

moravský senior[®]

Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 04/2019

zdarma!



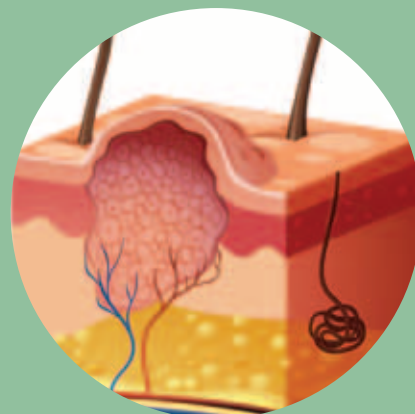
Senioři a internet? Nejsme na tom tak špatně



Jan Strnadl:
Život s motokárami



Z přírody:
Názvy bylinek



Zdravotní rádce:
Bradavice – veruky



MÁME
BARVY
PRO VAŠE SNY!

FGP[®]
STUDIO
T I S K Á R N A

FGP studio, Táboritů 1 | tel.: +420 585 119 109 | objednavky@fgp.cz | www.fgp.cz

Magazín **Moravský Senior** pro vás tiskne tiskárna **FGP studio**, rodinná firma již s 28letou tradicí.

Naší prioritou je být stále na špičce, proto nejen že používáme nejmodernější vybavení, ale také se soustředíme na široké spektrum technologií. Díky tomu vám můžeme nabídnout opravdu velké množství tiskovin a jejich následné zušlechťování.

OBSAH

ROZHOVOR: JAN STRNADL

strany 4–8



TÉMA: ACH, TY POČÍTAČE A INTERNETY... strany 10–11

AKCE NA DUBEN strany 12–17

Z PŘÍRODY: NÁZVY BYLINEK strany 28–29



KŘÍŽOVKA

strana 35

ÚVODNÍ SLOVO



Všeobecné klišé říká, že starší generace si nerozumí s technickými vymoženostmi moderní doby a je kvůli tomu pro smích mladým lidem. V novém čísle magazínu se zamýšlíme nad tím, jak se senioři umějí stavět k počítačům, chytrým telefonům, wifinám a sociálním sítím. Je to jako se vším – kdo chce, naučí se. Kdo nechce, hledá výmluvy, proč to nejde. A rozhodně to podle mě není tak špatné, jak se říká. Proč si to myslím? Jednak vidím, kolik starších lidí v okolí si s těmito technologiemi krásně tyká. A pak také usuzuji podle návštěvnosti webové verze Moravského seniora. Každý měsíc ji čtou desítky tisíc lidí, a to už přece není zanedbatelné číslo. Hezký duben.

Miloslav Kyjevský,
vydavatel a šéfredaktor

Magazín Moravský senior finančně podpořili:



Statutární město Olomouc



Olomoucký kraj

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

Vydavatel: Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc, IČO: 03339769, Registrováno pod číslem MK ČR E 21702, vychází desetkrát ročně / **Tisk:** Miloslav Kyjevský – FGP studio, Táboritů 237/1, Bělidla, 779 00 Olomouc / **Šéfredaktor:** Miloslav Kyjevský, e-mail: redakce@moravskysenior.cz / **Koordinátorka, distribuce, inzerce:** Vendula Boudníková, e-mail: office@moravskysenior.cz, tel.: 725 190 555

Korektury: Blanka Peřinová, e-mail: blanka.perinova@fgp.cz / **Distribuci zajišťuje:** GEIS – zákaznické centrum, tel.: 951 277 777, www.baliky.cz
Náklad tohoto čísla je 25 000 ks. Datum vydání: 2. 4. 2019. Redakční uzávěrka příštího čísla: 18. 4. 2019. Foto: VLM (pokud není uvedeno jinak).
ZDARMA

JAN STRNADL: BYL JSEM U VRCHO

Člověk, kterého vám chceme představit dnes, zasvětil část svého života novinářině a motokárář. Byl u toho, když se v osmdesátých letech minulého století do Olomouce sjela evropská špička a zaplněný Spartakiádní stadion s napětím sledoval závody, jaké do té doby východní blok neviděl. Jan Strnadel nám přiblížil své vzpomínky v následujících poutavých větách.

Motorismus má v Olomouckém kraji a v Olomouci zvlášť bohatou tradici. Z historie víme, že první motoristický podnik byl uspořádán „Středomoravským klubem automobilistů a motocyklistů v Olomouci“ (SKAM) v roce 1924 na trati Příkazy – Křelov. Je přirozené, že v době, kdy automobil byl svým způsobem ještě kuriozitou, nemohly být výsledky senzací. O dva roky později pořádá „SKAM“ – tj. tentýž klub, co uspořádal první závod Křelov-Příkazy – motocyklový závod do strmého vrchu ze Samotišek na Svatý Kopeček. V následujícím roce se zde již jede přes Droždín závod automobilů, na který navázal závod motocyklů Kopecký okruh, který tvořila spojnice silnic ze Samotišek do Droždína, tam asi po 150 metrech hned zase doleva do stoupání mezi domy směrem na Kopeček, nevyjíždělo se však na Kopeček, ale jelo se rovně zpět do Samotišek.

Dalším okruhem, kde se jezdily automobilové závody, byl tzv. Olomoucký trojúhelník, kde start byl na dnešní

Rolsberské ulici směrem na Přerov, v Holici se zabočilo doleva na Hamerskou a dál až ke křižovatce dnešního kruhového objezdu u Peugeotu a vracelo se po Lipenské do Olomouce na křižovatku k divadlu a znovu doleva na Rolsberskou. V Olomouci se také jezdila na nově postaveném Spartakiádním stadionu klasická krátká plochá dráha. Byly to desítky závodů, pořádané tehdejšími svazarmovskými organizacemi, samozřejmě s různými variantami a přestávkami. Rozdíl byl pouze v úrovni, která byla odvislá od stupně rozvoje motorismu u nás.

Historický rok 1960 – první závody motokár v Olomouci

V roce 1960 dochází v motoristickém sportu na Olomoucku k rozšíření nové činnosti. V tomto roce vidí olomoucká veřejnost poprvé o přestávce plochodrážních závodů na Spartakiádním stadionu nové závodní stroje – motokáry. Výrobci – učni Dopravního podniku tehdy jistě netušili, že zahájí novou etapu motoristické činnosti nejen v Olomouci, ale i v celém okrese. Pak následovala dlouholetá činnost propagačních jízd jak na Spartakiádním stadionu, tak ve Smetanových sadech, než se veřejnost dočkala opravdových závodů motokár. První závody se jely v letech 1961 – 1965 v ulicích města. Potom byla od roku 1966 – 1972 přestávka. Po úspěšném závodě v Nových Hodolanech byl uspořádán v roce 1973 na 1. května další závod a v Olomouci se opět rozburácely motory motokár. Ne však v ulicích města, ale již na tehdejším Spartakiádním stadionu – na dnešních prostorách treninkového fotbalového hřiště a areálu Androva stadionu. V tomto roce se také do Olomouce stěhuje Středisko motokár Severomoravského kraje.

Od roku 1973 pak začala také Olomouc psát významnou historii motokárového sportu nejen u nás, ale i v Evropě a to prostřednictvím AMK SIGMA. Nutno podotknout, že pořádání takového mezinárodního motoristického závodu by nebylo možné bez velké podpory tehdejšího generálního ředitele VHJ SIGMA Josefa Cahela a samozřejmě stranických a státních orgánů města a okresu Olomouc. Prostě taková byla tehdy doba a pokud někdo chtěl pořádat takovéto mezinárodní sportovní akce, musel se přizpůsobit.

Ale hlavní osobou a osobností od počátků motokárového sportu v Olomouci, kterou nemůžeme opomenout a která byla u zrodu motokárového sportu v Olomouci, byl bývalý motokárový jezdec a ředitel motokárových závodů GP Sigma Zdeněk Šebesta. Díky jeho praktickým



Novinář – Československý sport – 1971

LŮ MOTOKÁROVÉHO SPORTU

zkušenostem motokárového závodníka a jeho organizačním a manažerským schopnostem, byl položený základ téměř 30ti leté tradice motokár v Olomouci. Je třeba si uvědomit, že se to bylo v době socialismu a tvrdého totalitního režimu.

Po postavení Spartakiádního stadionu, který měl širokou oválnou dráhu, se na tomto stadionu v 60tých letech jezdila v Olomouci klasická plochá dráha. Pískový povrch oválu a všechny ostatní komunikace areálu stadionu byly časem nahrazeny živící a v roce 1974 uspořádal AMK SIGMA první motokárový závod mistrovství ČSSR v Olomouci.

Motokárové závody se předtím jezdily na různých místech republiky, ale tratě byly postaveny vždy někde na náměstích, nebo v ulicích měst. V Olomouci se 1. května 1973 poprvé jezdilo na uzavřeném okruhu, dráha byla dostatečně široká, rychlá, bezpečná a pro diváky velmi přehledná a atraktivní.

Od tohoto data potom každým rokem na 1. května pořádá AMK SIGMA v Olomouci mezinárodní motokárové závody GRAND PRIX SIGMA za účasti jezdců jak ze zemí tehdejšího socialistického tábora, tak i z tehdejší západní Evropy. Že pořadatelé mohli zvát k nám i závodníky tehdejší západní kapitalistické Evropy nebylo jen tak. Tyto závody byly vždy součástí programu oslav 1. máje v Olomouci a jak naši jezdci, tak hlavně členové pořadatelského sboru museli jít povinně na 1. května do prvomájového průvodu a máváním pozdravit stranické představitele města a okresu, kteří přihlíželi na hlavní tribuně. Je třeba říci, že jak sportovní, tak pořadatelská a společenská úroveň závodů v Olomouci každým rokem stoupala a o Olomouci se v motokárové Evropě začalo mluvit s uznáním a respektem. Odměnou olomouckým pořadatelům za jejich nezměrnou obětavou práci, konanou ve svém volném čase, o sobotách a nedělích bylo přidělení pořadatelsví Mistrovství Evropy pro rok 1980.

Pro motokárový sport nejen v Olomouci, ale i pro celé tehdejší Československo byl rok 1980 významný, protože na tento rok připadalo 20. výročí organizovaného motokárového sportu v Československu a Olomouci bylo přiděleno uspořádat v tomto roce Mistrovství Evropy motokár třídy C-125 a A-100. Třída C-125 ccm byly vodou chlazené motory s klasickou převodovkou – řazení rychlostí řadící pákou, kdežto třída A-100 byly motory o objemu 100 ccm bez převodovky a měly jen dva pedály – brzdu a plyn. U této třídy se proto nestartovalo klasicky z klidu, jako u třídy C-125 ccm, ale protože motokáry neměly převodovku, tak se startovalo za jízdy, tzv. letným startem. Pro diváky to byla nová a atraktivní podívaná.

Pořádání mistrovství Evropy v roce 1980 v Olomouci to bylo v historii evropského kartingu poprvé, co pořadatelsví mistrovství Evropy bylo přiděleno do země



Milan Šimák

tehdejšího socialistického tábora. Protože si Olomouc svoji pověst výborného pořadatele vydobyla už v roce 1979 při mezinárodním závodě GP Sigma, přijela se na toto mistrovství Evropy podívat celá generalita kartingového sportu, v čele s prezidentem Mezinárodní kartingové federace FIA/CIK panem Ernestem Buserem ze Švýcarska. Přidělení pořadatelsví ME olomouckým pořadatelům bylo oceněním a vyvrcholením jejich dvacetileté práce.

Vysoká úroveň organizace, s jakou bylo toto ME uspořádáno a neméně náročná trať byla jak prezidentem FIA/CIK panem Buserem, tak i všemi jezdci označena jako nejlepší v Evropě. Zlatou třešničkou potom byl titul mistra Evropy jezdce domácího Agrotýmu Štěpánov z.m.s. Milana Šimáka s motorem domácí značky ČZ. Všichni ostatní západní jezdci jezdili na motorech Rotax, KZH, Yamaha, Morbideli a dalších, jež byly v té době nejlepší v tomto motoristickém sportu. Také nevídaná účast cca 20 000 diváků – a nebýt průtrže mračen při zahájení závodu, tak by jich přišlo až 35 000 – vytvořila nezapomenutelnou atmosféru závodu, pro představitele FIA/CIK a ostatní západní účastníky nepředstavitelnou a neopakovatelnou. Vysoké ohodnocení olomouckého mistrovství Evropy se také objevilo ve zprávě komisaře FIA/



CIK pana Alazarda na zasedání mezinárodní kartingové federace o tomto ME, kde doslova řekl, že Olomouc nasadila dalším pořadatelům laťku velmi vysoko a že se s tak výbornou organizací a péčí o účastníky ME zatím nikde nesetkal.

NĚKOLIK VZPOMÍNEK Z MISTROVSTVÍ EVROPY 1980:

V roce 1980 jsem v organizačním výboru zastával funkci tajemníka závodu a s tím souvisela i povinnost zúčastnit se slavnostního nástupu při zahajovacím ceremoniálu. V čele opět hrála do pochodu živá kapela pochody Františka Kmocha. Tady musím krátce poznamenat, že ať je to jak chce, naše české pochody, zahrané českou kapelou, nemají konkurenci a jakmile zazní první takty, tak do člověka vjede jakási zvláštní energie a tělo pak už jde podle rytmu. Při tomto nástupu jsem šel v první řadě delegovaných činovníků hned vedle představitele a vicepresidenta Mezinárodní kartingové federace FIA/CIK pana Roberta Langforda. Byl to starší pán ve věku asi 70 let, vysoký, typický Angličan. Velmi příjemný a dovedl se bavit o všem. Před námi šly mažoretky – samozřejmě zase hezká urostlá děvčata v krátkých sukénkách, hezké postavičky s hezkýma rovnýma nohama. Zrovna, když jsem se chtěl pana Langforda zeptat, co říká na naše mažoretky,

tak začala kapela hrát jeden z pochodů. V ten moment mě pan Langford přerušil, že teď ne, až později. Viděl jsem, jak se najednou vypnul, zaposlouchal se do hudby a jako plnokrevník před startem dostihu pochodoval celou dobu pochodu bez jediného zaváhání. Bylo vidět, jak melodii pochodu prožívá. Tady jsem si uvědomil, jakou sílu a působení na člověka mají naše české pochody a zejména, když jsou hrány naživo.

Televizní přenos

Mistrovství bylo ve dnech 4.–7. 9. 1980. Pro nás – pořadatele – to byl vrchol naší činnosti, byli jsme na to náležitě pyšní a tak jsme samozřejmě chtěli, aby tento vrcholný motoristický podnik byl také přenášén přímým přenosem Československou televizí. Protože jsem byl již v té době mladý (30 let) a známý svojí zdravou drzostí jako novinář (psal jsem o motokárových závodech pro tehdejší Svět motorů a deník Československý sport), automaticky mě Zdeněk Šebesta zařadil do tiskového střediska organizačního výboru a dostal jsem na starosti novináře a televizi. Již v srpnu 1979 jsme poslali na ČST žádost o zařazení našeho ME do programu vysílání. Jenže v květnu 1980 jsme dostali z televize odpověď, že náš závod z programových důvodů nebyl zařazen do vysílání. Následně zasedal užší výbor pořadatelského sboru a hledala se cesta, jak přenos zajistit. Po různých diskusích příspěvcích jsem nakonec navrhl, aby se šlo přímo za generálním ředitelem Ing. Cáhelem, který byl patronem ME a chtěl se ukázat před soudruhy z ÚV KSČ a kdyby přenos nebyl, tak by určitě na další závody peníze neuvolnil. Přestože ve výboru byl pracovník GR VHJ SIGMA jako styčný důstojník mezi pořadatelem a generálním ředitelem Ing. Cáhelem, všichni se báli mu to říci. Tak jsem řekl, že tam klidně za ním zajdu. Ohlásil jsem se přes sekretariát a v určenou hodinu jsem u generálního ředitele seděl. Řekl jsem mu bez obalu všechno, jak je to s přenosem, co jsme udělali, že jsme nic nezanedbali, ale že jsme malí páni na to prosadit přenos. Navrhl jsem mu, aby zavolal okresnímu tajemníkovi KSČ, aby přes něho intervenoval. Viděl jsem, jak se v něm probudila generálská ješitnost a řekl – „já zavolám přímo na ÚV Čapkovi“. Čapka byl předsedou Ústřední a revizní komise ÚV KSČ, tedy velmi vysoká šarže a navíc pocházel z nedalekého Citova, takže se oba spolu velmi dobře znali. Soudruh Čapka zrovna v ten moment nebyl, ale ředitel řekl, že mi dá přes svůj sekretariát zprávu. Výsledek byl ten, že soudruh Čapka zavolal generálnímu řediteli ČST Zelenkovi, že se v Olomouci pořádá ME motokár, že se tam pojede podívat, tak aby zajistil přenos. Dál to pokračovalo systémem padajícího kamene... Ředitel Zelenka zavolal řediteli ostravské televize, ten si zavolal tehdejšího vedoucího hlavní redakce tělovýchovy a motorismu a režiséra sportovních přenosů Ctirada Fuksíka a přenos z Olomouce byl zajištěn. Když potom přijel režisér Fuksík do Olomouce – malý postavou jako Napoleon, ale hlasem zvukným, tak první jeho slova byla – ukažte mně toho člověka, který vám zajistil přenos! Řekl jsem jednoduše – já, proč? Odpověděl, že se ještě za celou dobu jeho působení nikomu nepodařilo změnit rok předem schválený program



Zdeněk Šebesta, spartakiádní stadion,
začátek 80. let.

přímých přenosů a zejména, když každým rokem v tomto termínu býval přenos z parkurových závodů z Frenštátu pod Radhoštěm. Po přenosu jsme si se Ctíradem Fuksíkem spolu sedli, dali si po štamprličce a v následujících letech při přenosech z dalších závodů jsme si na tuto historku vždy s úsměvem zavzpomínali.

