

moravský senior[®]



Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 02/2020



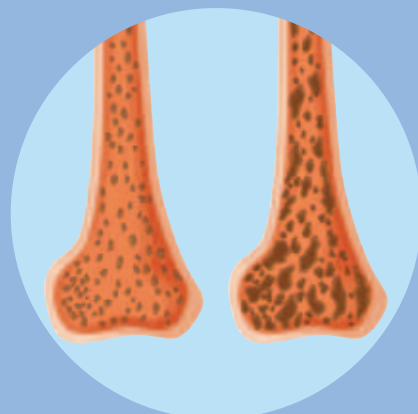
**Hejtman Ladislav
Okleštěk:
Věnujme se
seniorům lépe**



**Téma: Valentýn
– Jak se máte rádi?**



**Masopustní recepty
pro dědečky a babičky**



**Zdravotní rádce:
Zlodějka kostí**



MÁME
BARVY
PRO VAŠE SNY!

FGP[®]
STUDIO
T I S K Á R N A

FGP studio, Táboritů 1 | tel.: +420 585 119 109 | objednavky@fgp.cz | www.fgp.cz

Magazín **Moravský Senior** pro vás tiskne tiskárna **FGP studio**, rodinná firma již s 28letou tradicí.

Naší prioritou je být stále na špičce, 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

ROZHOVOR: HEJTMAN LADISLAV OKLEŠTĚK strany 4–6



TÉMA: VALENTÝN

strany 8–9

AKCE NA ÚNOR

strany 16–21



INTERNETOVÉ KALKULAČKY ENERGÍ

strana 22

KŘÍŽOVKA

strana 35

ÚVODNÍ SLOVO



Milí senioři,
je neuvěřitelné, kolik inzerátů nám posíláte do bezplatné rubriky Seznamka. Je to důkaz, že láska kvete v každém věku a že milostné vztahy mezi muži a ženami jsou pro seniory stejně důležité jako zdraví nebo finanční zabezpečení. Což, koneckonců, dokresluje i naše téma, v němž se čtyři úžasné páry vyjadřují právě k této oblasti života. To vše u příležitosti svátku svatého Valentýna. Toho Valentýna, kterého sice všichni a priori odmítáme, ale nakonec jej všichni nějakým způsobem slavíme. Tak ať si toho letošního zase užijete!

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

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:** Adriana Drábková, 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
Náklad tohoto čísla je 25 500 ks. Datum vydání: 3. 2. 2020. Redakční uzávěrka příštího čísla: 18. 2. 2020. **ZDARMA**

HEJTMAN LADISLAV OKLEŠTĚK: SENIORŮM V JEJICH DOMÁCÍM P

Hejtmán Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk je bývalým dlouholetým starostou Výšovic na Prostějovsku. Jeho zkušenosti ze sociální oblasti a se seniory by za tu dobu měly být značné. Když nedávno napsal knihu věnovanou vnučce a ukázal v ní vize, kudy by se mohl kraj v budoucnu ubírat, nahrál tím redakci Moravského seniora – a my jsme se rozhodli, že si vše necháme podrobně vysvětlit.

Pane hejtmane, jak jsem se dočetla ve vaší nedávno vydané knize, senioři by se v budoucnosti měli mít v Olomouckém kraji daleko lépe než dnes. Co vás k takovému názoru vede?

Jsem přesvědčen, že můžeme najít lepší komunitní způsob života. Nejen pro seniory, ale i pro mladší. Musíme najít cestu, jak spolupracovat, jak vykonávat společnou péči.

Co to konkrétně znamená?

Nemocní, kteří jsou umístěni ve zdravotnických zařízeních, ti se musejí léčit. Ale o ty zdravé by se měla

postarat rodina nebo lidé, kteří budou schopni se seniorům kvalifikovaně věnovat v jejich domácím prostředí. Pokud budou senioři samoobslužní, postarají se o sebe v základních úkonech, a budou potřebovat jen výpomoc například s hygienou nebo s podáváním léků, to by mohla zabezpečovat terénní služba. Tuto praxi už preferujeme v péči o nemocné v terminálním stadiu v paliativní péči. Chceme, aby v hospici byli opravdu jen lidé, o něž se doma nedokáže nikdo jiný postarat, například kvůli ekonomické situaci rodiny, zaměstnání jejích členů a podobně. Bývá to také hodně o psychologických možnostech člověka, leckdy i o fyzické síle. Za pár desítek let by podle mě ani nemusely být domovy seniorů. Pokud bude fungovat dostupná kvalitní péče v domácnostech, nebude zapotřebí pobytových zařízení pro seniory.

To jsou ovšem myšlenky pro dalekou budoucnost. Co může kraj pro seniory udělat dnes nebo v nejbližších letech?

Když jste zmínila mou knihu Velké vize v malé knize, tak v ní se čtenáři dočtou o tom, jakou mám představu



VĚNUJME SE NEMOHOUCÍM ROSTŘEDÍ

o telemedicině, o elektronické komunikaci s lékaři, jak bude fungovat diagnóza na dálku, myslím, že to nejsou nedosažitelné myšlenky. Všechno se rychle vyvíjí. Vždyť kdo znal internet před třiceti lety? Tehdy to bylo zaklínadlo – a kdo jej aspoň z doslechu znal, tak jej stejně neměl. Dnes bychom si bez něj ale nedokázali život představit. A pokrok jde stále rychleji, věřím, že výsledky přijdou brzy. Nemusí to být až tak daleká budoucnost, protože doba je opravdu rychlá, předávání informací ve vědě a výzkumu je velmi svižné.

Ale zpátky k současnosti – jednou z priorit je například udržitelnost života na venkově. Investujeme do obnovy venkova, pomáháme menším městům a obcím, aby se tam udrželi obyvatelé. Máme nové dotační programy na podporu venkovských prodejen nebo na opravy kulturních a společenských domů na vesnicích. Snažíme se rozvíjet moderní technologie v odlehlých oblastech. Například Jeseník je aktuálně zařazen do pilotního projektu, testujeme tam 5G síť, protože chceme kvalitní internet na území celého kraje. Tím zbrzdíme odliv šikovných mladých lidí do velkoměst. Dnes jde totiž spousta pracovních činností dělat na dálku přes internet. Pár škarohlídů říká, že to jsou nějaké Oklešťkovy výmysly, ale já věřím tomu, že to našemu kraji může přinést rozvoj.

A v sociální oblasti?

Nejen kraj, ale i stát by se měl zaměřit na zmiňované terénní služby, na poskytování domácí péče. Existuje sice zákonný příspěvek na péči, měl by ale být takový, aby poskytovatel nemusel mít zaměstnání, které by jej ekonomicky drželo nad vodou. Ale například aby se o příspěvek na péči rozdělili dva lidé, kteří se budou u seniora střídát. Musí se k tomu nastavit legislativa, pravidla. Nebude pak problém, aby senioři měli perfektní péči a poskytovatelé, třeba i rodinní příslušníci, možnost starat se, a to za důstojných podmínek, ve slušném ekonomickém zázemí.

Zrušil bych jakékoliv podpory těm, kteří nechtějí pracovat, ale vytvořil bych podmínky těm, kteří mají zájem. Jsou totiž takoví, kteří zneužívají štědrosti státu na úkor těch, kteří ji doopravdy potřebují. A já to vidím tak, že každá služba v domácím prostředí klienta je levnější než kdekoliv jinde – například v hospicu nebo v domově pro seniory.

Ne každá rodina má ale své blízké v dosahu, mohou být roztroušeni po světě.

Pak přichází na řadu profesionální péče. Ale stále bude platit, že rodina, která se dokáže postarat o své příbuzné v domácím prostředí, je ideálním řešením.

Dovolte mi v této souvislosti zmínit ještě jednu myšlenku, kterou v knize uvádím: doba, kdy nějaký člověk pečuje doma o své nemohoucí blízké, by se mu pak měla započítat do důchodového výměru, jako kdyby normálně pracoval. Dnes to tak není, což je nefér vůči těm, kteří své blízké nedají do ústavu, ale starají se o ně.

Máte svou osobní zkušenost s příbuznými upoutanými na lůžko?

Jen krátkou. Týden předtím, než jsem nastoupil na hejtmanství, mi zemřela maminka. Ležela v nemocnici a bylo to těžké. Perfektně ale funguje zdravotnictví, to, jak se o maminku starali, bylo evidentní, přestože byla v kómatu. Servis byl skvělý. A to jsem ještě nebyl hejtmánem, podotýkám, aby to nevypadalo, že v tom byla nějaká protekce. A rok a půl nato se přestěhoval můj otec do zařízení pro seniory, také on byl nemocný. Přestože mám pět bratrů, nikdo z nás neměl možnost poskytovat otci celodenní péči.

Vás je šest bratrů? Tolik dětí a žádná sestra?

Opravdu, našim se narodilo šest bratrů a nikdo víc. Až moje dcera byla první holka v rodině. Mám dceru a syna a dcera má zase holku a kluka, takže už je to hezky vyvážené.

Myslíte si, že senioři v Olomouckém kraji se mají dobře?

Vždycky to začíná u zdraví. Pokud se senior může pohybovat, pokud nemá nějakou závažnou nemoc, tak se



podle mě má dobře. Snažíme se seniorům v kraji poskytovat co nejpestřejší vyžití. Děláme seniorské cestování, které jsme rozšířili i do Moravskoslezského kraje a děláme výměnné zájezdy. Pomáháme si. Děláme spoustu projektů s Krajskou radou seniorů. Například celostátní soutěž Babička roku, to je úžasný projekt, k němuž jsem musel ostatní hejtmany dost popostrkávat, ale nakonec se to povedlo a navázali jsme v celé České republice na naši úspěšnou krajskou soutěž. Dohodl jsem spolupráci s televizí Šlágr a babičky si to, myslím, moc užily, každá tam měla svého patrona umělce.

Také děláme letní seniorský tábor. Mám informace od Krajské rady seniorů a její předsedkyně paní Hesové, že letos bude dvouturnusový. Velmi populární jsou také Sportovní hry seniorů. A když jsem jako překvapení přivedl na předloňské vyhlášení jejich výsledků premiéra Babiše, senioři z toho byli hodně nadšení. A děláme toho víc, v plánu je například seniorský ples v Prostějově, ale nebudu vyjmenovávat úplně vše, je toho opravdu hodně. Důležité ale je, že si musíme umět pomáhat uvnitř věkové kategorie. Ne každý ze seniorů má to štěstí, že se vysokého věku dožije v plné mobilitě a je soběstačný. A jiní to štěstí mají, takže bych čekal, že pomohou těm, kteří jsou na tom hůře. Existuje role státu, role kraje, ale také role vrstevníků, kteří jsou schopni za nemocnými přijít zavzpomínat, něco přecíst, sdílet radosti. Může to pak lidi, kteří často bývají v depresi, posunout víc k chuti dál žít.



Kromě vzájemné podpory vrstevníků seniorů jste zmiňoval také integraci mladých a starších lidí, můžete to více popsat?

Daly by se připravit úžasné projekty. Například komunitní bydlení, které zmiňuji ve své knize, je výborným řešením, kdy se mladé rodiny dohodnou na spolupráci se zdravými seniory a vypomáhají si navzájem. Mám příklad. Ve Výšovicích, kde jsem dvacet let starostoval, jsme spravili starý zámek a zřídili v něm byty pro handicapované. Investovali jsme tehdy, dnes už je vše splaceno a obec se má z nájmu dobře. Ale hlavně jsme dokázali v obci krásně integrovat lidi s postižením mezi zdravé občany. Děti už tam díky tomu dokážou vozičkáři podržet dveře, když vchází do domu, umějí ho s úsměvem pozdravit, nabídnout pomoc. A ne, že se snaží jej nevidět a zmizet, jako je tomu třeba jinde. Takže pokud by začalo fungovat komunitní bydlení a těžily z něj obě strany, bylo by to opravdu ideální.

Je podle vás pro lidi na odpočinku lepší bydlení ve městě, nebo na venkově?

Koncentrace lidí je ekonomicky výhodná. Ve městech také mají bohatší kulturní život. Ale na druhou stranu na venkově je to, co není ve městě. Čistá příroda, lepší mezilidské vztahy, jinak na dědině vyrůstají děti... Pokud dokážeme přivést služby na venkov, bude tam lidí přibývat. Když bude dobrý internet na venkově, dokážu si například u produktivních lidí představit nárůst práce vykonávané z domu. Ale k tomu je potřeba další infrastruktury. Komfortní dopravní spojení, vyspělé zdravotnictví. Žádný senior asi nebude vyhledávat samotu, kam vedou jen rozbité cesty a v případě nouze může trvat převoz do nemocnice víc než hodinu. Také se ve spolupráci s městy, kterým tímto moc děkuji, snažíme přizpůsobit dopravní obslužnost, aby všude byl k dosažení autobus nebo vlak. Aby se lidé dostali do měst – za kulturou, za sportem, za přáteli. Ale venkov se vyliďňuje, takový je trend. Chceme to zastavit.

Jak to hodláte udělat?

Něco už jsem naznačil v předchozí odpovědi, ale pomoci může například i rozvoj cestovního ruchu. Když do odlehlejších částí regionu přivedeme turisty, může to pomoci ekonomice v dané oblasti. Jako se to děje už teď na severu našeho kraje, kde je cestovní ruch významným ekonomickým stimulem. V našem kraji najdou návštěvníci unikátní památky i krásnou přírodu. Máme Rychlebské stezky, Propast u Teplic nad Bečvou, Litovelské Pomoraví, podmanivé Jeseníky, disponujeme mnoha lázeňskými a wellness zařízeními... Rádi podporujeme obce, aby návštěvníci měli kde přespat, kde se kvalitně najíst. Aby tu zůstali více než jeden den. Naše podpora má také formu soutěže – v pěti kategoriích vyhodnocujeme kvalitu cestovního ruchu. Ubytovací služby, hotelové služby, stravovací služby, místo s největším geniem loci, o všem hlasují lidé. Věřím, že se nám opravdu podaří drobnými krůčky vrátit lesk venkovu a vytvořit lidem podmínky pro to, aby se na vesnice vraceli a chtěli tam žít.

Lucie Lepařová

MORAVSKÉ DIVADLO V ROCE 2020 CHYSTÁ KOČOVÁNÍ PO KRAJI I LETNÍ PROZATÍMNÍ SCÉNU

Jako diváci si dnes už ani neuvědomujeme, že ještě před sto lety se na jevišti olomouckého divadla hovořilo výhradně německy. Čeština zazněla poprvé až 1. září 1920, kdy měla v tehdejší Českém divadle v Olomouci premiéru Smetanova Libuše. Letošní rok je tak pro olomoucké divadlo rokem významného výročí, které je třeba připomenout a řádně oslavit. Čeká nás kočování po Olomouckém kraji, otevření prozatímní scény i galavečer s významnými hosty. Do Moravského divadla také v průběhu příští sezony zavítají výrazné osobnosti české divadelní a filmové režie. „Chceme akce k oslavám sta let českého divadla v Olomouci rozprostřít do celého roku. Už v lednu pořádáme Den otevřených dveří, v rámci něhož chceme připomenout, že nás letos čeká ještě jedno výročí, a to sto devadesát let od slavnostního otevření divadelní budovy. Návštěvníkům nabídneme exkurzi po zákulisí divadla, během níž si prohlédnou zkušební orchestr či sbor, hereckou šatnu či třeba vlásenkárnu, ale zavítáme také do sálů Moravské filharmonie, abychom připomněli, že v této historické budově sídlí hned dvě významné kulturní instituce,“ uvedl ředitel divadla David Gerneš. Den otevřených dveří se koná v neděli 19. ledna od 16 do 19 hodin s tím, že prohlídka bude začínat vždy v celou hodinu a kapacita jedné prohlídkové skupiny je omezena na 40 osob. Vstup na prohlídku je volný, vedení divadla se navíc rozhodlo zvýšit návštěvnícký komfort. „Zájemci si od pondělí 13. ledna mohou v pokladně divadla vybrat lístky na konkrétní čas. Mají tedy šanci přijít na prohlídku v termínu, který jim nejvíce vyhovuje,“ upozornil vedoucí obchodního oddělení Petr Zadorožný.

