

moravský senior[®]



Magazín pro poutavé čtení a volný čas... 09/2019



**Drahomíra Hrbková:
Bez překážek to nejde**



Téma:
Senioři a gastropodniky



**Akce
v září**



Zdravotní rádce:
Důsledek špatné obuvi



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

PŘÍBĚH SENIORA: BEZ PŘEKÁŽEK TO NEJDE strany 4–7



TÉMA: SENIOŘI A GASTROPODNIKY

strany 8–9

NOVÁ OPERETA V MORAVSKÉM DIVADLE

strana 16



ANKETA

strana 17

KŘÍŽOVKA

strana 35

ÚVODNÍ SLOVO



Musím se s vámi, vážení a milí čtenáři, podělit o svoje dojmy z prázdnin. Měl jsem je letos opravdu nádherné. Ne proto, kde jsem byl, ne proto, jak dlouho jsem tam byl, ale proto, s KÝM jsem byl. Celých pět týdnů jsem totiž měl tu výsadu, že jsem se mohl starat o svou vnučku. Zažili jsme krásné chvílky, užili si sluníčka, koupání i spousty legrace. A přesně takovou dovolenou už si přeji mít každý rok. A přeji vám všem, abyste to měli podobně jako já. Děti jsou to, co nás motivuje a povznáší. Krásný zbytek léta!

**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. 9. 2019. Redakční uzávěrka příštího čísla: 18. 9. 2019. Foto: VLM (pokud není uvedeno jinak).

ZDARMA

DRAHOMÍRA HRBKOVÁ: BEZ PŘEKÁŽEK TO NEJDE

Učitelkou být nechtěla, ale osud to zařídil tak, že ji vlastně celý život dělala. Svérázná dvojnásobná maminka a trojnásobná babička je další známou olomouckou postavou, kterou vám moc rádi představíme. Pozornost si totiž zaslouží nejen kvůli tomu, kolik žáků naučila správně mluvit a psát česky (nebo se o to alespoň pokoušela, byť někdy marně), ale také pro její konzistentní názory, schopnost uchovat si nadhled i v krizových situacích a také pro specifický humor a optimistický náhled na život, který umí občas okořenit i skutkem, jenž by u svých žáků určitě označila za lumpárnu.

Drahomíra Hrbková se narodila v roce 1940 ve Zbořovicích u Kroměříže, na které ráda vzpomíná. „Každý rok se tam jedu podívat v době, kdy mám narozeniny. Nežila jsem tam dlouho, ale i tak mě na návsi jednou po 70 letech oslovila bývalá spolužačka, která si mě pamatovala. Přechkala jsem tam válku, která se Zborovicím téměř vyhnula. Až při osvobození, když procházela armáda, tak se najednou na dvorku plném drůbeže omývali nazí Rumuni a maminka nechtěla, abych se na ně dívala.

Ale mamčin bratr v Olomouci byl v roce 1942 popraven, údajně kvůli hospodářské kriminalitě. To byl velký šrám na duši mé maminky a babičky. Zborovický dědeček byl vážený řídící učitel, maminka zase velká muzikantka. Začala jsem ve Zborovicích chodit do první třídy, ale protože se rodiče rozvedli, tak jsme šli do Olomouce k babičce a dědečkovi a moje matka se potom podruhé vdala. Můj nový tatínek byl moc hodný, ale co bylo zvláštní, nikdy jsem neměla touhu mu sednout na klín,“ popisuje své nejstarší vzpomínky

devětasádkrátiletá dáma, jejíž další osud byl ovlivněn neúspěchem u přijímací zkoušky na DAMU.

Byla to tehdy zlá doba. Komunisté potlačovali odpor proti režimu bez jakýchkoliv ohledů, v roce 1956 situaci ještě vyostřily maďarské události. A v temném roce 1957 mladá Drahomíra s vyznamenáním odmaturovala na jedenáctileté střední škole ve Starých Hodolanech, což je dnešní ZŠ Řezníčkova.

„Ještě před maturitou si mě a rodiče pozval ředitel a sdělil nám, že pro přísný kádrový výběr nemohu dostat doporučení na žádnou vysokou školu a že by doporučoval, abych si studium zasloužila prací v dělnickém povolání. Nastoupila jsem v hodolanské Sigmě v jádrovně. Další rok jsem se pokoušela o studium herectví, ale nevyšlo to. Oficiálně pro nedostatek talentu. Můj otec měl potíže s STB, byl jimi často zadržovaný. Zřejmě na něj někdo donášel, co vykládal o tehdejším armádním generálovi Alexeji Čepičkovi, nechvalně známém Gottwaldovu zeti, o jehož zborovických milostných avantýrách věděla celá vesnice. Ovlivnilo to také negativně můj kádrový posudek z uličního výboru. Když jsem se dva roky po maturitě hlásila ke studiu na nově otevíraný pedagogický institut, to ale byla z nouze ctnost, protože jsem nechtěla rodiče zatěžovat delším než čtyřletým studiem, byla jsem přijata.“

Naštěstí se tehdy našel spiklenec, který se nebál komunistů a hodně pomohl: „Byl to pan inženýr Doležel, který z mých kádrových materiálů, ke kterým měl přístup, vytáhl ten nejdůležitější posudek. V něm bylo, že otec je nespolehlivý a naše rodina má buržoazní původ, že máme doma klavír a rádi vzpomínáme na zlaté staré časy. Přesně tak to tam bylo napsané, nevymyslím si. Naši synové to mají někde ofocené. Podepsán pod tím byl za uliční výbor – Jan Buchtík, domovník. Tento papír mi pan Doležel přinesl a od té doby to bylo snesitelnější.

Začala jsem na oboru fyzika a chemie, ale pak jsem přestoupila po diferenčních zkouškách na kombinaci čeština, dějepis, hudebka. Přestěhovali jsme se ze sídliště Sigmy za hřištěm v Hodolanech na Vrbovou ulici, dnes Velkomoravskou.

Pak jsem musela jít učit takzvaně na umístěnku, nemohla jsem si stejně jako ostatní absolventi sama vybrat, kde



by mi to vyhovovalo. Dojížděla jsem do Jeseníku, kde byl úžasný sbor, výborný ředitel, pro mě to byl perfektní začátek a moc se mi tam líbilo. Ale neměla jsem tam kde bydlet a přespávala jsem jako vychovatelka na internátu střední školy. Znamenalo to, že jsem neměla téměř žádné volno. To trvalo rok a půl. A tehdy mi pomohl tatínek známého olomouckého hudebníka Richarda Pogody, který mě potřeboval do svého divadla poezie Štafeta. Zařídil mi pracovní místo na Olomoucku. Vystřídala jsem tak školy v Hněvotíně, Pňovicích, Litovli, Nemilanech. Také jsem poznala školu Komenium v centru Olomouce, to bylo opravdu moc pěkné místo, navíc to byla fakultní škola. Přišel ale srpen 1968 a já musela pryč. Dala jsem tehdy totiž dětem nevinný test. Měli odpovědět na tři otázky: co bys dělal, kdybys byl neviditelný, co bys dělal, kdybys byl dospělý, a co je největší tajemství. No a co asi tak v tom září, po okupaci sovětskými vojsky, proti které celý národ protestoval, mohli psát. Kdy Rusáci odejdou, že by je vyhnali, všechny odpovědi se točily kolem jednoho tématu. Na okresní schůzi ředitelů škol to pak kdosi rozmázl, protože jsem to s dětmi rozebírala a zaujala k tomu stanovisko. Byl z toho průser a já jsem na Komeniu skončila.“

Mlčky přihlížet bezpráví, to učitelka Hrbková nikdy nedokázala. „Kdo se mnou učil, tak ví, že jsem si vlastně nikdy nedala pokoj. Svoje názory jsem říkala nahlas a často jsem za to musela pykat. Jako třeba když jsem na rovinu řekla, co si myslím o trojici ve vedení školy Bratří Cerviů. Byla tam angažovaná ředitelka a dvě ještě horlivější zástupkyně. Tu školu jsem přejmenovala na U tří ku.ev. Zase se to rozmázlo a já jsem měla hodně namále. Byla jsem ale těhotná a na okrese mi udělili jen důtku s výstrahou. A přeložili mě na školu tř. Spojenců, že tam si mě pohlídá soudruh Kožuchovič, ředitel

s jasným názorem. On mě opravdu chtěl, řekl, že si mě musí vychovat a věřil, že se mu to podaří. Bylo to něco. Tehdy se na škole konaly revoluční ideové soutěže RIS – žáci spolu recitovali komunistické básničky a zpívali – jo a víte, kdo to vyhrával? Známy zpěvák Pavel Vítek. On je ale výborný člověk,“ směje se vzpomínající vysloužilá kantorka. Na této škole jí pak, i kvůli tomu, že to byla škola hokejová, prošla rukama spousta známých sportovců – Vykoukal, bratři Látalovi, Broš, Tomajko a mnoho dalších. „Ale taky třeba Herečka Dáša Cášková – Novotná, vynikající klavírista Martin Fila, na ty si taky dobře vzpomínám. A bylo jich víc.“

Významným spojencem je pro paní Drahomíru manžel Tomáš. Právě ve dvojici s ním jsou zvyklí ji Olomoučané často potkávat, manželé jsou na vycházkách nepřehlédnutelní. „Manžel je o tři roky mladší, a když jsme spolu začali chodit, tak moje babička říkala, z toho mračna pršet nebude. To jednou o pololetních prázdninách v Olomouci probíhal filmový seminář. Tomáš tam chodil, já jsem se tam taky objevila a poprvé si ho všimla. A když pak byl v létě filmový festival pracujících, uváděla jsem nějaké filmy a náhodou jsme pak seděli vedle sebe. První opravdové rande jsme měli před 54 lety u takového malého stromečku, který byl právě zasazený – dnes je to vzrostlá lípa – před Mořickým kostelem. Tam tehdy míval rande i Jindřich Štreit se svojí Agnes. První film, který jsme spolu viděli, byli Starci na chmelu. Po roce jsme se vzali. Já už jsem učila, ale Tomáš ještě studoval, takže se všichni divili, proč se bereme, když nemusíme. Proč prý nepočkáme, až dostuduje. Týden před naší svatbou ale přišla rána, manželovi zemřel otec. To jsem si říkala, tak to je v háji, to měla babička pravdu, že z toho mračna pršet nebude. Ale svatba byla! Tak by to prý Tomášův tatínek chtěl, žádné odkládání,“

S manželem na Gibraltaru, 2016.



Manželé se syny Davidem a Danielem, 2018.



vybavuje si paní Drahomíra svoje důležité životní chvíle. „Máme mnoho společných zájmů. Literaturu, film, hudbu, výtvarné umění. Máme k tomu vztah a věci, které jsme si v životě společně kupovali, tomu odpovídají, šlo hlavně o knihy a výtvarné umění. Nedávno jsme při stěhování do malého bytu téměř všechno rozdali synům. Protože, jak říká moje švagrová Lucy, rozdávat se má teplou rukou. A je to tak. Prostě jsme je jednou zavolali, nechali jsme je u nás o samotě mezi obrazy a řekli jim, ať si vezmou, co chtějí. Šli jsme pryč, ať se spolu domluví, kdo co chce. V klidu. K umění mají pěkný vztah i jejich ženy, takže nemáme obavy, že by to bylo ve špatných rukou,“ jsou přesvědčeni manželé Hrbkovi. Ti se kromě synů Davida (pracuje jako lektor Muzea umění v Olomouci a spisovatel) a Daniela (je režisér a vede pražské Švandovo divadlo) těší také ze tří vnoučat Rózy, Zuzany a Šimona.

„David a Daniel mě vlastně podrželi u školství, protože já jsem pořád čekala, že mě odtamtud vyrazí. Ale v těch nejkritičtějších momentech jsem byla těhotná a komunisti mě díky tomu nevyhodili. Občas jsme vyváděli

lumpárny, jako třeba na Spojencích s kolegou Mirkem Žáčkem, který už nežije. Na stěně tam byla socialistická výzdoba, obraz ruského vojáka s vlajkou, byl to vojín. A my jsme ho povyšovali, občas jsme mu přimalovali další frčku. A nikdy si toho nikdo nevšiml, až jsme z něj udělali vysokoškoláka, a aby to víc razilo, tak jsme mu přimalovali hitlerovský knír. A pořád nic! Až do revoluce tam visel. Věděli jsme, že na škole je někdo, kdo donáší, ale tohle prošlo bez povšimnutí. A jak jsme o donášení věděli? Prokázalo se to tak, že třeba jednou jsem se ve sborovně zmínila o intervenci rakouského ministerského předsedy Bruna Kreiského ve prospěch manželovy matky. Řekla jsem, že tchyně se chystá na setkání se svým příbuzným Bruno Kreiskym, který navštíví Prahu. Neuvědomila jsem si, že jsem o tom raději neměla mluvit. A pak to začalo – Tomáše si předvolali estébáci, důvod byl, že má nesrovnalosti v pase, ale bylo to jinak. Tam ho lámali, aby podepsal, vytahovali na něj všechno možné a také Kreiského. Nedal se. Ale od té doby jsem věděla, že ve škole byl informátor. Tuším, kdo to byl, ale je to pryč, říkat to nebudu.“

Škola Spojenců – sedmdesátá léta.



