hudrují v hospodách, já jsem přijal výzvu vstoupit do politiky a pokusím se věci změnit. Možná to zní jako klišé...

### Ano, je to tak trochu politická fráze do volebního programu.

Kdo zná můj lékařský přístup k pacientům nebo moji angažovanost ve sportu či v charitě, tak ví, o čem mluvím. Nejsem profesionální politik, který by seděl od revoluce 25 let v parlamentu. Já jsem po celou tu dobu žil a pracoval jako praktický lékař, a proto chci být také praktický hejtman. Znam radosti, problémy i starosti lidí z našeho kraje. A mám dostatek energie a chuti do práce pro ostatní.

### Jaká je vaše „hejtmanská“ vize?

Od lidí, kteří za mnou každý den chodí do ordinace, vím, že je nezajímá velká politika, ale chtějí pro své rodiny zajistit dobrý život. Aby měli kde pracovat, dostávali za to slušnou mzdu a aby se v práci cítili dobře a užitečně. Aby se o ně někdo postaral, když to v nemoci nebo ve stáří nezvládnou sami. Aby jejich děti chodily do dobrých škol a měly zajímavou náplň pro volný čas. A hlavně – aby se cítili bezpečně, protože v atmosféře strachu si nic z toho neužijí.

### Co náš kraj nejvíce trápí?

Zadluženost kraje je druhá nejvyšší v republice, čtyři miliardy korun, to je ostuda! S tím souvisí velmi špatný stav krajských silnic II. a III. třídy, zanedbané technické školství a nedostatečná podpora cestovního ruchu. Na to, jak krásné máme hory a památky, by měl cestovní ruch přinášet návštěvníkům a především obyvatelům mnohem více, ať už jde o zážitky nebo ekonomiku. Mnohě jde zlepšit také v krajském zdravotnictví, včetně péče o seniory.

### Zdravotnictví je pro každého z nás důležité téma.

#### Jaký má pro něho recept lékař Oto Košta?

Když budou mít naši občané zdravotní problém, kraj se o ně postará. To je moje hlavní krédo. Zdravotní péči sice kraj ve většině měst sám neprovádí, ale máme dostatečné páky na to, abychom ji zajistili. Od běžné lékařské péče až po speciální zdravotnické zákroky. Mé poselství je jasné: když nebudeme zdraví, tak nemá cenu se bavit o žádných dalších věcech. Musíme nastavit jasnou koncepci pro všechna zdravotnická zařízení provozovaná krajem. Do zdravotnictví totiž dává kraj opravdu hodně peněz, mimo jiné formou dotací. Ale důležité je pohlídat si, aby finanční prostředky byly vynaloženy účelně, aby zdravotní péče byla dostupná a na úrovni. Máme špičkové lékaře a kvalitní sestry, ale je potřeba zajistit, aby měli adekvátní mzdové ohodnocení.

### Na zdravotnictví přirozeně navazuje téma hendikepovaných a seniorů...

I laik dnes díky televiznímu zpravodajství ví, že v České republice chybí propracovaný systém dlouhodobé péče o seniory. Tady jsou velké rezervy také v činnosti kraje – musíme zajistit systém zdravotních a sociálních služeb, díky nimž by lidé do vysokého věku mohli zůstat soběstační a žít doma. Chci ve spolupráci s ministerstvy spolupracovat na zlepšení čerpání evropských dotací a také hledat jiné cesty. Staří a hendikepovaní lidé si zaslouží, abychom pro ně udělali něco navíc, než nám říkají zákony.

### Na druhou stranu nás v Olomouckém kraji trápí problematika mladých lidí a rodin. Dá se s vylidňováním regionu něco udělat?

Máte pravdu, mladí lidé a mladé rodiny jsou zárukou naší budoucí prosperity. Musíme zastavit vylidňování okrajových částí kraje, například podporou startovacích bytů nebo příspěvků na dojíždění za prací.

