

moravský senior[®]

zdarma!
❤️

Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 07/2021

Vlasta Niesnerová: I po tragédiích optimistkou



Co dělat
v červenci?



Téma: Senioři, jak
podporujete mladé?



Hygiena dětí
v létě

FGP TISKÁRNA

FGP®
STUDIO

S NÁMI MÁ TISK BUDOUCNOST

FGP studio

Táboritů 237/1, Olomouc 779 00

✈️ objednavky@fgp.cz ☎️ +420 585 119 110

www.fgp.cz



OBSAH

ROZHOVOR: VLASTA NIESNEROVÁ

strany 4–7



TÉMA: SENIOŘI A POMOC MLADÝM

strany 8–9



ZDRAVOTNÍ RÁDCE

strana 28

ANKETA

strana 33

KŘÍŽOVKA

strana 35

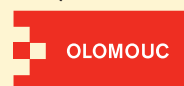


Milí seniorští čtenáři, všímáte si, jak se o vás společnost stále více a více zajímá? Jak jste čím dál více obletovanou komunitou, stále více na vás myslí politikové? Víte, čím to je? Na podzim budou volby, takže je zájem o vaše hlasy, to jste jistě rozpoznali a nenecháte se nacytat na vařenou špagetu a věřte těm, kdo si vás všímají dlouhodobě. Ale zároveň, a to myslím úplně vážně, jste zajímavou skupinou pro marketingové záměry obchodníků, protože se přestalo říkat, že senioři nemají peníze. Naopak. Začínáte si více užívat, umíte si plnit sny, nezahálíte - a to je moc dobře. Kredit seniorů roste a nás to těší, skromně se hlásíme k tomu, že jsme pro to v našem časopisu snad i něco pomohli vykonat.

Krásné léto přeje

Miloslav Kyjevský,
vydavatel a šéfredaktor
Moravského seniora

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 každý měsíc / Tisk: Miloslav Kyjevský – FGP studio, Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc / Šéfredaktor: Miloslav Kyjevský,

e-mail: redakce@moravskysenior.cz / Koordinátorka, distribuce, inzerce: Eva Nádvořníková, e-mail: office@moravskysenior.cz, tel.: 725 190 555

Korektury: Blanka Peřinová, e-mail: blanka.perinova@fgp.cz / Distribuci zajišťuje: Česká pošta, s.p., tel.: 800 104 410.

Náklad tohoto čísla je 26 000 ks. Datum vydání: 28. 6. 2021. Redakční uzávěrka příštího čísla: 15. 7. 2021. ZDARMA

VLASTA NIESNEROVÁ: ANI PO TRAGÉDIÍCH JSEM NEMOHLA ŠÍŘIT SMUTNOU NÁLADU

Paní Vlastu Niesnerovou, rozenou Suchomelovou a během prvního manželství Procházkovou možná poznávají mnozí z vás – celý život totiž dělala učitelku v mateřské školce v několika vesnicích na Olomoucku. Nepatří k žádným slavným nebo významným osobnostem, ale její energie, optimismus, který vyzařuje a dobrá nálada, kterou si udržuje, jsou inspirující. Přestože měla velmi těžký život, dokázala se s nepřízní osudu vyrovnat a byla tak moc laskavá, že mě přijala ve svém bytěčku v Domě pokojného stáří ve Velké Bystřici a o svůj životní příběh se se mnou podělila.

Paní Niesnerová, jste rodačka z Velké Bystřice? Jaký máte k tomuto městu vztah?

Nejsem rodačka, ale prožila jsem tu kus života. Mám Bystřici ráda, ale stejně tak Velký Újezd, kde jsem žila s druhým manželem. Narodila jsem se 28. srpna 1928 v Zábřehu-Ráječku. Tam jsme také s bratry vyrůstali, v nově postaveném domku, který vybudoval náš tatínek. Měla jsem tři bratry, já jsem byla poslední. Tatínek vždycky říkal: „to je náš věškrabek“. Tatínek ale bohužel ručil svému bratrovi, ten neměl peníze na splácení půjčky, tak jsme přišli o střechu nad hlavou. A nastalo neveselé období nekonečného stěhování. Nejdřív do Skaličky,

potom do Rudolfova, to jsou všechno vesničky na okraji Zábřehu. Potom úplně pryč.

Navštívila jste ještě někdy Váš rodný domeček?

Před pár lety mě tam vzala moje dobrá známá na výlet. Hned jsem náš domeček poznala, i když prošel nějakými opravami. Mám radost, že tam stále stojí. Udělalo mi to velké potěšení, že jsem viděla místa, kde jsem prožívala dětství.

Jaké bylo Vaše dětství, soužití s bratry?

No to víte, tři starší chlapci. Oni si chtěli hrát sami pro sebe a mě moc nebrali. To, co oni chtěli hrát, to já jsem



Malinká Vlasta Suchomelová



V mládí

nezvládala, třeba kopanou. Ale dělali to šikovně, když mě měli na starost. To bylo vždycky: „Pojď, Vlastičko, budeme si hrát na schovku. My tě někam schováme a musíš sedět úplně potichu, aby tě nikdo nenašel.“ A já jsem seděla a seděla a kluci hráli kopanou. Maminka vyšla ven, protože bylo podezřelé ticho a už volala: „Kluci, kde ste ju zas dali?“ Ale někdy drželi partu i se mnou. Třeba když se nám v domě zatopil sklep vodou. Rodiče byli nešťastní, ale my děti jsme byly nadšené. Jezdili jsme všichni ve sklepech v neckách. To byly zážitky.

Jak jste zvládali to neustálé stěhování?

Nejdřív jsme se stěhovali po okolí, kde bylo zrovna místo. My děti jsme to zvládali dobře, ale pro maminku to muselo být hrozně těžké. Nejsmutnější stěhování jsem zažila v roce 1938, kdy jsme museli toto území okupované Němci opustit a nebylo to vůbec snadné. Zábřeh, to byly Sudety. Stěhovali jsme se k mamincině sestře do Nedvězí. Tatínek jel napřed, získal místo na poště v Olomouci. A já vidím jak dnes, jak jsme se stěhovali my děti s maminkou. Přijelo pro nás velké nákladní auto. Tam se naložily věci, co se vešly, ostatní jsme tam museli nechat a navrch ještě my. Když jsme po hrozné cestě dojeli na celnici k Mohelnici, čekalo nás nemilé překvapení. Němci nás nechtěli pustit, protože mamince prý chybělo z jejich úřadu v Zábřehu jedno razítko na povolení. Byla vše vyřídit, ale úředník jí jednu stránku zapomněl orazit. Maminka celníky prosila, plakala, ale nebylo jí to nic platné. Vrátili nás na tom nákladáku zpátky. Projet se povedlo až na druhý pokus.

Vaše rodina se potom usadila v Nedvězí?

To bylo opět jen dočasné. Moje kmotřenka, ta mamincina sestra, měla za manžela tatínkova bratra. Naše rodiny byly tedy opravdu propletené. K nim jsme se nastěhovali. Ale měli jen maličký domeček a k tomu dvě děti. Jejich rodina tedy bydlela v kuchyni a naše ve světnici. Nic jiného tam nebylo. Z obce jsme potom dostali k dispozici maličký byteček naproti školy. Zanedlouho jsme se ale zase stěhovali. Tatínek dostal místo na poště ve Velké Bystřici. Tam jsme bydleli nejdřív u Rulišků, naproti radnice. Pan Rulišek měl velkou místnost, kde šil a prodával obleky. Protože už byl starý, tak obchod zrušil a místo něho tam vzal nás. My jsme byli vlastně takoví utečenci. V Bystřici jsem začala chodit do třetí třídy, tam už jsme zůstali ale ne na jednom místě. Bydleli jsme ještě u Čepeláků v Hliníku a naposledy v domě profesora Koblížka u římského kostela. Odtud jsem se v 19 letech vdala.

Jak na to náročné dětství vzpomínáte?

Jako dítě to ani tak nevnímáte. Nevzpomínám si, že bych nějak strádala. Ale některé vazby se přerušily, to ano. Moc ráda jsem s maminkou chodila k jednomu starším lidem, ke Šťastným, na besedu, občas k večeru. To mě mrzelo, že už tam nechodíme. Ale že by mi chyběli třeba kamarádky, to ne. Pamatuji si, když jsem šla poprvé tady v Bystřici do školy. Ředitel mě poslal nahoru do patra, zaklepala jsem a přišel mi otevřít pan učitel Kutra. On i děti mě tady přijali dobře. Z celého dětství mi asi nejvíc

utkvěl v paměti ten přechod hranic a maminka prosící německého vojáka, aby nás pustil dál.

Vzpomínáte někdy na své rodiče a prarodiče?

Na rodiče vzpomínám často a jen v dobrém. Maminka to byla dobračka, hrozně hodná ženská. A tatínek to byl taky klidáš, byl v Bystřici listonoš, každý ho znal a se všemi vycházel. Prarodiče si bohužel nepamatuji. V letech mého dětství se opravdu umíralo mnohem dřív než teď. Pamatuji si jen jednu babičku, ta se dožila 64 let, a to se říkalo, jakého se dožila pěkného věku. Byla to maminka mé maminky a říkali jsme jí „Bábo“, bydlela v Hoštejně. V tomto věku se dnes chodí sotva do důchodu, dřív byli lidi rádi, když se takového věku dožili. Vzpomínám ale i na tetu mého druhého manžela Anežku, která nám nechala svůj dům a o kterou jsem se starala.

S manželem už jste se usadili nastálo?

Žili jsme s manželem Jaroslavem Procházkou v domku s jeho rodiči, v Bystřici u železniční zastávky. Tam jsme také vychovávali naše tři syny. Dospělosti všech tří se ale manžel bohužel nedožil. Byl voják z povolání a na jednom cvičení v Přáslavicích, v roce 1966, byl smrtelně zraněn. Po třech dnech zemřel, měl 46 let.

Jak jste to zvládala, sama se třemi kluky?

Bylo to těžké období, ale zvládnout jsem to musela. Nejstarší syn Jarek zrovna dokončoval vysokou školu, prostřední Jiří dokončoval střední školu a nejmladší Vlasta



S prvním manželem Jaroslavem

končil na základní škole. Všichni nakonec vystudovali vysokou školu, byli to hodní kluci. Byla jsem s nimi sama 7 let, pak jsem se znovu vdala. Mým druhým mužem byl Karel Niesner z Daskabátu. Byl to moc hodný člověk a byl mi po zbytek života velkou oporou. A že jsem ji ještě potřebovala...

Takže poklidné roky ani pak nepřišly?

To vůbec ne. Naši rodinu potkalo ještě několik velikých tragédií. V roce 1981 tragicky zemřel můj syn Vlasta, měl teprve 24 let. Byl už ženatý a tatínek jeho ženy Aničky vezl autem celou Vlastovu rodinu, tedy Vlastu, jeho těhotnou ženu Aničku a jejich tříletou dceru Věrušku. Bohužel měli nehodu, narazili do stojícího auta a Vlasta a Věruška byli na místě mrtví. Anička zemřela na následky nehody pár týdnů poté. Život naší rodiny byl na několik let ochromen, bylo těžké se s tím vyrovnat. V roce 1988 ale přišla další rána. Nečekaně zemřel můj nejstarší syn Jarek, měl 38 let. Selhalo mu srdce. Měl už dvě dcery, Pavlínku a Jarušku. Zůstal mi tedy už jen syn Jiří s manželkou Maruškou, synem Jiřím a dcerkou Leničkou. Bohužel ale ještě nebyl tragédiím konec. V roce 1998 odešla Lenička z jejich domku naposledy. S partou

sobě rovných jeli na korbě nákladáku na výlet, do kopce polní cestou kolem řeky. Byli mladí, veselí, údajně nákladák trochu rozhoupali a ten se převrhl. Jediný, kdo tragédii nepřežil, byla právě naše milovaná Lenička. Byl to opět obrovský smutek...

Jak jste se dokázala s tak těžkým osudem vyrovnat? Tolik trápení na jednoho člověka...

Celá naše rodina se dlouhé roky postupně vyrovnávala s tímto osudem. Mně osobně nejvíc pomohl vztah s mým druhým manželem Karlem. Byl mi opravdu velkou oporou, měli jsme spolu moc pěkné manželství. Žili jsme v domku ve Velkém Újezdě a poslední roky v Domově pokojného stáří ve Velké Bystřici. Manžel zemřel v roce 2017 ve věku 95 let, často na něj vzpomínám. Ale nezůstala jsem sama, navštěvuje mě syn Jiří a jeho rodina, mé vnučky z Ostravy a jejich rodiny, ale také dcera mého druhého muže Karla a její rodina. Máme dobré vztahy.

Jak jste se seznámila s vaším druhým manželem? Se třemi dětmi to asi nebylo snadné.

Seznámila nás moje dobrá kamarádka Kamilka. Pracovala s ním v zaměstnání a dobře ho znala. Byl také

S kamarádkou Kamilkou



S druhým manželem Karlem u domečku ve Velkém Újezdě



vdovec a měl dceru. Když mi o tom říkala, nechtěla jsem nejdřív ani slyšet. Měla jsem tři syny a ti byli na prvním místě, nechtěla jsem je ohrozit, aby si připadali odstrčení. Ale nakonec jsem jí byla vděčná. Karel byl moc hodný člověk a s mými chlapci měl pěkný vztah a i naše děti si rozuměli.

Jak vzpomínáte na své zaměstnání?

To vzpomínám moc ráda. Asi mě i ovlivnila moje docházka do mateřské školy. Chodila jsem sama kus po hlavní cestě do Rudolfova do mateřské školy, od pěti let. Dodnes si pamatuji naší školnici, paní Rotrovou, ve fialkové zástěře. Pamatuji si i paní učitelku. Když jsme později ve škole měli napsat, čím bychom chtěli být, tak jsem napsala ošetřovatelkou malých dětí. Nevěděla jsem, že je to mateřská škola, ale věděla jsem, co chci dělat. A to se mi i splnilo. Vystudovala jsem pedagogickou školu v Přerově a ve školce jsem byla celý život. Nejdřív v Bystřici, pak na Svatém Kopečku, šestnáct let v Mariánském Údolí a pak ještě šest let na Daskabátě. Bavilo mě to a občas se ještě setkám s některými svými žáčky. Když jsem nastoupila sem do domova, seznamovala jsem se s personálem, a když mi jedna sestřička řekla příjmení, tak jsem podotkla, že jsem měla ve školce jednoho Zdeněčka, co se tak jmenoval. A co myslíte? Je to její manžel.

Změnily se děti, během těch let, co jste strávila ve školce?

Je pravda, že dříve byly klidnější, když jsem začínala. Ale děti nejsou špatné, jen jsou ty dnešní takové otrkanější. Ale když se jim člověk věnoval a zabavil je, tak to bylo vždycky dobré.

Splnila jste si ještě nějaký sen?

