

# moravský senior®

zdarma!  
❤️

Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 12/2019 – 01/2020



**Miloslav Kyjevský: Největší  
radost je dávat radost**



Téma:  
Jaký je nejhezčí dárek?



Psa pro zdravý pohyb,  
kočku na mazlení



Zdravotní rádce:  
nepodceňujte chřipku





MAME  
**BARVY**  
↓  
PRO VAŠE SNY!

**FGP**<sup>®</sup>  
STUDIO  
T I S K Á R N A

FGP studio, Táboritů 1 | tel.: +420 585 119 109 | [objednavky@fgp.cz](mailto:objednavky@fgp.cz) | [www.fgp.cz](http://www.fgp.cz)

Magazín **Moravský Senior** pro vás tiskne tiskárna **FGP studio**, rodinná firma již s 28letou tradicí. Naší prioritou je být stále na špici, proto nejen že používáme nejmodernější vybavení, ale také se soustředíme na široké spektrum technologií. Díky tomu vám můžeme nabídnout opravdu velké množství tiskovin a jejich následné zušlechťování.

## OBSAH

**TÉMA: JAKÝ JE NEJHEZČÍ DÁREK?**

**strany 10–11**



**ANKETA: ZE ŽIVOTA SENIORŮ**

**strany 34–35**

**LIDÉ PODCEŇUJÍ SÍLU NEMOCI – CHŘIPKA**

**strana 40**



**KŘÍŽOVKY**

**strana 46–47**

## ÚVODNÍ SLOVO



Milí čtenáři, Moravský senior s Vámi strávil další rok. Bylo nám potěšením přinášet nové příběhy pozoruhodných lidí, ukazovat, jaký je život seniorů všude v kraji a často i jinde, radit v nelehkých životních situacích či se zdravotními patáliemi. Moc nás těší, jak nadšeně každé nové číslo magazínu přijímáte, děkujeme za vaše reakce, náměty, texty a fotografie. Věřte, že i v příštím roce hodláme na Moravském senioru pracovat tak, aby Vám přinášel radost a užitek. Užijte si krásné Vánoce, i kdyby měly být zase beze sněhu, oslavte příchod nového roku a buďte nadále s námi.

**Váš Miloslav Kyjevský**  
vydavatel a šéfredaktor

Magazín Moravský senior finančně podpořili:



Statutární město Olomouc



Olomoucký kraj

**MORAVSKÝ SENIOR® – magazín pro seniory Olomouckého kraje, [www.moravskysenior.cz](http://www.moravskysenior.cz)**

**Vydavatel:** Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc, IČO: 03339769, Registrováno pod číslem MK ČR E 21702, vychází desetkrát ročně / **Tisk:** Miloslav Kyjevský – FGP studio, Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc / **Šéfredaktor:** Miloslav Kyjevský, e-mail: redakce@moravskysenior.cz / **Koordinátorka, distribuce, inzerce:** Andrea Baslerová, e-mail: office@moravskysenior.cz, tel.: 725 190 555

**Korektury:** Blanka Peřinová, e-mail: blanka.perinova@fgp.cz / **Distribuci zajišťuje:** GEIS – zákaznické centrum, tel.: 951 277 777, [www.baliky.cz](http://www.baliky.cz)  
Náklad tohoto čísla je 25 000 ks. Datum vydání: 2. 12. 2019. Redakční uzávěrka příštího čísla: 18. 1. 2020. Foto: VLM (pokud není uvedeno jinak).  
**ZDARMA**



# MILOSLAV KYJEVSKÝ: NEJVĚTŠÍ RADOST JE DÁVAT LIDEM RADOST

Muž, který se před lety rozhodl, že zpestří život seniorům. Úspěšný podnikatel, jehož společnost FGP je v Olomouci už skoro třicet let tiskařskou jistotou. Otec dvou dětí a dědeček tří vnoučat. Vydavatel a šéfredaktor Moravského seniora. Miloslav Kyjevský má několik charakteristik a přídomek, ty hlavní je ale třeba uvést až na konec: přímý, rovný a mírumilovný člověk se srdcem na pravém místě, jehož nabyté bohatství nezkazilo a který je spokojený, když věci fungují tak, jak mají. Na konci roku jsme se rozhodli vyzpovídat právě vydavatele našeho magazínu a zprostředkovat vám, milí čtenáři, jeho myšlenky.

**Pane Kyjevský, dělá Vám vydávání Moravského seniora stále stejnou radost jako na začátku, když jste se rozhodl tento projekt financovat a vtiskl jste mu svou tvář?**

Ne. Dělá mi radost čím dál tím větší, protože za těch několik let se hodně změnilo. Začínali jsme tehdy jako úzký tým spolupracovníků, v němž se mnou byli Dája Pěničková, Marcela Plachá a Petr Koutný. Dnes časopis vypadá jinak, má moderní grafickou podobu, obsahuje čím dál víc informací a užitečných rad, stejně tak lidských příběhů a zprostředkovaných názorů. Což je podle

mě nejdůležitější a nejzajímavější, aby se čtenáři mohli poučit z životních zkušeností jiných seniorů. Vybíráme si přitom takové osobnosti, které nejsou v mediálním světě příliš známé nebo dokonce takové, o nichž se vůbec neví.

**Kde takové lidi hledáte? Je jednoduché je přesvědčit, aby kývli na zveřejnění v časopisu?**

Jsmo v redakci mile překvapeni, jak lehce to jde. Senioři jsou totiž úžasná komunita. Spolupracovat s nimi je jedna velká radost. A to je vlastně i důvod, proč to celé děláme. Jak všichni dobře vědí, časopis vychází bezplatně a příjmy





z inzerce ani příspěvky z města nebo kraje, za které jsme ohromně vděční, by na vydávání nepostačovaly. Známi mi říkají, že jsem trochu blázen, když jsem do toho šel a už tak dlouho magazín vydávám, ale právě ta fantastická odezva je pro mě, vlastně i pro celý redakční tým, velkou motivací. Takže odpověď zní – je to jednoduché, senioři mají zájem něco sdělit své komunitě, na nic si přitom nehrají, jsou velmi otevření a upřímní, vědí totiž, jak svůj život prožili a čeho si má člověk vážit, případně, jakých chyb se vyvarovat. Myslím si, že moje krédo „Je radost dávat lidem radost“ platí i pro spoustu z nich.

### **Senior má hlavní zásah v krajském městě Olomouci. Přesto jej vydáváte v celém kraji, není to zbytečné?**

To rozhodně není, protože Moravský senior má obrovskou odezvu ze všech míst v kraji, dokonce i mimo něj. Ozývají se nám senioři z Bruntálu, z Opavy, Ostravy, Rožnova, Kroměříže a dokonce i třeba z Uherského Hradiště. Má obrovský dosah, vždyť jej tiskneme v nákladu 25 tisíc kusů měsíčně. Podobné periodikum určené jedné komunitě byste těžko hledali nejen v rámci kraje, ale nejspíš i v celé republice. A v Olomouckém kraji jsou fantastičtí lidé, kteří žijí od Plumlova po Jeseník, takže by byla škoda jim nenabídnout to, co se líbí v Olomouci. A jak říkám, odezva je ohromná.

### **Jak se projevuje?**

Například minulý měsíc jsme měli technické problémy v tiskárně a museli jsme vydání Seniora odložit o týden. Nevěřili byste, kolik zoufalých lidí se nám ozvalo, většinou chtěli jen ujistit, že jsme neskončili, a když jsme jim vysvětlili, kde je problém, ulevilo se jim, že jde „jen“ o zpoždění. Volali, esemeskovali, psali maily. Když náš řidič dovezl na olomouckou radnici, kde je odběrné místo, listopadovou várku, hned mu ji lidi rozebrali pod rukama. Každý měsíc nám čtenáři posílají náměty, píšou zprávy o dění ve svém okolí. Snažíme se jim dát dostatek prostoru a řešit „jejich“ problémy. A když vidím, kolik se schází inzerátů v naší bezplatné seniorské seznamce, mám radost, že pomáháme také se vztahy – věřím, že díky Moravskému senioru už mnoho lidí našlo ten správný protějšek a stáří je pro ně příjemnější. A pak je tu ještě jedna rovina, a tou je důvěryhodnost magazínu. Troufám si říci, že nám čtenáři vysoce důvěřují.

### **Z čeho vychází Váš názor?**

Nezaznamenal jsem, že bychom měli jakýkoliv problém, když žádáme o rozhovory, když po lidech chceme, aby se nám svěřili se svými osudy, když nám svěřují rodinné archívy, fotografie, když je oslovujeme jako respondenty do naší ankety. Nikdy nikdo neřekne: „Pro Moravského seniora? Tak to ne.“ Spíš naopak, jméno našeho magazínu otevírá brány. Možná je to i proto, že nikomu nejdem na ruku, jsme apolitictí, nehlásáme jediný správný názor na svět. A to i přesto, že nějaký názor samozřejmě mám já, mají jej kolegové v redakci, spousta věcí se nám na chování politiků nelíbí. Demokracii ovšem chápeme tak, že u nás je prostor pro všechny. Za důvěru i každou odezvu všem čtenářům moc děkuji, hluboce si jí vážím.





**Čekají čtenáře v novém roce nějaké novinky?**

Budeme stavět na tom, co funguje, vždyť poslední podstatnou koncepční změnou prošel Moravský senior teprve před rokem a půl. Nyní se už jen přizpůsobíme aktuálním požadavkům čtenářů. Brzy přidáme rubriku Vaříme pro seniory a dáme prostor i lidem, kteří sice nejsou v seniorském věku, ale o seniory se starají, chceme, aby se podělili se svými pohledy na takovou činnost. A možná během roku přidáme i nějaké to překvapení.

**Každý rok vkládáte do posledního čísla pohlednice. Co tím sledujete?**

Mám moc rád obrázky s krásnými místy, budovami, historickými artefakty a podobně. Letos jsme vybrali něco z tvorby olomouckého fotografa Davida Prošvice, abychom lidem připomněli, že ručně psané a poštou poslané přání je cennější než zpráva zasláná jako SMS. Senioři to ale vědí a posílají je každým rokem. Zároveň jsme připravili nádherný kalendář z fotografií jiného olomouckého autora, Daniela Berky, jsem z něj nadšený, protože má dobré oko a umí se snímkem výborně pracovat. Kalendář má díky němu parametry uměleckého díla. Rozdáme jej deseti luštitelům křížovek, kteří nám tajenky posílali po celý rok.

**Mají se podle Vás senioři v kraji dobře?**

Olomoucký kraj nepatří mezi sociálně nejsilnější oblasti, ale i tak si myslím, že naprostá většina seniorů nestrádá a dokáže třeba i přilepšovat svým rodinám. Vždycky to tak bylo, dokonce i v hlubokém socialismu, kdy lidé neměli dostatek možností. Mladší senioři už měli po revoluci v roce 1989 příležitost postarat se sami o sebe tím nejlepším způsobem, mohli podnikat, i když samozřejmě ne každý k tomu má buňky, předpoklady, kapitál. A také vůli. Pokud někdo postával dvacet let u výherního automatu s panákem vodky v ruce, asi mu to růžové časy nepřineslo. A pak je tu skupina lidí, kteří si svůj produktivní věk opravdu odmakali, přesto se dočkali jen průměrného důchodu a dnes ze svého stáří velkou radost nemají, protože si toho mnoho dovolit nemohou. Takže je jasné, že hodnocení, jak se mají senioři v kraji, bude mít velmi široké spektrum.

**A co jejich vyžití, s nadsázkou - mají si kde hrát?**

Jistě, z tohoto pohledu je o seniory dobře postaráno. Možností mají nepřeberné množství, hlavně, pokud jim zdraví slouží. Musím vyzdvihnout práci se seniory, kterou odvádí Krajská rada seniorů Olomouckého kraje, jíž v každém vydání rádi dáváme dost podstatný prostor. Člověka, jako je paní Hesová, předsedkyně rady, by potřeboval mít každý kraj, každé město, každá obec, každý seniorský klub. Je neuvěřitelné, jaký má entusiasmus, co vše dokáže nápaditě zorganizovat a kolik už toho pro seniory udělala. Těší mě, když nás často chválí za to, jak rozsáhle Moravský senior informuje právě o činnosti KRS, ale to je úplná samozřejmost. Je to totiž hlavně její zásluha, že senioři v kraji mají spoustu možností, jak se zabavit. Mileně Hesové patří velký dík.

**Co pro Vás znamenají Vánoce? Jak je budete trávit?**

Moje maminka by měla v minulých dnech sto let. Bohužel se jich nedožila, ale v mé mysli je spolu oslavujeme. Mimochodem, maminka do svých třiačtyřiceti let, než zemřela, pravidelně navštěvovala Klub pro seniory v Olomouci – Slavoníně, který bezvadně vede paní Dvořáčková. Já jsem právě od maminky čerpal podněty – jaké řeší senioři problémy, co je tíží, jaké mají tužby, jak přemýšlejí. Byla to pro mě inspirace. Vánoce pro mě i díky mamince byly vždy krásným časem zvolnění, laskavosti, voňavé svátečnosti. Přesně takové Vánoce se snažíme dopřávat svým vnoučatům, z nichž to třetí, nejmladší, se narodilo před několika dny. Ale Vánoce nemají být jen pro děti. Je to čas, kdy se i dospělí těší na pozornost svých blízkých, přece i oni si s nadšením rozbalují dárky pod vánočním stromkem. A také jsou rádi, když si mohou v klidu připít a popovídat si, když jdou děti spát. Pokud bych mohl vyjádřit nějaký apel, tak ve vánoční čas všem lidem doporučuji nezapomínat na své blízké, přátele, známé. Vánoce jsou příležitostí, aby se všichni vzájemně navštěvovali, strávili spolu klidný čas a alespoň si popovídali bez jakéhokoliv shonu.

**Lucie Lepařová**







## BABIČKA ROKU: NABITÝ PAVILON VÝSTAVIŠTĚ TLESKAL OSLAVĚ STÁŘÍ

První celorepublikové finále Babička roku pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje Ladislava Okleščka, má své vítězky. Plně obsazený pavilon A na Floře, na 1300 účastníků drželo pěti své favoritce. Vítězství si odnesla babička paní Jarmila Chudobová z Královehradeckého kraje, která zároveň získala i šerpu a korunku, jako nejstarší účastnice. Ve věku 91 let si získala sympatie většiny poroty a stala se zlatou Babičkou roku. Stříbrnou korunku a šerpu získala finalistka z Olomouckého

kraje paní Marie Záhorová a bronzovou babička z Ústeckého kraje paní Miloslava Báležová. Gratulujeme! Titul Babička sympatie odcestoval do Jihočeského kraje s babičkou Zdeňkou Floriánovou.

Hlasování přes TV Šlágr se zúčastnilo více jak 2000 hlasujících. Každá babička měla svého patrona z TV Šlágr, který babičku přivedl na pódium, věnoval ji růži a zazpíval píseň. Díky tomu se čtyřhodinový projekt stal velmi profesionálním. (krs)









# BALÍČEK S PŘEKVAPENÍM POTĚŠÍ, JE RODINA POHROMADĚ

**A je to tady. Vánoční šilenství začalo. Dávají nám o tom vědět především obchodní domy, které už nabízejí vánoční sortiment a ve kterých najdeme výhodné dárkové sety pro celou rodinu. Vánoční dárky kupujeme hlavně pro své nejbližší příbuzné, a v první řadě děti. Jste příznivci levnějších a praktických dárků, nebo dárků dražších, na které se může složit klidně i větší počet lidí? Ať už je to tak či tak, na vrcholu seznamu dárků, které si Češi přejí, figurují především užitečné věci, jako je oblečení, obuv, knihy, kosmetika a parfémů nebo domácí spotřebiče. Mladší lidé pak preferují jako dárek peníze a chtějí si pak vybrat dárky sami.**

Přání každého člověka se liší případ od případu, o to víc jsou pak rozdílné představy našich babiček a dědečků. Ti chtějí být o Vánocích především s námi, se svojí rodinou. Proto jim i přes naši velkou zaneprázdněnost, pracovní vytížení a třeba i větší vzdálenost uděláme největší radost tím, když na Vánoce přijedeme „domů“.

O tom jsou přeci Vánoce především, o setkání s rodiči, prarodiči a dalšími členy rodiny. Dárky jsou až na druhém místě. Určitě nemá cenu odkládat setkání na další rok, mnozí ze starších seniorů se totiž přiznávají, že mají strach, že už by to tak nemuselo dopadnout.

## Foto jako památka

Jaké ale věcné dárky pro milované babičky a dědečky, prababičky a pradědečky pořídit? Především ty praktické. Porcelánových sošek už má babička zřejmě víc než dost, i když na druhou stranu, hezká fotografie vás a vašich dětí si své místo vždycky najde. Nejen proto patří mezi nejběžnější dárky, které senioři dostávají k Vánocům od svých dětí a vnoučat, kalendáře s nejrůznějšími fotografiemi dětí nebo alespoň jejich obrázky s vánoční tematikou. Nabízejí se i fotoknihy či fotoobrazy. Pokud chcete investovat, potěšíte jistě blízké i digitálním fotarámečkem.

Snad všichni senioři se rádi pochlubí těmito obrázky všem svým známým. Prodejci zaměřující se na tento sortiment určitě poradí hřejivou deku, bylinkové zdravotní čaje, potravinový doplněk na pohybový aparát nebo další věci, které jsou důkazem toho, že máme o zdraví svých nejbližších starost.

Vybírat dárky pro seniory, i když ty nejbližší, rozhodně není nic jednoduchého. Mnohdy nám už docházejí nápady, kupujeme stejné věci už poněkolkáté za sebou a prosíme všechny okolo o radu, co bychom babičkám a dědečkům měli koupit. „Každý rok je to stejné, dáváme rodičům čaje, mastičky na bolest kloubů, teplé ponožky, někdy to vylepšíme lístky do divadla. Ale jsou skvělí, skromní a mají vždycky velkou radost hlavně z toho, že se můžeme vidět a že mohou s námi i s našimi dětmi strávit několik dnů mezi svátky,“ usmívá se jedenatřicetiletá Veronika Jílková z Olomouce.

## Poukazy nic nezkaží

Vhodným dárkem pro seniora může být také poukaz do nejbližšího obchodu s potravinami nebo předplatné oblíbeného časopisu. Mezi další z nejčastějších vánočních dárků pro zástupce starší generace patří i křížovky s velkými písmeny. Ženy se sníženou pohyblivostí, které chtějí i přesto stále vypadat k světu, pak ocení pedikérku, kosmetičku nebo kadeřnici, která služby poskytuje také mobilně a bude ochotna přijet k babičce domů. „Moje teta to tak dělá pravidelně. Asi by to ještě zvládla, ale už se jí nechce docházet do salonu a potom tam třeba ještě nějakou dobu čekat, než na ni přijde řada. Takhle to má už pár let v pohodlí domova, kadeřnice k ní přijde domů a ona se cítí pořád dobře, protože je upravená,“ popisuje Marta Kubičková z Mohelnice. Pokud vaši blízcí bydlí v domově, můžou vám poradit i pečovatelky z oddělení, zda by se jim něco nehodilo. Perfektním dárkem pak může být i mluvené slovo na CD, někteří senioři už mají brzo unavené oči a nejsou schopni dlouho číst, proto jim rádi uleví a příběh si poslechnou z přehrávače, který nakonec také mohou nalézt pod stromečkem.

Je tu ale i druhá strana mince. Bývají dárky, které senioři dostávají, skutečně těmi, které si sami přejí? Jejich největší přání jsou různá a vůbec se nemusí shodovat s vašimi představami, v žebříčku by ale byly nejčastěji dárky praktické, počínaje třeba vlnou na pletení, tlakoměry, přes křesla a televize až po elektrokola nebo elektrický invalidní vozík. Stále se ale najde dost seniorů, kteří budou pořád dokola tvrdit, že opravdu nic nepotřebují. „Jé, to je těžké. Já už jsem prožila Vánoce tolikrát, že už jsem dostala snad všechno, co potřebuji.

Největší radost jsem měla třeba jednou, když mě vnučka vzala před Štědrým dnem do Moravského divadla na Českou mši vánoční. A jednou jsem se dokonce překonala, když jsem dostala lístky do kina, tak jsem po mnoha a mnoha letech šla, to byl pro mě taky velký zážitek. Ale materiální věci, na to mě už moc neužije, já opravdu nic nepotřebuji,“ potvrdila paní Božena Tvrđíková ze Šternberku. To, že jsou mezi nejoblíbenějšími vánočními dárky zážitky, potvrdil i sedmašedesátiletý pan Jaroslav Churavý, který minulý rok dostal od syna



# ALE NEJHEZČÍ DÁREK

permanentku na fotbal. „Je to super, protože vím, že se tam vždycky potkáme. Není to jen fotbal, ale vidím se tak pravidelně i se synem a vnukem. Mám se tak pořád na co těšit. Navíc na fotbal chodím od malička, je to můj koníček,“ popsal pan Jaroslav.

