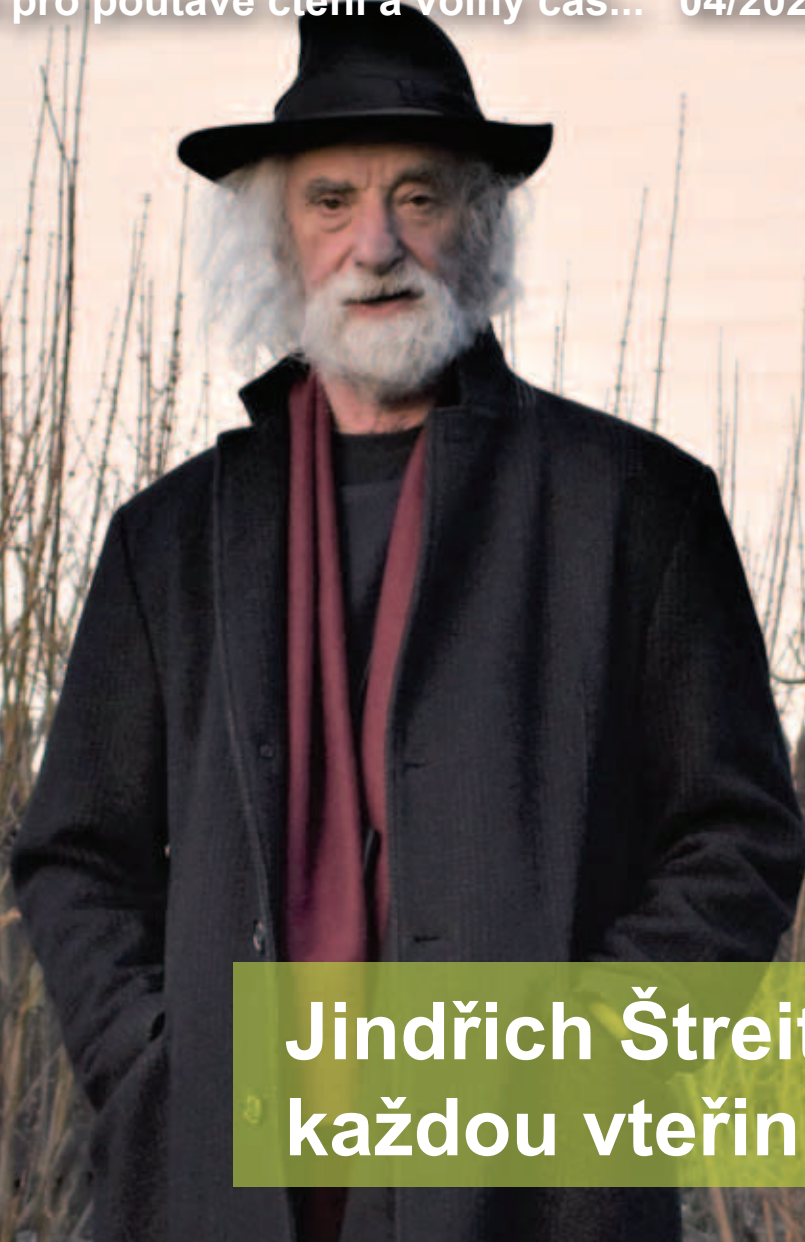


moravský senior[®]



Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 04/2020



Jindřich Štreit: Využijme každou vteřinu života



Téma:
Zahradničení



Zdravotní rádce:
Parkinsonova choroba



Hejtmán Okleštěk:
Držíme při sobě



MAME
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 špici, proto nejen že používáme nejmodernější vybavení, ale také se soustředíme na široké spektrum technologií. Díky tomu vám můžeme nabídnout opravdu velké množství tiskovin a jejich následné zušlechťování.

OBSAH

ROZHOVOR: JINDŘICH ŠTREIT

strany 4–9



TÉMA: JAK ČEŠI ZAHRADNIČÍ

strany 10–11

PEVNOST POZNÁNÍ MÁ 5 LET

strany 30–31



ANKETA

strana 23

KŘÍŽOVKA

strana 35

ÚVODNÍ SLOVO



Milí čtenáři, dubnové vydání jsme uzavírali v polovině března. Tehdy karanténa omezila naše životy proto, aby nám je nemoc úplně nevzala. Netušili jsme, jaký bude další vývoj, ale věřím, že se nenaplnily žádné strašlivé scénáře a že dnes už máme myšlenky jinde, protože koronavirová infekce už dostala za uši. A my vám zase můžeme v magazínu ukazovat, jak může být život hezký.

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 26 000 ks. Datum vydání: 1. 4. 2020. Redakční uzávěrka příštího čísla: 17. 4. 2020. ZDARMA

FOTOGRAF JINDŘICH ŠTREIT: VYUŽIJ KTERÝ MÁME PŘED SEBOU



Ve svých téměř čtyřiasedmdesáti letech už by měl Jindřich Štreit nárok na to, aby strávil dopoledne na zahrádce, po obědě si na dvě hodinky zdřímnul a podvečer prožil klábosením s kamarády. Seniorský život pro něj ale nejspíš nikdy nebude lákavý. Svůj čas tráví stále prací od rána do pozdních nočních hodin, jak byl vždy zvyklý. Vyřizuje agendu, objíždí republiku, chystá nové projekty, výstavy, přednáší, beseduje, fotografuje, vydává nové knihy a katalogy. Když je relativně klidný den, třídí třeba knihy na půdě doma v Sovinci. Do toho se stihá každý den podívat za svou ženou Agnes, která se dlouhodobě léčí ve speciálním zařízení v blízkém Komárově. Pokud jste měli to štěstí setkat se s ním osobně, ať už je to pro vás pan profesor nebo familiárně Jindra ze Sovince, dáte mi za pravdu, že jste poznali pozoruhodnou osobnost a vzácného člověka.

Pane profesore, jak vzpomínáte na své prarodiče?

Jste první, kdo se mne ptá na mé prarodiče, to ještě nikoho nezajímalo. Poznal jsem jenom jednu babičku, protože rodiče maminky odešli velmi mladí. Znáám je jen prostřednictvím fotografií. Naopak maminka otce s námi žila celý život. Byla to doslova svatá žena. Starala se o chod domácnosti. Vařila, pečovala o vnučata a byla opravdovou duší rodiny. Vychovala nás, zvlášť když jsme byli malí. Moc rád na ni vzpomínám, byla mimořádná.

Byla podle vás šťastná?

Byla. Právě proto, že byla nedílnou součástí rodiny. Našla v tom smysl života. Pocházela z devíti dětí. Rodina bydlela na Valašsku v Krhové a byla moc chudá. Když se jí narodil syn, tedy můj tatínek, žili jen spolu. Snažila se o to, aby Jindřich dostal patřičné vzdělání. Stal se učitelem a s tímto krásným povoláním prožil celý život.

A jak si babičku vybavujete?

Spávala v kuchyni. Vstávala první a ráno, než jsme se probudili, zatopila v kachlovém sporáku a chystala



Maminka s tatínkem,
svatební fotografie



Babička s pravnučkou
Monikou

ME KAŽDOU VTEŘINU ŽIVOTA,

snídani. Během dne pořád něco dělala. Když našla chvíli, sedla si a četla nějakou knížku. V neděli zašla do kostela. Měla ráda svaté obrázky. Večer jsme měli rádi, když nám četla pohádky Boženy Němcové nebo K. J. Erbena. Někdy u nich usínala a tak jsme se se sestrou Jarkou střídali v dočtení. Byl jsem nejstarší z jejich pěti vnoučat. Maminka díky ní mohla být aktivní ve finanční pomoci zabezpečení rodiny.

To jsou tedy vzpomínky na Vaše valašské dětství?

Ano, ale brzy se to změnilo. V roce 1956, to mi bylo deset let, otec zmínil při vyučování narozeniny T. G. Masaryka. Zazpíval si s žáky jeho oblíbenou písničku Ach synku, synku a rázem z toho byl problém. Ředitel školy mu dal vybrat, odejít do továrny nebo učit pohraničí. O prázdninách jsme se už stěhovali do Těchanova, malé zapadlé vesničky, kde končily všechny cesty, kde nejezdil ani autobus, kde se otec stal ředitelem jednotřídní školy. Máti se stala veřejně činnou, nejprve tajemnicí, později starostkou obce. Vždy jsem si jí vážil a obdivoval ji. Z velké lásky k otci dokázala opustit Prahu a odstěhovat se na Valašsko a pak ještě dál, do pohraničí na Rýmařovsko. Oba rodiče se hodně zasadili o to, aby ve vesnici byla práce, aby obec začala žít. Mimo zemědělství tu žádné jiné pracovní příležitosti nebyly. Zřídili v obci pilu, kde našlo práci postupně až třicet lidí. Kromě toho podporovali kulturu, otec promítal filmy, máti organizovala zájezdy do divadla i na koncerty. Byli to vysoce charakterní a pracovití lidé. Oba byli pro mne velkým příkladem.

Otec také fotografoval?

Začal fotografovat již ve Stríteži nad Bečvou na Valašsku, kdy mu máti koupila k narozeninám fotoaparát. Nikdy nevystavoval, byl to bytostný amatér. Každou neděli odpoledne jsme celá rodina chodili na dlouhé procházky. Brával si s sebou fotoaparát. Dělal pěkné krajinky. Odebíral fotografický časopis, který jsem si rád prohlížel. Vzpomínám si, jak zatemnil ložnici, kde potom celou noc vytvářel fotografie. Fotokomoru neměl. Ráno chodil s kbelíkem ke studni fotografie prát. Neměli jsme vodovod ani koupelnu. To jsou moje první vzpomínky na fotografování.

Značnou část své tvorby jste věnoval seniorům. Jaký byl prvotní impuls?

Vesnici jsem poznal dobře, lépe než fotograf, který na ni přijel z města. Starý člověk byl vždy součástí života vesnice, součástí rodiny. Nedělilo se na staré a mladé. Starší lidé pracovali až do úmuru. Na začátku fotografické cesty jsem si vyzkoušel zátiší, krajinu, dokument, portrét. Vznikaly první fotografie starých lidí. Fotografoval jsem jak život na vesnici, tak jsem navštěvoval i Domov



Na staré fotografii z Valašska jsou rodiče Jindřicha Štreita



Mladý Jindra s maminkou v Praze



Fotografie seniorů jsou ikonickou podobou tvorby Jindřicha Štreita

důchodců v Července. Tuto etapu jsem završil v roce 1974 první samostatnou výstavou v olomouckém Divadle hudby s názvem Člověk. Zahajoval ji profesor Zdeněk Přikryl. Stáří se od té doby objevuje v každém mém cyklu a v mnohých z nich dominuje. Konfrontoval jsem všechna životní údobí, nevyhnul jsem se ani tématu smrti a umírání. To mi zůstalo doposud. Nedávno jsem dokončil cyklus o domácím hospici pod názvem „... s láskou“, který byl k vidění na olomouckém nádraží.

Jak moc těžké je dostat se k nemocným lidem tak blízko, aby neměli problém, že je fotografujete?

Je to otázka času, který tomu věnuji a pak toho, jak k těmto lidem přistupuji, jak se o ně zajímám, jak s nimi komunikuji. Ve zmíněném projektu jsem, prostřednictvím přítele Jiřího Dostála, navázal kontakt se sdružením Nejste sami v Olomouci. Bez jejich pomoci, bez neuvěřitelného osobního nasazení, veliké odbornosti a profesionality celého kolektivu zdravotních sester, sociálních pracovníků a lékařů, bych se do bezprostřední blízkosti lidí v paliativní péči nedostal. To jsou pro mne nejsilnější zážitky.

Sjezdil jste svět. Můžete porovnávat. Mají se u nás senioři dobře?

V zemích, kde jsou lidé vedeni k tomu, aby mysleli na budoucnost, je poněkud jiná situace. Přejde období, kdy se budou muset starat sami o sebe. Nepodceňují preventivní prohlídky, pečují o své zdraví a snaží se finančně zabezpečit již během aktivního života. Stáří je všude stejné. Záleží na nás, jak se na ně připravíme. Je to osobní záležitost, ale také je to obraz ekonomické situace té které země. Jsou státy, které jsou na tom poněkud lépe, ale je mnoho zemí, kde jsou na tom senioři podstatně hůře, než u nás. Za posledních třicet let, od sametové revoluce, jsme hodně pokročili. Například co se týká úrovně bydlení. Pořád ovšem máme co zlepšovat. Můžeme říci, že podle života seniorů se pozná, jaká je životní úroveň státu.



Dcera Monika



Vnouček Daniel

Myslíte, že si alespoň držíme tradičně dobré rodinné vztahy?

To ano. U nás mladí lidé dokonce žijí často celý život v jednom domě s rodiči, kdežto na západě se hned poté, co mladí dosáhnou plnoletosti, rodina rozdělí. Nedokážu říci, jestli je to dobře nebo špatně, vše je relativní. Jsou rodiny, kde to jde, kde mohou starší poradit mladým, jinde to ale skřípe při každém rozhovoru. Mnohdy jde také o otázku finanční dostatečnosti. V Japonsku, kde jsem nějakou dobu žil na vesnici, jsou staří lidé součástí rodiny, podobně jako v naší zemi. Nejde to zobecňovat.

Dovolte otázku, která nechybí v žádném vydání Moravského seniora: Co Vám v životě udělalo největší radost?

Největší radost mám z naší dcery a vnoučka. Společně se ženou jsme se jí hodně věnovali. Žena byla učitelka hudby a vedla Moniku tímto směrem, po mně je zase aktivní. Dnes žije v Portugalsku, má osmiletého syna Daniela a profesně se jí daří. Působí na vysoké škole, kde vyučuje hře na flétnu. Koncertuje a přednáší v mnohých zemích Evropy i světa. Často je zvána na Slovensko, kde studovala u profesora Miloše Jurkoviče. Vydala mnoho CD. Snaží se prosazovat českou hudbu ve světě.

A další radosti? Nejdůležitější v životě jsou podle mě láska a práce. Člověk by měl být spokojený s tím, co dělá. Měl by si uchovat radost a lásku k tomu, co je pro něho důležité. Měl by si umět najít pozitivní vztah i k tomu, co zrovna není jeho životním snem. V jednom svém životním období, které trvalo osm let, jsem nesměl učit a pracoval jsem na státním statku. Našel jsem si i zde radost a potěšení ze setkávání s lidmi, kterých jsem si moc vážil a byl jsem v přírodě. To mne naplňovalo spokojeností. Našel jsem i v tom své kouzlo.