No, jedno přání se mi splnilo v mých 90 letech. Moje známá Hanka, která zrovna přiletěla z Ameriky od své dcery, mi o té cestě vyprávěla a já jsem si posteskla, že letět letadlem, to si vůbec nedovedu představit, i když jsem si to vždycky přála. A Hanka je taková akční, tak mi zařídila vyhlídkový let. To jsem byla opravdu překvapená, do poslední chvíle jsem netušila, kam jedeme, ale zážitek to byl obrovský. Mám někde i fotografii s pilotem, jak mě drží kolem ramen. Hanička mě i vzala na výlet do Luhačovic, nebo k mému rodnému domku. Přihlásila mě i na Babičku roku. Není to žádná moje příbuzná, jen jsme se dřív potkávali v Újezdě, a když jsme šli s manželem do domova, tak nás začala navštěvovat.

Co Vám v současnosti dělá největší radost?

Největší radost mám, že ten zbytek rodiny žije slušně a spořádaně, že se jim daří a také z toho, že za mnou chodí.

Jak vnímáte dnešní dobu, srovnáváte s tím, jak se žilo dřív?

Dřív se žilo úplně jinak, ta doba mého mládí byla taková klidnější, vlídnější. Dneska jsou všichni takoví rozvrněnější a myslím, že už jsme tak na hraně. Že už by se měla společnost nad tím zamyslet, srovnat si hodnoty a uvědomit si, že dál už se zajít nemůže.

Vlasta s Hankou Štěpánovou



Jak jste zvládla koronakrizi?

Zvládala jsem to dobře a od začátku jsem to brala tak, že to dělají dobře. Kdyby se nakazil jeden člověk tady v domově, tak kdo ví, jak by to tady dopadlo. V každé době se něco stalo, co nikdo nečekal a nikomu se to nehodilo, tak se to prostě musí překonat.

Máte na závěr nějakou radu, pro ty, kteří třeba právě prožívají odchod někoho blízkého?

No musíte si uvědomit, že i když budete naříkat a plakat a třeba bouchat hlavou do zdi, nic se nezmění! Ten člověk už stejně odešel a nepomůže nic, už to tak je. To, že budeme naříkat, nám ho nevrátí. Hodně i pomáhá zaměstnat se. Já jsem třeba ráda háčkovala. Zaměstnala jsem si ruce i hlavu. Možná jsem neměla úplně lehký život, ale říkám si: Mělo to tak být, nic se na tom nezmění, ani když budu smutná. Nikdy jsem kolem sebe nechtěla šířit negativní a smutnou náladu. Vždycky jsem si říkala, že když někde přijdu a budu šířit ten smutek, tak těm lidem zamořím to místo tou špatnou energií a stejně se nic nezmění. Přes všechno, co se stalo, jsem ráda veselá a ráda se zasměji. A hlavně jsem přesvědčená o tom, že když je na tom člověk špatně psychicky, tak i tělo strádá. A to není dobře.

Paní Vlasta Niesnerová by chtěla touto cestou poděkovat personálu Domu pokojného stáří, kde je velmi spokojená.

A já děkuji Hance Štěpánové, za seznámení s touto mimořádnou ženou a za vše, co pro ni udělala. A paní Vlastě přeji za celou redakci Moravského seniora všechno nejlepší k 93. narozeninám, které před pár dny oslavila.

Lucie Lepařová



JAK PODPORUJETE SVÉ DĚTI A VNOUČATA?

Když děti konečně odrostou a vylétí z hnízda, mohlo by se zdát, že máme zasloužené volno. Dnešní senioři ale moc dobře vědí, že to tak úplně není pravda. Naprostá většina rodičů chce svým dospělým dětem pomoci v začátcích, trochu přilepšit, nebo prostě jen být k dispozici pro případ potřeby. Dříve se běžně pomáhalo se stavbou domu, dnes se pomoc přesunula hlavně na péči o vnoučata. Zvláště v poslední době, při zavřených školách, si nejeden senior musel nechtěně zopakovat násobilku, nebo vyjmenovaná slova. Ale vlastně proč ne? Mít intenzivní vztah s vnoučaty, užít si je, ale vědět, že si je rodiče zase brzy vezmou domů, to je přece nejvíc. Jak jste pomáhali, nebo pomáháte svým dospělým dětem? To byla tentokrát naše otázka, se kterou jsme se obraceli na vás.

Podpora je víc než peníze

Energická seniorka Eva Bínová z Olomouce nám povypovídala, jak se s manželem snažili být hlavně tolerantní a podporovat. „Máme jen jednu dceru a ta byla vždycky samostatná, a jak se říká, do světa. Nikdy naši pomoc nějak nepotřebovala. Z naší strany to bylo vždy spíš o podpoře a pochopení než třeba o penězích. Když přišla týden po maturitě s tím, že odjíždí do Anglie, byl to šok. Ale s manželem jsme si řekli, že jí to vlastně přejeme, že může to, co my jsme nemohli. Bylo to těžké, ale popřáli jsme jí šťastnou cestu a doufali, že se vrátí. A nakonec se vrátila, sice až po deseti letech, ale dočkali jsme se. Až teď po letech, když už má vlastní děti, tak přiznala, že nechápe, jak jsme ji mohli jen tak pustit. Poslední rok jsme jí pomáhali hlavně tak, že u nás někdy byla vnoučata, když byla zavřená škola a dcera musela na dlouhou směnu,“ zhodnotila ještě nedávnou minulost paní Eva.

Balet, hokej, nebo klavír?

Jak jste nám potvrdili v několika dalších případech vy, naši čtenáři, které jsme oslovili, hlídání vnoučat a mnohdy i pravnoučat je od dnešních babiček a dědečků opravdu ta nejžádanější pomoc. Například doprovod dětí na kroužky a koníčky. Střední generace dnes ve většině případů vydělává opravdu dost peněz, nepotřebuje od seniorů dotovat, ale potřebuje čas, který nemá. Dnešní maminky jsou zaměstnány na plný úvazek, nejsou na tom jako maminky dnešních sedmdesátníků, které pracovaly jen částečně, nebo často jen při sezonních pracích. V dnešní době je naprosto běžné, že ze školky, nebo družiny, děti vyzvedávají prarodiče. Jedním z „vozíků dědečků“ je i Karel Kolman. Pravidelně trpělivě čeká před zimním stadionem v Přerově a vyhlíží svého malého hokejistu. Pan Kolman kvůli vnukově hokeji dokonce opustil zajímavou brigádu. „Vnuk začal chodit na zimák ještě ve školce. Dvakrát týdně odpoledne se chodil učit bruslit mezi ostatní malé děti. Je celkem šikovný, tak ho to rychle chytlo. Ale s nástupem do školy už se začalo trénovat pořádně a víc hokejově. Tréninky jsou v různé časy, v poledne, nebo i ráno a jeho rodiče neměli možnost ho na zimák téměř každý den vozit. Bydlíme nedaleko

Přerova na vesnici a stejně tak dcera s rodinou. Když jsem viděl, jak je vnuk do hokeje zapálený, rozhodl jsem se, že ho musím podpořit. Pomohl jsem teda asi víc vnukovi než dceři. Sice jsem do té doby chodil na slušnou brigádu, ale ani ne tak proto, že bych nutně potřeboval peníze, ale hlavně abych byl využitý a nějak se zabavil. Vnuk je teď ve třetí třídě, takže už spolu nějakou dobu jezdíme a musím říct, že máme velmi dobrý vztah. Když se mu něco na ledě povede, hned sleduje, jestli jsem to viděl. Jsem jeho hlavní fanoušek,“ dodal zvesela pan Karel. I on ale pocítil koronakrizi, jen zase trochu jinak. „No teď poslední sezónu to bylo špatné, a hlavně pro ty děti. Když jsou zvyklé chodit do školy a na trénink, pořád být v kolektivu a najednou nic. I mně už to naše společné ježdění a zážitky na zimáku chyběly. Bohužel zatím se nám vrátilo jen to ježdění, ale jít se dívat na trénink, to se nesmí. Snad se brzy dočkáme.“

Pomoc v „koroně“

Významně dokázali pomoci v této nelehké době i manželé z Olomouce. „Všem třem našim dětem jsme se s manželem snažili trochu do začátku pomoci. Ne, že by dostali nějaké hromady peněz, nebo byty, ale aspoň něco trochu. A pak, když už měli rodiny, tak jsme občas vyzvedli některé vnouče ze školky, nebo si je vzali na víkend, ať mají rodiče trochu klidu. Prostě tak normálně. Teď v koruně jsme pomohli finančně jedné naší vnučce. Ona i její manžel pracovali v restauraci a na podzim, jak se všechno zavřelo, tak zůstali oba bez práce. Nikdy by nám o peníze neřekla, ale bylo nám jasné, že jim asi není moc do zpěvu. Máme něco našetřeno, tak to pro nás nebyl velký problém. Vnučce, a hlavně jejímu muži to bylo nepříjemné, ale nakonec peníze přijali a my jsme rádi, že jim to pomohlo. Nechci ale zveřejňovat ani naše jména, aby se nikdo necítil špatně.“

Milí senioři, dovolte mi, abych vám za nás všechny „mladé“ poděkovala za všechno, co jste pro nás udělali a stále děláte. A konkrétně mi dovolte poděkovat mé babičce Božence, která ve svých 84 letech, poslední dobou často hlídá naši čtyřletou Viktorku a báječně si to obě užívají. Děkujeme.

Lucie Lepařová

DRUHÁ PŮLKA MOSTU PŘIJEDE DO OLOMOUCE. DO ZÁŘÍ DOKONČÍ NÁBŘEŽNÍ ZEĎ

Stavba nábrežní zdi nad náplavkou na pravém břehu řeky pokračuje, kompletně hotova bude do září. V Masarykově třídě mezitím roste montážní výsuvná dráha pro kompletaci a vysouvání ocelové konstrukce druhé poloviny mostu Rejnok. Na levém břehu Moravy chybí umístit poslední čtyři z více než tisícovky pilotů.

Takový je aktuální stav prací na protipovodňových opatřeních v centru Olomouce, s nímž se vedení města seznámilo při kontrolním dni na staveništi.

Skoro všechny stavební práce se v těchto týdnech odehrávají mezi mosty v ulici Komenského a na Masarykově třídě. Na levém nábreží probíhá mikropilotáž k podchycení stávající stěny. Sem budou po dokončení osazeny staré pískovcové bloky z původní nábrežní zdi. „Na pravé straně postupně pokračuje obkládání nábrežní zdi žulovými kameny. Po dokončení zdi může město navázat úpravou navazující komunikace v Blahoslavově ulici,“ doplnil primátor Mirek Žbánek. Tempo těchto prací je částečně určováno i tím, jak rychle jsou kamenolomy z Jesenicka schopny kámen dodávat. Samotná náplavka pod nábrežní zdí bude dokončena až později, její dokončení závisí na postupu stavby mostu Rejnok.

Brzy by měly do Olomouce dorazit první části konstrukce druhé poloviny mostu Rejnok. Ty budou na již připravené montážní dráze zkompletovány a potom

v celku vysunuty nad řeku a usazeny na připravené pilíře. Hotová je už betonáž opěr pro druhou polovinu nového mostu. „K vysouvání smontované poloviny mostu nad řeku by mělo dojít letos na podzim, podle stavby by to mělo být na přelomu září a října,“ upřesnil náměstek primátora Martin Major. Pokud bude příznivé počasí, chce stavební firma stihnout během podzimu ještě povrchové úpravy mostu a osazení tramvajových kolejnic.

Stavba teď současně demontuje poslední části starého mostu a jeho pilíře. Po úplné demontáži posledních relikvů starého mostu bude vyztužena štětovicová jímka, koncem tohoto týdne bude zahájeno bourání a následně dorazí vrtná souprava, která osadí k nově založenému mostnímu pilíři čtyři opěrné piloty. Jak uvedl stavbyvedoucí Jakub Vlk, budou to úplně poslední piloty z více než tisícovky kusů, které byly kvůli zpevnění posunutého nábreží osazeny na obou stranách řeky Moravy.

Technicky náročná II. B etapa ochrany Olomouce před povodněmi zahrnuje rozsáhlé úpravy koryta řeky Moravy v délce 1,9 kilometru od ústí střední Moravy k mostu v ulici Komenského. Stavba za 730 milionů korun navazuje na již dokončené etapy I. a II. A. Jejím cílem je zvýšit kapacitu řeky v centrální části města na úroveň 650 kubíků za sekundu, která odpovídá 380leté povodni.



• OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

Nejen mne by zajímala informace k jízdám zdarma pro dospělou osobu doprovázející dítě do 3 let v MHD, která má platit od následujícího měsíce, tedy od července 2021. Jak to bude v reálu vypadat pro seniory, kteří ještě nedosáhli věku, kdy mají jízdné zdarma a budou mít o prázdninách na návštěvě či se budou starat o vnoučata do tří let nebo přijedou na návštěvu do Olomouce? Bude jízda zdarma platit pouze pro Olomoučany, anebo i pro dceru / syna, který přijede s takto malým dítětem na návštěvu? Jaké doklady o věku dítěte budou požadovány (když nyní nejsou děti uváděny v občanském průkazu), jak by se vyřizovaly? Nebude to jen další byrokratická zátěž? Mnohým se ta avizovaná jízda zdarma jeví jako populismus před volbami, protože kolem toho zůstává plno nevyjasněných otázek a tak to stejně sotva kdo bude moci využívat. *Marie Abrahová*



Odpovídá primátor Mirek Žbánek

Tuto novinku jsme avizovali dlouho dopředu a je součástí našeho programového prohlášení, což souvisí s tím,

že se cíleně snažíme podporovat využívání MHD místo automobilové dopravy. Určitě tedy nejde o předvolební aktivitu. Připravili jsme několik druhů informačních letáků, informovat budeme i prostřednictvím tiskové zprávy a médií. Ve vozech MHD budou letáčky, zároveň jsou pravidla zveřejněna na webu DPMO a všechny informace má i koordinátor krajského integrovaného dopravního systému. S dítětem, které ještě nedovršilo tři roky, může jet zdarma kdokoli, ať už jeho rodič, babička nebo třeba teta. Podstatné je, aby dítě ještě nedovršilo tři let a aby to jeho doprovod mohl prokázat. K tomu lze využít občanský průkaz nebo cestovní pas dítěte, kartičku zdravotního pojištění nebo speciální průkaz, který pro dítě vydá Dopravní podnik města Olomouce. Průkaz lze vyřídit už od začátku června, vyřídit si jich dokonce můžete více, aby si pak rodiče s dalšími příbuznými nemuseli průkaz předávat. Důležité je, že bezplatně jede s dítětem vždy jedna osoba a ta musí být schopna prokázat věk dítěte. Jsem přesvědčen, že lidé tuhle možnost budou využívat hojně.