### Ještě jsme podrobněji nemluvili o bezpečnosti, kterou jste zmiňoval.

Jde o jednoznačnou prioritu! Dnešní nepřehledná situace ve světě se dotýká každého z nás, proto jsem velmi opatrný k migrační politice, jak ji prosazují některé státy Evropské unie. Neumím si představit, že by na území Olomouckého kraje vzniklo nějaké uprchlické centrum, a pokud ano, tak jen s výslovným souhlasem kraje a dané obce. A co je důležité: bezpečnostní a záchranné složky musí dostat od kraje větší podporu. Od policistů přes vojáky, hasiče a záchranáře. Protože když se něco semele, tak právě na ně se budeme spoléhat.

### Pojďme na závěr k něčemu veselejšímu.

#### Které místo v našem kraji jste si zamiloval?

Já zbožňuji celý Olomoucký kraj. Od Plumlova a Prostějova přes Helfstýn a Bouzov až po horské stezky v Jeseníkách, včetně technicky unikátní elektrárny Dlouhé stráně. Za poslední roky zkrásněla centra mnoha měst. Hranice, Šternberk, Uničov nebo Šumperk, tam všude si dnes s manželkou, případně vnoučaty, rádi posedíme a dáme si dobrý oběd při našich výletech.



Lékař Oto Košta téměř čtyřicet let pomáhá lidem.

# PRÁVNÍ PORADNA

**Milé čtenářky a milí čtenáři. Nevíte si rady s věcmi kolem práva? Potřebujete poradit například v oblasti občanského zákoníku? Obraťte se na nás. Dotazy zasílejte na adresu redakce nebo e-mailem na office@moravskysenior.cz. Odpovědi pro vás připravuje JUDr. Ivana Arnoštová. (red)**



*Vážená paní doktoro, obracím se na Vás s prosbou o radu a pomoc. Mám dospělou dceru v invalidním důchodu nemocnou schizofrenií. Dcera žije s přítelem. Problém je v tom, že v důsledku své nemoci je velmi důvěřivá a dobrosrdečná. Určití lidé toho zneužívají a soustavně z ní vytahují peníze. Částky už jdou do desítek tisíců. Straší ji a ona se jich bojí. Je na ní drsný psychický nátlak, dcera se jich tak bojí, že jsem si ji vzal na čas k sobě.*

*Další hrůza z léta loňského roku – dcera se nechala přemluvit podvodníkem a nakoupila 5 ks hodiněk za 70.000 Kč. Podle hodnocení několika odborníků - hodinářů - vyložených trestek!*

*Nevím, jakým způsobem vyřešit situaci s jejími finančními prostředky, aby neměla možnost ze svého účtu vybírat peníze neomezeně. Bojím se, aby nakonec nezůstala úplně bez prostředků, až bude potřebovat péči a nebude mít nikoho, kdo by se o ni postaral.*

*Možná by bylo řešením částečné, nebo úplně zbavení svéprávnosti. Jedná se o velmi závažné rozhodnutí. Nevím, jaké vyšetření a podklady jsou k tomu zapotřebí a kam se s případnou žádostí obrátit. Dospěl jsem k tomu, že musím situaci řešit co nejdříve, než bude pozdě.*

*Děkuji Vám za radu a pomoc najít v této svízelné situaci řešení.*

Dobrý den, k řešení Vaší situace se nabízí dvě cesty, které by bylo vhodné využít současně. Co se týká nátlaku činěného na Vaši dceru za účelem získání finančních prostředků Vámi uvedenými osobami, zde by bylo vhodné podat na tyto osoby trestní oznámení, když je možné, že Vaše dcera se stala obětí trestného činu vydírání, případně dalších forem trestné činnosti. Doporučuji Vám obrátit se na odborníka, který Vám pomůže sepsat kvalifikované podání, jímž se orgány činné v trestním řízení budou muset zabývat.

Tazatele si dovoluujeme upozornit, že odpovědi na položené otázky jsou výrazem subjektivního názoru odpovídajícího a s ohledem na absenci podrobných skutkových informací, nemusejí ve všech případech vyjadřovat jednoznačné a závazné výkladové pravidlo uvedeného problému. Pro případ, že by se tazatel chtěl uvedenou odpověď řídit, doporučujeme mu osobní konzultaci uvedeného problému s odborníkem.