Zmínil jste vnoučka. Jak se staráte coby dědeček?

Bohužel to není ideální, rozděluje nás vzdálenost. Žena je dlouhodobě nemocná, takže jsem kvůli tomu omezil cestování a Monika spíše jezdí sem. Když to vyjde třikrát do roka, tak je to dobré. Jsme s vnoučkem kámoši a snažím se, když přiletí, svůj program uzpůsobit tak, abych jemu i dceři mohl věnovat co nejvíce času. Vymýšlíme výlety, chodíme na bazén, v zimě se vydáváme za sněhem, který v Portugalsku nemají. Daneček začal hrát na kytaru. Moc jej to zaujalo a je nádherné, když hrají s Monikou dueta.

Bavíme se na počátku koronavirové krize, chystá se obecná karanténa. Máte z nemoci strach?

Asi bych měl mít, ale přistupuji k tomu s rozumem. Byl jsem před pár dny v Praze, včera ve Zlíně a v Olomouci. Přesto jsem cesty podstatně omezil. Je nutné respektovat nařízení vlády. Je to pro všechny moc důležité, aby se virus nerozšířoval, ale spíše ustupoval. Uvolnil se mi čas, protože jsem měl fotografovat v dalších věznicích a to teď nejde. Je to katastrofální situace, jaká tady ještě nebyla. Pozitivní na této krizi je, že k sobě lidé, imaginárně, mají blíže, více na sebe myslí a pomáhají si. Neštěstí lidi spojuje. Četl jsem, že se velké epidemie po sto letech





S manželkou Agnes

vrací. Několikrát za den mi volá dcera a mnoho přátel, kteří mi nabízejí pomoc, ptají se, jak to snáším, jestli něco nepotřebuji, posílají mi ušité roušky. Je to krásné mít přátele.

Byl jste na vojně? Máte za sebou dvouletou službu?

Nebyl. Absolvoval jsem vysokoškolskou roční vojenskou přípravu. Měl jsem zdravotní problémy a prodělal jsem několik operací, takže jsem potom dostal modrou knížku. Byl jsem rád, protože jsem pacifista a humanista.

Co pro vás znamenala sametová revoluce?

Obrovský předěl, ohromná událost, změna celého systému. Byl jsem tomu moc rád. Změnil se mi kompletně život.

A pak tu mám ještě jednu tradiční otázku: Udělal byste ve svém životě něco jinak?

Myslím, že ne. Jsem naivní idealista. Život se však vyvíjí a jde stále dál. Pohledy na různé věci se mění. Vždy jsem pracoval tolik, abych nebyl závislý na fotografování. To mne činí svobodným a nezávislým.

Nikdy jsem nefotografoval reklamu. Hlídám si to od samého začátku a je to pro mne velmi důležité. Tvoření je vyjádření postoje ke společnosti a k životu. Nemohu v těchto věcech přijmout kompromis. Každý kompromis je totiž krokem k průměrnosti. Umělec nemá prostředky na to, aby něco vyřešil a změnil, ale může na to poukázat.

To se vám, pokud vím, daří mistrně.

Fotografuji se úplně jinak pracuji, když je obeznámen s prostředím, které je mu blízké, které zná a ví o jeho problémech. Snažím se pracovat na projektech, které mají smysl.

Jaké poselství byste na závěr poslal čtenářům?

Vzkázal bych jim, aby využívali každou sekundu svého života, kterou mají před sebou, aby ji co nejlépe naplnili. Aby se nebáli a šli do věcí, z kterých měli dříve respekt. Aby se nestyděli a vyzkoušeli si vše, co život nabízí. Aby zapracovali na mezilidských vztazích s blízkými, s rodinou, aby jejich vztahy byly co nejlepší. Řešte věci, které vás trápí a o kterých se stydíte mluvit. Odpouštějte si. Nebojte se říci blízkému člověku, že ho máte rádi. Myslím na to často ve vztahu k mému otci. Měl na mě veliký vliv, ale nedával najevo své city. Choval jsem se k němu s jakýmsi ostychem, úctou, respektem. Proč jsem ho nikdy neobejmul, nepohladil, neřekl, jak si ho vážím a že je v mých očích ten nejlepší? Možná to bylo i proto, že mě dříve učil. Byl pro mě podvědomě stále můj kantor. Zemřel poměrně brzy, bylo mu 65 let. Přemýšlel jsem o tom, jestli dožiju jeho věku. Život ke mně byl milosrdnější. Mám obrovskou chuť do života, do práce, do tvoření a užívám si to. Přeji všem, aby si užívali podobně a radovali se z těch nejobyčejnějších věcí, které život přináší.

Petr Vitásek



Zdánlivě neškodný snímek s názvem Přesilovka zařídil mladému fotografovi čtyřměsíční pobyt v ruzyňské věznici



Setkání s Václavem Havlem

Prof. Mgr. Jindřich Štreit, Dr.h.c.


Narodil se 5. září 1946 ve Vsetíně. V roce 1956 se s rodiči a sourozenci přestěhoval do podhůří Jeseníků. Vystudoval gymnázium v Rýmařově a Pedagogickou fakultu Univerzity Palackého v Olomouci, obor výtvarná výchova (1967). V současné době učí na Slezské univerzitě v Opavě, na Institutu tvůrčí fotografie FPF.

V roce 2000 se habilitoval na Filmové a televizní fakultě Akademie múzických umění v Praze a stal se docentem pro obor fotografie. V roce 2009 získal profesuru na Vysoké škole uměleckoprůmyslové v Praze. V roce 2014 Umělecká rada Vysoké školy výtvarných umění v Bratislavě Jindřichu Štreitovi udělila titul doctor honoris causa. Od roku 1972 se koncepčně věnuje zobrazování vesnického života, těžké práci v továrnách (Třinec, Ostrava, Vítkovice, Prostějov), divadelnímu prostředí (Olomouc, Brno) a mnoha sociálním projektům. Od roku 1991 pracuje na dokumentárních projektech ve Francii, Anglii, Brazílii, Moldávii, Rakousku, Německu, Japonsku, Číně, Maďarsku, Rusku (Burjatsko, Krasnodarský kraj, Ingušsko, Čečensko), ale také v České republice (Ženská věznice, Břevnovský klášter, Lidé olomouckého okresu, Lidé Mikulovska, Cesta ke svobodě, Lidé Třineckých železáren, Mezi námi, Za oponou, Spolu, Cesty života, Lidé mého kraje – Bruntálsko, Ocelový svět, Tichá nemoc, Vítkovice, Hledat anděla, Lidé Vítkovska, Prozřetelnost Boží, Držíme spolu, Ruku v ruce, Kde domov můj, Ze tmy ke světlu, Strasti a radosti života, 50 let rodinných domů, Příběh deseti obrazů, Jindřich Štreit a cykly... s láskou..., Na urgent, Jsme sestry, Lidé z východu, Život vietnamské a mongolské komunity, Křehká každodennost).

Na Institutu tvůrčí fotografie Slezské univerzity se podílí na vedení několika studentských projektů (Lidé Hlučínska, Náš svět, Zlín a jeho lidé, Dobrovolně, Opava na prahu 3. tisíciletí, Dopravní podnik Olomouc). Dokončil soubor Prozřetelnost Boží o životě šenovské farnosti a soubor Kde domov můj.

Jindřich Štreit připravil více než 1500 samostatných výstav a mnoha kolektivních se zúčastnil. Vydal 42 knih a mnoho katalogů. Je zastoupen v nejvýznamnějších sbírkách (MOMA New York, Národní galerie Washington, Uměleckoprůmyslové muzeum v Praze, Moravská galerie v Brně) a v mnoha dalších. Bylo o něm natočeno několik filmů (režie Jan Špáta, Aleš Koudela, Libuše Rudinská). Film Jindra ze Sovince Štěpánky Bielešové a Kamila Zajíčka získal první cenu v České republice a třetí cenu v Šanghaji.





JSOU ČEŠI NEJLEPŠÍ ZAHRADNÍCI? NEBO SE RADĚJI VYDAJÍ NA TRŽNICI?

Jak to vypadá na vaší zahrádce? Pěstujete všechny druhy zeleniny, které znáte? Celé léto potom trávíte u zavařovacího hrnce? Nebo to už dávno není pravda a užíváte si jen stříhání okrasných keřů a růží? Odpolední kafe podáváte s výhledem na dokonale střížený trávník? Ať patříte do jedné, či druhé skupinky, nebo volíte zlatý střed, hlavní je že si čas na své zahrádce užijete.

O tom, jací jsou Češi zahradařiči, ví své například Petr Piňos, majitel Rodinného zahrádnictví Olomouc, kterého můžete potkat na olomoucké tržnici. Podle něj jsou nadšenými zahrádkáři právě senioři.

„Převládají hlavně starší lidé. Hlavně teď z jara, kdy se prodává převážně přísada. O tu mladí opravdu moc zájem nemají. Jsou to spíš výjimky. Ale i u starších zájem upadá. Dřív u nás běžně zákazníci kupovali padesát kusů salátu, čtyřicet kusů zelí a podobně. A teď si vezmou všeho maximálně pět kousků s tím, že to ani nemají kam zasadit. Že jim mladí zatravnili celou zahradu, dali tam bazén a trampolínu a zeleninu si raději zajdou koupit.“

Současným trendem je totiž nákup čerstvých potravin od lokálních dodavatelů. „Na tržnici v Olomouci není během sezony v sobotu dopoledne k hnutí. Chodí celé rodiny, mají to jako výlet. Nakupují zeleninu a ovoce na celý týden. Takže o čerstvou kvalitní zeleninu zájem je, jen se jim asi nechce do toho pěstování,“ přemýšlí pan Piňos.

A zájem je nejen o zeleninu nebo ovoce, ale v poslední době hodně vzrostl zájem o bylinky. Od těch nejběžnějších až po exotické. „Ještě před pár lety nebylo zvykem prodávat v takovém množství bylinky. Ale teď jsou bylinkové zahrádky velmi populární. Pár bylinek má dnes aspoň na balkoně skoro každý. A na ty právě chodí ti mladí. Velký vliv má podle mě televize. Když nějaký známý kuchař uvaří něco úplně obyčejného v televizi a dá tam nějakou exotickou bylinku, dalších několik dní ji lidé shánějí v trhu. Někdy se tomu musíme s ostatními prodejci až zasmát. Jasně, že ji nikdo z nás nemá,“ vysvětluje pěstitel.

Někdo se věnuje zahrádce až na stará kolena, někdo s tímto koníčkem strávil i své mládí. Jako třeba Martin Pražák z Okrasné školky Droždín. „Já byl zahradař už od kolébky, ale moc nás takových není. Na toto téma nám zanechal docela výstižný postřeh Cicero: *Ze všech věcí a zaměstnání, z nichž se cokoliv získává, nic není lepšího, nic plodnějšího, nic příjemnějšího, nic důstojnějšího svobodného člověka, nežli zemědělství.* Tu hodnotu postupně člověk během svého života najde, i proto se zahrádkářství věnují hlavně zralejší lidé. Ale je to individuální, chodí i mladí lidé. Většinou ti, kteří si zabydlují své hnízdo. Osazují si okolí svého domku, dost často to bývá jejich první kontakt se zahradou. A co si lidé jezdí nejčastěji kupovat? Teď na jaře rychle mizí ovocné štěpy, je to doba sázení zejména prostokořenných stromků a keřů. Oblíbené jsou kromě jabloní, švestek, meruněk, hrušní a třešní také borůvky, kiwi, dřín, muchovníky, mudouly či venkovní citrony. Méně se poslední dobou sází jehličnany, tuje, cypřišky a jalovce. Více pak méně známé druhy ovoce do divočejších ovocných zahrad, takzvaných perma zahrad,“ říká pan Pražák.

Přestaňte se tedy s partnerem hádat o každý metr hlíny. Jestli je vhodnější na brambory, nebo na růže. Hlavně si užijte zdravý pohyb na čerstvém vzduchu. Zahrádka je také skvělá příležitost, jak trávit čas se svými vnoučaty.

Nechte dětem jejich malinký záhonek, o který se budou starat. Zaset jeden řádek mrkve a strčit do hlíny pár kulíček hrachu, to zvládne už i dvouleté dítě. A běhání s konvičkou plnou vody, to je ta nejlepší dětská zábava. Lásku k zahradě a přírodě, kterou získají v dětství, si sebou už ponесou celý život.

Lucie Lepařová



Martin Pražák

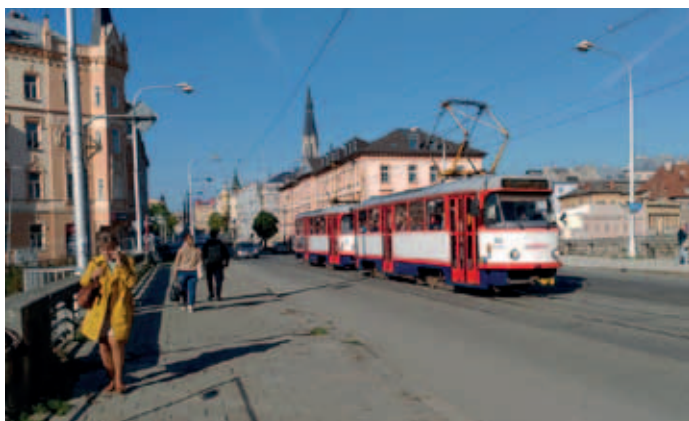


Petr Piňos

NA MASARYKOVĚ TŘIDĚ UŽ ZAČALA DEMOLICE MOSTU PŘES ŘEKU MORAVU

Uzavřen pro veškerou dopravu je od začátku března most přes řeku Moravu a přilehlá část komunikace na Masarykově třídě. Na straně mostu, bližší Hradisku, je již v provozu koridor pro chodce, na druhé straně už začíná frézování povrchu komunikace. Rekonstrukce je součástí protipovodňových opatření v centru města.

Demolice starého mostu a stavba mostu nového bude trvat přibližně dva roky. Stejně dlouhou dobu tedy po této trase nepojedou tramvaje ani auta. Místo tramvajového



spojení na této trase jezdí náhradní autobusová linka s označením X2. Posíleny byly kvůli výluce i tramvajové spoje, které jezdí přes třídu Kosmonautů. Cestující na této trase mohou využít linky 1, 3, X4, 5 a 7, které jezdí dle výlukových jízdních řádů. Podrobné informace o všech změnách v MHD najdou cestující na webové stránce Dopravního podniku města Olomouce www.dpmo.cz.