Průtrž mračen

K Mistrovství Evropy 1980 se váže i další historka. Předpověď počasí byla pro dny pořádání podle meteorologů příznivá a nic nenasvědčovalo tomu, že by mohlo přijít něco nečekaného. Leč jak to tak bývá, stalo se, co se stát mělo. Od rána svítlo slunce, teplota byla přes 20 stupňů Celsia, na obloze ani mráčku. Slavnostní nástup všech jezdců a pořadatelského sboru začal přesně ve 13 hodin. V čele živá dechová hudba, za nimi krásné mažoretky v nádherných bílých stejnokrojích a za nimi jezdci a pořadatelský sbor. Byl jsem přidělený komentátorovi televizního přenosu Vláďovi Dolejšovi a seděl jsem vedle něho v letním obleku na komentátorském stanovišti. Přesto, že bylo krásné sluneční počasí, nosil jsem vždycky pro jistotu v kapse takový malý skládací deštník. Všechno běželo v pohodě bez problémů, program, přenos, ale slunce nějak začalo pálit. Jen tak mimochodem jsem se za sebe otočil a uviděl jsem, že se od Litovle na nás žene černé mračno. V ten moment jsem věděl, která bije. Láďovi Dolejšovi jsem hned řekl, že se žene průtrž mračen – ten

tlumočil do režie, ať nám něco donesou na zakrytí monitorů a nás. Technici sice donesli velké igelitové plachty, ale nepomohlo nic, ani můj deštník... V momentě, kdy skončil oficiální zahajovací ceremoniál, tak se spustila taková průtrž mračen, a takový vítr, že nikomu nepomohlo nic. Odnesl to samozřejmě také můj nový oblek, který se potom už hodil jen jako pracovní... Průtrž mračen trvala sotva asi půl hodiny a všichni byli promočení až na kost. Nejvíce mně však bylo líto mažoretek v krásných bílých šatíčkách, které v kozačkách na vysokých podpadcích nestačily ani přeběhnout dráhu a schovat se aspoň za buňku časoměřičů. Schytaly ten liják naplno a všechny ty jejich účesy a malůvky, co si tak pracně nanášely na řasy a rty, aby se líbily (musím říci, že se opravdu líbily všem, než zmokly), jim stékaly po obličejích. Na stadionu bylo už 20 000 diváků a dalších 10 000 zmoklo před stadionem. Největší problém měl ale ředitel závodu Zdeněk Šebesta, protože na oválu stadionu, kde byl start a velmi rychlá levotočivá zatáčka, bylo v ten moment 20 cm vody... Všichni už mysleli, že se závod nepojede. Tady se ale ukázalo nadšení a zápal pro věc celého organizačního štábu. Zdeněk Šebesta zavolaal řediteli Technických služeb, do 10 minut bylo na dráze 5 zametacích vozidel – myslím se jim tehdy říkalo Bobr – a za dalších 10 minut bylo po kalužích. Závod se odjel, náš reprezentant a člen Agrotýmu Štěpánov Milan Šimák vybojoval titul Mistra Evropy v kategorii Intercontinental C – tj. vzduchem chlazené motory



Horní řada zleva: Jaroslava Lukešová-Capková, František Axmann, Karel Slavík, Otakar Láhner
dolní řada zleva: Jiří Krejčířík, František Vitásek, Milan Šimák, Jaroslav Dostál, Václav Rous, Vladimír Křížan, Jaroslav Brabec, Štěpán Dostál

a o koncertu, který předvedli olomoučtí pořadatelé na dráze se ještě několik roků hovořilo jak mezi jezdci, tak i mezi činovníky mezinárodní kartingové federace FIA/CIK.

Pak přišel rok 1982, kdy se řada členů tehdejšího pořadatelského sboru GP Sigma vzdala z různých důvodů účasti v pořadatelském sboru, celá parta se rozpadla a tak skončila první část této významné kapitoly motokár v Olomouci – GRAND PRIX SIGMA.

Nástup Agroteamu

JZD Zlatý klas Štěpánov

Založení motoristického klubu Agroteam JZD Zlatý klas Štěpánov v roce 1978 byl druhým velkým milníkem motokárového sportu jak na Olomoucku, tak i v celém Československu. Autoklub by samozřejmě nemohl vzniknout bez zájmu, podpory a nadšení pro motorismus tehdejšího předsedy JZD Františka Axmana a opět Zdeňka Šebesty.

Ze sportovních úspěchů to bylo několik titulů mistrů republiky z.m.s Milana Šimáka v tomto sportu a vyvrcholením bylo opět pořadatelství Mistrovství světa a mistrovství Evropy motokár v roce 1989.

Protože jsem v době rozpuku Agroteamu byl jeho členem a stále psal do časopisu Svět motorů a předseda Autoklubu Zdeněk Šebesta byl současně i předsedou Asociace motokárového sportu celé republiky, měl jsem vždy ty nejčerstvější informace z první ruky a mohl jsem psát zasvěcené články. Tak se také stalo, že – tuším v roce 1984 – po nevydařeném startu našich reprezentantů na ME ve Švédsku, kde se jelo na speciálním rychlém motokárovém okruhu, na to jezdci upozornili. U nás se do té doby pořádaly závody motokár, v Olomouci a Písku. V ulicích mezi obrubníky, s ostrými pomalými zatáčkami, kde jezdci nemohli jet naplno. Po mé kritice byly následující rok závody mistrovství ČSSR v ulicích zrušeny a jezdilo se jen na speciálních okruzích, kdy k Olomouci a Písku přibýlo ještě Vysoké Mýto a Česká Lípa. Region se díky mezinárodním závodům a Mistrovství světa a Evropy GRAND PRIX OLOMOUC 1989, jehož pořadatelem byl AGROTEAM JZD ZLATÝ KLAS ŠTĚPÁNOV, dostává v té době do povědomí a zájmu jak zahraničních jezdců, tak i turistů z celé Evropy. To už ale začíná nová kapitola motokárového sportu nejen u nás, ale v celé Evropě. (red)



Závod ve Štěpánově

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



Jiří Rozumek, Babice u Uherského Hradiště, 74

- Největší radost mám z toho, že jsem se narodil v roce 1945 a nestihla mě a moji rodinu žádná válka.
- Nejspíš bych nechal všechno stejně tak, jak se stalo.



Ing. arch. Karel Typovský, Olomouc-Slavitín, 95

- Radosti jsem měl v životě dost, například mi udělal radost můj pobyt v Paříži, kde jsem nějakou dobu žil. Radost jsem měl také z toho, když se mi narodily děti a těší mě, že jsou spokojené a zdravé.
- Toho je moc. Například jsem projektoval celé sídliště Neředín a musel jsem dodržovat předpisy, například hustotu domů, zeleň a tak dále, podle toho, jak se to tehdy dělalo, ale teď bych to vyprojektoval jinak.



Helena Šantavá, Olomouc-Slavitín, 93

- Když se mi narodili moji dva synové.
- Malým chybám se člověk nikdy nevyhne a velkou chybu jsem v životě neudělala, proto bych nic neměnila.



Zdenka Dolníčková, Tišnov, 68

- Největší radost jsem měla po porodu první dceř. Nemohla jsem pochopit, že mám dítě, protože jsem měla teprve 18 let a byla jsem velmi mladá.
- Možná bych se tak brzo nevdávala, ale jinak bych nic neměnila.

S POMOCNÍKY JE NĚKDY PROBLÉM.

Pan František má třiaosmdesát let, žije v Olomouci a celý život opravoval obuv. K práci počítač nikdy nepotřeboval, paragony vypisoval ručně a účetnictví si také dokázal zajistit bez jakékoliv techniky. Ani nutná podnikatelská administrativa mu do života zkušenost s internetem nepřinesla. Teď se ale prý nestačí divit, co všechno se dá během pár kliknutí obstarat.

Internet je síť dostupná téměř po celém světě, otevřená všem lidem bez rozdílu – i těm starším, kteří nevlastnili počítač jako dnešní děti ani jej později nepoužívali například v práci. Překvapující může být, že nejrychleji rostoucí skupinou uživatelů internetu na světě jsou lidé nad 50 let. Najdou se ale i jedinci nad 85 let, kteří se mu nevyhýbají. Podle Českého statistického úřadu uživalo internet v roce 2011 už 25 procent obyvatel ve věku 65–74 let a jejich podíl se neustále zvyšuje. I přesto však mnoho seniorů tvrdí, že tyto technologie už nejsou pro ně.

Při vyhledávání na internetu se pan František spoléhá vždy na rodinu. „Když jsem měl jednu ošklivou chřipku a moje dcera byla zrovna s manželem na dovolené, zařídila mi nákup přes internet. Řekl jsem jí, co potřebuju, ona to poslala do nějakého obchodu a během pár hodin přijel v polepeném autě mladík se dvěma taškami potravin. Je pravda, že například zeleninu jsem si nemohl vybrat sám, ale v případě, kdy je člověk sám a nemůže se o sebe třeba zrovna postarat, se taková pomoc hodí,“ vypráví pan František. Dále také vzpomíná, že dcera ho dokáže překvapit třeba i tím, že mu u doktora zajistí léky díky jedinému telefonátu. „Prý

už to jde dnes všechno poslat na mobil. Lékaři řekla, co potřebuje, on jí poslal zprávu, tu ukázala v lékárně a bylo to,“ popisuje František poměrně novou službu e-recept. Doba se zkrátka pořád nezadržitelně posunuje dopředu a technika zažívá malou revoluci skoro každý den. Ne všem generacím to ale usnadňuje život. Především lidé starších věkových kategorií mohou mít s pomocníky, jako jsou počítač či internet, velký problém, neumějí s nimi totiž pracovat.

Patříte také do kategorie digitálně vyloučených? Jde o ty, kteří z jakéhokoli důvodu nevyužívají internet a jsou tedy takzvaně offline. Podle názorů některých odborníků se tak tyto lidé dostávají mimo moderní společnost. Nepřijímají totiž nové technologie, nebo se k nim i přes svůj zájem nedostanou. Podle jedné české studie tvoří nejméně 97 procent všech skutečně digitálně vyloučených lidí u nás lidé nad 60 let. Specifickou skupinou digitálně vyloučených jsou pak lidé takzvaně digitálně popálení, kteří odmítají trávit čas na internetu kvůli špatným zkušenostem z minulosti.

S postupem času se ale digitální technologie prodírají do všech aspektů našeho života, a tak počty uživatelů internetu trvale stoupají. „Zatímco před takovými deseti lety jsme jezdili instalovat modem a zapojovat internet jen mladým rodinám, dnes se každý týden setkáváme hned s několika důchodci, kteří mají zájem začít internet používat,“ popisuje Petr Javůrek, který poskytuje pomoc s připojením klientům z Olomouce a okolí. Dodává také, že tyto lidé si většinou s novou technologií nevědí rady a často se ptají i na rady ohledně používání



ACH, TY POČÍTAČE A INTERNETY...

CO VÁM MŮŽE INTERNET NABÍDNOUT:

Komunikace

Elektronická pošta – už nemusíte hledat obálku a známku, a už vůbec ne poštovní schránku. Váš dopis v podobě e-mailu bude doručen okamžitě. Všechny odeslané i přijaté zprávy jsou navíc automaticky ukládány.

Telefonování – i když je váš vnuk na studijním pobytu na druhém konci světa, můžete si s ním neomezeně volat. A pokud má váš i jeho počítač kameru, navíc se ještě navzájem uvidíte a budete si povídat z očí do očí. Tuto službu poskytuje například aplikace Skype.

Sociální sítě – i když jsou Facebook a další komunity stále ještě doménou mladých a hlavně náctiletých, najdou se již senioři, kteří zde mají účet. Bývá to kvůli možnosti sdílet s rodinou či přáteli fotografie či videa, ať už z dovolené, nebo každodenního života. Můžete tak být dětem i vnučatům stále nablízku.

Zájmy

Máte záliby, které chcete rozvíjet? Chybí vám inspirace? Na internetu můžete hledat a také velmi rychle najít rady a tipy k jakémukoliv tématu. Existuje celá řada webových stránek přímo pro

seniory. Některé obsahují seznamky, jiné zase návody a zkušenosti dalších seniorů. Dále zde najdete třeba pozvánky na různé akce, které by vás mohly zajímat.

Online vzdělávací kurzy – pro neustálé sebevzdělávání nabízí internet pro seniory kurzy, které můžete navštěvovat pohodlně z domova v čase, který si sami určíte.

Online hry – chcete si zahrát šachy, scrabble nebo vyluštit sudoku? I když jste sami doma, díky hrám přístupným online si můžete zkrátit dlouhou chvíli.

Další užitečné informace – mezi neocenitelné informace patří například zprávy o počasí, jízdní řády, kontakty na lékaře, televizní program nebo třeba zprávy z domova i celého světa. Specifikou skupinou jsou pak kuchařské recepty, kterých na webu najdete nepřeberné množství.

Nákupy na internetu – v e-shopech, což jsou internetové obchody, najdete v dnešní moderní době už téměř vše. Neocenitelným pomocníkem jsou dnes rozvážkové obchody s potravinami. Pokud máte například zdravotní potíže a nemůžete na nákup sami, objednáte si ho přes internet s dodáním až ke dveřím.

počítače, zároveň se ale odvolávají na to, že jim v případě potřeby přijede pomoci někdo z rodiny.

Jednou z těch, kteří se internetu nebojí a využívá ho téměř každý den, je například třiasmdesátiletá Zlata Macháčková z Olomouce. Hledá na webu nejrůznější recepty, návody, sleduje nejnovější trendy a občas si vymění e-mail s dcerou nebo vnučkou. „K nám se to dostávalo asi tak nějak postupně, jak šla doba. Děda si pořídil nejdřív nějakou předplacenou kartu kvůli televizi, k tomu byl potřeba internet, tak jsem to začala využívat taky. Dají se tam najít zajímavé věci, vlastně všechno, na co si člověk vzpomene. Jen je potřeba trochu umět s počítačem. S tím problémem většinou nemám, a když ano, vnuk mi poradí,“ pochlubila se paní Macháčková. I když se počet uživatelů internetu i počítačů obecně neustále zvyšuje, stále i ona patří k menšině lidí, kteří této technice alespoň trochu rozumí. Pro neználky ale existuje celá řada různých kurzů, které vás této dovednosti postupně naučí. A některé

jsou dokonce zaměřeny přímo pro seniory. Většinou jde o sérii několikahodinových lekcí, kde se lidé naučí základní ovládání, vytváření souborů, psaní textu, práci s webovým prohlížečem a další věci. Cena takového kurzu se pohybuje v řádu stovek či tisícovek korun. „Vzhledem k dnešní pokročilé době máme kurzy pořád plné, spíš se nám stává, že musíme klienty odmítat a nechávat je čekat na další sérii lekcí,“ říká Filip Zapletal, jeden z lektorů počítačových kurzů pro seniory. Kurzy pořádají různé organizace, kluby seniorů nebo třeba univerzity třetího věku. A některé z nich jsou dokonce přístupné zdarma. Navíc se tu můžete i seznámit.

Internet lidem s trochou snahy dokáže velmi usnadnit život. Navíc se tak stanete aktivní součástí dnešní společnosti. Jestli doma tedy ještě nemáte počítač a máte zájem stát se novým uživatelem internetu, na nic nečekejte a místo papučí si letos pod stromeček přejte počítač.

