

DOBA seniorů

č. 3 / IX. ROČNÍK BŘEZEN 2013 18 Kč

Cena v předplatném 16 Kč

Benátky s kouzlem karnevalu

21
JIS

Kučerovci, legenda živá svým zpěvem



16
JIS

Soutěž proti streptokokům

15
JIS



Odepřené daňové úlevy:
RSČR chystá hromadnou žalobu

3
JIS



**Rada seniorů
České republiky**
občanské sdružení

PORADNY RS ČR

Sídlo pražské poradny Rady seniorů České republiky je v Domě odborových svazů v Praze 3, nám. W. Churchilla 2. Telefonní spojení: 234 462 073-7. Poradny Rady seniorů ČR jsou i letos pro všechny seniory zdarma.

KONTAKTNÍ ÚDAJE REGIONÁLNÍCH PRACOVÍŠŤ RS ČR:

Brno:

Dům odborových služeb,
Malinovského nám. 4 – kancelář 414
Telefon: 532 269 414
e-mail: poradna.brno@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště je
JUDr. Eliška Skuhrovcová.

České Budějovice

Žižkova 12/309
Tel.: 387 718 313
E-mail: Jc.rscr@seznam.cz
Úřední hodiny: úterý, středa vždy 9.00 – 13.00
Předsedou KRS JCK je Václav Minařík

Hradec Králové:

Dům odborových služeb,
Gočarova 1620 – kancelář 405
Telefon: 495 521 048
E-mail: poradna.hradec.kr@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště je
Prof. RNDr. PhDr. Jan SOLICH, CSc.

Kladno

Cyrila Boudy 1444 - kanc.138
telefony: 312 522 874; 602 305 225
úřední hodiny: čt 12:00 – 16:00
e-mail: rs.kraj@seznam.cz
Předsedou KRS je Miloslav Vajs

Ostrava:

Ostrčilova 4/2691, 5. patro
Telefon: 599 445 532
E-mail: poradna.ostrava@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště je
Ing. Oldřich POSPÍŠIL.
Webové stránky krajské rady:
www.ms-seniors.cz

Plzeň

Právní poradenství starobním důchodcům:
Tomanova 5, 4. poschodí, každý čtvrtek
od 14 do 17 hodin. Objednávky předem
jsou možné na tel. čísla 377 421 619
každé pondělí v době od 9 do 12 hod.
a každou středu od 14 do 17 hod.

Zlín

Kvítková 4324
Telefony: 720 181 192, 606 171 503
e-mail: rscr.zlin@seznam.cz
Návštěvní hodiny: pondělí 10–12 hod.
Předsedkyní RS ZK je Iva Pilková.

UPOZORNĚNÍ

Svoje osobní návštěvy v poradnách si předem domluve telefonicky. Vyhněte se nepříjemným situacím, kdy očekávanou pomoc kvůli nepřítomnosti příslušného odborníka nedostanete.

**POZN.: Ve všech poradnách lze
zakoupit aktuální Dobu seniorů!**

Na konci jedné éry

Václav Klaus po deseti letech opouští pražský Hrad. Říká se, že na hodnocení nějakého období, je třeba čas. Určitý odstup než se zklidní rozjitřené pocity a umožní dívat se z nadhledu. Platí to zcela jistě i o Václavu Klausovi a jeho působení v prezidentském úřadě. Ne však úplně. Jako by se bál, že po odchodu z Hradu už o jeho názory nebude patřičný zájem, účtuje totiž sám nyní s lidmi, s nimiž se během své politické kariéry nějak utkal. Na paškál si vzal i svého předchůdce, s nímž byl často srovnáván a většinou to pro něj nedopadlo dobře. Na odchodu z Hradu zastánci tržního hospodářství bez přívlastků Václava Havla zpohlavkoval nelichotivými přívlastky a to nejen pokud jde o jeho ekonomické a politické názory. Možná tím někoho pobavil, důstojné prezidenta to ale určitě nebylo. V naší paměti tak Václav Klaus už trvale zůstane zapsán i jako svérázný ješita, který si myslí, že nad něho prostě není.

Na Hrad nyní nastupuje první přímo zvolený prezident. Uvidíme, jaký bude. Lze jen doufat, že se mu podaří to, co nezvládl jeho předchůdce: být chápavým prezidentem nás všech. Nebude to mít lehké, do úřadu vstupuje s dozvuky volební kampaně, která dále rozdělovala už tak naštváný národ. Miloš Zeman nastupuje do úřadu v době, kdy blbá nálada dosahuje vrcholu. Nemůže za to jen hospodářská krize a její dopady. Národ je znechucen hlavně nedostatky a lumpárnami domácí provenience. Pokračující korupci a nepotrestanými tunely. Tím, že o obsazení klíčových postů opět nerozhodují schopnosti, ale stranická příslušnost. Ilbou náladu vyvolává i to, že neschopní neplatí za své chyby a všehoschopní grázlové dále se samolibým úsměvem obcházejí zákony. To, že už odsouzené lumpy, kteří národ okradli o miliardy, pak osvobodí nepochopitelná amnestie prezidenta. Lidi šťve, že v době, kdy si mají ti dole utahovat

opatky a bere se i důchodcům, si od reality odtržení zákonodárci zvyšují své příjmy. Vládní koalice mění regule parlamentu, aby členové narychlo slepené strničky LIDEM získali další prebendy... Devastace politické kultury dosahuje vrcholu a nikoli náhodou 90 procent Čechů a Čechů říká, že současná vláda je tou nejhorší od vzniku samostatné ČR.



Za této situace nastupuje do úřadu nový prezident. Má malé pravomoci, působit může vlastně jen osobním příkladem a slovy. I tak ale může leccos ovlivnit. Nejenom tím, že nad Hradem vztyčí i vlajku EU a přihlásí se tak k jejím hodnotám a to i v sociální oblasti. Přispět ke změně může i tak, že jeho projevy nebudou slohovým cvičením krasomluvy, ale že když už to nesvede do sebe zahleděná vláda – otevřeně promluví o palčivých problémech, bez servítku pojmenuje jejich příčiny a naznačí i možnosti, jak věci řešit a dostat se ze současného marasmu.

Na to se teď po éře Václava Klause zejména čeká.

František Vonderka

šéfredaktor

Šéfredaktor Mgr. František Vonderka. Adresa redakce a inzerce: Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3 – Žižkov, e-mail: dobasenioru@email.cz. Kontakt výlučně pro inzerci: inzerce@dobasenioru.cz. S redakcí se můžete také spojit prostřednictvím pražské poradny RS ČR. Vydává Rada seniorů ČR (www.rscr.cz). Grafická úprava: Matouš Johanides. Tisk: Europrint s.r.o. Rozšiřují PNS a Česká pošta,

předplatné agentura A.L.L. Production, s.r.o., box 732, 111 21 Praha 1, Tel.: 234 092 851, e-mail: dobasenioru@predplatne.cz. Registrace MK E 16412, ISSN 1801-5859. Články vyjadřují názory autorů a nemusejí být totožné s názorem redakce. Nevýžádané texty a foto se nevracejí.

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE

29. března 2013

Selektivně odebraná sleva na dani: RSČR chystá hromadnou žalobu

Nečasova vláda v rámci úspor a hledání stále více chybějících finančních prostředků připravila pracující důchodce o daňové úlevy. Vyvolalo to údiv i nevoli. Doba seniorů na toto palčivé téma hovořila s předsedou Rady seniorů ČR Zdeňkem Pernesem.

■ **Víte, kolik lidí se toto selektivní a tudíž diskriminační opatření týká?**

Dle výsledků sčítání lidu, domů a bytů pracovalo v roce 2011 182 004 osob starších 60 let. Vezmeme-li v úvahu, že důchodový věk je pro letošní rok nastaven na úrovni 62,5 roků pro muže a 56 let + 4 měsíce až 61 let + 8 měsíců pro ženy a také, že roste nezaměstnanost, dovoluji si odhadnout, že daňová diskriminace postihne cca 160 000 osob.

■ **Jak na to, že vláda jako jedinou skupinu pracujících důchodců připravila o odečitatelné položky, reagují postižení?**

Velmi rozhořčeně, denně vyřizujeme desítky e-mailů, dopisů a telefonátů. Jeden z nich si dovoluji uveřejnit, posuďte sám: „**Důchodci pracují, aby mohli důstojně dožít se střechou nad hlavou a měli na základní potraviny a léky. Místo, aby si pracujících důchodců stát vážil, že se snaží nečerpat sociální dávky, sebere jim daňové zvýhodnění, na které mají právo.**“ Ano, pracující seniori jsou jedinou z ekonomicky aktivních skupin, kterým stát odebral slevu na dani. **Jde o jednoznačnou diskriminaci z důvodu věku de – facto.**

■ **Někteří postižení se rozhodli využít mezery v zákonu, který úlevy ponechává těm, kdo 1. 1. 2013, důchod nepobírali. Přerušili si tedy na určitou dobu vyplácení důchodu. Co říkáte tomuto řešení? Co říkáte výhrůzkám, které k tomu přicházejí od ministra financí?**

Je to řešení na hraně zákona, rozhodnout musejí soudy, důchodci, kteří se ale

rozhodnou bránit, tak stát připraví o peníze další. Pan ministr Kalousek důchodcům bere 2070 Kč měsíčně a poslancům a senátorům 4 669 až 6 342 Kč přidává. Viz jeho hlasování v Poslanecké sněmovně dne 18. prosince 2013. Ale abych odpověděl na Vaši otázku, že se nestydí, že se nestydí celá vládní koalice!



