

# moravský senior®

zdarma!



Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 09/2021

## O skleněném džbánu Martina Skutky



Zdravotní rádce:  
Ledové nápoje



Seriál: Vraždy  
v Olomouckém kraji



Téma:  
Jaké je vaše bydlení?



**FGP** TISKÁRNA

**FGP**®  
*STUDIO*

S NÁMI MÁ TISK BUDOUCNOST

**FGP studio**

Táboritů 237/1, Olomouc 779 00

 [objednavky@fgp.cz](mailto:objednavky@fgp.cz)  +420 585 119 110

**[www.fgp.cz](http://www.fgp.cz)**





# OBSAH

**PŘÍBĚH SENIORA: MARTIN SKUTKA**

**strany 4–5**



**TÉMA: SENIORSKÉ BYDLENÍ**

**strany 6–7**



**ZDRAVOTNÍ RÁDCE**

**strana 29**

**ANKETA**

**strana 31**

**KŘÍŽOVKA**

**strana 35**

V srpnovém čísle jsme zveřejnili rozhovor s olomouckým politikem Martinem Majorem, v jehož záhlaví se omylem neobjevila informace, že jde o placenou inzerci. Za nedostatek se čtenářům omlouváme.

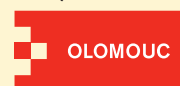
Redakce



Milí čtenáři,  
máte před sebou rozšířené vydání Moravského seniora, protože tak jako pokaždé před volbami dáváme prostor politické inzerci. A také vám, tak nějak navíc, chceme představit lidi, kteří podle nás budou hrát o volebním říjnu významné role a ty, které jsme nestihli představit během „nepředvolebních měsíců“, stíháme na poslední chvíli. Snad vás tím příliš neotrávíme, vždyť všichni víme, jaké je současné vnímání politiky národem. Rozšířili jsme proto, abychom vás neobrali o stále rubriky a abyste si mohli přečíst vaše dlouhodobě oblíbené stránky. Budeme rádi, když čtyřicet stran seniorského čtení osvěží první dny babího léta.

**Váš 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](http://www.moravskysenior.cz)**

**Vydavatel:** Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc, IČO: 03339769, Registrováno pod číslem MK ČR E 21702, vychází každý měsíc / **Tisk:** Miloslav Kyjevský – FGP studio, Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc / **Šéfredaktor:** Miloslav Kyjevský, e-mail: redakce@moravskysenior.cz / **Koordinátorka, distribuce, inzerc:** 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: 30. 8. 2021. Redakční uzávěrka příštího čísla: 17. 9. 2021. **ZDARMA**

## O SKLENĚNÉM DŽBÁNU MARTINA SKUTKY

**Sportovec, který nikdy nevynikal, nestal se slavným. Pamatuje celou plejádu olomouckých sportovců, trenérů, funkcionářů, mohl by o nich vyprávět hodiny, tolik toho s nimi zažil. Brzy začneme zveřejňovat seriál s těmito vzpomínkami. Poměrně čerstvý důchodce, pětasedesátiletý Martin Skutka z Olomouce, ale nejprve odvypráví čtenářům Moravského seniora svůj vlastní příběh.**

První, co jsem ze svých sportovních aktivit zažil, byl individuální výcvik v plavání. V září a říjnu roku 1962 jsem pod dohledem mých rodičů na břehu stojících v kabátech na městské plovárně – bývalém sokoláku pod vedením MUDr. Bankové, kolegyně mé matky z Fakultní nemocnice v Olomouci. Ona vůbec většina mých pozdějších známých patřila do okruhu známých mé matky, tedy lidí, kteří chodili na obědy ve FN, kde moje maminka pracovala jako řídící síla administrativy kuchyně. A co je od jídla, to většinou chutná a dobře se pak pamatuje na lidi kolem. Výuku poté kvůli těžké nemoci převzal doktor Bank, dříve plavec a posléze předseda SK UP Olomouc, též pedagog na FTK UP, se kterým se znám již více jak 60 let. Pak se rodiče zamýšleli, co se mnou v oblasti sportu, tak mne testoval dřívější atlet MUDr. Slavíček, též kamarád mé máti a majitel dvou až tří supervelkých dog.

### Poprvé v bazénu

Jeho prostřednictvím jsem se pak také dostal na nově vybudovaný plavecký bazén v Olomouci, kde mne již ve věku necelých osmi let umístili do plavecké přípravy. Mým novým trenérem byl otec mé spolužačky Hanky pan Zdeněk Petr. Petrovi bydleli na kraji Bořivojky, ulici známých sportovců – Nožířovi (Ota byl fotbalista ASO Olomouc,

pak Kříděl vlasti a jeho paní, rozená Weintritová, nejlepší házenkářka válečných a poválečných let v Olomouci), dále vedle Hejtmánkovi (paní Denisa – brankářka ZORY, na svém postu se střídala s Jitkou Dobešovou a její manžel Víta – organizátor házené žen ve 2. polovině 20. století), dům naproti opravovali také Šenkapoulovi – řídicí lidé olomouckých kuželek, naproti bydleli Bělohávkovi – umělci a pedagogové, a úplně na konci ulice u Mlýnského potoka přebýval Prof. MUDr. Navrátil, přednosta ORL ve FN Olomouc, který se mi jako dítěti furt vrtal v nose, krku a uších, neboť jsem jako dítě trpěl častými angínami, než se přišlo na to, že moje babička Fanyňka – sokolka, která s námi bydlela, je bacilonosič. A tak jí téměř v šedesáti letech trhali krční mandle.

Teprve nedávno jsem z knih pana doktora Ticháka přišel na to, že jsem jako dítě nastoupil na historicky první českou základní školu v Olomouci na ulici Sokolské, dříve Bělidla, zřízenou českými vlastenci v době ožívování české komunity v Olomouci v 70-tých a 80-tých letech 19. století. Aby se to nepletlo, poté jsem přešel na historicky největší školu – ZŠ Komenium, dříve největší německou reálku naproti Mořického kostela.

### Rebel, co se nevydržel nesmát

Má rebelská léta začala již ve školce, kdy jsem v okamžiku příchodu, s naplněnou náprsní kapsou na teplácích nudlemi z polévky, žaloval na paní ředitelku, že ona nosí domů jídlo v taškách. V době školní docházky se pak plně rozvinula má rebelská povaha a často jsem přicházel domů s kabelou, plnou poznámek typu „házel spolužáka na skříň „ a „byl příčinou zkratu, při němž hořelo el. vedení v délce cca 20-ti metrů a ještě se drze smál,“ apod. Ale protože jsem v době školní docházky měl na základní škole vždy samé jedničky, tak asi nebyl důvod snižovat známku z chování. A navíc jsem byl povětšinou trestán nevinně. Zkrátka, nevydržel jsem se nesmát těm trapným případům.

Jedna paní učitelka nám na hodinách češtiny vyprávěla o tom, že by každý z nás měl mít pro život jednu básničku, která ho provede životní cestou. A pro mne tou říkankou byla báseň Jaroslava Seiferta „Skleněný džbán“:

„Když je nám teprve deset let či dvanáct, to už je jak by smet, buď se k nám krása zády točí, protože o nás nestojí, či máme zamhouřené oči. Anebo je to obojí.

Tu dívku škádlil jsem dříve pro pihy kolem nosánku, vždyť měla vlasy zlatě rzivé jako je pivo ve džbánu.

Potkával jsem ji na schodech, vždycky měla spěch. Nosila pivo tatínkovi. Prováděl jsem jí všelicos. A hrozila, že ne mne poví, že na ni dělám dlouhý nos.



Martin Skutka se svou ženou Hankou.





*Mladý plavec Martin.*

Jednou však, když mne potkala, vrazil jsem do ní bez mála. Zůstala stát. Džbán skleněný postavila si na kraj a schodů. A palec měla od pěny.

Blesklo mi hlavou. A co teď? A hned tu byla odpověď. Dívka mne chvatně políbila. Na ústa. A pak vzala svůj džbán a tiše odkvapila“.

A báseň končí:

„Když je nám přes padesát let či víc, to už je jak by smet. Životy se nám rychle krátí a často popadáme dech, do dnes však vidím státi skleněný džbánek na schodech“.

A tou paní učitelkou byla paní Drahomíra Hrbková, moje nynější švagrová, tedy sestra mé ženy Hany. Před nedávnem byl její příběh uveden na stránkách tohoto časopisu. Díky ní a narození našeho synovce Daniela, nynějšího ředitele Švandova divadla v Praze, jsme se s mojí ženou Hanou před padesáti lety poznali. Začalo to návštěvou a gartulací k narození syna, poté společnými návštěvami filmového klubu, chutnými obědy na zdravce, kam tehdy bez vlastní jídelny chodili i studenti z ekonomky, pak pokračovalo rozpukek lásky středoškolských studentů, pravidelným ranním srazem na křižovatce pod hodinami na náměstí Hrdinů, kdy já jsem šel do školy z ranního tréninku na plaveckém bazénu a Hana, většinou pozdě, přijížděla tramvají z tepla domova.

## Zájem o historii

Život šel dál, já jsem reprezentoval v plavání, z Hany se stala atraktivní zdravotní sestra. Já jsem pak nastoupil na VŠ studia ekonomiky průmyslu na EK fakultu VŠB v Ostravě. Krátce nato jsme se po šestileté známosti a proti vůli mých rodičů vzali. Dokončil jsem studium a nastoupil jsem do SIGMY Olomouc jako kandrdas na zásobování. Počítače nebyly, lidé spoléhali na vlastní ruce a zkušenosti.

Měl jsem vynikající učitele, pány Dlabaju a Exlera, takže jsem se rychle zaučoval a posléze jsem to dotáhl i bez stranické příslušnosti až na post vedoucího zásobování. A to byla škola.

Kolegou v obchodním úseku SIGMY byl tenkrát stranou držžený novinář a historik Milan Tichák. Naše dlouholetá

známost spolu s dalšími sportovními aktivitami mne přivedly k dalšímu muži olomoucké historie, dříve řediteli Vlastivědného muzea a posléze předsedovi TJ LIGA 100 v Olomouci Miloši Čermákovi. Známost s těmito dvěma pány mne pak přivedla k zájmu o historii. Začal jsem zkoumáním historie mé rodiny.

S mojí ženou Hanou máme společně 3 děti – Kristýnu (1978), Kryštofa (1982) a Kristiána (1995). Můj otec František, spolužák Gustava Broma na kroměřížském gymnáziu, byl ročník 1921 se vším všudy, tedy i s totálním nasazením na 4 válečné roky v Drážďanech. Pak politicky sledován coby syn kulaka. Matka Věra, dcera Sokolů, o 14 let mladší otce, měla staršího bratra Karla (1929), talentovaného klavíristu, jehož komunisté zavřeli a strávil 12 let v těžkých kriminálech jako politický vězeň – Jáchymov, Leopoldov a Příbram.

## Nesportující tatínek

A protože mám a vždy jsem měl blízko ke sportu, moje pozornost se upnula nejen k rodinné historii, která má se sportem a tělovýchovou hodně společného, ale především ke sportu v regionu. Mnoho jsem toho prožil, ale i na vlastní oči viděl díky mému otci, sportovnímu antitalentu (do vody jenom po pás). Za mého dětství jsme byli všude: na házené, na basketbalu, na boxu, na plavání, na koních, na motorkách a autech, na šermu, na atletice, na lodích a dalších sportech.

Posléze jsem se k dění ve sportu přiblížil i profesně, nastoupil jsem jako tajemník na FTK UP, kde jsem poznal řadu osobností: pány profesory Hodaně a Vaverku, Hanu Válkovou, Jarmilu Riegrovou, docenty Adamuse, Salingeru, Stejskala, Novosada a další propagátory a organizátory olomouckého sportu.

## Tajemníkem na FTK UP

Celá má profesní kariéra šla přes SIGMU do Drogerie Olomouc, pak do privátní firmy s drogistickým zbožím a po roce 89 začínajícím a prosazujícím se sortimentem obalových materiálů. A poté jsem zakotvil na Fakultě tělesné kultury UP, kde jsem ve funkci tajemníka využil dřívějších kontaktů se sportovním kamarádem z plavání, posléze kvestorem UP Jiřím Jirkou. Osm roků jsem také působil jako místopředseda OV ČSTV v Olomouci (po organizačním a výkonném působení v TJ LIGA 100) a zúčastnil se mimo jiné nelehké ho jednání se zastupci SOKOLa o předávání a navrácení majetku.

Po dlouholetém a zajímavém působení na FTK UP (spolu s činností v některých neziskových organizacích) jsem podlehl nabídkám kamarádů a postupně jsem se začal věnovat činnosti finančního poradenství. Po celoživotních zkušenostech jsem navázal na dřívější kontakty a s nimi jsem se brzy propracoval do výšin společnosti AWD Česká republika.

Závěr mého aktivního pracovního života a posun k historii rodiny a regionálního sportu vytvořila nepřijemná nemoc. Celý život jsem zápasil, trénoval a především prožíval, nyní se snažím bojovat na jiném poli.

# SENIOŘI, JAK SI BYDLÍTE? JEDNO PRAVIDLO VE STÁŘÍ NEPLATÍ





**Můj dům, můj hrad. To je dávné pravidlo, které ovšem ve zralém věku už tolik neplatí. Přesvědčili jsme se o tom v rozhovorech se seniory z celého Olomouckého kraje a můžeme tak sdělit úplně jiné moudro: Ve stáří není až tak důležité, kde a v čem bydlíte, ale s kým.**

„Celý život jsme s manželem toužili po chatičce kousek od lesa, v místě, kde zurčí potok a zpívají ptáci, kde je léto plné motýlů a krásy, kde se dýchá ten nejlepší a nejčistší vzduch. Nikdy jsme si ten sen nesplnili, ale při nezávazném hledání jsme prošli tolik nádherných míst, kde bychom si naše společné žití dokázali představit, že jsme vlastně tu chatu měli. Virtuálně a pokaždé na jiném místě. Když manžel zemřel, na spoustu z těch míst jsem se vydala znovu,“ vypravuje šestasedmdesátiletá Marie Zbořilová ze Šumperka. Na důchod prodala cihlový byt 3+1, zůstala u dcery v paneláku a světe, div se – je spokojená i tak. „Nedovedu si představit, že bych se měla starat o velký byt a ještě o chatu. Nestačila bych na to. A takhle jsem pomohla mladým a ještě se jim třeba můžu postarat o nákup, když nestíhají.“

Skromnost bývá častým průvodním znakem při popisování potřeb seniorů. Má to svou souvislost, samozřejmě, tu finanční. Nedostatek příjmů, na které byli důchodci zvyklí coby výděleční lidé, je nasnadě. Je třeba vyjít s úplně jinými penězi, a proto se šetří. Na metrech užité plochy, na vybavení, na vytápění, na spotřebě vody, plynu a elektřiny. „Jasně, že bych chtěl bydlet ve velkém domě plném starožitností, bez schodů, s velkou terasou a bazénem, popřípadě vířivkou. Ale copak bych se o něj mohl postarat? Náklady by byla neúnosné. Se ženou dáváme dohromady šestadvacet tisíc a z toho musíme každý měsíc vyžít. Ne, fakt by to nešlo. Ale i tak se vlastně máme dobře. Vždyť

jsme v klidném domě s dalšími třemi rodinami, dva plus jedna nám stačí a aspoň se nehledáme,“ směje se osmašedesátiletý Milan Kolmaš z Prostějova.