Kateřina Šťastná

AKCE NA DUBEN

Olomoucký tvarůžkový festival

27.–28. 4., Olomouc – Horní a Dolní náměstí

Koncem dubna ožije centrum Olomouce čtvrtým ročníkem festivalu na počest typické hanácké speciality – tvarůžkům, které se vyrábějí v Lošticích už více než 600 let. Návštěvníci festivalu ochutnají tvarůžky v teplé i studené kuchyni v nabídce restaurací, které jsou zapojeny do projektu Ochutnejte Hanou a propagují tak tradiční hanáckou gastronomii. Nebudou chybět ani takové speciality jako tvarůžkové dezerty a pivo z hanáckých minipivovarů. Připraven je zajímavý doprovodný program včetně vystoupení hanáckých folklorních souborů. Při této příležitosti bude také v Olomouci zahájena turistická sezóna, představeny novinky v oblasti cestovního ruchu a proběhnou i tematické prohlídky vybraných objektů.

Den ptactva v olomoucké zoo

1.–7. 4., Olomouc – Zoo Svatý Kopeček

Mezinárodní den ptactva připadá na 1. dubna na výročí podepsání mezinárodní Konvence o ochraně užitečného ptactva v roce 1906. Jedním z hlavních cílů Mezinárodního dne ptactva je obrátit pozornost k nebezpečím ohrožujícím ptáky na celém světě a pomoci tak ochraně jejich stanovišť i jich samotných. Největší hrozby na ptáky ale číhají v době jejich často velmi dlouhých cest, kdy jsou loveni v rámci pochybných sportovních loveckých tradic. Začátkem dubna je tah ptáků v plném proudu. V rámci naučné stezky, kterou připravila olomoucká zoo, se můžete dozvědět řadu zajímavostí ze života opeřenců běžných i v naší přírodě. Vstupné stojí 110 korun, pro děti 70 korun.

Prix Bohemia Radio 2019

1.–4. 4., Olomouc – Horní náměstí

Mezinárodní festival rozhlasové tvorby, který kromě soutěžních kategorií drama, dokument a reportáž zahrnuje celou řadu doprovodných akcí – divadlo, koncerty, besedy a tak dále. Slavnostní zahájení se koná v pondělí 1. dubna od 19.30 v Moravském divadle a vystoupí zde například Michaela Nosková, Martin Chodúr, Dasha a další. Těšte se na čtyři dny nabitě poslechem toho nejlepšího z rozhlasových dokumentů, dramát a reportáží, workshopy, debaty, koncerty i divadelní představení. Za vstupné zaplatíte od 100 korun.

Expediční kamera

2. 4., od 18.30, Přerov – kino Hvězda

Expediční kamera je filmový festival, který už od roku 2009 přináší do kin ty nejlepší cestovatelské a dobrodružné filmy z mezinárodní i domácí produkce. Výpravy do nitra džungle i pouště, neuvěřitelné výkony na skalách, plavby přes oceány i po divokých řekách, adrenalinové šílenství, návštěvy domorodých kmenů, stovky uběhnutých kilometrů i putování na dvou kolech, outdoorové hvězdy i neznámí a přesto úžasní cestovatelé, to vše máte možnost zažít během festivalu. Přijďte nasát atmosféru dalek, obdivovat pozoruhodné výkony a načerpat inspiraci ke svým cestám. Délka akce je 190 minut, během níž uvidíte nejrůznější snímky. Vstupné stojí 110 korun.

Můj život reportéra

2. 4., od 19 hodin, Šternberk – Kulturní dům

V pořadu Můj život reportéra se představí jeden z nejznámějších novinářů v České republice, autor mnoha

filmových scénářů, knih a spoluzakladatel pořadu Na vlastní oči Josef Klíma. Chcete se dozvědět o některých kauzách, natáčení pořadu či životních osudech tohoto novináře? Přijďte v úterý 2. dubna do kulturního domu ve Šternberku. Po skončení pořadu se uskuteční i prodej knih spolu s autogramiádou. Vstupenky za 150 korun můžete zakoupit na webu www.arks-vstupenky.cz nebo v informačních centrech.



Tourism Expo 2019

5.–6. 4., od 18 hodin, Olomouc – výstaviště Flora

Zažijte pravou lázeňskou atmosféru v pavilonu A. Vydejte se na cestu po lázeňských pramenech. Obdivujte model karlovarského vřídla a ochutnejte blahodárné minerální vody u šálku dobré kávy.

Tourism Expo letos v duchu lázeňství, wellness a rekreace.

Nebudou chybět ani cestovatelské přednášky ze všech koutů světa, včetně Ladislava Zibury „Už nikdy pěšky po Arménii a Gruzii“ (online předprodej). Více v doprovodném programu akce.

Vypravte se v sobotu 6. 4. na veletrh historickým parním vlakem se zastávkou u výstaviště Flora (Olomouc–Nová ulice).

Pro školy: Navštivte „Železniční olympiádu“ v pátek 5.4. a změřte síly v disciplínách: cvakání lístků, pís-kání na píšťalku, práce s výpravkou a mnohé další.

První vlaštovka jaro nedělá

6. 4., od 14 hodin, Horka nad Moravou – Sluňákov

Přijďte přivítat vlaštovky a probudit přírodu a Sluneční horu k životu. Užijete si jarní procházku galerií v přírodě. Poslední vstup na trasu je v 17 hodin, ukončení v 18 hodin. Rodinné vstupné stojí 100 korun. U hliněných pecí pak uvidíte ukázky koňských postrojů v době bronzové a železné, dále přesné a funkční repliky, které se budou testovat přímo na koních. A aby nezůstalo jen u koní, k vidění budou i repliky dobových oděvů.

Velká jarní automotoburza

6. 4., od 6 hodin, Drahotuše – letiště

Velká jarní auto, moto, veterán burza, kde se dá koupit i prodat vše, co souvisí s motorismem, vojenskou a zemědělskou technikou, cyklo, starožitnostmi, sběratelstvím či literaturou, proběhne v sobotu 6. dubna v Hranicích-Drahotuších. Zajištěno je také občerstvení. Burza se koná na polním letišti od 6 do 13 hodin. Kontakt pro zájemce je 603 325 003.

Zahájení sezóny na zámku Náměšť na Hané

6.–7. 4., Náměšť na Hané – zámek

V sobotu 6. a v neděli 7. dubna bude zahájena nová zámecká sezóna. Prohlídky náměšťského zámku budou zpestřeny jarní výzdobou. V sobotu 6. dubna od 14 hodin pak proběhne vernisáž výstavy Krása drahokamů, jejímiž autorkami jsou Helena Tassy a Kateřina Dočkalová. Výstavu můžete navštívit až do 23. června.

Turné Janka Ledeckého

9. 4., od 19 hodin, Hranice – Divadlo Stará střelnice

Janek Ledecký letos na jaře absolvuje turné, kde přehraje své písně v akustických aranžích. Stane se tak poprvé od roku 1994, kdy vyšel záznam z jeho koncertu v podobě úspěšného živého alba Jenom tak, jež dostalo zlatou desku a zlatou videokazetu za nejprodávanější hudební video roku. Koncert Janka Ledeckého v rámci jeho turné se bude konat v úterý 9. dubna od 19 hodin v Divadle Stará střelnice v Hranicích. Vstupenky v předprodeji si můžete zakoupit v restauraci Stará střelnice nebo na webových stránkách Ticketportal za 590 korun.



Koncert Leony Machálkové

12. 4., od 19 hodin, Jeseník – Divadlo Petra Bezruče

Leona Machálková se skvělou kapelou přichází s atraktivním koncertním programem Muzikál – Moje láska, ve kterém si můžete vychutnat ty nejkrásnější písně z muzikálů, ve kterých ztvárnila hlavní ženské role a ke kterým má silný citový vztah. Ke spolupráci přizvala jako hosta Radima Schwaba, kolegu z muzikálu Monte Cristo. Ten v současné době září v hlavní roli Fantoma opery. Naše přední muzikálová a popová hvězda vystoupí 12. dubna v Divadle Petra Bezruče v Jeseníku od 19 hodin. Vstupenky je možné si koupit v rezervačním systému MKZ Jeseník nebo na webu ticketstream.cz.

Vegan Burger Festival

13. 4., od 10 hodin, Olomouc – výstaviště Flora

Pokud jste fanoušky veganského životního stylu, budete mít 13. dubna na olomouckém výstavišti příležitost zjistit, kolik jste jich ještě neochutnali a jak rozmanité mohou být. První ročník nového veganského burger festivalu je tu. Vstupné je dobrovolné.

Den Země v ZOO Olomouc

13. 4., od 10 hodin, Olomouc – Zoo Svatý Kopeček

Kopyta a kopýtko je název zábavného programu pro malé i velké. Areál zoologické zahrady oživí stanoviště s hravými úkoly a spoustou zajímavých informací. Cílem Dne Země je upozornit na stav životního prostředí na naší planetě. Slaví se každoročně 22. dubna a hlásí se k němu společně lidé na celém světě bez ohledu na původ, víru či národnost. Vstupné pro dospělé je 110 korun, pro děti 70 korun.

Talkshow

16. 4., od 20 hodin, Hlubočky – KD Na Letním

Do obce Hlubočky se můžete přijet podívat na brilantní talkshow skvělých a zábavných vypravěčů Ivo Šmoldase a doktora Radima Uzla v polovině dubna. Jednotné vstupné na sezení stojí 170 korun a je k předprodeji v síti Ticketstream.

Odvaha vést a vedení sebe sama

18. 4., Olomouc – Nová Akropolis

Vést sám sebe nebo vést druhé? Moudří vladaři a filozofové říkali, že to první podmiňuje to druhé. Proč je důležité začít vždy u sebe a co nám umožňuje

vést ostatní? Jak se zbavit obav, že to nedokáže-me? Jaké jsou typy vedení a jaké jsou naše vnitřní schopnosti vést? Odpovědět na tyto otázky pomáhá moderní psychologie i velké osobnosti starověku. Vstupné na přednášku stojí 90 korun, důchodci zaplatí 70 korun.

Velikonoce v Čechách

**19.–22.4., Čechy pod Kosířem
– zámek Čechy pod Kosířem**

Přijďte si užít Velikonoce na zámek v Čechách pod Kosířem. O víkendu si můžete každou celou hodinu od 10 do 15 hodit užít kostýmované prohlídky, připraveny jsou také dílničky pro děti, ukázka hanáckého kroje s poradenstvím či pletení pomlázek. Kostýmované prohlídky rezervujte předem na telefonním čísle 773 784 110 nebo e-mailem na rezervacecpk@seznam.cz.

Velikonoce na zámku Jánský Vrch

19.–22.4., Javorník – zámek Jánský Vrch

Nenechte si ujít Velikonoce na zámku Jánský Vrch. Těšit se můžete na velikonočně vyzdobené interiéry zámku s kulturním programem – minikoncert, velikonoční zvyky a symbolika, ukázky zdobení kraslic a perníků či ochutnávka tradičního velikonočního pokrmu v zámecké kuchyni. Ve francouzské zahradě budou děti hledat schovaná vajíčka, pro úspěšné hledače bude připravena malá odměna. Na velikonoční přání si můžete otisknout speciální velikonoční zámecké razítko. Otevřeno je od 9 do 16 hodin, prohlídky se konají každých 30 minut. Připraveno je i občerstvení v Kavárně u Jana na nádvoří zámku.

Velikonoce na Bouzově

19.–22.4., Bouzov – hrad Bouzov

Nenechte si ujít prohlídky velikonočně vyzdobeným hradem. Čekat na vás budou velikonoční dekorace a květinové vazby na prohlídkových trasách. Na prvním nádvoří bude také připravena dílna, otevřena od 13 do 16 hodin.

Na stojáka Tour

**25. 4., od 19 hodin, Olomouc
– NH Collection Olomouc Congress**

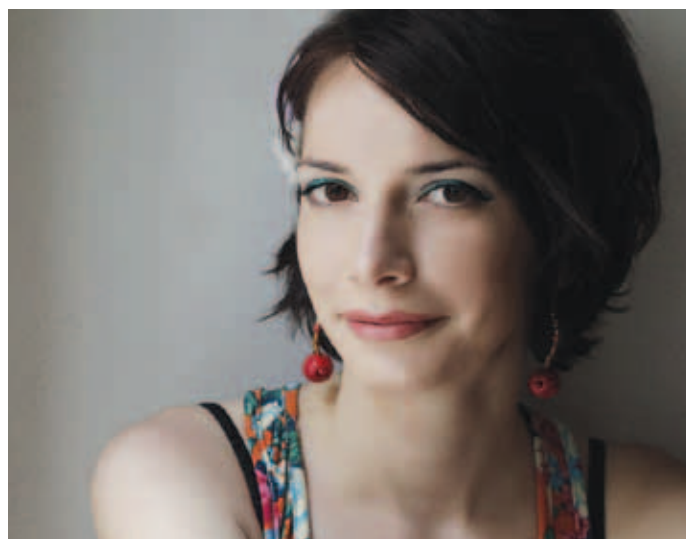
Originální česká stand-up comedy vyrazí 23.–26. dubna na unikátní turné k 15. narozeninám této show. V rámci tohoto turné čekají fanoušky skvělé zábavy a veselých historek čtyři zastávky v moravských městech s hvězdnou sestavou. Brno, Ostrava,

Zlín a Olomouc se mohou těšit na Ivu Pazderkovou, Lukáše Pavláška, Richarda Nedvěda, Daniela Čecha a spoustu dalších. Ti budou publikum bavit téměř tři hodiny. Předprodej od 490 korun.

Dorota Nvotová v Rozhlase

24. 4., Olomouc – Český rozhlas Olomouc

Herečka a zpěvačka Dorota Nvotová patří k nejvýraznějším osobnostem slovenské scény. Na svá hudební alba nijak nespěchá, ale vždy jsou událostí. Aktuální desku s názvem More natočila a vydala v závěru minulého roku po šesti letech od předchozí Just! a představí ji i ve Velkém studiu Českého rozhlasu. Jde o jedinečnou možnost vidět ji naživo, v Čechách koncertuje minimálně. Vstupné činí 50 korun.



Výstava Jindřicha Štreita

do 24. 4., Šumperk – Městská knihovna T. G. Masaryka

Výstava fotografií Jindřicha Štreita dokumentuje činnosti olomouckého mobilního hospice Nejste sami, paliativní péči a atmosféru v rodinách, které se loučí se svými odcházejícími blízkými. Cílem této výstavy je mimo jiné upozornit širokou veřejnost na tuto službu, kterou v regionu poskytuje také Charita Šumperk. Rodina, která chce trávit poslední chvíle s nemocným v prostředí svého domova, může najít podporu a pomoc právě u odborných pracovníků, kteří jsou pro tyto účely speciálně vyškoleni. Výstavu najdete v prostorách půjčovny pro dospělé.

Jarní Flora

**25.–28. 4., od 9 hodin, Olomouc
– výstaviště Flora**

Nechte se zlákat do říše snů a fantazie, ve které se prolne krása květin se sklářským uměním. Třpyt

a lesk dodá celé expozici z pera přední české floristky Kláry Franc Vavříkové sklo z firmy Preciosa, Kavalier a Františkova Huť. Nezmeškejte letos mimořádně i mezinárodní floristickou soutěž V4 ve spolupráci se Svazem květinářů a floristů České republiky či výstavu bonsajů ve spolupráci s Českou bonsajovou asociací. Chybět nebudou ani večerní komentované prohlídky, fotokoutek, ukázky tvarování bonsajů, přednášky a poradenství, veletrh zahradní mechanizace Hortifarm a jarní zahradnické trhy. Vstupné je 130 korun.

Jaro na Bouzově

25.–28. 4., od 9 hodin, Bouzov – hrad Bouzov

Hrad Bouzov stojí ve stejnojmenné vesnici jihozápadně od města Loštice. Působí dojmem dobře zachované středověké památky, jeho současná podoba však pochází z romantické přestavby z přelomu 19. a 20. století. Hrad je majetkem České republiky a jeho správu zajišťuje Národní památkový ústav. Nenechte si ujít jedinečná květinová aranžmá na prohlídkových trasách a v kapličky v hradním parku.

Hlubočky a okolí

do 30. 4., Olomouc – Knihovna města Olomouce

Malá obec Hlubočky se nachází v údolí řeky Bystřice několik kilometrů od Olomouce. Není to ale jen známý ski areál a bobová dráha, v samotné obci i jejím okolí je plno dalších zajímavých míst. Tato místa mapuje výstava fotografií mladého olomouckého fotografa a knihovníka Martina Benčíka, kterou můžete navštívit na pobočce Jungmannova olomoucké městské knihovny.

