

moravský senior[®]



Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 07–08/2020



**Petr Vrána:
Kultura i sport
se proplétají
celým životem**



**Téma:
Senioři a koníčky**



**Zdravotní rádce:
Důležitá voda**



**Pozvánky
na léto**



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 30letou 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: PETR VRÁNA

strany 4–5



TÉMA: SENIOŘI A JEJICH ZÁJMY

strany 6–7



ZDRAVOTNÍ RÁDCE: VODA V NAŠEM TĚLE

strana 28

ANKETA

strana 40–41

KŘÍŽOVKY

strany 45–47

ÚVODNÍ SLOVO



Sotva jsme se oklepali z pandemické krize, vyhubovali jsme přírodě za to, že na nás v poslední době nějak často posílá sucho – a hle, teď je zase vody příliš. I ve vyprahlých oblastech zapršelo tak, že je najednou moko, přemokro. Bohužel se leckde toky rozlily natolik, že zase sčítáme škody po povodních. Není ten letošní rok lehký, opravdu ne. Ale ani tak to nesmí být příležitost pro naši skepsi, negativismus, odevzdání nebo řečnění. Léto je tu, užijme si jej za všech okolností, protože život je moc fajn. Mějte se krásně!

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: Jitka Mertová, e-mail: office@moravskysenior.cz, tel.: 725 190 555

Korektury: Blanka Peřinová, e-mail: blanka.perinova@fgp.cz / Distribuci zajišťuje: DPD – zákaznické centrum, tel.: 951 277 777, www.baliky.cz
Náklad tohoto čísla je 26 000 ks. Datum vydání: 22. 6. 2020. Redakční uzávěrka příštího čísla: 14. 8. 2020. ZDARMA

PETR VRÁNA: KULTURA I SPORT SE

Petr Vrána, náměstek hejtmána Olomouckého kraje pro kulturu a sport má diář popsaný do posledního řádku. Proto bylo těžké získat půl hodiny jeho času na naše společné setkání. Když se ale dozvěděl, že jde o rozhovor pro čtenáře Moravského seniora, čas si brzy našel.

Pane náměstku, kde berete energii?

Předně bych se chtěl omluvit za zpoždění a za to, že jste musel čekat. Mrzí mě to o to víc, že jsem se na rozhovor pro Moravského seniora opravdu těšil. K Vaší otázce – myslím, že každý člověk bere energii odněkud jinud. Mně ji dává moje rodina, přátelé a to, že dělám práci, která má smysl.

To jste chtěl být vždycky náměstkem?

To určitě ne. Dlouhou dobu jsem pracoval v soukromé sféře a až pak jsem se začal zajímat o politiku.

Co Vás k tomu vedlo?

Lidé často mudrují nad poměry a já to dělal taky. Jenže nadávání u piva moc nepomůže, je lepší vstát a pokusit se s tím něco udělat.

Olomoucký kraj teď kulturu i sport podporuje mnohem víc než v minulosti. Bude v tom pokračovat?

Sport i kultura byly, co se týče finanční podpory, vždycky trošku Popelkou. A to se skutečně povedlo změnit. Než nastoupilo současné vedení kraje, dávalo hejtmanství na podporu kultury zhruba 30 milionů korun. Loni to bylo více než 124 milionů, takže skoro čtyřikrát víc.

Sport a kultura se staly prioritou kraje?

Ano. Největší peníze kraj stále investuje do oprav silnic a do veřejné dopravy, což je samozřejmě dobře. Ale důležité je také to, aby po těch opravených cestách mohli lidé dojet třeba do nově zrekonstruované knihovny, na hezký koncert nebo třeba navštívit napínavý sportovní zápas.

Takže všechno souvisí se vším?

Přesně. Kultura i sport se proplétají celým našim životem, jen to není někdy zcela patrné.

Zkuste zmínit pár krajských projektů, které naopak budou výrazné hodně.

Určitě to budou letní olympijské hry dětí a mládeže, které připravujeme na příští rok. Bude to velká prestižní událost. Přijedou k nám čtyři tisíce mladých sportovců, aby poměřili síly na hřištích a stadionech v celém kraji. To je akce, na kterou se moc těším. Aktuálně pro ni vybíráme maskota.

A co se týče seniorů?

Olomoucký kraj tradičně pořádá sportovní hry seniorů, velké oblibě se těší soutěž Babička roku – to je mimochodem akce, která v Olomouckém kraji vznikla. A jedná horká aktualita – v těchto dnech jsme spustili projekt síť nabíječek pro elektrokola v Jeseníkách. Seniori tak budou moci podniknout i delší cyklovýlet, na který by si bez elektrokola netroufli. Kromě toho přispíváme na projekty, které řeší volnočasové aktivity všech generací a mezigenerační soužití obyvatel našeho regionu.

Pojďme ještě ke kultuře. Ta byla určitě hodně poznamenána opatřeními v souvislosti s covid-19.

To samozřejmě byla. Musím ale pochválit pořadatele akcí, kteří omezení respektovali a zároveň vymýšleli alternativní programy. Muzea třeba zpřístupnila svoje sbírky prostřednictvím internetu, probíhaly on-line přednášky i besedy... My na hejtmanství jsme zajistili, že letos nebudou kráceny žádné dotace a všichni pořadatelé a kulturní instituce dostanou příslibenou podporu.

Teď už se akce znovu pořádají. Na co se nejméně těšíte Vy?

Nechci být konkrétní, protože bych nerad nějaký koncert, výstavu, vernisáž nebo sportovní zápas opomenul.

Petr Vrána

Narodil se 4. ledna 1975 v Přerově, kde absolvoval střední průmyslovou školu. Vystudoval ekonomii na Vysoké škole báňské v Ostravě a na Slezské univerzitě v Opavě. 15 let pracoval v přerovské chemičce, kde byl zodpovědný za zahraniční obchod.

V roce 2012 se stal jedním z prvních členů hnutí ANO. Od roku 2017 je poslancem Parlamentu ČR a v roce 2019 byl zvolen náměstkem hejtmána Olomouckého kraje pro oblast sportu a kultury. Do jeho kompetence spadá také podpora ochrany památek.

Petr Vrána rád lyžuje, hraje tenis, chodí na vysokohorské túry a navštěvuje divadla.



PROPLÉTAJÍ CELÝM NAŠÍM ŽIVOTEM



Každopádně akcí bude hodně a o to těžší bude vybrat si. Přehled všech kulturních akcí najdou lidé na webu Olomouckého kraje nebo na internetových stránkách jednotlivých organizací.

Který projekt nebo investiční akce Vás teď nejvíce zaměstnává?

Po několika letech skončí rozsáhlá rekonstrukce hradu Helfštýn, což je skutečně hodně náročná akce. Práce mi tím neubude, z čehož mám ale radost – dalším velkým projektem je totiž rekonstrukce Červeného kostela v Olomouci, ze kterého vznikne kulturně společenské centrum jako součást Vědecké knihovny.

Jaký máte vůbec vztah ke knihám a knihovnám?

Do knihoven jsem chodil moc rád už jako dítě. Teď na to bohužel nemám moc času. Každopádně mám k půjčovnám knih pořád hodně blízko.

Jak to myslíte?

Hejtmanství na provoz knihoven finančně přispívá. Peníze z kraje se rozdělují stovkám knihoven v celém regionu.

Co teď aktuálně čtete?

Občas vyšetřím čas a rád si dobrou knihu přečtu, ale přiznám se vám, že daleko více času než knihám musím věnovat čtení různých dokumentů a lejster. Například pročítám smlouvy o podpoře kulturních akcí v regionu. Ale není to moc záživné čtení (smích). Je to psáno úřednickou řečí.

Měl jsem samozřejmě na mysli spíš nějakou beletrii nebo něco takového...

Já vím, dělal jsem si legraci. Na knížky teď opravdu moc času nezbyvá. Z poezie mám rád Petra Bezruče.

Pokud vím, Olomoucký kraj se podílel na rekonstrukci domku v Kostelci na Hané, kde básník žil.

Přesně tak, a mám z toho obrovskou radost, protože původně hrozilo, že se celý objekt bude muset zbourat. Teď je z něho moc hezké muzeum a já Vás i čtenáře Moravského seniora srdečně zvu k jeho návštěvě.

Jaké další památky se za krajské peníze letos opraví?

Je toho hodně – na opravu památek mám připravenou zvláštní položku v krajském rozpočtu. Třeba na renovaci chrámu Zvěstování Panny Marie ve Šternberku půjde 700 tisíc korun. Oprava ruční papírny ve Velkých Losinách bude stát 450 tisíc korun, podobná částka půjde na obnovu zámku v Hustopečích nad Bečvou. 300 tisíc korun pošleme do Sobotína na druhou etapu opravy mauzolea Kleinů...

Ve výčtu byste mohl pokračovat asi dlouho, že?

Ano, těch podpořených akcí jsou desítky. Baví mě sledovat, jak realizace těchto projektů úspěšně pokračují, ale největší radost mám, když kraj opravenou stavbu přejímá od dělníků zpátky. A myslím, že až výsledek našeho společného snažení uvidí i Vaši čtenáři, budou mít radost taky.

(kap)

KONÍČKY OBOHACUJÍ ŽIVOT. A POZNÁTE S NIMI NOVÉ PŘÁTELE

O tom, že jsou dnešní senioři velmi aktivní, se přesvědčujeme na každém kroku. Studium na vysoké škole, ale i lyžování, či jízda na kolečkových bruslích se stává běžnou součástí jejich životů. Dávno se nemusejí lopotit na polích a starat o dobytek, proto jim zbývá spousta volného času. Možnosti dnešní doby jsou úžasné a díky tomu, že se dožíváme vyššího věku v mnohem lepší kondici, je můžeme náležitě využít. Jaké koníčky tedy obohatily a stále obohacují váš život?



Říká se, že když je práce koníčkem, je to ideální. Mnohé o tom ví Jarmila Vítoslavská z Troubek, vyhlášená odbornice na hanácké kroje. „K mému koníčku jsem se dostala přes mou profesi. Moje babička byla Rakušanka, která měla svůj vlastní obchod. Vyšívala prádlo, uměla úžasně háčkovat, plést a mě, jako nejmladší vnučku, k tomu vedla od dětství. Vyučila jsem se krejčovou, a když se v roce 1969 začaly obnovovat hanácké soubory, tak se mi to náramně hodilo. V souboru, kde jsem tancovala, potřebovali každou chvilku někdo něco opravit, přešít. Ale kroje nejsou věčné, tak bylo časem potřeba šít některé části nové. Všechny vzory, ke kterým jsem přišla, jsem si pečlivě překreslovala, aby zůstaly zachovány. Haná je ale velká, jak se přidávaly další vesnice, často jsem chodila do vlastivědného muzea, studovat, co je pro jednotlivé kroje specifické. Šití a údržba krojů je velmi náročná, jsem asi tak trochu blázen, že mě to tak pohltilo. Dlouho jsem se tomu věnovala jen po večerech, po práci, teď už je to moje hlavní náplň. Není to na nějaké zbohatnutí, ale uživit se tím dá,“ říká zaneprázdňená Hanačka.

Zájmy máme různé, někdo rád sedí u karet, jiný u rybáře, někdo naopak neposedí skoro vůbec. A to je případ velmi aktivní seniorky Inez Šindlerové. I když je v důchodovém věku, stále pracuje jako učitelka a dokonce jezdí do školy, do patnáct kilometrů vzdáleného Přerova, na kole. „Mou celoživotní vášní je sport, cestování a pohyb vůbec. Snažím se žít v pohybu, pokud to jde. Myslím, že to tak má velká část seniorů, nepřekonávám žádné rekordy – celý život jezdím ráda na kole a pohybuji se co nejvíc pěšky. S kamarádkami jsme celé korunové jaro skoro denně vyrážely do lesa, do polí, do přírody na desetikilometrové výšlapy, chodíme spolu pravidelně dvakrát týdně cvičit. V zimě občas vyrazím s vnuky na lyže, v létě na hory a někdy k vodě. Moje láska je cestování – poznávací zájezdy po Česku i po Evropě. S kamarády se snažíme udržovat v pohybu i mozek a pravidelně se zúčastňujeme hospodského kvízu. Kdybych si mohla něco přát, tak ať mi slouží můj pohybový aparát ještě pár let,“ dodává celoživotní sportovkyně Inez Šindlerová.

Společné koníčky mohou být také výborným mezigeneračním pojítkem. Takové rybaření, to se dá provozovat v každém věku. Původně hlavně kvůli synovi s ním začal i Jaromír Vitásek. „Syn se v dětství pro rybaření nadchl a trávil spoustu času sám, nebo s kamarády u vody. Manželka o něj měla strach, tak jsem začal rybařit taky a jezdili jsme spolu. Máme od vody hromadu zážitků a další přidáváme. I teď, když už je synek skoro v dědečkovském věku, spolu občas vyjedeme a užíváme si to. Jen mě trochu mrzí, že to nechytlo žádné z mých vnučat, ale třeba se ještě dočkám,“ doufá rybář. „Zájmu jsem měl ale víc. Hlavně sport, dřív aktivně, teď už převážně pasivně. Chodil jsem pravidelně hrát fotbal, měli jsme skvělou partu na turistiku. Jezdili jsme na hory i na celý týden v létě i v zimě. Myslím, že je lepší mít více koníčků, i když

se třeba žádnému nevěnuji tak intenzivně, jako jiní. Potkal jsem díky nim spoustu zajímavých lidí, to člověka obohatí.“

Setkávání se s lidmi, kteří mají podobné zájmy a tedy i témata k hovoru, to je jedna z věcí, která nás na našich koníčcích baví. Každý by si měl najít ten „svůj“. I dlouholetému manželství prospívá, když všechen čas, zvláště v penzi, kdy už nechodíme do práce, netrávíme jen s partnerem. To potvrzují i odborníci. Někdy není pozdě začít s něčím novým, najít nové záliby a přátele. Budme světu otevření v každém věku.

Lucie Lepařová



PO MĚSTĚ A OKOLÍ BUDE PRIMÁTOR JEZDIT MALÝM ELEKTROMOBILEM

Primátor Mirek Žbánek chce jít příkladem a ke služebním cestám v Olomouci a okolí začal v červnu místo benzinového auta používat elektromobil. Vozidlo Škoda Citigo eIV pořídilo město z projektu Ekomob – čistá mobilita financovaného ministerstvem životního prostředí. „Elektromobily považuji za velmi dobrou alternativu, z mého pohledu jsou výhodné pro ježdění po městě a okolí. Vnímám je nejen jako cestu k ekologičtější společnosti, ale coby fanda techniky i jako úžasný symbol technického pokroku,“ řekl primátor Žbánek. Pro delší a reprezentativní pracovní cesty mu bude i nadále sloužit větší vůz s konvenčním pohonem.

Nové vozidlo na elektřinu má kromě výrazného grafického polepu i speciální registrační značku začínající písmeny EL. Ta by měla po změně zákona v budoucnu umožnit elektromobilům jízdu v pružích pro autobusy nebo úlevu na porízení dálniční známky.

Plánem města je i tímto způsobem informovat občany o problematice udržitelné mobility a dopadech dopravy na životní prostředí. „Naším cílem je zlepšit dopravu, snížit její negativní vlivy na zdraví obyvatel a životní prostředí a tím zvýšit kvalitu života ve městě,“ dodal primátor Žbánek. Připomněl, že se naše země může inspirovat i zkušenostmi ze zahraničí, kde nedávno nastal velký boom elektromobilů, aniž by byl doprovázen odpovídajícím rozvojem příslušné infrastruktury. „Tomu

bychom se u nás měli vyhnout, proto bych chtěl, abychom toto téma řešili komplexně. V rámci agendy Smart City bychom měli zajistit například dostatek nabíjecích stanic a třeba i multifunkční sloupy veřejného osvětlení se zdrojem elektrické energie pro elektromobily, elektrokola či koloběžky,“ zdůraznil primátor.

Rozvoj elektromobility už zachytila olomoucká městská policie, která služebně využívá tři elektromobily a má vlastní nabíjecí stanici. Tu bude k doplnění energie využívat i primátorský vůz.



MORAVSKÉ DIVADELNÍ LÉTO NABÍDNE ENERGII

Léto začíná v červnu, Moravské divadelní léto startuje v srpnu. Stalo se již příjemnou tradicí, že konec prázdnin je v Olomouci spojený s open-air divadelní přehlídkou. Pod hvězdnou oblohou budeme servírovat komedie, muzikály i jedno slavné drama ve verších. Čtvrtý ročník divadelní přehlídky začne ve čtvrtek 20. srpna a nabídne šest večerních představení. Vstupenky jsou již v prodeji. „Původně jsme chtěli s mými kolegy v těchto dnech představit velkolepý program k oslavám 100 let českého divadla v Olomouci, který měl vrcholit právě Moravským divadelním létem a s ním nově spojenou Prozatímní scénou. Bohužel osud tomu chtěl jinak a my museli naše plány přehodnotit, ale nikoliv se jich úplně vzdát. Divadlo opět ukázalo svoji kreativitu a schopnost přizpůsobit se a přežít. Díky tomu můžeme nyní s hrdostí představit program letošního ročníku Moravského divadelního léta, který opět přináší pod širým nebem ty největší hity z repertoáru Moravského divadla. Doufám, že programem, který jsme si pro návštěvníky festivalu připravili, důstojně vstoupíme do nového století Moravského divadla,“ uvedl ředitel divadla David Gerneš. Na letošním ročníku festivalu zažijeme dvě premiéry. Ta

první bude hned na začátku celé přehlídky. Ve čtvrtek 20. srpna se soubor činohry Moravského divadla vůbec poprvé představí na open-air scéně v Tovačově, kde uvede populární komedii Sluha dvou pánů. Premiéry v areálu Korunní pevnůstky se pak dočká adaptace novely Bohumila Hrabala Postřižiny.

Festival Moravské divadelní léto 2020 je součástí oslav 100 let stálé české divadelní scény v Olomouci.

PROGRAM:

Zámek Tovačov

20. 8., 20:00 Sluha dvou pánů

Korunní Pevnůstka Olomouc

21. 8., 20:00 Noc Na Karlštejně

22. 8., 20:00 Sluha Dvou Pánů

23. 8., 20:00 Cyrano Z Bergeracu

24. 8., 20:00 Postřižiny

Amfiteátr Velká Bystřice

27. 8., 20:00 Starci Na Chmelu

NOVÉ NÁBŘEŽÍ MORAVY U UNIVERZITNÍCH KOLEJÍ ZVE NA PROCHÁZKU

Stavbu jedné části protipovodňové ochrany v Olomouci v červnu dokončilo Povodí Moravy, s. p. Nová zóna nabízí obyvatelům Olomouce dobrý přístup k řece a vytváří příjemný prostor pro procházku v zeleni s množstvím laviček. Ve zbylé části stavby práce pokračují dle harmonogramu.