Když v osmdesátých letech zemřel sovětský prezident Leonid Brežněv, na mnohých místech, tedy i ve školách, byly připravené kondolenční listiny. „Soudružka Žáková, přesvědčená komunistka se mě u kondolenčních archů ptala, podepsalas už? Co budeme teď dělat, když soudruh Brežněv umřel? No hlavně se z toho nepose-rem, Boženko, řekla jsem jí.“

Ve školství paní Drahomíra ale i tak vydržela a zůstala v něm ještě dlouho po odchodu do důchodu. „Já jsem šla do penze v roce 1998 a bylo to právě včas. Dostala jsem penzi 5800 korun, protože jsem nikdy nedostávala žádné osobní ohodnocení. Ale i pak jsem chodila na dlouhodobé zástupy. Zase hlavně na Spojence. Vždycky jsem říkávala, že kdybych se znovu narodila, budu zase učit. Ale dnes už to neříkám, protože doba se změnila a moje poslední zkušenosti s dětmi nebyly dobré. Jejich rodiče si myslí, že za neúspěch dětí můžou jen učitelé. Ještě před pěti lety jsem byla na zástupu a ptám se kluka, proč píšeš do jednoho sešitu všechny předměty? A on na mě: Co je vám po tom, vy jste mi ten sešit nekupovala. Taky dnes děti záměrně narušují vyučování a baví se tím.“

Revoluci v roce 1989 prožívali manželé Hrbkovi v obavách. „Naši synové v roce 1989 podepsali Několik vět. My jsme o ně měli strach, jejich jména hlásili na Svobodné Evropě. Navíc chodili každý rok 21. srpna na náměstí na protestní shromáždění. Báli jsme se, že se kvůli tomu mladší Daniel nedostane na školu a David bude mít na fakultě potíže. Když to pak začalo v divadlech, Dan byl jeden z těch, kdo burcoval v Šumperku, kde zrovna díky Pavlu Dostálovi začínal jako elév v divadle. A manžela to ve škole, kde učil, zbavilo strachu – když to rozjeli oni, tak já jdu do toho taky. Na ekonomické škole pak spoluzakládal Občanské fórum. Na Spojencích jsem to organizovala spolu s Pavlem Fišerem a Mirkem Žáčkem.“

Starší syn David vydal knihu Dvacet zářících drahokamů, kam zařadil několik kapitol věnovaných své matce. V pikantních historkách vzpomíná třeba na to, jak tajně ve městě malovala kosočtverce (zářící drahokamy). „Já jsem plakala hrůzou z té knížky. Když nám to s manželem dal David přečíst soukromě, smáli jsme se. Ale když to pak zveřejnil na facebooku, tak to jsem byla zděšena, protože to najednou šlo všechno na veřejnost.“

V dlouhodobé anketě Moravského seniora se ptáme: Co byste v životě udělali jinak a Co vám udělalo největší radost? Co na tyto otázky odpoví Drahomíra Hrbková? „Neudělala bych v životě jinak nic – nemusím se za nic stydět, to, že všechno nešlo hladce, to je přece taky dobře. Měla jsem přísnou výchovu, připravilo mě to pro život. Nenadávám. A největší radost mám z toho, že nebyl vážný problém s dětmi. Úžasně se vydařila všechna vnoučata, děti si vše vyboxovaly samy, vnoučata taky. Podařilo se je dobře vychovat. Jen synové mají po mně to, že se jim nikdy nic nepodaří napopravě. Úsilí se nezúročí hned,“ uzavírá své vyznání Drahomíra Hrbková.

(pek)

Svatba s Tomášem Hrbkem, 1966.



Drahomíra s rodiči.



SENIOŘI SI DO RESTAURACÍ VYJDOU

Zeptáte-li se dnešních seniorů na otázku ohledně stravování, většina z nich bude mluvit o tom, že nakupují v akcích, často podle letáků a ideálně ještě s nějakou věrnostní slevou. Ano, mnohdy se není čemu divit, vždyť v důchodu klesá pravidelný měsíční příjem každého člověka a mnozí z nás pak začínají pečlivě počítat a raději i dvakrát obracet každou korunu. Ne vždy to ale musí být pravidlem. A vyrazit si čas od času mezi lidi s přáteli nebo rodinou na něco dobrého může být navíc nejen příjemné, ale i přínosné v rámci určité socializace.

Jak je to tedy se seniory a jejich návštěvností restaurací, barů, kaváren a dalších podniků? I v dnešní době stále ještě nevalně. Dříve, když byli dnešní senioři dětmi, totiž nebylo tak častým zvykem, aby vzal otec celou rodinu a zašli si společně do restaurace například na nedělní oběd, nebo aby si maminka jeden den odpočinula od vaření a raději si s rodinou vybrala z nabídky aktuálních poledních menu. To je běžné spíše až pro současnou generaci. Svě o tom ví osmasedmdesátiletá paní Anna, která žije od svých třiaadvaceti let v Olomouci. „To já vůbec neznám, že bychom šli s rodiči do restaurace jen tak ve všední den, pro nic za nic. Když byla například nějaká významná příležitost, to ano, ale to jsme měli s bratrem spíš za odměnu. Pravidelně to bývalo například za vysvědčení, a to na něm ještě musely být alespoň trochu pěkné známky. Častěji jsme chodili do cukrárny, kde jsme si jako děti mohli koupit něco malého,“ vzpomíná s úsměvem.

Paní Anna i mnoho dalších seniorů navštěvuje téměř denně v době oběda školní jídelnu. Ty totiž právě

vařením obědů pro seniory a jiné návštěvníky konkuruje restauracím. „Pro mě už se to nehodí, abych si vařila každý den jídlo. Jednak už nevydržím tak dlouho stát u plotny, a jednak by se mi to ani nevyplatilo. To se radši kousek projdu, pozdravím se tam s pár lidmi a vyberu si tam nějaký oběd. Restaurace to sice není, ale nevaří tam zase tak špatně,“ doplňuje paní Anna. Podle zákona sice nemohou školní jídelny prodávat jídlo těmto lidem za stejnou cenu, kterou zaplatí rodiče malých návštěvníků, i tak je ale pořád příznivější než oběd v normální restauraci. A třeba v Olomouci je navíc takzvaně přehospodováno, tudíž konkurence je obrovská.

Senioři jsou ale skupinou, která za jídlo utratí velmi málo a velká většina z nich by za oběd nejraději utratila jen něco mezi 60 až 70 korunami. A to se se současnou průměrnou cenou obědových menu na Olomoucku rozhodně neshoduje. Oběd pod 100 korun neodpovídá ekonomické realitě, navíc je třeba počítat se současným nárůstem nákladů na energie, mzdy a podobně. Většina seniorů, kteří do restaurací zavítají, si tak vybírají



POUZE PŘI VÝJIMEČNÉ PŘÍLEŽITOSTI

z poledního menu a většinou mají dobrý přehled o tom, kolik korun v jakém podniku oběd stojí. Zde hraje ale roli samozřejmě také to, kolik si člověk může dovolit utratit. „Je třeba pár stálých zákazníků, kteří se tu čas od času zastaví, ale mnoho lidí v tomhle věku už sem nechodí. Moc se nedivím, nejsou na to zvyklí a asi je jim i líto těch peněz. Mnozí z nich už třeba nemají dostatek peněz na nákup kvalitních potravin a velmi často se rozhodují právě podle ceny. Tím pádem není divu, že jich tu tolik nepotkáte,“ okomentoval situaci Petr Antoš, finanční manažer olomouckého NH Collection Olomouc Congress, který disponuje špičkovou restaurací.

O něco málo větší návštěvností se mohou senioři chlubit, pokud bude řeč o Aqua baru a restauraci v olomoucké Legionářské ulici. „Občas se tu pár lidí důchodového věku ukáže, ale jsou to převážně účastníci rodinných oslav, které tu během letní sezony často míváme. Jsou ale většinou moc milí, jde vidět, že jsou rádi ve společnosti a větší skupině lidí. Vždycky se moc dobře baví. A potom v době poledního menu je tu každý den pár starších lidí, buď tu v okolí bydlí, nebo možná chodí ještě do práce a zajdou si sem rádi na oběd, protože to tu znají. Přijde mi, že taková lidé už neradi mění něco, s čím mají dobrou zkušenost,“ popsala Barbora Petrová, která během letních prázdnin pracuje v Aqua baru a restauraci.

Jiný názor oproti některým mladším lidem mají mnohdy senioři na přepočít hotového jídla na potřebné náklady k jeho výrobě. Většina z nich totiž nevěří tomu, že by se tyto náklady mohly vyrovnat konečné ceně, kterou zaplatí za menu v restauraci. Jsou zvyklí si spoustu věcí vypěstovat třeba i sami na zahradě. A pokud zahradu nemají, alespoň občas dostanou zeleninu či ovoce od známých. „Proč bych chodil do restaurace? My máme teď dýně, cukety, brambory, všechno, co potřebujeme. Na celé léto nám to vystačí, úroda je velká, když se zadaří. Někdy se potkáme na obědě se synem, ale sami s manželkou tam nechodíme,“ potvrdil jedenasedmdesátiletý pan Milan ze Slavonína.

Samostatnou kapitolou jsou potom kavárny a cukrárny. Tam se scházejí spíše ženské skupiny. Co si budeme povídat, pány této věkové kategorie kavárny příliš nelákají, i když se najdou i světlé výjimky. Čas od času sem zavítají i manželské páry. „Pár zákazníků ve věku seniorů v Lusku máme, není jich ale moc. Samozřejmě ani příliš neutratí, ale na kávičku a zákusek přijdou, sem tam i na sendvič. Jsou to spíše skupinky žen, že bychom tu denně potkávali manželské páry tohoto věku, to se stává jen občas,“ řekl Tomáš Bahounek, kterého můžete potkat v olomoucké oblíbené kavárně Kafe jako lusk. Starší manželské páry si však z takové návštěvy kavárny nebo cukrárny mohou udělat příjemné zpestření. „My s manželem jezdíme každý týden do Olomouce, zajdeme si někde v centru na kávu a někdy si i dáme zákusek. Vaříme si doma, ale nějaký kousek dortu a tu kávu si dáme rádi

i někde venku,“ popsala dvaasedmdesátiletá paní Světlana ze Štarnova.

Senioři jsou zkrátka zvyklí stravovat se nejvíce v teple a pohodlí svého domova. Když už si zajdou za něčím dobrým k snědku ven, jsou to spíše ženy, které míří s kamarádkami do kaváren či cukráren na kávu či zákusek a příjemné popovídání.

PODNIKY V OLOMOUCKÉM KRAJI, KTERÉ POSKYTUJÍ SLEVY PRO DRŽITELE SENIORPASU

- Moravská restaurace, Olomouc – 10 % na nabídku restaurace mimo poledního menu
- Restaurace Hluboký Dvůr, Hrubá Voda – 10 % na nabídku restaurace
- Restaurace Arigone, Olomouc – 10 % na nabídku restaurace mimo poledního menu
- Restaurace Lafayette, Olomouc – 10 % na nabídku restaurace
- Restaurace Milotel, Olomouc – 10 % na nabídku restaurace
- Restaurace Podkova, Olomouc – 10 % na nabídku restaurace
- Levandulové bistro, Olomouc – 10 Kč sleva na letní nebo zimní levandulový punč
- Tower Café & Cocktail Bar, Prostějov – 15 % na veškerou nabídku
- Café Fantasia, Prostějov – 15 % na veškerou nabídku
- Restaurace Tennis Club, Prostějov – 10 % na nabídku restaurace
- Restaurace a pizzerie U Zámecké zahrady, Přerov – 10 % na stálé menu
- Restaurace Hotel Jana, Přerov – 10 % na nabídku restaurace
- Levandulový statek Bezděkov – 40 % na balíček komentovaná prohlídka s nastříháním vlastní kytičky + dárek
- Restaurace hotelu Na Trojce, Jindřichov – 15 % na nabídku restaurace
- Levandulová kavárna Zábřeh – 16 Kč sleva na kávu s levandulovou bábovkou
- Restaurace Dolte, Sobotín – 10 % na nabídku restaurace

AKCE NA ZÁŘÍ



Letecký den v Olomouci

7. 9., od 10 hodin, Olomouc – Neředín

Nenechte si ujít letecký den v Olomouci. Od 10 hodin můžete s dětmi navštívit dílničky, dětskou zónu nebo vlasové studio. Těšit se můžete také na vystoupení mladých zpěváků a kapel, ukázky činnosti leteckých modelářů, vojenské techniky, městské policie i hasičského sboru. Od 13.30 začne letecký program, uvidíte leteckou akrobacii, skupinové lety a seskoky parašutistů. Od 15 hodin bude program pokračovat rodinným odpolednem s možností zakoupení občerstvení i vstupenek na kolotoče a další atrakce. K dispozici budou také prodejní stánky. Vstup na akci je zdarma.

Stará láska nerezaví

1. 9., od 19 hodin, Olomouc – Reduta

Na skvělý kus z mistrovského komediálního pera Marca Camolettiho se můžete těšit v neděli 1. září od 19 hodin. Manželé čekají na ukončení rozvodového řízení, on však má bohužel ve stejném bytě kancelář, ona ordinaci. Komédie je plná směšné žárlivosti, dětinských naschválů a ztřeštěných situací. Hrají David Gránský, Martin Sochor, Felix Slováček mladší nebo Barbora Motlová. Vstupenky můžete koupit v síti Ticketportal nebo v olomouckém informačním centru v podloubí radnice od 460 do 505 korun.

Jesenické hrady v regionální mytologii

5. 9., od 18 hodin, Jeseník – Zdravá kavárna

Jen málokde v České republice najdeme tak hustou soustavu zřícenin strážních hradek jako právě v Jeseníkách. Mezi pevnými kamennými zdmi však v dávné minulosti nepřebývali pouze poctiví a loajální strážci dbající na bezpečný průjezd kupeckých vozů, ale také loupeživí rytíři a všelijací zlotřilí jedinci. Jakým způsobem původní obyvatelé interpretovali pohnuté dějiny Koberštejnu, Edelštejnu, Rabenštejnu či krnovského Cvilína a jak se historická skutečnost liší od fikce, o tom pojedná další ze série přednášek Matěje Matěly, odborného pracovníka Vlastivědného muzea Jesenicka. Vstupné je 20 korun na osobu, je však nutná rezervace místa předem ve Zdravé kavárně.

Osud a svobodná vůle

5. 9., od 19 hodin, Olomouc – Nová Akropolis

Je náš osud předurčen, nebo kráčíme společně k cíli a na každém z nás záleží, jak a kudy tato cesta ubíhá? Proč nekráčíme všichni stejně a nejsme stejní? Mnohá učení východní i západní tradice vysvětlují, jak můžeme svůj osud uchopit do vlastních rukou, méně se trápit a dosáhnout štěstí. Přednášku na toto téma můžete navštívit ve čtvrtek 5. září od 19 hodin v Lafayetteově ulici číslo 1. Vstupné činí 90 korun, pro seniory 70 korun a místa si můžete rezervovat na webu www.akropolis.cz/karma.

Starý Šumperk

do 5. 9., Šumperk – Muzeum v Šumperku

Do šumperského muzea můžete až do 5. září přijít zhlédnout výstavu historického vzhledu Šumperka. Celkem 224 reprodukováných fotografií je prezentováno chronologicky po osmi v jednotlivých lokalitách. Expozice je doplněna modely a domovními znameními. Vstupné stojí 30 korun.