Vzorná hospodyňka aneb z domácnosti našich babiček

do 9. 6., Jeseník – Vlastivědné muzeum Jesenicka

Nová výstava s názvem Vzorná hospodyňka nabízí pohled do domácností našich babiček v první polovině 20. století a přináší také praktické ukázky z jejich života. V sále Vodní tvrže můžete nahlédnout do prvorepublikové kuchyně přístroji, které šetřily hospodyňkám čas při vaření jídla. Seznámíte se také s tehdejšími způsoby praní, žehlení a uklízení, jež dokumentují historické pračky, žehličky, mandly nebo první elektrické vysavače. K neocenitelným pomocníkům každé ženy v domácnosti patřily i šicí stroje, které si spolu s dalšími pomůckami a ukázkami rukodělných výrobků můžete prohlédnout. Kurátorkou výstavy je Božena Kaňáková, výtvarnicí pak Ivana Kužílková. Vstupné je 40 korun, snížené 20 korun.



Moravské divadlo
Olomouc

DUBEN
2019

1. po 19:30	-	Prix Bohemia Radio - Slavnostní zahájení		
2. út 20:00	-	Prix Bohemia Radio - Dejvické divadlo: Dabing Street		
3. st 19:00	C	Orfeus v podsvětí	Opereta	
	19:00	-	Kočičí hra	Činohra • Hrajeme v Divadle hudby
4. čt 19:00	-	Splašené nůžky	Činohra	
5. pá 19:00	V	Petr a Lucie	Činohra	
6. so 16:00	ZO	Ermani	Opera *	
7. ne 16:00	YO	Zvonokosy	Muzikál	
8. po 19:00	A	Orfeus v podsvětí	Opereta	
9. út 19:00	-	Bohéma	Opera *	DERNIÉRA
10. st 20:00	-	Kulturní počiny Olomouckého kraje	Pronájem	
11. čt 19:00	-	Zvonokosy	Muzikál	SENIORŮ -30%
12. pá 19:00	P	Evžen Oněgin	Činohra	PREMIÉRA
13. so 19:00	-	Vinobraní	Opereta	SENIORŮ -30% DERNIÉRA
14. ne 10:00	RPP	Krkonošské pohádky	Pohádka	Divadlo Radost Brno
	14:00	OPP	Krkonošské pohádky	Pohádka Divadlo Radost Brno
15. po 19:00	K	Bajadéra	Balet	
16. út 19:00	B	Evžen Oněgin	Činohra	
17. st 19:00	ST	Petr a Lucie	Činohra	
18. čt 19:00	D	Na tý louce zelený	Opereta	
19. pá 19:00	V	Starci na chmelu	Muzikál	
20. so 19:00	X	Evžen Oněgin	Činohra	
21. ne 19:00	-	Boží mlýny	Činohra	
23. út 19:00	L	Balet Gala	Balet	
24. st 19:00	C	Starci na chmelu	Muzikál	
25. čt 19:00	-	Sluha dvou pánů	Činohra	
27. so 19:00	-	Slavnostní zakončení Academia Film Olomouc		
			Vstup zdarma pouze s festivalovou akreditací	
28. ne 14:30	NO	Don Quijote	Balet	RODINNÉ DIVADLO
29. po 19:00	K	Petr a Lucie	Činohra	
30. út 19:00	-	Splašené nůžky	Činohra	

• představení bez přestávek, * v italském originále s českými titulky

Zájezdy divadla: 7.4. + 9.4. + 11.4. + 16.4. Spící krasavice Opava, 15.4. Vzpouza nevěst Bruntál, 27.4. Královna Koloběžka První Valašské Meziříčí
Školní představení: 12.4. Noc na Karlštejně 10:00, 25.4. Sluha dvou pánů 10:00

Změny vyhrazeny. Aktuální program naleznete na www.moravskedivadlo.cz.
Předprodej na duben zahájen 25. 2. 2019 v 9:00 hodin.



Zřizovatelem Moravského divadla Olomouc je statutární město Olomouc

www.moravskedivadlo.cz | tel.: 585 500 500

Poznámka: Upozorňujeme čtenáře, že vstupenky na některá divadelní představení mohou být vyprodaná. Doporučujeme sledovat program na stránkách www.moravskedivadlo.cz a zakoupit vstupenky na vámi vybrané divadelní tituly v předstihu.

deník

Jak jsme žili za dob ČESKOSLOVENSKA

SONDA DO NAŠÍ MINULOSTI

prostřednictvím fotografií
a vzpomínek obyčejných lidí.

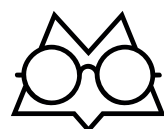
UNIKÁTNÍ SERIÁL DENÍKU

se bude věnovat i životu u vás.



**JAK JSME ŽILI
v Československu**

**Nový seriál
na každý
pátek**



**filmový
klub
seniorů**

**PROGRAM 2019
DUBEN**

14.00 hod. / 70,-

ČT	4. 4.	SLOŽKA 64	T
PO	8. 4.	NA STŘEŠE	Č
ČT	11. 4.	BOHEMIAN RHAPSODY	T
ČT	18. 4.	ZELENÁ KNIHA	T
PO	29. 4.	ŽENY V BĚHU	Č

Č – ČESKY
T – TITULKY

D – DABING

O – ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA

KINO METROPOL

ZÁBŘEH

14.4. TANECNI ODPOLEDNE VRACOVJACI

ÚSMĚVY ZDEŇKA TROŠKY 24.4.

MIROSLAV VLADYKA FILIP BLAŽEK

29.4. TITANIC divadelní komedie

kulturní dům

více na www.kulturak.info

VELIKONOCE

na zámku Čechy pod Kosířem

19.–22. 4. 2019

SOBOTA A NEDĚLE

10.00–15.00 v každou celou hodinu kostýmované velikonoční prohlídky
10.00–16.00 dílničky pro děti na zámku i v Hanácké ambasádě
ukázka hanáckého kroje s poradenstvím
pletení pomlázek

PONDĚLÍ

10.00–16.00 dílničky pro děti

Těšíme se na vás!

Po všech dnech tematická výzdoba
zámeckých interiérů a velikonoční hra v parku.
Kostýmované prohlídky rezervujte předem
na tel. číslo 773 784 110 nebo e-mailem
na rezervacecpk@seznam.cz.

DIVADLO UVEDE VÝPRAVNOU BAJADÉRU V CHOREOGRAFII A REŽII MICHALA ŠTÍPY

Bajadéra patří k nejkrásnějším světovým baletům, v České republice se však dosud dočkala pouze dvou inscenací – v Brně a v Praze. V obou si přitom zatančil Michal Štípa, který se nyní s baletem Ludwiga Minkuse a Maria Petipy setkává potřetí – a to v roli choreografa a režiséra. Výpravnou a pohádkovou podívanou za doprovodu orchestru Moravského divadla Olomouc můžete zažít v pondělí 15. dubna nebo v pátek 3. května.

Bajadéra je, podobně jako balet Don Quijote, který olomoucké publikum dobře zná, společným dílem rakouského skladatele s českými kořeny Ludwiga Minkuse a francouzského tanečníka, baletního mistra a významného choreografa Maria Petipy. Příběh je zasazený do exotického prostředí Indie a pojednává o lásce chrámové tanečnice Nikie a ušlechtilého vojevůdce Solora. Jejich vztah je vystaven těžké zkoušce poté, co se má Solor oženit s Gamzatti, dcerou bohatého Rádži. Světovou premiéru měla Bajadéra v roce 1877 v Mariinském divadle Petrohrade a společně se zmíněným Donem Quijotem patří k nejuváděnějším titulům dvojice Minkus-Petipa.

V České republice se Bajadéra dočkala zatím jen dvou nastudování, a to v Národním divadle v Brně (2003) a v Národním divadle v Praze (2014). V obou inscenacích účinkoval současný umělecký šéf baletu Moravského divadla Olomouc Michal Štípa. „Náročnost této

inscenace spočívá především ve výpravnosti a potřebě velkého baletního ansámblu, proto se Bajadéra uvádí pouze ve velkých kamenných divadlech, které mají dostatek všech prostředků ke kvalitnímu uvedení,“ vysvětlil Štípa, který má už jako choreograf zkušenost s Minkusovým baletem Don Quijote. Ten uvedl vloni na podzim v Ostravě. „Don Quijote je po technické stránce náročný především pro sólisty, kdežto Bajadéra je náročná nejen pro sólové party, ale i pro sbor,“ zdůraznil režisér a choreograf. „Bajadéra je dle mého názoru jeden z nejnáročnějších klasických baletů a jeho příprava kladie vysoké nároky na všechny divadelní složky. Musím smeknout před všemi mými kolegy, s jakým nadšením a velkou mírou úsilí celou inscenaci připravují, a pevně věřím, že diváci vloženou energii do inscenace ocení a užijí si nevšední divadelní zážitek,“ dodal ředitel Moravského divadla David Gerneš.

Olomoucká inscenace vychází z původního Petipova libreta „K žádným zásadním změnám v libretu nedošlo. Upravil jsem jen několik variací sboru z důvodu počtu tanečníků na jevišti. Mé nastudování bude končit obrazem Království stínů jako v původní verzi z roku 1877, která se u nás takto nikdy neuváděla, což diváci mohou vnímat jako změnu,“ upozornil Štípa. „V Království stínů se Solor setkává s milovanou Nikií. Necháváme otevřený konec v tom, že divákům neříkáme, zda jde o setkání



Ludwig Minkus BAJADÉRA

Choreografie a režie: Michal Štípa
(podle Maria Petipy)

Asistentka choreografie: Małgorzata Chojnacka

Hudební nastudování: Petr Šumník

Dirigenti: Tomáš Hanák, Petr Šumník

Scéna a kostýmy: Aleš Valášek

Světelný design: Martin Špetlík

Baletní mistr: Dana Krajevská

OBSAZENÍ HLAVNÍCH ROLÍ:

Nikia: Yui Kyotani / Emily-Joy Smith

Solor: Craig McFarlane / Paul Oliver / Guido Sarno

Gamzatti: Rachel Hickey / Yui Kyotani

Bráhma, velekněz: Damani Campbell Williams
/ Michal Priessnitz

Fakír: Antonín Blahuta / Lukáš Ceněk

Rádža: Vadim Tsepelev

Trio: Chloe Jones, Svatava Pořízková,
Emily-Joy Smith / Emanuela Giglio, Rachel Hickey,
Irina Laptěva

PŘEDPLATNÉ

Moravské divadlo
Olomouc

2019/2020



ve snu, v nebi, v Solorově mysli nebo někde úplně jinde... V předchozích českých inscenacích Bajadéry obsahoval balet ještě scénu svatby Solora s Gamzatti,“ doplnila dramaturgyně Martina Náhlíková.

Podle autora hudebního nastudování Petra Šumníka se můžeme těšit na charakterově rozmanitá hudební čísla s četnými instrumentálními sóly. „Melodie jsou líbivé a nápadité. Nechybí adagia, tempově pestré variace ani hudba s charakterem valčíku. Právě melodie místy evokují exotiku, do níž je příběh zasazen,“ popsal Šumník. V roli Nikie se představí Yui Kyotani, která za ztvárnění role Kitri v inscenaci Minkusova baletu Don Quijote získala v roce 2017 Cenu Thálie. „Kitri a Nikia jsou charakterově naprosto odlišné, spojuje je pouze velká láska, kterou cítí. Kitri je silnější, otevřenější, ale také nedospělá. Nikia je velmi citlivá, ale všechny své emoce drží uvnitř,“ popsala primabalerína Kyotani, s níž alternuje Emily-Joy Smith. Primabalerína Kyotani se v nové inscenaci představí rovněž v roli Rádžovy dcery Gamzatti, a to v alternaci s Rachel Hickey. „Je to pro mě podobná výzva jako dvojrole Odetty a Odilie v inscenaci Labutího jezera. Gamzatti není vyloženě záporná postava, i když to tak vypadá. Protože je bohatá, myslí si, že si může vše koupit – i lásku. Když zjistí, že Nikia se milovaného

Solora nechce vzdát, rozhněvá se. Díky svému bohatému otci měla dosud v životě vše jednoduché,“ popsala Kyotani.

Válečníka Solora ztvární sólista olomouckého baletu Paul Oliver. „Solor je velmi komplexní a mnohohrstevnatá postava. Je náročná po technické a herecké stránce, musím publiku vyprávět příběh a ukázat, co Solor prožívá, jak se cítí,“ popsal Oliver, vedle kterého ztvární stejnou úlohu také nová posila olomouckého baletního souboru Guido Sarno. „Solor je jedna z vysněných rolí, kterou jsem chtěl vždy tančit. Jako kluk jsem si Bajadéru pouštěl doma, bylo to první baletní video, které jsem si koupil. Takže když mi Michal Štípa nabídl roli Solora, byl jsem opravdu nadšený,“ popsal Sarno. Italský tanečník nahradil v obsazení Ivo Jambora, který je po operaci kolene v rekonvalescenci.

Autorem scény a kostýmů je Aleš Valášek, který v Moravském divadle spolupracoval na přípravě inscenací Sluha dvou pánů či Cyrano z Bergeracu. Během představení navštívíme indický chrám i palác a podíváme se na zasnubní hostinu. „Rád bych divákům nabídl výpravnost a pohádkovost, věřím, že do určité míry se nám to společně s Alešem Valáškem povede. Doufám, že diváci ocení jedinečnost této inscenace,“ shrnul Štípa.

SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Vážení čtenáři, milí senioři, s novým číslem vašeho oblíbeného magazínu zavítala do vašich domácností také jarní nálada. Jaro už se sice dere i do našich hor, ale ještě si budeme muset chvíli počkat, než bude moci splnit své pracovní povinnosti tak, jak je vypsal ve své básni můj oblíbenec Jaroslav Vrchlický: Co všechno musí udělat jaro? Vytáhnout travu z hlíny a nazeleno natřít, načernit pěkně stíny a všechno živé sbratřit. Osobně mám měsíc březen moc ráda, těšíme se na příchod jara, slavíme svátek žen, Den učitelů, ale taky třeba měsíc knihy.

Předsednictvo Rady seniorů ČR zasedlo u kulatého stolu 20. března. Předmětem jednání byla, mimo jiné, analýza počtu starobních důchodů, výše penzí za rok 2018, informace o struktuře starobních penzí k 31. 1. 2019 a sociálním postavení starobních důchodů za rok 2018. Důstojné stáří začíná u spravedlivých důchodů. S tímto nelehkým tématem se rozhodla poprat nově vzniklá odborná Komise pro spravedlivé důchody při vládě, pod vedením ministryně práce a sociálních věcí. Komise je složená ze 43 odborníků, nominovaní byli členové všech politických stran, akademici, lidé z neziskového sektoru, seniorských organizací i zástupci zaměstnanců a zaměstnavatelů. Cílem je se dohodnout na řešeních, která by pomohla nejen budoucím důchodcům ale i těm současným. Důchodový systém je složitý, na začátku jakékoliv životaschopné změny v této oblasti musí být odborná a politická shoda. Na prvním zasedání komise byly pojmenovány hlavní priority změn. V první řadě nízké důchody žen, ženy jsou dnes „trestány“ za to, že na nějakou dobu vypadly ze systému, protože se během svého života kromě zaměstnání musely starat o své děti a blízké. Dalším tématem byly dřívější odchody do důchodu pro lidi, kteří pracují ve fyzicky náročných profesích. A poslední ze jmenovaných priorit – vdovské a vdovecké důchody, které jsou nízké a pobírají se jen omezenou dobu. Úmrtí životního partnera představuje psychickou újmu a pro řadu lidí i ekonomickou pohromu. Ministerstvo v současné době realizuje projekt Politika stárnutí v krajích, jehož cílem je zmapovat život a potřeby seniorů v různých koutech naší země. Díky tomuto projektu vznikly i v našem kraji platformy odborníků, které se zabývají tím, co by měl kraj zlepšit, aby byl pro seniory a seniorky důstojným místem k životu. Jednou z velmi úspěšných aktivit projektu je pořádání diskusních setkání u kulatého stolu, kde společně hledáme řešení problémů, které nás seniory nejvíce trápí. U této příležitosti si dovoluji poděkovat všem, kteří se těchto setkání aktivně účastníte ale také všem, kteří jste věnovali svůj čas třeba vyplnění dotazníku vaší spokojenosti či nespokojenosti s životem v našem kraji očima vás – seniorů. Všechny vaše názory, nápady i připomínky byly předloženy na stůl panu hejtmanovi. A za sebe hodnotím velmi

kladně všechny vaše nápady. Nejvíce bych si přála, kdyby se nám podařilo uvést v život vysněný seniorský dům – centrum kulturního aktivního stáří. Pod jednou střechou zázemí, nebytový prostor, místo, které by rádi navštěvovali senioři z celého našeho krásného kraje, za účelem získávání informací, trávení aktivního života, seberealizace, centrum vzdělávání a volnočasových aktivit, kreativní a duševní radosti i získávání nových přátelství pod značkou „Senioři sobě“. Možná tento nápad na první dobrou bude některým znít, jako sci-fi scénář ale jsem přesvědčená, že když je vůle, všechno jde. Někteří možná budou namítat, že nějaká klubovna tam či onde pro seniory už je... to jistě ano, ale značka „Seniorské centrum“ – dům, ve kterém by nad aktivitami seniorské populace dohlížel třeba i seniorský ombudsman, který by se zabýval pouze a jediné problematikou seniorů, člověk, na kterého by se obraceli



senioři se svými problémy, člověk, který by poskytoval bezplatné poradenství, podával informace v oblasti nájemního bydlení, zdravotnictví, sociálních dávek a spoustu cenných rad, tak to už je vyšší level.