Společnosti Silnice Group, která náročnou rekonstrukci koryta řeky, nábřeží a dvou mostů provádí, ujistil, že po celou dobu bude zajištěn přístup do všech nemovitostí. Uvedl, že stavební práce budou probíhat od pondělí do soboty vždy od 7 do 17 hodin, hlavní díl prací se bude odehrávat v místě vozovky a nikoliv chodníků. Starý most bude rozebírán a stavěn po polovinách, na jedné zůstane zachován koridor pro pěší a budou na ní uloženy i veškeré inženýrské sítě, které přes most vedou.

„Budování protipovodňových opatření je mimořádně náročná akce, která s sebou nese nepříjemné dopady na život v blízkosti stavby. Můžeme slíbit, že budeme stejně jako v době stavby mostu v Komenského ulici veškeré práce bedlivě sledovat a maximálně tlačít na to, aby negativní vlivy na Olomoučany byly co nejmenší,“ řekl primátor Mirek Žbánek.

TŘI NEJVĚTŠÍ MĚSTA V KRAJI SPOLUPRACUJÍ A VZÁJEMNĚ SI POMÁHAJÍ

Užitečnou spolupráci tří klíčových měst střední Moravy, Olomouce, Přerova a Prostějova, stvrdila i poslední schůzka na půdě třetího z nich. Na radnici v Prostějově se setkali primátoři Mirek Žbánek, domácí František Jura a jejich přerovský kolega Petr Měřínský. Spolu s primátory se tohoto jednání zúčastnili i jejich náměstci. „Dohodli jsme se, že od příště se začnou kromě politiků setkávat i vedoucí jednotlivých odborů našich magistrátů, aby spolupráce mohla být co nejkonkrétnější a nejpraktičtější,“ uvedl olomoucký primátor Mirek Žbánek. Během setkání se představitelé tří středomoravských měst zabývali rozvojovými projekty, strategiemi a záměry, ale i současnou situací ohledně šíření koronaviru a nákazy Covid-19. „Jsme klíčovými hráči v regionu, mnoho našich obyvatel dojíždí za prací do dalšího z těchto tří měst, a už proto musíme sladit pravidla a postupovat s maximální koordinací našich opatření,“ řekl Mirek Žbánek. „Jsem přesvědčen o tom, že tuto náročnou situaci společně zvládneme, a to jak vedení měst, tak jejich obyvatelé.“

V oblasti plánů a projektů se ukázalo, že se města mohou od sebe vzájemně inspirovat. „My můžeme kolegům nabídnout například ověřené postupy při zavádění agendy Smart City, od Přerova se můžeme dozvědět o projektech

adaptačních a klimatických opatření a Prostějov je dál než my například v oblasti energetické koncepce a v sociálních aktivitách,“ upřesnil primátor. Právě pro předávání těchto zkušeností se v budoucnu mají setkávat už vedoucí konkrétních odborů magistrátů.

Návštěva se pak mohla seznámit s reprezentativními prostory secesní budovy prostějovské radnice. Na letošní červen se plánuje společné setkání tří měst v Přerově a na podzim pak v Olomouci.



• OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

Pane primátore, v průběhu nouzového stavu se ocitlo hodně lidí ve velmi nepříjemné situaci. Jak jste řešili situaci třeba se zásobováním seniorů?



Od prvních chvil, kdy byl vyhlášen nouzový stav, jsme věděli, že bude nutné zajistit pro Olomoučany celou řadu služeb. K nim samozřejmě patřily i sociální služby po seniory a zásobování těch, kteří si sami nemohli dojet na nákup. Náš odbor sociálních věcí nejenže intenzivně monitoroval situaci mezi seniory i mezi poskytovateli sociálních služeb, ale vypracoval také několik plánů praktických řešení. Dohodli jsme se s prověřeným a zkušeným partnerem, Charitou Olomouc, s níž město spolupracuje dlouhodobě. Charita do společného projektu dala svůj systém prověřených dobrovolníků i zkušeností, my jsme je podpořili jak materiálně a ekonomicky, tak i naším seznamem dobrovolníků. Musím zdůraznit, že na tuto otázku odpovídám v březnu, věřím, že v době, kdy tyto řádky čtete, je už situace mnohem lepší a že se i naše opatření ukázala jako dobrá.

Na křižovatce ulic Foerstrova a Na Vozovce není na Foerstrově ulici světelný přechod na druhou stranu. Je tam podchod, ten ale využívá velice málo lidí, většina chodí přes frekventovanou silnici. Můžete prosím najít řešení této situace?

V tom dotazu v podstatě zaznívá i odpověď. Jedná se o historicky staré dopravní stavby a technické řešení. Současné normy a zákonné předpisy takováto řešení neumožňují. Není to jediný případ, kdy nám lidé říkají, něco obnovte, namalujte zrušené přechody, které zrušila například policie nebo krajský úřad v minulosti, protože nespĺňovaly parametry. Dlouhá léta to tu bylo a nikomu to nevadilo. Často slyším návrh: „Tak to nějak udělejme nějakou výjimkou!“. Primátor ale nemá pravomoc ani kompetence udělovat nějaké výjimky. Schvalovací proces řeší státní správa, stavební úřad a jiné státní orgány. Nemáme na to vůbec žádný vliv. Na druhou stranu je to tady opravdu jen pár kroků, které musíte udělat, abyste bezpečně přešli přes křižovatku podchodem. Vím, že tady lidé často hazardují se svým životem a přecházejí tuto silnici I. třídy na nejvíce frekventovaném tahu městem Olomouc, kde denně projede několik desítek tisíc automobilů. Od takového počínání každého odrazují, protože to je jen otázka času, kdy se někomu něco stane. Normy a předpisy nelze obcházet.

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

PORTUGALSKO SE PŘEDSTAVÍ V OLOMOUCI

Olomouc navštívil v březnu portugalský velvyslanec Luís de Almeida Sampaio. S primátorem Mirkem Žbánekem se shodli na tom, že by jeho zajímavá a vzdálená země mohla příští rok v Olomouci zanechat hlubší stopu.

Portugalsko bude první polovinu roku 2021 předsedat Evropské unii. Právě proto se de Almeida Sampaio snaží být portugalským ambasadorem pro celou Českou republiku, ne jen pro Prahu. Rád by dostal Portugalsko více do českého povědomí. „Věřím, že v té době už koronavirus nebude hlavním tématem zpráv,“ podotkl velvyslanec. Za mírnou nevýhodu označil geografickou polohu. „Jsme úplně na západě kontinentu a naším jediným sousedem je Španělsko, což nám víceméně bránilo v poznávání střední Evropy,“ řekl Luís de Almeida Sampaio. Ale vyzdvihl spolupráci s olomouckou univerzitou v posledních letech.

Primátor velvyslance ujistil, že nebude problém zařadit v příštím roce prezentaci Portugalska na nějakou městskou akci. „Sice je celý příští rok věnován Maďarsku, ale myslím, že portugalský víkend nebo týden, zvláště pokud by byl pojat gastronomicky, bychom mohli

uspořádat,“ uvedl primátor Žbánek. Jako další možnosti spolupráce zmínil Moravskou filharmonii nebo výstavu v Galerii města Olomouce, případně komerční sektor. Oba se shodli na tom, že zůstanou nadále v kontaktu. Luís de Almeida Sampaio byl dříve velvyslancem v Alžírě, Srbsku a Německu. Před příchodem do Česka byl velvyslancem stálého zastoupení Portugalska v Severoatlantické Radě v Bruselu.



OLOMOUC A VÍDEŇ SPOJOVAL ARCIBISKUP, KTERÝ NECHAL V KATEDRÁLE SVÉ SRDCE

Právě před dvěma sty lety, 9. března roku 1820, byl uveden na arcibiskupský trůn v Olomouci Rudolf Jan Josef Rainier Habsbursko-Lotrinský. V Olomouci i letos pokračují akce k připomínce této velké osobnosti. V březnu k nim přibyla výstava velkoformátových fotografií, které dokumentují dosavadní průběh oslav dvoustoletého jubilea zvolení habsburského prince do funkce olomouckého arcibiskupa.

V gotické kapli svatého Alexeje v areálu někdejšího dominikánského kláštera u kostela svatého Michala se odehrála slavnostní vernisáž výstavy, kterou moderoval Marek Eben. O významu jubilejních akcí svědčila i sestava hostů, kromě představitelů politické sféry a kurátora projektu Jindřicha Forejta zde byli i arcibiskup olomoucký Jan Graubner, biskup Josef Nuzík a velvyslanec Svatého stolce, apoštolský nuncius Charles Daniel Balvo. „Chtěl bych opravdu ze srdce poděkovat všem, kteří se do náročné přípravy a realizace vzpomínkových akcí k jubileu v loňském roce zapojili,“ uvedl arcibiskup Jan Graubner a vyzdvihl v této souvislosti i důležitou roli města Olomouce. Připomněl také loňské přijetí olomoucké delegace v čele s primátorem Miroslavem Žbánkem na vídeňské radnici a v habsburské rodinné hrobce v kapucínském kostele. Zde se Olomoučané setkali s vídeňským arcibiskupem, kardinálem Christophem Schönbornem. „Osobnost Rudolfa Jana tak znovu ukázala tradiční kulturní a duchovní propojení Olomouce a Vídně,“ dodal metropolita moravský Jan Graubner.

Výstava fotografií dokumentuje průběh všech loňských akcí, které jubileum Rudolfa Jana připomínaly. Velkoformátové snímky jsou vystaveny v gotické křížové chodbě bývalého dominikánského kláštera až do 17. dubna,



expoze je volně přístupná. Za dobu svého episkopátu (1819–1831) Rudolf Jan významně ovlivnil život v Olomouci a na celé Moravě. „Rudolf Jan patří k čelním postavám dějin Olomouce. Městu v mnohém pomohl, zamiloval si ho a cítil se tu doma. O tom konečně svědčí i přání, aby po jeho smrti uložili srdce do katedrály sv. Václava. Tak se také v roce 1831 stalo a jeho srdce je tam dodnes,“ uvedl už dříve primátor města Miroslav Žbánek. „Stejně jako jiní habsburští princové se musel Rudolf Jan vyučit nějakému řemeslu, a zvolil si zahradnictví. To pak v Olomouci prakticky využil, když fakticky založil olomoucké Výstaviště Flora,“ připomněl s nadsázkou moderátor Marek Eben. Arcibiskup Rudolf Jan skutečně položil základ olomouckým parkům, když nechal vysadit v předpolí pevnosti 160 topolů, budoucí Rudolfovu alej. Vedle toho také prosadil obnovení olomoucké univerzity, podporoval výuku v českém jazyku, výrazně pomohl s vybudováním nového městského divadla v Olomouci a založil například také vítkovické železárně. Jeho přítel a učitel Ludwig van Beethoven složil při příležitosti jeho olomoucké intronizace slavnou mši Missa solemnis.

Rudolf Jan byl třetím olomouckým arcibiskupem zvolen 24. března 1819, biskupské svěcení přijal ve Vídni 26. září 1819 a 9. března 1820 byl v Olomouci slavnostně intronizován. V loňském roce proběhla výstava v historické oranžerii ve Smetanových sadech, v Rudolfově aleji byla vysazena jubilejní lípa, uskutečnily se koncerty, přednášky, slavnostní mše i modlitby, konference a již zmíněná návštěva Rudolfova hrobu ve Vídni.



TŘESOU SE VÁM RUCE? MŮŽE SE JEDNAT O PARKINSONOVU CHOROBU

Hovorově Parkinson je neurodegenerativní onemocnění, které postihuje centrální nervovou soustavu člověka. Přímo souvisí s úbytkem nervových buněk v určité části mozku. Tyto buňky produkují dopamin, což je přenašeč, který zajišťuje přenos signálů mezi nervovými buňkami. Nodostatek dopaminu způsobuje, že nemocný postupně není schopen kontrolovat a ovládat svůj pohyb. Dopamin je významný pro přenos vzruchů do frontálních oblastí mozku, pro aktivní kontrolu chování, řízení napětí a činnosti velkých a jemných svalových skupin, kontrolu pohybů.

Kromě motorických příznaků bývají často příznaky nemotorické, ke kterým patří vegetativní poruchy (zácpa, záchvatovité pocení, šupinatá kůže v obličeji, sexuální poruchy a další). Z psychických změn jsou nejčastější deprese, které vedou až k apatii. V pozdním stádiu choroby mohou nastat i poruchy vnímání vedoucí až k demenci. Nemocný má potíže s polykáním, mluvením, artikulací, slintáním. Typických potíží je více, stav se během dne střídá v závislosti na účincích léčby.

Motorické projevy (pohybové)

Mezi hlavní příznaky Parkinsonovy choroby patří svalová ztuhlost, třes, omezení pohybu. Omezení rozsahu pohybu, zvláště na počátku onemocnění, sužuje nejvíce. Jde o pohybové zpomalení, kdy nemocný není schopen „nastartovat“ chůzi – až po několika krůčcích je schopen pokračovat v normální chůzi. Typické je držení těla způsobené celkovou ztuhlostí, záda bývají ohnutá, paže připažené, pokrčená kolena, šouravá chůze. Třes se vyskytuje, pokud je pacient v klidu, při volném pohybu a ve spánku mizí. Tyto poruchy vedou k nestabilitě ve stoji a chůzi, časté jsou i pády pacientů.

Léčba

Příčina Parkinsonovy choroby není dosud známá. Hlavní léčbou je substituce (doplňování) chybějícího dopaminu. Pomocí léků se daří u některých pacientů účinně a dlouhodobě potlačovat příznaky choroby. Pokud u těžkých stavů selhává a je neúčinná farmakologická léčba, je možný chirurgický zákrok. Jde o hlubokou mozkovou stimulaci, kdy je zavedena elektroda do příslušného jádra, která trvale vysílá impulsy a ty potlačují nežádoucí projevy nemoci (nekoordinované pohyby, třes končetin, svalovou ztuhlost). Významnou součástí léčby je odborná terapie a každodenní samostatné cvičení. Mozkovou činnost velmi posiluje užívání potravinových doplňků, antioxidantů, vitamínů a esenciálních mastných kyselin. Blahodárný účinek lidem trpících Parkinsonovou nemocí přinesou léčebné lázeňské pobyty. Díky lázeňským procedurám si klienti i odpočínou a naberou novou sílu a energii, naučí se, jak zlepšit svůj pohyb a také si navyknou na jiný režim.