Pokud jde o otázku omezení jejího práva nakládat s finančními prostředky, v současné době již není možné nikoho zbavit svéprávnosti. Je však možné osobu ve svéprávnosti omezit. O tomto rozhoduje vždy okresní soud podle pobytu dcery. Návrh na omezení svéprávnosti je osvobozen od placení soudního poplatku. Můžete jej jako otec podat i vy sám. Návrh však musí obsahovat určité formální požadavky. Jednak musí být patrné, jakému soudu je určen, kdo jej činí (datum narození, adresa, jméno), čeho se týká a co je v něm přesně požadováno, musí být datován a podepsán. V tomto návrhu je potřeba popsat situaci a vysvětlit soudu, proč je omezení dcery ve svéprávnosti nezbytné. Současně je potřeba specifikovat, v jakém rozsahu by mělo dojít k omezení dcery (nakládání s finančními prostředky do určité výše, uzavírání finančních produktů, půjček apod.). Je vhodné k takovému návrhu doložit i třeba lékařskou zprávu, kde bude popsán její zdravotní stav. Pokud dojde k omezení dcery ve svéprávnosti, bude jí ustanoven opatrovník, proto je vhodné, abyste se zamyslel i nad tím, kdo by tímto opatrovníkem mohl být a takovou osobu v návrhu uvést. Samozřejmě jim můžete být i vy sám.

Poté co soud řízení zahájí, ustanoví znalce, který dceřin zdravotní stav zhodnotí. Tento bude pro soud stěžejní. Soud však nebude o omezení svéprávnosti moci rozhodnout jen na základě spisového materiálu a znaleckého posudku, ale bude muset Vaši dceru osobně vidět a vyslechnout ji.

K rozhodnutí soudu je totiž nezbytné důsledně zjištění osobních a majetkových poměrů Vaší dcery a získání odpovědi na otázku, zda se vůbec u ní vyskytuje nějaká duševní porucha, která není jen přechodného rázu a která způsobuje neschopnost jejího právního jednání. Následně musí soud vyhodnotit, zda je nutné využít nejkrajnějšího institutu, tj. omezení svéprávnosti, či by k ochraně zájmu Vaší dcery postačovalo využití některého z mírnějších opatření, jako je zastoupení členem domácnosti (§ 49 a násl. Občanského zákoníku) či nápomoc při rozhodování (§ 45 a násl. Občanského zákoníku).

Pokud soud shledá, že je v zájmu Vaší dcery, aby byla omezena ve svéprávnosti, musí následně pečlivě zvážit v jakém rozsahu, tj. co do jakých právních jednání, bude způsobilost Vaší dcery dotčena. Například může soud uvést, že bude omezena ve svéprávnosti, a to tak, že není schopna nakládat s majetkem, jehož hodnota přesahuje 500 Kč, uzavírat smlouvy o finančních produktech (o úvěru, o půjčce), uzavírat manželství či k výkonu rodičovských práv a povinností.

Pokud soud k omezení svéprávnosti přistoupí, bude rovněž jednat o ustanovení konkrétního budoucího opatrovníka. Zájmy ustanoveného opatrovníka nesmí být v rozporu se zájmy Vaší dcery. Musí se tedy jednat o osobu, která bude jednat ve prospěch Vaší dcery. Poté soud vydá rozhodnutí. Pakliže návrhu vyhoví, vymezí, v jakém rozsahu dceru omezuje ve svéprávnosti, kdo bude opatrovníkem a jaké bude jeho oprávnění.