V dnešním sloupku bych vás také informovala o naší spolupráci s ředitelstvím hotelu MAS*** v Sezimově Ústí, díky které již vycestovalo 240 seniorů z Olomouckého kraje na týdenní zvýhodněný rekondiční pobyt. Děkuji za vaše spokojené a pochvalné dopisy, které ráda předám vedení hotelu. V ceně

5 199 Kč je zahrnuta zpáteční autobusová doprava z nástupních míst (Olomouc), 6x ubytování ve dvojlůžkovém pokoji, plná penze, rekondiční wellness program – 10 procedur, doprovodný program (2x společenský večer s živou hudbou, 1x společenská hra Bingo, 1x bowling, půldenní výlet s prohlídkou města Tábor), denně zdarma vstup do krytého bazénu – neomezeně. Nabízíme dva termíny od 13. 11. do 19. 11. 2019 a od 19. 11. do 25. 11. 2019. Zájemci, informujte se u paní Jaroslavy Köhlerové na tel.: 732 208 050 nebo e-mailem: kohlerovajarka@seznam.cz. Závěrem ještě připomínám, nezapomeňte na přihlášky k registraci do 5. května na IV. Krajské sportovní hry seniorů 2019 a nominace do talentové soutěže seniorské krásy „Babička roku“, nad akcemi převzal záštitu hejtman Ladislav Okleštěk. Oba formuláře (přihlášky) jste mohli najít v minulém čísle Moravského seniora, nebo na adrese milenahesova@seznam.cz.

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje děkuje touto cestou krajskému vedení za vstřícnost a podporu při realizování a organizování volnočasových i vzdělávacích aktivit pro seniory.

Milí senioři, Krajská rada seniorů Olomouckého kraje vám všem přeje veselé, slunečné a usměvavé svátky jara, bohatou koledu, měkké pomlázky, barevná vajíčka a hodně lásky.

Milena Hesová
předsedkyně KRS Olomouckého kraje
členka předsednictva Rady seniorů ČR

LETOŠNÍ SENIORSKÉ AKCE

Aktivní život a senioři, to je symbióza, která je utužovaná radostí, nadšením a elánem. Jak je vidět z volně nasbíraných fotografií, v Olomouckém kraji si to užíváme, senioři se umějí bavit. Krajská rada seniorů děkuje za pozvání, bylo nám ctí.



Gratulujeme Květoslavě Hájkové

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje přeje všechno nejlepší paní Květoslavě Hájkové z Křelova k jejímu krásnému životnímu jubileu. Do dalších let pevné zdraví, radost ze života, optimismus a osobní pohodu s úsměvem, který rozdáváte kolem sebe. Děkuje za Vaše dlouholeté aktivity pro seniory.

HEJTMAN S MINISTREM NAVŠTÍVILI NEMOCNICI, ZAJÍMALI SE O INVESTICE

Nejvyšší prioritu má snaha hejtmanství o kvalitnější a dostupnější lékařskou péči pro obyvatele Olomouckého kraje. V sobotu 16. března zamířil hejtman Ladislav Okleštěk do nemocnice v Prostějově. Vizitu plánovaných investičních akcí tam provedl společně s ministrem zdravotnictví Adamem Vojtěchem.

„S panem ministrem jsme se zajímali například o přípravu nového oddělení paliativní péče. Pacientům bude sloužit celé jedno patro, které bude moderně vybaveno a nabídne prozatím přes dvacet lůžek,“ uvedl hejtman Okleštěk.

Olomoucký kraj chce, aby v budoucnu fungoval v každém okrese alespoň jeden poskytovatel hospicové služby. Systematické kroky hejtmanství ke zlepšení paliativní péče ministra potěšily.

„Ve zdravotnictví se často stávalo, že investiční projekty nebo nákupy materiálu či vybavení probíhaly

nekonceptně. Plán Olomouckého kraje na rozvoj zdravotnické péče má naproti tomu jasnou hlavu a patu,“ uvedl ministr Vojtěch. (red)



SENIORSKÁ OBÁLKA MŮŽE ZACHRÁNIT ŽIVOT

Senior v bezvědomí – kolem zdravotníků záchranáři, kteří mu chtějí pomoci. Cenné okamžiky v boji o život jim teď může ušetřit například obyčejná obálka přichycená magnetem na ledničku. Uvnitř totiž naleznou důležité informace o zdravotním stavu člověka, který jejich pomoc neodkladně potřebuje. Projekt Seniorské obálky spustil Olomoucký kraj právě v těchto dnech.

„Starší lidé dají na papír seznam užívaných léků a také aktuální informace od svého lékaře nebo propouštěcí zprávu z nemocnice. Tiskopis pak pověsí na ledničku nebo zevnitř vchodových dveří. Záchranáři díky tomu okamžitě poznají specifické zdravotní problémy či potřeby pacienta včetně medikamentů, které užívá,“ vysvětlil podstatu Seniorské obálky hejtman Ladislav Okleštěk.

Formuláře, v nichž senioři, nejlépe ve spolupráci s praktickým lékařem, vyplní podstatné informace, už

Olomoucký kraj zveřejnil na webových stránkách www.olkraj.cz/seniorska-obalka-cl-4555.html.

„Seniorská obálka je finančně nenáročný projekt, který zajistí pomoc hlavně seniorům v případě jejich tísně a ohrožení života. A to převážně těm, kteří žijí osamocně,“ doplnil Pavel Podivínský z krajského odboru sociálních věcí.

O projekt se už zajímají zástupci samospráv z celého regionu. Kraj ho proto bude nabízet ke sdílení nejen všem městům a obcím, ale také neziskovým organizacím či poskytovatelům sociálních služeb.

Seniorská obálka je projektem Ministerstva práce a sociálních věcí. Prvním krajem, který ji v loňském roce zavedl, byl Jihomoravský kraj. Kromě Olomouckého se postupně zapojily také Královéhradecký, Středočeský, Jihočeský, Liberecký, Karlovarský a Ústecký. (red)

VESNICE DOSTANOU DVAKRÁT VÍCE PENĚZ

Olomoucký kraj opět navýšil objem peněz, které přitečou na venkov. Od roku 2017 narostly finanční prostředky dostupné v Programu na obnovu venkova ze třiceti na více než šedesát miliónů korun.

„Zavedli jsme zcela nové dotační tituly, které obcím pomohou řešit nejpálčivější problémy. Jde třeba o peníze určené na opravu kulturních domů nebo zachování malých vesnických prodejen,“ uvedl hejtman Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk. Zájem vesnic o krajskou podporu je obrovský. Některé obce dokonce

žádají peníze ze všech pěti dotačních titulů, které program zahrnuje.

„Na obnovu venkova je pro letošek připraveno dvašedesát miliónů korun. Například částka vyčleněná na opravu vesnické infrastruktury se oproti roku 2017 zvedla o deset a půl miliónu korun,“ upřesnil náměstek hejtmana pro regionální rozvoj Pavel Šoltys.

Veškeré informace ke všem krajským dotacím najdou zájemci na webu OLKRAJ.CZ. V případě potřeby mohou žadatelé využít i HOT LINE podporu. (red)

ORIENTAČNÍ BĚŽCI USPĚLI NA SVĚTOVÉ ZIMNÍ UNIVERZIÁDĚ V SIBIŘSKÉM KRASNOJARSKU

Letošní největší zimní sportovní svátek, světová univerziáda, proběhl v první polovině března v sibiřském Krasnojarsku. Českou republiku reprezentovala velká skupina sportovců – vysokoškoláků. Mezi nimi poprvé v historii i orientační běžci na lyžích.

„Polovinu mužské části českého týmu tvořili závodníci z Olomouckého kraje – Petr Horvát a Ondřej Vystavěl. A oběma se mezi 56 závodníky z celého světa dařilo. Petr Horvát dosáhl vynikajícího 8. místa v závodě na krátké trati a ještě přidal 11. místo ve stíhacím závodě. Ondřej Vystavěl se také dvakrát dostal do elitní třicítky, když obsadil 29. místo ve stíhacím závodě a 30. místo na krátké trati,“ řekl člen rady Mezinárodní federace orientačního běhu Dušan Vystavěl.

Pro Petra Horváta byla univerziáda kvůli dosažení věkového limitu 25 let poslední šancí, jak ukázat, co umí, mezi akademiky. „Jsem rád, že jsem se s touto věkovou kategorií rozloučil osobním maximem – a to 8. místem v opravdu nabitě konkurenci, když zejména Rusové, Norové a závodníci Finska byli velice dobře připraveni,“ řekl Petr Horvát.

Výsledky mladých sportovců pochválil náměstek hejtmána pro oblast školství Ladislav Hynek. „Jsem velice rád, že se zástupcům našeho kraje dařilo na tak velké soutěži. Ještě větší radost mi dělá to, že oba dva jsou i výborní studenti. Během svých středoškolských studií na Gymnáziu v Zábřehu a Slovanském gymnáziu v Olomouci několikrát úspěšně reprezentovali Olomoucký kraj také v soutěžích celostátní chemické, či zeměpisné olympiády,“ uvedl náměstek Hynek.

Oba úspěšní reprezentanti přislíbili pomoc při přípravě žákovského družstva, které bude startovat na Zimní olympiádě dětí a mládeže, která se uskuteční v lednu 2020 v Karlovarském kraji.

(red)



PŘEROVSKÉ MUZEUM MÁ NOVÝ DEPOZITÁŘ

Na první jarní pátek se pracovníci Muzea Komenského v Přerově těšili jako nikdy. Olomoucký kraj totiž historikům a archeologům 22. března předal nově opravenou budovu depozitáře. Modernizace stavby vyšla na dvaapadesát miliónů korun.

„Nový depozitář umožní nejen přehlednější třídění sbírkových předmětů, ale nabídne také prostor pro pracoviště archeologa a badatelnu. Muzeum navíc ušetří peníze za externí prostory, které si kvůli nedostatku vlastního místa pronajímalo,“ vysvětlil přínos projektu hejtmán Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk. Rekonstrukce budovy depozitáře začala v květnu



2017. Technicky náročné bylo zesílení všech stropů ocelovou konstrukcí, aby podlahy zátěž historických sbírek unesly. Stavba získala rovněž nové rozvody elektřiny, okna, dodatečnou izolaci a sanační omítky.

„Většinu výdajů na rekonstrukci pokryje dotace z operačního programu ve výši třiačtyřicet miliónů korun,“ dodal náměstek hejtmána pro oblast kultury Petr Vrána. Depozitář se už začal plnit historickými kousky. Jde o mravenčí práci – muzejníci totiž musí přemístit tisíce vzácných sbírkových předmětů, zkontrolovat jejich stav a provést evidenci. Se stěhováním chtějí skončit v květnu.

(red)

NEMOCNICE ŠUMPERK MÁ ŠPIČKOVÝ RENTGEN

V šumperské nemocnici začal pacientům sloužit nový rentgenový přístroj. Zařízení za pět a půl miliónu korun nahradil původní rentgen, který už z kapacitních důvodů začínal dosluhovat. Nový přístroj je nejen rychlejší, ale díky svým vlastnostem usnadní práci radiologickým asistentům a v neposlední řadě dokáže automaticky volit optimální dávku záření.

„Nový rentgenový přístroj má dva detektory. Jeden je umístěn ve vertigrafu a druhý v polohovacím stole. Jednotlivá vyšetření jsou díky tomu rychlejší. Zařízení také umožňuje automatické nastavené pozice rentgenky podle zadané oblasti vyšetření. To znamená, že se rentgenka sama zaparkuje do požadované pozice. Přístroj má navíc několik desítek přednastavených expozičních parametrů podle oblastí, které se mají snímkovat. To vše dohromady významně usnadňuje práci radiologickému asistentovi,“ popisuje primář RTG oddělení šumperské nemocnice MUDr. Jiří Gerold s tím, že nová technologie umožňuje například i dodatečnou úpravu snímku, pokud je jeho kvalita nedostatečná. Přístroj podle primáře zároveň splňuje současné velmi náročné požadavky z hlediska radiční ochrany. „Nový rentgen dokáže automaticky zvolit optimální dávku záření pro potřebné provedení snímku,“ dodává.

Takzvaný skiagrafický RTG komplet Ysio Max odborníkům umožňuje provádět také skládané snímky. „Jde o zobrazení dlouhých oblastí těla v celém rozsahu, například páteře nebo dolních končetin. V počítači přístroje dojde ke spojení snímků provedených vedle sebe do jednoho velkého snímku, který je přehlednější a lépe se na něm provádějí měření,“ objasňuje primář Jiří Gerold.

Rentgenová vyšetřovna je součástí centrálního příjmu. Instalace nového přístroje přitom nebyla vůbec jednoduchou záležitostí. Zapeklitost instalace nového přístroje popisuje vedoucí správy šumperské nemocnice a člen představenstva Ing. Martin Pelnář: „Nový rentgenový přístroj jsme museli umístit na novou betonovou plochu se speciálním kotvením, protože jen hmotnost patientského vyšetřovacího stolu je 440 kg. Beton musel být vyzrálý tak, aby kotevní šrouby pevně držely v podkladu. Navíc skiagrafický komplet disponuje stropní rentgenkou, která váží 417 kg. K tomu všemu tak bylo potřeba zhotovit speciální stropní konstrukci, kterou musel navrhnout statik tak, aby čtyřsetkilová část rentgenu mohla pojíždět a měnit polohy ve stropní části konstrukce.“

Součástí rekonstrukce RTG pracoviště byla i kompletní modernizace vyšetřovny, dodávka olověných dveří a dispoziční úpravy převlékacích kabin pro pacienty. „Cena rekonstrukce se vyšplhala na 1,6 miliónu korun a byla plně hrazena Nemocnicí Šumperk se souhlasem vlastníka budovy, kterým je v tomto případě Město Šumperk,“ dodává Martin Pelnář.

V loňském roce provedli lékaři a zdravotníci RDG oddělení šumperské nemocnice celkem 115 tisíc vyšetření, z toho 53 tisíc výkonů provedli na rentgenových přístrojích. Oddělení poskytuje služby v oblasti klasické radiodiagnostiky, mamografického screeningu, CT a poslední dva roky nabízí nově také možnost vyšetření na magnetické rezonanci. Od roku 2010 je oddělení plně digitalizováno s napojením všech přístrojů do obrazového archivačního systému PACS, tedy s možností zasilání snímkové dokumentace v rámci nemocnice a na externí pracoviště.

Instalace přístroje nebyla jednoduchá.

Jen vyšetřovací stůl váží 440 kg.

Dalších 417 kilogramů váží stropní rentgenka.

Foto: Darina Aberlová, Nemocnice Šumperk



S MUŽEM NA VOZÍKU I S POSELSTVÍM OD PRIMÁTORA VYRAZILI DO ŠPANĚLSKA

Dvě stě dnů na cestě, dlouhé 3500 kilometrů. Takový je plán skupiny odvážných dobrodruhů, kteří se společně s Milanem Langerem na konci března vydali na pěší pouť z Olomouce do Santiaga de Compostela. Proč dobrodruzi a proč odvážlivci, když se na takovou pouť vydávají i tisíce dalších poutníků? Protože Milan Langer je upoután na invalidní vozík a je zcela odkázán na pomoc druhých.

