

moravský **senior**[®]

zdarma

LISTOPAD 2025



Lubomír Vraj: Základem sociální péče je vztah

●
Užitečné bylinky:
Rozmarýn, zelený pomocník

●
**Tipy na akce
a výlety v listopadu**

●
Recepty pro vás:
Jak využít sýr



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,
nechápu, jak ten čas může tak rychle běžet, vždyť je to nedávno, co jsem vám popřál hezké léto a už skoro přijíždí Martin... On asi zase zapomene na bílého koně, jak už se mu to v posledních letech stává téměř neustále, ale chladné a nehostinné období i tak nastane. Nedejme se tím nijak znechutit, protože stejně rychle odejde i zima a navíc – zase nás během ní čeká spousta nových zážitků, tak jako každý rok. A nemyslím tím jen Mikuláše nebo Vánoce. Já беру zimu jako čas setkávání – s rodinou, přáteli, vlastně i s obchodními partnery a třeba i lidmi, které potkám náhodně. Pořád je totiž dost témat, o kterých se jindy zaneprázdněný člověk nemůže mnoho dozvědět. Pojdme tomu naproti!

**Miloslav Kyjevský,
šéfredaktor a vydavatel
časopisu Moravský senior**



OBSAH



9



21

ROZHOVOR 4–7

ZPRÁVY Z MĚSTA OLOMOUCE 8–12

TIPY NA KULTURU A VÝLETY 13–17

POLICIE RADÍ 28

RECEPTY 30

UŽITEČNÉ BYLINKY 33

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 Nádvorníková, tel.: 725 190 555, e-mail: office@moravskysenior.cz; Distribuci zajišťuje: Česká pošta, s.p.

Náklad tohoto čísla je 28 500 ks. Datum vydání: 3. 11. 2025. Redakční uzávěrka příštího čísla: 17. 11. 2025. ZDARMA

Magazín Moravský senior finančně podpořili:



Město Hranice

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE 1. 12. 2025



Lubomír Vraj: Základem sociální péče je vztah

V oblasti sociálních služeb působí více než tři desetiletí. Začínal jako sociální pracovník a dnes stojí v čele Domova pro seniory ve Chválkovicích u Olomouce. Ve své práci klade důraz nejen na kvalitu péče o klienty, ale také na podporu personálu, modernizaci prostředí a hledání inovativních cest – třeba i za pomoci robotů. Za velmi důležitou věc považuje skutečnost, že by měl každý z nás myslet na své stáří včas.

Pane Vraji, jakou cestu jste pomyslně ušel až k funkci ředitele domova?

Vyrůstal jsem ve velké rodině, v níž vazby mezi jejími členy hrály důležitou roli. Studoval jsem Střední průmyslovou školu strojnickou a tam jsem si oblíbil roboty, kteří samostatně pracují. Každopádně mám rád, když člověk dělá něco, co má smysl, co k něčemu vede. Po voj-

ně jsem chtěl dělat něco smysluplného, a proto jsem nastoupil v Praze v Diakonii, kde jsem byl necelý rok, potom jsem odešel studovat do Brna na dvouletou návstevu, abych si doplnil vzdělání v oboru. Chvilí jsem pracoval ve Fakultní nemocnici v Olomouci na onkologii, a v roce 1994 nastoupil na pozici sociálního pracovníka v tehdejší Domově důchodců a penzionu ve Chválkovicích.

To jsem dělal třicet let, než jsem se loni přihlásil do výběrového řízení na ředitele, a to vyšlo.

Co vidíte v současné době jako problém v sociální péči o starší generaci?

My cítíme, jak pořád roste počet klientů, kteří potřebují pomoc druhé osoby, a vidíme, jak to některé rodiny výrazně nezvládají. Já jsem prv-

ní, kdo chce podpořit péči o člověka doma, rozhodně nejsem ten, který upřednostňuje pobytové služby, ale někdy tato péče již není doma možná. Spíš bych byl rád, kdyby současné přípravy na stáří byla i cílená příprava lidí v domácím prostředí. To znamená, že dokud má člověk ještě sílu, energii, peníze a tak dále, měl by si promyslet, co se stane ve chvíli, až se nebude moct postarat sám o sebe. A také by měli všichni klást důraz na péči o své zdraví, to je alfa a omega. Populace stárne, do budoucna nebudou dostatečné kapacity pobytových služeb pro seniory, ale daleko horší je, že velmi omezené budou i kapacity personální. Protože péče o imobilní klienty nebo klienty s demencí je extrémně fyzicky i psychicky náročná a spousta lidí se směřuje do různých jiných aktivit než do fyzicky náročných profesí. Mluvím o mladší generaci. Navíc v současné době výrazně přibývá klientů s vysokou hmotností. Čili to znamená těch klientů, kteří mají 150 kilogramů a víc. A na péči o tyto klienty je potřeba, aby na jeden ošetřovatelský úkol přišli tři, čtyři zaměstnanci. A ti prostě nejsou. Promýšlím do budoucna zavádění robotů, kteří by pečujícím práci ulehčili, ale v praxi to není tak jednoduché.

Máte tu poměrně vysoké procento personálu, který tu pracuje už dlouho.

Ano. My máme celkem 288 zaměstnanců, z toho 140 pracovníků v sociálních službách a 56 zdravotních sester. Mnozí z nich už jsou opravdu dlouhodobí zaměstnanci, za což jsem velmi vděčný, protože skvěle dělají svou práci. Jejich práce si zaslouží velké ocenění. Personál v přímé péči a zvláště zdravotní sestry v těchto zařízeních opravdu chybí. Stejně tak na trhu práce chybí kuchaři – ať už v domovech nebo školních jídelnách. To je problém obecně, nejen u nás. My jsme ale před



Mikuláš v domově

časem dělali dotazník spokojenosti zaměstnanců, do kterého se přihlásilo 105 zaměstnanců, a poskytlo nám to poměrně slušnou představu o tom, jak se v Domově seniorů cítí. Děláme všechno pro to, abychom personálu ulevili – ve smyslu technických pomůcek, zvedacích zařízení, teambuildingu, psychické odolnosti, podpory vzdělávání atd. Takže z naší strany určitě je maximální snaha je tady udržet. V Domově pracuje také několik pracovníků na částečné úvazky, kterými vycházíme zaměstnancům vstříc. Vážíme si práce dlouhodobých zaměstnanců. Jejich vytrvalost přisuzuji tomu, že se lidé v této organizaci cítí dobře, je tu příjemné prostředí a dobrý pracovní kolektiv. Na druhou stranu my jsme zařízení v krajském městě a určitě se k nám váže i určitá prestiž. Pracuje zde mnoho pracovníků, kteří tu práci mají rádi, mají rádi organizaci a mohou se spolehnout na kolegy. Já mám takové heslo a byl bych i rád, kdyby to tak bylo, že je dobře, když se člověk těší do práce a těší se i domů z práce. Také je naše výhoda poměrně dobrá dopravní dostup-

nost. Jsou organizace, u kterých je to daleko složitější.

Vy navíc spoustu těch zaměstnanců musíte znát i dobře po osobní stránce.

Ano, za těch třicet jedna let to tak je. Vždycky je mi líto, když pracovníci odchází, ale u některých je mi to líto obzvlášť. Jedna věc je, že jsou tu někteří zaměstnanci opravdu velmi dlouho, například 42 let. Druhá věc je, že se struktura personálu pořád proměňuje. Většinu samozřejmě naprosto přirozeně tvoří tzv. Husákovy děti. A je jasné, že během dvaceti let budou ve vlnách poměrně masivně odcházet právě oni a budou střídáni mladší generací, která ale nebude mít tolik zkušeností. A do toho budou přibývat klienti se stále vyšší mírou potřeby péče.

Co jste tu chtěl změnit, když jste nastoupil do funkce ředitele domova?

Jednou z mých priorit je hledání vhodných robotů, kteří by zaměstnancům ulehčili práci. Ne proto, že by byl robot lepší než člověk. Ale mým



Jarní posezení

ideálem by bylo, kdyby byl personál ve službě s tím robotem dohromady, aby robot dělal fyzicky náročnou práci. Mě problematika sociální péče zajímá i v mezinárodním srovnání. Zjišťoval jsem, jak to vypadá například v Japonsku, protože je demograficky o 20 let dál než my a roboti zde již reálně pomáhají. Nebo Jižní Korea – tam nejsou vůbec sociální služby v našem pojetí, což znamená, že jediná záchranná síť jsou rodinné vazby. Dlouhodobě tvrdím, že každý člověk by měl mít kolem sebe nejméně deset přátel, kterým může zavolat třeba v noci, když potřebuje pomoc. Další z činností, na kterou jsme se

zaměřili, byla podpora aktivizace klientů. Snažíme se, aby u nás klienti prožili co nejaktivnější část života, jak to jen dle jejich možností jde. S co největší podporou toho, co mají rádi. Hledáme různé formy, aby se jim tu žilo hezky.

Co je pro personál tady nejtěžší? Je to fyzická stránka?

Určitě ne. Ale aby tu práci člověk dělal dobře, musí si ke klientům vytvořit vztah. Nelze to dělat zcela neosobně. Průměrná doba pobytu klienta v našem zařízení je přibližně tři roky. Klienti umírají, a když s nimi máte vztah, tak to prostě bolí. Další

naši velkou prioritou je proto paliativní péče. Snažíme se usilovně o to, aby klienti měli co největší možnou svobodu si zvolit, jak chtějí mít poslední věci svého života ošetřeny. Rozhodně nikomu nechceme dávat nějaký správný návod, je to ale téma, které je dobré mít v nějakou životní etapu vyřešené. Snažíme se hodně pracovat s rodinami, protože je to citlivá záležitost. Mnozí senioři to vnímají jako tabu, ale pro nás je to součást celkové péče o klienta. V budově A od příštího roku připravujeme multifunkční místnost, která bude sloužit například k tomu, aby klienti v takových situacích mohli strávit s rodinným příslušníkem společný vzácný poslední čas – taková specifická místnost k řešení složitých situací. Také se snažíme, abychom měli kaplana. Chceme téma paliativní péče jemně otevírat a snažíme se o to, abychom měli připravenou širokou škálu různých řešení pro každého klienta individuálně. Myslím, že když se takto citlivé téma podaří vhodně s klientem a jeho rodinou promyslet a prodiskutovat, tak je to výraz nejvyšší odbornosti personálu.



Oáza u rybníčku

Vy se tu snažíte v domově i spoustu věcí zrenovovat, na čem se tu aktuálně pracuje?

Ano, je toho víc. Pan doktor Floder, můj předchůdce, rozjel velkou úpravu zahrady, protože tam byly stromy v život ohrožujícím stavu. Tyto staré stromy se vykácely a nyní tam probíhá velká výsadba nových a budují se krásné cestičky mezi nimi. Těšíme se, až to budeme moci s klienty využívat. Máme tady rybníček, v tom rybníčku jsou ryby, želvy, žáby. Mám rád, když je Domov seniorů otevřeným zařízením. Symbolem jsou pro mě otevřené dveře, jak pro klienty, kteří mohou kdykoli ven, tak pro návštěvy, které můžou dovnitř. Těch dalších stavebních věcí se připravuje víc, například se připravuje výstavba nového evakuačního výtahu.



Obhlídka parku

Na co by se měl podle vás člověk připravit v tom nižším věku, co se týká obslužnosti a dalších věcí?

Vždycky je potřeba si promyslet, jaké budu mít v životě spojení. Na péči o člověka, který už je zcela imobilní, by mělo být v ideálním případě alespoň pět lidí, kteří o něj budou pečovat v domácím prostředí. A jasné je, že na prvním místě potřebuje podporu a pomoc osoba pečující, protože ve chvíli, kdy únavou padne, tak kdo se postará o seniora? Hlavní zodpovědnost často nese jeden člen rodiny, ale je potřeba vědět, že třeba v případě dovolené nebo nemoci mu musí někdo pomoci. A co se týká soběstačnosti, na to existuje jednoduchý test. Představte si, že máte zlomenou nohu. Co se stane ve chvíli, kdy se potřebujete dostat domů? Takže řešíte schody. Je dobré přemýšlet nad tím, jak vysoko bydlíte a zda máte k dispozici výtah. Další věcí jsou pak vany. Mnoho seniorů je na ně zvyklých, je to dobrá věc, ale s přibývajícími zdravotními komplikacemi může nastat problém se z ní dostat. Nejlepší jsou proto spr-



Návštěva dětí

chové kouty přímo na úrovni země, bez zvýšení, ideálně s nějakým sedátkem a madlem. A pak samozřejmě otázka úpravy kuchyní, v níž se pohybujeme denně. Dostanete se do horních poliček, když už nevylezete na schůdky nebo židli? Zejména v případě, když využívá člověk chodítko, případně invalidní vozík je potřeba mít všechno v dosahové vzdálenosti.

Kdybyste měl lidem předat nějaké poselství, co by to bylo?

Myslím, že velmi podstatné je pěstovat mezigenerační přátelství, mít kamaráda, kterému můžu o půlnoci zavolat, a nemusím se za to stydět. Sociální vazby jsou důležité a nemusí se vždy jednat o členy rodiny.

Kateřina Benešová

**Foto: Petr Vitásek
a archiv domova pro seniory**

Schránka ze Sloupu Nejsvětější Trojice obsahovala dokumenty z roku 1999



Už zhruba rok a půl trvají restaurátorské práce na nejvýznamnější olomoucké památce zapsané na Seznamu světového dědictví UNESCO. Sloup Nejsvětější Trojice teď vydal tajemství, které ukrýval po čtvrtstoletí.