## Něco zažít nebo si usnadnit život

Senioři si opravdu často přejí zážitky a jsou za ně potom také patřičně vděční. Souvisí to s tím, že po všech prožitých letech už chtějí hlavně být s nejbližší rodinou, a to vánoční svátky často umožňují, především pokud se s rodinou nenavštěvují příliš často. Pokud by ale měli volit dárky materiální, byly by to především ty praktické,


například audioknihy, drobné spotřebiče do domácnosti usnadňující a zpříjemňující život (digitální teploměr, tlakoměr, glukometr, televize, někteří si přejí dokonce tablet nebo počítač, kávovar a podobně), teplou deku, bačkory, CD s oblíbenou hudbou nebo kapelou nebo nejrůznější knihy. Často si přejí také léky a doplňky stravy, které je v tomto věku v mnoha případech stojí velkou část důchodového příspěvku.

S vyšším věkem, bohužel, až na výjimky přicházejí i drobné zdravotní obtíže a bolesti, které je doprovázejí. Ať už tedy Vánoce slavíte, nebo ne, jedním z nejkrásnějších dáreků, který si může každý člověk, nejen senior přát, je tak život ve zdraví a bez bolesti. **Kateřina Šťastná**





# AKCE NA PROSINEC A LEDEN



**Olomoucký orloj – 500 let  
do 5. 1., Olomouc – Vlastivědné  
muzeum v Olomouci**

Unikátní výstava se koná u příležitosti půltisíciletého výročí první známé písemné zmínky o olomouckém orloji. Návštěvníkovi představuje umělecké i technické součásti orloje z různých etap jeho vývoje a celou řadu obrazových, písemných i plánových dokladů z minulosti této významné památky, která je výraznou dominantou města Olomouce.



## Advent v Oranžerii

1. 12., od 9 hodin, Olomouc – výstaviště Flora

Zpřijemněte si adventní čas tvořením v historické Oranžerii. Navštivte zdarma prodejní výstavu s tvořivými dílnami zaměřenými na adventní dekorace v unikátním prostředí situovaném v samotném srdci Smetanových sadů.

Těšte se na adventní dekorace, ručně vyráběné vánoční ozdoby, šperky, oblečení i stylové doplňky. Nakoupit můžete nejrůznější milé pozornosti, dárky i ozdoby, vše od českých tvůrců. Zúčastnit se můžete i workshopů a vytvořte si adventní dekorace nebo dárek pro své blízké. Beata lunch & coffee pro vás připraví vynikající kávu, tradiční svařák, ale i sladké dorty, slané quiche a spousty dalších nezapomenutelných dobrot.

## Andělské rozsvícení vánočního stromu

1. 12., od 15 hodin, Plumlov – náměstí

Hned první prosincový den se můžete těšit na bohatý program, který doprovodí slavnostní rozsvícení plumlovského vánočního stromečku. Připraven je malý vánoční jarmark, teplé i studené občerstvení, vystoupení seskupení Putyk nebo andělská hudba v podání dětí z místní základní školy. Od 18 hodin uvidíte také anděly na chůdách.

## Spirituál Kvintet

1. 12., od 19 hodin, Olomouc – Reduta

V neděli 1. prosince se můžete do olomoucké Reduty přijít podívat na krásný předvánoční koncert ke kulatému výročí – 60 letům od založení jedné z nejpoulnějších a nejdéle fungujících českých folkových skupin. Vstupenky za 460 až 600 korun můžete koupit na webu [smsticket.cz](http://smsticket.cz).



## Vánoční gospel 2019

6. 12., od 20 hodin, Olomouc – Horní náměstí

Po velkém úspěchu turné slovenského souboru The Gospel Family po celé České republice v roce 2018, kdy se nedostalo na všechny pořadatele, přijede sestava The Gospel Family se sbormistrem Jurajem Hortem a hostem operním pěvcem Zdeňkem Plechem znovu. V prosinci 2019 se uskuteční několik koncertů převážně na Moravě. Místem těchto výjimečných koncertů budou kostely i divadelní sály. Držitelé Ceny Evropské unie za kulturu připraví program, ve kterém zazní gospelové hity Ooh Happy Day, I Will Follow Him, Baba Yetu, dále Pochod Židů z opery Nabucco, Beethovenova Óda na radost, spirituály, vánoční písně a další skladby. Člen Národního divadla v Praze, operní pěvec Zdeněk Plech, zazpívá Alžbětínskou serenádu, tituly Ave Maria, Adeste Fideles, Už z hor zní zvon a směs českých koled. Produkce turné a moderace Petr Salava. Vstupné stojí 300 korun.

## Vánoční prohlídky hradu Šternberk

7.–14. 12., Šternberk – hrad Šternberk

Na prosincové soboty připadají vánoční prohlídky hradu Šternberk. V rámci prohlídek návštěvníci uslyší zajímavé informace o historii Vánoc, vánočních tradicích a zvycích, jak slavila Vánoce šlechta i prostý lid. Hrad Šternberk bude otevřen v soboty 7. a 14. prosince vždy od 10 do 14 hodin. Interiéry hradu doplní slavnostní vánoční výzdoba, betlémy, historické hračky a mnoho dalších vánočních artefaktů. Na dolním nádvoří bude instalován dřevěný betlém v životní velikosti. Plné vstupné stojí 150 korun, snížené 110 korun.



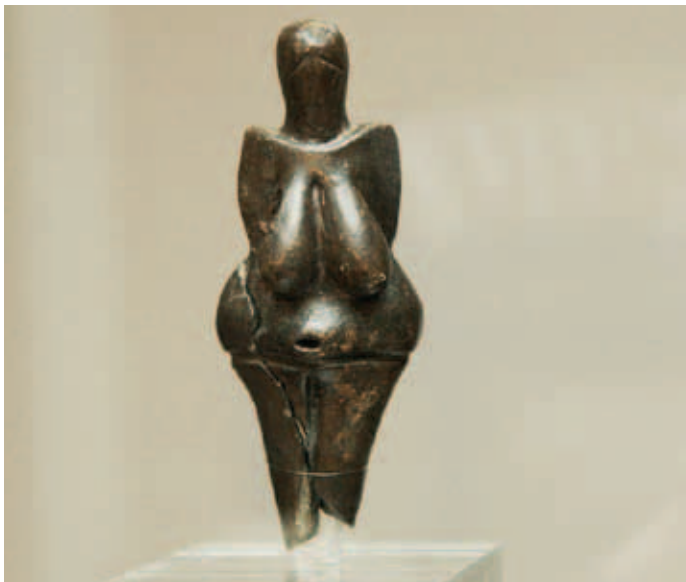
## Věstonická Venuše

do 8. 12., Olomouc – Vlastivědné muzeum v Olomouci

Soška nahé ženy vyrobená z pálené hlíny a datovaná do starší doby kamenné (29 000–25 000 let



před naším letopočtem) je nejstarším a současně velmi hodnotným uměleckým předmětem z keramiky na světě. Patří mezi nejvýznamnější umělecká díla lovců mamutů a je uložena v trezoru Moravského zemského muzea v Brně. Vystavována je jen při výjimečných příležitostech, jako byla například v roce 2013 výstava *Ice Age Art / Arrival of the Modern Mind* v Britském muzeu v Londýně nebo v roce 2014 v rámci projektu 200 let muzejnictví v České republice. V předvánočním čase bude tato 11 a půl centimetru vysoká soška poprvé v historii představena olomouckému publiku. Transport tak mimořádně cenného artefaktu starého téměř 30 tisíc let i jeho vystavení podléhá výjimečným bezpečnostním opatřením. V roce 2004 odhadli američtí starožitníci hodnotu této sošky na 40 milionů dolarů. Vstupné stojí 100 korun, pro seniory 50 korun.



### Adventní koncert

**12. 12., od 19 hodin, Šternberk – Kulturní dům**

Hudební skupina, která vznikla v roce 1983 ve Vizovicích a která letos vystupuje již 36. rokem po celé České republice, se vyznačuje svou nespoutanou energií, díky níž si získává velkou fanouškovskou základnu. Její věkové spektrum čítá neuvěřitelné věkové rozpětí od 1 do 90 let. Svým valašským repertoárem a vlastní tvorbou, která již zlidověla, je často označována jako dvorní kapela valašského království. Vlastní tvorbou písní vzdává hold běžnému životu. Kapela si ráda zahraje na všech možných akcích, a tudíž ji můžeme vidat jak v malých sálech v akustické sestavě, tak na největších pódii velkých festivalů. Za svou dobu trvání Fleret vydal již 17 řadových desek, 2 knihy a 3 zpěvníky. Současní členové jsou Zdeněk Hrachovský, Stanislav Bartošík, Vít Rokyta, Radek Postava, Rost'a Koplík a Zuzana Šuláková. Vstupné na koncert stojí 180 korun.

### Vánoční Flora 2019

**12. –15. 12., od 9 hodin, Olomouc – výstaviště Flora**

Někomu se pod pojmem Vánoce vybaví stromeček, někomu kapr a salát, spouště z nás neklid a stres. Málokdo dnes chápe Vánoce jako svátky, kdy bychom se měli zastavit a zapřemýšlet. Zamyslet se nad tím, zda věnujeme dost času svým dětem, rodičům, partnerům a kamarádům. Vánoce jsou hlavně od toho, abychom se sešli s těmi, které máme rádi. Olomoucké výstaviště Flora vám i letos dopřeje slavnostní atmosféru při setkání s přáteli, možnost popovídat si, koupit si něco dobrého na zub, sednout si s hrnečkem svařeného vína nebo punče a zamyslet se nad tím, zda doopravdy chceme prožít Vánoce ve spěchu a nervozitě, nebo v klidu a pohodě. K tomu vám mohou třeba dopomoci svým zpěvem děti olomouckých škol, které pravidelně na výstavišti vystupují. Pro ty, kteří chtějí obdarovat své nejbližší nějakou maličkostí, budou připraveny stánky s vánočními drobnostmi. A pro děti tvořivé dílničky, aby se v tom vánočním ruchu zabavily. Vstup je zdarma.



### Olympic v Šumperku

**13. 12., od 19 hodin, Šumperk – Dům kultury**

Nenechte si ujít jedinečný koncert nestárnoucí rockové legendy české hudební scény. Skupina Olympic ve složení Petr Janda, Milan Broum, Jiří Valenta a Martin Vajgl zahraje nejen skladby z posledních čtyř alb *Souhvězdí šilenců*, *Souhvězdí drsňáků*, *Souhvězdí romantiků* a *Trilobit*, ale také nestárnoucí hity *Jasná zpráva*, *Okno mé lásky*, *Osmý den*, *Želva* nebo *Dynamit*. Vstupenky můžete koupit v předprodeji za 550 korun nebo na místě za 650 korun.





### Dřevěné betlémy

**13. 12.–19. 1., Olomouc – Vlastivědné muzeum Olomouc**

Již tradiční vánoční výstava bude tentokrát věnována betlémům, které po celá desetiletí vyrábějí členové umělecké rodiny Haldových z Orlických hor.

### Adventní svícení

**14. 12., od 13 hodin, Horka nad Moravou – Sluňákov**

Tematická procházka areálem domu přírody, při které se rozsvítí svíce nejen na adventním věnci. Na trasu se můžete vydat v době od 13 do 16 hodin. V rámci akce budete mít možnost nahlédnout do Rajske zahrady a Sluneční hory snů.

### Jakub Smolík v Přerově

**14. 12., od 19.30 hodin, Přerov – Městský dům**

Na vánoční koncertní vystoupení věčného romantika a oblíbeného písničkáře Jakuba Smolíka s doprovodnou skupinou se můžete těšit v sobotu 14. prosince v Přerově. Vstupné stojí od 200 do 360 korun.

### Vánoční koledování

**14. a 22. 12., od 10 hodin, Olomouc – Moravské divadlo Olomouc**

Přijďte si zazpívat vánoční koledy do foyer Moravského divadla Olomouc spolu se souborem opery a operety divadla a nasát tak společně krásnou předvánoční atmosféru. Vstup je zdarma.

### Vánoční oratorium v Přerově

**15. 12., od 19 hodin, Přerov – Městský dům**

Hudební pásmo vychází z novozákonních evangelijních příběhů o narození Ježíše Krista. Vystoupí sbory Cherson, Smíšený pěvecký sbor města Šternberka,

Pěvecký sbor Vocantes a sólisté z Městských divadel Brno. Vstupenky za 180 korun zakoupíte na webu [mdprerov.cz](http://mdprerov.cz).

### Tarja Turunen v Olomouci

**17. 12., od 20 hodin, Olomouc – kostel Panny Marie Sněžné**

Finská zpěvačka Tarja Turunen si již tradičně pro své české fanoušky připravila speciální vánoční koncerty. Po loňských naprosto úchvatných a také beznadějně vyprodaných koncertech odehraje Tarja v tomto roce před Vánocemi hned čtyři vystoupení se zbrusu novým programem a úplně novým hudebním seskupením. Rocková, operní a metalová zpěvačka si pro Českou republiku připravila vánoční set plný tradičních písní za speciálního doprovodu violoncella, kláves a kytar. V tomto složení bude Tarja hrát vůbec poprvé. A jako tečku přidá část s oblíbenou písní Ave Maria. Přijďte si užít tuto jedinečnou show a naladit se na přicházející svátky. Vstupenky můžete koupit v síti Ticketstream od 890 do 1640 korun.



### Bílé Vánoce Lucie Bílé

**19. 12., od 19 hodin, Olomouc – Clarion Congress Hotel Olomouc**

Oblíbená česká zpěvačka Lucie Bílá vystoupí ve čtvrtek 19. prosince s kapelou Petra Maláska za doprovodu Bílého pěveckého sboru. Jejím hostem bude Jan Toužimský. Vstupenky od 690 korun si můžete koupit na webu [ticketstream.cz](http://ticketstream.cz).



### Ondřej Havelka a Melody Makers

19. 12., od 19.30 hodin, Přerov – Městský dům

Ondřej Havelka a jeho Melody Makers uvádějí Swing vinylového věku. Zabývají se autentickou interpretací populární hudby období raného a vrcholného swingu od počátku let třicátých až k raným letům čtyřicátým. Pestrý repertoár zahrnuje atraktivní skladby širokého žánrového spektra, sweet and hot, od hollywoodských muzikálů až po vrcholná čísla swingových big-bandů. Stylizace koncertního show sleduje ve všech detailech typické dobové způsoby, počínaje kostýmy a účesy interpretů a celkovou režii představení konče. Vstupenky za 250, 390 nebo 420 korun si můžete koupit na webu [mdprerov.cz](http://mdprerov.cz).

### Vánoce s Vocantes

21. 12., od 19.30 hodin, Přerov – Městský dům

I letos se v přerovském městském domě uskuteční už tradiční vánoční koncert přerovského pěveckého sboru Vocantes a jeho hostů. Vstupné stojí od 40 do 90 korun.

### Prostějovská zima

do 21. 12., Prostějov – náměstí

Statutární město Prostějov, Magistrát města Prostějova, odbor školství, kultury a sportu a oddělení Duha – kulturní klub u hradeb vás i v letošním roce zvou na Prostějovskou zimu, která zpestří předvánoční čas lidem z Prostějova a okolí. Až do 5. ledna bude v provozu kluziště na náměstí T. G. Masaryka, denně od 9 do 21 hodin, na Štědrý den a během Silvestru do 16 hodin. Vánoční jarmark můžete navštívit až do 23. prosince, každý den od 9 do 18 hodin. V sobotu 7. prosince od 15 hodin představí slovenský soubor The Gospel Family s hostem operním pěvcem Zdeňkem Plechem známé gospelové hity, spirituály, vánoční písně a další skladby. Ve středu 11. prosince si od 18 hodin můžete přijít zazpívat koledy s Deníkem. Vánoční program pak v úterý 31. prosince od 20 hodin završí Silvestrovský ohňostroj na náměstí T. G. Masaryka.

### Česká mše vánoční

23. 12., od 16 a 19 hodin, Olomouc – Moravské divadlo Olomouc

Přijďte si poslechnout koncertní provedení nejznámější české mše skladatele Jakuba Jana Ryby. Spoluúčinkuje orchestr a sbor Moravského divadla Olomouc. Vstupenky koupíte v Moravském divadle Olomouc za 100 až 240 korun.

### Bouzovské nadělování

24. 12., od 15 hodin, Bouzov – hrad

Vezměte rodinu na speciální prohlídku na Štědrý den s nadílkou v rytířském sále. Můžete si přivést dárečky a pod hradním stromečkem si je nadělit. Prohlídka vchází do hradu v 15 hodin a je pouze na telefonickou rezervaci za 300 korun. Pro každého bude připravena malá pozornost. Prohlídky si prosím rezervujte ve všední dny od 9 do 15.30 hodin na telefonním čísle 777 360 334.

### Vánoční trhy v Olomouci

do 24. 12., Olomouc – Horní a Dolní náměstí

Nenechte si ujít vánoční trhy v Olomouci na Horním a Dolním náměstí. Každý den až do Štědrého dne bude připraven zajímavý program pro děti i pro dospělé. Ve středu 4. prosince například kapely Lucie a Olympic revival, o den později můžete přijít s dětmi na mikulášskou nadílkou, koncert Heidi Janků a ohňostroj. Druhou prosincovou středu od 18 hodin začne oblíbená akce Česko zpívá koledy s Deníkem ve více než 80 městech celé republiky. Program vánočních trhů pak zakončí půlnoční bohoslužba, která začne na Štědrý den ve 22 hodin na Horním náměstí.





## Vánoce na zámku

27. 12., od 13 hodin, Náměšť na Hané – zámek

Nenechte si ujít prohlídky vánočně vyzdobeného zámku, ve kterých se dozvíte spoustu zajímavého o vánočních tradicích.

## Výstava fotografií Pavla Machalky

do 31. 12., Olomouc – Knihovna města Olomouce

Až do konce prosince si můžete v prostorách hlavní budovy knihovny na náměstí Republiky prohlédnout výstavu fotografií vsetínského rodáka Pavla Machalky (\*1959) žijícího v Přerově. Výstava je průřezem autorovou tvorbou za posledních pět let. Věnuje se převážně formátu zvanému street foto a zajímavým momentům v krajině. Fotografie budou vystaveny v oddělení pro dospělé čtenáře a v internetovém centru.

## Fotografie Marcely Szabó

do 31. 12., Přerov – Galerie města Přerova

Zamilovala jsem se do fotografie a díky ní mám možnost vidět svět v jiných barvách, říká autorka. Celkem 25 velkoformátových fotografií přírody a architektury z Baleárských ostrovů, ze střední Hané nebo z Prahy, které vytvořila přerovská rodačka Marcela Szabó, můžete vidět v přerovské galerii až do konce roku. Doprovodný program zahrne v neděli 1. prosince od 18 hodin besedu s autorkou včetně komentované prohlídky. Výstava je pořádána ve spolupráci s Městským evropským informačním střediskem a na realizaci akce finančně přispěl Olomoucký kraj.

## Vánoční oratorium ve Šternberku

4. 1., od 18 hodin, Šternberk – Kulturní dům

Na vánoční oratorium se můžete přijít podívat také v podání smíšeného sboru Chermon, pěveckého sboru Šternberk, pěveckého sboru Vocantes z Přerova, Komorního symfonického orchestru hráčů Moravské filharmonie Olomouc a orchestru Moravského divadla Olomouc a sólistů Jarmily Bekové a zpěváků brněnských divadel.

Dirigent: Jan Gottwald, známý regionální umělec, sbormistr, dirigent a varhaník. Orchestrální složka propojuje moderní prvky klasické kapely s komorním symfonickým orchestrem. Vstupné činí 200 korun.

## Za chrám, město a vlast II

do 5. 1., Olomouc – Muzeum umění Olomouc

Malíře, kopisty a umělecké agenty ve službách biskupa Karla z Lichtensteinu-Castelcorna prezentované na olomoucké výstavě Za chrám, město a vlast doplní od října biskupovi architekti. Do Arcidiecézního muzea se totiž přesouvá část této výstavy z kroměřížského zámku. Výstavu nově doplní architektonické plány, archivní záznamy o architektech i knihy, ve kterých je zachycena dobová podoba staveb, a to i tak významných jako je kroměřížský zámek či tamější Květná zahrada.

## Výstava Nemocnice

do 5. 1., Hranice – zámek

Výstava se koná k 80. výročí postavení nového areálu hranické nemocnice a k 70. výročí zahájení výuky na Střední zdravotnické škole v Hranicích. K vidění bude stará ordinace s pracovním stolem, lékárníčkami a modelem lidské kostry, nemocniční pokoj s lůžkem, rentgenová místnost a mnohé historické zdravotnické přístroje, lékařské nástroje a pomůcky a spousta dalšího ze zdravotnického prostředí. Vstup je zdarma.