Dny Olomouckého kraje

**6.–7. 9., od 18 hodin,
Olomouc – Jeremenkova**

První zářijový pátek a sobota přinesou zábavu všem bez rozdílu věku. Dny Olomouckého kraje, které proběhnou 6. a 7. září, nabídnou koncerty nebo program pro děti, ale také otevrou dveře do budovy hejtmanství. Pátek bude od 18 hodin patřit Rockové párty. Před vlakovým nádražím vystoupí písničkář Voxel a kapely Eddie Stoilow a Buty. Sobotní dopolední program počítá s akcemi pro děti, jimž bude vyhrazeno přízemí Regionálního centra Olomouc. Těšit se mohou na klauny z Balonkova nebo populární pořad Pejskování. Dospělí si mezitím mohou prohlédnout sídlo Olomouckého kraje. Dny Olomouckého kraje vyvrcholí v sobotu 7. září slavnostním koncertem Queen Symphonic před sídlem hejtmanství. Začátek je plánován na 19.45 hodin. Více informací najdete na stránkách www.dnykraje.cz.



Dny otevřených dveří ve Vědecké knihovně Olomouc

7. 9., od 9 hodin, Olomouc – Vědecká knihovna Olomouc

Nenechte si ujít příležitost nahlédnout do červeného kostela, který sloužil téměř 60 let jako sklad knih a byl veřejnosti nepřístupný. V rámci Dnů evropského dědictví se o víkendu 7. a 8. září otevrou jeho dveře také pro širokou veřejnost. Mimo kostela si návštěvníci budou moci ve studovně historických fondů prohlédnout část originálních map, průvodců a další literatury z připravované výstavy Na Jeseníky!, která se uskuteční na podzim tohoto roku a bude pojednávat

o počátcích turistiky v Jeseníkách. Studovna vázaných novin zase představí dokumenty vztahující se k 100. výročí vydání knihovního zákona a k 30. výročí listopadových událostí roku 1989. Oba dny můžete kostel i studovny navštívit od 9 do 16 hodin. Vstup je zdarma.

Lesy hrou

do 8. 9., od 9 hodin, Jeseník – Vlastivědné muzeum Jesenicka

Význam lesů pro život na planetě je naprosto zásadní. Produkuje kyslík, zadržují vodu, zabraňují zvětrávání půdy, dávají nám dřevo, poskytují útočiště živočichům a v neposlední řadě nás nabíjí energií a dobrou náladou. O to, aby lesy prosperovaly, se každým dnem pečlivě starají lesníci. Právě ti pomohli připravit výstavu, která zábavnou formou představuje lesní společenství v celé jeho šíři. Malí i velcí návštěvníci se například dozví, v čem jsou stromy podobné lidem, co obnáší práce lesníka a vůbec jaký je smysl trvale udržitelného lesního hospodaření, kteří škůdci nejvíce ničí naše lesy nebo jak je důležité tento složitý a nenahraditelný ekosystém chránit. Pro děti je připravené množství her a činností rozvíjejících nejen jejich kreativitu, ale zejména vztah k přírodě. Výstava vychází z lesní pedagogiky a zásad environmentální výchovy a vznikla ve spolupráci s Lesy České republiky. Autorem výstavy je Matěj Matela, výtvarníci pak Ivana Kužílková. Vstupné stojí 60 korun.

Discgolfový turnaj

10. 9., od 17 hodin, Prostějov – Kolářovy sady

Disc golf neboli frisbee golf je sport s létajícím talířem, který je podobný klasickému golfu. Cílem hry je trefit létající talíř na vytyčené cíle s co nejmenším počtem hodů. Tento sport je čím dál více oblíbenější u všech věkových kategorií po celém světě. Přijďte se v úterý 10. září odpoledne pobavit do Kolářových sadů a užít si turnaj v discgolfu. Sraz je u hvězdárny a registrovat se můžete zdarma přímo na místě.



Nakrájíme, zamícháme, rozšleháme... aneb Pomocníci v kuchyni

do 11. 9., Šumperk – Vlastivědné muzeum v Šumperku

Jak vypadaly první hrnce? A změnila se nějak vařečka? Máte tušení, kdy vznikl otvírák na konzervy? Odpovědi na tyto otázky a mnoho dalších zajímavostí z historie kuchyňských pomocníků naleznete na výstavě ze sbírek Vlastivědného muzea v Šumperku. K vidění jsou interiéry historických kuchyní, ale především je zde vyobrazen vývoj kuchyňského nádobí, náčiní, mechanických i elektrických přístrojů, které hospodyňka potřebovala k přípravě pokrmů. Nechybí ani kolekce zástěrek a užitkového textilu, který k vaření neodmyslitelně patří. Plné vstupné činí 40 korun, snížené 20 korun.

Koncert skupiny Mandrage

12. 9., od 19 hodin, Čechy pod Kosířem – zámecký park

V zámeckém parku v Čechách pod Kosířem se přes léto odehrálo mnoho open air akcí, které letos uzavrou dva hodinové koncerty. Mladá vycházející kapela Mech vystoupí jako předskokan oblíbené české kapely Mandrage. Program začne v 19 hodin. Uslyšíte známé songy a těšit se můžete i na neskutečnou show, kterou pro vás má Mandrage nachystanou. Vstupenky na stání lze zakoupit v předprodeji v cestovní kanceláři FTL Prostějov, na pokladně Vlastivědného muzea v Olomouci, v zámku Čechy pod Kosířem, v kanceláři ARKS Plus nebo online. Vstupné stojí 360 korun.



150 let tradice výroby čerpadel

do 15. 9., Olomouc – Vlastivědné muzeum v Olomouci

Nejvýznamnější výrobce čerpací techniky v České republice Sigma Group, a.s., slaví výročí. Uplynulo

totíž 150 let od jejího založení. Díky tomu se můžete do olomouckého vlastivědného muzea přijít podívat na výstavu, která toto období mapuje. Součástí výstavy je také prezentace SK Sigma Olomouc, jenž si letos připomíná 100 let od svého vzniku. Vstupné činí 60 korun.

Přerov sametový

do 20. 9., Přerov – výstavní síň Pasáž

Výstava připomíná výročí přerovských listopadových událostí v roce 1989. Atmosféru tehdejší doby si zde můžete připomenout především z vystavených fotografií, ale k vidění jsou i archivní dokumenty a drobné zajímavosti.

Extrem food a travel festival Olomouc 2019

21. 9., od 10 hodin, Olomouc – letní kino

Chtěli byste ochutnat hada, hmyz nebo kuřecí pařáty? Přijďte na čtvrtý ročník Extrem food festivalu v Olomouci. Těšit se můžete také na exotické nápoje, chilli zónu, čtyři cestovatelské přednášky, soutěže v pojídání, hmyzí kuchyni, exotické tance a mnoho dalšího. Vstupné stojí od 130 do 250 korun.



Sraz patchworkárek

21. 9., od 10 hodin, Prostějov – Hotel Tennis Club

Máte rádi patchwork? Ať už ho ovládáte, nebo si jej chcete třeba vyzkoušet, přijďte do Hotel Tennis Clubu v Prostějově. Prodej šicích strojů, pomůcek i materiálu. Mimo to si budete moci vyzkoušet i práci s foami- ranem a žilkovači. Rezervace místa není nutná.



Dálnice Praha – Brno – Zlín v obrazech času

do 21. 9., Vikýřovice – Muzeum silnic

Muzeum silnic ve Vikýřovicích zve na výstavu s názvem Dálnice Praha–Brno–Zlín v obrazech času (1938–1950) k 80. výročí zahájení stavby dálnice. Přijít se můžete podívat do zdejšího velkého výstavního sálu každý den mimo pondělí a neděli od 10 do 16 hodin. Vstupné je 50 korun pro dospělé, 30 korun pro seniory a děti.

Moje hra aneb Andělská komedie

22. 9., od 19 hodin, Olomouc – Reduta

Přijďte se pobavit komedií o životě, který hlavnímu hrdinovi protekl mezi prsty. Slavný spisovatel opustil tento svět nečekaně s posledním přáním, aby jeho partnerka uspořádala soukromou smuteční slavnost na jeho počest. A to je příležitost otevřít s upřímností a humorem řadu třináctých komnat. Hrají Jiří Bartoška, Zuzana Bydžovská, Nina Divíšková, Jana Janěková, Vlasta Peterková, Adéla Koutná nebo Martin Kubačák. Vstupenky lze koupit v síti Ticketportal nebo v informačním centru v podloubí radnice v Olomouci.



Josef Čapek Napůl vesele, napůl vážně

do 22. 9., od 9 hodin, Jeseník – Vlastivědné muzeum Jesenicka

Slavný Josef Čapek patřil v kontextu českého prvorepublikového umění mezi nejvýraznější osobnosti. Jeho všestranné dílo, ať už výtvarné, literární či teoretické, však dosud zůstává veřejnosti poměrně neznámé, jelikož stojí ve stínu díla Josefova mladšího bratra Karla. Výstava, která je od července k vidění ve Vlastivědném muzeu Jesenicka, představuje návštěvníkům v ucelené formě život a dílo tohoto umělce. Zkrátka nepřijdou ani děti, pro které bude připraven malířský koutek, skládačky a další interaktivní prvky, které i jim přiblíží svět, v němž Josef Čapek žil a působil. Část exponátů a filmové snímky zapůjčil do výstavy Památník Karla Čapka. Kurátory výstavy jsou Kamil Tomášek a Jan Petrásek. Vstupné je 50 korun, snížené 25 korun.

Mahátma Gándhí

26. 9., od 19 hodin, Olomouc – Nová Akropolis

V centru Nová Akropolis se ve čtvrtek 26. září chystá k přednáška ke 150. výročí narození jednoho z největších indických duchovních vůdců, který prosazoval filozofii aktivního, ale nenásilného odporu (satjáhraha), a nakonec v roce 1947 dovedl Indii k nezávislosti. Snížené vstupné pro seniory je 70 korun. Svá místa si můžete rezervovat na www.akropolis.cz.

Svatováclavský minifest

28. 9., od 13.30 hodin, Jeseník – Minipivovar Jeseník

Minipivovar Jeseník slaví osmé narozeniny, proto v jeho areálu v sobotu 28. září vypuknou oslavy piva, tradice a pohody. Na výčepech bude přes dvacet druhů piv z různých minipivovarů, těšit se můžete i na několik kapel, jesenické design zóny, dětský koutek, fotokoutek a mnoho dalšího. Na pódiu vystoupí například legendární ZZ Top v podání revivalu z Litvle. Vstup je zdarma!

Průřez tvorbou Ludmily Vysloužilové

do 29. 9., Luděřov – barokní sýpka

Na výstavu tvorby umělkyně Ludmily Vysloužilové, ať už olejomalbu, keramiku či malbu na hedvábí se můžete přijít podívat každou neděli od 13 do 17 hodin až do konce září.

Přerov včera a dnes

do 6. 10., Přerov – Muzeum Komenského

Chcete si zavzpomínat na oblíbená zákoutí města Přerova v minulém století? Pak navštivte výstavu fotografií ve zdejší galerii přerovského zámku, která sleduje jejich proměnu. Historické snímky často zachycují dnes již neexistující, zmizelé nebo zcela přestavěné části přerovských ulic a náměstí. Výstava je doplněna o srovnávací fotografie ze současnosti a nabízí tak návštěvníkům pohled na stejná místa v různém čase. Otevírací doba je od úterý do pátku od 8 do 17 hodin a o víkendu od 9 do 17 hodin. Vstupné činí 40 korun, snížené pak 20 korun.

Hefaistovy vavříny

do 27. 10., Týn nad Bečvou – hrad Helfštýn

Na nádvoří hradu Helfštýn se představují díla uplynulých ročníků mezinárodního setkání uměleckých kovářů Hefaiston. Výstava nabízí desítky komorních umělecko-řemeslných artefaktů od předních českých i zahraničních kovářů a sochařů pracujících s kovem. Převážně jde o drobné kované plastiky. Během mezinárodních setkání uměleckých kovářů Hefaiston mají mistři kováři vymezený časový limit, v němž musí exponát dokončit. Tato kategorie bývá samostatně hodnocena mezinárodní porotou. Protože takto oceněná díla ještě nebyla v úplnosti prezentována veřejnosti, vznikl ucelený výběr těch nejvýše hodnocených prací, který nese název Hefaistovy vavříny. Časově lze hovořit o dílech přibližně posledních deseti let. Pro doplnění našlo na výstavě své místo i pár starších exponátů, jde ale spíše o výjimky.

Šejdíři a šizunkové

do 27. 10., Přerov – Muzeum Komenského

Každý den mimo pondělí se do přerovského muzea kromě jiného můžete přijít podívat na výstavu o historii falšování potravin. Zajímá vás, na co si naši předkové museli dávat pozor u řezníka, hokynáře, ale i v hospodě? Jak máchali nepoctivé pekaře? Jak se v devatenáctém století rozmohlo falšování potravin nebo jak pomocí slepic odhalit falšované pivo? To i konkrétní příklady tehdejšího falšování, ukázky potravin a jejich dobových náhražek najdete ve velkém výstavním sále přerovského zámku za 40 korun.

Dravci, sokoli a sovy

do 31. 10., Přerov – budova Ornis

Máte rádi ptactvo? Ornitologická stanice Muzea Komenského v Přerově vás zve na výstavu s názvem Dravci, sokoli a sovy do velkého výstavního sálu budovy Ornis na Bezručově ulici. Vstupné stojí 30 korun a otevřeno je každý všední den od 8 do 16 hodin a o víkendu od 9 do 17 hodin.



