

moravský **senior**®

zdarma

ŘÍJEN 2025



Dušan Kříž: Pohyb je radost

●
**Šalvěj je královna
léčivých bylin**

●
**Tipy na akce
a výlety v říjnu**

●
**Recepty pro vás:
Polévky na zahřátí**



Chcete se prezentovat
kvalitními tiskovinami,
ale nejste si jisti tím, kde
a jak je vyrobit?

**JSME SPECIALISTÉ NA TISK,
KTERÝ MÁ BUDOUCNOST.**

**KONTAKTUJTE NÁS,
RÁDI VÁM POMŮŽEME.**

FGP studio

Táboritů 237/1
Olomouc 779 00
www.fgp.cz

OBJEDNÁVKY

 objednavky@fgp.cz
 +420 585 119 100

Grafické & DTP studio

 studio@fgp.cz
 +420 585 119 117

prePRESS

PRESS

postPRESS



Úvodník

Milí čtenáři, ani tentokrát vám neporadím, koho volit.

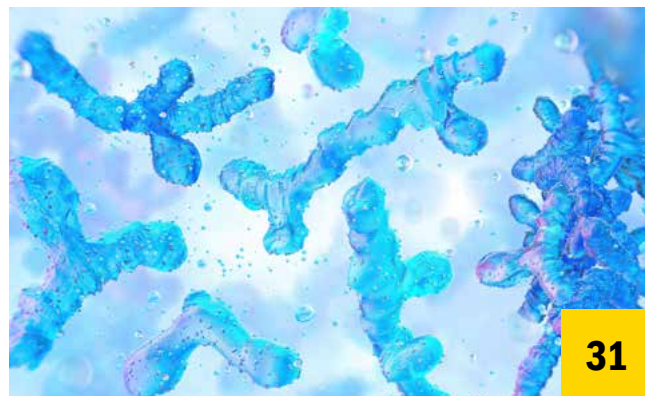
Ne, že bych neměl svou představu, ale každý z vás má jiné potřeby, obavy, zkušenosti a podle nich si vybíráte reprezentaci, které důvěřujete. Jen moc prosím, ne-zůstávejte doma a v pátek 3. nebo sobotu 4. října vyrazte do volební místnosti.

Stále více se říká, že my, senioři, hloupneme a čím jsme starší, tím snáze skočíme každému na špek. Já ale věřím, že tyto volby budou potvrzením opačného trendu – že dokážeme rozeznat laciné sliby a populistické nachytávky od kvalitního programu reprezentovaného slušnými lidmi. Tak snad se v sobě nezklameme. A hlavně naše děti a vnoučata...

Miloslav Kyjevský,
šéfredaktor a vydavatel
časopisu Moravský senior



OBSAH



ROZHOVOR	4–7
ZPRÁVY Z MĚSTA OLOMOUCE	8–11
TIPY NA KULTURU A VÝLETY	12–16

POLICIE RADÍ	32
ANKETA	35
UŽITEČNÉ BYLINKY	37

MORAVSKÝ SENIOR® – magazín pro seniory Olomouckého kraje, www.moravskysenior.cz

Vydavatel: Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc; IČO: 03339769. Registrováno pod číslem MK ČR E 21702 vychází každý měsíc

Tisk: Tiskárna FGP studio s.r.o., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc; Šéfredaktor: Miloslav Kyjevský, e-mail: redakce@moravskysenior.cz

Koordinátorka, distribuce, inzerce: Eva Nádvoříková, tel.: 725 190 555, e-mail: office@moravskysenior.cz; Distribuci zajišťuje: Česká pošta, s.p.

Náklad tohoto čísla je 28 500 ks. Datum vydání: 29. 9. 2025. Redakční uzávěrka příštího čísla: 20. 10. 2025. ZDARMA

Magazín Moravský senior finančně podpořili:



Město Hranice

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE 3. 11. 2025



Dušan Kříž:

Pohyb je radost

Maturoval v roce 1950 a celý život zasvětil sportovním aktivitám jako trenér a pedagog. Vychoval spoustu učitelů tělocviku a zasloužil se o rozvoj sjezdového lyžování u nás. PaedDr. Dušan Kříž, do roku 1996 odborný asistent na Katedře tělesné výchovy Pedagogické fakulty Univerzity Palackého, zanedlouho oslaví 95. narozeniny. Známe se z fakulty coby kolegové řadu let, proto jsme se dohodli, že náš rozhovor povedeme v méně oficiálním duchu.

Narodil ses v Olomouci krátce před 2. světovou válkou. Jak vzpomínáš na svoje dětství?

Ve 30. letech jsme se s rodiči přestěhovali ze Šibeníku na Letnou. Z té doby mám nezapomenutelnou vzpo-

mínku, ne moc veselou. V roce 1938 přišla povodeň, osm let mi tenkrát bylo. To naši zrovna dostavěli dům. Voda dosahovala až k oknům. Vojáci nás vozili do školy na loďkách a já jsem k nim nastupoval z okna pokoje.

Odmala jsi byl stále v pohybu. Který sport tě bavil nejvíc?

Lyžování. I když příležitosti byly hodně zúžené, v podstatě na Svatý Kopeček. Hrubá Voda už ne, dál byly Sudety, tam se nedalo. My jsme

jezdívali autobusem na Kopeček a pak pěšky do Radíkova – na louku, mohla mít tak 50 metrů, a tam jsme se sami učili takové ty základní prvky. Žádná škola lyžování tehdy neexistovala.

A potom přišla válka...

To už jsme měli jiné problémy a starosti. Třeba hned kousek za naším domem měli Němci kanóny a do dolního bytu nám nastěhovali německé poddůstojníky. Vedle v domě bydlel jejich šéf jménem Emil. Pamatuju si, jak na něho jeho manželka volávala z okna přísným hlasem: „Emil! Komm schon!“ (Emile! Pojď už!) Smutná doba. Byl konec nejenom s lyžováním.

Po válce ses k lyžování vrátil.

Jezdíval jsem hlavně do Petříkova. Moje první větší cesta vedla na Praděd. Měl jsem nové lyžařské boty, rodiče mi je koupili tady u pana Kunce. To byl obchod obuví, i sportovní měli. Tenkrát bylo všechno na lístky. Jediné lyžařské boty, co do prodejny přišly, mi byly skoro o dvě čísla větší. A co teď, abych z nich nevypadl? Pořídil jsem si cvičky, takové černé, kožené, co se v nich cvičilo v Sokole. Obul jsem je do těch bot a bylo to skoro akorát.

Jak se ti v nich lyžovalo?

Před závodem jsme s klukama trénovali na takovém svážku u Ovčárny, Václavák se tomu říká. No, a my, jako nějakí pubertáci, jsme dělávali všelijaké blbiny. A když jsme se řadili nahore za sebou, tak jeden kamarád mi přistoupil patky, a jak jsem se odrazil, tak jsem z těch bot vypadl a zůstal jenom v těch cvičkách. To bylo haló!

Dobře to dopadlo. Jak ses potom v závodech umístil?

Byl jsem myslím šestý nebo sedmý.

V té době už jsi byl gymnazista.

Ano. Vybral jsem si gymnázium, protože jsem chtěl studovat medicí-



Setkání s bývalým studentem Josefem Novákem na Dni s horskou službou v Loučné n. D. (červenec 2025)

nu. Odmaturoval jsem v roce 1950, včetně latiny, samozřejmě, přijímačky jsem udělal, jenže pro velký počet uchazečů mě nevzali. Tak jsem se rozhodl jít studovat tělocvik. Dal jsem se zkrátka na jinou kolej.

Kde jsi tělocvik studoval?

V Ústavu tělesné výchovy na Hynaisově ulici. Dodnes tato budova funguje jako součást Fakulty tělesné kultury UP. Tam v 50. letech vznikla Katedra tělesné výchovy, později spadala pod Pedagogickou fakultu UP.

Ty jsi na té katedře potom také učil.

Vedoucím katedry byl Jaroslav Kroupa. Vybíral si lidi z různých sportovních disciplín, co už něco uměli.

Například náš vynikající atlet Chro-
mý, basketbalista Coufal, přeborník
v plavání Talpa a další. Byla pro mě
velká čest, že jsem patřil mezi ně.
Pan Kroupa si mne „vytáhl“ z průmyslovky v Zábřehu, kde jsem učil tělocvik. Na katedře byla vynikající atmosféra. Ale skončilo to.

Co se stalo?

Jarda Kroupa byl člen Sokola, a jak začaly takové ty nechutné politické problémy kolem Sokola, tak musel nakonec odejít. Nás ostatních se ty čistky týkaly rovněž. Měl jsem namálo. Jenže shodou okolností mi na katedru přišlo vyznamenání Za zásluhy o rozvoj socialistické tělesné výchovy a sportu. A to mě zřejmě zachránilo.



Na návštěvě stanice horské služby na Ovčárně s pracovníky Jiřím Hejtmánkem a Martinem Chalupou (červen 2025)

Litoval jsi někdy toho, že jsi nezkusil znovu tu medicínu?

No, já už jsem si pak zvykl. Hned v 1. ročníku na tělocviku jsme chodili na anatomii. To mě bavilo moc. Dělal jsem i pomocného asistenta. Měl nás profesor Hromada, vynikající člověk. Vůbec jsem měl štěstí

na kantory – samá klasa! A jeden z nich, profesor Mělka, fyziolog, dokonce chodil mezi nás cvičit. Byl to fajn člověk, ale medicí z něho měli strach. On byl dost ostrý. Běžně dělali zkoušku pětkrát i víckrát. A měl takový systém: Pokud někdo zkoušku neudělal, pan profesor otevřel

šuplík, měl tam sáček se sušenými švestkami, a řekl: „Víte, co máte udělat. Vzít si švestky a přijít příště.“ Dnes by to neprošlo. My jsme to brali trošku jinak.

Byl jsi záchranářem u horské služby. Jak ses k této práci dostal?

To souviselo s mým zaměřením. Na začátku 50. let se v Jeseníkách stalo několik velkých neštěstí, například pád laviny, havárie letadla, a tak se zrodil nápad zorganizovat nějakou záchrannou službu, která by se v zimě starala o bezpečnost lidí. To jsem tam dělal asi pět let, už jsem studoval vysokou. Všichni jsme byli dobrovolníci. Moc mě to bavilo. Museli jsme ovládat ošetřování zraněných, taky znalost terénu byla samozřejmostí. A fyzická a lyžařská zdatnost. Na konci roku jsme mívali orientační závody hlídek. Já jsem pak dělal olomouckou hlídku s doktorem Klečkou a doktorem Vaňhrou, a tak nás vítali: „Olomoucká horská služba přišla!“

Vypracoval ses až na pozici trenéra lyžařů pro naše národní družstvo. Jak jsi začínal?

Tuto práci jsem začal dělat poloprofesionálně v 18 letech. Udělal jsem cvičitelské zkoušky ve Starém Městě pod Sněžníkem. V takových barácích po Němcích jsme byli ubytovaní, to si pamatuju. První zkouška byla velice ostrá, nebyla to žádná legrace – odpovědnost, dovednosti, vědomosti... No, uspěl jsem! Postupně jsem absolvoval zkoušky další a další, měl jsem oprávnění vést kurzy cvičitelů 1. třídy a nakonec jsem se dostal do Lektorského sboru cvičitelů Praha, bylo nás asi 20.

Kdo z tvých svěřenců zaznamenal největší úspěch?

Olga Charvátová. Byla 13násobnou mistryní Československa, získala bronzovou medaili na olympiádě

v Sarajevu v roce 1984 a ve Světovém poháru v roce 1986 byla celkově čtvrtá.

Vy jste tehdy cestovali výhradně vlakem. Bylo to náročné?

To bylo! Jezdili jsme na soustředění, na soutěže mezinárodního charakteru. Mít na starost třeba 15 dětí s kompletní lyžařskou výbavou... Například v roce 1974 jsme s družstvem jeli (ještě s kolegou ze Slovenska) na neoficiální mistrovství Evropy, to bylo v Trentu, v Itálii, a museli jsme ve Vídni přestupovat ze severního nádraží na jižní. Jenže tenkrát zdrazili jízdné a my jsme měli „vyfasované“ šilinky přesně na počet účastníků. Byly to nervy! Zachránila nás firma Fritzmeier, která nám dodávala lyže. Kontaktovali jsme její obchodní centrum. Jinak bychom ty závody nestihli. Olga Charvátová, tehdy 12letá, tam byla s námi a vyhrála obrovského plyšového medvěda. Byl docela problém stěhovat takový kolos vlakem.

Jezdit do zahraničí nebylo v té době jen tak. Mívali jste ve výpravě nějakého „tajného“?

Třeba zrovna v té Itálii. Připravoval jsem ve sklepě večer před závodem děckám lyže a najednou se tam zjevil nějaký pán a říká: „Kde jste se tady vzal? Jak je to možné?“ Byl to otec jednoho toho dítěte. Asi byl pověřen, řekl bych. Podobný šok jsem zažil v Pamporovu, na jihu Bulharska. Při závěrečném hodnocení mi nějaký člověk vytkl, že mě děcka oslovují „pane Kříž“ místo „soudruhu“. Tak jsme to vyřešili elegantně. Řekl jsem děckám, že už se známe natolik dlouho, že mi můžou říkat „Dušane“.

Trenérskou činnost pro národní družstvo jsi v polovině 80. let ukončil. Proč?

Na 1. sjezdu Lyžařského svazu, v Tatrách to bylo, vystoupila jedna

„soudružka“ s požadavkem, aby se naši svěřenci angažovali v Pionýru a SSM, aby se plnily odznaky Plamenů a Cest a podobně. Náš šéftrenér Honza Vedral to kategoricky odmítl.

No, a tím to skončilo. Zrušili družstvo, zrušili všechno. A začali organizovat takzvané tréninkové středisko mládeže a vrcholové středisko mládeže. A další důvod – na katedře za mě celou dobu suplovali a to nešlo pořádkem. Ale mládeži jsem se věnovat nepřestal.

Založil jsi lyžařskou školu Lyžování pro všechny, pořádal jsi lyžařské zájezdy pro děti. Jak se to všechno dalo zvládnout?

O zájezdy byl velký zájem. A tak bylo potřeba stále víc instruktorů. Ty jsem si musel vychovat, vycvičit. Celkem jich bylo 36, vesměs kantoři, zodpovědní, lyžařsky a také organizačně zdatní lidé. Získali cvičitelské průkazy, takže i po stránce právní to bylo v pořádku. Garantem byl Dům dětí a mládeže a pedagogická fakulta. Spolupracoval jsem s kanceláří Mintrans a postupně jsme navýšili počet autobusů na devět.

V 90. letech jste vyhráli soutěž České pojišťovny o nejlepší a největší lyžařskou školu.

Na to jsme byli pyšní. Dostali jsme i slušnou finanční částku na vybavení pro závody. Jezdili jsme pak ještě nějakou dobu, ale jak zrušili školám lyžařské kurzy, zájem začal opadat, tak jsme zájezdy omezili a nakonec zrušili. Byla to velká škoda.

Zkoušel jsi někdy jezdit na snowboardu, když to začínalo?

Zkusil jsem to, ale moc se mi to nezamlouvalo. Takové ty různé ohýbačky už na mě byly moc. Zůstal jsem věrný klasice. S kamarády jsme jezdili na hory často, zvláště od 90. let, když se otevřely hranice. Ale na Jeseňky nedám dopustit.

Jak hodnotíš nové technologie ve sportu?

Mají teď spoustu super zařízení, hodně věcí se dá změřit, aktivity, dovednosti...

Je to bezvadné, ale nesmí chybět i to nadšení. A to tam někdy bohužel postrádám.

Čím se teď bavíš?

Čtu noviny, knížky, sleduju v televizi sport, samozřejmě hlavně lyžování, všechny disciplíny.

Co tě v poslední době potěšilo?

Nejvíce – když pro mě přátelé nedávno uspořádali výlet do Jeseníků, na Praděd. Tam mě velice hezky přivítali současní členové horské služby jako svého staršího kolegu. Povezili mě po známých místech, a dokonce mám fotku na jejich tablu. Úplně mě to dojalo.