Jak pomoci nemocnému s Parkinsonem

Důležité je si uvědomit, že Parkinson je nevléčitelná nemoc, proto je potřeba postupovat tak, aby byl nemocný co nejvíce v pohodě a mohl s různými pomůckami vykonávat běžné činnosti. Nemocnému ulevíme tím, že nainstalujeme v jeho domácnosti madla, tkaničky a knoflíky nahradíme suchým zipem nebo cvoky, pořídíme nemocnému peněženku s jednou přihrádkou, pro lepší stabilitu hůl a podobně. Při chystání jídla mu připravíme pomůcky pro usnadnění krájení a mazání. K nemocnému je potřeba přistupovat s tím, že je inteligenčně v pořádku, uvědomuje si, co zvládá a co mu naopak nejde.

Stanislava Zavadilová, odborná zdravotní sestra



OLOMOUCKÝ AUTOR ROŠŤA KUCHAŘ ZAUJAL NA JIČÍNSKU

Zdravotně postižený Olomoučan Rostislav Kuchař, autor tří úspěšných knih o radostech i strastech zdravotně postižených lidí (Papíry na hlavu, Uklízeč a ředitel a Ještě žiju), se v poslední době zúčastnil několika literárních soutěží. Mimo jiné Řechečské slepice. Konkurence byla veliká, proto ho porotci nevybrali k ocenění, nicméně jeho práce organizátory natolik zaujala, že se ji rozhodli zveřejnit v jednom z podzimních čísel ČAJe (časopise autorů Jičínska). „Jsem moc rád, že si mě všimli. Já teď jezdím s knihami po klubech seniorů na Olomoucku

a mám tu nejlepší zkušenost, třeba z Příkaz, kde se beseda moc líbila. Lidé taky mají příležitost si moje knihy koupit. Nejsou totiž k dostání v knihkupectvích – byly by kvůli rabatu příliš drahé,“ svěřil se Rošťa a dodal, že kdyby měl některý klub seniorů o besedu s ním zájem, může mu napsat na e-mailovou adresu kucharrosta@seznam.cz. Beseda je samozřejmě pro všechny (jak účastníky, tak organizátory) zdarma. A zde je malá ukázka pro ty, kteří Rošťu ještě neznají. Je to kapitola z první knihy Papíry na hlavu.

Nejhorší Vánoce

Prvních sedm let po úraze jsem měl strávit doma v Loučanech coby nemocný. To byla neradostná perspektiva. Už po dvou letech jsem měl co dělat, abych se nezbláznil. Záchvaty navíc nepolevovaly. Jezdával za mnou s injekcemi lékař ze sousední vesnice, ale často vyžadoval různé drobné úplatky, na což moji rodiče samozřejmě neměli. Museli se u mě střídat, vyměňovali si služby v práci, aby mě hlídali, abych nebyl sám. Když jsem se vydal ven po dědině, děti po mně házely kamení. Měl jsem narušenou rovnováhu,

trochu jsem se motal, což se jim zdálo komické. A ještě víc je rozesmívalo, když jsem po ráně kamenem upadl.

Do tohoto bezútešného období patří i moje nejhorší Vánoce, které jsem kdy zažil. Tatínka odvezli před Štědrým dnem na ARO do nemocnice a doktor mně a mamince říkal, že bude zázrak, když přežije dva dny. Tvořila se mu voda na plicích. Doktor to zdůvodňoval tím, že tatínek byl takový „ropáček“ – čtyřiaadvacet let pracoval v cihelně, v prachu a horku. A aby toho nebylo málo, mně natekla pusa a musel jsem k zubaři. Na stomatologii jsem dorazil v jedenáct dopoledne na Štědrý den. Zub mi vyvrtali, ulevilo se mi. Ale protože byl svátek, žádné autobusy už nejezdily. Musel jsem se domů natříkrát dostopovat a dorazil jsem o půl páté. S maminkou jsme povečeřeli (sestry už tenkrát byly obě vdané), dali jsme si dárky a pak jsme zasedli k televizi, kde dávali pohádku. I televize ale vypověděla službu. Vztekle jsem do ní praštil, začala fungovat, ovšem jen do nejnapínavější chvíle v ději. Pak definitivně zhasla. Cítili jsme se oba úplně beznadějně. Naštěstí druhého dne převezli otce z ARA na normální nemocniční oddělení.

Můj zub vyžadoval ještě další ošetření. Po Štěpánovi jsem proto opět vyrazil na stomatologii. Bylo tam jako vymetené, jen zahraniční studenti. Zub vyžadoval vytrhnutí. Přišel vietnamský student, dost malého vzrůstu, přinesl si kleště a stoličku. Nepochodil. Po něm kubánská studentka s ohromně vyvinutým poprsím, až jsem se bál, že mě spíš uduší. Ani ona neuspěla. Pak dorazil šéf a na všechny křičel: „Já vám ukážu, jak se to má dělat!“ A ukázal. Chytil zub do kleští, opřel se o zubařské křeslo – a to prasklo. Vzbudil jsem se v nemocnici s deseti dalšími lidmi na pokoji a s otřesem mozku. Zubařské nástroje se prý při onom úkoku rozletěly na všechny strany a zranily několik zahraničních studentů. Nebyl jsem v pokoji sám, kdo měl kuriózní úraz. Pacient na sousední posteli šel z hospody opilý, praštil po zadku koně, který stál u plotu. Kůň si to nenechal líbit, kopl ho a muž proletěl do dvora, kde zrovna pařili prase. Opařili je oba. Personál se na nás chodil dívat jako do zoologické zahrady. Naštěstí mě brzy propustili. (red)



MORAVSKÉ DIVADLO OLOMOUC CHYSTÁ MUZIKÁLOVÝ HIT DONAHA!

Šestice dělníků různého věku a tělesných proporcí přijde jednoho dne o zaměstnání. Finanční krizi se rozhodne vyřešit originálním způsobem – uspořádá striptýzovou šou, do hlavních rolí přitom pánové obsadí sami sebe. Britská komedie *Donaha!* se v roce 1997 stala diváckým hitem. O pár let později vznikl na Broadwayi stejnojmenný muzikálový hit. Ten se pod názvem *Donaha!* rozhodl uvést soubor činohry Moravského divadla Olomouc. Kvůli bezpečnostním opatřením v souvislosti s pandemií koronaviru musely však být v polovině března přerušeny zkoušky a odložena premiéra, která byla naplánována na pátek 20. března. Vedení divadla počítá s tím, že zkušební proces obnoví hned po znovuotevření divadla, aby si diváci mohli muzikálový hit užít co nejdříve. Na premiéru tak dojde v nejbližším možném náhradním termínu.

„Na Broadwayi měl tenhle jedinečný komediální muzikál téměř osm set repríz. Muzika se pohybuje ve funk-rockovém žánru a je mimořádně zdařilá. Je to jeden z mála muzikálů, který má, za prvé, obrovský komediální potenciál, a za druhé, představuje obrovské pole působnosti pro pánskou část souboru, zatímco výsledný tvar je vždy pastvou pro oko především pro dámy, které pak berou první řady doslova útokem,“ řekl s úsměvem umělecký šéf činohry Moravského divadla Roman Vencel. Muzikál *Donaha!* vzniká v režii Petra Haška, uměleckého šéfa Malého divadla v Českých Budějovicích. „V České republice je tento muzikál nesmírně populární a uváděla ho většina velkých divadel. Příběh o lůzrech, kteří se rozhodnou dokázat světu, že na to ještě mají, je divácky vděčný. Na muzikálu mě baví, že realistický příběh se střetává s muzikálovými čísly, v nichž si můžeme trochu nerealisticky ulítnout,“ uvedl režisér.

Zatímco původní muzikál se odehrává v americkém Buffalu, rozhodl se tvůrčí tým v souladu s filmem vrátit děj zpátky do Anglie. „Zaujalo mě téma střetu mužského a ženského světa. Celý příběh se odehrává ve zrušené továrně, která se revitalizuje. Ženy se téhle změně dokázaly přizpůsobit, kdežto mužské postavy ztratily stabilní půdu pod nohama a hledají se. Proto jsme se rozhodli zasadit děj do 80. let, kdy v čele Velké Británie stála Margaret Thatcherová a emancipace byla na vzestupu. Osmdesátá léta jsou navíc pro mě výrazná po estetické stránce. O přesunu do Británie rozhodl i styl humoru. Myslím si, že českému divákovi je britský humor blízký,“ popsal Hašek.

Stejně jako v případě olomouckých inscenací *Starci na chmelu* a *Boží mlýny* bude protagonisty muzikálu *Donaha!* doprovázet živá kapela pod vedením Filipa Tailora. „Hudební složka muzikálu *Donaha!*, kterou zkomponoval David Yazbek, je svým způsobem výjimečná. Jedná se o rockový styl s výraznými rysy černošské hudební kultury, tedy funkem, soulovou hudbou a blues.

Při prvním poslechu jsem z toho cítil vliv muzikálu *Vlasy*. Oproti jiným muzikálům je tu kladen velký důraz na souhru baskytary a bicích,“ popsal Tailor, kterému se pro inscenaci podařilo velmi rychle sehnat početnou kapelu. „Navíc všichni muzikanti, které jsem s nabídkou oslovil, okamžitě kývli, protože je to styl muziky, který mají rádi a baví je.

Vedle klasické rockové sestavy basa, bicí, kytara a klávesy bude herce doprovázet tříčlenná dechová sekce ve složení trombón, saxofon a trubka,“ vyjmenoval.

V hlavní roli Jerryho, v jehož hlavě se nápad se striptýzem zrodil, uvidíme hned dva hosty. Ze souboru opery a operety si „odběhl“ sólista Martin Štolba, který souběžně zkoušel roli Henriho v operetě *Cornevillské zvonky*. Z Městského divadla ve Zlíně si pak olomoucká činohra půjčila Radovana Krále.

Muzikál *Donaha!* je podle Filipa Tailora ideální kombinací vtipného námětu a děje a skvělé muziky. „Přál bych si, aby se nám tento muzikál, který je specifický a náročný i pro muzikálové profíky, opravdu povedl, aby si diváci říkali, že to není jen zpívající činohra, ale poctivá muzikálová inscenace, kterou stojí za to vidět,“ shrnul.

(red)



AKCE NA DUBEN

Vzhledem k uzávěrce dubnového čísla Moravského seniora neručíme za to, že všechny akce budou opravdu konány. I proto se tentokrát zaměřujeme spíše na výlety, které si můžete naplánovat podle situace. Děkujeme čtenářům za pochopení.

Cyklovýlet z Olomouce do Šternberka

Vydejte se za pěkného počasí na cyklovýlet z Olomouce do Šternberka. Cyklotrasa z Olomouce do Šternberka začíná v olomoucké části Chválkovice, po cestě se můžete občerstvit a odpočinout v hlušovickém Přístavu, další příjemnou zastávkou na trase je obec Bohuňovice, kde můžete navštívit Centrum zdraví, to nabízí možnost plavání, sauny, solária a dalších služeb, v obci můžete navštívit také jezdecký areál Derby či si dát výborný oběd v restauraci U Borovice, jako poobědový dezert na vás bude čekat vyhlášená zmrzlina ve Štarnově. V samotném Šternberku pak určitě navštívte Expozici času, místní hrad, Ecce Homo Park či šternberský klášter, pauzu si můžete zpříjemnit v restauraci Hotelu M, Kavárně v parku či v Žiži – sladkém ráji. Ze Šternberka můžete dále pokračovat za krásami CHKO Litovelského Pomoraví. Od šternberského nádraží se vydáte po cyklostezce do Lužic, cyklotrasa dále směřuje do Moravské Huzové, do Štěpánova, přes Střeň, Hynkov až do Horky nad Moravou, kde se nachází Lovecká chata. Po cestě můžete vidět obecní pamětihodnosti v podobě kostelů, památné stromy a unikátní přírodní úkazy, které tato oblast nabízí. Trasa dále pokračuje přes ulici Lazeckou a Heydukovu k olomouckému Hradisku. Olomouc však nabízí mnohem víc, vynechat byste neměli katedrálu svatého Václava, památky na Dolním a Horním náměstí, kostel svatého Michala či Husův sbor, z volnočasových aktivit můžete vyzkoušet laser game, bowling nebo motokáry. Všechny nabyté dojmy a zážitky pak můžete v klidu zrekapitulovat v některém z parků, Smetanových, Čechových či v Bezručových sadech.

Klášterní Hradisko v Olomouci. Foto archiv MMOL Olomouc

Uklid'me letňák

4. 4., od 10 hodin, Olomouc – letní kino

Náš a váš kulturní areál po náročné zimě plné bourání hledá dobré ruce, které mu pomůžou od toho, co vítr navál a zima odkryla. Spolu s celým Českem se bude tento den s dobrovolníky uklízet amfiteátr letního kina, parčík kolem hospůdky, přilehlá ulice i park. Bude se hrabat listí, sbírat odpadky, likvidovat nálety, zametat a nosit dříví, co zbylo po zbourané střeše. Dobrovolníky čeká možnost nakouknout do zákulisí, taky svačina, milé místo i společnost, a nakonec táborák a buřty. Přihlásit se můžete na webu uklidmecesko.cz. Díky přihlášce vylepšujete statistiky Uklid'me Česko a díky tomu se daří získávat pomůcky pro další úklidy v republice.

Sbírka potravin

18. 4., od 8 hodin, Olomouc

Sbírka potravin je dnem solidarity, při kterém může každý pomoci tím nejjednodušším způsobem, darem trvanlivých potravin a drogerie. Je organizována ve všech krajích potravinovými bankami a Českou federací potravinových bank ve spolupráci se Svazem obchodu a cestovního ruchu a Asociací společenské odpovědnosti, se sociálními partnery Charita Česká republika, Armáda spásy, NADĚJE a Slezská diakonie a obchodními řetězci Albert, Billa, dm drogerie markt, Globus, Kaufland, Lidl, MAKRO, Penny Market, ROSSMANN, Tesco a Rohlík.cz. Je realizována pod záštitou ministra zemědělství a Evropskou federací potravinových bank. Ve vybraných obchodech ke svému nákupu přidejte trvanlivé potraviny či drogerii a za pokladnami je předejte dobrovolníkům. Pokud se chcete stát dobrovolníkem, vyplňte formulář na webu www.sbirkapotravin.cz. Na základě vybraného města se vám do tří dnů ozve regionální koordinátor a dořeší s vámi všechny podrobnosti.