Jinou kapitolou je ale bydlení na vesnici, kde často senioři zůstávají osamoceni ve velkých domech, často i s velkou zahradou, až do smrti. „Jsem sama už pět let, ale zvládám to. Nechci nikam pryč, tady jsem byla celý život a přece nebudu zavazet mladým v jejich domě,“ říká dvaasedmdesátiletá žena ze Slatinic na Olomoucku, která nechtěla zveřejňovat své jméno z obav před lupiči. „Práci zatím zastanu, a když je potřeba něco opravit na domě, mám šikovného souseda a ten vždycky vymyslí, jak to levně a rychle spravit. Víím, že bude hůř, ale zatím na to nemyslím. Do žádného domova ale nikdy nepůjdu, ráda bych umřela doma, ve své posteli,“ dodává žena, která se prý v životě bála jen zubaře.

Další, kdo se podělil o své dojmy z bydlení, je Karel Martínek z Olomouce. Podle něj je kvalita bydlení jen dogma, které by mělo padnout. „Třeba v Rakousku lidé bydlí v pronájmech. Když vydělávají hodně, užívají velké byty nebo domy, když je jejich životní úroveň nižší, tak jdou do menšího, skromnějšího bydlení. A mění se to třeba každých deset let. My tady v Česku postavíme dům a chceme v něm žít celý život, a nejlépe ho ještě předat následovníkům z rodiny. Lpíme na majetku, na metrech zastavěné plochy, na zahradách. Kdybychom se toho dokázali zbavit, ulevilo by se nám. Pro mě je hlavní, že i když jsem vystřídal už pět bytů a jeden dům, všude jsem byl šťastný se svou ženou a téměř všude i s dětmi, než nám syn i dcera utekli do světa,“ vyznává se pětadesátiletý chlapík.

A jak to máte vy? Podělte se s námi o své zkušenosti a dojmy? Napište nám na mail [redakce@moravskysenior.cz](mailto:redakce@moravskysenior.cz).  
Děkujeme předem! (vit)





# HROZÍ SENIORŮM ZLÉ ČASY? O ZKROCENÍ INFLACE A NESMRTELNÝCH KNIHÁCH S RADOVANEM AUEREM





**Ředitel veletrhu a literárního festivalu Svět knihy, šestačtyřicetiletý Radovan Auer ze Šumperka, působí také jako vedoucí okrašlovacího spolku a věnuje se regionální historii a kultuře. Jeho jméno najdete mezi tvůrci úspěšného Ondříčkova filmu Samotáři. Politicky činný člen celostátního předsednictva TOP 09 se pro čtenáře Moravského seniora vyznává ze svého vztahu k tradici a pojmenovává potenciální problémy seniorské budoucnosti.**

**Pane Auere, je podle Vás o české a moravské seniory dobře postaráno? Máte možnost jejich sociální situaci sledovat zblízka?**

Máme poměrně rozvětvenou síť rodičů a prarodičů, které pravidelně navštěvujeme. Takže vím, jak žijí senioři, ať již na venkově nebo ve velkých městech. Navíc pracuji jako ředitel mezinárodního knižního veletrhu Svět knihy a mám v popisu práce propagovat četbu a čtenářství. Loni, když jsme nemohli Svět knihy uspořádat, pozvali jsme alespoň autory do studia a oni četli online. Probíhala u toho finanční sbírka, ze které jsme nakoupili knihy. Ty jsme pak věnovali domovům seniorů a udělali u té příležitosti i besedy o knihách. Bylo to pro mne strašně milé setkání a od té doby se snažím jezdit za seniory a o knížkách si s nimi povídat. Mimochodem, pokud tento rozhovor čte někdo z domova seniorů či podobného zařízení, ať mne neváhá kontaktovat, rád podobnou besedu přijedu udělat kamkoliv. Myslím si totiž, že po materiální stránce senioři u nás asi nestrádají, není jim zima, nemají hlad, ale měli bychom udělat také maximum pro jejich aktivní vyžití. Ostatně jim to dlužíme. Oni se o nás starali celý život.

**Rostou sice důchody, ale očekává se zdražování. Může se to seniorů významně dotknout?**

Nechci být posel špatných zpráv, ale, bohužel, je to tak. Současná vláda sice důchodcům přidává peníze, ale zároveň obrovsky zadlužila zemi a roztočila tak inflační spirálu. Senioři si tak za vyšší důchody koupí méně než dříve. Musíme všichni doufat, že po podzimních volbách tu vznikne vláda, která bude rozpočtově odpovědná, bude šetřit, utrácet jen na správných místech a tu inflaci zase zkrátí.

**V Šumperku vedete okrašlovací spolek. Jak moc jsou lidé stále ochotni podílet se na bohubilých aktivitách?**

My navazujeme na tradici, která byla v Šumperku na sklonku 19.století. To už zde okrašlovací spolek fungoval. Říkalo se mu tedy Verschönungsverein, protože Šumperk byl tehdy německé město, ale udělal pro rozkvět města strašně moc. Založil třeba všechny parky, které jsou dodnes ve městě. Proti nim, my jsme zatím jen paběrkáři, instalovali jsme jednu uměleckou lavičku, automat na básničky, šachový stolek. Ale pořádáme hodně kulturních a společenských akcí a také se nám podařilo poprvé v historii vydat v češtině Dějiny města Šumperka. V tom devatenáctém století tu během dvou desetiletí vznikly rychle po sobě snad všechny myslitelné spolky – turistický, střelecký, vědecký, pěvecký, divadelní, vedle toho také různé charity a nadace na podporu vzdělání, chudých či nemocných. To období se přesně kryje s dobou, kdy v Šumperku probíhal nebývalý hospodářský

rozmach. A potvrzuje to i moji hypotézu, že do podobných aktivit se lidé zapojují v okamžiku, kdy jsou na tom hmotně dobře. Zjednodušeně řečeno, když mají sami hezký spravený byt nebo dům, tak chtějí, aby stál také v hezké upravené ulici, kde je mezi lidmi dobrá atmosféra, kvalitní sportovní, kulturní a společenské vyžití.

**Jako ředitel festivalu Svět knihy nejspíš budete umět fundovaně odpovědět na následující otázku: Čtou dnes ještě lidi? Má smysl stále tisknout na papír?**

Češi jsou národem čtenářů, máme nejhustší síť knihoven na světě, v češtině vychází největší počet knih na obyvatele hned po velkých světových jazycích. A je téměř vědecky dokázáno, že ten, kdo rád čte, má rád i samotné knihy, rád si je prohlíží, rád jimi listuje, mnoha lidem knihy voní. Dnes existují různé čtečky a podobně, ale nikdy se masově neuchytily a ani se tomu nestane. Knihy tu budou i v době, kdy už přestane vysílat televize. (ka)





## NOVÉ POKOJE V DOMOVĚ PRO MATKY S DĚTMI

V Holečkově ulici se staví. Úpravami prochází stávající objekt nevyužívaného učňovského zařízení a výsledkem stavebních úprav bude větší ubytovací kapacita Domova pro ženy a matky s dětmi, který město provozuje.

„Stavebními úpravami dojde k vybudování pěti pokojů a dalšího zázemí azylového domu. To znamená toalet, umývárny, kuchyně, prádelny a skladu. Předpokládané náklady rekonstrukce jsou 3,7 milionu korun. Aktuálně v objektu stavební firma mění vnitřní dispozice, bourá příčky, podlahy i staré kanalizační potrubí,“ popsal investici náměstek primátora Martin Major. Pokud půjde vše podle stavebního harmonogramu, hotovo by mělo být na konci října. S úhradou části nákladů na rekonstrukci městu pomohou dotace.

Objekt bývalého střediska praktické výuky, který přiléhá ke stávajícímu azylovému domu v Holečkově ulici, se pro rekonstrukci a rozšíření kapacity skvěle nabízel. „Pět nových pokojů vznikne ve třech ubytovacích jednotkách pro třináct osob včetně jejich zázemí a vybavení,“ uvádí náměstkyně primátora pro sociální oblast Eva Kolářová. Pro klienty bude po rekonstrukci k dispozici také nová společenská místnost a díky stavebním úpravám bude mít azylový dům k dispozici velký dvoupokoj pro matku a až 5 dětí. „Kapacita azylového domu se tak navýší ze současných devětatřiceti na dvaapadesát osob. A to je velmi podstatné, protože velkým problémem, se kterým se potýkáme, jsou právě omezené ubytovací možnosti,“

objasnila náměstkyně Kolářová. Město provozuje dva azylové domy pro ženy a matky s dětmi, které jsou určeny klientkám se sociálními, finančními a dalšími problémy. Jeden z nich je v centru v Sokolské ulici a druhý v Holečkově ulici na Povelu. „Současná ubytovací kapacita obou azylových domů je mnohem menší než počet podaných žádostí o poskytnutí této sociální služby. Velmi často musíme odmítat matky s více než čtyřmi dětmi, neboť jeden běžný pokoj je pro ně příliš malý. Ty pak odcházejí do jiných měst, děti musí měnit školu, školku a dětský kolektiv a zároveň si musí zvykat na nové prostředí, což není šťastné,“ vysvětlil vedoucí odboru sociálních věcí Michal Majer.



## DVĚ ULICE V MAJÍ OPRAVENÉ CHODNÍKY

Statutární město Olomouc dokončilo stavbu dvou chodníků. Jeden úplně nový je v ulici Jilemnického, druhý opravený v centru města v Hrnčířské ulici. V případě historické komunikace byla opět použita původní dlažba z poloviny minulého století.

Nový chodník o délce zhruba 100 metrů a šířce dva metry vede v Jilemnického ulici podél frekventované silnice III. třídy. Chodník nyní zajišťuje bezpečnou cestu pohybu zejména dětí do zdejšího sportovního areálu. Komunikace je vytvořena z betonové dlažby 40/40 centimetrů. Součástí této akce byla i oprava silnice III. třídy, financovaná ze zdrojů Správy silnic Olomouckého kraje. Náklady na stavbu nového chodníku dosáhly výše 880 tisíc korun.

„Před týdnem město dokončilo také velkou rekonstrukci komunikace v Hrnčířské ulici. V rámci opravy byly původní žulové kostky rozebrány, očištěny a vráceny zpět do dlažby,“ uvedl investiční náměstek primátora Martin Major. Po doplnění nových podkladních vrstev byly žulové kostky vráceny zpět se zachováním kladacího schématu kroužkové vazby. Dále byly doplněny nové uliční vpusti pro zajištění účinného odvedení srážkových vod z komunikace. Souběžně s opravou dlážděné komunikace proběhla také modernizace kabelového vedení společnosti

CETIN a.s. Celkové náklady na opravu této komunikace byly 2,32 milionů korun.

Celkově vydává město na opravy a údržbu chodníků za rok 2021 přibližně 25 milionů korun.





## • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

**Dobrý den, mohlo by město najít někde novou zeď pro sprejery, jako je v ulici Velkomoravská, kde by mohli realizovat své nápady? Přestali by pak ničit fasády domů a obchodů.** Děkuji, Jana.



**Odpovídá primátor Mirek Žbánek:**

Nejsem si úplně jistý, jestli bychom tím eliminovali všechno vandalství. Obávám se, že ne. Už dnes se poměrně výrazně odděluje kvalitní graffiti, jak ho známe třeba z Velkomoravské ulice nebo z krásných murálů, které samo město v rámci Street art festivalu spolupořádá se skutečnými výtvarníky a umělci, od vandalské subkultury, která soukromé vlastnictví nerespektuje. Je jí to cizí. A jejich výtvarná úroveň je prakticky nulová. Jedná se o různé klikyháky, čmáranice, dokonce znečištěné historické památky ve městě. Skuteční umělci v oblasti street artu obvykle respektují

vlastnické právo k objektům, na které svá díla ztvárňují. Jsem přesvědčený o tom, že vůči vandalské části musí veřejná správa postupovat nekompromisně, aby vandalství nepřerostlo do naprosto nekontrolovatelné polohy. Pokud chce někdo realizovat formu graffiti jako umění, tak jako se to děje například při olomouckém Street art festivalu, může se obrátit přímo na město na odbor kultury a cestovního ruchu nebo majetkoprávní odbor. My jsme určitě připraveni hledat vhodné prostory. Mnoho z betonových ploch patří Ředitelství silnic a dálnic, Správě železnic, Povodní Moravy a podobně, na které můžeme odkázat a můžeme vymýšlet společné projekty. Osobně jsem velký fanda dobrého street artu a vždycky se těším, co nového například ve Velkomoravské ulici nebo při našem festivalu uvidím. Obyčejné vandalství ale rozhodně tolerovat nebudeme.

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

## IVA JANŽUROVÁ NATÁČELA V OLOMOUCI KOMEDIÍ REŽISÉRA MIROSLAVA KROBOTA

Od poloviny července točil v Olomouci filmový štáb pod vedením režiséra Miroslava Krobota novou komedií plnou vtipných situací i nečekaných zvrátů. Děj filmu Šnajdr se odehrává především v Olomouci. Scénář vytvořil Miroslav Krobot opět v tandemu s Olomoučanem Lubomírem Smékalem.

Do hlavních rolí svého třetího filmu si Miroslav Krobot vybral herce Dejvického divadla Pavla Šimčíka a Ivu Janžurovou. V dalších rolích se představí například Klára Melíšková nebo Jakub Žáček. Za kamerou stojí držitel čtyř Českých lvů Martin Štrba.

„Je dobře, že si filmaři oblíbili Olomouc a tandem v podobě režiséra Miroslava Krobota a scenáristy Lubomíra Smékala se k nám rád vrací. Nově vznikající komedii jsme podpořili individuální dotací 300 tisíc korun a rádi organizačně pro natáčení pomohli zajistit veškeré zábohy, přechodná dopravní značení a vyjednali i spolupráci s Dopravním podnikem,“ popsala náměstkyně primátora pro kulturu a cestovní ruch Markéta Záleská.

I po cestě vlakem z pražského hlavního nádraží do Olomouce filmový štáb pilně pracoval a během jízdy pokračovalo natáčení. „Rozhodli jsme se využít natáčení scén ve vlaku také pro přesun většiny štábu do Olomouce v souladu s naší strategií ‚zeleného natáčení‘, kdy se vždy

snažíme o co nejšetrnější přístup k životnímu prostředí,“ vysvětluje producentka Silvie Michajlova. Právě Olomouc je hlavním dějištěm filmu, kde se štáb na několik týdnů zabydlel, mimo jiné v olomouckém S-klubu. Jeho scéna ve snímku patří divadelnímu představení, které se zde snaží nastudovat svérázný pražský herec a debutující režisér Pavel Šnajdr v podání Pavla Šimčíka společně se svou babičkou ztvárněnou Ivou Janžurovou. „Film chápeme jako poctu tvořivosti a hravosti, s nadsázkou řečeno, jako poctu životní filosofii, která chápe i neúspěch a prohru jako inspiraci. Takový postoj představuje ve filmu postava babičky. Její zásluhou je Šnajdr na konci příběhu schopen přehlédnout svůj příběh s úsměvem a sebeironií,“ vysvětluje režisér a scenárista Miroslav Krobot.

Premiéra filmu Šnajdr, který vzniká v producentce péči Silvie Michajlove a Ondřeje Zimy ze společnosti Evolution Films, je plánována na jaro 2022. Koproducenty jsou Česká televize, kreativní producent Jaroslav Sedláček a slovenská produkční společnost MPhilms. Film vzniká za podpory Státního fondu kinematografie, Olomouckého kraje, statutárního města Olomouc a Filmové kanceláře Olomouckého kraje. Partnerem filmu jsou České dráhy.



## PŘI STAVBĚ TRAMVAJOVÉ TRATI PŘIBYLO ŠESTADVACET PARKOVACÍCH MÍST

Viditelné pokroky dělá stavba tramvajové trati na Nové Sady. V Rooseveltově ulici, kde stavba navazuje na dočasnou konečnou tramvajovou trať, jsou už položeny koleje, nová křižovatka a sloupy trolejového vedení. Mění se i okolí stavby.