Co máš v nejbližší době v plánu?

Na začátek října jsem pozvaný na setkání bývalých členů HS Jeseníky. Je to u příležitosti 90. výročí založení horské služby v naší republice.

Těším se, že se tam setkám s mým kamarádem Josefem Váňou, dlouho jsme se neviděli. Kromě toho, že se proslavil jako žokej, býval také vlekařem na Petrových kamenech a dobrovolným pracovníkem jesenické horské služby.

Co bys chtěl vzkázat našim čtenářům?

Chtěl bych vám říci, že nikdy není pozdě, aby člověk, třeba již v pokročilém věku, nemohl být optimisticky naladěný, aby laskavými slovy nebo činy byl nápomocen druhým.

Květoslava Musilová

Poznámka autorky:

Tento rozhovor vznikl za podpory
mých přátel – Lucie Lepařové
a Jaromíra Navrátila.

Motivace k trvalému pobytu: Olomouc nabízí obyvatelům štědrý bonus

Jedinečnou příležitost nyní mají lidé, kteří v Olomouci již žijí, ale nemají zde přihlášený trvalý pobyt. Město totiž vůbec poprvé spouští kampaň, která má motivovat k jeho zřízení. Každý, kdo si trvalý pobyt v Olomouci přihlásí v období od konce srpna do prosince 2025, získá od města finanční příspěvek ve výši 10 tisíc korun.

V Olomouci je v současnosti k trvalému pobytu přihlášeno přibližně 102 tisíc obyvatel, avšak podle údajů Ministerstva vnitra České republiky zde reálně žije asi 115 tisíc lidí. Na základě rozpočtového určení daní ovšem dostává Olomouc na jednoho občana stejný objem peněz jako obce nad 30 tisíc obyvatel, a přesto zajišťuje řadu služeb pro celý region. „Město naší velikosti zajišťuje financování služeb v mnoha směrech, prakticky pro celý kraj, od kultury přes hromadnou dopravu až po atrakce typu zoologická zahrada,“ vypočítal primátor Miroslav Žbánek.

Olomouc nabízí 10 tisíc za přihlášení k trvalému pobytu

Město proto chce oslovit skupinu obyvatel, kteří jsou plnoletí, v Olomouci již žijí, pracují, platí nájem, využívají veškeré dotované služby počínaje městskou hromadnou dopravou a konče svozem odpadu, ale trvalý pobyt mají hlášený jinde. Město tudíž žádné finanční prostředky do rozpočtu nepřinášejí. „Pokud by se tito lidé přihlásili k trvalému pobytu, tak by Olomouc mohla na dani získat víc než čtvrt miliardy korun ročně. Rozhodli jsme se je proto k přihlášení motivovat finančně,“ řekl primátor Miroslav Žbánek s tím, že lidé tento

finanční obnos dostanou, pokud se k pobytu přihlásí v období od 28. srpna do konce prosince 2025.

Podle ekonomického náměstka primátora Otakara Štěpána Bačáka bude motivační opatření pro město i jeho stávající obyvatele nadále výhodné. „Příchod nových obyvatel se projeví již v rozpočtu roku 2026 díky vyššímu přidělu z rozpočtového určení daní,“ vysvětlil náměstek Bačák a dodal: „Za každého obyvatele Olomouc dostává z rozpočtového určení daní 21 tisíc korun ročně. Město na opatření vydá 10 tisíc korun, do rozpočtu i tak přibude dalších 11 tisíc. Tyto prostředky pak můžeme využít například k investicím do městské hromadné dopravy, údržby zeleně, sportovišť či svozu odpadu.“

Úřad stačí navštívit jednou

Žádost o změnu trvalého bydliště není složitá a olomoucký úřad je potřeba navštívit pouze jednou. „Změnu trvalého bydliště lidé vyřídí během jediné návštěvy úřadu, při níž si zároveň požádají i o nový občanský průkaz. Čas mohou ušetřit díky online rezervačnímu systému, v němž si z domova vyberou termín a následně v daný den navštíví magistrát,“ upozorňuje náměstkyně primátora pro sociální oblast Kateřina Dobrozemská.

Motivační program není určen všem automaticky. Žadatel musí doložit, že na území města skutečně bydlí po dobu alespoň tří měsíců před datem vyhlášení výzvy, aby se předešlo zneužití tohoto opatření ze strany spekulantů. Současně nesmí mít například žádný nesplacený dluh vůči statutárnímu městu Olomouc.

„Program je tedy zaměřen na ty, kteří v Olomouci skutečně žijí,“ dodala náměstkyně Dobrozemská.

O finanční odměnu za změnu trvalého pobytu mohou občané, kteří splní podmínky, žádat od 1. června 2026.

Aby mohl žadatel získat motivační částku, musí splnit následující podmínky: Musí být plnoletý nejpozději ke dni podání žádosti. K datu vyhlášení výzvy ještě nesmí být přihlášen k trvalému pobytu v Olomouci. Současně musí být k 31. prosinci 2025 přihlášen k trvalému pobytu v Olomouci a od doby přihlášení až do podání žádosti v Olomouci skutečně bydlět. V okamžiku podání žádosti nesmí mít žádné nesplacené dluhy vůči statutárnímu městu Olomouc.

K žádosti musí předložit: kopii platného osobního dokladu s trvalým pobytem mimo Olomouc ke dni vyhlášení výzvy (alternativně výpis z evidence obyvatel); originál osobního dokladu s trvalým pobytem v Olomouci vydaného od druhého dne po vyhlášení výzvy do 31. prosince 2025 (nebo originál výpisu z evidence obyvatel), kterým doloží, že skutečně v Olomouci trvale bydlí.

Musí doložit, že v Olomouci skutečně bydlí a využívá zde bytovou potřebu alespoň 3 měsíce před vyhlášením výzvy. To lze prokázat: originálem nájemní či podnájemní smlouvy; dokladem o vlastnictví bytu nebo jiného práva k jeho užívání; čestným prohlášením vlastníka nemovitosti, kterou žadatel užívá.

Podrobné informace poskytne odbor ekonomický Magistrátu města Olomouce, Palackého 14, Kancelář: 3/363. Telefon: 588 488 613 nebo 588 488 592.

Pět kilometrů bezpečné cyklistiky. Nová stezka spojuje Olomouc a Štěpánov

Nová cyklostezka propojuje Olomouc se Štěpánovem. Úsek dlouhý 5,4 kilometru vede podél železničního koridoru, prochází katastry čtyř obcí a překonává tři vodní toky. Navazujícím projektem, který byl realizován současně, jsou dva podjezdy pod tratí. Investorem obou projektů za téměř 105 milionů korun je Mikroregion Šternbersko, na jejím financování se podílely také Olomouc, Bohuňovice, Šternov a Štěpánov. Název nové cyklostezky je „Hromová“.

Cyklostezka má dva úseky. Hlavní část měří 3,7 kilometru a spojuje olomoucký Černovír se Štěpánovem, místní částí Březce. Součástí celé trasy je také větev cyklostezky k Hromovu dubu a k lávce přes Sitku, která byla dokončena už v srpnu 2021, a dále až k mostu přes Oskavu a po



účelové komunikaci do Chomoutova. Tato větev, která hlavní část stezky propojuje s Chomoutovem, dosahuje délky 1,7 kilometru.

„Vybudování této stezky je ukázkovým příkladem toho, jak by měla fungovat spolupráce obcí. Na realizaci rozsáhlejšího projektu se podílelo hned několik samospráv, fi-

nančně, koordinčně i personálně. Je to doklad smysluplnosti myšlenky meziobecní spolupráce,“ uvedl předseda společenství obcí Mikroregion Šternbersko a starosta Šternova Pavel Roubínek. „Nová cyklostezka je velkým přínosem nejen pro obyvatele Olomouce, ale i pro lidi z okolních obcí. Přináší bezpečné a pohodlné spojení. Jsem rád, že Olomouc byla u projektu, který ukazuje, že když obce spojí síly, dokážou vytvořit moderní a užitečnou infrastrukturu pro celé území,“ doplnil primátor Olomouce Miroslav Žbánek.

Projekt se podařilo zrealizovat zejména díky finančním prostředkům z Integrovaného regionálního operačního programu a podpoře Olomouckého kraje, na podjezdy přispěl Státní fond dopravní infrastruktury.

Zoo Olomouc představila novou voliéru pro největší dravce světa

Nově opravenou voliéru a její dva nové obyvatele původem až z jihoamerických velehor představila návštěvníkům Zoo Olomouc. Páreček kondorů andských – největší dravce a jedny z největších létajících ptáků planety získala zahrada na Svatém Kopečku ze zlínské zoo. Nové bydlení jim, zdá se, maximálně vyhovuje.

„Věříme, že se nový kousek jihoamerických velehor bude spolu s jejími obyvateli návštěvníkům líbit a přijdou zoo navštívit i v následujícím podzimním období,“ pozval při slavnostním představení voliéry primátor Olomouce Miroslav Žbánek. Dospělý pár kondorů andských byl do Olomouce přivezen začátkem srpna ze spřátelené zlínské zoo. „Je-

denáctiletý samec pochází ze Soulu a patnáctiletá samice ze Santiaga de Chile. Tito majestátní, velice inteligentní, sebevědomí, zvědaví, v přírodě zranitelní mrchožrouti, kteří se mohou dožít až sedmdesáti let věku, jsou nadějí pro další chov. Jakmile se „zabydlí“, počítáme v rámci zoogeografie s obohacením expozice o další druhy, které Voliéru Colca doplní,“ dodává Jan Kirner, kurátor ptáků.

Párek kondorů sídlí v nově opravené voliéře, která nese název podle kaňonu Colca v peruánských Andách, což je nejvyšší místo pro pozorování kondorů ve volné přírodě. A právě jeho prostředí voliéra imituje. Od barvy skal, přes strukturu, andské potůčky až po vegetaci



ve voliéře vysazenou. Kondoři zde naleznou dostatek míst k sezení, skála v sobě ukrývá několik komůrek, aby si pár v době hnízdění mohl vybrat místo, které mu nejvíce vyhovuje. „Nálady si vyžádaly celkových pět milionů korun a zahrada využila pouze vlastních zdrojů. Ptáci získali vskutku velkorysý prostor, což byl hlavní záměr,“ uzavírá ředitel Zoo Olomouc Radomír Habáň.

Polská se uzavřela i kvůli opravě plynovodu

Náročnou opravou prochází oprava ulice Polská, která je od 15. září kompletně uzavřena. Uzavírka je nezbytná nejen kvůli frézování a pokládce nového asfaltového povrchu, ale také z důvodu potřebné obnovy plynovodu.

Stavební práce zde probíhají od července a zahrnují jak ulici Polská, tak část ulice Rooseveltova. V rámci oprav dojde k úpravě křižovatky Polská × Rooseveltova, která získá nový tvar i povrch. Opraveny budou chodníky, autobusové zastávky, veřejné osvětlení a součástí stavby je i přeložka vodovodu. Na Polské ulici bude navíc kompletně obnoven povrch od železničního přejezdu až po přechod k obchodnímu centru Šantovka.

Dopravní omezení v ulici Polská

15. 9. – 21. 10. 2025

Úplná uzavírka ulice Polská z důvodu rekonstrukce plynovodu.

22. 9. – 21. 10. 2025

Úplná uzavírka části ulic Polská a Rooseveltova – práce na úpravě křižovatky ulic Polská/Rooseveltova.

Po konci úplné uzavírky budou probíhat drobné dokončovací práce. Celková cena rekonstrukce činí 16,3 miliónu korun. Většina nákladů bude pokryta z prostředků Integrovaného regionálního operačního programu (IROP).

Nutrie ničí břehy i parky, v Olomouci začal jejich odchyt

V Olomouci začal odchyt nutrií. Tento v naší přírodě nepůvodní býložravec znečišťuje a ničí břehy Moravy, Mlýnského potoka i Bystřice a poškozují také trávníky v parcích. Lidé navíc nutrie často krmí, čímž často

podporují i výskyt potkanů a holubů. Nutrie je vděčný konzument, protože sežere kilo až dvě potraviny denně. „Některé mladé samice v dobré kondici jsou schopny mít potomky, tedy první vrh od osmého

měsíce života, až třikrát ročně, a to tři nebo i šest mláďat,“ vysvětlil vedoucí odboru životního prostředí Petr Loyka.

Lidé je cíleně krmí a jejich počet v Olomouci narostl natolik, že v srpnu začal jejich cílený odchyt v centru města. Jen v loňském roce myslivci na Olomoucku odstřelili 312 nutrií. Podle Petra Loyky to ale nestačí: „Nepůvodní nutrie konkurují našim původním druhům a poškozují nejen vodní a mokřadní biotopy, protože nutrie v Česku v některých lokalitách škodí například původnímu hryzci vodnímu, vodním ptákům a ničí prostředí potřebné pro obojživelníky.

Úbytek vegetace rovněž ovlivňuje hnízdění ptáků, na podhrabaných březích hrozí pády stromů. „Proto s nimi nemůžeme mít slitování, i když nás za to někteří kritizují a snaží se do čistě biologického problému vnášet emoce,“ řekl Loyka.

Odchyt v Olomouci provádějí oprávnění lidé a vše je řádně evidováno. Místo je následně očištěno a vydezinfikováno. „Na akci postupně vyčleníme více než 200 tisíc korun, situaci v žádném případě nepodceňujeme,“ uzavřel Petr Loyka.



Francouzský umělec vyzdobil podchod u nemocnice

Francouzský výtvarník Vincent Chignier dokončil výzdobu podchodu pod frekventovanou Foersterovou ulicí. Jedno z ramen podchodu vede k Základní škole Mozartova, proto je vyzdoben i portrétem hudebního génia. A k slavnostnímu otevření hrála Mozartova hudba v podání smyčcového kvartetu.

Na podchodu pracoval Chignier více než dva měsíce. Pomáhal mu jeho malý syn i děti ze školy. „Zakomponoval jsem tady hlavně přírodní motivy, ale i tradiční hanácký tanec a prvky inspirované hanáckou kulturou. Ale jsou zde i motivy odkazující na Mozarta nebo nemocnici – zdravotní sestra, kardiogram, srdíčka,“ popsal umělec pocházející z města Clermont-Ferrand. Do Česka ho nasměrovalo manželství s absolventkou francouzské sekce Slovanského gymnázia.

Jak naznačil Jan Žůrek z Komise městské části Tabulový Vrch, výzdoba podchodu je – řečeno uměleckým slov-



níkem – dočasnou intervencí. V řádu let se má podchod kompletně rekonstruovat.

Financování rozsáhlé výzdoby si vyžádalo společný podíl komise Tabulový Vrch a komise Olomouc-západ každý kolem padesáti tisíc korun, dalších 150 tisíc poskytl odbor dopravy magistrátu.

• OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

Dobrý den, Bydlím v Olomouci dva roky a zvažuji tady zůstat natrvalo. Vyhlášená motivační odměna za zřízení trvalého pobytu je dobrý nápad, mě rozhodně motivovala. Myslím si, že to je dobrý nápad. Obávám se ale papírování, které to přinese. Navíc je nutné přimět vlastníka bytu, se kterým mám nájemní smlouvu, aby mi podepsal nějaké čestné prohlášení, že tam bydlím. To vidím jako problém, protože většina majitelů bytů o trvalém bydlišti nájemníka nechce ani slyšet. Myslím si, že předložení nájemní smlouvy by mělo být dostačující. Děkuji za odpověď.

Nejprve mě velmi těší, že lidé o změně trvalého bydliště skutečně uvažují a že se k nám dostává pozitivní zpětná vazba z různých

stran. Naši pracovníci magistrátu počítají se zvýšeným zájmem občanů a jsou připraveni poradit a pomoci se všemi náležitostmi spojenými se změnou trvalého pobytu.

Co se týče dokladu od majitele nemovitosti, zákon jasně stanoví, že majitel bytu nemůže nájemci zakázat zřízení trvalého pobytu. Pro podání žádosti o změnu trvalého bydliště a zároveň žádosti o odměnu 10 000 Kč stačí našim pracovníkům přímo podepsaná nájemní smlouva.