**filmový
klub
seniorů**

**PROGRAM 2019
ZÁŘÍ**

14.00 hod. / 70,-

PO	2. 9.	FLORENCINO KNIHKUPECTVÍ	T
ČT	12. 9.	BEZ VĚCÍ NAD VĚCÍ!	D
ČT	19. 9.	ZLO S LIDSKOU TVÁŘÍ	T
PO	23. 9.	HODINÁŘŮV UČEŇ	Č
PO	30. 9.	BRANKÁŘ	T

Č - ČESKY
T - TITULKY

D - DABING

O - ORIGINÁLNÍ ZNĚNÍ

ZMĚNA PROGRAMU
VYHRAZENA

KINO **METROPOL**

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**



**Moravské divadlo
Olomouc**

**ZÁŘÍ
2019**

SRPEN 2019

22. čt 20:00	-	Sluha dvou pánů	MDL - Amfiteátr Velká Bystřice
23. pá 20:00	-	Kupec benátský	MDL - Fort Křelov
24. so 20:00	-	Robin Hood	MDL - Fort Křelov
25. ne 16:00	-	Promenádní koncert ve Smetanových sadech	
20:00	-	Noc na Karlštejně	MDL - Korunní pevnůstka Olomouc
26. po 20:00	-	Starci na chmelu	MDL - Korunní pevnůstka Olomouc
27. út 20:00	-	Balet Gala	MDL - Korunní pevnůstka Olomouc

ZÁŘÍ 2019

1. ne 19:00	-	Slavnostní zahájení	Galavečer
3. út 19:00	B	Così fan tutte	Opera *
5. čt 19:00	-	Starci na chmelu	Muzikál
6. pá 20:00	-	Cyrano z Bergeracu	Činohra OPEN AIR Horní náměstí
7. so 16:00	ZO	Ernani	Opera *
8. ne 14:30	NO	Kočíci hra	Činohra •
9. po 19:00	A	Kupec benátský	Činohra
11. st 19:00	-	Boží mlýny	Činohra
12. čt 19:00	-	Vzpouza nevěst	Činohra SENIŘI -30%
13. pá 19:00	P	Mamzelle Nitouche	Opereta PREMIÉRA
14. so 19:00	X	Mamzelle Nitouche	Opereta
19:00	-	Central Park West	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce
15. ne 16:00	YO	Krejčovský salon	Činohra
16. po 19:00	-	Když se zhasne	Činohra • Hrajeme v Divadle na Šantovce
17. út 19:00	-	Zkrocení zlé ženy	Balet NÁŠ TIP
20. pá 19:00	V	Evžen Oněgin	Činohra
21. so 17:00	-	Splašené nůžky	Činohra
22. ne 19:00	-	Zvonokosy	Muzikál SENIŘI -30%
24. út 19:00	L	Orfeus v podsvětí	Opereta
25. st 19:00	C	Kupec benátský	Činohra
26. čt 19:00	D	Così fan tutte	Opera *
28. so 19:00	-	Splašené nůžky	Činohra
29. ne 19:00	-	Bajadéra	Balet
30. po 19:00	K	Mamzelle Nitouche	Opereta

* představení bez přestávky, * v italském originále s českými titulky
Zájezdy divadla: 18.9. Cyrano z Bergeracu Kroměříž, 26.9. Kočíci hra Rýmařov
Školní představení: 13.9. Tarzan - král džungle 10:00

Změny vyhrazeny. Aktuální program naleznete na www.moravskedivadlo.cz.
Předprodej na září zahájen 17. 6. 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 UVEDE OPERETU MAMZELLE NITOUCHE

Neodolatelná a rozkošná. Takové přívlastky se pojí s Mamzelle Nitouche, nejslavnější operetou Florimonda Hervého. Během jednoho představení se stihneme podívat do církevní školy, kasáren i zákulisí divadla. Společnost nám bude dělat soubor opery a operety pod vedením režisérky Michaely Doleželové a dirigenta Tomáše Hanáka.

Za obrovskou popularitu u nás vděčí Mamzelle Nitouche Oldřichovi Novému. Slavný filmový představitel Kristiána se v roce 1938 ujal překladu a úpravy libreta. „Do své adaptace vložil Nový osobitý šarm, poetiku i vtip. V naprostém souladu se skladatelem mistrně vystihl zákulisí divadelního prostředí, kasárenského života i kláštera. Jím přebásněný text se stal rovněž základem největších hitů operety – písní Alleluja a Svatá Nitouche,“ uvedl autor hudebního nastudování Tomáš Hanák.

„Popularita Mamzelle Nitouche je v její rozkošnosti. Okouzluje svým námětem, který okamžitě vtáhne diváky do příběhu,“ doplnil umělecký šéf opery a operety Miloslav Oswald.

Z překladu Oldřicha Nového vycházela také režisérka Michaela Doleželová, pro niž je to po Vinobraní druhá režijní zkušenost s operetním žánrem. „Zvažovala jsem, jak tuto inscenaci uchopit a postupně jsem došla k závěru, že je potřeba text „osvěžit“.

Na první čtené zkoušce jsem účinkujícím přečetla anekdotu z roku 1938 a nikdo se tomu vtipu nezasmál. Důvod byl jediný – byl prostě starý. Nemám v sobě neúctu k tradici, jen bych ráda docílila toho, aby diváci odcházeli z Nitouche stejně pobaveni a uvolnění jako při její světové premiéře v roce 1883,“ popsala Doleželová. Jednou z výrazných změn je přesunutí děje z kláštera do církevní školy.

„Vzhledem k tomu, že jsem se rozhodla text modernizovat, tak to byl logický postup. Dnes už není úplně běžná praxe posílat dívky do kláštera. Církevní škola mi připadala jako vhodná alternativa proto, aby diváci nepřišli o své oblíbené postavy a zůstala zachována logika příběhu,“ vysvětlila režisérka.

Pro tvůrce inscenace je velmi vděčné zasazení části děje do divadelního zákulisí. „Chtěli jsme přiblížit zákulisí divákovi, který ho nezná, dále si udělat legraci z jistých divadelních klišé, a v neposlední řadě schovat do představení pár odkazů pro zasvěcené divadelníky, kteří uvidí výjev ze svého zaměstnání,“ přiblížila s úsměvem Doleželová.

Titulní úlohu ztvární Radoslava Müller a Barbara Sabella, Célestina si zahrají Martin Štolba a Peter Svetlík, v roli Matky představené uvidíme Elenu Gazdíkovou nebo Vladimíru Včelnou.

Premiéra: 13. září 2019 v 19 hodin.



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



Ivana Švamberková, 81 let
Doloplazy

- Největší radost mi udělaly a pořád vlastně ještě dělají děti. A také to, že jsme si s manželem dokázali postavit vlastní dům.
- Neměnila bych nic a hlavně bych ani za nic nikdy nevyměnila manžela.



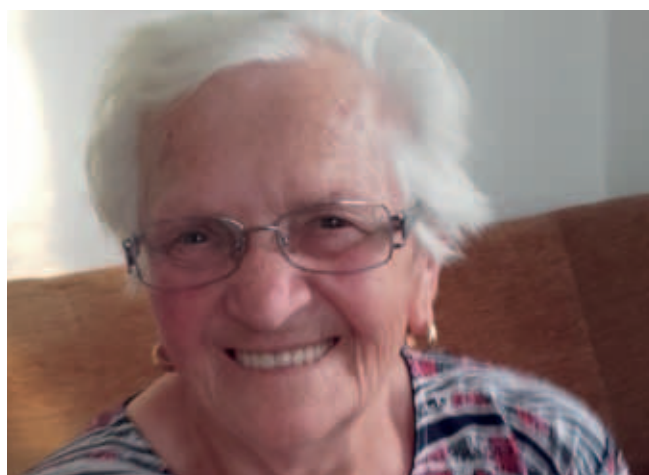
Božena Kohoutová, 82 let
Doloplazy

- Největší radost v životě mi udělala vnoučata. Když se narodily moje děti, byla to pro mě samozřejmě také obrovská radost, ale když se mým dětem narodili potomci, bylo to dvojnásobné štěstí.
- Nevím, co bych měla měnit, já jsem se svým životem spokojená.



František Lepař, 81 let
Tršice-Lipňany

- Uměl jsem a dodnes se umím radovat z každé maličkosti. Mám pět zdravých vnoučat, přátele. Největší radost ale mám, když můžu radost rozdávat.
- Se svým pestrým, plodným životem jsem nadmíru spokojen. Potkal jsem spoustu „krásných“ lidí jak v profesi, tak ve sportu. Změnil bych snad jediné – dával bych větší důraz na výběr životní partnerky.



Jiřina Zdařilová, 85 let
Doloplazy

- Mám jako většina lidí život pestrý protkaný radostmi i starostmi. Teď už se raduji ze šesti vnoučat a sedmi pravnoučat. Dělají mi radost svojí energií a temperamentem. Nejstarší pravnuk má výtvarný talent po mém manželovi a to mě těší.
- Čas v důchodu jsem asi měla víc věnovat svým radostem, cestování, rodině. Příliš mnoho času jsem strávila na zahradě a práci kolem domu.

OLOMOUCKÉHO ARCIBISKUPA A HABSBURSKÉHO PRINCE PŘIPOMÍNÁ PAMĚTNÍ LÍPA

Lípu v pravé poledne 23. července vysadili v Rudolfově aleji ve Smetanových sadech představitelé města, kraje a církve. Strom bude připomínat osobnost olomouckého arcibiskupa a habsburského prince Rudolfa Jana, který právě dne 23. července roku 1831 zemřel. V blízké budouvě historické oranžerie a také v barokní kryptě katedrály svatého Václava dále pokračují výstavy zajímavostí ze života této velké osobnosti.

„Postavu habsburského prince a olomouckého arcibiskupa Rudolfa Jana si v Olomouci připomínáme různými akcemi už několikátý měsíc a stále se díky tomu objevují další zajímavosti a střípky z historie Olomouce. I to mně na tomto příběhu baví a inspiruje,“ uvedl primátor Mirek Žbánek, který se do výsadby jubilejní lípy zapojil. „Je symptomatické, že ačkoliv se nacházíme ve Smetanových sadech, současně stojíme uprostřed Rudolfovy aleje. Rudolf byl skutečně zakladatelem olomouckých parků a stojí tak na začátku velké olomoucké tradice.“ Primátor zvažuje také možnost umístění sochy, která by v Rudolfově aleji svého zakladatele důstojně

připomínala. Vysazení stromu se vedle primátora Miroslava Žbánka zúčastnil také hejtman Ladislav Okleštěk, olomoucký světitel biskup a generální vikář Josef Nuzík a jeden z autorů výstavy a oslav Josef Kořenek. Ten upozornil, že mezi historiky není úplně jasné, zda Rudolf Jan zemřel 23. nebo 24. července. Jeho kolega kurátor Jindřich Forejt ale prý objevil dokument, který napovídá, že se tak stalo až po půlnoci právě 24. července. Kořenek rovněž prozradil, že v Olomouci bude zřejmě ještě letos představen obří mechanický betlém, který bude věnován právě osobnosti Rudolfa Jana.

Arcibiskup Rudolf Jan z habsbursko-lotrinského rodu přišel do Olomouce jako jednatřicetiletý muž plný elánu a vizí. Vedle příkladné péče o arcidiecézi zajistil obnovení olomoucké univerzity, přispěl k vybudování městského divadla a v Olomouci také nechal vytvořit první parkový prostor, jehož slavná alej dnes nese jeho jméno. Byl také zakladatelem vítkovických železáren. Kromě toho byl i skladatelem, klavíristou a blízkým přítelem Ludwiga van Beethovena. Více na www.rudolfjan.cz



FOND PRO OLOMOUCKÉ DĚTI HLEDÁ DALŠÍ DOBRODINCE. POMŮŽETE CHUDÝM RODINÁM?

Poosmé otevře na podzim radnice pro žáky základních škol a víceletých gymnázií Fond podpory olomouckým dětem. Tento Fond byl zřízen pro děti z nízkopříjmových rodin a napomáhá rodičům uhradit jejich ratolesťem volnočasové aktivity, kroužky, školní nebo kulturní akce, pobyty na škole v přírodě, či příspěv na školní lyžařský výcvik.

„Cílem je přispět k tomu, aby děti ze sociálně slabších rodin nebyly vyčleňovány ze školních kolektivů a měly možnosti kvalitně trávit volný čas se svými vrstevníky,“ objasnil náměstek primátora Karel Konečný. O existenci fondu se rodiče dozvídají i prostřednictvím škol.

Od jeho založení se dočkalo podpory 86 dětí a vyplacená částka přesáhla 275 tisíc korun.

Rodičům, kteří budou mít zájem o podání žádosti, doporučujeme informovat se ve škole jejich dítěte během října, případně sledovat webové stránky města. O přidělení příspěvku rozhodne odborná komise.

Fond je nezávislý na rozpočtu města, které prostřednictvím oddělení hospodářského rozvoje oslovuje olomoucké firmy, aby do pomoci olomouckým dětem zapojily vlastní prostředky. Pokud se chcete stát donátory, kontaktujte Jaroslavu Večeřovou z odboru školství. jaroslava.vecerova@olomouc.eu | 588 488 575.

MAUZOLEUM JIHOSLOVANSKÝCH VOJÍNŮ JE OPĚT CHLOUBOU OLOMOUCE

Kolaudací skončila v polovině srpna úspěšná druhá etapa oprav Jihoslovanského mauzolea v Bezručových sadech. Třetí a závěrečná se bude týkat krypty a uložení pozůstatků vojáků z první světové války.

Druhá etapa rekonstrukce byla rozfázována ještě na dvě podetapy. „Jsme na konci její druhé části, která začala na jaře a v níž byl opraven interiér kaple. Ta má nové omítky a byly zrestaurovány malby Vsevoloda Kolomackého,“ uvedl primátor Mirek Žbánek. Kruhov

kaple je vyzdobena dekorativní a figurální výmalbou z roku 1935. Restaurována byla také teracová podlaha, větrací otvory, kamenné prvky a vstupní vrata. „Je zde ale i nová elektroinstalace, osvětlení a především zabezpečovací a kamerový systém,“ doplnil primátor. Právě kamerový systém s pěti kamerami napojený na pult městské policie i pravidelné hlídky strážníků mají památku ochránit před projevy vandalismu.

Nevyjasněné majetkové vztahy po rozpadu Československa i Jugoslávie dlouho bránily jakékoliv opravě. Na základě soudního rozhodnutí v roce 2015 připadl památník s mauzoleem statutárnímu městu Olomouci. O budovu se nyní stará městská společnost Správa nemovitostí.

„Cílem rekonstrukce bylo navrátit mauzoleu jeho původní podobu. S financováním druhé etapy obnovy památníku nám pomohly dotace z programu Ministerstva obrany na zabezpečení péče o válečné hroby ve výši necelých tří milionů korun,“ podotkl náměstek primátora

Otakar Bačák. Současná druhá dokončená etapa přišla zhruba na 6,5 milionu korun. Zhotovitelem byla společnost Archatt Památky z Třebíče.

Poslední plánovaná třetí etapa oprav počítá s restaurováním rakví, případně vytvořením jejich kopií a odborným ošetřením ostatků. V kryptě budou opraveny podlahy, omítky a elektroinstalace, případně budou staticky zajištěny narušené konstrukce. Restaurování se bude týkat kamenných, dřevěných a kovových prvků. Odhadovaný rozpočet pro třetí etapu činí 5,5 milionu korun.