Povodí Moravy dokončilo část stavby a získalo kolaudační souhlas k protipovodňové ochraně Olomouce v úseku od ulice Šmeralova k železničnímu mostu za třídou Kosmonautů na obou březích řeky. Došlo k rozšíření koryta a díky terénním úpravám se obyvatelé Olomouce dostanou až přímo k řece Moravě. Na nové bermě vznikly cestičky, které kromě procházek umožní obyvatelům Olomouce i průjezd na kole či inline bruslích. Lokalitu vhodně zkrášlují také nově vysazené stromy a keře. „U Envelopy jsme již dokončili finální vrstvy cestiček podél břehu, které budou sloužit jako obslužná komunikace, ale častěji také obyvatelům města pro přístup k řece. V současnosti je již vše osázené zelení, díky které celé území v dokončeném úseku doslova ožilo. Do nové

podoby bermy se promítá dobře odvedená práce. Např. na levém břehu vzniklo zcela nové prostředí, kde byl nově založen park Kavaleristů. Zatímco pro nás je klíčová vodohospodářská funkce, vytvořili jsme v Olomouci atraktivní městskou zónu,“ popisuje generální ředitel Povodí Moravy Václav Gargulák.

Moderní volnočasová zóna v dokončeném úseku nabízí zajímavé prostředí s přístupem k řece. Přestože se jedná o protipovodňovou ochranu, bude její využití sloužit k rekreačním aktivitám především obyvatelům Olomouce.

Zatímco u Envelopy práce skončily, od ulice Šmeralova až k mostu na ulici Komenského naplno pokračují práce. Po demolici povodňové části mostu začali stavaři zakládat nový most. Připravuje se výroba nosné konstrukce z oceli, která bude na podzim přes řeku nainstalována. Pracuje se na opěrách mostu na obou březích Moravy. Předpokládané dokončení celé stavby je v polovině roku 2022. Most vytvoří společně s náplavkou hlavní dominanty nového nábřeží.



NEJVĚTŠÍ BAROKNÍ SOUSOŠÍ OZDOBILY KVĚTINY. SLOUP SLAVÍ VELKÉ VÝROČÍ

Do květinové výzdoby zahalili zahradníci schodiště okolo základny Sloupu Nejsvětější Trojice. Tisíce letniček zde budou po celé léto vytvářet klasické barokní ornamenty. Barokní sloup, který je unikátní památkou zapsanou na seznamu UNESCO a letos slaví dvacet let od přijetí do prestižního klubu světového kulturního dědictví, se stává atraktivní součástí květinové výzdoby města. Rozkvetlé centrum Olomouce je současně i dobrým tahákem pro oživení cestovního ruchu.

Kombinace barev a tvarů vytvořila uznávaná česká floristka Pavlína Švecová, jejíž tvorbu znají i návštěvníci květinových výstav Flora Olomouc. Sloup obklopilo zhruba dva a půl tisíce květin pěti druhů, konkrétně afrikánů, begónií, hlazenců, pestrovek a trav. Výsadba je tvořena nízkými letničkami i vyššími travinami, což má výslednému dílu dodávat větší plastičnosti a dynamičnosti.

„Nová výzdoba v základech nejvyššího sousoší České republiky dá vyniknout kráse jeho sochařské výzdoby. Navíc tak vzdáme hold naší významné památce, kterou letos čeká dvacáté jubileum zápisu na prestižní seznam UNESCO,“ uvedla náměstkyně primátora Markéta Záleská. Výzdoba, která je na schodišti pod Nejsvětější Trojicí k vidění dnes, se bude během sezóny měnit. „Už nyní můžeme prozradit, že toto je jen první vlašťovka

a v květinové výzdobě Horního a také Dolního náměstí budeme v létě pokračovat,“ dodala náměstkyně Záleská. Na Horním náměstí stojí u vstupu do někdejších šlechtických nebo patricijských paláců, na Dolním je květinová výzdoba na sloupech osvětlení, další květiny jsou u modelu Hradské brány v ulici 1. máje. Nová výzdoba navazuje na oblíbený floristický styl, využívaný v rámci řady našich i zahraničních památek a historických center.



PRVNÍ VLČÍ SAFARI V ČESKU ZAHÁJILO PROVOZ!

Přímo mezi vlky se nyní můžete vydat v rámci návštěvy olomoucké zoo. Jedná se o unikát – vlčí safari v žádné jiné tuzemské zoologické zahradě nenajdete.

Přesně před sedmi lety se návštěvníci Zoo Olomouc mohli poprvé projet coby pasažéři safarivláčku. Ten je tehdy zavezl do první otevřené etapy vybudovaného safari, a to do Euroasie. „Etapa safari otevírá novou etapu celé zahrady. Návštěvníci se přiblížili zvířatům a zvířata přírodě. Vytvořilo se jim, věříme, prostředí, ve kterém se budou projevat v rámci soužití s ostatními zvířaty tak, jak jim je dáno,“ uvedl tehdy ředitel zoo Radomír Habáň. Po Euroasii se otevřela Afrika a v těchto dnech lidé poprvé okusí, jaké je stanout tváří tvář vlkům a projet se přímo v jejich výběhu. Otevírá se Safari Amerika! První vlčí safari v České republice. Následovat budou Austrálie a Arktida.

Vlci prošli „zahřívacími dny“ bez návštěvníků, testovacím provozem prošel i samotný vláček. Nejprve jezdil pouze s řidičem, poté nastoupili zaměstnanci zoo a jako poslední se obsadil návštěvníky. Bezpečnost pasažérů v safari zajišťují brány, elektrické ohradníky, bezpečnostní sítě v oknech vláčku. Byť je nový domov vlků

rozhlehlý – 1,5 ha, cestující se nemusí strachovat, že by se s žádným vlkem nesetkali. „Vlci přichází až k samotnému vláčku a oproti jiným druhům by u nich Karkulka měla šanci. Jistojistě se nedívají, co nesou turisté v košíčku a na babičku se nedotazují. Po projížďce všech dosud vybudovaných safari je ta mezi vlky krásným zakončením,“ ujišťuje mluvčí Zoo Olomouc Iveta Gronská. Celkový počet vlků v safari je v současné době osm a jsou to výhradně samci. Zbylá část olomoucké smečky setrvala ve svém původním výběhu.

Celkovou myšlenku safari provází hned několik dílčích kroků. Vytvořit tzv. zoogeografické zóny - místa, na nichž se budou potkávat zvířata tak, jak by se mohla setkat i ve volné přírodě daného kontinentu, současně sloučením původních výběhů získají zvířata větší prostor. Ruku v ruce s tím dojde i ke stírání bariér mezi člověkem a zvířetem, samozřejmě za předpokladu zachování bezpečnosti všech. Vláček brázdí všechny části safari zhruba v půlhodinových intervalech. Cena jízdenky je 50 korun, jeho kapacita 25 míst. Do vláčku stejně jako do volných výběhů mají zákaz psi jakékoliv velikosti. Vláček vyjíždí od 9:00 s poslední jízdou v 16:45 od pavilonu Kalahari.



• OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

Dobrý den, chtěla bych se zeptat, zda se nevažuje v Olomouci i zřízení taxi pro seniory? Myslím si, že by o tuto službu byl velký zájem. Děkuji D. Černá



Město Olomouc se vydalo cestou bezbariérové a bezplatné MHD pro seniory. V tomto směru patří Olomouc k nejvstřícnějším městům v tuzemsku. Tato široká a v našich poměrech unikátní nabídka starším Olomoučanům je pak doplněna pro skutečně imobilní osoby nabídkou bezbariérového taxi pana Ťulpy. Zajistit nějaké výrazné cenové zvýhodnění taxi služby pro zhruba 21 tisíc olomouckých seniorů je ale v současné době pravděpodobně mimo ekonomické možnosti městského rozpočtu.

Pane primátore, nepřipadá vám olomoucké centrum v létě nudné? V sobotu nebo neděli se tady nic neděje, není tu ani stín, jen kamenná dlažba... Takhle sem do centra lidi nepřilákáte. Josef

Stín, květiny, zeleň i kulturní akce. Toto všechno v letošním roce pro Horní i Dolní náměstí chystáme. Spolupracujeme na tom s Výstavištěm Flora Olomouc a s různými kulturními institucemi. U sloupu Nejsvětější Trojice vznikla originální květinová výstava, která tady v minulosti nebývala, před městskými paláci máme nainstalovány květinové pyramidy, které začínají rozkvétat, přibývají zahrádky se slunečníky, také často doplněné o zeleň. A co je důležité; celé léto vždy v pátek a sobotu tady budou koncerty mnoha hudebních žánrů. Kulturní akce se budou odehrávat i na Dolním náměstí. Pohodová atmosféra s květinami, hudbou i možností posezení tedy v centru chybět nebude. Myslím si, že v krásných historických kulisách paláců a barokních kášen, případně Nejsvětější Trojice, letos určitě nikdo z návštěvníků strádat nebude.

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

KTERÉ CHODNÍKY V OLOMOUCI SE V LETOŠNÍM ROCE OPRAVÍ A VYLEPŠÍ?

Několika stovek metrů nově opravených chodníků se letos dočkají lidé v pěti olomouckých městských částech. Míří k nim částka 2,7 milionu korun, která je v rozpočtu vyčleněná právě na jejich obnovu. Radní posoudili žádosti komisí městských částí a rozhodli o tom, kde peníze s opravami pomohou.

„Chodníky budou nově opraveny v městských částech Nové Hodolany, Olomouc – střed, Pavlovičky, Povel a Řepčín. Všechny akce jsou projekčně připravené a nic nebrání tomu, aby mohly začít. I tentokrát jsme tak rádi dali komisím příležitost participovat a uplatnit prioritní požadavky na opravy chodníků většího rozsahu, na které jinak běžně nedosáhnou,“ uvedl primátor Mirek Žbánek.

Celkem sedmnáct žádostí posuzovali radní společně s odborem dopravy a oddělením komisí městských částí. „Vybrané a schválené akce většinou navazují na už opravené úseky z minulých let. V dalších případech jde o ulice, kde je potřeba chodníky předlážit z důvodu předšlé opravy vodovodu nebo jiných stavebních investic,“ vysvětlila náměstkyně primátora Eva Kolářová, která má komise městských částí ve své kompetenci.

SCHVÁLENÉ AKCE 2020:

KMČ Nové Hodolany, ulice Kosmonautů

předlažba páteřního chodníku (od tř. Kosmonautů 20 po Hálkovu ulici), 731 tis. Kč

KMČ Olomouc – střed, ulice Husova – 1. úsek

oprava chodníku, který navazuje na realizovaná protipovodňová opatření, 413 tis. Kč

KMČ Pavlovičky, ulice Luční

předlažba chodníku po rekonstrukci vodovodu (Luční 1–25), 636 tis. Kč

KMČ 20 Povel, ulice Lužická

oprava účelové komunikace, na kterou navazuje chodník, 646 tis. Kč

KMČ Řepčín, ulice Martinova – 1. úsek

předlažba chodníku (Martinova 1–9), 224 tis. Kč

„V roce 2019 byly na základě požadavků komisí opraveny chodníky v Holicích, na Lazcích, Tabulovém Vrchu, Novém Světě a v městské části Olomouc – střed,“ připomněla náměstkyně Kolářová. Kromě částky 2,7 milionu, která se rozděljuje od roku 2016, má každá z komisí každoročně 300 tis. Kč na opravy komunikací a chodníků podle vlastního uvážení. Olomouc je rozdělena do celkem 27 městských částí.

MORAVSKÁ FILHARMONIE SLAVÍ 75 LET A PŘEDSTAVUJE NOVOU SEZONU

Od založení Moravské filharmonie Olomouc uplynulo v květnu 75 let. Na svoji bohatou historii navazuje novou koncertní sezónou, v níž představí mnoho atraktivních jmen a novinek. Posluchači se mohou těšit na zcela novou koncertní řadu C, nového hlavního hostujícího dirigenta i sedm premiér. Olomouckou Redutu rozezní skladby klasické i soudobé hudby a publiku se představí špičkoví sólisté. Letošní koncertní sezónu olemují i dva festivaly.

„Navázat na úspěšné tři čtvrtě století, které za sebou Moravská filharmonie má, je velký závazek. Přistoupili jsme k němu s velkým odhodláním a připravili do nové sezóny atraktivní kombinaci osvědčených skladeb klasické hudby, nových děl z tvorby současných autorů, vystoupení špičkových dirigentů a výjimečných sólistů,“ říká Jonáš Harman, ředitel Moravské filharmonie Olomouc. „Zároveň jsme program tvořili i s ohledem na jedno z našich dalších poslání, kterým je otevírat a přibližovat tzv. klasickou hudbu novým posluchačům a mladé generaci.“

Významným krokem je angažmá nového hostujícího dirigenta Christiana Knüsela, kterého posluchači Moravské filharmonie měli možnost poprvé vidět už loni. Na svém inauguračním koncertu 26. listopadu, jenž je součástí řady A, provede společně s filharmonií a vynikající klavíristkou Mariou Mazo skladby letošního jubilanta Ludwiga van Beethovena a Sergeje Rachmaninova.

Nová sezóna Moravské filharmonie přináší stejně jako v předchozích letech klasický Velký a Malý symfonický cyklus (řady A a R). Posluchači se v jejich rámci mohou těšit na díla pocházející ze 40. a 50. let 20. století, tedy z doby vzniku orchestru, přičemž programová skladba reflektuje také významná výročí Bohuslava Martinů, Gustava Mahlera nebo Antonína Dvořáka. Řada A je orámovaná zahajovacím a závěrečným koncertem, na kterých zazní i skladby soudobých autorů,

a to s takovými sólisty, jako jsou klavírista Ivo Kahánek, jenž před nedávnem obdržel významné ocenění BBC Music Magazine Award, či hobojista Vilém Veverka, vítěz Sony Music Foundation.

Koncertní řada Patriot (řada P) se dočkala významné programové změny a leitmotiv patriotismu zde byl propsán v celé své šíři. Najdeme ho nejen v řadě mladých orchestrálních hráčů, kteří vystoupí s filharmonií, a v plejádě olomouckých pěveckých sborů účinkujících společně během jednoho večera, ale i v takových sólistech, jakými jsou houslista Václav Hudeček nebo někdejší první trumpetista Berlínské filharmonie Gábor Tarkövi, kteří mají k Olomouci blízký vztah. „Do koncertní řady P jsme zařadili i premiéru skladby Ondřeje Mořky, který není jen olomouckým patriotem a prvním trumpetistou Moravské filharmonie, ale i výborným hudebním aranžérem a skladatelem,“ uvádí Ivana Kalina Tabak, dramaturgyně Moravské filharmonie Olomouc. Koncertní řadou Crossover (řada C) zakládá Moravská filharmonie tradici koncertů s programy vystavěnými napříč žánry v podobě samostatné koncertní řady. „Na posluchače čeká spojení tradičních orchestrálních nástrojů s hudbou jazzovou i filmovou a také s folklorem a muzikálem,“ vysvětluje Jonáš Harman. Cyklus mimořádných koncertů (řada M) přinese posluchačům hudbu starých mistrů i evropské a české premiéry děl soudobých skladatelů.

S koncertní sezónou 2020/2021 bude pokračovat Cyklus komorních koncertů (řada K) i Hudební podvečery pro nastávající rodiče s harmonickou až meditativní hudbou, koncipovanou zejména pro nastávající maminky a jejich dosud nenarozené děti.

Koncertní sezónu Moravské filharmonie Olomouc olemují i dva festivaly – v měsíci září ojedinělý Mezinárodní varhanní festival v olomouckých chrámech a v průběhu května 2021 hudební festival Dvořákova Olomouc, který ukončí výjimečný klavírista Garrick Ohlsson.



VLASTIVĚDNÉ MUZEUM V OLOMOUCI: POJĎTE A PROŽIJTE LÉTO S NÁMI!

„Jsem nesmírně rád, že jsme v květnu mohli znovu otevřít výstavní prostory Vlastivědného muzea v Olomouci, jednu z nejnavštěvovanějších institucí v České republice. Stejně jako zámecký areál v Čechách pod Kosířem, který se stal v prestižní celonárodní soutěži Památkou roku a nositelem ceny Opera Historica 2019. A konečně i jednu z nejkrásnějších zahrad našeho kraje, Arboretum v Bílé Lhotě,“ uvedl Břetislav Holásek, ředitel Vlastivědného muzea v Olomouci, které je správcem jak zámeckého areálu v Čechách pod Kosířem, tak i arboreta.

Pro mimořádný zájem prodloužujeme aktuální a nejzajímavější výstavy v muzeu. Návštěvníci tak mají možnost zhlédnout unikátní výstavu „Záhady a tajemství světa“ až do 30. srpna 2020. Na jednom místě je zde soustředěna ucelená sbírka nejznámějších záhadných výtvarů světa, jako například obří replika sochy Moi, faksimilie nejtajemnějšího svitku světa „Voynichova rukopisu“, přesná replika slavného Turínského plátna, vy-preparované zmenšené hlavy tsantsa, meč ve skále a další. Pravděpodobně nejdražším exponátem této výstavy je replika slavné Michell-Hedgesovy křišťálové lebky v poměru velikostí 1:1.

Prodloužili jsme rovněž výstavu „Čertovy obrázky aneb neodolatelný svět karet“, a to do 16. srpna 2020. Na výstavě se dozvíte, mimo jiné, odkud se karty vůbec vzaly, kdy se objevily, jak staré jsou zmínky o tom, že se hrálo v karty v českých zemích nebo kdo ze známých osobností propadl jejich kouzlu. Všichni zájemci, nadšenci a milovníci karbanu si mohou také, pouze u nás, zakoupit exkluzivní, historické hrací karty.

První novou výstavou realizovanou po znovuotevření Vlastivědného muzea v Olomouci jsou „Encyklopedie v regálu i pod lampou“ (10. června – 23. srpna 2020), která návštěvníky provede historií tvorby všeobecných encyklopedií, představí jim nejslavnější českou encyklopedii Ottův slovník naučný. K vidění budou i unikáty jako Naučný slovník aktualit z let 1938 a 1939, Nový Orbis pictus a další. Muzeum přiblíží návštěvníkům nelehký proces, jak slovníky přicházely na svět, jak rostly, v jaké náladě encyklopedie vznikaly a také, jak byla encyklopedistika zneužívána totalitními režimy. Na vernisáži výstavy se objevil jako křtitel herec

Ondřej Vetchý (viz foto). Vlastivědné muzeum v Olomouci připravuje v zámeckém areálu v Čechách pod Kosířem, mimo oslav ke 200. výročí narození Josefa Mánesa a další tradičních akcí, v souladu s rozvolňováním omezení, i open air koncerty „Kulturního léta v zámeckém parku“. Posluchači se mohou těšit 12. srpna na koncert Mikolase Josefa, předního českého písničkáře, zpěváka a reprezentanta Česka na Eurovision Song Contest 2018. Ve čtvrtek 10. září pak zazní open air koncerty rockové skupiny Mňága a Žďorp a jednoho z nejznámějších českých písničkářů Jiřího Dědečka. „Tento rok si také budeme připomínat 200. výročí od narození jednoho z nejznámějších českých malířů, Josefa Mánesa. K tomuto významnému jubileu se



muzeu podařilo s Národní galerií v Praze dohodnout zapůjčení jednoho z Mánesových nejslavnějších obrazů nazývaný Švadlenka,“ řekl náměstek hejtmána pro oblast kultury a památkové péče Petr Vrána.

Národní přírodní památka Arboretum v Bílé Lhotě, kde se nachází asi 300 druhů různých vzácných dřevin z jižní Evropy, ale také z Asie, Severní Ameriky či z Mexika, již přivítala své první návštěvníky.