Trvalý pobyt je ovšem možné doložit dokladem o vlastnictví bytu nebo jiného práva k jeho užívání, nebo právě čestným prohlášením vlastníka nemovitosti, kterou žadatel užívá.

Je důležité připomenout, že pokud máte platnou nájemní smlouvu, pronajímatel vám trvalý pobyt nemůže zákonně zakázat. Pokud je takový

zákaz uveden ve smlouvě, nepřihlíží se k němu, tedy na možnost přihlásit trvalý pobyt nemá žádný vliv.

Zároveň apeluji na mezilidskou domluvu mezi nájemci a pronajímateli, aby proces přihlášení trvalého pobytu probíhal hladce a bez konfliktů.

Miroslav Žbánek
primátor města Olomouce



KULTURNÍ TIPY

Podzimní festival duchovní hudby



Tradiční svátek pro všechny milovníky klasické hudby. Letos se odehrává v nádherném prostředí oloouckých kostelů, v bazilice na Sv. Kopečku a slavnostním freskovém sále ZŠ Komenium, od 21. září do 18. října. Na programu jsou díla slavných skladatelů v podání špičkových interpretů.

Trénování paměti

Pravidelné setkávání seniorů v Klubu seniorů Nerudova 7, Zábřeh, kde se pod vedením lektora věnují aktivitě a trénování paměti. Přijďte i vy! Nejbližší schůzky probíhají ve dnech 2., 9. a 16. října v čase od 13.30 do 14.30.

7 pádů Honzy Dědka

Talk show známého moderátora, kterou znáte z TV, přijede do Městského domu Přerov. Hosty Honzy Dědka budou tentokrát herec Marek Taclík a bavič a muzikant Jiří Krhut. Kdy: 9. října od 19 hod. Vstupné od 400 do 550 Kč.

Rozhlas jede za vámi

Další akce Českého rozhlasu, který za svými posluchači vyráží na turné do různých koutů naší země. Nyní zavítá do šumperského kulturního domu. Oblíbený moderátor Aleš Cibulka s sebou přiveze šansoniérku Kaczi, meteoroložku Alenu Zárybnickou, herce Petra Lněničku a generálního ředitele ČR René Zavorala. Kdy: 9. října od 19 hod. Vstupné 250 Kč.

Hapka & Horáček v podání Martina Pošty



Neopakovatelné songy této skvělé umělecké dvojice máte nyní možnost slyšet na recitálu v Litovli. Těšit se můžete na největší hity pánů Petra Hapky a Michala Horáčka a společně s muzikanty si je také zazpívat. Účinkují: Michael Šporcl – saxofon, klarinet, Vítek Kojzar – piano a Martin Pošta – zpěv. Kdy a kde: 9. října od 19 do 21 hod., Velký sál na Záložně Litovel. Vstupné v předprodeji za 300 Kč zakoupíte v Turistickém informačním centru Litovel.

Cestopisný večer: Nizozemí



Pro ty z vás, kteří rádi poznávají cizí kraje a kultury, je následující pozvánka na cestopisnou přednášku Romana Rusky, který se s vámi podělí o své zážitky z cest po Nizozemí. Kdy a kde: čtvrtek 9. října od 19 hod., Lázeňský dům Janáček, Hranice. Vstupné zdarma.

Znamé písně k tanci i poslechu



Vydejte se do společnosti a přijďte si užít hudební večer s všestrannou kapelou Multisins, která vám zahraje v neděli 12. října od 19 hodin v Lázeňském domě Janáček v Hranicích. Vstup je zdarma.

Jiří Pavlica & HRADIŠŤAN

Koncert známého českého souboru s širokým žánrovým záběrem a netradičním repertoárem se koná 14. října od 19 do 21 hodin ve Velkém sále na Záložně v Litovli. Vstupné činí 590 Kč.

Jazz v Přerově



Vystoupení kapely E Converso v areálu Osmek Přerov. Hudební uskupení, které vzniklo na konzervatoři Jaroslava Ježka, kombinuje žánry jazzu a rocku s volnou improvizací. Patří mezi nejprogresivnější jazzové projekty v Česku a jeho vystoupení jsou vždy mimořádným zážitkem. Kdy: 16. října od 19 hod. Vstupné 300 Kč.

Vedlejší účinky



Říká se „láska až za hrob“, kde ale ve skutečnosti končí? Co všechno jste ochotni pro partnera obětovat? Brilantní konverzační komedie renomovaného autora Stefana Vögela o partnerských vztazích, a nejen o nich. Hrají Klára Cibulková, Michal Dlouhý, Kateřina Březinová / Veronika Svojtková a David Novotný. Délka představení: 100 min. + přestávka 20 min. Kdy a kde: 17. října od 19 hod., kinosál Kulturního domu Uničov. Vstupné v předprodeji od 530 do 630 Kč, na místě +50 Kč.

Exota Olomouc 2025



Mezinárodní přehlídka exotického ptactva na Výstavišti Flora v Olomouci. Akce se věnuje prezentaci chovu exotických ptáků, ale zároveň také zvyšuje povědomí široké veřejnosti o stavu ekologie. Součástí výstavy je možnost zakoupení samotných ptáků, nejrozmanitějších krmiv a chovatelských doplňků. Jsou zde také prezentovány různé spolky, kluby a školy, které mají co do činění se zvířenou. Kdy: 17.–19. října, v pátek a sobotu od 8 do 18 hod., v neděli od 8 do 17 hod. Základní vstupné na místě 230 Kč, snížené 200 Kč, při zakoupení online sleva.

Svátek seniorů

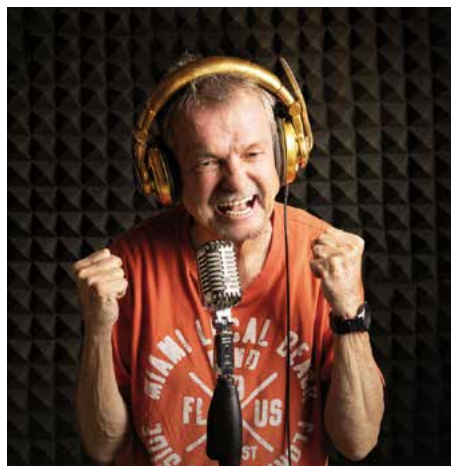
Přijďte oslavit svátek všech seniorů do Společenského domu v Prostějově. Organizátoři pro vás chystají bohatý program. Užijete si hudební a taneční vystoupení, gymnastický aerobik, kouzelnickou produkci, vystoupení Balet Art Studia i koncert zpěváka Radima Schwaba. Kdy: 22. října od 14 do 17 hod.

Duchem proti své vůli



Bylo úmrtí slavné herečky přirozené, nebo to byla vražda? A straší opravdu její duch, nebo jen nevěrnému manželovi straší „ve věži“? Přibude ještě další oběť? Odpovědi se dozvíte v nové duchařské detektivní komedii Jakuba Zindulky. Hrají Dana Homolová, Jaromír Nosek, Ivana Jirešová a Jakub Zindulka. Kdy a kde: 22. října od 19 hod., Divadlo Petra Bezruče, Jeseník.

Divadlo Tramtarie Olomouc



Nebezpečná hra – napětí, humor, nečekané zvraty, šokující zjištění.

Příběh úspěšného muže, jehož věk se pomalu blíží k 50 a ve svém životě už nepředpokládá žádné větší překvapení. Ovšem až do chvíle, kdy dostane nevinný narozeninový dárek: vstupenku do hry. Do hry, která se musí dohrát až do konce... Kdy: 21.–22. října, od 19 hod. **Králové dabingu** – nejnovější komedie Vladislava Kracíka z prostředí, ve kterém vzniká české znění amerických velkofilmů i pokleslých mexických telenovel. Zaměstnanci neúspěšného dabingového studia podstupují ty nejabsurdnější situace, aby svoje pracoviště zachránili před krachem, a kromě toho řeší osobní záležitosti každodenního života. Kdy: 23.–25. října, od 19 hod. Vstupné na obě představení 490 Kč.

Kamil Střihavka & The Leaders Acoustic Band



Rocková legenda, která oslovuje již dvě generace fanoušků, majitel nezaměnitelného, fenomenálního hlasu, se tentokrát představí v jedinečném akustickém podání s kapelou The Leaders Acoustic Band. Čeká vás nezapomenutelný večer plný známých hitů. Kdy a kde: 23. října od 19 hod., Kulturní dům Šternberk. Bezbariérový vstup na akci. Vstupné v předprodeji v síti SMS Ticket 490 Kč, na místě 690 Kč.

Naivní umění v Hranicích



Michal Tomek vystudoval Akademii výtvarných umění v Praze. Věnoval se restaurování nástěnných maleb a obrazů, v současné době se zabývá spíše vlastní malířskou tvorbou. V galerii na Staré radnici v Hranicích nyní představí své obrazy v duchu naivního umění. Vernisáž proběhne ve čtvrtek 23. října v 17 hod. Výstavu můžete zhlédnout až do 7. prosince, vždy od úterý do neděle od 9 do 12:30 a od 13 do 16 hod. Vstup je zdarma.

Hubertské slavnosti na Plumlově

Konají se na zámku v sobotu 25. října. Tradičně je na programu hudba, tubači, přehlídka loveckých psů, loveckých signálů, vábení lovné zvěře, stánky s loveckou tematikou, lukostřelci, draví ptáci a sovy, dobový lovecký tábor. Vstup je zdarma.

VÝLETY

Měsíc rozhleden



Startuje 28. září a potrvá do 28. října. Navštívit můžete například věž v olomoucké zoo, která je jedinou věží v zoo v ČR. Cestou na její vrchol

Kouzlo krajiny



Výstava obrazů Zdeňka Skřivánka ze Zvole. V jeho tvorbě převažují olejomalby, akvarely a pastely. Vyzkoušel také grafiku, ilustraci a svět reklamy. Náměty nejčastěji nachází v krajině. Tvoří v plenéru i podle fotografických záznamů přírody, především ztvárňuje krajinu Zábřežska a Mohelnicka. Výstavu můžete navštívit do 26. října ve Vlastivědném muzeu Šumperk, vždy od úterý do neděle od 9 do 12 hod. a od 12:30 do 17 hod. Vstupné 30 Kč.

Moravská filharmonie Olomouc v Přerově

Slavnostní koncert ke Dni vzniku samostatného československého státu si můžete vyslechnout 28. října od 19:30 hod. v Městském domě v Přerově. Vstupné od 100 do 250 Kč.

můžete odpovídat na zajímavé otázky a na vyhlídkové plošině si zkontrolujete správné odpovědi. Zároveň zde najdete superotázku. Tři vylosovaní luštitelé budou odměněni. Další tipy na věže a rozhledny v Olomouckém kraji: rozhledna Biskupská kupa u Zlatých Hor, Zlatý chlum u Jeseníku, Brusná Bludov, Božka Přáslavice, Bukovka Rapotín, Brodek v Brodku u Přerova, Háj u Šumperka....

Šlágr Fest v Zábřehu

Příjemné taneční odpoledne s oblíbenými interprety z televizní stanice Šlágr. Na pódiu se setkají ŠLÁGR KLUCI – Petr Šiška a Pavel Novák,

Miroslav Donutil - Na kus řeči

Talk show jednoho z nejznámějších a nejoblíbenějších českých herců, komiků a vypravěčů. Během vyprávění uslyšíte spoustu zážitků a příběhů z bohatého života Miroslava Donutíla a jeho přátel. Program se skládá z nových humorných historek, máte se na co těšit. Kdy a kde: 29. října od 19 hod., Kulturní dům Šternberk. Vstupné od 500 do 550 Kč zakoupíte v síti ticketportal.cz

Laco Deczi & Celula New York



Koncert známého jazzmana a jeho kapely. Laco Deczi vás nabije tou správnou energií a optimismem. Jeho koncerty představují pořádnou nálož svěží muziky, jazzových improvizací, trumpetových sol a humoru. Nenechte si ujít špičkovou hudbu a nezapomenutelný zážitek. Kdy a kde: 30. října od 19 hod., kino Retro Zábřeh. Vstupné v předprodeji 490 Kč, v den akce 590 Kč.

energická Vlasta Mudříková, královna české heligonky a speciální host, kterého jistě znáte z televizní obrazovky. Těšit se můžete na známé melodie, pohodovou atmosféru a příležitost zaspívat si a zatančit. Kdy a kde: 19. října od 15 hod., KD Zábřeh. Vstupné: 340 a 390 Kč.



Výlov šumvaldského rybníka



Rybářství Horák Šumvald pořádá tradiční slavnostní výlov rybníka Hrubý v Šumvaldu u Uničova. Čeká vás tradiční občerstvení v podobě rybích specialit a bohatá rybí tombola. Možnost zakoupení živých ryb (kapr, amur, sumec, štika, pstruh, tolstolobik). K poslechu zahraje živá hudba Karamel Music. Kdy: 17.–19. října od 9 hod. Vstup je zdarma.

Klenoty pralesa



Stovky orchidejí zaplní sbírkové skleníky v areálu Výstaviště Flora v Olomouci. K vidění budou známé druhy i vzácné exempláře. Kromě prohlídky orchidejí a tropických rostlin si budete moci tyto královny květin také zakoupit. Součástí výstavy je navíc odborné poradenství k pěstování orchidejí a tropických rostlin, které poskytuje zkušená pěstitelka a kurátorka expozice Markéta Aubrechtová. Kdy: 17. října – 2. listopadu. Základní vstupné na místě 140 Kč, snížené 80 Kč, při zakoupení online sleva.

Sběratelé a chovatelé v Přerově

Setkání chovatelů – každou 2. neděli v měsíci se na Výstavišti Přerov konají pravidelné burzy chovatelů okrasného ptactva, drůbeže, králíků, holubů, domácích a terarijních zvířat

včetně výkupu. Je možné nakoupit také krmivo, chovatelské potřeby, zahradnické výpěstky, květiny, přísadu, ovoce a zeleninu, různé řemeslné výrobky a samozřejmě občerstvení. **Bleší trhy Přerov** – pravidelné bleší trhy, na kterých můžete pořídit či prodat ojedinělé předměty i běžné věci z druhé ruky. Akce se koná za každého počasí. Kdy a kde: 19. října od 7 do 11 hod., Výstaviště Přerov.

Zastavit čas



Výstava černobílých fotografií Jana Gabriela Pajera. Rozdělena je do dvou částí. První nazvaná „Domy života“ se zaměřuje na židovské hřbitovy. Fotografie zachycují tichou krásu a historický význam těchto míst, která jsou svědky minulých životů a příběhů. Druhá část představuje umělecké fotografie zapomenutých a přehlížených míst, často opuštěných a zanedbaných, jež symbolizují věci a dobu dávno minulou. Výstavu můžete navštívit do 26. října v Muzeu Zábřeh, vždy od úterý do neděle od 9 do 12 hod. a od 12:30 do 17 hod. Vstupné 20 Kč.

Zbrašovské jeskyně: Postmineral



Prohlídkový okruh Zbrašovských aragonitových jeskyní i letos doplňuje výstava. Pod společným názvem

Postmineral zde prezentuje své sochy několik našich mladých výtvarníků. Jedná se o plastiky organických i abstraktních tvarů z laminátových kompozitních materiálů, které jsou výrazným protipólem k mineralogické výzdobě jeskyň. Výstava je k vidění do konce října. Otevřeno je od úterý do neděle vždy od 9 do 16 hod. Plné vstupné činí 200 Kč, snížené 150 Kč.

Kája Saudek – král komixů



Výstava plakátů, časopisů, knih a komiksových příběhů ze soukromé sbírky bývalého litovelského knihkupce Petra Lindušky. Kája Saudek, legenda českého, ale i světového komiksu, se do paměti svých čtenářů a obdivovatelů vryl četnými kreslenými seriály, jako například Muriel a andělé, Muriel a oranžová smrt, Lips Tullian, Pepík Hipík, Trať se ztrácí ve tmě, Případy majora Zemana, Arnal a dračí zuby, Tajemství Zlatého koně atd. Jeho nezaměnitelný styl kreseb vyvolal obdiv fanoušků kreslených seriálů několika generací. Výstavu můžete navštívit do 20. listopadu od pondělí do pátku od 9 do 17 hodin, v sobotu od 9 do 15 hodin, v Turistickém informačním centru Litovel. Vstupné dobrovolné.