Jarní etapa Flory na Bouzově

23.–26. 4., Bouzov – hrad Bouzov

Nenechte si ujít květinová aranžmá na prohlídkových trasách a v kapliče hradního parku. Každý den od 9 do 15 hodin.

Čarodějnice na Bouzově

25.–26. 4., Bouzov – hrad Bouzov

Znáte čarodějnice z českých pohádek? Přijďte si na hrad Bouzov popovídat s některými z nich a získat od nich cenné rady. Těšte se na prohlídkovou trasu Hrad se představuje od 13 do 15 hodin a čarodějnicou dílnu od 13 do 15 hodin.

Olomoucký drak 2020

30. 4. – 1. 5., Olomouc – U Dětského domova 269

Letošní jaro bude opět plné dračích závodů. Přijďte si užít atmosféru už pátého ročníku k řece Moravě. Děti čeká bohatý doprovodný program a celý festival protkají soutěže a aktivity, ale i dětský den a oslava prvního máje.



Největší záhady a tajemství světa

do 31. 5. – Olomouc, Vlastivědné muzeum Olomouc

Na výstavě olomouckého muzea uvidíte unikátní a běžně nepřístupnou sbírku spojenou s nejtajemnějšími předměty všech světadílů světa. I přes skutečnost, že se jedná jen o kolekci kopií, mistrovských a výstavních replik, faksimilií a reprodukcí, bylo velmi náročné je pro tyto účely zajistit. Pro zajištění všech exponátů odborníci muzea doslova proletěli celý svět a propojili se s top odborníky nejen několika zemí Evropy, ale i USA, Indie, Austrálie, Hondurasu a Číny. Návštěvníci se tak mohou těšit na obří repliku sochy Moi, faksimilii nejtajemnějšího svitku světa Voynichova rukopisu, vypreparované zmenšené hlavy tsantsa, meč ve skále nebo maketu největší rukopisné knihy světa – Codexu gigas neboli Dáblovy bible. Starověký původ mají další vystavené exponáty, opět jako repliky: takzvaný první počítač – mechanismus z Antikythéry, Sumerská hvězdná planisféra pravděpodobně zachycující původ biblické zkázy Sodomy a Gomory, dosud nevyluštěný Krétský disk nebo tajemná Tutanchamonova stříbrná pohřební trubka někdy přezdívaná jako hudební zbraň hromadného ničení.

Arboretum v Bílé Lhotě

Bílá Lhota – arboretum

Navštivte arboretum v Bílé Lhotě, rozkládá se na jižně orientovaném svahu na ploše necelých tří hektarů. Nachází se zde asi 300 různých druhů a kultivarů dřevin, například keřovité tisy v různých barvách a tvarech, tůje, smrky, duby, různobarevné buky, cypřišky, javory, borovice, břízy, douglasky a lípy. V arboretu je pěstována i řada vzácných a sbírkových dřevin jako japonské javory, vilíny a magnólie. Na místě je bezbariérový vstup. Základní vstupné je 40 korun.



Ze Zábřehu do osady partyzánů

Zábřeh – Nemile – Lupěné – Hněvkov – Hoštejn – Drozdovská Pila

Jak příjemně strávit odpoledne? Zábřežská vrchovina, která leží na pomezí Čech a Moravy, skrývá řadu historických památek i přírodních krás. Ze Zábřehu se vydejte ulicí Oborník směrem na Lupěné, asi po dvou kilometrech dorazíte k Šubrtově kapličce. Poutní místo zasvěcené Panně Marii Bolestné nechal u mlýnského náhonu koncem 18. století vybudovat majitel zdejšího pole. Podle tradice se zde stalo několik zázračných uzdravení. Poté pokračujte směrem na Lupěné, za mostem přes Moravskou Sázavu zabočte doprava na místní cestu. Ta vás zavede k železničnímu skanzenu. Ten vznikl na železničním náspu opuštěném po vybudování rychlostního koridoru. Trať dnes vede tunelem, a tak násep slouží jako cyklostezka. V samotném skanzenu si přijdou na své milovníci železniční historie. Je zde k vidění historická vodní pumpa, mechanické návěstidlo, ale

především parní lokomotiva s dřevěným služebním vagonem. Malebným údolím Moravské Sázavy dojedete k vesnici Hněvkov a odtud po asfaltové silničce do Hoštejna. Uprostřed vesnice nabízí možnost občerstvení restaurace Pod Hradem. U ní lze zamknout kola a pěšky se po červené značce vydat do strmého kopce nad vesnicí. Odměnou za několik set metrů stoupaní je výhled ze zříceniny hoštejského hradu a památníku dostavby železnice Olomouc – Praha. Poslední úsek vede údolím Březné do osady Drozdovská Pila. Ta byla za druhé světové války centrem partyzánského odboje na Zábřežsku. Občerstvení poskytne stylová hospůdka U Záruby. Zpět do Zábřehu se můžete vydat stejnou trasou údolím, nebo si ji zpestřit cestou přes malebné vesničky a kopce Zábřežské vrchoviny. Délka trasy je zhruba 15 kilometrů.

Rozárium Olomouc

Olomouc – rozárium

Obklopte se nejrůznějšími druhy růží a zrelaxujte v olomouckém rozáriu. Vstup je zdarma, otevřeno je denně od 9.30 do 18 hodin. Netradiční růžová zahrada vznikla v olomouckých Bezručových sadech už v roce 1970. Od té doby prošla rekonstrukcí, která nyní dává možnost návštěvníkům spatřit více než tři tisíce keřů růží domácích i světových odrůd. Velkokvěté, sadové nebo pnoucí růže se rozléhají na ploše 3,5 hektaru. Druhý největší růžový park v Česku tak nabízí příjemné posezení v obležení voňavých květů a bazénků, které si návštěvníci mohou zpestřit například grilováním.



Na Ochozskou kyselku

Ochoz – údolí Pilavky

Při zmínce o vesničce Ochoz se vám zřejmě jako první vybaví Ochozská kyselka. Ta pramení v blízkém údolí řeky Pilavky a její okolí je oblíbeným výletním místem pro řadu turistů. Máte rádi výlety s nějakou pohodovou tečkou? Zkuste Ochozskou kyselku. Z pramene si můžete načepovat výbornou minerálku a u altánku opéct špekáčky.



Cvičení všeho druhu

Olomouc – centrum YoFyz

Navštivte centrum YoFyz, kde si zacvičíte nebo si zde můžete dopřát uvolňující masáž už od 130 korun. Centrum propojuje mnoho stylů jógy, fyzioterapii, meditace, masáže a psychologické poradenství. Centrem hlavního dění je cvičební sál, který slouží ke skupinovým lekcím a jeho kapacita je 12–14 míst. Bezprostředně se sálem je spojena šatna, která je vybavena uzamykatelnými skříňkami, velkou skříň se cvičebními pomůckami a také si zde můžete před lekcí či po ní nabídnout uvařený čaj. Pokud se na lekcích zapotíte, můžete využít dvě sprchy.

Muzeum Fort Křelov

Křelov-Břuchotín – pevnost Fort Křelov

Udělejte si s rodinou výlet do barokní pevnosti Fort XVII v Křelově-Břuchotíně nedaleko Olomouce. Muzeum olomouckého komplexu opevnění na Fortu Křelov nabízí komentované prohlídky pro veřejnost i předem objednané skupiny návštěvníků. Exkurze zájemcům neodhalí jen drobné výstavní exponáty, ale odkryje i tajemství masivních zemních valů a před

stovkami let budovaných kasemat. Prohlídky začínají každou celou hodinu, délka komentované prohlídky je zhruba 40 minut. Seznámíte se se vznikem a historií fortového opevnění a zajímavostmi Fortu XVII. Projdete si vnitřní prostory reduitu, ubytoven mužstva, buzzer platz se studnou, prostory šijové kaponiery – místa poslední obrany a další zajímavé prostory pevnosti. Komentovanou část prohlídky zakončíte v expozici militárií, dobových fotografií, plánů fortů a map fortového opevnění města Olomouce. Dále budete pokračovat prohlídkou zemního valu – eskarpy. Tyto masivní a tajemné kasematní prostory si projdete s hořícími loučemi. Po prohlídce kasemat vás průvodce vyprovodí před bránu. Poté můžete samostatně pokračovat prohlídkou vnější části pevnosti, projít se mezi eskarpou a kontraeskarpou, případně si prohlédnout německý bunkr z 2. světové války. Základní vstup je 80 korun.



Z Prostějova na kole

Prostějov – Mostkovice – Plumlov – Soběsuky – Žárovice – Hamry – Repechy – Niva – Holštejn – Sloup

Z Prostějova můžete na kole vyrazit kolem přehrady, zámku a rozhledny a dojedete až k nádherným jeskyním v Moravském krasu. Cyklostezka s pořadovým číslem devět, která začíná v Polsku, prochází i Prostějovem, odkud pokračuje přes Rakousko do Slovinska a končí v chorvatském městě Pula. Na zajímavá místa, která stojí za navštívení, však můžeme narazit už kousek za Prostějovem. Středně náročný cyklovýlet z Prostějova až ke Sloupsko-šošůvským jeskyním vás provede mnohdy nedotčenou přírodou. Na stezku se můžete napojit v prostějovském biokoridoru Hloučela a pokračovat podél říčky do Mostkovic. V obci potom zatočte před bistroem U Čápa doleva a pokračujte dál do kopce směrem k Autokempu Přehrada. Jeďte okolo přehrady, kde si můžete dát první zastávku na jednom z mnoha občerstvení, například v zrekonstruovaném

Hotelu Zlechov a podívat se na zámek Plumlov. Pokračujte okolo Podhradského rybníka s možnou zastávkou v kempu Žralok do Soběsuk. Trasa vede do Žárovic po silnici. Vesnici projedete a zahnete doleva směrem do vojenského újezdu. Pokračuje lesem až k přístřešku, nedaleko se nachází zřícenina Ježova hradu. Stezka pokračuje Repešským žlebem. Za zastávku stojí nově postavená rozhledna Kopaninka, odkud je výhled do celého kraje. Poté jedte přes Nivu a za vesnicí odbočte doleva. Přes kemp Baldovec dojedete do Holštejna. Z Holštejna můžete pokračovat do Sloupu. Zde můžete navštívit Sloupsko-šošůvské jeskyně. V tuto chvíli má trasa 38 kilometrů, takže zvažte, jestli už chcete pomýšlet na návrat, nebo ještě navštívit Punkevní žleb a Punkevní jeskyně.

Městský park Michalov

Přerov – městský park

Za návštěvu určitě stojí městský park Michalov v Přerově. Byl založen z iniciativy okrašlovacího spolku v roce 1904 přeměnou bývalého lesa podle plánů významného zahradního architekta Františka Thomayera. Jako jedinečný doklad vyváženého přístupu zahradní architektury k přírodnímu prostředí se dnes v bezprostřední blízkosti sídlištní zástavby rozkládá městský park Michalov – nejstarší a nejrozhlednější okrasný sad města Přerova. Žádný jiný park ve městě se nemůže pochlubit tak velkorysími sadyovými úpravami a komfortním vybavením, jaké svým návštěvníkům již od počátku minulého století nabízí právě Michalov. Pestré květinové záhony, bezvadně zastřižené trávníky, průzračně čistá voda fontány i pečlivě umetené chodníky nenechávají nikoho na pochybách, že si Přerované svého parku náležitě považují.



Sportovní rybaření na olomoucké Americe

Olomouc – areál Amerika

Krásné prostředí a klidné zázemí na okraji Olomouce zajišťuje rybářům maximální komfort při lovu kaprů, štik, amurů a sumců. Areál Amerika je přístupný celoročně. Travnaté pláže lze využít k procházkám či sportovním aktivitám. Hlad a žízeň návštěvníků vyřeší hospůdka, kde zájemcům připraví i firemní večírek nebo oslavu narozenin.

Tajemná jeskyně Průchodnice

Ludmírov – jeskyně Průchodnice

Trošku tajemná, ale nádherná je jeskyně Průchodnice, která se nachází zhruba šest kilometrů od Konic nedaleko silnice mezi Hvozdem a Ludmírovem. Jelikož je volně přístupná, je jako stvořená pro výlet s dětmi. Ty totiž mohou objevovat její zajímavá zákoutí. Vede k ní červená turistická značka a je součástí stejnojmenné přírodní rezervace. Hřeben tvoří dva vápencové skalní útvary. Větším z nich, dlouhým asi šedesát metrů prochází tři chodbovitě jeskyně, které jsou však bez krápníkových ozdob. Jelikož lze dvěma z nich pohodlně projít celým skalním masívkem, dostalo podle toho toto místo i útvar přiléhavý název Průchodnice.



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



**Věra Tomancová, 71 let,
Příkazy**

- Největší radost jsem měla, že jsme si tady v Příkazích postavili domek a když se mi narodil syn. A taky, že jsem si napodruhé našla bezvadného manžela.
- Nic bych neměnila, byla jsem i v práci spokojená. Jsem zdravá a moji nejbližší taky, tak je nám dobře.



**Eliška Smejkalová, 85 let,
Olomouc**

- Největší radost mi dělají vnuci a jejich děti, moje dvě pravnučky a dva pravnucci. Mám jen přání at jsou všichni spokojení a zdraví a daří se jim.
- V mém životě bych nic neměnila. Přeji všem lidem, aby ustoupil koronavirus a aby mohli normálně a spokojeně žít.



**Pavla Sládková, 72 let,
Skrbeň**

- Největší radost asi prožívám teď, se dvěma vnoučky. Často se i scházíme se širší rodinou. Vždy se nějaký důvod najde a to mi taky dělá velkou radost.
- Mám pohodové manželství, jsem se svým životem spokojená. Nic bych neměnila.



**Luboš Slavíček, 86 let,
Olomouc**

- Největší radost mám ze svých tří vnoučat, kterým se podařilo úspěšně vystudovat vysoké školy a zatím se jim daří.
- Vše co jsem v životě dělal, dělám rád i nyní a vážím si toho, že to stále dělat mohu. Velkým koníčkem je pro mě pořád moje zahrádka.