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



filmový
klub
seniorů

PROGRAM 2021
ČERVENEC
14.00 hod. / 70,-

ČT	1. 7.	EMMA.	T
ČT	8. 7.	KRAJINA VE STÍNU	Č
PO	12. 7.	CORPUS CHRISTI	T
PO	19. 7.	BÁBOVKY	Č
ČT	29. 7.	CHLAST	T

Č - ČESKY

D - DABING

ZMĚNA PROGRAMU

T - TITULKY

O - ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

VYHRAŽENA

KINO **METROPOL**

dpmo

Přeprava doprovodu dětí do 3 let

Bezplatná přeprava doprovodu dětí do 3 let **platí od 1. července 2021**, a to v rámci celé olomoucké **zóny 71**.

Sleva **bude platit pouze pro jednu osobu** doprovázející dítě do tří let, nikoli pro všechny, kdo s dítětem městskou hromadnou dopravou pojedou.

Věk dítěte budete muset při přepravní kontrole **prokázat**:

- **průkazem DPMO bez fotografie**
- **občanským průkazem dítěte,**
- **cestovním pasem dítěte,**
- **průkazem pojištění.**

Vystavení průkazu DPMO

K vystavení průkazu dítěte do 3 let (tedy do dne předcházejícího dni třetích narozenin) na prodejnách DPMO se předloží pouze rodný list dítěte případně jiný úřední doklad potvrzující věk dítěte. Poplatek za vystavení průkazu činí 40,- Kč.

Upozorňujeme, že se nemění přepravní podmínky, tedy že stále platí **možnost přepravy pouze jednoho kočárku**. Pokud to typ vozidla a provozní poměry dovolují, může řidič přepravit i více kočárků.



V BEZRUČOVÝCH SADECH ZAČALA STAVBA BAZÉNU POD BUDOUCÍ VODOPÁD

Stavba vodopádu, který bude už letos v létě novou atrakcí Bezručových sadů, je v plném proudu. Na určeném místě pod hradbami a působivými skalisky připravilo už začátkem června Výstaviště Flora Olomouc jámu, kde bude v podzemí umístěna technologie celého zařízení a nad ní bazén se schodištěm.

Po vyhloubení dostatečné jámy nastoupila na místo stavební firma, aby zde přibližně čtyři týdny betonovala. Na místě musí vzniknout betonová šachta pro potrubí a další technologii, bez níž by se umělý vodopád neobešel. Teprve po dokončení výkopu a betonáže přijde finále v podobě osazení čerpací technologie.

Pod hradbami vznikne malé jezírko, které bude mít v nejhlubším místě skoro 1,5 metru. Dno jezírka bude vytvořeno z pohledového betonu a povede do něj i několik schodů. „Tato část se bude vizuálně poměrně výrazně lišit od původní nádrže pod vodopádem z 60. let, která měla přírodnější charakter s písčným dnem a byla mělká,“ vysvětluje investiční náměstek Martin Major. Pod jezírkem bude jímací šachta, do níž společnost Sigma Group osadí čerpací technologii. Tuto technologii v hodnotě 480 tisíc korun (581 tisíc korun včetně DPH) věnuje jako sponzorský dar Sigma Group. Na město tak zbyde úhrada stavebních prací ve výši 1,77 milionu korun (2,14 milionu korun včetně DPH). Vše by mělo být dokončeno v první polovině srpna. Novinku tak uvidí i lidé, kteří do Olomouce přijedou na letní etapu výstavy Flora (19.–22. 8.).

„Vodopád bude nepochybně velmi zajímavou atrakcí, která navíc může jako nový vodní prvek zpříjemňovat v létě atmosféru v širokém okolí. Olomoucké parky tak získají další důvod k tomu, aby je Olomoučané i turisté navštěvovali,“ komentuje přípravu vodopádu primátor Mirek Žbánek.

Původní vodopád v Bezručových sadech vznikl v roce 1965. V parku jej tehdy k příležitosti květinových výstav Flora Olomouc vytvořili odborníci z národního podniku Sigma Olomouc, pro něž to byla možnost atraktivní formou propagovat sílu jejich čerpadel. Vodopád býval v provozu jen během květinových výstav a také každou neděli, kdy Olomoučané chodili do Výpadu na sváteční procházky. Voda z hradeb přestala téct koncem 80. let.



TELEGRAPH HUB MÁ KANCELÁŘE ROKU

Coworkingové centrum Telegraph Hub nedaleko olomouckého hlavního nádraží získalo prestižní ocenění Kancelář roku. Soutěž se zaměřuje na firmy, které investují do svých kancelářských prostor a aktivně se snaží, aby vytvořily svým zaměstnancům atraktivní, funkční



a příjemné prostředí pro jejich práci. Soutěže se zúčastnilo přes 100 projektů, které byly hodnoceny v deseti kategoriích. Telegraph Hub obdržel Cenu poroty, která je napříč kategoriemi udělována za přínos pro architekturu a design.

Telegraph Hub je součástí multifunkčního centra Telegraph, jehož stavba je inspirována industriálním stylem první republiky minulého století. Budova z roku 1908 prošla kompletní rekonstrukcí, za níž stojí tým architektonického studia Ječmen Lukáše Blažka.

„Jsem nadšený a moc vděčný porotě. Jsem rád, že je oceněna kancelář, která je součástí víceúčelové budovy. Je hodnoceno dobré pracovní prostředí. Mix funkcí špičkové galerie - coworku - kavárny s kinem - ateliér hostujícího umělce a nahoře lounge se střešní zahradou. Jsem rád, že jsme dostali velkorysý zadání a volnou ruku od osvětleného investora Roberta Runtáka. Je skvělé, že takové projekty vznikají v regionu, mimo centrum města a za soukromé peníze. Probouzet spící domy nás v Ječmen studiu baví,“ dodává Blažek. (rur)

SEZÓNA ZAČÍNÁ, PODĚBRADY LÁKAJÍ NA PŘÍRODĚ BLÍZKOU REKREACI

Přírodní koupaliště Poděbrady je olomouckým fenoménem. Nenabízí tobogány, kolotoče ani další obvyklé atrakce letních rekreací, mají charakter podstatně bližší přírodě než většina běžných letovisek. Jejich obliba mezi Olomoučany je ale trvalá a dokonce roste. Mění se i Poděbrady samotné, letos například zmizí nevzhledná torza starých toalet a převlékáren.

„Charakter Poděbrad je do značné míry určen tím, že se pohybujeme v Chráněné krajinné oblasti Litovelské Pomoraví. Cílovým stavem tedy je středisko volnočasové příměstské rekreace s respektem k ochraně přírody a krajiny,“ vysvětluje primátor Mirek Žbánek. Když se před lety jednalo o koncepci Poděbrad, bylo jasné, že zde nevznikne lunapark s bary a diskotékami. „Chtěli jsme umožnit rekreaci, ale aby současně bylo respektováno, že jde o přírodní lokalitu. I proto má provozní řád Poděbrad pevně daná pravidla. Úklid, toalety a občerstvení v celém areálu provozuje pouze jeden nájemce,“ říká Michal Servus, ředitel regionálního pracoviště AOPK, pod které CHKO Litovelské Pomoraví spadá. Pravidla říkají, že se na Poděbradech nesmí stanovat, rozdělávat oheň mimo oficiální ohniště, nesmí zde volně pobíhat psi, návštěvníci nemohou provozovat hlasité hudební produkce či poškozovat a znečišťovat přírodu odpadky. Právě na odvozu odpadků by se Olomouc mohla finančně podílet. Náklady na svoz odpadu

během léta jsou v řádu stovek tisíc korun. V koupací sezóně, která je stanovena od 1. června do 31. srpna, se vybírá i poplatek za parkování. „Vybrané prostředky míří zpět do obnovy a údržby areálu,“ ujišťuje veřejnost Marek Sedláček, spoluvlastník pozemků.

Letos přibýly v blízkosti restaurace Terasa nové herní prvky pro děti, sama restaurace rozšířila kapacitu o novou letní zpevněnou terasu. V nejbližší době z ostrova zmizí pozůstatky zděných převlékáren a toalet, které vznikly někdy v 70. letech minulého století a už desítky let se nepoužívají.



KONEC NEBEZPEČNÉHO PŘEJÍŽDĚNÍ, CYKLISTY PŘES SITKU PŘEVEDE NOVÁ LÁVKA

Na trase z Olomouce - Černovíra do Chomoutova a Štěpánova převede cyklisty a pěší nová lávka. Skončí tak nebezpečné riskování při překonávání původní už uzavřené lávky přes říčku Sitku, která byla v havarijním stavu. „Začali jsme se stavbou nové lávky. Bude z ocelových profilů, takže cyklisty i pěší pohodlně a hlavně bezpečně převede přes říčku Sitku, která je na využívané trase z Olomouce do Chomoutova či Štěpánova. Přestože byla stará lávka kvůli havarijnímu stavu uzavřená, někteří se ji i tak snažili přejíždět nebo přecházet,“ popsal situaci investiční náměstek primátora Martin Major. Nová lávka o délce 11,5 metru a šířce 1,6 metru bude mít spodní část ze železa a betonu. Stavební práce, které už předznamenala demolice staré lávky, budou probíhat do srpna a přijdou na 2 miliony korun. „Podali jsme žádost o poskytnutí individuální dotace z rozpočtu Olomouckého kraje. Je ve výši padesát procent z celkových předpokládaných nákladů a nyní čekáme na rozhodnutí, zda uspějeme,“ vysvětlil náměstek primátora pro dotace Matouš

Pelikán. Lávka je jedním ze čtyř samostatných projektů více investorů, který propojí i další plánované stavby. „Kromě městského projektu lávky přes Sitku se jedná o projekt oprav a úprav stávající cyklostezky Hvězdná z Olomouce do Šternberka, který zajišťuje Mikroregion Šternbersko. Ten mimo jiné počítá i s novým napejením na podjezd pro cyklisty a podchod pro chodce pod železnicí podél Trusovického potoka,“ objasnil městský cyklokoordinátor Stanislav Losert. Další v pořadí je chystaný projekt Správy železnic na rekonstrukci mostu na železniční trati Olomouc – Zábřeh přes Trusovický potok, který umožní průjezd cyklistům pod mostem a zabrání nebezpečnému překonávání frekventované trati. A čtvrtým projektem je plánovaná výstavba cyklostezky v ochranném pásmu železnice od Trusovického potoka až po na místní komunikaci u Chomoutovského jezera s odbočením zhruba v polovině trasy k Hromovu dubu a právě k nové lávce přes Sitku. Stavba mostu přes Sitku v režii města tak začíná jako první z plánovaných.

KNIHA O ZLOČINECH V OLOMOUCKÉM KRAJI: MYŠLENKY SKRYTÉ OPONOU

Milí čtenáři, v letošním roce jsme se rozhodli pro jiné pojetí našich příspěvků. Loni jsme vám radili, jak se zachovat v určitých situacích a jak se nestát obětí trestného činu.

V následujících číslech vám chceme představit knihu pod názvem „Myšlenky skryté oponou“, která byla vydaná v roce 2018.

Publikace, na níž se podílel kolektiv policistů Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje, umožňuje čtenáři ohlédnout se za nejtěžšími zločiny spáchanými v Olomouckém kraji. Připomíná dvanáct skutečných případů z let 1996–2015, přepracovaných z policejních spisů do literární podoby. Přibližuje náročnou práci kriminalistů odhalujících a objasňujících zvláště závažné trestné činy, jakými jsou vraždy. Poodhaluje kriminalistické postupy, taktiku a metody vyšetřování a současně odkrývá duševní pohnutky, motivy i psychologické profily pachatelů jednotlivých případů.

Knihu nenajdete v prodeji, několik výtisků jsme však věnovali do obecních nebo městských knihoven, kde jsou k zapůjčení.



A VŠICHNI MLČELI

Jedno z pravidel desatera populární detektivní série „Hříchy pátera Knoxe“ hovoří také o tom, že pachatelem v příběhu nesmí být Číňan. Nejedná se o rasismus, ale jen o averzi vůči tehdejší „šestákové detektivkám“, kde postava zlého Číňana nesměla chybět. V případě, který se odehrál na přelomu tisíciletí v hanácké metropoli, nefigurují žádní Číňané, ale zcela jiná komunita. Ta vietnamská, provozující stánky na tržnicích a prodávající většinou zcela „zaručeně pravé“ a „značkové zboží“ za přijatelné ceny. Ani v této jinak většinou mírumilovné komunitě se však někteří z nich neštítí použít k dosažení svých cílů nezákonné prostředky. Stejně jako u všech lidí na celém světě i zde vládou konkurenční vztahy a řeší se problémy osobního charakteru.

Toho rána se život na olomoucké tržnici pomalu probouzel. Stánkaři se sjížděli a na pulty skládali své zboží. Dalo by se říci, den jako každý jiný. Vzduch byl tohoto zimního rána roku 2000 chladný a nic nenasvědčovalo tomu, že za pár vteřin bude na místní tržnici horko. Skupinka několika trhovců vietnamské národnosti něco hlasitě řešila. Co, to bohužel nebylo rozumět, protože všichni mluvili svým mateřským jazykem. Znenadání se ozval hlasitý výkřik a pak další a další. Na zemi zůstal ležet zraněný muž. Někdo z kolemjdoucích duchapřítomně vytočil číslo záchranky a také linku 158.

„Honem přijďte na tržnici, něco se tady stalo a jsou tu zranění!“ ozval se anonymní ženský hlas do telefonu.

Policejní hlídka složená ze čtyř uniformovaných policistů vyrazila do centra Olomouce. Při příjezdu na místo měli policisté plné ruce práce. Potřebovali především zklidnit situaci a slovy starých obvodáků „znovunastolit veřejný pořádek“. Ze změní výkřiků trhovců pochopili alespoň to, že nějaký Vietnamec pobodal druhého, že má ten nebožák „střeva ven“ a právě ho odvezla sanitka. Zasadující hlídka se snažila z prostor, kde se všechno odehrálo, rozrušené trhovce vykázat a místo činu zajistit. Přes všechn křik a zdánlivý chaos se případ nejevil na první pohled nijak zvláště složitý. Útok, kterému zřejmě předcházela hádka, a na místě plno svědků, kteří by mohli do události vnést světlo. Policisté ale správně tušili, že práce to nebude úplně jednoduchá.

