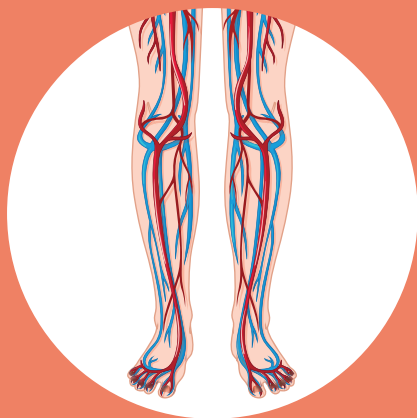


moravský senior[®]

Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 05/2019



**Stanislava Zavadilová:
Zdraví je priorita**



Chronické
žilní onemocnění



Téma:
Senioři jako potomci



Nástrahy
internetu



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

SERIÁL: STANISLAVA ZAVADILOVÁ

strany 4–8



ANKETA

strana 9

MORAVSKÉHO DIVADLO: EVŽEN ONĚGIN

strany 18–19



NÁSTRAHY INTERNETU

strana 29

KŘÍŽOVKA

strana 35

ÚVODNÍ SLOVO



Délka dožití se v České republice prodlužuje a starost o lidi nad osmdesát let stále častěji dopadá na jejich děti, které už se ale také dostaly do seniorského věku. Je to dobrá nebo špatná zpráva? Pohlédněme na to z té lepší stránky: Je to příležitost. Možnost splatit dluh, který k rodičům máme. Vždyť se také zlepšila kvalita života ve stáří, je daleko více možností než dřív. Podle mě je to rozhodně dobrá zpráva. A věřím, že i pro vás, milí čtenáři.

**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. 5. 2019. Redakční uzávěrka příštího čísla: 18. 5. 2019. Foto: VLM (pokud není uvedeno jinak).

ZDARMA

STANISLAVA ZAVADILOVÁ: ZDRAVÍ JE NEJVĚTŠÍ PRIORITA

Měla nakročeno do házenkářské reprezentace, otvírala se jí Evropa, která tehdy byla pro většinu národa ovládaného komunistickými potentáty zapovězená. Namísto lepkavého míče se ale dívka z Olomouce rozhodla pro práci sestry ve fakultní nemocnici a té pak zasvětila život. Stanislava Zavadilová je jedním ze seniorů, kteří žijí život bez slávy, ale zasloužili by si přinejmenším marcipánovou medaili – a které vám rádi představujeme v našem seriálu. Přečtěte si vyprávění seniorky, jež ví o životě své. A mimochodem, tahle paní je Zdravotní rádce Moravského seniora – jsou to právě její odborné texty o zdraví, které vám v každém čísle mají posloužit.

Narodila jsem se v roce 1954 jako Stáňa Vodrážková. Dětství jsem prožila v Olomouci. Bylo krásné, protože rodiče se mně i mému mladšímu bratrovi věnovali. Vyrůstali jsme v blízkosti mrazíren pod areálem fakultní nemocnice. Maminka i babička tam pracovaly, takže jsme se tam často pohybovali. Třeba o pracovních sobotách, kdy nebyla škola, takže nás tam máma nechala pod dozorem pana Kamlera a ten hlídal partu dětí pod teoretickými ústavami, kde je dnešní alergologie, tam býval bazén.

Lékaři byli dobrá parta, stále organizovali nějaké zájezdy, takže jsme v zimě lyžovali a v létě jsme sjížděli hrady, zámky. Těšila jsem se vždycky, až mamka vystojí frontu na čabajku, a ona to vždycky udělala, věděla, jak ji mám

ráda. Maminka pro mě byla spíš kamarádkou. Když přišli rodiče z práce domů, seděli jsme, povídali si u kávy, byla to taková příjemná atmosféra, dnes už to v domácnostech takto nechodí.

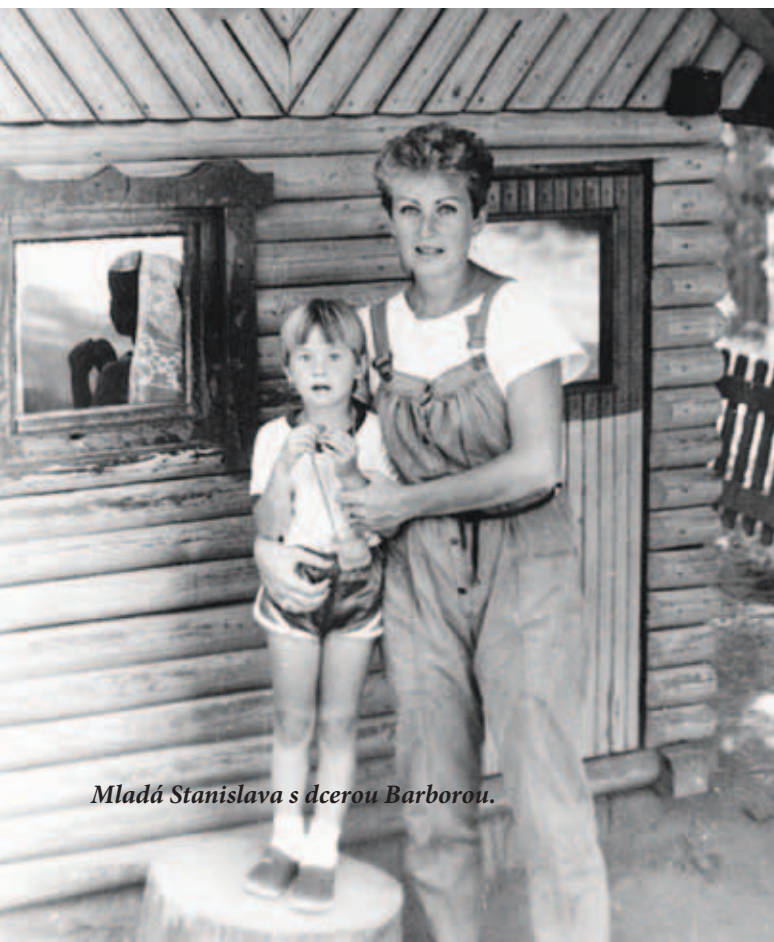
Na čaje? To mě nezajímá...

Chodila jsem do školy Dvořákova, dnes Mozartova, a někdy v páté třídě přišel nějaký pán a ptal se, kdo chce hrát házenou. A já jsem se přihlásila, aniž bych věděla, co to ta házená vůbec je. Jenže na Zoře mě to chytilo a hrála jsem levou spojku tak nadšeně, až jsem se dostala do juniorské reprezentace tehdejší ČSSR. Měla jsem štěstí na lidi, má trenérka byla Eva Rozsypalová, která neměla svoje děti, ale pro nás byla jako máma. Házené obětovala všechno. Občas jsme od ní chytily i facku, ale věděly jsme, že je to tak v pořádku. Nedávno jsme za naší trenérkou byly v tovačovském Domově seniorů, už má svůj věk, trápí ji nemoc, Alzheimer. A holky se jí ptají: Poznáváte, kdo je tahle? A ona říká: Ahoj Juline! Pamatovala si mou přezdívku po čtyřiceti letech.

Házená pro mě znamenala jasný řád, ostatní třeba chodili na čaje, ale mně to nic neříkalo. Ani jsem nebyla nijak odvázaná z Beatles jako ostatní. Měla jsem jiný zájem. V osmnácti jsem se dostala do juniorské reprezentace a byla jsem na sebe hrdá. Měly jsme pak jednou soustředění před nějakými zápasy a shodou okolností to bylo v Olomouci. A pro mě bylo nepochopitelné, že nebudu spát doma, musela jsem s ostatními do hotelu Morava!

Krátké žití s hercem

Můj první muž byl herec. Dostal angažmá v pardubickém divadle, tak jsme se stěhovali za prací. V roce 1979 jsme se vzali a krátce nato se nám narodila Barbora. Jenže herecký život není zrovna ideální pro manželství, takže jsem se po několika letech vrátila i s dcerou zpět do Olomouce. Rozvedli jsme se pak až po třech letech, já jsem pořád nemohla pochopit, jak by se na nás chlap jen tak dokázal vykašlat. Ale nakonec mi nechal byt a vybavení, řekl – ty se budeš starat o dceru, tak si všechno nech.



Mladá Stanislava s dcerou Barborou.

U školy Dvořákova se svým bratrem Jiřím.





*Vpravo se lvíčkem
na prsou jako
reprezentantka
házenkářského
juniorského týmu
ČSSR.*



*Olomoucké házenkářky při recesistické akci.
Stáňa třetí zleva.*



Stáňa s házenkářskými legendami Vítězslavem Hejtmánkem (uprostřed) a Janem Gogolem.

Nemocnice naši rodinu přitahuje

Když jsem se rozhodovala, kam půjdu na střední, v myšlenkách jsem měla mámu a babičku a výzkum v nemocnici, kam jsem i s bráchou chodila krmit myši, morčata a králíky, které pak očkovali. Takže jsem si v roce 1969 vybrala „zdravku“. Jako každá mladá holka jsem chtěla být u miminek. A hned po škole jsem byla na tu práci nedočkavá. Nemohla jsem vědět, jak moc mi poznamená život.

Čtrnáct dní po maturitě jsem v nemocnici nastoupila jako sestra na chirurgickém oddělení. Bylo tam třeba třicet dospělých pacientů a čtyři děti. Jenže já jsem tu práci nedávala... Nesmířila jsem se se smrtí. Jednou jsem sloužila sama na noční a během služby zemřeli tři lidé. Pochopila jsem pak hodnoty. Zažila jsem na smrt nemocnou paní, která v zoufalství chtěla prodat svůj barák a koupit si zdraví.

Za těchto okolností jsem se rozhodla, že odtamtud odejdu. Primářem chirurgie tehdy byl pan profesor Tomšů a ten mi nabídl práci na operačním sále. To mi psychicky hodně pomohlo, protože už jsem mohla žít tím, že lidem pomáhám.

Neznala jsem osudy těch lidí po operaci a nemusela jsem se jimi trápit. A při tom jsem zvládala hrát házenou. Ale stejně jsem s ní ve třiadvaceti přestala, protože s touto prací se to skloubit dlouhodobě nedalo. Vybrala jsem si nemocnici, už jsem věděla, kam

patřím. Práce sestry mě táhla daleko víc než možnost hrát v národáku na olympiádě. Pak jsem prošla zubním oddělením, kožním, byla jsem i na gynekologii. Naučila jsem se kde co a těch zkušeností jsem pak mohla bohatě využít. Když jsem se vrátila s dcerou z Pardubic, věděla jsem, že chci zůstat sama. Nikoho jsem nehledala. Bydlely jsme na Marxově, dnešní Schweitzerově ulici, od dvou let jsem Barboru vodila do jeslí. A věnovala jsem se buď práci, nebo jí. Oboje jsem mohla dělat naplno.

Až po šesti letech jsem i přes svou ostražitost přece jen potkala někoho, s kým jsem nakonec chtěla vytvořit pár. Oldřich se stal mým druhým manželem a v roce 1988 se nám narodila druhá dcera Jana. Moc chtěl dítě, já už jsem byla na rozpacích, a také v porodnici to vypadalo divně – mně bylo už skoro 34 a vedle mě rodila šestnáctiletá holka... Vedli jsme krásný rodinný život podle modelu „stará škola“.

Manžel v pět ráno odjel a vrátil se v sedm večer, já jsem se mezitím o všechno postarala. Tatínek Barbory se občas ozval a brával si ji k sobě, ale ona stejně přilnula k mému novému partnerovi a bylo nám krásně. Lyžovačky, Chorvatsko, kempy, rybařina – to jsou vzpomínky na devadesátá léta. Dnes jsem opět sama, protože manžel v roce 2014 zemřel. Občas se vídávám s vnoučaty desetiletou Adélkou a osmiletým Vilémem.

Životní priorita

Jako sestra jsem poznala, co je v životě nejdůležitější. Prioritní je opravdu zdraví. Každý se musíme starat sám o sebe a občas se do něčeho i nutit. Nerada se setkávám s lidmi, kteří si stěžují, jak jsou na tom špatně, ale nejsou ochotni pro své zdraví něco udělat. Že jdou jednou za čas na masáž, to nestačí. Musí si hledat aktivní pohyb, cvičení. Posílená záda přestanou bolet na daleko delší dobu než ta, která si vezme do parády masér.

Snažím se udržovat si svěží hlavu. Módou, sportem, cestováním. Proto se setkávám s mladými lidmi, vyhledávám si příležitosti a nečekám, až za mnou přijdou samy. I s bývalými spoluhráčkami se setkáváme, slavíme společně narozeniny a děláme si vánoční večírky, bývá nám veselo. V nemocnici už jsem sice skončila, ale úplně do důchodu jsem neodešla. Pracuji v soukromé kožní ordinaci doktora Urbánka na Vídeňské, bez práce bych být nemohla. Život mě baví. Nejdůležitější je nerezignovat, neuzavřít se do samoty. Stáří má přitom své výhody. Jen je zapotřebí se s nimi naučit zacházet. Dnes už dokážu od sebe odlišit věci, které změnit můžu a snášet jiné, které ovlivnit nedokážu. A každý máme svou šanci na každodenní malou radost – jen si ji musíme vytvořit, přičinit se o ni.

I když mi to tak osud zařídil a ovdověla jsem ve stejný rok, kdy jsem šla do důchodu, cítím se užitečná. Můžu přece ještě pomáhat druhým. To mě vždy uspokojovalo.

V životě ničeho nelituji, měla jsem pěkné dětství, sportovní kariéru i povolání zdravotní sestry bych si zvolila znovu.

Kateřina Šťastná



Dříve se trénovalo na antukovém hřišti Zory.

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



Anna Škrabalová, 83 let
Uherské Hradiště-Štěpnice

- Že mám děti a jsou zdravé, protože to je největší bohatství na světě.
- Měla jsem možnost jít na školu a já jsem to odmítla, to jsem udělala velkou chybu. Lidské vzdělání je totiž velmi důležité.



Ludmila Kučová, 87 let
Olomouc-Slavitín

- Největší radost jsem měla, když se mně narodila vnoučata.
- Celkem ani ne. Jsem dost vyrovnaná s tím, co dělám a jak jsem v minulosti jednala. Školu jsem zvládla dostudovat a v zaměstnání jsem byla úspěšná.