„Letos o prázdninách se naši návštěvníci mohou těšit opět na již tradiční letní kino. Promítat budeme v romantických prostorách Jízdárny arboreta 1. 8. 2020 ve 21:00 hodin. Přes prázdniny také nabídneme ve vstupní hale výstavu olejomalb Jaroslavy Tomiškové z Heřmanova Městce. Tato výstava s názvem Světlo v obrazech bude prezentována formou abstrakce, zátiší a krajinek,“ uvedla Ivana Erlecová, vedoucí Arboreta v Bílé Lhotě.

(vmo)

JAN ZAHRADNÍČEK: „SENIORŮM VĚNUJEME NÁLEŽITOU POZORNOST“



Rodiče mě vedli k respektu ke starším lidem a k tomu, abych si jich vážil. A toho se držím nejen jako náměstek hejtmána, ale také jako starosta obce. Stejněmu postoji učím i naši mládež.

V roce 2017 pořídil Olomoucký kraj víceúčelový autobus, který využívají různé prospěšné organizace Olomouckého kraje mimo jiné i pro dopravu seniorů. Tento víceúčelový autobus umožňuje také přepravu pěti osob s omezeným pohybem na invalidním vozíku. Smyslem jeho pořízení bylo nabídnout seniorům a osobám se sníženou schopností pohybu dopravu za poznáním a na výlety.

Senioři využili speciální autobus v loňském roce v 69 případech, celkem vyjel vůz na 162 cest. Přeprava je plně hrazená hejtmánstvím. Díky tomu se mohli lidé podívat například na různá poutní místa nebo navštívit zajímavé památky.

Olomoucký kraj věnuje seniorům náležitou pozornost ve všech oblastech. Koneckonců péči o sociální oblast si vzal do své gesce přímo hejtmán Ladislav Okleštěk a ten se stará... Ani oblast dopravy nezůstává pozadu. Mojí prioritou je zajistit všem důstojné podmínky pro cestování a poznávání krásných míst našeho kraje i v pokročilejším věku.

Jedeme v tom spolu

Slogan „Jedeme v tom spolu“ na autobusech provozovaných z rozpočtu Olomouckého kraje pasuje nejen na dopravu samotnou, ale na celou dnešní dobu. Jsme vystaveni situacím, se kterými jsme se dosud nesetkali. A ty přináší do našich životů nové zkušenosti a s tím spojené nové výzvy. Vidím kolem sebe obrovskou solidaritu lidí, a proto jsem přesvědčen, že společně zvládneme všechny starosti. Stačí, když budeme táhnout za jeden provaz.

V oblasti, kde bydlím, byla v době epidemie koronaviru uzavřena města Uničov, Litovel a obec Červenka. V té době řada z nás přemýšlela, jak pomoci svým přátelům a známým. A nejen jim. Když mě oslovil kamarád, že rád poskytne nějaké ovoce a zeleninu pro lidi, kteří to opravdu potřebují, měl jsem naprosto jasno, kam pomoc poputuje. Vybrali jsme domovy pro seniory a ústavy sociální péče právě v těchto postižených územích. Celkem jsme přivezli stovky kilogramů ovoce a zeleniny do sedmi zařízení. Přitom jsme vitamíny nezapomněli dodat ani všem třem krizovým štábům těchto obcí.

Každý někdy potřebuje pomoc

K tomu všemu teď postihly náš region ničivé povodně. Znovu všichni organizujeme pomoc pro naše kamarády, blízké, ale i další lidi, které osobně neznáme, ale kteří naši podporu potřebují. Někteří přišli úplně o všechno a zachránili si jen holé životy. Nejzranitelnější skupinou jsou opět naši nejstarší spoluobčané, kteří jsou často velmi fixováni na svoje bydliště. Někdy nemají po ruce své děti a příbuzné a jsou tak vděčni za jakoukoliv pomoc. Jsem rád, a děkuji za to všem lidem, že se dokážeme v těžkých dobách semknout a pomoci jeden druhému. Nikdo z nás totiž neví, kdy takovou pomoc bude potřebovat sám.

Děkuji také všem složkám integrovaného záchranného systému za jejich obětavost a nasazení, ale také anonymním hrdinům, kteří lidem v nouzi pomáhají. Jsem hrdý na všechny naše spoluobčany, kteří přikládají ruce k dílu – a je úplně jedno, jestli svou práci nebo poskytnutím materiální či finanční pomoci. Právě v těchto okamžicích se ukazují pravé charakterové vlastnosti každého z nás. Přeji vám krásné léto, pevné zdraví a dobré lidi kolem vás.

Jan Zahradníček, starosta obce Medlov a náměstek hejtmána Olomouckého kraje pro dopravu

Jan Zahradníček

Jan Zahradníček se narodil ve Šternberku, má 60 let. Po absolvování SEŠ v Šumperku vystudoval Ekonomickou fakultu Vysoké školy báňské v Ostravě. Pracoval nejprve jako ekonom v Uničovských strojárnách či jako finanční ředitel společnosti Topgal. Ve veřejném sektoru zastával různé vedoucí funkce a po vzniku Olomouckého kraje působil zhruba deset let jako šéf odboru Útvar interního auditu.

Opakovaně uspěl v komunálních volbách, už třetí období pracuje pro obec Medlov jako starosta.

V roce 2016 kandidoval za hnutí ANO do krajského zastupitelstva, jehož členové ho následně zvolili 2. náměstkem hejtmána Olomouckého kraje pro oblast dopravy.

Jan Zahradníček působí ve Fotbalové asociaci ČR jako člen Pravidlové komise. Kromě fotbalu patří mezi jeho koníčky cyklistika, lyžování a tenis.

Je ženatý, má dvě dcery.



Letní recepty pro ty, kteří rádi vyzkoušejí něco nového

Zelná polévka s rajčaty

½ hlávky raného zelí
1 velká cibule
2 brambory
3 střední rajčata
Lžice třtinového cukru
Lžice sádla
Sůl
Kmín
Sladká paprika

Na sádle orestujte nadrobno nakrájenou cibuli. Až začne zlátnout, přidejte cukr a nechte jej zkaramelizovat. Zasypte mletou paprikou, kmínem, zamíchejte a hned zalijte trochou vody. Přidejte nadrobno nakrájené zelí, osolte, dolijte vodu a vařte. Když je zelí poloměkké, přidejte nakrájené brambory. Když jsou brambory poloměkké, přidejte nakrájená oloupaná rajčata a ještě chvíli dovařte. Dochutěte solí.

Polévka z červené řepy s fenyklem

2–3 střední červené řepy
1 menší fenykl
1 cibule
2 stroužky česneku
2 lžice olivového oleje
1,5 l zeleninového vývaru
100 ml zakysané smetany
Tymián (nejlépe čerstvý)
Sůl, pepř

Řepu a fenykl očistěte, oloupejte a nakrájejte na kolečka široká asi 1 cm. Přidejte rozdrčený česnek, polovinu oleje, sůl, pepř a tymián a dobře promíchejte. Směs pečte v troubě na 180°C asi půl hodiny. Na zbytku oleje orestujte nadrobno nakrájenou cibuli, zalijte ji vývarem, nebo vodou, přidejte upečenou zeleninu a vařte do změknutí. Polévku rozmixujte na hladký krém a zjemněte zakysanou smetanou.

Marinovaná krkovička na gril

4 silnější plátky krkovice
200 ml černého piva
150 ml olivového oleje
Lžička dijonské hořčice
Lžice medu
2 lžice sojové omáčky
2 stroužky česneku
2 snítky rozmarýnu
Sůl
Sladká paprika
Čerstvě mletý pepř
Špetka chilli

Marináda: Rozmarýn nasekejte, česnek utřete a postupně přidávejte všechny ostatní ingredience, kromě piva. Marinádu dobře promíchejte metličkou a pivo přilijte až na závěr. Vložte plátky masa a marinujte v uzavřené nádobě v lednici nejméně 12 hodin. Při grilování maso potřete zbylou marinádou.

Kuřecí v jogurtu na gril

4 kuřecí stehna
1 bílý jogurt
Lžice oleje
3 stroužky česneku
Štáva z půlky citronu
1 menší cibule
Čerstvé listy šalvěje
Lžička sladké papriky
Sůl
Čerstvě mletý pepř

Stehna vykostěte tak, ať máte pěkné řízky. Cibuli nastrouhejte najemno, česnek utřete a listy šalvěje nasekejte nadrobno. Přidejte ostatní ingredience a dobře promíchejte. Vložte maso a marinujte v lednici v uzavřené nádobě nejméně 12 hodin. Před grilováním nechte přebytečnou marinádu odkapat.

Závin se špenátem

1 balení listového těsta
300 g čerstvého špenátu
3 vejce
150g sýru Feta
1 červená cibule
3 stroužky česneku
2 lžice olivového oleje
Čerstvé bylinky (oregano, rozmarýn, pažitka, majoránka...)
Sůl, pepř

Na oleji orestujte nadrobno nakrájenou cibuli a česnek, přidejte nasekané listy špenátu a nechte zavadnout. Když směs vychladne, přidejte 2 vejce, sůl, pepř, nasekané bylinky dle chuti a nakonec kostičky sýru Feta. Listové těsto rozdělte na 2 díly, rozválejte, potřete špenátovou směsí a zaviňte. Před pečením závinu potřete rozšlehaným vejcem. Pečte ve vyhřáté troubě na 200°C asi 30 minut.

Zapečený lilek

2 středně velké lilky
150g mletého masa (mix hovězí a vepřové)
1 cibule
1 paprika
3 rajčata
Hrst čerstvého oregana
2 lžice olivového oleje
150g parmazánu
Sůl, pepř

Omyté lilky podélně rozpulte a dejte péct na 20 minut do trouby. Na oleji zpěňte nadrobno nakrájenou cibuli, přidejte mleté maso a prudce osmahněte. Osolte, opepřete, přidejte nakrájenou papriku, rajčata, nasekané oregano a duste. Z vychladnutých lilků vydlabejte dužinu a přidejte k masové směsi. Naplňte lilky a zapékejte asi 15 minut. Ještě horké posypte parmazánem.

Odpalované třešňové knedlíky

500ml mléka
100g másla
½ lžičky soli
350g hrubé mouky
2 vejce
Třešně

Mléko, máslo a sůl dejte do hrnce a přiveďte k varu. Najednou vsypte všechnu mouku a rychle míchejte, až se vzniklé těsto začne odpalovat (odlepovat) od stěn a dna hrnce. Těsto nechte vychladnout a zapracujte do něj vejce. Z hotového těsta vypracujte dlouhého hada, ukrajujte asi centimetr silná kolečka a zabalte do každého třešni. Vařte v jemně osolené vroucí vodě asi 7 minut.

Tvarohové knedlíky s malinami

250g tvarohu
100g polohrubé mouky
100g krupice
50g másla
3 žloutky
Čerstvé maliny
Sůl
Máslo, cukr a strouhanka

Tvaroh rozmíchejte se žloutky. Mouku a krupici promíchejte, přidejte špetku soli, rozpuštěné máslo, tvaroh se žloutky a vypracujte tužší těsto. Z těsta vyválejte asi 1 cm silný plát a rozkrájejte jej na čtverečky. Rozdělte maliny a z každého čtverečku pečlivě zabalte knedlík. Knedlíky vařte v osolené vroucí vodě asi 5 minut. Podávejte s cukrem a opraženou strouhankou, polité máslem.



OLOMOUCKÝ RADNÍ OTAKAR BAČÁK

Na radnici se zjevil nečekaně, ale během krátké chvíle si vybudoval slušnou pověst, kolegové už jej znají jako neúnavného pracanta. Otakar Bačák se do pozice náměstka uvolněné po odchodu Pavla Hekely dostal jako člen hnutí spOLEčně, který sice ve volbách nebyl zvolen do zastupitelstva města, ale rozhodně nepůsobí jako pouhý náhradník.

Blíží se roční výročí Vašeho působení ve funkci náměstka primátora. Jak na ten uplynulý rok pohlížíte? Protože jsem na radnici začínal tři čtvrtě roku po startu nové koalice, přirovnával jsem svůj nástup k naskakování do rozjetého vlaku, kde máte velkou šanci, že ten skok bude úspěšný, pokud vám někdo z toho vlaku podá pomocnou ruku. Což se stalo jednak ze strany ostatních členů městské rady a také díky vstřícnosti zaměstnanců úřadu. Po seznámení se s agendami pak nastalo řešení každodenních úkolů a problémů z toho vyplývajících. Ekonomika města je přece jen odlišná od ekonomiky podniků, ale pořád jde o kategorie: příjmy, provozní výdaje a investice. Myslím, že celou problematiku jsem za ten rok zdárně pochopil a už se mi daří mnohé problémy řešit tak, jak jsem byl zvyklý z předchozích pozic.



Foto: zivotneniinsta.cz

Nabízí se aktuální otázka – do jaké míry zasáhla do Vaší nové činnosti pandemická situace?

Nechci se srovnávat se svými předchůdci, před kterými vyvstaly situace podobného charakteru (například povodně), ale s těmi kdo to zažili, jsme se shodli na tom, že v těchto krizových situacích získáte poznání o opravdových charakterech lidí kolem sebe, které za běžných okolností zůstávají skryty. A druhá shoda byla v tom, že přece jen mezi povodněmi, které byly lokálního charakteru, a pandemií, která byla doslova celosvětová, je rozdíl. Proti nám stál zcela nový a neviditelný nepřítel.

Kterou z oblastí, jež máte ve své gesci, považujete za seniorům nejbližší?

Tak ekonomika má samozřejmě dopad na občany všech věkových kategorií. Ale předřadil bych jí oblast zeleně, protože jsme město parků, v neposlední řadě spojených s věhlasnými květinovými výstavami. A parky jsou místem, kde senioři mohou trávit mnoho času nejen procházkami, sezením na lavičkách a pozorováním dění v přírodě, ale i aktivně na nově budovaných prvcích pro pohyb a cvičení.

V programovém prohlášení Rady města se zeleň hodně zmiňuje. Čeho se vám podařilo v této oblasti dosáhnout?

Mnoho seniorů je vášnivými zahrádkáři a tak vědí, jak jednoduché je pořídit sazenici, vysadit ji na svém pozemku a v krátké době se těšit z jejího růstu. Bohužel ve veřejném prostoru to není tak jednoduché a tudíž ani tak rychlé. Před výsadbou na veřejném prostranství musíme získat spoustu povolení od ochránců přírody až po správce mnohých sítí, které jsou v našem městě, bohužel, uloženy právě v zelených plochách. Přesto se nám podařilo nově upravit výsadbu na části třídy Svobody, vysadit nové stromy v městských parcích, nebo vybudovat zárodek zcela nového parku v místě části Slavonín. Ale vzhledem k výše uvedenému jsou to projekty, které naštěstí začali už naši předchůdci.

A co tedy zůstane po vás?

Zaměřili jsme se obecně na výsadbu zeleně na městských třídách. Do tohoto cíle můžeme zařadit začínající obnovu alejí na Masarykově ulici, na ulici Velkomoravské, včetně výměny zeleně v jejím středovém zeleném pásu, a také například alej na ulici Okružní od křižovatky vedoucí k fakultní nemocnici. Ale zeleň patří také na naše sídliště, takže máme rozpracovány studie na osazení okolí u kapličky na sídlišti Povel nebo v prostoru nově vzniklého Švýcarského nábřeží. Velký park by měl také vzniknout podél ulice Dlouhé na Lazcích. Pro seniory je ovšem důležité, aby zeleň byla doplněna i kvalitní chodníkovou sítí a hlavně lavičkami, na kterých mohou během svých procházek spočinout. To je možné vidět např. podél nové výsadby na třídě Svobody, kde byly zabudovány nové lavičky moderního městského typu,

NEJVÍC SÁZÍ NA ZELEŇ

a počítáme s nimi samozřejmě i v dalších jmenovaných projektech.

A jak jste spokojen s údržbou městské zeleně?

Tak jako známe např. špičkového, průměrného a podprůměrného chirurga, tak i mezi zahradníky jsou zastoupeny tyto kategorie. Město je odkázáno ve většině na subdodavatele, i když podstatnou část zajišťují městské společnosti. Pro představu – staráme se o více jak dva miliony metrů čtverečních zeleně, které se každoročně rozrůstají. Přitom částka na její údržbu je téměř stejná, podobně jako počet zaměstnanců, kteří její údržbu zadávají a kontrolují. Samozřejmě že globálně je údržba uspokojivá, ale stávají se i případy, kdy je, bohužel, až při přebírání hotového díla zjištěno, že zeleně byla vlastně poškozena. S takovými dodavateli se pak samozřejmě musíme rozloučit. Dříve jsme byli zvyklí na zelené, krátce strážené plochy trávníků a výsadbu jednodruhových květin, např. uprostřed Rudolfovy aleje. Dnešní trend spíše směřuje k různorodosti a částečnému zachování přirozených travnatých ploch.

Který z těchto dvou přístupů je Vám bližší?

Jsou věci módní a moderní. Módní věci většinou po roce odezní, moderní věci reagují na měnící se podmínky a potřeby. A já právě ty dnešní trendy považuji za moderní. Například dnes tak hojně využívaný šterk v záhonech reaguje nejen na uchování více vody v půdě, ale také umožňuje vstupovat do zeleně, aniž by byla poškozena. Uprostřed Rudolfovy aleje ve Smetanových sadech je tento typ záhonu už v plném rozkvětu, na třídě Svobody, která je, bohužel, neprávem kritizována, si na to budeme muset počkat do příštího léta. Ale bude to tam vypadat právě tak jako v dnes chválených Smetanových sadech.

V roce 2018 byla velmi kritizována jarní etapa květinové výstavy Flora Olomouc. Do jaké míry se na tuto kritiku podařilo reagovat?

Tady bych si přivlastňoval zásluhy pracovníků samotného výstaviště, ale určitě měla podstatný vliv změna v orgánech společnosti, které jsou odpovědné za její

směřování. Ze strany města pak byla jednoznačně zvýšena finanční podpora. Řeknete-li kdekoliv na území bývalého Československa název Flora – zazní Olomouc, a naopak – Flora je synonymem pro Olomouc. Jde o naše pověstné rodinné stříbro. Myslím, že další výstavy potvrdily, že (podobně jako u té zeleně) lze najít moderní trendy, které se líbí všem generacím napříč. Mají v sobě kus tradice a zároveň modernosti.

Obracejí se na Vás občané seniorského věku s nějakými problémy?

Předně jsem byl velice mile překvapen, kolik seniorů komunikuje elektronicky. Je to velice rychlý způsob, díky kterému jsem schopen zaslat i případné dokumenty potřebné k řešení vzneseného dotazu. Kromě problémů se zelení jsou nejčastější připomínky z oblasti poplatků za odpady.

Stěžují si na jejich výši?

Ani ne, většina si uvědomuje, že náklady na likvidaci odpadů nejsou malé. A to můžeme dle platné legislativy z poplatků uhradit pouze náklady za nevytříděný odpad. Toho je asi polovina. Zbytek je tříděný odpad, jehož likvidaci musíme hradit z jiných příjmů města. Ale ty bychom raději používali na jiné dotované služby. Jsme krajské město s rozvinutou městskou dopravou, galeriemi, divadlem, dokonce vlastní filharmonií. A přitom v přepočtu na jednoho obyvatele dostáváme ze státního rozpočtu stejné prostředky jako obce, které tyto instituce z logiky věci ani vlastnit nemohou.