Kovová schránka, kterou restaurátorský tým vyňal z dutiny v sousoší na vrcholu památky, obsahovala dokumenty z roku 1999, kdy sloup procházel rozsáhlou obnovou. „Máme tu povodňové mapy z roku 1997, kdy Olomouc zasáhly rozsáhlé povodně, cenovou mapu, výroční zprávu a dobové vydání Radničních listů, stále platnou desetikorunovou minci či zvonek s reliéfem města,“ komentoval otevření schránky primátor Miroslav Žbánek. Nechyběl ani dopis tehdejšího primátora města Martina Tesaříka a kováře, který schránku vyrobil, nebo seznam držitelů cen města Olomouce z tehdejší doby.

Tyto předměty ve schránce zůstanou, současné vedení města k nim doplní další. „S ohledem na rozměry kapsle jsme museli vybrat takové předměty, které nezabírají moc místa a zároveň přežijí po další desítky let v místě, kde působí vlhkost či sluneční svit. Proto jsme zvolili rovněž dokumenty jako aktuální městské zpravodaje, kde se budou-

cí generace dočtou například o plánovaných investicích. A při otevření schránky už budou vědět, jestli se je podařilo uskutečnit,“ podotkl primátor s tím, že kromě zpravodajů a výroční zprávy s kompletními údaji o Olomouci bude schránka nově obsahovat také například jízdenku na MHD, sto korun v mincích se seznamem toho, co za ně lze v dnešní době pořídit, nebo speciální eurobankovku, kterou město Olomouc nechalo vydat u příležitosti letošního výročí zapsání památky na seznam UNESCO. „Osobní dopis primátora jsem se na poslední chvíli rozhodl nepsat. Chtěl bych, aby tam svoje vzkazy nechali ti, kteří se možná dalšího otevření schránky za desítky let dožijí, tedy děti. Oslovíme proto žáky základních škol, aby nám nějaké poselství napsali,“ uzavřel primátor.

Schránka byla ze sloupu vyjmuta týmem akademického sochaře Reného Tikala při restaurátorských pracích, které začaly loni v dubnu. „Při restaurování vrcholového sousoší jsme některé jeho části museli demontovat a uvnitř kovové konstrukce, která sousoší drží, jsme tuto schránku našli. Protože ale neobsahovala žádný zámek nebo otvor, chvíli nám trvalo přijít na to, jak se otevírá,“ popsal akademický sochař a restaurátor Tikal. On a jeho tým nyní pracují na čištění sloupu, opravách trhlin a zlacení soch a reliéfů. „Provádíme zlacení plátkovým zlatem, což je technika, která naprosto respektuje zachované původní autentické žárové zlacení. Tato metoda se dnes už nepoužívá, protože byla velmi zdraví škodlivá. Vždy hledáme co nejšetrnější a zároveň nejúčinnější techniky, protože Trojice je unikátní památkou a já si velmi vážím toho, že se mohu podílet na prodloužení její životnosti pro další generace,“ dodal restaurátor.

Monumentální barokní Sloup Nejsvětější Trojice prošel velkou opravou naposledy v letech 1999–2001. Z posledních monitorovacích zpráv však znovu vyvstala nutnost jeho rozsáhlého restaurování, proto začalo v dubnu loňského roku růst kolem památky lešení. Obnova by měla skončit v prosinci příštího roku. Vyžádá si zhruba 30 milionů korun, přičemž 85 procent z celkových způsobitelných výdajů pokryje dotace z ITI Olomoucké aglomerace.

Památka UNESCO

Sloup Nejsvětější Trojice je dílem Václava Rendra a jeho pokračovatelů. Na sochařské výzdobě se podíleli Filip Sattler a Ondřej Zahner. Barokní sloup postavili v letech 1716 až 1754. Václav Render se dožil do-

končení pouze prvního patra Čestného sloupu Nejsvětější Trojice, před smrtí v roce 1733 svůj majetek odkázal na dokončení tohoto unikátu. Jako císařský privilegovaný architekt a městský kameník stál za celou řadou realizací, z nichž dodnes histo-

rické centrum Olomouce těží svou krásu a jedinečnost. Žil v domě v ulici 8. května číslo 7, pohřben je v kostele svatého Mořice.

Virtuálně si lze tuto jedinečnou památku prohlédnout již nyní na adrese sloup.olomouc.eu.

Katedrála v novém světle. Modernizace osvětlení šetří a zdůrazňuje krásu stavby

Pozorní obyvatelé Olomouce si již jistě všimli, že jedna z největších dominant města, katedrála svatého Václava a její věže, je v noci nově osvětlena. Technické služby města Olomouce totiž provedly kompletní modernizaci osvětlovací soustavy.

Původní osvětlení katedrály bylo technicky zastaralé, částečně nefunkční a nedokázalo dostatečně zdůraznit unikátní architektonické prvky této výjimečné stavby. „Světelný výkon byl navíc soustředěn převážně do spodní části katedrály, zatímco horní část, včetně hlavní věže a štíhlých jehlanců všech tří věží, zůstávala po setmění téměř neviditelná,“ popsal stav osvětlení za Technické služby města Olomouce Robert Svitavský s tím, že cílem obnovy bylo nejen zlepšení vizuálního dojmu, ale také snížení nákladů na provoz a omezení světelného znečištění.

Nově tak na katedrálu a její věže míří 68 moderních LED světel s celkovým příkonem 5 000 W, což představuje navýšení v počtu světel, ale zároveň úsporu ve spotřebě elektrické energie oproti původním 7 000 W.

Svítilna byla osazena jak na stávající, tak i na nová místa. „Pro horní



části chrámu byla využita speciální svítidla s úzkými vyzařovacími úhly, která zajišťují přesné nasvícení vybraných detailů a zároveň minimalizují rozptyl světla mimo objekt. Všechna svítidla jsou navíc vybave-

na clonami proti oslnění a dalším nežádoucím efektům,“ vysvětlil Robert Svitavský a dodal, že montáž začala v září, aby se vše stihlo do 28. září, tedy do svátku svatého Václava a Dne české státnosti.

Přístřešek pro zelináře doplní Foerstrovu ulici

Jako estetické povýšení veřejného prostoru bude působit nový přístřešek pro venkovní prodej ovoce a zeleniny na nároží u křižovatky Foerstrové a Dobnerovy ulice. Přístřešek, který má vzniknout do konce roku, bude mít lehkou ocelovou konstrukci se zelenou přírodní střechou. Jeho délka přesáhne osm metrů a široký bude 2,5 metru. Cena stavby činí jeden milion korun.

„Přístřešek pro prodejce byl součástí původního návrhu revitalizace okolí pošty na Foerstrově ulici, kdy tady vznikl prostor, kterému říkáme náměstíčko. Kromě prodejců poslouží i místním při komunitních setkáních,“ řekl Lukáš Krbeček z Komise městské části Tabulový vrch. Podle Krbečka se tak naplní původní vize architekta. Samotná revitalizace před dvěma lety zahr-



novala kromě úpravy veřejného prostranství i nové řešení cyklistické dopravy a rekonstrukci komunikace a chodníků.

Olomouc převzala ocenění Obec přátelská rodině a seniorům

Téměř 16 milionů korun rozdělilo Ministerstvo práce a sociálních věcí mezi obce v rámci dotačního titulu „Obec přátelská rodině a seniorům 2025“. V celkem pěti kategoriích byly podpořeny obce, které představily výjimečné projekty na podporu rodin a seniorů. Titul, s nímž je spojena i významná finanční prémie, letos získala také Olomouc.

O ocenění se v celostátní soutěži ucházelo dalších 90 obcí a měst. Během slavnostního vyhlášení, které se uskutečnilo v pražském Kaiserštejnském paláci, převzali zástupci měst ocenění a symbolické šeky. „Podpora rodin a seniorů je klíčová pro zdravé a soudržné komunity. Jsem ráda, že můžeme ocenit obce, které svými projekty vytvářejí přátelské pro-



středí, kde se lidé mohou setkávat, vzdělávat a aktivně žít společný život napříč generacemi. Moc si iniciativy obcí vážím,“ uvedla Šárka Jelínková, náměstkyně ministra práce a sociálních věcí.

Olomouc za získané finance například dovybaví prostory, kde se schází veřejnost, jako jsou otevřená

školní hřiště či komunitní zahrada provozovaná městskou knihovnou. Velký díl ale město věnuje na podporu pořádání smysluplných akcí a aktivit pro rodiny s dětmi a pro seniory, případně pro obě tyto skupiny dohromady. „Mottem spojujícím všechno, co Olomouc letos pořádá v projektu Obec přátelská rodině a seniorům, je Aktivitou k podpoře duševního zdraví,“ přibližuje náměstkyně primátora Kateřina Dobrozemská. „Zařadili jsme pod ně různá opatření, jejichž potřeba vyplynula z anketních šetření provedených u rodin s dětmi, u mladých lidí a u seniorů koncem loňského roku. Tak jsme zjistili, co si naši občané přejí, a snažíme se jejich poptávce v mezích možností vyhovět,“ doplnila náměstkyně.

Kaple v Týnečku prošla rekonstrukcí

Olomouc je bohatá na církevní památky, a to jak v samotném centru, tak i v městských částech. V Týnečku k nim patří kaple Neposkvrněného početí Panny Marie na Blodkově náměstí, která zde stojí od roku 1888. Nedávno prošla rozsáhlou opravou.

V rámci prací došlo na sanaci vlhkého zdiva, restaurování vstupního portálu se sochou svatého Floriána a opravu pískovcového soklu a schodiště. „Byla provedena izolace spodní stavby a obnova drenážního systému. Do výšky 2,5 metrů byly odstraněny vnější omítky, které byly nahrazeny sanačním omítkovým systémem s vysokou pórovitostí. Na závěr byly provedeny nátěry silikátovou barvou,“ vysvětlila Ludmila Otiepková z majetkoprávního odboru olomouckého magistrátu.

Rekonstrukce kaple se zaměřila také na horní část vstupního portálu

a sochu sv. Floriána. „Byla odstraněna nesoudržná omítky a provedena strukturální konsolidace dochovaných původních omítek a štuků. Následovala injektáž dutin a prasklin, doplnění štukové výzdoby a vyrovnaní nerovností v podkladových plochách,“ uvedla Otiepková. Zároveň bylo sejmuté oplechování a obnoven nápis. Samotná socha prošla restaurátorským zásahem v ateliéru.

Při opravě pískovcového soklu a schodiště byly kamenné části očištěny od tmavých nánosů a ošetřeny proti biologickému poškození. Poškozené části se zpevnily a doplnily, některé kamenné prvky bylo nutné nahradit novými. Opravilo se i spárování a poškozené stupně schodiště a na závěr byl celý povrch barevně sjednocen, aby působil celistvě. Celkové náklady na opravu kaple činily 1 milion 332 tisíc korun.



Přízemí NAMIRO prochází rekonstrukcí, úřad funguje bez omezení

Nejméně do 20. listopadu bude uzavřen vstup do budovy magistrátu NAMIRO v Palackého ulici. Vstupní hala prochází rozsáhlou rekonstrukcí, která ale nemá vliv na chod úřadu. Přístup do budovy je po dobu stavebních prací umožněn přes vedlejší budovu magistrátu z ulice Hynaisova 10.

Dočasně se tak mění pouze umístění výdeje hotových dokladů a živnostenského odboru. Pracoviště výdeje hotových dokladů (občanských průkazů a cestovních pasů) je už nyní přemístěno do 1. patra (2. NP) na oddělení evidence obyvatel, občanských průkazů a cestovních do-



kladů. Pracoviště odboru živnostenského bude po dobu rekonstrukce fungovat ve vstupní hale budovy magistrátu v ulici Hynaisova 10. Změny

umístění pracovišť budou pro veřejnost řádně vyznačeny a návštěvníky povede navigační systém v budově olomouckého magistrátu.

• OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE • OTEVŘENÁ RADNICE •

Dobrý den, mám dotaz, který se týká neředinského hřbitova, na kterém v nedávné době někdo poničil desítky hrobů a uren. Kdo vlastníkům hrobů v takovém případě nahradí vzniklou hmotnou škodu? Správa hřbitova? Anebo jim nikdo nic nenahradí, protože musí mít hroby pojištěné?

Děkuji.

Na hřbitově byla po vandalském útoku poškozena převážně hrobová zařízení, která jsou ve většině případů v soukromém vlastnictví nájemců hrobových míst. Hřbitovy města Olomouce mají uzavřenou pojistku, která pokryje pouze škody na majetku organizace (plot, hrobová zařízení, kde je vlastním statutární město Olomouc). Bohužel na soukromý majetek nájemců se pojistka nevztahuje,

i když jsou v areálu hřbitova. Osobou, která může uzavřít pojištění, může být pouze vlastník hrobového zařízení. Provozovatel hřbitova pojištění uzavřít nemůže, protože nemá právní vlastnictví k jednotlivým hrobům.

Pojištění hrobu je specifický druh pojištění, které chrání hroby a hrobky před různými riziky. Může to vypadat, že hřbitovy jsou místem klidu a ticha, ale i zde velmi často dochází k nepředvídatelným událostem, které mohou poškodit místo posledního odpočinku. Hroby jsou pravidelně vystavovány nástrahám přírodních živlů, jako jsou silný vítr, déšť nebo krupobití, ale také vandalům a zlodějům. Pokud dojde k poškození, opravy mohou být velmi nákladné. A právě v takových situacích je pojištění hrobu neocenitelnou ochranou.

Většina nájemců bohužel o této možnosti pojištění neví, proto nyní ke každé nově uzavřené nájemní smlouvě, dostanou občané poučení a podrobnější informace o možnosti sjednat si právě tuto pojistku na své hrobové zařízení na našich hřbitovech.

Miroslav Žbánek
primátor města Olomouce



Olomouc připravuje urbanistickou soutěž na přeměnu lokality u tržnice



Jaká bude nová podoba významné lokality těsně u centra města – plochy u tržnice a bývalého autobusového nádraží až po hranu Smetanových sadů? Po desítkách

let diskusí a dílčích snah o kultivaci tohoto prostoru chce město definitivně najít jeho budoucí podobu.