## Sametová třicítka

do 5. 1., Prostějov – Muzeum a galerie v Prostějově, budova Špalíčku

Připomeňme si poslední velký dějinný zvrat v naší společnosti, od něž uplynulo 30 let. Bodem zlomu v procesu přechodu od totality k demokracii byly události na Národní třídě v Praze dne 17. listopadu 1989. Výstava Sametová Třicítka nám přiblíží průběh těchto dnů na Prostějovsku zasazený do celonárodního kontextu dějinného vývoje.

## Vánoce na zámku

do 5. 1., Přerov – Muzeum Komenského v Přerově

Vánoce patří mezi největší a nejoblíbenější svátky v naší zemi. Výstava v Přerově prezentuje lidové zvyky a tradice, duchovní hodnoty křesťanských svátků. Letos představí vánočně vyzdobené zámecké interiéry s ukázkami slavnostních porcelánových servisů a skleněných pohárů.

## Hanácké šátek

do 5. 1., Olomouc – Vlastivědné muzeum Olomouc

Vlastivědné muzeum v Olomouci ve spolupráci s Folklorum z. s. zvou v rámci projektu Ke kořenům na výstavu Hanácké šátek. Vstupné je 50 korun na osobu.



## Novoroční koncert

**11. 1., od 19 hodin, Olomouc – Reduta**

V rámci koncertní řady M se můžete v sobotu 11. ledna večer těšit na koncert Moravské filharmonie. Přijďte si do olomoucké Reduty poslechnout skladby Bedřicha Smetany, Antonína Dvořáka, Leoše Janáčka, Richarda Wagnera nebo Giuseppe Verdiho. Diriguje Tomáš Hanák. Vstupenky můžete koupit na webu mfo.cz od 70 do 230 korun.

## Jiří Pavlica a Hradišťan

**12. 1., od 19 hodin, Olomouc – Reduta**

Na tradiční novoroční koncert Hradišťanu s Jiřím Pavlicou se můžete těšit v neděli 12. ledna od 19 hodin v olomoucké Redutě na Horním náměstí. Vstupenky od 485 do 530 korun koupíte v síti Ticketportal nebo v olomouckém informačním centru v podloubí radnice.



## Oltář z Lubiny

**do 12. 1., Olomouc – Arcidiecézní muzeum**

Oltář z Lubiny patří k významným památkám pozdně gotického malířství přelomu 15. a 16. století. Malba představující cyklus Radostí a Bolestí Panny Marie je dílem dvou autorů, z nichž každý vytvořil jednu stranu oltáře. Po požárech a následných přemalbách byla oltářní křídla natolik poškozena, že teprve náročný restaurátorský zásah jim navrátil jejich původní podobu a umožnil jejich vystavení ve stálé expozici Arcidiecézního muzea Olomouc.

## Štěstí podle Buddha

**16. 1., od 19 hodin, Olomouc – Nová Akropolis**

Můžeme být v životě šťastní, i když Buddha říká, že život je plný utrpení? A je možné se tohoto utrpení zbavit a dosáhnout opravdového štěstí? Pojďte společně prozkoumat tuto stále živou část Buddhova

učení, kde lze nalézt mnoho inspirace pro smysluplný a skutečně šťastný život! Svá místa si můžete rezervovat na webu akropolis.cz. Vstupné stojí 90 korun, pro seniory pak 70 korun.

## Přerov mnohokrát jinak

**do 17. 1., Přerov – výstavní síň Pasáž**

Známé pohledy na město, jeho stavby a zákoutí, ale i neotřelá a originálně pojatá záběry. To všechno spojuje nový kalendář města Přerova pro rok 2020, jehož součástí jsou fotografie, které zachytil svým objektivem amatérský fotograf Bohumil Kratochvíl. Na ty se můžete přijít podívat do Výstavní síně Pasáž.

## Business ples

**24. 1., od 19 hodin, Olomouc – NH Collection Olomouc Congress**

Business ples již potřetí. Opět nabitý pořádnou porcí zábavy, lifestylu, byznysových, startupových a showbyznysových osobností. Opět ve znamení black tie akce, která má lesk a styl. Moderátorského kormidla se tentokrát ujme legendární Libor Bouček a vyvrcholením programu bude živý koncert Mekylla Žbirky. Další podrobnosti k akci můžete najít na Facebooku.

## Listopad 1989 v Olomouci

**do 26. 1., Olomouc – Muzeum umění Olomouc**

Třicáté výročí Sametové revoluce připomene Muzeum umění výstavou dobových fotografií a dokumentů ze svých sbírek i snímky zapůjčenými přímo od autorů: Vladislava Galgonka, Petra Zatloukala, Mileny Valuškové, Jindřicha Štreita, Zdeňka Sodomy, Michala Štosela či Luďka Peřiny. Návštěvníci tak budou moci „ochutnat“ atmosféru zlomových okamžiků roku 1989 především v Olomouci. Vstupné 100 korun, snížené 50 korun.

## Vánoce za totáče

**do 26. 1., Hranice – Městské muzeum a galerie Hranice**

Výstava připomene atmosféru sametové revoluce roku 1989, který byl významným v dějinách naší země. Do roku 1989 v Hranicích nahlédneme prostřednictvím fotografií, dobových plakátů, letáků a tiskovin.

## Zmatené peníze

**do 26. 1., Šumperk – Vlastivědné muzeum**

Jak již sám název napovídá, ústředním tématem interaktivní výstavy jsou platidla a jejich podoby



v různých historických obdobích. První část výstavy je věnována mincím, a to od těch nejstarších až po vznik papírových bankovek.

Dalším tematickým okruhem je velmi zajímavá kolekce nouzových bankovek z období kolem první světové války, vydávaných zejména v Německu, ale také v Rakousko-Uhersku, Československu, Polsku nebo Rusku. Třetím námětem je fenomén dnešní doby, kterým je jistě euro, eurozóna a současné měny zemí Evropské unie.

Poslední část výstavy se pak věnuje současným českým bankovkám s důrazem na jejich ochranné nebo hmatové prvky. A protože jsme v Muzejíčku, nemůže chybět ani koutek pro děti, který je tvořen obchůdkem se vším, co k tomu patří. Vše je doplněno interaktivními prvky a různými zajímavými aktivitami. Vstupné činí 40 korun, snížené 20 korun, děti do tří let mají vstup zdarma.

### Láska nejen v umění

**do 31. 1., Přerov – Muzeum Komenského**

Výstava zavede diváka do uměleckého života manželů Evy Siblikové a Jana Chmelaře. Díla budou vybrána průřezově tak, aby se návštěvník seznámil s celou šíří technik a vývojem tvorby obou výtvarníků. Výstavu doplní panely s životopisy obou umělců a fotografiemi z jejich života. Více informací na webu [prerovmuzeum.cz](http://prerovmuzeum.cz).

### Kovalovi

**do 2. 2., Šumperk – Vlastivědné muzeum v Šumperku**

Letošní 15. ročník literárního a filmového festivalu Město čte knihu představuje tvorbu spisovatele, dramatika, hudebníka a pedagoga Ilji Hurníka (1922–2013) a je hned v několika ohledech jubilejní. Vlastivědné muzeum v Šumperku již tradičně festivalové dění obohacuje výstavou některého z ilustrátorů. Soubor Hurníkových povídek Vrbová písťalka, vydaný pro letošní ročník, ilustrovala Anežka Kovalová (\*1949), která se svým manželem Miroslavem Kovalem (\*1944) žije a tvoří v Sobotíně.

Výstava prezentující kromě knižních ilustrací také volnou tvorbu manželů Kovalových se stává vítanou příležitostí připomenout letošní významná životní jubilea obou mimořádných osobností výtvarné scény Šumperska.

Všimá si rovněž vazby Ilji Hurníka k Šumperku, jeho spolupráce se Šumperským dětským sborem Motýli a blízkého přátelství se sbormistrem Aloisem Motýlem (1929–2013), od jehož narození v září tohoto roku uplynulo devadesát let. Vstupné na výstavu stojí 30 korun.

### Co přinesl Ježíšek?

**do 16. 2., Šumperk – Muzeum v Šumperku**

Výstava o nejmilejších vánočních dárcích představí sbírku historických hraček Kamily Kubáškové z Rýmařovska. Vystavené hračky vznikly v průběhu celého 20. století. Téma výstavy potěší děti i dospělé. Malí návštěvníci zjistí, co si přáli najít pod vánočním stromečkem jejich rodiče či prarodiče, když byli sami dětmi, a mohou to porovnat s vlastními přáními a představami o ideálním dárku. Dospělí si prostřednictvím výstavy mohou opět připomenout radost z vysněné hračky, kterou jim kdysi přinesl Ježíšek, a o tento zážitek se podělit s dětmi. Vstupné stojí 30 korun, snížené 15 korun, děti do 3 let zdarma.

### Art & Print – Sběrka grafiky Muzea umění Olomouc

**do 1. 3., Olomouc – Muzeum moderního umění**

Kolekce staré grafiky Muzea umění Olomouc nebyla, na rozdíl od grafiky moderní a současné, nikdy budována systematicky. Sběrka nemá konkrétní zaměření či vymezení sběratelských témat, přesto jsou v ní zastoupena nejen jednotlivá pozoruhodná díla významných autorů i dílen, ale také tisky ilustrující široké spektrum námětů a forem grafického umění od pozdního středověku do konce 19. století. O uměleckém významu grafiky dnes není pochyb, její postavení však nebylo vždy jednoznačné. Často byla chápána a vnímána především jako reprodukční médium, tedy zejména zdroj informací o historii, kultuře a umění. Od počátku však byly rozvíjeny obě dvě základní polohy grafického tisku. První, v podstatě původní, vychází z možnosti reprodukovatelnosti, tedy z množení obrazu a představuje grafiku zejména jako nástroj šíření idejí, obrazů či myšlenek.

Stejně významná však byla vždy také její druhá poloha – tedy umělecká, exklusivní, výsostně autorská. Obě se přitom mohly vzájemně potkávat, prolínat či doplňovat. Provázanost technologie s uměleckým zájmem při vzniku grafického obrazu reflektuje název části výstavy věnované staré grafice. Na vybraných exponátech pestré muzejní kolekce vypráví příběh grafiky v průběhu jejího historického i technologického vývoje.

Počínaje dřevořezovými ilustracemi konce 15. století, přes virtuózní mědirytiny renesančních a manýristických mistrů, širokou škálu možností a podob barokního leptu až k univerzálnosti litografie, která ovládla grafiku 19. století. Námětová šíře grafické produkce zahrnuje sakrální i profánní témata, mytologie, alegorie, architekturu, krajinu, portrét i žánrové či satirické tisky.



**filmový  
klub  
seniorů**

**PROGRAM 2019  
PROSINEC**  
14.00 hod. / 70,-

PO	2. 12.	NABARVENÉ PTÁČE	T
ÚT	10. 12.	STEHLÍK	T
ÚT	17. 12.	STAŘÍCI	Č
PO	30. 12.	DEŠTIVÝ DEN V NEW YORKU	T

Č- ČESKY      D- DABING      ZMĚNA PROGRAMU  
T- TITULKY      O- ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ      VYHRAZENA

**KINO METROPOL**



**filmový  
klub  
seniorů**

**PROGRAM 2020  
LEDEN**  
14.00 hod. / 70,-

ČT	2. 1.	BITVA U MIDWAY	T
ČT	9. 1.	POSLEDNÍ ARISTOKRATKA	Č
PO	13. 1.	LAST CHRISTMAS	T
PO	20. 1.	POSLEDNÍ ARISTOKRATKA	Č
ČT	30. 1.	VÝJIMEČNÍ	T

V prodeji od 16. prosince

Č- ČESKY      D- DABING      ZMĚNA PROGRAMU  
T- TITULKY      O- ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ      VYHRAZENA

**KINO METROPOL**

## Zazpívej slavičku

2. ročník mezigenerační talentové  
soutěže ve zpěvu

**Kdy:** 9. 12. 2019  
od 14 hodin

**Kde:** Kino Metropol,  
Sokolská 25,  
Olomouc

- zábavné odpoledne pro všechny generace
- bohatý doprovodný program



Zájemci se mohou do soutěže registrovat na telefonu  
774 345 670, e-mailem MilenaHesova@seznam.cz nebo  
prostřednictvím vyplnění registračního lístku.

**Informace k  
registraci**

Soutěže se mohou účastnit babičky a dědečci se svými vnuky, ke kterým se mohou také připojit  
rodiče dětí. Pěvecká dvojice či skupina vystoupí s jednou písní dle vlastního výběru. Předvedené  
výkony bude hodnotit komise a diváci. Soutěžící budou náležitě oceněni.

Pro hosty bude připraveno drobné občerstvení. Děti se mohou těšit na malý dárek.

### Přihláška

Registruje se pouze  
osoba nad 55 let

Jméno a příjmení

Věk

E-mailová adresa

Kontaktní telefon

Vyplněnou přihlášku, prosím, odeslejte na adresu: Krajská rada seniorů Olomouckého kraje, Jeremenkova 119/40a, 779 00 Olomouc.



Tento projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky. Materiál odráží výhradně názory autora a MPSV ČR nenese zodpovědnost za žádné užší informace v něm obsažených.

www.rodinajeok.cz

## deník

# Jak jsme žili za dob ČESKOSLOVENSKA

### SONDA DO NAŠÍ MINULOSTI

prostřednictvím fotografií  
a vzpomínek obyčejných lidí.

### UNIKÁTNÍ SERIÁL DENÍKU

se bude věnovat i životu u vás.



**Nový seriál  
na každý  
pátek**





**Moravské divadlo**  
Olomouc

**PROSINEC**  
**2019**

1.	ne 14:30	NO	<b>Na tý louce zelený</b>	Opereta	<b>RODINNÉ DIVADLO</b>
2.	po 19:00	-	<b>Když se zhasne</b>	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce	
3.	út 19:00	B	<b>Kupec benátský</b>	Činohra	
5.	čt 19:00	D	<b>Její pastorkyňa</b>	Opera	<b>SENIORI -30%</b>
	19:00	-	<b>Kočí hra</b>	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce	
8.	ne 10:00	-	<b>Královna Koloběžka První</b>	Pohádka Mikulášská nadílka, MIMO PŘEDPLATNÉ	
	19:00	-	<b>Splašené nůžky</b>	Činohra	
9.	po 19:00	A	<b>Postřižiny</b>	Činohra	
10.	út 19:00	L	<b>Tlustý prase</b>	Činohra	
12.	čt 19:00	-	<b>Cyrano z Bergeracu</b>	Činohra	<b>SENIORI -30%</b>
13.	pá 19:00	P	<b>Lovci perel</b>	Opera **	<b>PREMIÉRA</b>
14.	so 10:00	-	<b>Vánoční koledování</b>	Koncert Foyer MDO, vstup volný	
	19:00	X	<b>Lovci perel</b>	Opera **	
15.	ne 16:00	YO	<b>Kočí hra</b>	Činohra •	
16.	po 19:00	K	<b>The Beatles Celebration</b>	Balet	
18.	st 19:00	C	<b>Tlustý prase</b>	Činohra	
20.	pá 19:00	V	<b>Kupec benátský</b>	Činohra	
21.	so 16:00	ZO	<b>Postřižiny</b>	Činohra	
22.	ne 10:00	-	<b>Vánoční koledování</b>	Koncert Foyer MDO, vstup volný	
	14:30	-	<b>Louskáček</b>	Balet	
	19:00	-	<b>Louskáček</b>	Balet	<b>NÁŠ TIP</b>
23.	po 16:00	-	<b>Česká mše vánoční</b>	Koncert	
	19:00	-	<b>Česká mše vánoční</b>	Koncert	<b>NÁŠ TIP</b>
25.	st 19:00	-	<b>Když se zhasne</b>	Činohra •	
26.	čt 14:30	-	<b>Louskáček</b>	Balet	
	19:00	-	<b>Louskáček</b>	Balet	
27.	pá 19:00	-	<b>Mamzelle Nitouche</b>	Opereta	
28.	so 19:00	-	<b>Vzpouza nevěst</b>	Činohra	
29.	ne 19:00	-	<b>Starci na chmelu</b>	Muzikál	
30.	po 17:00	-	<b>Così fan tutte</b>	Opera *	
31.	út 16:00	-	<b>Zvonokosy</b>	Muzikál	

• představení bez přestávek, \* v italském originále s českými titulkami, \*\* ve francouzském originále s českými titulkami  
Zájezdový divadlo: 29.12. Louskáček Zlín, 31.12. Když se zhasne Ostrava  
Školní představení: 4.12. Louskáček 10:00, 6.12. Robin Hood 10:00, 11.12. Evžen Oněgin 10:00, 17.12. Kupec benátský 10:00, 19.12. Louskáček 10:00  
Změny vyhrazeny. Aktuální program naleznete na [www.moravskedivadlo.cz](http://www.moravskedivadlo.cz).  
Předprodej na prosinec zahájen 23. 9. 2019 v 9:00 hodin.



Zřizovatelem Moravského divadla Olomouc je statutární město Olomouc

[www.moravskedivadlo.cz](http://www.moravskedivadlo.cz) | tel.: 585 500 500

# VÁNOČNÍ LITOVEL 2019

**22. ROČNÍK PŘEDPROJE VÁNOČNÍ HVĚZDY**  
pátek 29. 11. 2019 veškerá MK Litovel, 8 - 16 hod.

**KLASIFIKOVANÉ ROČNÍKOVÉ VÁNOČNÍHO STROMU**  
pátek 29. 11. 2019 nám. Pt. Otakara v Litoveli, od 15 hod., vstup volný  
vystupují děti z mateřských MŠ a ZŠ a PS Senzakord

**ADVENTNÍ TVOŘENÍ**  
sobota 30. 11. 2019 Velký sál Zálazný v Litoveli, od 14 hod., vstupní: 100 Kč  
tvoření vánočních a adventních dekorací pod vedením zkušební ředitelky z Olomouce

**PROJEKOVÁ VÁNOČNÍ VÝSTAVA**  
2. - 15. 12. 2019 Výtvarní sál MK Litovel, Pt. - Pa 9 - 17 hod., So - Ne 10 - 15 hod., vstupné dobrovolné  
prodej vánočních ozdoby a dekorací, spíše o výtvarnou dětských prací ve spolupráci s DDM Litovel

**VÝSTAVA VÝTVARU ATELIERU A BETLÉMY PAVLA ČUNDERLEHO**  
5. 12. 2019 - 17. 1. 2020 prostory Turistického informačního centra Litovel,  
Pt. - Pa 9 - 17 hod., So - Ne 10 - 15 hod., vstupné dobrovolné  
prodejní výtvarná regionálních výtvarníků a výtvarna betlémské sbírky z Přibovic

**VÁNOČNÍ GALAKONCERT LA GIOIA V DOPROVODU SIMPLE LOUNGE QUARTET**  
pondělí 2. 12. 2019 Velký sál Zálazný v Litoveli, 19 hod., vstupné v předprodeji od 300 Kč  
vánoční a světové hity v podání pop operního tria ze Slovenska

**XXI. SLET ČERTŮ, MIKULÁŠŮ A ANDEŮ s kapelou REFLEXY**  
úterý 3. 12. 2019 nám. Pt. Otakara v Litoveli, od 15:30 hod., vstup volný  
dramatický kroužek ZŠ Jungmannova, koncert kapely REFLEXY, tradiční soutěž nejlepších masek, andělské hry a soutěž, ČERTI Z POHÁDKOVÉHO LESA RIMICE a zapisování hříchů, PŘEDSTAVENÍ S OHNĚM - skupina Adorea, obcerstvení zajištěno  
Jitřilova pošta a Mikulášek, skupina ADOREA - představení a oběd

**J. J. RYBA: ČESKÁ MŠE VÁNOČNÍ**  
úterý 3. 12. 2019 kostel sv. Marka v Litoveli, 18 hod., vstupné a předprodej 100 Kč, na místě 150 Kč  
účinkují: PALOKANTIRAKA, Smyčkový orchestr ZUŠ Litovel, varhany Ludmila Šestáková  
Paří: Marcela Barvířová a Jana Zámečnicková

**ČESKO ZPÍVÁ KOLEDY A FRANTIŠEK NEDVĚD s kapelou TIE BREAK**  
středa 11. 12. 2019 nám. Pt. Otakara v Litoveli, od 18 hod., vstup volný  
vánoční koncert FRANTIŠKA NEDVĚD s kapelou a vystoupení PS PALORA, od 18 hod. spíše o výtvarnou dětských prací ve spolupráci s DDM Litovel, od 18 hod. spíše o výtvarnou dětských prací ve spolupráci s DDM Litovel