AKCE S DĚTMI

Divadlo Tramtarie



Vezměte svá vnoučata na nedělní představení. Divadlo Tramtarie chystá v říjnu 3 pohádky: **O princezně fotbalistce první** – veselé vyprávění o jedné malé princezně, které sudičky přisoudily jednu super schopnost: rychle běhat za balonem. Kdy: 5. října od 10:00 hod. **O pračlovíčkovi** – báječný výlet do světa dinosaurů, divadlo pro nejmenší o našem prvním pravěkém prapředkovi. Kdy: 12. října od 10:00 hod. **Poklad vikungů** – nejnovější pohádka pro malé kluky a holky, co by se nebáli plout po neznámých mořích a hledat poklady, draky, mořské příšery a vůbec, velká dobrodružství. Kdy: 26. října od 10:00 hod. Po každé pohádce následuje vždy fotokoutek, výtvarné dílny a další zábava. Vstupné 200 Kč.

Halloween na Plumlově

Tradiční akce pro všechny malé i velké na zámku 11. října. Budete mít možnost sestoupit do strašidelného sklepení, kde se potkáte s oživými strašidelnými bytostmi. Vstup je zdarma.

Drakiáda v Bezděkově



Přijďte oslavit zakončení sezony na Levandulovém statku Bezděkov. Čeká vás zábava pro malé i velké,

drakiáda, dýňové soutěže, jízda na koních, koncert, hry pro děti a společný dýňový piknik. Hlavní částí programu bude tradiční drakiáda – vyhlášení nejhezčího draka a soutěžit se bude také o to, který drak vystoupá nejvýše nebo vydrží nejdéle ve vzduchu. Kdy: v sobotu 11. října od 13 do 18 hod. Vstupné dobrovolné.

Zámek plný pohádek



Jánský Vrch v Javorníku pořádá večerní prohlídky. Vydejte se na nevšední, dobrodružnou prohlídku nočním zámkem a poznejte jeho tajemství. Přijďte v kostýmu – rytíři, princezny, víly, čerti i strašidla, všichni jste vítáni! První prohlídka v 18 hod., další každých 20 minut, poslední prohlídka ve 21 hod. Počet míst je omezen, vstupenky zakoupíte v pokladně zámku nebo online. V říjnu je zámek otevřen o víkendech od 9 do 15 hod. Jednotné vstupné: 260 Kč. Občerstvení zajišťuje Café Ditters na nádvoří zámku. Kdy: 24. a 25. října.

Halloween v Horce nad Moravou



Koná se v kempu Pádlo Morava 25. října od 14 do 20 hod. Čeká vás rozmanité občerstvení jako gyros, palačiny,

ky, hranolky, párky v rohlíku, langoše, pivo, limo, punč, horká griotka, horký bavorák, grog, Hoštická medovina režiséra Zdeňka Trošky a děti se mohou těšit na bohatý program: dětskou diskotéku s klaunem, soutěže a dílničky, malování na obličej, halloweenskou videoprojekci a ohňostroj.

Pohádková neděle: Pinocchio



Někdy se může splnit i nejneplnitelnější sen, ale cesta k němu bývá dlouhá snad jako Pinocchiův nos. Loutková pohádka s tvořivou dílnou po představení pro děti od 3 let. Kdy a kde: 26. října od 15 hod., Hudební sál Knihovny Vincence Priessnitze, Jeseník. Jednotné vstupné 50 Kč.

Sokolský běh republiky

Uskuteční se 28. října jako součást oslav vzniku naší republiky. Rok od roku roste počet míst i běžců, a to v Česku i zahraničí. Běžet může každý, přidejte se letos i vy. Běh pro dospělé startuje ve 14 hod a délka trasy je 7,7 km. Běhy pro děti startují od 12:30 hodin a délka trasy je 0,35 km a 1,3 km. Registrovat sebe nebo svá vnoučata můžete online na behrepubliky.cz do 24. října. V Olomouckém kraji se běží na místech: Šumperk, Prostějov, Přerov, Náměšť na Hané, Dolní Újezd.

Na Doloplazském sedmiboji sportovali senioři z mikroregionu Bystřička

V pátek 19. září, se v Doloplazích u Olomouce uskutečnil již druhý ročník Doloplazského sedmiboje, seniorských sportovních her mikroregionu Bystřička. Počasí vyšlo na jedničku, všichni soutěžící i jejich fanoušci přijeli ve výborné náladě, a hlavně odhodlaní si sportovní odpoledne užít. Třináct pětičlenných týmů poměřilo své sportovní dovednosti v sedmi ne-náročných disciplínách, mezi kterými nechyběla střelba na basketbalový koš, ale také z policejní pistole nebo florbalovou holí na branku. Hlavní myšlenkou celých her sice rozhodně nebylo vyhrát, ale hlavně se pohnout, pobavit s přáteli a taky nezranit. Přesto věříme, že všem sportovcům udělali radost medaile a letošnímu vítězi, obci Mrsklesy, také krásný putovní pohár. Poděkování patří všem dobrovolníkům, kteří pomohli místním studentům VU3V tuto vydařenou akci zorganizovat. Věříme, že se všichni za rok ve zdraví sejdem na třetím ročníku sportovních her.

Text: Lucie Lepařová, foto: Josef Drábek



Tým z Mrskles se stal vítězem celého sedmiboje



Soustředění během disciplín



Střelba pod dohledem policie ČR



Soutěžící se dobře bavili



Tršice měly nejstarší tým soutěže



Společná rozvíčka



Slavnostní nástup



Tým Hlubočti šampioni



Nejstarší sportovec her, Fratišek Lepař z Lipňan, se narodil 25. září 1938



Hejtman Ladislav Okleštěk: Některé důležité projekty pro seniory se v minulosti omezily. Teď to dáváme do pořádku

Olomoucký kraj dává na rozvoj a podporu sociálních služeb stovky miliónů korun. Přitom největší pozornosti se teď těší projekty na rozvoj a modernizaci potřeb pro seniory. Kraj je zároveň zřizovatelem většiny domovů důchodců, a tak nás zajímalo, co nového se v této oblasti děje pod vedením hejtmana Ladislava Oklešťka.

Jaké novinky v oblasti péče o seniory chystáte?

Novinek je opravdu spousta. Čím začít?

Třeba tím největším?

Tak pokud jde o výši investic, bude asi největším projektem stavba nového domova pro seniory v Kobylé u Javorníku, což je akce zhruba za 500 miliónů korun.

O co konkrétně půjde?

O to, aby senioři měli důstojné zázemí, kde můžou strávit stáří. O to, aby pečovatelky a zdravotní sestřičky, které o ně pečují, měly slušné pracovní prostředí. Zkrátka jde o to, aby se péče o seniory posunula do jednadvacátého století.

Dnes jí nedosahuje?

Jak kde. Ale abychom si rozuměli – samotná péče o seniory je na skvělé úrovni, a to díky obětavé práci zaměstnanců, kteří se starají. Pokud mluvím o tom, že je potřeba posunout něco do jednadvacátého století, pak mluvím hlavně o budovách nebo vybavení domovů. V tomto směru mě mrzí, že se v uplynulých čtyřech letech některé důležité projekty omezily. Teď to dáváme zase do pořádku.

Takže klíčovou roli v sociálních službách hrají zaměstnanci?

Nepochybně. Práce v domovech seniorů není obyčejným zaměstnáním. Řada lidí by ji dělat nemohla. Je to poslání. Proto si všichni, kteří v sociálních službách pracují, zaslouží velké poděkování a úctu.

Přibližte nám ještě další krajské investice, které se týkají seniorů?

Jedná se stamilionové položky do modernizace jednotlivých nemovitostí, kde se provozují služby pro seniory. Často jde o domy, které jsou docela staré a jejich údržba a provoz

náročný. Proto teď hodně pracujeme na tom, abychom je všechny postupně modernizovali.

Kromě budov, co dalšího pro seniory zajišťujete?

Toho je taky spousta. O tom, že jsme seniorům a studentům výrazně snížili ceny ve veřejné dopravě asi víte. Ale třeba nevíte, že další peníze investujeme do vzdělávání seniorů, přispíváme na provoz univerzity třetího věku, platíme táborovou školu pro seniory, soutěž Babička roku a také mimořádně oblíbené seniorské cestování – tedy výlety po celém Olomouckém kraji i dalších regionech.

Takže míříte i na aktivní seniory?

Nepochybně. Víte, je trošku mýtus, že kdo je starý nebo v důchodu, tak sedí doma a nic nedělá. Naopak, senioři mají často tolik aktivit, že by jim mladí mohli závidět. Takže i na tuto oblast se soustředíme. Aktivní život seniorů budeme dál velmi podporovat.

Tohle by mě zajímalo podrobněji.

Seniorské cestování jsem už zmínil. Kraj ale přispěl také na rozvoj sítě cyklonabíječek, protože elektrokola jsou hodně oblíbená turisty seniory. Na kole si teď v pohodě můžou vyjet i tam, kam by se dříve nedostali. Mimo to kraj finančně zajišťuje i různé další sportovní aktivity pro seniory včetně jejich tradičních seniorských her.

Vraťme se ještě k domovům pro seniory. Dlouhodobě je trápí nedostatečná kapacita...

O tom pochopitelně víme a řešíme to dvojí cestou. Zaprvé domovy postupně modernizujeme, a tím i navyšujeme jejich kapacitu. A pak se zaměřujeme na podporu terénní péče. Jde o to, aby lidé seniorského věku mohli žít v pohodlí domova



co nejdéle a když budou potřebovat pomoc, přijede pečovatelka k nim domů a pomůže jim. Kvůli tomu se nemusí nikam stěhovat. A pak tu máme ještě projekt odlehčovací služby.

Ten spočívá v čem?

Už jsem řekl, jak pomáháme seniorům a lidem, kteří v sociálních službách pracují. Jenže se dlouhá léta zapomínalo na ty, kteří se o seniory starají doma. Samozřejmě, jsou to často jejich děti, jenže i ty už mají třeba hodně přes padesát, potřebují chodit do práce a taky si odpočínout. Právě jim pomůže odlehčovací služba.

Trochu konkrétněji, prosím?

Odlehčovací služba se postará o seniory třeba jen na víkend, nebo jen na pár hodin, aby si lidé, kteří o důchodce pečují, mohli zajet třeba nakoupit, vyřídit věci na úřad nebo si dopřát wellness, zajít si do kina... Aby zkrátka mohli normálně žít a načerpat další síly.

To zní docela zajímavě.

Taky myslím. Mojí vizí je, aby v kraji žili lidé jako jedna velká rodina. A v rodině si lidi pomáhají. Proto pomáháme všem – seniorům, lidem v produktivním věku i mladým. Jasně, nemůžeme jim posílat peníze na účty, ale můžeme se starat o to, aby se v našem kraji měli dobře. Aby měli fungující pečovatelské služby, školství nebo dostupnou dopravu.

Zážitky ze Šternberka

Když pročítám články a příběhy z aktivit seniorů v našem kraji, nedalo mi to, abych se nepřipojil a nesdělil pár zážitků. Když se naskytla možnost utvořit ve Šternberku další seniorské kluby s podporou našeho města a výpomocí soc. služeb, přihlásil jsem se. Vznikl tak Seniorský klub č. 2 a zakrátko po nás i číslo 3. Pod vedením předsedy Jana Kašpárka č. 2 a předsedkyně Marty Skřebkové č. 3 se kluby v jednání a společných aktivitách propojily.

S podporou KRS se nám dostávaly i nabídky výletů, soutěží, sportů či partnerství s polským městem Prudnik. Došlo k oboustranným návštěvám mezi městy. V seniorském klubu Prudnik jsme měli možnost si utvořit různá dílka, zakončená prohlídkou jejich města. Předseda našeho klubu nám zajistil exkurzi do olomouckého Divadla O. Stibora. Tam nám určená průvodkyně ukázala všechny prostory jejich zaměstnanců. Sdělila nám, jak v době Covidu u nich vše probíhalo. Bylo nám vysvětleno, jak se upravuje podlaha pro baletáky, jak jim umožňují dokončit studia po skončení jejich angažmá v divadle, tak, aby se mohli zařadit do běžného života. Byli jsme udivení z místností zkoušejících herců, maskérů, kadeřníků, tanečníků, osvětlovačů



a skladů umístěných kulis. Mezi pěkné akce patřily výjezdy do Brna. Tam jsme navštívili výstavu děl Alf. Muchy, vilu Tugendhat, Špilberk, přístaviště na Brněnské přehradě či Žlutou Horu. Za úmorného vedra jsme zajeli do Priessnitzových lázní, Nár. muzea v Praze, projeli se Baťovým kanálem s prohlídkou Velehradu. Vzpomínám též na návštěvu šternberského kláštera pod vedením Josefa Knoppa. Jeho hlas jsme mohli obdivovat při hraní na varhany v kostele Zv. Panny Marie a zblízka prohlédnout interiéry maleb J. K. Handkeho. Jindy za pěkného počasí jsme zajeli do městské části Chabíčov a pěší túrou k rybníku v Dolním Žlebu. Vrcholným zážitkem,

když to vše shrnu, byla návštěva Šternberského hradu. Tam nás provázel průvodce pan Štencel z Bohuňovic. Ten se nám věnoval s úsměvem a detailním výkladem. Výklad měl odborně nastudovaný. Sdělil nám, jak probíhalo zrestaurování stávajících kachlových kamen, co který znak znamená a proč jej tam dotyčný vytvořil. Po ukončení prohlídky hradu nám v parku ukázal zrestaurovanou místnost ledovny. Též jsme vstoupili do údajné šatlavy.

Je s podivem, jak čas běží s náplní setkávání na různých akcích seniorských klubů. Mnohým seniorům je tak umožněno působit v aktivním životě.

Bohumír Stejskal

Šlágr koncert: Kašubovci

Výjimečný hudební šlágr koncert – takovým přídomkem označují svou akci slovenští muzikanti, kteří se 12. října představí v sále olomouckého Central Park hotelu Flora od 17 hodin.

Ľudovít Kašuba je legendární slovenský zpěvák, herec a bavič, který je připravený všechny rozesmát a rozezpívat. Jeho doprovodem bude Martina Kreibich, která má krásný hlas, charisma a energii, která vás strhne a chytí za srdce. Lístky jsou v prodeji v Informačním centru Olomouc nebo online na www.smsticket.cz



Sloupek Krajské rady seniorů

Babička roku 2025 Olomouckého kraje má své vítězky. Akce se konala pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje a finanční podpory Olomouckého kraje, St. města Olomouce a partnerů, kterým všem moc děkujeme. Bez této podpory by tato novodobá tradice pod značkou Senioři seniorům nemohla být tak krásná a noblesní. I letošní pavilon A na Floře byl zaplněný do posledního místa. Zlatou korunku získala soutěžící Miloslava Fremlová z Litovle, která ve svých 94 letech oslnila nejen porotu. Zazpívala za doprovodu svého vnuka, zatančila a zvítězila a bude reprezentovat Olomoucký kraj v celorepublikovém finále 27. 10. 2025 opět u nás v Olomouci na výstavišti Flora, na které vás touto cestou již teď zveme. Stříbrnou korunku přidělila porota paní Jindře Košelové z Olomouce za umělecký přednes básně a bronzovou korunku získala Daniela Miková z Libiny,

která si také vybrala ve volné disciplíně zpěv. Nutno dodat, že všechny finalistky získaly obdiv a porota měla nelehký úkol. Vyhrály všechny, svou odvahou, šarmem, uměním. Gratulujeme!!! Byla to přehlídka pravé seniorské krásy s odkazem, že věk je pouhé číslo. Obecenstvo si vybralo také svou Babičku sympatie. Nejvíce hlasů získala Zdenka Neradilová z Přerova, která nám na pódiu ukázala, jak si zdravě protáhnout své tělo. Celým svátečním odpolednem pak slovem a vtipem provázeli skvělí moderátoři Tomáš Magnusek a Petr Švančara. Silným zážitkem bylo vystoupení Felixe Slováčka. Richard Tesařík to také parádně rozparádil na pódiu. Na webových stránkách www.krsol.cz najdete fotogalerii i kamerový záznam.