„Území, které dnes slouží především k dopravnímu provozu, parkování a trhům, má šanci stát se klíčovým a důstojným veřejným prostranstvím s novou výstavbou a propojením historického jádra města, městských parků a jižně se rozvíjejícího městského centra,“ řekl náměstek primátora Tomáš Pejpek.

Lokalita je významná jak svou polohou na třídě Svobody, tak přístupem do historického jádra a dochovalou budovou Tržnice. Soutěž má přinést návrhy, které spojí funkčnost, udržitelný rozvoj a respekt k širším urbanistickým a historickým souvislostem.

Hasiči z Chválkovic a Černovíra převzali auta, která poslouží v krizi

Dvě nová vozidla si od města převzaly sbory dobrovolných hasičů z Chválkovic a Černovíra. Budou jim sloužit při výjezdech k mimořádným událostem a řešení krizových situací.

Každý rok vyjedou olomoučtí dobrovolní hasiči k více než 200 mimořádným událostem. V loňském roce jednotky zaznamenaly celkem téměř 350 výjezdů, což bylo způsobeno loňskými zářijovými povodněmi zejména v oblasti Jesenicka, ale i Olomoucké místní části Chomoutov. Hasiči zasahují u událostí především technického charakteru, ale též u požárů či dopravních nehod. „Tato jejich práce je samozřejmě mimořádně důležitá, ale kromě výjezdové činnosti je třeba ocenit také jejich práci s mládeží, sportovní činnost soutěžních družstev a zajišťování společenského a kulturního života v rámci celého města,“ zmínil primátor Olomouce Miroslav Žbánek, který u hasičské zbrojnice ve Chválkovicích předal veliteli z Černovíra a Chválkovic klíče od nových vozidel.

Dopravní automobil pro chválkovické hasiče město Olomouc pořídilo za více než 1,8 milionu korun, přičemž na jeho zakoupení získalo dotaci 450 tisíc korun od Generálního ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR a 200 tisíc korun od Olomouckého. Kabina osádky je vybavena digitálním terminálem, analogovou vozidlovou radiostanicí, ručními radiostanicemi a svítilnami, kamerou a výjezdovým tabletem. Komfort osádky je zajištěn nezávislým vytápěním a klimatizací. Vozidlo je též vybaveno požárním příslušenstvím. Automobil bude primárně sloužit k přepravě obyvatel z místa vyhlášení evakuace a členů jednotky na místo mimořádné události.

Černovírským hasičům byl předán velitelský automobil, který dříve sloužil pro činnost havarijní služby a krizového štábu města Olomouce. Aby vozidlo mohlo být využíváno pro činnost hasičů, muselo dojít k jeho přestavbě, která si vyžádala zhruba 360 tisíc korun. Automobil bude

sloužit zejména jako podpora při zajištění komunikace a strategického řízení na místě mimořádné události, ale též i pro potřebu činnosti města při řešení povodní či jiných krizových situací.

„Vybavenost olomouckých jednotek se městu daří držet na vysoké úrovni. V uplynulých letech se podařilo zakoupit cisternovou automobilovou stříkačku, osm dopravních automobilů a vybudovat dvě nové hasičské zbrojnice. Mimo to městské jednotky disponují dalšími cisternovými stříkačkami, speciálními technickými automobily, velitelskými automobily, motorovými čluny, mobilními elektrocentrálami a další speciální technikou,“ doplnil primátor. Pořizovat novou a obnovovat stávající techniku a budovat či rekonstruovat hasičské objekty se městu podle něj daří i díky finanční podpoře Generálního ředitelství hasičského záchranného sboru ČR, Olomouckého kraje a Integrovaného regionálního operačního programu.

KULTURNÍ TIPY

OLOMOUCKÝ KRAJ

Super podívaná na nebi



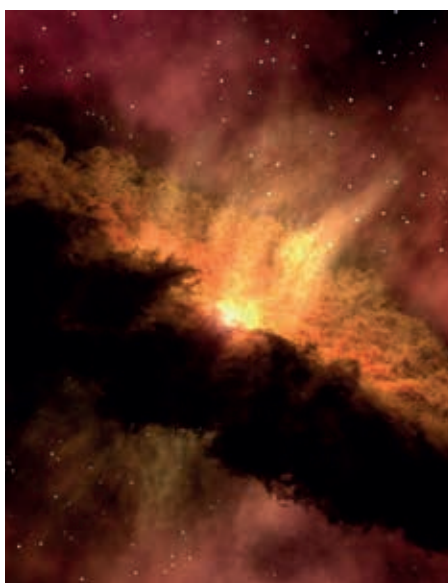
Podzimní a zimní obloha nám nabízí hned čtyři superúplňky za sebou, kdy oblohu zdobí nezvykle jasný a velký Měsíc. Sledovat superúplněk půjde nejlépe 5. listopadu, 4. prosince a pak hned na začátku nového roku, 3. ledna. Největší efekt má superúplněk při východu nad obzorem, tehdy působí největším dojmem díky tzv. měsíční iluzi – optickému klamu, který zvětšuje objekty u obzoru. Vydejte se na kopec, rozhlednu nebo k vodní hladině, kde se Měsíc může zrcadlit. Počátkem října jsme měli možnost vidět podobný úkaz – takzvaný Sklizňový superúplněk, v nadcházejícím čase nebe postupně rozzáří superúplněk Bobří, Studený a nakonec ten novoroční.

MusicOlomouc 2025

Festival soudobé hudby, jehož ústředním tématem jsou klávesové nástroje. Ty se představí v různých podobách – klavír, cembalo nebo mikrotonální klávesy – sólově nebo ve spojení se smyčci, orchestrem či elektronikou. Koncerty se konají 3., 5. a 13. listopadu vždy od 19 do 20.30 hod. a uslyšíte na nich české i zahraniční interprety, při závěrečném představení pak za doprovodu Moravské filharmonie. Vstupenky zakoupíte před začátkem koncertů

na místě (platba pouze hotově) za 200/100 Kč, vstupné na závěrečný koncert činí 210 Kč a lze jej zakoupit i předem. Program zde: <https://musicolomouc.cz/>

Hvězdárna Prostějov



Pozorovat nebe můžete i přímo z hvězdárny. Ta prostějovská nabízí každý čtvrtek a pátek od 13 hod. pozorování Slunce (kromě týdne astronomických pohádek, který se koná vždy 1. týden v měsíci). Pomocí speciálních filtrů můžete vidět sluneční skvrny a protuberance, nechybí odborný výklad a prezentace o struktuře a fyzice Slunce. Noční pozorování se koná vždy ve čtvrtek a pátek od 19.30 a nabízí přehlídku souhvězdí, dvojhvězd, hvězdokup, mlhovin i galaxií. Jednou měsíčně probíhá pozorování Slunce a večerní oblohy také v sobotu. Podmínkou je vždy jasná obloha, za nepříznivého počasí je připraven náhradní program. Ujistěte se, že je příznivá předpověď počasí, a vyrazte. Vhodné je objednat návštěvu hvězdárny předem na tel.: +420 724 013 039. Vstupné 80 Kč, snížené 40 Kč.

Zábřeh žije



Výstava, která nabízí jedinečný pohled na město a jeho dění očima Lucie Mahdalové, tiskové mluvčí městského úřadu. Kde se něco děje, tam ona je. Slavnosti, koncerty, tradiční akce i nečekané okamžiky, vše, co se odehrává v ulicích, na náměstích a městských zákoutích, najdete na fotografiích této autorky. Vernisáž výstavy se koná 5. listopadu v 17 hod. a navštívit ji můžete až do 4. ledna 2026 v Muzeu Zábřeh, vždy od úterý do neděle od 9 do 12 hod. a od 12.30 do 17 hod. Vstupné 20 Kč.

Das Filmfest



Festival německy mluvených filmů, který vždy na podzim pravidelně přináší výběr té nejaktuálnější kinematografie z Německa, Rakouska a Švýcarska – ať už se jedná o kvalitní mainstream, dokumenty, nebo

snímky, které sklídily úspěch na mezinárodních filmových festivalech. Letos už podruhé také v Olomouci. Das Filmfest nabízí filmy, které by cestu do běžných kin hledaly jen těžko. Kdy a kde: 1.–5. listopadu, Muzeum umění, Kino Central, Denisova Olomouc. Harmonogram promítaných filmů naleznete v programu MUO: <https://muo.cz/program/?p-g=1&mr=24>

Péče o zdraví



Jak zůstat aktivní v každém věku? Přednáška o aktivitě a energii pro každého bez ohledu na věk se koná ve středu 5. listopadu od 15 hod. v salonku Lázeňského domu Janáček v Teplicích nad Bečvou. Jak se starat o své srdce? Další z témat, které nám může pomoci na cestě za dlouhověkostí, ve středu 12. listopadu od 15 hod. tamtéž. Škola zad – MUDr. Jaroslava Bebjaková vám poví, jak se starat o svá záda, aby vás nebolela, ve středu 19. listopadu od 15 hod. tamtéž. Výživa při kardiovaskulárním onemocnění – Anna Hlochová rozebere výživu při kardiovaskulárních onemocněních, ve čtvrtek 20. listopadu od 15.30 hod. tamtéž. Dechová cvičení zpěvem – speciální dechová cvičení si vyzkoušíte s MUDr. Markétou Žeravíkovou, v pondělí 24. listopadu od 15 hod. tamtéž. Vstupné na všechny akce je zdarma.

Svatomartinská Olomouc 2025



Letošní ročník přináší nové prostředí i atmosféru. V pátek 7. listopadu od 18 hod. se otevrou dveře Vinného šenku v domě U Zlatého beránka, kde proběhne degustace mladých vín z nového ročníku. 8. listopadu od 11 hod. se pak oslavy přesunou do areálu Letního kina Olomouc. Čeká vás prezentace 20 vinařství z celé Moravy, degustace mladých vín ročníku 2025, bohatý doprovodný program a také zázemí pro rodiny s dětmi. Děti si užijí opékání svatomartinských špekáčků, tvořivé dílničky i příjezd Martina na bílém koni. Pro dospělé bude připraveno svatomartinské menu a svatomartinské pivo. Večer uzavře ohňová show a koncert kapely Cimbál HellBand s novým repertoárem.

Olomouc Design Days



Pro obdivovatele užitého umění a vůbec všeho stylového. Třetí ročník festivalu představí všechny podoby designu, od 1. do 30. listopadu. Chystají se výstavy, workshopy, se-

mináře, prezentace, kreativní dílny a spousta dalšího. Festival přináší vhled do různých kulturních a kreativních odvětví se záměrem probudit zájem veřejnosti o kreativní obory, jako jsou (nejen průmyslový) design, architektura, umělecká řemesla, ale také návštěvníkům dává jedinečnou možnost tvorbu osobně vyzkoušet. Vstup na všechny akce je zdarma. Přesný program sledujte zde: <https://www.olomoucdesigndays.cz/>.

Umělá inteligence: příležitost a hrozba

Umělá inteligence (AI) už není jenom sci-fi. Zasahuje do našich životů každý den – pomáhá v medicíně, dopravě i v práci. Zároveň ale otevírá i nové otázky a rizika, dokáže vytvářet falešné zprávy, manipulované fotografie nebo lákat do podvodů. Jak se v tom neztratit? Jak využívat AI chytrě, bezpečně a s nadhledem? Přijďte to zjistit 11. listopadu v 16 hod. do Kina Pohoda Jeseník. Lektorem přednášky je Bc. Lukáš Kubala, odborník z projektu E-Bezpečí Univerzity Palackého v Olomouci.

Koncert Jakuba Smolíka



Šarmantní zpěvák s příjemným hlasem vystoupí v Hranicích se svou kolekcí největších hitů. Představení se odehraje ve středu 12. listopadu od 19 hod. v Divadle Stará stělnice. Vstupné je 590 Kč, držitelé ZTP mají 50% slevu, k zakoupení na stránkách Ticketstream: <https://www.ticketstream.cz/akce/jakub-smolik-186367>

Petr Hapka – Recitál



Koncert tohoto jedinečného skladatele připomíná spolupráci se všemi klíčovými tvůrčími partnery i jeho slavné hity. Písně interpretují jedinečné osobnosti české i slovenské hudební scény, jakými jsou Michal Malátný, Kateřina Marie Tichá, Jitka Čvančarová, Veronika Khek Kubařová, Petra Hapková, Hana Holíšová, Lenka Nová, Jan Maxián, Dušan Kollár, Petra Hřebíčková a další. Zpěváky doprovodí orchestr sólistů v nastudování Petra Malásk. Recitál putuje naší zemí a písně na kon-

certech zazpívají vždy alespoň čtyři interpreti, díky čemuž je každý koncert unikátním zážitkem. Kdy a kde: v pondělí 24. listopadu od 19 hod., Divadlo Stará střelnice v Hranicích. Vstupenky zakoupíte v CK Bonton na Masarykově náměstí v Hranicích nebo online: <https://kultura-hranice.cz/akce/petr-hapka-recital/>

Vím, že víš, že vím

Skvělá komedie líčící zdánlivě jednotvárný život jedné italské rodiny. Manžel se většinu času věnuje práci a sledování fotbalových zápasů. Jednoho dne zjistí, že jeho rodina byla omylem sledována a filmována soukromým detektivem místo sousedky známého politika. To ho velmi pobaví a vše vypráví své ženě. Ta se ale zdá být značně znepokojena. Proč asi? Hrají: Simona Stašová, Michal Dlouhý, Andrea Daňková/Isabella Rossini, Vasil Fridrich/Petr Vančura. Kdy a kde: 19. listopadu od 19 hod., Mohel-

nické kulturní a sportovní centrum. Vstupné od 690 do 750 Kč zakoupíte zde: <https://www.mks-mohelnice.cz/akce/10208-vim-ze-vis-ze-vim-uw7w>

Olomoucké Vánoce

Ano, ač se to nezdá, Vánoce se kvapem blíží. Tradiční vánoční trhy na olomouckém Horním a Dolním náměstí a také na Tržnici začínají 21. listopadu, jak jinak než slavnostním rozsvícením vánočního stromu, a potrvají do 23. prosince. Užít si můžete dřevěné městečko se stánky a bohatou nabídkou dárkových předmětů a řemeslných výrobků, anebo jen tak zajít na punč, sejít se s přáteli, zaposlouchat se do koncertu a nechat se na chvíli okouzlit vánoční atmosférou. Chybět nebude vánoční kolotoč pro nejmenší, vyhlídkové kolo a ledové kluziště na Tržnici. Bližší informace o programu a provozní době všech atrakcí zde: <https://www.vanocnitrhy.eu/>

VÝLETY

Když květiny promlouvají



Body artistka Radka Kunovská představuje v rodných Hranicích výstavu, která propojuje malbu na tělo s řeckými mýty a květinovou symbolikou. Soubor velkoformátových fotografií vznikl ve spolupráci s floristkou Klárou Chrastinovou (Lara dekor). Vernisáž se koná ve středu 5. listopadu od 17 hod. v Galerii Severní křídlo zámku. Výstava bude k vidění až do 8. ledna a navštívit ji můžete během provozní doby Městského úřadu Hranice. Vstup je zdarma.