**ADVENTNÍ KONCERT PS SENZAKORD A JEHO HOSTŮ**  
úterý 12. 12. 2019 kostel sv. Marka v Litoveli, od 15:30 hod., vstupné: 80 Kč do 15 let 60 Kč, dospělí 100 Kč, na místě + 50 Kč  
účinkují: PS SENZAKORD a Hudební soubor ZUŠ Litovel pod vedením Petry Machkové Čadové, řidi: Hana Kaštanová

**PUTOVÁNÍ ZA VÁNOČNÍ HVĚZDOU**  
úterý 17. 12. 2019 veškerá sál Zálazný, 10 hod., vstupné 40 Kč  
vánoční divadelní pohádka Divadla Kapsa pro děti 5 a 1. stupeň ZŠ, včetně veřejnosti

**ANDĚLSKÉ VÁNOCE**  
úterý 17. 12. 2019 nám. Pt. Otakara v Litoveli, od 18 hod., vstup volný  
program pro celou rodinu na multimediálním kamionu, ochutnávka tradičních pochoutek, Dětská vánoční pošta, zpěvák Borek Slezáček, zpěvačka Petra Peterová, Anděl Páně Albertik s andělskou poštou, čertovská rodinka, sněhulák Kulička, Vánoční kapela, kamarád sob, poštovní králiček a zahraniční host Grinč

**PŘIPRAVUJEME:**  
7. 1. SLAVIC TRIO (koncert v rámci KPH), 12. 1. DĚTSKÝ POHÁDKOVÝ KARNEVAL S IVO OPLETALEM, 17. 1. MĚSTSKÝ PLES (zahájení plesové sezóny), 20. 1. DRUHÁ TVÁŘ (koncert Eivy Urbanové v Barock), 22. 1. DRAHOUSKOU TOUŽIM PO TĚBĚ (divadelní představení), 11. 2. ONDŘEJ HAVELKA A JEHO MELODY MAKERST - Swing nylonového věku (koncert), 17. 2. EXPEDICE BORNEO (dialshow manželů Motani)

ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA mediální partneři: RADIO ČAS a RADIO RUBI, PROFIT, KDY-KDE-CO [www.mklitovel.cz](http://www.mklitovel.cz)

## MĚSTSKÝ KLUB LITOVEL

### PROSINEC 2019

PŘEDPROJE VSTUPENEK V TURISTICKÉM INFORMAČNÍM CENTRU PŘI MK LITOVEL  
nám. Pt. Otakara 762, tel. 585 150 499, 775 339 098, vstupenky@mklitovel.cz,  
č. ú. 35 - 781 697 0247/0100, rezervované vstupenky nutno uhradit do 14 dní od rezervace

**2. - 15. 12. PRODEJNÍ VÁNOČNÍ VÝSTAVA**  
Výstavní síň MK Litovel prodej vánočních dekorací a drobností, výstava dětských prací ve spolupráci s DDM Litovel, po-pá 9-17 hod., so-ne 10-15 hod. vstupné dobrovolné

**pondělí 2. 12. VÁNOČNÍ GALAKONCERT LA GIOIA V DOPROVODU SIMPLE LOUNGE QUARTET**  
19.00 hod. Velký sál Zálazný vánoční a světové hity v podání pop operního tria ze Slovenska předprodej od 300 Kč na místě +50 Kč

**5. 12. - 17. 1. PRODEJNÍ VÝSTAVA STUDIA ATELIERU A BETLÉMY PAVLA ČUNDERLEHO**  
prostory TIC Litovel prodejní výstava regionálních výtvarníků a výstava betlémské sbírky z Přibovic po-pá 8-17 hod., so 9-15 hod. vstupné dobrovolné

**čtvrtek 5. 12. XIII. SLET ČERTŮ, MIKULÁŠŮ A ANDEŮ s kapelou REFLEXY**  
15.30 hod. nám. Pt. Otakara kapela REFLEXY, dramatický kroužek ZŠ Jungmannova, tradiční soutěž nejlepších masek pro děti a dospělé, Andělské hry a soutěž, JEZÍŠKOVA POŠTA i s Mikulášem, ČERTI Z POHÁDKOVÉHO LESA RIMICE a zapisování hříchů, PŘEDSTAVENÍ S OHNĚM - skupina Adorea, obcerstvení zajištěno 16-18 hod. VÁNOČNÍ PROHLIDKY RADNIČNÍ VĚŽE (vstup 20 Kč/os.) vstup volný

**neděle 8. 12. J. J. RYBA: ČESKÁ MŠE VÁNOČNÍ**  
15.00 hod. kostel sv. Marka účinkují PALOKANTIRAKA, SMYČOVÝ ORCHESTR ZUŠ UNIČOV, a všichni co se zapojili do projektu "Rybokva pro Litovel", řidi: Marcela Barvířová, Jana Zámečnicková předprodej 100 Kč na místě 150 Kč

**středa 11. 12. ČESKO ZPÍVÁ KOLEDY A FRANTIŠEK NEDVĚD**  
16.00 hod. nám. Pt. Otakara FRANTIŠEK NEDVĚD s kapelou TIE BREAK, vystoupení PS PALORA v 18 hod. proběhne zpívání koled s Olomouckým deníkem a PS PALORA (celorepublikový projekt, všichni si společně zazpíváme pět českých koled) 16-18 hod. VÁNOČNÍ PROHLIDKY RADNIČNÍ VĚŽE (vstup 20 Kč/os.) vstup volný

**neděle 15. 12. ADVENTNÍ KONCERT PS SENZAKORD A JEHO HOSTŮ**  
15.30 hod. kostel sv. Marka účinkují: PS SENZAKORD, Hudební soubor ZUŠ Litovel pod vedením Petry Machkové Čadové, řidi: Hana Kaštanová předprodej 80 Kč děti do 15 let 60 Kč na místě 100 Kč

**úterý 17. 12. PUTOVÁNÍ ZA VÁNOČNÍ HVĚZDOU**  
10.00 hod. Velký sál Zálazný vánoční divadelní pohádka Divadla Kapsa pro děti MŠ a 1. stupeň ZŠ, včetně veřejnosti vstupné 40 Kč

**úterý 17. 12. ANDĚLSKÉ VÁNOCE**  
16.00 hod. nám. Pt. Otakara vánoční program pro celou rodinu na multimediálním kamionu, ochutnávka tradičních pochoutek, Dětská vánoční pošta, zpěvák Borek Slezáček, zpěvačka Petra Peterová, Anděl Páně Albertik s andělskou poštou, čertovská rodinka, sněhulák Kulička, Vánoční kapela, kamarád sob, poštovní králiček a zahraniční host Grinč vstup volný

**PŘIPRAVUJEME:**  
7. 1. SLAVIC TRIO (koncert v rámci KPH), 12. 1. DĚTSKÝ POHÁDKOVÝ KARNEVAL S IVO OPLETALEM, 17. 1. MĚSTSKÝ PLES (zahájení plesové sezóny), 20. 1. DRUHÁ TVÁŘ (koncert Eivy Urbanové v Barock), 22. 1. DRAHOUSKOU TOUŽIM PO TĚBĚ (divadelní představení), 11. 2. ONDŘEJ HAVELKA A JEHO MELODY MAKERST - Swing nylonového věku (koncert), 17. 2. EXPEDICE BORNEO (dialshow manželů Motani)

**Poznámka: Upozorňujeme čtenáře, že vstupenky na některá divadelní představení mohou být vyprodaná. Doporučujeme sledovat program na stránkách [www.moravskedivadlo.cz](http://www.moravskedivadlo.cz) a zakoupit vstupenky na vámi vybrané divadelní tituly v předstihu.**

## SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři, v kalendáři jsme otočili na poslední stranu označenou číslem 12 – prosinec – měsíc, kdy slavíme nejkrásnější svátky v roce, měsíc, kdy nás čeká Advent, Vánoce, Silvestr, ale také rekapitulace, jak moc byl či nebyl letošní rok pro nás úspěšný. V rukou máte poslední letošní číslo vašeho oblíbeného magazínu a já poslední možnost v letošním roce se ohlédnout za aktivitami Krajské rady seniorů Olomouckého kraje.

Kdybych měla zhodnotit schválený plán práce Krajské rady seniorů 2019 jednou větou, pak musím konstatovat:

„Splněno beze zbytku“. O všech aktivitách a činnostech KRS jsem vás podrobně pravidelně informovala ve sloupcu KRS. Díky této pravidelnosti a vstřícnosti redakce Moravského seniora se staly aktivity Krajské rady vyhledávané a hojně navštěvované širokou veřejností. Dovoluji si tedy touto cestou jménem Krajské rady seniorů Olomouckého kraje a všech příznivců a spokojených čtenářů Moravského seniora poděkovat vydavateli, šéfredaktorovi Miloslavu Kyjevskému a celému redakčnímu týmu za krásný magazín, který se stal díky svému obsahu očekávaný, vyhledávaný a velmi oblíbený, ale také motivační a příkladný i pro jiné kraje v ČR.

Spolupráce Krajské rady seniorů Olomouckého kraje s krajem je dlouhodobě na velmi dobré úrovni. Zástupci krajské rady se staly důležitým partnerem kraje. Díky této spolupráci a podpoře se podařilo Krajské radě seniorů uspořádat spoustu aktivit a významných projektů směřujících k realizaci politiky stárnutí, mezigeneračního soužití a aktivního života seniorů, z nichž měly některé inovační potenciál a staly se celorepublikovou inspirací. Mezi významné projekty, které se těší velkému zájmu ze strany seniorské populace, bezpochyby patří Babička roku – oslava Dne seniorů – projekt, který vznikl z iniciativy Krajské rady seniorů Olomouckého kraje již v roce 2016, kdy cílem bylo ukázat lidskou hodnotu a pravou vnitřní krásu člověka v seniorském věku s možností vytvoření zcela nové tradice. Od prvního ročníku, kdy se zúčastnilo 800 seniorů a soutěžilo 24 přihlášených babiček z Olomouckého kraje, bylo jasné, že se podařilo položit základ novodobé tradice pod značkou „Senioři seniorům“. Letos se nám podařilo projekt rozšířit do celé ČR a uspořádat celorepublikové finále Babička roku za účasti finalistek ze všech krajů ČR. Dne 18. listopadu se sešlo více jak 1300 seniorů z celé ČR na výstavišti Flora v Olomouci, aby shlédli velkolepé finále pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje, kdy hlavním mediálním partnerem se stala TV Šlágr. Velké poděkování patří všem partnerům, sponzorům a podporovatelům, kteří nám věřili a bez kterých by taková mega akce nebyla realizovatelná.



Nutno podotknout, že celorepublikové finále nebylo financováno z rozpočtu Olomouckého kraje.

Zvláštní poděkování vyslovujeme našim členským organizacím seniorského klubu Skrbeň, Křelov, Litovel a dalším členům, kteří se postarali na své náklady o domácí občerstvení pro hosty, soutěžící babičky a vystupující. Velmi si toho vážíme.

Z dalších úspěšných aktivit KRS 2019 jen krátce zmíním: Krajské sportovní hry seniorů – IV. ročník, za účasti zahraničních hostů z Polska a Slovenska, Krajská tábortová škola pro seniory – III. ročník – unikátní, ojedinělý

projekt, týdenní aktivní pobyt seniorů v netradičním prostředí. Letošní účast 165 táborníků a obrovský zájem nás inspiroval uspořádat příští rok dva turnusy. Jeden v Domašově nad Bystřicí a druhý ve spolupráci s přerovským magistrátem v Čekyni. Již teď mohu slíbit, že IV. ročník bude stát za to.

Virtuální univerzita 3. věku – Krajská rada seniorů má podepsanou spolupráci s Českou zemědělskou univerzitou v Praze a díky vstřícnosti krajského vedení na 60 seniorů studuje v Kongresovém sále na KÚ již třetím rokem. Cílem je umožnit aktivní vzdělávání i seniorům,

jimž zdravotní omezení neumožňuje využívat jiné nabídky vzdělávání tzv. prezenční formou. V lednu 2020 budou naši první studenti promovat v Praze.

Ve spolupráci s krajem se KRS podařilo uvést v život projekty Jdeme celá rodina a Zazpívej slavičku, kde snahou je oživení mezigeneračních vztahů. Letošní již druhé ročníky nabírají na oblibě.

Po celý rok jsme organizovali v rámci prevence odborné semináře, workshopy, krátkodobé vzdělávací kurzy s tématy, které vás, seniory, zajímají. Zapojili jsme se do projektu „Seniorská obálka“, zejména šíření a propagaci chytrého papíru, který může zachránit lidský život. Z prostředků KRS bylo rozdáno 4000 seniorských obálek. Velkým cílem Krajské rady seniorů Olomouckého kraje se stalo otevření akreditované bezplatné právní poradny pro seniory při Radě seniorů ČR. Bohužel, byli jsme úspěšní v tom, že se nám podařilo provést registraci poradny, zajistit prostor (kancelář), souhlas vlastníka, nájemní smlouvu, potřebný počet kvalifikovaných právníků, ale zůstali jsme před cílovou páskou, protože se nepodařilo (ne naši vinou) stihnout termín podání projektu k MPSV z důvodu právě procesů schvalování a termínů daných zákonem. KRS seniorů se bude snažit získat potřebnou finanční podporu z krajského rozpočtu. Pokud nám bude štěstí přát a najde se vůle, pochopení a dostatečná podpora, pak od ledna 2020 by bezplatná právní akreditovaná poradna pro seniory ve Štursově ulici v Olomouci mohla zahájit svůj provoz. V příštím roce vás překvapíme, připravujeme historicky I. ples Krajské



rady seniorů Olomouckého kraje, který uspořádáme 7. března v Prostějově. Již teď mohu prozradit, že se máte na co těšit, TV Šlágry bude u toho s námi.

Závěrem bych chtěla zmínit velmi aktivní spolupráci Krajské rady seniorů s ředitelstvím Hotelu MAS v Sezimově Ústí. Týdenní rekreační pobyty se staly vámi, seniory v Olomouckém kraji velmi oblíbené, vycestovalo 300 natěšených seniorů a vrátilo se 300 spokojených seniorů. Zájem roste. Jsem velmi ráda, že mohu touto cestou ředitelství hotelu MAS poděkovat za lásku a péči, kterou skutečně věnují svým klientům. Zvláštní poděkování pak patří člence předsednictva KRS Jarmile Köhllerové, která má tyto pobytové zájezdy pod značkou KRS na starost. Děkuje za dobrou práci a trpělivost.

20. prosince KRS seniorů pořádá výroční zasedání v Kongresovém sále na KÚ, na které dostanou pozvánku i předsedové a zástupci seniorských organizací naší členské základny a také reprezentační družstvo sportovců, kteří velmi úspěšně reprezentovali KRS a Olomoucký kraj na IV. mezinárodních sportovních hrách RS ČR v Českých Budějovicích, na Slovensku, v polských Gorlicích a Opolském vojvodství.

Je toho hodně, co se Krajské radě seniorů Olomouckého kraje podařilo v letošním roce zvládnout. Jako členka předsednictva Rady seniorů ČR, jsem velmi pyšná na svůj tým a vždy s radostí prezentuji práci olomoucké krajské rady, která se stala pro ostatní kraje v mnohém příkladná a inspirující. Děkuji vám, kolegové, že mi věříte

a vždy do toho jdete se mnou, ač je to mnohdy náročné a někdy se zdá, že i nemožné, vždycky vítězíme.

Milí senioři, jen jednou za rok, jsou lidská srdce tak blízko sebe, že jedno druhé slyší. O Vánocích myslíme na ty, na kterých nám opravdu záleží. Jsou jako bílé vločky, snášejí se na naši rozehrátou dlaň. I kdyby se nám nepovedlo všechny tyto trpytivé vločky pochytnat a pošeptat jim tichoucké vánoční přání na dlaně, můžeme svá přání pošeptat do mrazivého zimního vánku a ten je roznese do všech koutů k našim blízkým. Posílám jedno malé přání i Vám... necht' vás štěstí a zdraví provází po celý příští rok.

**Milena Hesová**  
předsedkyně KRS Olomouckého kraje  
členka předsednictva Rady seniorů ČR

### ODJEZD NA WELLNESS POBYT

V úterý 19. listopadu odjížděl poslední autobus na týdenní wellness pobyt, organizovaný Krajskou radou seniorů ve spolupráci s ředitelstvím hotelu MAS\*\*\* v Sezimově Ústí. Seniorům jsme popřáli příjemný pobyt a šťastný návrat. Zamávat jim přišla členka Krajské rady seniorů paní Jarolava Köhllero-ová, která má zájezdy na starost, a předsedkyně KRS Milena Hesová. (krs)

## POPLATKY OSA ZA OBCE ZAPLATÍ HEJTMANSTVÍ

Stejně jako v předchozích letech i v příštím roce zaplatí hejtmanství všem obcím na území Olomouckého kraje poplatky Ochrannému svazu autorskému (OSA) za hudební produkci v místních rozhlasích. Vesnicím a městům tak odpadnou výdaje i formality spojené s odvody OSA.

„Kraj za platbu autorských poplatků vydá více než půl milionu korun. Je to levnější, než kdyby každá vesnice nebo město platilo samostatně. Navíc jim odpadne

související administrativa,“ uvedl hejtmán Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk.

Kraj za každého obyvatele platí autorskému svazu jen osmašedesát haléřů. Kdyby obce hradily poplatky samy, stoupla by cena na korunu.

Úhradu autorských poplatků už schválila Rada Olomouckého kraje. OSA byl založen v roce 1919 a sdružuje 8 381 domácích a více než milion zahraničních autorů hudebních a vizuálních děl. (olk)



## HEJTMAN SE SETKAL S VÁLEČNÝMI VETERÁNY

S válečnými veterány, kteří se účastnili bojů v 2. světové válce i novodobějších konfliktů, se 11. listopadu setkal hejtman Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk. Region si tak připomněl Den válečných veteránů, jehož symbolem je vlčí mák. Vzpomínkového aktu v Klášterním Hradisku se zúčastnilo zhruba sedm desítek vojáků, kteří prošli válečnou vřavou.

„Symbolika červeného květu vznikla jako uctění památky obětem první světové války a postupně byla použita i pro válečné veterány druhé války a všech dalších ozbrojených konfliktů. Pro mě má rudý kvítek ještě jedno poselství – že odkaz válečných veteránů bychom měli zachovávat v jakékoli roční době, ať už padá sníh nebo raší pupeny,“ uvedl během pietní vzpomínky Ladislav Okleštěk, hejtman Olomouckého kraje. Zástupci kraje i armády poděkovali válečným veteránům za účast v boji a minutou ticha uctili památku těch, kteří ve válce zahynuli. Hejtman navíc ocenil všechny druhoválečné veterány a také těžce zraněného novodobého válečného veterána z Afghánistánu praporčíka ve výslužbě Lukáše Hirka. Všichni dostali medaili Olomouckého kraje. Další vzpomínkové akce se ten den konaly po celé Olomouci. Hejtman položil květiny k památníkům obětí 1. světové války, letců 2. světové

války a také americkým letcům na ústředním hřbitově. Náměstek hejtmana Jiří Zemánek se zúčastnil pietního aktu u památníku osvobození Rudou armádou v Havlíčkově ulici, náměstek Pavel Šoltys na vojenském hřbitově v Černovíře a náměstek Petr Vrána se poklonil obětem světových válek ve Svatoplukově ulici v Řepčíně. (olk)

Foto: Olomoucký kraj



## DEN SENIORŮ V PROSTĚJOVĚ

Ve čtvrtek 31. 10. 2019 uspořádalo Ministerstvo práce a sociálních věcí v prostějovském Společenském domě Den seniorů. Díky úzké spolupráci KRS Olomouckého kraje a krajským koordinátorem MPSV pro Olomoucký kraj, panem Václavem Zatloukalem, měla Krajská rada seniorů Olomouckého kraje příležitost představit KRS a prezentovat své aktivity pro seniorskou populaci v Olomouckém kraji, ale i za hranicemi našeho kraje. Předsedkyně KRS Olomouckého kraje seznámila přítomné s historií a bohatou činností KRS, která směřuje k realizaci politiky stárnutí, mezigeneračnímu soužití a aktivnímu životu seniorů v kraji, hovořila o skvělé spolupráci s krajem, která je dlouhodobě na velmi dobré úrovni a silné podpoře, díky které se podařilo vytvořit projekty, které se pomalu stávají novodobou tradicí. Patří mezi ně např. Krajská táborová škola v přírodě IV. ročník – týdenní aktivní pobyt seniorů v netradičním prostředí s programem zaměřeným na aktivní stárnutí bez ohledu na věk, Krajské sportovní hry seniorů IV. ročník – za účasti zahraničních hostů z Polska a Slovenska, Babička roku IV. ročník, významný ojedinělý projekt zaměřený na oslavu Dne seniorů, který vznikl z iniciativy KRS Olomouckého kraje a který se v letošním roce podařilo rozšířit do celé ČR a uspořádat tak historicky I. celorepublikové finále v Olomouci. Cílem je ukázat lidskou hodnotu a pravou vnitřní krásu člověka v seniorském věku. KRS pořádá pro seniory spoustu chytrých seminářů v rámci prevence na různá, seniory žádaná témata. Při

KRS Olomouckého kraje studuje na 60 posluchačů Virtuální univerzitu 3. věku. Jedná se o nový způsob získávání vysokoškolského vzdělání pro seniory, zvláště příležitost i pro ty seniory, jímž zdravotní omezení neumožňuje využívat jiné nabídky vzdělávání tzv. prezenční formou. Velkým cílem KRS je otevření akreditované bezplatné právní poradny pro seniory, kde by senioři mohli bezplatně řešit problémy, které ztěžují kvalitu jejich žití. Zvláště týkající se bytové a nájemní politiky, sociálních věcí a občanského práva. Velmi zajímavé bylo téma „Seniorské cestování“ a nabídka wellnes a rekreačních pobytů, které KRS pro seniory v Olomouckém kraji zprostředkovává. Na stánku KRS si pak mohli senioři vyzvednout časopisy Moravský senior, Dobu seniorů, Seniorskou obálku ale také třeba vyplnit žádost o SeniorPas, nebo přihlášku členství.