MUDr. Josef Dostal, 70 let
Olomouc-Slavitín

- Největší radost mi udělalo narození mých tří dětí, kteří jsou po mém vzoru všichni zubní lékaři. A jsem hrdý na to, co jsem v životě udělal.
- Vše bych nechal tak jak bylo, protože si myslím, že jsem měl krásně prožít život a využil jsem ho do vrchovaté míry.



Marie Hanáčková, 93 let
Uherské Hradiště-Štěpnice

- To si nevzpomenu, té radosti tolik nebylo, spíš jsem zažila neradosti.
- Určitě ano. Vzala jsem si za muže pekaře a velmi jsme se nadřeli. Kdybych mohla něco změnit, tak bych si vzala jiného muže. Celkově jsem nemohla mít, co jsem chtěla. Naši sousedé byli učitelé, a ti chodili za mými rodiči, aby mě dali do školy, ale protože jsme měli hodně pole, tak jsem chodit do školy nemohla a musela jsem pomáhat doma.

JAKÉ JE TO BÝT SENIOREM, KTERÝ MÁ STAROST O RODIČE

Místo vytouženého a zaslouženého odpočinku v důchodu jen stres a starost o vlastní rodiče. Pro stále více obyvatel České republiky se taková situace stává realitou. Délka života se prodlužuje a pečovat o nejstarší seniory pak musejí právě jejich potomci. I u nás se v posledních letech často skloňuje rostoucí fenomén takzvané sendvičové generace, kdy se lidé musejí postarat o své děti, ale zároveň také pečovat o stárnoucí rodiče. Tím pádem jsou mezi těmito dvěma generacemi takzvaně sevřeni. To je samozřejmě náročné finančně, ale i časově. Jenže populace stárne, a tak se objevuje ještě o něco odlišnější problém – nutná péče o vlastní rodiče v době, kdy už lidé začínají mít potíže sami se sebou. Senioři v důchodovém věku totiž musejí pečovat o rodiče, kterým je i přes 80 let.

Faktory ovlivňující vznik takzvané sendvičové generace

- Lidé se dožívají vyššího věku. Senioři ve vysokém věku často trápí nemoci a jejich důchodové období je mnohem delší a vyžaduje proto větší podporu dětí – finanční i psychickou.
- Odkládání založení rodiny. Průměrný věk matky při porodu v České republice už přesáhl třicet let. Tím pádem mají lidé děti v době, kdy už jsou jejich rodiče v pokročilém věku. Péče o obě generace jde pak někdy jen obtížně skloubit. Tím se vytváří takzvaný sendvič, kdy jsou tito lidé sevřeni mezi svými dětmi a rodiči. Navíc se v dnešní době často péče o dítě prodlužuje i kvůli vysokému procentu „dětí“, kteří navštěvují vysoké školy a trvá jim déle se osamostatnit.
- Nízká porodnost. Ubývá dospělých, kteří by se o seniory starali. Dříve žily i tři generace dohromady a starala se o ně žena v domácnosti. Dnes ovšem většina žen pracuje.

Taková péče může být strašně náročná, protože už těm, kteří pomoc poskytují, ubývá psychické i fyzické síly a oni sami potřebují podporu. Namísto toho se najednou ocitají v roli někoho, kdo musí být často i 24 hodin denně v pohotovosti. „Máme u sebe s manželem maminku a museli jsme tomu trochu přizpůsobit byt. Ona už se v tomto věku například nedostane do vany. A taky jsme museli koupit polohovací postel,“ popsala pětadesátiletá Magda Čermáková. U nás jsou takových obyvatel, kterým může neúnosná situace v krajních případech až přivodit vyhoření nebo například deprese, stovky tisíc. O potomky a rodiče je sice postaráno, samotní pečující ale mohou být na pokraji svých sil. Riziko vyhoření kvůli péči o blízké se v sendvičové generaci zvyšuje.

Jsme na to připraveni?

Jak ale zajistit péči a důstojné stáří našim blízkým v době, kdy to budou potřebovat? Většina rodin na tuto situaci není připravena a ta je proto často zaskočí. „Moje

maminka byla úplně soběstačná, vařila si sama a celkově se o sebe dokázala postarat. Pomáhala jsme jí jen s větším úklidem. Minulý rok ale měla úraz a přestala zvládat i běžné domácí práce. Teď je na křesle a celá rodina pracuje. Museli jsme si všichni kompletně upravit režim, abychom jí zajistili potřebnou péči,“ popsala situaci třiašedesátiletá Bohumila z Kroměříže.

Některé rodiny na péči o seniora nejsou připraveny. Navíc zde může z důvodů péče o nemohoucího seniora dojít ke snížení příjmů celé rodiny. Některé lidé musejí omezit zaměstnání, nebo ho dokonce i opustit, a dostávají se tak do nepříznivé finanční situace. Péče o staršího rodinného příslušníka totiž samozřejmě není zadarmo. Změna jeho životních podmínek je zkrátka velkým zásahem do rodiny. V tomto případě je samozřejmě možné i využít nabídku sociálních služeb či soukromých podniků, které se zabývají péčí o seniory. Na umístění seniora do takového státem podporovaného sociálního zařízení se ale čeká, a mnohdy i velice dlouho.

Funguje to i naopak

Ne vždy ale platí pravidlo, že mladší příslušník rodiny musí být aktivnější nebo mít více sil. „V našem zařízení si vzpomínám na dva zvláštní případy. V tom prvním zde byla matka s dcerou, obě ve věku nad 60 let. V druhém případě zde byl ve službě chráněné bydlení otec s dcerou, ta ještě neměla 60 let. V obou případech to byli spíše rodiče, kteří se starali o své děti a byli ‚tahouny‘. Občas se najdou i takové případy, kdy devadesátiletí rodiče hledají místo pro svou nemocnou sedmdesátiletou dceru, že už se o ni nezvládají doma starat,“ vzpomíná na neobvyklé situace Lubomír Vraj, vedoucí sociálního úseku Domova pro seniory Pohoda ve Chválkovicích. Vyšší věk tedy nemusí automaticky znamenat menší schopnost se o sebe postarat. Záleží na mnoha faktorech a životních podmínkách. „Průměrný věk klientů, kteří letos nastoupili, je 85 let, takže mnozí nastupující klienti mají děti v důchodovém věku. Nejstarší paní, která letos nastupovala, má 97 let a nejmladší 60 let. Odhaduji, že největší skupinu dětí našich seniorů tvoří lidé, kteří jsou těsně před důchodem a proto se nemohou o seniory



starat doma. Určitě za našimi seniory chodí mnoho rodin i s vnoučaty. Myslím, že je to běžný víkendový obrázek. Během týdne pak chodí spíše samotné děti,” pokračuje Lubomír Vraj.

Nejde ale jen o to seniora někam odklidit. Máme své rodiče rádi a navíc jim máme co vrátet. Mnohé rodiny, které o starší příbuzné pečují, může tato starost stmelit. Její členové spolu totiž musejí komunikovat a domlouvat se na organizaci péče. Podle nedávného průzkumu Charity považuje větší polovina lidí péči o seniory za pozitivní věc. „Asi šedesát sedm procent dotázaných lidí dokonce uvedlo, že při plánování způsobu dalšího života a rozhodování o stěhování přemýšlí nad tím, jak vše skloubit s péčí o stárnoucí rodiče,” dodal ředitel Charity ČR Lukáš Curylo.

Jde zkrátka o to, celoživotně posilovat rodinnou vzájemnost, ať už rodiče vaši pomoc potřebují, nebo ne, a uvědomit si omezení, která se závěrem života souvisí. Správné je také už v útlém věku připravovat na to, že se o ně sice starají rodiče či prarodiče, ale přijde čas, kdy jim oni tuto službu budou moci oplatit. To je mezigenerační solidarita.

JAK SE O RODIČE STARAT

- Navštěvujte je a buďte s nimi v kontaktu – nejstarší senioři se mnohdy cítí osamocení, proto se snažte být s nimi v kontaktu alespoň pomocí telefonu.
- Vyslechněte je – možná vás nezajímá, co dělala včera maminčina sousedka, ale vašim rodičům může přinést jakákoliv příležitost ke konverzaci potěšení.
- Připravte se – přečtěte si například o zdravotních problémech, které mohou trápit seniory v pokročilém věku. Budete tak vědět, co můžete očekávat.
- Plánujte – myslete do budoucna. Zjistěte, jak budete schopni se přizpůsobit situaci a rozdělte si úkoly s dalšími členy rodiny.

AKCE NA KVĚTEN



Queenie v Olomouci

**9. 5., od 19.30 hodin,
Olomouc – výstaviště Flora**

Jedna z nejuznávanějších tribute band legendárních Queen míří do Olomouce. Zažijte Bohemian Rhapsody naživo na výstavišti Flora. Precizní ztvárnění písní legendy světového rocku v původních aranžích a tóninách, absolutní technická dokonalost a perfekcionismus – to jsou Queenie – Queen tribute band v čele se zpěvákem Michaelem Kluchem, kteří si zakládají na autentickém pojetí písní Queen, a to v dobových kostýmech. Definují žánr jako koncertní divadlo. Předprodej vstupenek je možný na webu smsticket.cz, v Bowling centru v Galerii Šantovka nebo v Městském informačním centru Přerov za 550 korun.

Otevření vojenského prostoru Libavá

1. 5., od 8 hodin, Libavá

Jarní část cyklo-turistické akce Bílý kámen umožní nejen cyklistům, ale i pěším turistům poznání zajímavých míst celoročně uzavřeného vojenského prostoru Libavá. Vstoupit do vojenského prostoru můžete z těchto míst – od obce Mrsklesy, od Velkého Újezdu a Daskabátu, od Kozlova směrem k prameni Odry, od železniční zastávky Smilov ve směru na Velkou Střelnou, v městě Libavá od Domašova, v Nových Oldřůvkách nad Budišovem, v Kovářově od Potštátu či ze Zeleného kříže nad Kozlovem. Na značené trase bude i několik občerstvovacích míst. Ze vstupného 40 korun bude každých 10 korun předáno okrašlovacímu spolku Lubavia na pomoc k jejich činnostem. Zájemci se účastní akce na vlastní nebezpečí a náklady. Vstup do vojenského prostoru je povolen pouze s platným občanským průkazem či pasem a kartou pojištěnce, a to jen v den konání akce v době od 7 do 16 hodin. Nutnou podmínkou vstupu cyklistů na území vojenského újezdu je užívání ochranné přilby po celou dobu trvání akce. Po vojenském újezdu se účastníci smí pohybovat výhradně po povolených komunikacích označených tečkovanými čarami v mapě, v terénu orientačními směrovkami a tabulemi. V rámci akce je zakázáno používat jakákoliv motorová vozidla. Pro seniory a rodiny s dětmi je předem organizován přesun autokary pořadatele podle samostatného časového harmonogramu a pokynů.

Ekojarmark

1. 5., od 9 hodin, Olomouc – Horní náměstí

Zúčastněte se slavnosti společného pobývání na Zemi a přijďte se podívat na tradiční řemesla, výstavy, kulturní programy, životní alternativy a získat informace o životním prostředí. Mezi organizace, které uvedou své aktivity, patří také výletní plavby historickou Olomoucí. Čeká vás třeba i netradiční prohlídka historického centra Olomouce na raftech s počátkem přímo pod novogotickou katedrálou svatého Václava, pod Přemyslovským palácem, přes Bezručovy sady podél starobyklých olomouckých hradeb s výhledy na kostel svatého Michala ze 17. století s bývalým dominikánským klášterem, kolem Botanické zahrady Michalským stromořadím k mostu u tržnice a mikro-busem zpět na náměstí. Na stánku si můžete zapůjčit i netradiční čtyřkolo. Pořádá CK Peřej tours.

Májová slavnost

1. 5., od 10 hodin, Olomouc – Korunní pevnůstka

Přemýšlíte, jak oslavit 1. máj? Na Korunní pevnůstce v Olomouci je první květnový den připravená

jedinečná májová slavnost plná skvělé zábavy. Program nadchne všechny věkové kategorie. Na místě budou i atrakce pro děti, svou drahou polovičku budete moci políbit pod rozkvetlou slavobránou a o hudební potěšení se postará oblíbená kapela Ready Kirken a New Street Band. Symbolické vstupné činí 20 korun.

Kytarový rekord na hradbách

1. 5., od 14 hodin, Přerov – ulice Spálenec

Třetí ročník kytarové exhibice a pokusu o kytarový rekord v Přerově. Podaří se při prvomájovém hraní na hradbách překonat loňských 63 hráčů na kytaru, kteří uhodili do strun naráz v jeden okamžik? Dramaturgie kytarového rekordu letos přichází s programovou novinkou. Tou je nabídka všem hráčům zúčastnit se zdarma workshopu pod vedením známého českého kytaristy a lektora Tomislava Zvardoně. Ten se koná v 11 hodin, ve 12.30 je pak sraz účastníků kytarového rekordu, technická příprava a zkouška a ve 14 hodin pokus o kytarový rekord. Vstupné je zdarma.



Dagmar Pecková, Hradišťan a Spirituál kvintet

3. 5., od 19 hodin, Šumperk – Dům kultury Šumperk

Po úspěšných jarních koncertech v minulém roce se operní pěvkyně Dagmar Pecková spolu s Hradišťanem a Spirituálem kvintet na prosbu posluchačů spojily a vystoupí hned v patnácti městech. Na pódiu se objeví nejen samostatně, ale spojí své síly také ve společných skladbách napříč hudebními žánry. Kromě stále žádaných a osvědčených hitů uslyšíte i zcela nové úpravy, které si účinkující připravili speciálně pro tyto koncerty. Vstupenky stojí po 690 korunách a jsou k dispozici na webu ticketstream.cz.

Velká zebra aneb jak že se to jmenujete?

**1. 5., od 19 hodin, Olomouc – Divadlo
na Šantovce**

Olomouc navštíví fantastický Ondřej Vetchý. Zahraje si zde v situační komedii – nestálý Christian nevydrží s žádnou ženou a již dvakrát předstíral vlastní smrt, aby se vyhnul komplikacím s rozchody a nemusel manželkám říci pravdu. Ženy sice zanechal opuštěné, ale zajištěné penězi z životní pojistky. Když se Christian tento trik chystá zopakovat potřetí, objeví se souhrou náhod jeho kamarád z dětství a Christian je tak nečekaně vystaven tváří v tvář „vdovám“ i nové snoubence. Vstupenky jsou k dispozici za 700 korun.