V dubnu se Moravské divadlo dočká prezentace v Senátu Parlamentu České republiky. V budově Senátu na Valdštejnském náměstí v Praze bude pro veřejnost přístupná výstava zachycující historii olomouckého divadla a divadelní budovy. V červnu pak odstartuje projekt Moravské divadelní léto – Kočování po kraji, v rámci kterého zavítá olomoucká činohra do vybraných měst v Olomouckém kraji. Na populární tituly Starci na chmelu, Sluha dvou pánů či Postřižiny se mohou těšit například v Hanušovicích či Velké Bystřici.

V srpnu vyroste na Výstavišti Flora prozatímní scéna, která bude hostit umělecké soubory Moravského divadla i hostující divadla. Na programu budou také besedy, workshopy a autogramiády. „V rámci celého roku chceme připomínat to, že české divadlo do roku 1920 kočovalo různě po Olomouci a čekalo na svou stálou scénu. Vrcholem by pak měla být právě prozatímní scéna. Současné umělecké soubory tak budou symbolicky čekat také na svou scénu,“ sdělil ředitel Gerneš. Program prozatímní scény vyvrcholí galavečerem spojeným s předáním cen za nejlepší umělecké výkony sezony 2019/2020. Oslavám sta let českého divadla v Olomouci bude věnovaná také letní etapa květinové výstavy Flora Olomouc s tématem

Zahrada jako divadelní scéna. Na neděli 6. září pak vedení divadla plánuje uspořádat slavnostní večer věnovaný stoletému výročí, jehož by se měly zúčastnit výrazné umělecké osobnosti spojené s olomouckým divadlem. Významné stoleté výročí bude také ústředním tématem listopadové Noci divadel. Vedle zmíněných akcí by vedení divadla také chtělo dát dárek samotné budově, proto v současné době hledá možnosti, jak restaurovat historickou oponu a nasvítit divadelní budovu.

V jubilejní sté sezoně 2020/2021 pak do Olomouce zavítají významné osobnosti české divadelní a filmové režie. První premiérový titul příští sezony, adaptaci knihy Vla-



dimíra Körnera Zánik samoty Berhof, nastuduje se souborem činohry dlouholetý umělecký šéf Dejvického divadla, držitel Ceny Alfréda Radoka a Českého Iva Miroslav Krobot. Dlouholetý sólista a umělecký šéf baletu Národního divadla v Praze Petr Zuska uvede v Olomouci titul Sóló pro tři.

Režii operní inscenace si poprvé vyzkouší někdejší dětský televizní a filmový herec, z něhož se posléze stal známý televizní a filmový režisér. Jiří Strach přijal nabídku vedení olomoucké opery a operety a v příští sezoně nastuduje Rusalku Antonína Dvořáka. Už nyní můžeme také prozradit další titul, který se v sezoně 2020/2021 objeví v repertoáru Moravského divadla. Na jaře loňského roku vyhlásilo Moravské divadlo anketu, v níž dalo hlasujícím na výběr ze tří činoherních inscenací, které měly v Olomouci premiéru právě v roce 1920. Diváci si tak mohli vybrat mezi Gogolovou komedií Revizor, Shakespearovou tragédií Král Lear a Ibsenovým dramatem Heda Gablerová, přičemž s výrazným náskokem zvítězil Revizor.

(mdo)

TAK TU MÁME VALENTÝNA. SENIOŘI,

Valentýna sice slaví hlavně mladí, ale rozhodli jsme se, že využijeme příležitosti a uděláme si malý průzkum mezi seniory, jak na tento svátek reagují. A když už jsme byli v tom, zeptali jsme se na pár dalších otázek spojených s láskou, se vztahem, se životem. Vybrali jsme pro vás čtyři páry, které se rády svěřili se svými odpověďmi a my na jejich příkladu můžeme ostatním ukázat, co je v životě důležité.

1. Jak jste se seznámili? Byla to láska na první pohled?
2. Co je podle vás nejdůležitější pro dlouhodobý vztah?
3. Co pro vás za ty roky bylo nejtěžší?
4. Čím vám váš partner udělal největší radost?
5. Jak nahlížíte na svátek sv. Valentýna?

ANNA A JAROSLAV FRELICHOVÍ
z Doloplaz, 66 let spolu,
2 děti, 6 vnoučat, 2 pravnuci



1. **on:** Seznámili jsme se na zábavě. Ona byla taková... no prostě dobrá.
ona: Jsme sice oba z jedné vesnice, ale opravdu jsme se dřív neznali. I když jsem chodila každý den okolo jejich domu. Je mezi námi věkový rozdíl 9 let, tak proto.
2. **on:** Pomáhat si. A taky společné zájmy jsou důležité. Oba jsme měli rádi cvičení, tanec, zábavy. Měli jsme štěstí, naše povahy si sedí.
ona: Hlavně tolerance, prostě nedělat si žádné nashvály. A taky si myslím, že ty stejné zájmy jsou důležité.
3. **ona:** Nejtěžší jsou vždy nemoci. Oba už máme za sebou nějaké ty zdravotní problémy a to bylo vždycky těžké.
4. **on:** Ona mi přece dělá pořád radost!
ona: Nejvíc mě asi těší, že nikdy nepil alkohol. Opravdu nikdy nepřišel domů opilý.
5. **on:** Dřív to nikdy nebylo, je jiná doba, ale proč ne. Pro mě ale svátkem zůstává svátek matek a manželčin svátek, na ty bych nikdy nezapomněl.
ona: Ať si to mladí oslavují, proč ne.

MARIE A ALOIS JEŽKOVÍ
z Olomouce, 62 let spolu,
2 děti, 2 vnoučata, 4 pravnoučata

1. **on:** Když přišla poprvé k nám do práce, měla zelený kabát a červenou rádionku, vidím to jako dnes. A hned jsem si řekl, že ta bude moje.
ona: Láska na první pohled to asi nebyla, ale hned jsem si ho zapamatovala. Časem mě ukecal(smích) a jsem moc ráda.
2. **on:** Měli jsme velké štěstí, že jsme měli oba bezva tchýně a to moc pomohlo.
ona: Umět naslouchat. A někdy raději odejít, než se zbytečně hádat.
3. **on:** Jsem životní optimista. Nic se mi nezdálo moc těžké.
ona: Když se nám narodil syn a nebyl úplně zdravotně v pořádku, to pro mě bylo opravdu těžké. Dokonce jsem začala kouřit.
4. **on:** Dělá mi radost celý život. Největší radost pro mě je, že Majenku mám.
ona: Jééé, toho bylo tolik. Nedokážu říct, co mi udělalo největší radost.
5. **on:** To není náš svátek. Ale kytka k narozeninám, to musí být.
ona: Já to neberu jako svátek. Nikdy dřív to nebylo, tak s tím nebudeme začínat.



UKAŽTE NÁM, JAK SE MÁTE RÁDI!

EVA A ANTONÍN BRYKSOVI
z Bystrovan, 55 let spolu,
2 děti, 2 vnoučata



1. **on:** Známe se z práce, ale to bylo jen takové pokukování. Láska na první pohled to nebyla.
ona: Něco víc z toho bylo až na pomlázkové zábavě.
2. **on:** Já si celý život říkám: moudřejší ustoupí... a to budu já! Ale velitelka naší domácnosti sedí vedle mě. (smích)
ona: Jeden druhému prostě musí trošku uhnout. Tolerance je důležitá.
3. **on:** Nejhorší bylo, když byla má žena vážně nemocná. Po její operaci srdce to bylo pro mě nejtěžší.
ona: Než se nám narodila dcera, prodělala jsem dva potraty a to bylo opravdu těžké období.
4. **on:** Že tak dobře vychovala naše děti. Věnovala jim péči, starala se a teď se nám to vrací. Nejsme jim lhostejní. S dcerou bydlíme v jednom domě a opravdu dobře se o nás stará. A syn, který je nedaleko, zase pečuje o naše duševní zdraví.
ona: Největší radost mi udělal, že přestal kouřit.
5. **on:** Podle mě je Valentýn převzatá blbost. Jen komerční záležitost.
ona: Valentýna neslavíme, slavíme svátek matek.

Není to sice k tématu, ale rádi bychom využili této příležitosti a poděkovali kolektivu zaměstnanců denního centra pro seniory na Rooseveltově ulici v Olomouci. Sestřičky jsou zde moc milé a usměvavé a cítime se tu díky nim opravdu dobře. Díky

FRANTIŠKA A FRANTIŠEK BURŠÍKOVI
z Nenakonic, 59 let spolu,
5 dětí, 12 vnoučat, 10 pravnoučat

1. **on:** Pracoval jsem na státním statku a moje budoucí žena tam přijela s partou děvčat ze Slovenska na brigádu. Myslím, že to byla láska na první pohled.
ona: Mně se líbil hned. A tatínek, který tu byl s naší partou jako gazda, viděl že je pracovitý, tak neměl taky nic proti.
2. **on:** Jeden druhého si vážit. Jeden druhého tolerovat. A umět si i odpouštět.
ona: Souhlasím. Tolerance je důležitá.
3. **on:** Těžké byly hlavně začátky. Ani jeden z nás neměl vůbec nic. Nebylo kde bydlet.
ona: Bylo to opravdu tvrdé období. První dvě dcery jsem jela porodit domů na Slovensko. Tady na to totiž vůbec nebyly podmínky.
4. **on:** Největší radost jsem měl, když mi porodila syna.
ona: Dobře spolu vycházíme, to mi dělá největší radost.
5. **on:** Je to svátek zamilovaných, ale není náš tradiční. Mladí to slaví, ale pro nás to význam nemá.
ona: Svátek sv. Valentýna nevnímám. Slavíme narozeniny, jmeniny a svátek matek. A ještě dodržujeme tradici svátku svaté rodiny. První neděli po Vánocích si tak u nás v kostele manželé připomínají svatební slib. Manželské dvojce stojí v řadě před oltářem, pan farář pak každému blahopřeje, ženy dostanou květinu. Je to moc pěkné.



OLOMOUCKÉ MASOPUSTNÍ VĚSELÍ

Sobota 15. 2. 2020 • 9:00–17:00
Olomouc, Horní náměstí

masopustní průvod a rej masek • hanácké folklorní soubory
domácí zabijačka • masopustní a zabijačkové speciality
pouliční divadlo Kvelb • kapela Stracené Ráj
dětská dílnička s výrobou masek • ledové sochy
tourism.olomouc.eu



OSTEOPORÓZA, ZLODĚJKA KOSTÍ

V kostech se během života neustále něco děje. Tvoří se nová kostní hmota, ale současně se i další odbourává. Pokud jsou tyto procesy v rovnováze, pak je vše v pořádku. Po hormonálních změnách ve vyšším věku dojde ke zvýšenému odbourávání kostní hmoty – tedy osteoporóze. Kostní hmota řídne, kost se stává křehčí. To může postihnout jak muže, tak ženy, ale je nejvíce pravděpodobné, že nastane u žen po menopauze (po přechodu).

**„Řídnutí kostí
je tichý a nebezpečný
nepřítel.“**

dostane léky na léčbu osteoporózy nebo je dál sledováno v odborné ambulanci. Mnoho z nich se tudíž domnívá, že už jsou vyléčeni.

Osteoporóza je léčitelná a nikdy není na léčbu pozdě. Nemusí mít žádné příznaky. Pokud se ale zmenšujete a zakulacující se vám záda, nejde o problém s meziobratlovými ploténkami. S úbytkem kostní hmoty se těla obratlů snižují, takže výška člověka mezi 65–70 lety se sníží až o 7 cm. Může se jednat také o zlomeniny obratlů, o kterých nemusíte ani vědět.

**Stanislava Zavadilová,
odborná zdravotní sestra**

Příznaky

Osteoporóza se projevuje bolestmi zad, zmenšením tělesné výšky, snadnou lomivostí kostí, zmenšenou pohyblivostí a kyfózou. Typické jsou nízkotraumatické (malé úrazy), zlomeniny předloktí, obratlů, kyčle a to v začátku osteoporózy. Stačí prudký pohyb, nepřírozená poloha, prudká rotace. Ke zlomenině obratle může dojít při prudkém ohnutí páteře, při zvedání těžkých předmětů. O zlomenině obratle nemusíte vůbec vědět, může se projevit jen tím, že se vaše hrudní páteř zakulatila, že jste najednou o pár centimetrů menší.

Vyšetření

V dnešní době je základním vyšetřením celotělová densitometrie (DXA). Jedná se o nebolestivé vyšetření trvající asi 20 minut. Jde o rentgenové vyšetření, které měří kostní densitu (množství kostního minerálu).

Léčba

Léky se používají k zastavení úbytku kostní hmoty a podpoření tvorby nové. Velice důležitý vápník můžete získat z mléčných výrobků, mléka, brokolice, vajec, kapusty, kakaa, sardinek... Důležité je snížit také příjem potravin, které omezují vstřebávání vápníku. Nevhodné je pití coca-coly, přemíra cukru, bílé mouky, přemíra konzumace masa (živočišné bílkoviny), které snižuje vstřebávání vápníku. Dále není vhodné pití sycených nápojů, které také brání vstřebávání vápníku a navíc obsahují hodně fosforu.

Požádejte o konzultaci

Pokud je žena po menopauze měla by požádat svého lékaře o změření sérových ukazatelů (markerů) osteorezorpce. Jestliže je pravděpodobnost zlomenin zvýšená, je vhodné požádat praktického lékaře o doporučení na specializované osteologické pracoviště. Stále je velmi malá část pacientů, kteří se dostanou ke kostním specialistům. Rizikovou skupinou jsou pacienti, kteří už prodělali osteoporotickou zlomeninu. Jen malé procento



zdravá kost

osteoporóza

RADNICI I ÚŘEDNÍKŮM POŽEHNAL V RADNIČNÍ KAPLI MOŘICKÝ PROBOŠT

O boží pomoc a požehnání pro představitele města a zaměstnance magistrátu prosil 7. ledna páter František Hanáček v gotické kapli sv. Jeronýma. Ta je součástí radnice v těsné blízkosti primátorovy pracovny.

„Potřebujeme ale i lidskou posilu a podporu ve vzájemné ohleduplnosti, protože i to vytváří společenství dobrého života,“ uvedl probošt Hanáček, který je farářem v kostele svatého Mořice, při novoročním požehnání. Po modlitbě zpívali všichni shromáždění koledy a četli přímly.

Prosby směřovaly k Hospodinu i ke svatému Jeronýmovi, svatému Mořici nebo svaté Pavlíně a svatému Václavovi. Týkaly se představitelů města, aby jejich rozhodnutí byla vedena dobrou vůlí, moudrostí a prozíravostí. Lidé v kapli prosili i za ty, kdo mají na starosti vzdělání, aby usilovali o rozvoj svobody myšlení i respektování svědomí. Prosili za nemocné i zdravotníky, ale hlavně za všechny obyvatele města a za ochotu se vzájemně tolerovat v názorech.

Po čtení ze svatého Matouše kněz uvedl, že nás čeká rok náročný na zvládnutí plánovaných i neplánovaných událostí.

„Kéž i mnohé opravy a akce vznesou město o stupeň výš. Kéž tohoto roku budeme mít víc času pro dobré věci i pro sebe navzájem. Koneckonců to bude rok o jeden den delší, takže těch příležitostí může být o kapánek více. Prožijme ho úspěšně a s vědomím, že jsme učinili



kus dobré práce a že můžeme pak, dá-li Pánbůh, v příštím roce zase pokračovat v dobrých věcech,“ řekl páter Hanáček. Přál tak celé radnici a všem úředníkům.