Vietnamská komunita nebývá z pohledu překračování zákona výrazně problémová. Na nejzávažnější nelegální činnosti páchané touto menšinou se doložitelně podílí pouze malý zlomek Vietnamců žijících v České republice. Většinou se naopak tento asijský národ vyznačuje pracovitostí a poctivostí. Vietnamská komunita je velmi uzavřená a téměř striktně dodržující pravidlo mlčenlivosti. Vztahy v rodině jsou pro ni téměř posvátné. Komunikace policistů s Vietnamci je tak více než problematická. Charakteristickým znakem je totiž i jejich urputnost, ctít za všech okolností zásadu „s policií pokud možno nespolupracovat nebo spolupracovat co nejméně“. A v tom byla ta potíž. Vietnamští trhovci tedy ukázkově mlčeli. Vizualní odlišnosti Asiatů, okem Evropana téměř nepostřehnutelné,

celou záležitost rovněž náležitě komplikovaly. Policisté tak správně předpokládali, že zjistit totožnost všech přítomných nebude jednoduché. „To je teda dílo! Kdo se v nich má vyznat? Vždyť jsou všichni stejní“, prohodil podrážděně policista, držící poznámkový blok v ruce. „Umíš vietnamsky?“ pronesl ještě ironicky přes rameno směrem ke svému kolegovi, když slyšel už poněkoliť jako nekonečnou ozvěnu monotónní „já nerozumět česky“. Nebylo divu, že byl mladý nadstrážmistr rozladěn. Rozlišit, kdo je kdo, určit věk a rozklíčovat jména účastníků události byl jen začátek složitějšího rozmotávání jinak celkem jasného případu. Odlišná mentalita, zvyky komunity a jazyková bariéra, to vše policistům nesmírně ztěžovalo práci. Z nemocnice se vzápětí dozvěděli, že zranění hospitalizovaného pana Li jsou vážná. Případ si tak převzala kriminálka. Na místě, kde k incidentu došlo, kriminalistický technik zajistil množství biologických stop a zaslal je na expertizu. Současně pokračovalo postupné prověřování sledu událostí. První poznatky přímo z terénu na sebe nedaly dlouho čekat. Ačkoliv se vietnamští trhovci snažili práci policistům komplikovat, jak se jen dalo, kriminalistům se podařilo získat pár základních informací od ostatních stánkařů přihlížejících incidentu. A tak měli alespoň hrubé obrysy toho, co se událo. Hlasitá slovní přestřelka několika vietnamských trhovců, kterou údajně ráno vše začalo, vzápětí vyvrcholila nekontrolovatelným skupinovým útočením za použití všeho, co bylo v tu chvíli po ruce. Vzduchem tak létalo před zraky trhovců i nakupujících zboží z pultu i zpoza něj. Elektronika, blikající vánoční ozdoby, plyšové hračky, parfémů i rachejtle připomínající, že se kromě Vánoc blíží i Silvestrovské oslavy. „Byl tady hrozný zmatek, každý něco pokřikoval, hotový Babylón“, sdělila důležitě policistům starší žena, prodávající vánoční dekorace. Začalo drobně sněžit, ale do romantických bílých Vánoc, které téměř klepaly na dveře, měla atmosféra na tržišti daleko.

Z nemocnice přišla nepříznivá zpráva. Zraněný muž byl v kritickém stavu a prognóza jeho přežití byla nejistá. „Aby nám tak nevydržel“, hlasitě si povzdechl vyšetřovatel. V tu chvíli jediný klíčový svědek, který by do případu mohl vnést trochu světla. O jeho výsledku v nejbližších hodinách ani dnech však nemohlo být ani řeči. Záhy vyšlo najevo, že zranění neutrpěl jen onen hospitalizovaný Vietnamec, ale že bylo v průběhu nepřehledné potyčky zřejmě vážněji zraněno více osob.

Kousek dál posunul kriminalisty poznatek, že jeden z trhovců odjel v kritické době z tržnice bílou škodovkou 120. „Čí bylo to auto?“ snažili se opatrně vymámit z příslušníků vietnamské komunity, alespoň něco. A opět se s úsměvem na tváři dozvěděli jen ono dokolečka omílané „nerozumět česky“. A tak následovala проверка všech osob z metropole, které vozidlo Škoda 120 bílé barvy vlastní. V poměrně krátkém časovém horizontu se pak podařilo hledané auto najít. Stálo odstavené na okraji města. Pochopitelně bez řidiče. Na řadu přišlo ohledání vozidla. Kriminalistický technik několik minut pečlivě prohledávající veškeré prostory automobilu, narazil na „horkou“ stopu. V kufru

vozu byl pod nepřeborným množstvím textilního zboží a plyšových hraček pečlivě zabaleny v kusu barevné látky „rambo“ nůž. Nůž, charakteristický tím, že je z jedné strany opatřen ostrím a z druhé trny, znesnadňujícími vytažením z rány. Zkušený technik i pouhým pohledem bezpečně rozpoznal, že jsou na něm stopy krve. „Pánové, něco pro vás mám, budete mít radost“, sdělil svým kolegům. Vše nasvědčovalo tomu, že se jedná o vražednou zbraň. A cokoliv, co mohlo mít nějakou spojitost s případem, mělo v tu chvíli pro kriminalisty cenu zlata.

Pak už to šlo ráz na ráz. Nůž byl odeslaný na expertizu a pro podezřelého z vraždy a současně majitele odstavené škodovky si kriminalisté došli domů. Výměnou za nůž nalezený uvnitř vozidla obdržel překvapený Thang pouta a na zadním sedadle policejního vozu se zadarmo svezl do policejní cely. Drobný černovlasý muž se nijak nebránil, celou cestu mlčel a zcela nepochopitelně se stále usmíval. Teprve později se policisté dozvěděli, že úsměv ve Vietnamu nevyjadřuje pouze radost, spokojenost či výsměch, ale že tamní lidé se usmívají i v případě, kdy druhému chtějí sdělit, že se omlouvají nebo že se cítí trapně. Přítomnost lidské krve na zajištěném noži potvrdila vzápětí chemická expertíza. Vše se zdálo být jasné a jednoduché. Ale nebylo. „Pánové, jestli nenajdeme co nejdřív tlumočníka z vietnamštiny, tak jsme v pytlí“, to je vám doufám jasné. Vyšetřovatel si byl vědom, že najít někoho, kdo by byl pro účely trestního řízení zcela nestranný a tím i věrohodný, bude téměř nadlidský úkon. Tlumočnický z vietnamštiny byly vesměs osoby přímo z vietnamské komunity. Tyto osoby však musely být důkladně prověřené v praxi. Zejména počátkem devadesátých let nebylo výjimkou, že překlad z vietnamštiny byl často více než nevěrohodný. Výpověď obviněného tak často důkazně „stála na vodě“ a byla v rámci trestního řízení nepoužitelná. Telefonní linky byly rozřhavené doběla, ale vietnamského tlumočníka se nedařilo najít. Čas letěl jako splašený kuň a lhůta, ve které bylo nutné podezřelého vyslechnout, se povážlivě krátila. „Sakra chlapi, přece si toho ptáčka nenecháme ufrknout“, hlasitě zanařoval šedovlasý vyšetřovatel, zjevně špatně naladěný. „To mám jako sbalit nějakou vietnamskou kočku a poprosit ji, aby nám překládala, jo?“ snažil se zavtipkovat téměř o generaci mladší kolega. „To je mi fuk, jenom už někoho, proboha, sežeňte“, dostalo se mu odpovědi. Po nekonečném martýriu spojeném s mnoha administrativními úkony se tlumočníka přece jen podařilo, pár hodin před uplynutím zákonné lhůty, jako zázrakem najít.

Kriminalisté neměli sebemenší pochybnosti, že nožem zaútočil právě pan Thang. Rozhodli se i přes to málo, co „měli v rukávu“, zriskovat. Na základě prvotních poznatků a zajištěných a vyhodnocených stop zadržného muže obvinili pro pokus vraždy. Byli si ale dobře vědomi, že složitější cesta je ještě před nimi. Nekonečný proces dokazování, směřující k podání návrhu na obžalobu. Samotné vyšetřování pak ještě víc zkomplikovala skutečnost, že těžce poraněný Vietnamec, pan Li, jehož výpověď byla pro kriminalisty klíčovou, na následky zranění

v nemocnici zemřel. Ke znaleckým posudkům z oboru lékařství, které měly objasnit bližší okolnosti týkající se poranění všech účastníků, včetně mechanismu zranění, tak přibyla i soudní pitva. A obvinění Thanga bylo překvalifikováno smrtí zraněného na vraždu dokonanou.

Obviněný Thang od samého počátku tvrdošijně odmítal vypovídat. Obhájce pana Thanga postavil svou obhajobu na tvrzení, že obviněný se pouze bránil proti agresivnímu útoku. V jeho tvrzení ho začali podporovat i příbuzní, kteří dosvědčili, že Thanga někdo napadl pivní lahví. Vyšetřovatelé vyslechli za přítomnosti tlumočnicka desítky svědků. Řada výpovědí byla nepřesných, některé záměrně zavádějící a zmatené a jiné se nezakládaly na pravdě vůbec. Svědci buď zarputile mlčeli, nebo „mlžili“, jak se dalo. Vyšetřovatelům nezbylo, než se obrnit trpělivostí. Důsledným prokazováním se postupně dařilo verzi obhajoby vyvracet. Prokázali i to, že na místě činu nebyly po incidentu střezy z láhve. Obviněný tedy nemohl být před útokem napaden lahví, jak tvrdila obhajoba. Pořád to ale bylo na podání obžaloby žalostně málo. „Nevypadá to dobře, chlupci. Asi to tentokrát projedeme“, prohodil otráveně na jedné z porad vyšetřovatel. A pak se stalo něco, co kriminalistům opět vlilo krev do žil. Výrazně jim pomohlo přímé svědectví jednoho z přítomných. Proč se svědek z vlastní komunity rozhodl zničehonic vypovídat, se kriminalistům nepodařilo zjistit. Stála za jeho rozhodnutím žárlivost, obchodní konkurence nebo snad pomsta? Nebo to bylo na příkaz někoho, kdo v přísně hierarchicky rozdělené rodině rozhodoval? Těžko říct. Motiv nebyl důležitý. Důležité bylo svědectví. Na vyšetřovatele čekalo ještě jedno překvapení. Jako mávnutím kouzelného proutku začali věrohodně vypovídat i další účastníci incidentu. A tak mohli detektivové konečně tento zdánlivě jednoduchý a přitom složitý případ pomalu rozklíčovat.

Na počátku všeho stál dlouhotrvající konflikt mezi bývalými manžely, panem Li a paní Lan. Přesně dle úsloví „Cherchez la femme“ neboli „Za vším hledej ženu!“. Toho dne mezi nimi došlo na tržnici k prudké hádce, již několikáté v pořadí. Hádka začala nabírat na obrátkách a od vedlejšího stánku přiběhli na pomoc paní Lan její dva bratři Thang a Duc. Vše se odehrálo velmi rychle. Počáteční slovní přestřelka přerostla v nečekaný a bleskový útok. Rozlíčený Than vytáhl nůž a svého švagra, pana Li, bodl do břicha. „Zaslechl jsem, jak paní Lan volala bratry na pomoc. Byla zoufalá a křičela, aby pana Li zabili“, překládal tlumočnick tichou, ale přesvědčivou výpověď svědka. „Viděl jsem bratra paní Lan, jak se s nožem v ruce rozběhl k panu Li“, popsal další svědek. Jiný pak uvedl, že Thanga spatřil v momentě, kdy se zakrváceným nožem v ruce odbíhal pryč. Od okamžiku, kdy se komunita rozhodla prolomit bariéru mlčení, netrvalo dlouho a kriminalisté měli přímé svědectví dalšího muže, který jim podrobně vylíčil a později i názorně předvedl, jak Thang bodl pana Li přímo do břicha a také to, jak zakrvácený nůž z rány vytahoval. Způsob útoku, který svědek viděl a přesně popsal, zcela odpovídal mechanismu zranění vycházejícímu z posudku soudních lékařů.

Po vražedném útoku vážně pobodal Thang i dalšího trhovce, snažícího se rozvášněný dav uklidnit. Tento útok nožem našťastí nebyl smrtící. I přesto kriminalisté počinání útočníka na základě znaleckých posudků kvalifikovali jako další vraždu ve stadiu pokusu.

Vyšetřování bylo zdoluhavé a komplikované. Kriminalisté se postupně dozvídali, že manželství drobounké paní Lan a pana Li bylo dlouhodobě doprovázeno domácím násilím. Po několika letech psychického i fyzického ponižování a útrap se paní Lan rozhodla ukončit manželství rozvodem. Její rozhodnutí provázely prudké emoce zasahující do chodu celé jinak pospolitě rodiny. Manželé se potkávali denně i na tržnici, kde společně pracovali a vzájemná nenávisť se přenášela i sem. Submisivní paní Lan konflikty na veřejnosti velmi těžce nesla. A s ní i všichni její příbuzní, jichž se celá záležitost niterně dotýkala. Napětí mezi rodinnými příslušníky se stupňovalo a nakonec vyústilo v katarzi.

Po téměř roce nekonečné práce stanul obviněný před krajským soudem. Za dvě vraždy, z toho jednu ve stadiu pokusu byl Thang odsouzen k trestu odnětí svobody na deset let a šest měsíců. Proti rozsudku se odvolal jak státní zástupce, tak sám obviněný. Státnímu zástupci se zdál trest nepřiměřeně nízký, obviněný se naopak dožadoval úplného zproštění obžaloby. Karty však byly rozdány a Thang, jehož jméno v překladu znamená vítězství, v této partii nevyhrál. Vrchní soud v Olomouci celý případ znovu posoudil a obviněného poslal na dvanáct let za mříže. Tělo zemřelého pana Li putovalo do dalekého Vietnamu k jeho rodině. Vražedný útok zanechal navždy ve vietnamské rodině, pro niž jsou příbuzenské vztahy posvátné, nezacelenou ránu v srdci.



Máme na to rozkvést

I díky vám letos Olomouc
opět rozkvete!



OLOMOUC

Statutární město Olomouc pořádá

Soutěž o nejkrásnější květinovou výzdobu

Termín soutěže: květen až září 2021

Soutěžní kategorie:

výzdoba oken a průčelí, výzdoba balkonů a teras,
výzdoba předzahrádek, výzdoba vnitrobloků

Přihlaste se na mestokvetin.olomouc.eu ✿



Vyhlášení vítězů proběhne na podzimní výstavě FLORA OLOMOUC.

Ceny do soutěže věnuje statutární město Olomouc a jeho městské organizace.

Záštitu nad soutěží převzali primátor Mirek Žbánek a náměstkyně primátora Markéta Záleská.



#menimeolomouc



CO DĚLAT V ČERVENCI?

Noční hrad Helfštýn

Hrad Helfštýn nabízí toto léto několik speciálních nočních prohlídek s názvem Palác žije, zajímavě zaměřených na smysly. Během nich návštěvníkům přiblíží nově otevřené prostory renesančního paláce a nabídne zajímavý program zaměřený na podněcování všech smyslů. V sobotu 10. 7. to bude chuť. Prohlídka bude kromě pestrého programu spojena i s ochutnávkou vín. V sobotu 31. 7. to bude komentovaná prohlídka se zaměřením na zrak, součástí programu bude i videomapping. Více informací naleznete na webových stránkách muzea Komenského Přerov.

Závěrečný koncert Mezinárodního dirigentského kurzu MFO

V pátek 2. července od 19:00 můžete v Olomoucké Redutě navštívit koncert absolventů mezinárodního dirigentského kurzu. Moravská filharmonie Olomouc věnuje vzdělávacím aktivitám pro děti a mladé lidi velkou pozornost. Součástí edukační činnosti orchestru je také jeho účast při pravidelných kurzech dirigování. Konají se několikrát do roka v prostorách MFO a po odborné stránce připravují studenty nebo absolventy dirigování ze středních i vysokých uměleckých škol. Společné úsilí je završeno veřejným závěrečným koncertem poslední den kurzu.