Památník československo-jihoslovanského přátelství je v parku od roku 1926. V tom roce bylo rozhodnuto vybudovat společnou hrobku všech jihoslovanských vojáků, kteří bojovali za první světové války na straně Rakouska-Uherska, zemřeli v lazaretech a byli pohřbeni na území Moravy nebo Slezska.

Mauzoleum je postaveno podle projektu olomouckého architekta Huberta Austa v klasicistním stylu, nad vstupem do krypty je pískovcový reliéf od akademického sochaře Julia Pelikána zobrazující truchlící ženu, českého lva a znak Království Srbů, Chorvatů a Slovinců. V podzemní kryptě jsou v dřevěných rakvičkách uloženy ostatky 1224 jihoslovanských vojáků pocházejících hlavně z tehdejší Bosny a Hercegoviny, Chorvatska, Srbska (včetně Vojvodiny) a Slovinska. Malý počet pak z Černé Hory a Makedonie. Mezi nimi bylo identifikováno i několik Čechů, příslušníků české menšiny v Chorvatsku. Zvláštní část z celkového počtu tvoří 37 srbských zajatců.



KRÁSNÝ FRESKOVÝ SÁL KOMENIA UŽ PROCHÁZÍ POSLEDNÍMI ÚPRAVAMI

Poslední dvě etapy restaurování slavnostního sálu Fakultní základní školy Komenium začaly. V rámci posledních etap rekonstrukce tým odborníků restauruje troje malované dveře a uměleckou kovanou mříž. Současně také vzniknou repliky původního historického nástěnného osvětlení.

„Výsledkem těchto restaurátorských prací bude uvedení slavnostního sálu do stavu, který bude důstojně reprezentovat jeho výjimečnost i jeho původní krásnou podobu ze závěru 19. století,“ vysvětlil náměstek primátora Karel Konečný. Sál bývá už nyní příležitostně otevřen pro veřejnost a vzbuzuje velký zájem a obdiv. V budoucnu se v něm budou konat různé společenské a kulturní akce.

Náklady na restaurování malovaných dveří mají být zhruba 356 tisíc korun bez daně, náklady na kovanou mříž a osvětlení 605 tisíc korun bez daně. Celkové náklady na záchranu tohoto jedinečného freskového sálu jsou přibližně 7,1 milionu korun bez daně. Realizaci úprav sálu zajistil akademický restaurátor Radomír Surma a jeho tým. Restaurátorské práce začaly v roce 2016,

probíhaly po etapách a na jejich úhradu město získalo opakovaně dotace z Programu regenerace městských památkových rezervací a městských památkových zón, které poskytuje Ministerstvo kultury ČR.

Slavnostní sál v budově z let 1873 až 1875 je na všech stěnách i na stropě vyzdoben ve stylu neorenesančního dekorativismu s prvky barokního iluzionismu. Divák při pohledu na výzdobu sálu fascinuje hustota a složitost výjevů i ornamentálních prvků. Malířská výzdoba znázorňuje mnoho alegorických scén, mytologických výjevů a postav, vše je doplněno dekorativní výzdobou. Obdobná malířská výzdoba v takovém rozsahu a provedení je unikátem, který nemá v tuzemsku srovnání. Hlavním autorem freskové výzdoby, na níž se podílelo více tvůrců, je pravděpodobně malíř José Hilber, a vznikla roku 1892. „Součástí výzdoby je kolem dvou set padesáti postav, z čehož je asi sto třicet postav malých dětí. Malíř José Hilber zde zachytil i významné představitele vědy a umění, přičemž každý z nich na fresce vystupuje vlastně jako učitel, protože právě něco vysvětluje žákovi,“ řekl vedoucí týmu restaurátorů Radomír Surma.



SENIORŮ ZE SLAVONÍNA SE SEŠLI NA OLOMOUCKÉ RADNICI

Kulatí a půlkulatí jubilanti ze Slavonína se v obřadní síni olomoucké radnice dočkali v závěru června krásných chvil. Nejen, že byli obdarováni hodnotnými dárky, ale ještě jim k životním milníkům poblahopřaly výrazné osobnosti olomouckého veřejného života. Hosty navíc čekal i krásný kulturní program.

„Tato slavnost je jednou z možností, jak poděkovat lidem ze Slavonína a jak jim dát najevo, že seniori rozhodně nejsou na okraji našeho zájmu. Komise městské části se snaží dát právě této věkové skupině prostor k podnětům, jak zlepšit životní úroveň ve Slavoníně. Přeji jubilantům

stále zdraví, pohodu v rodině a krásné léto,“ vyjádřil se na oslavě předseda Komise městské části Slavonín Ivo Háger. Jubilanti ve věku 70, 75, 80 a 85 let dostali dárky mimo jiné i od primátora Miroslava Žbánka, který je rovněž ubezpečil o zájmu města o životní úroveň seniorů a popřál jim hodně zdraví a štěstí do dalších let.

Členka komise pro občanské záležitosti Marcela Plachá pak krásnými slovy vyjádřila, co je pro jubilanty nejvyšší hodnotou: „Nejúčinnějším lékem na stáří je láska a proto všem přeji, aby jí měli dostatek a aby mohli prožít mnoho krásných chvil se svými blízkými.“



V OLOMOUCI PŘIBÝVÁ UŽ 22. KLUB SENIORŮ! OTEVÍRAJÍ HO V TÝNEČKU

Od srpna pracuje v městské části Týneček nový klub seniorů. Celkový počet těchto klubů v Olomouci tak stoupne na 22. To je i v rámci České republiky unikátní počet.

„Reagujeme na iniciativu a přání obyvatel Týnečku. Svě sídlo nový klub seniorů najde ve stejné budově jako komise místní části a TJ Sokol. Vzhledem k tomu, že se ale nyní objekt opravuje, bude klub seniorů dočasně umístěn v tamní pobočce městské knihovny,“ popsala náměstkyně primátora Eva Kolářová.

Žádost na vznik klubu podpořily více než tři desítky seniorů žijících v Týnečku. Na pondělním jednání s jeho vznikem souhlasila i Rada města Olomouce. „Největší problém v životě seniorů je často samota, která zpravidla vyústí v sociální izolaci,“ připomněla náměstkyně

primátora pro sociální oblast Eva Kolářová. Podle Českého statistického úřadu dojde v roce 2050 ke zvýšení počtu osob starších 65 let na dvojnásobek současného stavu a lidí starších 85 let bude proti dnešku téměř pětinásobek.

Náklady na provoz klubu seniorů budou letos hrazeny z rozpočtu oddělení sociální pomoci a služeb a pomohou k tomu finanční prostředky, které město získalo za první místo v soutěži Obec přátelská seniorům.

Olomouc patří k těm městům, které podporou zřizování a činnosti klubů pro seniory výrazně napomáhají sociální aktivizaci lidí vyššího věku. Výhodou je rovnoměrné rozmístění klubů po území města a dobrá dostupnost pro všechny zájemce. Celkem je v olomouckých klubech seniorů registrováno přes 1 500 členů.

PRÁZDNINOVÝ SLOUPEK KRAJSKÉ RADY SENIORŮ

Milí senioři, vážení čtenáři,

čas plyne jako voda v olomoucké Bystřici, prázdniny jsou za námi, děti usedly do školních lavic, zbyly vzpomínky na krásné léto, které každý z nás nějakým způsobem odžil, někdo u vody, někdo na horách a někdo třeba doma na zahradě.

Právě máte v rukou váš oblíbený a tolik očekávaný magazín Moravský senior po prázdninovém dvojčísli a já opět příležitost informovat vás o aktivitách Krajské rady seniorů. Vždycky se těším, když kurýr zaplní stojan na Krajském úřadě novým číslem a pozoruji, jak rychle je rozebrán a to mnozí z nás ani netuší, jak velké srdce musí mít člověk, který tento časopis pro vás vydává zcela zdarma. Patří mu naše velké díky.

V červenci jsme sportovali, vyslali jsme reprezentační družstvo KRS za Olomoucký kraj na IV. mezinárodní sportovní hry seniorů RS ČR do Českých Budějovic a také na sportovní hry seniorů na Slovensko. Tři nové poháry zdobí kancelář Krajské rady seniorů. Děkujeme sportovcům za skvělou reprezentaci našeho kraje.

Nastartoval se hejtmanský projekt „Seniorské cestování 2019“ – dotované jednodenní výlety za krásami našeho kraje a Krajská rada seniorů byla u toho. Novinkou bylo pět výměnných výletů do sousedního Moravskoslezského kraje, které se našim seniorům velmi líbily. Jsme moc rádi, že se vám seniorské cestování líbí. Děkujeme za vaše děkovné a pochvalné listy z výletů, všechny budou předány cestovní kanceláři a Oddělení cestovního ruchu. I v letošním roce vyjedou v září dva autobusy s tělesně postiženými seniory. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje děkuje touto cestou krajskému vedení za krásný projekt a již teď těšíme se na „Seniorské cestování 2020.“

V minulém čísle magazínu byla podrobná zpráva o Táborové škole pro seniory v Domašově nad Bystřicí. Letošní ročník byl velmi silný na účast i program. Největším překvapením byla TV Šlágr, která natočila krásný dvouhodinový záznam, který byl o prázdninách dvakrát vysílán na TV Šlágru. Díky tomu se stal III. ročník táborové školy pro seniory nesmrtelný. Z celé republiky byl velký ohlas a zájem seniorů o příští ročník. Krajská rada seniorů touto cestou děkuje jménem táborníků ještě jednou panu Peterkovi a celému Šlágr týmu za fantastický zážitek.

Ale přátelé, tímto spolupráce se Šlágrelem pro letošní rok nekončí, naopak. TV Šlágr se stal hlavním mediálním partnerem na akci „Babička roku 2019“. Když budete číst tyto řádky, Krajská rada seniorů již bude znát jména dvanácti finalistek, které budou 19. září od 13:00 na Floře soutěžit o titul „Babička roku“. Akce se koná pod záštitou hejtmana Olomouckého kraje pana Ladislava

Oklešťka a ve spolupráci se SeniorPasy. Slavíme Den seniorů, všechny vás srdečně zveme, přijďte s námi oslavit náš svátek a podpořit svou finalistku v soutěži. Akce je bez vstupného, občerstvení samozřejmostí a těšit se můžete na moderátorskou dvojici Vladimír Hron a Milena Hesová, zazpívá Pavel Novák, Duo Aramis, vystoupí taneční skupiny z Hněvotína a Majetína. Nebude chybět ani doprovodný program. Babičku sympatie zvolíme anketou. A těšit se můžete také na nominace „Nejstarší babička“, kde oceníme životní příběhy. Letošní, již čtvrtý ročník tohoto krásného projektu Krajské rady seniorů Olomouckého kraje se nám podařilo ve spolupráci se SeniorPasy rozšířit do všech krajů ČR. Díky podpoře a záštitě hejtmana Olomouckého kraje uspořádáme 18. listopadu opět na Floře historicky I. celorepublikové finále „Babička roku“. O tento titul se budou ucházet zlaté vítězky ze všech krajů. Těšit se můžete na celou Šlágr partu, která bude tuto akci vysílat na TV Šlágr. Máte se na co těšit.

Od října také budeme dále pokračovat ve studii VU3V. Zájemci, kteří chtějí studovat virtuální Univerzitu

3. věku, se mohou dostavit 3. 10. od 15:00 do Kongresového sálu na Krajském úřadě v Olomouci. První skupina při Krajské radě seniorů bude promovat již v lednu 2020 v Praze. Po dohodě se sociálním odborem s panem Dolečkem bude vyhlášen nábor pro seniory z města a v případě zájmu otevřeno další konzultační středisko virtuálního vysokoškolského studia ve spolupráci s Krajskou radou seniorů.

Krajská rada seniorů připravuje velkou věc – akreditovanou bezplatnou právní poradnu pro seniory. V současné době se

nám podařilo zajistit kancelář, souhlas vlastníka Magistrátu města Olomouce a připravit návrh nájemní smlouvy pro provozování bezplatné seniorské poradny od ledna 2020 v kanceláři ve Štursové ulici k Projektu, který podala Rada seniorů ČR. Rada seniorů ČR má již v ČR pět takových akreditovaných právních poraden. Až tři právníci budou provozovat bezplatný servis pro občanské, bytové a sociální poradenství seniorům z Olomouckého kraje. Držte nám pěsti, aby se to podařilo. Krajská rada seniorů děkuje touto cestou vedení Magistrátu města Olomouce za vstřícnost a spolupráci.

Milí čtenáři, více se nám už do dnešního sloupku KRS nevejde. Připomínám, že další informace o činnosti KRS, získání členství, nebo třeba SeniorPasu můžete získat na stránkách www.rcsr.cz v sekci Olomoucký kraj, taky nás najdete na Facebooku. Přeji vám hezké, pohodové dny a těšíme se na viděnou na oslavě Dne seniorů.