Po krátké bohoslužbě poděkoval primátor všem kolegům a zaměstnancům magistrátu i přítomným zástupcům dalších církví a popřál všem vše dobré do nového roku.

CYMBÁLY Z RADNIČNÍ VĚŽE OPUSTILY OLOMOUC

Tolik volnosti neměly od svého vzniku. Cymbály, občas nesprávně zaměňované za zvony, totiž byly půl tisíciletí napevno zavěšeny v radniční věži. Teprve letos v lednu se vydaly na výlet, spojený s odborným restaurátorským zásahem. Oba historické nástroje se vrátí zpět na radnici, byť už ne do její věže.

Cymbály byly z věže radnice sejmuty už minulý rok v rámci rekonstrukce této historické stavby. Z radniční věže zněly bezmála půl tisíciletí, ve 20. století se ale odmlčely. Čas už na Horním náměstí oznamoval pouze orloj. Podle odborného posudku historika umění Leoše Mlčáka jde o významné umělecké i technické památky.

Menší z cymbálů pochází z roku 1603, větší dokonce z roku 1501. Každý z nich měl na věži jinou funkci. „Velký cymbál sloužil k odbíjení celých hodin, malý umístěný pod ním k odbíjení čtvrtí. Původně byl ve věži jen velký pozdně gotický cymbál, ulitý už roku 1501. K němu byl přidán v roce 1603 menší renesanční cymbál,“ uvedl ve svém posudku Leoš Mlčák. „Oba cymbály jsou autorsky určené. Velký je signován, malý

byl autorovi připsán na základě srovnávací analýzy.“ Autorem většího gotického cymbálu je mistr Jan Konvář (Johannes Kandler), menší renesanční nástroj zhotovil olomoucký zvonař Zachariáš Milner.

Obě památky potřebují po staletích provozu odborné očištění a konzervaci povrchu. Za tím účelem je v úterý dopoledne převzali odborníci z dílny Boroko v Brodku u Přerova, která dlouhodobě spolupracuje s tamní zvonařskou hutí. Po restaurování se oba nástroje vrátí na radnici. Velmi pravděpodobně už ale nezamíří nahoru do věže, kde byly po staletí skryty před zraky veřejnosti, ale vystaveny na speciální kovové konstrukci ve dvorním traktu radnice. Zde si je pak budou moci návštěvníci radnice prohlédnout.

Cymbál není v pravém smyslu slova zvon. Ve věžích bývá na rozdíl od zvonů zavěšen pevně a rozeznává jej bicí kladivo, které do něj tluč z vnější strany. Naproti tomu zvon se rozezná po rozhoupání, přičemž zvonění způsobují úderu uvnitř zavěšeného srdce zvonu. Cymbál má také specifický tvar – bývá výrazně nižší než klasický zvon o stejném průměru.

PREMIÉR V OLOMOUCI JEDNAL O INVESTICÍCH DO ZDRAVOTNICTVÍ I O VÝCHODNÍ TANGENTĚ

V průběhu pracovní návštěvy Olomouckého kraje se předseda vlády Andrej Babiš setkal 8. ledna s hejtmánem Ladislavem Oklešťkem i s primátorem Olomouce Miroslavem Žbánekem. Vedle návštěv institucí s nadregionálním významem, jako je například Fakultní nemocnice Olomouc či Vědecká knihovna Olomouc, se premiér zajímal také o krajské město, mimo jiné o otázky dopravy. Při návštěvě Fakultní nemocnice Olomouc se jednalo o velké investiční akci za přibližně 3,5 miliardy korun, kterou bude stavba nového pavilonu. Ta nahradí nejstarší objekt celého areálu, známý jako budova Franz Josef, a po dokončení v sobě soustředí pět dnes rozptýlených klinik. Tato stěžejní investice řeší vedle centralizace také logistiku a hygienické a ubytovací standardy. Vzhledem k tomu, že Fakultní nemocnice Olomouc už má tuto akci projekčně připravenou, přislíbil premiér, že už v příštím roce vláda uvolní první část peněz.

Dalším bodem návštěvy Olomouce byla prohlídka „červeného kostela“ na třídě Svobody. Ten se brzy

změní v důležitou olomouckou kulturní platformu. Bývalý evangelický kostel, který sloužil desítky let jako skladiště knih, je nyní připraven na rekonstrukci a dostavbu, která jej propojí s vedlejší administrativní budovou knihovny. Vloni z něj přestěhovali více než milion knih do nového depozitáře. Po rekonstrukci vznikne v červeném kostele za více než sto milionů korun prostor pro různé kulturní aktivity i pro informační centrum Olomouckého kraje a Vědecké knihovny Olomouc. „Pracujeme na tom, aby toto nové informační centrum úzce spolupracovalo a koordinovalo akce s městským infocentrem, které sídlí v podloubí radnice,“ řekl primátor Mirek Žbánek.

„Jednali jsme také o dopravních stavbách, důležitých nejen pro Olomoučany. Hovořili jsme o stavbě východní tangenty a také o křelovské spojnici,“ uvedl primátor Mirek Žbánek. „Hledáme společně řešení problémů, které blokují pokračování projektové přípravy těchto staveb,“ doplnil primátor.

DOBROVOLNÝM HASIČŮM MĚSTO POMÁHÁ RÁDO. DOSTÁVÁ ZA TO POCIT BEZPEČÍ

Nová auta, nová technika, nebo rovnou zbrusu nové zázemí. Po celý loňský rok spolupracovalo město Olomouc se sbory dobrovolných hasičů. „Když chceme od dobrovolných hasičů, aby se podíleli na zajištění našeho bezpečí, musíme jim k tomu poskytovat adekvátní podporu,“ vysvětluje princip tohoto vztahu Martin Major, náměstek primátora, který má v gesci ochranu obyvatel.

Město dobrovolným hasičům poskytuje pravidelně podporu na nové vybavení, techniku a zázemí pro dobrovolné hasiče z Olomouce. V Olomouci je tato podpora v celorepublikovém měřítku nadstandardní. „Úzce a systematicky spolupracujeme s profesionálními hasiči a také díky této dobré spolupráci se nám daří získávat dotace od Generálního ředitelství HZS na vybavení pro dobrovolné hasiče. Snažíme se využívat také dotací z Olomouckého kraje,“ říká Martin Major. Také díky úspěšnému získávání dotací si tedy může město dovolit velkorysou podporu hasičů.

Během roku 2019 dostali dobrovolní hasiči čtyři nová speciálně vybavená auta. V lednu dostali dobrovolní hasiči z Černovíra a Radíkova dva automobily v celkové hodnotě 2,7 milionů korun. V prosinci pak byla předána další dvě auta hasičům z Droždína a z Holice, jejich pořízení vyšlo na 2,3 milionu korun.

Město Olomouc postupně buduje nové nebo modernizuje staré hasičské zbrojnice. V poslední době to byly dvě nové zbrojnice v Topolanech a v Chválkovicích, k tomu

byly ještě výrazně modernizovány zbrojnice v Lošově a Droždíně.

Měsíc před Vánocemi rozdělovalo město dobrovolným hasičům také potřebné vybavení. Jedná se například o dvaadvacet nových radiostanic Motorola včetně příslušenství, které byly rozděleny mezi jednotky Droždín, Olomouc, Lošov a Topolany. Jednotka Olomouc navíc obdržela pět výjezdových tabletů do požárních vozidel, které pomocí navigace pomáhají lokalizovat událost. Hasiči z Holice a Chomoutova si převzali také čtyři nové komplety dýchacích přístrojů Dräger, včetně náhradních lahví a brašen na masku. Radíkovští hasiči převzali novou motorovou řetězovou pilu, včetně příslušenství a dvě ochranné přilby společně s protipořezovými obleky.



TŘI KRÁLOVÉ PŘIJELI KOLEDOVAT NA KONÍCH. SBÍRKA VYNESLA REKORDNÍ ČÁSTKU



Kašpar, Melichar a Baltazar. Trojice, která se na rámcích dveří podepisuje tradičním symbolem K+M+B+, dorazila v pondělí 6. ledna dopoledne do centra Olomouce. Tříkrálovou sbírku, kterou pořádá už dvacet let Arcidiecézní charita Olomouc, tentokrát symbolizovali králové v podání primátora Mirka Žbánka, ředitele Charity Olomouce Petra Prinze a rektora Arcibiskupského kněžského semináře Pavla Stušky.

„Do roku 2020 vám přeji, aby vaše srdce i mysl zůstala otevřená a plná lásky a pochopení. Přeji nám také to, aby díky naší práci naše město vzkvétalo,“ uvedl v proslovu po zpěvu koled jeden z koledujících králů, primátor Mirek Žbánek. „Díky za to, že se staráte o hmotné věci, jako

třeba o krásnou radnici, která se postupně vyloupává z lešení v nové kráse, i za péči o věci duchovní a lidské,“ doplnil jej druhý z králů, Pavel Stuška. „Přejeme vám také hodně dobrých lidských vztahů, které se projevují mimo jiné tím, že myslíme na druhé. To je také smyslem naší sbírky,“ uzavřel proslovy třetí koledník Petr Prinz.

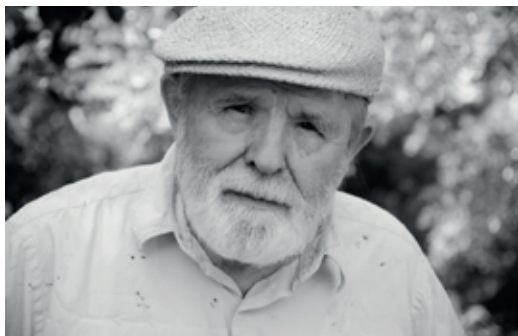
Tříkrálová sbírka, která vznikla před dvěma desítkami let právě v Olomouci, je pokaždé zaměřena na pomoc potřebným lidem. Letos výtěžek sbírky podpoří mimo jiné poskytování domácí hospicové péče, část výtěžku bude využita i na úpravy azylového domu sv. Anežky pro starší nemocné lidi na Svatém Kopečku.

Tři králové letos vyjeli na koních. „Letos jsme se rozhodli pro tuto formu, je krásnější a této tradici dodává i důstojnější podobu,“ vysvětlila angažmá koní Eva Štefková z Charity Olomouc. Atraktivní trojice jedoucích králů s doprovodem také přilákala množství kolemjdoucích, kteří mohli přispět do připravených kasiček.

Dvacátý ročník tradiční sbírky nakonec dopadl velmi úspěšně. Na území olomouckého děkanátu, který zahrnuje město a 36 blízkých obcí, vyrazilo prosit za chudé 432 kolednických skupinek, což je v přepočtu kolem 1 600 dobrovolníků – koledníků a vedoucích skupinek. Poté, co byly kasičky rozpečeteny, ukázalo se, že výnos je rekordní. Výtěžek jubilejního dvacátého ročníku Tříkrálové sbírky v olomouckém děkanátu dosáhl na neuvěřitelnou částku. Pro lidi ocitající se v nouzi byla vykoledována částka 2 miliony korun. Výtěžek tak převýšil loňskou sumu o více než 170 000 korun.

ZEMŘEL OLOMOUCKÝ RODÁK, MALÍŘ KUTRA

Ve věku nedožitých 95 let zemřel v neděli 19. ledna 2020 ve svém druhém domově ve švýcarském Lucernu olomoucký malíř Radoslav Kutra. Radoslav Kutra byl velmi výraznou osobností olomoucké výtvarné scény let šedesátých a po své emigraci a vstřícném přijetí ve švýcarském Luzernu šířil dobrý zvuk olomouckého umění i tam. Malíř, kreslíř, grafik, autor realizací v oblasti užitého umění a monumentální tvorby, teoretik a vysokoškolský pedagog Radoslav Kutra se narodil 13. 3. 1925 v Holici u Olomouce. Po studiích na olomoucké České reálce zamířil na Akademii výtvarných umění v Praze, odkud byl v roce 1949 vyloučen (rehabilitován v roce 1968). V letech 1965–1968 externě vyučoval malbě a kresbě na katedře výtvarné teorie a výchovy Filozofické



fakulty Univerzity Palackého, v roce 1968 začal učit na Střední uměleckoprůmyslové škole v Uherském Hradišti. V prosinci 1968 odešel do švýcarského exilu, kde v roce 1973 založil vlastní výtvarnou školu Kunstseminar Luzern. Tu vedl až do roku 1985, kdy odešel do důchodu.

Radoslav Kutra byl také výraznou součástí české komunity v Luzernu, partnerském městě Olomouce. Také jeho úspěšné zdejší působení tak mělo vliv na zájem švýcarského města o Olomouc. Muzeum umění Olomouc uspořádalo rozsáhlou retrospektivu díla Radoslava Kutry k jeho osmdesátinám v roce 2005. V roce 2013 pak připravilo ve spolupráci s Galerii Caesar v jejích prostorech výstavu jeho obrazů vytvořených v letech 2002–2012.

• OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

OLOMOUCKÝ PRIMÁTOR MIREK ŽBÁNEK ODPOVÍDÁ NA DOTAZY ČTENÁŘŮ

Před padesáti lety na nás sice na zimním stadionu sněžilo, ale pro bruslíci veřejnost tam byla teplá šatna, horký čaj a slané tyčinky. Dnes je stadion sice krytý, ale přezouváme se venku na studených lavičkách a WC sice nejspíš někde je, ale cesta k němu není značená. Dostatečný není ani počet hodin pro bruslení veřejnosti. Zlepší se podmínky pro veřejnost a prodloužíte dobu veřejného bruslení?

Pokud jde o toalety pro bruslíci veřejnost, ty fungují už dnes. V běžné obuvi si můžete vyběhnout a použít toalety na tribunách v patře. Pokud si chcete odskočit v bruslích přímo z ledu, na jižní tribuně či za jižní tribunou směrem k Hynaisově ulici a magistrátu jsou dostupná veřejná WC, ke kterým lze dojít v bruslích po gumových rohožích. Složitější to je s prodloužením doby pro veřejnost. Stadion je dnes primárně využíván pro hokejisty různých věkových kategorií a dalšími sportovními kluby. O rozšíření hodin pro veřejnost sice chceme s nájemcem jednat, ale příliš prostoru pro změnu není. Ten problém by mělo vyřešit vybudování druhé ledové plochy, která je součástí připravovaného projektu. Doufám, že letos získáme na tento projekt stavební povolení a začneme připravovat koncesní nebo jiné výběrové řízení na zhotovitele a provozovatele druhé ledové plochy. Tato menší část celé budoucí multifunkční haly by měla být primárně určená hobby hokejistům, bruslení veřejnosti a dalším ledním sportům tak, aby nedocházelo ke kolizím s potřebami A týmu hokeje.

Doslechl jsem se o zrušení sběrových sobot. Možná to příliš nezajímá ty, kteří mohou vozit svým autem

odpad do sběrových dvorů, ale hlavně v okrajových částech města žije spousta lidí, pro něž jsou sběrové soboty jedinou variantou, jak se legálně zbavit velkého odpadu. Musí se tato tradiční věc opravdu rušit?

O úplném zrušení sběrových sobot se sice v posledních týdnech hovoří, ale jde z velké části o nedorozumění a informační šum. O takovém nesmyslu vedení města nikdy nerozhodlo. Pravda je, že organizace sběrových sobot byla doposud příšerně drahá a nikdo se tím v minulých letech moc nezabýval, což jsme kritizovali. Pokud si ale teď někdo chtěl zjednodušit život tím, že místo hledání

efektivnějšího způsobu sběru velkého odpadu radši definitivně odpíská sběrové soboty, tak ho pošlu s dvoukolákem uklidit ten starý gauč v Holickém lese, co tam na konci roku někdo dovezl. V rámci akce Uklidme Česko se po městě rozmisťují spousty kontejnerů a v některých přitom skončí jen pár pytlů. Už vloni jsem proto kritizoval úředníky, proč tyto dvě akce nespojí do jednoho termínu. Na druhou stranu, město platí miliony za úklid velkého odpadu, který někteří bezohledně skládají ke kontejnerům u domů v průběhu celého roku.