**Milena Hesová** předsedkyně KRS  
Olomouckého kraje poradkyně hejtmana





## NOVÝ LASEROVÝ PŘÍSTROJ V NEMOCNICI ŠUMPERK ULEVÍ OD BOLESTI KLOUBŮ

Nemocnice Šumperk posílila své rehabilitační oddělení o další přístrojovou novinku. Nový laser pomáhá pacientům ulevit od bolesti kloubů, v léčbě artritidy nebo při následné rehabilitaci po úrazech. Pořízení přístrojové novinky přišlo šumperskou nemocnici na víc než tři sta tisíc korun.

Laserová terapie je rychlou a úspěšnou léčbou s dlouhodobým účinkem. Působí současně na bolest, záněty i otoky a urychluje rehabilitaci pacienta. „Je to vynikající přístroj, který urychluje hojení ran a jizev, také pomáhá při bolestech pohybového aparátu, kloubů nebo páteře. Pozitivní dopad má i v rámci léčby artritidy, přispívá k rychlejší regeneraci v rámci rekonvalescence po úrazech a pomáhá třeba i při léčbě takzvaného „tenisového lokte“,“ říká vedoucí fyzioterapeutka rehabilitačního oddělení šumperské nemocnice Zdeňka Procházková.

Ošetření laserem není časově nikterak náročné, trvá zhruba tři až deset minut v závislosti na druhu onemocnění. „Pro úspěšnou rehabilitaci je dobré absolvovat minimálně pět ošetření,“ dodává vedoucí fyzioterapeutka s tím, že samotnému ošetření laserem by měla předcházet osobní konzultace s ošetřujícím lékařem a je třeba mít lékařské doporučení. MLS laserová terapie je

nadstandardní službou a není hrazena ze zdravotního pojištění, za minutu ošetření zaplatí klienti v šumperské nemocnici 20 korun.

Rehabilitačním oddělením ročně projdou necelé dvě tisícovky pacientů. Zdejší tým poskytuje široké spektrum rehabilitační péče. Stará se nejen o pacienty po úrazech a operacích, ale také o pacienty s akutními a chronickými potížemi pohybového aparátu. Stejně tak o pacienty s chirurgickými, interními, neurologickými či gynekologickými obtížemi.

Šumperská rehabilitace prošla v posledních letech také postupnou rekonstrukcí, včetně nákupu nových přístrojů. Jako jedna z mála nemocnic se může pochlubit například speciálním antigravitačním trenažérem chůze. Přístroj pracuje na principu, který vyvinula NASA, a to na rozdíl tlaku vzduchu. Chůze na speciálním chodníku tak připomíná chůzi na Měsíci. V šumperské nemocnici pomáhá novinka při rehabilitaci pacientů po úrazech a operacích dolních končetin. V předchozích letech nemocnice zrekonstruovala také rehabilitační bazén a investovala do své tělocvičny. Pro pacienty zakoupila přístroj k aplikaci plynových injekcí nebo přístroj na léčbu s pomocí rázové vlny. (sun)



*Laserová terapie pomáhá snižovat bolesti kloubů, pomáhá i při zánětech a otocích a přispívá k rychlejší regeneraci.  
Autor: Archiv Nemocnice Šumperk*

## ROK 2019 V OLOMOUCKÉM ZDRAVOTNICKÉM ZAŘÍZENÍ AGE CENTRUM

Blíží se konec roku, spousta z nás rekapituluje uplynulé měsíce, co všechno se povedlo, co o něco méně. Rok 2019 se v AGE Centru nesl v duchu zkvalitňování zdravotních služeb a rozšiřování péče o stávající i nové pacienty.

Hned v lednu se náš tým rozrostl o dalšího trenéra paměti. AGE Centrum tak disponuje už třemi lektory, a díky tomu jsme mohli navázat širokou spolupráci se sociálním odborem města Olomouce. Společně jsme zajistili pro zájemce z klubů seniorů testování paměti zdarma a lekce tréninků paměti za zvýhodněnou cenu. Velká účast nás jen utvrzuje v tom, že v těchto aktivitách budeme pokračovat i příští rok.

Velkým úspěchem je pro nás získání smlouvy s Vojenskou zdravotní pojišťovnou pro psychiatrické a geriatrické pacienty. Pro ně je určena také naše nová služba terénní psychiatrické sestry. Ta pomůže posílit a zintenzivnit péči o pacienty v jejich domácím prostředí. Třešničkou na dortu pak už bylo jen rozšíření služeb klinické psychologie a psychoterapie.

Prioritou číslo jedna pro nás letos bylo pohodlí našich pacientů v denním stacionáři. Zajistili jsme vybudování bezbariérového vchodu do budovy, nového chodníku, klimatizaci v celém centru a v neposlední řadě výstavbu prostorné terasy. Část programu stacionáře se tak bude moci přesunout na čerstvý vzduch. Povědomí o AGE Centru se rozšiřuje do všech koutů kraje, ne náhodou tak zajišťujeme psychiatrická a geriatrická vyšetření například i pro Alzheimercentrum v Zábřehu. O výhody auditu léků nebo konzultací s rodinou tak nepřijdou ani

zdejší klienti. Během roku jste se s námi mohli potkat na nejrůznějších akcích, ať už našich nebo spolupracujících organizací. Často pomáháme kolegům zajistit zdravotní dozor. S Krajskou radou seniorů Olomouckého kraje jsme také např. pořádali sérii osvětových přednášek, kde jste se mohli dozvědět něco o lékových interakcích, právech pacientů nebo o tom, jak má vypadat bezpečná domácnost. Na podobných přednáškách nás výborně reprezentuje MUDr. Dagmar Malotová, MBA. Letos poprvé jsme ve spolupráci se ZUŠ Žerotín uspořádali společné hudební vystoupení klientů našeho stacionáře. Dojatí odcházeli nejen samotní zpěváci, ale také jejich rodinní příslušníci a další diváci. Doufáme, že se s Vámi na akcích uvidíme v hojném počtu i v roce 2020.

Přejeme Vám do nového roku pevné zdraví a duševní pohodu. Naším předsevzetím je, abyste i nadále u nás našli pomoc, kterou hledáte. Už brzy spustíme nové webové stránky, které jsme koncipovali podle potřeb našich pacientů. Věříme, že se v nich dobře zorientujete a budou se Vám líbit. Plánujeme také rozšířit ordináční dobu psychiatrické ambulance, abychom uspokojili rostoucí poptávku. Nezapomeňte, AGE Centrum je tu pro Vás.

Zároveň bychom prostřednictvím tohoto článku chtěli poděkovat našim partnerům a spřáteleným organizacím. V první řadě paní Mileně Hesové z Krajské rady seniorů Olomouckého kraje, magistru Zdislavu Dolečkovi z magistrátu města Olomouce, jakož i všem dalším, kteří s námi spolupracují. **Age centrum Olomouc**







**TIP**  
NA VÁNOČNÍ DÁREK



Zábřežská kulturní, s.r.o., Československé armády 835/1, Zábřeh  
[www.kulturak.info](http://www.kulturak.info)

# SVĚTLO VE TMĚ

## 5. benefiční vánoční koncert

Oblastní odbočky Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých Olomouc



**v neděli 29. prosince 2019 od 18:30 hodin**

v kapucínském kostele Zvěstování Páně na Dolním náměstí v Olomouci  
vystoupí komorní smíšený sbor:

## Collegium vocale Olomouc

pod vedením sbormistryně Růženy Saligerové



**PROGRAM:** Zasní vánoční písně J. Schnabela, K. Vodňanského, cyklus valašských a dalších upravených koled.

**Cena vstupenky 100 Kč. Členové odbočky, ZTP a ZTP/P 50 Kč.**

Vstupenky lze zakoupit po domluvě v kanceláři odbočky nebo přímo na místě koncertu.

**SRDEČNĚ ZVOU POŘADATELÉ**

Svou účastí podpořte naši organizaci

[www.sons.cz/olomouc](http://www.sons.cz/olomouc) · I. P. Pavlova 69, Olomouc  
Telefon: 585 427 750 nebo 608 321 399



Krásné Vánoce svým příznivcům přeje SK Sigma Olomouc



**750**  
Kč

**V PRODEJI OD 23. 11.**  
v klubovém fanshopu a e-shopu

## V CENTRU MĚSTA S ALKOHOLEM NEPOČÍTEJTE. NA VEŘEJNÉM PROSTRANSTVÍ SE PÍT NESMÍ

Město zakáže pití alkoholu na veřejném prostranství v historickém centru Olomouce. Dosud tam kvůli pořádání mnoha tradičních kulturních a společenských akcí platí plošná výjimka týkající se konzumace alkoholu. Ta se vztahuje na Horní a Dolní náměstí, na kterých však v posledních letech přibývá nepřizpůsobivých občanů popíjejících veřejně alkohol. Pro návrh úpravy vyhlášky zvedla ruku většina zastupitelů.

„Jsem přesvědčen, že vyhláška pomůže. Jistě nevyřeší všechny problémy, ale například městským strážníkům dá do rukou praktický nástroj k tomu, aby mohli postihnout povaleče, kteří v centru města posedávají s lahví v ruce,“ je přesvědčen primátor Miroslav Žbánek, který doplnění městské vyhlášky inicioval. „Naše dosavadní čerstvé zkušenosti z jiných částí města potvrzují, že jestli se opilci něčeho opravdu bojí, je to hrozba, že jim někdo zabaví alkohol,“ říká primátor Žbánek. Strážník, nově vybavený certifikovaným detekčním přístrojem, tak může nyní spolehlivě určit, za se i v lahvi od minerálky nenachází alkohol. „Právě alkohol může v rámci

přestupkového řízení zabavit. Takhle hrozba funguje daleko efektivněji než pokuty, správní řízení a jakékoliv jiné teoretické postihy, kterým se podnapilí bezdomovci spíše vysmívají,“ popisuje zkušenosti primátor.

Vyhláška počítá i s tím, že lidé nebudou moci pít alkohol také v širším okolí krajského úřadu naproti hlavnímu vlakovému nádraží v Olomouci. Tamní prostranství s lavičkami u budovy hejtmanství v poslední době využívají nepřizpůsobiví občané k častému popíjení. Zatímco nyní tak nemohou činit do vzdálenosti 50 metrů od vchodu do krajského úřadu, nová vyhláška stanovuje vzdálenost 100 metrů.

Nové znění vyhlášky bude pro obě náměstí v historickém centru platit od 8. ledna 2020. Na všechny zde konané akce, pokud na nich budou nabízeny alkoholické nápoje, budou muset organizátoři žádat město o udělení výjimky. Na restaurační zahrádky se zákaz nevztahuje. Zákaz pití alkoholu a žebrání na veřejných místech je v Olomouci stanoveno městskou vyhláškou od roku 2012.

## DVACET LET BAROKNÍHO SKVOSTU V UNESCO. MĚSTO CHYSTÁ VELKOU OSLAVU



Větší množství propagačních materiálů zaměřených na Čestný sloup Nejsvětější Trojice chystá na příští rok město Olomouc. Důvodem jsou oslavy dvacátého výročí zapsání památky na seznam světového kulturního dědictví UNESCO. S financováním tisku by mohla městu pomoci dotace Ministerstva kultury České republiky.

„Cílem je rozšíření a zvýšení povědomí o Sloupu Nejsvětější Trojice jako jedné z předních českých barokních památek. Při vydání propagačních materiálů počítáme i s japonštinou, čínštinou a korejštinou, protože turisté z těchto zemí mají o památky UNESCO enormní zájem,“ uvedla náměstkyně primátora Markéta Záleská. Kromě letáků v deseti jazykových mutacích chystá radnice také vydání brožury v česko-anglické verzi, která zachytí příběhy spjaté se Sloupem Nejsvětější Trojice.

Celková částka na pořízení tiskovin je kalkulována na 720 tisíc korun. Dotace z ministerstva kultury by mohla pokrýt asi sedmdesát procent nákladů, což představuje částku 504 tisíce korun. Jak doplnila náměstkyně Záleská, vedení města se bude snažit získat podporu pro oslavy v příštím roce i z Olomouckého kraje a od dalších subjektů.

Podle kritérií UNESCO je Sloup Nejsvětější Trojice jedním z nejvíce výjimečných příkladů vrcholu středoevropského barokního uměleckého projevu a představuje jedinečné zhmotnění náboženské víry ve střední Evropě.



## SKVĚLÝ DÁREK PRO MILOVNÍKY HISTORIE! NOVÁ KNIHA ODHALUJE NEZNÁMÝ ROK 1989

Takovou knihu jinde nemají! Listopad 1989 v Olomouci den po dni, hodinu po hodině. Ikony revoluce i dnes neznámí a zapomenutí lidé, kteří tehdy sehráli významnou roli. Vzpomínky na závěrečné období komunistického režimu, svědectví o zcela neznámém světě disidentů i mladých lidí, kteří se i v dusivé atmosféře normalizačního Československa snažili žít svobodně. Jediněnou sumu informací a vzpomínek na přelomovou dobu před třiceti lety přináší nová kniha Olomouc v roce 1989, kterou ve čtvrtek na radnici představil historik a vedoucí kolektivu autorů Miloslav Čermák.

„Všichni víme, jak málo spolehlivá je paměť a jak problematické je spoléhat se jen na své vzpomínky. To byl jeden z hlavních motivů k vytvoření této knihy, která soustřeďuje maximum dostupných fakt a bude je uchovávat i v době, kdy pamětníci zapomenou nebo tady už nebudou,“ vysvětlil Miloslav Čermák při křtu publikace její základní smysl. „Říkal jsem si, že není možné, aby to zůstalo nezpracováno, že to je velká výzva a úkol.“

Je to mimochodem obdobný motiv, který stejného historika přivedl k tomu, že v roce 2015 zpracoval a vydal

knihu Olomouc v roce 1968. „Obě knihy, Olomouc 1968 i Olomouc 1989, jsou jedinečnými publikacemi, žádné jiné město v České republice nemá zpracované vlastní lokální události v těchto přelomových obdobích,“ zdůraznil náměstek primátora Karel Konečný, který je sám autorem jedné z kapitol knihy.

Nová publikace staví jak na vzpomínkách samotných aktérů, tak na velkém množství písemných materiálů včetně výslechových protokolů a dokumentů StB. Přináší také unikátní fotografie nejen z bouřlivých listopadových dnů, ale i z předlistopadových aktivit olomouckého disentu. Zveřejněné dokumenty ukazují, jak úporný byl boj s normalizačním hlídacím aparátem, který přísně kontroloval i studentské divadlo či hudební produkce. „Troufám si tvrdit, že téměř nikdo neví, jak silné bylo v Olomouci před rokem 1989 katolické podzemní hnutí. Pro mne bylo obrovským překvapením zjištění, že ti lidé v boji s komunistickým režimem používali de facto stejné metody, jako český podzemní odboj vůči nacistům v době protektorátu,“ řekl autor knihy Miloslav Čermák.

Publikace Olomouc v roce 1989 je v prodeji v knihkupectvích Tycho, Kosmas a v obchodní galerii Šantovka.



## HITEM VÁNOČNÍCH TRHŮ OLOMOUC BUDE OLOMOUCKÉ VYHLÍDKOVÉ KOLO

Po dvaatřicet dnů bude žít centrum města atmosférou a rytmem Vánočních trhů Olomouc. Proslulé olomoucké vánoční trhy navíc letos nabídnou spoustu novinek, včetně rozšíření plochy o areál tržnice.

Jedním z největších lákadel bude letos obří olomoucké kolo, 33 metrů vysoký kolotoč, takže návštěvníci uvidí svátečně nazdobené centrum z ptáčích perspektivy. Obří kolotoč vyrostе v nově vytvořené dětské zóně u tržnice. Zde bude děti bavit také pojízdná replika historické tramvaje a další atrakce. Chybět nebudou ani stánky s občerstvením. Na Horním a Dolním náměstí bude kromě stánků s dárky a punčem také Ježíškova pošta

a dílnička, dřevěný betlém, menší historický dřevěný kolotoč a oblíbené veřejné kluziště pod širým nebem. K tomu všemu budou na Horním náměstí hrát různé kapely, jako třeba Fleret, Yo Yo Band, Burma Jones či třeba skupina O5 a Radeček. Lidé uslyší také tradiční koledy a lidové písně.

Návštěvníky trhů může kromě punče letos hřát i pocit, že akce bude ekologičtější. Pořadatelé totiž pořídili mycí linku, která bude umývat zálohované keramické hrníčky, a pokud si někdo koupí punč do kelímku, ani ten nebude plastový, ale stoprocentně recyklovatelný. V areálu trhů navíc přibudou nové nádoby na tříděný odpad.



## NA ADVENT VYPRAVÍ DOPRAVNÍ PODNIK VÍCE AUTOBUSŮ I TRAMVAJÍ

Olomoucké tramvaje a autobusy MHD budou v období adventu jezdit častěji. Už v pátek 22. listopadu, kdy budou na Horním náměstí začínat Vánoční trhy a rozsvěcování vánočního stromu, posílí dopravní podnik provoz tramvají.

„Z důvodu očekávaného zvýšeného zájmu cestujících bude posílen tramvajový provoz i náhradní autobusová doprava X,“ říká mluvčí Dopravního podniku města Olomouce Martina Krčová. „Také o víkendech 23.–24. listopadu, 30. listopadu a 1. prosince 7.–8. prosince, 14.–15. prosince a 21.–22. prosince bude, z důvodu zvýšené

poptávky po přepravě v předvánočním období, posílen nebo prodloužen provoz vybraných linek,“ doplňuje.

Během adventních víkendů dojde k posílení tramvajových linek číslo 2, X1/4 (do 8.12.2019) a 4 (od 14.12.2019), na které budou nasazeny spřažené soupravy. V autobusovém provozu bude posílena linka číslo 16 nasazením kloubových autobusů.

Z důvodu rozšířené otevírací doby HM Globus bude, od 19. do 23. prosince, prodloužen provoz na lince číslo 27, a to zavedením spojů s odjezdy ve 22:01 a 22:31 od Tržnice.



# JSEM VDĚČNÝ ZA KAŽDOU MINUTU VE VAŠEM KRÁSNÉM MĚSTĚ, ŘEKL VNUK ČESKÉHO KRÁLE

Vnuk posledního českého krále a jeden z nejznámějších představitelů habsbursko-lotrinského rodu arcivévoda Jiří navštívil Olomouc. Tato vzácná návštěva završila projekt oslav jubilea 200 let od nástupu Rudolfa Jana Habsburského na trůn olomouckých arcibiskupů. Arcivévoda Georg Habsburg-Lothringen, vnuk posledního rakouského císaře a posledního českého krále Karla I., se poklonil památce muže, který před dvěma staletími nastartoval novodobý rozvoj Olomouce.

Představitel slavného rodu navštívil nejprve v doprovodu arcibiskupa olomouckého Jana Graubnera katedrálu svatého Václava. Ve zdejší barokní kryptě se poklonil památce kardinála Rudolfa Jana Habsburského, jehož srdce je navždy uloženo ve schránce za zdí krypty. Květiny položil také k pamětní desce, která připomíná zavraždění posledního Přemyslovce Václava III., jelikož i s prvním českým královským rodem jsou Habsburkové pokrevně spřízněni. Po obědě v arcibiskupském paláci zamířil na olomouckou radnici.