Takže stížnosti na poplatky za odpad jsou jakého druhu?

Seniři většinou poukazují na mnohé nespravedlnosti poplatku. A já s nimi musím, bohužel, souhlasit. Například mají rodinné příslušníky, kteří po dlouhou dobu v Olomouci vůbec nebydlí, protože například studují, pracují nebo žijí v zahraničí, ale trvalé bydliště mají zde, a tak poplatek musí hradit. A naopak zde bydlí v nájmech a podnájmech spousta lidí, kteří své odpadky do veřejných popelnic odnáší, ale k trvalému pobytu jsou přihlášení jinde, a tak se nepodílejí na této službě ani korunou. A těch nespravedlností je u tohoto poplatku více, takže by nebylo od věci ho zcela zrušit a najít prostředky na likvidaci odpadu v jiných příjmech města. Touto otázkou se intenzivně zabývám od nástupu do funkce.


A dostáváte od seniorů i pochvaly?

Určitě. Týkají se likvidace malých černých skládek, které nám na různých místech vznikají, a také výsadby nové zeleně, kterou nejenom seniři velmi vítají. A v poslední době jsou občané Olomouce vděční za úlevy, o kterých rozhodla Rada města a zastupitelstvo v rámci pomoci podnikatelům a nájemcům v městských nemovitostech. To všechno jsou pochvaly, které patří i mým kolegům, a já je velice rád preposílám. (ram)

Ing. Otakar Bačák

Narodil se v roce 1967 v Čeladné na severní Moravě. Od ukončení vysokoškolských studií prošel řadou ekonomických pozic od malých soukromých firem až po nadnárodní koncern. Před zvolením do funkce zastupitele a radního Statutárního města Olomouce za hnutí spOLEčně téměř 13 let zastával pozici ekonomického náměstka v Dopravním podniku města Olomouce. Jako náměstek primátora má nyní v gesci ekonomiku, městskou zeleň a odpadové hospodářství.

AKCE NA LÉTO

 **Promenádní koncerty v parku
do 30. 8., od 16 hodin, Olomouc
– Smetanovy sady**

Přijďte si každou neděli vždy od 16 hodin poslechnout promenádní koncert, který se koná v altánku ve Smetanových sadech u restaurace Fontána. Vstup je zdarma.

Foto archiv MMOI

Farmářské trhy v Šumperku a Zábřehu

3. 7., 7. 8., Šumperk – Hlavní třída 19
16. 7., 20. 8., Zábřeh – nám. Osvobození

I letos město Šumperk pořádá farmářské trhy. Konají se každý první pátek v měsíci od dubna až do října. V Zábřehu trhy probíhají každý třetí čtvrtek v měsíci také od dubna do října.

TADY VARY v Metropolu

3.–12. 7., Olomouc – kino Metropol

Ve chvíli, kdy bylo definitivně rozhodnuto, že 55. ročník Mezinárodního filmového festivalu Karlovy Vary proběhne s ohledem na opatření vlády souvisejícími s šířením koronaviru až v roce 2021, mělo jeho programové oddělení již vybranou řadu zajímavých titulů do programu. Vznikla tedy myšlenka rozšířit tradiční pofestivalovou přehlídku Vary ve vašem kině a nabídnout ji jako ucelený programový blok kinům po celé České republice v termínu, kdy měl původně probíhat letošní ročník karlovarského festivalu, tedy 3.–11. července 2020. V době, kdy řada producentů a distributorů byla nucena posunout premiéry nových domácích i zahraničních filmů, nabídnou TADY VARY ve vašem kině publiku zajímavou programovou alternativu. Celkem 16 filmových titulů, uváděných jednotně ve dvou představeních denně ve všech zúčastněných kinech, s výjimkou zahajovacího a zakončovacího dne, kdy proběhnou pouze večerní projekce. Představení budou koncipována ve festivalovém duchu, budou doplněna odbornými úvody přenášenými on-line do sálu, do vybraných míst se chystají rovněž osobní delegace. Vstupenky jsou v prodeji od 10. června na pokladně kina Metropol nebo jejich webových stránkách. Můžete se těšit například na projekce snímků Než skončí léto, Jalda, noc odpuštění, Luxor, Mogul Mauglí, Jsme jedné krve, Ema, Proxima, Tajný agent a další.

Bezděkovský levandulový festival

5.–6. 7. od 12 hodin, Bezděkov
– Levandulový statek

I když se vzhledem k vládním opatřením musí letošní program levandulového festivalu poněkud zúžit, i tak to bude stát za to. Přijďte do Bezděkova za levandulí, zábavou, dobrým jídlem a pitím na farmářské trhy.

Uděláte mi to znova?

10. 7., od 19 hodin, Plumlov – zámek Plumlov

Pracovníci zámku Plumlov vás v pátek 10. července srdečně zvou do zdejšího sklepení pod Kamenným

sálem na bláznivou francouzskou komedii Uděláte mi to znova? Zároveň doporučují vzít si s sebou deku nebo něco pod zadek. Vstupné je dobrovolné.

Pohádkové prohlídky

11.–12. 7., od 10 hodin, Plumlov – zámek Plumlov

Chcete se dozvědět, jak se léčí solimánská princezna? A víte, že tam, kde nepomohou ani kouzla králů, stačí nehynoucí láska? Nebo že vyhádat se dá nejen princezna, ale i pořádný výprask? Tohle všechno uvidíte v nových pohádkách na Plumlově. Nenechte si ujít tento kouzelný zážitek a přijďte o víkendu 11. nebo 12. července.

Život a dílo fotografa Václava Ševčíka

do 11. 7., Prostějov – Městská galerie Prostějov

Prostory prostějovského zámku ctí výstavou fotografií 120. výročí narození fotografa Václava Ševčíka. Ten založil v Prostějově první fotografický ateliér a jeho firma se stala uznávaným podnikem i za hranicemi regionu. Své jméno si získal díky portrétní fotografii a v ateliéru fotografoval svatby ze širokého okolí. Účastnil se republikových i mezinárodních výstav umělecké fotografie a spolupracoval na úpravě projektu novostavby Živnostenské školy v Prostějově. Pro svůj ateliér vyvinul jednožárovkové i pětižárovkové portrétní reflektory, které začala později sériově vyrábět firma Gajdoš. Dne 12. července by fotograf Václav Ševčík oslavil 120. narozeniny.



Podmořský skleněný svět

do 12. 7., Prostějov – Muzeum a galerie v Prostějově

Do prostějovského muzea se můžete přijít podívat na prodlouženou výstavu tavených skleněných plastik s názvem Podmořský skleněný svět. Jejich autorem je mladý sklářský umělec Jaroslav Prošek, který tvoří v České Lípě v Severních Čechách, v srdci českého sklářského průmyslu.

Aktivní den Policie České republiky

17. 7., 21. 8., od 9 hodin, Jeseník – Vlastivědné muzeum Jeseník, Vodní tvrz

Přijměte pozvání k aktivní účasti na oslavě desátých narozenin Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje. Během takzvaných aktivních dnů budou na jednotlivých stanovištích interaktivní výstavy přítomni policisté, kynolog se psem, v přilehlých prostorách bude vystavena policejní technika, proběhnou dynamické ukázky a další doprovodný program. Vstupné je 60 korun.

Jesenické farmářské trhy

17. 7., 21. 8., Jeseník – Masarykovo náměstí

Jesenické farmářské trhy – to je prostor pro skvělé nákupy, zajímavá setkání, zábavu i odpočinek. Přijďte na Masarykovo náměstí nakoupit sezónní ovoce a zeleninu, pečivo, uzeniny, lahůdky, paštiky a sýry, marmelády a zeleninové pochoutky, ovocná vína, medovinu, koření, perníčky a frgály, občerstvení a mnoho dalšího – převážně regionální produkty z Jesenicka.

Řemesla na Plumlově

18. 7., od 10 hodin, Plumlov – zámek Plumlov

I letos se můžete těšit na plumlovský řemeslný jarmark. Uvidíte ukázky hrnčířství, gravírování, provaznictví, karetkování, lucetkování a mnoho dalších. Kromě řemesel se chystá i doprovodný program: šerm, tanec (dobový a orientální) plamenná Nyx, dobové ležení, lukostřelba, dobová hudba a na závěr programu mezi 16:30 a 16:45 ohňová show. Akce se koná téměř za každého počasí.

Uchvancancující dobrodružství dvou bratrů

do 18. 7., Olomouc – galerie Mona Lisa

Výstava známých dvojčat Jana a Káji Saudkových se koná u příležitosti 85. výročí jejich narození v olomoucké galerii Mona Lisa na Horním náměstí číslo 20.

Vandráci Vagamundos v Jeseníku

24. 7., od 21 hodin, Jeseník – Letní divadlo

Nejdřív byli viděni v Panamě, pak mířili do džunglí Kostariky, vandrovali po velké Nikaragui, přes varování projeli Honduras, pak i zemi plnou vulkánů El Salvador, nádhernou Guatemalu, maličké Belize a obrovské Mexiko. Vybavili se kamerami, foťáky a dronem.

Chtěli poznat místní kulturu, indiánské legendy a zažít i nečekané. Vandráci Pavel Liška a Honza Révai, kteří se svými besedami projeli křížem krážem celou naši republiku a teď se svými motorkami zavítají do Jeseníku, na jedné ze svých posledních přednášek představí i to, co se nevešlo do jejich cestovatelsko-zábavného pořadu. Dozvíte se také něco o přípravách nové cesty, na kterou se vydají v říjnu 2020. Čas bude i na dotazy diváků a autogramiádu. Prodej vstupenek probíhá v rezervačním systému MKZ Jeseník, v předprodeji za 300 korun, v den konání akce 360 korun.

Olomoucké vinné slavnosti

24. –25. 7., od 10 hodin, Olomouc – Horní náměstí

Vyberte si z široké nabídky nejrůznějších vín na hned třiceti stáncích s víny a regionálními produkty. K tomu pro vás bude připraven také kulturní program.

Desmod v Olomouci

25. 7., od 16 hodin, Olomouc – S klub

Na závěr července je palouček před S klubem zamluvený pro jednu z předních slovenských kapel. V sobotu 25. července sem dorazí kapela Desmod a zahraje všechny své velké hity. Za dobu svého fungování vydali osm desek, takže je rozhodně z čeho vybírat. Letos navíc slaví dvacet let na hudební scéně. Do areálu můžete přijít už v 16 hodin, koncert začne v 19 hodin. Vstupenky za 380 korun lze zakoupit na webu predprodejolomouc.cz.



Štěpfest 2020

1. 8., od 14 hodin, Štěpánov – fotbalové hřiště

Původně plánovaný festival Štěpfest 2020 pořadatelé kompletně přesunuli na příští rok. Rozhodli se však uspořádat akci v poněkud menším měřítku, aby ani v letošním roce nepřišli lidé o oblíbený hudební svátek ve Štěpánově. Během následujících týdnů by mělo být jasné, které kapely zde zahrají.

Koncert Mikolase Josefa

12. 8., od 20.00, Čechy pod Kosířem – zámek

Mikolas Josef se hudbě věnuje už od mala, ale uznání hudebního světa si musel vydřít ve studiu, či na ulici s kytarou. Avšak jedním z jeho velkých nástupů na hudební scénu byla účast v soutěži Eurovize, která byla v portugalském Lisabonu, kde se dostal až do první šestky. Stal se tak jedním z největších objevů soutěže, což mu otevřelo bránu do hudebního světa. Dnes má Mikolas spoustu písní, které mají miliony shlédnutí a řadí se mezi přední české zpěváky, i když jeho fanouškovská základna je rozestata po celém světě. V letošním roce ho můžete vidět i vy pod širým nebem v zámecké zahradě v Čechách pod Kosířem. Vstupenky za 490 korun můžete koupit na webu smsticket.cz.



Borůvkové hody v Malé Morávce

15.–16. 8., od 8 hodin, Malá Morávka – obecní park

Již 19. ročník vyhlášené kulinářské akce – jídla a nápoje s borůvkami a z borůvek v místních a partnerských restauracích. Těšit se můžete i na doprovodný program: koncerty, soutěže, dětské dílničky, ochutnávky, předváděčky a stánkový prodej. Borůvky budou na minimálně sto způsobů a spousta zábavy k tomu.

Vzpomínky na život 2019

do 15. 8., Prostějov – kulturní klub u hradeb Duha

Výstavu jedinečných dokumentárních fotografií s názvem Vzpomínky na život 2019, jejichž autory jsou Lukáš Andryšek a Marek Gerhard, pořízených z kulturních akcí pořádaných statutárním městem Prostějov, můžete zhlédnout v prostějovském kulturním klubu Duha. Fotografie jsou vystaveny ve vestibulu.

Čertovy obrázky

aneb Neodolatelný svět karet

do 16. 8., Olomouc – Vlastivědné muzeum Olomouc

Výstava vás provede světem karetních her. Víte, kde a kdy se karty vůbec objevily? Víte, jak staré jsou zmínky o tom, že se hrálo v karty v českých zemích? Na to vám odpoví tato výstava. Dozvíte se vše o původu karetních her i o tom, kdo ze známých osobností rád „karbaničil“. Dále jakým způsobem byli hráči v karty pronásledováni a postihováni. Specifická část bude věnována kartářskému řemeslu. Díky tomu se dozvíte, jak karty vznikaly, kolik v sobě toto řemeslo kloubilo jednotlivých dovedností. V neposlední řadě výstava seznámí zájemce s nejvýznamnějšími výrobci karet, kdy zvláštní důraz bude v rámci výstavy kladen na jednotlivé techniky výroby karet.

Kouzlo okamžiku

do 21. 8., Přerov – výstavní síň Pasáž

Kouzlo okamžiku je název nové výstavy autorských fotografií Pavla Diatky a Milana Hlobila. Téma výstavy bude tentokrát širší – reportážní fotografie, krajinářské záběry, detaily, abstraktní tvorba i technická fotografie.

Pohádkový les

22. 8., od 13.30 hodin, Plumlov – Kemping Žralok

Veďte s sebou děti nebo se sami vraťte do dětství díky desátému ročníku oblíbené akce Pohádkový les. Organizátoři připravili i doprovodný program pro děti i pro dospělé.

Výstava Jana Hachrana

do 23. 8., Šumperk – Vlastivědné muzeum v Šumperku

Autor výstavy Jan Hachran je mladý malíř a výtvarník, jehož práci ovlivňuje studium historie, židovsko-křesťanské mystiky, slovanského kulturního dědictví a evropské esoterické tradice. Jeho tvorba je novodobá,

spojující jak moderní tisk a využití exkluzivních materiálů, tak poctivou tradici českého řemesla. Vstupné stojí 10 korun.

České encyklopedie v regále i pod lampou

do 23. 8., Olomouc – Vlastivědné muzeum Olomouc

Výstava uvádí nejvýznamnější podniky z oblasti tvorby všeobecných naučných slovníků od prvního pokusu Františka Palackého až po polistopadové vzlety a pády tohoto odvětví. Představen je i nelehký proces, jak slovníky přicházely na svět, jak rostly a krásněly, i jak se neřízeným narůstáním svých svazků vlastním otcům vymykaly z rukou. Prezentace taktéž ukáže, v jaké náladě encyklopedie vznikaly, nebo jak byla encyklopedistika zneužívána totalitními režimy. V neposlední řadě výstava upozorňuje na to, čeho si na encyklopediích cenilo dobové publikum, a na co jednotliví vydavatelé lákali své potencionální kupce. I proto hraje vizuální složka jednotlivých slovníků při přehlídce velkou roli.

Na Zlatém jezeře

24. 8., od 19 hodin, Olomouc – Reduta

Romantická komedie lidsky dojíká i baví. V kouzelném prostředí na březích Zlatého jezera tráví léto starší manželé. Věčně brblající, nepraktický a naschvál i doopravdy zapomínající profesor v penzi Normen a jeho chápatelící žena Ethel, starající se s noblesou o muže i domácnost. Příjezd dcery Chelseay s partnerem a jeho tvrdohlavým synkem Billym pomůže Normenovi vystoupit náhle z letargie a znovu se začít prát o život. Slávu inscenace umocnil i film s Henry Fondou, Katherine Hepburnovou a Jane Fondovou. Hrají Ladislav Frej, Simona Stašová, Marika Procházková, Vasil Fridrich nebo Jaromír Nosek. Vstupenky stojí 480 až 520 korun a můžete si je opatřit na webu ticketportal.cz nebo v olomouckém informačním centru.



Plumlovský kotlík 2020

29. 8., od 9 hodin, Plumlov – Kemping Žralok

Už na devátý ročník soutěže ve vaření kotlíkových gulášů se můžete přijet podívat v sobotu 29. srpna od 9 hodin. K dobrému jídlu vám zahraje DJ PaWell. Přijďte ochutnat.

Dva nahatý chlapi

31. 8., od 19 hodin, Olomouc – kino Metropol

Bláznivá komedie, která v současné době slaví u diváků velký úspěch. To je hra Dva nahatý chlapi, ve které můžete vidět Martina Zounara, Martina Krause, Martinu Randovou nebo Danielu Šinkorovou. Seriózní advokát, věrný manžel a otec dvou dětí se jednoho dne probudí nahý v posteli se svým kolegou z práce. Ani jeden netuší, jak se do této situace dostali, manželka jednoho z nich však vymyslí způsob, jak zjistit pravdu. Ale ta je, jak se nakonec ukáže, opravdové pravdě hodně vzdálená. Délka představení je 120 minut s přestávkou, vstupné můžete koupit na pokladně kina Metropol od 440 do 520 korun.



Panenky našich maminek

do 31. 8., od 10 hodin, Olomouc – Knihovna města Olomouce, pobočka Brněnská

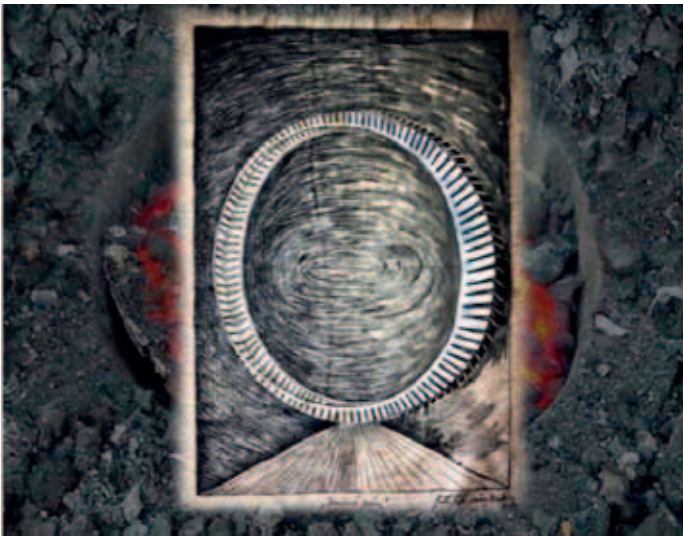
Panenu Sonni, Biggi nebo Ari, měla většina dnešních maminek, možná i babiček. Výstava těchto krásavic vám připomene mládí, ale jistě potěší i dnešní děti. Své kouzlo totiž mají pořád.

KOV(ID) 2020

do 31. 8., Přerov – Galerie města Přerova

První výtvarnou odpověď na současnou epidemii můžete spatřit v Přerově. Najdete zde venkovní letní

expozici kovu, speciálně nasvětlenou pro noční prohlídky.