Tam gauče, skříně nebo televize určitě nepatří. Efektivnější svoz odpadu máme v programu na vedení města koncem ledna a úplné zrušení sběru zejména v příměstských čtvrtích určitě nepřipouštím.

Dotazy určené olomouckému primátorovi do naší pravidelné rubriky Otevřená radnice můžete posílat mailem na adresu redakce@moravskysenior.cz nebo poštou na adresu Moravský senior, Táboritů 237/1, 779 00 Olomouc



Komise městské části Slavonín ve spolupráci s vydavatelstvím magazínu Moravský senior a FK Slavonín pro Vás připravuje

SPOLEČENSKÉ SETKÁNÍ SENIORŮ s hudbou k tanci

**Setkání seniorů se koná 17. dubna 2020 od 16:00 hodin
v areálu Sokolovny ve Slavoníně.**

Čeká na vás bohatý program s hudbou a občerstvením.

Počet míst je omezený. Pokud máte zájem se zúčastnit, neváhejte nás kontaktovat na e-mailu: office@moravskysenior.cz

TĚŠÍME SE NA VÁS

AKCE NA ÚNOR



Omega Olomoucký ples

14. 2., od 19 hodin, Olomouc – NH Collection Olomouc Congress
Plesová událost letošního roku 2020 se koná v pátek 14. února v NH Collection Olomouc Congress tentokrát na téma Láska a vášeň. Těšte se na opravdové zahraniční hvězdy. Jako hlavní hvězda vystoupí Milli Vanilli, dále například kapela O5 a Radeček, Marek Ztracený nebo plesový band Jamr's. Celým večerem bude provázet hvězdná dvojice ve složení Ivetta Vítová a Jan Čenský. Chybět nebude ani bohatý doprovodný a zážitkový program včetně prvotřídního cateringu. V případě zájmu o vstupenky kontaktujte obchodní oddělení Radia Haná na čísle 585 224 035 nebo e-mailu reklama@radiohana.cz.



hudba / koncert / tanec



výstavy / přednášky



divadlo / kino



turistika / sport / jiné

Aquatera Olomouc

1. 2., od 8 hodin, Olomouc – výstaviště Flora

Aquatera Olomouc je prodejní burza pořádaná pravidelně na výstavišti Flora. Naleznete zde už tradičně akvarijní ryby, rostliny, krmiva, terária, terarijní zvířata, chovatelské potřeby a mnoho dalšího. Vše za bezkonkurenční ceny.

Hanácký bál

1. 2., od 19 hodin, Olomouc – Regionální centrum Olomouc

Sdružení obcí mikroregionu Království pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje Ladislava Oklešťka pořádá XXVII. reprezentační Hanácký bál v sobotu 1. února 2020. Těšte se na bohatý program hned na dvou pódii, tombolu „s výživnými“ hlavními cenami, hanácké koláčky a štamprličku na uvítanou, zabijačkové a tvarůžkové speciality a půvabné Hanáčky s galantními Hanáky. K tanci a poslechu zahraje Hanácká dechovka Hulíňané, Syrinx se zpěvačkou Danou Chytilovou. Speciálním hostem pak bude král lidových písní Jožka Černý. Dále vystoupí: Národopisný soubor Cholinka, Folklorní soubor Haná Přerov, Folklorní soubor Haná Velká Bystřice, Hanácký mužský sbor Rovina, Rychtářovská chasa z Rychtářova nebo Folklorní soubor Majetínek z Majetína. Vstupenky je možné koupit v informačním centru v podloubí olomoucké radnice. Návštěvníci v kroji mají vstup zdarma bez místenky.



NE! smrti na silnici

3., 10., 17. a 24. 2., od 14 hodin, Olomouc – Centrum Semafor

Kurz dopravní výchovy pro seniory – chodce na téma silniční provoz a jeho úskalí pro seniory se koná každé pracovní pondělí od 14 do 16 hodin a jeho náplní je stav dnešní dopravy, základní zásady chování

v silničním provozu nebo seznámení s ustanoveními zákona týkajícími se chodců a cyklistů. Pro každého účastníka je připraven malý dárek, káva a čaj. Kurz je zdarma. Přihlášky do kurzu přijímá a informace poskytuje Josef Línek na čísle 602 582 877.

Šermířský ples

8. 2., od 19 hodin, Olomouc – Armádní dům

Přijďte se pobavit na šermířský ples. Hudbu zajistí kapely Rabussa, Strigoň a Drunken Weasel. Součástí doprovodného programu bude taneční vystoupení taneční skupiny Evadees a nebude chybět ani bohatá tematická soutěž o ceny. V rámci akce se bude konat také sbírka pro neziskovou organizaci Jdeme autistům naproti – Jan Olomouc. Vstupné v ceně 250 korun je k dostání na webu www.nonsancti.cz/ples.php.

Nedělní party při dechovce

9. a 23. 2., od 13.30 hodin, Přerov – Městský dům Přerov

Doražte si zatančit a společensky se pobavit. Tradiční taneční odpoledne pro seniory se skupinou Mini nebo Záhorská kapela se bude konat každou druhou únorovou neděli. Vstupné je 70 korun.



Nalevo od výťahu

10. 2., od 19 hodin, Olomouc – Reduta

Znáte slavnou francouzskou komedii, která byla zfilmována s Pierrem Richardem? Všechno začíná zabouchnutými dveřmi. Hlavního hrdinu má navštívit zbožňovaná, ale vdaná přítelkyně. Decentní setkání se kvůli chorobně žárlivému sousedovi a jeho mladičké manželce mění ve sled neuvěřitelných komických situací. Hrají: Roman Vojtek, Kristýna Kociánová, Jiří Ployhar, Vilém Udatný, Jana Tabrea, Zdeněk Rohlíček a Lenka Zbranková. Vstupenky koupíte v síti Ticketportal nebo v informačním centru v podloubí olomoucké radnice.

Charitativní bazar

10.–14. 2., od 9 hodin, Olomouc – Centrum pohybu

Přijďte na charitativní bazar Ženy & ženám, který se koná od 10. do 14. února v Centru pohybu v ulici Sokolská číslo 7. Můžete zde koupit oblečení, obuv i kabelky za 39 korun za kus. Výtěžek bude věnován vozíčkářům Line Dance Klub Olomouc.

Návraty k samotářům

11. 2., od 18 hodin, Olomouc – Arcidiecézní muzeum Olomouc

V roce 2018 představil Aleš Palán na Ekologickém večeru před zaplněným sálem příběhy šumavských samotářů ze své knihy Raději zešlét v divočině. Dva roky jezdil za novodobými poutevníky a na svět přišla ojedinělá kniha, která přibližuje dlouhodobou samotu, život mimo civilizaci a blízké soužití s přírodou. A také daň, jakou se za takovou alternativu platí. Někteří si postavili v lese chýši, jiní žijí v marigotkách, případně na horských samotách. Jeden přespává přímo pod stromy. K některým se dá dojet autem, k dalším se musí pěšky. Postupně se dovídal o podobných lidech žijících i mimo Šumavu a jejich příběhy představil v navazující knize Jako v nebi, jenže jinak. Osudy lidí, jejichž názory a životy se neshodují vůbec ničemu, co moderní člověk zná. Ponory do tajuplného světa, do zákoutí krajiny, kam mnozí nevtroučí a do lidské duše. Do dlouhodobé samoty a odloučenosti, do paralelního světa, který přesto tomu našemu klade velmi znepokojující otázky. Otázky si kladl i autor sám. Svě zamyšlení nad tím, co mu tři roky se samotáři daly, čím ho tito lidé nejvíc oslovili a proč je má tak rád zachytil v knize Návrat do divočiny. Přijďte si poslechnout jeho povídání z cyklu Ekologických večerů pro veřejnost. Vstupné je dobrovolné na činnost Sluňákova.



OLD's COOL OLOMOUC 2020

13. 2., Olomouc

Festival OLD's COOL se vrací do Olomouce, kde 13. února ukáže, že věk nehraje roli. Pro olomoucké publikum si Elpida přichystala českou premiéru

Mezigenerátoru – kvízu, ve kterém soutěží týmy namíchané ze všech věkových kategorií, a také první ze šňůry koncertů sboru Elpida a Vaška Havelky, které oslavují deset let spolupráce. Že mají vztahy mezi matkami a dcerami tisíce podob, to zachycuje výstava, kterou Elpida připravila ve spolupráci s Bet Orten a Veronikou Ruppert. A ani letos nebude chybět moravská edice oblíbeného pletacího workshopu Hladce obrace, v rámci kterého se zkušené pletáčky z projektu Ponožky od babičky pokusí za pomoci místních nadšenců oplést město.

14.00–17.00 – Hladce obrace aneb Pleteme

Olomouc / **Divadlo na cucky**

17.00–17.30 – Výstava Matka a dcera:

komentovaná prohlídka / **Divadlo na cucky**

17.30–18.30 | Divadelní představení Kráva v teleti /

Divadlo na cucky

19.00 – Mezigenerátor / **Jazz Tibet Club**

20.45 – Koncert Václav Havelka & sbor Elpida / **Jazz Tibet Club**

ČokoFest 2020

14.–16. 2. Olomouc – Galerie Šantovka

Agentura ChrisEvents vás srdečně zve na Olomouc Čokoládový Festival 2020, který začne na svatého Valentína v Galerii Šantovka. Akce je jedinečnou událostí pro všechny milovníky čokolády a cukrovinek, kteří mají chuť se pobavit, skvěle si pochutnat a případně se i přiučit vaření s čokoládou. Vstup je zdarma.

Alkohol

15. 2., od 18 hodin, Olomouc – Sklub

V Sklubu znovu přivítáme kapelu Alkohol. Pozvěte v sobotu 15. února přátele a přijďte si poslechnout hudbu oblíbené rockové kapely. Ta spolu hraje už od roku 1992 a za tu dobu má na svém kontě téměř dvě desítky cédéček. To nejnovější je z roku 2018 a nese název Sudová přitažlivost. Vstupenku na koncert můžete koupit za 360 korun na webu predprodolomouc.cz.



Co přinesl Ježíšek? Hračky ze sbírky Kamily Kubáškové

do 16. 2., Šumperk – Vlastivědné muzeum v Šumperku

Letos si návštěvníci šumperského muzea mohou až do poloviny února prohlédnout výstavu věnovanou dětským vánočním dárkům. Ty jsou prezentovány prostřednictvím sbírky historických hraček Kamily Kubáškové z Rýmařovska, která obsahuje téměř vše, co si děti mohly v minulosti přát od Ježíška – panenky, domečky pro panenky, medvídky, stavebnice nebo autíčka. Že Vánoce neznamenají honbu za nejdražším a právě módním dárkem, návštěvníkům současně připomíná například hadrová panenka Terezínka, s níž si hrála holčička v koncentračním táboře Terezín, nebo charitativní hračka Habešánek ze 30. let 20. století.

1989

do 16. 2., 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 Ludka Peřiny. Návštěvníci tak budou moci okusit atmosféru zlomových okamžiků roku 1989 především v Olomouci. Vstup je zdarma.

Ladislav Zibura – Pěšky mezi buddhisty a komunisty

18. 2., od 20 hodin – Olomouc, Kino Metropol



Poutník, spisovatel a blondatý rošťák Ladislav Zibura se vrací do olomouckého kina Metropol s novými příběhy. Přijďte si poslechnout vyprávění o jeho 1 500 kilometrů dlouhé dobrodružné pěší výpravě po Nepálu a Číně. Bude to stát za to. Vstupenky jsou k dispozici za 190 korun.

Fantastická žena

18. 2., od 19 hodin, Prostějov – Společenský dům Prostějov

Dokonalý partner a ideální vztah? Dejte si pozor na to, co si přejete. Na současnou komedii úspěšného kanadského autora se můžete těšit v úterý 18. února od 19 hodin v prostějovském společenském domě. Příběh dvou kamarádů, jejichž životy zamíchá tajuplná seznamka a doslova fantastická žena, která se jim objeví v bytě, vás zaručeně pobaví. Předprodej vstupenek na webu ticketportal.cz nebo na pokladně divadla v Prostějově.

The Ples

21. 2., od 19 hodin, Olomouc – Regionální centrum Olomouc



Chcete si užít opravdu taneční ples? Potom je tu pro vás 3. ročník olomouckého The Ples v maskách, který opět nabídne skvělý hudební program, úžasnou gastronomii a další. K tanci a poslechu zahraje Rozhlasový Big Band Gustava Broma i latino-americká kapela Dos Cubanas. U vstupu vás přivítají žongléři, chůďaři a budete moci spatřit také unikátní ohnivou show. Úspěšný tanečník a dvojnásobný vítěz soutěže Stardance, Jan Onder, vám společně se svou taneční partnerkou, herečkou Danou Batulkovou, předvedou působivé a energické taneční vystoupení. Taneční mistr Jan Halíř vás pak naučí základní taneční kroky rytmické salsy. Vystoupí také Smíšený komorní sbor Ateneo Univerzity Palackého v Olomouci či taneční soubor Moravského divadla Olomouc. Lístky od 400 korun jsou v prodeji na webu www.theples.cz/vstupenky.

Caveman

21. 2., od 19 hodin, Olomouc – Kino Metropol

Chcete se smát až k slzám? Málokterý autor se může pochlubit takovým úspěchem, jako Rob Becker, který dokáže vyprodat divadelní sály v USA stejně jako ve Slovinsku, v Německu jako ve Francii. Přijďte se podívat na slavnou one man show o tom, co dělá muže mužem a ženu ženou, o rozdílech mezi námi, o lásce, partnerství a vtipně utajených kvalitách obou pohlaví. Představení trvá hodinu a půl a vstupenky jsou k dostání za 320 až 380 korun.

Lidový bál

22. 2., od 19 hodin, Olomouc – výstaviště Flora

Přijďte se pobavit na Lidový bál. K tanci a poslechu zahrají kapely New Street Band a The Garneders, večerem vás provede Roman Vencel spolu s Janem Ťoupalíkem. O doprovodný program se postará Moravské divadlo Olomouc a Folklorní soubor Rovina. Nalákat vás může například košť vína z arcibiskupských sklepů. Vstupenky za 350 korun můžete koupit na webu lidovybal.com.

Výstava obrazů

Květoslavy Kulczycké

do 28. 2., Olomouc – Knihovna města Olomouce, pobočka Jungmannova

Také v únoru si můžete na pobočce Jungmannova prohlédnout obrazy Květoslavy Kulczycké. Autorka vystudovala Filozofickou fakultu Univerzity Palackého, dlouhá léta působila na Střední průmyslové škole elektrotechnické v Mohelnici, nyní působí na Střední průmyslové škole strojnické v Olomouci. Její obrazy, které jsou tvořeny technikou akvarelu, zachycují svět malebných horských potoků nebo náladu zimy. Přijďte si na pobočku olomoucké knihovny navodit atmosféru romantiky rodinných výletů.

Trikolora

do 28. 2., Šumperk – městská knihovna

Sledujte malý příběh ve víru velkých dějin! Na konci roku 1989 byl mráz, který zalézal za nehty. Přesto byly ulice českých a slovenských měst plné lidí, kteří už měli plné zuby komunistické diktatury. Jak tyto společenské kotrmelce a dobu plnou elektrizujícího napětí i prvních svobodných nádechů po mnoha letech vnímá parta desetiletých dětí? Jak revolucí žije jejich malé sídliště na okraji malého okresního města? Kde sehnat trikoloru? Proč se už učitelům neříká „soudruhu“? A kdo je to ten Havelnahrád? Přijďte se podívat na komiks autorů Martina Šinkovského a ilustrátora Ticho762.