Podzim na hradě Bouzov



Romantický hrad založený na přelomu 13. a 14. století vás zve na speciální Zimní prohlídkovou trasu. Její součástí je stará kancelář, schodištní hala, Alžbětino křídlo, podsebití, kapitulní síň, rytířský sál, lovecká síň, služební jídelna, kuchyně, II. nádvoří, kaple a zbrojnice. Hrad je přístupný po celý listopad od pondělí do neděle. Základní vstupné

280 Kč, snížené 220 Kč. V sobotu 29. 11. se na hradě konají také speciální Adventní prohlídky, na které je nutná rezervace předem. Základní vstupné 340 Kč, snížené 270 Kč. Harmonogram listopadových prohlídek najdete na webových stránkách hradu nebo volejte na tel.: +420 775 888 960.

Židé v Šumperku, Lošticích a Úsově



Výstava, která se soustředí na připomenutí historie židovských komunit na Šumpersku. Představí

nejdůležitější svátky a ceremoniální předměty a vůbec poprvé umožní návštěvníkům spatřit řadu judaik, která zapůjčilo Židovské muzeum v Praze. Vystaven bude vzácný originál kresleného plánu židovské čtvrti v Lošticích z roku 1727, jenž byl letos zapsán do mezinárodního registru Paměti světa UNESCO. Vernisáž se uskuteční ve čtvrtek 6. listopadu v 17 hod. v Hollarově galerii Šumperk, výstavu můžete vidět až do 8. února, od úterý do neděle od 9 do 12 hod. a od 12.30 do 17 hod. Plné vstupné 50 Kč, snížené 30 Kč.

Domácí zabíjačkové hody v Horce nad Moravou

Tip pro gurmány: prdelačka, ovar, škvarky, jitrnice, bouřka, hanácký talíř (brambor, bystročické zelí, jelítkový a jitrnicový prejt) nebo pajšlová omáčka, sádlo, škvarky, maso z kotle s čerstvým nastrohaným křenem a chlebem. Tak co si dáte? Na hody můžete vyrazit do kempu Pádlo v Horce nad Moravou 22. listopadu, akce probíhá od 11 do 18 hod.

Prostor myšlenkám



Výstava olomouckého malíře Pavla Šubčíka. Autor pracuje převážně s akrylem na plátně a suchým pastelem. Věnuje se krajinomalbě, přičemž nejde o ztvárnění přesné reality, ale spíše o vyjádření odrazu

a dojmu daného místa. V jeho práci je cítit vliv impresionismu. Výstavu můžete navštívit do 22. listopadu v Galerii Rubikon Olomouc na třídě 1. máje, od pondělí do pátku vždy od 9 do 13 a od 13.30 do 18 hod., v sobotu od 9 do 12 hod.

Svatý Martin na hradě Šternberk



Slavnostní prohlídky, při kterých vás hradem provedou průvodci oblečení v historických kostýmech. Ve svém výkladu se zaměří nejen na historii hradu, ale především na legendu o svatém Martinovi. Stranou nezůstanou ani svatí, se kterými se můžeme setkat v adventním čase, tedy sv. Barbora, sv. Lucie, sv. Mikuláš a další. Prohlídky končí v Liechtensteinské kuchyni, kde pro vás budou v rámci vstupného připraveny ochutnávky martinských rohlíčků. Kdy: 8. a 9. listopadu od 10 do 15 hod. Vstupné 240/190/70 Kč.

Předvánoční rukodělné trhy



Nabízí jedinečný výběr handmade výrobků. Najdete zde krásné vánoční ozdoby, ručně zdobené svíčky, originální šperky, keramiku, dřevěné hračky, pletené a háčkované výrobky, vitráže, autorské oblečení i kvalit-

ní kosmetiku. Součástí prodejní výstavy jsou i ukázky řemesel, výtvarné dílny a workshopy, kde si můžete vyzkoušet zdobení baněk či ozdob. Kdy a kde: v sobotu 15. listopadu od 9 do 19 hod., pavilon A, Výstaviště Flora Olomouc. Základní vstupné je 100 Kč, snížené 80 Kč.

Adventní slavnosti na zámku Všechnovice



Přijďte si užít vánoční atmosféru na zámek Všechnovice. Připravují pro vás oblíbený dárečkový stromeček, koncert talentovaných žáků a prodejní vánoční jarmark s mnoha krásnými ručními výrobky. Kdy: 15.–16. listopadu od 14 do 17 hod. Chybět nebude ani teplý svařák a bohaté občerstvení. 29. listopadu od 17 do 23 hod. se pak na zámku koná slavnostní Rozsvěcování. Užijete si svařák a posezení s příjemnou hudbou, která zaručí krásný večer.

Vánoční trhy Javorník

Městské kulturní středisko Javorník zve na slavnostní rozsvícení vánočního stromu ve městě a tradiční adventní trhy. Akce se koná 23. listopadu od 13 hod. na náměstí Svobody. Rozsvícení vánočního stromu proběhne v 17 hod. Součástí bude také kulturní program, kdy v 15 hod. vystoupí děti z MŠ Míru a MŠ Polská a následovat bude koncert hudební skupiny RK Band s vystoupením Vánoční příběh.

AKCE S DĚTMI

Strašidelné prohlídky a Dušičky na zámku



Přijďte se trochu bát na zámek v Čechách pod Kosířem. Na 1. listopadový večer jsou připraveny večerní kostýmované prohlídky, při kterých je možné potkat různé přízraky a bloudící duše, které nenacházejí klid. Pozor, je lehké je urazit nebo rozzlobit... Prohlídky se konají od 17 do 22 hod. Během soboty a neděle, 1. a 2. listopadu od 9 do 16 hod., se pak konají klasické prohlídky zámeckých expozic, dušičková stezka parkem, tematická výzdoba zámeckých interiérů, dílničky, fotopoint, prodej a zdobení perníčků. Rezervace vstupného na obě akce předem nutná – na tel. 773 784 110 nebo e-mailem rezervacecpk@vmo.cz. Děti do 6 let mají vstupné zdarma.

Strašidelné odpoledne

Přijďte si užít strašidelnou zábavu, na programu je stezka odvahy, hudba k tanci i poslechu a samozřejmě chutné občerstvení. Lampióny a teplé oblečení s sebou, masky vítány! Kdy a kde: 1. listopadu od 16 do 22 hod. v areálu zahrádkářů Bedihošť. Vstupné děti 20 Kč, dospělí 50 Kč.

Svět kostek



Vezměte svá vnoučata na výstavu LEGO® modelů na Výstaviště Flora Olomouc. V sobotu je výstava přístupná od 9 do 18 hod., v neděli od 9 do 17 hod. Obdivovat můžete miliony kostek celosvětově známé stavebnice LEGO® a LEGO DUPLO® na hraní a také seskládané do stovek unikátních i obřích staveb a modelů. Podstatná část oblíbené výstavy bude interaktivní, připraveny pro vás budou interaktivní modely. K dispozici budou také obchody se stavebnicemi a speciálními LEGO® dílky a doplňky ze zahraničí. Vstupné zakoupené předem online činí 170/150 Kč, děti od 3 do 15 let zaplatí 120 Kč. Kdy: 1.–2. listopadu. Vstupné je možné koupit i na místě: 210/180/150 Kč.

Helena Zmatlíková – ilustrace



Výstava představí tvorbu této populární ilustrátorky s důrazem na ilustrace knih Ludvíka Aškenazyho. Vernisáž se uskuteční v pátek 7. listopadu v 10 hod. v Galerii mladých Vlastivědného muzea v Šumperku a doprovodí ji vystoupení žáků ZUŠ Šumperk, kteří budou číst z knih Ludvíka Aškenazyho, výstava je totiž součástí 21. ročníku literárního a filmového festivalu Město čte knihu. Na ilustraci

Heleny Zmatlíkové se můžete přijít podívat až do 8. února, vždy od úterý do neděle od 9 do 12 hod. a od 12:30 do 17 hod. Vstupné 30 Kč.

Halloween v Hranicích



Přijďte s dětmi oslavit Halloween v sobotu 8. listopadu od 15 hod. na Loděnici v Hranicích, Trávnícká 508, na břehu řeky Bečvy. Čeká vás bohatý program pro děti, stezka odvahy i opékání špekáčků. Vstup je zdarma.

Malé oči – filmový festival pro děti



Vezměte děti, rodinu a vyrazte na 12. ročník dětského filmového festivalu Malé oči. Letošní téma CO RODINA, TO PŘÍBĚH se propíše celým festivalem, výběrem filmů i doprovodným programem (festival je určený pro děti už od 3 let i starší od 10 let). Do festivalu Malé oči se zapojují kina po celé České republice a každé přináší svůj unikátní festivalový příběh. Najděte si ten váš: Kino Retro Zábřeh = 8. 11., Kino Metro 70 Prostějov = 28. až 29. 11., Kino Metropol Olomouc = 30. 11.

Nejvíce škod napáchali kormoráni. Chovatelé dostali miliónové náhrady



Stát prostřednictvím Olomouckého kraje loni vyplatil chovatelům hospodářských zvířat, rybářům či vlastníkům dřevin náhrady škod způsobených především zvláště chráněnými živočichy ve výši 10 miliónů korun. Největší problémy působí kormoráni, vydry a bobři.

„Na chovných rybnících způsobil kormorán škody ve výši 5,6 miliónu korun. Tuto částku kraj chovatelům také proplatil,“ uvedla Irena Blažková, náměstkyně hejtmana Olomouckého kraje pro oblast životního prostředí. Přestože kormorán není zařazen mezi zvláště chráněné dru-

hy, příslušná legislativa jej zmiňuje a lze i v jeho případě žádat o náhradu způsobené škody.

Výrazné škody napáchala také vydra říční. Zůstala za ní spoušť za 3,7 miliónu korun. Naproti tomu bobr evropský je v tomto srovnání výrazně úspornější – škody po něm dosáhly 124 tisíc korun.

„Pokud jde o vlka, v jeho případě jsme loni propláceli chovatelům prokázané ztráty ve výši 576 tisíc korun,“ doplnila náměstkyně Blažková.

Mezi zvláště chráněné živočichy patří vlci, vydry a bobři a nesmí se tedy střílet. V případě kormoránů přichází v úvahu pouze odpuzování pomocí plašičů.

(okr)

INZERCE

Za pět let zmizelo z prostějovských ulic přes 300 autovraků

Za posledních pět let se městu podařilo odstranit více než 300 autovraků, které dlouhodobě zabíraly parkovací místa, kazily vzhled veřejného prostoru a v některých případech představovaly i bezpečnostní riziko.

Za tímto výsledkem stojí především spolupráce městské policie a odboru správy a údržby majetku města. Strážníci okrskové služby pravidelně monitorují jednotlivé lokality a vyhledávají problematická vozidla. Odbor následně zajišťuje organizační i technické kroky potřebné k jejich odstranění.

Většina případů se podařila vyřešit už po výzvě vlastníkům – mnozí své vozy sami odstranili. V jiných případech však muselo město přistoupit k odtahu. Spolupráce majitelů je



různá – někteří reagují okamžitě, jiní své povinnosti ignorují.

V současnosti se ve městě nachází zhruba desítka problematických

vozidel, která spadají do kategorie vraků. Jejich odstranění je ale složité – proces často brzdí zdlouhavá legislativa, prověřování technického stavu vozidel i komplikace při dohledávání majitelů, zejména pokud jde o nepojištěná auta, vozy v dědickém řízení, cizince nebo osoby s trvalým pobytem mimo Prostějov.

Cílem města je i nadále udržet počet autovraků na minimální úrovni. Díky pravidelnému dohledu a systematické práci městské policie a odboru správy a údržby majetku města bude Prostějov pokračovat v odstraňování nepojízdných vozidel, aby veřejný prostor zůstal bezpečný a esteticky kvalitní.

Mgr. Jiří Pospíšil,
náměstek primátora pro
oblast komunálních služeb

Léčebný ústav v Pasece získal důležité ocenění

Odborný léčebný ústav v Pasece, jehož zřizovatelem je Olomoucký kraj, obdržel ocenění Kvalitní a bezpečná nemocnice 2025. Právě v tomto zdravotnickém zařízení navíc aktuálně probíhá důležitá krajská investice za zhruba 200 miliónů korun.