Šero i jas – Stvořená příroda

do 13. 9., Olomouc – Muzeum moderního umění

Poněkud netradiční výstavu s náznakem příběhu věčné sounáležitosti člověka a přírodního prostředí přichystaly Šárka Belšíková a Anežka Šimková. Muzeum umění totiž skrývá ve svých fondech mnohá díla vztahující se k přírodě a jejím motivům. Rozpětí výtvarného ztvárňování přírody je velmi široké, bezesporu jde o nejčastější téma v umění. Právě toho chtěly využít autorky výstavy Šero i jas v rámci dlouhodobého projektu Pohledy do sbírek Muzea umění. Návštěvníci se mohou těšit na grafické listy Arnošta Hrabala, Josefa Váchala, Stanisława Jakubowského či Marie Blabolilové. Uvidí malby Antonína Slavíčka, Georga Geyera, Lili Gödlové-Brandhuberové, Janiny Kraupe-Šwiderské, Josefa Šímy, Stanislava Podhrázkého, Oldřicha Šembery a také sochařské práce Ladislava Zívra a Josefa Klimeše. Zastoupena budou také díla některých neškolených umělců.

Soutěž o knihu Agathy Christie

do 14. 9., Olomouc – Knihovna města Olomouce

V úterý 15. září letošního roku to bude přesně 130 let, kdy se narodila jedna z autorek, jež se řadí k předním představitelům detektivního žánru – Agatha Christie. Svou první knihu s názvem Záhada v zámku Styles vydala před 100 lety v roce 1920. Vdechla život mnoha postavám, tou nejznámější je výstřední detektiv s navoskovaným knírem Hercule Poirot. Při příležitosti 130. výročí narození Agathy Christie a 100. výročí od vydání první knihy pro vás Knihovna města Olomouce připravila soutěž. Zapojit se může každý čtenář, a to až do 14. září 2020, stačí vyplnit soutěžní



PROGRAM 2020
ČERVENEC

14.00 hod. / 70,-

ČT 2. 7. KAREL SVOBODA: ŠŤASTNÁ LÉTA Č

PO 13. 7. MALÉ ŽENY T

ČT 23. 7. MODELÁŘ Č

PO 27. 7. 1917 T

Č-ČESKY

D-DABING

ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA

T-TITULKY

O-ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

KINO METROPOL



PROGRAM 2020
SRPEN

14.00 hod. / 70,-

ČT 6. 8. V SÍTI Č

PO 10. 8. MALÁ LEŽ T

ČT 20. 8. BOURÁK Č

PO 24. 8. RAOUL TABURIN T

Č-ČESKY

D-DABING

ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA

T-TITULKY

O-ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

KINO METROPOL

lístek, který naleznete v oddělení pro dospělé v úseku detektivek. Losování výherce proběhne 15. září 2020.

Z Vídně na sever

do 19. 9., Víkřovice u Šumperka – Muzeum silnic

Od začátku června je v malém výstavním sále Muzea silnic ve Víkřovicích k vidění výstava zaměřená na první období výstavby a provozu Severní dráhy císaře Ferdinanda a Severní státní dráhy. Výstavu připravila Alena Borovcová z Národního památkového ústavu, která vychází ze svého dlouhodobého výzkumu.

Stavba prvních železnic bývalého Rakouska-Uherska byla vyvolána soukromou iniciativou a podpořena privátními prostředky. První parostrojní železnicí habsburské monarchie byla Severní dráha císaře Ferdinanda, která směřovala z Vídně na sever přes Moravu a Slezsko k solným dolům u Bochnie v polské Haliči. Program státní železniční sítě schválený v roce 1841 měl také zajistit výstavbu nejdůležitějších tratí na náklady státu.

Cílem bylo propojení všech rakouských provincií a významných přístavů s Vídní. Severní státní dráha vytvořila spojení Vídně s Prahou a napojení na saské železnice. Tratič Severní dráhy císaře Ferdinanda a Severní státní dráhy se později staly páteří železniční sítě České republiky. Výstava tematicky doplňuje stálou muzejní expozici Po stopách bratří Kleinů, stavitelů silnic, železnic a mostů, rodinná kleinovská firma se významným způsobem na stavbě obou tratí podílela. Obrazový materiál výstavních panelů doprovází trojrozměrné papírové modely staveb od autora Vladimíra Londina. Modely zachycují první etapu, kdy stavby na obou drahách navrhoval architekt Anton Jüngling, a následující období typizovaných projektů. Návštěvníky určitě také zaujme větší model nádraží v Českém Brodě. Exponáty k výstavě doplnilo i Muzeum silnic, především unikátními pamětními medailemi, dobovými litografiemi a podobně.

Hračky za totáče aneb jak si hrály Husákovy děti

do 30. 9., od 9 hodin, Javorník – Státní zámek Jánský vrch

Navštivte výstavu retro hraček ze sbírek Muzea hraček Rychnov nad Kněžnou, která trvá až do konce září na zámku Jánský vrch na Jesenicku. Výstava je součástí třetího prohlídkového okruhu Hostinské pokoje a sezónní výstava. Vstupné pro dospělé je 60 korun, snížené 40 korun. Otevřeno od úterý do neděle od 9 do 16 hodin.

Bludiště a hlavolamy

do 30. 9., Šumperk – městská knihovna

Výstava Bludiště a hlavolamy je určená pro děti i dospělé. Na výstavě uvidíte velkorozměrná bludiště a hlavolamy různých tvarů a velikostí. Návštěvníci si můžou zkusit vyřešit velkou část vystavených hlavolamů. Pro děti je také určená společná hra „Udělej si svůj hlavolam“ podle svých představ.



Příběh torza

do 11. 10., Týn nad Bečvou – hrad Helfštýn

Osudy helfštýnského paláce na historických obrazech a pohlednicích nebo ukázky studií a projektů zaměřených na zastřešení paláce, archeologické nálezy, vizualizace, modely a nové objevy. To vše představí výstava na druhém nádvoří, mimo to i stavební vývoj, ikonografii a návrhy záchrany renesančního torza helfštýnského paláce.

Čas lovců a sběračů

do 18. 10., Šumperk – Vlastivědné muzeum v Šumperku

Před více než jedním milionem let se na území dnešní jižní Evropy poprvé objevil předchůdce moderního člověka a nedlouho poté se začaly psát první dějiny osídlení dnešní Moravy. Po celou dobu trvání starších čtvrtohor, tedy do doby před asi 10 000 lety, se střídala studená a teplá období, která ovlivňovala nejenom vzhled a charakter krajiny, fauny a flóry, ale především také zvolenou strategii pro přežití tehdejšího člověka. Jak a kdy člověk vznikl a jak vlastně vypadal v jednotlivých etapách svého vývoje? Čím se živil a s jakými dalšími živočichy mohl přijít ve své době do styku? Kdy a kde se objevují první stopy lidské činnosti a jak celý následující kulturní vývoj probíhal? Všechny tyto otázky Vám zodpoví výstava

věnovaná zlomovému období nejenom v životě lidí – starší době kamenné. Plné vstupné činí 30 korun, snížené 20 korun a děti do 6 let mají vstup zdarma.

Hledání podobizny Komenského

do 22. 11., Přerov – Muzeum Komenského

Hlavním příspěvkem k 350. výročí úmrtí Komenského bude program *Ve stopách Komenského*, který probíhá ve vybraných expozicích. V lektorované podobě je nabízen školám, jeho modifikovaná (samonosná) verze je pak určena všem návštěvníkům muzea. Tématem programu je putování Komenského po jednotlivých zemích Evropy, s ním pak spojené hledání jeho podoby. Výstava představuje závěrečnou část programu, kdy budou skupiny pracovat s indiciemi získanými v jednotlivých místnostech.



Čižba – umění jemné a líbezné

do 30. 11., Přerov – ornitologická stanice, Bezručova 10

Navštivte prodlouženou výstavu o tom, jak a proč ptáčníci ptáky lapali a s čím je spojený odchyt ptáků dnes. Jednotné vstupné je 30 korun.

Exkurze po nejstarší palírně v Evropě

do 31. 12., Prostějov – Dykova 8

Pro všechny milovníky whisky je určena exkurze po nejstarší palírně v Evropě. Prostějovská Palírna U Zeleného stromu nabízí komentované prohlídky, díky kterým můžete nakouknout pod pokličku výroby a zjistit, jak vznikají například české whisky destiláty. Podíváte se do stáčírny, historické části plné dobových artefaktů, prohlédnete si dubové sudy, soudky a kádě, kde lihoviny zrají. První z prohlídek končí

ochutnávkou výrobků, které palírna nabízí, a trvá přibližně hodinu. Druhá z prohlídek je novinkou a je zaměřena především na ultraprémiové ovocné pálenky Kleiner. Okruh je kratší, trvá přibližně 40 minut a vede pouze nově vybudovanými prostory Distillery Kleiner. V těchto prostorech naleznete i interaktivní zónu, která představuje jednotlivé kroky výroby ovocných destilátů. Můžete si vyzkoušet, jak se vám povede přiřadit pecky a typy dřeva k jednotlivým ovocným druhům a dozvíte se, co je to andělská daň. Na konci prohlídky samozřejmě vybrané destiláty ochutnáte. Cena je od 120 do 250 korun.

Obrazy Zdeňka Buriana

do 20. 12., Přerov – Muzeum Komenského

Výstava ke 115. výročí narození malíře Zdeňka Buriana vychází ze sbírek přerovského muzea a představuje soubory Burianových nástěnných obrazů pro školní vyučování. Celé předchozí generace se tak učily vnímat minulost skrze Burianovy obrazy dávných krajin, zvířat a lidí z cyklu *Vývoj člověka, Země a vesmír*. Atraktivními exponáty jsou tři originály lidských typů z prvorepublikové série *Země a lidé*.

MĚSTSKÝ KLUB LITOVEL POŘADÁ

LITOVELSKÉ KULTURNÍ LÉTO

1. 6. - 21. 8. SPOLEČNÁ VÝSTAVA ČLENŮ FOTOKLUBU LITOVEL
výstava fotografií ve Výtavní síni Městského klubu Litovel, vstupné dobrovolné

8. 6. - 8. 9. VÝSTAVA SEVA
výstava jedné z nejoblíbenějších českých stavebnic
Turistické informační centrum Litovel, vstupné dobrovolné

HUDEBNÍ PODVEČERY V RESTAURACI AMAZONKA
začátek vždy v 19 hod.
vstupné dobrovolné

10. července **VINNÝ STRÍK** - rockový večer
17. července **EAGLE EYE - TARJA TRIBUTE** - večer s písničkami Tarji Turunen
24. července **KELT GRASS BAND** - keltsko-irský večer
31. července **STŘEMKOŠ** - večer s blues a chansoem

KOMENTOVANÉ PROHLÍDKY MĚSTEM LITOVEL
- ve středu 15., 22., 29. 7. a 5. a 12. 8., začátek ve 13.30 hod. před budovou Záluží
ZDARMA - prohlídka městem (cca 90 min.) při které budou k vidění nejvýznamnější památky města Litovel

CYKLOVÝLETY LITOVELSKÝM POMORAVÍM
- termíny: 12. a 26. července a 9. a 23. srpna
- odjezdy od Turistického informačního centra Litovel ve 14 hod.
ZDARMA - cyklovýlety s průvodcem M. Pinkavou, nenáročné trasy v rozmezí 20 - 30 km

13. - 16. 7. LETNÍ KINO
Kinetograf bratří Čadků
21. hod., Litovel, náměstí P. Otakara, vstupné dobrovolné
13. července - **HODINÁŘŮV UČEN** - pohádka
14. července - **AFRIKOU NA PIONÝRU** - dokumentární film / road movie
15. července - **NA STŘEŠE** - drama / komedie
16. července - **POSLEDNÍ ARISTOKRATKA** - komedie

6. září PĚŠÍ VÝLET NA ZKAMENELÝ ZÁMEK
- výlet autobusem spojený s pěší procházkou
- procházka Javiříckým krasem od Blouzova po Vojtěchov
- sraz účastníků v 8.15 hod. na autobusovém nádraží Litovel, stanoviště č. 4
- každý účastník si hraje dopravu
- doporučujeme přihlásit se předem v infocentru Litovel tel: 585 150 221

PROČ JE VODA V NAŠEM TĚLE TAK DŮLEŽITÁ?

Voda má nezastupitelnou úlohu při trávení a metabolismu. Tvoří základ cirkulace krve, je nezbytná pro transport živin a kyslíku ke tkáním a buňkám. Dostatek tekutin je důležitý také proto, aby byl organismus schopen zajišťovat látkovou výměnu a vylučování škodlivých látek.

Horké dny jsou v plném proudu a pitný režim je jedna z nejdůležitějších věcí, na kterou bychom neměli zapomenout. Voda je základním stavebním kamenem lidského těla. Neměli bychom ji proto opomíjet. V takovém případě bychom tudíž mohli čelit dehydrataci, která s sebou nese mnoho rizik.

SENIORŮ ZAPOMÍNÁJÍ PÍT

- **Senioři mají slabší pocit žízně**
- **Svou roli mohou sehrát i léky, které senioři v hojném počtu užívají**
- **Senioři odmítají pít kvůli tomu, že pak budou muset častěji na toaletu a nestihnou to (je to častý důvod, když se senior chystá jít někam na delší dobu nebo večer před spaním)**
- **Některé zdravotní obtíže také snižují potřebu tekutin**

DEHYDRATACE

Co je dehydratace? Ztráta vody a důležitých krevních solí jako sodíku a draslíku. Může být životu nebezpečná a může být i příčinou smrti. Životně důležité orgány (mozek, ledviny, srdce) nemohou fungovat bez určitého množství sodíku, draslíku a vody. Bez dostatečného množství vody může docházet k poruchám funkce ledvin – vzniku ledvinových a močových kamenů. Zvyšuje se riziko infekce močových cest, onemocnění srdce a cév. V těle je projevem dehydratace hustější krev, která obtížně cirkuluje. Ohrožuje tak člověka i na životě – vznikem trombů a následných mrtvic.

Dehydrataci můžete poznat také podle stavu kůže. Při dehydrataci se kožní řasa na ruce při vytažení hned nevrátí do původního stavu, ale zůstane zdeformována a vrací se do normálu pomalu. Můžete také zkontrolovat jazyk, při dehydrataci je povleklý a suchý. Podle barvy moči – optimální je světle žlutá, pokud je moč tmavá a koncentrovaná, je to špatně.

KOLIK VYPÍT?

V mnoha studiích a odborné literatuře se dočtete, že pro člověka ve věku 65 let a více je ideální vypít 2 litry tekutin denně. Množství příjmu tekutin je ale individuální. Nemůžeme chtít po člověku, který byl zvyklý vypít dvě sklenice denně, aby na stáří vypil 2 litry. Do příjmu tekutin lze započítat i polévky, ale ne černý čaj a kávu, protože ty odvodňují. Nejlepší je pít čistou vodu, bylinkové čaje, ředěné neslazené ovocné či zeleninové šťávy. Ovoce i zelenina pomohou zvýšit množství tekutin. Na pitný režim je nutné dbát zvláště v létě při vysokých teplotách a vyšší fyzické zátěži.



Zvláštní kapitolou je dehydratace u chorobných stavů (při průjmech, zvracení a vysokých teplotách).

Zvýšená teplota

- Při ní dochází k vyšším ztrátám tělesných tekutin. Únava a apatie jedinců s vyšší horečkou může znamenat narušení ochoty k přijímání tekutin.

Průjem a zvracení

- Může způsobit velmi těžkou dehydrataci. Tu podporuje mylné přesvědčení, že když nebude nemocný pít, průjem se zmírní či dokonce ustane. To se ovšem nestane, navíc se dostaví známky dehydratace.

Při závažných příznacích dehydratace je nutné ihned navštívit lékaře. Doma tento problém nevyřešíte. Je třeba člověka zavodnit kapačkami, napít se již v tomto případě nestačí. Senioři mají vzhledem k věku sníženou koncentrační schopnost ledvin. Ty již nejsou schopny regulovat množství vyloučené moči tak jako v mládí a produkují jí více a tím dochází k větším ztrátám. Kvůli poklesu řady tělesných funkcí u seniorů má organismus nižší nároky na množství vody.

Závažné stavy je tak třeba řešit podáváním tekutin, minerálů a sacharidů, a to nitrožilně během hospitalizace.

Stanislava Zavadilová, odborná zdravotní sestra

JAK JEDNODUŠE POZNAT DEHYDRATACI?

- **Svalové křeče**
- **Závratě**
- **Horkost a červenání v obličejí**
- **Suché sliznice a kůže**
- **Málo slin pod jazykem**
- **Nehybné hluboké vrásky**
- **Silně koncentrovaná (tmavá) moč**
- **Narůstající letargie (nezájem)**
- **Špatný krevní obraz**
- **Stavy zmatenosti**

POLICIE RADÍ: JAK SE CHOVAT BEZPEČNĚ NA ULICI A ODRADIT ZLODĚJE

- Vyhýbáme se odlehlým, nepřehledným a neosvětleným místům. Chodíme raději frekventovanějšími ulicemi.
 - Kabelku nebo tašku nosíme v ruce či na rameni směrem od ulice, aby nám ji z vozovky nemohl někdo vytrhnout a ukrást.
 - Chce-li nám někdo kabelku ukrást, nebráníme se za každou cenu. Zdraví nebo dokonce život jsou cennější než peníze!
 - Vyhýbáme se návalům mnoha lidí, tlačence nahrává zlodějům a okradení může proběhnout bez povšimnutí.
 - Pokud máme pocit, že nás někdo sleduje, snažme se co nejrychleji dostat na místo, kde je nějaký obchod nebo více lidí, mezi nimiž budeme bezpečnější.
 - Když nás někdo napadne, křičíme i tehdy, když v blízkosti nikoho nevidíme. Mohl by nás uslyšet někdo za rohem a přispěchat na pomoc.
 - Peníze, doklady i klíče nosíme v příruční uzavřené tašce nebo kabelce vždy odděleně a raději až dole na dně. Bereme si jen tolik peněz, kolik skutečně potřebujeme.
 - Nepřijímáme doprovod nabízený neznámými lidmi, i kdyby vypadali důvěryhodně. Ochota „pomocníka“ může být jen záminkou k tomu, aby se dostal do našeho bytu a tam nás okradl třeba i za použití násilí.
 - Při výběru peněz z bankomatu si hlídáme soukromí. Dáváme pozor, jestli nás někdo nesleduje příliš zblízka. Při zadávání PIN kódu si kryjeme rukou klávesnici a po výběru kartu i peníze pečlivě uložíme do tašky. PIN kód nikdy nedáváme k platební kartě.
 - Snažíme se vyhýbat čekání na liduprázdné zastávce hromadné dopravy, především v časně ranních nebo pozdně večerních hodinách.
 - V prázdné tramvaji nebo autobusu si sedáme co nejblíže k řidiči. Jeho blízkost může případného lupiče od zlého úmyslu odradit nebo nám v případě obtěžování či napadení řidič rychleji pomůže.
- Staneme-li se přesto obětí kapesního zloděje:**
- V případě odcizení financí, platební karty, dokladů, mobilního telefonu se neprodleně obrátíme na Policii ČR;
 - v případě odcizení platební karty ihned kontaktujeme svoji banku a platební kartu zablokujeme;
 - v případě odcizení mobilního telefonu kontaktujeme svého operátora a zablokujeme SIM kartu;
 - ohlášením krádeže dokladů zamezíme případným dalším nepříjemnostem se zneužitím.
- V případě okradení nebo napadení ihned voláme linku tísňového volání 158, 156 nebo 112.**

kpt. Mgr. Marta Vlachová
krajský koordinátor prevence



NEZLOMNÁ SOLIDARITA

Jsou chvíle, kdy se člověku nedostává slov. A přesně takový pocit se mě zmocnil poté, co jsem společně se členy krizového štábu opakovaně navštívil vytopené obce na Uničovsku a Šumpersku. Obrázky ze zničených vesnic s Vámi otřesou ve večerních zprávách, když je ale vidíte na vlastní oči, skutečně ztratíte řeč.