Když ten dělá to a ten zas tohle

do 1. 3., Prostějov – Muzeum a galerie v Prostějově

Na výstavě budou prezentovány předměty z muzejních sbírek – nářadí a výrobky vztahující se ke kovářství, stolařství, ševcovství, tkalcovství, hrnčířství ale také třeba perníkářství. V druhé části výstavy si návštěvníci připomenou, jak se nakupovalo za časů první republiky, a to nejen v kamenných obchodech, ale i na trhu. Prostřednictvím obchodníků z knížky Karla

Poláčka Bylo nás pět se mohou návštěvníci seznámit s vybavením i zbožím dobového koloniálu, cukrárny, obchodu s textilem a řeznictvím, ale také navštívit výroční trh. Výstava dětem i dospělým návštěvníkům připomene, jak se rozvíjel obchod a do jaké míry se udržely rodinné i národní prvorepublikové tradice.

Intimní pohled na péči Charity v černobílé fotografii Jindřicha Buxbauma

do 4. 3., Šumperk – městská knihovna

Fotografie Jindřicha Buxbauma zachycují pečovatelské a zdravotní sestřičky Charity Šumperk při jejich každodenní práci v domácnostech uživatelů a pacientů, za kterými často putují i desítky kilometrů. Co domácnost, to jiný životní příběh. Všechny ale spojuje potřeba láskyplné péče, a to nejen o tělo, ale i o duši. Jindřich Buxbaum se narodil v roce 1953 ve Šternberku a velkým vzorem mu byl otec, který zažil léta genocidy v terezínském ghettu a v Osvětimi. Židovství je pro něj dominantním motivem a plně se sám k němu hlásí. Rád se aktivně účastní všedních i svátečních chvil své komunity jak u nás, tak v zahraničí a je jejich přirozenou součástí. Proto smí fotografovat na místech, kam je běžným lidem vstup zapovězen. Tématem většiny Buxbaumových fotografií je tedy život židovské komunity. Mimořádně Jindřich Buxbaum fotil pro Charitu Šumperk její pečovatelské a zdravotní služby na Šumpersku, Hanušovicku a Staroměstsku.

>>> cestovní kancelář - autobusová doprava <<<

KO-tour

Zájezdy pro (nejen) seniory...

POBYTY - Itálie (Kalábrie, Kampánie), Chorvatsko - celé pobřeží Jadranu, Řecko (pod Olympem)

POZNÁVAČKY - klasika i velké okruhy, 5 až 15 dní např. Řecko a země Balkánu, Skandinávie, Černá Hora + Albánie, Bosna a Hercegovina, Rumunsko, Španělsko + Portugalsko, Petrohrad + Pobaltí, Holandsko, Las Fallas - ohnivé slavnosti ve Španělsku, Moldávie + Rumunsko, krásy Provence, Švýcarsko (to NEJ), Srbsko a Maďarsko...

Zájezdy na míru! Vlastní autobusy (až 59 míst).

www.kotour.cz

Políčka, Riegrova 52 • 603 524 224 • kotour@kotour.cz

Další sleva pro členy Klubu českých turistů

ELPIDA

COOL
OLOMOUC
2020

OLD'S COOL Olomouc 2020

MEZIGENERÁTOR

kvíz pro všechny generace

13. 2. 2020 / 19 hodin Jazzy Tibet Club
Vstup zdarma

zřejmě V divadlo na Šantovce OLOMOUC VITAL Olomouc Radio Wave

 **filmový klub seniorů**

PROGRAM 2020 ÚNOR

14.00 hod. / 70,-

PO	3. 2. VLASTNÍCI	Č
ČT	13. 2. PRVNÍ ZRÁDCE	T
PO	17. 2. DOKONALÁ LEŽ	T
ČT	27. 2. MŮJ PŘÍBĚH	Č

V prodeji od 16. prosince

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

KINO METROPOL

 **Moravské divadlo Olomouc**

ÚNOR 2019

1. so 19:00 X	Dům Bernardy Alby	Činohra
2. ne 14:30 NO	Zkrocení zlé ženy	Balet
3. po 19:00 A	Lovci perel	Opera **
19:00 -	Central Park West	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce
4. út 19:00 B	The Beatles Celebration	Balet
6. čt 19:00 D	Tlustý prase	Činohra •
7. pá 19:00 -	Splašené nůžky	Činohra
8. so 16:00 ZO	Kupec benátský	Činohra
9. ne 16:00 YO	Zkrocení zlé ženy	Balet RODINNÉ DIVADLO DERNIÉRA
11. út 19:00 -	Starci na chmelu	Muzikál
12. st 19:00 -	Così fan tutte	Opera * SENIORI -30%
13. čt 19:00 -	Královny	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce
14. pá 19:00 -	Petr a Lucie	Činohra DERNIÉRA VALENTÝN
15. so 14:30 -	Baletní dílna Louskáček ••	
19:00 -	Mamzelle Nitouche	Opereta
16. ne 10:00 RPP	Dášenka čili život štěněte	Pohádka Divadlo Scéna Zlín
14:00 OPP	Dášenka čili život štěněte	Pohádka Divadlo Scéna Zlín
17. po 19:00 K	Postřižiny	Činohra
18. út 19:00 L	Dům Bernardy Alby	Činohra
20. čt 19:00 -	Evžen Oněgin	Činohra SENIORI -30%
21. pá 19:00 P	Cornevillské zvonky	Opereta PREMIÉRA
22. so 19:00 X	Cornevillské zvonky	Opereta
23. ne 19:00 -	Krejčovský salon	Činohra DERNIÉRA
24. po 19:00 -	Když se zhasne	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce
25. út 19:00 B	Tlustý prase	Činohra •
26. st 19:00 C	Cornevillské zvonky	Opereta
27. čt 19:00 D	Giselle	Balet
28. pá 19:00 V	Postřižiny	Činohra
29. so 19:00 -	Jméno	Činohra •

• představení bez přestávky, •• vstupenky pouze v předprodeji v pokladně MDO,
* v italském originále s českými titulky, ** ve francouzském originále s českými titulky
Záběhy divadla: 12.2. Kočí hra Václavské Meziříčí, 28.2. Na tý louce zelený Hradec Králové
Školní představení: 13.2. Louskáček 10:00, 19.2. Sluha dvou pánů 10:00, 21.2. Evžen Oněgin 10:00, 24.2. Petr a Lucie 10:00
Změny vyhrazeny. Aktuální program naleznete na www.moravskedivadlo.cz.
Předprodej na únor zahájen 4. 11. 2019 v 9:00 hodin.

 Zřizovatelem Moravského divadla Olomouc je statutární město Olomouc
www.moravskedivadlo.cz | tel.: 585 500 500

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

INTERNETOVÉ KALKULAČKY ENERGIÍ JSOU MNOHDY ZÁMĚRNĚ NEPŘESNÉ

Většina dodavatelů elektřiny a plynu nabízí na svých webových stránkách kalkulačku, která vám spočítá výhodnou cenu jejich elektřiny. Jak to, že je cena na dodavatelské webu často tak výhodná?

Důvod bývá většinou skrytý v tzv. orientační kalkulačce. Ta je pohodlná, neboť pro výpočet nepotřebujete znát svoji aktuální roční spotřebu, distribuční sazbu ani hodnotu jističe. Tedy údaje, které člověk běžně v hlavě opravdu nenosí. Jenomže výsledek takové kalkulačky je následně také pouze orientační. A jak to tak bývá, je orientační směrem k co nejnižší ceně, takže se mnoho zákazníků jednoduše chytí a domnívá se, že s novým dodavatelem ušetří. Ale realita skutečné spotřeby a následných skutečných plateb je jiná.

Stejné zadání, ale rozdílné výsledky

Do kalkulačky se obvykle zadává typ bydlení (dům nebo byt) a způsob spotřeby elektřiny, nejčastěji svícení, vaření, ohřev vody, vytápění a případně tepelné čerpadlo. Kalkulačka následně tyto hodnoty sama převede na distribuční sazbu, spotřebu a hodnotu jističe. Tedy údaje nezbytné pro výpočet ceny elektřiny. Tento převod by měl být nastavený tak, aby co nejlépe odhadl spotřebu zákazníka.

„Jaké hodnoty ale zvolí, záleží čistě na společnosti, která kalkulačku provozuje. Často se tak můžeme setkat se situací, že kalkulačka pro zadaný typ spotřeby počítá s výrazně nižší než reálnou spotřebou nebo jinou hodnotou

jističe. A tím pádem samozřejmě nabídne výhodnější cenu,“ říká Jan Kovalský ze společnosti Energie ČS.

A jaké další triky se používají?

Dalšími triky provozovatelů kalkulaček jsou z jejich strany chytře vymyšlená zadání dalších hledisek jako je například využití nejdrazších tarifů konkurence pro kalkulačku. Většina dodavatelů totiž nabízí i jiné levnější tarify. Na druhé straně pak u výsledné spočítané ceny nového kalkulovaného dodavatele často vypadne na první pohled omračující výhodná suma ročních plateb. V rámci této ceny započítá například provozovatel kalkulačky slevu pro první rok, takže se cena jeví na první pohled jako velice výhodná. Zákazník po čase ale s nemilým překvapením zjistí, že pokud má například smlouvu na tři roky, tak druhý a třetí rok zaplatí podle smlouvy výrazně více, než rok první, který získal se „slevou“.

Jak se nenechat napálit?

„Při kalkulacích a hledání výhodnějších dodavatelů energií doporučuji být dobře seznámen s těmito vlastnostmi kalkulaček a triky dodavatelů. A zejména pak zadávat vždy co nejpřesněji výši své spotřeby a hodnotu jističe,“ říká Jan Kovalský ze společnosti Energie ČS a dodává: „Taky se vyplatí zkontrolovat si správnost výpočtu ceny na stránkách Energetického regulačního úřadu, který je nejdůvěryhodnějším zdrojem v této oblasti.“

(Aspen PR)

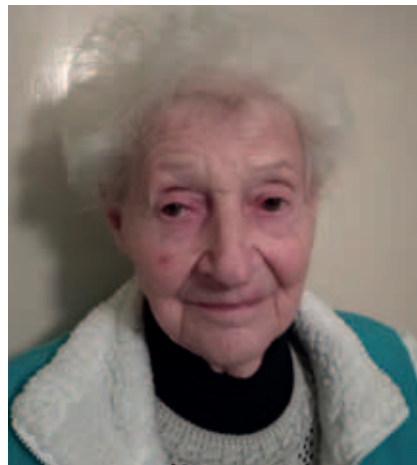


CO VÁM V ŽIVOTĚ UDĚLALO NEJVĚTŠÍ RADOST? UDĚLALI BYSTE NĚCO JINAK?



František Buršík, 82 let
Věrovany-Nenakonice

- V roce 1972 jsem svépomocí dostavěl náš dům a ve stejném roce se nám po třech děvčatech narodil syn. To byla veliká radost.
- Na svém životě bych neměnil nic. Kdybych ale měl tu moc, zavedl bych spravedlivou valorizaci důchodů. Proč důchodci, kteří celý život poctivě pracovali za nejnižší mzdu, jsou až do smrti poškozováni? Energie, potraviny, náklady na bydlení se zdražují všem stejně. Je to nespravedlivé.



Brigita Bejdáková, 86 let
Věrovany-Nenakonice

- Děti když se narodí a vyrůstají, to je největší radost. A pak vnoučata a pravnoučata. Když přijede celá rodina, je plný dům dětí, to mám ráda. Ale umím se radovat ze všeho. Mám ráda přírodu, lidi, užiju si každou maličkost.
- Neměnila bych nic. Dočkala jsem se vysokého věku, co víc si přát.



Jiří Vystrčil, 70 let
Věrovany-Nenakonice

- Největší radost byla, když se nám po dlouhém čekání narodil vnouček. A když se na to podívám po sportovní stránce, tak když MORA získala extraligový titul. To bylo radosti.
- Neměnil bych nic.



Blažena Lajčíková, 83 let
Věrovany-Nenakonice

- Největší radost mi udělalo narození dětí. Mám dvě dcery a syna. Později narození 6 vnoučat a 8 pravnoučat. A radost mi až do 80 let dělalo vystupování s našim seniorským spolkem mažoretek.
- Měla jsem pestrý život, ale nic bych neměnila.

SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři, také jste se tak těšili na nové číslo vašeho oblíbeného magazínu? Přiznávám, že i mě lednové číslo opravdu chybělo. Konečně jsme se dočkali. Rozjezdový měsíc leden máme za sebou a s ním také spoustu práce předsednictva KRS nad schváleným plánem aktivit KRS Olomouckého kraje 2020. V dnešním sloupku bych vás chtěla informovat hlavně o termínech plánovaných aktivit, na které se těšíte a o které si píšete. Začnu IV. ročníkem Krajské táborové školy pro seniory. Protože o náš seniorský tábor v přírodě je velký zájem – loňská účast byla 165 táborníků, rozhodli jsme se uspořádat v letošním roce dva turnusy. První turnus v rekreačním zařízení v Domašově nad Bystřicí proběhne 22.–27. 6. 2020 a druhý turnus v rekreačním zařízení v Čekyni u Přerova 31. 8.–5. 9. 2020. Podmínky máte na letáčích. Zájemci se mohou hlásit na e-mail: milenahesova@seznam.cz nebo u hospodářky KRS paní Ondruškové (tel.: 736 604 567).

Oba turnusy pořádáme pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje a programem bude opět fantastický týden na čerstvém vzduchu v přírodě, soutěže, kvízy, sportovní Olympiáda, turnaje, taneční a pěvecké večery s živou hudbou, cvičení v přírodě, meditace, celotáborová hra s hledáním pokladu, karneval, táborák, kreativní dílny, celodenní výlet busem a spousta dalších aktivit, které mají na tělo i duši blahodárný vliv. Čeká vás také překvapení v podobě výjimečného hosta a už teď vám prozradím, že se máte na co těšit, však mě znáte. Realizací této táborové školy v přírodě pro seniory je naší snahou o zvýšení kvality všedního, ale i duševního života seniorů s důrazem na zamezování sociálního vyloučení právě z důvodu vysokého věku. Letošní V. ročník krajských sportovních her seniorů pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje proběhne 19. května již tradičně na stadionu TJ Lokomotivy v Olomouci. Od 10. února si můžete napsat o Propozice s přihláškou místopředsedkyni KRS Olomouckého kraje paní Zdence Marcinkové: z.marcinkova@seznam.cz

Vyplněnou přihlášku pětičlenných družstev pak odešlete zpět dle pokynů v propozicích nejpozději do 10. května. Potvrzení registrace a přidělení startovního čísla bude realizováno, jakmile organizační štáb obdrží vyplněnou přihlášku a startovné 400 Kč za družstvo bude složeno na účet KRS – č. ú. 2900931192/2010, VS: 19052020 a do zprávy pro příjemce (poznámky) uvést jméno klubu seniorů, případně jméno družstva. Placení startovního v den konání her na stadionu nebude z organizačních důvodů možné.