Vandrování s KRS je v plném proudu, aktuálně nabízíme ještě volná místa na rekondiční pobyty v říjnu a listopadu do Hotelu MAS v Sezimov-

vě Ústí s odjezdem z Olomouce a ze Zábřehu, zájemci volejte 725 074 921 nebo pište na info@krsol.cz. Na našich webových stránkách najdete spoustu nových zájezdů ve spolupráci s CK SeniorTravel.

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje uspořádala ve spolupráci s Krajskou policií super konferenci na téma nástrahy a pastí online světa. Společně s Prokouklem jsme probrali vishing a spoofing, podvody spojené s investicemi, Fake banking a další - aktuální trendy v nezákonných postupech podvodníků, jejichž cílem je získat neoprávněně finanční prostředky nebo osobní data. Krajská rada seniorů děkuje Ředitelství krajské policie Olomouckého kraje za skvělé setkání, bylo nám velkou ctí.

Milena Hesová



Hanušovice odhalily vzpomínkový kámen a Alej díků. Největší investice město teprve čekají

V pondělí 15. září si Hanušovice připomněly rok od ničivých povodní. Před místní poštou proběhla krátká akce, při níž město odhalilo vzpomínkový kámen s plaketou a pokřtilo Alej díků – nové stromořadí v centru města. Je věnováno všem, kteří pomáhali s odstraňováním následků povodní. Zároveň město připravuje rozsáhlé investice, které souvisí s obnovou města. Stavět se začne příští rok.

„Velmi náročné je připravit všechny projekty papírově a zajistit financování těchto investic. To bude jak z dotací, tak i z rozpočtu města a peněz od pojišťoven. I přesto všechno už máme prakticky hotový projekt na

revitalizaci Sportovní ulice. Opravu sídliště Na Holbě a přilehlých prostorů spustíme také příští rok. Ve stejném období chceme realizovat například i nové tenisové kurty. A zjara otevřeme opravené fotbalové hřiště. Jeho umístění na stávajícím místě je dočasné, rádi bychom ho do budoucna přesunuli po dohodě s fotbalisty jinam,“ uvedl Marek Kostka, starosta Hanušovic.

Město má výhodu, že řadu architektonických studií na proměnu veřejného prostoru si už nechalo zpracovat předem, když myslelo na budoucnost. To, co realizaci stavebních akcí brzdí teď, je přetížená kapacita projekčních kanceláří,

omezené možnosti stavebních firem a drhnuocí stavební řízení, bez něhož se rozsáhlejší stavby neobejdou.

„Nepomohlo nám ani to, že část agendy jsme z našeho stavebního úřadu v Hanušovicích museli po změně zákona předat do Šumperka, kde jsou teď prací zavalení a nestíhají,“ dodává Kostka.

Loňská povodeň zasáhla město nejhůře v neděli 15. září 2024, kdy se na dvou místech protrhla hráz, která měla Hanušovice před velkou vodou chránit. Dosud vydala radnice na odstraňování následků povodní zhruba třicet miliónů korun.

(han)

Jaké jsou nejnovější změny u příspěvků na péči?



Pomoc nemocným teď přijde rychleji

Když do života zasáhne vážná nemoc, pomoc musí přijít rychle, a to nejen lékařská, ale i finanční. Protože v tomto případě platí: kdo rychle dává, dvakrát dává. Od září 2025 se díky změnám zákona výrazně zjednoduší a zrychlí vyřizování příspěvku na péči. Ministerstvo práce a sociálních věcí tak reaguje na potřeby lidí v nejtěžších životních situacích – a to bez zbytečného čekání.

Pomoc bez průtahů pro lidi v terminálním stádiu

Největší novinkou je zavedení zrychleného řízení pro žadatele, kteří jsou v tzv. terminálním stavu – tedy v konečné fázi nevyléčitelné nemoci. Po předložení potvrzení o terminálním stavu vydaného ošetřujícím lékařem bude žadateli automaticky přiznán příspěvek na péči ve stupni III (těžká závislost), a to na dobu 12 kalendářních měsíců ode dne podání žádosti. Nebude se tedy čekat na sociální šetření ani posudek o zdravotním stavu, jak je tomu v obvyklých případech.

Tím se výrazně zkrátí doba, kdy těžce nemocný čeká na pomoc, a podpora dorazí včas – když je nejvíce potřeba. „Umírající člověk opravdu nemá čas absolvovat kolečko posuzování, které může trvat dva měsíce.

Jeho rodina potřebuje finanční pomoc hned, aby pro něj mohla zabezpečit nezbytnou péči v závěrečné fázi života a zajistit mu důstojné dožití,“ vysvětluje ministr práce a sociálních věcí Marian Jurečka.

Potvrzení o terminálním stavu může vydat ošetřující lékař se specializací v oboru paliativní medicíny, klinická onkologie, gynekologie, urologie, ortopedie, interní lékařství, diabetologie, endokrinologie, gastroenterologie a hepatologie, geriatric, medicína dlouhodobé péče, kardiologie, nefrologie, revmatologie, hematologie, pneumologie a ftizeologie, neurologie, dětská neurologie nebo dětská kardiologie.

Rychlejší posuzování zdravotního stavu

Další změna se týká posuzování stupně závislosti. Nově budou moci posudky vydávat odborní nelékařští zdravotničtí pracovníci samostatně, tzn., že posudek již nebude muset podepisovat lékař, což pomůže zkrátit čekací lhůty. Lékařská posudková služba totiž dlouhodobě naráží na své omezené personální kapacity. „Věkový průměr lékařů posudkové služby je kolem 66 let a mladých nepřibývá. Jedná se o velmi náročnou disciplínu zahrnující hluboké odborné znalosti a zároveň znalost příslušných právních předpisů. O ten-

to obor není bohužel mezi mladými lékaři dlouhodobě zájem,“ říká Iva Merhautová, vrchní ředitelka sekce sociálního pojištění a nepojistných dávek MPSV. Kvůli obrovskému nepoměru mezi počtem lékařů a nemocných žádajících o dávky docházelo v posledních letech ke zpoždování rozhodnutí. Právě to se nyní změní.

Průkazy OZP bez návštěvy úřadu

Od července 2026 se agenda příspěvku na péči, příspěvku na zvláštní pomůcku, průkazu osoby se zdravotním postižením a příspěvku na mobilitu přesune z Úřadu práce na Českou správu sociálního zabezpečení. Zároveň dojde k upuštění od některých administrativních kroků a k úpravám, které povedou k efektivnějšímu a rychlejšímu vyřizování žádostí. To přinese další zjednodušení – například žádosti bude možné podávat elektronicky, sociální šetření proběhne rychleji a průkaz osoby se zdravotním postižením bude zasílán poštou bez nutnosti osobní návštěvy úřadu, podpisu nebo dokládání fotografie.

Změny v zákoně přinášejí nemocným dobrou zprávu – pomoc bude dostupná rychleji, jednodušeji a bez zbytečné byrokracie.

(pah)

Výše příspěvků na péči podle věku a stupně závislosti

Stupeň závislosti	Osoba do 18 let	Osoba nad 18 let
I – lehká	3 300 Kč	880 Kč
II – středně těžká	7 400 Kč	4 900 Kč
III – těžká	16 100 Kč	14 800 Kč
IV – úplná	23 000/27 000 Kč	23 000/27 000 Kč

Lidé rozhodnou, komu pomůže adventní sbírka

Město Prostějov připravuje tradiční adventní sbírku a letos již potřetí bude mít veřejnost možnost, aby se sama rozhodla, kam výtěžek poputuje.

Na webových stránkách města a na oficiálním facebookovém profilu je spuštěna anketa, v níž mohou občané Prostějova hlasovat pro jednu ze tří vybraných organizací.

„Chceme dát lidem možnost, aby sami rozhodli, kam jejich příspěvek

v rámci adventní sbírky poputuje. Věříme, že opět lidé projeví zájem o sbírku v první fázi formou ankety a poté i samotným příspěvkem,“ uvedla náměstkyně primátora Marcela Župková.

Hlasovat bude možné do 24. října 2025, a to na internetových stránkách prostejov.eu. Výsledek ankety rozhodne o tom, který ze tří vybraných spolků získá prostředky z letošní vánoční sbírky.

Na výběr jsou tyto subjekty:

- **Náruč dětem** – spolek zaměřený na doprovázení pěstounských rodin, podpora dětí v pěstounské péči a samotných pěstounů.
- **Mourek** – spolek zajišťující veterinární ošetření a kastraci toulavých koček.
- **Senioři Prostějova** – výtěžek sbírky by putoval na seniorské aktivity spojené s pohybem.

(pv)

Ostatky Bohumíra Martínka budou uloženy na prostějovském hřbitově

Ministerstvo obrany České republiky, Odbor pro válečné veterány a válečné hroby, se obrátilo na Statutární město Prostějov s žádostí o spolupráci při přemístění ostatků výsadkáře kapitána Bohumíra Martínka.

Ten byl dosud pohřben na hřbitově v perlacherském lese u Mnichova. Jeho ostatky by měly být po exhumaci a repatriaci uloženy na městském hřbitově v Prostějově.

„Na základě žádosti ministerstva bylo na hřbitově na ulici Brněnská vytipováno důstojné místo pro zřízení válečného hrobu. Nachází se ve skupině č. 10, v blízkosti dalších významných hrobů, o které pečuje Statutární město Prostějov – například hrobu generála Dudy, společného hrobu vojáků padlých v 1. a 2. světové válce či hrobu letců, kteří položili životy během 2. světové války,“ upřesnil náměstek primátora pro oblast komunálních služeb Jiří Pospíšil.

„Je pro nás velkou ctí, že se můžeme podílet na tom, aby se ostatky Bohumíra Martínka vrátily zpět do Prostějova. Kapitán Martínek je symbolem odvahy, vlastenectví

a oběti za svobodu. Je naší povinností zajistit, aby byl důstojně připomínán i pro budoucí generace. Hrob bude následně zařazen do seznamu významných hrobů, o které město pečuje,“ zdůraznil primátor města František Jura.

Osud kapitána Bohumíra Martínka

Bohumír Martínek se narodil v Prostějově, kde vychodil obecnou školu i reálné gymnázium. Po maturitě se rozhodl pro vojenskou dráhu. Absolvoval důstojnickou školu těžkého dělostřelectva, Vojenskou akademii v Hranicích a působil jako velitel spojovací čety. Po okupaci Československa byl propuštěn z armády, avšak v únoru 1940 odešel do zahraničí, aby mohl pokračovat v boji za svobodu.

Přes Francii a Velkou Británii se zapojil do čs. zahraniční armády. Prodělal řadu specializovaných kurzů včetně sabotážního a parakursu. V prosinci 1942 byl jmenován velitelem paravýsadku BRONSE. V noci ze 14. na 15. března 1943 zahynul



12. září 2025 převzal z rukou ministryně obrany Jany Černochové při pietním aktu na Vítkově Kříž obrany státu udělený Bohumíru Martínkovi in memoriam náměstek primátora Jiří Rozehnal.

nedaleko Mnichova, když byl jejich letoun zasažen protiletadlovou palbou. Pohřben byl na hřbitově v perlacherském lese.

Za hrdinství byl Bohumír Martínek posmrtně vyznamenán Československým válečným křížem 1939 a povýšen do hodnosti kapitána dělostřelectva.

(pv)

Gastroenterologické oddělení Nemocnice AGEL Prostějov získalo prestižní statut Vysoce specializovaného centra pro digestivní endoskopie



MUDr. Mgr. Jaroslav Maceček, Ph.D., MBA

Mezi nejlepší pracoviště v České republice se nově zařadilo gastroenterologické oddělení Nemocnice AGEL Prostějov, získalo totiž prestižní statut Centra pro digestivní endoskopii. Potvrdilo tím, že svým pacientům nabízí nejmodernější diagnostické a léčebné metody, špičkové přístroje, a to vše pod vedením zkušených lékařů a sester.

„Jde o statut centra nejvyšší kvality. V celé zemi bude takových pracovišť okolo třiceti, aby byla zajištěna dostupnost a kontinuita této specializované péče,“ vysvětluje primář gastroenterologického oddělení Nemocnice AGEL Prostějov Jaroslav Maceček.

Digestivní endoskopie je základní součástí gastroenterologie a zahrnuje diagnostické i terapeutické techni-

ky v celém zažívacím traktu. „Pracujeme v oblasti od jícnu až po tlusté střevo, včetně žlučových cest, žlučníku, slinivky břišní a jater,“ přibližuje Maceček.

Špičkové technologie a odborný tým

Prostějovské pracoviště disponuje nejmodernějším vybavením včetně speciálních endoskopů s ultrazvukovou sondou, rentgenového vybavení a široké škály instrumentária. Klíčovou metodou je zde EURCP koncept, což je kombinace dvou vysoce specializovaných vyšetřovacích metod, a to endoskopické ultrasonografie s endoskopickou retrográdní cholangiopankreatikografií.

„Jsme schopni například spojit žaludek se střevní kličkou nebo dré-

novat žlučník, žlučové cesty či slinivku břišní pomocí speciálních stentů nebo odstranit endoskopicky časná stadia nádorů z trávicí trubice,“ popisuje primář Jaroslav Maceček.

Na oddělení pracuje sedm lékařů, z nichž pět je plně atestovaných v oboru a většina disponuje potřebnými licencemi pro tyto sofistikované metody. Pracoviště ročně provede okolo 4000 endoskopických výkonů, přičemž jejich počet každoročně roste. „Pacientům, kteří se obávají endoskopických vyšetření, chci vzkázat, že naše pracoviště nabízí kvalitní analgosedaci a anestezii, aby byl výkon co nejlépe tolerován,“ ujišťuje primář Maceček s tím, že složité terapeutické techniky se navíc provádějí vždy za hospitalizace s následnou observací pacientů.

Komplexní péče a budoucí plány

Gastroenterologické oddělení Nemocnice AGEL Prostějov se specializuje nejen na endoskopické výkony, ale funguje také jako Centrum biologické terapie idiopatických střevních zánětů (Crohnova choroba a ulcerózní kolitida). Úzce spolupracuje s chirurgy, radiology, internisty, onkology a patology jak v rámci Nemocnice AGEL Prostějov, tak s dalšími pracovišti Skupiny AGEL a i mimo ni.

„Naším největším cílem je vybudovat nové moderní specializované a plně vybavené oddělení, které bude výše zmíněné sofistikované techniky poskytovat v nových prostorech nemocnice. Klíčové je pak udržet stávající kvalitu personálu a zajistit vyšší kvalitu v nových metodách,“ uzavírá primář Jaroslav Maceček.

Text a foto: AGEL a.s.

Před sto lety se začala psát historie prostějovského Vojenského leteckého učiliště

V polovině září jsme si připomněli sto let od přesunu Vojenského leteckého učiliště z Chebu do Prostějova. Důvodem přesunu do vnitrozemí byla blízkost hranice a vysoká intenzita leteckého výcviku.

Městské zastupitelstvo v Prostějově se rozhodlo požádat ministerstvo národní obrany o zřízení vojenského leteckého učiliště v březnu 1922. Oficiální žádosti předcházelo jednání zástupců města s komisí ministerstva národní obrany o podmínkách výstavby učiliště. 12. května 1923 byla se zástupci ministerstva národní obrany a radou města podepsána smlouva o vzájemných závazcích a povinnostech. Město převzalo závazek provést stavební práce podle požadavků a stavebních projektů vojenské správy. Dále se zavázalo zajistit finanční krytí celé výstavby u peněžních ústavů. Výstavba probíhala ve dvou etapách. V první etapě byly postaveny dvě budovy mužstva, budova velitelství a kuchyně. Kolaudace objektů proběhla 20. května a 9. června 1927. Druhá etapa zahrnovala výstavbu budovy učeben, důstojnické jídelny, bytů důstojníků, poddůstojníků a žáků, lánů, tělocvičny a garáže. Tato etapa byla dokončena v polovině roku 1931.