Milena Hesová
předsedkyně KRS Olomouckého kraje
členka předsednictva Rady seniorů ČR



KRAJSKÁ RADA SENIORŮ OLOMOUCKÉHO KRAJE V ČERVENCI HOSTILA SENIORY ZE ZAHRANIČÍ

Třídenní setkání partnerských seniorských delegací z Polska, Slovenska a České republiky, tentokrát v Jeseníkách, bylo v režii Krajské rady seniorů Olomouckého kraje. V loňském roce se toto přátelské setkání uskutečnilo na Slovensku v Tatrách. Díky podpoře krajského vedení Olomouckého kraje se podařilo pro zúčastněné připravit fantastický program. Ubytování jsme byli v chatě Ztracenka v Klepáčově. První den jsme navštívili Mauzoleum rodiny Kleinů v Sobotíně, pozoruhodnou pseudorenesanční stavbu z konce 19. století vybudovanou k uložení ostatků rodiny Kleinů, průvodcem nám byla samotná paní starostka. Další zastávka byla v městě Šumperku, který je známý zejména Expozicí čarodějnických procesů. Druhý den unikát, jeden ze 7 největších divů České republiky, návštěva přečerpávací vodní elektrárna Dlouhé Stráně. Díky fantastickému počasí jsme zhlédli z horní nádrže celé Jeseníky v plné kráse i s nejvyšší horou Praděd. Odpoledne prohlídka dřevěných kostelíků v Žárově a v Maršíkově – roubené stavby a významné památky renesanční lidové architektury z období 1610–1611. Milé bylo večerní přátelské posezení, kterého se zúčastnil i pan starosta města Šumperk. Každá organizace představila svůj seniorský program a nabídla témata k další příhraniční spolupráci pro rok 2020. Překvapením byla návštěva místopředsedy Jednoty důchodců na Slovensku pana Aloize Luknara, který přijel pozdravit slovenské seniory a Krajskou radu



seniorů Olomouckého kraje a nabídnout další spolupráci. Poslední den naši zahraniční hosté obdivovali ruční papírnu a zámek ve Velkých Losinách. Společný oběd v zámecké restauraci byl příslibem dalšího setkání, které se uskuteční v příštím roce v Polsku. Již teď se všichni těšíme na další setkání. Cílem tohoto setkání bylo a je prohloubení vzájemné spolupráce seniorských organizací při organizování a koordinování vzájemných aktivit podporující kulturní, sportovní, vzdělávací a další činnosti seniorů, navazování nových přátelství, získávání vzájemných zkušeností ze života seniorské populace, poznávání místních zvyků a tradic. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje děkuje touto cestou krajskému vedení za podporu při realizaci II. ročníku setkání zahraničních seniorských organizací. Zvláštní poděkování Krajské rady seniorů patří paní Věře Rollerové, člence předsednictva KRS a předsedkyni seniorského klubu v Šumperku, která připravila skvělý třídenní program mezinárodního přátelského setkání seniorů. **KRS Olomouc**

DALŠÍ ZLATÁ TROFEJ KRS OLOMOUCKÉHO KRAJE

Krajská rada seniorů Olomouckého kraje vyslala 6. července reprezentační družstvo na sportovní hry seniorů na Slovensko ve složení Františka Hausnerová, Lucia Búbellová, Karla Čapková, Jaromír Navrátil, Eduard Rýznar, Zdenka Marcinková, Milena Hesová. Přivezli jsme domů zlato – nejlepší družstvo z 19 soutěžích družstev a 130 jednotlivých soutěží.

zlato – nejlepší sportovkyně Františka Hausnerová

stříbro – hod granátem na cíl

bronz – hod kriketovým míčkem

bronz – nejlepší sportovec Jaromír Navrátil

bronz – střelba ze vzduchovky

zlato – střelba ze vzduchovky jednotlivci Milena Hesová

Skvělá reprezentace Olomouckého kraje v zahraničí, děkujeme. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje dále děkuje slovenským kolegům z Prešovského kraje za pozvání a krajskému vedení Olomouckého kraje za podporu volnočasových a sportovních aktivit seniorů.

KRS Olomouc



Babička roku

19. 9. 2019
Výstaviště Flóra, pavilon A
13:00 – 17:00

Mediálním partnerem je Šlágr TV

Záštitu převzal Ladislav Okleštěk, hejtman Olomouckého kraje

Podrobné informace na www.BabičkaRoku.cz

Srdčně Vás zvou partneři a pořadatelé:



2. ročník
Jdeme celá rodina
podzimní stezka poznání

Kdy: 5. 9. 2019 od 14 hodin
Kde: areál olomoucké Poděbrady

Vstup i občerstvení je pro účastníky zdarma.
Těší se na vás na malém akčním stole v Ispomírce Dostálů.
Běží se s námi též na dřevěnou stezku. Domácí mazlíčci vítáni.

Co Vás čeká:
sportovní-zábavní odpoledne pro všechny generace
stezka s úkoly pro malé i velké
přítecké posezení s olomouckou kapelou Country All
hazkové představení na okraji hanácké metropole
kreativní podzimní dílničky – rodinná firma Hračky Sýkora z Loučan

Autorem a realizátorem Podzimní stezky je občanský sdružení RodinajeOK (z.s.) se sídlem v Olomouci, ul. Svobody 10, Olomouc.

- přílohy stezky: 2008 Mlýnský náhon
- na trase po stezce: cyklistická a pěší stezka (provoz v rámci projektu)
- autem: vjezd na parkoviště u MČ Olomouc (bus 6, 18, 22)

Akce se koná pod záštitou hejtmanky Olomouckého kraje Ladislavy Okleštěkové

Olomoucký kraj, RodinajeOK, MPSV

Tento projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky. Materiál vznikl v rámci projektu realizovaného v rámci projektu „Podpora a rozvoj občanských sdružení a neziskových organizací“.

www.rodinajeok.cz

KRAJSKÁ RADA SENIORŮ HOSTILA KOLEGY Z HRADCE KRÁLOVÉ

Plný autobus seniorů z Hradce Králové přijel do Olomouce na pozvání Krajské rady seniorů Olomouckého kraje. Cílem bylo přátelské setkání obou organizací pod vedením krajských předsedkyň Mileny Hesové a Růženy Rýglové. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje připravila pro své přátele z Hradce dopoledne komentovanou prohlídku naší metropole a odpoledne přátelské setkání seniorů ve Velkém Týnci. Ani husté přeháňky nezkazily 12. ročník „Zahradní slavnosti“, pořádaný seniorským klubem ve Velkém Týnci. Vystoupení amatérských tanečních skupin ze seniorských klubů na olomoucku bylo místy velmi profesionální. Pozvání vystoupit přijali nově senioři z Hradce Králové – Sestry Chalupovy v čele s předsedkyní Krajské rady seniorů Královéhradeckého kraje, kteří předvedly eleganci 1. republiky, kdy vládla slušnost, zdvořilost a dobré mravy. K tanci a poslechu hrála již tradičně kapela Allegro manželů Hesových. Společenské odpoledne ve Velkém Týnci je jeden ze silných zážitků seniorských aktivit pod značkou „Senioři sobě“. Předsedkyně Krajské rady seniorů Olomouckého kraje přivezla seniorům dárek „seniorskou obálku“ – chytrý papír, který může

zachránit lidský život. Tak zase za rok na shledanou, přátelé. Krajská rada seniorů Olomouckého kraje děkuje touto cestou seniorklubu z Velkého Týnce pod vedením paní Drahušky Živcové za pozvání a spolupráci. Zvláštní poděkování KRS pak vyslovuje Jiřímu Hambálkovi, členu předsednictva KRS za přípravu a realizaci doprovodného programu pro hosty z Hradce Králové.

KRS Olomouc



IV. MEZINÁRODNÍ SPORTOVNÍ HRY SENIORŮ V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH

O tom, že seniory sportovat baví, nemůže být pochyb. Reprezenační družstvo Olomouckého kraje ve složení Seidl Jiří, Appl Pavel, Rýznar Eduard, Prodělal Karel, Lenhart Pavel, Hausnerová Františka, Čapková Karla a Lenhartová Hana získalo 16. července na IV. mezinárodních sportovních hrách seniorů, které se tentokrát konaly v Českých Budějovicích, 4 poháry – jeden zlatý

– družstvo – desetiboj, dva bronzové – družstvo, stříbrný pohár – nejlepší sportovec muži. Svělá reprezentace našeho kraje. Velká gratulace!!!

Fantastické družstvo. Vítěze dekoroval premiér ČR Andrej Babiš, který také pozdravil olomouckou delegaci a pochválil Krajskou radu seniorů za aktivity.

KRS Olomouc



ZA ZNIČENÉ NOHY NEMŮŽE GENETIKA, ALE ŠPATNÁ OBUV

Ujdou s námi tisíce kilometrů, denodenně je zatěžujeme vahou vlastního těla, bohužel si jich ale moc nevšímáme. Bortí se klenba, prsty připomínají kladívka, vznikají kuří oka nebo otoky.

Naše chodidlo je uspořádáno do dvou oblouků – příčného a podélného, které zajišťují svaly a šlachy. Pokud dojde ke zborcení klenby, objevují se bolesti, otoky, pocity těžkých nohou, bolesti v zádech. Od chodidel se odvíjí mnohé. Hlavní příčinou deformit nohou je výběr a nákup obuvi ne u certifikovaného prodejce, ale na tržištích a stáncích.

Většinou jde o obuv z východoasijské produkce, která má velice nízkou kvalitu. Vyrábí se převážně ze syntetických materiálů, nemá hygienický atest. Tvarem, proporcemi ani velikostí nevyhovuje parametrům středoevropské populace. Deformity vznikají již v dětství, kdy je dětská noha ještě chrupavčitá, proto se snadno deformuje.

U dospělých vzniká plochá noha nošením nesprávné obuvi, dlouhým stáním, nadváhou, metabolickými poruchami v těle (osteoporóza) a zánětlivými chorobami (revmatismus).

Existují tři stupně onemocnění plosky. U prvních dvou nám ortoped předepíše speciální vložky do bot. Odešle nás na specializované pracoviště, které zhotoví vložky dle typu a stupně deformity, zhotoví vložky na míru. Vložky jsou hrazeny ze zdravotního pojištění s malým doplatkem.

Koupi sériových vložek nic nevyřešíte, ba naopak se může stav zhoršit. Třetí stupeň postižení je tak závažný,

že vyžaduje chirurgický zákrok, kde se znovu vytvoří nožní klenba. To je spojené s následným doléčováním, důsledným nošením ortopedické obuvi, cvičením.

Bolesti v oblasti nártu či chodidla jsou velmi časté a nezřídka ovlivňují celý náš pohybový aparát.

ZDRAVÁ NOHA PLNÍ FUNKCI

- Statickou – je oporou vzpřímeného těla
- Adaptační – tlumí nárazy, přizpůsobuje chodidlu povrch podložky
- Dynamickou – je důležitá pro chůzi a běh

PRO ZDRAVÉ NOHY

- Nenoste denně vysoké podpatky, dochází k prohýbání bederní páteře, z toho bolí záda, kromě nebezpečí podvrtnutí či výronu. Podpatek může vytvořit na zadní straně paty ostruhu patní kostí a je vyvíjen velký tlak na nárt
- Důležitý je výběr vhodné kvalitní obuvi na ven i na doma
- Nohy vám deformují špičaté boty, které mačkají prsty k sobě
- Důležitá je vhodná obuv při sportu
- Během dne si několikrát přezujte boty
- V létě se snažte chodit naboso, pokud je to možné

PLOCHÁ NOHA A DALŠÍ ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY

- Kladívkové prsty
- Vbočené palce
- Kuří oka
- Zarůstající nehty
- Otoky nohou
- Potíže s křečovými žilami
- Bolesti chodidel
- Otoky na ploskách
- Vybočení paty z osy (bolesti kotníku, kolenních kloubů)

V případě výběru obuvi se určitě nevyplatí dbát pouze na vzhled. Je dobré mít na paměti, že nohu obuvi nelze přizpůsobit. Zvolená obuv by proto již při zkoušení měla být pohodlná a dobře padnout. Deformity plosky nohou mohou vést k poranění podkoží a vzniku krevního výronu, což může způsobit komplikace u diabetiků. Proto je nesmírně důležitá vhodná tzv. diabetická obuv.

Předcházet onemocnění dolních končetin se dá cvičením. Přitom se posilují svaly, které tvoří klenbu. Mezi nejúčinnější patří stoupání na špičky, pohupování se ze strany na stranu na špičkách, cviky na balanční podložce, kutálení míčku pod chodidlem, kterými aktivizujeme podélnou klenbu a lýtkové svalstvo, tedy svaly, které jsou při chůzi nejvíce namáhány.

Stanislava Zavadilová, odborná zdravotní sestra





ZÁPAS 100 LETÍ

8. Září | 14:00

ANDRŮV STADION

Vstupenky v síti TICKETPORTAL a ve FANSHOPU

SPORTOVNÍ DEN SENIORŮ SVD OLOMOUC A NÁVŠTĚVA SENIORŮ KVV TRENČÍN

S potěšením jsme přijali nabídku pana ředitele Vitoula uspořádat sportovní den seniorů přímo v jeho podniku. V sobotu 16. června jsme se zcela netradičně dopravili motorovým vlakem až do vápenky Vitoul. Po velmi srdečném přivítání panem ředitelem s manželkou jsme začali soutěžit v tradičních disciplínách. Následovalo vyhlášení výsledků. V ženské kategorii zvítězila paní Mária Gartnerová, druhá skončila Marie Melicharová a třetí místo obsadila Irena Melichárková. V mužské kategorii zvítězil Jan Jursík, druhý byl Bohumír Vrobel a třetí Jaroslav Rožek. Odměnou pro medailisty byly hodnotné ceny, které věnovali manželé Vitoulovi. Po výborném obědě jsme s obdivem poslouchali vyprávění pana ředitele za asistence jeho manželky o úspěšném podnikání i o státních oceněních jeho firmy. Odjížděli jsme s vědomím jisté hrdosti nad pracovními úspěchy našich dlouholetých přátel. Patří jim naše poděkování za to, že pro nás důchodce ve svém volném čase uspořádali všestranně zaměřený den. Více

jak 20 let se každoročně setkáváme se slovenskými přáteli z Klubu vojenských veteránů Trenčín. 21. června jsme pro ně připravili program celodenního výletu. Měli zájem poznat hrad Helfštýn. Přestože v objektu hradu probíhají stavební úpravy, o prohlídce se naši hosté vyjadřovali velmi pochvalně. Chválili i oběd zajištěný v Týně nad Bečvou. Poté se přemístili do Olomouce, jejich oblíbeného města, kde vždy nacházejí něco nového. V pozdějších odpoledních hodinách proběhlo velmi srdečné setkání se členy SVD Olomouc v Domě armády. Po vzájemných zdavicích a předání dárků nastalo vzájemné popovídání, po večeri došlo i na písničky za hudebního doprovodu manželů Jursíkových. S přicházejícím večerem jsme se museli rozloučit. Hosty jsme vyprovodili s příslibem setkání v příštím roce zase na Slovensku. Akce byla dobře připravena panem Gartnerem. O celý průběh s pohoštěním se postarali členové rady SVD.

Manželé Jursíkoví, Foto: R. Gartner



VÝLET ČLENŮ REGIONÁLNÍ UNIE SENIORŮ

V měsíci dubnu, když už bylo jaro v přírodě znát, jsme uskutečnili vycházku do podhůří Oderských vrchů, a to do malebné vesničky Veselíčko nedaleko Lipníka nad Bečvou. Ráno jsme přijeli autobusem, počasí bylo chladné, ale zahřál nás pohled na pěkně zrekonstruovaný zámek (původně Podstatských), kde v současné době sídlí Dětský domov. Celý zámecký areál je upravený – zámecký park je zasazený na svažitém terénu a dokončuje se citlivá revitalizace. Vše jsme si prohlédli a vydali se na vojenský hřbitov, který je nad vesnicí. Zde je

hromadný hrob vojáků z napoleonských válek z let 1805 – 1814. Zemřeli v lazaretu, který byl v té době zřízen v zámku. V roce 1905, ke stému výročí těchto válek, zde byl postavený žulový pomník.