„Máme před sebou velmi dlouhou cestu a nikdo z nás neví, co přesně nás čeká. Snažili jsme se být na cestu připraveni, ale nepochybně nás potká i množství problémů a průšvihů, což bývá pak při vzpomínání vůbec to nejlepší a nejzábavnější,“ uvedl Milan Langer na Horním náměstí, kde jeho pouť začala. „Důležité je, že naše cesta má být skutečnou poutí k sobě, těším se na ni a přijmu všechno, co nám přinese,“ dodal poutník na vozíčku.

Skupinu sedmi poutníků na Horní náměstí přišlo provodit množství jejich přátel a podporovatelů včetně primátora Mirka Žbánka a hejtmana Ladislava Oklešťka. „Přeji vám šťastnou cestu a budu vám držet palce, abyste těch průšvihů zažili co nejméně, i když sám říkáte, že se na ně později nejlépe vzpomíná,“ popřál poutníkům primátor Žbánek. Milanu Langerovi pak předal poselství pro starosty měst, kterými bude olomoucká poutnická pata procházet. „Pan hejtman zmínil, že se olomoucký kraj vyliďňuje. Já si dovoluji vašim prostřednictvím poslat starostům a obyvatelům západoevropských měst pozdrav a pozvánku, a budu věřit, že je inspiruje k návštěvě našeho města a celého kraje,“ dodal primátor. V pozdravu starostům připomněl dávnou tradici poutních cest v Evropě i přináležitost Olomouce do těchto dálkových tras, díky kterým se šířila Evropou společná kultura a vzájemné poznání. „Také v našem městě, jeho architektuře a uměleckých památkách se prolínají kulturní vlivy ze západoevropských a jihoevropských metropolí. Dnešní Olomouc je za všechny tyto vlivy vděčná a je

pyšná na krásu, kterou může dávné dary hostů oplácet dnešním návštěvníkům,“ uvedl Mirek Žbánek. Po zaznění speciální poutnické hymny Poutí k sobě a malé sehrané scény s uniformovanými četníky se už parta poutníků vydala na cestu. Jejich prvním cílem byl Náměstí na Hané, kde spali první noc. Celkem je čeká dalších asi 3,5 tisíce kilometrů... (red)



PRIMÁTOR A RADNÍ ZNOVU JEDNAJÍ O PODCHODU POD ŽELEZNICÍ VE VÁCLAVKOVĚ ULICI

Další jednání ohledně přímého propojení ulic Václavkova a Na trati připravuje primátor Olomouce Mirek Žbánek. Jak informoval radu města, reálnou variantou, která je nadále ve hře, je podchod pod železniční trati. Primátor se chystá vyjednávat se zástupci majitele železniční trati i se Státním fondem dopravní infrastruktury.

„Plně rozumím přání obyvatel této lokality, že přímé spojení obou ulic je pro ně důležité a výhodné. Současně ale musím brát v potaz i stanovisko Správy železniční dopravní cesty, které uvedená železniční trať patří. Proto se snažíme prosadit řešení, dobré pro občany a akceptovatelné

pro SŽDC,“ vysvětlil primátor Mirek Žbánek. Vybudování nové lávky je nereálné kvůli vysokým nákladům a novým přísnějším normám, které by vyžadovaly například bezbariérovost takové stavby. Úrovnňový přechod, který by preferovali místní obyvatelé, což potvrdili i v petici z ledna tohoto roku, je problémem zejména z pohledu bezpečnosti provozu na trati. SŽDC městu proto doporučuje zvolit přibližně stejně nákladnou stavbu podchodu. Na úrovnňový přechod s veškerým elektronickým zabezpečením i na podchod jsou odhadovány náklady ve výšce zhruba 20 milionů korun. Na stavbu podchodu je přitom reálné získat dotaci ze Státního fondu dopravní infrastruktury. Součástí studie stavby bezbariérového podchodu jsou i parkové úpravy přilehlé lokality včetně umístění herních prvků pro děti.

„Budu tedy nadále jednat se SŽDC a spolu s oblastním ředitelem navštívíme Státní fond dopravní infrastruktury, kde bychom se pokusili vyjednat co nejlepší podmínky pro tuto investici,“ dodal primátor Olomouce. Odbor strategie a řízení současně projedná studii „Podchod pod železniční trati při ulici Václavkova“ v komisích architektury a dopravy a také s komisí městské části Olomouc – západ.

Spojení obou ulic přes frekventovanou železniční trať zabezpečovala do roku 2017 kovová lávka. Mostní stavba, vybudovaná v roce 1984, byla ve špatném stavu a navíc neplnila dnešní normy, například požadavek na bezbariérovost. Kvůli havarijnímu stavu byla lávka v roce 2017 uzavřena a v následujícím roce demontována. (red)



OLOMOUC PŘIPRAVUJE ENERGETICKOU KONCEPCI

Snížit energetickou náročnost budov, efektivněji využívat energii, nakupovat ji společně s městskými organizacemi a ušetřit tak značné prostředky z rozpočtu města – to je cílem Energetické politiky statutárního města Olomouce. S návrhem tohoto opatření se seznámili i radní města. „Správnou energetickou politikou může město jako Olomouc ušetřit miliony korun ročně, což platí zvláště v době, kdy ceny energií rostou,“ zdůraznil primátor Mirek Žbánek.

„Energetickou politikou si město stanoví jasný směr při hospodaření s energií. Město tak získá systémový nástroj pro prosazování úsporných opatření. To samozřejmě znamená jednak přínos pro městský rozpočet, současně to ale může také pozitivně působit na další firmy, instituce či obyvatele města,“ vysvětlil primátor Žbánek. „Chceme více podporovat výchovu ve školách k energetickým úsporám, zavádět školní projekty úspory energií a využívání alternativních zdrojů,“ popsal primátor další bonus, který energetická politika města má přinést.

Základem pro stanovení energetické koncepce je podrobné zmapování současného nakládání s energiemi, a to nejen v rámci magistrátu, ale všech příspěvkových organizací a městských akciových společností. Energetický manažer bude pomocí speciálního softwarového nástroje kompletovat data o jednotlivých odběrných místech a spotřebách a vyhodnocovat, kde jsou rezervy či zbytečné ztráty. Město a jeho organizace budou také společně soutěžit dodávky elektrické energie, což rovněž přinese úspory. „Jsem přesvědčen o tom, že jsme v tomto ohledu zaspali dobu, jiným městům už podobné koncepce přinášejí výrazné úspory,“ upozornil Mirek Žbánek. Zavádění energetického managementu do systému řízení města je navíc podmínkou pro dotační tituly, které směřují k energeticky úsporným projektům. Rada města uložila vedoucímu odboru strategie a řízení projednat návrh energetické politiky v komisi hospodářského rozvoje a dále s ředitelem příspěvkových organizací a akciových společností, v nichž má město stoprocentní majetkový podíl. (red)

ÚPRAVY BŘEHŮ, NOVÝ MOST A ÚKLID KOMUNIKACÍ

Další z řady společných jednání mezi vedením města a podniku Povodí Moravy se odehrálo v polovině března na olomoucké radnici. Tématem byl průběh stavby, dodržení harmonogramu, osud mostu v Masarykově ulici, či navazující investiční práce města.

„Představitelé Povodí Moravy nás seznámili s průběhem stavebních prací a ujistili nás, že vše podstatné se zatím odehrává v rámci schváleného harmonogramu a žádná závažná zdržení a komplikace nenastaly. To vnímám jako dobrou zprávu,“ uvedl primátor Olomouce Mirek Žbánek. V průběhu jednání chtěl také vyvrátit fámy, že ze stavby mizí stavební technika a některá ze stavebních firem chce odejít z projektu. „Mohu vás ujistit, že v žádném ohledu nemáme zpoždění a vše probíhá jak má. Stavební práce neprobíhají jen mezi mosty v ulicích Komenského a Masarykova, ale na mnohem delším úseku až ke třídě Kosmonautů,“ vysvětlil investiční ředitel Povodí Moravy Tomáš Bělaška. Dodal, že pokud někdo sleduje pouze úsek u Bristolu, mohl po dokončení provádění pilotů na straně u Blahoslavovy ulice nabýt dojmu, že stavební technika opouští staveniště a práce jsou přerušeny. To ale není pravda, neboť práce probíhají podle stanoveného harmonogramu. „Ujištění, že stavba běží podle harmonogramu, je pro nás podstatné,“ reagoval primátor.

Během setkání se hovořilo také o provozních otázkách, jako je úklid staveniště a okolních komunikací. „Tady vidím stále dost velké rezervy, svědčí o tom i stížnosti občanů,“ podotkl primátor Žbánek. Obě strany řešily budoucí stavební aktivity, jako například koordinaci při provádění parkových úprav na levém nábřeží u BEA centra s budováním veřejného osvětlení ve stejné lokalitě, či položení chráničků pro budoucí datové rozvody podél celého pravého nábřeží. Zástupci města požádali také o citlivou demontáž a uložení historického litinového zábradlí z pravého nábřeží Moravy. Zástupci Povodí Moravy informovali o probíhajících statických posudcích na most v Masarykově ulici.

Během jednání se hovořilo i o projednávané změně stavby před dokončením. „Změna stavby, která spočívá

ve zvětšení průměru a v úpravě délek některých pilot, přispěje ke zvýšení bezpečnosti nové konstrukce nábřežních zdí a sníží vliv stavby na nábřežní domy i okolní komunikace, protože dojde ke zmenšení počtu prováděných vrtů,“ popsal podstatu změny na levém nábřeží řeky Moravy Petr Loyka, šéf odboru životního prostředí olomouckého magistrátu. „Zrychlí se také postup výstavby, a to díky provádění menšího počtu pilot (vrtů) a na minimum se zkrátí doba působení negativních vlivů na okolí.“ Na začátku dubna se odehraje už třetí společný kontrolní den na stavbě. Při té příležitosti se budou moci představitelé města i zástupci médií přesvědčit o tom, jaká část projektu byla za rok od zahájení stavby provedena.

(red)



HERCI V OKAMŽIKU ZMIZÍ Z JEVIŠTĚ PROPADLEM

Už během divadelních prázdnin v roce 2018 se v Moravském divadle Olomouc odehrávala důležitá rekonstrukce prostoru jeviště. Na ni brzy naváže další podobná investiční akce, která ve výsledku obohatí možnosti scény.

„Vedení Moravského divadla požádalo městskou radu o uvolnění částky dva miliony korun z rezervního fondu. Rada tomuto požadavku vyhověla,“ uvedl Pavel Hekela, náměstek primátora, který je odpovědný za oblast kultury. Moravské divadlo za tuto částku pořídí nová

osobní propadla. „Jedná se o technický prostředek, který umožňuje mizení či objevení se herce na scéně,“ dodal vysvětlení Pavel Hekela. Takové technické zařízení je důležité pro řadu divadelních inscenací.

Nový prvek naváže na loňské úpravy divadla. Nejvýznamnější z prázdninových prací minulého roku totiž byla rekonstrukce dvou zvedaných stolů jeviště neboli propadel. Ta dříve sloužila jen jako výtah pro přepravu kulis, po rekonstrukci umožňují i přepravu herců.

(red)

NEBE, PEKLO, RÁJ V LIDOVÝCH NÁZVECH BYLINEK

Motto:

Patřte na kvítí, kterak roste, nedělá, ani nepředě, pravím však vám, že ani Šalamoun ve vši své slávě, nebyl tak krásné oděn, jako jedna z těchto.

Lukáš 17. 27

(všechny jsou cenné, mámivé, nejvíce však ty léčivé, byť by i květů neměly. pozn. aut. J. T.)

Před několika lety proběhla anketa, kterou z metod přírodního léčitelství lidé nejvíce preferují. A nekonalo se žádné překvapení. Opět se potvrdilo, že většina veřejnosti důvěřuje léčivým bylinkám a bylinným přípravkům (89 % dotázaných). A není se čemu divit. Vždyť léčivé byliny svými účinky pomáhaly od nepaměti trpícím a potřebným. Po dlouhá ne staletí, ale tisíciletí, nebylo jiných a lepších léků. Svědčí o tom i níže uvedený text, čerpající z knihy knih „BIBLE“.

První „HERBÁŘ“?

Kniha knih, „Bible“, ústy svých proroků a evangelistů mnoho rostlin specifikuje a dá se říci, že se tak vlastně stává prvním „Herbářem“ v dějinách lidstva. O cibuli, česneku koriandru a ječmenu ve Starém zákonu (SZ) hovoří sám Mojžíš. Ve 2. knize Mojžíšově se navíc setkáváme i s prvním zapsaným bylinným návodem na použití léčivých bylin, neboť v kapitole 12. 8. je zapsáno: „i budou jísti noci té maso z beránka pečené ohněm s chleby přesnými, bylinami hořkými zapíjeti budou“. Kdo někdy jedl skopové, jistě pochopil, proč Hospodin nařídil, aby Židé toto maso zapíjeli hořkými bylinami. Jedná se o maso velmi tučné, takže u člověka se slabším žaludkem a trávením může vyvolat problémy. Proto to Hospodino preventivní opatření.

O kopru, vlčím máku a zimostřázu se ve SZ zmiňuje prorok Izajáš, ten navíc do svých hrozeb pronárodům přidal i kopřivy a bodláčí. Břečtan se objevuje v promluvě k Makabejským.

Evangelisté Nového zákona (NZ) si všimli příjemnějších věcí. Yzop a jeho léčivou sílu vyzdvihl Jan, který velebil i vinnou révu. Hořčici, mátu a moruši zmiňuje evangelista Lukáš.

Král Šalamoun v „Písni písní“ oslavuje svou milenkou slovy, že vydává vůni jako sad s jablky granátovými, s nardem a safránem, puškvorcem a skořicí, se vším kadidlovým stromovím, myrhou a aloe. Takže je Bible i takřkajíc první herbář milostný.

V době prababiček našich babiček a prababiček jejich babiček, hlavně na venkově, kdy lékař byl na míle vzdálený, staly se léčivé rostliny základem lidového léčitelství. Babky kořenářky, jejichž světnice byly ověšeny sáčky a prosyceny vůni sušených bylinek, se staly nejvyhledávanějšími osobami, požívaly velké úcty a rozdávaly spolu s bylinkami i víru v uzdravení. Zde byl taky i jeden

z hlavních zdrojů vzniku překrásného lidového názvosloví (LN).

Bylinám, které v nemoci přinášely úlevu a zdraví, dávali lidé z vděčnosti krásná a poetická jména, v různých krajích rozdílná a zvláštní, typická pro ten či onen región.

V mé publikaci „Léčivá moc rostlin v lidových názvech z Čech, Moravy a Slezska“, pojednávám o 574 léčivých rostlinách, ke kterým je přiřazeno 6 642 jejich lidových názvů (LN).

Hojně se tak vyskytují názvy podle nemocí, které příslušná bylina léčila. Mnoho léčivých rostlin převzalo do svých LN i něco i z fauny – říše živočišné. Dále v LN vystupují i bájní bohové a hrdinové a také bytosti pohádkové.

Rovněž také vliv křesťanské mytologie je v lidových názvech (LN) léčivých rostlin na první pohled zřejmý a to jak zástupců mocnosti nebeských, tak jejich protipólu, zástupců mocnosti pekelných. Celkem se mi podařilo ve výše uvedené publikaci přiřadit 403 LN zástupcům mocností nebeských a 142 LN zástupcům mocností pekelných. Protože v tomto příspěvku nelze z kapacitních důvodů prezentovat všechny LN dané kategorie, uvádím pouze jejich vybraný vzorek.

Pět kvízových otázek

Zkuste, milí čtenáři, určit, které léčivé bylinky se skrývají pod těmito půvabnými lidovými názvy. A pokud si nebudete vědět rady, nevádí – na konci tohoto článku najdete správné odpovědi.