16. září 1925 byla zahájena činnost tzv. detachmentu Leteckého učiliště v Prostějově. Zahrnoval hospodářskou a technickou správu a I. letecký školní oddíl. Velitelem detachmentu byl jmenován štábní kapitán Robert Ellner. Ve dnech 21.–23. září 1927 se definitivně přemístilo celé učiliště do Prostějova. V Chebu zůstal pouze detachment učiliště s pilotní stíhací školou. Pilotní letec-



ká škola se do Prostějova přemístila v roce 1934. V roce 1928 dostalo učiliště název Vojenské letecké učiliště v Prostějově a jeho velitelem se stal plukovník Bedřich Starý. Při učilišti působila Škola pro odborný dorost letectva, která vychovávala budoucí poddůstojníky československého letectva. Pro piloty byla dvouletá a pro pozemní specialisty jednoroční. K výcviku byly určeny dvoumístné dvouplošníky Praga E-39 a E-41 a vysloužilé dvoumístné pozorovací typy Aero A-11, Aš-11, Ab-11, Ab-111, AP-32, APb-32 a Letov Š-16.

V roce 1938 bylo letiště uvedeno do stavu bojové pohotovosti. 15. března 1939 dopoledne jej obklíčily jednotky německého protiletadlového dělostřelectva. 16. března obsadily objekty jednotky německého letectva. Propuštění mužstva a celková likvidace byla ukončena

31. července 1939. Prostor letiště používali Němci k výcviku svých pilotů. Působila zde německá letecká škola Fliegerschule.

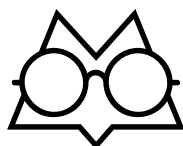
Absolventi prostějovského Vojenského leteckého učiliště vyjádřili aktivně svůj odpor proti německým okupantům. Utekli z protektorátu a bojovali na všech frontách. V řadách RAF bojovali v letecké bitvě o Británii Josef František, František Fajtl, František Peřina, Alois Vašátko a Otmar Kučera. K dalším vynikajícím letcům patřili například Josef Kalenský, Karel Kopal, Stanislav Fejfar, Jaroslav Hájek, Josef Koukal, Leoš Anderle, Václav Brandt, Karel Mrázek, Jindřich Bartoš, a Václav Šlouf.

V roce 1945 VLU obnovilo svoji činnost, ale vzhledem ke špatnému stavu letiště (bylo koncem války bombardováno) probíhal výcvik pilotů na letišti v Olomouci - Neředíně.

Postupně však bylo letiště zprovozněno a létat se začalo 15. března 1946. Prvním poválečným velitelem byl ustaven plukovník Josef Duda. V Prostějově potom probíhal pokračovací výcvik na letounech C-2 jako Pilotní škola III.

Po únoru 1948 zasáhly politické čistky včetně odvolání Josefa Dudy z funkce velitele. Rozhodnutím velení Československé lidové armády bylo během roku 1959 celé učiliště přesunuto do Košic a do Prešova. Na Slovensku působilo řadu let jako Vyšší vojenské učiliště a definitivně bylo zrušeno k 30. srpnu 1973. Po skončení působení byl na letišti krátce 1. dopravně-výsadkový pluk z letiště Praha-Kbely a následně do roku 1974 odloučená část tohoto pluku – letka lehkých dvouplošníků AN-2. V období od září 1968 do 1. prosince 1969 zde byl 12. vrtulníkový pluk z Olomouce. Od 1. září 1974 do 31. prosince 1994 zde působil 51. vrtulníkový pluk. V současné době sídlí v budovách 601. skupina speciálních sil generála Moravce a 102. průzkumný prapor generála Karla Palečka, 533. prapor bezpilotních systémů generála Josefa Dudy a ASO parašutismu Dukla Prostějov.

Hana Bartková,
kronikářka města



**filmový
klub
seniorů**

**PROGRAM 2025
ŘÍJEN
90,-**

PO	6. 10.	14.00	DOKONALÁ SHODA	T
PÁ	10. 10.	10.00	SORRY, BABY	T
ST	15. 10.	14.00	JAREK	Č
PO	20. 10.	14.00	KARAVAN	Č
PÁ	24. 10.	10.00	BLÁZNIVĚ	T
ST	29. 10.	14.00	OTEC	O

Č – ČESKY

D – DABING

**ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA**

T – TITULKY

O – ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

KINO METROPOL

Chodníky jako hřiště: Tentokrát v Krasicích

Po úspěšné realizaci malovaných chodníků u Základní školy V. Majakovského ve Vrahovicích zkrášlují studenti Střední školy designu a módy další místo – tentokrát u dětského hřiště u rybníka v Krasicích.

„Realizace chodníkových her v Krasicích se dokončuje v těchto dnech a věřím, že dětem přinese radost. Moc děkuji všem, kteří se na realizaci podílejí,“ říká 1. náměstkyně primátora Milada Sokolová. „Stejně jako ve Vrahovicích, i v Krasicích se na výmalbě podílejí studenti Anna Zouharová, Sarah Antonia Dvořák, Teodora Janečková, Veronika Zelená a Ryan Josef Moore. Velký dík!“ dodává náměstkyně Marcela Župková.



Olomoucký kraj vyhodnotil návštěvnost. Ublížily povodně, pomohly lázně i vouchery

Jen o čtyři procenta vloni meziročně klesl počet turistů v Olomouckém kraji. V kontextu povodní, které přesně před rokem zasáhly Jesenícko, kde se následně turistický ruch úplně zastavil, nejde vůbec o špatný výsledek. Letošek může být díky podpůrným opatřením kraje ještě lepší. Například slevové vouchery na pobyty v Jeseníkách šly na dračku.

„Slevové vouchery, které jsme lidem nabídli letos v zimě a v létě, byly pryč během pár hodin. Dohromady jsme takto pomohli částkou deset miliónů korun, dalších deset přidalo Ministerstvo pro místní rozvoj. Tahle podpora se v návštěvnosti Jeseníků určitě pozitivně promítne,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtman Olomouckého kraje.

Region vloni navštívilo zhruba tři čtvrtě miliónu lidí. Olomoucký kraj vyniká především v takzvané kongre-



sové turistice a mimořádně oblíbený je u lázeňských hostů.

„Náš kraj si drží přední místo v počtu návštěvníků lázeňských zařízení a také v délce pobytu hostů. Pokud jde o kongresovou turistiku, vloni se v kraji uskutečnilo více než tisíc akcí,“ dodal Radek Stojan, ředitel Centrály cestovního ruchu Olomouckého kraje. Kromě slevových vou-

cherů může letos návštěvnost kraje pozitivně ovlivnit i několik dalších faktorů. Třeba ten, že většinu škod v povodňových oblastech se už podařilo odstranit a hejtmanství zavedlo i další opatření, která turistický ruch podporují – aktuálně třeba festival Chutě kraje, který láká tisíce návštěvníků regionální gastronomie.

(okr)

Dárci krve obdrželi stříbrné medaile profesora Janského

Stříbrné medaile profesora Jana Janského si v pondělí 15. září převzali dárci nejvzácnější tekutiny. Za své významné přispění k záchraně životů obdrželi ocenění z rukou náměstka

hejtmana Vladimíra Lichnovského, prezidenta Českého červeného kříže Marka Jukla a zástupců transfuzních stanic. Dvaceti bezplatných odběrů dosáhlo letos na Olomoucku 224 dár-

ců. Olomoucký kraj si dárcovství této cenné tekutiny velmi váží a pravidelně ho podporuje. Letos opět darovalo hejtmanství Českému červenému kříži příspěvek v hodnotě 400 tisíc korun.

Střevo tour i zdravý jídelníček

Městský dům v Přerově se v úterý 16. září proměnil v centrum zdraví, prevence a aktivního stárnutí. Akce Fit Senior, pořádaná statutárním městem Přerov, nabídla stovkám návštěvníků bohatý program zaměřený na fyzickou kondici, zdravý životní styl i bezpečnost

v každodenním životě. Senioři měli možnost nechat si změřit tlak, BMI či zrak, vyzkoušet teplovací techniky nebo si nechat zkontrolovat pigmentová znaménka. Velký zájem vzbudila také Střevo tour na náměstí TGM, která připomněla důležitost prevence rakoviny tlus-

tého střeva. Nechyběla ani osvěta v oblasti hygieny a kybernetické bezpečnosti.

Akce se zúčastnili zástupci Olomouckého kraje, a to hejtman Ladislav Okleštěk, náměstci Vladimír Lichnovský a Martin Škurek a náměstkyně Monika Hryzbilová.

Kraj ocenil lidi, kteří vloni pomáhali při povodních

Na tři sta padesát lidí si ve středu 17. září odneslo ze šumperského kulturního domu ocenění, a nejspíš i dobrý pocit, za pomoc při loňských povodních. Ty zasáhly region přesně před rokem. Hejtmanství se teď rozhodlo těm, kteří při živelní katastrofě pomáhali, znovu poděkovat.

„Kraj už do obnovy vytopeného území investoval stovky milionů korun a další miliardy uvolní v příštích letech. Nebýt lidí, které dnes oceňujeme, mohly být škody daleko větší. A hlavně, vděčíme jim také za to, že si povodeň nevyžádala více obětí,“ uve-

dl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje. Ocenění si převzali ti, kteří se přímo podíleli na záchraně lidských životů, pracovali na odstraňování následků povodní a často přitom nehlédli na vlastní bezpečí. Patří mezi ně hasiči, policisté, vojáci, ale například i záchranáři a civilisté.

„Pamatuji si povodně z roku 1997. Průběh těch loňských byl v mnohém jiný. Co ale zůstalo naštěstí stejné, byla solidarita lidí a profesionální práce všech záchranných složek, týmů i jednotlivců,“ dodal Miroslav Adámek, zastupitel Olomouckého

kraje pro oblast pomoci a obnovy zaplavených území.

Mezi oceněné patří například i Rudolf Knothe, který v obci Lipová-lázně zachránil člověka, jehož strhla rozbouraná řeka. „Celé se to odehrálo tak rychle, že na strach vlastně vůbec nebyl čas. Reagoval jsem automaticky a soustředil se jen na to, co je potřeba udělat. Teprve zpětně, když si člověk promítne, co všechno se mohlo stát, tak mu dojde, jak to bylo vážné,“ zavzpomínal na krizovou událost oceněný muž.

(okr)

Na Jesenicku odstartovala stavba nového krytého bazénu. Podstatnou měrou přispěl kraj

Na přibližně 300 milionů korun přijde stavba nového krytého bazénu v České Vsi na Jesenicku. Projekt odstartoval ve středu 10. září a podstatně se na jeho financování podílí Olomoucký kraj. Přispěje částkou 150 milionů korun, tedy polovinou.

„Pro mnoho lidí je stavba nového krytého bazénu v České Vsi splněným snem. Mým snem je, aby prosperovalo celé Jesenicko, aby bylo moderním i perspektivním územím. Výrazná krajská investice do zbrusu nového bazénu tomu nepochybně

pomůže,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

Mimo našeho hejtmanství se na financování projektu podílí také Česká Ves a sdružení okolních obcí, přes šedesát milionů korun s podařilo získat z projektu ŽIVEL, který slouží k odstraňování povodňových škod – velká voda vloni v září totiž část areálu, kde nový bazén vyrostе, poškodila.

„Pro celý region i naši obec je to historická událost. Navazujeme na tradici, kterou před více než padesáti lety začali naši předchůdci. Nový bazén bude moderní, dostupný a věřím, že opět přinese radost všem generacím,“ uvedl Petr Mudra, starosta obce Česká Ves. S výběrem nových plavek nemusí plavkyně a plavci úplně spěchat, protože na dokončení stavby mají dělníci necelé dva roky. Hotovo budou mít v červnu 2027.

(okr)



Nemocnice Šumperk obnovila provoz historické lékárny v centru



Asi nejznámější lékárna v Šumperku se opět otevřela veřejnosti.

Foto: Renata Benešová, Nemocnice Šumperk.

Po několikaměsíční přestávce je z historického pohledu asi nejznámější lékárna v centru Šumperka, známá jako lékárna U Černého medvěda, opět otevřena. Lékárnu provozuje přímo Nemocnice Šumperk. Její hlavní prioritou je nabídnout veřejnosti odborné služby na vysoké úrovni, včetně individuální přípravy léčiv, a to i mimo areál nemocnice.

S novým personálním obsazením, s novými přístroji, a plány na rozšíření poradenských služeb otevřela Nemocnice Šumperk po několika měsících opět legendární a z historického pohledu asi nejznámější lékárnu v Šumperku, známou jako lékárnu U Černého medvěda. „Lékárna byla po určitou dobu uzavřená především z organizačních důvodů. Chtěli jsme v ní nastavit takový koncept, aby mohla plnit svou roli jak pro klienty z řad veřejnosti, tak i pro potřeby nemocnice a spádových lékařů. Proto v rámci příprav proběhla i změna personálního obsazení, tak aby byl tým stabilní a byl zároveň

zárukou vstřícnosti, na kterou jsou zvyklí naši klienti v Lékárně Nemocnice Šumperk,“ vysvětluje odborný zástupce lékárny PharmDr. David Šrámek.

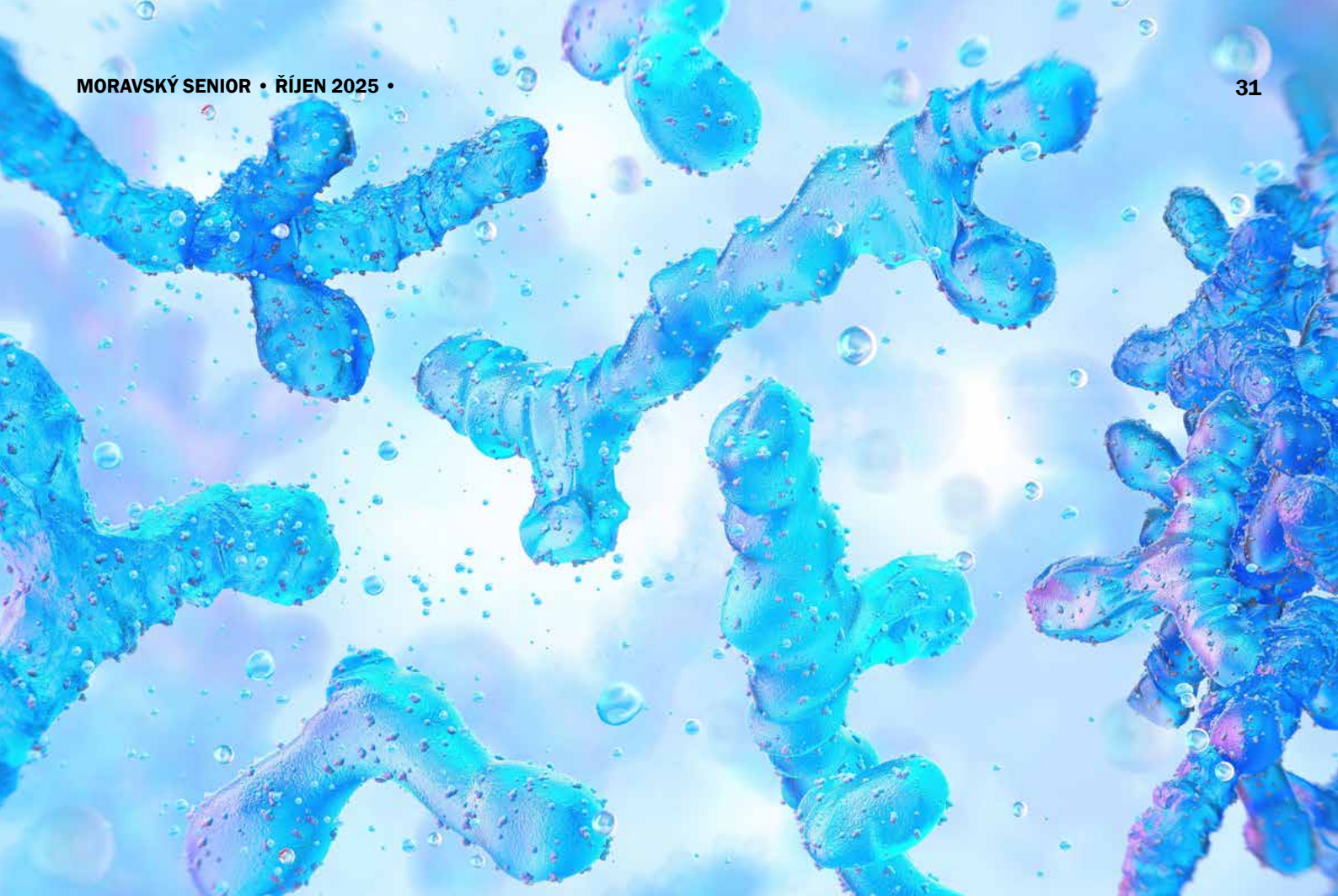
Skladová zásoba je v nově otevřené lékárně podle Davida Šrámka nastavena tak, aby dokázala pokrýt výdej většiny receptů, které předepisují lékaři z odborných ambulančí šumperské nemocnice. „Také jsme rozšířili sortiment surovin pro přípravu individuálně připravovaných léčiv a investovali do nového vybavení. Za zmínku stojí například přístroj Unguator, který umožňuje kvalitnější přípravu mastí a krémů a zároveň prodlouží jejich doby použitelnosti,“ přibližuje farmaceut David Šrámek.