Novinkou v letošním roce je I. reprezentační ples Krajské rady seniorů Olomouckého kraje ve spolupráci s TV Šlágry, který se bude konat 27. března ve Společenském domě v Prostějově od 14:00 a na který vás všechny srdečně zveme. Cena slosovatelné vstupenky je 200 Kč a v prodeji budou od 15. února u všech členů předsednictva KRS a také v kanceláři KRS ve Štursově ulici (soc.odbor) II. patro – kancelář

č. 329 každý čtvrtek od 9:00 do 12:00. Ano, to je nová kancelář Krajské rady seniorů Olomouckého kraje, o které jsem se zmiňovala v minulém čísle v souvislosti s plánovaným zřízením akreditované bezplatné právní poradny RS ČR a na kterou se nám zatím nepodařilo z důvodů schvalovacích procesů a termínů daných zákonem zajistit finanční prostředky, abychom mohli spustit provoz. Dobrá zpráva je, že se nám podařilo zajistit alespoň prostředky na nájem a v případě potřeby nás můžete navštívit každý čtvrtek od 9:00 do 12:00. O rezervaci vstupenek si také můžete

napsat tajemnici KRS paní Olze Kuchařové: ola.k@email.cz nebo milenahesova@seznam.cz. Těšit se můžete na Šlágr partu, Veselou trojku, Duo Aramis, Pavla Nováka a další interprety TV Šlágru, připraven je pestrý kulturní program, bohatá tombola a také nějaké to překvapení navíc. Velmi nás těší váš zájem o týdenní rekreační pobyty v Hotelu MAS *** v Sezimově Ústí ve spolupráci s KRS Olomouckého kraje. Letošní jarní termíny jsou zcela obsazené. Zájemci o podzimní turnus 19.–25. 11. 2020, informujte se u paní Jaroslavy

Köhlerové, členky předsednictva KRS – tel.: 732 208 050 nebo e-mailem kohlerovajarka@seznam.cz. Děkujeme za všechny krásné a děkovné dopisy, které jste nám zaslali a o které jsme se podělili i s vedením Hotelu MAS. Všem, kteří máte wellness do Sezimova Ústí v letošním roce již zakoupený, přejeme krásný pobyt a nezapomenutelné zážitky. I v letošním roce pokračujeme ve studiu virtuální univerzity třetího věku. První skupina úspěšných absolventů tříletého vysokoškolského studia při Krajské radě seniorů promovala 15. ledna 2020 v aule PE fakulty České zemědělské univerzity v Praze. Všichni zúčastnění mi dají jistě za pravdu, že to byl neskutečný zážitek.

Další semestr začínáme 13. února v Kongresovém sále Krajského úřadu v Olomouci, II. patro od 15:00. Studijním tématem je „Etika jako východisko z krize společnosti“. Zveme všechny zájemce o VU3V, přijďte se podívat na první lekci a teprve pak se můžete rozhodnout, zda chcete studovat. Přednášky (celkem 6) jsou ve dvoutýdenních intervalech. Studujeme v 6 semestrech (každý semestr – nové studijní téma) tj. 3 roky, které pak zakončujeme promocí na partnerské univerzitě v Praze.

Dnes už se nám do sloupku KRS více informací nevejde. Závěrem ještě připomínka pro všechny, kteří by chtěli rozšířit řady Krajské rady seniorů Olomouckého kraje, napište si o individuální nebo klubovou přihlášku členství, všichni jste vítáni. Pro více informací můžete navštívit naše stránky na www.rscr.cz, najdete nás také na facebooku nebo osobní návštěvou v naší nové kanceláři.

Milí senioři i čtenáři, děkuji vám všem za váš čas, který jste věnovali těmto řádkům a přeji vám krásné, pohodové dny.

Milena Hesová
předsedkyně KRS Olomouckého kraje
členka předsednictva Rady seniorů ČR



PRÁVNÍ VZDĚLÁVÁNÍ SENIORŮ V PŘEROVĚ

Dne 6. 1. 2020 se v přerovském Centru SONUS konala přednáška pro seniory na téma spotřebitelské právo. Presentaci připravila studentka posledního ročníku Právnické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci Kateřina Augustinová, jejíž aktivity podpořil také Nadační fond UP a která vede ERUDIUM, projekt právnického spolku Nugis Finem, jehož posláním je bezplatné zvyšování a zlepšování právního vzdělávání pro školy, charity, domovy pro seniory a další subjekty. Podstatou přednášky bylo hlavně upozornit na klíčová ochranná ustanovení zákonů a na nejčastější klamavé a nezákonné praktiky obchodníků a vysvětlit seniorům jejich práva tak, aby byli schopní se v běžných situacích dovolat práva. Například při uplatňování práv z vad zboží, uzavírání jednoduchých smluv či dovolání spotřebitelských práv. Kateřina Augustinová ukazovala reálné příklady z praxe, díky tomu si posluchači mohli snadněji situace představit a mnoho z nich uvedlo, že se již v podobných situacích ocitli. V případě zájmu je možné ji kontaktovat na prednasky@erudium.cz.

Ing. Václav Zatloukal,

Implementace politiky stárnutí
v krajích, MPSV



KRAJSKÁ
TÁBOROVÁ
ŠKOLA V PŘÍRODĚ
PRO SENIORY 2020 IV. ROČNÍK

22.-27. 6. 2020
 Rekreční středisko Sigmgy Lutín
 v Domašově nad Bystřicí

CENY
 budova **3 500 Kč**
 chatky, srub **3 100 Kč**

• Strava: plná penze, svačinky, pitný režim
 • Ubytování: pokoje, chatky, sruby
 • Doprava klientů autobusy z Olomouce, Litvle, Zábřehu tam a zpět
 • Celodenní výlet autobusem
 • Bohatý zážitkový program plný překvapení
 • soutěže, hledání pokladu, stezka odvahy, taneční a zábavné večery s živou hudbou, karnevalový rej u táborového ohně
 • Zájemci hlaste se na e-mailu: Milenahesova@seznam.cz

Táborovou školu v přírodě
 Vám přináší:

 Krajská rada seniorů
 Olomouckého kraje

TÁBOROVÁ ŠKOLA SE KONÁ POD ZÁŠTITOU LADISLAVA OKLEŠTKA HEJTMANA OLOMOUCKÉHO KRAJE

Krajská
TÁBOROVÁ ŠKOLA
v přírodě PRO SENIORY 2020
IV. ročník

Rekreční středisko Čekyně u Přerova
TERMÍN: 31. 8. - 5. 9. 2020

ubytování: chatky
 strava: plná penze, pitný režim, svačinky
 cena: 3 500 Kč
 celodenní výlet autobusem
 sportovní olympiáda a soutěže
 kreativní dílničky
 posezení u táboráku a karnevalový rej
 cvičení v přírodě
 večery s živou hudbou
 setkání s výjimečným hostem

Kontakt pro zájemce: milenahesova@seznam.cz

TÁBOROVÁ ŠKOLA SE KONÁ POD ZÁŠTITOU LADISLAVA OKLEŠTKA HEJTMANA OLOMOUCKÉHO KRAJE

MALÁ KNIHA MÁ VELKÝ CÍL – POMOCT AUTISTŮM

Nová brožura zaměřená na lidi žijící s poruchou autistického spektra je ke stažení na webových stránkách OLKRAJ.CZ. Nepřináší jednoduchá řešení ani nepředstírá, že život člověka s autismem a jeho rodiny může být snadný. Nabízí jim ale pomocnou ruku. „Zatímco lidé s autismem si často vytváří imaginární světy, snaha Olomouckého kraje pomoci takto hendikepovaným osobám je skutečná. Nová publikace zaměřená právě na autismus to jasně dokazuje,“ řekl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

Brožura je jedním z výsledků práce koordinační skupiny, kterou hejtmanství před časem zřídilo. Ta je zaměřena právě na pomoc autistům a tvoří ji zástupci veřejné správy, poskytovatelů sociálních služeb nebo zdravotnických institucí.

„Lidé s autismem se od batolecího věku až do dospělosti potýkají s celou řadou problémů, které zasahují do jejich života. Je to velmi náročná situace i pro jejich okolí.

V nové publikaci naleznou čtenáři spoustu zajímavých a užitečných informací na jednom místě,“ doplnil Okleštěk. V tištěné podobě je příručka k dispozici v budově krajské úřadu. (red)



Milí senioři, přátelé a příznivci TV Šlágr dovolujeme si vás pozvat na

I. REPREZENTAČNÍ PLES

**KRAJSKÉ RADY SENIORŮ
OLOMOUCKÉHO KRAJE**
ve spolupráci s TV Šlágr

27. března 2020 / od 14:00

Společenský dům v Prostějově / Komenského 6,
Slosovateľná vstupenka 200,- Kč

Připravena je bohatá tombola, občerstvení
a kulturní program plný překvapení.

Zahraje Šlágr parta, Veselá trojka,
Duo Aramis, Pavel Novák a další...

Předprodej vstupenek a info, na e-mailu milena.hesová@seznam.cz.



KRAJ PŘIJÍMÁ NOMINACE NA CENU HEJTMANA

Už popatnácté bude letos udělena Cena hejtmana za práci ve prospěch osob se zdravotním postižením. Dlouhá tradice svědčí o tom, že v Olomouckém kraji stále žije dost těch, kteří mají srdce na pravém místě a jsou ochotní starat se o druhé.

„Lidé, kteří pomáhají hendikepovaným, to často berou jako něco zcela samozřejmého, co si snad ani nezaslouží zvláštní pozornost. Já si to nemyslím. Nejde jenom o to, někomu poděkovat, ale také ukázat cestu ostatním,“ řekl hejtmán Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk.

Cenu mohou získat například ti, kteří s lidmi se zdravotním postižením pracují v rámci své profese, ale i dobrovolníci. Nominace se přitom nemusí týkat jen bezprostřední péče o hendikepované, ale třeba tematické publikační činnosti.

Nominace přijímá odbor sociálních věcí krajského úřadu do 20. února, a to buď písemnou formou, nebo elektronicky na adrese zbynek.vocka@olkraj.cz. Nominální formulář a podrobnější informace najdou zájemci na webových stránkách www.olkraj.cz v sekci Pro osoby se zdravotním postižením. (red)

KRAJ VYBRAL FIRMU, KTERÁ POSTAVÍ ZÁKLADNU PRO ZÁCHRANÁŘE

Realizace nové základny zdravotnické záchranné služby v Uničově začne ještě letos. Olomoucký kraj už vybral firmu, která se do díla pustí tak, aby stavba mohla v příštím roce sloužit. O zakázku mělo zájem celkem šest firem.

„Další dobrou zprávou je, že oproti původnímu odhadu ceny kraj na stavbě základny ušetří zhruba 1,8 miliónu korun,“ informoval Dalibor Horák, náměstek hejtmána Olomouckého kraje.

Hejtmanství zaplatí za novou záchrannářskou základnu v Uničově patnáct miliónů. K zahájení stavby by mělo dojít v prvním pololetí roku. Součástí projektu je kromě samotné budovy také výstavba odstavných ploch a úprava zeleně.

Olomoucký kraj chce vybudovat nové výjezdové základny záchranné služby i v jiných částech regionu. V současné době probíhá projekční příprava několika základen v dalších městech, nejdále pokročilo plánování výstavby zázemí pro zdravotnické záchrannáře ve Šternberku.

(red)



VZDĚLÁNÍ JE NEZCIZITELNÁ HODNOTA

Jsou to právě tři roky, kdy jsem si poprvé podala ruku s paní Ing. Klárou Nehodovou, manažerkou Virtuální univerzity třetího věku při Provozně ekonomické fakultě české zemědělské univerzity v Praze. Vzájemné sympatie potvrdily i stejný názor, že vzdělání je významná aktivita seniorů, která krom získání nových znalostí přináší také zlepšení kvality života ve stáří a je také úžasným zdrojem životního optimismu. Vzdělávání lidí staršího věku je vynikajícím prostředkem oddalování stárnutí, pomáhá udržovat životní aktivitu, důvěru ve vlastní schopnosti, pocit společenské sounáležitosti, seberealizace. Vzdělání je nezcizitelná hodnota. To vše jsou důvody, pro které se rozhodla Krajská rada seniorů Olomouckého kraje za podpory Olomouckého kraje otevřít konzultační středisko, které navštěvuje cca 50 studentů. Důkazem toho, že to byl skvělý nápad a že je o virtuálním studiu při Krajské radě seniorů skutečně zájem, je první skupina úspěšných absolventů, kteří s chutí a nadšením absolvovali všechny studijní přednášky a 15. ledna 2020 slavnostní promoci zakončili tříleté studium VU3V. Za tu dobu se z nás stala jedna velká parta lidí, kteří se na sebe těší. Společně studujeme, společně sdílíme radosti i těžkosti, které přináší podzim života. Olomouc má prvenství v založení univerzity třetího věku, které se již stalo pro svou dobu trvání tradicí, jsem ráda, že mladší VU3V si našla své místo a získává stejně velký zájem z řad

seniorů. Dostalo se mi cti, promluvit v této slavnostní chvíli jménem tutorů a absolventů, poděkovat promočnímu kolegiu a vedení Provozně ekonomické fakultě za možnost vysokoškolského vzdělávání seniorů, manažerskému týmu pod vedením paní Ing. Kláry Nehodové za spolupráci a vytvoření podmínek pro studium VU3V, všem akademikům, lektorům a přednášejícím, kteří se nám snažili předávat své vynikající znalosti, za krásná studijní témata, která nás nejen vědomostně obohatila, ale taky bavila. Děkuji jménem Krajské rady seniorů Olomouckého kraje a naší olomoucké třídy panu Mgr. Jaromíru Navrátilovi, za příkladnou a obětavou práci tutora. Poděkování patří také řediteli krajského úřadu panu Ing. Lubomíru Balášovi a vedení Olomouckého kraje za podporu. Závěrem bych chtěla vyjádřit velký obdiv vám, studenti. Bylo mi skutečně velkou ctí, že jsem mohla být u toho s vámi. Jsem na vás velmi pyšná, že jste svoji odvahou, pílí, chutí a životní energií dokázali, že věk je pouze číslo. Gratuluji k vašemu výkonu, stali jste se příkladem pro mladší generace. Přeji vám všem pevné zdraví a osobní pohodu k dalšímu studiu. „Cílem vzdělávání a moudrosti je, aby člověk viděl před sebou jasnou cestu života, po ní opatrně vykračoval, pamatoval na minulost, znal přítomnost a předvídal budoucnost,“ řekl Jan Ámos Komenský.

Milena Hesová, předsedkyně KRS Olomouckého kraje, poradkyně hejtmána

CO CHYSTÁ VLASTIVĚDNÉ MUZEUM V ÚNORU

Největší záhady a tajemství světa

Vlastivědné muzeum v Olomouci, Sál sv. Kláry
31. 1. – 31. 5. 2020

„Pro někoho to může být pořádná záhada – jaká magická síla táhne do Vlastivědného muzea v Olomouci desetitisíce návštěvníků ročně? A proč zrovna u jeho pokladen stojí lidé fronty, zatímco jinde se davy netvoří?

Další dráždivé otázky vám přinese nová výstava olomouckého muzea Největší záhady a tajemství světa. Unikátní sbírka představuje nejtajemnější exponáty z celého světa včetně slavné křišťálové lebky a starověkého počítače.

Věřím, že až expozici zhlédnete, odhalíte podstatu mnoha netušených souvislostí a záhad. Mimo jiné i tu, kterou jsem zmiňoval hned v úvodu,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

Na této exkluzivní výstavě budou moci návštěvníci zhlédnout unikátní a běžně nepřístupnou sbírku spojenou s nejtajemnějšími předměty všech světadílů světa.

I přes skutečnost, že se samozřejmě jedná jen o kolekci kopií mistrovských a výstavních replik, faksimilií a reprodukcí, bylo velmi náročné je na výstavu zajistit. Pro zajištění všech exponátů bylo nutné doslova proletět celý svět a propojit se s TOP odborníky nejen několika zemí Evropy, ale i USA, Indie, Austrálie, Hondurasu a Číny.

„Vidět na jednom místě nejznámější záhadné výtvořky světa bude pro návštěvníky Vlastivědného muzea v Olomouci úžasný zážitek. Vystavujeme samozřejmě jen kopie, ale i ty budou zpracovány do nejmenších detailů a mohou Vás ubezpečit, že to bude stát za návštěvu,“ doplnil Břetislav Holásek, ředitel Vlastivědného muzea v Olomouci.