Jízda králů v Doloplazích

3. a 4. července mohou všichni milovníci folklóru zavítat na tradiční Jízdu králů do Doloplaz u Olomouce. V sobotu v 18.00 bude otevřena výstava Jízda králů v Doloplazích, od 20.00 si pak můžete zatančit na hodo- vé zábavě se skupinou LIFBand. Nedělní program bude zahájen v 11 hodin, slavnostní krojovanou mší v místním kostele. Od 12.30 pak ožije celá náves, těšit se můžete na ukázky lidových řemesel, projížďky v kočáře, nebo lidový jarmark U Buku. Králova družina projede návsí od 14.00 a program bude poté pokračovat až do večerních hodin v areálu u kulturního domu. Na programu jsou pestrá folklorní vystoupení, kapela Věrovanka i koncert kapely Harafica.

Čechomor ve Šternberku

Koncert této oblíbené česko-moravské skupiny, která originálním způsobem oživuje staré lidové písně si můžete užít 3. července ve Šternberku. Neopakovatelnou atmosféru zajistí místo konání, kterým je státní hrad Šternberk. Koncert začíná v 19.00 a vstupné na místě je 550 korun.

Josef Mánes na zámku v Čechách pod Kosířem

Na zámku v Čechách pod Kosířem Josef Mánes (12. 5. 1820–9. 12. 1871) pobýval mezi lety 1846(9)–1870. Jeden z největších mistrů českého malířství doby romantismu a národního obrození se narodil roku 1820 do malířské rodiny. Byl současníkem Boženy Němcové, s níž se několikrát osobně setkal a spojoval je podobně těžký osud lidí, toužících pozvednout český národ, avšak neustále se potýkajících s nedostatkem prostředků pro klidný život. Výstavu Kresby Josefa Mánesa můžete navštívit celé letní prázdniny. Kromě této expozice si můžete prohlédnout i zámek, expozici historických kol, nebo filmovou expozici Zdeňka a Jana Svěrákových. V areálu zámku můžete navštívit také kavárnu.

Venkovské trhy Šternberk

V sobotu 10.7. se na Hlavním náměstí ve Šternberku konají venkovské trhy formou tradičního stylového stánkového prodeje. Hlavní myšlenkou projektu je prvořadě podpora pěstitelů a chovatelů regionu a prvovýrobců především potravinářských výrobků a v neposlední řadě vytvoření nové, příjemné tradice ve městě, kde se lidé budou rádi setkávat. Nakoupit si zde můžete čerstvé výpěstky od tuzemských (prioritně regionálních) pěstitelů, produkty vyrobené z vlastní zemědělské výroby rostlinné či živočišné, nebo produkty související s venkovským stylem života.



Být na blízku

Být na blízku je název výstavy fotografií věnované službě nemocničních kaplanů, kterou si do 31.8. můžete prohlédnout ve vědecké knihovně v Olomouci. Snímky vznikaly v lůžkových zdravotnických a sociálních zařízeních po celé České republice a přibližují každodenní práci lidí, kteří se věnují duchovní péči o pacienty. Výstava představuje kolekci dvaceti černobílých snímků, jejichž autorem je fotograf Filip Fojtík. Od července do září 2013 fotografoval nemocniční kaplany při jejich službě nemocným, seniorům a umírajícím v nemocnicích, hospicích a pobytových sociálních službách v Rajhradě, Brně, Olomouci, Holešově, Kroměříži, Praze a Ostravě. Smyslem výstavy je přiblížit práci nemocničních kaplanů nejen veřejnosti, ale i zdravotníkům, s nimiž v rámci svého působení spolupracují.

Václav Lemon – Dřevěné plastiky a objekty

Během celého července si můžete prohlédnout výstavu sochaře a řezbáře Václava Lema. Vystavuje

v zámeckém příkopu na Horním náměstí v Přerově. Výstava je prodejní a je také krásně nasvětlena pro noční podívanou. Pohledově přístupná je 24 hodin denně ze zámeckého mostu nebo od kované brány před galerií.



Selské trhy na Flóře

I v červenci budou pokračovat oblíbené selské trhy na Flóře, které nabídnou balkonové květiny, pečivo, mléčné výrobky, uzeniny a další dobroty od českých producentů. Selské trhy spojují krásné prostředí olomouckých Smetanových sadů s možností zakoupení prvotřídních produktů přímo z rukou poctivých farmářů, potravinářů a rukodělných výrobců. Červencové termíny trhů jsou 2., 16. a 30. 7.



Šumperské pomněnky

V rámci Šumperského festivalu Špek se můžete v pátek 9. července vydat na 14. ročník přehlídky folkové, bluegrassové a country muziky s názvem Šumperské pomněnky. V rámci festivalu se bude i vzpomínat na hudebníka a skladatele Milana Žourka. Akce se uskuteční od 19 hodin v Pavlínině dvoře.

Dixieland v Hranicích

Olomoucký Dixieland Jazz Band je kapela orientující se na dixielandový repertoár reprezentovaný skupinami Louise Armstronga, Greame Bella nebo Tharka Murphyho, ale i malých souborů meziválečného období ve světě i u nás. V pátek 16. 7. se tak od 18 hodin ponese zámeckou zahradou zvuky trubky, klarinetu, trombonu, banja a tuby. To vše doplní ženský vokál i mužné hlasy členů kapelu. Vstupné je zdarma.

Letní kino v Litvli

V červenci se můžete těšit i na letní kino v Litvli. Na náměstí Př. Otakara zavítá Kinematograf Bratří Čadílků. A co se bude promítat? Budou to české filmy. 12.7. to bude film Meko, 13.7. Havel a 14.7. 3Bo-bule. Začátek je vždy ve 21.00.



Vycházky s ekocentrem Iris

Zajímavým tipem na výlety do přírody jsou procházky, pořádané Prostějovským ekocentrem Iris, z nichž jsou některé naplánované přímo pro seniory. 7. 7. se s Irisem můžete vydat na procházku s názvem Podél Hloučely z Lipové na Malé Hradisko, 14. 7. Z Prostějoviček k Aloizovu, 21. 7. do Račího údolí v Rychlebských horách. Více informací o plánovaných akcích najdete na webových stránkách www.iris.cz.

Hrnčířství na Lošticku v proměnách času

Velmi zajímavou výstavu můžete po celé prázdniny navštívit ve Vlastivědném muzeu v Šumperku. Nová expozice, jež vznikla pod záštitou Ministerstva kultury a s podporou města Loštic, představuje ucelenou formou fenomén výroby unikátního druhu keramiky se specifickými puchýřky, která byla vyráběna v průběhu vrcholného středověku a raného novověku pouze v Lošticích a jejich nejbližším okolí. Toto keramické zboží se však proslavilo po celé střední Evropě, loštické poháry známe z celé řady měst i šlechtických sídel daleko za hranicemi severní Moravy. Muzeum v Šumperku můžete navštívit ve dnech úterý až neděle, od 9.00 do 17.00.



XI. Festival vojenské historie na Helfštýně

Pokud zamíříte na hrad Helfštým ve dnech 17.–18. července užijete si největší šermířský festival na Moravě. Na této tradiční akci budou k vidění prestižní

spolky a kluby vojenské historie a tzv. living-history a to od dob římských až po první světovou válku. V doprovodném programu se objeví to nejlepší z šermířské scény ČR, kapely, divadla, sokolník, historická střelnice, historické hry pro děti, nebo třeba kejklíř. Těšit se můžete i na Olomoucké šermíře Adorea. Akce se koná v sobotu i v neděli od 9.30 do 18.00.



České korunovační klenoty na dosah

Až do 15.8. můžete ve Vlastivědném muzeu v Olomouci navštívit prodlouženou výstavu Českých korunovačních klenotů. Mistrovské repliky z dílny Jiřího Urbana jsou zde k vidění v kompletně celé sestavě. Součástí výstavy jsou i repliky původního gotického královského jablka a žezla, které jsou uloženy ve Vídni a zároveň i replika Svatováclavského (korunovačního) meče. Výstava se věnuje příběhu 22 korunovaných panovníků a je doplněna i dalšími exponáty jako je kopie Pražského Jezulátka s kopií šatiček vyšíváných Marií Terezií, replika Řádu zlatého rouna a mnoho dalšího. Vlastivědné muzeum v Olomouci můžete navštívit ve dnech úterý až neděle, od 9.00 do 18.00.



ZA STARÝ MOBIL DOSTANETE KNÍŽKU. ZAČÍNÁ NOVÝ EKOLOGICKÝ PROJEKT

Společnost ASEKOL ve spolupráci s Olomouckým krajem spustila nový projekt Odlož mobil v knihovně. Lidé, kteří takto odevzdají vysloužilý telefonní přístroj, mohou vyhrát poukázku na nákup knih v hodnotě jeden tisíc korun.

„V domácnostech po celém kraji leží podle odhadů statisíce starých, často nefunkčních mobilů. Přitom tyto staré přístroje mohou být recyklovány, a tím se ušetří třeba těžba vzácných kovů v deštných pralesích,“ vysvětluje smysl projektu Martin Šmída, radní Olomouckého kraje pro oblast životního prostředí.

Odevzdaný přístroj musí obsahovat údaje, díky kterým mohou pořadatelé projektu výherce kontaktovat.

„Čím více telefonů zájemci přinesou a označí, tím větší šanci mají vyhrát,“ dodal regionální manažer neziskové společnosti ASEKOL Zdeněk Kovářik.

Kromě samotných dárců čeká finanční prémie i na knihovny, které budou ve sběru mobilů nejúspěšnější. Finanční odměny v celkové výši třicet tisíc korun věnovalo do soutěže, nad níž převzala záštitu krajská zastupitelka a senátorka Jitka Seitlová, olomoucké hejtmanky.

V říjnu proběhne vyhodnocení a předání ocenění. Průběžně aktualizovaný seznam zapojených knihoven včetně podrobnějších informací a pravidel naleznou zájemci na webu <https://www.odloz mobil.cz/>. (okr)



KRAJ POMŮŽE 150 SOCIÁLNÍM SLUŽBÁM

Olomoucký kraj rozdělí 40 miliónů korun v dalším dotačním programu, který se zbývá sociální oblasti. Jedná se o příspěvek na činnost organizací, jež jsou zařazeny do krajské sítě sociálních služeb.

„Podmínky dotačního programu splnilo 48 žadatelů, kteří na území našeho kraje zajišťují více než 150 sociálních služeb. To je úctyhodné číslo a zároveň doklad toho, že dotační program je nastaven velmi účelně,“ uvedl Ivo Slavotínek, náměstek hejtmana Olomouckého kraje pro oblast sociálních věcí.

Rozdělení dotací mezi jednotlivé žadatele už na svém posledním jednání schválili krajsí radní, teď materiál míří k jejich kolegům do krajského zastupitelstva. Každá z organizací, která podmínky dotačního programu splnila, dostane nejméně pětadvacet tisíc korun.

„Oblast sociálních služeb je pro náš kraj naprosto klíčová. Naší snahou je, aby tyto služby pokrývaly co možná nejširší okruh potřeb, ale aby zároveň fungovaly efektivně a hospodárně,“ zdůraznil náměstek Slavotínek. (okr)

PODPORA VÝSTAVBY ČISTIČEK I VODOVODŮ

Olomoucký kraj uvolní desítky miliónů korun z Fondu na podporu vodohospodářské infrastruktury. O peníze byl velký zájem, který projevilo dvaatřicet žadatelů z řad měst a vesnic. Hejtmanky podpoří většinu z nich.

„Úkolem fondu je zlepšit kvalitu povrchových vod a zároveň i kvalitu pitné vody. Mezi celkem pětadvacet žadatelů rozdělí hejtmanky čtyřiatřicet miliónů korun,“ uvedl Martin Šmída, radní Olomouckého kraje pro oblast životního prostředí.

Kromě těchto peněz poskytne hejtmanky dalších tři sta tisíc korun na zlepšení environmentální funkce krajiny. Jde například o projekty, které mají za cíl zadržovat vodu a bojovat tak proti půdnímu suchu.

Krajsí radní se zabývali také podporou aktivit, jež směřují ke zlepšení životního prostředí – jde třeba o dotování záchranných stanic nebo financování ekologických projektů. „Záchranné stanice zvířat a ekologické aktivity v tomto směru podpoříme více než dvěma milióny korun,“ dodal Šmída. (okr)

NEMOCNICE ŠUMPERK SE NAPLNO VRÁTILA K PLÁNOVANÝM OPERACÍM

Celkem 1146 operačních zákroků musela nemocnice odložit kvůli koronavirové pandemii. Teď se k plánovaným operacím naplno vrací. Nemocnice sestavuje nové operační programy a pacientům nabízí nové termíny odložených operací.

Nejvíce operací muselo odložit ortopedické oddělení. Na plánované výměny kyčelních a kolenních kloubů čekají někteří pacienti už několik měsíců. Mezi další operace, které nemocnice bude v následujících měsících dohánět, patří artroskopie, laparoskopické výkony, kýly, varixy, operace ledvinových kamenů nebo oční zákroky. Ke všem odloženým operacím se bude nemocnice postupně vracet v závislosti na vývoji epidemiologické situace. Stále totiž musí sledovat vývoj počtu hospitalizovaných pacientů s covidem. Do jisté míry je omezena také z pohledu své personální kapacity a také kapacity operačních sálů.

Základním klíčem pro sestavení nových operačních programů je jednoznačně zdravotní stav pacientů. „S ohledem na zlepšující se vývoj epidemiologické situace a úbytek hospitalizovaných pacientů s onemocněním COVID-19 se naplno vracíme k plánované operativě. Všechny pacienty, kterým jsme museli v uplynulých měsících odložit plánovaný zákrok, postupně obvoláváme s novými termíny zákroků,“ říká předseda představenstva Nemocnice Šumperk Martin Polach.

Zatímco infekční oddělení nemocnice je téměř prázdné, očkovacím centrem projde týdně až 1000 lidí. Očkovací centrum je otevřeno denně, sedm dní v týdnu. Od začátku roku aplikovali zdravotníci šumperské nemocnice už přes 45 tisíc dávek vakcín proti COVID-19.

Nemocnice Šumperk je všeobecnou nemocnicí, která poskytuje široké spektrum služeb – od základní až po specializovanou zdravotní péči pro spádovou oblast více než 200 tisíc obyvatel. Zdravotnické zařízení ročně

hospitalizuje přes 20 tisíc pacientů, její lékaři pak ročně provedou přes 8 tisíc operací. Nemocnice je soukromá a před pěti lety změnila svého majitele. Stal se jím MUDr. Martin Polach MBA, který do rozvoje nemocnice i přístrojové technologie investuje masivní finanční prostředky. Nemocnice letos otevřela například nový pavilon následně intenzivní ošetrovatelské péče. Před třemi lety pak postavila v areálu radiodiagnostický pavilon, ve kterém otevřela nové pracoviště magnetické rezonance. Nemocnice v letošním roce zakoupila také nový CT přístroj a mimo jiné kompletně obměnila své operační nástroje. Jako první zdravotnické zařízení v Česku si je pronajala na 10 let od společnosti B. Braun Medical.