■ **Co hodlá v celé věci podniknout Rada seniorů ČR? Bude postižené pracující důchodce bránit, a jak jim chce konkrétně pomoci?**

Využíváme všech možností, které nám český právní řád poskytuje. Tj. organizujeme podání hromadné žaloby k obecným soudům, od poslanců ČSSD máme příslib podání ústavní stížnosti a také využití poslanecké iniciativy k předložení novely příslušného zákona. Tj. dočasnou daňovou diskriminaci požadujeme ukončit ne až v roce 2015, ale již v roce 2013. Intenzivně hledáme renovovanou advokátní kancelář, která by seniory bezúplatně zastupovala. Věřím, že uspějeme,

do nebe volající nespravedlnost jistě ne nechá právníky lhostejné. Děkuji při této příležitosti také daňovým poradcům, kteří nám pomáhají. A není jich málo. Tedy **vyzýváme všechny pracující seniory: připojte se k hromadné žalobě, kontaktní adresa je rscr@rscr.cz.**

■ **I z vlády jsme v minulém roce slyšeli slova, že hodlá podporovat aktivní stáří. Dělo se tak hlavně na konferencích, které měly dokázat, že vláda ČR podporuje EU vyhlášený rok aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity. Nevidíte rozdíl mezi slavnostními projevy a tím, co vláda dělá? Vláda, ve které má zjevně hlavní slovo nikoli premiér, ale ministr financí Kalousek?**

Ano, máte pravdu. **Zrušení slevy na dani pouze pracujícím seniorům je české specifické podpory aktivního stárnutí!** Ale nejde jenom o diskriminaci daňovou. Pracující senior platí plně nemocenské pojištění, ale pokud je nemocen získá jen 67 dnů nemocenské oproti 365 dnům u ostatních nemocensky pojištěných osob! Pracující senior platí důchodové pojištění v podstatě bez nároku na přiměřené navýšení důchodu! Pracující senior platí zdravotní pojištění, což by nemusel, protože za ostatní je platí stát. A konec konců, pracující senior také z pravidla nečerpá žádné sociální dávky. Sečteno a podtrženo: **český stát by měl pracujícím seniorům ruce líbat ruce a ne jim arogantně brát, aby měl na nezasloužené vysoké platy přemnožených politiků.**

■ **V minulosti se Rada seniorů s některými palčivými problémy obracela i na prezidenta. Hodláte tak učinit i v tomto případě? Zvláště když na Hrad nastupuje nová hlava státu, jejíž volbu RSČR podpořila?**

Samozřejmě, panu prezidentovi Zemanovi budeme vděční, když seniorům pomůže.

Ptal se **František VONDERKA**

Dialog v zájmu seniorů

Už na první schůzce, která proběhla 17. prosince mezi vedením Rady seniorů České republiky a tehdy nově jmenovanou ministryní práce a sociálních věcí ing. Ludmilou Müllerovou, bylo dohodnuto, že se zástupci seniorské populace budou setkávat se zástupci ministerstva častěji a společně proberou konkrétní problémy, které seniory v České republice trápí.

První schůzka v letošním roce proběhla na ministerstvu práce a sociálních věcí 11. února v odpoledních hodinách. Vedení Rady seniorů na ni přišlo s materiálem Návrhy na posílení sociální ochrany seniorů s nízkými příjmy a osamělých seniorů z nájemních bytů.

Jde o analýzu s aktuálními údaji Českého statistického úřadu, kterou zpracoval předseda RSČR Dr. Zdeněk Pernes. Obsahuje data o sociálnědemografické situaci seniorské populace, o výši starobních penzí a také o bydlení seniorů. Kromě podrobné analýzy stavu stávajícího jsou v materiálu samozřejmě i návrhy, jak posílit sociální ochranu seniorů s nízkými příjmy a také na ochranu osamělých seniorů z nájemních bytů. Cílem snažení Rady seniorů České republiky je dosáhnout, aby se alespoň některé z těchto návrhů dostaly co nejdříve do legislativy České republiky.

Je to jen logické: zejména osamělí senioři jsou totiž dnes z hlediska bydlení nejvíce ohroženou skupinou. I proto Rada seniorů ČR žádá, aby se legislativa při přípravě zákona o sociálním bydlení věnovala především těmto lidem.

Výsledkem hodinové debaty byla dohoda o ustanovení pracovní skupiny, která se bude materiálem i návrhy v něm obsaženými podrobně zabývat poté, co jej na svém zasedání schválí vedení RSČR. K tomu by mělo dojít ještě během února. Poté Rada zašle konečné znění všem zainteresovaným na ministerstvu práce a sociálních věcí. Vzhledem k tomu, že se návrhy netýkají pouze agendy ministerstva práce a sociálních věcí, ale také ministerstva financí a ministerstva pro místní rozvoj, navrhla ing. Müllerová, aby do pracovní skupiny byly zapojeny také pracovníci z těchto ministerstev. S tím zástupci RSČR souhlasili.

Jakmile bude materiál projednán a schválen, bude také k dispozici také široké veřejnosti. Celé jeho znění uveřejní Rada seniorů na svých webových stránkách www.rscr.cz.

Dalším, neméně ožehavým bodem jednání pak bylo financování poraden, které Rada seniorů České republiky provozuje při svých krajských radách. V současné



Na ministerstvu práce a sociálních věcí se vedle bydlení seniorů probíralo i financování bezplatných poraden RSČR

době jsou poradny na osmi místech ČR a jsou pro starobní důchodce samozřejmě bezplatné. Vzhledem k tomu, že na jejich provoz dostala RSČR výrazně méně peněz, než žádala, je situace značně napjatá a hrozí nejen omezení jejich provozu ale dokonce i to, že některé budou muset být zavřeny. To by pro seniorskou populaci mělo velmi nepříznivé dopady, protože možnosti informovat se a získat potřebné praktické rady jsou už tak značně omezeny. Ministryně v této souvislosti informovala RSČR, že prostředky na tuto činnost jsou rozdělovány na základě doporučení jednotlivých krajů, a je proto třeba, aby zástupci RSČR jednali s nimi. Jak uvedla, i proto, že příští rok budou tyto finance výlučně v kompetenci krajů, je dobré a potřebné seznámit odpovědné úředníky s činností a fungováním poraden RSČR co nejdříve. **(Id) ■**

Foto: autorka

S ČSSD o spolupráci

Přátelské, otevřené a věcné, tak by se dalo ve stručnosti charakterizovat pracovní setkání představitelů Rady seniorů ČR s vedením největší opoziční strany



Vedení ČSSD na jednání přišlo ve své nejsilnější sestavě.

ČSSD. Uskutěčnilo se na základě smlouvy o spolupráci, která byla uzavřena již před několika lety a je pravidelně prodlu-

žována a aktualizována o nová témata, na kterých mají obě strany zájem. Schůzky však nemají pouze informativní charakter, domlouvají se i společné kroky při řešení některých problémů. Tentokrát se hovořilo zejména o daňových úlevách, o které vláda připravila pracující důchodce. Rada seniorů se nehodlá s touto nespravedlností smířit a zvažuje různé možnosti, jak sjednat nápravu. Hledá spojence, kteří by jí v tom pomohli. Její představitelé mohli z úst předsedy ČSSD Bohuslava Sobotky slyšet, že s podporou této strany mohou počítat. Jen je třeba společné kroky konkretizovat. Na setkání se také hovořilo o tom, že v důsledku vládní politiky se stále snižuje životní úroveň českých starobních důchodců. Mnozí nemají prostředky na stále dražší bydlení a stávají se i kvůli po-

kračující absenci zákona o sociálním bydlení v tomto směru nejohroženější skupinou v české populaci. Tuto skutečnost si uvědomuje i ČSSD a bude proto prosazovat, aby byla přijata zákonná ustanovení, která ohroženým seniorům pomohou. Jde také o to, aby co nejdříve byla odvolána opatření, které v rámci úspor prosadila Nečasova vláda v oblasti valorizací. I zde byla RSČR ujištěna podporou. S tím, že pokud se to nepodaří dříve, tak obnova původního způsobu valorizace bude jedním z prvních kroků vlády, ve které bude mít většinu ČSSD. Představitelé Rady seniorů během setkání s vedením ČSSD informovali o tíživé situaci bezplatných poraden pro starobní důchodce, které na svoji činnost dostávají stále méně finančních prostředků. S finančními problémy se potýká také měsíčník Doba seniorů, jehož je RSČR vydavatelem. **(fav) ■**

Foto: autor

Oslava i vynucené stěhování

Nabízí kvalitní, systematické a cenově dostupné zájmové vzdělávání pro všechny věkové kategorie. Centrum celoživotního vzdělávání, které ještě donedávna působilo v KC Vltavská, vzniklo v roce 2005. Sdružilo dva úspěšné dlouhodobě existující programy a to Nabídkový kurz oborů U3V a Univerzitu volného času a rozšířilo nabídku o nové bloky: „Centrum zdravé zvědavosti“, „Centrum zdravého stárnutí“ a experimentální „Univerzitu pro prarodiče a vnoučata“. Každý obor obsahuje osm přednášek konajících se ve 14 denním intervalu. Bylo jedním z nejúspěšnějších a nejvěhlasnějších. Studenti sem dojížděli dokonce až z Olomouce.