„Ocenění patří veškerému personálu, který v Pasece o pacienty pečuje. Je to hlavně jejich zásluha a mě moc těší, že právě krajem spravované zařízení takto důležité ocenění získalo,“ dodal Vladimír Lichnovský, náměstek hejtmána Olomouckého kraje pro oblast zdravotnictví.

Ocenění každoročně uděluje výbor konference pořádaný Českou společností pro akreditaci ve zdravotnictví.

Olomoucký kraj v současné době staví v paseckém ústavu nový pavilon. Náklady přesáhnou 206 miliónů korun, hotový bude příští rok v září.



Výrazné modernizace se dočká také pracoviště, které se nachází v Moravském Berouně. Čtyřpodlažní bu-

dova se změní v zařízení odpovídající nejnovějším standardům zdravotní péče. Z krajského rozpočtu na to bude uvolněno 119 miliónů korun.

(okr)

Žádné tajnosti. Veřejnost uvidí všechno, stejně jako krajszí zastupitelé

Olomoucký kraj spustil novou webovou aplikaci Předlohy. Díky ní se lidé jednodušeji než dosud dostanou k materiálům, které bude projednávat krajské zastupitelstvo. A to ještě

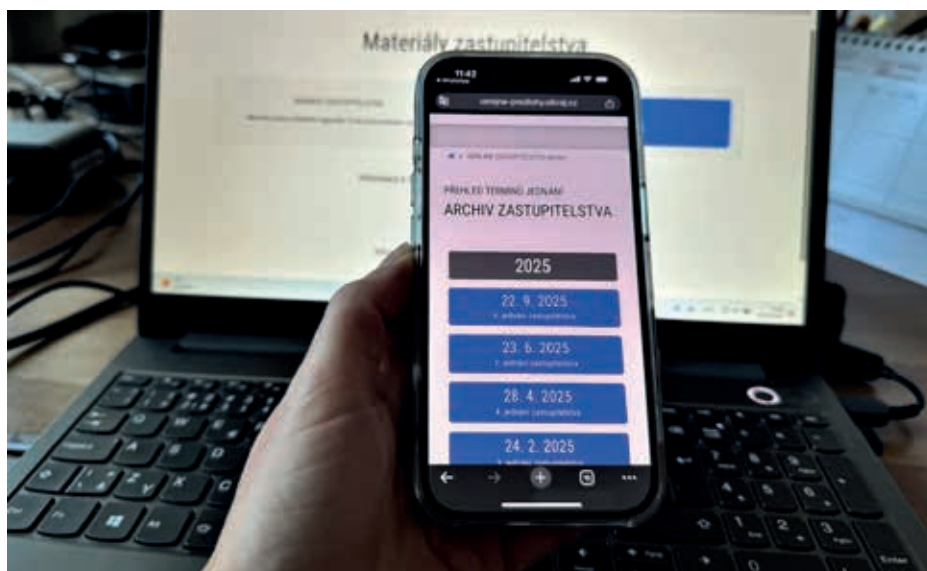
předtím, než zastupitelé stačí zasednout do hlasovacích lavic.

„Funguje to i naopak – zpětně si veřejnost může všechny materiály stáhnout z archivu. Olomoucký kraj

je jedním z mála hejtmanství, která lidem takto snadný přístup k zastupitelským materiálům nabízí,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

Aplikace přístupná z webu <https://verejne-predlohy.olkraj.cz/> začala fungovat 1. října. Další zasedání zastupitelstva se uskuteční 8. prosince, ale už 25. listopadu budou všechny předlohy pro jednání na uvedeném odkazu dostupné. Aktuálně hejtmanství do aplikace nahrálo usnesení zastupitelstev do 22. září zpětně. „Kraj bude webovou aplikaci dále rozvíjet a podle zájmu veřejnosti postupně přidávat i nové funkce – například pokročilé možnosti sumarizace obsahu materiálů v Předlohách,“ dodal hejtmán Okleštěk.

(okr)



Vzpomínáte na Meotar a Flexaret? Nově budou k vidění v muzeu



Přerovská firma Meopta, která se zabývá výrobou optických přístrojů, předala své historické sbírky tamnímu muzeu Komenského. To následně darované předměty zpřístupní lidem. Ještě předtím jim poskytne náležitou péči. Plně si ji zaslouží, protože mnoho exponátů vrátí návštěvníky

do časů jejich mládí, kdy se zápisy ve škole promítaly přes Meotar a fotografie zvětšovaly v temné komoře.

„Celkem jde zhruba o 1 300 předmětů, mezi kterými jsou i kdysi populární fotoaparáty Flexaret. Muzeum Komenského v Přerově tak získá do svého majetku často unikátní přístroje. Firmě Meopta, která je muzejníkům darovala, patří obrovské poděkování,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

Hejtmanství patří mezi zřizovatele vlastivědných muzeí a pravidelně investuje do rozšíření jejich sbírek. Milionové investice míří i do budov, kde jsou sbírky opečovávány a pak formou expozic představeny veřejnosti.

„Sbírka má obrovský dokumentační, vědecký i prezentační potenciál. Budeme pokračovat ve spolupráci s odborníky z Meopty na evidenci, katalogizaci, dalším doplňování

o dosud ještě nezastoupené sbírkové předměty. Zároveň společně připravíme nejlepší způsoby prezentace, aby atraktivní předměty byly co nejvíce zpřístupněny veřejnosti,“ uvedl kurátor muzejních sbírek přerovského muzea Petr Sehnálek.

Olomoucký kraj letos navýšil dotace do oblasti kultury, kam patří právě i muzejnictví, zhruba o deset procent. Aktuálně například pokračují práce na budově takzvané Robotárny v Šumperku, kterou si po dokončení převezme šumperské vlastivědné muzeum.

„Krajská muzea patří k nejoblíbenějším cílům turistů i dalších návštěvníků regionu. Na tomto fenoménu se teď bude díky svému daru podílet i přerovská Meopta,“ dodala Monika Hryzbilová, náměstkyně hejtmana Olomouckého kraje pro oblast kultury.

Poděkování lidem se srdcem na dlani

Žít se srdcem na dlani je hezké nejen pro člověka, který to dokáže, ale hlavně pro lidi v jeho okolí. Olomoucký kraj každoročně dobrosrdečné pracovníky v sociálních službách oceňuje a čerstvě tak učinil v úterý 30. září během předávání krajských cen.

„Kraj obdržel celkem 38 nominací na udělení Cen pro lidi se srdcem na dlani. Moc rád bych všem lidem, kteří v sociálních službách pracují, poděkoval. Ocenění si letos odneslo dohromady sedm jednotlivců a jedna organizace,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

O výsledcích rozhodovala porota a lidé mohli prostřednictvím webu cenykraje.cz vybírat cenu veřejnosti, kterou letos získal Jiří Jambor. Ačkoliv sám trpí spinální svalovou atrofií

a veškerou svou činnost vykonává pomocí úst, hlasu nebo dechu, je výjimečným IT odborníkem, který už osmým rokem pomáhá stovkám lidí s různými typy postižení po celé republice. Prostřednictvím webu se do ankety zapojilo celkem patnáct set hlasujících.

„Kromě Jiřího Jambora si letošní Ceny pro lidi se srdcem na dlani odnáší také Wanda Batalová, Petr Nosálek, Lenka Milatová, Jana Kubíková, Miroslava Vaňková a Pavla Matyášová. V kategorii poskytovatelů sociálních služeb zvítězila Armáda spásy,“ doplnil Martin Škurek, náměstek hejtmana Olomouckého kraje pro sociální oblast.

Hejtmanství letos navýšilo dotace do sociálních služeb zhruba o deset



procent. Kraj je mimo jiné i zřizovatelem většiny domovů pro seniory a domovů pro osoby se zdravotním postižením, kam už zaměřily stamiliónové investice. Přispívá také na provoz dětských a mateřských center nebo organizací, které pečují o lidi s hendikepem.

(okr)

Jesenická nemocnice má i díky kraji nový mamograf. Čekání na razítko od státu skončilo



Ženy na severu Olomouckého kraje snad už brzy dostanou šanci nechat se vyšetřit na mamografu přímo v Jeseníku. Také díky iniciativě hejtmanství už tento užitečný přístroj v tamní nemocnici mají. Do pondělí 29. září se čekalo už jen na to, až nové pracoviště schválí ministerstvo zdravotnictví, které příslušnou žádost obdrželo před několika měsíci.

„Krajský úřad schválil rozšíření mamografického pracoviště v Jeseníku už na začátku července. Hned druhý den odešla žádost na Ministerstvo zdravotnictví. Po dvou a půl měsících čekání ministerstvo konečně rozhodlo, takže lékaři budou moci začít s přístrojem vyšetřovat,“ uvedl Ladislav Okleštěk, hejtmán Olomouckého kraje.

O zřízení mamografického pracoviště usilovalo hejtmanství dlouhodobě. Nemocnice AGEL Prostějov zřídila v jesenické nemocnici detašované mamografické pracoviště, které vybavila novým moderním přístrojem. Díky tomu se tak výrazně rozšíří nabídka lékařských služeb. Dosud musí ženy z Jesenicka dojíždět na vyšetření do Šumperka nebo až do Olomouce.

„Souhlas ministerstva je pro nás zásadním milníkem. Umožňuje nám nyní jednat se zdravotními pojišťovnami o nasmlouvání preventivní mamografické péče, což byl krok, který jsme dosud bez oficiálního povolení podniknout nemohli. Po technické i personální stránce je pracoviště už připravené, proto věříme,

že proces smluvního zajištění proběhne rychle a že se ženy dočkají vyšetření co nejdříve, nejpozději od začátku nového roku,“ přibližuje Jiří Ševčík, předseda představenstva společnosti AGEL Středomoravská nemocniční.

„Mamograf byl do jesenické nemocnice instalovaný v červnu. Vlakem musí ženy na vyšetření do fakultní nemocnice v Olomouci dojíždět někdy až tři hodiny. I proto bylo velmi důležité, aby stát provoz detašovaného mamografického pracoviště v Jeseníku co nejdříve povolil, dočkali jsme se až nyní, ale aspoň že tak,“ dodal Vladimír Lichnovský, náměstek hejtmána Olomouckého kraje pro oblast zdravotnictví.

(okr)

Senior klub v Příkazích slaví významné jubileum, od založení v roce 1985 uběhlo čtyřicet let



Letošní rok je pro Senior klub v Příkazích velice významný – jubilejní, čtyřicátý. U vzniku klubu v roce 1985 stál pan Boleslav Vaca. Střední schůzky měly úspěch a konaly se zpočátku téměř každý týden.

Od roku 2006 vede klub paní Miroslava Davidová. Schůzky se v klubovně Rolnické záložny nyní pořádají jedenkrát za čtrnáct dnů. V průběhu let se uskutečnilo mnoho nezapomenutelných akcí. Nechyběly besedy s lékaři, herci, sportovci, cestovateli, s Policií ČR nebo dobrovolnými hasiči. Pravidelně na pozvání přichází pan starosta, aby informoval o dění v obci. Spolupráce s Obecním úřadem je oboustran-

ná, senioři rádi podávají pomocnou ruku.

Nejvýznamnější akcí klubu je Seniorský ples

Klub také využívá nabídky Krajské rady seniorů - rekreace v hotelu MAS v Sezimově Ústí nebo hotelu v Brdech. Oblíbené jsou jednodenní zájezdy, návštěvy divadelních představení i exkurze Olomoucí. Oblíbené je letní grilování na zahradě jednoho člena.

Největší každoroční akcí je Seniorský ples pořádaný ve velkém sále Rolnické záložny. Sjíždějí se na něj senioři z celého okresu, zájem je veliký. Letos byl jedenadvacátý ročník. Členky klubu pravidelně

cvičí v tělocvičně základní školy a připravují taneční vystoupení právě pro naše seniorské plesy.

Nelze opomenout sponzorskou a charitativní činnost. Každý rok je pořádaná sbírka pro Nadaci profesora Vejdovského, důležitý byl například příspěvek na nemocnici paní Diny Štěrbové v Himálajích nebo pomoc při povodních v Litovli, nezapomíná se na oslavy Dne dětí v Příkazích. Počet členů klubu se stále pohybuje kolem padesáti. Zbývá jen všem popřát hodně elánu a hlavně zdraví do dalších let!

Za seniorklub Příkazy
Pavla Ziembová,
Zdeněk Mikolajczyk

Sloupek Krajské rady seniorů

Jestli vás, milí senioři, něco hodně baví, pak jsou to výlety a rekondiční pobyty plné zážitků a dobrodružství, které pro vás Krajská rada seniorů s láskou připravuje.

V minulém měsíci jsme vypravili celkem tři plné autobusy – Nízké Tatry, Brdy a Sezimovo Ústí. Taky jsme uspořádali krásný zájezd do Vídně a Bratislavy s Červeným Kameňem. Děkujeme za záplavu pochvalných esemesek, e-mailů i osobních poděkování, které nám opravdu dělají radost a inspirovaly nás, abychom vám připravili nabídku pro příští rok. Zde máte malou ochutnávku 2026 s odjezdem z Olomouce. Velmi oblíbený MAS Sezimovo Ústí od 1. 3.–6. 3. 2026 (cena 7990 Kč) 22. 7.–27. 7. 2026 (8290 Kč) a třetí termín 30. 10.–4. 11. 2026 (8290 Kč) čeká vždy fantastický po-

byt, skvělá strava, super program, procedury, výlety s jedinečným delegátem a spousta zážitků. Spálené Poříčí hotel Brdy – nabízíme dva termíny: 8. 3.–14. 3. 2026 (8500 Kč) a 23. 8.–29. 8. 2026 (9400 Kč). Do Krkonoš – Velká Úpa pojedeme také v termínu od 22. 6.–28. 6. 2026 (8900).