A) 1. Adamova hlava, 2. aleluja, 3. andělíček, 4. biskupské čepičky, 5. botečky p. Marie, 6. Boží byt, 7. Boží fousky, 8. Boží nohavičky, 9. bylina sv. Jakuba, 10. bylina sv. Jana, 11. dar nebes, 12. farářovy čepičky, 13. jazyk sv. Jana, 14. Jonášovo stínidlo, 15. kanovnícké čepičky, 16. klíč sv. Petra, 17. kněžská bylina, 18. kněžská pleš, 19. knotovka sv. Víta, 20. kolínka panny Marie, 21. kopí sv. Václava, 22. kořen(i) sv. Ducha, 23. koření sv. Petra, 24. krev sv. Jana, 25. krev pána Ježíše, 26. Kristova palma, 27. Kristova koruna, 28. Krista pána pláč, 29. květ sv. Ivana, 30. láska Boží, 31. len matky Boží, 32. mariánská růže, 33. mariánský bodlák, 34. mariánský klíček, 35. mech sv. Jana, 36. nebesklíček, 37. nebeský dar, 38. nebotřesk,



Kaprad' samec



Čertovo peří

39. nohavičky pána Boha, 40. odění pána Ježíše, 41. pánbíčkovy oči, 42. pánbíčkův chléb, 43. panny Marie očička, 44. pečeť Šalamounova, 45. peří sv. Ducha, 46. plášť p. Marie, 47. potěšení Boží, 48. požehnaný pcháč, 49. slzičky panny Marie, 50. strom sv. Lucie, 51. sv. Jana ruka, 52. svatojánské jahody, 53. svatojánské žito, 54. svatojánský pás, 55. svěcená rostlina, 56. thé jezuitské, 57. truňk sv. Kunhuty, 58. tvář sv. Jana, 59. varkočky panny Marie, 60. vousy sv. Ivana, 61. vousy sv. Jana, 62. zelina sv. Petra, 63. zvonek sv. Jana, 64. žito sv. Jana

B) 1. čert, 2. čertikus, 3. čertí ocet, 4. čertí hlava, 5. čertí pero, 6. čertkus, 7. čertohlav, 8. čertova třešeň, 9. čertovo hovno, 10. čertovo jablko, 11. čertovo peří, 12. čertovo mléko, 13. čertovo mlíčí, 14. čertovo lejno, 15. čertovo zlo, 16. čertovo žebro, 17. čertovy nitky, 18. čertovy vousy, 19. čertův blázníček, 20. čertův čpár, 21. čertův pantoflíček, 22. čertův spár, 23. čertův trus, 24. ďáblík, 25. ďáblíkův kořen, 26. ďáblovu jablko, 27. ďáblův zub, 28. zlý mníšek, 29. zub čertův

C) V dobovém kalendáři začátku 20. století jsou na nervy a nespavost doporučovány tyto bylinky: Kristova kořuna, zelina sv. Petra, svěcená rostlina, zvonek s. Jana,

D) Podle starého Domácího lékaře se o játra, žlučník a slinivku nejlépe postarají bylinky: požehnaný pcháč, koření sv. Petra, mariánský bodlák, kněžská pleš, láska Boží

E) Mezi smrt přinášející, jsou ve starém Herbáři uváděny tyto: jedovaté byliny – ďáblovu jablko, čertův pantoflíček, čertova třešeň

Zde jsou správné odpovědi:

ad A) 1. posed bílý, 2. šťavel kyselý, 3. sasanka hajní, 4. brslen evropský, 5. čičoretká pestrá, 6. ambrosie pelyňkolistá, 7. koniklec luční, 8. ostrožka polní, 9. starček přímětník, 10. třezalka tečkovaná, 11. vlašovičník větší, 12. dřšťál obecný, 13. kaprad' samec, 14. skočec obecný, 15. brslen evropský, 16. prvosenka jarní, vyšší, 17. černohlávek obecný, 18. pampeliška lékařská, 19. kohoutek luční, 20. konvalinka vonná, 21. přeslička rolní, 22. andělka lékařská, 23. čekanka obecná, 24. třezalka tečkovaná, 25. kohoutek luční, 26. skočec obecný, 27. mučenka pietní, 28. dřšťál obecný, 29. kopretina polní, 30. smil písečný, 31. lnice květel, 32. pivoňka lékařská, 33. ostropestřec mariánský, 34. konvalinka vonná, 35. plavůň vidlačka, 36. prvosenka jarní, vyšší, 37. vlašovičník větší, 38. netřesk střešní, 39. ostrožka polní, 40. česnek hadí, 41. pomněnka bahenní, 42. sléz přehlížený, 43. rozrazil rezekvítek, 44. kokořík lékařský, 45. suchopýr, 46. kontryhel žlutozelený, 47. světlík lékařský, 48. benedikť lékařský, 49. hvozdík kartouzek, 50. střemcha, 51. všedobrá horní, 52. rybíz červený, 53. paličkovice nachová, 54. plavůň vidlačka, 55. sporyš lékařský, 56. merlík vonný, 57. řepík lékařský, 58. aron skvrnatý, 59. řepík lékařský, 60. kavyl peritý, 61. suchopýr, 62. prvosenka jarní, vyšší, 63. třezalka tečkovaná, 64. paličkovice nachová

ad B) 1. koukol polní, 2. kozlík lékařský, 3. potměchuť popínavá, 4. durman obecný, 5. kaprad' samec, 6. čertkus luční, 7. černohlávek obecný, 8. rulík zlomocný, 9. ločidlo čertovo lejno, 10. brambor obecný, 11. kaprad' samec, 12. pryšec, 13. pryšec, 14. ločidlo čertovo lejno, 15. ločidlo čertovo lejno, 16. kaprad' samec, 17. kokotice jetelová, 18. koniklec luční, 19. rulík zlomocný, 20. plavůň vidlačka, 21. oměj šalamounek, 22. plavůň vidlačka, 23. ločidlo čertí lejno, 24. kokořík lékařský, 25. posed bílý, 26. durman obecný, 27. kokořík lékařský, 28. oměj šalamounek, 29. aron skvrnatý

ad C) mučenka pietní, prvosenka jarní, sporyš lékařský, třezalka tečkovaná

ad D) benedikť lékařský, čekanka obecná, ostropestřec mariánský, pampeliška lékařská, smil písečný

ad E) durman obecný, oměj šalamounek, rulík zlomocný

Měsíc duben už plně symbolizuje probouzející se přírodu. Závěrem si proto připomeňme slova Paracelsa „Vaše louky, pastviny a hory, necht' jsou vašimi lékárnami, neboť celý svět je lékárnou.“

Text Jiří Trefný, kresba a foto Vít Stanovský



Dřišťál obecný



Farářovy čepičky



Čekanka obecná



Koření sv. Petra



Brslen evropský



Biskupské čepičky

NEPŘÍJEMNÉ BRADAVICE – VERUKY

Od nepaměti se spojují se zlem a ošklivostí. Jsou symbolem čarodějnic, kdy tyto kožní výrůstky na nose nebo na bradě byly jejich poznávacím znamením.

Bradavice jsou způsobeny virovou infekcí. Mohou se vyskytnout téměř kdekoli na těle. Typicky se objevují na prstech, ploskách. Původcem bradavic jsou viry ze skupiny papilomavirů (HPV). Na jejich vzniku se může podílet také snížení obranyschopnosti organismu (imunity). K nákaze dochází nejčastěji přímým kontaktem. Projevy a vznik bradavic může být až několik měsíců po nákaze – to, kdy přijde člověk do styku s infekcí. Bradavice nepředstavují hrozbu pro naše zdraví, ale toto

velmi nakažlivé onemocnění představuje spíše estetický problém. U seniorů, kteří už hůře zvládají péči o své nohy, představují velkou zátěž. Pokud bradavice přeroste do větších rozměrů, vytvoří se v okolí nehtů nebo na plosce nohy, zhorší se kvalita chůze.

Řešení bradavic není radno odkládat

Při neodborném pokusu o odstranění nebo škrábáním se bradavice často roznosou na jiná místa a vytvoří se tak dceřiné bradavice. Vyskytnou – li se na ploskách, jsou velmi bolestivé. Chůzí a tělesnou zátěží jsou zatlačovány dovnitř chodidla, vytváří zrohovatělé trny a způsobují palčivou bolest.

Zbavení se bradavic bývá bohužel zdoluhavé. Do doby než budou bradavice odstraněny a vyléčeny, neměli bychom chodit naboso, aby se nenakazily další osoby.

Odstranění bradavic nechte na odborníkovi

Bradavice by měl odstraňovat zkušený dermatolog. Přípravky, které si zakoupíte k domácímu odstranění bradavic, si můžeme často ublížit a léčba trvá mnohem déle. Další léčbu, kterou volí především starší lidé jsou přírodní produkty (vlaštovičník, česneková kúra, jablečný ocet apod.). Uvádí se, že nejlépe působí čerstvý česnek, česneková šťáva. Ten může způsobit alergickou reakci v podobě vyrážky, proto je dobré otestovat svou pokožku.

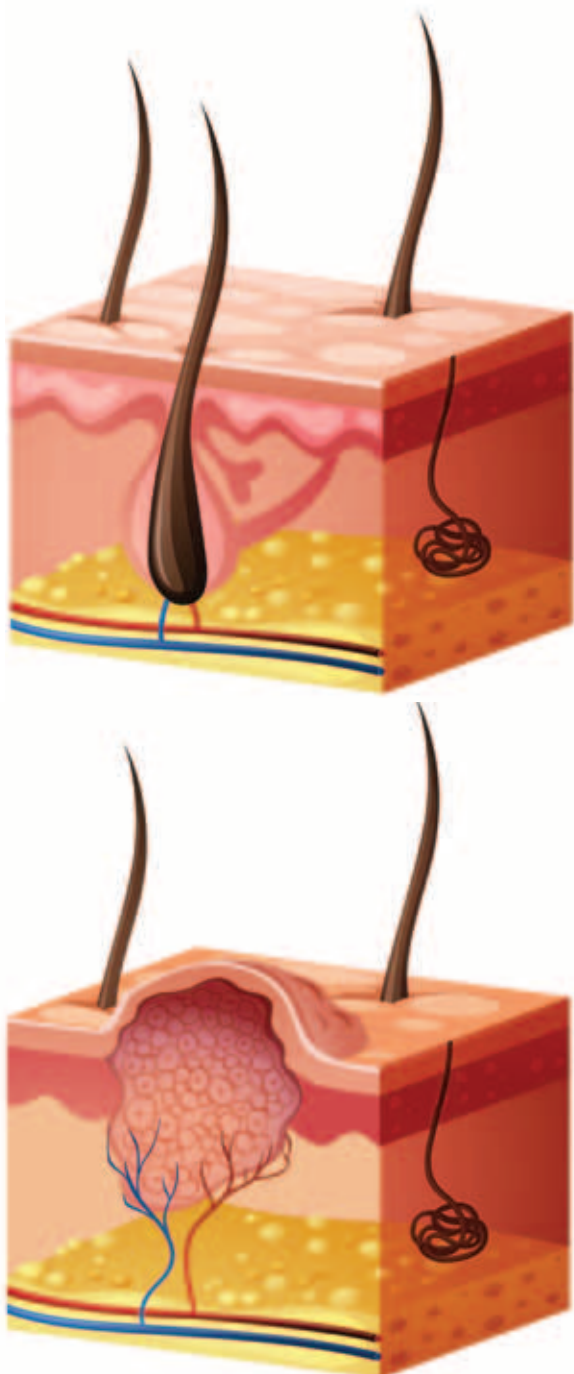
V praxi se setkáváme s lidmi, kteří vyzkoušeli mnoho přírodních produktů, a stejně museli navštívit kožního lékaře. Nejen, že bradavice nezmizela, ale ještě měli poškozené okolí bradavice, bolestivost a podobně. Proto je lepší nechat odstranění na odborníkovi. Důležité je také aby určil, zda se jedná o bradavici či kuří oko.

Léčba probíhá podle velikosti bradavice a lokalizace

- Místně působícími léky – roztoky
- Kryalizací – zmražením tekutým dusíkem
- Exkochleací – více invazivní způsob (vyškrábnutí ostrou lžičkou v místním znecitlivění)

Pokud bradavice máte, dbejte na to, ať je neroznášíte (používejte svoje papuče, boty, ručníky, nechoďte do bazény, sauny, společných prostor). Šíření bradavic dochází přímým stykem s nakaženou kůží nebo po kontaktu s kousky pokožky odtržených z bradavic. Pokud bradavice máte, nikdy je sami neodstraňujte. Vzniklým krvácením napomůžete k rozšíření virů do okolí a pomnožení bradavic. V letních měsících je šance na chycení bradavic mnohem větší než v jiné roční době. Kdo zažil boj s bradavicemi, jistě dobře ví, že je to běh na dlouhou trať.

Stanislava Zavadilová,
odborná zdravotní sestra



Porovnání zdravé a napadené kůže.

OSLAVA MDŽ VE SPOLKU VOJENSKÝCH DŮCHODCŮ

V tomto roce oslaví Spolek vojenských důchodců v Olomouci 30. výročí svého vzniku. Bude to rok hodnocení činnosti, co se za jeho trvání pro členy spolku i ostatní seniory podařilo uskutečnit. Dne 20. února se konalo Posezení u videa, které bylo zároveň vzpomínkou na členy, kamarády, kteří nás už opustili, ale zanechali za sebou kus práce i radosti pro druhé. Záběry z videoprodukce byly zároveň i součástí soutěže dvojic o symbolické odměny za správné odpovědi. Velmi zdařilé odpoledne připravili p. Vízek a Gartner. Další akce, tentokrát určená ženám SVD při příležitosti MDŽ se uskutečnila 7. března v Domě armády. Ke slavnostní atmosféře přispěli všichni muži z Rady SVD. Připravili občerstvení, každá přichodící žena byla přivítána květinou. Potěšili zdravicí a poděkováním všem ženám za vše, co dělají pro rodinu. V následujícím kulturním programu zazpíval přítomným ženám mužský kvintet SVD několik lidových písní. Setkání žen bylo zároveň příležitostí vidět se a popovídat si s bývalými kolegyněmi. V závěru pěkného odpoledne pozval předseda Rady SVD p. Krušina přítomné na další pořádanou akci Vítání jara, která bývá vždy hojně navštěvena i členy z jiných klubů olomouckého regionu.

Manželé Jursíkovi, Foto: Z. Vízek

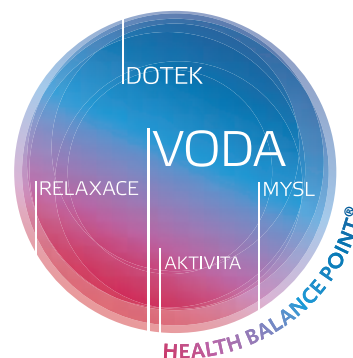


inzerce

TERMÁLY | LOSINY

HŘEJIVÉ SRDCE JESENÍKŮ

UNIKÁTNÍ TERMÁLNÍ
PARK V JESENÍKÁCH



- termální park, jediný svého druhu v České republice
- bazény napouštěné přírodní termální vodou a vodní atrakce
- sauny – finská, solná, parní, aromatická a ledová komora
- široká nabídka masáží
- cvičení v bazénu, animační programy
- zázemí pro rodiče s dětmi
- restaurace s vynikající kuchyní
- celoroční provoz
- sledujte náš kalendář akcí

www.termaly-losiny.cz

**KOUPÁNÍ
POD ŠIRÝM
NEBEM**

Využijte **slevy a bonusy**
při ubytování
ve Wellness hotelu DIANA
www.diana-losiny.cz

sleva 10 %

platí do 31. 5. 2019 ve dnech ÚTERÝ až PÁTEK
v termínech vedlejší sezóny

**tímto kuponem získáváte
slevu na vstupné 10 %**

slevy se nesčítají

TERMÁLY | LOSINY

AKTIVNÍ DŮCHODCI V BŘIDLIČNÉ

Ve městě Břidličná, která se nachází téměř uprostřed mezi městy Bruntál a Rýmařov, je skupinka důchodců, kteří se pravidelně scházejí každé pondělí. Cílem schůzek je naučit se anglicky. Velkou motivací k učení jazyka nám byla skutečnost, že většina z nás má příbuzné v anglicky mluvících zemích.

Přivítali nás dne 6.ledna 2014 ředitel Základní školy Miroslav Glacner a lektorka Klára Ujfalusi, a to v jazykové učebně školy, do lavic zasedlo 21 seniorů. Až do konce školního roku 2018 pod vedením paní lektorky jsme se učili nová slovíčka, číst, psát, vyslovovat, později číst celé věty, články, jejich překlady a pokusy o tematickou konverzaci mezi sebou. Paní lektorce zase a znova vyslovujeme velké poděkování, nebylo lehké nás toto vše naučit. Zrovna tak děkujeme panu řediteli za příležitost a důvěru, že studovat cizí jazyky je možné i v pokročilém věku. V loňském roce školní rok ukončilo studium celkem 12 seniorů z toho původních 8, v průběhu posledních tří let se přidali 4 noví, moc šikovní. Pro tento školní rok se s námi lektorka Bc. Klára Ujfalusi rozloučila s příslibem pro spolupráci ve školním roce 2019/2020.