Koleje už byly položeny v úseku mezi dočasnou konečnou zastávkou Trnkova a křižovatkou se Zikovou ulicí. Okolo kolejí i na dalších místech budoucí trati už stojí sloupy pro trolejové vedení. Na místě zbouraného domu v Rooseveltově ulici vyrostla nová křižovatka se světelnou signalizací. Hned za ní už jsou položeny nové koleje. K propojení nových kolejí s původní tratí dojde až na samém konci stavby v srpnu příštího roku, protože takový postup vyžadují přísné předpisy drážního úřadu.

„Z pohledu obyvatel této části Olomouce je určité výbornou zprávou nejen otevření nové křižovatky, která usnadní napojení ze sídliště na Rooseveltovu ulici, ale hlavně vybudování dvou nových parkovišť se šestadvaceti místy,“ doplnil investiční náměstek primátora Martin Major. Okolo dokončované trati v Rooseveltově ulici se už současně budují i nové chodníky.

Celého přes 1200 metrů dlouhého staveniště se týká budování kabelovodu. Jeho část od Trnkovy ulice po prodejnu Albert v Zikově ulici je dokončená, nyní se pracuje na dalším úseku směrem k Schweitzerově ulici. Pokračují i další stavební práce v ulici Schweitzerova, zde se budují mimo jiné patky trakčního vedení. V Zikově ulici probíhají práce na kanalizačním sběrači. V Rooseveltově ulici dál pokračuje pokládka kolejí.

Souběžně se stavbou probíhá v Zikově ulici i archeologický průzkum. Archeologové z Národního památkového ústavu Olomouc odkrývají další části významného

hradiště z 8. a 9. století. Na průběh a rychlost stavby to nemá vliv. Zatím všechno běží podle harmonogramu, menší problémy způsobují jen opožděné dodávky stavebního materiálu. Jde o momentální obecný trend ve stavebnictví, přesto se stavební firma domnívá, že by tyto výpadky neměly mít žádný vliv na dodržení harmonogramu.

Stavba 1200 metrů dlouhé tramvajové trati má být hotova na podzim 2022, budou na ní tři zastávky a kromě trati vzniknou i nové chodníky, přechody pro chodce, cyklostezky, semaforey a veřejné osvětlení a uskuteční se také nová výsadba zeleně. Celá stavba vyjde na přibližně 470 milionů korun.



## FAKULTNÍ NEMOCNICE OPERUJE RAKOVINU NA NEJMODERNĚJŠÍM ROBOTICKÉM SYSTÉMU

Klinika otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku Fakultní nemocnice Olomouc patří ve svém oboru k předním pracovištím v rámci celé republiky. Její tým již mnoho let rozvíjí miniinvasivní chirurgické techniky a už v roce 2019 provedl první operaci nádoru hlavy a krku v robotickém centru olomoucké nemocnice. Výkony se zde provádějí na nejnovější generaci amerického robotického systému da Vinci Xi a specialisté z ORL se již plnohodnotně přiřadili k urologům a gynekologům, kteří touto metodou provádějí miniinvasivní operace v oblasti břicha a pánve. Aktuálně má ORL tým za sebou již tři desítky operací.

„Jsme vedle nemocnice v Ústí nad Labem jedním z pouhých dvou tuzemských center, které tyto výkony

v našem oboru dělá,“ konstatuje přednosta Kliniky otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku FN Olomouc Richard Salzman.

„Jedná se o nejmodernější způsob léčení nádorů v oboru ORL a mě o to více v této souvislosti těší, že tato metoda je již rutinní součástí práce naší kliniky. Zároveň musím moc poděkovat kolegům z Urologické a Porodnicko-gynekologické kliniky, kteří rovněž robota při svých výkonech využívají, za výbornou součinnost a spolupráci. Je jasné, že takto drahé zařízení by nemělo zahálet a musí být co nejvíce využíváno,“ dodává docent Salzman.

Odborníci z jeho pracoviště využívají robotický systém k odstranění nádorů hltanu a hrtanu. **(red)**

## ZIMNÍ STADION MÁ NOVOU STŘECHU! I PŘES TROPICKÁ VEDRA STAVBA VŠE STIHLA

Výměna střechy zimního stadionu v Olomouci je hotova. Na konci července proběhlo kolaudační řízení a stavební firma následně opustila stadion. Pod střechou už mezitím začala příprava na extraligovou sezonu.

Olomoucký zimní stadion potřeboval už delší dobu generální opravu střechy. K ní se přistoupilo letos na jaře. Rekonstrukce střechy o ploše 6800 metrů čtverečních (7300 m<sup>2</sup> celkové plochy povrchu včetně koryta pro odvod dešťové vody) začala krátce po skončení minulého extraligového ročníku na začátku května.

Nová střecha zcela nahradila původní konstrukci. Je vybudována z jiných materiálů, takže slibuje i částečně vylepšené podmínky uvnitř haly. Jednak byla původní dřevěná konstrukce i plechová krytina v již hodně špatném stavu, a za druhé nedokázala zabránit kondenzaci vody a jejímu následnému kapání dolů na led a tribuny. To už se teď dít nebude. „Nová střecha s ocelovou konstrukcí, trapézovými plechy, cetris deskami, izolační vrstvou a fólií je mnohem pevnější a má dlouhou životnost. Navíc tato konstrukce dovoluje i případnou další přestavbu stadionu na moderní víceúčelovou halu,“ vysvětluje primátor Olomouce Mirek Žbánek. Co ani nová střecha naopak nezajistí, je zvýšení teploty v hale.

Stavba začala v květnu a podle smluvního harmonogramu měla skončit k 1. srpnu. „Jsem rád, že stavební firma všechno stihla tak, jak bylo dohodnuto, i když to v určitých okamžicích zejména v červenci nebylo úplně snadné,“ zdůrazňuje investiční náměstek primátora Martin Major. Narážel přitom na nepřítel počasí.

Stavební firma se musela potýkat s extrémním horkem, kdy na rozpálené střeše panovaly teploty okolo 55 °C a nebylo možné pracovat bez ochrany očí. Problémem byly i bouřky a přívalové deště. Jeden z nich nastal právě ve chvíli, kdy malá část střechy nebyla dokonale zakrytá. Došlo tak k vyplavení části útrobního stadionu. Situace ale byla rychle napravena a úhrada škody je věcí jednání mezi stavební firmou a její pojišťovnou.

Díky tomu, že se ve veřejné soutěži podařilo výrazně srazit cenu, nakonec zaplatilo město za novou střechu jen asi 33 milionů korun. Z ušetřené částky pak může město přispět například i na novou vzduchotechniku.



## PEVNOST POZNÁNÍ SPUSTILA NOVOU MĚSTSKOU BADATELSKOU HRU

Městskou badatelskou hru spouští interaktivní muzeum vědy Přírodovědecké fakulty Univerzity Palackého v Olomouci. Hra s názvem Město poznání je plná tajemství, záhad, šifer i důmyslných úkolů. Hráče zavede na zajímavá místa ve městě a seznámí je také s některými klíčovými událostmi z české historie.

Originální hra je určena pro rodiny s dětmi, party kamarádů i pro ty, kteří si ji chtějí vyzkoušet sami na vlastní pěst. Začíná v Pevnosti poznání, kde soutěžící dostanou batůžek s prvními indiciemi, které je provedou centrem Olomouce. Podívají se například do kostela, kavárny nebo parku.

„Badatelé půjdou po stopách smyšleného vědce Artura, který svými vynálezy usnadnil život spoustě lidí. Protože se ale bál, že by se jeho plány a nákresy dostaly

do nesprávných rukou, ukryl je na konci života na bezpečné místo. A vymyslel sérii úkolů, bez jejichž splnění se k materiálům nikdo nedostane. V našem příběhu hraje ještě důležitou roli jeho pravnuček Erik, ale víc nechci prozrazovat,“ řekl autor hry Ondřej Biemann, který je absolventem geoinformatiky a geografie na Přírodovědecké fakultě UP a zároveň působí jako lektor a průvodce v Pevnosti poznání.

„Koncept městských her se mi líbí, a proto jsem zkusil vymyslet vlastní verzi v mé oblíbené Olomouci. Inspirací mi byla soutěž Amazing Race a fenomén geocaching. Mým cílem bylo vytvořit badatelskou hru, při níž si návštěvníci vyzkouší své znalosti, dovednosti, logické myšlení i prostorovou orientaci,“ doplnil Ondřej Biemann.

(smo)





## 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 vydána 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.



## OSUDNÁ VÝHRA

*Případ z poloviny srpna roku 2013, který otřásl děním v malé vesničce na Šumpersku. Za zbytečnou smrtí mladého člověka stála nepochopitelná touha po pár bankovkách.*

Tonda už poněkolkáté zkoušel štěstí u hracího automatu. Vhodil do něj pár drobných a stále nic. „Zatracený automat“, povzdech si a dal si hlt zlatavého moku. Tak naposled a jde se domů. „Bingo!“, vykřikl. Konečně výhra. Ne snad nějaká závratná, ale i těch pár stovek se může hodit. Jeho projev radosti však zhatil číšník, který ho po očku sledoval. „Hele, Tondo, dnes Ti peníze nevyplatím, nemám tolik na kase. Přijď zítra“. Aby hosta uchlácholil, postavil před něj další půllitr. „To je na podnik“, mrkl na něj spiklenecky. Tonda pokrčil rameny a rozhodil rukama. Co se dá dělat? Zastaví se pro peníze ráno. Neměl to daleko. Přespával kousek odtud u své známé.

Následující den krátce po poledni se na operačním středisku šumperské policie rozdrnel telefon. Operační důstojník s povzdechem zvedl sluchátko. „Snad to nebude nic komplikovaného“, pomyslel si. Bylo nesnesitelné horko a po rychle zhltnutém obědě cítil, jak jej zmáhá únava. „Hledám svého známého“, ozval se v telefonu rozrušený ženský hlas. „Před chvílí mi volal, že leží pobodaný někde ve sklepě v hospodě“, pokračovala překotně žena, která se představila jako Daniela. „V které hospodě? Můžete upřesnit místo? A taky jméno toho muže“, snažil se zjistit z poněkud strohé informace něco

víc službu konající operační důstojník. Žena na druhém konci aparátu doplnila údaje a upřesnila název restaurace, odkud se její známý Antonín údajně ozval. Operační důstojník si sice pomyslel něco o „opileckých blábolech návštěvníků restauračních zařízení“, ale pro jistotu vyslal do hospody v malé obci na Šumpersku policejní hlídku, aby oznámení prověřila a „pobodaného“ našla. Policisté z místního obvodního oddělení kontaktovali oznamovatelku, aby ověřili pravdivost oznámení a pak hned vyrazili na místo. Zjistili, že v lokále pracuje číšník Michal, kterého všichni místní považovali i přes jeho mladý věk za inventář hospody. Moc se toho ale od něj nedozvěděli. Jen to, že pohřešovaný Antonín předchozího dne skutečně v pohostinství byl, popíjel pivo a pak v klidu odešel. „K žádnému konfliktu tady včera nedošlo“, reagoval Michal podrážděně na dotaz policistů. Jeho tvrzení ochotně potvrdili i přítomní „štamgasti“. Policisté se nenechali jen tak odradit. „Ukažte nám sklepní prostory“, požádali Michala. Mladý číšník nijak neodporoval a doprovodil uniformované muže do sklepa. S jízlivým úšklebkem pozoroval zpovzdálí jejich snažení. V tuto chvíli policisté ještě netušili, že se za touto maskou skrývá strach. „Nikdo tu není“, zaslechl Michal ze sklepa hlas policisty. Tvrzení staršího praporčíka dokreslovaly pavučiny kolem dveří, které naznačovaly, že sem už delší čas lidská noha nevkročila.

„Musíme znovu za oznamovatelkou“, rozhodl velitel hlídky. Daniela, kterou kontaktovali ten den již podruhé, si

trvala na svém. „Muselo se mu něco stát.“ Po chvilce zaváhání však připustila, že hlas jejího známého zněl trošku, jako by byl opilý. „Nejdřív jsem si myslela, že si ze mě dělá legraci“, dodala. Jeden z policistů povzdechl a zavrátil oči. Leží zřejmě někde „namol“ a my se tady vysilujeme. Od mladé ženy se vzápětí dozvěděli, že Tonda toho večera údajně vyhrál nějaké peníze na výherních automatech. A taky to, že mu číšník výhru večer nevyplatil. „Tonda u mě přespál a ráno si šel pro peníze. Mělo to být něco přes patnáct stovek.“ Dost možná podstatná informace. Oba policisté se shodli na tom, že toho zatraceného Antonína musí co nejdřív najít, aby „mohli dělat něco užitečnějšího“, jak prohodil před chvilkou sarkasticky jejich velitel, kterého o vývoji události informovali. Okruh pátrání byl rozšířen o místo bydliště pohřešovaného a všude tam, kde se obvykle pohyboval. Přes vysílačku se policisté ujistili, že mobil, ze kterého měl muž Daniele volat, je stále nedostupný a nelze jej ani lokalizovat. „Ani ta technika nám nepomůže“, zasakroval mladší z policistů. Pátrání uvízlo na mrtvém bodě i přesto, že pohřešovaného už hledali z obvodu všichni, kdo „měli ruce a nohy“. Policisté samozřejmě nevynechali ani jedinou hospodu v okolí, s vroucným přáním, najít Tondu někde podroušeného s púllitrem v ruce. „Nebo se mu skutečně něco stalo? A mohlo to souviset s vyhranými penězi?“ I když se nejednalo o žádnou závratnou sumu, nedalo se vyloučit, že po jeho penězích někdo zatoužil.

Zatímco se minuty pátrání po pohřešovaném bleskurychle měnily na hodiny, v hlavě mladého číšníka Michala vířily myšlenky neuvěřitelnou rychlostí. Vědomí, že ví, kde ztracený Tonda je, a nesmí to dát na sobě znát, ho dohánělo k šílenství. A ještě k tomu ti poldové... „Musím co nejdřív zavřít hospodu a nějak to vyřešit. Musím!“, honilo se mu neustále hlavou, když obsluhoval hosty. Už zdaleka nepůsobil tak suverénně, jako ráno při příjezdu policistů. Michal byl v podstatě tichý, zádumčivý mladík, který dlouhé dny bez vystřídání otročil v lokále. Nezřídka zaskakoval i v kuchyni. Od rána do večera. Neměl přátele ani žádné koníčky a emoce v sobě dlouhodobě dusil. Spal v pokojíčku nad lokálem a jeho život se skládal jen z naplňování pivních sklenic hostům, kteří si často neodpustili nezapomené vtípky na jeho adresu.

„Musím zjistit, jestli Michal nepotřebuje doplnit zboží“, uvědomil si v podvečer hospodský Karel. „Byl dnes nějaký divný“, vzpomněl si. A plácal něco o policajtech. „Jo, zajedu tam“, rozhodl se a za chvíli vyrazil. Co jej v hospodě čeká, ani ve snu netušil. Přibližně o hodinu později se na stole operačního důstojníka naléhavě rozezvučel telefon. Provozovatel restaurace Karel oznamoval, že ve své hospodě našel pobodaného muže a že je zřejmě mrtvý. Na místo ten den už podruhé vyrazila policejní hlídka a v těsném závěsu za ní i vozidlo zdravotnické záchranné služby. V lokále už na policisty čekal nejen provozovatel hospody Karel, ale také bledý a chvějící se číšník. Karel oba uniformované příslušníky zavedl rovnou do malého „kumbálku“ navazujícího na kuchyňku za lokálem. Na zemi, v tratolišti krve leželo bezvládné mužské tělo.

Pohřešovaný Tonda. Lékař už jen na místě konstatoval smrt. „Někdo mu na onen svět pomohl, pánové. Víc nám řekne soudní pitva“, dodal. Od značně pobledlého hospodského se policisté dozvěděli zatím jen to, že se mu číšník přiznal, že „něco podělal“. Případ si od tohoto okamžiku převzala krajská kriminálka a hostinec se stal centrem policejních manévřů i terčem zvědavosti místních obyvatel. A číšník Michal? Ten se zhroutil s pouty na rukou na jednu z barových židlí.