Historie ve Veselíčku, které má v současnosti cca 900 obyvatel, zanechala své stopy.

V závěru jsme absolvovali vycházku do Staměřic. Odamtud jsme po výborném obědě v motorestu odjeli autobusem zpět do Olomouce.

Sepsala Jiřina Rozsypalová, výbor RUS Olomouc

AUTO MOTO VETERÁN KLUB ČESKÁ VES

Česká Ves u Jeseníku (2 400 obyvatel) není známá jen svojí dominantou, Zlatým Chlumem (875 m. n. m.) s 26 metrů vysokou rozhlednou postavenou v roce 1899. Řetězárnou, monopolním výrobcem všech druhů řetězů ve střední Evropě, krytým 25ti metrovým bazénem. Rozsáhlým sportovním areálem s dvěma hřišti pro kopanou s travnatým i škvárovým povrchem, atletickou dráhou a víceúčelovým sportovním hřištěm s umělým povrchem. Mezi zájemci o automobilové a motocyklové veterány je známé muzeum Auto moto veteránů v České Vsi a také jeho zřizovatel Veterán klub Česká Ves.

Auto moto veterán klub Česká Ves v AČR byl založen 6. 11. 1998. Klub založilo 14 nadšenců. Vznik klubu inicioval sběratel historických motocyklů Jiří Hauerland. Jedním z prvních stěžejních cílů Auto moto veterán klubu Česká Ves bylo vybudování muzea historických motocyklů, které bylo slavnostně otevřeno 12. 6. 1999. Muzeum se nachází za Závodním hostincem v České Vsi v bývalé kuželně, místnost je 36 metrů dlouhá a 6 metrů široká. V muzeu se nachází sbírka historických motocyklů, automobilů, historický nábytek, klubové trofeje, dokumentace motoristického hnutí jesenického regionu, prezentace úspěchů známých závodníků z autokrosu, motokár, silničních a terénních motocyklů. Přílehlý pozemek s altánem slouží jako parkovací plocha s možností pořádání motocyklových a automobilových srazů. Pořádají se zde i různé společenské akce. V současné době má klub 39 aktivních členů a 6 čestných členů. Průměrný věk je 64 let. Mezi aktivními členy je 6 bývalých úspěšných motocyklových závodníků – účastníků krajských, republikových,

mezinárodních a světových závodů na silnici i v terénu. Za dobu dvacetileté činnosti se klub a tým i Česká Ves, zviditelnil 12× v televizi. Logo klubu, navržené zesnulým kamarádem, uměleckým kovářem, grafikem a malířem Iljou Zachovalem, natištěné na tričkách, oblíbených suvenýrech našeho klubu, objelo již všechny kontinenty. Za dobu své činnosti uspořádal klub tyto celorepublikové soutěže: 18× Českoveský okruh, 19× Priessnitzův okruh, 2× závody ve sprintu motocyklů, 2× Vzpomínková jízda Tourist trophy. V rámci regionu 8× závod v běhu na lyžích okolo muzea, 3× jarní cyklistický závod na přesnost okolo muzea. Účast na akcích jiných veterán klubů bylo mnoho. Při společných vyjíždkách najedou někteří členové našeho klubu ročně, na svých motocyklových veteránech i 17 000 km. Jiří Hauerland není jen předsedou klubu, je i hlavním iniciátorem a organizátorem domácích i zahraničních zájezdů autobusem nebo na motocyklových veteránech, ale i ve spojení autobusu a skupiny na motocyklových veteránech. Zájezdů v rámci ČR a Evropy bylo již celkem 19.

Dvacáté jubileum činnosti si členové klubu připomněli 3. 11. 2017 ve své klubovně. Starosta s místostarostkou obce a delegace veterán klubu z polských Glucholaz, předali Jiřímu Hauerlandovi Pamětní list. Jiří Hauerland následně předal diplomy za dlouholetou činnost v klubu zasloužilým členům. Byli to: Josef Machač, Vlastimil Hanulík, Zdenek Baďura, Karel Klosovský, Mojmír Lukeš, Jiří Matoušek, manželé Hana a Jiří Hauerlandovi, Andrea a Jiří Horákovi, Jarmila a Karel Chmelařovi, Marie a Ladislav Lukešovi. **František Svačina, Marie Hundáková**

Účastníci 1. Vzpomínkové rally Tourist trophy Karlova Studánka při společné okružní jízdě na náměstí v Jeseníku 28. 5. 2016



ONKO KLUB SLUNEČNICE OLOMOUC NA JAŘE A ZAČÁTKEM LÉTA

Jsou letní prázdniny. Mají je nejen děti, ale i náš Onko klub Slunečnice. A my, jeho členky, si užíváme cestování, dětí, dalších příbuzných i přátel. Volný čas věnujeme mj. i zahrádkám, chalupám. Do této informace z naší bohaté činnosti vybírám dvě velmi zdařilé akce.

Ve dnech 19. až 23. května náš klub přivítal příjemně vybavený hotel Duo v Beskydech nad přehradou Horní Bečva. Pro jarní rekondiční pobyt byl hotel s wellness centrem umístěný uprostřed zeleně víc než vhodný. Vede od něj několik cest a stezek do okolních lesů, strání, ... K dispozici jsme měly krytý bazén, sauny, tělocvičnu, v níž probíhalo dvakrát denně cvičení s naší Kájou. Všechny jsme si užily masáž, oxyterapii, hydromasáž s bylinnou esencí, inhalaci. V menších skupinkách (s ohledem na rozpis procedur) jsme vyrážely do okolí Horní Bečvy, vyjely i na Pustevny, některé zvládly i Radhošť. Až na čtvrtek, kdy přišel silnější déšť (který nás ale nezaskočil), nám počasí přálo. Domů jsme se vracely odpočaté, spokojené plné zážitků.

Jen o dva týdny později, 5. června, jsme vyjely na zájezd, který směřoval rovněž do Beskyd, přesněji do jejich podhůří. V Sedlišťích jsme si prohlédly nově zrekonstruovaný dřevěný kostel Všech svatých. Závod Hyundai v Nošovicích byl hlavním cílem našeho výletu. Po příjezdu jsme nejdříve zamířily do místní prodejny, kde jsme si zakoupily velmi pěkné, levné a praktické upomínkové předměty. V hale jsme vyslechly informace o závodu s cca 3400 zaměstnanci, jeho produkci a prohlédly nejnovější typy automobilů. Poté jsme nasedly do vláčku a absolvovaly 1,5 hodinovou prohlídku

provozů s výkladem. Většina z nás tak obrovský podnik viděla poprvé a byla to pro nás nová zkušenost. Při cestě zpět do Olomouce jsme ještě zavítaly do Muzea historie a současnosti řeznického řemesla ve Valašském Meziříčí. Založil ho současný majitel MP Krásno. Součástí expozice byla i ochutnávka uzenářských specialit.

První polovinu roku jsme zakončily členskou schůzí s večerí 10. června. Všechny se těšíme na shledání při pravidelných tělovýchovných, kulturních a dalších akcích opět v září.

Věra Kratochvílová, Onko klub Slunečnice Olomouc



SENIOR KLUB DUB NAD MORAVOU: NÁŠ VÝLET DO POLSKA

Náš pan farář Otec Jan, na své faře bydlí sám, tam se večer modlí, své ovečky počítá, po modlitbě přemýšlí, čím ovečky potěší.

A vymyslel a potěšil. Zorganizoval pro nás zájezd do své rodné země a byl to výlet plný překvapení.

Cílem byla vesnice Przysiecz, kde probíhaly oslavy k Svátku zeleně.

Zájezd byl určen pro ženy, které uklízejí kostel a pro ty seniory, kteří mívají tzv. hlídací služby o víkendech a svátcích, aby byl kostel otevřený pro poutníky, turisty, autobusové zájezdy a všechny, kteří do našeho kostela zavítají.

Na výlet jsme odjížděli ráno od fary, první zastávka byla ještě na území naší republiky, další už v Polsku.

Autobus nás dovezl k budově bývalého mlýna, kde nás přivítali naši hostitelé a kde bylo pro nás přichystáno

pohoštění v podobě švédského stolu. Prostor byl zařízen stylově, starým dřevěným vyřezávaným nábytkem, výplně ozdobené plastikami.

Po občerstvení jsme se přemístili osobními automobily do vesnice Przysiecz, do malého, čistého a krásného kostela, kde jsme se účastnili krátké mše.

Po mši před kostelem ale na nás čekalo velké překvapení. Přeshlapovali tam dva nazdobení, opentlení koně, zapřažené do selského vozu s posezením. Nasedli jsme a vydali jsme se na cestu. Nikdo nevěděl, kam nás vezou, jenom organizátor zájezdu a ten to držel v tajnosti jako zpovědní tajemství. Jeli jsme po silnici, po polní cestě mezi strništěm a plodinami, které čekají ještě na sklizeň. Sluníčko pěkně svítilo, větřík pofukoval, nálada byla výborná. Klapot koňských podkov nás vrátil do dětských roků, kdy jsme v létě jezdili na selském voze

s postranicemi a o žních na žebříňáku a bosé nohy se nám houpaly nad silnicí. V dobré náladě cesta ubíhala, až jsme dojeli do cíle. Pro všechny bylo velké překvapení, že naše cesta skončila na dvoře rodného statku našeho pana faráře. Tam nás všechny přivítala jeho rodina a neobešlo se to bez dalšího občerstvení. Po rozloučení, aby si koníčky odpočinuli, jsme se opět osobními automobily přemístili do nám známého mlýna, kde k malému zděšení některých a velké radosti ostatních nás čekal výborný oběd. S nasytými žaludky, ale spokojeni jsme konečně dojeli do původního našeho cíle, abychom se účastnili oslav Svátku zeleně. Program byl pestrý, prostranství bylo obklopeno stánky a kolotoči, něco jako naše malé hody. Náš pan farář dostal od organizátorů kytici a kamenný květ s upomínkovým podstavcem. Ani tady jsme samozřejmě neseděli bez pohoštění. Byla pro nás nachystána odpolední káva, polské koláče, děvčata z Věrovan dovezly vdolečky a z Dubu se vezla krabice trubiček, nechybělo samozřejmě něco ostřejšího, aby nám dobře trávilo.

Zatančili jsme si s polskými přáteli, zazpívali jsme jim naše písničky a tak celé odpoledne uběhlo. Nachýlil se večer, přijel odpočínutý řidič s autobusem, rozloučili jsme se s našimi hostiteli a vydali se na cestu domů. Cesta uběhla bez problémů a nám zůstaly vzpomínky na krásně strávený den v Polsku.



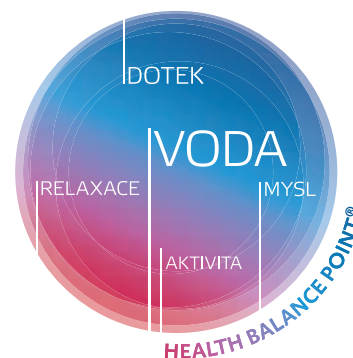
A tímhle bych za nás za všechny, kteří jsme se zájezdu účastnili, chtěla poděkovat našemu panu proboštovi za perfektně zorganizovaný zájezd, plný překvapení, krásných zážitků a dobrého jídla. Poděkování patří i polským hostitelům, kteří se o nás pečlivě starali. Ještě jednou díky.

**Za senior klub Dub nad Moravou
Marie Škrlová**

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 25. 10. 2019 ve dnech ÚTERÝ až PÁTEK

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

slevy se nesčítají

TERMÁLY | LOSINY

ALZHEIMERA SE NEBOJÍME – SENIOŘI BRUNTÁLU

Na pozvání přišel v dubnu s poutavou přednáškou o chatách (i zmizelých či vypálených) v Jeseníkách PhDr. Matuška. Jeho přednášky jsou vždy tak obsáhlé a zajímavé, že nám nestačí stanovená doba v klubovně. Další zajímavou přednášku v rámci akce Muzeum pro seniory pro nás připravil pan Niesner a prošli jsme celý farní kostel. Budou Velikonoce, tak si Máša pro nás připravila háčkování. Pořádila se nám kuřata i slepičky pro koledníky a velikonoční výzdobu.

Páteční výlet 12. 4. do Šternberka byl omezen počtem osob do autobusu hromadné přepravy. Na 9 hodin byla objednána prohlídka hradu. Je po opravách a velice nás překvapilo vybavení komnat. Po obědě a káféčku v cukrárně jsme zašli do Muzea času, kde jsme měli času dost na prohlídku podle toho, koho co zajímalo víc.

Další dubnové přednášky byly o Finanční gramotnosti – kam jinak strkat peníze než pod polštář a Práva spotřebitele a jak na nové šmejdy. Květen patří lásce. Proto jsme se hned 1. května vydali na Uhlířský vrch na májové políbení. Po pěkné procházce jsme pak zakotvili na hřišti, kde byly májové oslavy, dali jsme si pivečko, občerstvení, někteří stihli i tanečky. A aby nás nebolely nohy a věděli jak na to, pozvali jsme si na přednášku lékárnici z Krnova, která nám po seznámení změřila, jak máme ploché a nemocné nohy a co dělat. V Domově Pohoda jsme měli 22. 5. Sportovní hry. Přijeli za námi kamarádi ze spolku AkSe Stará Ves a přidali se klienti na vozíčkách. Sportovalo se bohužel v sále, v tělocvičně a na chodbách, protože počasí nevyšlo. Vyhráli všichni, rozdávaly se medaile, dobře jsme se pobavili, kuchařky nám buřty opekly v kuchyni.