Lékaři Nemocnice Šumperk provedou ročně přes osm tisíc operací, přes tisíc z nich teď musela nemocnice kvůli pandemii koronaviru odložit. Foto: Hana Hanke, Nemocnice Šumperk

CENA HEJTMANA PRO SPOLEČENSKY ODPOVĚDNÉ FIRMY I ŽIVNOSTNÍKY

Olomoucký kraj letos vůbec poprvé vyhlásí cenu hejtmana za společenskou odpovědnost. Do soutěže se mohou hlásit velké podniky, malé firmy, ale také živnostníci a organizace veřejného sektoru. Smyslem soutěže je kultivovat podnikatelské prostředí v regionu. Přihlásit se mohou také obce.

„Chceme ocenit společnosti a podnikatele, kteří se například podílí na zlepšování pracovního prostředí, podporují mimopodnikové sociální aktivity a k životnímu prostředí se chovají zodpovědně a ohleduplně. Věřím, že takových firem je v Olomouckém kraji

spousta,“ uvedl Josef Suchánek, hejtman Olomouckého kraje.

Hejtmanství spustilo projekt v půli června, zájemci se mohou hlásit do 15. září a vyhlášení výsledků proběhne na podzim. Ceny se budou udělovat ve čtyřech hlavních kategoriích. „Zapojit se mohou také jednotliví živnostníci, města a obce, kteří se rovněž v řadě případů chovají společensky odpovědně. Mohou být inspirací pro ostatní, a právě to je dalším smyslem celé soutěže,“ vysvětluje Jan Šafařík, náměstek hejtmana Olomouckého kraje. Další informace k soutěži najdou zájemci na www.olkraj.cz. **(okr)**

SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři, měsíc červen uplynul jako voda v naší Bystřičce, nastal čas rozkvetlých luk, parků, zahrad, sluneční paprsky olizují dozrávající jahody a covid pomalu ztrácí sílu. Vláda pomalu postupně v týdenních intervalech pomalu rozvolňuje a i díky tomu jsme mohli zorganizovat první letošní mezigenerační akci v přírodě nazvanou „Jdeme celá rodina“ na olomouckých Poděbradech ve spolupráci s krajem a pod záštitou I. náměstka hejtmána pana Ivo Slavotínka. Třetího ročníku stezky poznání se zúčastnilo sto sedmdesát registrovaných účastníků. Nejmladšímu byly 3 měsíce a nejstaršímu bezmála 90 let, zúčastnily se celé rodiny, včetně domácích mazlíčků. Na účastníky čekala připravená stezka v krásné přírodě, deset stanovišť, kde účastníci plnili různé dovednostní úkoly, kvízy, sportovali. Za své výkony sbírali razítka do registračních karet a také sladké odměny. V cíli pak registrační karty směnili za voňavé občerstvení z udirny, malinovku, propagační dárky, sladké odměny. Novinkou letošního ročníku pro všechny účastníky byly pamětní listy podepsané přerovským malířem Lubomírem Dostálem. Akce byla připravená s ohledem na dodržení opatření v souvislosti s Covid-19, chyběla tedy oblíbená country kapela a kreativní dílničky pro širokou veřejnost. I přes obavy, zda akci vůbec uspořádat, nutno říci, že nečekaná účast nás velmi překvapila a že všichni účastníci se chovali zodpovědně a disciplinovaně. Všude byla cítit radost z pohybu na čerstvém vzduchu a vzájemného setkání. Počasí nám také přálo. A slova díky a uznání spokojených účastníků nám, organizátorům byla odměnou. Kéž bychom mohli takových aktivit pořádat více. Krajská rada seniorů děkuje touto cestou všem, kteří věnovali svůj čas a pomohli při organizování skvělého odpoledne. Zvláštní poděkování patří AGE Centru, které připravilo slovosatelny kvíz a tři vylosovaní účastníci stezky získali dárkové poukazy na infuzi vitamínu C na podporu imunity v hodnotě 500 Kč. Vítězům blahopřejeme. Již teď připravujeme stezku poznání „Jdeme celá rodina“ na Plumlově 31. července v zalesněné přírodě u Podhradského rybníka s nádhernou scénérií Plumlovského zámku v kempu Žralok. Navštivte a sledujte naše stránky www.krsol.cz, těšíme opět na vaši hojnou účast.

Senioři jedou s dobou

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje společně s novým partnerem spolkem „Moudrá sovička“ reaguje na silnou potřebu vzdělávání v počítačové gramotnosti u seniorské populace.

O co jde? Naučit seniory, jak pracovat s počítačem, tabletem, chytrým telefonem v místě, které si senioři vyberou, kurz trvá čtyři až osm hodin, dle potřeby a je určen pro skupiny o dvanácti seniorech. Pro menší skupiny je připravená mobilní učebna (speciálně vybavené auto) které po domluvě přijede, do něj se vejdou maximálně 4 osoby. Pro více informací navštivte opět naše stránky. Díky Nadaci Vodafone, která za projektem stojí, jsou semináře



a kurzy pro vás, senioři, zcela zdarma. Zábřeh, Litovel a obec Skrbeň jsou první „vlastovky“, které mají za sebou úspěšný vzdělávací seminář. Další spolky a zájemci se mohou hlásit u Krajské rady seniorů.

Krajská rada seniorů opět výletuje

Tři plné autobusy natěšených seniorů jsme v měsíci červnu vypravili na týdenní rekondiční pobyt do Hotelu MAS*** v Sezimově Ústí. Na cestu dostali čerstvé číslo Moravského seniora ale také aktualizovanou mini verzi seniorské obálky. Čekal je týden blaha, super ubytování, wellness, skvělá kuchyně, krásné tematické výlety a fantastický delegát pan Michal, kterého senioři milují. První turnus vypravila naše kolegyně Jaruška Köhlerová, která se pobytu také sama zúčastnila s cílem předjednat podzimní termíny. KRS aktivně spolupracuje s vedením Hotelu MAS již pátým rokem. Díky této skvělé spolupráci navštívilo MAS*** více jak 1000 spokojených seniorů. Již teď se můžete informovat a přihlásit na podzimní rekondiční pobyty a to od 9.–14. 11. a od 14.–19. 11. 2021 u paní Köhlerové tel.: 732 208 050.

Krajské sportovní hry seniorů 2021

Letošní ročník oblíbených sportovních her, kterých se mohou zúčastnit pětičlenná smíšená družstva, proběhne 18. srpna na stadionu TJ Lokomotiva v Olomouci, pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje. Již teď se můžete přihlásit a napsat si o propozice u paní Marcinkové, místopředsedkyně KRS Olomouckého kraje tel. 731 087 190. Vyplněnou přihlášku odešlete nejpozději do 31. července 2021 na email: z.marcinkova@seznam.cz

Přihlášky zaslané po termínu nebudou akceptovány. Startovné ve výši 400 Kč za družstvo uhradte do 31. 7. na účet KRS u Fio banky – č.ú. 2900931192/2010, do zprávy pro příjemce uveďte název klubu/obce a variabilní symbol 18082021.

Úhrada startovného na místě v den konání soutěže není možná.

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje v Bratislavě

O tom, že aktivita Krajské rady seniorů Olomouckého kraje nezná hranice, nemůže být pochyb.

Je tomu již bezmála osm let od chvíle, kdy se poprvé potkaly u kulatého stolu dvě báječné dámy, původním povoláním učitelky, předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého kraje Milena Hesová a předsedkyně JDS Slovensko Prešovského kraje Anna Petričová. Vzájemné sympatie, bohaté zkušenosti a inspirující nápady a aktivity pro seniorskou populaci v obou zemích, byly jasným a velmi silným důvodem k podepsání dohody o vzájemné podpoře a spolupráci. Díky tomuto podání rukou řízeného osudem, senioři obou zemí několikrát do roka mají možnost se setkávat, poznávat krásy obou krajů, navazovat nová skvělá přátelství a vzájemně se obohacovat kulturním, sportovním, wellnessovým a společenským životem. Tradicí se stala již společná účast na krajských i celorepublikových sportovních hrách v obou zemích ale také v Polsku – v Opolském vojvodství a v Gorlicích. Každý rok organizujeme společný projekt čtyřdenní „Československopolské setkání“, organizátorem je vždy jedna země. Loňský již čtvrtý ročník, na který jsme se všichni moc těšili a který měl proběhnout v polských Gorlicích, jsme museli k naší lítosti z důvodu pandemie Covid-19 zrušit.

Cílem tohoto přátelského setkání delegace Krajské rady seniorů Olomouckého kraje se zástupci Jednoty důchodců Slovensko v Bratislavě, bylo navázání intenzivnější, vzájemné spolupráce na společných projektech na úrovni dalších krajů ale i celorepublikově. Předsedkyně KRS Olomouckého kraje a zároveň místopředsedkyně RS ČR představila úspěšné projekty – táborovou školu v přírodě,

VU3V, sportovní hry seniorů, Babičku roku, „FIT senior“ seniorskou obálku a další. Aktivity a činnost Krajské rady seniorů Olomouckého kraje se díky silné podpoře hejtmanskví daří úspěšně organizovat již několik let, některé se stávají pro svou úspěšnost a oblíbenost novodobou tradicí. Spolupráce s krajem je velmi intenzivní, příkladná a na vysoké úrovni. Zástupce z Olomouckého kraje z oddělení cestovního ruchu Tomáš Weber informoval podrobně o úspěšném a seniory velmi oblíbeném projektu „Seniorské cestování“, turistických cílech a zajímavostech v Olomouckém kraji. Statutární místopředsedkyně předsednictva JDS Slovensko Valerie Pokorná a místopředseda Alojz Luknár hovořili pak o svých aktivitách a programech pro seniory. Vzájemný dialog se dotknul také pandemie způsobené Covidem-19, zvládnutí nařízení, očkování, psychické a duševní zdraví, současná situace očima seniorské populace. Spousta společných témat zůstala otevřená na příští setkání. Setkání bylo velmi přátelské, obohacující a obě strany se dohodly na společných aktivitách, vzájemných pozvánkách a aktivní spolupráci, díky které budou moci vzájemně senioři obou zemí lépe poznávat zvyky, tradice a turistické cíle. Vzájemná výměna informací, navazování nových přátelství a sociálních kontaktů, pak bude obohacením seniorského života v obou zemích.

Milí senioři, vážení čtenáři, jsme na konci našeho pravidelného sloupku, jménem týmu Krajské rady seniorů Olomouckého kraje vám děkuji za přízeň a přeji vám krásné, pohodové dny. A nezapomeňte, Krajská rada seniorů je tu pro vás.

Milena Hesová
Předsedkyně KRS Olomouckého kraje
Místopředsedkyně rady seniorů ČR
Poradkyně I. náměstkyně hejtmana



Krajská rada seniorů Olomouckého kraje pořádá **VI. ROČNÍK**

Krajské SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ 2021

s mezinárodní účastí

Krajská rada seniorů Olomouckého zve seniorské sportovce a širokou veřejnost na **SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ OLOMOUCKÉHO KRAJE**



středa 18.8. 2021



Stadion TJ Lokomotiva Olomouc
Slavnostní zahájení her v 9:00



Přihlášky smíšených pětičlenných družstev (senioři 60+ a v družstvu musí být nejméně dvě ženy)

zasílejte do **31.7. 2021** na e-mail: **info@krsol.cz**
nebo z.marcinkova@seznam.cz

Propozice i přihlášku naleznete na www.krsol.cz



www.krsol.cz

VLASTIVĚDNÉ MUZEUM V OLOMOUCI REALIZUJE NEJROZSÁHLEJŠÍ PROJEKT DIGITALIZACE

Ve vlastivědném muzeu probíhá digitalizace. Téměř 70 tisíc sbírkových předmětů, jako jsou starobylé rukopisy, unikátní fotografie z doby, kdy představovaly zázrak moderního světa nebo předměty každodenní potřeby našich hanáckých předků a mnohé další je v rámci unikátního projektu s maximální pečlivostí a profesionalitou konzervováno a ošetřeno, případně restaurováno a následně nejmodernějšími metodami digitalizováno tak, aby vše bylo uchováno pro příští generace. Ve finální fázi bude vytvořeno na 220 tisíc digitalizátů s přesnými popisnými daty daných objektů.

„Digitalizáty jsou vybírány na základě potřeby z hlediska zachování kulturně historických hodnot,“ upřesnil

vedoucí Historického ústavu Vlastivědného muzea v Olomouci Filip Hradil.

„Různé platformy virtuálního vzdělávání patří k jednadvacátému století a mě těší, že Vlastivědné muzeum v Olomouci jde v tomto směru s dobou. Věřím, že jeho projekty budou mít velký úspěch,“ uvedl Jan Žůrek, radní Olomouckého kraje pro oblast kultury.

V rámci daného projektu se také realizuje nová Přírodovědná ex-

pozice, kdy tato didaktická expozice je určena zejména pro žáky základních škol 1. a 2. stupně a širokou veřejnost. Klade si za cíl dodat, zcela novou formou, ucelené a doplňující informace k učivu z prvouky a přírodovědy na ZŠ a SŠ.

Tato expozice společně se stávající přírodovědnou expozicí „Příroda Olomouckého kraje“ vytváří ucelený komplex přírodních jevů a samotných zástupců fauny a flóry, se kterými se můžeme setkat v naší přírodě.

„Obě expozice se budou snažit návštěvníka nejen pobavit a poučit, ale také co nejvíce vzbudit hlubší zájem o přírodu a uvědomit si vztahy mezi člověkem a životním prostředím. V podstatě bude celé II. patro Vlastivědného muzea v Olomouci tvořit jeden ucelený přírodovědný muzejní komplex pro návštěvníky,“ doplnil ředitel Vlastivědného muzea v Olomouci Břetislav Holásek.

(vmo)

muzeum
VLASTIVĚDNÉ MUZEUM V OLOMOUCI



ZEMŘEL ŽIVOTNÍ OPTIMISTA JOSEF URBAN

Ve středu 2. června 2021 tragicky zahynul významný odborník v oblasti fyzikální terapie, dlouholetý vysokoškolský pedagog, odborný garant Centra pohybové medicíny v Olomouci Fyziomed, bývalý člen realizačního týmu fotbalistů SK Sigma Olomouc, pan Josef Urban.

Josef byl úžasný člověk, který kolem sebe neúnavně šířil optimistickou náladu a který dokázal ochotně pomáhat. Byl oblíbený mezi tisícovkami lidí, mimo jiné i v naší rodině a u zaměstnanců naší společnosti FGP studio. Olomouc přišla o další skvělou osobnost a ta ztráta velmi bolí.

Upřímnou soustrast rodině Josefa Urbana.