Na druhou stranu myslím, že slova jsou to poslední, co teď lidé z vytopených vesnic potřebují. Nedostává se jim například pitné vody, hygienických pomůcek, odklízečů, kontejnerů nebo nakladačů. Proto Olomoucký kraj hned poté, co voda začala opadat, podnikl první kroky k přípravě veřejné sbírky, která má lidem z vytopených obcí ulehčit. Kromě toho na e-mailové adrese pomoc@olkraj.cz shromažďujeme nabídky na pomoc. Hejtmanství už pracuje také na dalších krocích, které s obnovou zničených vesnic pomohou.

Ačkoli jsem v Břevenci, Šumvaldě, Dlouhé Loučce i Oskavě na chvíli přišel o řeč, nikdy jsem neztratil víru v obyvatele Olomouckého kraje. Kromě zničeného majetku a slz jsem tam totiž viděl také spoustu

odhodlaných lidí, kteří si ochotně pomáhali, výborně fungující hasiče, pracovité starosty a vůbec spoustu solidarity. A to je nejen základ budoucí obnovy, ale i něco, co nám žádná povodeň nemůže vzít.

Ladislav Okleštěk,
hejtman Olomouckého kraje



KRAJ ROZJÍŽDÍ SBÍRKU NA POMOC LIDEM, KTERÉ ZASÁHLA POVODEŇ

Olomoucký kraj začal hned po povodních organizovat finanční sbírku, která lidem v zaplavených vesnicích na Šumpersku a Uničovsku pomůže s odstraňováním následků povodní. Peníze mohou lidé posílat na sbírkový účet 123-0754200287/0100. Přispět mohou jednotlivci i firmy a počítá se každá darovaná koruna.

„Podle prvotních odhadů způsobily bleskové povodně škody za stovky miliónů korun. Například v Šumvaldě

je zasažena třetina všech obyvatel. Sběrka bude probíhat celý rok. Předem velmi děkuji všem, kteří se do ní zapojí,“ dodal hejtman Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk.

Lidem z vytopených obcí pomáhají s odstraňováním škod jak krajští hasiči, tak i dobrovolníci. S pomocí přispěla také Charita. Do oblasti míří například dávky ošacení, pitné vody nebo hygienických pomůcek.



POVODNĚ 2020

VEŘEJNÁ SBÍRKA OLOMOUCKÉHO KRAJE

„Zmírnění následků živelních pohrom na území Olomouckého kraje v roce 2020“ obcím zasažených bleskovou povodní

Veřejná sbírka je konána shromažďováním peněžních příspěvků na zvláštním bankovním účtu.

č. ú.: 123-0754200287/0100

Svoji finanční pomoc můžete zasílat od 11. 6. 2020 do 31. 12. 2020.

Děkujeme za vaši podporu



ZAPLAVENÉ OBCE V TOM NENECHÁME. KRAJ POMŮŽE, JAK JEN TO PŮJDE

Především finančně podpoří Olomoucký kraj obce na Uničovsku a Šumpersku, které v neděli 7. června postihly bleskové povodně. Kromě zorganizování veřejné sbírky, jejíž výtěžek z části pokryje náklady na odstranění stamiliónových škod, pomáhá hejtmanství například také se zajištěním pitné vody. Více o tom s hejtmanem Ladislavem Okleškem.

Pane hejtmane, jak konkrétně tedy Olomoucký kraj zaplaveným obcím v současné době pomáhá?

Naprostou prioritou je zabezpečení dodávek pitné vody pro obyvatele Šumvaldu. Tato obec bohužel nemá veřejný vodovod a ze zaplavených studní teď není možné vodu odebírat.

Proto jsme okamžitě uvolnili finanční prostředky, díky kterým se do vesnice pravidelně vozí v cisternách čerstvá pitná voda. Zajistili jsme také statika, který zjišťuje stav poškozených domů a hradíme i stravu pro dobrovolníky, kteří pomáhají s odklizením škod.

Co je v obcích aktuálně nejvíce potřeba?

Vzhledem k objemu škod chybí obcím i jejich obyvatelům pomůcky pro odstraňování naplavenin a bláta – například lopaty, smetáky, kolečka, hrábě nebo stěrky. Potřeba jsou také úklidové a dezinfekční prostředky, kontejnery na odpady a stroje na odstraňování naplavenin.

Na postu hejtmana jste až dosud absolvoval vždy jen cvičení Integrovaného záchranného systému. Jaká je v porovnání s tím realita opravdových záplav?

Naprostá beznaděj – to bylo první, co mě napadlo, když jsem dorazil do povodní zasažených obcí. Následný vír událostí, během nichž se na mě obraceli starostové, členové krizového štábu a ti, kteří chtěli pomoci, mi nedal šanci, abych se do všeho vpravil postupně. Musel jsem se rychle zaměřit na konkrétní úkony, které pomohou lidem řešit jejich zoufalou situaci. Mají můj obdiv za to, jak vše zvládají. Stejně tak si vážím práce hasičů a všech dobrovolníků.



MUDr. Ladislav Jabůrek, Ph.D.

Gynekolog a porodník, někdejší primář gynekologického oddělení prostějovské nemocnice, v současné době „pracující senior“.

Specializujete se na léčbu inkontinence. Co byste seniorům doporučil pro prevenci tohoto nepříjemného onemocnění?

Zcela určitě doporučuji prevenci prochlazení, dále nezadržovat dlouho močení a při známkách urgentního močení (dráždivý močový měchýř) navštívit gynekologa nebo urologa.

Ve které fázi už by se měl senior obrátit na lékaře?

Na specialistu by se měl senior jednoznačně obrátit v situaci, kdy mu inkontinence brání ve společenském styku.

Působil jste profesně i v zahraničí. Je podle vašich poznatků české zdravotnictví „zdravé“?

Zatím je naše zdravotnictví docela zdravé, a to i ve srovnání s vyspělými zeměmi. Trvají však personální problémy, například některé zdravotní sestry odcházejí ze zdravotnictví a mladí lékaři do ciziny.

MUDr. Jiří Kubiš

Deset let působil jako praktický lékař a celých 25 jako rehabilitační lékař ve Vojenské nemocnici Olomouc. Za nejlepší ocenění považuje pozitivní pocit z kvalitní práce. Je ženatý a má tři dcery.



Vaší specializací je rehabilitace nemocných. Jsou seniori ukáznění pacienti?

Seniory musím pochválit, jsou velmi ukáznění pacienti. Velká většina je vděčna za kvalitní vyšetření, neuspěchanou a srozumitelnou komunikaci. Rozepsanou medikaci a léčbu užívají poctivě a váží si jí. Dodržují pravidelnost v pohybové terapii. Otázka dietních opatření stran případné nadváhy jako častého problému je už malinko problematictější, to se ale týká celého spektra věkové populace.

Můžete srovnávat zdravotní stav dnešních seniorů se stavem předchozí generace? Jsou ti dnešní zdravější, nebo je to naopak?

Celkový zdravotní stav dnešních seniorů v porovnání s generací předchozí je dle mého mínění zřetelně lepší. A to stran stravovacích návyků, životních podmínek i sportovních aktivit.

Dle mého názoru hraje vliv i možnost pracovních aktivit do vyššího věku, což s sebou přináší kontakt s veřejností, mladou generací.

Co byste vzkázal pacientům, kteří nemají motivaci, rehabilitaci nechtějí podstupovat a pomalu vzdávají boj?

Vzkázal bych, aby tak nečinili, nevzdávali se, aby na sobě dál pracovali, využívali možností sportovišť, fitness center, ale i kultury a vzdělávání. Většina seniorů však možností rehabilitace využívá ráda, včetně lázeňské balneoterapie wellness a podobně.



Výrazné osobnosti naleznete na kandidátce Patriotů Olomouckého kraje pro volby do krajského zastupitelstva

DĚTI MALUJÍ SENIORŮM K SVÁTKU

V souvislosti s hrozbou onemocnění covid-19 byl na seniory vytvářen obrovský psychický tlak. Je načase v této nelehké době přinést rozptýlení a znovu nalézání pozitivního obrazu života.

Koronavirová pandemie však také odhalila, jak je potřebná vzájemná ohleduplnost mezi námi a zároveň důležitá soudržnost a mezigenerační spolupráce. Právě proto spatřujeme nyní vhodnou příležitost, jak seniorům udělat radost a poděkovat. Hlavním cílem naší kampaně je tedy

propojení dvou generací - seniorů a dětí. Druhotným cílem, ne však méně důležitým, je propojení předškolních a školských zařízení a služeb péče o seniory a navázání spolupráce mezi nimi.

Ať už jste jakákoliv generace a budete mít zájem se do naší iniciativy zapojit, prosím kontaktujte nás do 14. 8. 2020.

Ing. Václav Zatloukal, MPSV,
vaclav.zatloukal@mpsv.cz



ZAPOJTE SE DO CELOREPUBLIKOVÉ INICIATIVY PROJEKTU IMPLEMENTACE POLITIKY STÁRNUTÍ NA KRAJSKOU ÚROVEŇ, ČÍSLO CZ.03.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207, JEHOŽ AKTIVITY JSOU REALIZOVÁNY POD HLAVIČKOU MINISTERSTVA PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

DĚTI MALUJÍ SENIORŮM K SVÁTKU

... A VYKOUZLETE ÚSMĚV NA TVÁŘI DŘÍVE NAROZENÝM, KTEŘÍ ŽIJÍ VE VAŠEM OKOLÍ.

KORONAVIROVÁ PANDEMIE ODHALILA, JAK POTŘEBNÁ JE VZÁJEMNÁ OHLEDUPLNOST MEZI NÁMI, ALE ZÁROVEŇ JAK DŮLEŽITÁ JE NAŠE SOUDRŽNOST! POJĎME VŠEM BABIČKÁM A DĚDEČKŮM SPOLEČNĚ UDĚLAT RADOST A UKÁZAT, ŽE NA NĚ MYSLÍME STÁLE. VHODNOU PŘÍLEŽITOSTÍ, JAK JIM TO PŘIPOMENOUT A TAKÉ JIM PODĚKOVAT, JE MEZINÁRODNÍ DEN SENIORŮ.

JAK NA TO?

1. VYTVOŘTE PŘÁNÍČKA PRO BABIČKY A DĚDEČKY K MEZINÁRODNÍMU DNI SENIORŮ PŘIPADAJÍCÍMU NA 1. ŘÍJNA.
2. KONTAKTUJTE KRAJSKÉHO KOORDINÁTORA PROJEKTU „IMPLEMENTACE POLITIKY STÁRNUTÍ NA KRAJSKOU ÚROVEŇ“, KTERÝ RÁD POMŮŽE S JEJICH PŘEDÁNÍM.
3. PŘÁNÍČKA PAK PROSTŘEDNICTVÍM SOCIÁLNÍCH SLUŽEB KOORDINÁTOR PŘEDÁ NEJEN DO POBYTOVÝCH ZAŘÍZENÍ, ALE I DO DOMÁCNOSTÍ OSAMĚLÝM SENIORŮM.

<https://www.facebook.com/seniorivkrajich>



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

 #krajeseniorum

SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři, ač se to nezdá, máme za sebou první polovinu tohoto zvláštního roku a v rukou prázdninové dvojčíslo vašeho oblíbeného magazínu. Sotva se nám podařilo (snad) dostat pod kontrolu koronavirovou epidemii, začaly řádit další přírodní živly – agresivní bouřky s přívalovými dešti a sucho. Je až s podivem, co všechno na nás příroda zkouší, kolik toho vydržíme.

Přesto se život pomalu, ale jistě, začíná vracet do normálu. I když opatrnost, zvláště v případě nás, seniorů, je na místě, neboť některá omezení a opatření budou jistě ještě chvíli trvat.

Dnešní řádky tohoto pravidelného sloupku KRS bych chtěla věnovat slibovaným organizačním změnám plánovaných aktivit KRS, na které se všichni moc těšíme. Předsednictvo KRS zasedalo 9. června, poprvé od vyhlášení stavu nouze. Nutno říci, že shledání bylo radostné a srdečné. Neskrývaná radost z toho, že jsme všichni přežili ve zdraví, zaplavila zasedačku. Program zasedání byl velmi obsáhlý. Zhodnotili jsme aktivitu a zapojení KRS do boje proti koronaviru, schválili jsme nové žádosti o členství, ale hlavně na pořadu jednání byly všechny organizační změny plánovaných akcí a projektů, které jsme nemohli z důvodu vyšší moci uspořádat. Díky vstřícnosti a podpoře krajského vedení se nám podařilo zajistit finanční prostředky.

Páté krajské sportovní hry seniorů pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje se budou konat 6. srpna 2020 na stadionu TJ Lokomotiva v Olomouci, slavnostní zahájení je v 9:00 hod. Soutěže se mohou účastnit senioři od 60+, v pětičlenném smíšeném družstvu musí být minimálně dvě ženy. Soutěžní disciplíny: kroužky, tenisová zručnost, bolloball, štafetový běh, hokej, šipky, srážení plechovek, košíková, petangue, hod tenisovým míčkem na cíl. Vyplněnou přihlášku odešlete nejpozději do 20. července 2020 na email: z.marcinkova@seznam.cz nebo do schránky KRS na krajském úřadě. Přihlášky zasláné po termínu nebudou akceptovány z důvodů zajištění medailí, cen a občerstvení. Startovné ve výši 400 Kč za družstvo je nutné uhradit do 20. 7. 2020 na účet KRS u FIO banky, č. účtu: 2900931192/2010, do zprávy pro příjemce uveďte název klubu /obce a variabilní symbol 19052020. Řídící organizačního štábu V. sportovních her seniorů KRS byla zvolena místopředsedkyně KRS paní Bc. Zdenka Marcinková, která vám zašle na vyžádání propozice (tel.: 731 087 190). Milí senioři, srdečně vás všechny zveme, přijďte si zdravě zasoutěžit nebo podpořit své favority a navázat nová přátelství. Pravidelná tělesná aktivita ovlivňuje významnou mírou naše psychické a duševní zdraví, přispívá ke zkvalitnění naší fyzické zdatnosti a setkávání se napomáhá získávání sociálních kontaktů, které nás udržují v aktivitě a zamezují osamocení. Pozvání přijali i kolegové ze Slovenska.

O změně termínu Krajské táborové školy pro seniory jsem vás již informovala v minulém čísle, přesto znovu



potvrzují termín II. turnusu v Domašově nad Bystřicí a to od 7.–12. září. Přihlášky a veškeré informace získáte u paní Vlasty Ondruškové – hospodářky KRS (e-mail: ondruskova.vlasta@seznam.cz). Čeká vás fantastický týden v přírodě, plný her, zábavy a dobrodružství. Novinkou letošního roku bude obří stan, takže veškeré aktivity, odpočinek, soutěže, sport, kreativní dílničky, karneval, cvičení, jóga, relax, ninja den, včetně všech hudebních vystoupení a Šlágr koncertu bude v živé přírodě. Táborníci se mají skutečně na co těšit. K dnešnímu dni máme přihlášeno 120 seniorů. Všichni přihlášení, kteří pojedou do tábora v Domašově nad Bystřicí autobusy, dostanou týden před akcí pokyny ke svozům. Nezapomeňte si přibalit karnevalovou masku. I. turnus v Čekyni u Přerová proběhne od 31. 8.–5. 9. 2020, zde se každý přihlášený dopraví sám.

Další pozvánka se týká I. reprezentačního plesu KRS ve spolupráci s TV Šlágr, na který už máte mnozí z vás zakoupené vstupenky, z toho důvodu jsme nezměnili název akce, ač víme, že pořádat ples v září nebývá obvyklé. Ples uspořádáme 25. září v Prostějově ve Společenském domě, začátek je ve 14:00, program zůstává beze změny. Zájemci o slosovatelné vstupenky volejte na tel.: 774 345 670. Předpokládaný konec je cca 18:00, tak, abyste stihli spoje domů. U této příležitosti si dovoluji znovu požádat o případné sponzorské dary do slosovatelné tomboly, které můžete přinést každé úterý od 9:00 do kanceláře KRS ve Štursově ulici nebo zavolat na tel.: 774 345 670. Předem děkujeme za vaši vstřícnost.

15. září oslavíme společně Den seniorů na výstavišti Flora již tradiční soutěží seniorské krásy „Babička roku“.

Na pátý ročník, který se tradičně uskuteční pod záštitou hejtmána, se pilně připravujeme. Děkujeme za vaše přihlášky, které už k nám dorazily a připomínám, že uzávěrka nominací je do soutěže je 25. 8. 2020. Vybrané finalistky budou písemně vyzooměné. Dvanáct finalistek bude soutěžit o titul zlatá, stříbrná a bronzová Babička roku. Vítězka pak bude reprezentovat náš kraj v celorepublikovém finále 18. listopadu opět na Floře. Hlavním mediálním partnerem soutěže „Babička roku 2020“ je TV Šlágr. Nominovat můžete i do kategorie „Nejstarší babička“, kde vítězku určuje věk. Zde se nesoutěží, každá babička přináší svůj životní příběh. Akce je bez vstupného, slavíme Den seniorů, občerstvení je samozřejmostí. Na všechny se moc těšíme.

Závěrem bych vás chtěla ještě informovat o provozu bezplatné právní poradny KRS. Úřední hodiny najdete v minulém čísle Moravského seniora. Kancelář bude

v provozu v červenci, srpen je dovolená – tedy zavřeno a otevřeno bude opět od 1. září. Musím říci, že k našemu překvapení je o poradnu z řad seniorů velký zájem. Od příštího roku bychom chtěli zajistit ještě jednoho právníka a přidat jeden pracovní den. Držte nám pěsti, snad se to povede.

Milí senioři, vážení čtenáři, závěrem bych vám chtěla jménem Krajské rady seniorů Olomouckého kraje, ale i osobně, popřát krásné prázdninové dny, plné sluníčka a pohody, ať už je strávíte sami, anebo se svými vnoučaty. Krásný odpočinek a nabrání nových sil přejeme také redakci vašeho oblíbeného magazínu Moravského seniora, na který se vždy s prvními dny nového měsíce těšíte a který si získal již dávno vaši značku kvality.

Milena Hesová
Předsedkyně KRS
Poradkyně hejtmána

V UNIČOVĚ ROSTE ZÁKLADNA PRO ZÁCHRANÁŘE

V Uničově začala výstavba nové výjezdové základny Zdravotnické záchranné služby Olomouckého kraje. Projekt je jednou z největších investičních akcí tohoto roku. Budova vyrůstá mezi vlakovým nádražím a stanicí hasičského záchranného sboru. „Olomoucký kraj, který je investorem stavby, měl k tomuto účelu potřebné prostředky už loni. Bohužel, externí projektant nedodržel smluvní termín dokončení projektové dokumentace. Tím se zdrželo stavební řízení a celá akce musela být z tohoto důvodu k naší lítosti o rok odložena,“ uvedl náměstek hejtmána pro oblast zdravotnictví Dalibor Horák.