NEJLEPŠÍ JARNÍ POMAZÁNKY

Pomazánka s jarní cibulkou

250 g tvarohu
5 jarních cibulek
2 lžíce smetany
hrst vlašských ořechů
sladká paprika
sůl, pepř

Tvaroh se smetanou a kořením utřete dohladka. Přidejte na jemná kolečka nakrájené jarní cibulky i s natí a nasekané ořechy. Dobře promíchejte. Pomazánku nechte zaležet v lednici a podávejte na čerstvém chlebu.

Pórková pomazánka s vejcem

1 pórek
120 g majonézy

150 g Lučiny
1 červená paprika
3 vejce
sůl, pepř

Vejce uvařte natvrdo a nechte vychladit. Lučinu rozmíchejte s majonézou, najemno nakrájeným pórkem (použijte pouze bílou a světle zelenou část) a paprikou, osolte a opepřete. Nakonec vmíchejte nadrobno nakrájená vejce.

Ředkvičková pomazánka

1 svazek ředkviček
1 cibule
1 balení tofu
plátek másla
2 lžíce mléka
sůl, pepř

Na másle orestujte nadrobno nakrájenou cibuli. Přidejte nakrájené ředkvičky a nechte zesklivatět. Směs osolte, opepřete, nechte vychladnout a vmíchejte do nastrouhaného tofu. Pomazánku zjemněte mlékem.

Tvarohová pomazánka s křenem

250 g tvarohu
4 vejce
2 lžíce bílého jogurtu
1–2 lžíce čerstvého křenu
pažitka
sůl, pepř

Vajíčka uvařte natvrdo a nechte vychladnout. Promíchejte tvaroh s jogurtem, nastrouhaným křenem, solí a pepřem. Nakonec vmíchejte nadrobno nakrájená vejce a pažitku.



CO JAKO PRVNÍ ZKONTROLOVAT PO PŘESTĚHOVÁNÍ DO NOVÉHO BYTU?



Pokud jste se nedávno nastěhovali do nového bytu či se na stěhování v brzké době chystáte, vyplatí se nepodcenit kontrolu rizikových míst. Ta totiž mohou ohrozit nejen vaše finance, ale i bezpečí. Jedná se zejména o rozvody elektřiny, plynu, vody i topení.

Rozvody elektřiny a plynu

Pokud chcete být doma v bezpečí, měli byste mít jistotu, že jsou v pořádku zejména rozvody elektřiny a plynu. „Ve starších činžovních či panelových domech často narazíte ještě na staré hliníkové rozvody elektřiny. V takovém případě je třeba elektroinstalaci zrevidovat elektrikářem. V opačném případě může hrozit zkrat a následný požár. Rozvody lze samozřejmě také vyměnit za nové, počítejte ale pak s investicí pohybující se v řádech desítek až stovek tisíc, v závislosti na velikosti bytu,“ říká Jan Kovalský z Energie ČS. Pokud je v domácnosti zavedený také plyn, je třeba zkontrolovat i jeho rozvody. Při podcenění revizí může hrozit únik plynu, což by chtěl riskovat málokdo.

Revize spotřebičů

S kontrolou rozvodů elektřiny a plynu souvisí i revize spotřebičů. Elektrospotřebiče ve špatném technickém stavu mohou velmi snadno způsobit požár a plynové spotřebiče zase nebezpečný únik plynu. „Obezřetnosti je třeba zejména v případě, když přicházíte do nově pronajatého bytu, se kterým nemáte zkušenosti a neznáte dobře jeho historii. Zde se jistě vyplatí nespolehat se na starší revize a investovat do vlastního a aktuálního prověření technického stavu elektrických a plynových spotřebičů,“ doporučuje Jan Kovalský. Taková investice se jistě mnohanásobně vrátí v následném klidu a bezpečí.

Zkontrolujte těsnost rozvodů vody a topení

Nepříjemné komplikace může přinést i únik vody ze špatně těsnících rozvodů či topení. Pečlivé zkontrolování rozvodů vody, ale i všech roháčků, sifonů a hadiček u spotřebičů a sanity se vyplatí. Předějete tak nepříjemnému překvapení při úniku vody, který může trvat mnoho hodin i dní, a škody mohou být pak obrovské. Častým případem jsou například staré a zpuchřelé hadičky s přívodem vody do WC nádržky, které mohou prasknout a vytopit nejen vás, ale i sousedy. „Vyplatí se také kontrola topného systému včetně těsnosti topných těles. V neposlední řadě je důležitá také revize přístupnosti a stoprocentní funkčnosti všech uzavíracích ventilů,“ doporučuje Jiří Bonk ze stavební společnosti Wirtuuu. (pra)



SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři, máme za sebou velmi těžký měsíc, který přinesl, mimo jiné, přísná opatření vlády České republiky z důvodu pandemie koronaviru, který ochromil celý svět. Karanténa a omezení 14 dnů v situaci, kdy můžeme nechtěně a nevědomky ohrozit zdraví a život, se stalo samozřejmostí každého z nás.

V minulém čísle jsem vás informovala o bohaté činnosti, plánech a aktivitách, které pro vás Krajská rada seniorů Olomouckého kraje připravuje.

Z důvodu zákazu vlády pořádání veškerých akcí s účastí přesahující 30 osob, jsme zrušili termín I. Reprezentačního plesu KRS ve spolupráci s TV Šlágř. Protože byl o tento ples z vaší strany obrovský zájem a podařilo se najít shodu termínu výpůjčky Společenského domu v Prostějově a TV Šlágřu, rozhodli jsme se tuto akci uspořádat v náhradním termínu, a to 25. září od 14:00 ve Společenském domě v Prostějově. Vstupenky jsou platné, program plesu zůstává stejný, mění se jen termín konání.

Dále bych chtěla poděkovat již teď za příspěvky do tomboly, které jste již někteří přinesli a které budou uloženy v kanceláři KRS až do dne konání plesu. Dárci, kteří věnovali dárkové potravinové balíčky, byli kontaktováni a dohodli jsme se na dalším postupu.

Věřím, že se všichni v září ve zdraví sejdem a společně si užijeme super odpoledne s TV Šlágřem.

Pro ty, kteří by vstupenky chtěli vrátit, ať už z jakéhokoliv důvodu, pak budete moci později (až to bude možné) navštívit kancelář Krajské rady seniorů ve Štursově ulici, kde vše vyřídíme k vaší spokojenosti. Děkuji vám za pochopení a důvěru.

Další důležitá informace se týká provozu nové kanceláře Krajské rady seniorů a akreditované bezplatné právní Porady pro seniory ve Štursově ulici. Poradna byla slavnostně otevřena 12. března za účasti předsedy Rady seniorů České republiky. Až do odvolání z důvodu šíření koronaviru je kancelář i poradna uzavřena, pokud máte urgentní potřebu řešit nějaký váš problém, pak můžete napsat předsedkyni Mileně Hesové na adrese milenahesova@seznam.cz nebo volejte na tel. 774 345 670. V případě právního poradenství dostanete tel. kontakt na právního poradce.

O ostatních plánovaných akcích (krajské sportovní hry seniorů, táborové školy v přírodě – Domašov nad Bystřicí a Čekyně) vás budeme průběžně informovat. Pokud budeme muset akce přeložit, budeme se snažit o nové termíny. V případě, že dojde k úplnému zrušení táborových škol, pak bude kontaktovat všechny přihlášené paní Ondrušková, hospodárka Krajské rady seniorů a všem přihlášeným budou vráceny peníze. Berte, prosím, tuto informaci jako prvotní, situace se každým dnem vyvíjí.

Byli jsme nuceni zrušit dva jarní turnusy wellness pobytu v Sezimově Ústí. Paní Jaroslava Köhlerová, členka předsednictva Krajské rady seniorů, která má tyto pobyty



na starost, dala na vědomí všem, kterých se to týká. Jakmile to bude možné, ředitelství Hotelu MAS*** vyhlásí nové náhradní termíny, ve kterých mohou senioři svůj zaplacený pobyt uskutečnit. Těm, kterým to nebude vyhovovat, budou vráceny v plné výši peníze. Podzimní termíny jsou zatím beze změny. Pro bližší informace kontaktujte paní Köhlerovou na tel. 732 208 050 nebo e-mail kohlerovajarka@seznam.cz

Také jsme upravili režim výuky VU3V. Až do odvolání není možné studovat virtuální univerzitu kolektivně v Kongresovém sále na KÚ. Tutor pan Jaromír Navrátil informoval všechny studenty o způsobu a termínech samostudia VU3V (přednášku lektora si pustí každý doma). Děkuji touto cestou panu Navrátilovi za skvělou spolupráci.

Milí senioři, závěrem bych vám všem chtěla říci, nedobrovolné „domácí vězení“ a všechna ta nepopulární opatření v podobě zákazů, zrušení akcí a příkazů mají jeden společný cíl, a to ochránit naše zdraví a to nejcennější co máme, naše životy. Buďme silní, zodpovědní, ohleduplní, jen tak můžeme čelit těžkým zkouškám, které nám život přichystá. Mějte na paměti, že každý z nás musí chtít. Je čas na dobrou knihu, časopis, hezký film, skvělou muziku, ruční práce, záliby a koníčky ale třeba i zastavení a odpočinku v kruhu rodinném. Buďte veselí, vstávejte s úsměvem a nebojte si říci o pomoc.

Nezapomeňte, že můžete také navštívit naše stránky na www.rscr.cz a také na Facebooku – Krajská rada seniorů Olomouckého kraje, kde najdete spoustu informací.

Milena Hesová
Předsedkyně KRS Olomouckého kraje

KRAJSKÁ RADA SENIORŮ OPĚT BODUJE!

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje 12. března slavnostně zahájila oficiální provoz akreditované, bezplatné Právní poradny pro seniory dle zákona č.108/ Sb., o sociálních službách za účasti předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého kraje a poradkyně hejtmana Mileny Hesové, předsedy Rady seniorů ČR Dr. Zdeňka Pernese, náměstkyně primátora statutárního města Olomouc Mgr. Matouše Pelikána, MUDr. Dagmar Malotové, MBA, medicínské ředitelky CTCenter MaVe, Ing. Václava Zatloukala, krajského koordinátora MPSV, Mgr. Zdislava Dolečka, Mgr. Veroniky Stejskalové a Mgr. Barbory Michalkové. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje děkuje všem výše jmenovaným za pomoc, vstřícnost a podporu při realizaci plánované poradny pro seniory. Zvláštní poděkování patří řediteli AGE CĚNTRA panu Bc. Jakubovi Malotovi, který věnoval poradně počítačové vybavení. Právní poradenství v kanceláři KRS Olomouckého kraje ve Štursové 820/1, Hodolany v budově Magistrátu města Olomouc seniorům poskytují, dle Metodik poskytování služby právní, bytové, sociální a rodinné, od 1. března 2020 dva právní poradci. Služba je poskytována výhradně seniorské populaci v Olomouckém kraji. Senioři jsou skupinou, která má svá specifika a jejich

problémy vyžadují citlivý přístup a konzultace z pravidla delší než 30 minut. Poradci budou pomáhat teoreticky ale i prakticky – například s vyplňováním potřebných žádostí, sepsání návrhu smluv a podobně. Úřední hodiny pro Právní poradnu pro letošní rozjezdový rok jsou nastaveny takto:

pondělí 8:00–16:30, Mgr. Veronika Stejskalová
čtvrtek 8:00–16:30, Mgr. Barbora Michalková
úterý 9:00–12:00, předsedkyně KRS Milena Hesová

Ostatní volné dny v týdnu bude kancelář využita k aktivitám předsednictva KRS a dále jako kontaktní místo pro seniory za účelem získávání potřebných informací, vyřizování žádostí SeniorPasu, kontaktní místo CK Senior Travel, wellness nabídky apod. Máte-li pocit osamocení, vězní vás doma nemoc, trápí vás bezradnost, potřebuje slyšet vlídné slovo, zavolejte na tel. 585 562 107 nebo tel. 774 345 670, popřípadě nám napište na adresu poradna.olomouc@rscr.cz

Milí senioři, Krajská rada seniorů Olomouckého kraje je tu vždy pro Vás.

předsedkyně KRS Olomouckého kraje
Milena Hesová

PEŠEK VONĚL HEŘMÁNKEM

Ve čtvrtek 5. 3. 2020 zavítali do prostor olomouckého Klubu seniorů, Peškova 1 více než dvě desítky pohádkových babiček a dědečků z Olomouce a okolí, zástupci Magistrátu města Olomouc, Krajského úřadu i MPSV, aby se zde setkali v rámci Kulatého stolu s podtitulem Čtecí babičky a dědečkové v RC Heřmánek. Mgr. Jana Ketnerová z pražské organizace Mezi námi, o.p.s. přítomně seznámila s celorepublikovou situací a skutečností, že aktuálně čte dětem v českých mateřských školách každý týden 157 pohádkových babiček a dědečků. „My v RC Heřmánek jsme hrdí, že 31 z nich je právě z Hané, čímž se po Praze stáváme druhým největším Klubem čtecích babiček a dědečků v České republice“ udává Mgr. Hana Klicperová, koordinátorka programu Přečti. V rámci kulatého stolu byli přítomní seznámeni Václavem Zatloukalem s novinkami v projektu MPSV – Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň. Slavily se narozeniny přítomných babiček i MDŽ a dárek v podobě lístků na představení One man show táta z rukou Mgr. Jiřího Zemánka, náměstkyně hejtmana Olomouckého kraje, skutečně potěšil. Zlatým hřebem programu bylo představení Střední, základní a mateřské školy pro sluchově postižené její ředitelkou Mgr. Martinou Michalíkovou a pohádka Boudo budko v podání dětí MŠ pro sluchově postižené a skvělého týmu jejich učitel. Rodinné centrum Heřmánek, jako místo podpory rodin s dětmi, vzdělávání a mezigenerační spolupráce

pořádalo tento kulatý stůl ve spolupráci s MPSV již podruhé. „Věříme, že se v příštím roce setkáme znovu a třeba ve větším počtu“, dodává Hana Klicperová. V případě zájmu o zapojení do programu Přečti, kontaktujte RC Heřmánek (www.rc-hermanek.cz).

Ing. Václav Zatloukal, MPSV



HEJTMAN LADISLAV OKLEŠTĚK: „KDYŽ JDE DO TUHÉHO, DRŽÍME PŘI SOBĚ.“

Rozhovor s Ladislavem Okleškem, hejtmánem Olomouckého kraje, vznikl v polovině března. V době, kdy celý region řešil koronavirus, zasedala bezpečnostní rada nebo se plánovala distribuce ochranných pomůcek do domovů pro seniory. Proto jsem velmi rád, že si vedení kraje našlo i v tak hektické době pár minut pro čtenáře Moravského seniora.