Miloslav Kyjevský,
šéfredaktor a vydavatel Moravského seniora



ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA: VĚŘIT NEBO NEVĚŘIT?

Žijeme v přetechizované době a společnosti, která je již velmi vzdálená od přírody a přírodních metod léčení. Lidé jsou již tak unaveni technikou, že přestávají věřit lékařům a klasické medicíně a začínají vyhledávat něco jiného. Alternativní postupy v medicíně byly, jsou a budou. Když jde o zdraví a v krajním případě i o život, člověk nepřemýšlí o tom, jestli je lék nebo léčebný postup legální. V tu chvíli jde rozum stranou a nastupuje pud sebezáchovy, tedy snaha zbavit se svého trápení co nejrychleji a pokud možno bezbolestně. Alternativní metody takovou možnost nabízejí, ale ne každý, který si říká léčitel, má potřebné znalosti a své práci doopravdy rozumí. Samozřejmě jsou i takoví, u nichž se léčitelství dědí z pokolení na pokolení a nelze jim nic vytknout, spolupracují s lékaři či sami mají lékařské vzdělání.

KDO MÍŘÍ K LÉČITELŮM?

Pokud nepomůže lékař nebo psycholog, tedy klasická medicína a věda, přicházejí na řadu léčitelé, kartárky, astrologové, faráři a podobně. Alternativní medicína zvládne mnohé proto, že k ní lidé mají vyšší důvěru a nabízí pochopení pro jejich utrápené duše, nemají pocit sériového ošetření a odchod z ordinace s receptem v ruce. Důvodů, které vedou řadu lidí k léčiteli, je nekonečně mnoho. Zvědavost, špatné zkušenosti se zdravotníky, neúspěšná léčba, při prostém zoufalství při nemoci, módní trend či doporučení od známých.

ČLOVĚK V TÍSNI - SNADNÁ OBĚŤ

Člověk, který vyhledá lékaře či léčitele, je v tísní. Je nemocný nebo má strach, že je nemocný a tím pádem je zranitelný. Lidé se chtějí uzdravit a žít plnohodnotný život. Co jim k tomu pomůže, je vlastně až tak nezajímavé. Podléhat nesmyslům patří k lidské přirozenosti. Podstatou medicíny je mít kvalitní vědecké důkazy a činit svá rozhodnutí na jejich základě. Někdy alternativní léčitelé nabádají pacienty, aby před svými lékaři o praktikách mlčeli.

Alternativní léčitelé mohou způsobit velké škody, i když zlepší subjektivní prožívání choroby. Pacient je mnohdy ochoten ukončit léčbu u lékaře. Pacient se psychicky cítí lépe, zatímco se jeho choroba rozvíjí dál. Až když nemoc dosáhne těžko snesitelné míry, psychika zkolabuje a nemocný hledá pomoc u lékaře, často je však už pozdě. Pokud se rozhodneme pro alternativní léčbu, je důležité znát profesní složku lékaře / terapeuta, zejména jaké má zkušenosti a kvalifikaci.

V alternativní medicíně se vyskytuje mnoho lidí, kteří mají touhu zbohatnout na nemoci druhých, respektive na péči o jeho zdraví. Vždy se informujte, jaké terapie budete podstupovat, jakou náplň bude mít vaše léčba. Mějte na paměti, že léčba není hrazena žádnou pojišťovnou a je dosti nákladná. Chtějte vědět, jak dlouho bude léčba trvat, jaké má váš lékař/terapeut zkušenosti s vaším druhem onemocnění. Někteří nabízejí slevy, pokud

podstoupíte více terapií. Počítejte s náklady v podobě přípravků nebo doplňků stravy.

MÁ OSOBNÍ ZKUŠENOST

Mám osobní zkušenost s alternativní léčbou a ráda bych se o ni s vámi podělila. Před deseti lety můj manžel onemocněl. Bohužel civilizační chorobou - rakovinou tlustého střeva. Typický příklad, že nemáte žádné potíže a až přijdou, je pozdě. Po důkladném vyšetření byly zjištěny i metastázy v játrech. Nádor ve střevě byl odoperován. Byla započata chemoterapie a prognóza zněla, ať počítám s posledním půlrokiem manželova života. Nic nezmůžete a jako zdravotní sestra jsem si to dokázala představit. Stála jsem o prodloužení kvality života manžela, co to půjde. Po půlročním léčení na onkologii v místě bydliště jsme přešli na onkologii v Brně na Žlutém kopci. Tady jsem pochopila, jak propastný rozdíl je mezi nemocnicemi, kde se léčíte, ne v léčbě, ale v přístupu a chování k nemocným. Že musí manžel odejít, jsem věděla, ale nám se podařilo prodloužit kvalitní život na 4,5 roku. Rozumím, že je důležité, o jaký druh nádoru jde, jeho uložení, atp. Čekali jsme, kdy to přijde, nic jiného vám nezbyvá. To, že je to o psychice, vůbec nepochybuji. Manžel se snažil sportovat, jezdit na kole. Dva roky před koncem se upnul na alternativní léčbu. Byla to jeho volba, a přestože já jako chirurgická sestra jsem na to měla jiný názor, naprosto jsem souhlasila. A začal kolotoč. Z Prahy se objednával bylinkový čaj proti rakovině (3 500 Kč/měsíc), manžel poctivě popíjel 5x denně včetně noci. V časopise zahlédl reklamu „Vyléčil jsem Fidela Castra z rakoviny“. Jednalo se o bylinné kapky (2 900 Kč/týdně). Ječmen, chlorella, ostropestřec a spousta dalších zaručených produktů, které vás „vyléčí“ z rakoviny. Absolvovali jsme též návštěvu Filipinského chirurga Lina (4 000 Kč/30 minut), který operoval holýma rukama. Krátce na to jej vyhostili z naší republiky.

PŘEMÝŠLEJTE

Vůbec ničeho nelituji a jsem přesvědčená, že tato alternativní léčba manželovi hodně pomohla a to hlavně, jak se všude zdůrazňuje, psychicky. To funguje zaručeně. Lze to říct takto “naděje umírá poslední”. Manžel zemřel 4,5 roku od operace a ne půl roku, jak zněla prognóza. Nemoc nezmizela, ale plíživě postupovala. Díky skvělé psychické pohodě tu s námi vydržel 4,5 roku navíc. Určitě vám není neznámý pojem placebo (efekt bez účinku) - je to stav mysli, kterému člověk věří a který ho léčí. Čínská medicína s tím pracuje léta. Její terapeuti věří, že psychika dokáže v těle spustit léčebný proces. Pojem alternativní medicína je poměrně široký pojem a shrnuje mnoho metod. Extrémní výživové systémy, psychotronické a biotronické léčitelství, akupunktury, homeopatie a jiné. Měli bychom přeci jen více přemýšlet, komu svěříme do rukou své zdraví.

Stanislava Zavadilová,
odborná zdravotní sestra



LETNÍ PEČENÍ

Listové košíčky s malinami

1 balení listového těsta

1 kokosový pudink

1 zakysaná smetana

100 g másla

3 lžičky třtinového cukru

Mléko do pudinku

Čerstvé maliny

(borůvky, jahody, nebo kombinace)

Rozválené listové těsto rozkrájejte na čtverečky asi 8 cm veliké, podle velikosti formiček na muffiny. Formičku na muffin vždy vyložte dvěma čtverečky na sobě, tak aby vyčuhovaly všechny rohy a vytvořil se košíček. Použijte plech, nebo pevné košíčky, papírové by neudržely tvar. Košíčky upečte na 200 °C. Kokosový pudink uvařte dle návodu, ale použijte jen polovinu mléka a pudink nechte vychladnout. Máslo vyšlehejte s cukrem a postupně přidávejte vychladlý pudink. Nakonec vmíchejte podle potřeby smetanu. Tuhým krémem naplňte košíčky, ozdobte je malinami a nechte vychladit.

Drobenkový koláč s pudinkem

600 g polohrubé mouky

150 g krupicového cukru

1 vanilkový cukr

1 prášek do pečiva

½ hery

½ másla

1 vejce

Vypeckované třešně, nebo višně

Na pudink:

1 l mléka

2 vanilkové pudinky

8 lžiček krupicového cukru

Uvařte pudink a nechte ho lehce prochladnout. Z ingrediencí na těsto umačkejte drobenku a tři čtvrtiny ji rozprostřete na vymazaný plech. Drobenku zalijte vlažným pudinkem, naskládejte ovoce a celý koláč posypte zbytkem drobenky (kdyby se málo drobila, tak ji nastrouhejte). Pečte ve vyhřáté troubě na 180 °C asi 30–40 minut.

Mražené tiramisu

1 balení cukrářských piškotů

2 l vanilkové zmrzliny

1 hrníček silné kávy

3 lžičky cukru krupice

1 vanilkový cukr

2 lžičky Brandy, whisky,

nebo jiného alkoholu

Čerstvé ovoce

Ve vlažné kávě rozpustěte cukry a přidejte alkohol, vytvoříte tak kávový sirup. Zmrzlinu nechte trochu povolit, aby se s ní dalo pracovat. Piškoty namáčejte do vychladlého kávového sirupu a naskládejte do formy na srncí hřbet vyložené potravinářskou fólií, nebo do dortové formy. Zakryjte vrstvou zmrzliny a vrstvení opakujte. Horní vrstvu zmrzliny zakryjte fólií a nechte dezert dobře zmrazit. Podávejte s čerstvým ovocem.

ODPOČINKOVÝ POBYT V KARLOVĚ POD PRADĚDEM S MORAVSKÝM SENIOREM



**Vydavatel a šéfredaktor
Moravského seniora Miloslav
Kyjevský vás zve na šestidenní
odpočinkový pobyt v krásné
přírodě Jeseníků v chatě
Smrková (hotel Kamzík)
v Karlově pod Pradědem**

Termíny:

- 30. 8.–4. 9. 2021
- 4.–9. 9. 2021

Dispozice:

Pokoje pro 2–5 osob
(můžete si vytvořit vlastní skupiny)
Bazén, vnitřní i venkovní wellness
Tělocvična, posilovna, bowling

Snídaně, obědy, večeře

Kapacita 30 osob

Program:

Společenské hry, posezení
u ohně, lehká turistika,
procházky lesem

Cena: 4 250 Kč

Cena zahrnuje ubytování 5 nocí
včetně plné penze.

Kontakt pro přihlášení:
office@moravskysenior.cz
(Eva Nádvorníková)

**Podmínky zdravotní způsobilosti budou
přizpůsobeny aktuální pandemické situaci.**



Venkovní wellness hotelu Kamzík



Chata Smrková



Jídlna
na Chatě Smrková



Pokoje na Chatě Smrková



Bar a jídelna hotelu Kamzík

HLÍDÁTE DĚTI? TOHLE BYSTE MĚLI VĚDĚT O JEJICH LETNÍ HYGIENĚ

Pandemické restriktce a omezení se pomalu rozvolňují a životy dětí i dospělých se vrací do normálu. Vědí ale děti, jak se chovat třeba v obchodech či na cestě do zájmového kroužku? A na co je upozornit před prázdninovými cestami za kamarády, pobyty u prarodičů či letním táborem? Máme pro vás manuál, jak děti připravit, aby riziko nákazy pro ně bylo co nejnižší.

1. Nezapomínat na časté mytí rukou

Pro dospělé základ, dětem se musí jeho důležitost opakovaně připomínat. Po každém příchodu z venku je potřeba si umýt ruce. Stejně tak je nutné očistit si ruce po cestě MHD, vlakem či autobusem, nebo třeba po nákupu v obchodě či manipulaci s penězi, a to zejména, když se děti chystají mlsat nebo si dát svačinu. Pokud není kde si umýt ruce, musí děti použít antibakteriální gel nebo jednorázové hygienické ubrousky. To je důležité jim zdůraznit, pokud si chtějí dát venku něco dobrého, v létě zejména zmrzlinu. Vždy je musí mít po ruce a mít jich dostatečnou zásobu.

2. Chránit si dýchací cesty

Na každý den je potřeba mít připraven nový respirátor či nanoroušku a děti je musí nosit všude s sebou. Pokud není zrovna na obličej, je dobré vymyslet místo, kam ho dítě vždy upevní, aby je neztratilo – buď na ruku, nebo třeba na poutko od batohu. „Pro děti jsou velmi vhodné nanoroušky, mají 4 vrstvy a díky nanovláknům zajistí účinnou ochranu, jejich účinnost proti virům je až 99,8%. Oproti respirátorům jsou lehké, pohodlné a lépe se v nich dýchá, což během horkých letních teplot bude pro děti při všech letních aktivitách opravdu příjemnější,“ vysvětluje Tomáš Mertlík z Batist Medical a dodává: „Děti by měly mít u sebe vždy alespoň dvě nanoroušky navíc pro případ, že ji někde ztratí, zašpiní nebo namočí ve vodě.“

3. Držet se mimo davy a dodržovat odstup

Dalším pravidlem, které je potřeba dětem opakovat, je dodržování odstupů od ostatních lidí. Blízký kontakt je vhodný pouze s kamarády nebo třeba táborovou skupinou, ale ve chvíli, kdy jsou děti i mezi ostatními lidmi, musí mít ochranu dýchacích cest a velkým davům se vyhýbat. Důležité je vnímat své okolí, vyhnout se plnému obchodu, ve vlaku či MHD vybírat místa, kde je prázdně nebo méně lidí, a při čekání ve frontě dodržovat od ostatních alespoň dvou metrový odstup.

4. Nesdílet jídlo ani pití s kamarády

Není vhodné, aby děti mezi sebou sdílely jídlo ani pily z jedné lahve, a to kvůli tomu, že si touto cestou mezi sebou případnou infekci snadněji předají. Je třeba jim



vysvětlit, že i když je správně se rozdělit, neměly by si s kamarády dávat vzájemně kousnout ze svačiny nebo se dělit o cukrovinky. Zvláště malé děti byste měli přimět pochopit, že odložené lízátko už nesmějí strkat do pusy a svačinu by nikde neměly odkládat rozbalenou. Problematický je i nabízený nebalený bonbón nebo kousek ovoce, protože není jisté, zda si kamarád, který jídlo nabízí, dobře umyl ruce.

5. Mít na každý den připravené hygienické prostředky

Děti by měly mít hygienu rukou a pravidla, která snižují riziko nákazy koronavirem, jako rituál. Důležité je, mít na každý den nachystaný respirátor či nanoroušku a další hygienické pomůcky jako je antibakteriální gel či vlhčené ubrousky. Dobré je mít tyto pomůcky v batohu nebo kufru vždy na jednom místě, aby dítě vědělo, kde je hledat. Proto jim na výlety nebo prázdninový pobyt nabalte tyto věci do jedné taštičky nebo krabičky. Velmi prospěšné jsou tzv. „safety packy“, které obsahují nanoroušku, vlhčený ubrousek a ochranné rukavice, tedy vše potřebné uzavřené ve voděodolném pouzdře.