„Jsem vděčný za každou minutu, kterou ve vašem krásném městě strávím,“ řekl při přijetí primátorem Mirkem Žbánek arcivévoda, který byl v Olomouci už dříve s rodinou. „Je úžasné a krásné vidět, co zde můj předek v roli

olomouckého arcibiskupa vybudoval a zanechal. Úžasné je i to, jak Olomouc na jeho odkaz vzpomíná a jaké akce k tomuto výročí město připravilo. To je živoucí vazba, která zcela zastíňuje negativní prvky z minulosti, kdy nejprve republikáni a po nich i nacisté v Olomouci odstraňovali z radnice stopy habsburské symboliky,“ dodal arcivévoda Georg.

Primátor Žbánek upozornil hosta nejen na vazby Olomouce k někdejší panovnické dynastii, ale i na dnešní ambice města coby pojiťka středoevropských zemí, které kdysi tvořili společnou monarchii. „Naší ambicí je být křižovatkou vazeb a pout mezi zeměmi Visegrádské čtyřky a Rakouskem. Tento záměr je mimo jiné vtělen do projektu roků, věnovaných jedné ze zemí V4 a Rakouska. V příštím roce zahájíme rok česko-slovenský, následně rok česko-polský, česko-maďarský a konečně v roce 2023 chceme uspořádat rok česko-rakouský,“ vysvětlil primátor Žbánek hlavní myšlenku projektu, který má spojit partnerská města Olomouce z daných blízkých zemí a propojovat různé kulturní akce a setkávání. „Maďarsko, Polsko, Slovensko a Česká republika nejsou žádná východní Evropa a Rakousko není západní Evropa. My jsme střední Evropa, to musíme zdůrazňovat.“



## JARMILA JURDOVÁ: ENERGIE, KTEROU DO SVÉ PRÁCE DÁVÁM, SE MI MNOHONÁSOBNĚ VRACÍ

Stále usměvavá, plná elánu, upřímná žena, sympaťáčka na první pohled. Vedoucí služby v Domově pro seniory Tovačov Jarmila Jurdová je mezi svými babičkami a dědečky oblíbená a je opravdu člověkem na svém místě. Proto nás moc potěšilo, když souhlasila s rozhovorem do našeho časopisu.

**Paní Jurdová, číší z Vás neskutečný elán. Jak dlouho tuto práci děláte?**

Zdá se mi to skoro neuvěřitelné, ale s malou přestávkou na mateřskou dovolenou je to přes 20 let. Tahle práce mě naplňuje, myslím, že to co dělám, má opravdu smysl. Energie, kterou do ní dávám, se mi mnohonásobně vrací od našich klientů.

**Jaká je hlavní náplň Vaší práce?**

Moje práce by se dala rozdělit na dvě části. Ta první, to jsou především personální záležitosti spojené s chodem oddělení. Ta druhá o poznání veselejší, to je plánování různých společenských a kulturních akcí u nás v domově, organizace volného času, apod. Při plánování akcí se držím hlavně našich českých tradic. Slavíme masopust, Velikonoce. Teď zrovna organizuji Mikuláše. No a když k tomu přidáme občas nějaký koncert, besedu, máme tady docela frmol.

**Co myslíte, jsou senioři vděčné publikum?**

No, jak se to vezme. Myslím, že jsou rádi za každou návštěvu, zpestření. Ale rozhodně to není tak, jak předpokládají někteří rádoby umělci. Že stačí vystoupit na podium, neumět skoro nic a všichni budou nadšeně tleskat. Senior je divák upřímný. A tím dochází často až ke komickým situacím.

**Ke komickým situacím? Jaké myslíte?**

Prostě takový senior už toho hodně zažil, nemá potřebu

se přetvařovat. Když se mu to nelíbí, chce to sdělit alespoň sousedovi na vedlejší křesle. Ale šeptání mezi seniory většinou moc nefunguje, takže si kritiku často vyslechne i personál, nebo samotný účinkující. Jednou byla produkce na zahradě tak mizerná, že jsem slyšela nechvalné komentáře až ve své kanceláři ve druhém patře. To už jsem se opravdu smála. Ale snažíme se občas vyzkoušet něco nového, pozvat někoho jiného. Tak je jasné, že se může stát, že občas sáhneme vedle.

**Co má tedy podle Vás u seniorů největší úspěch?**

Jednoznačně děti. Když k nám přijdou děti ze školky, nebo ze školy, to je vždycky zaručený úspěch. Ale nemusí to být jen malé děti. Díky projektu Gymnázia Jakuba Škody v Přerově k nám začalo pravidelně jezdit několik studentů. Myslím, že teď už mohu říct, že některé vztahy mezi nimi a našimi klienty jsou opravdu výjimečné.

**To zní zajímavě, prozradíte o tom víc?**

Celá akce odstartovala před loňskými Vánocemi, kdy nás studenti navštívili poprvé. A teď už u nás každý z nich má nějakou tu „svoji babičku“, nebo „svého dědečka“. Ale více o celém projektu by vám řekla paní profesorka Urbášková. Já jen vidím to, jak to našim klientům svědčí. Jak je ty pravidelné návštěvy těší. Snažila jsem se studenty nasměrovat hlavně k těm seniorům, kteří mají méně návštěv. Jejich rodiny například bydlí daleko apod. Pokud dovolíte, ráda bych využila této příležitosti a požádala o pomoc dobrovolníky. Pokud máte chuť udělat někomu radost, popovídat si, zahrát třeba karty, vyslechnout, prostě dělat společnost, odhodte předsudky a ostych a kontaktujte nás. Rozhodně nemusíte být náctiletí. Možná budete překvapeni, jak vás tato setkání mohou obohatit. V našem domově jste vítáni.

Lucie Lepařová



### ÚSMĚVY SENIORŮM

Vloni v listopadu se studentský senát Gymnázia Jakuba Škody v Přerově rozhodl uspořádat dobročinnou sbírku s názvem „Úsměvy seniorům“. Sběrka probíhala v předvánočním čase a žáci za vybrané peníze nakoupili společenské hry. Těmi pak obdarovali klienty domovů pro seniory v Tovačově a Přerově. Mezi žáky gymnázia a klienty tovačovského domova nakonec vzniklo zvláštní „přátelství“ a díky souhlasu vedení školy a vstřícnosti ředitelství Tovačova navštěvují gymnázisté seniory pravidelně. Hrají s nimi hry, povídají si, účastní se společně aktivit. Letos chtějí žáci sbírku opakovat a obdarovat klienty domova v Pavlovicích.

Petra Urbášková, Gymnázium Jakuba Škody, Přerov



# PROGRAM VÁNOČNÍCH TRHŮ V OLOMOUCI

Horní a Dolní náměstí | 22. listopadu – 24. prosince 2019



**22. 11. PÁTEK**

**ZAHÁJENÍ VÁNOČNÍHO JARMARKU**

**14:00** Ježíškův poštovní úřad u vánočního stromu otevírá

**17:00** Rock and Roll Band Marcela Woodmana

**17:45** Vyhlášení vítěze soutěže SmOl „Pojmenujte vánoční strom“ za účasti primátora města

**18:00** Slavnostní rozsvícení vánočního stromu

**18:05** hudební skupina 05 Radeček

**23. 11. SOBOTA**

**DIVADELNÍ VÍKEND PRO DĚTI**

**13:00** Divadlo Tramtárie – O Pračlovíčkoví

**15:00** Železný Zekon – silácké, magické a humorné kousky

**17:00** Divadlo Tramtárie – Tereзка a kouzelné autíčko

**24. 11. NEDĚLE**

**13:00** Divadlo NAVĚTVI – Hlíдали jsme Ježíška

**18:00** Penzistor

**25. 11. PONDĚLÍ**

**VÁNOČNÍ KOLEDY**

**26. 11. ÚTERÝ**

**16:00** Orchestr mladých Olomouckého kraje

**27. 11. STŘEDA**

**16:30** Hudební institut Olomouc

**18:30** YO YO Band

**28. 11. ČTVRTEK**

**16:30** Poutníci

**18:30** Bohouš Josef

**29. 11. PÁTEK**

**16:30** Bluesberg

**18:30** Nezmaři

**30. 11. SOBOTA**

**DIVADELNÍ VÍKEND PRO DĚTI**

**15:00** Mladá krev – orchestr ZUŠ Žerotín

**18:00** Jazzové koledy Bigband Žerotín + Hudební institut

**1. 12. NEDĚLE**

**1. ADVENTNÍ NEDĚLE (ŽELEZNÁ)**

divadlo eMILLion

**13:00** Nad Betlémem svítí hvězda

**14:00** Andělé na chůdách

**15:00** Andělé na chůdách

**16:00** Nad Betlémem svítí hvězda

**17:00** Bombardák – koncert pro děti plný divokých písní a tanečků

**2. 12. PONDĚLÍ**

**VÁNOČNÍ KOLEDY**

**3. 12. ÚTERÝ**

**17:00** olomoucký pěvecký sbor MusicBoDo a komorní sbor Kassiopea

**4. 12. STŘEDA**

**16:30** Lucie Revival

**17:30** Olympie Revival

**5. 12. ČTVRTEK**

**MIKULÁŠSKÝ PROGRAM**

**14:00** Čertovské hrátky s andělem a příchodem Mikuláše

**15:00** Mikulášská nadílka pro děti s primátorem města Olomouce

**17:00** Heidi Janků

**18:30** Mikulášský ohňostroj pro děti

**6. 12. PÁTEK**

**17:00** Katapult Revival

**18:30** VERAS (to nejlepší od Věry Špinarové)

**7. 12. SOBOTA**

**DIVADELNÍ VÍKEND PRO DĚTI**

**13:00** Chytrolináda – zábava s principálem klaunů na téma barvy a balóny

**17:00** Vánoční Benefiční koncert pro Spolek Trend vozíčkářů Olomouc

**8. 12. NEDĚLE**

**2. ADVENTNÍ NEDĚLE (BRONZOVÁ)**

**13:00** Hugo a Matylda kouzelnický souboj členů Divadelního spolku Trdla

**18:00** Neřež

**9. 12. PONDĚLÍ**

**VÁNOČNÍ KOLEDY**

**10. 12. ÚTERÝ**

**16:00** Ateneo UP Olomouc

**17:30** Koledování – zpívání koled s ČRo a skupinou Domino

**11. 12. STŘEDA**

**14:00** Popová škola dětského domova v Olomouci

**16:30** NELLY se skupinou

**18:00** Česko zpívá koledy – zpívání s Deníkem

**12. 12. ČTVRTEK**

**16:30** Sponteo (bluegrass)

**18:30** Kamélie

**13. 12. PÁTEK**

**14:00** Hudební skupina dětského domova v Olomouci

**16:30** Šajtar

**18:30** Fleret

**14. 12. SOBOTA POHÁDKOVÝ VÍKEND PRO DĚTI**

**13:00** Teatro di Balloni – balonková show

**16:00** pěvecký sbor Fusion Olomouc/OIF

**17:00** hudební skupina Re – Vox

**15. 12. NEDĚLE**

**3. ADVENTNÍ NEDĚLE (STŘÍBRNÁ)**

**13:00–15:30** O ztracené písničce – divadelní spolek Trdla

**16:00** Lukáš Mareček – Voice & Hands

**18:00** Paul Batto – Gospel & Blues

**16. 12. PONDĚLÍ**

**VÁNOČNÍ KOLEDY**

**17. 12. ÚTERÝ**

**16:00**

**18:00** Koledování – zpívání s ČRo a skupinou Domino

**18. 12. STŘEDA**

**16:30** Goodwill

**18:30** Add Gospel Přerov

**19. 12. ČTVRTEK**

**16:30** hskupina A. M. Úlet

**18:30** Pavel Žalman Lohonka

**20. 12. PÁTEK**

**16:00** hudební skupina Blues Power

**18:00** Piknik – vzpomínka na Michala Tučného

**21. 12. SOBOTA**

**13:00** Komedianti na Káře

**18:00** Dechová hudba při HZS Olomouc

**22. 12. NEDĚLE**

**4. ADVENTNÍ NEDĚLE (ZLATÁ)**

**13:00** Komedianti na Káře

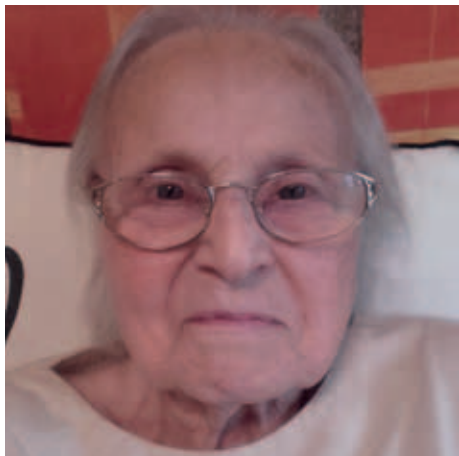
**17:30** SwingBand Klasik

**24. 12. ÚTERÝ**

**ŠTĚDRÝ DEN**

**22:00** Půlnoční bohoslužba

## CO VÁM V ŽIVOTĚ UDĚLALO NEJVĚTŠÍ RADOST? UDĚLALI BYSTE NĚCO JINAK?



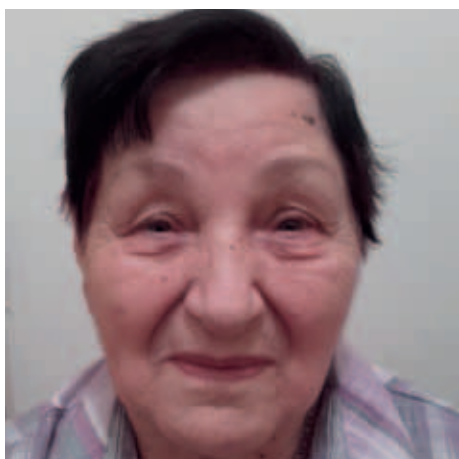
**Naděžda Povýšilová, 85 let  
Olomouc**

- Narození 2 dcer. A velikou radostí pro mě byla i svatba dcery. Byla to taková svatba mladých, spousta jejich kamarádů a veliká legrace.
- Manžel pracoval 22 let v Praze a to náš vztah poznamenalo. Kdybych to mohla vrátit, přemluvila bych ho, aby pracoval blíž a mohl být s rodinou.



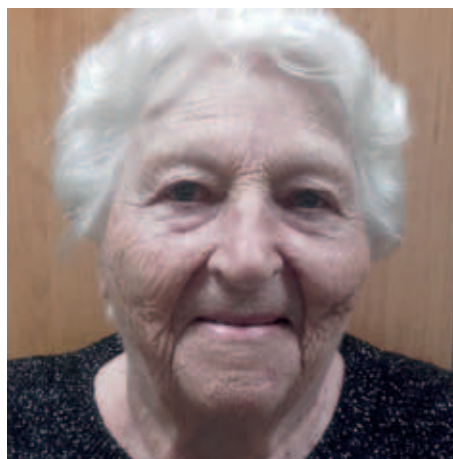
**Marie Kunčarová, 81 let  
Doloplazy**

- Jako asi každé ženě mi největší radost udělalo narození dětí, potom vnoučat a teď si nejvíc užívám pravnoučata.
- Vůbec nic bych neměnila. Jsem se svým životem spokojená.



**Marie Zezulčíková, 82 let  
Lidečko**

- Mám dceru, 3 vnoučata a 4 pravnoučata a jako rodina držíme pohromadě, to je to nejcennější. Vždycky jsem byla šťastná, když jsem kolem sebe viděla šťastné lidi. A teď jsem šťastná i v domově pro seniory. Snažím se být pozitivní a vrací se mi to.
- Neměnila bych nic. Měla jsem vždy s rodinou dobré vztahy a to je pro mě důležité. I když jsem měla těžký život, s humorem se dá všechno zvládnout.



**Milada Kodymová, 88 let  
Olomouc**

- Že jsem se vdala za mladého šikovného muže, se kterým jsem pak měla 2 kluky. A ti mi dělají radost dodnes. I když jsem v domově pro seniory, pravidelně mě navštěvují a starají se o mě. Pošťětilo se nám s manželem vyjet i k moři a na to ráda vzpomínám.
- Jsem se svým životem spokojená. I když jsem celý život musela na všechno pečlivě šetřit, vůbec toho nelituji.





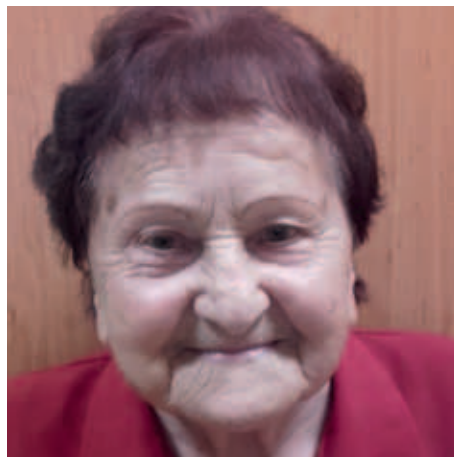
**František Konečný, 82 let**  
**Věrovany – Nenakonice**

- Největší radost mi udělaly děti. A teď se raduji hlavně z toho, že i ve svém věku jsem relativně fit a mohu sportovat. Máme partu se kterou podnikáme pravidelné cyklovýlety, chodíme hrát badminton, apod.
- Při své profesi jsem hodně šidil rodinu a to mě teď mrzí. Měl jsem jí věnovat více času.



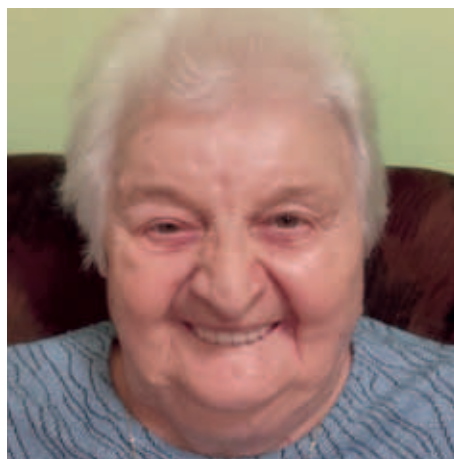
**Jan Vojáček, 79 let**  
**Doloplazy**

- V mládí mě nejvíc těšilo divadlo, kultura a fotografování, díky kterému jsem se i seznámil se svou skvělou manželkou. A momentálně mi největší radost dělá, když mám dobrý nápad, převedu ho na papír a pak se mi ještě povede ho zrealizovat ve své dílně.
- Nic bych neměnil. V soukromém životě i v práci jsem byl spokojený. Snad jsem se jen mohl víc věnovat svému zdraví, aby mi déle vydrželo.



**Emílie Kadlecová, 90 let**  
**Lobodice**

- Každá maminka je šťastná, když se jí narodí zdravé děti. A později 5 vnoučat a 8 pravnoučat. A taky že jsem si vybrala dobrého manžela, žil jen pro rodinu. Jezdili jsme spolu po výletech, na kolách, na motorce, později autem. Prožila jsem krásný život.
- Mrzí mě jen to, že v minulém režimu nemohly naše děti studovat to, co chtěly. Ale do strany bych kvůli tomu nikdy nevstoupila!



**Anna Svojková, 90 let**  
**Přerov**

- Největší radost jsem měla z narození vnoučat a pravnoučat. A moc ráda také vzpomínám na léta strávená na Plumlově. Pravidelně na Annu se tam sešla celá naše parta a bylo opravdu veselo. Trávili jsme tam prázdniny nejdříve s dětmi a potom i s vnoučaty.
- Nic bych neměnila. Za svobodna jsem si užila sportu, divadla a různých jiných kratochvílí. A i v manželství jsem se měla dobře.

# PSA PRO ZDRAVÝ POHYB, KOČKU NA DOMÁCÍ MAZLENÍ

Průměrným počtem domácích mazlíků v českých domácnostech zaujímáme přední místo v evropském žebříčku. Lidé si je pořizují hned z několika důvodů. Mladé páry si tak například mohou vyzkoušet starat se o někoho „nanečisto“. Rodiče zase hledají pro své menší děti kamarády. Ti, kterým už se děti odstěhovaly z domu, si je zvířaty zase částečně nahrazují. Vždy je to ale především o blízkém soužití a velkém vzájemném citu.



Domácí mazlíčci nám nejenže zlepšují náladu, ale ve starším věku mohou mít také blahodárný vliv na naše zdraví. Při hlazení se v mozku uvolňuje hormon oxytocin, díky kterému se cítíme lépe. Chcete si během důchodu pořídit domácí zvíře? A víte, co je třeba zvážit? Zkuste si zodpovědět několik otázek. Odpovědi na tyto otázky by vám měly pomoci se rozhodnout nebo třeba i usnadnit výběr.