V pátek 24. 5. jsme se vydali na kolech, auty a autobusem za našimi 2 členy na jejich farmu do Dlouhé Stráně. Počasí nám tentokrát přálo a nás zajímal svět včel. Prohlédli jsme všechny úly a Zdeněk nám udělal krásnou názornou přednášku. Nemají to včelky lehké a mnozí ani netuší... Velkou plánovanou akcí byl 28.–29. 5. výlet do Znojma. Cestou jsme si sice prozpěvovali známou píseň Znojmo, Znojmo, vidím tě dvojmo, ale čekal nás nácvik nových tanců se spolkem Znojenské Grácie. Seznámili jsme se s nimi na pobytu u moře v Chorvatsku a vše domluvili. Nejdříve předvedla každá skupinka své vystoupení ve zkrácených podobách a pak to začalo. Vůbec nás nešetřili! Za odměnu nás pak odvezli do soukromého sklípku na večeři. Pak byla dlouhá ochutnávka vín s prohlídkou 3 sklepů. Vrátili jsme se do takové větší místnosti, kde bylo pro nás překvapení. Kulturní program – písničky, tance, scénky. Po 22. hodině nám zamykali hotel, takže jsme se museli vrátit.

A protože informací není nikdy dost, měli jsme v červnu další přednášku o Finanční gramotnosti, znovu Bezpečí seniorů od spolku S.O.S. a přišla mezi nás Policie ČR s přednáškou Prevence kriminality. V Domově Pohoda jsme 7. 6. vystupovali se svými tanečky (jako generálka) a v rámci oslav Dny města Bruntálu jsme 14. 6. vystupovali v zahradách zámku. A jako každoročně jsme

se vypravili na retro tábor – třídní rekondiční pobyt za finanční podpory Města Bruntálu. První den jsme se ubytovali na chatě Elena v Horním Václavově. Pak jsme si vyšlápli lesní cestou do Malé Morávky na oběd, zpátky jsme dojeli autobusem. Druhý den jsme si udělali výlet do Karlovy Studánky, kterou jsme si prošli od vodopádů až dolů k parkovišti. Oběd jsme měli zajištěný v hotelu Džbán, kde nás pan vedoucí umluvil na taneční vystoupení na středu 3. 7. Další procházka nás zavedla do cukrárny na káféčko se zákuskem a zmrzlinou a pak jsme se vrátili do wellnessu hotelu Džbán. Bylo sice horko, ale teplá lázeň v sudech s minerálním pramenem plným argonu a železa, bazén, sauna a pivo – to nemělo chybu. Vrátili jsme se na chatu a chystali opékačku buřtů a kabanosů a hlavně na karneval. Přijeli totiž za námi zase kamarádi ze Staré Vsi. Dovezli napečené buchty a dobroty, popíjelo se vínečko i nealko a seděli jsme v přístavku až do 21. hodiny. Poslední den jsme si sbalili batohy a vydali se zase lesními cestami k chatě Mariana. Byla sice zavřená, ale pilně zde pracovali, aby 1. července zahájili provoz. Ani jsme nemuseli dlouho prosit a donesli nám vodu a mohli jsme chvíli posedět. Pak jsme se vydali na cestu domů.

Kromě skupiny 11 členek, které nacvičují pravidelně a před vystoupeními i 2x týdně, a vystupují podle přání a potřeb, máme další skupinu 6–10 cykloturistů. Kopečky v Jeseníkách jsou zrádné. Dlouhé, táhlé, vysoké,... proto mají elektrokola a běžně udělají výlet s několika zastaveními (kostelíky, kaple, zbořené zámky, hřbitovy, kulturní památky) v krásné krajině v délce i 50 km.

Aktivní senioři Bruntálu

CVIČÍME PRO RADOST

Je téměř po prázdninách. A tak jako dětem začíná škola, tak i „dříve narozeným děvčatům“ začíná cvičení. Jde o cvičení na Jitřence v Šumperku. V budově je knihovna, kavárnička, přednáškový sál a místnost na cvičení. V 1. patře jsou místnosti pro Klub důchodců Šumperk. V místnosti, kde se cvičí, se střídají různé kurzy. Chtěla bych vás s některými seznámit. Jde o Zdravotní cvičení, Senioři 1 a Senioři 2. Cvičení je rozmanité. Cvičíme na židlích, na velkých míčích, s malými míčky, s nedofouknutými míčky a se stuhou. Cvičení je zaměřeno hlavně na protahování, dýchání a relaxační cvičení. Zařazujeme 5 Tibeťanů, jógové prvky a čínské cvičení, získávané z internetu. Každé cvičení je provázeno úsměvem a radami na celý týden, inspirované kalendářem „Krásné paní“. Skupiny jsou různé, ale ta středeční je mimořádně natěšená a nemůže se dočkat, až se všichni sejdou a začnou cvičit. V každém případě, i když každá ze cvičenek má nějaké zdravotní problémy, při odchodu ze cvičení se cítí lépe. Takže úsměv a pohyb a hned je nám líp. **Jana Nováková, Klub důchodců Šumperk**



Jsi-li trochu chytrá, ale hodně moudrá, dost tolerantní a empatická, jsi trochu hrdá, ale ne pyšná, víš co chceš brát, ale i dávat, chceš slyšet pravdu a nejsi připravena lhát, a máš okolo 70 let, pak na Bruntálsko pošli SMS na 721 775 774.

Žena 73letá od Prostějova hledá kamarádku na procházky i menší výlety a také jen na popovídání. Pište sms nebo volejte po 19 hodině. Tel.: 602 693 222.

Chce to chlápka k světu z Olomouce nebo okolí, tolerantního, s řádně vyřešenou minulostí, nekuřáka, do 70 let, majitele auta se zájmem o autoturistiku a cestování. Žena 63/170 z OL, finančně zajištěná. Tel.: 702 914 563.

Seniorka 70 let, 165 cm hledá bezva kamaráda, průměrného věku, nezadaného, bez závazků, pro vycházky do přírody, cestování, posezení u kávy a trávení volných chvil. Chatař a chalupář vítán. Pište SMS tel.: 734 453 068.

Rozv. muž 62/170/71 v ID by rád poznal příjemnou ženu průměrného věku pro společnou cestu vším úskalím a nástrahám co život přináší. OL, PR a okolí, ŘP vítán (není podmínkou). Tel.: 608 026 394.

Chtěla bych poznat sympatického, solidního muže průměrného věku, který žije sám někde na Přerovsku. Stále ještě věřím, že pěkné přátelství je obohacením

života. Jsem vdova, je mi 73 let, mám 160 cm a můj telefon má číslo 723 869 847. Když mi zavoláte, dozvíme se o sobě navzájem víc.

Aktivní, sportovně založená žena by ráda poznala spolehlivého, nezadaného, hodného muže 63–70lety SŠ, VŠ se smyslem pro humor a cestování. Ve dvou je život radostnější. Tel.: 735 827 539, volejte v dopoledních hodinách.

Seniorka 69 let z Olomouce hledá kamarádku na posezení u kávy, turistiku, vycházky do přírody, výlety, cestování. Prosím pište SMS na tel.: 734 453 068.

Žena 65let výška 165 cm se ráda seznámí se sympatickým mužem průměrného věku za účelem občasných setkání. Nejlépe ze Šumperska nebo Uničovska. Volání po 19. hodině. Tel.: 735 871 378.

Hledám přítele do 65 let ne (i zadaného) k občasným schůzkám. Jsem 61 letá holka ještě k světu a mám ráda vše, co nám život nabízí i přináší. Prosím jen SMS 608 631 309. Zn. Bruntál o okolí.

Vdovec 67/167 hledá kamarádku průměrného věku, která nechce být sama, k občasným schůzkám a procházkám se psem. Z Přerova. SMS 702 997 441

Vdova 65 let hledá parťáka na všední i sváteční dny. Jsem normální ženská, muži, co mají zájem o sex nevolejte. Zázemí mám. Za případné SMS děkuji. Telefon nenosím pořád s sebou, proto SMS 732 284 565.

Jsem 72/165. Hledám přítele, který by mě měl ze srdce rád, hledám člověka, který by chtěl být můj kamarád. Také hledám důvod, proč se všechno mění, asi hledám marně, co už dávno není. Ozvěte se, jestli myslíte, že se mylím. SMS 605 285 625 Jeseník – Zábřeh – Šumperk.

Vdova 71 let, 170 cm, nekuřačka by ráda poznala muže pro pěkné chvíle, které ještě máme před sebou. Prostě žít a sdílet společné zážitky. Podaří se? Věřím, že ano. 731 967 880.

Hledám kamarádku v důchodovém věku se zahrádkou v Olomouci a okolí. Jsem sama, ráda bych někam chodila. Samota je zlá. Věk 75–80 roků 732 531 924.

Žena z Prostějovska 66–162–75 hledá nezadaného muže do 70 let, nekuřáka, upřímného, milujícího přírodu, který nechce být sám. Měl by být sympaták, všestranných zájmů. Domácí kutil, auto vítáno. Z PV – OL a okolí. Jen vážný vztah. Prosím SMS 733 192 675.

Muž 73 let z venkova hledá menší drobnou ženu, řidičský průkaz vítán, setkání napoví. Tel.: 739 046 685.

Miluji přírodu a vše, co do ní patří. Hledám ženu na hezký vztah a na výlety na kole, autem, pěšky. 73 let, 180 cm, štíhlý, tolerantní, žijící hezky sám v rodinném domku na venkově na Mohelnicku. SMS 775 398 404.

Život může být stále krásný, záleží jen na nás. Ve dvojici je vše veselejší, příjemnější. Sympatická, mírně plnoštíhlá tmavovláška 59/160, SŠ, se spoustou zájmů ráda pozná hodného, něžného muže, nekuřáka,

podnikavého, ještě v dobré kondici, kterému je smutno, je sám a toužícího po lásce, porozumění, hezkém a pohodovém vztahu. Olomouc a blízké okolí. SMS jen upřímně a vážně 773 279 854.

Žena z OL 64–160–80 blond, delší vlasy po ramena, hledá touto cestou nezadaného muže kolem 66 roků, nekuřáka, hodného, upřímného, který také nechce být sám. Mám ráda hudbu, tanec, posezení u vínečka a kávy. Od každého trochu. Jsem žena všestranných zájmů, mám ráda přírodu. Jen upřímně a vážně, OL – PV a okolí. Moje číslo je 735 050 600.

Najdou se v Prostějově a okolí slušní nezadaní senioři a seniorky nekuřáci kolem 70 roků, kteří nehledají jen sex, ale hezké přátelství? Na výlety, taneček, na pivečko nebo kávičku. Alkoholici ne! Sejdeme se ve čtvrtek 26. září v 11.00 hodin v Prostějově u radnice.

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. 9. 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: ADRIA, KAPUT, SAL, SOBOL	PRUHY LÁTKY DO BOT	1. DÍL TAJENKY	PORÁŽKA V BOXU ZKR.	SOUHLAS		TÝKAJÍCÍ SE ÚHLU	ZNAČKA AUTOMOBILU	INICIÁLY FOTBALISTY BAROŠE	ODDĚLENÍ NEMOCNICE ZKR.		ROZUMNÝ POZNATEK	VÝTVARNÉ DÍLO	BIBLICKÝ POHÁR	INICIÁLY HERCE ETZLERA	AKCIOVÁ SPOLEČ- NOST ZKR.
MALÁ OJ					PŘÍKOŘÍ					LÁVA POD ZEMSKÝM POVRCHEM					
NETEČNÝ PLYN					LIST, STROM INICIÁLY HERCE ŽUPANIČE					ČÁST KRAJE VODNÍ HLODAVEC					
UMĚLECKÉ MUZEUM ZKR.			RUSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO KOV ZN. NB					MAJÍCÍ BOTY ŽEN. ROD ČESKÉ DRAHY ZKR.						2. DÍL TAJENKY	AFRICKÝ ČÁP
BAREVNÝ KOV				PRODUKT JATER TERÉNNÍ ZÁVOD					PŘEDLOŽKA OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL			NEPRAVDY JEDOVTÁ BYLINA			
MRAVO- KÁRCE					NAPOŘÁD DŘEVĚNÝ STROP								INICIÁLY HEREČKY BALZEROVÉ SPZ PRAHY		
	VRÁTNÝ BRÝLE HOVOR.							PARTNEŘI KRUT							
DROBNÁ ŠELMA											LEKNUTÍ				
KRAJSKÉ ŘEDITELSTVÍ ZKR.			TAK ANGLICKY ÚDERY ROHY								PŘEDPONA OZNAČUJÍCÍ ŠPIČKOVÉ VLASTNOSTI				OPATROVNÍK
NADÁVAT				OBYVATELKA EVROP. OSTROVA	ÚTOČIŠTĚ MN. Č.							HROMADNÝ DOPRAVNÍ PRO- STŘEDEK	IN. FOTBAL. KVAŠNÁKA HUDEBNÍ ŽÁNŘ		
JADERSKÉ MOŘE ZASTAR.											HOLUBÍ CITOSLOVCE				
	VNITÁKEM POROST ZVÍRAT										STÁT JIHO- VÝCH. ASIE TENISOVÝ DVOREC				
KONTAKTY						SULFID ŽELEZNATÝ	2X SNÍŽENÝ TÓN A		OPILÝ VÍNEM	ZNIČENÝ PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY					
INICIÁLY SPIŠOVA- TELE ROLLANDA			IT. VÝROBCE AUT ??? ROMEO CHYTANÁ					OFOUKNUTÍ HOVOR.					OXID URANATÝ NEDALEKO		
SŮL LATINSKY				ANO ANGLICKY HLASITÝ SMÍCH				REJ UKAZOVAT CESTU				ODDĚLENÍ ZKR. CITOSLOVCE NÁMAHY			
PÁCHNOUCÍ ZVÍŘE					POJÍMAJÍCÍ VODU MŮJ ANGLICKY					NEOSTŘE CITOSLOVCE ÚDIVU					POSILOVACÍ CVIK
	CITOSLOVCE TÍŠENÍ	IN. FILOLOGA MOURKA JIHO- EVROPAN				DRUH INTER. VYŠETŘENÍ CHEMICKÝ PRVEK					HUDEBNÍ ŽÁNŘ RODOVÝ ZNAK				
ZÁHYB							PRŮBĚHY OSOBNÍ ZÁJMENO					VE VĚTŠÍ DÁLCE VELKOOP- CHOD ZKR.			
SUCHÁ TRÁVA					OVINUTÍ					TRHATI					
VYRÁBĚT LÁTKU NA STAVU					ZDOBNÝ RYDLEM					JMÉNO HERCE POLÍVKY					

Řešení z minulého čísla: 1/ První láska je los, který nevyhrává, ale celý život si pamatuješ jeho číslo. 2/ Láska je jako šachy. Dáma se vždycky zamiluje do koně. **Výherci:** Skácelová Květa, Hynkov; Oldřich Lošťák, Prostějov; Eva Krybusová, Kojetín

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