Benefiční hudební matiné

4. 5., od 10.30 hodin, Olomouc – Reduta

Není nutno, aby bylo přímo veselo. Písničky Zdeňka Svěráka a Jaroslava Uhlíře zazní v aranžmá Richarda Mlynáře. Jedná se o krásné představení pro všechny věkové kategorie, které zdarma nastudovali olomoučtí umělci a jejich děti. Písničky Zdeňka Svěráka a Jaroslava Uhlíře si občas broukáme asi všichni, tak si přijďte do Reduty zazpívat. Účinkují: Richard Mlynář, Vladislav Kvapil, Jiří Sova, Emička a Stelinka Hradilovy, Nelinka a Evička Sovovy, Karlík a Vašík Martínkovi, Tereška Kvapilová, orchestr olomouckých hudebníků a Petr Šumník. Předprodej vstupenek za 50 korun je v informačním centru v podloubí radnice od 20. dubna nebo v podkladně ve foyer Reduty hodinu před začátkem koncertu.

Hanácké pivní slavnosti

4. 5., od 12 hodin, Prostějov – ulice Plumlovská

Nejnavštěvovanější akce v celém okrese Prostějov je zpět. Zastupitelka města a předsedkyně okrašlovacího

spolku zve na Hanácké pivní slavnosti v Prostějově na Plumlovské ulici. Letos se kromě každoroční pestré nabídky větších, menších i minipivovarů můžete těšit také na jídlo formou burgrů, grilované sele, speciality na roštu, klobásy i sladkosti. Pro děti budou připravené kolotoče, nafukovací hračky, aquazorbing a další zábava, a to zdarma. Na pódiu se představí kapely Traktor, Turbo, Ready Kirken, Komunál nebo Bezsoucitu. Vstupné do areálu je 160 korun.

Pianothéka Richarda Pogody

**5. a 19. 5., od 15 hodin, Olomouc – Galerie
Šantovka**

Přijďte na vystoupení Richarda Pogody (klavír) a Miroslava Švihálka (saxofon) během dvou neděl v měsíci. Začátek Pianothéky je v 15 hodin a trvá dvě hodiny, během kterých se v celém obchodním komplexu vypne muzika z reproduktorů a je slyšet jen klavír a saxofon. Repertoár je pamětnický – písničky Voskovce a Wericha, Suchého a Šlitra či předválečné swingové šlágry.

Hvězdné manýry

**7. 5., od 19 hodin, Olomouc – Divadlo
na Šantovce**

Hvězdné manýry jsou povedená, rychlá a bláznivá fraška. Odehrává se v elegantním hotelu v Palm Beach v roce 1942. Zde se má konat koncert s beneficí na podporu amerických válečných výdajů a organizátoři se neobejdou bez dvou hvězd, které společně plní sály i pokladny. Jenže to má jeden háček. Dvě zmíněné umělkyně se nesnášejí a potkají-li se na jevišti, neváhají zajít až k fyzickému napadení. Jak je ubytovat, aby se nepotkaly? Ředitel hotelu připraví přesný plán, který ale od začátku selhává. Vydrží jeho nervy až do konce? Bude to těžké, protože obě hvězdy mají své manýry a nekompromisně vyžadují to nejlepší apartmá. Nešťastnou náhodou tedy skončí každá v jedné z jeho ložnic a strašlivý výbuch je jen otázkou času.

Koncert Janka Ledeckého

9. 5., od 19 hodin, Litovel – Městský klub Litovel

Zpěvák Janek Ledecký absolvuje letos na jaře turné, na kterém přehraje písničky v akustických aranžích. To se stane poprvé od roku 1994, kdy vyšel záznam z jeho koncertu v podobě úspěšného živého alba Jenom tak, které dostalo zlatou desku za nejprodávanější hudební video roku. Dojde samozřejmě i na kapelu Žentour a několik verzí hudebníkových největších vzorů, jako jsou Rolling Stones, Beatles či Bob Dylan. Jedinečný koncert můžete navštívit

ve čtvrtek 9. května od 19 hodin ve Velkém sále Záložny v Litovli. Vstupné v předprodeji je od 390 korun, na místě pak příplatek 50 korun. Vstupenky zakoupíte v TIC Litovel (budova Záložny).

Medvědí soutěska

11. 5., Olomouc, Prostějov, Vyškov, Brno

Další skvělý výlet se chystá na sobotu 11. května. V brzkých ranních hodinách odjezd z Olomouce, Prostějova, Vyškova a Brna směr Mikulov, Vídeň a dál. Zhruba od 10 hodin se můžete těšit na turistiku Medvědí soutěskou, kde se propotí určitě více než jedno tričko. Cestující čeká výstup hlubokým skalnatým kaňonem podél vodopádů a tůní po 164 žebřících, lávkách a můstcích upevněných na skalních stěnách, celkem asi tři hodiny k tradiční hospůdce Guten Hirten (U Dobrého pastýře). Výstup je bezpečný a nabízí nezapomenutelné pohledy a zážitky. Kolem páté hodiny zpět, příjezd do 22 hodin. Cena pro dospělého je 890 korun, pro seniory 849 korun. Zahrnuje dopravu autokarem i služby průvodce, nezahrnuje vstup do soutěsky 3 eura a komplexní pojištění. Rezervace můžete provádět na e-mailu fajnvikendy@gmail.com, kam napíšete jména všech cestujících s daty narození, telefonický kontakt a nástupní místo.

Balet Gala

13. a 31. 5., od 19 hodin, Olomouc – Moravské divadlo Olomouc

Hned několik držitelů Ceny Thálie se setká v projektu Balet Gala, který připravuje baletní soubor Moravského divadla Olomouc. Milovníci tanečního umění se mohou těšit na vystoupení Michala Štípy a jeho dlouholeté partnerky na jevišti pražského Národního divadla Nikolý Márové. Domácí soubor bude reprezentovat primabalerína Yui Kyotani. V komponovaném projektu se představí také exkluzivní hosté. Vstupné stojí 130 až 390 korun.

Zero Waste Olomouc

18. 5., od 10 hodin, Olomouc – Letní kino Olomouc

Druhé pokračování akce inspirující k životu bez plýtvání a zbytečných obalů. Přijďte se dozvědět, jak se lze vymanit z doby plastové a všudypřítomného konzumu. Během celého dne budou probíhat workshopy a přednášky pro všechny generace. Vstupné je dobrovolné.

Šumperský hafan

19. 5., od 13 hodin, Šumperk – Vlastivědné muzeum v Šumperku

Šumperský hafan je akce pro všechny pejsky a jejich pánečky, kteří nehledí na průkazy původu ani krásu podle standardů. Pořadatelé akce zvou už více než deset let všechny milovníky psů i jejich čtyřnohé kamarády k přátelskému soutěžení o titul. Zúčastnit se mohou pejskové s průkazem původu i bez něj, malí i velcí, štěňátka i psi senioři. Kdyby se díky Hafanovi podařilo některé pejsky umístit do nových domovů, byl by to obrovský úspěch.

Beerfest Olomouc

23.–25. 5., od 10 hodin, Olomouc – Korunní pevnůstka

V areálu pivního festivalu budou návštěvníci moci ochutnat okolo sta značek piva počínaje klasickými desítkami až po nejrůznější pivní speciály z produkce více než 43 pivovarů z celé České republiky, regionálních pivovarů a minipivovarů. Po tři dny je pro návštěvníky největšího pivního festivalu v republice připraven bohatý doprovodný program spojený s vystoupením špiček nejen české hudební scény. Vystoupí například skupiny No Name, Buty nebo Ivan Mládek. Vstupné na jednotlivé dny festivalu začíná na 180 korunách.

Noc kostelů na Bouzově

24. 5., od 17 hodin, Bouzov – hrad Bouzov

Hrad Bouzov byl založen na počátku 14. století. Prvním známým držitelem hradu byl Búz z Búzova v letech 1317–1339. V rámci projektu Noc kostelů bude již po šesté otevřena hradní kaple zdarma ve večerních hodinách. Zavedou vás do ní postavy světců a světic, které slaví v tomto období svátek. Hrad bude otevřen od 17 do 19 hodin a vstup je zdarma.

Olomoucký drak

24. a 25. 5., od 8 hodin, Olomouc – řeka Morava, Nové Sady

Letošní jaro bude opět plné dračích závodů. Užít si tu správnou atmosféru můžete na již čtvrtém ročníku dračích lodí u řeky Moravy. Připraven je bohatý doprovodný program a celý festival je spojen nejen s osvěžením, soutěžemi a aktivitami, ale také dětským dnem. Soutěžit se bude v kategoriích sport a fun, zapojit se ale mohou i ženské a firemní týmy.

Jarmark v Čokoládovně Troubelice

25. 5., od 10 hodin, Troubelice – čokoládovna

V troubelické čokoládovně se v sobotu 25. května od 10 hodin koná tradiční jarmark. Těšit se můžete

25. 5., od 15 a 20 hodin, Olomouc – zimní stadion

Slavný ruský soubor Alexandrovci chystá ke svému 90. výročí opravdu speciální turné. Po tragédii, která jej zasáhla při leteckém neštěstí v prosinci 2016, se soubor v plné síle vrací na koncertní pódia, na kterých poprvé v historii vystoupí rekordních 130 členů souborů. European Tour 2019 začíná 17. května 2019 v Praze a soubor se představí celkem na třinácti koncertech v osmi městech České republiky. Těšit se můžete na mimořádný výroční program, který nabídne jen to nejlepší z repertoáru Alexandrovců. Zazní všechny hity jako Svatá válka, Kaťuša nebo Kalinka v podání známého sólisty Vadima Ananěva v jeho charakteristické bílé uniformě. Unikátní spojení špičkových hlasů, skvělého orchestru a tradičního ruského baletu tentokrát doplní nová scénická výprava, díky které se koncerty stanou nejen výjimečným hudebním, ale také vizuálním zážitkem. Nenechte si ujít jedinečný výroční koncert a zažijte Alexandrovce tak, jako nikdy předtím. Vstupenky je možno získat na webu vstupenky.ticket-art.cz od 99 do 1490 korun.



do 26. 5., Litovel – Muzeum Litovel

Tradičním postupem vyráběné hanácké slámové kraslice vystavuje v litovelském muzeu vždy od středy do neděle od 9 do 16 hodin paní Marie Záhorová ze Senice na Hané. K vidění jsou vejce různých barev, vzorů i velikostí – od křepelčích přes slepičí, husí, až po velká vejce od ptáka emu nebo pštrosa. Každé z nich je ozdobené ručně dle fantazie autorky, a tím je zcela jedinečné. Vstupné do muzea je 40 korun.

MĚSTSKÝ KLUB LITOVEL POŘÁDÁ

**HANÁCKÉ
BENÁTKY**



Olomoucký kraj



LITOVEL
www.mklitovel.cz



DYMYTRY TRAKTOR

DEBBI • PETR KOLÁŘ

THOM ARTWAY & BAND

THE GARDENERS

DOPOLEDNE PROGRAM PRO DĚTI NA NÁMĚSTÍ:
TANCOVÁNÍ S HONZO U ONDEREM

8. ČERVNA 2019 | LITOVEL

10 – 22 hod na náměstí Pt. Otakara v Litovli | VÍCE INFO NA: www.hanackebenatky.cz

VSTUPNÉ V PŘEDPRODEJI	DOSPĚLÍ 200,- DĚTI DO 10 LET 80,- DĚTI DO 5 LET ZDARMA	NA MÍSTĚ	DOSPĚLÍ 250,- DĚTI DO 10 LET 80,- DĚTI DO 5 LET ZDARMA
	PŘEDPRODEJ VSTUPENEK V ŠITÍ TICKETSTREAM A TIC LITOVEL TIC Litovel, náměstí Přemysla Otakara 762 tel. 585 150 406, 775 330 086, e-mail: mlitovel@litovel.cz (pro děti 35-70 Kč) 0243410101 - v případě dotazu na dětské vstupenky		

**POZOR! ZVÝHODNĚNÁ CENA
DO 15. DUBNA PRO DOSPĚLÉ
JEN ZA 150 Kč**

TICKETSTREAM



**filmový
klub
seniorů**

PROGRAM 2019
KVĚTEN
14.00 hod. / 70,-

PO	6. 5.	CO JSME KOMU ZASE UDEĹALI	T
ČT	9. 5.	ŽENY V BĚHU	Č
ST	15. 5.	VŠICHNI TO VĚDÍ	T
PO	20. 5.	SKLENĚNÝ POKOJ	D
ČT	30. 5.	ŽENA NA VÁLEČNÉ STEZCE	T