V souvislosti s utlumením činnosti KC Vltavská přišlo CCV o své dlouholeté zázemí. Zimní semestr se podařilo zrealizovat jen za cenu toho, že si organizátorka pronajmala sál na Vltavské od majitele budovy jako fyzická osoba. CCV tam ale nebylo schopno kvůli vysokým provozním nákladům setrvat, proto se na letní semestr

tohoto školního roku, tj. od února 2013 stěhovalo do levnějších prostor v Kulturním domě Ládví, které má rovněž výhodnou polohu na metru C. A ti, kteří dávají přednost tramvajové dopravě, se tam snadno dostanou z Prahy 7 tramvají č. 17.

Ale ještě před stěhováním Univerzita volného času oslavila na Vltavské své 20. narozeniny. Stalo se tak 31. ledna odpoledne. Připraven byl program, plný různých besed, například o cestování. A hrálo se i divadlo, konkrétně monodrama Píseň o lásce a smrti korneta Kryštofa Rilka. Vystoupili hosté, mezi nimi i předseda RS ČR. Všichni děkovali vedoucí CCV ing. Daně Steinové. A blahopřálo se i studentům, kteří jsou nebo letos budou starší než 90 let. Letos to byli Jaromíra Kostlánová (1919), Antonie Hofmannová (1920), Nataša Suttá (1921), Johana Fišerová (1921), Marie Schestauberová (1922), Milada Kasalická (1923), Jaroslava Bartošová (1923), Irma Antonovičová (1923) a Zdeněk Vávra (1923). **(red) ■**

NOVÁ SOUTĚŽ!!!

Nejlepší světová akrobatická show – Čínský národní cirkus – zavítá v rámci svého turné po Evropě i do České republiky. Tentokrát se představí s programem „FENG SHUI Životní harmonie“. K vidění opět bude vzpírání, žonglování a točení talíři, „vnitřní síla“ Chi Kung, díky které se artisté stávají imunními vůči čepelím dýk, hadí muži a ženy, stoje na ruce a salta, kouzlení a Chiao Ti, zápasy a simulace zvířecích pohybů v bojových tancích a další formy tradiční čínské akrobacie.

Přehlídku akrobatického umění, jedinečnou show, jejíž základ vychází z tradice starší 2 000 let můžete shlédnout i vy. Stačí odpovědět na soutěžní otázku.

Po kolikáté bude letos Čínský národní cirkus v České republice.

- a) poprvé
- b) podruhé
- c) potřetí

Odpovědi posílejte na adresy redakce (viz tiráž na str. 2) do 10. března.

Kromě správné odpovědi uveďte také město, kam chcete vstupenky kontakty na Vás, abychom vám mohli vstupenky včas zaslat. Ve hře je celkem 8 vstupenek. Po dvou na představení v Pardubicích, Ústí nad Labem, Brně a Ostravě.

TICKET ART
PRODUCTION

ORIGINÁLNÍ - NEZAMĚNITELNÝ - BEZKONKURENČNÍ

ČÍNSKÝ NÁRODNÍ CIRKUS

FENG 風水 SHUI

Životní harmonie

POSLEDNÍ VOLNÁ MÍSTA

19. 3. BRNO / 20. 3. BRATISLAVA
21. 3. PARDUBICE / 22. 3. OSTRAVA
23. 3. PRAHA / 24. 3. ÚSTÍ NAD LABEM

WWW.CINSKY-NARODNI-CIRKUS.cz předprodej vstupenek: WWW.TICKET-ART.cz

Když se ženy dohodnou...

Ano, právě díky dvěma ženám, a to paní Remkové a paní Wolfové, předsedkyni 3. MO SDČR v Kladně, a pomoci Krajské rady seniorů Středočeského kraje mohlo zhruba 80 důchodkyň a důchodců na vlastní oči vidět a pak také slyšet jediného československého letce-kosmonauta ing. Vladimíra Remka, který v roce 1978 obletěl jako první Evropan (dle Evropské kosmické agentury) naši planetu.



Na podpis našeho prvního kosmonauta se stála fronta...

Beseda se uskutečnila dne 13. února, kdy se Vladimír Remek uvolnil ze svých

europoslaneckých povinností, aby věnoval důchodcům Kladna dvě hodiny svého času. V jejich průběhu odpovídal na zvědavé, technické, osobní a někdy i „na tělo“ vyslovené dotazy auditoria. Během jeho vystoupení by bylo slyšet i upadnutí špendlíku, s takovým zájmem všichni sledovali jeho odpovědi. Upřímně řečeno, není se ani čemu divit. Vždyť většina přítomných byla svědkem jeho historické cesty vesmírem

společně se sovětským kosmonautem Gubarevem na palubě Sojuzu 28. Se zanícením jemu vlastním popisoval Vladimír Remek události, které ho přivedly až do kosmické kabiny, svůj vztah k vojenskému letectví, k přípravě letu do vesmíru, výběru posádky, až po samotný start, let a přistání. Na dotaz, které místo naší planety ho při nesčetných obletech zaujalo tak, že ho zatoužil osobně navštívit bez váhání odpověděl, že to je Ohňová Země. Fascinovaně rovněž sledoval pukání ledovců za polárním



Dvě ženy, které „zavinily“ krásný zážitek

kruhem. Dnes již známe Vladimíra Remka jako europoslance Evropského parlamentu, který tráví velkou část svého pracovního života v Bruselu a Štrasburku. I o náplni této práce se s posluchači podělil. Na závěr všem trpělivě podepisoval fotografie, provedl zápisy do kronik organizací. Čas strávený s legendou kosmonautiky byl naplněn, a kdo přišel, nelitoval.

Miloslav VAJS ■

Recept pana Rudolfa

Byla opět středa a to je den, kdy se v karvinském městském klubu seniorů (MKS) scházejí jeho členové na nejrůznějších posezeních, sportovních soutěžích apod. Nechybí na nich takřka nikdy také jeden z bezmála tří set členů MKS Rudolf Górecki se svou ženou Aničkou. Nechyběl ani 30. ledna na klubovém posezení s ochutnávkou koblížek a dalších dobrot. Kniha života mu od letošního března, kdy oslaví 74 let, začne popisovat už pětasedmdesátý list, ale pro mnohé mladší může být náš Rudolf, který dlouhá léta pracoval i jako havíř v podzemí dolu ČSM, svým elánem stále velkou inspirací. S tágem v ruce měří svůj um při našich tradičních sportovních soutěžích, v létě pak hraje ruské kuželky na klubové zahradě... Jako člen Sokola byl v řadách cvičenců na pražských sletech, a se svým kamarádem

se vydali z Karviné do Prahy na jízdních kolech. Na kole už navštívil i mnoho dalších měst po celé ČR. Společně s kamarády, sokoly z karvinské TJ, se často scházejí na nohejbalu, stolním tenise či volejbalu v tělocvičně jedné z místních škol. Tomuto vitálnímu seniorovi to vše ale nestačí, a tak, napadne-li dost sněhu, jako o letošní zimu, sjíždí i za městem i se svou manželkou Aničkou často i dvanáctikilometrovou stopu na běžkách. Každoročně lze také pana Rudolfa vidět, jak si míří zalýžovat do svých oblíbených Krkonoš. Pan Ruda je polské národnosti, a bylo pro něj jisté oceněním, že byl pozván i na setkání polských sportovců-amatérů z celého světa do polské Varšavy a Krakova.

Rudolf Górecki svým elánem stále dokazuje, že mnoha ocenění, medaile, uznání i diplomy, která nezdobí jen jeho byt,



ale i klubovnu seniorů MKS, nedostal náhodou. Je příkladem a pro mnohé i vhodným receptem skloubení osobních zájmů se zdravým způsobem života i na podzimní života.