V naší nabídce samozřejmě nemůže chybět fantastický zážitkový pobyt v Nízkých Tatrách – letní termín s raftováním na Hronu od 10. 7.–15. 7. 2026 (9500 Kč) a podzimní od 25. 9.–30. 9. 2026 (9500 Kč). A také máme skvělou zprávu pro milovníky táborové školy v přírodě pro seniory, Čekyně 2026 je naplánovaná na první polovinu června a již teď si můžete rezervovat místo. V dubnu zopakujeme výlet do Vídně s profesionální průvodkyní a odpolední talkshow na

ambasádě s Jožou Kolářem a hostem Miroslavem Donutílem. Kompletní nabídku i ve spolupráci s CK Senior Travel najdete na našich webových stránkách www.krsol.cz, případně si můžete zavolat na tel. 732 208 050 nebo 774 345 670.

Výhodou cestování s KRS je jistota, že zaplatíte a v případě vážného důvodu či nemoci vám vrátíme celou částku bez storna. Pravidlem je, že se sejde vždy skvělá parta, sbaleno má super náladu a frčíme na zážitkovou terapii. Kdo váhá, navštivte náš Facebook a podívejte se na příspěvky a videa, která vám nejlépe přiblíží skvělou atmosféru, kterou zažijete právě s Krajskou radou seniorů Olomouckého kraje. Na všechny účastníky našich zájezdů se moc těšíme.

Milena Hesová

Skutečné kriminální příběhy nejen z Moravy

Hanácký pitaval III



KNIŽNÍ
NOVINKA

Volné pokračování oblíbených publikací **Hanácký pitaval I & II** a **Olomoucký pitaval** přináší sedmadvacet poučných, často dramatických příběhů z dějin zločinu a trestu. Olomoucký bohemista a historik **Jiří Fiala** se širším kolektivem autorů zpracoval další historická i novodobá témata z hanáckého regionu - z Olomouce, Litovle, Přerova, Prostějova, avšak také s přesahem do dalších moravských krajů, Vídně, Říma nebo dokonce do exotických končin. Tým autorů obohatil autobiografickým příběhem skladatel, písničkář a ikona sametové revoluce **Jaroslav Hutka**. Obrazový doprovod opět poskytl světově uznávaný fotograf **Jindřich Štreit**, který tentokrát navíc přispěl osobní vzpomínkou.

Nová kniha skutečných příběhů z kriminální historie Moravy
www.memoriaporta.cz

S Jendou ruku v ruce: Požádejte o superdávku on-line

Od října 2025 se v systému státní sociální pomoci uplatňuje zásadní novinka – tzv. **superdávka**. Ministerstvo práce a sociálních věcí tímto krokem sjednotilo čtyři dosavadní dávky do jedné, s cílem zjednodušit administrativu, zpřehlednit celý systém a lépe cílit pomoc tam, kde je skutečně potřeba.

Jednodušěji a přehledněji

Superdávka nahrazuje přídavek na dítě, příspěvek na bydlení, příspěvek na živobytí a doplatek na bydlení. Místo čtyř různých žádostí teď stačí podat jednu. Nejrychlejší a nejpohodlnější cestou je elektronické podání přes Klientskou zónu Jenda, která umožňuje nejen podat žádost, ale také sledovat její stav, doplňovat dokumenty a komunikovat s úřadem.

Pokud nemáte přístup k internetu nebo preferujete osobní návštěvu, zůstává i nadále možnost podat žádost přímo na kterékoli pobočce Úřadu práce. MPSV v souvislosti se zavedením superdávky dočasně rozšířilo úřední hodiny poboček Úřadu práce.

Nezmeškejte termín

Žádosti o superdávku je možné podávat od 1. října 2025. Pro ty, kteří už některou z původních dávek pobírají, je důležité, (pokud chtějí, aby jim nárok na aktuálně vyplácené dávky mohl za stejných podmínek pokračovat i v prvních měsících roku 2026), podat novou žádost **nejpozději do 31. prosince 2025**. Podpora jim pak bude pokračovat i v roce 2026. První výplaty superdávky proběhnou v květnu 2026, zpětně za duben.

Co je potřeba doložit

K žádosti je nutné doložit:

- platný doklad totožnosti (v případě osobní návštěvy pobočky ÚP) a rodná čísla všech členů domácnosti
- souhlasy jednotlivých zletilých členů domácnosti s pokračováním řízení (vzor je k dispozici na webu MPSV)
- u členů domácnosti, kteří jsou OSVČ, uhrazené sociální a zdravotní pojištění, příjmy ze zaměstnání a SVČ si úřad zjistí sám
- právní titul k užívání bydlení (např. nájemní smlouvu), vlastnictví nemovitosti není třeba dokládat
- doklady o uhrazených nákladech na bydlení za poslední tři měsíce,
- potvrzení o studiu u studujících členů domácnosti nad 15 let do 26 let,



- dále se prohlašuje orientační výše průměrného měsíčního příjmu celé domácnosti (všech členů domácnosti dohromady), počet vlastněných nemovitostí k bydlení, počet vlastněných osobních automobilů, přibližnou výši finančních úspor všech členů domácnosti (dohromady za všechny bankovní účty i v hotovosti)

Co superdávka obsahuje

Superdávka se skládá ze čtyř částí, které se posuzují automaticky na základě jedné žádosti. První částí je složka na živobytí, která pomáhá zajistit základní životní potřeby. Druhou je složka na bydlení, která zohledňuje náklady spojené s udržení bydlení. Třetí složkou je bonus na dítě určený rodinám s nezaopatřenými dětmi. Čtvrtou částí je pracovní bonus. Ten má být motivací k pracovní aktivitě a je základním kamenem superdávky. Obecnou podmínkou nároku na dávku je totiž pracovní aktivita, tedy výkon zaměstnání nebo evidence na úřadu práce. Výjimku tvoří tzv. zranitelné osoby, což jsou například senioři, osoby se zdravotním postižením nebo samoživitelé s malými dětmi, kteří mohou podporu získat i bez splnění podmínky pracovní aktivity.

(pv)

Přijďte na koncert do Arcibiskupského paláce

Letošní 2. ročník cyklu koncertů realizovaných pod shrnujícím titulem „Krása v tónech zakletá“ pokračuje v úterý **11. listopadu t. r. v 18 hodin** v prostorách slavnostní dvorany Arcibiskupského paláce. Hosty koncertu bude přední české komorní těleso **Smetanovo trio (Jan Páleníček, Jitka Čechová, Markéta Janoušková)**. Základní vstupné je 150 Kč, pro seniory 120 Kč. Vstupenky lze zakoupit elektronicky na stránkách Arcibiskupského paláce i před koncertem na pokladně infocentra v Arcibiskupském paláci.



PaedDr. Dušan Kříž (15. 12. 1930 – †14.10.2025)

Motto:

*lyže jsou nástrojem,
na něž se dá zahrát
vášnivá i tklivá melodie života*

Rozhovor se spoluzakladatelem profesionální Horské služby v Jeseníkách Dušanem Křížem v říjnovém vydání Moravského seniora byl, bohužel, rozhovorem posledním. V polovině října totiž čtyřicetiletý sportovec a pedagog náhle zemřel.

Hory měl v krvi, pohyb v srdci a lyže snad i místo nohou. Dušan Kříž byl muž, který celý život dokazoval, že sport není jen disciplína, ale životní postoj – a že odhodlání, poctivost a radost z pohybu se dají žít naplno v každém věku.

Rodák z Olomouce patřil v padesátých letech k dobrovolným členům horské služby, později jedním z iniciátorů a spoluzakladatelem profesionální Horské služby v Jeseníkách. Hory pro něj nebyly jen kulisou, ale domovem, kde se potkával s přírodou, přátelstvím i pokorou. Pomáhal zachraňovat, učil druhé bezpečnosti i úctě k horám – a přitom nikdy neztratil nadhled



ani humor, který ho provázel až do posledních let.

Po studiích spojil svůj profesní život s Pedagogickou fakultou Univerzity Palackého v Olomouci, kde působil jako tělocvikář a pedagog. Byl typem učitele, na kterého se nezapomíná – přísný, když bylo třeba, ale vždy spravedlivý a lidský. Mnozí jeho studenti dodnes vzpomínají na cvičení, která byla spíš školou života než jen tělocvikem.

Dušan Kříž stál také u zrodu myšlenky na samostatnou Fakultu tělesné kultury a sportu v Olomouci – instituce, která dnes nese jeho otisk v hodnotách i přístupu ke sportu.

Sám byl výborným cvičitelem a trenérem v lyžování, národním

trenérem juniorů a kadetů, který vychoval řadu talentovaných sportovců. Nehonil se za medailemi, ale za tím, aby mladí pochopili krásu pohybu, férovost soutěžení a pokoru vůči přírodě i soupeři.

Dušan Kříž byl muž činu, slova i srdce. Dokázal nadchnout, poradit, i v pravý čas mlčet. Jeho život byl naplněn pohybem – a ten pohyb po sobě zanechal i v nás, kteří jsme měli to štěstí ho znát.

Před několika dny jsme ho mohli ve čtyřicetiletých letech potkat ještě na Pradědu na oslavách 90 let Horské služby, na kterou se moc těšil. Setkal se po dlouhé době s kolegy-kamarády, které několik desetiletí neviděl. S velkým bolem jsme však přijali zprávu o jeho nenadálém skonu. Dušan prožil život neskutečně dlouhý, do poslední chvíle akční a maximálně naplněný. Mezi kolegy a kamarády si ho užil do poslední chvíle.

Odešel člověk, který věděl, že nejdůležitější cesta není ta na vrchol, ale ta, po které jdeme s čistým svědomím a radostí z každého kroku.

Čest jeho památce.

Jaromír Navrátil

Moravská filharmonie Olomouc spolu s Leonou Machálkovou připravuje benefiční koncert na podporu Hospice na Svatém Kopečku

Moravská filharmonie Olomouc ve spolupráci se zpěvačkou Leonou Machálkovou připravuje mimořádný benefiční koncert, který se uskuteční v sobotu 15. listopadu 2025 od 19 hodin v sále Reduty v Olomouci. Výjimečný večer propojí hudební zážitek s charitativním rozměrem – výtěžek koncertu bude věnován Hospici na Svatém Kopečku, který poskytuje odbornou a lidsky citlivou péči nevyléčitelně nemocným i jejich rodinám.

Leona Machálková, známá především z hlavních rolí v muzikálech *Jesus Christ Superstar*, *Evita* či *Les*

Misérables, zazpívá své nejnámější písně i oblíbené muzikálové melodie. Na koncertě vystoupí se svou kapelou a zároveň za doprovodu Moravské filharmonie Olomouc, která jejím písním dodá jedinečný symfonický rozměr.

Přijďte si poslechnout hity Leony a známé muzikálové písně v jejím podání. Koupí vstupenky zároveň podpoříte výtěžek, jež bude věnován na odlehčovací službu hospice.

„Tento koncert vnímáme nejen jako hudební událost, ale především jako gesto solidarity a podpory lidem, kteří

ji potřebují. Jsme rádi, že prostřednictvím hudby můžeme pomáhat,“ uvedli zástupci Moravské filharmonie Olomouc.

Zakoupením vstupenky na Benefiční koncert Leony Machálkové a Moravské filharmonie Olomouc se návštěvníci stanou součástí dobré věci – výtěžek poputuje na odlehčovací službu Hospice na Svatém Kopečku. Předprodej vstupenek probíhá on-line na <https://www.webticket.cz/akce/74201>, v pokladně MDMF a taky v Informačním centru Olomouc.

(mdo)



**filmový
klub
seniorů**

**PROGRAM 2025
LISTOPAD
90,-**

ST	5. 11.	14.00	POMOC NEVIDITELNÝCH	Č
PÁ	7. 11.	10.00	FRANZ	T
PO	10. 11.	14.00	PANSTVÍ DOWNTON: VELKÉ FINÁLE	T
ST	19. 11.	14.00	SLYŠÍŠ ME?	T
PÁ	21. 11.	10.00	JEDNA BITVA ZA DRUHOU	T
PO	24. 11.	14.00	VELKÁ ODVÁŽNÁ NÁDHERNÁ CESTA	Č

Č – ČESKY
T – TITULKY

D – DABING
O – ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA

KINO METROPOL

**Leona
Machálková**



**Moravská
filharmonie
Olomouc**

**15. 11. 2025
od 19. hod**

sál Reduta,
Moravská filharmonie
Olomouc

Benefiční koncert

s výtěžkem pro Hospic na Svatém Kopečku v Olomouci

ⓘ Předprodej vstupenek na www.mfo.cz, v pokladně MDMF nebo v Informačním centru Olomouc.



Moravská filharmonie Olomouc



JAKES



TESCOSW

24point

MAKRO



Jak ošetřit drobná poranění

K drobným rankám a úrazům můžeme přijít běžně, ať už doma, v zaměstnání, při práci na zahradě nebo kdekoli jinde. Proto je dobré vědět, jak je ošetřit. Pokud máte doma dobře vybavenou lékárničku a znáte základní postupy, s drobnými poraněními si hravě poradíte.

Mezi lehká poranění patří zasažení kůže menšího rozsahu – různé oděrky, malé řezné nebo tržné rány, puchýře, praskliny, lehké popáleniny 1. a 2. stupně (ne větší než dlaň). Nejčastěji k nim dochází při vaření, práci s náradím, při pádu nebo zakopnutí. I když se mohou zdát banální, je důležité je správně ošetřit, aby se předešlo infekci a podpořilo rychlé hojení.

Krok za krokem

- Umytí ruce – před ošetřením si umyjte ruce vodou a mýdlem, případně použijte dezinfekční gel.
- Vyčistit ránu – odstraňte nečistoty a ránu opláchněte vodou. Poté ošetřete dezinfekcí.
- Zastavit krvácení – lehce přitlačte sterilní gázu. Většinou krvácení ustane během pár minut. Existují i přípravky, které podporují zástavu krve a zároveň ránu zklidňují a hydratují.
- Krytí rány – čistou ránu zakryjte. Použít lze náplast, sterilní polštář-

šek s obvazem nebo modernější varianty (voděodolné, transparentní, s nanovláknem či tekutou náplastí). Výběr závisí na tom, kde se rána nachází a jak moc vás omezuje v pohybu.