Náklady na stavbu se vyšplhají na více než 18,2 miliónu korun. Na další necelý milión přijde vybavení budovy novým nábytkem. Základna by měla být dokončena v polovině července příštího roku.

„Pro obyvatele města a okolí je významný také druhotný efekt této investiční akce. Záchranáři v současné době využívají pronajaté prostory na poliklinice. Po jejich uvolnění zde může vzniknout nová lékařská ordinace,“ doplnil náměstek Horák. Výstavba nové výjezdové základny

v Uničově je součástí širší krajské koncepce, která má uvést činnost zdravotnických záchranářů na úroveň standardů 21. století. Nové základny by v následujících letech měly vyrůst také ve Šternberku, Jeseníku, Zábřehu, Prostějově a dalších místech Olomouckého kraje.



Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých České republiky, zapsaný spolek, Oblastní odbočka Olomouc a Knihovna města Olomouce pořádají

VÝSTAVU OBRAZŮ

slabozraká malířka

ZLATA ZUMROVÁ

2. 7. až 31. 8. 2020

Knihovna města Olomouce, pobočka Brněnská
Neformální setkání s autorkou **9. 7. od 14 hodin**

Otevírací doba:
Pondělí 10:00 - 12:00 13:00 - 18:00
Úterý 10:00 - 11:00 12:00 - 17:00
Středa zavřeno
Čtvrtek 10:00 - 12:00 13:00 - 18:00
Pátek 10:00 - 11:00 12:00 - 16:00

Výstava je součástí 26. ročníku festivalu Dny umění nevidomých na Moravě

V. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje zve seniorské sportovce a širokou veřejnost na

SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ OLOMOUCKÉHO KRAJE

Stadion TJ Lokomotiva Olomouc

6. 8. 2020

Slavnostní zahájení her v **9:00** hod



Přihlášky smíšených pětičlenných družstev (senioři 60+ a v družstvu musí být nejméně dvě ženy) zasílejte na adresu: z.marcinkova@seznam.cz do **20. 7. 2020**

Akce se koná pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje Ladislava Okleštky

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

Šlágr

I. REPREZENTAČNÍ PLES

 Krajské rady seniorů Olomouckého kraje ve spolupráci s TV Šlágr

25. září 2020

Kde: Společenský dům v Prostějově, Komenského 6
V kolik: Začátek od 14:00
Cena: 200,-Kč

Připravena je bohatá tombola, občerstvení a kulturní program plný překvapení

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

Předprodej vstupenek a veškeré informace na e-mailu: milenahesova@seznam.cz

Z důvodu koronaviru dochází ke změně termínu konání.
Prodané vstupenky jsou však platné.
pokud budete chtít vstupenky vrátit, volejte na číslo 774 345 670



PŘIHLÁŠKA K REGISTRACI NA V. KRAJSKÉ SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ 2020

čtvrtek 6. srpna 2020 (9:00–15:00 hod.), Stadion TJ Lokomotiva Olomouc

Název klubu / obce:

Poř. č.	Funkce	Jméno, příjmení	Rok narození	Poznámka
1	kapitán			
2	člen			
3	člen			
4	člen			
5	člen			

Kapitán družstva – podpis:

Řídící organizačního štábu byla zvolena Bc. Zdena Marcinková, – místopředsdkyně KRS Olomouckého kraje, na ni se můžete obracet s dotazy, tel.: 731 087 190. **Vyplněnou přihlášku odeslat nejpozději do 20. července 2020** na email: z.marcinkova@seznam.cz. Přihlášky zaslané po termínu nebudou akceptovány. Startovné ve výši 400 Kč za družstvo uhradit do 20. 7. 2020 na účet KRS u FIO banky – č. ú.: 2900931192/2010. Do zprávy pro příjemce platby uveďte název klubu / obce a variabilní symbol: 19052020. Úhrada startovného na místě soutěže není možná. Prezenční soutěžních družstev dne 6. srpna 2020 bude probíhat od 8:00 hod. v prostoru u vchodu na stadion.



Krajská TÁBOROVÁ ŠKOLA v přírodě PRO SENIORY 2020

IV. ročník

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

ubytování: chatky
strava: plná penze, pitný režim, svačiny
cena: 3 500 Kč

celodenní výlet autobusem
sportovní olympiáda a soutěže
kreativní dílničky
posezení u táboráku a karnevalový rej
cvičení v přírodě
večery s živou hudbou
setkání s výjimečným hostem

Kontakt pro zájemce: milenahesova@seznam.cz



TÁBOROVÁ ŠKOLA SE KONÁ POD ZÁŠTITOU LADISLAVA OKLEŠŤKA HEJTMANA OLOMOUCKÉHO KRAJE

POZDR Z DŮVODU KORONAVIRU ZMĚNA TERMÍNU

KRAJSKÁ TÁBOROVÁ ŠKOLA V PŘÍRODĚ
PRO SENIORY 2020 IV. ROČNÍK

7.-12. 9. 2020

Rekreační středisko Sigmy Lutín
v Domašově nad Bystřicí

CENY
budova 3 500 Kč
chatky, srub 3 100 Kč

Táborovou školu v přírodě Vám připraví:

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

Táborovou školu v přírodě Vám připraví:
Krajská rada seniorů Olomouckého kraje
Senior Pass



TÁBOROVÁ ŠKOLA V PŘÍRODĚ PRO SENIORY 2020 IV. ROČNÍK
Akce se koná pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje

PŘIHLÁŠKA
Babička Olomouckého kraje 2020

Olomoucký kraj

Jméno: _____

Příjmení: _____

Datum narození: _____

Počet dětí: _____ Počet vnoučat: _____

Bydliště: _____

Původní profese: _____

Osobní zájmy: _____

Telefon: _____

E-mail: _____

Potvrzuji podpisem, že zde uvedené údaje jsou pravdivé.
V _____

dne _____ Podpis: _____

Poskytnuté údaje budou použity výhradně pro potřeby realizace projektu BABIČKA ROKU 2019 v souladu se zákonem č. 101/2000Sb. o ochraně osobních údajů.

Babička roku
Olomoucký kraj

Akce se koná pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje.

Senior Pass

FANTASY TRAVEL **WELLNESS HOTEL MAS**

Mediální partner je Šlágr TV

Šlágr TV



POŘADATEL: **R S C R** Krajská rada seniorů Olomouckého kraje

info@babickaroku.cz
www.BabickaRoku.cz

Babička roku



**ZÚČASTNĚTE SE
TALENTOVÉ SOUTĚŽE BABIČEK
VE VĚKU OD 60 LET**

Výstaviště Flora 15. 9. 2020
Akce se koná pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje

JAKÉ JSOU NAŠE VZORY? NEJVÍC

Už jako děti vnímáme vzory ve svém okolí. Tatínek, to je hrdina, maminka je nejhodnější na celém světě. S věkem se naše nároky na „hrdiny“ často mění, vnímáme jiné kvality. Při přípravě tématu „naše životní vzory“ jsme čekali záplavu zvučných jmen známých osobností a bylo pro nás milým překvapením, že největší vzory má většina z vás ve vlastní rodině.

Ludmila Michalcová



Jak může hrozný zážitek z dětství ovlivnit hodnoty a pohled na svět, nám pověděla Ludmila Michalcová. „Své vzory jsem měla vždycky v rodině. To, jak je důležitá, jsem nejvíc poznala, když jsem měla 4 roky. S maminkou jsme vystupovaly z autobusu, ten náhle cuknul a maminka spadla pod něj. Viděla jsem, jak ji přejel on a ještě vozík, který táhnul. Bylo to u vojenské nemocnice. Lidé, co se seběhli, tam maminku ve vážném stavu odnesli a já zůstala sedět, celá potlučená, na chodníku sama. Až paní, která mě viděla z okna, mi přišla na pomoc. Našla mou tetu, která se o mě postarala, abych nemusela do dětského domova. Teta byla sama s dětmi a neměla to vůbec snadné. Možná i díky tomuto zážitku a několika letem bez rodičů jsem se stala dětskou zdravotní sestrou a mým krédem je obětovat se pro druhé.“

Ani Zdenka Nerušilová neměla start do života úplně snadný, ale ve vzorech má jasno. „Můj životní vzor jsou pro mě moji rodiče. Když jsem měla rok, tak si mě vzali z dětského domova, i když měli doma už tři děti a doktor je upozorňoval na to, že nebudu nikdy chodit a pravděpodobně ani mluvit. Měli mě v pěstounské péči a já jsem nikdy nepocítila, že nejsem vlastní, že jsem navíc. Vděčím jim za hodně. A teď nedávno jsem si našla další vzor ve světici Josefíně

Bakhitě. Při přípravě na můj křest jsem si nastudovala její příběh. I když byla jako dítě unesena do otroctví a zažila neuvěřitelná muka, dokázala odpustit a to obdivuji.“

To, jak důležité jsou vztahy v rodině a jak velký vliv na nás mají rodiče a prarodiče, potvrzuje i Danuše Perůtková, která nám vyprávěla, jak se její rodina dokázala vždy přes všechny problémy přenést. „Mými životními vzory pro mě byli moji rodiče a prarodiče. Stařenka a stařeček nás naučili rodinné soudržnosti a ta v naší rodině trvá dodnes. Měli deset dětí, neměli to vůbec lehké, a přesto měli vždycky všichni dobré vztahy. Rodina se navštěvuje, umíme si pomáhat. Jsem ráda, že mi toto předali a snažila jsem se to předat dál. Že to není samozřejmost jsem zjistila, až když jsem se vdala. V manželově rodině to takto vůbec nefungovalo.“

Dívky mají většinou za vzor maminky, babičky, nebo starší sestry, ale existují i výjimky. Jednou z nich je Olga Grégrová. „Mým vzorem pro mě byl můj otec. Naše povahy si byly blízké, rozuměla jsem si s ním víc, než s maminkou. Byl rázný, sportovní, vedl mě k práci. Ale hlavně byl optimista, měl takový sportovní přístup k životu a to jsem po něm podědila. Myslím, že každý by měl mít v dětství nějaký vzor, někoho, komu se chce přiblížit. Uspadňuje to možnost, jak najít v životě tu správnou cestu, co a jak dělat.“

Ale i bez jasného vzoru to jde. Usměvavá a energická Hana Štěpánová si raději našla životní idol. „Nikdy jsem

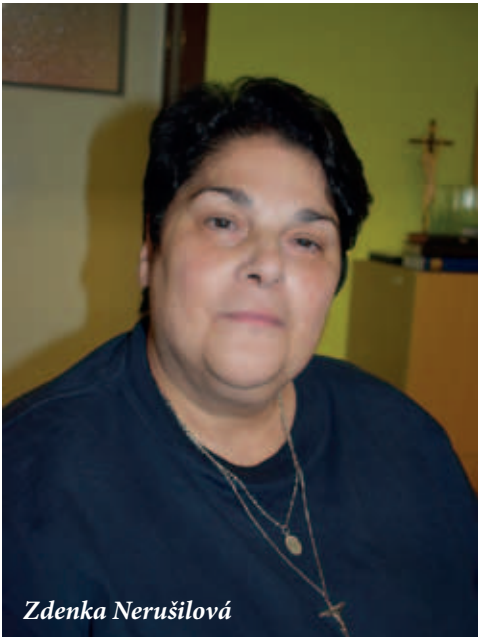


Olga Grégrová



Danuše Perůtková

JE VIDÍME VE VLASTNÍ RODINĚ



Zdenka Nerušilová

neměla žádný výrazný vzor, zato jsem si celkem brzy našla celoživotní idol. A to je Pepíček Zíma. Až do osmi let jsem vyrůstala s maminkou sama. A pak tu byl najednou nový tatínek a tři malí sourozenci, o které jsem se často musela starat. Pohádky a písničky s Josefem Zí-mou mi úplně učarovaly, možná to byl trochu únik od někdy nelehké reality. A můj obdiv k tomuto pánovi mi vydržel dodnes.“ Odlehčila naše povídání Hana Štěpánová. Životní vzory hrají ve většině našich životů důležitou roli. Třeba právě vy teď ovlivňujete na celý život své děti, či vnoučata. Na vás budou jednou vzpomínat v podobném rozhovoru. Buďte jim dobrým příkladem. Předávejme jim z nás to nejlepší, ať jsou ty vzpomínky krásné.

Lucie Lepařová



Hana Štěpánová

Hanácký národopisný soubor Olešnica Doloplazy pořádá pod záštitou senátora MUDr. Lumíra Kantora, Ph.D. a za finanční podpory Olomouckého kraje a obce Doloplazy tradiční národopisnou slavnost

Jízda králů

4.–5. července 2020 Doloplazy u Olomouce

Sobota 4. července "Hodová zábava"

20.00 Taneční zábava

K tanci a poslechu kraje skupina **LiFBand**
Bohaté občerstvení

Neděle 5. července "Jízda králů"

11.00 Slavnostní křojovaná mše

12.30 Ukázka dobové techniky a řemesel

12.30 Hanácký trojboj, soutěže o vstupenky a jiné ceny

13.30 Roztančená náves

14.00 Průvod královny družiny

15.15 Folklorní odpoledne u kulturního domu

K tanci a poslechu kraje dechová kapela **Věrovanĝa**

Účinkující soubory:

- cimbálová muzika a tanečníci **Solán**
- folklorní soubor **Jitřenĝa**
- soubor písní a tanců **Suzanie**
- folklorní soubor **Kunovjan**

17.00 Koncert **Hradišĝan & Jiří Pavlica**

Vstupné 100 Kč, děti do 15-ti let zdarma, více na www.jizdakralu.olesnica.cz

Bohaté občerstvení, hanácké koláče, tvarůžkové dobroty



Za podpory:



Mediální partneři:



Sponzoři:



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



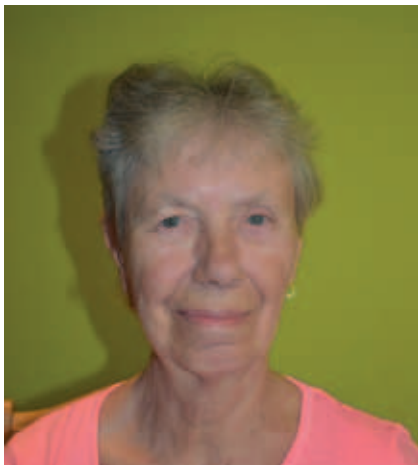
Josef Koutný, 72 let
Věřovany – Nenakonice

- Největší radost jsem měl, když fotbalisté Dubu postoupili do 1.B třídy.
- Nic bych zatím neměnil, jsem spokojen.



Věra Uhlířová, 65 let
Věřovany – Nenakonice

- Když se mi narodily dcery a později vnučky. To pro mě byla největší radost.
- Jsem spokojená se svým životem. Neměnila bych.



Jarka Sikorová, 70 let
Olomouc

- Největší radost mám, že jsem si i přes zákaz doktorů vybojovala dceru. Nedoporučovali mi těhotenství, ale zvládla jsem to a díky tomu mám teď radost i ze 3 vnuček a dvou pravnoučků.
- V 11 letech jsem měla nádor na mozku, dávali mi maximálně rok života. I když se přidala epilepsie a rakovina se později vrátila, jsem tu doteď. A jsem ráda, jak to je. Nic bych neměnila.



Stanislava Šupplerová, 73 let
Olomouc

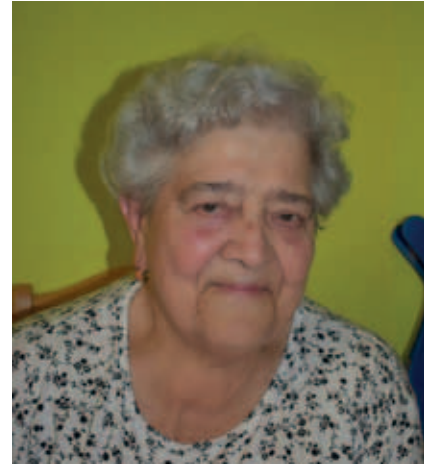
- Největší radost mi v životě dělala rodina. Rodiče a později manžel a děti. Velikou radost mi také dělalo loutkové divadlo Kašpárkova říše, kde jsem hrála od svých 19, celkem 50 let.
- Nevím, co bych změnila. Nechci se tu zaobírat politikou, takže asi nic.

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



Josef Topič, 82 let
Olomouc

- I když jsem byl nejmladší ze 4 dětí a tatínek mi zemřel v mých 17 letech, všechno jsem zvládl. Při práci jsem vystudoval večerní školu, ve 40 udělal řidičák a jezdím doteď. A z toho mám radost.
- Nic bych neměnil, i když to bylo někdy těžké.



Věra Kojzarová, 82 let
Záříčín

- Největší radost mám z dětí, 4 vnoučat a 3 pravnoučat. A velikou radost mám také celoživotně ze zahrádky.
- Neměnila bych nic. Měla jsem hodné rodiče, kteří celý život pomáhali druhým. To jsem si od nich vzala a jsem se svým životem spokojená.



Svatopluk Walla, 65 let
Moravský Beroun

- Život byl krásný celý. Největší radost mi ale udělaly děti a teď vnoučata.
- Už nikdy bych nešel pracovat jako řidič kamionu. Je to fyzicky i psychicky velmi náročná práce.



Anna Lukešová, 91 let, Střeň

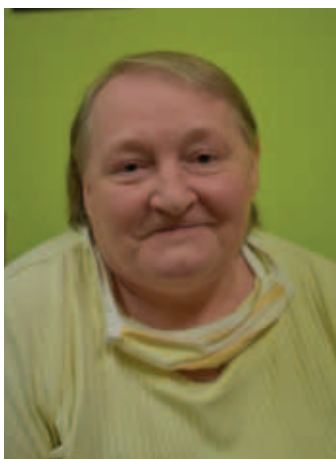
- Největší radost mám z dětí, vnoučat, pravnoučat a z celé mé rodiny, když je vidím a jsou zdraví. Celý život jsem roznášela poštu. Čtyřikrát denně na kole 5 km sem a tam. Ať pršelo nebo bylo hezky, nosila jsem lidem noviny, dopisy s dobrými i špatnými zprávami. Bylo mi příjemné, když jsem jim doručným psaním udělala radost.
- Na svém životě bych nic neměnila, asi to tak všechno mělo být.

MORAVSKÝ SENIOR NA NÁVŠTĚVĚ U VÁS

Naše nová rubrika je vlastně poděkováním. Při přípravě našeho i vašeho časopisu se mnohé z vás snažíme aktivně zapojit. Vyjedeme do domova, do seniorského spolku, prostě mezi seniory. Popovídat si, vyslechnout, někdy trošku vyzpovídat. Setkání jsou to milá a často si uděláme i fotku na památku. Tak nás napadlo, že by byla veliká škoda se o zážitky nepodělit s ostatními.

Letošní jaro návštěvám moc nepřálo, ale situace se v červnu zlepšila, tak jsme toho okamžitě využili.