**Kolik peněz chcete do zvířátka investovat?**

**Kolik času mu můžete věnovat?**

**Má se o něj kdo postarat, pokud budete pryč?**

Nezáleží ani tak na tom, jestli jde o psa, kočku, hlodavce nebo andulku. Zvířecí kamarádi dávají seniorům v důchodu pocit, že jsou milovaní a potřební, a to se projevuje příznivě i na jejich zdraví. Domácí zvířata navíc dávají běžnému dni jakýsi režim. Tito senioři jsou aktivnější, málokdy trpí depresí, problémy se spánkem a nacházejí i více sociálních kontaktů. Také mívají nižší tlak. „Já si už vůbec nedokážu představit, že bych neměla doma našeho pejska. Kdysi jsme s dětmi bydleli ve velkém domě se zahradou, to bylo o něčem jiném, ale i teď, když žijeme s manželem v bytě, máme jezevčíka. Je s námi pořád, je

to člen rodiny. Když jedeme na dovolenou, bereme ho s sebou, nemusí nám ho nikdo hlídat,“ popsala devětašedesátiletá Alena Chalupová z Olomouce.

Pokud máte sníženou pohyblivost, určitě nebude tím pravým zvířecím kamarádem pes, kterého by měl člověk minimálně dvakrát denně vyvenčit. Pokud ale naopak chodíte často na výlety, jste hodně venku a tím pádem méně doma, nepořizujte si kočku, strádala by samotou a smutkem. Kočky jsou vhodné právě pro osoby, které už mají problém s pohybem. Příznivý vliv mají i rybičky, navíc stačí občas vyměnit vodu a přisypat krmivo. Z ptáček jsou vhodné andulky.

Pro seniory bývá lepší variantou pořídit si už dospělého pejska nebo kočičku. Ty najdete například v útulku, díky čemuž uděláte zároveň dobrý skutek. „Senioři si k nám chodí půjčovat pejsky, zároveň čas od času někdo využije i adopce.“

Určitě je pro ně vhodnější pořídit si už dospělého jedince, protože vychovat štěně chce opravdu spoustu energie a trpělivosti,“ potvrdila vedoucí útulku v Olomouci-Neředíně Hana Dědochová. Pokud byste měli zájem adoptovat pejska nebo kočičku, můžete se informovat na webu [olomouckyutulek.cz](http://olomouckyutulek.cz), kde si můžete vybrat a dozvědět se zároveň podmínky k adopci.

**Kateřina Šťastná**



# MOBILNÍ ROZHLAS SENIORY INFORMUJE I CHRÁNÍ

Klasický rozhlas už jako hlavní zdroj obecních informací nestačí. Senioři v České republice se učí pracovat s moderními komunikačními nástroji, které města a obce využívají. Nové technologie jim přináší řadu výhod a slouží jako forma aktivního zapojení do života v obci, a to jak u starších lidí, tak u hendikepovaných.

## Informace ihned po ruce

Příjezd pojízdné prodejny, odstávka vody, porucha kanalizace či upozornění na silný vítr... Podobné zprávy z obce je třeba předat obyvatelům okamžitě. K tomu je mimo klasické komunikační kanály vhodná i rozesílka mobilních zpráv. Tu začínají využívat všechny věkové skupiny. Rostoucí zájem seniorů o nové způsoby komunikace potvrzuje i Ondřej Švrček ze společnosti Neogenia, jejíž službu Mobilní Rozhlas už používá více než 500 obcí v České republice. „Mobilní Rozhlas je vhodným doplňkem pro místní samosprávy. Jeho předností je fakt, že zastihne všechny obyvatele i v situaci, kdy se v dané lokalitě nenachází. Platforma umožňuje ihned zasílat textové či hlasové zprávy, které si senioři mohou pohodlně přehrát, kolikrát potřebují, a dozví se tak vše podstatné.“ Hlasové a textové zprávy v mobilu vycházejí vstříc i potřebám hendikepovaných obyvatel, kteří díky nim nejsou odtrženi od aktuálního života v obci.

## Přehled pro širší rodinu

Napojení na obecní komunikaci se přitom nemusí omezit pouze na seniora. K odběru zpráv z obce se může zaregistrovat i jeho rodina, která bydlí jinde. Děti či vnoučata tak budou mít přehled o dění v obci a neuniknou jim

důležité informace – ať už půjde o úhradu plateb, výpadek elektřiny či upozornění na pohyb podomních prodejců – a budou moci zareagovat. Klasické komunikační platformy už v tomto ohledu nedostačují. Sociální sítě jsou nepřehledné, relevantní příspěvek se rychle ztratí, a nejen starší člověk ho může snadno přehlédnout. Ne každý je navíc na sociálních sítích aktivní, oproti tomu mobilními telefony v dnešní době disponují i senioři. Proto starostové hledají nové způsoby, jak informovat o dění v obci efektivně. „Mobilní Rozhlas je podle mého názoru a názoru mnoha lidí, se kterými se stýkám, velice moderní a potřebnou informační technologií. Ať se nacházím kdekoli, tak s Mobilním Rozhlasem se dovídám to nejpodstatnější, co bych měl vědět jako občan města,“ potvrzuje bývalý učitel a v současné době důchodce Jindřich Solovský ze Zábřehu, který platformu Mobilní Rozhlas využívá.

## Dát o sobě vědět

Impuls k přechodu na modernější formu komunikace přitom nepřichází vždy ze strany samospráv. Zájem často jako první projevují právě občané, kteří mají pocit, že o dění v obci nejsou dostatečně informovaní. Zvláště senioři či hendikepovaní lidé s omezenými možnostmi pohybu mají mnohdy pocit odtržení od veřejného života a nemožnosti předat zpětnou vazbu. Právě v tom jim moderní komunikace pomáhá. „Moderní nástroje obecní komunikace by neměly být jen aplikace, které přeposílají zprávy z obecního webu. Přes Mobilní Rozhlas mohou lidé nahrávat podněty a přání nebo odpovídat na ankety. To je to, co seniorům na klasické obecní komunikaci většinou chybí,“ potvrzuje Švrček. (red)



## VÁCLAV HAVEL VE VLASTIVĚDNÉM MUZEU V OLOMOUCI

Panovníky, církevní hodnostáře, umělce, vědce, vojevůdce i sportovce, kteří byli v minulosti spjati s naším regionem, můžete shlédnout ve stálé expozici Vlastivědného muzea v Olomouci nazvané Galerie osobností Olomouckého kraje.

Galerie skrze velkoplošné světelné panely přináší návštěvníkům seriózní životopis dotyčné osobnosti, ale i řadu zajímavostí či kuriozit, které dokazují, že slavné osobnosti byly také jen „smrtelníky z masa a krve“. Každá osobnost je zde představena prostřednictvím bohaté obrazové dokumentace a zhruba polovina panelů prezentuje také trojrozměrný předmět, který se k dané postavě váže.

Nyní se muzeu podařilo rozšířit tuto jedinečnou galerii o další tři významné osobnosti, a to v první řadě o dramatika, esejistu, disidenta a politika, devátého a posledního prezidenta Československa a prvního prezidenta České republiky Václava Havla.

Další novou osobností naší galerie je Ing. Jan Sigmund ml., který společně s bratrem Miroslavem, převzali po svém otci prosperující firmu s bílým Neptunovým trojzubcem v modrém poli. Lutínské závody zaznamenaly pod jeho vedením všestranný rozvoj, a to až do příchodu Němců (březen 1939), od kdy mělo české vedení

čím dál menší pravomoci. Nakonec byl roku 1940 gestapem zatčen a v červnu 1942 v Brně popraven.

Poslední novou osobností galerie je malíř, grafik, ilustrátor, scénograf, tvůrce písma a vysokoškolský profesor Karel Svolinský. Olomoucký orloj, jehož historie sahá hluboko do minulosti, byl při osvobozovacích bojích v květnu 1945 značně poškozen. Pro úplnou obnovu orloje, kterou známe i z dnešní podoby, byl vybrán právě Karel Svolinský.

Galerie osobností Olomouckého kraje byla ohodnocena Cenou Olomouckého kraje za přínos v oblasti kultury za rok 2013 – za výjimečný počin v oblasti ochrany a popularizace kulturních hodnot. **(muz)**



## V MUZEU OSLAVILI SAMETOVOU REVOLUCI

Ve středu 20. listopadu proběhl v plně zaplněném sále Václava III. Vlastivědného muzea v Olomouci Slavnostní koncert ke 30. výročí Sametové revoluce. Tato akce byla součástí „balíčku akcí a výstav“ Vlastivědného muzea v Olomouci, tematicky se vztahujících k danému významnému výročí.

Koncertu předcházela vernisáž dvou výstav, a to výstavy Jaroslava Hutky LINORYTY, kterou on sám návštěvníkům uvedl těmito slovy: „Chtěl jsem být výtvarníkem, a tak jsem se v roce 1962 vydal z Olomouce studovat výtvarnou školu do Prahy. Po necelých čtyřech letech jsem ji opustil. Vladimír Veit mě přesvědčil o písničkářské dráze. Koupil jsem si kytaru a začal se na ni učit... Psal jsem také texty k našim společným písním a v říjnu 1967 jsme měli první společná vystoupení. Ovšem nastal zde problém s propagací. Rozhodl jsem se tedy, že si sám začnu ryt plakáty do linolea. Snažil jsem se, aby byly výtvarně zajímavé. Tiskli jsme je doma sami a stali se tak vlastně nezávislími. V roce 1973 jsme připravovali desku moravských lidových balad STŮJ, BŘÍZO ZELENÁ. Jelikož Supraphon ji dal ještě pod patronát Mladého světa, bylo potřeba k ní navrhnout a připravit přílohu. Literární přílohu mi ovšem ihned zakázali. Vyryl jsem tak k osmi písním osm velkých linorytů, kde jsem chtěl tyto vesnické písně představit jako lidové primitivní, či naivní umění. Když jsem dané

linoryty předvedl šéfredaktorce Mladého světa, tak mi bylo řečeno, že jsou „negroidní“ a že se k „československému“ folklóru nehodí. Všechny moje grafiky tak byly zakázány k použití na přílohy desky. To už byl rok 1974. Grafiky, které zde nyní vidíte, jsou tak pravděpodobně poslední, které jsem kdy udělal.“

Druhou výstavou, která byla za moderování Václava Žmolíka otevřena, byla NORMALIZACE očima Jindřicha Štreita, známého fotografa, vysokoškolského pedagoga a kurátora, který se ve své tvorbě zaměřuje především na dokumentování života na venkově a obyvatele vesnic. Věnuje se i tématu zemědělství, těžké práci v továrnách a samozřejmě také mnoha sociálním tématům o drogově závislých, handicapovaných, nevidomých, věznicích, starých lidech, cizincích, kuřácích, lidech bez domova.

Fotografický soubor výstavy ve Vlastivědném muzeu v Olomouci má dvě části. Jedna část je složena z fotografií z doby normalizace, kdy jsme žili abnormální stav, které jsme považovali za normální. Druhá část jsou fotografie z 28. listopadu 2019, kdy se pracující statku rozhodli využít celostátní stávkou a průvodem šli k ředitelství Statku. Zde vyzvali ředitele, aby jim řekl, jak se bude dále vyvíjet situace na jednotlivých farmách,“ doplnil slavný fotograf. Na vernisáž poté plynule navázal již zmíněný koncert, opět za moderování Václava Žmolíka. **(red)**



# MORAVSKÉ DIVADLO NABÍDNE V PROSINCI A LEDNU BIZETA A LORCU

Dvě skvostné premiéry má před sebou Moravské divadlo v Olomouci. Zatímco v prosinci si přijdou na své hlavně milovníci opery, v lednu přijde na řadu inscenace Dům Bernardy Alby od španělského mistra dramatu García Lorcey.

Georges Bizet  
**LOVCI PEREL**  
Exotická opera

Moravské divadlo Olomouc

Režisér: Petr Šumník  
Kulturní konzultant: Helena Beránková  
Choreografie: Zdeněk Vít  
Scéna a kostýmy: Eva Jiřáková  
Light design: Ondřej Kyncl

V hlavních rolích:  
Barbara Sabella a Helena Beránková, Jakub Rouček a Danieľ Matoušek,  
Martin Štolba a Jakub Tolstý, Jiří Přibyl a David Szendriuch

Operu uvádíme ve francouzském originále s českými titulky.

**Premiéra v pátek 13. prosince 2019 v 19 hodin.**

opera moravskedivadlo.cz

## Georges Bizet LOVCI PEREL

**premiéra: 13. prosince 2019 v 19 hodin**

Operu Lovci perel považují odborníci za druhou nejlepší v tvorbě Georgese Bizeta. Originální je použitím motivů indické etnické hudby a někdy bývá označována také jako „koloniální opera“. V prostředí Cejlonu (dnes Srí Lanka) se odehrává milostný trojúhelník. Dva přátelé se kvůli jedné ženě stávají nesmiřitelnými nepřáteli. Barevná hudební instrumentace a exotický námět příběhu jsou znaky typickými pro evropský romantismus, ale nepochybně jsou atraktivní i dnes pro současné příznivce opery. Operu divadlo uvede ve francouzském originále s českými titulky. Autorem hudebního nastudování je Petr Šumník, režie se ujal Dominik Beneš. Spoluúčinkuje orchestr, sbor a balet Moravského divadla Olomouc.

## Federico García Lorca DŮM BERNARDY ALBY

**Premiéra: 24. ledna 2020 v 19 hodin**

Španělský literární veličan García Lorca dokončil toto stěžejní dílo těsně před svou násilnou smrtí v roce 1936 a podtrhl jím tak celou svou úžasnou, byť krátkou, uměleckou kariéru. Dům Bernardy Alby se proto stal jakousi labutí písní tohoto nejslavnějšího dramatika, jaký se kdy na Pyrenejském poloostrově narodil. Emocemi obetkaný příběh dominantní matky a jejích pěti dospělých dcer, z nichž každá je zralá na vdávání, bude v této sezóně zastupovat klasickou světovou dramatickou tvorbu, k níž tento titul právem náleží. Impozantní příběh o odvěké člověčí touze po svobodě a právu volby by se měl stát neodolatelnou hereckou výzvou pro dámskou část našeho souboru. Po devětatřiceti letech od své premiéry v roce 1981 se do Moravského divadla vrátí až přespříliš hrdá vdova Bernarda Alba. Její příběh převede na jeviště režisérka Janka Ryšánek Schmiédtová, která se v uplynulých dvou sezonách blýskla před diváky i kritikou, mimo jiné inscenací Gazdina roba ve Slezském divadle v Opavě či Maryšou v ostravském Divadle Petra Bezruče. V roli Bernardy se představí Vladimíra Včelná. Hudbu k inscenaci složila ostravská zpěvačka, textařka a výtvarnice Vladivojna La Chia.

## LIDÉ PODCEŇUJÍ SÍLU NEMOCI – CHŘIPKA

Senioři patří spolu s dětmi do nejvíce rizikových skupin. Je důležité si uvědomit, že infekční choroby mohou být nebezpečné i pro dospělé, proto má očkování svůj význam v každém věku. Chřipka je vysoce nakažlivé virové infekční onemocnění a postihuje všechny věkové skupiny. Chřipka je sezónní onemocnění, nejčastěji se vyskytuje v zimních a časných jarních měsících. Zdrojem nákazy bývá nakažený člověk nebo zvíře. Přenáší se kapénkami, tj. kašláním, kýčáním, prskáním, apod.

Nákaza se projeví po uplynutí inkubační doby, tj. 12–48 hodin nástupem třesavky, vysoké teploty, bolestmi svalů, hlavy, kloubů, schváceností, někdy i zvracením. Na začátku chřipku doprovází suchý dráždivý kašel, bolesti za hrudní kostí. U seniorů, kteří již trpí nějakou chronickou chorobou, chřipka jeho průběh často zhoršuje, proto jsou nejohroženější skupinou.

### Komplikace

Nejčastější komplikací bývá zápal plic, zánět středního ucha, zánět vedlejších nosních dutin, zánět srdečního svalu apod. Do rizikové skupiny patří hlavně lidé – senioři s chronickým onemocněním srdce, jater, ledvin, lidé s chronickým obstrukčním onemocněním plic, diabetici. Každoročně se chřipka stává příčinou statisíců úmrtí na celém světě. Dobrovolné očkování a očkování rizikových skupin stále zůstává jediným účinným prostředkem jak zabránit rozsáhlým epidemiím a komplikacím plynoucích z onemocnění chřipkou. Očkování prokazatelně brání vzniku komplikací a následné hospitalizaci a snižuje riziko úmrtí v souvislosti s chřipkou.

Právě nyní je na očkování proti chřipce ten nejvhodnější okamžik. Pokud jej plánujete, měli byste jej stihnout do konce roku. V lednu, kdy obvykle propuká chřipková epidemie, už na něj bude pozdě. Ideální termín je od října do prosince, tj. do doby, než se začne výskyt chřipky zvyšovat. Očkovat lze i během již probíhající epidemie.

Protilátky se v těle vytváří do 14 dnů po aplikaci vakcíny a ochrání vás po celou zimu.

Očkování proti chřipce je potřeba opakovat každý rok a to ze dvou důvodů:

- chřipkové kmeny se mění a složení vakcíny musí být tudíž jiné
- účinnost očkování postupně klesá a zajišťuje ochranu pouze na nadcházející sezónu

### Nežádoucí účinky po očkování

Pokud se objeví nežádoucí účinky, pak mezi ně patří zarudnutí v místě vpichu, otok, bolest svalů a kloubů, zvýšená teplota, únava. Tyto příznaky nevyžadují žádnou léčbu a odezní během několika hodin až dnů.

### Jak snížit riziko nákazy

Chřipka je velice nakažlivá, virus se šíří kapénkově (kašlem či kýčáním). Nemocný je infekční již jeden den před vypuknutím příznaků. Za bezpečnou vzdálenost ke snížení nákazy jsou považovány dva metry. V prachu přežívá virus až dva týdny.

### Prevence kromě očkování

- vyhněte se podávání rukou, objímání, líbaní nakažených
- mýt si pravidelně ruce mýdlem a teplou vodou, případně dezinfekčním gelem
- nepůjčovat si sklenice, telefony, přlbory, u dětí hračky, apod.
- vyhněte se kontaktu s nemocným a místům s vysokou koncentrací lidí

Senioři nad 65 let a osoby se sníženou imunitou mají očkování proti chřipce hrazené z veřejného zdravotního pojištění a to bez doplatku.

**Stanislava Zavadilová,  
odborná zdravotní sestra**





## V BABICÍCH U ŠTERNBERKA SLAVÍ 16 LET

Náš Seniorklub byl založen v roce 2003 jako neziskové sdružení při místní Osvětové komisi. Letos jsme tedy oslavili 16 let jeho trvání, a s tím současně i jeho kulturní a společenské činnosti v obci, kterou od založení klubu pravidelně zajišťujeme.

Vedením Seniorklubu byla (po zvolení) pověřena paní Marie Polívková. Máme okolo 25 stálých členů, a tak se řadíme mezi malé neziskové organizace, ale přesto jsou naše zájmy i aktivity poměrně široké. Rádi bychom čtenářům tohoto časopisu alespoň některé z nich krátce představili.

Již desátým rokem šijeme látkové panenky pro UNICEF (Dětský fond Organizace spojených národů). Jedna panenka se prodává za 600 Kč, což je finanční částka potřebná pro jedno dítě na očkování proti šesti nemocem v Africe. Kdybychom sečetli cenu všech námi vyrobených panenek, zjistili bychom, že výsledná částka představuje nezanedbatelnou pomoc. Jsme velmi rádi, že můžeme tímto způsobem dětem v Africe pomoci. Tím ovšem naše pomoc chudým lidem nekončí, organizujeme pro ně také sbírku dioptrických brýlí. Nashromážděné brýle se u nás nejprve vyčistí a proměří, a teprve pak se odesílají do rozvojových zemí.

Členky našeho klubu zhotovují převážně rukodělné výrobky. V těchto činnostech dominují zejména ruční práce, jako pletení z pedigu (přírodního materiálu), papíru, šití patchworku a výroba vánočních ozdob.

Naše výrobky také prezentujeme na veřejnosti, a to prostřednictvím různých výstav. Jednou z nich je např. Flora Olomouc. Každým rokem, vždy o vánočních svátcích (přesně 26. prosince), vystavujeme v litovelském muzeu

na Dni oživlých řemesel. Stánek s našimi výrobky byste našli také na soutěži Babička roku v Olomouci. V loňském roce, u příležitosti 3. ročníku této krajské soutěže, jsme připravili pro soutěžící i dárečky. Dříve jsme také mívali velké výstavy u nás doma v obci, především vánoční a velikonoční. Tradiční je i naše spolupráce s místní základní školou při výrobě adventních věnců, a nejen při ní.