# PORADNA NADACE ŽIVOT S DEMENCÍ

**Proti Alzheimerově chorobě bojujte „terapií životem“: poslouchajte šumění stromů, nechte se léčit hudbou či vůněmi kolem nás**

„Kdybych měl život prožít znovu, nakázal bych si čtení poezie a poslech hudby, a to minimálně jednou týdně. Atrofované části mého stávajícího mozku by totiž mohly dodnes aktivně fungovat.“ Takovou moudrost pronesl už v 19. století britský přírodovědec, autor evoluční biologie a jeden z nejvýznamnějších vědců historie Charles Darwin. I on totiž už ve své době věděl, jak zásadní pro udržení duševního zdraví a potenciálu mozku je využívání



## Kdo je Pavla Hýblová?

Uznávaná odbornice na péči o klienty s Alzheimerovou chorobou a jejich důstojné dožití. Je členkou správní rady Nadace Život s demencí, jejíž hlavní náplní je osvěta v oblasti Alzheimerovy choroby, přednášková činnost pro laickou i odbornou veřejnost či provoz nepřetržité poradenské linky. Je jednou ze zakladatelek České alzheimerovské společnosti a externí spolupracovnicí ombudsmana České republiky. V současné době se pod hlavičkou Institutu vzdělávání věnuje naplno lektoringu v oblasti zdravotnických a sociálních služeb a je rovněž vyhledávanou nezávislou externí konzultantkou sociálních služeb. V minulosti založila oddělení certifikované systémem Vážka v diakonii ČCE v Krabčicích, později pracovala jako ředitelka Centra seniorů Mělník, je spolupracovnicí sítí Domovů seniorů Anavita, které se specializují na Alzheimerovu chorobu.

a hlavně vědomé vychutnávání všeho, co nabízí „obyčejný“ lidský život.

Muzikoterapie, aromaterapie, arteterapie... Dnes „zaklínáme“ všechny ty obyčejné věci kolem nás do nejrůznějších odborných názvů, kterým mnoho – zejména starších lidí - nerozumí. Je to přitom tak jednoduché. Zkrátka, poslouchajte hudbu, kterou jste celý život měli rádi, přivoňte si občas je květinám a keřům, které vás kdysi obklopovaly, pěstujte na záhonech pivoňky, postavte si do oken květináče s bramboříky a muškáty, posaďte se pod rozkvetlou lípu, vonící lipovým květem, kolem kterého bzučí včely. Představujte si vůni medu, kterým si osladíte v zimě lipový čaj. Nechte se unášet zvuky deště, zurčících potoků či větru, zpěvem ptáků v korunách stromů. Terapie životem, tak se tomu říká...

Vliv těchto podnětů – a zejména těch, spojených se zvuky, vibracemi, tóny – je skutečně obrovský. Nedávno si například klienti specializovaného zařízení síť Anavita v Šanově na Znojemsku prožili velmi zvláštní a hlavně silný muzikoterapeutický zážitek. Do tamního Domova seniorů, z nich většina trpí Alzheimerovou chorobou či jinou demencí, zavítala trojice světově známých a uznávaných hudebníků, vedená Čechem Ondřejem Smeykalem. Jeho kolega, známý britský terapeut Bear Love, s sebou přivezl naprostý unikát. Totiž největší symfonický gong světa. S pomocí jeho magických zvuků a vibrací „léčil“ vedle intenzivní hry na etnické hudební nástroje, jako je didgeridoo, tyto klienty ve skupině

i individuálně. Díky těmto rezonujícím zvukům a vibracím dochází k uvolnění, zklidnění a lidé s Alzheimerovou chorobou se cítí nabití energií. Líbezná zvuka nástrojů vnímáme v srdci i v duši. Je to vždy hlavně o pocitech. Nelze se tedy vůbec divit, že jedna z klientek neudržela v průběhu netradiční půlhodinové terapie s gongem své emoce po jeho rozeznění a přivál silné energie a vibrací, které pocítila na svém těle i v mozku, spontánně vykřikla: Krásné!

Hudba má totiž schopnost aktivovat více částí mozku najednou, než kterýkoli jiný stimul. Je to kulturní vynález stvořený částmi mozku, vyvinutými k jinému účelu. Stimuluje oblast sluchovou, zrakovou, emocionální a na nižším stupni v malém mozku i všechny části koordinační. Když jsme mladí, hudba se zaznamenává v našich pohybech, emocích. Jsou to zpravidla poslední části mozku postižené Alzheimerovou chorobou. Když je člověk v propojení s hudbou, s ničím nezápasí, je to pro něj příjemné a vše do sebe zapadá. Hudba nám totiž dává pocit lásky a romantiky. Pro lidi s demencí to mohou být zadní vrátka k navázání kontaktu.