J. Břoza ■

Foto: autor

Šampion to nevzdává

Hezký večer zažili hosté křtin knihy známého sportovního reportéra Jaroslava Kirchnera (letos se zařadí mezi šedesátníky) o českém boxerovi Lukášovi Konečném. Nejen proto, že už při letmém zalistování tiskárnou ještě vonící knihou viděli, že je nač se těšit. Kniha, kterou asi mnozí budou hltat jedním dechem, obsahuje mnohá dosud neznámá fakta o životě boxerského fenoménu. Třeba to, že na základní škole byl šprt a že obřečel, když ho rodiče zapsali do fotbalové třídy, protože on sám chtěl na matematiku. Učení ho bavilo, i když kvůli kariéře nakonec studium na vysoké škole dotáhl jen do poloviny. Snaha, co nejvíce do hry zapojovat mozek, se ho drží dodnes, protože jak říká, i v boxu se musí hodně myslet. V knize se dovíte vše o Lukášově cestě k titulům mistra Evropy i světa v profesionálním boxu, což z něho učinilo

nejúspěšnějšího Čecha v boxerském ringu všech dob. Hodně informací ze zákulisí je v knize také o jeho prohraném kyjevském zápase s Čečencem Bajsangurovem. Byl to souboj fair play, nebo v něm byly použity podpásové úderý? Jak to bylo s rukavicemi jeho soupeře? Proč brněnský rodák, jemuž se kvůli tvrdosti úderů přezdívá „chirurg“, k zápasu nastupoval zcela zdravý a z něj klopýtal s bolestivým zánětem spojivek? Na čtenáře prostě čeká otevřená výpověď populárního šampiona, který boj nikdy nevzdává. I na křtu knihy potvrdil svůj brzký návrat do ringu a chuť se o ztracené tituly znovu poprat. Nejen pro sebe, ale i pro své fanoušky, pro ČR. Ví, že lidi jeho úspěchy dokážou povzbudit. Novinář Kirchner k tomu říká: „Velké úspěchy českých sportovců, zejména v době, která je těžká, dokážou národ spojit a dávají mu ohromnou energii. Zejména v těžkých do-



■ Lukáš Konečný uprostřed

bách je třeba mít vzory, které lidem ukážou, že se nic nesmí vzdávat, že je třeba bojovat, protože jediné to je cesta k vítězství. Takové vzory bychom potřebovali i na politické scéně, bohužel, na ní nejsou. I proto musíme být vděční za každý mezinárodní úspěch našich sportovců. Národu to pomáhá.“ Kniha i s podpisy a věnováním autora i slavného boxera bude jednou z cen v některé z našich soutěží.

(fav) ■

Foto: autor

Nejstarší je 109

Nejstarší obyvatelka České republiky Evangelia Čarasová z Dívčího Hradu na Osoblažsku oslavila v pátek 15. února 109 let. Do Československa přicestovala Evangelia Čarasová s rodinou v roce 1949 poté, co utekli z Řecka před občanskou válkou. Nejprve zamířili do Mikulova, o rok později na sever Moravy – do Dívčího Hradu.

Z pěti dětí nejstarší ženy ČR, tři synů



a dvou dcer, žijí ve Slezsku jen dcera a syn. Další část rodiny bydlí v Řecku. Recept na

dlouhověkost prý ale v rodině nemají. „Alkohol nikdy moc nepila. Občas si dala štamprlíčku, ale teď už si nedá ani při oslavě vlastních narozenin. Nejraději má minerálky nebo šťávy,“ prozradila na maminku její 80letá dcera Polyxenie Čan-

dasová. Vždy zprý dravě jedla a nikdy nekouřila. „Má ráda balkánský sýr, občas si dá šunku.“ Paní Čarasová, která pracovala v zemědělství, mluví pouze řecky. „Česky ale dobře rozumí,“ potvrdila její dcera.

Babička Evangelia je šťastná za každý další den. „Občas mi už není dobře a třepou se mi ruce. V létě bude zase lépe. Bude teplo,“ říká paní Čarasová.

Přejeme paní Evangelii ještě mnoho šťastných let.

(red) ■

Vyzkoušejte svoji paměť!

Četné vědecké studie opakovaně prokazují, že pokles kognitivního výkonu není nevyhnutelnou součástí procesu stárnutí. Mnohým z nás se však zdá, že právě pro nás to neplatí, jak jinak bychom mohli mít tolik problémů s pamětí, neustále hledáme klíče, brýle, nepamatujeme si, kam jsme co uložili, co máme nakoupit a pro co jsme vlastně šli do té lednice. Zhoršující paměť nám začíná působit vážné starosti, začínáme se s obavami pozorovat a to naše problémy ještě zhoršuje.

Tak na to existuje jen jedna účinná pomoc. Pokusit se získat hmatatelný důkaz o tom, že ve skutečnosti si ještě skvěle pamatujeme, a že jsme se jen zbytečně

a dlouhodobě podceňovali. A to od něho, kdo ví, jak na to! Právě proto vyhlásila Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging /ČSTPMJ/ letos už počtvrté Národní Týden Trénování Paměti v rámci celosvětové akce „Týden uvědomění si mozku“ / Brain Awareness Week /

Uskuteční se v týdnu od 11. do 17. března. Veřejnost dozvídá o výsledcích výzkumu mozku srozumitelnou formou prostřednictvím stovek akcí. Ty jsou pořádány vědeckými institucemi, které se výzkumu mozku věnují, případně výsledky výzkumu aplikují v praxi.

Cílem Národního týdne trénování paměti je přesvědčit nejen seniorskou po-

pulaci, že si ještě docela slušně pamatuje, když jí někdo poradí, jak na to. Trénování paměti je efektivní nástroj proti mentální deterioraci, a zároveň rychlá cesta ke zvýšení sebevědomí.

Osvětové přednášky ČSTPMJ jsou určeny veřejnosti a konají se zdarma. Při některých z těchto akcí je možno se na místě přihlásit do kurzů trénování paměti.

Jedna z přednášek se uskuteční i v budoucím DOS, v níž sídlí i RSČR (Praha 3, Nám. W. Churchilla 2). Bude to v pondělí 11. 3. od 14.30 v sále Přítomnost. Přednášky budou i v Brně, Ostravě, Olomouci, Plzni a v řadě dalších míst. Jejich úplný seznam najdete na internetové adrese:

www.trenovanipameti.cz

(red) ■

Nájemné i letos dále poroste?

V únorovém vydání Doby seniorů jsme se zabývali postupem při sjednávání nájemného z bytů a vynechali jsme otázku tzv. relevantních znaků bytu nebo domu. To si rozeberme dnes.

Už slovo relevantní (= příslušné, příslušející k danému účelu) naznačuje, že jde o kategorii vázanou k dané lokalitě, k provedení konkrétního bytu a domu, k okolí bytu a domu apod., tedy o kategorii velmi proměnnou zejména co do místa bydliště. Byt stejného provedení lokalizovaný v 6. nadzemním podlaží v domě bez výtahu nebo v 2. podlaží téhož domu nebude jistě v tržním hospodářství vnímán totožně. Nebo byt v provedení 2 + 1, kde se do ložnice dá vejít jen přes obývací, nebude vnímán stejně jako byt 2 + 1 ve stejném domu, pokud bude mít vstupy do obou pokojů samostatně z předsíně.

Relevantní znaky bytu

Podle názoru odborníků z ministerstva pro místní rozvoj České republiky a z předních občanských sdružení jsou **relevantní znaky bytu** takové, jež charakterizují kvalitu bytu danou řadou v úvahu přicházejících okolností:

■ Typ bytu běžně označovaný znaky 1 + kk, 2 + kk, 3 + 1 atd., nebo podrobněji typickými názvy: ateliér, mezonet, střešní nástavba, půdní vestavba, loft

■ Umístění v podlaží: 1. nadzemní podlaží (= přízemí), 2. nadzemní podlaží (= 1. patro nebo mezanin), další patra, s výtahem, bez výtahu

■ Plocha bytu: celková v m², z toho plocha balkonu, terasy (lodžie), bez balkonu, bez terasy, se sklepem nebo s vymezeným sklepním prostorem (pro účely nájemného počítá se polovinou plošné výměry, stejně jako balkon, lodžie)

■ Počet obytných místností: někdy je třeba odlišit kuchyň s plochou nad 12 m², která je podle technických norem považována za obytnou místnost, uspořádání místností vzhledem k předsíni, plocha předsíně. Poznámka: za obytnou místnost se zásadně považuje místnost s oknem. Ani velká předsíň často nazývaná halou a bez oken nemůže být považována za obytnou místnost

■ Sociální zařízení: počet WC, WC v koupelně nebo samostatně, WC mimo byt, společné WC s jinými byty, kou-

pelna s vanou nebo sprchovým koutem, bez koupelny nebo sprchového koutu

■ Vytápění bytu: dálkové, ústřední, etážové, plynové nebo elektrické (s přímotopy, podlahové, etážový elektrokoťel), tepelné čerpadlo, ve všech obytných místnostech, etážový kotel na pevná nebo kapalná paliva, lokální na pevná nebo kapalná paliva, jiné



Byt s výhledem do parku má jistě jinou hodnotu než kdyby před okny byla rušná výhledovka.