Před kriminalisty, kteří na místo dorazili i se starším brblajícím vyšetřovatelem, stálo množství práce. Michal sice skončil s pouty na rukou v cele, ale na radu své obhájkyně mlčel jak hrob. Začalo zdoluhavé vyšetřování, včetně vyhodnocování stop z místa činu a vypracování řady znaleckých posudků. Posudek z oboru soudního lékařství mimo jiné potvrdil, že poškozený umíral dlouhou dobu a byl usmrčen zvláště trýznivým způsobem. Jeden ze znalců doslova uvedl, že takto „zmasakrovaný“ člověk se v praxi patologického oddělení málokdy objeví. Pachatel poškozenému zasadil celkem jedenáct bodných ran do oblasti zad a břicha. Soudní znalec z oboru psychiatrie potvrdil, že mladík obviněný z vraždy netrpí žádnou duševní poruchou, či chorobou. Bylo současně potřeba vyslechnout i velké množství svědků, včetně hostů místní restaurace. A pak se po dlouhých hodinách a dnech usilovné práce postupně vynořoval před zkušenými vyšetřovateli obraz posledních hodin Tondova mladého života.

Když se na Tondu předchozího večera usmálo štěstí a po několika týdnech marného vysedávání u automatu konečně vyhrál peníze, zdaleka netušil, že se v hlavě mladého číšníka Michala zrodil plán, jak bankovky rozmnožit ve svůj prospěch. Sotva poslední návštěvník odešel, usedl nedočkavě k „jednorukému banditovi“ a s chvějícími prsty začal stokorunu po stokoruně vkládat do automatu. S dychtivostí malého dítěte se těšil, jaký „vyhraje balík“. Opak byl pravdou. Všechny peníze postupně nenávratně mizely v útrokách automatu. Před Michalem rázem vstával problém. Byl neustále bez peněz. A z tržby si hotovost vzít nemůže. Měl v čerstvé paměti nedávné problémy s majitelem restaurace. Kdyby se jeho „půjčka“ opakovala, šéf by ho zcela jistě vyhodil. Ale kde vzít a nekrást? Tonda si zítra pro výhru určitě přijde. Nakonec číšník lhostejně mávl rukou, řekl si, že „ráno je moudřejší večera“ a šel si lehnout. „Třeba na to Tonda zítra zapomene a něco vymyslím“, chlácholil se ještě naivně před tím, než usnul.

Tonda nezapomněl. Jak se dalo očekávat, objevil se v lokále hned druhý den ráno a dožadoval se svých peněz. Michal jej odbyl s tím, že peníze ještě nemá. „Šéf je přinese, neboj.“ Tonda usedl na židli v lokále, popíjel a čekal. Občas se zamračene podíval na Michala. Napětí mezi oběma mladými muži houstlo. Bylo s podivem, že nic z toho, co se odehrávalo, nezpozorovali ostatní hosté. Štamgasti se skláněli nad orosenými sklenicemi a jejich pozornost přitahovala rozsvícená obrazovka televizoru v rohu místnosti. Před jedenáctou se Tonda našťvaně zvedl a odešel. „Snad už dá dnes pokoj“, utěšoval se po jeho odchodu Michal. Nedal. Objevil se asi za hodinu znovu. Číšníka

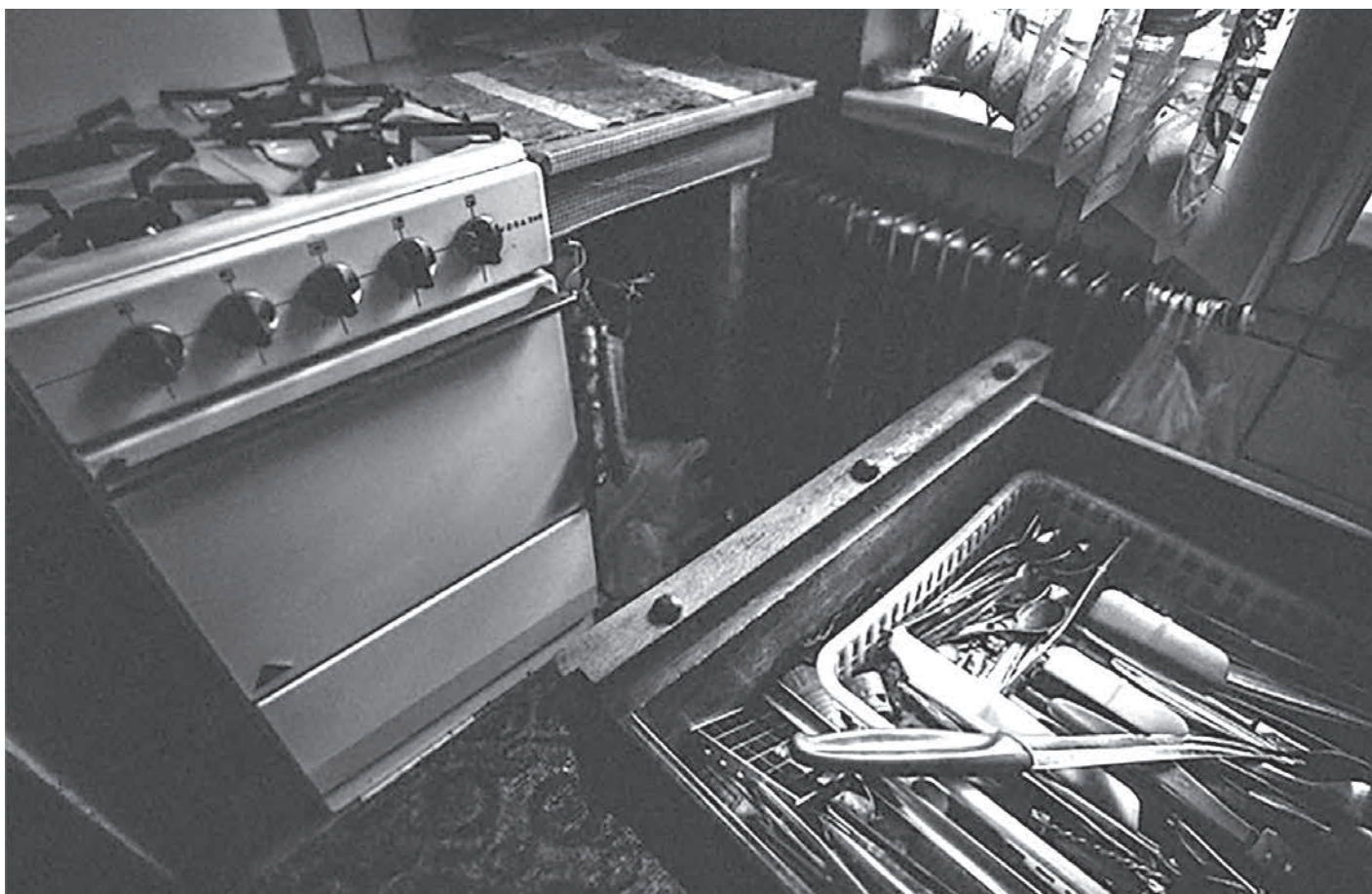


Michala našel v malém „kumbálku“ za kuchyňkou. A podepsal si tak nevědomky rozsudek smrti. „Okamžitě mi naval moje prachy“, procedil Tonda zlověstně mezi zuby a vyškubl zaskočenému Michalovi z ruky číšnický flek. Tomu se zatmělo před očima a jako smyslů zbavený na příchozího zaútočil. Oběma rukama mu silně sevřel krk a začal jej škrtit. Tonda se snažil bránit. Číšník instinktivně sáhl po masivním kuchyňském noži, který měl po ruce. Několik bodných ran do zad definitivně poslalo Tonda k zemi. Svíjel se bolestí a prosil o pomoc. „Zavolám sanitku“, prohodil Michal. Vražedný nůž odhodil do dřezu. Stačil ho i opláchnout. Všiml si, že mu z ruky kape krev. Tiše zamkl dveře kumbálu a šel se věnovat obsluhování hostů. Jeden z nich mu ochotně ošetřil pořezanou ruku. „Krájel jsem maso na guláš“, prohodil k přihlížejícím štamgastům a horečnatě přemýšlel, co udělá s Tondou zamčeným v kumbále. Nic netušící hosté klidně popíjeli a halasně se bavili. Bylo potřeba probrat všechny novinky. Od fotbalu, přes politiku, až po ženské. Retro hudba z televizního kanálu atmosféru v potemnělé místnosti ještě více umocňovala. Nesmrtelný Waldemar pěl něco o tom, že „...všechno odnes čas“. A za zdí, jen pár metrů odtud, bojoval těžce zraněný Tonda o život. Když s vypětím sil vytáhl ze zakrvácených kalhot mobilní telefon, svítila mu naděje. „Musím někomu zavolat“, blesklo mu hlavou. A vytukal na klávesnici číslo. Ozvala se Daniela. Krátce a nepřítliš zřetelně ze sebe vysoukal, co se stalo. Mluvení ho nesmírně vyčerpávalo. Bolest byla nesnesitelná. V tu chvíli do místnosti vešel Michal. Přece jen mu to nedalo a šel se na zraněného podívat. Když jej spatřil s mobilem v ruce, strnul hrůzou. „Aby se tak všechno provalilo!“ zhrozil se. Znovu se mu zatmělo před očima a jediným máchnutím ruky vyrazil těžce

zraněnému Tondovi přístroj z ruky. Z přístroje pak vytáhl baterii. Zamkl dveře a vrátil se na „plac“.

Když za Michalem definitivně zaklaply dveře, vyhasla v Tondovi poslední naděje na záchranu. Současně povolna vyhasínal i jeho mladý život. Policisté v té době už zahájili po muži pátrání. Nepřesné označení místa způsobené patrně šokem ze ztráty krve, stálo Tonda život. Sklep sice policisté prohledali, ale o existenci malé místnosti za kuchyňkou, neměli ani tušení. Neúprosný čas tak běžel proti všem.....

Obviněný číšník se snažil průběh trestního řízení zvrátit tvrzením, že Tonda na něj zaútočil a on se jen bránil. Vyšetřovatelé a později ani senát krajského soudu jeho verzi však neuvěřili. Soud se zabýval podrobně i skutečností, proč se muž, který dosud nebyl trestán a byl zcela bezkonfliktní, tohoto jednání dopustil. Podle obhájkyne šlo o zkratové jednání a vraždu rozhodně neplánoval. Podle psychologa se na něm zřejmě podepsalo to, že po celý život v sobě zadržoval pocity. „Byl to zkrat. Když vše překročilo určitou hranici, šly emoce zcela iracionálně ven“, uvedl. I podle žalobkyně obžalovaný zřejmě v té chvíli nezvládl emoce. „Podepsat se na jeho stavu mohla pracovní vyčerpání, což však není omluvou za to, co se stalo“, doplnila. „Poškozený se bohužel nacházel ve špatném čase na špatném místě“, podotkla státní zástupkyně. „Svého činu lituji, budu si do konce života vyčítat, že jsem někoho zabil. Omlouvám se“, uvedl se sklopenou hlavou před vynesením rozsudku obžalovaný. „To, že jde jinak o bezúhonného a dle doložitelných svědectví kvalitního člověka, nám zabránilo uložení přísnějšího trestu“, odůvodnil v závěrečné řeči výši trestu soudce a poslal jednatřicetiletého muže za brutální vraždu na šestnáct let do vězení. Dva mladé životy zmařené naprosto zbytečným způsobem.



# NAVŠTIVTE MUZEA V OLOMOUCKÉM KRAJI

## Vlastivědné muzeum v Olomouci

**ALFONS MUCHA**

**3. 9.–5. 12. 2021**

**Sál sv. Kláry Vlastivědného muzea v Olomouci**

Výstava je komplexním průřezem nejen Muchovy tvorby, ale i vývoje secese, který Mucha definoval. Tato výstava obsahující více než pět desítek grafik představí ucelenou Muchovu tvorbu grafického výtvarníka a zadavatele secesních standardů.



**JIŘÍ SUCHÝ – DEVADESÁTKA?  
NO A CO!**

**10. 9.–24. 10. 2021**

**Handkeho sál Vlastivědného muzea v Olomouci**

Výstava je realizována k významnému životnímu jubileu tohoto významného českého herce, režiséra, hudebníka, dramatika, spisovatele, textaře, výtvarníka a především i spoluzakladatele legendárního divadla Semafor. Návštěvníci budou moci shlédnout život a tvorbu Jiřího Suchého od jeho „14 dnů do 89 let“.

**TOMÁŠ HERYNEK**

**– SETKÁVÁNÍ VŠEDNÍ I NEVŠEDNÍ**

**17. 9.–14. 11. 2021**

**Mánesova galerie Vlastivědného muzea v Olomouci**

Zájemci budou moci shlédnout výběr z jeho portrétní tvorby a ukázky z několika fotografických cyklů. Těšit se mohou jak na barevné, tak i klasičtější černobílé záběry.

## Vlastivědné muzeum Jesenicka

**ZMIZELÝ HRUBÝ JESENÍK**

**15. 9. 2021–2. 1. 2022**

**Vlastivědné muzeum Jesenicka**

Obraz nejvyššího moravsko-slezského pohoří v dobách, kdy ze stěn shlížela tvář dobrotivého císaře a později prvního československého prezidenta, přináší fotografická výstava Vlastivědného muzea Jesenicka. Několik desítek unikátních archivních snímků, které pochází z muzejních sbírek i od soukromých sběratelů, jsou díky moderní technice zároveň doplněny současnými fotografiemi, a návštěvník tak může sám posoudit, nakolik se dané místo do dnešních dnů změnilo. Výstavou provází tři zvířecí společníci symbolizující geomorfologické členění Hrubého Jeseníku. Do Pradělské hornatiny se tak vypravíte spolu s kamzíkem horským, Keprnickou hornatinu poznáte s tetřívkem obecným a hvozdy Medvědské hornatiny zase s dávným obyvatelem těchto hor medvědem hnědým.

## Muzeum Komenského v Přerově

**DOPRAVNÍ PROSTŘEDKY  
NA PRVOREPUBLIKOVÝCH  
ŠKOLNÍCH OBRAZECH**

**15. 7.–28. 11. 2021**

**Přerovský zámek, chodba ve 2. patře**

Vystaveny jsou nástěnné školní obrazy, které zaujmou ukázkami dobových dopravních prostředků nejrůznějších druhů a pro nás již nostalgickou atmosférou. Vybrané výukové tabule z muzejních sbírek pochází ze třicátých a čtyřicátých let 20. století, které vyšly v brněnském nakladatelství Josefa Ungera, a jejich stěžejními autory byli malíři Štěpán Andryšek a Antonín Pospíšil. Byly využívány v předmětech prvouka a vlastivěda. Zachycovaly pozemní, vodní a leteckou dopravu a různé lokality: nádraží, letiště, přístaviště, dopravu ve městě i na venkově. (ks)



# CO DĚLAT V ZÁŘÍ?



**Emma a Barbora Srncovy:  
Cesta ke štěstí**

Vernisáž výstavy Cesta ke štěstí se uskuteční ve čtvrtek 16. září v 17.00 hodin ve Staré radnici v Hranicích, za přítomnosti herečky Barbory Srncové. Do světa fantazie, klidu, úsměvů a barev můžete vstoupit díky litografiím a olejomalbám, které vytvořila právě ona a její maminka, známá výtvarnice Emma Srncová.