Jak dlouho jste nespal?

Nejsem stroj, do postele občas musím (smích). Nebylo to ale bůhvíjak dobré spaní. Každý ví, jaké to je, když máte plnou hlavu starostí – myslíte na ně i v noci a špatně se spí.

Jste předsedou Krizového štábu Olomouckého kraje. Jakou úlohu má hejtmánství v situacích, jakou byl právě nástup epidemie Covid-19?

Olomoucký kraj plní roli koordinátora pomoci. To znamená, že dáváme dohromady hasiče, ředitele nemocnic, záchrannou službu, zástupce sociálních služeb, policie a řešíme, jak konkrétně postupovat – kam je potřeba v prvé řadě poslat pomoc, roušky, dezinfekce a podobně. Přitom všem ještě musíme zajistit fungování krajského úřadu.

Jak těžké bylo rozhodnutí uzavřít do karantény tisíce lidí na Uničovsku a Litovelsku?

Právě toto rozhodnutí nečinil Olomoucký kraj, ale krajská hygienická stanice. Na hejtmánství pak bylo, aby lidem v uzavřené zóně zajistilo základní potřeby, jako je nákup potravin, zdravotní péči, dostupnost léků a hlavně dostatek ochranných pomůcek.

Obrovský kus práce přitom odvedli starostové obcí a jejich krizové štáby.

Se zásobováním potravinami byl ale zpočátku problém.

Ano, protože někteří dodavatelé se neřídili pokyny a nevyřídili u hygieniků pro své šoféry výjimku ke vjezdu. Byla ale řada dalších dílčích problémů, které jsme se snažili co nejdříve vyřešit, abychom usnadnili všem lidem v zasažené oblasti jejich svízelnou a velmi nepříjemnou situaci. Zajistili jsme distribuci ochranných pomůcek, vojáci postavili mobilní stanoviště na odběr vzorků... Se zástupci firem jsme řešili dojíždění zaměstnanců do práce, s litovelským pivovarem jsme diskutovali o rozvozu piva... Těch dílčích potíží, které bylo potřeba vyřešit, byl „milion“.

Jak moc byly spolu jednotlivé problémy provázané?

Hodně. Domlouvali jsme třeba to, aby ve městech, kde jsou nemocnice, zůstaly otevřené školky pro děti těch, kteří s koronavirem bojovali v první linii. Potřebovali jsem zajistit, aby zdravotníci, policisté, záchranníci a další mohli v klidu pracovat a přitom věděli, že se má o jejich děti kdo postarat. Samozřejmě myslíme také na nejzranitelnější skupinu obyvatel, na seniory. Pro ně je ta situace nejsložitější a nejnebezpečnější, takže naše první kroky směřovaly hlavně k jejich ochraně. Starším lidem se snažíme prioritně pomáhat.

Nedostatek roušek hýbal celým Českem...

Ano, protože jich bylo potřeba obrovské množství. A nechtěl je jen Olomoucký kraj, ale celý svět. Proto bylo tak



těžké respirátory a roušky včas sehnat. Nakonec se to podařilo. Velké uznání a poděkování si zaslouží lidé a dobrovolníci, kteří si roušky vyráběli sami a distribuovali je ostatním. Mimochodem, po domácku vyrobené roušky jsou svým způsobem stejně nejpraktičtější. Každý večer je můžeme přeprat, přežehlit a je opět sterilní. Kdežto ty klasické jsou účinné maximálně den.

Selhal při zajištění ochranných pomůcek stát?

Epidemie koronaviru se do jisté míry podobá povodním v roce 1997. Je to něco, s čím nikdo moc nepočítal a nikdo si nedokázal představit, jaké všechny problémy nám to může způsobit. Každý z nás se učil za pochodu. A stejně, jako se až po povodních začaly budovat protipovodňová opatření, tak i po ukončení epidemie covid-19 budeme lépe vědět, co čekat příště a na co se připravit.

Myslíte, že přijdou další epidemie?

Nevím, ale vím, že příště budeme chytřejší. Viry se v tomto opět podobají povodním – přijdou rychle, a nikdo přesně neví, kdy to bude. A stejně jako velká voda i covid-19 dokázal něco úžasného – spojil národ a přiměl nás táhnout za jeden provaz. Předtím byla společnost daleko více rozdělená a polarizovaná.

Takže všechno zlé, je k něčemu dobré?

Přesně tak. Solidarita lidí při šití roušek, enormní nasazení záchranářů, zdravotníků, hasičů a dobrovolníků ve mně vyvolávala tak silné emoce, že mě z toho až

mrazilo v zádech. To je důvod, proč o budoucnost Olomouckého kraje strach nemám – když jde do tuhého, držíme při sobě.



AKTUÁLNÍ INFORMACE COVID-19



INFOLINKA: 585 719 719

(s provozem denně od 9:00 do 19:00 hodin)

KrajPomaha.cz



ŘEDITEL PEVNOSTI POZNÁNÍ MATĚJ DOSTÁLEK: AKTUALIZACE PROGRAMU JE NAŠÍ ŽIVOU VODOU



Když se v roce 2015 chystalo otevření prvního interaktivního centra popularizace vědy na střední Moravě, málokdo si dokázal představit, co v něm bude k vidění a osahání. Pevnost poznání v areálu Korunní pevnůstky v centru Olomouce je dnes jedním z nejoblíbenějších výletních míst střední Moravy a jeho ředitel Matěj

Dostálek může hodnotit, co vše se za půl dekády podařilo a co ne.

Pane řediteli, v letošním roce oslaví Pevnost poznání pět let. Neuteklo to nějak rychle?

Znáte to ze života. Ta nejkrásnější období, kdy se cítíte mladí, úspěšní a plní síly, vám utečou mnohem rychleji, než krize, které se mnohdy zdají nekonečné. Lidé jsou takto překvapení poměrně často, ptají se: Pevnost je otevřená už pět let? Pro mě je to důkaz, že celý tým Centra popularizace odvádí úžasnou práci. Právě neustálá aktualizace programu – nových tématických akcí nebo expozic – je doslova živou vodou.

Funguje pevnost podle původních představ, nebo se za těch pět let záměr posunul?

Vybudování infrastruktury – tedy budovy samotné Pevnosti poznání a expozic je věc jedna, vdechnout jí život pak věc druhá. Velice brzy po otevření jsme si uvědomili, že musíme vymýšlet neustále nové aktivity a formáty, jedině tak bude Pevnost poznání dlouhodobě udržitelná a neomrzí všechny po první návštěvě. Opět se dostáváme k analogii ze života – pokud jste aktivní, takzvané stáří přichází mnohem pomaleji.

Určitě vnímáte nejružnější odezvy návštěvníků – za co vás chválí a co jim naopak chybí?

Mimo úžasně zrekonstruovaných prostor bývalého dělostřeleckého skladu veřejnost suverénně nejvíce oceňuje přístup a zapojení studentů olomoucké Univerzity Palackého, kteří u nás pracují jako animátoři a lektori. Právě oni dávají Pevnosti správnou dynamiku a impulsy k rozvoji. Zásadní důraz totiž klademe na interakci našich zaměstnanců s návštěvníky. Chybí nám především občerstvovací zařízení nebo drobný gastroprovoz. To ale bylo limitováno podmínkami EU, která rekonstrukci Pevnosti poznání financovala. Toto omezení pro komerční využití teď po pětiletém období končí a na stole už mi leží projekt kavárny přímo v expozici věnované historii.

Jak si u vás mohou přijít na své senioři? A teď nemám na mysli jen ty, kteří doprovázejí vnučata.

Naším cílem je oslovit nejen děti, ale co nejširší veřejnost. Srozumitelně vysvětlit i dospělým, jak zásadní je úloha

vědy a poznání v naší společnosti. Denně dostávám dopisy, kde návštěvníci zmiňují, že přišli do Pevnosti kvůli zábavě pro děti a byli překvapeni, že sami získali spoustu informací. I proto pořádáme tématické akce jako Římané v Olomouci, Dny mozku s workshopy cvičení paměti nebo Houby v Pevnosti, v rámci které u nás byla například mykologická poradna. I senioři tak do našich expozic chodí za poznáním. Mimo to pořádáme přímo pro ně praktické kurzy Blízká setkání třetího věku nebo Univerzitu třetího věku, která je zaměřena více odborně.

(tas)



Senioři v Pevnosti poznání.



Pevnost před rekonstrukcí.

PEVNOST POZNÁNÍ V OLOMOUCI JE MÍSTO, KDE SE ZAMILUJETE DO VĚDY

Na první pohled vidíte historickou budovu, bývalý dělostřelecký sklad z roku 1857. Jakmile ale vejdete dovnitř, zůstáváte v údivu. Pevnost poznání svou vojenskou minulost bere jako součást bohaté historie Moravy, nyní je ale v první řadě hrdým centrem popularizace vědy Přírodovědecké fakulty Univerzity Palackého v Olomouci. Těžko u nás najdete prostor, v němž se dějiny tak překvapivě a působně prolínají se současností právě jako uvnitř téhle výjimečné stavby. Je interaktivním útočištěm pro energickou popularizaci vědy a výzkumu i celoročním dějištěm desítek různorodých akcí, které vzdělávají základní a střední školy, rodiny s dětmi nebo seniory.

Senzační léto pro všechny děti

Každé léto se tu pořádají vědecké tábory pro zvědavé děti, které chtějí uprostřed přírody vést detektivní pátrání po kameni mudrců, anebo si jednoduše postavit vlastní kosmickou raketu. Pohled pod pokličku nejrůznějších vědeckých oborů přináší i oblíbená Dětská univerzita. Zájemci ve věku od osmi do dvanácti let si s předstihem zkouší studium na vysoké škole a jednou týdně se účastní obohacujících přednášek předních odborníků z olomoucké univerzity. Odměnou je jak krásný diplom o absolvování, tak především mimořádný rozhled v pestrém výběru dospělých oborů.

Pevnost je zkrátka a dobře oázou vzdělávání. Své by o tom mohli vyprávět účastníci vědeckých kroužků, které se mohou pyšnit soustředěností, hravostí a rozmanitostí. Přírodovědný kroužek dětem otevírá bránu do světa živočichů a rostlin, Vědecká výtvarka a Vědecký dramatař je učí prolínat vědu s uměním.

Vaše babička nebude sedět v koutě

Aktivity Pevnosti poznání nemíří pouze na ty nejmenší. Úspěšný projekt Blízká setkání třetího věku je příležitostí pro všechny lidi zralého věku, kteří se ani ve stáří nechtějí vzdát činnosti a účasti ve společenském životě. Pod vedením lektorů se učí trénovat paměť, cvičit, žonglovat, ale také zdravě jíst a myslet pozitivně. Na věku skutečně nezáleží a Pevnost poznání se tímto heslem řídí každým dnem. Návštěvníkům všech věkových kategorií vždy od úterý do neděle nabízí vstup do čtyř vtahujících expozic, které se věnují dějinám nebo světům přírody, logiky, matematiky a fyziky. Ústřední roli při tom sehraávají akční animátoři, kteří provádí pestrou historií Olomouce, odhalují zázraky spojené s moderním 3D tiskem anebo osvětlují epické dění v naší Sluneční soustavě.

Přenašeč do jiných světů a dimenzí

Právě digitální planetárium je startovacím místem pro pouť vesmírným nekonečnem. Návštěvníci se díky filmům jako Zpátky na Měsíc nebo Zázraky vesmíru noří do probádaných i stále tajemných hlubin vesmírného oceánu. Všichni mají možnost stanout na povrchu ledových gigantů anebo se stejně jako Neil Armstrong projít po Měsíci. Programové menu skýtá několik rozmáchlých pozemských i kosmických výprav.

Olomoucké interaktivní muzeum vědy Pevnost poznání sídlí v historickém areálu Korunní pevnůstky (17. listopadu 7). Od úterý do pátku je tu dobrodružství pro celou rodinu dostupné vždy od 9:00 do 17:00, o víkendech až do 18:00. Bližší informace najdete na www.pevnostpoznani.cz.

(pr)

Foto: archiv Pevnosti poznání

Podoba pevnosti v současné době.



POLICIE RADÍ SENIORŮM: VÍTE, KDY POUŽÍT LINKU TÍŠŇOVÉHO VOLÁNÍ 158?

Telefonní linka 158 je bezplatnou linkou tísňového volání Policie České republiky.

Linka tísňového volání 158 je v nepřetržitém provozu určena široké veřejnosti pro telefonická oznámení, která mají charakter tísňových výzev, jejichž obsahem jsou:

- informace odůvodňující provedení neodkladného zá-
kroku v případech přímého ohrožení života, zdraví,
majetku nebo veřejného pořádku;
- dezorientace v neznámém terénu;
- informace vztahující se k:
 - trestné činnosti,
 - pátrání po pohřešovaných a hledaných osobách,
 - pátrání po odcizených vozidlech,
 - haváriím, výbuchům a živelným pohromám,
 - dopravním nehodám, komunikačním závadám
a odtaženým vozidlům.

Linku tísňového volání 158 spravují integrovaná operační střediska Policie České republiky v rámci příslušného území krajského ředitelství policie. Integrovaná operační střediska na základě příjmu tísňového volání bezodkladně reagují na oznámenou událost (např. vysílají hlídku na místo, v případě potřeby zajišťují přítomnost zdravotnické záchranné služby, zajišťují předání dopravních informací veřejnosti apod.). Hovory na linku 158 jsou nahrávány. Při příjmu tísňových volání spolupracují se správcem evropské telefonní linky tísňového volání 112.

Jak správně volat na linku tísňového volání

Při zavolání na tísňovou linku 158 se nejprve ozve hláska „tísňová linka policie“, poté jste vyzváni policistou k hovoru. Při volání na linku 158, ale i další tísňové linky složek IZS je třeba si uvědomit, že se dovoláte do krajského města. Policista integrovaného operačního střediska nemá detailní znalost, proto potřebuje přesné informace:

- řekněte své jméno
- co se stalo a jestli je někdo zraněný
- kde se událost stala, v jaké obci nebo městě a v jaké ulici (pokud neznáte přesnou polohu místa, kde se nacházíte, zkuste přibližně popsat)
- sdělte, jak k události došlo
- nezavěšujte a odpovzte policistovi na jeho doplňující otázky
- řiďte se pokyny policisty operačního střediska

Pozor: Zneužití tísňového volání na linku 158 je trestné!