Č- ČESKY
T - TITULKY

D – DABING

O – ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

**ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA**

KINO METROPOL

MĚSTSKÝ KLUB LITOVEL KVĚTEN 2019		
Předprodej:	TIC při MK Litovel, nám. P. Otakara 762, tel. 585 150 499, 775 339 098, vstupenky@mklitovel.cz možnost platby na účet - nutno předem kontaktovat č. ú. 35 - 781 697 0247/0100, rezervované vstupenky nutno uhradit do 14 dní od rezervace	
3. 5. - 23. 5.	VÝSTAVA ABSOLVENTI 2019	
Prostory TIC při MK Litovel	výstava prací absolventů výtvarného oboru ZUŠ Litovel Po - Pá: 8-17 h, So: 9-12, 12:30-15 h	vstupné dobrovolné
7. - 30. 5.	KERAMIKA ORIENTU	
Výstavní síň MK	IRENA WIEDERMANNOVÁ - výstava keramiky vernisaž: pondělí 6. května v 17 hod. Po, Út, Čt: 8-15 h, St: 8-17 hod., Pá: 8-13h, So: 10-13 h	vstupné dobrovolné
čtvrtek 9. 5.	JANEK LEDECKÝ	
19:00 hod. Velký sál Zálazny	akustické turné českého hudebníka	předprodej od 390 Kč na místě +50 Kč
úterý 14. 5.	SVĚTÁCI	
19:00 hod. Velký sál Zálazny	divadelní představení na motivy stejnojmenné hudební filmové komedie	předprodej od 280 Kč na místě +50 Kč
středa 15. 5.	CELOŽIVOTNÍ ZÁPAS GUSTAVA FRIŠTĚNSKÉHO	
18:00 hod. Velký sál Zálazny	dokumentární film o Gustavu Frištenském, režie: Libuše Rudinská	vstupné dobrovolné
pondělí 20. 5.	HOŘ SE DO PO(G)HODY	
18:00 hod. Koncertní sál MK	SANDRA A RICHARD POGODOVI se spojili, aby v jednom večeru pobavili své příznivce, zavzpomínali na to, co doposud prožili a vše doplnili hudebním vystoupením	předprodej 100 Kč na místě 350 Kč
pátek 24. 5.	KONCERT SPS KANTIKA V HUSOVĚ SBORU	
18:00 hod. Husův sbor Litovel	koncert k Noci kostelů, vystoupí Smíšený pěvecký sbor Kantika a jako host Pěvecké sdružení Kopřivnice	volný vstup
sobota 25. 5.	CELESTE BUCKINGHAM	
19:00 hod. Velký sál Zálazny	koncert slovenské zpěvačky americko-švýcarského původu předskokani: MARTIN ŠAFAŘÍK a MK & BAND	předprodej 280 Kč na místě 350 Kč
Připravujeme: 8. 6. HANÁCKÉ BENÁTKY: THOM ARTWAY & BAND, THE GARDENERS, DEBBI, PETR KOLÁŘ, TRAKTOR, DYMYTRY a další (více informací na www.hanackebenatky.eu) 20. 6. PŘENDÍTE SI SPLKNŮT (záabavný pořad v hanáckém nářečí), 28. 6. FOLKOVÉ POMORAVÍ (minifestival živé hudby v restauraci Amazonka), HUDEBNÍ PODVEČERY V ČERVENCI (v restauraci Amazonka), 21. - 24. 7. LETNÍ KINO (na náměstí P. Otakara)		
ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENÁ mediální partneři: RADIO ČAS a RADIO RUBI, PROFIT, KDY-KDE-CO www.mklitovel.cz		



Nadace Malý Noe
pořádá



BENEFIČNÍ HUDEBNÍ MATINÉ

Není nutno, aby bylo přímo veselo...
**písničky Zdeňka Svěráka a Jaroslava Uhlíře
v aranžmá Richarda Mlynáře**

Účinkují:
 • Richard Mlynář
 • Vladislav Kvapil
 • Jiří Sova
 • Emička a Stelinka Hradilovy
 • Nelinka a Evička Sovovy
 • Karlík a Vašík Martínkovi
 • Tereza Kvapilová
 • orchestr olomouckých hudebníků
 řídí Petr Šumník

4. 5. 2019 / 10:30
Olomouc / Reduta

Jednotné vstupné 50 Kč

Předprodej v OIS v podloubí radnice od 20. 4. 2019
 nebo v podkladně ve foyeru Reduty
 hodinu před začátkem koncertu.

Záštitu nad akcí převzal primátor statutárního
 města Olomouce Mgr. Miroslav Žbánek, MPA.

www.malynoe.cz





Moravské divadlo Olomouc

**KVĚTEN
2019**

1. st 19:00	-	Starci na chmelu	Muzikál
2. čt 19:00	D	Evžen Oněgin	Činohra
3. pá 19:00	V	Bajadéra	Balet
4. so 19:00	-	Zvonokosy	Muzikál
5. ne 16:00	YO	Evžen Oněgin	Činohra
6. po 19:00	A	Evžen Oněgin	Činohra
7. út 19:00	B	Krejčovský salon	Činohra
8. st 19:00	-	Cyrano z Bergeracu	Činohra
9. čt 19:00	-	Splašené nůžky	Činohra
10. pá 19:00	P	Così fan tutte	Opera *
11. so 19:00	X	Così fan tutte	Opera *
12. ne 14:30	NO	Evžen Oněgin	Činohra
13. po 19:00	K	Balet Gala	Balet
15. st 19:00	-	9 dní vzhůru	Staatsschauspiel Dresden DIVADELNÍ FLORA
19:00	-	Kočičí hra	Činohra • Hrajeme v Divadle hudby
17. pá 20:00	-	Green Eye	Kim Sung-hoon Dance Project DIVADELNÍ FLORA
18. so 16:00	ZO	Královny	Činohra •
19. ne 18:30	-	Faust	Divadlo pod Palmovkou Praha DIVADELNÍ FLORA
20. po 19:00	-	Vražda krále Gonzaga	Dejvické divadlo Praha DIVADELNÍ FLORA
21. út 16:30	-	Vražda krále Gonzaga	Dejvické divadlo Praha DIVADELNÍ FLORA
22. st 20:00	-	Maloměstáci	HaDivadlo Bmo DIVADELNÍ FLORA
23. čt 19:00	-	Così fan tutte	Opera DIVADELNÍ FLORA
24. pá 19:00	-	Nebezpečné známosti	Činohra DIVADELNÍ FLORA DERNIÉRA
26. ne 19:00	-	Plechový bubínek	Berliner Ensemble DIVADELNÍ FLORA
28. út 19:00	L	Bajadéra	Balet
29. st 19:00	C	Evžen Oněgin	Činohra
30. čt 19:00	-	Ceny města Olomouce	Pronájem
19:00	-	Kočičí hra	Činohra • Hrajeme v Divadle hudby
31. pá 19:00	V	Balet Gala	Balet

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

Zájezd divadla: 10.5. Když se zhasne Zářivá, Spící krasavice Opava, 13. 5. Cyrano z Bergeracu Chrudim, 16.5. Spící krasavice Opava, 24.5. Spící krasavice Opava, 27.5. Noc na Karlštejně Ústí nad Orlicí, 31.5. Central Park West Mikulov
 Školní představení: 10.5. Královna Koloběžka První 10:00, 14.5. Noc na Karlštejně 10:00, 16.5. Robin Hood 10:00

Změny vyhrazeny. Aktuální program naleznete na www.moravskedivadlo.cz.
 Předprodej na květen zahájen 20. 3. 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.

MORAVSKÉ DIVADLO PŘIPRAVILO ADAPTACI PUŠKINOVA EVŽENA ONĚGINA

Vrcholné dílo Alexandra Sergejeviče Puškina Evžen Oněgin se v historii českého divadla v Olomouci dočkalo dosud jediné činoherní adaptace. Téměř na den přesně dvacet let od jejího uvedení mělo ve druhé polovině dubna premiéru nově nastudování. Režie inscenace se ujal Bogdan Kokotek, který je společně s Michaelou Doleželovou rovněž autorem dramatisace veršovaného románu. Titulní roli „zbytečného člověka“ Oněgina ztvární Jan Ľoupalík.

Umělecký šéf polské scény Těšínského divadla Bogdan Kokotek spolupracoval se souborem olomoucké činohry před dvěma lety na jiné adaptaci slavného ruského díla Mistr a Markétka. Bulgakovův román patří mezi jeho nejoblíbenější, Evžena Oněgina však dosud mezi favority neměl. „U nás není Puškinův román tak oblíbený, pravděpodobně z toho důvodu, že polská literatura zažila vrchol právě v období romantismu a Oněgin se mezi domácí už asi nevměstnal. Na vině jsou dle mého i polské překlady, které nejsou tak dobré jako české. Samozřejmě jsem viděl slavnou Mikuláškovu inscenaci v Divadle Petra Bezruče v Ostravě, která se mi líbila, ale svou adaptaci jsem chtěl pojmout jinak. Byl jsem za nabídku režimovat Oněgina v Olomouci rád, a jak to už bývá s každým textem, který se chystám uvést na jeviště,

v průběhu zkoušení si jej postupně zamilovávám. Teď se dá už s jistotou říct, že jsem zamilovaný,“ uvedl režisér. Bogdan Kokotek je rovněž spoluautorem dramatisace románu. V textu došlo k několika úpravám. „Bylo třeba zkrátit dlouhé monology. Také jsme museli vypustit sice krásné, ale poněkud obsáhlé části, v nichž autor popisuje ruský život. Soustředili jsme se čistě na děj, na osudy hlavních postav,“ přiblížil Kokotek. „V některých pasážích bylo třeba verš trochu oživit a zmodernizovat, protože obsahoval archaismy, kterým by dnes už nikdo nerozuměl,“ doplnila spoluautorka dramatisace Michaela Doleželová.

Podle režiséra je Puškinovo dílo velmi aktuální. „Hlavní hrdina hledá nějaké poznání a nenalézá ho. Život, který vede, ho nenaplní. Kvůli tomuto až faustovskému hledání není schopen uvidět a docenit to, co by smyslem jeho života být mohlo, není schopen postřehnout, vidět lásku. V tom je pro mě dílo velmi současné. Všichni jsme v pohybu, máme pocit, že musíme za život všechno poznat a zkusit, všeho docílit a proto občas nevidíme věci nejdůležitější. Když pak Oněgin zjistí, že našel to důležité, je už pro něj pozdě,“ upozornil režisér.

Titulní role se zhostil Jan Ľoupalík, který tak navazuje na předchozí spolupráci s režisérem Kokotkem



Alexandr Sergejevič Puškin**EVŽEN ONĚGIN**

Překlad: Josef Hora

Dramatizace: Michaela Doleželová
& Bogdan Kokotek

Režie: Bogdan Kokotek

Scéna a kostýmy: Krzysztof Małachowski

Hudba: Zbigniew Siwek

Dramaturgie: Michaela Doleželová

Pohybová spolupráce: Katarzyna Anna Małachowska

OBSAZENÍ:

Evžen Oněgin: Jan Ťoupalík

Vladimír Lenský: Petr Vaněk

Olga Larinová: Vendula Nováková

Taťána Larinová: Natálie Tichánková

Ňána: Vlasta Hartlová

Lariná: Ivana Plíhalová

Pljuškin: Jaroslav Krejčí

Guillot: Petr Kubes

Zarecký: Lukáš Červenka

Gremin: Tomáš Krejčí

Stařec: Václav Bahník

Dáma 1 a Služka: Jana Posníková

Dáma 2 a Služka: Vladimíra Včelná

Biletářka: Věra Šindlářová

Balet, Tanečníci na plesu: Jana Baranová, j. h.

/ Markéta Fleková, j. h. / Karolína Kramešová, j. h.

/ Eliška Topičová, j. h. / Tomáš Dokoupil, j. h.

/ Tomáš Neuer, j. h. / František Topič, j. h.



jestli je ten člověk takový nebo makový. Láska jednoduše nesoudí. Po nějakém čase samozřejmě prvotní opojení opadne a vy buď narazíte na tvrdou zem, nebo se jen utvrdíte ve své volbě. V Taťanině případě se bohužel „princ z pohádky“ rozplyne,“ charakterizovala herečka. Taťaninu sestru Olgu si zahraje Vendula Nováková. „Tak jako většina sourozenců, i Olga s Taťanou jsou naprosto odlišné. Olga je na rozdíl od Táni živá. Je energická, pragmatická a s ničím si moc neláme hlavu. To co Taťána prožívá čtením románů, zažívá Olga doopravdy. Nepotřebuje snít o princovi na bílém koni. Táňa touží po opravdové, romantické lásce na celý život. A proto bude Olga vždycky šťastnější než Táňa,“ shrnula Nováková. Básníka Lenského si zahraje Petr Vaněk. „Na divadle jsem se s Evženem Oněginem ještě nesetkal. Samozřejmě jsem měl povědomí o příběhu a postavách, ale podrobně jsem se s tímto dílem seznámil až při studiu role. Teď už si ho budu pamatovat navždy. Je to krásný román,“ uvedl Vaněk. Dále účinkují Vlasta Hartlová, Ivana Plíhalová, Petr Kubes, Jaroslav Krejčí, Lukáš Červenka či Tomáš Krejčí. Scénu a kostýmy navrhl režisérův pravidelný spolupracovník Krzysztof Małachowski, jeho žena Katarzyna Anna vytvořila pro inscenaci originální choreografii nejen pro pověstnou valčíkovou scénu plesu, ale i pro další části. „Vedle klasického příběhu a hereckých výkonů se diváci mohou těšit na opravdu silný vizuální zážitek. Věřím, že čistá minimalistická scéna společně s choreografiemi učaruje každému návštěvníkovi našeho divadla,“ dodal ředitel Moravského divadla David Gerneš.

– ve zmíněné inscenaci Mistr a Markétka ztvárnil hlavní mužskou úlohu. „Upřímně, na roli Oněgina jsem si trochu myslel, ale když jsem viděl obsazení, byl jsem lehce paralyzovaný. S velkou rolí přichází i množství práce, nicméně Evžen Oněgin mě moc baví. S knižním vydáním jsem se setkal už na gymnáziu, divadelní zpracování jsem měl možnost zhlédnout před lety v Divadle Petra Bezruče a během příprav jsem si pustil film s Ralphem Fiennesem v hlavní roli. To tolik užívané sousloví „zbytečný člověk“ v souvislosti s postavou Oněgina je možná správné, ale zní trochu moc negativně. Jsem rád, že se při zkouškách snažíme najít v Oněginovi více rovin a já doufám, že před diváky obhájím i to pozitivní v mé postavě – aktivní hledání smyslu života, citlivost, empatie,“ uvedl Ťoupalík.

Taťanu Larinovou, která se do Oněgina nešťastně zamiluje, ztvární Natálie Tichánková. „Myslím si, že se Taťána do Oněgina zamilovala doslova na první pohled. A v takovém případě je vám zpočátku úplně jedno,

SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Vážení čtenáři, milí senioři, další jarní měsíc je za námi a jen samotný pohled na přírodu v rozpuku má hned pozitivní vliv na naši náladu – příroda je zkrátka mocná kouzelnice. Není nad to, usednout na rozkvetlou zahrádku, terasu či balkón, nejlépe s šálkem nějakého dobrého moku a třeba s novým číslem vašeho oblíbeného magazínu a nechat se přitom olizovat slunečními paprsky, které mají neuvěřitelnou sílu. Vaše oči již skoro s pravidelností stanuly nad stránkou, která je věnovaná pestré činnosti Krajské rady seniorů.