## Pivovarské slavnosti

Již 17. ročník pivovarských slavností v Hanušovicích se chystá na sobotu 4. září. Kromě bohatého kulturního programu nebudou chybět pivní soutěže a ochutnávky veškerého sortimentu pivovaru. To vše s jedinečnou kulisou Jeseníků. Brány areálu se otevřou v 11 hodin.

## Vendula Chalánková Bohudíky

Do česko-polského informačního centra v Jeseníku můžete zavítat na výstavu jedné z nejznámějších umělkyně, Venduly Chalánkové. Prohlédnete si zde její obrazy, ilustrace, ale i komiksy. Výstava je otevřená od pondělí do soboty, od 10 do 16 hodin.

## Marie Rottrová

Lady soul, je pojmenován koncert několika generacemi oblíbené zpěvačky Marie Rottrové, který se uskuteční v úterý 7. září, v Domě kultury Šumperk. Nebudou chybět hity jako Řeka lásky, Štěstí, nebo Skořápky ořechů. Začátek koncertu je v 19.00 hodin.

## Farmářské trhy

Ve čtvrtek 9. 9. můžete vyrazit za nákupy na farmářské trhy na náměstí T.G.M. v Přerově. Nakoupíte zde potraviny od regionálních výrobců, čerstvou zeleninu, ovoce, ale i květiny, nebo řemeslné výrobky.



## Balet Globa – duše v pohybu

11. září od 19.00 jste srdečně zváni do Divadla Petra Bezruče v Jeseníku na baletní vystoupení nevidomého tanečníka pana Aleše Příborského pod vedením profesionálního baletního páru z Baletu Globa Olomouc, doplněné o další vystoupení zdravotně postižených tanečníků. Vystoupení se uskuteční v rámci

27. ročníku festivalu Dny umění nevidomých na Moravě, jehož cílem je představit veřejnosti nadané profesionální zrakově postižené umělce.

## František Venclovský

Už jen do 12. 9. můžete v Galerii města Přerova navštívit vzpomínkovou výstavu na tohoto známého přemožitele kanálu La Manche. Exponáty k zápůjčkám poskytla vedle Muzea Komenského v Přerově také rodina slavného sportovce.

## Klášterní hudební slavnosti

Hrajeme vám dnes československý džez: swingový Orchestr Ježkovy stopy, to je podtitul této akce, který je téměř všeřikající. Kdo by rád zažil atmosféru swingových barů, kaváren a tančiren 30. a 40. let minulého století, je tento netradiční hudební zážitek, plný jemných divadelních momentů, přímo pro něj. Nabítený hudební program připomene, jak československý jazz žil nejen za první republiky, ale také v období války a jak se v důsledku dějinných událostí dostal až za oceán. Začátek je 12. 9. v 19.00 v Ropotíně ve velkém sále KKC.



## Dobývání Plumlova – Zámek Plumlov v obležení

Na sobotu 18.9. je naplánovaná již tradiční vojensko-historická akce Dobývání Plumlova. Těšit se můžete na válečnou a historickou techniku, živé rekonstrukce bitev, dobové tábory, ale i na bohaté občerstvení.

## Festival Americké Jaro

Vystoupení Sáry Medkové si můžete užít 21. září od 18.00 hodin na ZUŠ v Prostějově. Sára Medková patří mezi výrazné osobnosti mladých českých pianistů a je vyhledávanou komorní partnerkou mnoha předních českých i zahraničních sólistů. Festival Americké Jaro je klavírním recitálem Sáry Medkové a je koncipován na míru Americkému jaru výlučně



ze skladeb amerických skladatelů od 2. poloviny 20. století po současnost. Interpretka se kromě samotné hry na klavír představí i v roli tanečnice, zpěvačky, perkusionistky a recitátorky.

### Auto-moto-veterán burza

Máte doma v garáži součástky z aut, která už dávno nejezdí? Starou zemědělskou techniku, blatník z motorky a podobně? Nebo naopak dáváte dohromady třeba starou motorku? Všechny auto moto staré „krámy“ sbalte a zajedte v sobotu 25. září na burzu do Drahotuš na letiště na Auto-moto-veterán burzu. Akce se koná za každého počasí od 6.00 do 13.00 hodin.



### Třetí prst na levé ruce

V Prostějovském městském divadle se 17. září ve hře Třetí prst na levé ruce představí herečky Pražského Studia Dva, Iva Pazderková a Martina Randová. Jde o neobyčejný příběh obyčejné irské rodiny. Dvě sestry, které si bývaly velmi blízké, se dnes už téměř nevidají. Nečekaná událost je však jednoho dne znovu svede dohromady. S notnou dávkou odvahy, lásky i svérázného humoru se ve vzpomínkách vydávají do dob svého dětství a dospívání, aby si k sobě znovu našly cestu.



### Lucie Bílá Recitál s klavírem Petra Maláska

23. září přijede své fanoušky v Jeseníku potěšit jedna z nejpoblárnějších zpěvaček současnosti, Lucie Bílá. Návštěvníci se mohou těšit na emotivní koncertní program Recitál, při kterém Lucii Bílou doprovází skladatel a klavírista Petr Malásek. Koncert proběhne v sále IPOS a začíná v 19.00 hodin.



filmový  
klub  
seniorů

PROGRAM 2021  
ZÁŘÍ

14.00 hod. / 70,-

ÚT	7. 9.	CHYBY	Č
PO	13. 9.	ANNETTE	T
ČT	23. 9.	GUMP - PES, KTERÝ NAUČIL LIDI ŽÍT	Č
PO	27. 9.	PRVOK, ŠAMPÓN, TEČKA A KAREL	Č

Č - ČESKY

D - DABING

T - TITULKY

O - ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

ZMĚNA PROGRAMU  
VYHRAZENA

KINO **METROPOL**

Omlouváme se čtenářům i kinu Metropol za chybné zveřejnění programu Filmového klubu seniorů v srpnovém čísle, kde se omylem objevily červencové filmy. Redakce

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



**Eva Boháčová, 71 let**  
**Olomouc**

- Největší radost mi udělalo narození vnoučátka.
- Kdybych mohla vrátit čas, tak bychom určitě s manželem raději měli malý domeček na okraji Olomouce, než bydlet celý život v paneláku. Chybí mi zahrádka, o kterou bych se mohla starat a bylo by to také místo, kde bychom se mohli s rodinou a přáteli scházet.



**Milada Faltusová, 80 let**  
**Litovel**

- S manželem oslavíme v říjnu diamantovou svatbu, tak z toho mám samozřejmě velikou radost. A společně se radujeme ze tří dětí, devíti vnoučat a tří pravnuček.
- Na úkor rodiny jsem se angažovala v řadě organizací. Dnes vedu kroniku Seniorklubu Litovel a o činnosti informuji v Litovelských novinách. Život je předurčen osudem.



**Antonín Drozda, 68 let**  
**Přestavky**

- Největší radost mi dělá cestování a výlety.
- Jsem spokojený s tím, jak to je. Hlavně, že mě nikdo nebuzeruje, za to jsem šťastný.



**Jarmila Hanusová, 72 let**  
**Doloplazy**

- Největší radost mi udělalo narození dětí. Hlavně mladší syn, byl vymodlené dítě.
- Ne, nic bych neměnila. Vždycky jsem byla a jsem spokojená.



## SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři, ani jsme se nenadáli a prázdninové dny plné slunce jsou za námi. Spousta z nás, ač v omezeném režimu, konečně vycestovala za krásami zvláště naší země. Krajská rada seniorů ve spolupráci s cestovní kanceláří Senior Travel pořádala tři tematicky krásné zájezdy – Severní a Západní Čechy a Rakousko. Zájezdy byly plně obsazené a dle reakcí účastníků velmi vydařené. V současné době připravujeme podzimní wellness pobyty v Sezimově Ústí v hotelu MAS+\*\*\* s odjezdem z Olomouce a volná místa jsou ještě v termínu od 7.–14. 9. 2021 do hotelu Hutník – Slovenské Matliare s koupáním v termálních lázních ve Vrbově, pro bližší informace volejte paní J. Köhlerové 732 208 050 nebo pište na email kohlerovajarka@seznam.cz

### Babička roku 2021

Babička roku se blíží do finále. Srdečně vás zveme 15. září na výstaviště Flora do pavilonu A. Akce začíná ve 13:00 a je bez vstupného. Přihlášené finalistky do soutěže seniorské krásy budou soutěžit o titul Babička roku 2021 a vítězka bude reprezentovat Olomoucký kraj ve velkém celorepublikovém superfinále 19. listopadu opět na Floře. Milí senioři, přijďte s námi oslavit Svátek seniorů, čeká vás skvělý doprovodný program, vystoupení cimbálové muziky Vaška Řiháka (znáte z TV Šlágr) i menší občerstvení. Na všechny se moc těšíme. Akce bude připravena v souladu s aktuálními nařízeními pro pořádání hromadných akcí a ve spolupráci s KHS. S ohledem na neustálý vývoj situace sledujte naše stránky [www.krsol.cz](http://www.krsol.cz)

Konzultační středisko virtuální univerzity třetího věku při krajské Radě seniorů Olomouckého kraje ve spolupráci s Českou zemědělskou univerzitou v Praze zahajuje 10. zimní semestr 7. 10. 2021 v 15:00 v Kongresovém sále KÚ v Olomouci. Zájemci o studium VU3V se mohou přihlásit elektronicky na emailu [milenaahesova@seznam.cz](mailto:milenaahesova@seznam.cz) nebo osobně v den konání. Studijní téma: Barokní architektura v Čechách. Přednášky (celkem 6) jsou v dvoutýdenních intervalech. Více informací na [www.e-senior.cz](http://www.e-senior.cz). Absolventi VU3V budou po třech letech promovat v Praze.

### KRS bodovala na Slovensku

Na pozvání JDS Slovensko v rámci dlouholeté spolupráce na krajské úrovni 3. srpna odcestovalo skvělé reprezentační sportovní družstvo krajské Rady seniorů Olomouckého kraje na Slovensko do Prešovského kraje, kde se utkali ve sportovním desetiboji na sportovních hrách. Získali jsme tři zlaté a jeden bronz v kategorii jednotlivců ženy – Jana Kellnerová z Litovle dvě zlaté a Františka Hausnerová z Moravského Berouna zlato a bronz. Krajská Rada seniorů gratuluje a děkuje za vzornou reprezentaci Olomouckého kraje v zahraničí. Při čtení těchto řádků budeme znát již i výsledky VI. ročníku krajských sportovních her,



kteří jsme pořádali (po uzávěrce časopisu, 18. srpna) již tradičně na stadionu TJ Lokomotiva, pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje a přihlásilo se 38 pětičlenných družstev, z toho dvě družstva ze Slovenska a jedno z Opolského vojvodství. Vítěze vám představím v příštím čísle vašeho oblíbeného magazínu Moravský senior.

### Užitečné informace

Milí senioři, v červnovém sloupku KRS jsem vám představila projekt Moudrá sovička a představila tým, který vás naučí zdarma správně ovládat PC, tablet nebo chytrý telefon a jak se bezpečně pohybovat na internetu. Zájemci nejlépe skupiny 10–14 osob (i více) zavolejte našemu koordinátorovi na bezplatnou linku 800 220 044 a domluvte si bezplatný kurz. Moudrá sovička za vámi přijede do všech koutů našeho kraje, stačí se domluvit. Dále můžete také projít sami Digitální odyseou – navštivte internetové stránky s bezplatným kurzem, na jehož konci pro vás bude zvládnutí chytrých telefonů úplná hračka. Zde máte odkaz na digitální kurz: [odyssea.nadacevodafone.cz](http://odyssea.nadacevodafone.cz)

Závěrem bych ráda připomněla, že od září opět každé pondělí od 8:00 až do 15:30 můžete navštívit naši bezplatnou právní poradnu ve Štursově ulici v Olomouci. Pro více informací sledujte naše webové stránky, kde najdete také třeba přihlášky členství ke krajské Radě seniorů.

Vážený čtenáři, děkuji vám za čas, který věnujete našemu sloupku i za přízeň. Přeji vám krásný zbytek léta a nezapomeňte, že krajská Rada seniorů je vždy na vaší straně.

**Milena Hesová**  
**Předsedkyně KRS Olomouckého kraje**  
**Místopředsedkyně Rady seniorů ČR**  
**Poradkyně hejtmána**



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

# Babička ROKU 2021

OLOMOUCKÉHO KRAJE

Přijďte s námi oslavit Svátek seniorů  
**středa 15.9. 2021 od 13:00**  
výstaviště Flóra v pavilonu A v Olomouci

moderují: **MILENA HESOVÁ**  
**TOMÁŠ WEBER**

Vystoupí Vašek Řihák s cimbálovou muzikou- znáte z TV Šlágr,  
čeká vás bohatý doprovodný program,  
vstup a menší občerstvení zdarma



Vítězka krajského kola se zúčastní celorepublikového kola 19.11. 2021



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

Akce bude připravená v souladu s aktuálním nařízením pro pořádání hromadných akcí ve spolupráci s KHS  
Akce se koná pod zřítkou hejtmána Olomouckého kraje Ing. Josefa Suchánka

**RS** KRAJSKÁ RADA SENIORŮ  
OLOMOUCKÉHO KRAJE

**Olomoucký kraj**

**arriva**  
travel company

**SENIOR**  
TRAVEL

**AGE** CENTRUM

**SDC** SunDrive

**ANĎEL**  
NA GRATE

**RS** Rada seniorů  
České republiky



**MPSV** MINISTERSTVO PRÁCE  
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

**KIDSOK**

**OLMA**

**NET4GAS**

**WELLNESS**  
HOTEL MAS

**DOBA**  
seniorů

Mediální partneri  
**Šlágr**

**ČD** České dráhy

**GS** Condro  
DIAMANT

**HOTEL**  
BRDÝ

**Vide**Shot



## LADISLAV OKLEŠTĚK: MEZI SENIORY MÁM SPOUSTU PŘÁTEL, NEJEN U HASIČŮ

Ladislav Okleštěk jako hejtman Olomouckého kraje často říká, že zlepšení života seniorů je jednou z jeho hlavních priorit. Navštívil skoro všechny domovy pro seniory, projel stovky akcí a zasadil se o vytvoření nového systému paliativní péče v našem kraji. Navštívili jsme ho a zeptali se, jestli na „své“ seniory jako poslanec Parlamentu České republiky nezapomněl.

**Kde si to užíváte víc – v Praze v parlamentu, nebo doma na Hané?**

Práce ve sněmovně mě baví. Není to jen o nudných schůzích, které se občas bohužel někteří poslanci snaží zpestřit urážkami nebo „flákanci“. To nejpodstatnější totiž kamery nezachytí – třeba spoustu jednání, díky kterým se v posledních letech výrazně zlepšila dopravní situace na Moravě. Ale nejraději mám chvíle, kdy jedná sněmovna skončí. Zatímco někteří politici se rozprchnou filozofovat do pražských salónů, já sedám do auta a mířím domů za rodinou a přáteli, protože na Moravě se na rozdíl od Prahy nefilozofuje, tady se žije.

**Na stránkách Moravského seniora se neobjevujete poprvé, takže naši čtenáři vědí, že se o život seniorů zajímáte dlouhodobě. Jak se podle vás v posledních letech proměnil?**

Senioři jsou stále aktivnější. Čím dál víc jich potkávám na sportovních závodech, na kulturních akcích i na horách. Hodně seniorů, kteří před několika lety ještě netušili, co je to internet, mi píše na Facebook.

***Senioři si za celoživotní dřinu zaslouží vyšší důchody***

**Čím to je?**

Doba jim přináší nové příležitosti a oni je naplno využívají. Možná taky díky tomu, že po zvýšení důchodů už nemusí každou korunu otáčet třikrát. Před čtyřmi roky byl průměrný důchod 11.745 korun, letos v březnu už





přes 15 tisíc. To je nárůst, který je o hodně vyšší než inflace a každý senior to ve své peněženke pozná. Mám z toho opravdu radost, protože senioři si nezasloužili zvyšování důchodů o 40 korun, jak to chodilo za předchozích vlád. Mimochodem příští rok se důchody zvýší v průměru o dalších skoro osm stovek. Senioři si to za celoživotní dřinu zaslouží.