- Odstranění krytí – pokud chcete náplast sejmut, šetrně a bezbolestně, pomůže odstraňovač náplastí ve spreji. Hodí se zejména pro děti nebo pro citlivou pokožku.
- Pravidelná kontrola – sledujte stav rány. Pokud se objeví zarudnutí, hnis, silná bolest nebo teplota, vyhledejte lékaře. Po zahojení je dobré ránu promazávat, aby jizva byla co nejméně viditelná. Pravidelná péče zároveň zlepšuje elasticitu pokožky a snižuje riziko opětovného poranění.

Jak na popáleniny

Malé povrchové popáleniny 1. a 2. stupně se projevují zarudnutím, otokem, bolestí a někdy puchý-

ři. Postižené místo hned zchladte pod tekoucí vodou (8–12 °C) po několik minut, klidně přerušovavě. Pokud není voda k dispozici, lze použít speciální sprej na popáleniny, který kůži ochladí, hydratuje a podpoří její zahojení. Nikdy nepropichujte puchýře a na ránu nepokládejte masť ani máslo – zpomalily by hojení a mohly způsobit infekci. V případě většího rozsahu, silné bolesti nebo popálení v oblasti obličeje a kloubů je vždy nutné vyhledat lékaře.

Správná první pomoc u drobných poranění je jednoduchá a může výrazně urychlit hojení i předejít komplikacím. Stačí mít po ruce základní pomůcky, vědět, jak postupovat, a ránu pravidelně kontrolovat. Pamatujte, že i malé poranění může být nebezpečné, pokud se zanedbá. Péče o drobné ranky a popáleniny je proto nejen otázkou pohodlí, ale i prevence vážnějších zdravotních potíží.

(kab)

Nový web využívá umělé inteligence a pomáhá chránit občany před kyberšmejdý



Kyberšmejdi nikdy nespí!

Proto jsem tady a radím ti 24/7!

www.panprokoukl.cz

Olomoucký kraj ve spolupráci s Krajským ředitelstvím policie Olomouckého kraje a E-bezpečím dnes oficiálně spouští novou webovou stránku www.panprokoukl.cz, která za využití umělé inteligence pomáhá v osvětě před tzv. kyberšmejdý.

„Kybernetická kriminalita je jedním z nejrychleji rostoucích bezpečnostních problémů současnosti. Obzvláště zranitelní jsou senioři, děti a lidé s nižší digitální gramotností. Proto jsme se rozhodli vytvořit přehledný a srozumitelný web, který pomůže lidem rozpoznat rizika a bránit se jim,“ uvedl Martin Škurek, náměstek hejtmana pro sociální věci a záležitosti seniorů.

Webová stránka nabízí pomocníka v podobě chatbota pana Prokoukla (nástroj umělé inteligence), kterého lze nepřetržitě využít jako rychlý zdroj informací v případech, že se ocitnete ve svízelné situaci. Dále nabízí rychlé zanalyzování přijatého textu v e-mailu, v SMS nebo v aplikaci WhatsApp, poskytuje informace o aktuálních podvodných praktikách a nabízí užitečné rady, videa a policejní případy, které pomohou lépe porozumět nejčastějším formám podvodů.

„Podvodníci dnes cílí opravdu na každého z nás a jejich metody jsou čím dál sofistikovanější. V každodenním boji s touto trestnou činností si více než kdy předtím uvědomujeme, jak důležitá je v tomhle ohledu včasná osvěta a informovanost. Proto spouštíme web pana Prokoukla, který pružně reaguje na nové typy podvodů a díky přidruženému chatbotovi nabízí lidem nepřetržitě pomoc s vyhodnocováním nekalých praktik podvodníků. Věřím, že se webová stránka dostane do povědomí co nejširší veřejnosti a přispěje ke snížení počtu obětí kybernetické kriminality,“ doplnil Tomáš Landsfeld, ředitel Krajského ředitelství policie Olomouckého kraje.

Web, který je součástí osvětové kampaně „Prokoukl to! A ty?“ podpořené ze státní dotace programu prevence kriminality, je dostupný zdarma a bez registrace.

Jiřina Vybíhalová,
koordinátorka prevence
Policie ČR

KVÍZ MORAVSKÉHO SENIORA



ZVLÁDÁTE JEDNODUCHOU MATEMATIKU?

1 Sečtete $34567 + 34567$. Který je správný výsledek?

- ☐ A) 68934
☐ B) 69234
☐ C) 69123
☐ D) 69134

2 Můj otec měl 31 let, když jsem měl já 8. Teď je dvakrát tak starý jako já. Kolik je mi let?

- ☐ A) 44
☐ B) 23
☐ C) 24
☐ D) 25

3 Které z následujících čísel je beze zbytku dělitelné 15?

- ☐ A) 1515
☐ B) 1615
☐ C) 1715
☐ D) 1915

4 Které z těchto čísel je prvočíslo?

- ☐ A) 9
☐ B) 27
☐ C) 63
☐ D) 71

5 Když vynásobíte 34×55 , jaké vám vyjde číslo?

- ☐ A) dělitelné 6
☐ B) dělitelné 5
☐ C) prvočíslo
☐ D) dělitelné 4

6 Když víme, že čítec zlomku je 8 a chceme, aby se zlomek rovnal 2, jaké číslo musíme dosadit do jmenovatele?

- ☐ A) 16
☐ B) 2
☐ C) 4
☐ D) 8

7 Na oslavě je 16 lidí a každý s každým si při připsání cinkne sklenicí. Kolik ťuknutí se celkem ozve?

- ☐ A) 240
☐ B) 160
☐ C) 140
☐ D) 120

8 Máte o 320 jablek více, než má váš kamarád hrušek. Jeho sestra pak přinesla o 220 více pomerančů, než vy máte jablek. Tím jste všichni celkem shromáždili 1250 kusů ovoce. Kolik má kamarád hrušek?

- ☐ A) 30
☐ B) 130
☐ C) 230
☐ D) 330

Odpovězte na kvízové otázky a soutěžte o věcné ceny.
 Řešení posílejte do 20. 11. 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:

Máte všeobecný přehled?: 1B, 2C, 3D, 4C, 5B, 6A, 7C, 8B

Výherci: 1. Hedvika Šolcová, Bohuňovice; 2. Svatopluk Zatloukal, Čechy pod Kosířem; 3. Hana Samková, Blížkovice.

Co se sýrem? Cokoliv

Brokolicová polévka s ementálem

Ingredience

1 kg brokolice
1 l zeleninového vývaru
200 ml smetany na vaření
2 brambory
2 stroužky česneku
200 g sýra (nejlépe ementál)
sůl, pepř, sladká paprika

Postup

Brokolici si nakrájejte na menší kousky a vařte v jednom litru osoleného zeleninového vývaru na mírném ohni zhruba půl hodiny, a to i s rozkrájenými bramborami. Poté vše v hrnci rozmixujte a přidejte nastrouhaný ementál, rozdrčený česnek a opět krátce povařte. Dochutěte solí, pepřem, paprikou. Na závěr přidejte smetanu, zamíchejte a odstavte z plamene. Polévku ještě můžete ozdobit krátce povařenými mrkvovými nudličkami. Podávejte s orestovanou houskou nakrájenou na kostičky..

Špenátový salát s opečeným kozím sýrem

Ingredience

250 g špenátu
50 ml olivového oleje
2 lžice medu
1 citron
pepř
sůl
sušená rajčata
100 g vlašských ořechů
250 g kozího sýra

Postup

Zálivka je jednoduchá, med smíchejte se šťávou z 1 citronu a s olivovým olejem. Promíchejte a osolte, opepřete. Špenátové listy, pokud možno mladé, smíchejte se zálivkou a doplňte na malé kousky nakrájenými sušenými rajčaty a orestovanými ořechy. Pak vše promíchejte. Kozí sýr nakrájený na plátky tlusté cca 1 cm dejte na dvě až tři minuty do trouby rozehráté na 140 °C. Opečený jej pak podávejte na větším talíři společně se salátem.

Zapékaný lín se sýrem niva

Ingredience

1 kg filet z lína (nebo kapra, candáta, štiky)
150 g hladké mouky
3 vejce
200 g sýra niva
sůl
250 ml slunečnicového oleje
1 lžice másla
1 citron

Postup

Filety z lína mírně osolte, obalte v hladké mouce a rozšlehaném vejci. Na pánvi rozpálené na 120 °C osmahněte filety na slunečnicovém oleji z obou stran po dvou minutách. Pak je opatrně vyjměte a vložte je do máslem vymaštěného pekáče a posypejte nastrouhanou nivou. Nezakrývejte. Bez další manipulace zapečte při teplotě 160 °C po dobu dvaceti minut. Sýr se zapeče a rybu pak vyjmete vcelku bez nebezpečí, že se vám rozpadne. Jen počítejte s tím, že niva je velmi slaná, proto na začátku přípravy rybu raději solte méně než více. Podávejte s restovanou zeleninou nebo vařeným bramborem. Rybu nezapomeňte pokapat šťávou z citronu – ale až na talíři.



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



**Karel Ličman, 79 let,
Bruntál**

Největší radost mám z toho, že se mi podařilo s manželkou prožít šťastný život a těšili jsme se z narození dětí.

Vždycky se těším na pěkné počasí a pobyt na zahradě. Ale taky na návštěvy vnuků a všech rodinných příslušníků.



**Anna Kolarisová, 91 let,
Bruntál**

Největší mou radostí bylo narození mé dcery, vnoučat a praprapravnuka Marečka.

Těším se z každé návštěvy, která za mnou přijde.



**Marie Školoudová, 85 let,
Bruntál**

Mou největší radostí jsou dva synové a šťastně prožitý život s manželem. Radost mi dělala i má práce poštovní spojovatelky, protože jsem byla pořád v kontaktu s lidmi.

Těším se na všechny svátky, protože si mě děti berou k sobě.



**Marie Backová, 79 let,
Široká Niva**

Největší radost jsem měla, když se mi narodily moje dcery. Ale také když jsem si mohla splnit svůj velký sen – projet se na koni.

Nejvíc se těším na to, když můžu chodit do denního stacionáře, já to tam mám ráda, a ráda tam chodím.

Muž 70/176/78 hledá hodnou štíhlou ženu na všechno. Jsem stále plně aktivní, mám auto a domeček. Domácí kutil – neřeším vzdálenost do 100 km. Pozdější sestěhování k tobě nebo ke mně je možné. Můžeme se i navštěvovat. Svoje představy probereme na 737 193 411.

Důchodce filatelista hledá kolegu nebo kolegyni stejného zájmu. Scházíme se každou první neděli v měsíci v klubu důchodců v Pavelčákové ulici v Olomouci. Bližší informace na tel. 608 832 819 po 19. hod.

Lze ještě najít fajn seniora – spolehlivého parťáka, věk tak 65–73 let, nekuřáka se smyslem pro humor i do nepohody, motoristu s autem, co ještě rád provozuje autoturistiku po ČR, cestování i do ciziny k moři, občas kulturu popř. taneček? Pohodová žena 69/175 z Olomouce. Nejlépe Olomouc s předměstím v dosahu MHD. NE – daleké dojíždění, ani sestěhování. SMS na 702 352 165.

Dobrý den, ráda bych našla kamaráda, nejlíp z Olomouce. Je mi 49 let, jsem v invalidním důchodu s určitým zdravotním omezením, proto hledám někoho spíš staršího. Děkuji za odpověď na mail: seznameni102@seznam.cz

Jsem vdova, mám 76 roků, štíhlé postavy, moje koníčky jsou vaření, procházky, ráda si zatančím. Prostějov a okolí. Volejte na číslo 737 057 318. Budu se těšit na odpověď.

Muž 73 let, rád se seznámím se ženou ze Šumperka i okolí, ale není problém i z větší dálky. Přijedu kamkoli – hromadnou dopravou, láska nezná mezí. Mám rád rock and roll a kochání přírodou. Mám velké srdce a smysl pro humor. Pokud jsem tě zaujal, zavolej na tel. 730 617 786.

Nekuřák 70/180/80, pejsek, vlastní zázemí, zahrádka, auto, osamělý, domácí typ, občas kolo. Hledám partnerku, vážný vztah, soužití. Vzájemný respekt. Nehledám kuchařku ani uklízečku. Jsem ze Zlína. Tel. 724 034 409.

Ráda poznám aktivního muže z Olomouce, seniora, který by měl zájem o občasně výlety, procházky a posezení. Jsem také seniorka, mladšího vzhledu. Už té samoty mám dost. Jsem tady sama. Rodina bydlí každý jinde. Těším se na odpověď. Telefon 720 395 013

Žena, 168/85/70 ráda pozná muže k vážnému seznámení, spolehlivého bez lži a bez rodiny s vlastním záze-
mím. Nehledám ani přítele ani milence. Nekouřím, nepiju, domácnost zastanu. Ráda pracuji na zahrádce, takže bych uvítala muže, co žije sám v domku a je na vše sám. Já bydlím v bytě. Finančně jsem soběstačná. Telefon 604 646 937

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.

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!

Vážení 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 nahlasejte policii!





Zelený pomocník pro zdraví i pohodu

Rozmarýn je jednou z nejznámějších a nejoblíbenějších bylinek, která má své pevné místo jak v kuchyni, tak v lidovém léčitelství i moderní fytoterapii (bylinkářství). Pochází ze Středomoří, kde roste na slunných a suchých svazích. Vždy byl ceněn pro svou výraznou chuť a vůni, ale také pro širokou škálu léčivých účinků. Jeho jméno pochází z latinského *ros marinus*, což se překládá jako mořská rosa. Už tento poetický název naznačuje, že rozmarýn je bylinka spojovaná s čistotou, svěžestí a dlouhověkostí.