Měsíc duben znamenal pro KRS přípravný čas pro realizaci plánovaných aktivit, kde prim hrají IV. Krajské sportovní hry seniorů, které se budou konat 23. května od 9:00 již tradičně na stadionu TJ Lokomotiva v Olomouci, pod záštitou hejtmána Olomouckého kraje. Hry se konají za každého počasí, v případě nepřízně ve sportovní hale na stadionu. Až budete číst tyto řádky, pak zcela jistě nastal čas, kdy máte poslední možnost přihlásit své sportovní pětičlenné družstvo do soutěže a to telefonicky na čísle 731 087 190 u řídící organizačního štábu paní Bc. Zdenky Marcinkové. Uzávěrka přihlášek je 5. května s možností složení startovného při registraci v den konání her. Zároveň si vás dovoluji jménem Krajské rady seniorů všechny pozvat na IV. Krajské sportovní hry seniorů za účasti zahraničních hostů z Opolského vojvodství a ze Slovenska. Sportovci, přijďte změřit své síly. Diváci, přijďte podpořit své favority a užít si tak skvělý den na čerstvém vzduchu s možností pozdravit své staré kamarády, ale i získat nová přátelství. Na všechny se moc těšíme.

Nejlepší sportovci budou reprezentovat Krajskou radu seniorů a Olomoucký kraj na IV. mezinárodních sportovních hrách seniorů RS ČR 16.–19. července v Českých Budějovicích.

Příprava Táborové školy v přírodě je také v plném proudu. Všichni účastníci, kteří mají potvrzení o přijaté platbě od hospodářky KRS paní Ondruškové a mají zájem o svoz autobusem do tábora, budou včas informováni o čase svozu. Již teď je jasné, že jeden autobus bude vyjíždět ze Šumperka z autobusového nádraží v čase cca 10:00 dále Zábřeh u polikliniky v 10:30, Mohelnice z autobusového nádraží 10:45 a Litovel z autobusového nádraží v 11:15. Druhý autobus pojedje z Olomouce v 10:30 od hotelu Clarion naproti hlavního vlakového nádraží. Pro ostatní táborníky, kteří pojedou vlastní dopravou, bude čas nástupu stanoven mezi 11:00 – 13:00, který je nutno s ohledem na organizaci ubytování dodržet. Nejezděte do rekreačního střediska dříve, ubytování z organizačních důvodů nebude možné. Bližší informace týkající se pobytu všichni táborníci dostanou 14 dní před nástupem. Jedna technická připomínka se týká těch, kteří budou mít zájem o skvělé

cvičení se Světlanou v přírodě, pořídte si karimatku. A nezapomeňte si připravit karnevalovou masku. Realizační tým pro vás připravil fantastický zážitkový týden v přírodě, plný překvapení, na který budete dlouho vzpomínat.

V minulém čísle jsem vás podrobně informovala o spolupráci KRS s ředitelstvím hotelu MSA*** v Sezimově Ústí. Zvedla se obrovská vlna zájmu z vašich řad a oba nabízené termíny byly v rekordním čase zaplněny. Mám pro vás ale skvělou zprávu, podařilo se nám vyjednat ještě jeden termín, a to od 1. 11. do 7. 11. 2019. Všichni náhradníci a další zájemci o tento zvýhodněný rekondiční pobyt v letošním roce budou tedy uspokojeni. Informujte se u paní Jaroslavy Köhlerové na tel.: 732 208 050 nebo e-mailem: kohlerovajarka@seznam.cz. Prosím všechny zájemce, kteří jsou přihlášení k po-

bytu v listopadových termínech 2019, necht' zaplatí do 30. června. Na základě vašich dotazů k platbě celé částky, ano, vyžadujeme zaplacení celé částky přes účet Krajské rady seniorů z důvodu jistoty obsazenosti a organizace naplnění svozů ale na druhou stranu máte jistotu rezervace a garanci v případě, že z jakéhokoliv důvodu a třeba i den před odjezdem zrušíte svoji objednávku, dostanete celou částku zpět. A to je fér.

Další termíny jaro a podzim 2020 najdete na našich stránkách. Přejeme všem krásný pobyt a děkujeme za všechny děkované a pochvalné listy od vás, kteří jste tento pobyt již užili a chcete jet znovu. Vaše spokojenost nás těší a je pro nás motivační.

V dubnu jsme úspěšně uzavřeli další kurz Virtuální univerzity třetího věku s tématem České dějiny a jejich souvislosti. Po prázdninách znovu usedneme v Kongresovém sále na krajském úřadě v Olomouci ke studiu dalšího tématu. Jaké to bude? Zatím hlasujeme a rozhodne většina. Pro větší informaci můžete navštívit Portál vzdělávání seniorů na stránkách e.senior, kde najdete všechna studijní témata. Noví zájemci o vysokoškolské studium třetího věku se k nám mohou přidat od září.

Závěrem bych se zmínila o projektu seniorské cestování. Vaše oblíbené, krajem dotované jednodenní zájezdy po krásách našeho kraje jsou připravené, v první polovině měsíce května už bude známá cestovní kancelář. Sledujte stránky kraje, kde najdete všechny potřebné informace.

Milí senioři, děkuji vám za pozornost, kterou jste věnovali čtení těchto řádků. Užijte si tradice a obyčejy spojené s měsícem lásky, počínaje polibkem pod rozkvetlou třešní a konče kácením Máje.

Milena Hesová
předsedkyně KRS Olomouckého kraje
členka předsednictva Rady seniorů ČR



PREZENTACE NA TOURISM EXPO 2019

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje prezentovala po dva dny na výstavišti Flóra v Olomouci ve stánku Olomouckého kraje projekt „Seniorské cestování 2019“. Připravili jsme pro seniory anketu k seniorskému cestování, jejímž cílem byla zpětná vazba spokojenosti či přání a připomínek od účastníků minulých ročníků. Jedná se o krajem dotované jednodenní zájezdy po krásách našeho regionu, které jsou seniory velmi oblíbené. Každý rok vycestuje na tři tisíce účastníků. Letos krajské vedení vyslyšelo přání seniorů, vycestovat také do některého sousedního kraje a tak pět tematických dotovaných zájezdů směřuje do Moravskoslezského kraje a naopak.

Dalším dlouhodobě podporovaným projektem, který se zasloužil prezentaci ve stánku Krajské rady seniorů, jsou SeniorPasy – ucelený a jednotný systém slev 5% až 50% na výrobky a služby poskytované držitelům karet SeniorPas v oblastech zdravotnictví, lázeňství, wellness, cestování, ubytování, vzdělání, muzea, galerie apod. Držitelem se může stát obyvatel našeho regionu, kterému je minimálně 55 let a kartu může uplatnit na celém území ČR. O tom, že o tuto slevovou kartu je obrovský zájem svědčí statistická čísla, v celé ČR k 1. 1. 2019 je evidováno 336 085 držitelů

SeniorPasu, z toho 34 563 držitelů je právě z našeho kraje. Na výstavišti jsme uzavřeli dalších 80 žádostí. Také se nám podařilo oslovit některé vystavovatele a rozšířit tak seznam poskytovatelů slev.

V rámci prezentace spolupráce KRS s krajským vedením jsme představili a rozdávali seniorům novinku I.C.E. KARTU – „Seniorskou obálku“ – chytrý papír, který může zachránit lidský život, stačí informovat širokou veřejnost. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje chválí a děkuje hejtmanství za podporu tohoto projektu s obrovským potenciálem. Finančně nenáročný projekt vznikl ve spolupráci s Ministerstvem práce a sociálních věcí a krajských samospráv ve společném projektu nazvaném Implementace politiky stárnutí na krajskou úroveň. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje aktivně spolupracuje. Seniorská obálka je formulář, do kterého si senioři vyplní aktuální informace o svém zdravotním stavu, poté jej vloží do průsvitné plastové obálky a ta by měla být uložena na viditelném místě (lednice, vstupní dveře zevnitř bytu) tak, aby byla pro záchranáře lehce viditelná. Formulář je možno si stáhnout na www.olkraj.cz/seniorska-obalka-cl-4555. V našem stánku senioři také mohli najít oblíbený magazín Moravský senior, dále Dobu seniorů ale také třeba katalogy s nabídkou zvýhodněných zájezdů 55+ cestovních kanceláří, se kterými má KRS Olomouckého kraje dlouholetou vzájemnou partnerskou spolupráci.

Nemalý význam přikládáme osobnímu kontaktu se seniory na výstavišti, kde byla jedinečná příležitost hovořit o různých tématech, které se dotýkají seniorské populace. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje děkuje touto cestou krajskému vedení za podporu a Oddělení cestovního ruchu Olomouckého kraje za možnost prezentovat aktivity KRS na výstavě služeb cestovního ruchu a využití volného času TOURISM EXPO 2019.

Milena Hesová
předsedkyně KRS Olomouckého kraje



VÝROČNÍ ZASEDÁNÍ ŽELEZNIČÁŘŮ

Organizace důchodců (OD1 + OD2 + OD 3) při závodním výboru OSŽ Olomouc zasedla 11. dubna v kongresovém sále RCO Pegas, aby zhodnotila své celoroční aktivity, seznámila se s plánovanými akcemi pro letošní rok a popřála jubilantům ve svých řadách. Organizace má na 300 členů.

Předsedkyně KRS Olomouckého kraje prezentovala celoroční plán aktivit pro seniory v Olomouckém kraji. Představila projekty podporované krajem – Seniorské cestování 2019 – jednodenní dotované zájezdy po krásách našeho kraje, IV. Krajské sportovní hry seniorů, oslavu Dne seniorů v Olomouckém kraji – Babička roku a celorepublikové finále v Olomouci, virtuální Univerzitu třetího věku, plánované „chytré“ semináře, Krajskou

táborovou školu v přírodě 2019 a další aktivity včetně projektu SeniorPas a týdenní rekondiční pobyty v Sezimově Ústí.

(od)





Babička roku

2019
CELOREPUBLIKOVÉ
FINÁLE v OLOMOUCI

Mediálním partnerem bude TV **Šlágr**

Záštitu převzal **Ladislav Okleštěk** hejtman Olomouckého kraje

Podrobné informace na www.BabičkaRoku.cz

Srdčně Vás zvou partneři a pořadatelé:



Vyplňte čitelně hůlkovým písmem.

PŘIHLÁŠKA

Babička Olomouckého kraje 2019



Jméno: _____

Příjmení: _____

Datum narození: _____

Počet dětí: _____ Počet vnoučat: _____

Bydliště: _____

Původní profese: _____

Osobní zájmy: _____

Telefon: _____

E-mail: _____

Potvrzuji podpisem, že zde uvedené údaje jsou pravdivé:

V _____

dne _____ Podpis: _____

Poskytnuté údaje budou použity výhradně pro potřeby realizace projektu BABIČKA ROKU 2019 v souladu se zákonem č. 101/2000Sb. o ochraně osobních údajů.

DOPLŇUJÍCÍ ÚDAJE K PŘIHLÁŠCE:

Charakteristika babičky:

Váš životní příběh – stručně prosím popište Váš přínos pro rodinu, pro místo kde žijete, Vaše pracovní úspěchy:

Proč si myslíte, že byste měla postoupit do finále soutěže:

Jakou jste do soutěže zvolila volnou disciplínu:

V jakém oděvu budete vystupovat na módní přehlídce: ☐ společenský oděv ☐ lidový kraj

Podmínky Vaší nominace:

1. Soutěže se můžete zúčastnit od věku od 55 let, pokud máte hlášen trvalý pobyt v Olomouckém kraji
2. Vyplněnou přihlášku odešlete na adresu: Krajská rada seniorů, KRS Jeremenkova 1191/40a, 779 00 Olomouc nebo elektronicky na e-mail mlenahesova@seznam.cz
3. Obálku označte heslem „BABIČKA OLOMOUCKÉHO KRAJE“

Uzavírka nominací: 25. 8. 2019

KRAJSKÁ RADA SENIORŮ NA VÝJEZDNÍM ZASEDÁNÍ V LITOVLI

Ke třetímu zasedání jsme využili pozvání od kolegů z Litovle, kterým tímto děkujeme za příjemné prostředí i pohoštění. Hodně jsme pracovali na přípravě IV. krajských sportovních her a III. táborové škole v přírodě, ale

také jsme trochu slavili. A že nás bylo. Všem oslavenčům přejeme všechno nejlepší, pevné zdraví a spoustu energie pro plnění náročných vytyčených cílů pro blaho nás seniorů.

KRS Olomouckého kraje



HEJTMANŮV ÚŘAD NA KOLECH ZAFUNGOVAL SKVĚLE, PŘÍŠTÍ ZASTÁVKA BUDE V HRANICÍCH

Hejtmanova mobilní kancelář, která se do terénu poprvé vydala ve čtvrtek 11. dubna, měla u obyvatel regionu velký úspěch. Projekt, který má přiblížit krajský úřad lidem, zavítá postupně do všech větších měst Olomouckého kraje. První zastávka byla ve Šternberku.

„Pana hejtmana jsem se ptal na kotlíkové dotace, protože mám doma staré uhláky a chtěl bych něco jiného. Je mi osmašedesát let, takže tahat po schodech kýble s uhlím už je nad moje síly,“ svěřil se jeden z prvních návštěvníků hejtmanova mobilní kanceláře Josef Linhart.

Dalšími tématy, na která se lidé v krajském karavanu hejtmana Ladislava Oklešťka dotazovali, byly opravy silnic, elektrifikace trati z Olomouce do Uničova, nedostatek řemeslníků, platy ve zdravotnictví nebo rozšíření nabídky sociálních služeb. „Mobilní kancelář má obrovskou výhodu v tom, že si lidé nemusí brát v zaměstnání volno a cestovat na krajský úřad do Olomouce. Hejtmanství přijede rovnou k nim, protože zajímat se o potřeby obyvatel, a hlavně je řešit, je zase hejtmanovou prací,“ vysvětlil podstatu nového projektu Ladislav Okleštěk.