Návštěvníci Vlastivědného muzea v Olomouci se tak mohou těšit na obří repliku sochy Moi, faksimilii nejtajemnějšího svitku světa „Voynichova rukopisu“, přesnou repliku

slavného Turínského plátna, vypreparované zmenšené hlavy tsantsa, meč ve skále nebo maketu největší rukopisné knihy světa – Codexu Gigas nebo-li Dáblovy bible.

Starověký původ mají další vystavené exponáty, opět jako repliky: tzv. první počítač – mechanismus z Antikythéry, Sumerská hvězdná planisféra pravděpodobně zachycující původ biblické zkázy Sodomy a Gomory, dosud nevylušitý Krétský disk nebo tajemná Tutanchamonova stříbrná pohřební trubka někdy přezdívaná jako „hudební zbraň hromadného ničení“.

Pravděpodobně nejdražším exponátem výstavy je 1:1 replika slavné Michell-Hedgesovy křišťálové lebky. Exponát je, stejně jako originál, precizně vybroušen z jednoho krystalu přírodního křišťálu. Zajímavostí je, že původní téměř 9kg krystal pochází velmi blízko místa nálezu samotné lebky.

Otevírací doba výstavy:

Únor – březen	ST – NE	10:00–17:00
Duben – květen	ÚT – NE	9:00–18:00

Cena vstupného:

120 Kč	plné vstupné
80 Kč	senioři od 65 let
60 Kč	žáci ZŠ, školy/ studenti (MŠ, SŠ, VŠ)
290 Kč	rodinné vstupné (2 + 2, 1 + 3)

Zdarma – držitelé průkazu ZTP a jejich doprovod

Keltská kamenná hlava

Vlastivědné muzeum v Olomouci, Handkeho sál
11. – 23. 2. 2020

„Po Věstonické venuši jsme pro Vás ve Vlastivědném muzeu v Olomouci připravili snad ještě větší zážitek. Návštěvník uvidí poprvé v Olomouci originál Keltské hlavy,

NEJVĚTŠÍ ZÁHADY A TAJEMSTVÍ SVĚTA

31. 1. - 31. 5. 2020




Křišťálová lebka
Turínského plátno
Dáblova bible
Svatý grál

www.vmo.cz

muzeum
VLASTIVĚDNÉ MUZEUM V OLOMOUCI



ve světě nejznámějšího archeologického nálezů z ČR, kterou vystavíme společně s Národním muzeem. Kdo viděl originál Věstonické venuše, ten musí vidět i originál Keltské hlavy,“ přiblížil připravovanou výstavu Břetislav Holásek, ředitel Vlastivědného muzea v Olomouci. Archeologická výstava, jejíž příprava trvala téměř dva roky, se zaměřuje na prezentaci jednoho z nejznámějších nálezů na území České republiky, a to na kamennou hlavu nalezenou v roce 1943 v pískovně na katastru Mšecských Žehrovic na Rakovnicku. Originál keltské hlavy je uložen v Národním muzeu v Praze. Pro svou unikátnost je tento předmět k vidění pouze výjimečně. „Národní muzeum ji zapůjčuje velice sporadicky, a to i do zahraničí. Dokonce v expozicích Národního muzea není vystaven její originál, ale pouze kopie,“ uvedl Antonín Valenta, mluvčí Vlastivědného muzea v Olomouci.

Na základě nálezových okolností i některých užitých výzdobných prvků můžeme kamennou plastiku zařadit do mladší doby železné, kdy na našem území pobývali Keltové. Nedaleko místa objevu kamenné hlavy se rozkládal ohrazený areál interpretovaný jako privátní dvorec obývaný vysoce postaveným členem keltské společnosti.

Výstavní panely seznámí návštěvníky s etnikem Keltů, a to prostřednictvím zmínek antických dějepisců a poznatků současného archeologického bádání.

„Výstava bude také rozšířena o cenné trojrozměrné exponáty – zbraně, ukázky keramiky, mince, šperky a jiné předměty denní potřeby – ze sbírek Vlastivědného muzea v Olomouci, které návštěvníkům přiblíží život v mladší době železné,“ upřesnil Lukáš Hlubek, kurátor Vlastivědného muzea v Olomouci.

„Existují knihy, které by měl číst každý, aniž se třeba o literaturu hlouběji zajímá. Podobné je to například s obrazy – alespoň díla nejznámějších mistrů znají většinou všichni, bez ohledu na to, zda dějiny umění studovali.

Keltská kamenná hlava, kterou nově vystavuje Vlastivědné muzeum v Olomouci, patří do stejné kategorie – měl by ji vidět každý, podobně jako Věstonickou venuši, již jsme měli v krajském městě na konci minulého roku. Skvělé na tom všem je, že abyste mohli obdivovat díla věhlasných autorů nebo zcela unikátní historické nálezy, nemusíte jezdit ani do Prahy, ani do Paříže – stačí navštívit centrum Olomouckého kraje,“ doplnil Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

Výstava bude podléhat přísným bezpečnostním opatřením, která budou minimálně stejně přísná, jako při výstavě Věstonické venuše.

Otevírací doba výstavy:

PO – NE (každý den včetně Po a Út) 10:00–17:00

Rezervace na e-mailu: valenta@vmo.cz

Cena vstupného:

- 80 Kč plné vstupné
- 40 Kč studenti, senioři, ZTP + doprovod, děti 6–15 let
- 50 Kč školy (MŠ, ZŠ, SŠ)
- 100 Kč Keltská kamenná hlava + stálé expozice VMO

Bláznivé tramvaje

Vlastivědné muzeum v Olomouci, Mánesova galerie

17. 01. 2020–29. 03. 2020

Obrázky a obrazy ze života jihlavských a olomouckých tramvají.

Víte, že tramvaje žijí svým zvláštním životem, a že mnohokrát významně zasáhly do historie lidstva? Jste přesvědčení, že tramvaj je výhradně moderní vynález, a že nebyla známa již starým Řekům, Číňanům či Babyloňanům? Víte, že v tramvaji pravděpodobně jezdila i Mona Lisa? Uvěříte tomu, že některé tramvaje kdysi křižovaly oceány, nebo tomu, že torzo jihlavské tramvaje (ztracené v roce 1931) relativně nedávno objevilo vozítko Opportunity na Marsu? Víte, kde se nachází řídicí jednotka našeho vesmíru? Jste zvědaví? Tak to musíte navštívit výstavu veselých obrazů a kreseb Pavla Bezděčky.





MASOPUSTNÍ RECEPTY PRO BABIČKY A DĚDEČKY



ČERNÁ POLÉVKA

*2 litry vody z kysaného zelí
i se zelím*

1 litr vody

1,5 kg krkovice

0,5 litru vepřové krve

2 mrkve

1 petržel

1 celer

bobkový list, nové koření, sůl

Do hrnce dejte vařit 2 litry vody z kysaného zelí a společně se zelím dolijte 1 litr vody. Pak nakrájejte na kousky 1,5 kg krkovičky a klidně přidejte i kosti. Postupně přidávejte mrkev, petržel, celer. Okořeňte bobkovým listem, novým kořením a solí. Vařte asi hodinu, než maso změkne. Zeleninu z polévky vytáhněte. Můžete ji taky vařit zvlášť a vlít pouze vývar. Na závěr vmíchejte do polévky kolem půl litru vepřové krve. Je třeba to dělat pomalu a používat metličku, aby se krev nesrazila.



ŠKVARKY NA VÍNĚ

1 kg vepřového sádla

300 ml bílého vína / např. rulandské

Sádlo nakrájejte na kostky velikosti ořechu. Vsypte je do velkého hrnce se silným dnem, podlijte vínem a vařte na středním plameni. Prvních 20 minut je zakryjte pokličkou, díky páře se kostičky sádla hezky zatáhnou. Během této doby sádlo asi 2–3× promíchejte. Pak pokličku odložte a stáhněte plamen. Sádlo je teď nutné míchat častěji, ideálně každé 2 minuty. Kostky začnou pouštět sádlo a to spolu s vínem v hrnci vytvoří bílou tekutinu. Až se voda odpaří, tekutina zežloutne a začne se na ní tvořit pěna. V tuto chvíli už nemusíte míchat tak často, škvarky se totiž odlepily ode dna a škvaří se ve vlastním sádle. Hlídejte je ale, aby se nezačaly připalovat. Buďte trpěliví a nezvyšujte teplotu. Škvarky postupně zežloutnou a vyplavou na hladinu, v tu chvíli jsou hotové. Scedte je a rozprostřete na plech, aby se neslepily dohromady.



BABIČČINY KOBLIHY

4 žloutky

40 g másla

40 g moučkového cukru

4 lžíce rumu

40 g droždí

500 g polohrubé mouky

1/4 l mléka

špetka soli, vanilkový cukr,

citronová kůra, pikantní

marmeláda, tuk na smažení

Do šálku vlažného mléka rozdrobte droždí, přidejte lžičku cukru a lžici mouky a nechte vzejít kvásek. Žloutky, máslo a cukr dobře utřete, přidejte rum, citronovou kůru, vanilkový cukr, mouku se špetkou soli, vzešlý kvásek a mlékem zadělejte tužší těsto. Těsto nechte na teplém místě kynout asi 30 minut. Na pomoučeném vále vyválejte plát silný asi 1 cm a skleničkou vykrájejte kolečka. Nechte ještě asi 5 minut odpočinout a prstem udělejte uprostřed důlky. Vkládejte do většího množství rozpáleného tuku, tak ať koblihy plavou a smažte po obou stranách dozlatova. Nechte vychladnout, důlky vyplňte marmeládou a pocukrujte.

KLUB SENIORŮ VE STŘENI SLAVÍ 30 LET

Klub seniorů ve Střeni dne 25. ledna 2020 oslavil 30 roků svého trvání. Jeho členové se schází 1x týdně odpoledne v zasedací místnosti Obecního úřadu ve Střeni. Někdy si promítáme, někdy si jen tak povídáme. Je to příjemné, protože si můžeme pozvat na besedy i takové lidi, kteří nám nejen něco nového poví, předvedou, ale i promítnou. Je nás sice méně než před 30 lety, klub však stále funguje pro občany v důchodovém věku, kteří mají chuť vidět se se svými vrstevníky, dozvědět se něco nového, popovídat si a popřípadě oslat své narozeniny. Z celkového počtu obyvatel obce je celá jedna čtvrtina občanů v důchodovém věku. Většina však nemá čas nebo nemá zájem mezi nás přijít. Škoda. Přijďte. A co jsme v loňském roce zvládli i při tak malém počtu? Především jsme nezapomněli na svá vnoučata a v MŠ jsme jim četli pohádky v rámci projektu „Celé Česko čte dětem“. Uskutečnilo se několik besed se zajímavými lidmi. Pan Vyroubal nás zcela odborně seznámil s problémy, které tíží i nás – to jsou naše lesy okolo Střeně. Pan Linduška z Litovle se vesele rozpovídal o hanáckém nářečí tak, že jsme se smáli ještě dlouho poté. Manželé Fialovi promítali své skvělé, i když amatérsky nafilmované záběry ze safari v Keni a z návštěvy Kuby. Manželé Souralovi navštívili náš klub se svými cestovatelskými zážitky už 100x. Protože většinu z nás trápí pohybové potíže, pozvali jsme si na besedu paní Kráčmarovou z prodejny zdravotních potřeb s ukázkou ortopedických pomůcek. Pokud se dá, rádi pozvolným tempem vyjedeme na kolech do sousedních Příkaz nebo muzea v Litovli. Ještě nám záleží na tom, jak vypadáme. Tak jsme si na krátký kurs pozvali paní Krejčí, jež

má poradenství s kosmetikou Mary Kay. Samozřejmě každoročně mezi nás zveme na besedu i panu starostu Jiřího Nevimu, který našim aktivitám zdravě fandí. Právě za přispění obce jsme tak mohli uskutečnit výlet do Kroměříže, Znojma a Náměště nad Oslavou. Malou měrou vzhledem k našemu věku a zdravotnímu stavu nás seniorů jsme se zapojili do organizace oslav obce – Komárfestu. Jsme v kontaktu se seniory z okolních vesnic a setkáváme se s nimi na jejich akcích, jako jsou třeba malé výstavy nebo taneční odpoledne. Krajská rada seniorů s hejtmanstvím Olomouckého kraje pro nás uspořádala soutěže „Miss babička Olomouckého kraje“ a celorepublikovou „Miss babička“ ve spolupráci z televizí Šlágr. Byla to skvělá zábava a nezapomnělo se ani na dobré pohoštění pro všechny. Účastnili jsme se zájezdu pro seniory do hornického muzea v Landeku, který byl financován Olomouckým krajem. Magistrát města Olomouce pro seniory z města i okolí uspořádal „Ples seniorů“ s pohoštěním na výstavišti Flora. Dva-krát jsme se setkali a popovídali s příslušníky Obecní policie Štěpánov. Dokonce nás pozvali do své nové služby, my si mohli vše prohlédnout, na vše se zeptat. Byli jsme zvědaví, která místa v naší obci jsou monitorována kamerami a jaké jsou problémy s odchycem toulavých psů. Takový je jen opravdu malý výčet náplně našich schůzek, toho, proč se scházíme a co děláme. Zveme naše střenské spoluobčany, přijďte mezi nás, budete vítáni. Přejeme tedy vám všem, našemu klubu seniorů a nám jeho členům do další třicítky zejména zdraví, elán a radost ze života.

Za klub seniorů napsala Jiřina Sedláčková



V CHOLINĚ JSME SLAVILI SILVESTRA

V sobotu 28. 12. jsme na Dvoraňě s předstihem slavili Silvestra. Při vstupu do sálu si každý člen vyzvedl valorizovaný třináctý důchod. Po přivítání všech přítomných jsme tradičně popřáli všem jubilantům, ocenili jsme Nađu Plachou jako nejvytíženější členku výboru za její práci pro klub. Po přípitku se zaplnil parket a klubovou hymnou s Pohodou Uničov jsme to spustili. V programu vystoupila taneční skupina SeniorDance se skladbou „Když Hvězdy tančí...“, kterou s našimi děvčaty nacvičily starostka a místostarostka obce. Byly našimi hosty. A jako správní hosté se také zachovaly – přinesly nám hodnotnou cenu do tomboly. Tombola byla opravdu bohatá. Káva, zákusky, víno, pivo, na večeri řízek. O klubové půlnoci (19.00) jsme přípitkem, vzájemnými blahopřáními, vítali Nový rok klubovou hymnou. Zábava se pak protáhla do pozdních klubových hodin, dokud neodpadli i ti nejvytrvalejší. Všem, včetně našich hostů ze Senice, Haňovic, Cakova, Litovle, Uničova a Olomouce se oslava líbila a rozcházeli se s tím, že příští rok si to určitě zopakujeme.

Text: Josef Doležal, foto: František Příkryl



ZÁVĚR ROKU V SVD OLOMOUC

Rada Spolku vojenských důchodců Olomouc uspořádala pro své členy velmi zajímavý výlet do sladkovodní a botanické expozice Živá voda v Modré. Obdivovali jsme přehlednost a uspořádanost areálu při procházce na vyvýšené lávce nad výběhem praturů. Nejdéle jsme setrvali v podvodním tunelu, kdy kolem nás za sklem

proplouvaly různé druhy ryb, představili se nám tažní jeseteři včetně vyzy velké – největší sladkovodní ryby světa a tolstolobika. Odpoledne jsme prožili v družné zábavě v mutěnickém sklípku při koštu vína, písničkách i tanci za hudebního doprovodu manželů Jursíkových. Velké poděkování patří panu Kasalovi, který z uvedené akce profesionálně zpracoval velmi pěkné DVD.