První „pokoronová“ návštěva se odehrála v chráněném bydlení na Zikově ulici v Olomouci. Povíдали jsme si hlavně na téma životní vzory a některé zúčastněné jsme vyzpovídali do naší ankety. Mnohé životní příběhy byly až neuvěřitelné, téměř náměty na knihu. Přátelské prostředí a dobrá atmosféra tady byla cítit na každém kroku. Za všechny činnost zdejšího personálu shrnula



Marie Hýblová



Stanislava Šupplerová se sestrou Tatánou Podlasovou

Marie Hýblová. „Moc prosím poděkujte paní ředitelce Boháčkové, která vždy přijde s úsměvem. A taky paní Slepice, co vede zpěv. Paní Došlíkové a všem ostatním, co se o nás tak dobře starají. Po celou karanténu tady byla dobrá nálada a i díky nim jsme to v pohodě zvládli.“ Tak děkujeme! Chcete, aby i vás navštívil Moravský senior? Ozvěte se na mail redakce@moravskysenior.cz, rádi k vám přijedeme. (lul)



Chráněné bydlení v Zikově ulici v Olomouci

SENIORKLUB LITOVEL INFORMUJE

Naše plány narušila pandemie. Covid-19 se objevil i v Litovli. Dne 16. března 2020 vyhlásila Bezpečnostní rada města Litovel karanténu. Byly zrušeny kulturní a společenské akce. Omezení zasáhlo i do činnosti Seniorklubu. Poslední akcí byl pro 60 seniorů pobyt v Sezimově Ústí. Wellness pobyt pořádala Krajská rada seniorů Olomouckého kraje od 7. do 13. 3. 2020. Zájezd organizovala naše místopředsedkyně p. Jaroslava Köhlerová. Pohodlné ubytování v hotelu MAS, výběr stravování, různé služby, procedury, kulturní večery s tancem a řada zájezdů. Postaral se o nás pan Michal Navrátil, který nás provázel a vše se svým kolektivem perfektně zajistil.

Navštívili jsme historický Tábor, který slaví 600. výročí založení, baziliku v Klokotech, Čapí hnízdo s ekocentrem, gotický zámek Hluboká, zámek Jemniště a Jindřichův Hradec.

Obdivovali jsme malebné Holašovice se selským barokem a nádherné rybníky.

V televizi jsme sledovali zprávy o koronaviru v cizině. Až doma nás čekaly smutné zprávy o uzavření města, zákazy, roušky a přísná opatření. Už jsme zažili ničivé povodně, tornádo a nyní ještě koronavirus Covid-19.

Členové Krajské rady seniorů pod vedením předsedkyně Mileny Hesové šli a rozvázeli roušky a pomáhali potřebným. Pro Domov důchodců Červenka a pro seniory v Litovli velké množství roušek ušila paní Jana Absolonová. Patří jim dík, panu hejtmanovi, redakci Moravského seniora i vedení města Litovel. 25. 5. 2020 byla naše činnost obnovena za dodržování bezpečnostních

a hygienických opatření. Máme klubovnu v budově DPS a proto nebudeme zatím připravovat besedy. Plánujeme výšlapy, cyklovýlety a během prázdnin využijeme akcí Litovelského kulturního léta, které pořádá Městský klub a Turistické informační centrum v Litovli.

Setkáme se na akcích, které pořádá Krajská rada seniorů Olomouckého kraje. Seniorům přeji zdraví, pohodu v rodině a dobré nápady pro seniorskou činnost.

Milada Faltusová, kronikářka Seniorklubu Litovel



DĚTI POTĚŠILY SENIORY FOTOVKAZY

Kveteme v květnu je název tvořivé dílničky, kterou si rodiče s dětmi připravili maminky z Rodinného centra Sluníčko v Přerově, z.s. Vyráběly pestrobarevné květinčky z organzy, se kterými děti nadělaly spoustu parády. Nakonec se vyfotily spolu se vzkazem pro babičky a dědečky z Domova pro seniory v Přerově. Sluníčkové děti je i s rodiči totiž chodí pravidelně navštěvovat. Kvůli epidemii koronaviru to teď ale nebylo několik měsíců možné. „Těšíme se na vás, až si společně zazpíváme,“ zněl proto jeden ze vzkazů. Celou akci finančně podpořil Olomoucký kraj. **Mgr. Dana Kroutilová, RC Sluníčko**





Rozvedený 65letý muž 174cm, 65kg, nekuřák s vyřešenou minulostí a vlastním RD, hledá ženu 60–65 let, štíhlou, nekuřačku k vážnému seznámení z OL, PR, PV a okolí. Najdeme se? Prosím, napište nebo volejte na 702 319 524. Děkuji.

Najde se příjemný společník z Olomouce nebo blízkého okolí se smyslem pro humor, který by si vážil partnerky – nekuřák tak do 68 let – s autem? Společně trávené chvíle – kultura, příroda, cestování – autovýlety. Pohodová žena z OL 63 /171. Tel. 704 083 629.

66 letá žena z Olomouce hledá kamarádku. Jsem sama. Najde se nějaká? Samota je zlá. Rodina nemá zájem. 725 892 823.

U každého člověka přijde den, kdy pochopí, že není podstatné být perfektní, ale být šťastný. Mám stejné důvody a přání jako pisatel z čísla 11/2019. Jsem 73 letý 168/90 z Olomouce, nekuřák, soběstačný s vyřešenou minulostí a také mám rád všechno hezké, co k životu patří a přináší radost, poznání a také poučení. Nehledám bohatství, bydlení ani služku. Rád bych poznal kamarádku, snad i přítelkyni. Nezadanou ženu s vyřešenou minulostí,

nekuřačku do 70 let z Olomouce, z blízkého okolí pro hezký vztah (ne flirt). Odpověď prosím pište SMS na telefon 731 227 895.

Rozvedený 68 letý cyklista 165 cm výšky. Nekuřák – nepiják – pohodář hledá kamarádku – přítelkyni kolem 65 let na společné toulky po zemi české na kole. Když to vydrží naše zadnice, můžeme i za hranice. Tel.: 776 301 739.

Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

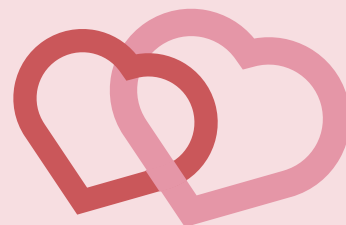
Inzerát zašlete poštou na adresu:
Moravský senior, z.s., Tábortů 237/1
Bělidla, 779 00 Olomouc
nebo e-mailem: redakce@moravskysenior.cz
do předmětu uvést „Seznamka“

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

**Seznámili jste se přes naši seznamku?
Pochlubte se svým příběhem!**

Napište nám na e-mail redakce@moravskysenior.cz a dejte příklad ostatním.

Moravský senior vám pomůže ke štěstí.



Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky pošlete do 17. 8. 2020 na adresu Moravský senior, z. s., Táboritů 237/1, Olomouc, 779 00, nebo e-mailem na adresu office@moravskysenior.cz. Nezapomeňte uvést celou svoji adresu a telefonní číslo, abychom vás o výhře mohli informovat. Vyluštění tajenky můžete posílat i jako SMS na tel.: 725 190 555.

Omlouváme se všem luštitelům za chybu v červnovém čísle, kde jsme zveřejnili stejnou křížovku jako v čísle květnovém. Náhradou tentokrát zveřejňujeme hned tři křížovky.


POMŮCKA: ABE, ABÚ, ASTOR, OTS, PTA, SAMOA	ODNÁŠENÍ	1. DÍL TAJENKY	ZKRATKA VLAKŮ EUROCITY	TITULNÍ ZKR.		JMÉNO FENKY	ČÁST ROSTLINY	TAHLE	ESTONSKÝ OPERNÍ PĚVEC	HLÁŠENÍ		SOUHLAS	SPOJENÍ BŘEHŮ	TI DRUZÍ	POČÍTOVAT STESK
OPOTŘEBIT JÍZDOU											JMÉNO KOMEN- SKÉHO				
											NÁKRESY				
PŘEDPONA PRO DESETINU															
NÁRODNÍ DIVADLO ZKR.			UKAZOVACÍ ZÁJMENO					NEVYCHO- VANÝ							
			ANGLICKÝ ŠLECHTIC					PTÁK BĚŽEC							
OLEJ ANGL.				OSL. MUŽE					OTEC ZASTAR.			VÝZVA K ZAHÁJENÍ SOUBOJE			
				ŠVÝCARSKÉ HLAVNÍ MĚSTO					BRITSKÉ LISTY ZKR.			ODSUNUTÍ			
POVRCHNÍ OBDIVOVA- TELÉ						ZÁRODEK							INICIÁLY ZPĚVAČKY KERNDLOVÉ		
													ZAKULACENĚ		
	DRAVÝ PTÁK														
	JMÉNO HERCE GIBSONA					PŘEDMĚT UCTIVÁNÍ							UROZENÁ PANÍ		
VĚDEC															
EKONO- MICKÉ ODDĚLENÍ ZKR.			CHEM. ZN. NIKLU												
			VLASTNÍ BYT											2. DÍL TAJENKY	OBYTEL ETIOPIE
LIDOVÉ BYTOVÉ DRUŽSTVO ZKR.				ZÁBAVNÝ POŘAD HOVOR.		STŘEDO- VĚKÝ KOČOVNÍK									
	ČÁST GRILU														
	SKON														
POLYNĚSKÉ OSTROVY															
TRÍT						DOBŘE HOVOR.	ÚPAL			CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO 20. 8.	INICIÁLY SKLADA- TELE STRAUSSE	HOŘKÝ ALK. NÁPOJ			
												ZOOLOGICKÁ ZAHRADA			
HROB				ARABSKÉ OSL. OTCE				ZA CHVILKU HOVOR.						PRIMÁT KNIŽNĚ	
				POKRYTÝ TUKEM										ČES. FOLK. ZPĚVAK	
ZDE				PLOUTVO- NOŽEC				VYSOKÁ KARTA				NÁRODNÍ BASKETBAL. ASOCIACE			
				OPRACOVA- VAT DŘEVO				OHROŽENÍ V ŠACHU				PŘEDLOŽKA			
	KÓD LETIŠTĚ PORT ALSWORTH				ČERNOCH HANLIVÉ					KONCERTNÍ BUDOVA					
	VÝZVA				ONI					SPOJENÍ					
VĚZENÍ ZASTAR.						JMÉNO JAN NĚMECKÝ						ODDĚLENÍ ZKR.			ŘÍMSKÝCH 199
						HLAV. PRAC. POMĚR ZKR.						JAPONSKÝ PROZAIK			
SANKCE							PŘÍRODNÍ SLANÁ VODA					PŘEDMĚT			
							KUŇ KNIŽNĚ					MPZ NOVÉHO ZÉLANDU			
UHLOVODÍK SE DVĚMA UHLÍKY					DETAILNĚJI										
NALÉVANÝ						ZKUŠEBNÍ JEZDEC PŘED ZÁVODEM									

moravský
senior
Magazín pro poutavé čtení a volný čas...

Řešení z minulého čísla: Nemoc je nakažlivá, kéž by byla i láska. **Výherci z minulého čísla:** Stanislava Laboňová, Olomouc; Vladimír Wnuk, Lipník nad Bečvou; Pavel Navrátil, Prostějov

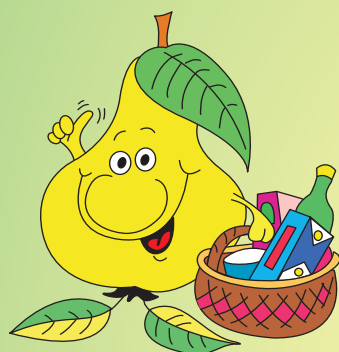
POMŮCKA: ABV, EA, RED, THOR	OSMI-TISÍCOVÁ HORA	1. DÍL TAJENKY	ŘÍMSKÝCH 501	ZNAMENÍ ZVĚRO-KRUHU		KYSELÁ POCHUTINA	DVOJHLAVÝ SVAL	INICIÁLY HERCE HANKSE	ZVOLÁNÍ TOREADORA	CHUTNÁJÍCÍ KYSELE STR. ROD		STRANA ZKR.	MLUVČÍ NEPRAVDY	2. DÍL TAJENKY	DRUH PAPOUŠKA
BÝVALÝ TITUL ZUBAŘE					OBTĚKÁNÍ						VÝMĚŠEK OKA				
ZNAČKA NÁKLADNÍCH AUT					STAVEBNÍ DÍLY HLTATI						STARONĚM. BŮH BOJ. UMĚNÍ ???-CHI				
PORÁŽKA V BOXU ZKR.			DRÁTĚNÉ OBYDLÍ DOPR. PRO-STŘEDEK					ZÁBAVNÉ PÁSMO V KABARETU PŘEDLOŽKA							
AUSTRALSKÁ TV STANICE				SVAZEK KLESTÍ ROZPOČET ZASTAR.				SUMERSKÝ BŮH VOD OBYV. IRSKA SLOVEN.			ŘID. PRŮ-KAZ ZKR. ŠLECHTIC FR. ANT. ???				SHLUK LIDÍ
KAMARÁD BOLKA						TUZE							OBCHODNÍ DŮM ZKR. VZNEŠENÁ MYŠLENKA		
NEBOJSA						OSIŘELÉ							HOŘKÉ ALKOHOL. NÁPOJE		
	LISTNATÝ STROM BEZ PŘERUŠENÍ												ŠAT		
MPZ NOVÉHO ZÉLANDU			ČÍNSKÝ LIT. SOUDCE ZN. ZUBNÍ PASTY										ČERVENÝ ANGLICKÝ		DEZIN-FEKČNÍ PRO-STŘEDEK
UMĚLKYNĚ YOKO ???				STROMO-ŘADÍ	NÁJEMNÉ AUTO								DOSNA		
VYNADAT HOVOR.													DOSTIHOVÝ PES	ČÁST VOZU AUTONOMNÍ OBLAST ZKR.	
PRYSKYŘICE													VENKOVSKÁ MLÁDEŽ		
DRUH PŘENOSU ZPRÁV						SPORTOVNÍ DISCIPLÍNA	STŘEDO-VĚKÝ NÁJEZDNIK			STOPY	ALKOHO-LICKÝ NÁPOJ		PRAŽSKÝ ŽELEZÁŘ SIBÍŘSKÝ VELETOK		
INICIÁLY SPISOVA-TELE NEFFA			VRBA OKRES ČR					STRAVA PRO DOBYTEK					PEDAGOG. INSTITUT ZKR. DNEŠNÍ DEN		
PRUH				KREV SLOVEN. FOTOGRA-FOVAT				ČÁST HOUSLÍ RADIOAK-TIVNÍ PLYN					TRS TRÁVY INICIÁLY PROZAÍKA LUSTIGA		
	MOŘSKÁ RYBA	INIC. HERCE FIALY TVOR PJIJÍCÍ KREV			ŽEN. ČÁST MUSL. DOMU RADIÁN ZKR.								SOUHLAS MÍST. ORG. ZKR.		PRCHAVÁ KAPALINA
VESELÍ						HUDEBNÍ ŽÁNŘ ČESTNĚ HOVOR.					ROZEMLETÉ PŘEDNÍ STRANA				
NÁPIS NA NÁHROBNÍ DESCE							KANON PŘITAKÁNÍ						KRÁTKÝ TV SNÍMEK SOBOTA ZKR.		
3. DÍL TAJENKY														FORADA ZASTAR.	
BUNKR						CESTOVNÍ VAK								ŽLUTO-HNĚDÉ BARVIVO SLOVEN.	

moravský
senior
Magazín pro poutavé čtení a volný čas...

POMŮCKA: AJKA, EPITEL, KTA, OTS	TÁTA	1. DÍL TAJENKY	INICIÁLY HERECKÝ KONVALINKOVÉ	ČISTICÍ PRO-STŘEDEK		LÉČKY	VRSTVA BUNĚK	DOBYTČATA	SLONÍ ZUBY	OBCHODNÍ AKADEMIE ZKR.	ODCHYLKA STŘELY	TABÁK ZDROB.		ANATOMICKÝ ODDÍL	NÁPOJE Z MLÉKA					
PRŮZORY VE STĚNĚ					SNADNOST								TLAK KRVĚ ZKR.							
OHLEDU-PLNOST					CHEMIČKA V NERATO-VICÍCH								CHEM. ZN. RADIA							
					RODÁK								2. DÍL TAJENKY							
EKONO-MICKÁ ŠKOLA ZKR.			PORADY							MRAK										
			NOTOVÝ ZÁPIS							ZVENKU										
STARÝ ZE-MĚDELSKÝ NÁSTROJ				CIZÍ ŽEN. JMÉNO					VKLAD DO PECE											
				DEZINFEKČ. PŘÍPRAVKY					MPZ EGYPTA											
	KOVBOJSKÉ POTŘEBY																			
	ČÁST STŘECHY					RÁJ							VOJENSKÝ ÚTVAR							
HRANA						DŘEVĚNÉ TYČE							INICIÁLY ATLETA ZÁTOPKA	MALÝ OPEŘENEK	KLOUBY PAŽÍ					
ZAŘÍZENÍ NA UKOTVENÍ LODI																				
CITOSLOVCE BOLESTI			STARÉ ČESKÉ ZÁJMENO															SPZ KLATOV		
			I TAKHLE															CYKLOTRIAL HOVOR.		
PŘEDLOŽKA				ČÁSTICE HMOTY	PODNIKY PRO HRÁČE													ČÁST KROUVU		
	ÚTOK																	ZAHRA-DNICKÉ POTŘEBY		
	DOUPĚ																			
RAŠELI-NIŠTĚ																				
ROVNÍ ROSTLINA						MINISTER-STVO OBRANY ZKR.	PŘED-STAVENÝ KLÁŠTERA			ŽENSKÉ JMÉNO 29. 8.	PRINCIP ČÍNSKÉ FILOZOFIE		MAĎARSKÉ MĚSTO							
													MPZ CHOR-VATSKA							
INICIÁLY HERCE SOBOTY			VEDLE						HLE					SLOVENSKÝ HEREC JÚLIUS ???	POKOJOVÁ KVĚTINA					
			KLONY																	
NÁSTRAHA PYTLÁKA				UZLÍK V TKANINĚ					INFEKČNÍ ZÁRODEK				DRUH HNOJIVA							
				PÍŠMENKA B					LITOVAT				KUŇ KNIŽNĚ							
UMĚNÍ PROJEVENÉ TÓNY						KONEC MODLITBY							ELIPSA							
						OTÁZKA 1. PÁDU							ANO RUSKY							
	ESTONSKÝ OPERNÍ PĚVEC	ZESÍLENÝ ZÁPOR			KLÁVESNA NA POČÍTAČI								ODÍRÁNÍ							
		ČÍSLOVKA ZÁKLADNÍ			POLÉVKOVÝ KNEDLÍČEK								SMRTELNÁ CHOROBA							
ČESKÝ ZÁMEK								ČES. ZPĚV. JOSEF ???						LÉČ. TĚLES. VÝCHOVA						
								INIC. HER. STAŠOVÉ						INIC. HER. MORAVCE						
3. DÍL TAJENKY						SUCHÁ TRÁVA							ŘÍMSKÝCH 2002							
SMAŽENÝ PLÁTEK MASA						POPULÁRNÍ FILMOVÁ HVĚZDA							JMÉNO BOXERA TYSONA							

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