PĚSTOVÁNÍ

Rozmarýn je stálezelený polokeř s tuhými, úzkými listy připomínajícími jehličí. Má drobné světle modré až fialové květy, které lákají včely a další opylovače. Rostlina může dorůst zhruba metru a půl. Miluje slunce, suchou a dobře propustnou půdu, nesnáší naopak přemokření a mráz. U nás se často pěstuje v květináčích, kvůli snadnějšímu přenesení dovnitř na zimu. V teplejších oblastech však může růst i venku, kde tvoří krásné, voňavé keře.

VYUŽITÍ

Rozmarýn je v gastronomii ceněn pro svou intenzivní, lehce pryskyřičnou chuť, která může připomínat borovici a citron. Je nepostradatelnou součástí středomořské kuchyně, kde se používá k ochucení masa, bram-

bor, zeleniny, ryb i omáček. Skvěle se hodí k pečenému kuřeti, jehněčímu nebo vepřovému masu, ale i do různých marinád a na grilování. Díky své silné chuti se používá spíše střídmě, ale dokáže pokrmu dodat výraznou vůni a podpořit trávení. Často se přidává také do bylinkových směsí, například do proslulých provensálských bylinek. Využívá se čerstvý i sušený, přičemž čerstvé lístky mají o něco jemnější chuť.

ÚČINKY

Rozmarýn má dlouhou tradici v přírodní medicíně. Už ve středověku se používal k posílení paměti a k povzbuzení mysli. Obsahuje éterické oleje, flavonoidy, třísloviny a další bioaktivní látky, které přispívají k jeho léčivým vlastnostem. Působí jako antioxidant, podporuje krevní

oběh a trávení, zmírňuje nadýmání a křeče. U lidí s vysokým krevním tlakem nebo epilepsií je však lepší užívat jej s rozvahou. Rozmarýnový čaj se doporučuje při únavě, bolestech hlavy nebo nízkém krevním tlaku. Zevně se využívá při revmatických bolestech, svalových křečích a problémech s klouby – často ve formě koupelí či mastí. V aromaterapii je rozmarýnový olej oblíbený pro své povzbuzující účinky, zlepšuje koncentraci a dodává energii. Dříve se také věřilo, že rozmarýn chrání proti zlým duchům a nemocem. Dodnes je považován za rostlinu, která přináší radost, vitalitu a dlouhý život. Kromě kuchyně a léčitelství se používá i v kosmetice a farmacii. Tato nenápadná středomořská bylinka zůstává právem oblíbenou po celá staletí.

V míru se připravte...

POMŮCKA: AVENA, PPR, VICTORIN, ZMOL	JASNÝ METEOR	ZPĚVOHRA	1. DÍL TAJENKY	ULTRA- FIALOVÝ ANGL. ZKR.	NĚMEC		PĚT PÍSNĚ	PŮLOVÁ NOTA	ČISTIT HADREM	LITÍM VYTVÁŘETI		PRAŽSKÁ STAVEBNÍ OBNOVA ZKR.	INICIÁLY FOTBA- LISTY PANENKY	KOUPENÉ VĚCI	ÚŘEDNÍ VÝNOS
PRÉMIE						JÁMA ZASTAR.					OSLOVENÍ MUŽE				
SLEZSKÉ OKRESNÍ MĚSTO						NÁPOJE ŠACHOVÝ VELMISTR MICHAEL ???					RYCHLÝ PRŮBĚH ZKRESLENÝ VJEM				
KRÁL ZVÍŘAT				STÍNIDLO ÚTVAR PRVOHOR									INIC. HER. ISSOVÉ 2. DÍL TAJENKY		
STÁT NA BLÍZKÉM VÝCHODĚ					DĚTSKÝ ZÁSYP INIC. SPIS. SEIFERTA						VADA DŘEVA DO DNEŠNÍ- HO DNE				
DUCHOVNÍ VŮDCE TIBETU										UCHAZEČ					
	ZNAČKA ZVUKO- TECHNIKY	ZÁKRSEK KNIŽNĚ STARŠÍ SKAUT				ČIN NĚMECKY				TŘÁSNOVÝ SMETÁK				LITERÁRNÍ FORMA	POZDĚJI
ROUBENÁ CHATA					EGYPTSKÝ BŮH SLUNCE						TĚLOCVIČNÝ PRVEK				
ROZMLUVA											DROBNÁ ŽENSKÁ OZDŮBKA				
OVES LATINSKY											OPAK LYRIKA				
KŘÍK SLOVEN.				SEKNOUT	CHEMICKÝ PRVEK KOV ZN. RH						STŘEDNÍ RODINNÁ ŠKOLA ZKR.				TĚSTO, VE KTERÉM PROBÍHÁ KVAŠENÍ
VÍDEŇSKÝ ZABAVNÍ PARK												ARMÁDNÍ TĚLOV. KLUB PODBRADEK			
	ČESKÝ BÁJNÝ KNÍŽE	ETYL- ALKOHOL TÝKAJÍCÍ SE IONTŮ				VEŘEJNÉ DOPORU- ČOVÁNÍ (VÝROBKŮ)	SERIÁLOVÁ ZDRAVOTNÍ SESTŘIČKA	INFOR- MAČNÍ SYSTÉM ZKR.	VZNEŠE- NOST		UKRAJIN- SKÉ MĚSTO IN. MALÍŘE RUBENSE				
KANADSKÝ PRŮLIV										NEŠIKA EXPRES.					
BIBLICKÝ STAVITEL ARCHY				ZN. AUTOM. SVÍČEK INIC. KLAVÍR. MALÁSKA						TEXTILNÍ TOVÁRNA SPZ PRAHY					
CHEMICKÁ ZNAČKA INDIA			DROBNÝ SAVEC AFRICKÝ ČÁP					ŠLECHTIC- KÝ TITUL OVOCE NĚMECKY						GAL	PRODEJCE NÁBYTKU
PODNĚT						JM. ZÁVOD. OLSENA ČISTICÍ PROSTŘ.					TROPICKÉ OVOCE INIC. SPIS. ANDERSENA				
VRÁCENÍ MÍČE VYSOKÝM OBLOUKEM				SHAKESPEA- RŮV HRDINA ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA							CITOSLOVCE MEČENÍ SLOV. PŘED- LOŽKA VE				
ZNAČKA NÁKLAD- NÍCH AUT					KRÁLOVNA KRÁSY					KRÁTKÝ ČAS					
ŘÍDIT					BOLÁK V ÚSTECH					SRDEČNICE					

Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky posílejte do 17. 11. 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. **Řešení z minulého čísla:** „Válka – snadné ji začít, ale nesnadné skončit.“ **Výherci z minulého čísla:** 1. Vilemína Čizmařová, Šternberk; 2. Hana Dřímlová, Vrbátky; 3. Svatopluk Gela, Přerov.



OČNÍ KLINIKA TANA

odbornost, špičkové vybavení, úcta k pacientům



OD ZAŘÍKÁVADEL AŽ PO LASERY A ROBOTY. TAKOVOU CESTOU SI PROŠLO OČNÍ LÉKAŘSTVÍ NAPŘÍČ HISTORIÍ

Na této stránce už jsme využili znalostí odborníků z olomoucké oční kliniky Tana mimo jiné k tomu, abychom si představili historický vývoj operací šedého zákalu, nebo třeba slunečních brýlí. Tentokrát se zaměříme na to, jak se vyvíjela sama oftalmologie jakožto specializovaný lékařský obor.

VŠE ZAČÍNÁ PŘED TŘEMI TISÍCILETÍMI

První doložené zmínky o léčbě očních onemocnění jsou staré více jak tři tisíce let. Jedná se o egyptské papyry popisující recepty na různé oční masti a obklady. Ty měly být doplněny magickými rituály a zaříkávadly, neboť lékařství, lidové léčitelství a magie splyvaly ve starověkých společnostech do jednoho celku.

Další historické poznatky, jak napravovat problémy spjaté se zrakem, pochází z Mezopotámie a Indie. Za průkopníka starověkého očního lékařství je považován indický učenec Sušruta, který v 6. století před naším letopočtem představil postup, jak částečně léčit šedý zákal pomocí reklinace čočky. Při tomto zásahu se čočka pomocí jehly uvolní a posune do vnitřního prostoru oka. Tato v mnoha směrech problematická a riziková metoda se využívala dokonce až do 18. století.

Učenci ve starověkém Řecku zformulovali mnoho správných poznatků o fungování lidského zraku na základě spekulací a odhadů. Proslulý římský lékař Galén už byl nejen teoretikem, ale také zkušeným chirurgem. Pokusil se například o odvážnou inovativní metodu odstranění šedého zákalu, ale ta nakonec skončila neúspěchem.

STŘEDOVĚKU DOMINUJE ARABSKÁ VĚDA

Ve středověku přicházeli s nejdůležitějšími objevy arabsky píšící učenci. Ti totiž převzali řecko-římskou vědu, dále ji rozvíjeli a také ji propojili s poznatky perského, indického či čínského původu. Hunajn ibn Ishák v 9. století napsal vůbec první arabskou učebnici oftalmologie, která se stala základním textem na středověkých univerzitách. S velkou přesností v ní popisuje anatomii lidského oka a jeho různá onemocnění.

Hasan ibn al-Hajtham, v Evropě známý jako Alhazen, položil základy moderní optiky tím, že správně popsal princip fungování očních čoček a lidského vidění. Při té příležitosti vyvrátil některé mylné představy o zraku, které se zachovaly z antického období.

Ve středověké Evropě se lékařská věda rozvíjela pomaleji než na Blízkém východě, ale se založením prvních univerzit

v 11. století, docházelo k její postupné institucionalizaci. Zásadním evropským vynálezem se staly brýle, které se objevily na přelomu 13. a 14. století v Itálii.

NOVOVĚK PŘINÁŠÍ TECHNOLOGICKÉ INOVACE

V novověké éře se centrum pokroku opětovně přesunulo do rozvíjející se Evropy. Zásadní revoluci představoval vynález mikroskopu v 17. století. Díky němu bylo možné zkoumat jemné struktury oka a lépe chápat procesy způsobující jeho poškození. O století později se objevily první specializované oční kliniky a oftalmologie se začala formovat jako samostatný obor.

Roku 1851 vlivný německý vědec Hermann von Helmholtz sestrojil první oftalmoskop umožňující detailní vyšetření sítnice. Tato inovace proměnila diagnostiku a umožnila rozpoznávat choroby jako je zelený zákal (glaukom). To spolu s rozvojem chirurgických metod způsobilo, že se oční lékařství definitivně zařadilo mezi moderní medicínské obory.

STÁLE LEPŠÍ TECHNICKÉ VYBAVENÍ ZNAMENÁ VĚTŠÍ BEZPEČÍ

V průběhu 20. století se oftalmologie rozvíjela mimořádně prudkým tempem. Roku 1905 provedl vídeňský rodák Eduard Konrád Zirm v Olomouci vůbec první úspěšnou transplantaci rohovky na světě. Po 2. světové válce se začala pozvolna prosazovat metoda operace šedého zákalu pomocí umělé nitrooční čočky. Zákrok byl zprvu rizikový, ale díky technickým inovacím nakonec pravděpodobnost komplikací klesla na minimum. Zásadní roli hrál také rozvoj laserů od 70. let. Ten umožnil napravovat pacientům zrak bez nutnosti nosit brýle či kontaktní čočky.

Oftalmologie udělala velký pokrok i za posledních pětadvacet let. Nové robotické technologie umožňují stále přesnější a bezpečnější operace. Zatímco ve středověku se obor neměnil celá staletí, dnes se musí lékaři neustále vzdělávat, aby udrželi krok s aktuálními poznatky. Přesně tak to děláme i na klinice Tana, abychom pacientům mohli nabízet tu nejlepší péči.

www.tanaocniklinika.cz

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

ANEKDOTY PRO VÁS

Do taxíku nastoupí nahá dívka a jako-
by nic oznámí, že chce odvézt. Řidič
se cestou neustále ohlíží.

„Neviděl jste nikdy nahou ženskou?“

„Ale jo, jen mě zajímá, odkud při pla-
cení vytáhnete peněženku,“ pozname-
ná taxikář.

Dvě kamarádky
se baví při opeře. Starý
pán vedle nich se ošívá, až
se konečně ozve: „Prosím vás,
dívky... Já nic neslyším!“
Dívka ho okřikne: „Taky vám
do toho nic není!“

„Nezapomeň na
dobré vychování,“ při-
pomíná dceři odcházející
na diskotéku starostlivá
matka.

„Neboj mami, žádné
přece nemám.“

„Jak hodláš strávit do-
volenou?“ „Ještě nevím.
Můj vedoucí mi určí, kdy
můžu jet a moje žena
zase kam mám jet.“

„Neměl bys kouřit, vždyť
chodíš teprve do páté třídy!“
napomíná otec synka.
„Ale tati, tys jednou omylem
prozradil, že jsi taky začal v páté.“
„Jo, ale to už mi bylo patnáct!“

Pan Novák na-
vštívil s rodinou Bul-
harsko. Na jednom zvláště
hezkém místě vyryl do skály:
„Byl jsem zde se svou ženou, je
zde krásně.“ Příští rok tam přijela
paní Nováková sama. Do skály
pod původní nápis připsala:
„Letos je tu mnohem
krásněji.“

Radila se s nejlepší kamarádkou
adeptka na vdávání: „Tak ti mě
požádali o ruku dokonce dva ná-
padníci, bankéř a doktor. Jenže
nevím, kterého si vzít.“
Kamarádka se zamyslí a pak
říká: „To se musíš rozhodnout.
Peníze, nebo život?“