■ Klimatizace: je či není

■ Větrání: obvyklé okny nebo balkonovými dveřmi, u oken s dvojskly nebo s trojskly s mikroventilací nebo bez ní, větrání s rekuperací tepla

■ Ohřev užitkové vody: centrální, elektrický nebo plynový bojler, etážový kotel s ohřevem vody, samostatné zařízení na pevná nebo kapalná paliva, není

■ Podlahy v obytných místnostech: parkety, vlisky, plovoucí provedení z masivu nebo plastu s HDF, korek, jiné, dobrý stav mladší 15 let, poškozené a starší 15 let, bezbariérové provedení v případě potřeby nájemce se ztíženým zdravotním stavem

Relevantní znaky domu

Pro byt jsou také důležité **relevantní znaky domu** a kvalita provedení stavebních konstrukcí, zejména:

■ Počet bytů: bytový dům s maximálně 5 byty, s větším počtem bytů, rodinný dům

■ Stáří a aktuální technický stav domu: novostavba do 10 let po kolaudaci, starší stavební provedení po kompletní rekonstrukci do 10 let, starší stavba řádně udržovaná a bez zjevných vad vnějších stavebních konstrukcí a s plně funkčními vnitřními rozvody vod, elektřiny a plynu,

starší špatně udržovaná stavba se zjevnými vadami vnějších stavebních konstrukcí, střechy a vnitřních rozvodů

■ Technologie výstavby domu: panelový dům se zateplením, nezateplený, zděný dům, vyzdívaná skeletová konstrukce

■ Spotřeba tepla domu: podle energetického štítku, podle skutečné spotřeby energie za poslední období alespoň 2 roků s přepočtem na stejnou průměrnou vnější teplotu např. denostupňovou metodou nebo podle energetického auditu provedeného až po zateplení domu. Poznámka: zde je možné využít bytové poradny Rady seniorů České republiky

■ Počet podlaží domu: počet podzemních a nadzemních podlaží

■ Výťah: je nebo není, je po rekonstrukci nebo je bezpečný podle norem platných v době výstavby výtahu, je výťah pravidelně ošetřován podle platných předpisů, odpovídá provedením případné potřeby nájemce se ztíženým zdravotním stavem (vjezd invalidního vozíku, nájezdová rampa z chodníku až k výtahu)

■ Přístup k informačním technologiím: společná televizní a rozhlasová anténa, satelit, kabelová televize, rozvody po domu, zásuvky v obytných místnostech, přístup k internetu

■ Parkování: garáže nebo stání v domě, garáže nebo garážová stání v okolí, možnost parkování poblíž domu

■ Zatížení životního prostředí imisemi a hlukem: chemické látky, prach, dlouhodobě zatížená oblast, občasná zatížení, malé zatížení, šíření hluku z dopravy auty a letadly nebo z průmyslu nebo z místních živnostenských zařízení s nočním provozem

■ Poloha v obci: centrum, okrajová část, klidná nebo rušná část, sídliště, polosamota, samota

■ Okolní zástavba: obytné území, komerční území s dopravou, průmyslová oblast, venkovská oblast, rekreační oblast

■ Architektonický ráz okolní zástavby: nekvalitní domy s nevalným vzhledem, nerekonstruované panelové domy, vilová čtvrť, rodinné domy, okrasný a rekreační park

■ Okolní zeleň: poloha bez zeleně, s menším množstvím zeleně, stromořadí v ulici, zeleň ve vnitrobloku, možnosti odpočinku v blízkém okolí

■ Dopravní obslužnost: s městskou hromadnou dopravou v pochůzkové vzdálenosti, bez MHD, autobusové a železniční spojení, blízkost dálniční sítě a přivaděčů

■ Občanská vybavenost okolí: základní a mateřská škola, pošta, lékař, policejní služebna, obchody, restaurace, sportoviště

■ Požární bezpečnost domu: vybavení protipožární technikou (kompletní skříňky s hadicemi, rozvody vody) a značkami (únikové cesty, označení únikových výtahů), vstupní žebříky na střechu a ke komínům, plochy pro nástup protipožární techniky, šířka únikových cest na podlažích a schodištích, správné rozdělení požárních úseků, zanedbaná starost vlastníka domu. Poznámka: vzhledem k potřebné odbornosti pro posouzení si lze vyžádat stanovisko příslušného požárního útvaru

Pro zjišťování místně a časově obvyklého nájemného je třeba **porovnávat byty a domy se stejnými nebo obdobnými relevantními znaky**, nikoliv tedy podle plošně zjišťovaných kritérií, jak je bohužel často zvyklostně a tedy chybně zavedeno.

Případné konkrétní dotazy mohou zájemci – senioři klást v bytových poradnách Rady seniorů České republiky, kde je pro ně poradenství bezplatné.

Ing. Karel HANAUER

bytová poradna Rady seniorů Praha

Poradna pro práci s PC

Instalujeme z flash disku

Existují případy, kdy klasická instalace Windows na počítač z instalačního CD či DVD není možná. Tak je tomu například v případě netbooků bez optické mechaniky (pokud nepoužijete externí mechaniku). A tak vznikají programy, které dokážou instalační proces převést z CD či DVD na USB flash disk či externí pevný disk. Naučíme se s jedním takovým programem pracovat. Jeho velká výhoda je, že s námi komunikuje česky a umí vytvořit instalační disk automaticky. Program se jmenuje **WinToFlash**. Nabízí uživatelům možnost umístit instalační soubory Windows na flash disk. Ten udělá bootovatelným a tak není problém provést klasickou instalaci na PC. Od konkurence se v lecčem liší. Nejenže k tvorbě požadovaného média postačí pouze tento jediný program, ale navíc bootovací flash disk dokáže vytvořit i méně zkušený uživatel. Jediné, co budete kromě tohoto programu k tvorbě instalačního USB flash disku potřebovat, je instalační CD či DVD Windows a USB flash disk (v případě tvorby instalačního média s Windows XP s kapacitou alespoň 1 GB pro Windows 7 pak 4 GB) či externí HDD (i na ten je možné instalačku vytvořit). Z uvedeného vyplývá, že instalační USB flash disk budeme vytvářet na PC s CD nebo DVD mechanikou.

Stažení a instalace

Archív s programem můžete najít a stáhnout přímo ze slunečnice (www.slunece.cz). V našem případě to je

Novicorp WinToFlash 0.7.0026 beta (2,2 MB). Program se neinstaluje, stačí stažený soubor pouze rozbalit. Funguje na operačních systémech Windows XP a novějších. Za jeho použití nemusíte platit, protože je k dispozici zdarma a umí česky.

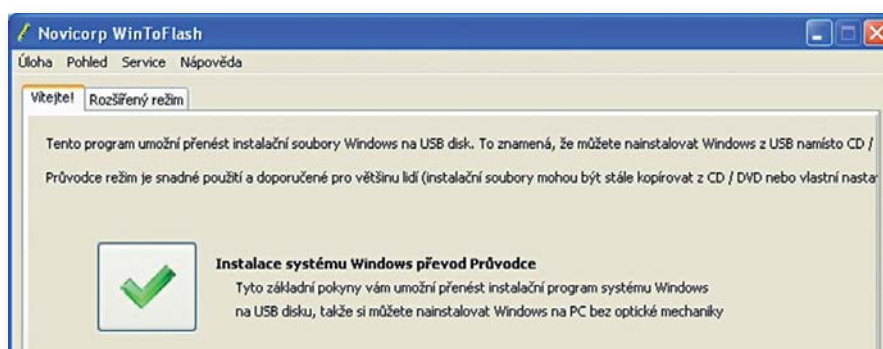
Jak na převod instalace na USB flash disk

Po spuštění programu se otevře hlavní okno a vy musíte odsouhlasit licenční ujednání. Jakmile to uděláte, máte v první záložce k dispozici tlačítko pro tvorbu instalačního USB flash disku pomocí průvodce. Tímto způsobem je bootovací flash disk rychle vytvořen a je vhodný zejména pro méně zkušené uživatele. Nezapomeňte vložit do CD nebo DVD mechaniky instalační médium.

lejší). Připojte pak USB flash disk k PC (nebo externí disk) a v řádku USB disk ho vyberte a klikněte na tlačítko Další. Přijměte licenční ujednání Windows. V dalším kroku budete upozorněni na to, že všechna data nacházející se na flash disku, na kterém vytváříte instalačku, budou ztracena, protože disk musí být zformátován. Začne formátování a následně kopírování instalačních souborů. Po několika minutách je proces dokončen a vy máte k dispozici instalační médium Windows dle vámi zvolené verze. Během této činnosti nevytahujte flash disk z USB portu!

Jak nastavit bootování z USB

Zda převod proběhl v pořádku, můžete zjistit následně. Při startu PC vyberte bootování z USB. Pokud tuto možnost



Automatická tvorba

Instalační médium vytvoříte prakticky ihned kliknutím na tlačítko Windows nastavení převodu průvodce. Otevře se okno a vy klikněte na Další. Nyní je zapotřebí vybrat místo, kde jsou umístěny instalační soubory systému Windows. Buď tedy můžete vložit do optické mechaniky instalační CD či DVD s Windows, anebo ho překopírujete na pevný disk do nějaké složky (tvorba instalačního média bude rych-

nemáte, pak nejčastěji klávesou Delete nebo F2 skočte do BIOSu. Zde v menu boot vyberte primární bootování z USB. Změny uložte a BIOS ukončete (Save and Exit). Jakmile základní deska zavede úvodní obrazovku z flash disku, máte vyhráno. Převod se tedy povedl. Flash disk s instalací operačního systému si pečlivě popište, uschovejte a v případě potřeby použijte.

Zdeněk HŘEBEK

Stop okradačům cyklistů

Království paní zimy má již na mále a za několik týdnů se tolik očekávané měsíce obléknou do hezkého jarního hávu v barvě zelené a bílé. Na tento čas se těší i spousta lidí dříve narozených, protože k přesunu do obchodů, ale i k lékaři velmi často používají jízdní kola. Na místě své cesty, když pak ukládají kolo do stojanu, někteří zjistí, že kabelku, nebo tašku, které před zahájením cesty do košíku uložili, postrádají. Nad prázdným košíkem kroutí hlavou a nahlas povídají: „Přece nejsem ještě tak sklerotický(á), v košíku určitě byla...“ Ano, byla tam, ale během cesty se našel povedený „šikula“, který sáhl do košíku a nezajištěný majetek odcizil a to tak „šikovně“, že jedoucí muž, či žena, oloupení o svůj majetek nemohli zpozorovat. Takových krádeží byly u nás za poslední roky zaznamenány snad již stovky a mnoho lidí, a zdůrazňuji seniorů, tak přišla o mobilní telefony, osobní doklady a peníze.