Ve Šternberku se hejtmán setkal také s místními podnikateli a čelil dotazům studentů při besedě na tamní lesnické škole. Další zastávka mobilní kanceláře bude ve čtvrtek 16. května v Hranicích. (red)



PROSTĚJOV OLYMPIJSKÝ DOSTANE NOVÉ STANOVY I VÝSTIŽNĚJŠÍ NÁZEV



Spolek Prostějov olympijský čeká změna stanov. Jejím cílem bude spravedlivější a přehlednější fungování organizace, která má na starosti provozování moderní multifunkční haly v Prostějově. Členy spolku je město Prostějov, tenisový klub a Olomoucký kraj. Právě hejtmanství úpravu stanov navrhlo.

„Smyslem nových stanov bude narovnání vztahů mezi jednotlivými partnery tak, aby byly vyvážené. V předsednictví spolku se například budou jednotliví partneři střídát, začne Prostějov,“ uvedl náměstek hejtmana pro sport Petr Vrána. Prostějovská sportovní hala nabízí využití školám, amatérským sportovcům ale i profesionálním týmům. Zařízení začalo fungovat na konci loňského roku. „Spolek se zároveň podělí o úhradu jeho závazků, které nyní činí 19 milionů. Finanční rozhodnutí nad dvě stě tisíc korun budou muset nově vždy schvalovat všichni členové spolku – to je další krok k jeho ještě větší transparentnosti,“ dodal náměstek Petr Vrána.

Poslední změnou je přejmenování spolku na výstižnější název Národní sportovní centrum Prostějov. Navrhované novinky už přijala Rada Olomouckého kraje, posvítit je musí ještě krajské zastupitelstvo. (red)

OLOMOUCKÝ KRAJ ROZDAL CENY ZA KULTURU

Napínavé bylo od první chvíle hlasování o Cenu veřejnosti Olomouckého kraje za výjimečný počin v oblasti kultury. První místo nakonec s 351 hlasem získal Street art festival – projekt, který už bezmála dvanáct let oslavuje pouliční umění. Ocenění převzali jeho zástupci v rámci slavnostního večera v Moravském divadle Olomouc.

„Nečekali jsme ani nominaci, natož že bychom zvítězili. Zisk ocenění nás velmi těší už jen proto, že streetartové umění nebývá v takových anketách často hodnoceno,“ neskrývala radost z vítězství spolupořadatelka akce Romana Junkerová. Druhé místo obsadila výstava olomouckého Muzea umění Rozlomená doba 1908–1928/

Avantgardy ve střední Evropě. Pomyslnou bronzovou placku získala expozice Vědecké knihovny v Olomouci s názvem Sbohem, monarchie.

Cena veřejnosti, v níž hlasovalo více než jedenáct set lidí, byla jednou z deseti kategorií Cen Olomouckého kraje za přínos v oblasti kultury za rok 2018.

„Poděkování a uznání si zaslouží nejen vítězové jednotlivých kategorií, ale také všichni nominovaní a vlastně každý člověk, který se v našem regionu na pořádání kulturních akcí podílí,“ řekl během slavnosti hejtman Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk.

Olomoucký kraj letos uděloval ceny za kulturu už potřinácté. Odborníci vybírali celkem z 56 nominací. (red)

Cena za celoživotní přínos – dvorana slávy

Vladimír Körner – scénárista

Cena za výjimečný počin roku v oblasti umění

– hudba / Jakub Rousek – tenorista

Cena za výjimečný počin roku v oblasti umění

– výtvarné umění / Projekt Wolker

Cena za výjimečný počin roku v oblasti umění

– divadlo / Divadlo Václav, z.s.

Cena za výjimečný počin roku v oblasti umění

– film, rozhlas a televize / „Případ pro Jáchyma

Semiše: Dóm přízraku“ Jana Haluzy

Cena veřejnosti Olomouckého kraje za výjimečný počin v oblasti kultury / Street art festival

Cena za výjimečný počin roku v oblasti umění

– literatura / publikace Karel Kavička a kol.:

Jano Köhler

Cena za výjimečný počin v oblasti tradiční lidové

kultury, ochrany a popularizace kulturních

hodnot / „Brána do starých časů na Hané“

Cena hejtmana Olomouckého kraje za přínos

v oblasti kultury / Jan Morávek, Jiří Vojzola

– in memoriam

Cena „Mistr tradiční rukodělné výroby

Olomouckého kraje“ / Miloslava Vašíčková

– figurální keramika, betlemářství



TOHLE ČÍSLO PŘINESE ŠTĚSTÍ A OHOLÍ HEJTMANA

Číslem letošního jara v Olomouckém kraji je cifra 8803540277. Nejde sice přímo o šťastnou desítku, pocit výhry ale přinese také. Jedná se totiž o účet, na který lidé mohou posílat příspěvky do sbírky Oholíme hejtmana. Peníze poslouží na financování rozvozu hendikepovaných dětí na Mohelnicku. Hejtman Ladislav Okleštěk každou došlou korunu zdvojnásobí, a pokud výsledná částka překročí tři sta tisíc korun, dobrovolně se nechá ještě oholit.

„Věřím, že se povede nashromáždit co nejvíce peněz. Sice se budu s knírem loučit těžko, ale lidé, pro které je sbírka určena, museli obětovat daleko víc,“ nechal se slyšet hejtman Okleštěk. Veřejnost mohla pomocí internetového hlasování vybírat hned z osmi projektů, které se

o podporu ucházely. Šlo například o seniorklub z Cholina, poradnu pro zadlužené či dětský hospic. Nejvíce hlasů získal záměr přispívat na úhradu nákladů na svoz a rozvoz hendikepovaných dětí do speciální školy v Mohelnici.

„Podporu si zaslouží všechny přihlášené projekty. Už jen to, že se v rámci sbírky Oholíme hejtmana prezentovaly, jim otevřelo dveře k dalším potenciálním dárcům a přispěvatelům,“ dodal Okleštěk. Finanční příspěvky mohou lidé posílat na účet 115-8803540277/0100. Zapojit se mohou soukromé osoby i firmy. Pokud se do 31. května 2019 podaří nashromáždit i s hejtmanovým násobným celkem 300 tisíc korun, Ladislav Okleštěk si oholí knír. Více na www.oholimehejtmana.cz. (red)

OLOMOUCKÝ KRAJ PODPOŘÍ PRODEJ KVALITNÍCH REGIONÁLNÍCH POTRAVIN

Statisíce korun letos Olomoucký kraj uvolní na propagaci regionálních produktů i na pořádání oblíbených farmářských trhů. Seznam úspěšných žadatelů o dotace schválili na svém posledním jednání krajské radní.

„Regionální výrobci dodávají na trh kvalitní výrobky, o které mají zákazníci zájem. Naši snahou je, aby drobných farmářů bylo v regionu co nejvíce a aby se rozšiřovala také nabídka jejich produktů a služeb,“ uvedl hejtman Olomouckého kraje Ladislav Okleštěk.

Na pořádání farmářských trhů i podporu regionálních produktů a služeb uvolní hejtmanství více než sedm set tisíc korun. Peníze farmáři využijí například na vybudování obchodu s regionálními potravinami nebo na propagaci místních výrobků.

„S finančním příspěvkem Olomouckého kraje letos proběhnou farmářské trhy například v Šumperku, Přerově, Jeseníku nebo husí slavnosti v Tovačově,“ dodal hejtman Okleštěk. (red)

PRIMÁTOR OLOMOUCE ŽBÁNEK SE SETKAL S HOKEJOVÝMI MISTRY Z ROKU 1994

Před pětadvaceti lety slavila celá Haná mistrovský titul HC Olomouc. Členy tehdejšího mistrovského týmu, zvaného tradičně Mora, čtvrt století po jejich triumfu přijal na radnici primátor Mirek Žbánek, jeho první náměstek Martin Major a radní Milan Feranec. Kromě přijetí a symbolického dárku připravili hokejistům i překvapení – stránku z pamětní knihy města z roku 1994, kde jsou všechny autogramy tehdejších mistrů.

Historicky prvním mistrem v samostatné české hokejové extralize se stal v pondělí 11. dubna 1994 tým HC Olomouc. Borce, kteří tenkrát hráli v zelenobílých dresech, k zisku titulu po náročné čtyřzápasové sérii s Pardubicemi hnal totálně narvaný zimní stadion. Byť jeho kapacita činí oficiálně 5500 sedících diváků, tehdy vítězné utkání a následné oslavy vidělo přes sedm tisíc lidí. „Kapacitu haly jste tehdy naplnili na 131 procent, čímž jste překonali i budovatele a legendární černé barony,“ konstatoval David Ševčík z oddělení sportu, který hokejisty na radnici přivedl.

„Pánové, vám patří dík za to zlato, které v klubu rezonuje dodnes, byť od jeho zisku uběhlo dlouhých pětadvacet let. Vím to i proto, že můj synovec za jeden z mládežnických týmů dnes chytá. Ve skrytu duše jsme doufali, že bychom letos mohli přijímat i další čerstvé mistry. To sice zatím nevyšlo, určitě to ale vyjde během nejbližších let,“ řekl primátor Mirek Žbánek. „Moc doufám, že tady brzy budeme mít i nové mistry ze současné generace, přál bych i fanouškům, aby to mohli znovu zažít. Já si ty pocity moc dobře pamatuji jako čtrnáctiletý fanda, na tom stadionu přeplněném lidmi i euforií to tehdy byl



úžasný zážitek,“ připojil se náměstek primátora Martin Major. Primátor pak týmu poděkoval i za to, že se naprostá většina z tehdejších šampionů i v uplynulém čtvrtstoletí věnovala hokeji například z pozic trenérů mládeže. „To je velmi důležitý příklad, jak hokeji po celá léta vracíte to, co vám dal v době, kdy jste byli na vrcholu,“ řekl Mirek Žbánek.

„Ze skupiny jednotlivých lidí se musel stát opravdový tým, který měl jeden společný cíl a tomu všechno podřídil. Výsledek se pak dostavil, i když jsme nepatřili k favoritům soutěže,“ popsal recept na úspěch kapitán tehdejší Mory Miroslav Chalánek. „Byl to pro nás mimořádný úspěch, krásné chvíle a zážitky, které nám už nikdo nevezme,“ dodal kapitán a připomněl i jména tehdejších dvou trenérů, kteří se dnešních oslav nedožili, a to Josefa Augusty a Jaromíra Přecechtěla. (red)



DOPRAVNÍ ŘÍDÍCÍ ÚSTŘEDNA FUNGUJE A POSÍLÁ DATA DO APLIKACE CHYTRÁ OLOMOUC

Do ostrého provozu byla spuštěna dopravní řídicí ústředna, která Olomouci přinese komfort pro všechny typy dopravy. Velkou část dat mohou řidiči nyní sledovat online na webových stránkách chytra.olomouc.eu nebo v aplikaci Chytrá Olomouc. Ta je ke stažení pro operační systémy Android i iOS.

Samotná ústředna nemá jen dohlížecí funkci, jak tomu bylo u předchozího zařízení. Nová dopravní ústředna je sofistikované centrum s inteligentním řízením světelných křižovatek, monitoringem obsazenosti parkovišť, ovládáním proměnných značek či možností připojení dohledových kamer. Primárně má koordinovat dopravní provoz ve městě, tedy řídit křižovatky včetně možnosti úpravy signalizačních plánů podle aktuálních událostí či mimořádných situací.

„Nyní bude možné nastavit na koordinovaných úsecích takzvanou zelenou vlnu, po které lidé často volají, a to přímo z dopravního centra i s preferencí pohybu hromadné dopravy v závislosti na aktuální dopravní situaci,“ vysvětlil primátor Mirek Žbánek. Na ústřednu je napojeno všech 42 světelných křižovatek, do budoucna jich může být až sto.

Součástí projektu je rovněž dodání softwarového smart řešení INVIPO, které je pružnou a otevřenou platformou pro integraci technologií, systémů a služeb ve městech a na silnicích. Výstupy z této platformy jsou částečně dostupné i veřejnosti prostřednictvím



webových stránek nebo aplikace. „Pro řidiče je dobré, že v aplikaci vidí, kde jsou aktuální uzavírky nebo dopravní nehody a mohou lépe plánovat svou trasu. Navíc aplikace ukazuje i aktuální počet volných parkovacích míst na šesti frekventovaných velkých parkovištích,“ uvedl náměstek primátora Matouš Pelikán. Volná parkovací místa aplikace najde v podzemním parkovišti u nádraží, u komplexů RCO a BEA, u hotelu Flora, na Palackého nebo v budově Namiro. **(red)**

VÝCHODNÍ TANGENTA JE STÁLE V PŘÍPRAVĚ

Východní tangentu a další významné součásti dopravní infrastruktury města Olomouce začala společně řešit nová pracovní skupina. Ta vznikla z impulsu primátora Mirka Žbánka a kromě představitelů samosprávy a magistrátu v ní jsou zapojeni zástupci Ředitelství silnic a dálnic, Olomouckého kraje, komisí městských částí i zástupce signatářů petice za zachování komunikace z Chválkovic na Svatý Kopeček.

„V praxi se osvědčuje, když se složité téma s řadou přesahů řeší koordinovaně, tak jako nyní už řešíme například protipovodňová opatření. Proto jsem chtěl, aby podobná skupina vznikla i k tématu východní tangenty, což je dopravní stavba, na kterou Olomouc čeká už nejméně dvě desetiletí a pro město je mimořádně důležitá,“ vysvětlil v úvodu primátor Mirek Žbánek. „Jde o to, aby přípravné práce postupovaly co nejrychleji a abychom se co nejdříve dostali k realizaci. Dnes na východní tangentu prostředky ve státním rozpočtu jsou, pokud se ale přípravy povlečou příliš dlouho, stát může přehodnotit priority a peníze už být nemusí,“ dodal primátor.

Při následujícím jednání zástupce Ředitelství silnic a dálnic o průběhu přípravy studie EIA o posuzování dopadů

stavby na životní prostředí informovala Hana Urbánková. Vedoucí úseku výstavby ŘSD ČR, Správa Olomouc, uvedla, že pozastavené práce na pořízení dokumentace k územnímu rozhodnutí budou pokračovat po vydání stanoviska EIA. Předpokládané zahájení stavby východní tangenty je nejdříve v roce 2025.