Důležitá je podle Davida Šrámka také komunikace se spádovými lékaři, tak aby lékárna nabídla služby, které budou co nejvíc odpovídat jejich praxi a potřebám pacientů. Pomáhat jí v tom bude i funkční a dobře zásobená laboratoř pro pří-

pravu individuálně připravovaných léčiv, která dnes standardně nebývá běžnou součástí lékáren. „Zároveň chceme v blízké budoucnosti rozšířit služby v oblasti poradenství a naplno využít potenciál našeho nového týmu a nabídnout lidem například podporu při odvykání kouření, základní konzultace v oblasti optimalizace farmakoterapie případně i pomoc se snižováním hmotnosti,“ prozrazuje David Šrámek s tím, že pro tento účel vybuduje lékárna pro klienty speciální prostory pro individuální konzultace.

Na provozu nově otevřené lékárny se podílí pět lidí, kteří úzce spolupracují s kolegy z Lékárny Nemocnice Šumperk. „Dohromady tvoříme jeden tým. Díky tomu je zajištěná i vzájemná zastupitelnost, jednotný standard služeb i propojení obou pracovišť,“ dodává David Šrámek.

Historie asi nejznámější lékárny ve městě sahá do roku 1874, kdy zahájila svůj provoz. Jejím prvním majitelem byl Eduard Hackl, který předtím působil jako lékárník v Libině. Na svou dobu prosazoval netradiční, ale velmi pokrokové názory týkající se fungování zdravotnictví a jeho dostupnosti všem lidem. V roce 1885 si Eduard Hackl nechal svůj dům s lékárnou upravit, a to podle návrhu vídeňského rodáka, architekta Carla Seidla. Samotnou budovu pak do neorenesančního stylu s bohatou výzdobou oblékl známý šumperský stavitel Franz Klein. Ten také na fasádě použil ozdobný reliéf se zvířecím motivem, který dal celé stavbě její jméno. Současný vchod do obytné části domu se nachází v ulici, která se zároveň dlouhá léta jmenovala podle Dr. Augusta Hagera, zakladatele šumperské nemocnice.



Podpořte svůj ústní mikrobiom

Slyšeli jste někdy, že zdraví začíná v ústech? Tuto část těla si často spojujeme hlavně s mluvením, zároveň v sobě ale skrývá jedno z nejdůležitějších center naší imunity – orální mikrobiom. Jde o velmi živou komunitu mikroorganismů, která má velký podíl na udržování našeho celkového zdraví.

Miliardy bakterií v našich ústech nám prospívají, některé z nich ale také škodí. Pokud jsou v rovnováze, bojují proti infekcím a chrání celé tělo. Případná nerovnováha se pak může projevit nejen v dutině ústní, ale i za jejími hranicemi. I když si mnozí lidé spojují slovo mikrobiom hlavně se střevy, ústní mikrobiom má stejně důležitou roli a je dobré se o něj starat už od dětství.

Zdravý úsměv = imunita

Rovnováhu v našich ústech narušuje stres, kouření, nezdravá strava,

špatná hygiena, antibiotika nebo klimatické změny. To může vést k zánětům, aftům, parodontóze, zápachu z úst nebo vzniku zubního kazu. V horších případech se infekce z úst šíří dále do nosohltanu, středního ucha nebo dýchacích cest. Studie také ukázaly, že lidé se záněty v ústech častěji trpí ekzémy, akné a dalšími kožními problémy. Imunitní systém bojuje se zánětem v ústech a jeho schopnost chránit jiné části těla je tak oslabena.

Orální probiotika

Pomoci mohou probiotika, která působí přímo v ústech. Zaměřují se na podporu prospěšných bakterií v ústní dutině a potlačují ty škodlivé. Aby ale orální probiotika fungovala, potřebují k tomu palivo ve formě prebiotik, což je potrava pro tyto prospěšné mikroorganismy. Nejčastěji jde o specifický druh vlákniny, kte-

rá podporuje jejich růst i aktivitu. Mezi základní zdroje prebiotik patří pestrá strava obsahující ovoce, zeleninu, luštěniny nebo celozrnné produkty, případně můžete sáhnout po vhodných doplňcích stravy – nejúčinnější formou jsou xylooligosacharidy.

Zdraví našich úst nezávisí jen na správném použití zubního kartáčku a pasty, rovnováhu v nich podporuje mimo doplňků stravy také dostatek klidu a psychické pohody, omezení cukru a slazených nápojů, omezení kouření a alkoholu, správný pitný režim a dostatek spánku. Orální mikrobiom je křehký ekosystém, který hraje klíčovou roli nejen v prevenci zubního kazu a onemocnění dásní, ale také v celkovém zdraví organismu. Neváhejte se poradit se svým lékařem a svůj ústní mikrobiom podpořit.

(kab)

Pozor na podvodníky: Falešní policisté chtějí vaše peníze!



V poslední době se v České republice šíří nový druh podvodu, který je velmi nebezpečný. Podvodníci se vydávají za policisty. Nejčastěji volají po telefonu a oslovují hlavně seniory. Jejich cílem je jediné – získat vaše peníze.

Jak takový podvod vypadá? Zavolá vám neznámé číslo a na druhé straně se ozve člověk, který se představí jako policista nebo kriminalista. Ho-

voří klidně, úředním tónem a často tvrdí, že jde o „tajnou akci“. Může říct, že vaše peníze na účtu jsou v ohrožení nebo že je potřeba spolupracovat s policií. Aby působil důvěryhodně, pošle vám do telefonu obrázek údajného policejního průkazu. Jenže průkaz poslaný přes mobil nic neznamena – takový obrázek si může kdokoli stáhnout z internetu a použít ho k podvodu.

Podvodník se vás pak snaží přesvědčit, že je nutné okamžitě jednat. Řekne vám, že musíte vybrat všechny peníze z účtu a předat je „policistovi“, který si pro ně přijede. Nebo vás vyzve, abyste peníze převedli na cizí účet, údajně pro jejich bezpečí. V tu chvíli už ale o své úspory přicházíte. Takto lidé bohužel přišli o desítky i stovky tisíc korun.

Důležité je vědět, že skutečná policie nikdy takto nepostupuje. Policista vám nikdy nebude volat s tím, že musíte vybrat peníze, převést je na jiný účet nebo je předat neznámému člověku. Pokud vám někdo takto volá, je to vždy podvod.

Jak se bránit? Nejlepší je hned na začátku ukončit hovor. Pokud si nejste jistí, sami si vytočte číslo 158 a ověřte si, zda vás policie skutečně kontaktovala. O podezřelém telefonátu se také vždy svěťte rodině – dětem, vnoučatům nebo někomu, komu důvěřujete. Podvodníci často spoléhají na to, že se člověk bude bát a zůstane na všechno sám.

Podvodníci jsou dnes velmi vynalézáví. Umí mluvit přesvědčivě, někdy dokonce zobrazí na vašem telefonu číslo, které vypadá jako skutečná linka policie. Ani to ale není jistota – čísla se dají snadno zfalšovat.

Pamatujte si jednoduché pravidlo: Pokud vám někdo po telefonu řekne, že je policista a žádá od vás peníze, okamžitě zavěste. Skutečná policie by po vás nic takového nikdy nechtěla.

Chraňte své úspory a nevěřte cizím lidem na telefonu, i když se představují jako policisté. Vaše peníze a váš klid jsou to nejcennější, co máte.

Ladislav Jílek,
preventista Policie ČR



KVÍZ MORAVSKÉHO SENIORA



MÁTE VŠEOBECNÝ PŘEHLED?

1 Který je největší sopečný ostrov světa?

- ☐ A) Honšů
- ☐ B) Havaj
- ☐ C) Island
- ☐ D) Sachalin

2 Kdo v roce 1668 sestavil první funkční zrcadlový dalekohled?

- ☐ A) Joseph Saxton
- ☐ B) René Descartes
- ☐ C) Isaac Newton
- ☐ D) Galileo Galilei

3 Která planeta má měsíc se jménem Callisto?

- ☐ A) Merkur
- ☐ B) Venuše
- ☐ C) Mars
- ☐ D) Jupiter

4 Na kterém kontinentu je nejvyšší počet samostatných států?

- ☐ A) Severní Amerika
- ☐ B) Asie
- ☐ C) Afrika
- ☐ D) Evropa

5 Na kterém místě najdete hrob Karla Hynka Máchy?

- ☐ A) u Máchova jezera
- ☐ B) na Vyšehradě
- ☐ C) na Olšanských hřbitovech
- ☐ D) na Smíchově

6 Který známý obraz dlouhodobě zdobí pražskou kavárnu Slavia?

- ☐ A) Piják Absinthu
- ☐ B) Zlaté rybičky u okna
- ☐ C) Koupel nohou
- ☐ D) Čtyři roční období

7 Kdo patřil mezi takzvané prokleté básníky?

- ☐ A) Jiří Wolker
- ☐ B) Petr Bezruč
- ☐ C) Paul Verlaine
- ☐ D) Francesco Petrarca

8 Kterému živočichovi říkáme Svatojánská muška?

- ☐ A) Slunéčko sedmítečné
- ☐ B) Světluška menší
- ☐ C) Puchýřník lékařský
- ☐ D) Octomilka obecná

Odpovězte na kvízové otázky a soutěžte o věcné ceny.
Řešení posílejte do 20. 10. 2025 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.

Řešení můžete posílat i jako SMS na tel.: 725 190 555.

Správné odpovědi z minulého čísla:

Co víte o českém automobilovém průmyslu?

1C, 2C, 3A, 4C, 5A, 6D, 7A, 8B

Výherci: 1. Anna Králová, Olomouc; 2. Vojtěch Klink, Klopina; 3. A. Marková, Osek nad Bečvou.

Pořádná polévka na zahřátí

Gulášová s mletým masem

Ingredience

500 g mletého hovězího masa
1 větší cibule
2 lžíce sádla
300 g brambor
2 lžíce rajského protlaku
2 lžíce hladké mouky
2 stroužky česneku
1 lžíce sladké papriky
Sůl, kmín, pepř, majoránka

Postup

Na rozpáleném sádle orestujte nadrobno nakrájenou cibuli a osolené mleté maso. Přidejte mletou papriku, promíchejte a zalijte vodou nebo vývarem. Přidejte protlak, pepř, kmín a utřený česnek a nechte vařit. Po 10 minutách varu přidejte na kostičky nakrájené brambory a vařte doměkka. Polévku zahustěte jíškou ze sádla a mouky a na závěr dochuťte majoránkou a solí.

Uzená kroupová

Ingredience

500 g uzených žeber nebo ocásku
80 g krup
2 brambory
1 cibule
4 stroužky česneku
1 mrkev
1 petržel
Kousek celeru
1 bobkový list
2 kuličky nového koření
5 kuliček pepře
Sůl

Postup

Kroupy namočte. Uzené maso uvařte v mírně osolené vodě spolu s celou cibulí a kořením úplně doměkka. Maso nechte vychladnout, oberte jej a nakrájejte. Vývar přecedte přes sítko, přidejte kroupy a opět přiveďte k varu. Když jsou kroupy měkké, přidejte nahrubo nastrohanou kořenovou zeleninu, utřený česnek a na kostičky nakrájené brambory. Nakonec přidejte nakrájené maso a polévku dosolte.

Polévka z červené řepy s fenyklem

Ingredience

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

Postup

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



Co vám v životě udělalo největší radost? Na co se v nejbližší době těšíte?



**Zdeněk Štencel, 91 let,
Uničov**

Největší radost mi v životě udělaly a dělají moje děti – hodní a slušní synové.

V nejbližší době se nejvíc těším, že za mnou na návštěvu přijdou vnoučata.



**Květoslava Hojgrová, 100 let,
Olomouc**

Největší radost mi dělají pravnuci.

V nejbližší době se těším, jakou si přečtu dobrou knížku.



**Věra Theimerová, 96 let,
Olomouc**

Největší radost mám z úspěchů svých dětí. V poslední době mě hodně potěšila návštěva syna z Francie.

Těším se z každé návštěvy dětí a také se vždy těším na dobrý oběd.



**Ludmila Zapletalová, 93 let,
Olomouc**

V životě jsem největší radost měla ze své rodiny. Také jsem měla velkou radost, když skončila válka.

Těším se na návštěvy svých příbuzných a přátel.

Šedesátník hledá nezávislou a sebevědomou přítelkyni barokních tvarů (není podmínkou) na všechny radosti a slasti života ve věku 45 až 65+ nejlépe ze ZL, KM, PR, OL. SMS na tel. č. 608 029 116, zavolám zpět. ZN: Věk je jen číslo!

Ráda poznám inteligentního muže, nekuřáka do 75 let s vyřešenou minulostí na hezké prožití podzimu života, se kterým bych sdílela lásku k cestování, výlety do přírody pěšky, vlakem i autem, romantické večery. Jsem vdova, 75 let mladšího vzhledu, štíhlá 166 cm, 63 kg. Chybí mi laskavá náruč, pohlazení, políbení. Jen upřímný vztah. Jen z Olomouce. Tel: 732 446 307.

I přes velké zklamání tady hledám kamaráda, přítele, hodného chlapa. Okolí Prostějov – Olomouc. S kladným vztahem k přírodě, procházkám přírodou atd. Se kterým by bylo zase dobře na světě! Vzájemná pomoc a opora

navzájem! Chci věřit, že mi osud ještě ukáže lepší tvář a poznám chlapa, který řeší samotu jako já! Od 68–75 let, nad 175 cm. S dobrým srdcem a pomocnou rukou v dobách nečasu! Pohodáře, fér, nekuřáka a nealkoholika! Jsem od Prostějova, je mi 70 let. Jsem pohodářka, milá, fér, ženská do každého počasí! Abstinentska a nekuřačka! Samota je moc zlá, moc mě trápí! Najde se? Mobil 724 378 934.

V seniorském věku už vítáme vzájemnou podporu, trochu kultury, smysl pro humor, vycházky, výlety i autem či dovolenou v cizině. Pokud to máš taky tak, jsi nekuřák, ozvi se ženě 68/174 z OL. Olomouc a nejbližší okolí. SMS na 702 352 165.

Milí senioři, pokouším se ještě touto cestou seznámit svého šikovného nezadaného synovce 36/185 bez závazků z Olomouce - třeba zrovna s vaší osamělou dcerou, neteří, popř. vnučkou. Pokud byste se stali prostředníky,

telefon 608 236 063 je přímo na synovce. Olomouc a nejbližší okolí.