Okrádání lidí mně není lhostejné, a proto nejen sobě, ale i ostatním kladu otázku:

„Umíme si svůj majetek ochraňovat?“.

Stovky seniorek a seniorů tímto způsobem okradených, jasně odpovídají, že mnohdy ne! A přitom k ochraně majetku při jízdě na kole stačí jen pár maličkostí. Tou první je zakoupení karabinky a asi 20 centimetrů pevného řetízku. Když již máme nákup těchto věcí zajištěný, přistoupíme k realizaci samotné ochrany před zloději. Řetěz upevníme na košík pomocí kousku drátu, nebo nějakého kroužku, (třeba kroužku, na kterém jsou klíče od bytových zámků) a karabinku navlékneme na druhý konec řetízku. A je hotovo. Před jízdou na kole, a uložením kabelky do košíku, pak nikdy nesmíme zapomenout připnout karabinku ke kabelce.

Jiný způsob ochrany majetku v košíku na kole je tento: postačí k němu jen kus napínací gumy (používají ji motoristé k upevňování různých věcí na střechách automobilů. Touto gumou kabelku alespoň dvakrát omotáme, případně provlečeme uchy a háčky na konci gumy ji při-



pne ke košíku. Můžeme však k tomuto účelu použít i lanko se zámkem, které provlečeme uchy zavazadla-kabelky a zámek uzavrneme.

Náklady na pořízení tohoto zabezpečení našeho majetku nepřekročí částku 50 korun a určitě budete spokojeni. Dobrému pořízení tedy zdar, a zlodějům zmar.

Jan BURIAN ■

FOR SENIOR

7. VELETRH PRO PLNOHODNOTNÝ AKTIVNÍ ŽIVOT

P V A
EXPO PRAHA

www.forsenior.cz

11.–14. 4. 2013

**50% SLEVA
NA VSTUPNÉ**

U pokladny
vyměňte inzerát
za zlevněnou
vstupenku.

SUDOKU

Uveďte součet čísel z označených políček

	1		9	3			6	
5	3		2			1		7
8					7			
					5	8		9
	4		6					
7				5	2	6		
9					1			
	5						3	

Výherci našich soutěží

Správné řešení sudoku z únorové Doby seniorů: součet činí 24. Správně řešil a štěstí při losování měl Jindřich Benda z Kladna. Soutěž s Ocuvite: doplněk stravy obsahuje i vitamín C. Ze všech správných odpovědí byli vylosováni Jan Müller z Jihlavy, Jiřina Levá z Přelouče a Anna Uherková z Brna. Všem výhercům našich soutěží blahopřejme.

Výhra s osobností

Vybrali jsme deset osobností, které spatřily světlo světa v březnu. Můžete vyhrát pěknou knížku, když nám napíšete, v jakém oboru se nejvíce proslavily, popř. jak jinak se zapsaly do dějin.

2. 3. 1913 – Zdenko Feyfar; **6. 3. 1883** – Jindřich Seidl;
10. 3. 1923 – Zdenka Bergrová; **15. 3. 1913** – Antonín Novotný;
17. 3. 1888 – Vincenc Maixner; **20. 3. 1868** – Jan Kříženecký;
21. 3. 1903 – Jaroslav Novotný; **24. 3. 1913** – Ljuba Hermanová;
26. 3. 1698 – Prokop Diviš; **30. 3. 1868** – František Cajthaml

Správné řešení z minula: Marie Majerová – spisovatelka, novinářka a politička, Jiří Raška – skokan na lyžích, náš první vítěz ZOH, Františka Plamínková – politička, novinářka, první feministka, Zdeněk Nejedlý – historik, muzikolog a politik, Zdeněk Burian – malíř a ilustrátor, Václav Český – vévoda a nejmladší bratr Karla IV., Hugo Haas – režisér a herec, Rudolf Kovanda – bavič, zpěvák a sportovec Ludvík Aškenazy – spisovatel a reportér, Josef Svatopluk Machar – básník, publicista a politik. CD populární dvojice Eva a Vašek s autogramy obou zpěváků dostane Hana Novotná z Nového Boru. Gratulujeme. Na odpovědi na soutěžní úkoly z tohoto čísla DS čekáme do 20. března.



■ Hugo Haas musel z Prahy utéct před nacisty.

Gotika ze severu Čech

Až do 7. dubna mohou návštěvníci Severočeské galerie výtvarného umění v Litoměřicích (Michalská 7, otevřeno denně mimo pondělí 9–12 a 13–17 hod.) shlédnout výstavu Gotické umění na Ústecku. Představuje poslední výsledky bádání v oblasti středověkého umění tentokrát s důrazem na sochařskou tvorbu. Vyzdvihuje rovněž neopominutelný význam ústeckého regionu pro českou uměleckou tvorbu. Vystavena jsou díla ze sbírek Biskupství litoměřického, Národní galerie v Praze, Muzea města Ústí nad Labem, Národního památkového ústavu a dalších církevních institucí. Výstavní projekt je poměrně rozsáhlý, protože autoři výstavy si za svůj cíl stanovili, představit středověké umění nejširší odborné i laické veřejnosti v maximální možné míře. Kromě sochařské tvorby bude představeno i umělecké řemeslo. Milovníci gotiky a jejího umění si tedy určitě přijdou na své. Výstavou Gotické umění na Ústecku muzeum navazuje na výstavní projekt Gotické deskové malířství v severních a severozápadních Čechách, který připravil na jaře loňského roku prof. Jan Royt. (zl) ■



Zážitek nejen během oslav

Stovky lidí zavítaly o víkendu 2.–3. února do výstavních sálů Národní galerie v Praze. Slavila totiž 217. výročí vzniku své přímé předchůdkyně – Společnosti vlasteneckých přátel umění, která byla založena 5. 2. 1796. Už se stalo tradicí, že NG toto své jubileum si připomíná i tím, že umožňuje návštěvníkům vstup zdarma do svých expozic. A nejenom to: byly připraveny i čtyři desítky doprovodných programů. Asi nejvíce návštěvníkům přilákal Šternberský palác. Není divu: vedle památek z antiky jsou zde vzácné kolekce italských, španělských, francouzských a nizozemských mistrů z období od 14. do 18. století. Jsou tu zastoupena nejslavnější jména evropského malířství, jako např. Tintoretto, Ribera, Tiepolo, El Greco, Goya, Rubens či van Dyck. Těsně bylo ale i ve Schwarzenberském paláci s jeho stálou expozicí barokního umění, v Anežském klášteře se středověkým uměním v Čechách a ve střední Evropě či v paláci Kinských, kde je stálá expozice umění Asie a starověkého Středomoří. Mnoho lidí se bylo podívat i do Veletržního paláce, kde mohli vidět umělecká díla z 20. a 21. století. Ti, kdo se o akci doslechli nebo si třeba na internetu našli potřebné informace, měli tedy po celý víkend o zábavu i poučení postaráno. České seniorky a seniory, kteří mají stále hlouběji do kapsy, pak vedle uměleckého zážitku jistě potěšilo i to, že ušetřili za vstupné. Vše mělo jen jednu vadu na kráse: celá akce měla relativně malou propagaci. Mnozí o ní nevěděli a o hezký dárek přišli... V té souvislosti mě napadá, zda by místo billboardů s tvářemi politiků nebyly v ulicích lepší plakáty, zvoucí na opravdové potěšení duše. Návštěva NG je jím vždy. (fav) ■



Co nám vzkazuje Desatero 3

Nezobrazíš si Boha zpodoběním ničeho, co je nahoře na nebi, dole na zemi nebo ve vodách pod zemí. Nebudeš se ničemu takovému klanět ani tomu sloužit. – V druhém přikázání Hospodin připomíná, že je žárlivě milující a viny otců stíhá na synech i do třetího a čtvrtého pokolení, ale zároveň prokazuje milosrdenství tisícům pokolení těch, kteří ho milují a jeho přikázání zachovávají. (5M 5,9–10)

Odmala jsem byl obklopen obrázky svatých; pamatuji si vyzdobenou kapli na návsi s vymalovaným světcem na oltáři, před kaplí stál černý kříž se stříbrným Kristem a hned u lávky socha sv. Jana Nepomuckého, ve staveních jsem potkával v síni zaskleného anděla a zbožné rčení o hostech, přicházejících v zastoupení Božím, v kuchyni na zdi kroupku se svě-

cenou vodou a nade dveřmi nápis – Kde Bůh hospodáří, tam se dobře daří – v ložnici nad postelí se v oválném rámu usmívalo sladké děťátko na matku Marii, a matně vzpomínám, kolik poutových sošek bylo předmětem pověřence uctívání, líbání a modlení, mně tehdy dost protivného a nemilého. Naše sousedka pokaždé, když šla kolem kříže, nezapomněla políbit hřeb na nohou a zvala mě ke spasení skrze modlitbu růžence k slzičkám čisté Panny; proto mě tak zasáhlo osvobozující poznání, že biblická víra vyžaduje víc, totiž abychom výhradně v srdci nesli živý obraz Boží, nezkreslený a nepokřivený lidskými obrazy, představami a názory.