V rámci přípravy tangenty se řeší například i nalezení náhradních vodních zdrojů, protože navržená trasa některé současné zdroje vody překrývá. „V tomto ohledu jsme připraveni investorovi maximálně pomoci, a to i v případě dalších nákladů. Riziko odkladu stavby považujeme za velký problém,“ dodal primátor Žbánek. Kritickým bodem je i zachování stávající komunikace na Svatý Kopeček. Město připravuje studii přemostění tangenty, problémem jsou ale nestálá stanoviska památkářů, pro něž je důležité zachování pohledu na historickou alej.

Zástupkyně ŘSD Hana Urbánková informovala rovněž o přípravě důležitého propojení D35 a západního obchvatu Olomouce poblíž Křelova. Podle jejích informací už proběhlo také jednání s vlastníky dotčených pozemků a zatím se neobjevil žádný výrazný problém. **(red)**

BOLÍ VÁS ČASTO NOHY? POZOR NA CHRONICKÉ ŽILNÍ ONEMOCNĚNÍ

Objektivní i subjektivní projevy a příznaky mohou vést k výraznému zhoršení kvality života či dokonce k invaliditě. Mezi symptomy žilního onemocnění řadíme bolest, pocit těžkých nohou, otoky, noční křeče, pulsace v dolních končetinách. K rizikovým faktorům patří bezesporu vyšší věk, těhotenství (hormonální změny), genetická zátěž či obezita.

Není únava jako únava

Lidé trpící žilní nedostatečností – onemocnění velmi často připisují projevy pouze typické únavě např. po sportu, po práci, po turistice, po dlouhém sezení, atp. Lékařskou odbornou pomoc vyhledávají až v pozdějších fázích nemoci. Chronická žilní nedostatečnost je onemocnění postihující žilní systém dolních končetin. Způsobuje dlouhodobou poruchu návratu žilní krve z dolních končetin směrem k srdci.

Jak vzniká žilní nedostatečnost?

Abychom pochopili problematiku žilní nedostatečnosti (insuficience) je nutné si objasnit jakým způsobem je krev odváděna z dolních končetin. Starají se o to dva žilní systémy – povrchový a hluboký, které jsou vzájemně propojeny spojkami. Hluboké žíly i spojky s povrchovým systémem žil jsou vybaveny chlopněmi, které jsou ještě s činností svalové pumpy zodpovědné za tok krve pouze jedním směrem a to k srdci. K tomu je potřeba, aby žilní stěna byla dostatečně pevná a okolní vazivo pružné. Pokud tomu tak není nebo pokud je svalová činnost oslabena a chlopně nedomykají, dochází ke zvýšení krevního tlaku v povrchovém systému, k rozšíření žil, městnání krve a úniku tekutin do okolních tkání (proto je důležité nosit kompresní punčochy, které nám pomáhají zesílit svalovou pumpu). Kompresní punčochy vám jednou za půl roku může napsat váš praktický lékař. Že žilní systém nepracuje správně, signalizují určité příznaky. Příznaky žilního onemocnění se rozvíjejí postupně, někdy po řadu let. Zpočátku si pacient stěžuje na pocit těžkých unavených nohou, noční křeče (v lýtkách). Brzy se začínají projevovat otoky a bolestivost v okolí kotníků, které se šíří na bérce. V důsledku porušení hlubokého žilního systému dochází k přetěžování povrchového systému a začínají vznikat varixy a rozšířené povrchové žilky. Později se začne objevovat změna barvy kůže – zvýšená pigmentace, tvrdnutí kůže a další kožní změny. Vznikají tzv. metličky – drobné nafialovělé žilky, snadno viditelné

pod kůží. Regenerace tkání dolních končetin je výrazně snížena, proto se různá poranění špatně hojí a jsou náchylná k infekci. Vážnou komplikací neléčené žilní nedostatečnosti je bérkový vřed, otevřená nehojící se rána, která se vyvíjí zevnitř.

Léčba

Konzervativní – je léčba pouze příznaková, nevede k odstranění postižených žil. V první řadě je důležitá kompresivní léčba, kdy pacient musí pravidelně nosit kompresní podkolenky či stehenní punčochy. Pacientům se podávají tzv. venofarmaka – léky, které zpevňují žilní stěnu a zlepšují průtok tkáněmi. Pokud je žilní systém poškozen, je nutné operační řešení.

Chirurgická – má vysloveně léčebný efekt. Je to neefektivnější léčba této žilní nedostatečnosti. Vzhledem k dnešním technikám a způsobům provedení zákroků již pacient nemusí být v celkové narkóze a bez nutnosti pobytu v nemocnici.

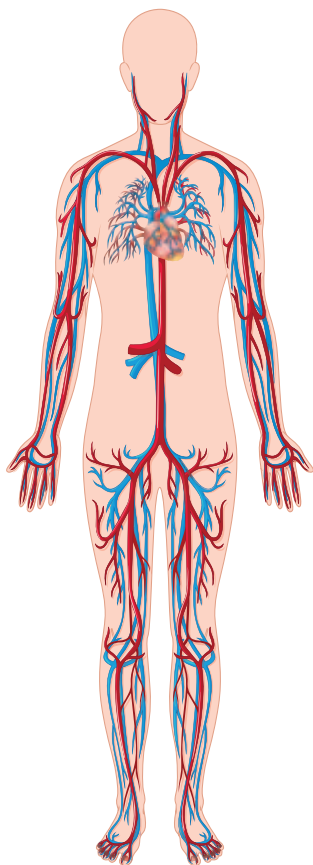
Jak pečovat o své nohy v letním období

V letním období se často stupňují příznaky chronické žilní nedostatečnosti, jakými jsou – otoky, pocit těžkých nohou, napětí, bolest. Je to v důsledku zvýšení okolní teploty, nedostatku pohybu, snížení příjmu tekutin, dlouhé sezení a neměnná poloha se spuštěnými dolními končetinami (cestování).

Při dlouhých cestách dopravními prostředky (autobus, letadlo) v rámci možností je dobré uvolnit své nohy alespoň v uličce, hýbat prsty, kroužením nohou v kotnících, změna polohy v sedě. Na cestu zvolte volnější obuv, boty bez podpatků. Oděv by měl být pohodlný, vyhýbejte se příliš těsným kalhotám, které stlačují žíly a omezují krevní oběh. Při vysokých teplotách se doporučuje ochlazovat nohy studenou vodou, sprchou od chodila nahoru. Studená voda navrací žilní stěně potřebné napětí a zabraňuje rozšiřování povrchových žil.

Další nepostradatelnou součástí péče o nohy je chůze. Chůze je v podstatě cvičení, které je snadné, přirozené, je k dispozici všem a je zdarma. Chůze vám pomůže zhubnout, posiluje srdce, snižuje riziko vážných onemocnění, dává vám energii. Chůze udržuje nohy zdravé v přirozeném pohybu. Podporuje krevní oběh v dolních končetinách, takže co nejvíce chodte. I krátká procházka vám může pomoci s výrazným zlepšením příznaků.

Stanislava Zavadilová,
odborná zdravotní sestra



POJIŠTĚNÍ INTERNETOVÝCH RIZIK POMŮŽE PŘI ZNEUŽITÍ KARETNÍCH ÚDAJŮ

Kybernetické hrozby jsou zcela jistě jedny z největších rizik současnosti. 29 % lidí vnímá ztrátu dat a on-line bezpečnost jako riziko, kterému bude osobně čelit v příštích 5 letech. Podle nedávné studie v 6 evropských zemích, kterou realizoval BNP Paribas Cardif, lidé silně vnímají i rizika jako jsou ztráta osobních věcí, zneužití bankovníctví a ztráta soukromí. Je tedy pochopitelné, že zároveň roste i zájem o pojištění rizik v těchto oblastech.

Češi obecně nedodržují bezpečnostní opatření na internetu

Podle průzkumu společnosti Europ Assistance, kterou společnost realizovala ve spolupráci s agenturou Lexis, základní preventivní nástroj – pravidelnou změnu hesla – používá jen 11 % českých internetových uživatelů. Alarmujících 38 % českých respondentů naopak uvedlo, že svá hesla dobrovolně nikdy nemění.

Pojištění pokryje část rizika

„Pojištění internetových rizik lidem pomáhá v případech, kdy dojde například ke zneužití údajů z platebních

karet na internetu nebo internetového bankovníctví. Pojištění pomůže zmírnit i riziko on-line nákupů. Při naší totiž pojistné plnění, když z e-shopu přijde zboží poškozené nebo nedorazí vůbec,“ říká Viktor Houška, ředitel produktu a marketingu BNP Paribas Cardif. Lidé tak mohou část rizika spojeného s používáním internetu přenést jednoduše na pojištění. Ve chvíli, kdy nastane pojistná událost, pojištění poskytne důležitou odbornou pomoc a finanční plnění.

Asistence odborníka, náklady obnovy dat a právní asistence

„Pojišťovna v rámci pojištění nabízí nejen finanční plnění, ale i IT asistenci odborníka. A to i v případě, pokud si pojištěný neví jen rady s počítačem. Dále pojištění kryje i náklady na obnovu ztracených dat z poškozeného zařízení, což se může hodit třeba při ztrátě rodinných fotografií. Součástí služby je právní asistence a pomoc v případě poškození on-line pověsti,“ uzavírá Viktor Houška z BNP Paribas Cardif. (fag)



UNIKÁTNÍ OBJEV PŮVODNÍHO KROVU HLAVNÍ BUDOVY VLASTIVĚDNÉHO MUZEA

Od začátku března letošního roku probíhá rozsáhlá rekonstrukce krovů a částečná výměna střešní krytiny na sídle Vlastivědného muzea v Olomouci, památkově chráněné budově bývalého kláštera klarisek. Během opravy byl nalezen původní trám s datací z roku 1775. Klášter klarisek byl v Olomouci založen podle pověsti Kunhutou ze Žerotína ve 40. letech 13. století, a to vedle špitálu sv. Ducha na Předhradí. První písemná zmínka o něm pochází z roku 1298 z listiny krále Václava II. Klášter byl původně zřejmě vybudován ve stylu rané gotiky a do vypuknutí husitských válek minimálně jednou přestavován, resp. dostavován. Již v 1. polovině 18. století se podle svědectví písemných pramenů klášter nacházel v havarijním stavu, proto byla roku 1754 zahájena jeho postupná a radikální barokní přestavba. Nejprve vzniklo na skále podél městských hradeb severní křídlo konventu s refektářem dokončené roku 1759, pak následovala obě boční křídla, přičemž byly původní budovy kláštera zcela odstraněny,

místa až do podloží skály. Přestavba byla realizována olomouckým zednickým mistrem Matějem Kniebaldem. V roce 1772 bylo započato s přestavbou kostela sv. Kláry podle plánu olomouckého stavitele Václava Bedy. „Oprava krovů a částečná výměna střešní krytiny v předpokládané výši téměř 40 milionů korun probíhá ve čtyřech etapách. Během poslední z nich, která zasáhne jižní křídlo muzejní budovy v létě 2020, bude nutné z důvodu bezpečnosti přesunout stávající

muzeum
VLASTIVĚDNÉ MUZEUM V OLOMOUCI

tramvajovou zastávku na náměstí Republiky,“ sdělil ředitel muzea Břetislav Holásek. „Opravy byly započaty z důvodu rozsáhlého napadení krovů dřevokazným hmyzem

i houbami. Krovky jsou pod pečlivým dohledem olomouckých památkářů vyměňovány buď celé, nebo částečně nahrazovány novými. To vše podle akutního stavu dřeva,“ doplnil ředitel Holásek. Celá rekonstrukce je plánována na dobu šestnácti měsíců, tj. do konce léta 2020. Muzeum bude po dobu rekonstrukce pro veřejnost zpřístupněno bez omezení. (vmo)



**Realitní služby,
jak mají být.**

REALITNÍ 
České spořitelny

pobočka Olomouc
ul. 8. května 8
infolinka 702 120 120
www.rscs.cz/finesa

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.

**Nový seriál
na každý
pátek**



OLOMOUCKÝ KRAJ CHYSTÁ NOVOU KONCEPCI TĚLOVÝCHOVY A SPORTU

Olomoucký kraj připravuje koncepci rozvoje tělovýchovy a sportu, která má nastínit jakým směrem se další z krajských priorit posune v následujících letech. V těchto dnech hejtmanství oslovilo obce, sportovní kluby a například i Univerzitu Palackého v Olomouci, aby získalo data pro první pasportizaci tělovýchovných zařízení v regionu. „Výstup z vyplněných dotazníků použijeme na analytickou část připravované koncepce. Jejím účelem bude zefektivnit nastavení krajského dotačního programu, jehož prostřednictvím hejtmanství sport podporuje,“ uvedl náměstek hejtmána pro oblast sportu Petr Vrána. Kraj dosud oslovil více než čtrnáct set subjektů, které mají se sportem co do činění. Další zájemci si dotazník mohou spustit přímo z webu OLKRAJ.CZ. „Koncepce rozvoje sportu bude zahrnovat roky 2019 až 2023 a její součástí se stane také akční plán. Půjde vlastně o investiční kuchařku, kterou se hejtmanství může řídit při rozhodování o investicích,“ dodal náměstek Vrána. Olomoucký kraj podporuje sport například dotacemi na výstavbu nových sportovišť, ale přispívá i samotným profesionálním a amatérským sportovcům. Ročně na tyto účely uvolní desítky miliónů korun. (red)

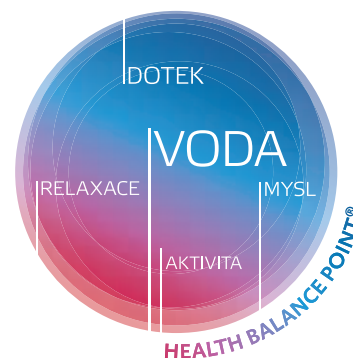


inzerce

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

**VENKOVNÍ
AREÁL
OTEVŘEN**

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

sleva 10 %

platí do 7. 6. 2019 ve dnech ÚTERÝ až PÁTEK
**tímto kuponem získáváte
slevu na vstupné 10 %**

slevy se nesčítají

TERMÁLY | LOSINY

JARNÍ POSEZENÍ KLUBU SENIORŮ V HRANICÍCH

Jaro je tady! A my, členové Klubu seniorů v Hranicích, se těšíme na jednu z mnoha našich tradičních akcí „Jarní přátelské posezení“. Zájem je veliký, proto jsme vděční manželům Vlasákovým, že nám každoročně poskytují pro tuto akci prostory svého Divadla Stará střelnice. Středa 3. dubna 2019 je tady a téměř 200 seniorů se od 15 hodin schází v krásném prostředí divadla, tentokrát se stolovou úpravou. Na stolech prostřeny zákusky, které napekly naše členky. Koupíme si k nim kávičku, víno, vodu... mňam! A je nám dobře. Zvlášť pak, když v programu vystoupí děvčata ze sportovního a pohybového centra Dynamic Fit Hranice pod vedením paní Nadi Hořínové. Za velkého potlesku předvedou pódiové skladby „Princezničky“ a „Rytíři“. Pak už nám k tanci a poslechu hraje hranická country kapela VOCODE. To jsme teprve pookřáli. Zazpívali jsme si retro písně našeho mládí a roztančili sál. Bylo veselo, všichni jsme zapomněli na své roky, bolesti i trampoty. A tak to má být. Nabiti energií, dobrou náladou, radostí ze života a jarním sluníčkem jsme odcházeli domů s úsměvem na rtech. Podle jedné z písní Michala Tučného, která také sálem zazněla, můžeme říci: „Když se báječní lidé sejdou v báječném klubu s báječným vedením dvou bab, tak mají báječný život, plný báječných dnů bez útrap!“

Pavlaína Mazurová, Klubu seniorů Hranice



PAMATOVÁČEK – JEŠTĚ O NÁS VÍTE?