Nekuřák, 70/180/79, pejsek, vlastní zázemí, zahrádka, auto. Osamělý, domácí typ. Hledám partnerku, vážný vztah, soužití. Nehledám kuchařku ani uklízečku. Jsem ze Zlína. Tel. 724 034 409.

Hledám obyčejnou a hodnou ženu pro příjemné prožití podzimu života, ideálně ve věku 78-84 let. Já jsem 85 letý vdovec 172 / 75 nekuřák a soběstačný. Mám rád procházky, luštění křížovek, televizní sport a Šlágr. Velice se těším na odpověď a předem moc děkuji za SMS na tel. 723 246 656.

Ráda poznám trochu aktivní paní z Olomouce 65+, která by měla zájem o občasné, společné výlety do přírody a kratší pobyty v lázních. SMS uvítám na tel. číslo 732 365 542.

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

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

Moravský senior vám pomůže ke štěstí.



Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

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

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

Pozor, pokus o podvod!

Vážený čtenáři, dozvěděli jsme se, že Policie ČR šetří případ, kdy se zadavateli inzerátu v seznamce časopisu Moravský senior ozval podvodník, který požadoval platbu zveřejněného inzerátu. Takové jednání razantně odsuzujeme a znovu opakujeme: naše seznamka je zdarma a tak to i nadále zůstane, nikdy nikomu nic neplatíte a případné pokusy o vydírání nahláste policii!



Šalvěj, královna léčivých bylin

Jednou z mnoha známých a cenných léčivých bylin, které lidstvo využívá už po tisíce let, je šalvěj. Její jméno pochází z latinského slova „salvare“ – léčit, uzdravovat, což vystihuje její účinky. Tato stálezelená polokeřovitá rostlina může být nejen krásnou ozdobou zahrady nebo balkonu, ale především univerzálním pomocníkem v kuchyni i domácí lékárně.

Šalvěj lékařská dorůstá výšky zhruba 30 až 70 centimetrů, má dřevnaté stonky a šedozelené listy, které vydávají výraznou aromatickou vůni. Kvete od května do července, nejčastěji modrofialově, ale existují i okrasné odrůdy s bílými nebo růžovými květy. Její původní domovinou je oblast Středomoří, kde ji i dnes najdete na slunných stráních.

Šalvěj vyžaduje slunné stanoviště a propustnou, spíše vápenitou půdu. Nesnáší přemokření, ale dobře snáší sucho a vyšší teploty. Je možné ji pěstovat na zahradě i v nádobách na balkoně. Vyplatí se ji každoročně na jaře seříznout, aby si udržela kompaktní tvar a nevytahovala se do výšky. Na zimu většinou vydrží bez problémů, jen v chladnějších oblastech je vhodné ji chránit chvojím nebo netkanou textilií.

Sklízí se především listy, ideálně těsně před rozkvetem, kdy obsahují nejvíce účinných látek. Lze je použít čerstvé, ale dají se i sušit – sušené si zachovávají výrazné aroma a vydrží dlouho.

Léčivé účinky

Šalvěj je doslova přírodní pokladnice účinných látek. Obsahuje éterické oleje, třísloviny, flavonoidy, hořčiny i vitamíny. Díky tomu má široké spektrum účinků na lidské zdraví.

Antibakteriální a protizánětlivé účinky – šalvěj se tradičně používá při bolestech v krku, zánětech dutiny ústní nebo dásní. Odvar či kloktadlo z šalvěje pomáhá zmírnit bolest a urychlit hojení.

Podpora trávení – hořčiny obsažené v šalvěji stimulují tvorbu žaludečních šťáv a podporují chuť k jídlu. Pomáhá také při nadýmání a pocitu těžkosti po jídle.

Úleva při pocení – šalvěj dokáže regulovat nadměrné pocení, ať už jde o stresové situace, klimakterium nebo horečnatá onemocnění.

Účinky na nervovou soustavu – působí uklidňujícím dojmem, zlepšuje koncentraci a paměť. V některých studiích se dokonce zkoumá její vliv na zmírnění příznaků Alzheimerovy choroby.

Využití v kuchyni

Šalvěj je oblíbená i jako aromatická bylinka v gastronomii. Její výrazná, lehce nahořklá chuť se hodí zejména k tučnějším masům, jako je vepřové, jehněčí či kachní. Tradiční je například kombinace s máslem k těstovinám nebo gnocchi. Přidává se i do nádivek, bylinkových omáček či polévek. Díky své síle je však třeba používat ji s mírou – stačí pár lístků, aby jídlo získalo jedinečnou chuť.

V minulosti byla šalvěj považována za posvátnou bylinu. Staří Římané věřili, že přináší dlouhý život, a používali ji při rituálech. Ve středověku byla součástí klášterních zahrad a nechyběla v žádné domácnosti. Měla chránit před zlými silami, očistit prostor a dodávat sílu.

Šalvěj lékařská je bylinka, která si své místo v lidové tradici i moderní medicíně právem zaslouží. Její léčivé účinky, univerzální využití v kuchyni i snadné pěstování z ní dělají jednu z nejcennějších rostlin, kterou můžeme mít po ruce. Ať už ji pěstujeme na zahradě, nebo v květináči na balkoně, její listy se nám mohou stát nenahraditelným pomocníkem při dochucování jídel i při drobných zdravotních potížích.

Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky posílejte do 20. 10. 2025 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: AEA, AKJA, CLEA, NEC, ODD, TIT	CITOSLOVCE OHRAZENÍ	VYJÁDRĚNÍ JINÝMI SLOVY	1. DÍL TAJENKY	INICIÁLY REŽISÉRA LIPSKÉHO	OPERAČNÍ SYSTÉM PC ZKR.	ZYKAT NEČEMU	POČÁTEK DNE		LEST	ULICE ZKR.	MÍSTNÍ NÁRODNÍ VÝBOR ZKR.		3. DÍL TAJENKY	PŘIPRAVIT	JMÉNO ZPĚVAČKY WINEHOUSE
PLASTICKÁ HMOTA								ŠEVELENÍ				STARÉ VZT. ZÁJMENO LICHÝ ANGLICKY			
VYROBENÁ Z OPÁLU								ZAŘÍZENÍ U MOŘE ZNAČKA CIGARET							
AFRICKÝ VELETOK				POTOMCI ZDROBNĚLE ČÁSTI DRAMATU						FÁZE DÝCH. MN. Č. SPZ PRAHY					
MALÁ OSA					BOUDA JEDNOTKA INTENZIVNÍ PÉČE ZKR.						ČÁSTI TÝDNE IN. OŠTĚP. BREJCHOVÉ				VÝROBCE ELEKTRO- SPOTŘEBIČŮ
	POŘADOVÝ POVEL	ESKYMÁCKÉ SANÉ ČESKÝ KASKADÉR					RÁJ					VYSOKÉ KARTY ZNAČKA KOSMETIKY			
INICIÁLY HERCE JANDÁKA			SÝKORA ANGLICKY 2. DÍL TAJENKY				ÚBĚL								
DĚTSKÝ PUDR											MOŽNÁ				
ASOCIACE KOMUNIT. NADACÍ ZKR.				ODCHYLKA STŘELY	BANKOVNÍ ÚČET						UKAZOVACÍ ZÁJMENO				
ČESKÝ CYKLO- KROSAŘ PETR ???											RODINNÝ DŮM ZKR.			ZLOŘEČIT	STARÁ ZNAČKA ČESKÝCH AUT
	ASIAT	SPODEK NÁDOBY STŘEDOV. NÁJEZDNÍK									JÍŘINA DOMÁCKY				
DĚLO											DELŠÍ DOBU				
UDAT						UPLÉST (VĚNEC)		INICIÁLY ATLETA ZMĚLIKA	OBTAŽENÍ	VÝROČNÍ TRH		ZKRATKA ZAHRAŇNÍ POČÍTAČO- VÉ FIRMY	OBYV. IRSKA SLOVEN. 4. DÍL TAJENKY		
RESTAU- RA CE A JIDELNY ZKR.				POVEL KOČIHO CHYTIT			SPOLEČEN- STVÍ HMYZU CHEM. ZN. ASTATU				JISTĚ SLOV.				
MECHA- NICKÝ VYCVIK					UVĚZNĚNÍ OBVINĚNÉHO NEDOBŘE PÍTÍ						INIC. HERCE KLEPLA VEJCE NĚMECKY			JMÉNO ZPĚVAČKY MACHÁL- KOVÉ	ZÁBAL NA OTOKY
	SDRUŽENÍ RODIČŮ A PŘÁTEL ŠKOLY ZKR.	OSLAVIT PÍTÍM TÝKAJÍCÍ SE KURA						CHVĚJIVÉ V HUDBĚ BÝV. PODNIK V Kladné							
ODTĚCI PO KAPKÁCH							OSAMOCENÍ NEZÁVISLÁ EROTICKÁ INICIATIVA					JAPONSKÁ EL. FIRMA ST. TECHN. ŠKOLA ZKR.			
GARAN- TOVAT						DOLNÍ KONČETINA ZNAČKA MILILITRU					KULIČKOVÉ POČÍTADLO MPZ UKRAJINY				
JSOUČÍ NA MÍSTĚ									NACVIČENÁ DOVEDNOST						
PRACOVAT S JEHOLOU				HUDEBNÍ VIDEO											

moravský
senior

Řešení z minulého čísla: Čistota a klid uvádějí do pořádku všechno pod nebem. **Výherci z minulého čísla:** 1. Eva Brzokoupi-
lová, Velká Bystřice; 2. Josef Navrátil, Senice na Hané; 3. Dagmar Kroutilová, Olomouc-Nemilany.



OČNÍ KLINIKA TANA

odbornost, špičkové vybavení, úcta k pacientům



OD ZÁKALU PO RETINOPATII. ODBORNÍCI Z KLINIKY TANA PŘEDSTAVUJÍ ČTYŘI ČASTÁ ONEMOCNĚNÍ OČÍ

Nedávno jsme se na této stránce věnovali úrazům očí. Zrak nicméně neohrožují jen nehody, ale také onemocnění. V následujícím textu odborníci z olomoucké oční kliniky a optiky Tana představují čtyři časté diagnózy, s nimiž je spojeno výrazné riziko ohrožení zraku. Smyslem ale není vás strašit. Právě naopak, pokud jsou tato onemocnění zavčas rozeznána a léčena, mají pacienti vysokou šanci si nadále uchovat dobré vidění a vysokou kvalitu života.

ŠEDÝ ZÁKAL LZE ŘEŠIT EFEKTIVNĚ A BEZBOLESTNĚ

Šedý zákal (katarakta) patří k nejrozšířenějším očním onemocněním vůbec. V zemích s nízkou dostupností zdravotní péče stále patří k nejčastějším příčinám slepoty. V České republice jej našťastí dovedeme vyřešit moderním a efektním způsobem.

Jak už napovídá název, při šedém zákalu dochází postupně k degeneraci oční čočky, která se stává stále méně průhlednou. Pacient má pocit, jako by se díval skrze ušpiněné sklo, barvy ztrácí sytost a oči jsou citlivé na ostré světlo.

Šedý zákal není možné napravit žádnými léky, jediným účinným řešením je operace, při níž se zakalená čočka nahradí čočkou umělou. Dnes se tento zákrok provádí šetrným a bezpečným způsobem. Není proto důvod jej zbytečně odkládat.

ZELENÝ ZÁKAL JE TICHÝ ZLODĚJ ZRAKU, ALE UMÍME JEJ ZASTAVIT

Zelený zákal (glaukom) nijak nesouvisí se zákalem šedým a nedochází při něm ani k žádnému zabarvení čočky. Svůj poněkud matoucí název získal už v dávných dobách, kdy lékaři ještě neznali jeho pravou příčinu. Dnes víme, že jde o onemocnění očního nervu, které je obvykle způsobeno vysokým nitroočním tlakem.

Glaukom se projevuje postupnou ztrátou periferního vidění, a tedy zužováním zorného pole, což si pacient dlouho nemusí uvědomovat. Poškozený zrakový nerv již není možné obnovit, ale postup nemoci je možné výrazně zpomalit nebo dokonce zastavit tak, aby se kvalita zraku dále nezhoršovala. Důležitá je proto včasná diagnostika, již napomáhají pravidelné preventivní prohlídky u očního lékaře.

MAKULÁRNÍ DEGENERACE ANEB ZTRÁTA OSTROTI, NA NÍŽ BRÝLE NESTAČÍ

Makula je centrální část oční sítnice a zároveň místo nejostřejšího vidění. U pacientů nad 50 let věku může docházet k jejímu opotřebení, a tedy k výraznému zhoršení zraku. To je

patrné ve středové části obrazu, čili přímo v místě, na které se pacient dívá. Periferní vidění zůstává zachováno.

Makulární degenerace se obvykle projevuje jen na jednom oku, přičemž to druhé je postiženo během několika dalších let. Nemocní mají problém rozeznávat obličeje, vidí zamlženě, špatně vnímají barvy, nerozpoznávají detaily a rovné linie se jim mohou jevit jako zvlněné.

Rozlišujeme takzvanou suchou a vlhou formu makulární degenerace. Suchá forma je daleko častější a postupuje pozvolna, zatímco u vlhké je ztráta zraku velmi rychlá. V obou případech současná medicína neumí vrátit původní kvalitu vidění, ale je možné léčbou zásadně zpomalit další zhoršování příznaků. Opět tedy rozhoduje včasnost diagnózy.

DIABETICKÁ RETINOPATIE

Cukrovka má vliv na celé tělo a oči nejsou výjimkou. Při dlouhodobě zvýšené hladině cukru dochází k celkovému poškození cév, jemuž neujdou ani jemné cévy vyživující sítnici. V ohrožení jsou zejména pacienti, kteří cukrovkou trpí přes deset let.

V počátečních stádiích se retinopatie nemusí nijak projevovat, později o sobě dává vědět rozmazaným viděním, kolísavou kvalitou zraku a tmavými skvrnami v zorném poli. Jedná se o závažné onemocnění, které je nutné odhalit co nejdříve. Proto by diabetici měli chodit na preventivní kontroly zraku alespoň jednou do roka. Důležitá je také správně nastavená léčba samotné cukrovky, která by měla udržovat hladinu cukru v krvi co nejstabilnější.

Věříme, že naši čtenáři jsou zodpovědní a k očnímu lékaři chodí jak na preventivní prohlídky, tak pokaždé, když si povšimnou nějakého problému se zrakem. V aktuálním období všichni pomyslně hledíme do budoucnosti a snažíme se zjistit, co nás čeká po parlamentních volbách. Minimálně jedna jistota ovšem zůstává bez ohledu na výsledek. Klinika Tana tu bude vždy pro vás.

www.tanaocniklinika.cz

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

ANEKDOTY PRO VÁS

U lékaře:

„Kdy vás to bolí?“

„Když dýchám.“

„Tak zatím nedýchejte a za tři dny se mi přijďte ukázat!“

Doktor mi předepsal prášky na cestování. Spolykal jsem celou krabičku a byl jsem stále doma.

„Jak to, že ty, doktor na plicním, tolik kouříš?“
„Z lásky k pacientům. Čím více cigaret vykourím já, tím méně jich zbude na moje pacienty.“

U zubaře: „Co to probouhá děláte? Vždyť jste mi vytrhl úplně jiný zub!“
„Buďte klidný, za chvíli se k němu dostanu.“

V ordinaci:
„Pane doktore, já mám bolesti hlavy.“
„Chápu. A kolik bolestí je to přesně?“

Stěžuje si pacient: „Pane doktore, když mě chytne žravá, tak sním všechno, na co přijdu.“
„Tak nikam nechodte.“

„Pane doktore, dal byste mi něco na utišení té nesnesitelné bolesti...“
„Ale jistě, tady máte sluchátka.“

Přijde Pepa do ordinace svého praktického lékaře a povídá: „Pane doktore, ani se se mnou nezdržujte a rovnou mi dejte neschopenku. Nejsem schopen pochopit, proč bych měl pracovat.“