V dětství mi nešlo na rozum, proč lidi stále hledají pomoc u vyřezávaných patronů a zázračnou sílu u „svatých“ relikvií,

až později mě napadlo, že všichni podvědomě toužíme po jistotě a Boží blízkosti, a tak čím víc se od Boha vzdalujeme, tím víc sošek a obrázků a zbožných řečí potřebujeme, jenže pokud je v srdci pusto, prázdno, ticho a tma, pak ani nejsladší a největší obrázek nevytrhne nikoho z duchovní bíd. Z historie lidstva poznáváme, že modly nás nezachrání, byť by sochy i obrazy krvavé slzy ronily a zástupy se kolem nich srocovaly a klaněly, do konce světa zůstane tajemstvím biblická víra v Boha, který je tak velký, neviditelný a mocný, že vládne celým vesmírem a zároveň tak malý, že se vejde do každého upřímného srdce. Na srdci tedy záleží, ctitel živého chrámu pokory a hvězdného svatostánku. Amen.

ThDr. Jan SCHWARZ ■

Svaté relikvie

Nad hroby mučedníků bylo zvykem stavět oltáře, což se stalo impulsem pro pozdější podoby uctívání relikvií. Pojem relikvie neboli ostatky označuje zejména tělesné pozůstatky světců, ale také předměty s životem svatých spojené (např. zbytky jejich šatů a jiných osobních předmětů). Mezi věřícími jsou uchovávány v úctě a někdy je jim přičítána zázračná moc. „Jsou nám dražší než drahokamy a milejší než zlato. Pohřbili jsme je na vhodném místě; tam se budeme v radostném jásotu shromažďovat a slavit výročí jeho umučení.“ – To např. napsali křesťané ze Smyrny o pozůstatcích svého biskupa-mučedníka.

■ Relikvií je i skleněná rakev s pozůstatky papeže Jana XXIII.



Mezi pozdější druhy úcty patří například líbání ostatků, nebo jejich vystavování k veřejné úctě. Relikvie byly střeženy a byly ukládány v relikviářích, aby mohly být uctívány a používány při náboženských obřadech. Kult ostatků existuje v křesťanství, ale i v buddhismu, islámu a dalších náboženstvích. Uctívání ostatků kritizovali církevní reformátoři, jako například Kalvín. Církev rozlišuje tři stupně ostatků – buď jsou to přímo ostatky svět-



■ Relikviář sv. Anežky České

ce, zpravidla kosti, nebo jde o věci, které užíval – například roucho sv. Jana Kapistrána, anebo jde jen o předměty, které jsou tzv. ostatky dotýkané – jde obvykle o svaté obrázky. Asi co do rozměrů největší křesťanskou relikvií je Svátá chýše v italském Loretu. **(zl)** ■

Bláznivé a hysterické televizní sestřičky

Vrchní sestry – a sestry vůbec – v našich nemocnicích jsem odjakživa vnímal jako vstřícné, mnohdy až laskavé, ženy, které svým milým úsměvem a konejšivými slovy pomáhaly nebohým pacientům překonávat jejich zdravotní problémy. Tuto po léta nabývanou představu, podloženu i osobními poznatky, mi však narušily postavy těchto zdravotnic v několika českých televizních seriálech. Z důvodů, známých asi jen jejich autorům, zřejmě nikdy nepoznavším skutečné nemocniční prostředí, byly prezentovány spíše jako bláznivé hysterky. Jak seriál České televize „Nemocnice na kraji města po 20 letech“, tak trapná dílka Primy „Velmi křehké vztahy“ a TV Nova „Ordinace v růžové zahradě“, představily vrchní sestry podle stejnéhoustru coby psychicky nevyrovnané ženy s řadou osobních i profesních problémů a nekontrolovaným chováním, jimž by se neměla svěřovat péče o nemocné pacienty, ale jež by se spíše samy měly léčit v sanatoriích pro nervově choré. Bylo s podivem, že se ani tak zkušená



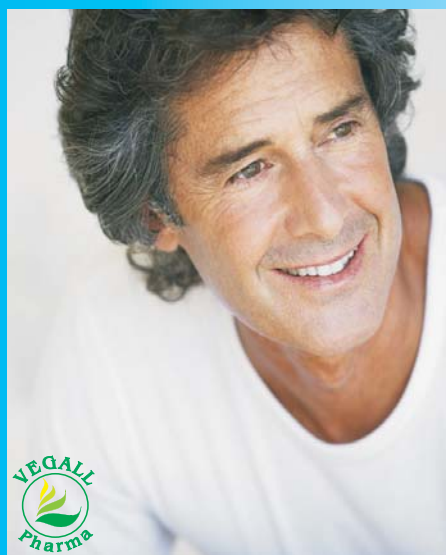
Bára Štěpánová jako vrchní sestra Babeta Trefná v seriálu bulvárni TV Nova

a oblíbená herečka Iva Janžurová nevzpěchovala přání režiséra, zahrát roli vrchní sestry ve volném pokračování „Nemocnice“ jako podivínské megery, absurdně a nesnesitelně perzekvující své podřízené sestřičky. Ztřeštěné chování a jednání, i když v komičtější formě, od ní převzala Sandra Pogodová v obdobné funkci v úděsném seriálu „Velmi křehké vztahy“, v němž její postava dostala zřejmě za hlavní úkol přehánět rádooby temperament, vybuchovat v násilný smích a až do

absurdna řádit. Zlatou medaili za trapnost v hodnocení televizních vrchních sester však bezpochyby zaslouží Bára Štěpánová, jejíž neprovdaná žena středního věku svou přehnanou ochotou, zvědavostí, zběsilostí a všeprostupující euforií vyvolává vážné pochyby diváků o duševním zdraví této vrchní sestry i autorů tohoto seriálu. Nevěřím, že se scénarista a režisér se pro to co dokázali přivést na obrazovku, mohli inspirovat nějakým skutečně živým vzorem vrchní sestry. A tak jen doufám, že pokud bych se – nedejnému – někdy sám dostal jako pacient do nemocnice, nebudu vydán na pospas vrchní sestry, jež by se zhlídla v televizních vzorech a chovala se podobně bláznivě a hystericky podle nich ...

Jan HÁLA ■

Poznámka redakce: Náš spolupracovník opět přišel s příspěvkem, který vybízí do diskuse. Co si o televizních sestrách a realitě myslíte vy? Napište nám, rádi vaše názory opět zveřejníme.



Složení ranní kapsle

hořčík	100 mg
vitamin C	60 mg
extrakt z ženšenu	25 mg
mateří kašička	20 mg
vitamin E	10 mg
železo	5 mg
vitamin A	800 µg
měď	200 µg
selen	25 µg
vitamin D ₃	5 µg

Složení večerní kapsle

extrakt z česneku	170 mg
citrusové bioflavonoidy	70 mg
extrakt z meduňky lékařské	27 mg
niacin	15 mg
zinek	10 mg
extrakt z kozlíku lékařského	6 mg
kyselina pantothenová	5 mg
vitamin B ₆	1,6 mg
vitamin B ₃	1,5 mg
vitamin B ₁	1,1 mg
vápník	456 µg
kyselina listová	100 µg
biotin	100 µg
vitamin B ₁₂	2 µg

Co je to andropauza a jak se projevuje?

Andropauza je stavem u mužů, podobným menopauze u žen, ale není mezi lidmi tolik známým jako menopauza, přestože může přinášet podobné potíže. V tomto období, obvykle kolem 40. až 50. roku věku, dochází u mužů k **úbytku mužského pohlavního hormonu testosteronu** což se může projevit některými fyzickými i psychickými změnami v životě muže.

Sarapis pro Muže přispívá k udržení dobré kondice mužů.

Použití: Sarapis pro muže obsahuje ranní a večerní kapsle o různém složení. Je vynikající kombinací vitaminů, extraktů z bylinek a stopových prvků. Hořčík, železo, vitamin C, vitaminy B2, B6, B12, niacin a kyselina pantothenová přispívají ke snížení míry únavy a vyčerpání a k normálnímu energetickému metabolismu. Hořčík, vitamin C, vitaminy B1, B6, B12, niacin a biotin přispívají k normální činnosti nervové soustavy k normální psychické činnosti. Vitamin B1 přispívá k normální činnosti srdce. Selen spolu s vitaminem C a vitaminem B2 a zinkem přispívají k ochraně buněk před oxidativním stresem, což je děj doprovázející přirozené stárnutí organismu. Vitamin B6 přispívá k regulaci hormonální aktivity a zinek napomáhá udržovat normální hladinu testosteronu v krvi a přispívá k dobré plodnosti a reprodukci.



SARAPIS PRO MUŽE

Sarapis pro muže je registrován jako doplněk stravy a je volně k dostání v lékárnách.