Existuje zařízení, které se jmenuje Pamatováček. Tento název se zdál i chytrým lidem obdařeným akademickými tituly, z počátku infantilní. Málem mně zviklali. Je tomu už 16 roků. Měli jsme cíl pomoci zajistit lékařskou péči a sociální služby pro spoluobčany postižené demencí „pod jedním krovem“. Popisování cesty od úspěchu ve výběrovém řízení, po dnešní dny by nebylo zrovna zábavné. Jen snad tolik, že od místnosti patřící „Úřadu pro zastupování státu ve věcech majetkových“ až po stávající působiště to nebyla procházka růžovým sadem. Původně pracovala neurologická ambulance a psychiatrická jako zařízení Odborného léčebného v Moravském Berouně i spolu s ambulantní sociální poradenskou službou. Zatím co neurologická a psychiatrická ambulance zůstaly v gesci Odborného léčebného ústavu, sociální složka zařízení se „osamostatnila“ jako Občanské sdružení. Přes zejména časovou a personální redukci, kterou si vynutili možnosti nebo spíše nemožnosti dané současnou situací, obě složky zařízení slouží v kvalitě která je přínosná pro spoluobčany, vyhledávající odbornou péči a sociální pomoc a radu. Neurologická ambulance, vedená doc. MUDr. Vlachovou jakož i psychiatrická ordinace pracují nyní pod správou Odborného léčebného ústavu Paseka a jsou zárukou kvalitní ambulantní diagnostické i léčebné péče. V poslední době je „trendy“ vracet se ke kořenům. Budiž tedy zde

zmínka o druhé složce zařízení a to samotném Pamatováčku, jakémsi sociálním „hnízdečku“ starostí o potřebné lidičky a jejich pečovatele. Díky vzácnému pochopení osvědčených lidí se podařilo získat nynější objekt a přizpůsobit interiér potřebám péče. Vzniklo tak moderní zařízení s dobrým zázemím technickým a s obětavými a odborně kvalifikovanými pracovníci. Jako první ambulantní sociální zařízení v České republice jsme získali certifikaci „Vážka“, ocenění České alzheimerovské společnosti. Pracovnice získaly Evropský certifikát, vyjadřující uznání příslušných vědomostí v sociálních službách napříč Evropskou unií. Od samého vzniku je snahou pracoviště pomoci vymazat uměle administrativně nesmyslně nastavenou sice pomyslnou, ale pořád bohužel fungující tlustou čarou mezi zdravotní a sociální problematikou péče o postižené demencí a jejich pečovatele. Jakési první vlaštovky se v legislativních procesech objevují, tak snad se v dohledné době dočkáme pružnějšího řešení nelehkých administrativních i finančních starostí profesionálních pracovníků tak i pečovatelů v rodinách.

Vše, co by čtenáře o Pamatováčku zajímalo, je k nalezení na stránkách www.pamatovacek.cz. Z pohledu zakladatele zařízení přeji Pamatováčku o.p.s. hodně úspěchů a i nadále pevné místo v síti poskytovatelů sociální péče našeho regionu.

MUDr. Jiří Podivínský

SENIORKLUB LITOVEL DĚKUJE KRAJSKÉ RADĚ SENIORŮ OLOMOUC

O wellness pobytech v Sezimově Ústí se psalo několikrát. Vedení a zaměstnanci hotelu MAS odvádějí perfektní služby a pečují všestranně o těla i duše všech hostů. Fakultativní výlety a doprovodné programy zlepšují kondičku, seznamují s historií a krásou jižních Čech. Solné termály v rakouském Gmundu potěší v domily. Seniorský klub v Litovli využil několikrát možnost pobytů. 14. – 21. 10. 2018 absolvovalo pobyt 22 členů, 10.–17. 3. 2019 dokonce 61 seniorů. V listopadu 2019 nabízí KRS dva rekondiční pobyty a v roce 2020 další. Je o ně ohromný zájem. Všechny pobyty organizuje naše místopředsedkyně J. Köhlerová, které děkujeme. Sledujeme nabídky programů KRS a tak obohacujeme naši činnost pro 400 členů. Seniorské cestování, zájezdy

do Velkých Losin a zájezdy pro hendikepované seniory jsou v oblíbě. Skupina našich seniorů se zúčastnila retro tábora v Domašově a fandila na akci Babička roku. Krajské sportovní hry seniorů jsou výzvou pro naše borce. V roce 2016 získali dokonce v Olomouci 2. místo.

Děkujeme Krajské radě seniorů, hejtmanství a vedení Olomouckého kraje za různorodou pomoc seniorům. Největší poděkování však patří naší předsedkyni paní Mileně Hesové za pestrou angažovanost a krásný lidský přístup. Přejeme si, aby jí zdraví, pohoda v rodině, humor a neskutečný pracovní elán vydržely.

**Za Seniorský klub Litovel kronikářka
Milada Faltusová**



VÍTÁNÍ JARA V SVD OLOMOUC

Že se důchodci dovedou dobře pobavit, zatancovat si, zapomenout na zdravotní či jiné strasti, předvedli na akci Vítání jara v Domě armády v pátek 29. března. 140 účastníků z několika klubů seniorů se sešlo na společenské zábavě, kterou tradičně připravila Rada SVD Olomouc. V průběhu odpoledne využili senioři nejen pestré nabídky pohoštění, ale potěšilo je i půvabné vystoupení mažoretek DA Olomouc pod vedením paní Vařekové. Soubor žen ze Slatinic předvedl dvě vtipné taneční scénky, které přítomné velmi pobavily. S velkou radostí byli přivítáni hosté setkání, čestný člen SVD ředitel vápenky plk. v. v. Ing. Vitoul s manželkou, jinak sponzor hlavních cen. K dobré náladě přispěla nejen radost z výher bohatého kola štěstí, ale až do večerních hodin hudební produkce skupiny pana Baláže, která roztančila celý sál. Poděkování patří členům Rady SVD Olomouc, kteří setkání připravili. Radost našemu Spolku vojenských důchodců udělalo i čtyřčlenné družstvo, které se zúčastnilo seniorského bowlingového turnaje dne 20. 3. První místo v kategorii žen získala Lúcia Búbelová, 2. místo

v soutěži mužů obsadil Jaroslav Rožek. K celkovému 2. místu družstev přispěly svými výsledky Maria Gartnerová a Jarmila Rožková, blahopřejeme.

Manželé Jursíkovi, foto. R. Gartner





SŠ 69/182/100 abstinents, nekuřák, optimista, milovník přírody a všeho krásného, hledá přítelkyni do 67 let, na vycházky do přírody, již vybouřenou, se zájmem o poklidný život! Moc aktivní divošky, neodepisujte, nejsem Váš typ! Přítelkyně nejlépe z OL nebo PV! Zájemkyně pište na e-mail : jirikovka@post.cz

Vím, že je těžké seznámit se se solidním člověkem, když je mi už 62 let a navíc nemám příležitost k seznamování. Proto zkouším štěstí touto cestou. Jsem 62/170 rozvedená, která ví, že naděje je dobrá věc. Tel.: 773 044 064.

Hledám štíhlou kamarádku věku 60 až 65 let, zatím jen k občasným schůzkám. Nejraději do 20 km od Olomouce. Jsem rozvedený, vyšší, 67 let. Odpověď jen SMS, tel.: 737 881 895.

Cítíš se někdy hodně sám? Já ano a proto hledám sympatáka 60–70 let, který od života ještě něco čeká. Kuřák mi nevadí, alkohol ano. 65 letá, stř. postavy čeká, že se ozveš. Nejlépe Olomoucko, Šumpersko. Tel.: 731 881 465.

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.

Rozvedený 66/175/85 by rád poznal seniorku do 68 let. Může být i kuřačka – katolička. Zájmy příroda, kolo, zahrádka, PŘ-OL-VM a okolí. Jen vážně! Žádná nuda! Tel. 731 270 085. Jen volat.

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.

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.

Využijte služeb naší seznamky a podejte si BEZPLATNĚ inzerát.

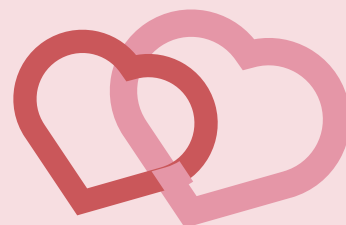
Inzerát zašlete poštou na adresu:
Moravský senior, z.s., Táboritů 237/1,
Bělidla, 779 00 Olomouc nebo e-mailem:
redakce@moravskysenior.cz /
do předmětu uvést „Seznamka“

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. 5. 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: ENDE, IRF, RTL, SKAT, SMA	STOPA	1. DÍL TAJENKY	INICIÁLY ZPĚVAČKY CSÁKOVÉ	HLODAVEC		OZDOBA VELIKONOČ. VAJÍČEK	STÁT JIHO- ZÁPADNÍ ASIE	INICIÁLY HERCE TOKOŠE	POČET VRCHOLŮ KRYCHLE		URČENÝ K OLIZOVÁNÍ	JMÉNO HERCE ALDY	V TOMTO ROCE	INICIÁLY SPISOVA- TELE NEFFA	TYP VOZU ZNAČKY FORD
OBILÍ SETÉ NA PODZIM					HLAVNÍ MĚSTO NORSKA					PODBRADEK ZNAČKA KÁVY					
PODNOSY					3. DÍL TAJENKY DOVEDNOST										
OBYVATEL EVROP. OSTROVA			KÁMEN HOVOR. INDIÁN					NATÍRAT KRÉMEM FLUORID IRIDNÝ						2. DÍL TAJENKY	TROUCHNI- VĚT
SPZ SEMIL				ŘÍMSKÝCH 1003 MONGOLSKÝ PASTEVEC				DANÝ FAKT ZNAČKA VOLT- AMPÉRU							
HROMADA					JEDEN Z LEDOVÝCH MUŽŮ SYMETRÁLY							DVORANA MPZ SAN MARINA			
	DRUH KARTY DRUH HVĚZDY						INDICKÝ NÁBOŽEN. ASKETA						MOJI TEN, KDO VAŘÍ		
ŠPATNÉ POČASÍ						moravský senior Magazín pro poutavé čtení a volný čas...					NĚMECKÁ KARETNÍ HRA				
OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL			ZÁJMENO ČÁSTICE S ELEKTR. NÁBOJEM								OBVAZOVÁ POTŘEBA				JEDLÁ HOUBA
OBCE				PRAŠEK PROTI HMYZU	STARÁ ZNAČKA ČESKÝCH AUT						ČESKÉ MĚSTO MLHA BÁSNICKY				
KLADNÁ ELEKTRODA											TEMNÉ PLOCHY NA MĚSÍCI				
	KONEC NĚMECKY PTÁK BĚŽEC										BIDLO PRO SLEPICE NĚMECKÁ TV STANICE				
SNÍŽENÝ TÓN E			INICIÁLY FOTBALISTY ROSIČKÉHO VYVŘELINY			INICIÁLY FOTBALISTY POBOR- SKÉHO	OSTRAVSKÉ OPRAVNÝ A STROJÍR- NÝ ZKR.	VOJENSKÁ HODNOST ZKR.		CHEM. ZN. RADIA PEČLIVÁ		ZNAČKA DECILITRU STYL POP. HUDBY			
JMÉNO HERCE GIBSONA				ZÁKOP INICIÁLY ZPĚVAKA STŘÍHAVKY					ZNAČKA DECITUNY			KOŽEŠINOVÝ ŠÁL UNIVERZITA KARLOVA			
DRUH KŘESLA					PRAVOSLAV- NÝ KNĚZ PULZ				DRUH HUDBY POBYT V ARMÁDĚ						MŘÍŽKA
	KOLÍNSKÝ SKLADATEL	VSTUPNÍ ZKR. POTŘEŠ- TĚNEC				NOČNÍ PTÁK KONZUMO- VAT					RÁMOVÁ PILA JM. HERCE SHARIFA				
KUSY LEDU				ZAVYŠKNUTÍ HLÍNA			ROLETA DŘEVĚNÉ STROPY					STAV BEZ SVĚTLA SPZ PRAHY			
INICIÁLY ZPĚVAČKY ABSOLU- NOVÉ			ZCELA SE OPÍT CHEM. ZN. MĚDI				DÍRA V ZEMI NEBO ANGLICKY					UHEL. SKLA- DY ZKR. INIC. HER. VRÁNOVÉ			
PRÁVO VOLBY					NEJVĚTŠÍ SUCHO- ZEMSKÝ SAVEC					ADAMO- SKÉ STRO- JÍRNÝ					
ZALESNĚNÝ VRCH					CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO					POLESÍ					

Řešení z minulého čísla: Kdo je ve stáří moudrý, musel byt v mládí přinejmenším chytrý. **Výherci:** Milan Látal, Olomouc; Petra Hrabalová, Olomouc; Miloslav Vašíček Miloslav, Úsov

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