6. Dodržovat pravidla na kartičce

Děti se budou o prázdninách pohybovat bez dozoru rodičů a o to víc je potřeba s nimi o rizicích spojených s nákazou opakovaně mluvit. Pomůckou pak může být kartička, na kterou dítěti v bodech a přehledně rodiče napíší, co musí a co nesmí dělat. Může si ji vzít na tábor nebo na prázdniny k příbuzným, a když jí bude mít stále na očích, snadno si pokyny vstřípí a bude schopné se správně zachovat. (aspen.pr)



OČNÍ KLINIKA TANA

evropská špička

7 NEJČASTĚJŠÍCH MÝTŮ O ZRAKU

Taky vás v dětství krmili mrkví s tím, že díky tomu budete mít oči jako rys? Pokud jste k ní nejedli chleba s máslem, bylo to zřejmě úplně zbytečné. Pojdte se s podívat na zoubek nejčastějším mýtům o zraku s Martinou Novotnou, ředitelkou oční kliniky Tana v Olomouci.

MÝTUS Č. 1

O oči není třeba se nijak zvlášť starat.

Celé naše tělo potřebuje péči. To platí v každém věku a čím jsme starší, tím bychom měli být důslednější. Základem je samozřejmě prevence. Pravidelné vyšetření zraku může завčas odhalit případné vznikající problémy a oční vady.

MÝTUS Č. 2

Hojná konzumace mrkve pomáhá zlepšit zrak a korigovat oční vady.

Problém s mrkví tkví v tom, že, aby z ní tělo dokázala vstřebat potřebné vitamíny, musí se vázat na tuky. Takže mrkev jedine na másle nebo s olivovým olejem. Vitamin A potom vyživuje sítnici a nepřímo pomáhá udržet zdraví očí. Nicméně od dioptrií vám rozhodně nepomůže a podobné tělu prospěšné látky obsahují i další druhy zeleniny.

MÝTUS Č. 3

Sluneční brýle jsou jen pěkný doplněk na léto.

Ano, je to sice pěkný doplněk, zároveň však také kvalitní sluneční brýle chrání oči před škodlivými UVA a UVB paprsky. Předcházejí poškození očí, zamezí bolestem hlavy ze sluníčka, pomáhají při pohybu venku, při sportu i řízení auta. A to už stojí za to, nosit je nejen v létě, ale kdykoliv, kdy je slunce venku o něco ostřejší.

MÝTUS Č. 4

Lepší je nemrkat.

Hráli jste v dětství takovou tu hru, kdy vyhraje ten, kdo vydrží nejdéle nemrkat? Faktem je, že mrkání je pro oči velmi důležité. Díky pohybu očního víčka dochází k roztírání slzného filmu, jeho výměně a odstraňování nečistot. Oko je chráněno před zánehy a pravidelně zvlhčováno, takže nemáte pocit řezání nebo suchého oka. Takže pro přístě: Zvítězí ten, kdo zamrká jako první!

MÝTUS Č. 5

Návštěva očního lékaře není třeba, pokud s očima nemáte žádné problémy.

Chcete čekat s návštěvou oftalmologa až do důchodu? Velká chyba. Pravidelné prohlídky mohou odhalit závažné oční choroby dříve, než se naplno projeví. Navíc po čtyřicítce dochází k prvním změnám: zhoršuje se akomodace oka, člověku se hůře čte, potřebuje brýle. Proto se vyplatí preventivní kontroly nepodceňovat. Minimálně si nechte změřit nitrooční tlak. Také řidiči by měli pravidelně docházet na oční kontroly.

MÝTUS Č. 6

Začínající šedý zákal není třeba řešit, musí dozrát.

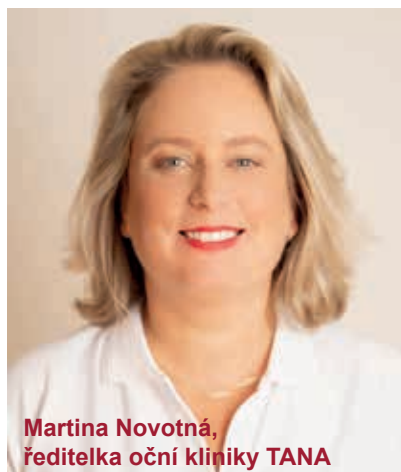
Ano, dříve to tak bylo. S tím, jak doba pokročila a lékaři mají k dispozici modernější technologie a nové operační postupy,

čekat se opravdu nevyplatí. Operace se dnes provádí mnohem šetrněji a díky různým nitroočním implantátům dokáží oční lékaři odstranit i několik očních vad zároveň.

MÝTUS Č. 7

Zhoršení vidění při čtení lze vyřešit čtecími brýlemi ze supermarketu.

Tohle by vám žádný specialista nedoporučil. Univerzální brýle totiž nerespektují potřeby vašeho oka a ve výsledku vám mohou poškodit zrak. Zvláště nevhodné jsou na dlouhodobé nošení např. při práci. Velmi často způsobují bolest hlavy a únavu, která zdánlivě s brýlemi nemusí souviset.



Martina Novotná,
ředitelka oční kliniky TANA

Oční klinika TANA v Olomouci, to je váš osobní oční lékař s nadstandardním přístupem. Hlavní specializací tohoto pracoviště je laserová operace očí, léčba šedého zákalu, operace sítnice a sklivce. Kromě toho jsou vám zdejší specialisté k dispozici pro celou řadu dalších zákroků, běžných ambulantních vyšetření i pro preventivní péči o vaše oči. Navštivte nás.

Oční optiky TANA

Naše provozovny na ulicích Uhelná a Wellnerova doplňují nabízenou péči o možnost nechat si v případě potřeby zhotovit brýle ve vysoké kvalitě s rozšířenou zárukou na řešení eventuálních problémů zdarma.

www.tanaocniklinika.cz/o-nas/

PROVOZOVNA UHELNÁ, OLOMOUČ
PROVOZOVNA HORNÍ LÁN, OLOMOUČ
OČNÍ AMBULANCE TANA, PŘEROV
OČNÍ OPTIKY TANA

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



Marie Nemravová, 79 let
Litovel

- Největší radost jsem měla z narození dětí, vnoučat a pravnoučat.
- Jsem spokojená. Ráda pracuji na zahrádce, pěstuji květiny. Nic bych neměnila.



Eva Holubová
Olomouc

- Radostí bylo víc. Ale největší z poslední doby je, že jsem se stala prababičkou.
- Jsem se svým životem spokojená, ale kdybych měla tu možnost, tak bych asi udělala všechno jinak.



Milada Kuchařová, 88 let
Litovel

- Radost mi dělají děti, vnuci a pravnuci. A mám radost každý den, když mě nic nebolí.
- Nic bych neudělala jinak. Přeji si hlavně abychom byli všichni zdraví, spokojení a šťastní.



Júlia Nováková, 92 let
Olomouc

- Co byla největší radost v životě, to je těžké říct, určitě zdravé děti, ale co jinak, to nevím. Teď už moc radostí nemám, v tomto věku. Největší radost mi dělá dcera, že se o mě dobře stará.
- Co bych udělala jinak, to těžko říct. Nic něšlo udělat jinak. Možná bych našla jinou práci, ne tak těžkou.



Hledám kamaráda na společné chvíle. Olomouc a okolí. Mé zájmy jsou – příroda, cestování, kolo, plavání, kultura, zahrádka. Důchodkyně 164, tel.: 775 085 248.

Žena 72/70 velmi aktivní hledá přítele pro život ve všech směrech, raději mladšího než ona, pište na e-mail zdenkazientkova@gmail.com

Žena 62let, štíhlá, ráda pozná upřímného NEkuřáka, pohodáře s vyšší postavou, štíhlejšího 60–68 let, bez závazků s vyřešenou minulostí. Ještě zažít hezký vztah bez hádek, sobectví a přetvářky. Mít se s kým smát, chodit na procházky, jezdit na výlety a.t.p. Řidič s autem vítán. SMS 735 884 151 Přerov.

Jsem vdovec 176/68, hledám kamarádku stejného osudu, nekuřačku ani alkoholičku, k občasným schůzkám, jestli jsi sama tak se ozvi, jsem z Přerova SMS 702 997 441.

Vdova 65 let, ráda pozná muže na společný život. Olomouc a okolí. Telefon 737 836 652.

Karel 180/75, ÚSO, normální chlap, sirotek s vyřešenou minulostí, již 30 roků pohodový klidáš z Olomouce, mající rád hudbu a vše, co život přináší, nekuřák, nealkoholik, bez závazků s vlastním zázemím. Pro život mám vše, ale schází mi pohodová, příjemná a volná paní, která má ráda vodu, přírodu, životní pohodu, ráda cestuje

za vodou a nejde po majetku. Vzájemná výpomoc. Prošim SMS na tel. 608 617 719, nebo i volat. Děkuje Karel.

Osamocená žena z Olomouce ráda pozná muže všech zájmů. Jsem 66/155 plnější. Napiš, čekám. Tel.: 725 892 823.

Starší důchodkyně hledá mladší ženu, která by ji mohla jednou týdně navštívit. Volejte 731 849 446.

Jsem vdova 73 let a ráda bych poznala kamarádku stejného osudu, která také zůstala sama a nemá si s kým popovídat a vypít hrnek kávy, zajít na procházku a podobně. Věřím, že někdo takový je. V okolí OP, OL, BR. Telefon 731 967 880. Předem děkuji za zavolání. Muže nehledám!

Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

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

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

**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 posílejte do 15. 7. 2021 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.

POMŮCKA: ALEA, MYOM, PM, TORR, UA, VAD	HOTEL NA LODI	1. DÍL TAJENKY	ZNAČKA NANOMETRU	KELT		TÝKAJÍCÍ SE OPISU ŽEN. ROD	VRÁTNÝ	KOSTKY LATÍNSKY	SLOVENSKÁ PŘED- LOŽKA VE	AUTOMOBIL, ORIENTAČNÍ SOUTĚŽ ZKR.		PODDANÝ	ROUBENÁ CHATA	3. DÍL TAJENKY	BOŽSKÉ VTĚLENÍ DO BYTOSTI	
INTER- NETOVÝ VYHLEDAVAČ					SLEZSKÉ MĚSTO						HOROLEZ. POMŮCKA HORNÍ ČÁST MÍSTNOSTI					
ZNAČKA KEČUPŮ					VYBĚZEK PEV- NINY DO MOŘE OBCHODNÍ AKADEMIE											
TVOJE OSOBA			FRANCOUZ- SKÁ ŘEKA KLOUBNÍ NEMOC						STOKA TUHÝ KOMUNÁLNÍ ODPAD ZKR.							
KONEC ANGLICKY				CHEMICKÝ PRVEK (AT) KILOGRAM- METR ZKR.						UMĚLÝ ČLOVĚK INIC. ZPĚV. DYKA						
ČESKÝ FOLKOVÝ ZPĚVÁK				CHEMICKÁ PŘÍPONA DOVEDNOST			SLEPÍČÍ CITO- SLOVCE						MPZ UKRAJINY VHODNÁ K ORÁNÍ			
	KOČKOVITÁ ŠELMA OBCHODNÍ DŮM ZKR.						ODPOLEDNE ZKR.					KOLOS VELEHOR- SKÝ ŠTÍT				
INICIÁLY HERCE VÍZNERA			ŘÍMSKÝCH 3000 ZŮSTAT									ÚDAJNĚ			AMERICKÁ FARMA	
VELKÝ STRACH				VEDOUČÍ FAKULTY	A PODOBNĚ ZKR.							INTERNÁT HOVOR.				
	TEDY HOVOR. OBČ. PRŮ- KAZ ZKR.											NÁPOJ S KOFEINEM				
NÁČINÍ ATLETA												BÝVALÁ JEDNOTKA TLAKU	NÁZEV NOSOVKY VYSOKÁ KARTA			
MALÉ PERO												MĚSTO OKRESU JÍHLAVA				
	AFRICKÝ ČÁP	ŘEKA V RUSKU DOHOŘELÁ				NÁSTROJ KOČÍHO	CITOSLOVCE POVZDECHU	ZATAČKA		LESNÍ PLODINA	ŠEST PLUS DVA RODOVÝ ZNAK				MPZ NOVÉHO ZÉLANDU	
JMÉNO TENISTY LENDLA				ŠEŘÍK POHYB VZDUCHEM					DRUH DROGY							
OBYDLÍ				OPAK SUDÉ SLED JÍDEL PŘI HOSTINĚ					KANADSKÝ HOKEJISTA ZESÍLENÝ POPĚVEK				MINISTER- STVO ZDRA- VOTNICTVÍ ČINIT			
INICIÁLY ZPĚVÁKA HLASE			SEČNÁ ZBRAŇ NÁDOR VE SVALU			SPOLEK PLOCHÝ KOTOUČ						PORÁŽKA V BOXU ZKR. CÍL			DEŠŤ ANGLICKY	
JEMNÁ LÁTKA					BIŘIC ZVLÁŠT NÁREČNĚ							UHELNÝ PRACH PLYN ANGLICKY				
	POTOMEK HORSKÁ SLUŽBA ZKR.			STUPEŇ V DŽUDU ODPOLEDNE ANGL. ZKR.					SOUHRN ÚR. JEDNÁNÍ TO ANGLICKY							
2. DÍL TAJENKY															DŘÍVĚJŠÍ ZNAČKA POČÍTAČŮ	
OPUŠTĚN				POHYBOVAT OČNÍMI VÍČKY											TKANINA S LESKLÝM POVRCHEM	

moravský
senior

Řešení z minulého čísla: Hlupáci jsou sebejistí, ale moudří lidé plní pochybností. **Výherci z minulého čísla:** Oldřich Lošťák, Prostějov; František Zlámal, Velký Újezd; Jan Hundák, Jeseník.



Online leták

Každý týden pro Vás chystáme nový leták, ve kterém najdete akční zboží za nízké ceny. Abychom Vám jeho prohlížení ještě více ulehčili, připravili jsme si pro Vás i jeho **online verzi**, se kterou můžete mít o našich produktech **přehled opravdu kdykoli a kdekoli**.



Videorecepty

Vymyslet, co pro sebe nebo rodinu v týdnu či o víkendu navařit, bývá někdy těžší než sportování. Ale nemějte obavy! Jednou týdně pro Vás natáčíme videorecepty, se kterými získáte nejen **novou inspiraci**, ale i jednoduché řešení pro celou Vaši rodinu.

@ Newsletter

Někdy člověk nestíhá – ani v životě, ani v práci. To nejzajímavější od nás ale vždy dostanete i do svého e-mailu, na který Vám posíláme nejen **aktuální katalog**, ale i samotné **PŘÍBĚHY** našich potravin.



Soutěže

Velmi často také pořádáme různé soutěže, ve kterých můžete získat hodnotné ceny, **třeba poukazy na nákup**. Radost z nakupování tak může být rázem větší!



Sociální sítě

Pro všechny fanoušky sociálních sítí máme nejen Facebook, ale i Instagram a YouTube, na kterých naleznete všechny aktuální informace.

Sledujte, co je u nás nového, aby Vám nic neuniklo!