**Vím, že máte mezi seniory spoustu přátel, kteří s vámi mluví na rovinu. Vidí situaci důchodců stejně jako vy, tedy že se mají lépe než dřív?**

Asi nejvíce seniorů potkávám na akcích dobrovolných hasičů, kam jezdím často a opravdu rád. Už nám našťástí vyrůstá nová generace hasičů, ale hlavní práce je většinou pořád na bedrech těch starých bardů. Jeden startuje závody, druhý zapisuje výsledky, třetí chystá občerstvení pro děti nebo točí pivo... Takže na nějaké dlouhé hovory o důchodech spolu nemáme čas. Ale co slyším, tak to většina seniorů vnímá podobně jako já, jsou rádi, že se k nim stát konečně chová slušně. Mnozí z nich si navíc sem tam vypomůžou nějakou fuškou, protože na rozdíl od dnešních mladých lidí pořád ovládají „devatero řemesel“.

***Mám radost,  
že si senioři  
užívají podzim  
života více než dřív***

**Jenže aby mohl člověk pomáhat hasičům nebo jít na fušku, musí být zdravý.**

Myslím, že i tady jsme udělali kus práce. Naše zdravotnictví je ve srovnání s mnoha vyspělejšími zeměmi mnohem kvalitnější a postará se o každého. To je další slib naší vlády, který jsme splnili a ještě překročili. Zase si pomůžu čísla – v roce 2017 šlo do zdravotnictví 284,8 miliardy korun, letos to bude bezmála 400 miliard. Zlepšila se situace také přímo v našem regionu, v době, kdy jsem vedl Olomoucký kraj, putovalo z rozpočtu hejtmantství do zdravotní péče 581 miliónů! – do té doby nebývalá částka.

**Je pravda, že zvyšování životní úrovně je patrné na každém kroku. Ale není to na úkor našich vnoučat?**

To jsou jen výkřiky opozičních politiků. Když ANO přebíralo v roce 2014 Ministerstvo financí, byl dluh vůči HDP 41,1 %. Do konce roku 2019 jsme ho srazili na 29 %. Kvůli koronaviru se pak na konci roku 2020 zvýšil na 39,6 %, ale to je pořád méně než v tom roce 2014. Mimochodem jsme čtvrtou nejméně zadluženou zemí Evropské unie, třeba Rakousko má dluh 84 %, Německo 71 % a Francie 117 %. Takže není důvod k obavám – peněz na důchody je dost a naše vnoučata určitě nezadlužíme, právě naopak.

(PR)



### LADISLAV OKLEŠTĚK

- Narodil se v Prostějově, je mu 60 let.
- Dvacet let ho lidé volili starostou ve Výšovicích na Prostějovsku. Je předsedou krajské organizace ANO v Olomouckém kraji a od roku 2013 poslancem. Je členem předsednictva hnutí ANO.
- V roce 2017 byl zvolen hejtmanem Olomouckého kraje a tuto funkci úspěšně zastával do listopadu loňského roku.
- Ladislav Okleštěk je ženatý, má dceru a syna, vnuka Tomáška a vnučku Alžbětku.





# MILAN BRÁZDIL: LIDÉ VE ZDRAVOTNICTVÍ JSOU TO NEJCENNĚJŠÍ, CO MÁME

Služebně nejstarší lékař olomoucké záchranky, držitel ocenění Zlatý záchranářský kříž a Ceny města Olomouce a poslanec Milan Brázdil zažil epidemii koronaviru jako záchranář v první linii i jako poslanec. Už téměř třicet let je zvyklý pomáhat a zachraňovat. V politice se především snaží zlepšit stav našeho zdravotnictví a podmínky pro zdravotníky.

**Jak jsme podle vás zvládli dosavadní průběh epidemie?**

Ukázalo se, že připravit se na tak rozsáhlou epidemii nedokáže stoprocentně žádný stát na světě. Někdo to zvládal chvíli lépe, poté zase hůře. My jsme nejprve byli premiantem díky rychlým opatřením a semknutí se. Poté se za potlesku opozice rozvolnilo a čísla nakažených a nemocných rychle stoupala. Teď jsme na tom zase dobře, čísla bohužel narůstají v jiných státech. U nás se naštěstí rychle očkuje a očkování je cesta z této krize. Na druhou stranu, ten vir tu s námi bude asi už navždy, nepodaří se ho zlikvidovat úplně. Musíme být jen dobře připraveni, chránit se a umět s ním bojovat.

**Bylo naše zdravotnictví, hlavně tedy nemocnice, na takový nápor připravené?**

Musím říct, že v jednu chvíli jsme měli nemocnice opravdu přetížené. Ale náš zdravotní systém je na výborné úrovni, máme opravdu luxusní zdravotnictví, hodně se toho za poslední roky díky vládě hnutí ANO zlepšilo. Jenže i naše zdravotnictví má své limity. Problém nejsou přístroje, vybavení, to vždy nakoupíte. Problém ale je, když chybí erudovaný personál. Ti výborní a obětaví lékaři, sestřičky, ošetřovatelé a další, kteří zachraňují a pečují o zraněné, nemocné a nemožící, jsou to nejcennější, co máme. V době vrcholící pandemie jeli od rána do rána, do úplného fyzického a psychického vyčerpání. Je nevykouzlení ani nikde nenakoupíme.

**Máte strach, že tihle lidé budou našemu zdravotnictví chybět?**

To bych tak úplně neřekl. Ale je namístě se tím zabývat a snažit se dělat všechno proto, abychom skvělý zdravotnický personál udrželi a aby lidé ve zdravotnictví byli nadále motivováni. Pomáhat lidem je, a to mi fakt věřte, to nejsmysluplnější poslání. Děláte to srdcem, ale na druhou stranu očekáváte, že vás za to stát patřičně ocení.

Proto říkám, že nestačí jen investovat desítky miliard do modernizace nemocnic, ale potřebujeme více lékařů, více sestřiček, více ošetřovatelů a lépe je zaplatit. Jsem rád, že na to premiér Andrej Babiš slyší. Díky

dalším miliardám mohou lékařské fakulty navyšovat své kapacity. A platy ve zdravotnictví rostou. V době pandemie zdravotníci a pracovníci v sociálních službách dostali také mimořádné odměny za svou nesmírně náročnou a obětavou práci. Prostě musíme investovat do lidí v první linii a soustavně jim zlepšovat podmínky. Pokud budu nadále poslancem, budu makat na tom, aby nám zdravotníci neutíkali a aby se naše zdravotnictví neustále zlepšovalo.

**Zmínil jste se, že covid s námi už asi zůstane. Musíme si zvyknout i na ta omezující vládní opatření?**

I když se u nás očkování rozjelo na plné obrátky a dnes se může očkovat snad úplně každý, je možné, že nějaká opatření zůstanou. Já bych třeba zachoval dezinfekce na různých veřejně přístupných místech. Vždyť to není ani nijak omezující, když si někde vydezinfikují ruce při příchodu nebo odchodu. Navíc vás to ochrání před dalšími bakteriemi a viry. Je možné, že když někdy budou čísla zase mírně stoupat, že se třeba nařídí opět respirátory v MHD nebo na místech, kde je větší koncentrace lidí na malém prostoru. Ale znovu opakuji – očkování je světlo na konci tunelu, a když vše bude fungovat jak má, když se budou očkovat i mladí, žádná tvrdá opatření nás už nečekají.

Ale jako lékař bych chtěl zdůraznit, že účelem těch různých nepříjemných omezujících opatření bylo zajistit, aby se šíření viru zpomalilo. Když rychle přibývalo vážnějších případů v krátkém časovém období, kapacity zdravotnictví naopak ubývaly. Opatření byla pro ekonomiku tvrdá, ale pro zdravotní systém nezbytná. Musíme si to uvědomit, stejné restriktce se dělají v různé míře všude ve světě.

**Existuje nějaká prevence? Co byste našim čtenářům doporučil?**

Nebudu znovu mluvit o očkování, to je samozřejmě na prvním místě, pokud vám to zdravotní stav dovolí. Ale doporučil bych určitě to klasické – dodržovat hygienu, hlavně časté mytí rukou. Rozhodně všem doporučuji užívat vitamín C, vitamín D a potravinové doplňky se zinkem. Poradte se se svým lékařem či lékárníkem. Prostě se komplexně starat o svou imunitu, o své zdraví, dodržovat pravidelné prohlídky u lékaře a důvěřovat mu. Chodit na preventivní prohlídky a tím předcházet závažným onemocněním. Péče o zdraví není jen úkolem zdravotnického systému, ale hlavně každého z nás. Ale také rozum do hrsti, není nutné zůstat doma zavřený, stále se něčeho bát a stresovat. Stres, negativní emoce a blbá nálada nikomu nepomůže. V rámci svých možností a schopností se radovat, užívat si života po svém, a to každý den a každou chvíli, kdy to jen trochu jde.

**Lucie Lepařová**





## HRUŠKOVÉ DOBROTY

### Hruškový koláč

300 g hladké mouky  
170 g másla  
5 lžíc krupicového cukru  
Náplň:  
250 g mascarpone  
160 g cukru krupice  
2 vanilkové cukry  
3 hrušky  
2 lžice hladké mouky  
2 vejce  
Lžice citronové šťávy  
Trošku citronové kůry

Tuhé máslo nastrouhejte nahrubo, přidejte mouku a cukr a vypracujte drobenku. K drobence přidejte pár lžic studené vody a rychle vypracujte těsto. Zabalte je do fólie a nechte asi hodinu v lednici. Těsto rozválejte do dortové formy, vytlačte do krajů, propíchejte vydličkou a pečte ve vyhřáté troubě na 180 °C asi 20 minut. Hrušky nakrájejte na silnější plátky a hned promíchejte s citronovou šťávou s troškou cukru. Zbylé cukry, s vejci, mascarpone a citronovou kůrou a moukou vyšlehejte na krém a naplňte jím upečený základ, ozdobte plátky hrušek a pečte ještě asi 35 minut.

### Dezert

#### do skleničky

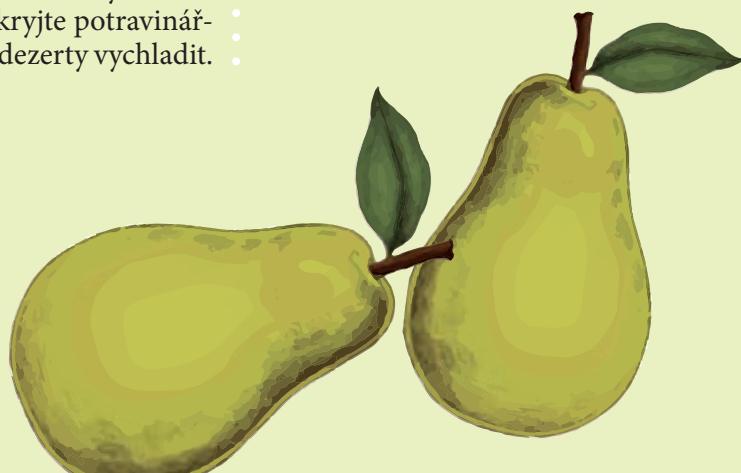
2 tvrdší hrušky  
1 tvaroh  
1 vanilkový cukr  
2 lžice cukru krupice  
Lžička skořice  
Hrst opražených ovesných vloček, nebo müsli směsi  
Lžice vlašských ořechů  
Kousek másla

Hrušky nakrájejte na kostičky a na rozpáleném másle krátce opečte. Zmírněte teplotu, přidejte cukr krupici a nechte krátce zkaramelizovat. Směs rozdělte do skleniček a zasypte skořicí. Jako druhou vrstvu dejte tvaroh vyšlehaný s vanilkovým cukrem. Na třetí vrstvu smíchejte vločky s nasekanými ořechy. Skleničky překryjte potravinářskou fólií a nechte dezerty vychladit.

### Hrušková marmeláda se zázvorem

2 kg zralých hrušek  
800 g cukru krupice  
20 g kyseliny citronové  
3 snítky máty  
Kousek čerstvého zázvoru

Hrušky omyjte, zbavte jádřinců, pomelte na masovém strojku a vložte do hrnce. Směs podlijte troškou vody a za stálého míchání zahřívejte. Postupně přidávejte cukr a nakonec kyselinu citronovou. Přidejte snítky máty a vařte asi 5 minut. Směs odstavte, mátu vyjměte, vmíchejte najemno nastrouhaný čerstvý zázvor. Ještě horkou marmeládu naplňte do čistých sklenic, dobře uzavřete a nechte vychladnout dnem vzhůru.



# PŮSOBENÍ LEDOVÝCH NÁPOJŮ NA NÁŠ ORGANISMUS

Ani v září nás podle předpovědi meteorologů ještě úplně neopustí horké počasí, které svádí k posezení na zahrádkách restaurací a svažení se ledovým pitím. Ano, na chvíli se vám uleví, ale tělo pochopí, že jste pro něj nic dobrého neudělali. Než totiž buňka začne vstřebávat ledovou vodu, potřebuje ji nejdříve ohřát. To může dlouho trvat a do práce se zapojí celý organismus. Za tu dobu se tělo dostane do vodního deficitu, i když jste vypili tekutiny, budete mít stále žízeň. Naše tělo neumí využít vodu chladnější než 37°C. Tělo musí chladnou vodu nejdříve ohřát, než ji může poslat dále do zažívacího a krevního oběhu. Čínská medicína doporučuje vlažné nápoje. Tělo nebude potřebovat tolik energie na zbytečné ohřívání a věnuje ji na trávení a spalování jídla. Největší riziko hrozí těm, co mají problémy s cévami, se srdcem a zažíváním. Po ledovém doušku se zúží cévy, čímž se ztíží celková hydratace organismu.

## Co způsobí studené pití

- Krevní cévy se zúží a trávicí trakt nefunguje tak, jako obvykle.
- V žaludku a ve střevech dojde ke ztužení tuků, které se nedostatečně stráví a zůstanou ve střevech nebo krevním oběhu.
- Tělo musí regulovat teplotu a vyrábět energii.
- Stimuluje tvorbu hlenů. V těle se začnou vytvářet nadbytečné hleny. To ovlivní správnou činnost imunitního systému a zvýší se riziko, že chytíte rýmu nebo nachlazení.
- Ledové pití stáhne cévy v trávicím traktu. Ten se jako by uzavře a omezí se jeho hydratace.

## Pozor na tekutiny po jídle

Pro většinu lidí je velmi překvapivé zjištění, že studené pití je pro náš organismus v podstatě nezdravé, i když je součástí našeho života. Platí, že byste měli pít 10–15 minut před jídlem nebo hodinu po jídle, aby nedošlo k ředění žaludečních kyselin. Nejhorší, co můžete udělat, je napít se studeného hned po jídle.

## Co se stane?

Když horký oběd spláchneme něčím studeným, tuky se okamžitě srazí, celé trávení se zastaví a tuky ulpí na střevech trávicího ústrojí. Tyto „tukové nečistoty“ jsou hlavním faktorem rakoviny tlustého střeva.

## Přínosy pití v pokojové teplotě

- Pročištění krve.
- Lepší průchod potravy zažívacím traktem.
- Lepší detoxikace lymfatického systému, kůže a ledvin.
- Teplá voda před jídlem stimuluje tvorbu žaludečních šťáv a enzymů.