Marta Vlachová, koordinátorka prevence Policie ČR z Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje.
Ilustrační foto MS





Linka tísňového volání Policie České republiky



Na základě upozornění PČR zabavila nelegální přetvářené konopí.



Následně na tísňovou linku 158 volá žena.



A dožaduje se vydání zabavených omamných látek.

**CHCETE-LI OZNÁMIT „SVÉ“ PROTIPRÁVNÍ JEDNÁNÍ,
ZAVOLEJTE, JSME TU PRO VÁS 24 HODIN DENNĚ.**

158



Pomáhat a chránit

Slouží k tísňovému volání na Policii České republiky v případech OHROŽENÍ ŽIVOTA, ZDRAVÍ, MAJETKU nebo VEŘEJNÉHO POŘÁDKU a oznámení protiprávního jednání.

www.policie.cz

 facebook.com/policiecz
 twitter.com/policiecz
 youtube.com/policiecz

Ostatní linky tísňového volání:

| Záchranka | Hasiči | Mezinárodní linka | Senior telefon | Městská policie |
|-----------|--------|-------------------|----------------|-----------------|
| 155 | 150 | 112 | 800 157 157 | 156 |

Z ČINNOSTI SPOLKU VOJENSKÝCH DŮCHODCŮ OLOMOUC

Rada SVD Olomouc se hned od začátku nového roku zaměřila na zpracování plánu činnosti spolku pro letošní rok, který bude měsíčně upřesňovat. V lednu se 9 členů spolku zúčastnilo Hospodského vědomostního kvízu, který vyhrálo družstvo ve složení paní Melichárková, pánové Krušina, Melichárek a Vízek. Odměnou jim byla kvízová hra „Znáte Česko“, která poslouží k dalším vědomostním soutěžím. Dne 19. února se konalo v DA posezení u videa s ukázkami z činnosti spolku v loňském roce. Pánové Gartner a Vízek závěrem setkání připravili videokvíz. Přítomní ve dvojicích odpovídali na 10 otázek ze shlédnutého videa. Tři úspěšná družstva získala sladkou odměnu. Byl i vznesen návrh na promítnutí videí z činnosti SVD v minulých letech se vzpomínkou na ty členy, kteří už nejsou mezi námi. Téměř každé pondělí dopoledne v BESTU hraje 6–10 členů spolku bowling. O organizaci se svědomitě stará pan Rožek. Velmi dobrých výsledků dosahují manželé Rožkovi, paní Gartnerová a pan Kratochvíl, kteří tvoří družstvo pro účast v krajském kole v bowlingu.

Pro ženy SVD připravili muži z rady spolku oslavu MDŽ. Setkání se zúčastnilo 50 žen, které hned u vstupu byly přivítány květinou, poté usedly k pěkně prostřenému stolu se svými bývalými spolupracovnicemi, aby si opět po roce popovídaly a zavzpomínaly na aktivní léta v armádě. Poslechly si krátký hudební program, občerstvily se kávou a sladkostí a k dobré pohodě jim přispěla i sklenička vína. Rozcházely se s přáním dobrého zdraví a dalšího setkání. Poděkování patří mužům, kteří se skvěle postarali o vše, co tato slavnost vyžadovala.

Sladkou tečkou na závěr dosavadní činnosti byl autobusový zájezd do Frýdku-Místku s návštěvou firmy Marlenka. V Návštěvnickém centru jsme se seznámili s příběhem značky Marlenka, s prvotní výrobou v domácích



podmínkách, s její modernizací a růstem společnosti. Po prezentaci nám byla nabídnuta ochutnávková káva s ochutnávkovým talířkem výrobků, které putují do celého světa. Pak jsme proskleným koridorem shlédli výrobní linky marlenky, od těsta až po zabalení hotového výrobku. Průvodce byl fundovaný a trpělivě zodpovídal naše dotazy. Potom nás vybídl k ochutnávce různých přísad využitých ve výrobě. Neodolali jsme, abychom si nenakoupili sladké dobroty. Srdečně jsme se rozloučili s pracovníky, kteří nás obsluhovali a pokračovali jsme do Nového Jičína. Prohlédli jsme si náměstí s pěkně opravenými domy, našli dům generála Laudona i prodejnu klobouků Tonak. Poděkování patří předsedovi RSVD panu Krušinovi, který tento zájezd zorganizoval.

Manželé Jursíkovi
Foto: R. Gartner

ČTVRTKY, JAKÉ JINDE NENAJDETE

Každý poslední čtvrtek v měsíci pořádá Spolek pro Českou Ves v klubovně muzea obce setkání seniorů při hudbě a tanci. Setkání se koná za doprovodu věčně mladých melodií v podání Miloše a Josefa Oškerových. Mimo poslední čtvrtky se senioři sejdou s Oškerovci a Oškerovou dechovkou při zpěvu vánočních koled, klubovém pochovávaní basy v klubovně a oslavě MDŽ.

Ve volné čtvrtky, kdy se netančí a nezpívá, se schází děvčata-seniorky v klubovně muzea obce při náročnějším pohybově koordinačním dechovém cvičení a uvolňovacím, relaxačním cvičení na podložce, které trvá dvě hodiny a vedou je seniorky, učitelka TV Jiřina Svačinová s fyzioterapeutkou Zdenou Riegelovou.

Marie Hundáková





Vdova 64/162, která ráda kutí, zahradničí, jezdí na občasné výlety po ČR a má dva psíky, by se ráda seznámila s mužem do 68 let, nekuřákem, abstinentem a má také tyto záliby, z okolí Olomouce a nebojí se a má rád psy. Děkuji za zavolání nebo SMS na telefon 723 783 550.

Žena z Prostějova 67/165, štíhlá, mladšího vzhledu, hledá touto cestou vitálního muže. Moje záliby: mám ráda přírodu, ráda cestuji a chodím do kina. Pokud jsem Vás zaujala - pište, nebo volejte na č. 606 333 190.

Muž 66 let, 180 cm a 78 kg z Přerova, rozvedený, bez závazků, zajištěn, vl. byt, hledá přítelkyni na vážný vztah, vyšší postavy. Tel.: 606 125 527.

Ráda bych tu našla hodného přítele z OL a okolí, se kterým by začalo být na světě zase hezky - nejraději nekuřáka s autem - pro společné výlety, houbaření i zahradničení, posezení u kávy nebo dvojky vína. Jsem plnoštíhlá SŠ 61/170, tel. 776390637

Rozvedený 68 letý nekuřák, hledá nenáročnou štíhlou ženu ve věku kolem 65 let se vztahem k přírodě, projíždím na kole a vzájemné opoře. Nejraději z Olomouce a blízkého okolí. Sms na tel.: 792 347 183

Jarda, 48 let štíhlé postavy, svobodný. Jsem v invalidním důchodu s oční vadou a rád bych našel ženu, která má stejnou, nebo podobnou vadu očí. Na věku až tak nezáleží. Mám přátelskou povahu, rád chodím do přírody, jezdím na kole a hraji na kytaru. Život je natolik krátký a neměl by být nikdo sám, proto se mi ozvi, budu moc rád. Tel.: 604 786 245

Karel 180/75, ÚSO, normální chlap, sirotek s vyřešenou minulostí, již 30 roků pohodový klidáš z Olomouce, májící rád hudbu a vše, co život přináší, nekuřák, nealkoholik, bez závazků s vlastním zázemím. Do a pro život mám vše, ale schází mně pohodová, příjemná a volná

paní, která má ráda vodu, přírodu, životní pohodu, ráda cestuje za vodou a nejde po majetku. Vzájemná výpomoc. Prosím sms na tel. 608 617 719, nebo i volat. Děkuje Karel.

Muž 66 let/166/70 nekuřák, mladšího vzhledu, bez závazků s vlastním domem, autem a květinovou zahradou. Veselé povahy, romantik, kutil, rád cestuji, jezdím na kole. Hledám ženu nekuřačku, štíhlejší postavy, mladšího vzhledu bez módních výstřelků, která se ráda zasměje, jezdí na výlety, možnost i k moři, je aktivní, řídičský průkaz vítán. Bohutín u Šumperka a okolí. Tel.: 604 732 488

Rozvedený 65letý muž, nekuřák s vyřešenou minulostí a vlastním RD, hledá ženu 60–65let, štíhlou, nekuřačku k vážnému seznámení z OL, PR, PV a okolí. Najdeme se do jara? Prosím napište nebo volejte na tel.: 702 319 524. Děkuji.

Hledám přítele na všechno. Příjemného, podnikavého nekuřáka, který dokáže pochopit, poradit, pohladit a nezradit. Má náruč co ochrání a srdíčko na dlaních. Máte-li stejné přání, ozvěte se 59leté tmavovlásce z Olomouce. Může to být fajn. Jen vážně. Sms na tel.: 773 279 854.

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 pošlete do 15. 4. 2020 na adresu Moravský senior, z. s., Tábortů 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.

| POMŮCKA: MISTRAL, RSC, RUN | PÁNSKÝ ODĚV | SUDOKO- PYTNIK | INICIÁLY SKLADA- TELE DVOŘÁKA | DŮLEŽITÉ OSOBNOSTI ANGL. ZKR. | DEKORATIV- NÍ ČÁST STAVBY | | INICIÁLY ZPĚVAČKY VAŇKOVÉ | POPLACHY | OBLEVA | | INICIÁLY LYŽÁRKY NEUMAN- NOVÉ | OSTRAVSKÉ OPRAVNÝ A STROJIR- NÝ ZKR. | HROMADA | MALÝ OHON | BYLINY PODOBŇÉ TRÁVĚ | |
|------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------|-------------------|------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------|-------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------|---------|-------------------------|----------------------------|----------------------|
| STRACH | | | | | | ODĚV | | | | PLOD PALMY | | | | | | |
| | | | | | | | | | | IMPORT | | | | | | |
| AŤSI | | | | | | KRALUJÍCÍ | | | | | | | | | | |
| | | | | | | OTÁZKA 3. PÁDU | | | | | | | | | | |
| ŘÍMSKÝCH 55 | | | STÁTNI PŘEVRAŤ | | | | SOUHLAS | | | | OPAK BDĚT | | | | | |
| | | | 1. DÍL TAJENKY | | | | TITULNÍ ZKR. | | | | PŘEKOTNĚ VYBÍRÁNÍ VKLADŮ | | | | | |
| ENERGE- TICKÁ FIRMA | | | | PLEMENO PSA | | | | | | | | PRAVDE- PODOBŇÉ | | | | |
| | | | | NÁPOJE S TEINEM | | | | | | | | NÁDOBA NA TEKUTINY | | | | |
| KOSO- DŘEVINA | | | | | NĚMOHEREC | | | | VČELAŘSKÉ ZAŘÍZENÍ ZASTAR. | | | NÁZEV NOSOVKY | | | | |
| | | | | | SMĚR BUDDHIZMU | | | | | | | 2. DÍL TAJENKY | | | | |
| | PÍSEMNÁ SLOŽKA | ROPNĚ PRODUKTY CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO | | | | | | | ŠKOLNÍ HODNOCENÍ MN. Č. | | | | | | | |
| DŮLNÍ CHODBY | | | | | | | | | | | CHEM. ZN. HELIA | | | VERNŮV KAPITÁN | ŘÍČNÍ RYBA | |
| TVAR CHLEBA | | | | | | | | | | | CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO | | | | | |
| ČÁSTICE S ELEKTRIC- KÝM NÁBOJEM | | | | DRAK | ČÁSTI HMYŽÍCH HLAV | | | | | | | VÝSLEDEK VNÍMÁNÍ | | | | |
| DONĚST SHORA DOLŮ | | | | | | | | | | | | PTÁK BĚŽEC | | | | |
| | | | | | | | | | | | | KRACHY | | | | |
| | VÝKAL | AUTOR VINNETOUA Z DOBY ROKOKA | | | | | | | | | | NEOBDĚLA- NÉ POLE | | | | |
| DOBŘÝ NÁPOJ | | | | | | ČERNÁ HOŘČICE | KUŇ KNÍŽNĚ | JIHO- FRANCOUZ. BOUŘLIVÝ VÍTR | SPORTO- VEC | | | POSLÉZE | | | DRUH KVĚTINY | ODPOVĚDĚT DOPISEM |
| | | | | | | | | | | | | HOVOROVÝ SOUHLAS | | | | |
| ROMSKÁ OBČANSKÁ INICIATIVA | | | | VŮNĚ | | | | | | JHO | | | | | | |
| | | | | NABÍRAT ZOBÁKEM | | | | | | | | | | | | |
| PRAŽSKÁ VYSOKÁ ŠKOLA ZKR. | | | POVĚST SE | | | | | | | Z JAKÉHO MÍSTA | | | | | | |
| | | | BAHENNÍ PTÁK | | | | | | | JEZERO RUSKY | | | | | | |
| DRAVÍ PTÁCI | | | | | | | MPZ SLOVINSKA BÝVALÝ POKRM. TUK | | | | | NEVKUSNĚ VĚCI | | | | |
| | | | | | | | | | | | | ELEMENT CHŮZE | | | | |
| | JAKUB DOMÁČKY | | | | | | | | | | | | | INIC. ZPĚV. PILAROVÉ | | |
| | PORÁŽKA V BOXU | | | | | | | | | | | | | DRŮV ZASTAR. | | |
| ROLOVACÍ ZÁVESY | | | | | ČÁST SPAL. MOTORU | | | | | | | PRVNÍ NOV. SPOLEČNOST | | | | |
| | | | | | INIC. SPIS. OLBRACHTA | | | | | | | OXID URANATÝ | | | | |
| OSVĚTLOVA- CÍ TĚLESO | | | | | | | | | TRUBÍČKA | | | | | | | |
| CITOSLOVCE ČÁKNUTÍ | | | | DOBYTČÍ NÁPOJ | | | | | OPATŘÍT KOVÁNÍM | | | | | | | |

moravský
senior

Řešení z minulého čísla: V mládí ztrácíme rozum kvůli lásce, později ztrácíme lásku kvůli rozumu. **Výherci z minulého čísla:** Blanka Pintová, Olomouc; Vlasta Hoňková, Olomouc; Boženka Koulová, Napajedla

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