Dne 27. listopadu se v Domě armády uskutečnilo setkání vojenských jubilantů. Ke slavnostní atmosféře přispěli svou přítomností hosté – náměstkyně primátora SMO paní Kolářová a vedoucí oddělení péče o vojenské důchodce MO ing. Petr, který oslavencům předal kromě poděkování i dárkové balíčky. Potom následovala srdečná beseda s malým pohoštěním. Na závěrečnou akci roku, pořádanou R SVD Olomouc se těší senioři z mnoha klubů seniorů. Tou je každoroční Mikulášská veselice, která se letos konala 6. prosince v Divadelním sále DA. Hudební produkce p. Baláže nenechala přítomné dlouho sedět, tanec a zpěv prolínal celým večerem. Veselici přerušil příchod Mikuláše, čerta a anděla, kteří hodným přinesli dárky. Roli Mikuláše úspěšně zvládl p. Procházka, čertem byl p. Rožek a andělem paní Polesová. O občerstvení přítomných se zodpovědně starali manželé Melichárkovi a Balekovi. Úspěšně SVD reprezentoval pan Mazúr s vnučkou Gabrielou, kteří v soutěži „Zazpívej slavičku“ obsadili 2. místo. Úspěšný rok 2020 všem seniorům!

Manželé Jursíkoví, foto: R. Gartner



UNIČOVŠTÍ SENIOŘI SE STALI ČLENY KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

V úvodu je nutné se vrátit do roku 2018, v tomto roce jsem pracoval pro Uničovské důchodce jako předseda již 22 let a několik měsíců a s léty přibývaly také choroby. Zdraví se zhoršilo i jiným členům výboru a došlo i ke zhoršení zdravotního stavu mé manželky a bylo nutné převzít na sebe i mnohé její starosti a povinnosti. A to byly moje důvody ukončit činnost neformálního sdružení Uničovští senioři, i když práce se nám dařila a výbor tvořený čtyřmi seniorkami a dvěma seniory byl nejlepším za celých dvaadvacet let. O ukončení činnosti sdružení a mé práce ve funkci předsedy jsme ve výboru hovořili několikrát a v průběhu času se mi podařilo „umluvit“ pana L. Hofmana, který by mne ve funkci předsedy jako „čerstvý“ důchodce vystřídal. Ukončení naší činnosti jsem začátkem druhého pololetí roku oznámil vedení města a vedení MKZ, se kterým naše sdružení spolupracovalo. Mnou oslovený pan L. Hofman nelenil a jednal a koncem ledna uplynulého roku se sešli zástupci neformálního sdružení s těmi, kteří chtěli navázat na práci sdružení. Po dohodě pana Hofmana s vedením Města by tak mohla být činnost sdružení transformována do komise Rady města. Již v prvních dnech měsíce února se konala první schůzka Rady seniorů, zatím neformální, na které byla projednána činnost a rozdělení kompetencí mezi její členy. Následně dne 12. února Městská rada svým usnesením ustanovila novou komisi pod názvem Rada seniorů v počtu deseti členů a na dobu dvou let. Tajemníkem byl jmenován pracovník městského úřadu. Na další pravidelné schůzce v měsíci březnu byli členové Rady seniorů seznámeni se statutem Rady seniorů, kterým se vymezují povinnosti a jejich práva. V průběhu několika týdnů byla o průběhu „obnovení“ práce pro uničovské seniory informována i Krajská rada seniorů a ihned po skončení prázdnin, začátkem měsíce září, přijela na jednání komise i předsedkyně KRS paní Hesová. Členové Rady

seniorů po vysvětlení činnosti KRS odsouhlasili členství v Radě seniorů, což následně schválila i Rada města. A nyní již několik informací o naší práci. V průběhu loňského roku se uskutečnilo devět tanečních odpolední. K největší akci roku patřila oslava Dne seniorů s účastí okolo 250 seniorů města a přidružených obcí. K velmi důležité činnosti se řadí i zajištění předplatného do divadla v Olomouci a v sezoně divadla 2019 – 2020 vždy 49 seniorů shlédne celkem devět představení. Připomenutí, že Uničovští senioři jsou pravidelnými návštěvníky divadla v Olomouci již přes dvacet roků. Necelá dvacítká seniorů má krásné vzpomínky na pětidenní rekreační pobyt ve Starém Městě pod Sněžníkem. Za poznáním hradů, zámků a hezkých historických měst, bylo uskutečněno pět zájezdů. Patří k nim návštěva zámku Hradce nad Moravicí a Opavy. Dále byla v programu návštěva Rajhradu a Mohyly míru připomínající bitvu tří císařů a samozřejmě byla i prohlídka historických sálů slavkovského zámku. Ke krásnému zájezdu patřila také návštěva zámku v Plumlově, Čech pod Kosířem a města Prostějova. Organizátoři zájezdů nezapomněli na zámek Jánský vrch v Javorníku a po jeho prohlídce se účastníci zájezdu zajeli ještě podívat do polského Paczkova. Na zpáteční cestě domů si prohlédli i klášter v Bílé Vodě. Pátým zájezdem koncem měsíce září byla návštěva zámku v Ratibořích a míst spojených s osudy spisovatelky Boženy Němcové. Na cestě domů je pak čekala také prohlídka zámku v Náchodě.

V letošním roce se již naše činnost plně „rozjela“, uskutečnilo se první taneční odpoledne, je připravována oslava Dne seniorů, návštěva divadelních představení a zájezdy, kterých by se mělo uskutečnit více než minulý rok. V měsíci březnu uničovští senioři shlédnou představení divadla Tramtárie z Olomouce.

Jan Burian, člen Rady seniorů



SŠ 70/182/ 95 abstinents, nekuřák se zájmem o přírodu – vycházky do přírody, foto přírody, houbaření, by se rád seznámil se ženou pohybově zdatnou, obdobných zájmů. Věk do 67 let. Čas letí, než se nadějeme, bude tady jaro a to je čas vycházek do přírody! Raději domáci puťka, než žena, která chvíli neposedí, hned je na Bahamách nebo ve Švýcarsku. Jen ženy nenáročné a flexibilní pište na E-mail: jirikovka@post.cz.

Žena 58/172, 72 kg hledá touto cestou muže do 60 let, též s vyřešenou minulostí. Závazky nemám žádné. Ráda čtu, mám ráda přírodu, cestování, společenské a kulturní akce. Byt mám. Nehledám žádný majetek. Hlavně porozumění a zdraví. Volejte na 723 686 902 nebo 732 653 925.

Vdova 165/60 hledá přítele, nekuřáka pro společné chvíle. Mám ráda život. Z Olomouce, napiš SMS nebo volej 602 175 608.

Ráda bych se seznámila s pohodovým aktivním mužem, který má rád přírodu, miluje vycházky a vše pěkné, co může život ve dvou poskytnout. Měl by být nekuřák, na věku nezáleží. Jsem vdova, starší důchodkyně s vlastním bytem a zahrádkou z okresu Bruntál. Píšte SMS na tel.: 735 909 865.

Jsem aktivní starší pán 178/90 s vyřešenou minulostí, Mgr. ve výslužbě. Žiji na chalupě v Dětrichově nad Bystřicí. Zájmy: chalupa, zahrada, cestování (mám zánovní auto), plavání, tanec, kolo. Společně prožité chvíle mohou dvojici naplnit štěstím a láskou, která kvete v každém věku. Tel.: 774 034 149.

Ahojky, 63/180/87 rozvedený, zajištěný, pracující nekuřák z OL hledá sympatickou partnerku s větším poprsím a pozitivním myšlením k hezkému pohodovému trvalému vztahu. Život se má prožít a ne jen přežívat... OL. a okolí. E-mail: nyve61@seznam.cz.

Hledám parťáka – spolucestovatele, nekuřáka kategorie senior 55+ na cestování vlakem, putování přírodou i po horách, pro wellness pobyt i pobyt u moře a to pro fyzické i duševní zdraví. Jsem aktivním seniorem již řadu let. Olomoucko výhodou. Tel.: 603 230 213.

Babička po 60 ráda pozná dědečka, který ještě rád chodí na houby, jezdí na výlety i kulturní akce. Nejlépe s autem OL, PR, PV. Prosím SMS na tel.: 724 868 820.

Seniorka z Olomouce 68/175 hledá bezva kamaráda přiměřeného věku, nezadaného, bez závazků, pro vycházky do přírody, cestování, posezení u kávy a trávení volných chvil. Chatař vítán. SMS na tel.: 773 990 776.

Seniorka 65 let by ráda poznala vyššího muže, nekuřáka do 75 let. Moje zájmy: kultura, příroda

a voda. Pouze Olomouc a okolí. Prosím SMS na číslo 725 892 823.

Hledám ženu – kamarádku, trošku čupr ženu, ne baculku a zlatokopku, na pokec, ke kávě, do přírody, na kolo, do kina, atd. Jsem z Ol., vyšší postavy a štíhlý, 67 let, mlad. vzhledu. Nekouřím, po hospodách nechodím, ale mám rád víno. Jestli jsem vás něčím zaujal, pište prosím SMS na tel.: 776588978.

Hledá se kamarád do pohody i deště s vyřešenou minulostí pro pěkný zbytek života. Zájmy: kultura, cestování, zahrada, sport i tanec. Auto vítáno. Olomouc. Seniorka 69/168. Píšte prosím SMS na tel.: 604 962 705.

Manželé věk 64 a 63 let hledají manželský pár přiměřeného věku k občasným návštěvám, výletům i grilování. I když máme děti a vnoučata, chybí nám někdy popovídání s vrstevníky. Jsme z vesnice blízko Olomouce. Pokud to cítíte stejně, ozvěte se na tel.: 776 359 388.

Vdova 73/162/64 by ráda poznala muže přiměřeného věku ke společnému trávení volného času návštěvou kulturních stánků, cestování, plavání, výšlapům, společnému posezení u kávy či vínka ve Zlíně a jeho blízkém okolí. Prosím SMS na číslo 774 051 945.

Jsem 170/68 středoškolačka s vyřešenou minulostí. Celý život se řídím heslem – pohyb je život. Snad i proto se dovedu postarat o malý dům a zahradu u Uničova. Ráda bych poznala muže, který má rád přírodu, relaxační turistiku, rozumí ovocným stromům, dovede poradit, jak se o ně starat a nevádí mu práce okolo domu. Mám i auto. Nehledám flirt, ale přátelství, vzájemné pomoci, se smyslem pro humor i laskavé a férové jednání. Prosím, napište SMS na 722 042 946.

Žena 65 let, 165 cm výška hledá solidního přítele přiměřeného věku, vyšší postavy do společnosti i pro všední den či víkend. Mám ráda hudbu i tanec. Upřímnost a setkání vítám. Nejlépe Šumpersko, Uničov. Každý své zázemí. Tel.: 735 871 378 volání po 18 hod.

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
do předmětu uvést „Seznamka“

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

Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky posílejte do 18. 2. 2020 na adresu Moravský senior, z. s., Táboritů 237/1, Olomouc, 779 00, nebo e-mailem na adresu office@moravskysenior.cz. Nezapomeňte uvést celou svoji adresu a telefonní číslo, abychom vás o výhře mohli informovat.

POMUČKA: APE, ASK, ELO, KOI, NAM, NPK, PHDR	POMOCNÍK FARÁŘE	1. DÍL TAJENKY	EVROPSKÉ HOSPODÁŘ- SKÉ SPOLE- ČENSTVÍ	FOTO- GRAFIE HOVOR. MN. Č.	INICIÁLY ADVOKÁTA SOKOLA		ZNAČKA NÁKLAD. VOZIDEL	ZNAČKA MOLYBDENU	SYSTÉM ŠACHOVÉHO HODNOCENÍ	POPRVÉ		SPZ OSTRAVY	INICIÁLY HERCE RAŠILOVA	2. DÍL TAJENKY	LARVA LIDOVÉ
OBCHOD HOVOR.						ZÁVĚR MODLITBY					OSOBA SA- MOSTATNĚ VYDĚLEČNĚ ČINNÁ				
JEDEN Z MUŠKE- TÝRŮ						STRUMA ŠUPINA PŘI KOVÁNÍ NÁŘEČNĚ					RYBÁŘSKÉ POTŘEBY JAPONSKÝ OKR. KAPR				
SEVŘENÁ DLAŇ					OBCHODNÍ INSPEKCE VYROBENÉ ZE LNU			MALÁ OU MPZ NAMIBIE				OBYVATEL EVROPY VOJENSKÁ HODNOST			
INICIÁLY HERCE SMOLJAKA			UHLOVODÍK PRAŽSKÁ STAVEBNÍ OBNOVA						POSLEŽE FAKULTNÍ NEMOCNICE ZKR.			ŘÍMSKÝCH 2005 ČOKOLÁDA HOVOR.			
ASOCIACE TENISOVÝCH PROFESIO- NÁLŮ ZKR.				INIC. ZPĚV. URBÁNKOVÉ DOKTOR TEOLOGIE			OBYVATEL SVĚTADÍLU								ČÁST MIKRO- SKOPU
ČÁST VYSOKÉ PECE							MÍSTNÍ NÁRODNÍ VYBOR ZKR.				OPOTŘEBIT JÍZDOU				
	JAN ANGLICKY PTÁT SE ANGLICKY					moravský senior					OTÁZKA 3. PÁDU				
INICIÁLY FYZIKA EINSTEINA			NÁZEV HLÁSKY D HONOSNÝ ODĚV								VRCH U TŘEBE- CHOVIC				
STRANA ZKR.				JMÉNO SLOVENSKÉ- HO HERCE DANČIAKA	MODELÁŘ- SKÁ SADA							OBCHOD ANGLICKY	SLEZSKÁ UNIVERZITA ZKR. SPÁR		
PRODEJNÍ STÁNEK											PÍSEMNÁ SLOŽKA				
	VLASTNOSTI JIDEL ÚČET										CITOSLOVCE ZAHNANÍ DRUBEŽE				OPĚT
PŠIKAT						VEN ANGLICKY	TENCE	CITOSLOVCE MEČENÍ		DOKTOR FILOZOFIE ZKR.	OŘEZÁNÍ AVŠAK				
OCAS					POČET VRCHOLŮ KRYCHLE PREZENT				TROPICKÝ OVOCNÝ STROM						
ANGLICKÝ NESOUHLAS			OTEKLÉ Z HORNÍ ČÁSTI						HEKTOLITR DRÍVĚJŠÍ BARVY NA VLASY			VÝZVA K SOUBOJI POLICEJNÍ AUTO			
TECHNICKÁ SPRÁVA SLUŽEB ZKR.				ČISTICÍ PRO- STŘEDEK OBTÍŽNÝ HMYZ			VZNEŠENÁ MYŠLENKA FRAN- COVKA					SPOJKA ČÍSLOVKA ŘADOVÁ			
DÍRA					STAVEBNÍ STROJ KUS						DRUH HNOJIVA STARŠÍ ZKR.				LIDOP ANGLICKY
	OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL	INICIÁLY HERCE VOJTKA OPAK ZE			KANON ZEVNITŘ					SKUPINY ZVĚRE OBCHODNÍ AKADEMIE					
3. DÍL TAJENKY							ZKUŠEBNÍ VÝROBEK								
ODPAD PŘI ZPRACOVÁNÍ LNU							NÁZEV AUTO- BAZARU				NE TAK VYSOKO				

Řešení z minulého čísla: 1/ Stůj za tím, v co věříš, i když to znamená, že věříš sám. 2/ Milující ženy lehčeji odpouštějí velké přestupky než malé nevěry. **Výherci z minulého čísla:** Eliška Dočekalová, Olomouc; Vladislav Haraf, Šumperk; Ivana Vítová, Olomouc; Libuše Bužíková, Přerov; Dagmar Válová, Moravský Beroun; Josef Školoud, Dvorce

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