Všichni si vážíme toho, co jsme se dokázali naučit a víme, že i přesto je to jen malá část toho, abychom se mohli v tomto jazyce domluvit, kdy bude potřeba. Tak jsme to nevzdali a neudělali si roční prázdniny. Výuku nám slíbila paní Anička Šubíková t.č. učitelka ve výslužbě, absolventka pomaturitního studia angličtiny, absolventka několika měsíčních studijních pobytů v Británii a na Maltě. Nás jako studenty měla už zmapované, sama zasedla s námi do lavic na Základní škole velmi často. Lektorka a my jsme neměli učebnu, s ochotou nám vyšla vstříc paní Mirka Kozubová, knihovnice

našeho města. Od října 2019 jsme se scházeli v Městské knihovně v provozních hodinách knihovny. Avšak pro kolektivní studium a výuku toto místo nebylo vhodné s ohledem na přítomnost veřejnosti. Požádali jsme vedení města o pomoc k zajištění vhodné prostory z jejich volnočasových aktivit pro občany. Paní tajemnice a vedoucí hospodářskosprávního odboru nám neprodleně vyhověly. Scházíme se na Městském úřadě v zasedací místnosti. Díky této možnosti máme příjemné prostředí a soukromí ke studiu. Vedení města děkujeme a moc si toho vážíme.

Říkáme si Klub seniorů anglického jazyka. Holky a kluci mají od 62 do 80ti let. V únoru nejstarší člen a výborný žák s námi oslavil svoje krásné životní jubileum.

Tento školní rok nás všechny posouvá dál. Díky dosaženým znalostem a ze strany lektorky zajímavou výukou. Mimo základů gramatiky si ožívujeme to, co jsme se naučili a získáváme nové zkušenosti formou soutěží, kvízů, různých skládaček do smysluplných vět. Při této činnosti zažíváme spoustu legrace a hlavně nás to baví, máme téměř 100% účast. Učíme se podle dvou nově přepracovaných učebnic, které vlastní každý člen klubu. Z učebnic čerpáme vědomosti pro gramatiku, slovní zásobu a frazeologii. Metodické postupy učebnic jsou zaměřeny na náš typ studentů. Svoji spokojenost nám vyslovila paní lektorka ve smyslu, že děláme velké pokroky, avšak měli bychom přidat při samostudiu prostřednictvím dostupných sítí. Děkujeme paní lektorce, že nám věnuje svůj volný čas jak při výuce tak i doma s přípravou tiskových zadání pro zábavné soutěžní kvízy. Moc si jí vážíme, jsme si vědomi, že máme před sebou ještě spoustu práce, abychom nebyli věční začátečníci.

Klub seniorů anglického jazyka

MEZINÁRODNÍ DEN ŽEN V CHOLINĚ

V pátek 8. 3. jsme na Dvoraň tradičně slavili Mezinárodní den žen. V programu vystoupili žáci zdejší ZŠ s pásmem říkanek, písniček a tanečků. Děti po svém výborném vystoupení předaly přítomným seniorkám kytičky, ke kterým přidaly i své vlastní výrobky. K tanci poslechu nám hrála Loštická dvojka. Přišla mezi nás i paní starostka, přinesla dárek do tomboły a seznámila přítomné s připravovanou akcí pro aktivní seniorky. Akce se uskutečnila z její iniciativy. Tradičně bohaté občerstvení - káva, čaj, zákusky, chlebíčky, víno a také nějaké to nealko. Oslava MDŽ se povedla ke spokojenosti všech přítomných.

Za Seniorklub Cholina Naďa Plachá,

foto: František Příkryl



FOTÍM STUDÁNKY. VAŽME SI JICH!

Jmenuji se Mikš Milan, jsem ročník 1950. Pocházím z Dolan, ale od roku 1971 kdy jsem se oženil, bydlím v Samotiškách. V 62 letech, kdy jsem skončil s kopanou, jsem začal jezdit na kole. Jezdil jsem po okolí a navštěvoval hrady a zámky. Pak se mi do rukou dostaly olomoucké noviny a tam byla na fotografii studánka Fuňkova u Vilémova. Jel jsem ji najít a pak mě to chytlo. Byla to moje první studánka v roce 2016. Považuje se za pramen řeky Blaty, která se u Tovačova vlévá do řeky Moravy. Pak jsem jezdil všude po okolí – Olomouc, Prostějov, Polička, Rýmařov, Brno, Zlín atd. Studánku jsem vždy našel na internetu a pak bez navigace jsem ji jel hledat na kole. V roce 2016 jsem najel 6 238 km a navštívil 130 studánek. O rok později to bylo 5 382 km a 227 studánek, v roce 2018 pak 4 755 km a 288 studánek. Za tu dobu, co jezdím, jsem zaregistroval přes 20 studánek nových, které jsem objevil, nebo jsem se o nich doslechl. Dávám jim někdy i jméno po mých kamarádech. Jednu jsem pojmenoval po mém otci Jaroslav



– tu za Horní Boudou. Další mají názvy např. Katány, Edík, Šaki, NuniToman, Nikolka, Luci, Kocourův Míjo, Viťouš, Satanův pramen atd. Jednu ze studánek nad Dolany jsem ve spolupráci s lesy Šternberk po domluvě nechal předělat, byla to studánka Wolkerova. Neměla svůj pramen a rozpadala se. Byla tedy přemístěna pod Radíkovskou věž a má název Wolkr 1 – Ford. Je to památka na básníka Wolkeru, který žil v Prostějově a na Svatý Kopeček jezdil na prázdniny k babičce a dědečkovi. Zemřel ve 24 letech. Studánek, kterých si moc vážím, je mnoho. Třeba ta první Fuňkova, kterou jsem hledal s kolem na zádech houštinami, což se teď mockrát opakuje a pramen řeky Bystřice u Rýžoviště. A taky pramen Vsetínské a Rožnovské Bečvy. Mám několik alb, v nichž fota studánek a pramenů dokumentuji. Moje kamarádka Lucka mi píše a dokumentuje fota studánek a vše kolem nich – jak se ke každé dostaneme a kde se nachází. Taky mám v každém albu básničky o studánkách, které jsem složil. Voda je život, měli bychom si studánek a pramenů vážit. Posílám pár fotek studánek, jednu s panem sládkem Melichárkem, který vaří skvělé pívko, u kterého končí každé moje putování za studánkou.

Milan Mikš



MOJE ZKUŠENOST SE SEZNAMOVÁNÍM

Chtěla bych vám napsat svoje zkušenosti se Seznamkou. Neuvádějte moje jméno, protože doufám, že konečně najdu vhodného muže. Zatím se mi to nepodařilo. Ti, co by chtěli mě, jsem nemohla akceptovat já a ty, co by se mi líbili, tak chtěli mladší.

Setkala jsem se se třemi druhy mužů a nebo s těmi, kterým šlo jen o sex. První – potřebují bezplatnou ošetřovatelku nebo někoho, kdo jim pomůže s placením vysokého nájemného, místo toho, aby si vyměnili byt za menší. Na oplátku nemají sami co nabídnout. Druží

jsou „špindíry“. Vypadají jako by právě odběhli ze zahrady nebo od nějaké práce a přijdou na domluvenou schůzku špinaví, hlavně oblečení a ruce. Tyto dvě kategorie mužů by mě chtěly hned, já však o takové nemám zájem. Třetí druh mužů si o sobě moc myslí, aniž by se podívali do zrcadla na svůj vzhled. I ve vyšším věku by chtěli mladší partnerku. Já to však nevzdávám a hledám člověka, který by mě měl ze srdce rád a chtěl by být můj kamarád.

**Čtenářka Moravského seniora
ze severu kraje**



Život je krásný, ale mohl by být ještě krásnější. Proto bych se ráda seznámila s milým a inteligentním pánem do 75 let z PV, OL a okolí, který má rád přírodu, hory (pěšky i na kole), cestování, kulturu a všechno, co k životu patří. Nepotřebuji auto (to mám), ani pytel peněz (to nemám), ale potřebuji lásku na dlani a chuť do života. Na Vaši SMS čeká štíhlá vdova na tel.: 732 414 934.

Žádný pečovatel(ka), žádný sponzor(ka), žádný flirt. Svobodný ve všem by rád poznal aktivní nezadanou ženu do 72 let z Olomouce a okolí. Nekuřačku všestranných zájmů a dovedností ke společným aktivitám. Co bych chtěl, také nabízím v Olomouci. Prosím jen SMS odpověď zasílejte na tel.: 603 933 353.

Aktivní zachovalá žena 67 let 172/75 nekuřačka hledá nezadaného přítele z Olomouce nebo jeho okolí do 70 let k vycházkám, turistice, jízdě na kole, plavání, návštěvě různých akcí, cestování atd. Společně prožité chvíle mohou člověka naplnit štěstím, pokud si dva rozumí. Jen upřímně a vážně. Odpověď jen SMS na 735 827 539.

SŠ 69/182/95 abstinent, nekuřák optimistické povahy se zájmem o přírodu hledá pohybově zdatnou partnerku do 67 let za účelem podnikání výletů do přírody. Partnerka nejlépe z OL nebo PV. V případě vzájemných sympatií trvalý vztah možný. Zájemkyně pište na e-mail: jirikovka@post.cz.

Žena z Prostějova hledá kamarádku v důchodovém věku z Prostějova, která by chtěla občas jít na procházku či posedět u kávy. Tel.: 732 123 271.

Najde se slušný senior či seniorka, nekuřáci menší štíhlejší postavy, kteří jsou nezadaní a mají do 72 roků? Nejlépe z PV a okolí. Ostatní až při setkání. Tel.: 731 824 825.

Vdova 66/168 by ráda potkala nezadaného muže do 68 roků, který taky nechce být sám. Nejlépe aby byl z vesnice,

a to v okolí PV, případně OL. Já ráda kutím. Zahrádka, les, houby, to jsou moje hobby. Tel.: 702 522 538.

Jsem aktivní, starší vdova, střední postavy, nekuřačka. Hledám přítele, který by mě měl ze srdce rád a nezkla-me. Hodně jsem ze svých požadavků slevila, asi hledám to, co už dávno není. Muž by měl být nekuřák, nejraději vdovec 70–75 roků. Jsem z okresu Bruntál. „I hope, it will be soon“. Pište SMS na tel.: 776 643 167

67/164 hledá přítele na společné chvíle. Mé zájmy jsou – příroda, cestování, kolo, pes, hudba, tanec, zahrádka atd. Tel.: 775 085 248.

Ráda bych poznala nezadaného, příjemného společníka 60–70 let, štíhlé postavy pro společné výlety, kolo, brusle, plavání, cestování. Ozvi se, optimisto. Nejlépe PV a okolí. E-mail: miraredi@seznam.cz.

Jsem SŠ nekuř. 63/164 a ráda bych poznala nezadaného sympatického muže se smyslem pro humor z Olomouce a okolí, který se chce radovat ze života a nechce být sám. Jen SMS, tel.: 606 565 413.

Žena 56/170 rozvedená hledá přítele nekuřáka upřímného, na trvalý vztah. Prostějov a okolí. Tel.: 608 946 334.

Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

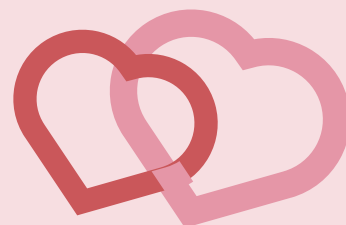
Inzerát zašlete poštou na adresu:
Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1,
Bělidla, 779 00 Olomouc nebo e-mailem:
redakce@moravskysenior.cz /
do předmětu uvést „Seznamka“

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

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

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

Moravský senior vám pomůže ke štěstí.



Vyluštěte tajenku a soutěžte o věcné ceny. Znění tajenky posílejte do 13. 4. 2019 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.

POMŮCKA: AMADO, AT, INSEKT, RAB, SMIL, TMAŇ	KLUB ČESKÝCH TURISTŮ ZKR.	1. DÍL TAJENKY		SVĚTOVÝ POHÁR ZKR.	PŘEDLOŽKA	BRAZILSKÉ MĚSTO ??? DE JANEIRO	STARÉ ČESKÉ ZÁJMENO	OHAVA		DOVOZ	OBLUDA	VIDINY VE SPANKU	NÁZEV HLÁSKY Š	POVLAK NA PERINU	OBEK OKR. KLADNO
INICIÁLY ZPĚVÁKA KRYLA			VĚTREM NAVÁTÁ ZEMINA						HMYZ LATINSKY CESTOVAT AUTEM						
ČESKÉ DRÁHY ZKR.			4. DÍL TAJENKY LARVA ŠKOD- LIV. HMYZU												
CVIK NA HRAZDĚ				INIC. ZPĚV. OLMEROVÉ INIC. FYZIKA TESLY			ODMLOU- VANÍ MN. Č. OBYVATEL- STVO						POSMEŠEK ŽENSKÉ JMÉNO		
	SEVERSKÉ MUŽ. JMÉNO ŽELEZNO- BROD. SKLO					PRAŽSKÝ PODNIK CHEM. ZN. VÁPNIKU						SAMICE JELENA BALÍK KARET			
ŠPRÝM					ŠPAN. NÁR. HRDINA POHYBLIVÝ HOTEL				SUROVÁ NAFTA					3. DÍL TAJENKY	PARUKA ZASTAR.
BRNĚNSKÉ VELETRHY A VÝSTAVY ZKR.				SLOVNÍ POMOC ČÁSTI PŘÍBORŮ					DUŠEVNÍ OTŘES						
ZVRATNÉ ZÁJMENO			ANGLICKÝ NESOUHLAS ČESKÁ REPUBLIKA			moravský senior Magazín pro poutavé čtení a volný čas...					VLNĚNÁ LÁTKA				
	SOUČET ZASTAR. POKYN K ZASTAVENÍ										PROVAZ SE SMYČKOU				
ROKLE MN. Č.												ZBABĚLEC HOVOR.	NÁZEV NOSOVKY OZDOBNÝ PTÁK		
SLOVENSKÉ UKAZOVACÍ ZÁJMENO			ŠPANĚLSKÝ MLUV. ČLEN INIC. SPIS. TURGENĚVA								OBEK OKR. KLATOVY				
KONĚ KNIŽNĚ				ŠATNÍ ŠKUDCI	OSOBNÍ ZÁJMENO						ČES. NÁZEV PRO GYÓR ZIMNÍ OLYM- PIJSKÉ HRY				SESTRA MATKY
ZÁZNAMOVÝ PRO- STŘEDEK						NÁDOBY NA POPEL	SPOJENÉ ARABSKÉ EMIRÁTY ZKR.		OSTYCH	ZASKUČET ČÁST KOŘENOVÉ ZELENINY					
	HLADIT	NAPĚTÍ ŽIVÉ TKÁNĚ 2. DÍL TAJENKY						POVRCHNÍ OBDIVOVA- TEL					INIC. ZÁVOD. ENGEHO TITUL BISKUPA		
ZNAČKA CIGARET			STRUNNÝ NÁSTROJ NÁRODNÍ PARK ZKR.					SLOSOVÁNÍ 5. DÍL TAJENKY				PRAŽSKÉ VÝ- STAVNÍ TRHY BRAZ. SPIS. JORGE ???			
STARO- REKOVÉ				ANTIPATIE ZN. VOLT- AMPÉRU							BÝV. VOJEN. PRODEJNA SLEČNA ZKR.				
MRCHO- ŽRAVÝ PTÁK				OSLOVENÍ PŘI VYKÁNÍ BOJ. UMĚNÍ ???-CHI			ZN. YARDU POLNÍ PLOŠNÁ MÍRA			JMÉNO SPIS. FLÁŠKY SPZ STRAKONIC					POPRAVČÍ
SPZ Kladna			TAHLE FILMOVÝ MIMOZEM- ŠTAN			ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA SEVEROŽA- PAD ZKR.			SLAMĚNÝ KLOBOUK SVĚT. ČAS ANGL. ZKR.						
PLOCHA ANGLICKY					SKROUCENÍ						DADAISMUS				
TĚŽITI Z NĚČEHO KNIŽNĚ					ZKYPŘÍTI PŮDU						POKRÝT OSIVEM				

Řešení z minulého čísla: Jen jeden lidský smysl může lety sílit a růst – smysl pro humor. **Výherci:** Zdenka Kriklová, Olomouc; Květa Skácelová, Hynkov; Jarmila Vojáčková, Prostějov

Hruška

maloobchodní síť



- největší tuzemský řetězec s potravinami
 - téměř 700 prodejen po celé ČR
 - slevy a akční zboží každý týden
- pravidelné spotřebitelské soutěže o hodnotné ceny
 - zboží s vlastní obchodní značkou

Aktuální akční leták a informace na:

www.mohruska.cz