## Jak tedy přežít horké dny ve zdraví?

- Pokud si neodpustíte studené pití, pijte po malých doušcích.
- Studené pití si nedávejte hlavně po jídle.
- Zapomeňte na led a podchlazený nápoj.
- Voda by se měla pít vlažná.
- Vlažná voda po ránu detoxikuje tělo a pomáhá se zažíváním.
- Nalijeme-li do sebe půl litru tekutiny najednou, zatížíme tím ledviny (neumíte-li pít pomalu, použijte brčko).

Studená voda a ledové pití jsou pro rozehřáté tělo šokem, se kterým má naše tělo problém se vypořádat. Jako ve všem je i tady potřeba hledat rovnováhu – pokud jde o množství tekutin, ale také okolnosti, za kterých pijeme. Nakolik jsme unavení, jaký je náš zdravotní stav, jaká je venkovní teplota, atp. Ledové nápoje jsou spíše na škodu než k užítku.

**Stanislava Zavadilová, odborná zdravotní sestra**







**ARCIBISKUPSKÉ  
ZÁMECKÉ VÍNO  
KROMĚŘÍŽ**



# KAREL SMETANA: NEVINNĚ O VÍNĚ

**Karel Smetana je ředitel jednoho z nejstarších vinařství v ČR i Evropě, Arcibiskupského zámeckého vinařství v Kroměříži. Milníkem pro zrod tohoto vinařství byl rok 1266, kdy biskup Bruno ze Schauenburku povýšil Kroměříž na město a založil zde vinné sklepy. Rozšířeny byly později za vlády českého krále a římského císaře Karla IV., který v roce 1345 – ještě jako markrabě moravský – potvrdil sklepům také výsadu vyrábět mešní víno. Karel Smetana pro čtenáře Moravského seniora popisuje, jak se jeho jméno s výrobou vína propojilo:**

## Se strýcem Kadlčíkem

Jak jsem se dostal k mešnímu vínu? Odmala jsem ministroval a jak to bývá, chodili jsme s kamarády tajně upíjet zásoby pana kostelníka. Když jsem byl plnoletý, pan farář nás občas pozval na sklenku a jednou nás seznámil s tehdejším spolumajitelem Arcibiskupského zámeckého vinařství v Kroměříži Josefem Kadlčíkem, který uměl o víně vyprávět tak, že byste ho vypili, i kdyby vám nechutnalo. Od té doby jsme se spřátelili a neřeknu mu jinak než „strýc Kadlčík“. I když už má své roky a svého podílu v Arcibiskupském vinařství se vzdal, rád se u něj občas zastavím pro radu a na pohárek z jeho archivu. V průběhu vysokoškolského studia mě do základů technologie výroby vína zasvětil můj kmotr a tehdy jsem zkoušel s kamarády dělat i první víno. Nedopadlo to vůbec špatně. Pamatuju si, že první víno byla Rulanda bílá, s kterou jsme dokonce vyhráli ne jeden regionální košť, což ze „zvědavosti“ udělalo koníček.

## Jak se dělá mešní víno

Po škole mě cesty zavedly do Prahy, kde jsem pět let pracoval na Ministerstvu zemědělství. Když jsem se oženil, tak mě srdce táhlo zpátky na Moravu, kde se také objevila příležitost pracovat pro toto vinařství, neváhal jsem. Koníček se mi stal prací. Jako katolíkoví je mi nesmírnou ctí podílet se na výrobě nápoje, který se v mysteriu eucharistie proměňuje v podstatu Krve Kristovy.

Nejčastěji se mě lidé ptají, co je to mešní víno a jaký je rozdíl ve výrobním procesu „obyčejného“ a mešního vína. Základní rozdíl je v použití chemických látek, které ve výrobě mešního vína nesmí figurovat. Technologie výroby je důkladně popsána v Kodexu kanonického práva. Vše začíná už na vinicích, kdy hrozny pocházejí z našich vinic, pronajatých nebo předem ověřených. Hroznový mošt se nedosazuje, z tohoto důvodu se tedy používá vinný mošt s cukernatostí minimálně 20°. V dalším průběhu výroby se pak do vína kromě oxidu siřičitého a přírodního čířidla nesmí přidávat žádné jiné látky. Na celý výrobní proces pak dohlíží Liturgický dozor, který stanovuje příslušná církev a který je také

předepsán i ve vinařském zákoně. Pijete-li mešní víno, můžete si být jistí jeho čistě přírodním složením.

## Kde nakoupit

Pokud chcete mešní víno ochutnat, máte možnost jej zakoupit v našich podnikových prodejnách v Olomouci a Kroměříži, nebo na našem e-shopu:

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

Rovněž vás srdečně zvou na návštěvu historického zámeckého sklepa v Kroměříži, kde můžete víno také okošťovat, popřípadě napište na: [info@arcibiskupskevino.cz](mailto:info@arcibiskupskevino.cz) a já nebo kolegové přijedeme udělat ochutnávku přímo k vám.



*Senzorická kontrola vína s liturgickým dozorem.*

*Se synem ve vinobraní.*







## OČNÍ KLINIKA TANA

evropská špička

Oční optika TANA je firma s tradicí, která sahá až do roku 2002. V roce 2002 jsme otevřeli provozovnu v „ušatém domě“ na Wellnerově ulici, ve spolupráci s předním oftalmologem, primářem MUDr. Iljou Šínem. V roce 2008 jsme se začlenili do TANA rodiny s oční klinikou TANA a v roce 2009 jsme se rozrostli o další pobočku optiky, tentokrát přímo v prostorách TANA oční kliniky na ulici Uhelná.

Náš tým očních optiků a optometrů se skládá z profesionálů, kteří pravidelně absolvují odborná školení a neustále se vzdělávají tak, abychom vám, našim pacientům a zákazníkům, nabídli tu nejlepší odbornou péči. Samozřejmostí jsou cesty do zahraničí na optické veletrhy, výstavy, přednášky.



Máte šedý zákal a přemýšlíte o operaci? Možná jste se rozhodli řešení vašeho problému z různých důvodů odložit. To ale nemusíte. Naopak to ani odborníci nedoporučují. Operace šedého zákalu, tzv. katarakty, může obratem zlepšit váš život. Navíc se není čeho bát. I samotné vyšetření je dnes velmi rychlé, bezpečné a především bezkontaktní. Dioptrie, šedý zákal, špatné vidění na blízko nebo na dálku, astigmatismus a spousta dalších očních vad: s těmi si dnes specialisté na oční klinice Tana v Olomouci dokáží rychle poradit. Podívejte se náš web na reakce našich pacientů [www.tanaocniklinika.cz/o-nas/](http://www.tanaocniklinika.cz/o-nas/)

### CO TO JE ŠEDÝ ZÁKAL

Šedý zákal neboli katarakta je slovo řeckého původu, jehož význam znamená „padat dolů“ (kata – dolů, arassein – padat), neboť katarakta připomínala Řekům vodopád.

Při kataraktě dochází v oku k postupnému zkalení čočky, tím je bráněno průniku světla dopadajícího na sítnici a komplexně dochází ke zhoršení zrakových funkcí. Až 50 % populace ve věku nad 65 let je postiženo určitým stupněm zkalení čočky. Toto procento se s věkem nadále zvyšuje, např. 70 % populace ve věku nad 75 let. Není ale výjimkou, že jsou kataraktou postiženi i lidé v aktivním věku okolo 50 let. Katarakta je i přes pokročilý stupeň moderní léčby dodnes v chudé části světa nejčastější příčinou slepoty.

Z nejčastěji udávaných příznaků můžeme zmínit zamlžené a rozostřené vidění hlavně do dálky. Dalšími projevy jsou světloplachost, horší vidění za šera a změna vnímání barevné sytosti postiženého oka. Vývoj šedého zákalu se projevuje v častější potřebě měnit brýle, které už od určitého stupně vidění nezlepší. Jedinou „léčbou“ je operace. Operace v raném stádiu onemocnění je pro oko šetrnější a rehabilitace kratší. Proto není nejmenší důvod operaci odkládat „na později“.

### OPERACE – KRÁTKÁ, BEZBOLESTNÁ

Operační zákrok trvá asi 10 min., přípravná fáze 30 min. Je prováděn ambulantní formou v lokální anestezii pomocí kapek. Následuje tzv. fakoemulzifikace, což je metoda spočívající v rozdělení původní čočky ultrazvukem a odsátí jejích částí pomocí kanyly. Velkou předností této metody je provedení celé operace miniinvasivně, což snižuje pravděpodobnost pooperačních komplikací na absolutní minimum, urychluje obnovu zraku a zkracuje délku zákroku. Díky miniinvasivnímu přístupu odpadá nutnost šití, rohovková rana se sama uzavře. Již druhý den po operaci vidí většina pacientů dobře, ostatním pacientům se zrak vyjasní během několika dní.

Základní dělení čoček vychází ze skutečnosti, že zdravé lidské oko využívá především 3 vzdálenosti (dálka, střed, blízko).

**Monofokální čočky** zajišťují vidění na jednu vzdálenost. Pokud je to dálka, pro komfortní vidění na střední vzdálenost a na čtení bude potřebovat pacient nejspíše dvoje brýle (střed, blízko).

**Trifokální čočky** řeší všechny vzdálenosti včetně čtení. Pacient po zbytek života zůstává bez brýlí. Všechny nitrooční čočky používané na oční klinice TANA v sobě mají filtr, který slouží k ochraně sítnice před neviditelným škodlivým modrým světlem a nijak neovlivňuje kvalitu vidění.

Pro léčbu astigmatismu (odlišné zakřivení rohovky v jednotlivých osách) používáme **torické čočky**, které jsou k dispozici u každého výše popsaného typu.

[www.tanaocniklinika.cz/o-nas/](http://www.tanaocniklinika.cz/o-nas/)

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

## MÁME ZA SEBOU 25. VÝROČÍ ZALOŽENÍ SONS

Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR byla založena 16. června 1996 v Hradci Králové sloučením dvou organizací – České unie nevidomých a slabozrakých a Společnosti nevidomých a slabozrakých. Obě vznikly těsně po „Sametové revoluci“ v roce 1989 a 1990.

Vývoj ukázal, že dvoukolejnost v hnutí nevidomých není nejlepším řešením pro uplatňování oprávněných zájmů této skupiny zdravotně postižených, a proto se obě organizace rozhodly vytvořit jednu jedinou.

Naše olomoucká odbočka má však historii mnohem delší. Vznikla již v roce 1959 jako jedna ze složek tehdejšího Svazu invalidů a prošla několika vývojovými etapami jako stále tatáž organizace, jen s měnícím se zařazením do různých struktur.

Současná činnost naší organizace navazuje na dlouhou tradici a opírá se o bohaté zkušenosti, ale uplatňuje i současné moderní trendy v oblasti sociálních služeb pro osoby s těžkým postižením zraku i ve spolkových aktivitách a osvětě směrem k široké veřejnosti.

### Co konkrétně lidem se zrakovým postižením nabízíme?

Posláním naší organizace je sdružovat a hájit zájmy nevidomých a těžce zrakově postižených občanů a poskytovat jim konkrétní služby vedoucí k opětovnému začlenění do společnosti.

Naším cílem je poskytovat lidem se zrakovým postižením (případně jejich rodinným příslušníkům a osobám blízkým), kteří se dostali do nepříznivé životní situace, bezplatné informace, rady a odbornou podporu.

### POSKYTUJEME TYTO SLUŽBY:

- registrované odborné sociální poradenství;
- registrované sociálně aktivizační služby; (Obě tyto služby poskytujeme také jednou měsíčně ve Šternberku a Uničově)
- doprovod a podporu při jednání s úřady;
- provozujeme půjčovnu speciálních kompenzačních pomůcek;
- umožňujeme setkávání členů za účelem navazování kontaktů a vzájemné motivace.

### DÁLE NABÍZÍME A ZAJIŠŤUJEME:

- zájmové kluby, přednášky, besedy na nejrůznější témata;
- skupinové návštěvy kulturních a společenských akcí;
- víkendové a týdenní ozdravné, rekreační a rekondiční pobyty;
- jednodenní poznávací zájezdy;
- pomoc proškolených dobrovolníků;
- měsíčně vydáváme informační zpravodaj – ve zvětšeném černotisku, v Braillově písmu, ve zvukové formě, rozesíláme e-mailem;

- uveřejňujeme informace na webových stránkách odbočky a na facebooku;
- provádíme digitalizaci textů a tisk Braillova písma pro zrakově postižené studenty a další zájemce;
- zprostředkováváme návazné služby u partnerských organizací.

Pokud máte problém se zrakem, obraťte se s důvěrou na nás. Poradíme vám a pomůžeme vám zorientovat se v nové životní situaci.

Zapojením se do skupiny lidí s podobným postižením může napomoci překonat současné problémy a postupně zvládnout nové životní podmínky.

### KONTAKTY:

Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých České republiky, zapsaný spolek (SONS ČR, z. s.)  
 Oblastní odbočka Olomouc  
 I. P. Pavlova 69, PSČ 779 00  
 Tel.: 585 427 750 (+ záznamník)  
[www.sons.cz/olomouc](http://www.sons.cz/olomouc)  
[www.facebook.com/sons.olomouc](https://www.facebook.com/sons.olomouc)







# JAROSLAV FALTÝNEK: SRDCEM JSEM POŘÁD ZEMĚDĚLCEM

**Předseda zemědělského výboru Poslanecké sněmovny Jaroslav Faltýnek teď tráví většinu času na schůzích a jednáních, na zkušenosti ze své původní profese ale nikdy nezanevřel. „Začínal jsem v zemědělském družstvu Lešany jako agronom. Jezdil jsem s traktorem, oral a když bylo třeba, tak jsem i telil krávy. Moc dobře si uvědomuji, jak je práce zemědělců důležitá, obětavá a náročná,“ říká Jaroslav Faltýnek.**

**Jak jste se vlastně dostal k zemědělství?**

Vyrůstal jsem v Prostějově, ale jako kluk jsem pořád lítal někde v lese nebo po polích. Myslím, že právě v té době vznikl můj vztah ke všemu živému, který mě nakonec přivedl až na zemědělskou fakultu.

**Pak jste v oboru pracoval dlouhá léta. Co vám to dalo?**

Zkušenosti, kterými se řídím celý život. Třeba, že „není každý orač, kdo se pluhu drží“, nebo že „bez hospodáře i dobytek pláče“. A naučil jsem se, že i ty nejvážnější problémy je nejlepší řešit zdravým selským rozumem.

***Vytrácí se fortel lidí, kteří byli dříve zvyklí pracovat rukama.***

**Jaký je tedy nejvážnější nebo největší problém českého zemědělství?**

Pokud to mám říct jednoduše: Nejsou lidi. Všichni ale víme, že se to netýká jen zemědělství, ale celého našeho hospodářství – vytrácí se fortel lidí, kteří byli dříve zvyklí pracovat rukama. Dnešní senioři ještě ty mozoly z dřiny na polích pamatují. Ale současná mladá generace už jen nevěřícně a s pobavením poslouchá vyprávění svých dědečků a babiček, jak coby děti vstávali do školy o hodinu dříve, aby poklidili zvířata.

**Co se s tím dá dělat?**

Mladou generaci už pracovat na poli nenaučíme, to bychom šli hlavou proti zdi. Právě tady je třeba použít zdravý selský rozum, v tomto případě evropské dotace. Ty malým farmářům, větším statkářům i velkým zemědělským družstvům pomůžou zmodernizovat jejich vybavení, které v mnoha případech nahradí lidskou práci. A umožní jim nakoupit opravdu moderní stroje, které vrátí zemědělství ztracenou prestiž a přilákají novou krev. V nastupující generaci je hodně mladých lidí, kteří se zajímají o přírodu – když jim nabídneme místo vysloužilých traktorů moderní stroje, možná se pro některé z nich stane zemědělství trochu víc sexy.