Hudba navíc ovlivňuje vegetativní funkce člověka, tedy srdeční rytmus, krevní tlak, dýchání, svalový tonus, termoregulaci, motoriku atd. Používá se tak nejen ke zmírnění bolesti, úzkosti a strachu, ale v psychoterapii také k léčbě komunikačních bloků, neuróz, či při špatné adaptabilitě, například při přechodu z domácího prostředí do zařízení pro seniory.

**Potřebujete poradit? Volejte 725 444 200**

**www.zivotsdemenci.cz**

Vyluštěte tajenku a soutěžte tak o věcné ceny. Znění tajenky pošlete do 17. 10. na adresu Moravský senior, z. s., Táboritů 237/1, Olomouc, 779 00, nebo e-mailem na adresu office@moravskysenior.cz. Nezapomeňte uvést celou svoji adresu a telefonní číslo, abychom vás o výhře mohli informovat. Znění tajenky z minulého čísla: Podzim bohatý na mlhu věští v zimě mnoho sněhu. Ceny získávají: Marie Novotná, Uničov, Eva Šustková, Radeč u Úpice, Danuše Víšová, Olomouc.

AUTOR: -KAWI-	ZNAČKA OSMIA	1. ČÁST TAJENKY	JMÉNO REŽISERA KLOSE	SPZ KOLÍNA	SLOVENSKÝ SOUHLAS	ČIRA TEKUTINA	UNIVERZÁLNÍ MĚŘÍCI PŘÍSTROJE	POČÍTAT (NÁREČNĚ)	ZNAČKA NAŠICH LETADEL	JEDNOTKA HODNOCENÍ	ČÁST PODSVĚTÍ	ŽENSKÉ JMÉNO	3. ČÁST TAJENKY	DOMÁCKY TAMARA
DOUFAT V NĚCO									PLUKOVNÍK (ZASTARALÉ)					
JSOUCÍ ZE SILONU									DRUH PAPOUŠKA STOPA					
	SPZ SEMIL MENŠÍ STŮL			ETIOPSKÉ SÍDLO PŘEDLOŽKA					DŽINSOVINA AVIVÁŽNÍ PŘÍPRAVEK					
TURISTICKÝ PŘÍSTŘEŠEK				KRASLICKÝ PODNIK ŘEKA					ŽENA (NÁREČNĚ) ŠPAN. VYCHOVATELKA					
TRÁPIT				MRAVOUKA MEZOPOTAMSKÉ MĚSTO					ZDE INICIÁLY HERCE SKAMENE				CHIRURGICKÁ JEHLA	
OSOBNÍ ZÁJMENO			VANOUT TÝKAJÍCÍ SE VITAMINŮ					NEČISTOTA (EXPRESEVNĚ)						
HON				KUSA LEDŮ NALÁDOVATI				VÁPENCOVÉ ÚZEMÍ				NÁZEV HLÁSKY R SPOJKA		
PATŘÍČÍ EVĚ									DOBA FILIPÍNSKÁ SOPKA ZN. NAŠICH VYSAVAČŮ					
ČÁST ZADNÍ KONČETINY									MUŽSKÉ JMÉNO					
	KRÁLOVNA VÍL ETIOPSKÝ KMEN								NÁSTAVBA NAD HLAVNÍ ŘÍMSOU					
NEMLUVÍČÍ									ZKRATKA STÁTNÍ ARBITRÁŽE			ZKRATKA PRO ČÍSLO NÁKRES		
POKRÝT SETÍM									PŘENECHÁNÍ VĚCI VĚŘITELI	TRAMPOVÉ (TRAMPSKÝ SLANG)	SLOVENSKÝ „CO“ CYKLOHEXANON			ŘÍMSKÝCH 2000
SLADKOVODNÍ RYBY					CHVĚNÍ	UBYTOVAČÍ ZAŘÍZENÍ NA KOLECH	ŘÍMSKÁ 4	KAPUSTA (NÁREČNĚ)	HOŘKÁ LÁTKA					
AUTOR DÍLA JMÉNO RŮŽE				OBRÁTNÝ KOUSEK OBEC U KOMÁRNA					BOXERSKÁ KATEGORIE					
	SOPEČNÝ KOMIN	ZAVINĚNÝ VÍREM 2. ČÁST TAJENKY							DRUH SUDO-KOPYTNÍKA NÁZEV HLÁSKY M			ZESÍLENÝ ZÁPOR	VATRA	
VOZIT DOHRMADY							PATŘÍČÍ LENĚ NOVÁČEK					CITOSLOVCE POVZBUZENÍ NAKLÁDAT		
KŮN (BÁSNICKY)			ZÁVĚR MODLITBY SÍLA					ŘÍMSKÝCH 1500 HLE		JAPONSKÝ CÍSAŘ	TĚLOVČIČNÁ POLOHA 1000 KG			
NASÁVAT				RUSKÉ SÍDLO DOMÁCKY ERIKA					HÁNDELOVA OPERA ČIDLO ČICHU					
EULERŮV SKOK (KRASOBR. SLANG)							4. ČÁST TAJENKY CIZÍ ŽEN. JMÉNO							
ČESKÝ BOTANIK A EKOLOG					PISEČNÁ PLÁŽ					KÓD LETIŠTĚ BENIN CITY				POMŮCKY: AAT, ABANDON, BNI, EREB, CHUKA, LO, MANI, OJLER, OLOV, TOBA, TROKAR
KEŇSKÉ SÍDLO					OHON.					BELGICKÉ SÍDLO				