Pořádáme osvětové přednášky, besedy se zajímavými hosty a na zajímavá témata, v rámci Obecní veselice vyhlášíme soutěž o nejlepší koláč. Aktivně se zúčastňujeme všech kulturních akcí naší obce.

Ovšem nejatraktivnější, a to nejen pro seniory, ale pro všechny naše občany, bývají poznávací a odpočinkové zájezdy. Každým rokem organizujeme – také už tradičně – jarní a podzimní zájezd, a mezi tyto dva vždy vložíme nějaký menší. O oblibě zájezdů svědčí i to, že bývají plně obsazeny již dlouho před jejich termínem.

V roce 2007 jsme vstoupili do Společnosti přátel vesnice a malého města, která sdružuje kluby seniorů na Olomoucku. Společnost čítá okolo čtyřiceti klubů, jejichž předsedové se pravidelně scházejí v Olomouci. Máme svou krajskou radu, jejíž předsedkyně spolupracuje s hejtmanem Olomouckého kraje. Spolupráce jednotlivých seniorklubů obohacuje a rozvíjí jejich činnost. A to je dobře.

Ohlédneme-li se za činností Seniorklubu Babice, můžeme konstatovat, že má za sebou docela velký kus práce. Jeho členové dokázali (a stále dokazují) kulturně povznášet a žít společenský život v naší obci.

**Marie Polívková, Seniorklub Babice**



## SENIORŮ SPOLKU VOJENSKÝCH DŮCHODCŮ OLOMOUC BILANCOVALI

Výroční jednání Spolku vojenských důchodců Olomouc se konalo dne 23. října v Domě armády u příležitosti 101. výročí vzniku ČSR a 30. výročí založení KVD, nyní SVD. Jednání se zúčastnili velitel posádky pplk. Martin Krumník, vedoucí odd. péče o vojenské důchodce MO Ing. Petr, náměstkyně primátora SMO paní Kolářová, čestný člen SVD Ing. Vitoul s manželkou, delegace KVV Trenčín vedená plk. v. v. J. Skybou a předseda Spolku voj. letectva plk. v. v. Macura. Hosty a přítomné členy SVD přivítal předseda RSVD plk. v. v. V. Krušina. Poté řídící jednání plk. v. v. J. Jursík seznámil přítomné s programem VČS. K 101. výročí vzniku ČSR a ke Dni válečných veteránů přednesl projev plk. v. v. Krušina. Stručné zhodnocení 30 leté činnosti SVD provedl zakládající a nyní čestný předseda spolku plk. v. v. J. Mazúr. Dále následovalo předání pamětních medailí k 30. výročí vzniku SVD hostům a zasloužilým členům, kteří přispěli svou aktivní prací k úspěšné činnosti spolku. Výroční jednání pokračovalo zprávou o činnosti SVD od minulé členské schůze, kterou přednesl předseda RSVD plk. v. v. V. Krušina. Zprávu kontrolní komise přednesl plk. v. v. B. Vrobel a zprávu rozhodčí komise pplk. v. v. J. Melichárek. V diskusi vystoupili zejména hosté, kteří jednání pozdravili a taktéž informovali členskou základnu o současné situaci i o plánovaných změnách v olomouckém regionu. Velmi srdečné bylo vystoupení našich přátel z KVV Trenčín, se kterými nás spojuje dlouholetá spolupráce. V době přestávky se členové nejen občerstvili, ale

prohlédli si i vystavené kroniky a poháry ze sportovních úspěchů spolku. Výroční jednání bylo dobře připraveno a mělo i dobrou účast členů spolku.

**Text manželé Jursíkovi, foto R. Gartner**



## VŠICHNI NEJSOU LHOSTEJNÍ

Asi před 14 dny mě přišla navštívit moje dcera Kateřina a říká:

*„Mami představ si, co se dnes stalo Danovi (její přítel, 32 let). Když procházel kolem Katastrálního úřadu, zastavila ho stará paní opírající se o chodítko a v ruce držela nějaký papír a ptala se, kde najde AB Centrum. Dan po chvíli váhání popadl telefon a během chvilky vysvětlil stařence, jak se tam dostane. Jenže paní byla zmatená a požádala ho, zda by ji tam nemohl doprovodit. „To víte, že ano“, odpověděl a pomalinku se spolu ubírali k cíli.*

*Paní byla velmi milá a po cestě mu vyprávěla, že si jde vyzvednout svých 800 korun, protože je nutně potřebuje na léky a taky aby vydržela, než dostane důchod. Tak spolu došli až na místo. Tam ale paní úřednice stařence vysvětlila, že pro peníze si musí jít na poštu. Stará paní začala utírat slzičky a se slovy „jak já se tam jen dostanu“ se celá roztřásla.*

*Dan jí slíbil, že ji na poštu odveze a že jí pomůže vše vyřešit. Odběhl na nedaleké parkoviště pro auto a za chvíli již nakládal paní i s chodítkem. Na poštu ji odvezl, doprovodil*

*a zdárně vyzvedli kýžených 800 Kč. Když si je stařenka třesoucíma rukama ukládala, bylo jí Danielovi tak líto, že sáhl do své peněženky a přidal jí ze svého 1000 korun, aby si mohla koupit i něco jiného, než léky. Paní se rozplakala a slzy si utírala i paní za přepážkou. Dan z toho byl pěkně nervózní. Nakonec starou paní odvezl až k domu. Celou cestu mu děkovala a vysvětlovala mu, že nikoho nemá a že by pro ni bylo obtížné všechno – oběhnout – a vyřídit sama“.*

Ke konci vyprávění za námi přišel i Dan a chvíli poslouchal. Moje dcera se k němu otočila a říká: „Mohl jsi třeba za ty peníze něco koupit našemu synovi“ (narodí se začátkem února).

A Dan jí odpověděl krásnou větou: „Nemohl. Kdybych se měl rozhodnout znovu, nic bych nezměnil. Protože až se naše dítě narodí, bude mít všechno, co potřebuje k životu. Na rozdíl od té stařenky“.

V tu chvíli jsem věděla, že se o svoji dceru už nemusím nikdy bát, protože si našla nejlepšího a nejlaskavějšího muže na světě.

**Vaše Zuzka F.**



## BEZBARIÉROVÝ PŘÍSTUP DO MKZ

Bezbariérový přístup do MKZ v Uničově se stal opravdu skutečností. „Ladí“ nejen lidem špatně chodícím a vozíčkářům, ale pohled na něj potěší oči i těch, kteří jeho „službu“ ještě nepotřebují. Pohodlí při vstupu do budovy si se mnou již vyzkoušelo i několik vozíčkářů jedoucích k oslavě Dne seniorů. Tehdy tento potřebný vstup nebyl ještě úplně dokončený – scházelo mu zábradlí, ale to už je dnes hotovo. K úplné spokojenosti schází ještě rozšířit průjezd šatnou, což odborná firma provede v příštím roce. Děkuji vedení města, panu starostovi R. Vincouroví za to, že k žádostem již zaniklého neformálního sdružení Uničovští seniori, jehož výbor vybudování bezbariérového přístupu požadoval, nebyl lhostejný a dílo pro občany města se stalo skutečností.

**Jan Burian,**  
člen Rady seniorů



## Z ČINNOSTI NAŠEHO ONKO KLUBU SLUNEČNICE OLOMOUC V ZÁŘÍ A ŘÍJNU 2019

Skončily letní prázdniny a my, členky Onko klubu Slunečnice, jsme se opět začaly scházet na pravidelných i dalších aktivitách, ať už pohybových, ozdravných, kulturních i poznávacích.

Tradičně to jsou každý týden jóga s Kájou (letos v nových prostorách Centra pohybu) a čtvrtěční cvičení s Hankou a Janou, jednou za dva týdny akvaerobik v bazénu ZŠ dr. Nedvěda, měsíčně Akvapark Olomouc.

V září a říjnu byla nabídka pro členky zvlášť bohatá. Se členkami Onko klubu Duha Vsetín jsme se dne 17. září setkaly na Pustevnách, jejichž areál je národní kulturní památkou. Poseděly jsme a popovídaly si u šálku kávy nebo čaje a poté se prošly kolem jednotlivých objektů včetně těch, které projektoval architekt Dušan Jurkovič. Jen o dva dny později vyjelo 26 našich členek a deset rodinných příslušníků do Pardubic. Naším prvním cílem nebylo nic jiného než cesta za perníkem a to návštěva perníkářny Pavla Janoše. Je jedna z mála, jejíž perník smí užívat jméno „pardubický“. Součástí exkurze byl film o výrobě perníku s výkladem pana majitele. Účastníci neodolali a dali si kafičko či čaj a některý z perníkových dezertů, zakoupili perníkové výrobky. Není bez zajímavosti, že otec pana Pavla Janoše byl pověřen upečením velkého perníkového srdce pro světovou výstavu v Bruselu v roce 1958. Dík patří naší člence Marušce, která pro nás zájezd připravila.

Výborně jsme členky bavily jedenadvacátého září na stále vyprodaném představení Moravského divadla Olomouc Splašené nůžky. Naši předsedkyni Zdeně se podařil téměř zázrak – koupit 35 vstupenek, a to na velmi pěkná místa. Pro podzimní rekondici ve dnech 6. až 10. října byly vybrány Luhačovice, největší lázeňské město na Moravě. Dvacet pět účastnic bylo ubytováno

v penzionech Pomněnka a Karina v samotném centru v blízkosti lázeňských domů Alexandria a Morava. Již po třetí během měsíce jsme se setkaly s Dušanem Jurkovičem, který se podílel na podobě lázní. Absolvovaly jsme prohlídku s průvodkyní zaměřenou na především na objekty, které navrhoval, včetně interiéru Jurkovičova domu z roku 1902. Pobyt jsme si užívaly, strava byla výborná a přálo i počasí. Odjízdy jsme velmi spokojené. Našich šest členek se ve dnech 25. 10. až 1. 11. zúčastnilo rekondičně edukačního pobytu v Karlových Varech. Byl to krásný ozdravný pobyt doplněný i poznáním a turistikou. Pravidelně se scházíme na členských schůzích. Září a říjen byly měsíce nabitě akcemi, které zcela naplňovaly cíle našeho Onko klubu zapojit členky do nejrůznorodějších aktivit dle jejich zájmů a možností.

**Věra Kratochvílová,**  
Onko klub Slunečnice Olomouc





Seniorka 74 let by ráda poznala šikovného, vyššího muže, nekuřáka, do 75 let. Pouze v okolí Uničova. Tel.: 604 445 912.

Senior nekuřák 75/176 mladšího vzhledu s bytem v Bruntále hledá hodnou přítelkyni mladšího vzhledu od 60 do 70 let. Být si navzájem oporou. Prosím SMS na číslo 607 343 067.

Jsem aktivní starší vdova štíhlé postavy, nekuřačka. Hledám nezadaného, milého a inteligentního pána z Přerova a okolí. Věk 65–75 let sportovního typu. Zájmy: vycházky, turistika, plavání, hudba, tanec, posezení u kávy, návštěva různých akcí, jízda na kole, cestování. Společně prožité chvíle mohou člověka naplnit štěstím, pokud si dva rozumějí. Jen upřímně a vážně. Tel.: 723 640 253.

Rozvedený 68/184 hledá osamělou štíhlou nekuřačku ve věku mezi 60–65 lety k setkávání, výletům, cestování. Odpověď SMS na 792 354 312.

Hledám kamaráda, který je také sám. Jsem 61/160 z PV. Třeba společné Vánoce. Tel. 739 907 054.

Ráda poznám příjemného, podnikavého sympatáka, motoristu, se smyslem pro humor do 70 let, který chce život prožít, NE ho jen dožít. Jsem aktivní žena 65 let, 163/67 finančně zajištěná. Mám ráda dobrou knihu, cestování, kulturní akce, výlety na kole, koupání, tanec.

Rozsvícení vánočního stromu už nestihneme, ale Vánoce a Nový rok bychom stihnout mohli. Nejlépe PV a okolí. Tel.: 704 113 518.

Sportovní žena celý život s vyřešenou minulostí by ráda hrála stolní tenis ve své herně v RD v Lipníku n. B. se zájemci od 7 do 70 let (děti, ženy, muži). Ozvěte se, prosím. Sport mi stále dává radost. 702 540 355, díky moc za zavolání.

## Využijte služeb naší seznamky 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](mailto:redakce@moravskysenior.cz), do předmětu uvést „Seznamka“**

*POZN: Zasláním inzerátu dáváte souhlas se zpracováním vašich osobních údajů pro účely zveřejnění těchto informací v rámci Seznamky.*

**Seznámili jste se přes naši seznamku?  
Pochlubte se svým příběhem!  
Napište nám na e-mail [redakce@moravskysenior.cz](mailto:redakce@moravskysenior.cz)  
a dejte příklad ostatním.  
Moravský senior vám pomůže ke štěstí.**





# MORAVSKÝ SENIOR I LETOS ROZDÁ ČTENÁŘŮM KALENDÁŘE

Vydavatel magazínu Moravský senior, olomoucká společnost FGP studio, se i letos rozhodl udělat radost svým čtenářům a obdaruje je nádhernými nástěnnými kalendáři s fotografiemi olomouckého autora Daniela Berky (Panda foto). „V kalendáři se objeví netradičně ztvárněná zákoutí z celého olomouckého kraje, některá místa možná budete mít problém identifikovat, přestože je znáte velmi dobře,“ slibuje vydavatel a šéfredaktor Moravského seniora Miloslav Kyjevský, který se snaží občas čtenářům zpříjemnit čtení a překvapit je nečekaným dárkem. Kalendář není prodejní a není možné jej objednat.

Jde o dárek vydavatele náhodně vybraným čtenářům, kteří celoročně projevovali přízeň Moravskému senioru.

*Kalendáře obdrží těchto deset vybraných čtenářů: Lenka Hrabalová, Olomouc, František Škrob, Šternberk, Vlasta Rulcová, Olomouc, Alena Mařincová, Šternberk, Milada Váňová, Lipník nad Bečvou, Ludmila Kachyňová, Krnov, František Látal, Náměšť na Hané, Radana Staňková, Křelov, Milan Vybíral, Olomouc, Zdeňka Prosecká, Prostějov.*

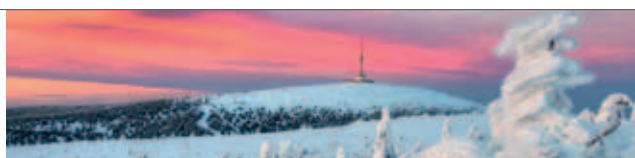


OLOMOUCKO / 2020



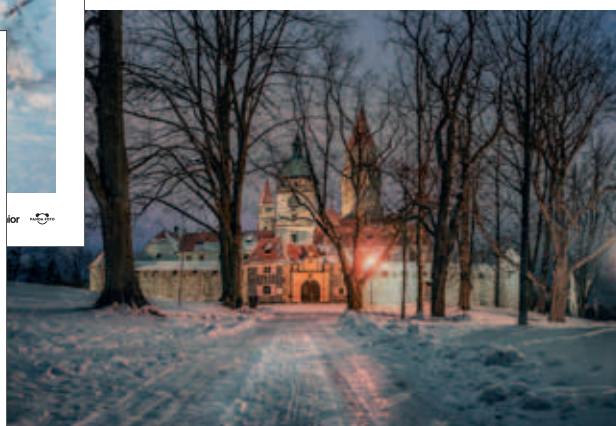
9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

FGP studio Senior



5/2020 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

FGP studio Senior




20 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29

FGP studio Senior



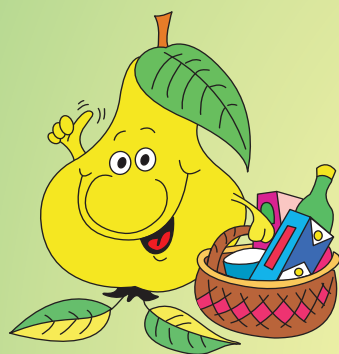


POMŮCKA: AKE, OPCE, PANDORA, RAŠL, ŠTOF, UPS	LEŠTIDLO NA BOTY HOVOROVÉ	1. DÍL TAJENKY		PŘÁVO VOLBY	DVA PLUS JEDNA	INICIÁLY FYZIKA EINSTEINA	VCHODY	ČÁSTICE HMOTY		INICIÁLY HERCE POLÍVKY	VÝTVARNÉ DÍLO	STRUNNÝ HUDEBNÍ NÁSTROJ	NEBO	24 HODIN	AUTOMATIZ. ŽELEZNIČNÍ DOPRAVY ZKR.					
INICIÁLY MODERÁTORA MORAVCE			PŘÍTOK VLTAVY						POCHMURNÁ BÁSEŇ ASJEC											
ŘÍMSKÉ 2			3. DÍL TAJENKY ORGÁNY SLUCHU																	
HOŠI						TYRŠŮV ODZN. ZDAT. DRAMA KAR. ČAPKA				SMĚR VÝVOJE ZNAČKA ARCUSU										
BEZ VODY					LATINSKO- AMER. TANEC CITOSLOVCE ŠKYTÁNÍ					INICIÁLY PĚVCE BOCELLIHO PŘITAKÁNÍ			2. DÍL TAJENKY	ZVRATNÉ ZÁJMENO						
	INIC. HERCE IRONSE MĚKKÁ TÓNINA			POBÍDKA OCHRANNÝ SVAZ AUTORSKÝ				RODOVÝ ZNAK				OSTRAVSKÉ OP. A STROJ. MUŽSKÉ JMÉNO								
MOJI			ŽLUTOHNĚDÁ BARVIVA SMĚROVÝ ÚHEL					ZNAČKA KILO- KALORIE					FRANCOUZ. PŘEDLOŽKA PLAVECKÝ STYL							
CHVOSTY											INICIÁLY RUSKÉHO LÉKAŘE PAVLOVA				NUDNÁ					
OTÍRAT JAZYKEM															CHEMICKÝ TEKUTÝ PRVEK ZN. BR					
NEPRAVDY				ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA	ZESÍLENÝ ZÁPOR													ŽIVOTNÍ PŘED- URČENÍ		
	JMÉNO HERCE FIALY PÁCHNOUCÍ ZVÍŘE																	PLOCHÝ PLET. STROJ		
SEKNUTÉ																		TAHLE	ZALOŽNÍ ZDROJ NAPÁJENÍ ZKR. MUŽI	
MÍSTO K DRŽENÍ				KOMORA KOMERČNÍCH PŘÁVNÍKŮ ZKR.	ZVUK TROUBENÍ							SKUPINA PĚTI HRÁČŮ	4. DÍL TAJENKY		NEOSTŘE ŘÍM. ŽENA PŘIN. SMĚLU					VĚČNÝ TULÁK
INICIÁLY REŽISÉRA LIPSKÉHO			IN. BÁSNÍKA TOMANA MRAVNÍ STAVY			ZNAČKA KILOMETRU				TROPICKÝ OVOCNÝ STROM ZÁPORKA										
LEŽÍCÍ V ŘECKU						KOUPACÍ NÁDOBA DĚDÍČ TRŮNU						ZIMNÍ SRÁŽKY MPZ BÝV. JUGOSLÁVIE								
	HOSP.-TECH. PRACOVNÍK VLNĚNÁ TKANINA				ODPAD PŘI ŘEZU DŘEVA OKRESNÍ VÝB. ZKR.							JMÉNO HER. JANŽUROVÉ CHEM. ZN. PROMETHIA								
RUSKÁ POLÉVKA S MASEM A ZELENINOU				VHODNÉ K ORBĚ POTOMEK						CITOSLOVCE DUPNUTÍ ZÁRODKY RYB				SNÍŽENÝ TÓN E ZN. NÁKLAD. AUTOMOBLŮ						
INICIÁLY ZÁVODNÍKA ENGEHO			ZÁŘE INICIÁLY HERCE RODENA					TURISTICKÝ ODDÍL ZKR. ŘÍMSKÝCH 6			ŘÍMSKÝCH 1555 ZNAČKA YARDU									
MALÉ OJE					5. DÍL TAJENKY								SEVERSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO							
PŘEMRZLÝ SNÍH						MUŽSKÉ JMÉNO							ČESTNÉ HOVOR.							

**Řešení z minulého čísla:** Dospělí vidí svět, jaký je, děti ho vidí, jaký by mohl být. **Výherci z minulého čísla:** Pavel Vidlár, Přerov; Božena Koplsová, Olomouc; Alena Jenčková, Šumperk

# Hruška

maloobchodní síť



- největší tuzemský řetězec s potravinami
  - téměř 700 prodejen po celé ČR
  - slevy a akční zboží každý týden
- pravidelné spotřebitelské soutěže o hodnotné ceny
  - zboží s vlastní obchodní značkou

Aktuální akční leták a informace na:

[www.mohruska.cz](http://www.mohruska.cz)