**Zemědělci a potravináři jsou stále pod palbou médií – někdy kvůli dvojí kvalitě potravin, jindy řeší novináři používání hnojiv nebo špatné zacházení se zvířaty...**



Nesmíme věřit všemu, co čteme nebo vidíme v médiích. Novináři si vždycky vyberou jeden případ a z něj udělají velkou causu. Ve skutečnosti ale patří české zemědělství k nejkvalitnějším na světě.

***I ty nejvážnější problémy je nejlepší řešit zdravým selským rozumem.***

**To zní jako sebechvála člověka, který má zemědělství v parlamentu osm let na starost.**

Není to žádný výmysl, ale skutečnost! V červnu vyšel aktuální žebříček, který se nedělá v Česku, ale v zahraničí, takže je objektivní. Tento průzkum hodnotí například dostupnost, kvalitu a bezpečnost potravin, ale i stav přírodních zdrojů, používání pesticidů nebo zdraví hospodářských zvířat. A v tomto takzvaném Indexu globální potravinové bezpečnosti se vloni Česká republika umístila na vynikajícím pátém místě, hned za Finskem, Irskem, Nizozemskem a Rakouskem. A například Německo, kterém nám v souvislosti s kvalitou potravin dávají některá média za vzor, je až na 13. místě. A za námi skončila i Velká Británie, Kanada nebo USA. Což je myslím jasná odpověď na všechny výkřiky. A zároveň povzbuzení pro všechny, kteří se u nás zemědělstvím zabývají, že to nedělají špatně. Právě naopak, a za to patří všem zemědělcům a potravinářům velký dík. **PR**



## OMEGA CENTRUM SPORTU A ZDRAVÍ NABÍZÍ SPORTOVNÍ VYŽITÍ A SLUŽBY PRO SENIORY

Rádi bychom vám představili OMEGA centrum sportu a zdraví, které nabízí rozmanité relaxační i sportovní aktivity pro osoby všeho věku, včetně seniorů. Těm dokonce nabízí výhodnější ceny. Centrum je svou nabídkou mimořádně atraktivní pro osoby širokého výkonnostního i sportovně zájmového spektra.

„Senioři jsou u nás velmi vítanou skupinou, již teď pro ně máme atraktivní nabídku aktivit a služeb, kterou od podzimu plánujeme ještě rozšířit“, uvádí hlavní manažer centra, Radek Studený. „Senioři si velmi oblíbili například kruhové cvičení MILON nebo naše wellness centrum, to si mohou vychutnávat za atraktivní ceny po celý rok.“

OMEGA centrum sportu a zdraví, které se nachází naproti stadionu fotbalové Sigmy, bylo vyhlášeno sportovním zařízením roku 2020. U vstupu do centra vás uvítají usměvavé recepční, které nabídku aktivit rády vysvětlí. Ze sportovních aktivit je mezi seniory velmi oblíbené skupinové cvičení MILON. Jedná se o vedené cvičení na 10 strojích, u kterého je po celou dobu trvání tréninku přítomen instruktor. Na MILON je v centru vyčleněna zvláštní místnost se samostatným vchodem. To spolu s omezeným množstvím účastníků zajišťuje příjemné prostředí oddělené od zbytku centra. Hned při první návštěvě Vám instruktor vysvětlí, jak jednotlivé stroje používat a individuálně je nastaví dle vašich potřeb. Inteligentní stroje si úroveň zatížení pamatují za vás a tím se stávají velmi jednoduché na obsluhu. Senioři mají v OMEGA centru na MILON navíc slevu minimálně 25%.

Velmi atraktivní je v OMEGA centru také již zmiňované wellness centrum, které se řadí k jednomu z největších v Olomouci. Klienti si pochvalují zejména venkovní vířivku obklopenou zelení. Ve wellness nechybí ani parní komora, bazének s protiproudem, bylinná sauna a finská sauna, ve které se pravidelně konají saunové ceremoniály. Po nich se navíc můžete ponořit do ochlazovacího bazénku, využít ke zchlazení kádě nebo uzavíratelné sprchy. Ojedinelá je také provozní doba, která umožňuje vstup už od 6:00 ráno, wellness zavírá stejně jako celé centrum ve 23:00.

Takto relaxovat můžete celých 365 dní v roce již od 480 Kč za měsíc. OMEGA centrum totiž nabízí roční členství, v rámci kterého máte navíc minimálně 20% slevu na veškeré aktivity. K těm se řadí i nově zrekonstruované fitness centrum s velkými prosklenými okny a výhledem na celé okolí. S členstvím se vážou také slevy na kadeřnictví, vnitřní i vnější tenisové kurty, squashové kurty, badmintonové kurty nebo stoly na ping – pong. Od podzimu plánuje centrum do své nabídky zařadit také speciální zdravotní cvičení pro seniory, TRX pro

seniory nebo velmi populární aqua-aerobik. Před východem z centra se nezapomeňte zastavit v místní prosvětlené kavárně s venkovním posezením, kde se v kuchyni denně připravují výborné domácí zákusky.

V dalších číslech našeho časopisu se můžete těšit na bližší představení jednotlivých aktivit v OMEGA centru zaměřených na seniory a soutěže, které pro vás spolu s OMEGA centrem připravujeme.

(ks)

www.omegasport.cz, tel.: 602 505 174.





# KRAJ SCHVÁLIL KLÍČOVÉ INVESTIČNÍ ZÁMĚRY V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH

Olomoucký kraj schválil zásadní investiční záměry, které mají už brzy zvýšit kvalitu sociálních služeb poskytovaných v regionu. Zároveň bude pokračovat v transformaci služeb pro osoby se zdravotním postižením, aby se lépe a rychleji začlenily do společnosti.

„Naším cílem je nabídnout lidem sociální služby na úrovni jednadvacátého století. Velká část investic půjde do modernizace domovů pro seniory a na humanizaci domovů pro osoby se zdravotním postižením a domovy se zvláštním režimem. Konkrétně se jedná například o Nové Zámky, Vincentinum Šternberk či Paprsek v Olšanech,“ vysvětlil Ivo Slavotínek, první náměstek hejtmána Olomouckého kraje.

Pro zvýšení pobytového standardu vybuduje kraj rovněž novou budovu Centra sociálních služeb v Prostějově. Rozsáhlá rekonstrukce potom čeká šternberské Vincentinum a do nového přesídlí i obyvatelé domova pro seniory v Libině. Další budovu má podle krajského plánu získat také Domov pro seniory Červenka.

„Je zřejmé, že všechny tyto akce si vyžádají nemalé finanční náklady. Kraj se proto v následující době zaměří na získání prostředků z externích zdrojů, aby projekty



mohl realizovat. Konkrétně se jedná například o dotační tituly státu a Evropské unie,“ přiblížil strategii financování náměstek Slavotínek.

Uvedené investiční záměry bude hejtmanství ještě upravovat tak, aby splňovaly podmínky financování i nároky na nejvyšší kvalitu nabízených sociálních služeb. Klíčová bude také majetkoprávní příprava.

(okr)

**Ilustrační foto: Olomoucký kraj**



## DNY OLOMOUCKÉHO KRAJE 2021



**ELLEN KLOOVÁ** /HUSLE



**JAKUB ROUSEK** /ZPĚV



**PETR ŠUMNÍK** /DIRIGENT

**ON-LINE KONCERT OLOMOUCKÉHO KRAJE**

# 4. 9. 2021 OD 19:30 HOD.

Moravská  
filharmonie  
Olomouc

**SÁL REDUTA OLOMOUC**

POD TAKTOVKOU DIRIGENTA PETRA ŠUMNÍKA  
VEČEREM PROVAZÍ LUKAŠ ČERVENKA

VYDEJTE SE NA PROJÍZDKU HUDEBNÍ EVROPOU VE SPECIÁLNÍM  
EXPRESU PLNÉM SKVĚLÉ HUDBY

**PROGRAM A ODKAZ PRO SLEDOVÁNÍ SLAVNOSTNÍHO  
KONCERTU V DEN KONÁNÍ NALEZNETE NA:**

[WWW.DNYKRAJE.CZ](http://www.dnykraje.cz)







Žena hledá muže, svatba v červenci 2022. Troufneš si?  
Tel.: 608 834 907.

Najde odvahu muž přiměřeného věku 74 leté vdově z Lanškrouna za účelem kamarádství dopisování i návštěvy, kterému je také smutno. Prosím nekuřáka napiš nebo zavolej, jestli se nebojíš tel.: 734 337 191.

Žena 63/163/76 z Jeseníků. Ráda se setkám se spokojeným, aktivním a úspěšným člověkem, který se raduje z každého dne. Svobodomyšlný a bohatý po všech stránkách s vyřešenou minulostí je moje volba, sama žiji totéž. Jdu naproti náhodě, všechno je o štěstí. Tel.: 774 033 101.

Věřím, že na Šumpersku žije vdovec kolem 75 let a nechce být stále sám. Jsem na tom podobně, tak zkuste zavolat. Třeba najdeme společnou řeč tel.: 737 879 616.

Nemáte náhodou ve své blízkosti slušnou ženu nekuřáčku sportovního typu ve věku do 50 let, která má uzavřenou minulost a chtěla by začít nový život? Jestliže ano, zkuste se ozvat na telefon 605 503 762 a třeba společně pomůžeme dvěma lidem, případně celé rodině ke štěstí.

Plnoštíhlá žena 67/158 rozvedená z Olomouce hledá přítele. Moje zájmy jsou procházky, výlety a kultura. Chybí mi dobré slovo. Kontakt SMS: 725 892 823

Leo 166/80, 65 let, v důchodu, hledá obyčejnou ženu k seznámení. Abstinentskou, nekuřáčku. Rád plavu, chodím do kina, na výlety. Rád chodím na procházky a na dobré kávičko. Olomouc. Telefon 737 788 920.

Aktivní babička 72/176 hledá hodného dědečka do 75 let, s vlastním bydlením, trochu kutila se zájmem

o zahrádku, jízdu na kole, výlety i společné dovolené, ale hlavně lásku, důvěru a schopnost nejen přijímat, ale i vracet. Z okolí Tovačova, Chropyně, Kojetína apod. Jestli existuješ, ozvi se na tel.: 605 850 518.

Postrádám kamarádku – turistku z KM, PŘ, OL na výlety krajinou Moravy i Čech. Za vstřícnou odpověď děkuji. Tel.: 779 970 246.

Osamělý muž 52/180/75 z vesnice hledá k vážnému vztahu ženu s dítětem. Bydleli bychom spolu v mém domku se zahrádkou. Jsem zdravý a pracovitý, nekuřák a abstinents. Dosud jsem se staral o nemocnou matku a už nechci být sám. Tel.: 605 592 006.

Ženich hledá nevěstu, vdovu či krásnou mladici. Romantika a hudba všech stylů, sport, tanec, kultura, zábava. 61/189/100. Trochu zklamán, proto kontakt pouze poštou ČR. Odepíši všem. Adresa: Vít Grúz, P.O.B. – 74, Za Bankou 3, 690 02 Břeclav.

## Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

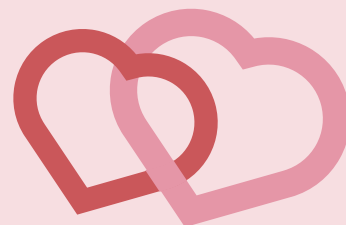
Inzerát zašlete poštou na adresu:  
Moravský senior, z. s., Táboritů 237/1  
Bělidla, 779 00 Olomouc  
nebo e-mailem: [redakce@moravskysenior.cz](mailto:redakce@moravskysenior.cz)  
do předmětu uvést „Seznamka“

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

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

Napište nám na e-mail [redakce@moravskysenior.cz](mailto:redakce@moravskysenior.cz) a dejte příklad ostatním.

**Moravský senior vám pomůže ke štěstí.**



Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky pošlete do 17. 9. 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: IBER, PETOL	PŘEVEDENÍ DO ZTRÁT	ROVY	1. DÍL TAJENKY		POLNÍ PLOŠNÁ MÍRA	ZNOVU OD ZAČÁTKU		MALÁ SYMETRÁLA	DĚTSKÝ POZDRAV	SOUHLAS	PROUTNÍK		URČENÉ K SÁNÍ	2. DÍL TAJENKY	HMYZO- ZRAVEC	
JEDNOTKA ELEKTRIC- KÉHO ODPORU				STARÉ ČESKÉ ZÁJMENO								KÓD BYV. SLOVENSKÉ KORUNY				
PARTNERKA				HORKO			ZIMNÍ DOP. PROSTŘED.					ÚDAJ NA DOPISE ZKR.				
							STÁT ZÁ- PADNÍ ASIE					TAMTY				
HASIČ								VAJEČNÁ BUŇKA								
								TYRŠŮV ODZN. ZDAT.			ŠLECHTIC					
PŮVODNÍ OBYVATEL PYRENEJ. POLOOSTR.					PRACOVAT S PLUHEM						HAD Z KNIHY DŽUNGLE					
					SPZ KLATOV					PRODEJNY ELEKTRO- SPOTŘE- BIČŮ			INIC. KONVA- LINKOVÉ			
POTOMEK				CITOSLOVCE KVÁKÁNÍ									PŘEDPONA SOUSTAVY SI			
	BÝVALÁ ZKRATKA KORUNY	BRIT. ZPĚV. ??? JOHN							OSLNVÉ SVĚTLO				INICIÁLY HOKEJISTY ELIÁŠE		GYMNASTIC- KÝ CVIK	
		DL. ČASOVÁ JEDNOTKA											MŮJ SLOV.			
HNOJVICE											VEDLE					
ČESKÝ OLYMPIJSKÝ VÝBOR ZKR.				OSAMO- CENÝ ČLOVĚK	MELODICKÁ OZDOBA							ČÁST STŘECHY				
SPLYKAT												DĚTSKÁ HRAČKA				
	DOPRAVNÍ PODNIK PRAHA ZKR.	BÝV. RUSKÝ VLÁDCE											OPASEK ZASTAR.	OBV. IRSKA SLOVEN.		
		SLŮVKO POLITOVÁNÍ												RAZÍTKO S DATEM		
MARMELÁDY												ČÁST DNE ZKR.			INICIÁLY TENISTY NALBAN- DIANA	
KONZER- VAČNÍ LÁTKA						VZNEŠE- NOST	OBYVATEL SVĚTADÍLU	NÁZEV HLÁSKY C			TVOŘIT TEXT	OSLOVENÍ TRAMPŮ				
												POHYB VZDUCHEM				
SVAZEK											LISTNATÝ STROM					
	KOŘENOVÁ ZELENINA	TÝKAJÍCÍ SE HÁKU														VYSOKÁ ŠKOLA ZKR.
		MUŽSKÉ JMÉNO														
AZUR					CITOSLOVCE ODPORU			ROZMRZAT					ŘÍMSKÝ 1505			
					KULTURNÍ DŮM ZKR.			POPRAVČÍ MN. Č.					ZBYTEČNÉ MLUVENÍ			
ČÁSTI ÚST				VÍŘENÍ								PUK				
				TMEL								INICIÁLY HERCE FAIRBANKSE				
ZNAČKA KILOMETRU			V ŽÁDNÉM PŘÍPADĚ								ŘÍMSKÝCH 555			MPZ KOLUMBIE	SNÍŽENÝ TÓN E	
			CHEMICKÁ PŘÍPONA								CHEM. ZN. CÍNU					
ČAROVÉ KÓDY					ZADOSTI- UČINĚNÍ											
RYTÍM ZAPSAT					ZÁPORNĚ NABITÁ ČÁSTICE						ZMATEK					

**Tajenka:**  
**Ostrovtip neopouští  
duchaplné...**

**Řešení z minulého čísla:** Člověk je zdravý, když jej bolí pokaždé někde jinde. **Výherci z minulého čísla:** Jitka Dvořáková, Praha; Dana Kramplová, Veselíčko; Vladimír Spurný, Vsisko – Velký Týnec.





### 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!**