moravský senior

SEZNAMKA PRO SENIORY

Hledám spolehlivého přítele nekuřáka, motoristu do 65 let OL. Mám ráda tanec, přírodu a cestování. Tel. 732 879 070 Setkání napoví.

59/180/92 rozvedený v ID, hledám přítelkyni do 66 let z Olomouce a okolí na kulturu, přírodu, cestování, výlety na kole a tanec! Tel: 735 001 728.

Já 66/170 hledám slušného a spolehlivého muže vyšší postavy, přiměřeného věku. Můžeme se sejit u kávy a řekneme si více. Tel: 732 341 902.

Hledám spolehlivého přítele nekuřáka, motoristu do 65 let OL. Mám ráda tanec, přírodu a cestování. Tel. 732 879 070 Setkání napoví.

Seniorka 70/165, zdravá, aktivní, štíhlá, SŠ, nekuřačka, všestranných zájmů, bez závazků, se ráda seznámí s charakterním, sympatickým mužem přiměřeného věku, který je také sám, a má rád přírodu, dobrou hudbu, společnost a také rád cestuje. Motorista vítán. V případě vzájemných sympatií je možný trvalý vztah. Prosím napište mi dopis, za který vám předem děkuji. Navrhuji osobní setkání v restauraci Věžka na Uničovské ulici ve Šternberku. Den a hodinu nechám na Vaší volbě. Adresa v redakci.

Aktivní včelka Mája, 64letá nekuřačka, společenská, hledá slušného kamaráda do 65 let. Veselého, který má rád přírodu, cestování a nechce být sám. Okolí Šumperska. Tel: 735 904 013.

Hledám pána od 65 do 70 let. Bydlím v Bruntále a mám ráda přírodu. Jana. Tel: 603 335 968.

Aktivní důchodkyně všestranných zájmů, nekuřačka, hledá kamaráda taktéž nekuřáka. V případě vzájemných sympatií je trvalý vztah možný. Okresy Přerov a Vsetín. Tel: 739 493 968.

SŠ 182/67 rozv.abstinent,nekuřák,optimistické povahy se zájmem o přírodu,hledá přítelkyni k trvalému vztahu z okr. OL, PV, která již nechce být sama a touží ještě po mužské náruci,nenáročnou, spíše domácí typ, která ale ráda podnikne výlet do přírody za účelem poznávání přírodních krás, příp.sbírání hub. Bydlím ve městě v RD, chata na venkově je k dispozici.Vy, které očekáváte od seznámení prospěch a nestačí Vám, že Vás má někdo rád, rozhodně neodepisujte, nejsem Váš typ. Odpovědi na E-mail: Jirikovka@post.cz.

Využijte naši seznamku a podejte si BEZPLATNĚ inzerát. Inzerát zašlete poštou na adresu: Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc nebo e-mailem: redakce@moravskysenior.cz

Placená inzercie



STAROSTOVÉ ROZUMÍ STARŠÍM LIDEM DALEKO VÍC NEŽ STÁT – PROTOŽE S NIMI ŽIJÍ...

Možná máte podobnou zkušenost jako já. Bydleli jsme doma s naší babičkou a bylo to krásné období života. Tak to dřív fungovalo mezi lidmi několik generací a myslím si, že tak to bylo dobře. Ptám se, proč je to nyní jinak? Proč nedokážeme v dnešní době plně nejrůznějších robotů, kteří nám mají šetřit čas, v době vyspělých komunikací a blahobytu najít čas na rodiče a prarodiče? Vždyť dřív to měli lidé daleko těžší, a přesto rodiny fungovaly a děti zvládly dochovat své rodiče.

Co vlastně dnes znamená slovo rodina? Ve starých kronikách čteme, že obec byla taky jedna velká rodina. A my starostové také v dnešní uspěchané době vnímáme svou práci jako službu velké obecní rodině. A já věřím, že občané žijící v ní to cítí stejně. Kdo to ale necítí, je stát. Ani nemůže - je daleko od lidí. Proto my starostové víme lépe než stát, jaké potřeby mají naši občané a jejich rodiny napříč generacemi.

V rozhlasu jsem slyšela, že je v ČR vydaná exekuce na 84.000 seniorů. Jak se to těm lidem stalo? Kde jsou jejich děti, aby jim pomohly či poradily? Kde je jejich rodina? Co s nimi bude dál?

Objevil se také nový fenomén - tzv. obchodníci s demencí pro seniory. Česko prý musí tento vážný nedostatek míst v domovech pro seniory s demencí řešit, neboť pacientů přibývá rychleji než lůžek. Začínají se u nás budovat sítě ošetrovatelských ústavů. Obce a kraje zatím tyto domovy pro seniory se zvláštním režimem mají a obvykle dotují. A protože je jich prý málo, vidí v tomto soukromý sektor zajímavou příležitost pro bysny. Mám pocit, že kam všude kdy vstoupily peníze pro peníze, nastala vždy zkáza. Copak dřív staří lidé neměli podobné nemoci? Přesto se rodiny postaraly a zůstávaly pohromadě.

A to bychom jako starostové určitě chtěli zachovat a podporovat - péči o naše seniory doma ve svém prostředí. Musíme ale mít k dispozici dobré zákony a rozumnou finanční politiku na podporu rodin.

Nyní díky exekucím, rozpadlým rodinám nebo lidem úplně bez potomků, ale i lidem doma s rodinou, přesto osamělých, ve všech těchto případech my starostové splujeme lidem to nejcennější, co člověk v životě má - rodinu a přátele. Řešíme jejich starosti, bolesti, radíme jim a rovněž jsme ti, kdo jim vypravuje pohřby. My starostové si musíme na své starší spoluobčany udělat čas. Stát nemusí, stát s nimi nebydlí. Proto si myslím, že my starostové ve vysoké politice chybíme. Protože my víme, my umíme, jsme odvážní a umíme se starat. Proto máme my starostové u lidí dlouhodobě největší oblíbenost a respekt. Věřím, že nás budou lidé volit nejen v krajských volbách. Podpořit nás můžete i Vy, stačí když bude 7. nebo 8. října volit kandidátku s názvem Starostové ProOlomoucký kraj pod číslem 42.

Blanka Kolečkářová, starostka obce Držovice, kandidátka za Starostové pro Olomoucký kraj



# 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.*