Podrobnější informace získáte bezplatně na zelené telefonické lince: 800 100 140. poradna@vegall.cz www.vegall.cz

ROZSAHLÁ EPICKÁ BÁSEŇ	ESTER KYSELINY OLEJOVÉ	PATOLÍZAL	ZN. MOUKY	ZKR. NACISTICKÉ TAJNÉ POLICE	ARABSKÝ OTEC	IBSKÁ BOHYNĚ PLODNOSTI	BÝV. KÓD BELGICKÉHO FRANKU	TĚSNĚ	BEZPEČ. SYSTEM AUTA ŽÁDNÝM ZPŮSOBEM	MOJE	CHLÍPNÍK	STARORUSKÁ POČETNÍ JEDNOTKA	USPOKOJENÍ	OBYDLÍ VČEL	SLEPÍČÍ SLABIKA	PCHÁČ	KRÁČETI
RAKOUSKÝ ARCHITEKT ČS. PŮVODU (ADOLF)					NEZJIŠTĚNÉ MÍSTO ZN. RADIA								VLASTNÍ LOSŮM INIC. HERCE SOBOTY				
CITOSLOVCE ÚDIVU			VELIKÁNÍ	RACKOVÉ BIBLICKÁ POSTAVA					ANGL. ŠPATNÝ, NEMOCNÝ					VODIČ ELEKTRINY	LATINSKÁ SPOJKA A RUSKÉ SÍDLO		
DÍVČÍ JMÉNO (20.1.)						SEKERA	VÝSKNUTÍ MACHAROVO DÍLO		HLADITI ÚJMA								
ČI				UKAZOVACÍ ZÁJMENO ZNOVU			SPZ PRAHY CHYSTAT KONĚ K JÍZDĚ					OBECE U SEMIL OTEC (KNIŽNĚ) ITAL. SÍDLO				NĚM. MATEMATIK 16. STOL.	AMERICKÉ KULTURNÍ A INFORMAČNÍ STŘEDISKO
PRVNÍ ČÁST TAJENKY PRAŽSKÉ LÁZNĚ																	
SPOJKA				SVĚTADÍL DRUH KOŘENÍ				ZN. AVIVÁŽE VEŘEJNÝ PRODEJ VĚCI					AUTOMATICKÉ NASTAVOVÁNÍ TV STANIC ZVÍŘECÍ NOHA				
PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY			SPZ KOŠICE - VENKOV ZN. TELLURU				MASA LIDÍ SPZ BLANSKO				DŘEVĚNÁ TYČ VÁHAVÝ SOUHLAS				AMER. POZDRAV ZKR. MILIMETRU		
ÚŘEDNÍ SPISY				NESTVŮRNÝ KÓD BOUVETOVA OSTROVA								JMÉNO KOMENSKÉHO STOVKA					
ZKRATKA POJIŠŤOVNY	ZNAMENÍ RODU ANGL. TEČKA					KAKAOVÝ PRÁŠEK ANGL. VZDUCH						ZKR. SLUCHOVÉ POSTIŽ. MLÁDEŽE LEŠTIDLO				HADR	ČÁSTI TÝDNE
ŘÍMSKY 495			JMÉNO JANŽUROVÉ SLAVNOSTNÍ ROUCHO			ZNAČKA TECHNICKÁ KYPRIT PŮDU			NABÝVAT NA OBJEMU VODOU	ČS. VÝROBE ELEKTRA CITOSLOVCE DOVTÍPENÍ				COMPACT DISK PŘÍZVUK			
ZKR. OLYMPIJ- SKÝCH HER			OZNAČENÍ KAMIONŮ POHŘEBNÍ HOSTINA			ASFALT PAHOREK VENUŠIN							SEVERAN ANGLICKÝ ČESTNÝ				
KULICH				PUKLINA NEOBLEČENÍ				CITOSLOVCE PODIVU ČS. AUTO- MOTOKLUB				OBECE U Č. BUDĚJOVIC BUŮ SBOHEM (Z LAT.)					
OSOBNÍ ZÁJMENO	LEHKÉ VANUTÍ ŽENSKÉ JMÉNO (4.9.)				HRAD VE ŠTRAMBERKU PŘÍŽIVNÍK (ZAST.)						PLAVIDLO Z KLÁD ODMÍTNUTÍ (LIDOVÉ)				ŠKOLNÍ POUZDRA	EMÍLIE (DOMÁCKÝ)	
ČÁST VOZŮ			BRITSKÉ KRÁL. LETECTVO NĚM. NEODBOŘNÍK			ŠACHOVÝ KONEC AMERICKÁ ROCKOVÁ SKUPINA				POHOVKA MONGOL. PASTEVEC							
AFRICKÝ VELETOK				DRUHÁ ČÁST TAJENKY SEVEROVÝ- CHOD													
	PROVĚSTI SETÍ PRIMÁTI					KAZ ZUBNÍ ZÁSOBNÍKY NA ZNÁMKY									BÝVALÁ SPZ NÁCHODA SPZ RYCHHOVA NAD KNĚŽNOU		
OBDIV (KNIŽNĚ)				KÓD SAUDSKÉ ARÁBIE ZVUK KOZÍHO HLASU			VZOREC NITRIDU TANTALU ANGLICKÝ JEDNA				CITOSLOVCE ZVUKU TRUBKY PÁDOVÁ OTÁZKA					ZKR. NAŠÍ BANKY	
SPOR			MLÉČNÝ VÝROBEK MŘÍŽE						ZN. JPN AUDIOTECH- NIKY MRÁVOKARCE				CHUCHVALEC ČINNOST				
ŘÍMSKY 2			BEZKMENNÁ DŘEVINA SMETÁK			SPZ OKRESU BENEŠOV ÍRANSKÉ SÍDLO				DOMÁCKÝ EDUARD OSOBNÍ ZÁJMENO					CHEM. ZN. YTERBIA NĚM. ČLEN URČITÝ		
	CHUŤ (ZAST.) MPZ SLOVENSKA				DVOJZPĚV INCI. REŽISÉRA LAMAČE						OSTRAVSKÉ DOLY EVROPSKÝ POHÁR					ZN. TITANU	OZNAČENÍ LETADEL SÝRIE
HOVĚZÍ DOBYTEK				ROMÁN R. KIPLINGA (1901)				UMÍNĚNÝ ZÁPOR					TRETY				
VÁNOČNÍ RYBA				TEXTILNÍ ROSTLINY				MYS					MUŽSKÉ JMÉNO (26.10.)				

Vyhráli s Dobrou seniorů!

Křížovky pro každého
vychází 5., 19., 29. března.

Správné znění tajenky z únorového vydání: **Moudrý je otec, který zná své vlastní dítě.** Správně luštili a štěstí při losování ve všech došlých odpovědích měli Věra Rybová z Hradce Králové, Josef Drahosch z Brna – Maloměřic, Anna Žabková z Litomyšle, Kristina Fleková z Prahy a Emilie Horáčková ze Slaného. Blahopřejeme. Všichni dostanou knižní ceny od vydavatelství Eingma (vydává i oblíbený časopis Křížovky pro každého), které je sponzorem naší velké křížovky na str. 14. Na řešení křížovky z tohoto čísla čekáme na známých adresách (najdete je v tiráži na str. 2 dole) do 20. března. Hodně zábavy při luštění!

Zdraví v rodinném kruhu aneb nemocem je lepší předcházet

Dochází k neustálému rozvoji očkovacích látek, které chrání i seniory. Například pneumokoková onemocnění, mezi která patří tak závažná onemocnění jako zánět mozkových blan, zápal plic nebo dokonce otrava krve. Pneumokok způsobuje také např. zánět středního ucha či zánět průdušek. Mezi věkové skupiny nejvíce ohrožené bakterií pneumokoka patří malé děti a senioři s oslabenou imunitou. Bakterie pneumokoka se přenáší kapénkovou infekcí, podobně jako chřipka. Navíc ji v nosohltanu nosí zhruba 10 % zdravé dospělé populace a až 60 % dětí. Je proto poměrně časté, že například při styku vnoučat a jejich prarodičů přenesou jedna věková skupina infekci na tu druhou. Pokud jsou ovšem očkovány jak děti, tak i starší generace, výrazně se tím snižuje riziko přenosu a nákazy v rámci celé rodiny.

Je prokázáno, že fungování imunitního systému podléhá během života změnám. V seniorském věku je jeho funkčnost výrazně nižší než u mladého člověka. Senioři snáze onemocní a infekční choroby u nich mívají vážnější průběh. Na očkování bychom tedy měli pomyslet s věkem nad 60 let, zejména pak pokud máme problémy se sníženou imunitou, léčíme se s cukrovkou, chronickým onemocněním srdce, plic, jater či ledvin.



V důchodovém věku by se člověk měl co nejvíce soustředit na radosti, které mu život nabízí, ať už se jedná o radost z vnoučátek, zahrádky, dobré knížky či jiného koníčku. S přibývajícím věkem samozřejmě roste riziko zdravotních komplikací, a proto je důležité snažit se mi-

nimalizovat nepříjemnosti se zdravotním stavem spojené. A nejedná se samozřejmě pouze o prevenci ve formě očkování, důležité je mít i dostatek pohybu, pobytu na čerstvém vzduchu či vyvážené stravování.

(red) ■

Soutěžíme proti nemoci

Setkali jste se někdy osobně s pneumokokovou infekcí? Bakterie pneumokoka může způsobit v lidském těle řadu komplikací. Od spíše neškodného zánětu středního ucha u dětí, může dětem i starším lidem způsobit i vážná onemocnění jako jsou pneumokoková meningitida (zánět mozkových blan) nebo zápal plic.

Dnes existuje účinná prevence. Právě té, bychom chtěli napomoci i naší novou soutěží. Zda to bude opravdu úspěšné, závisí však hlavně na Vás, čtenářích Doby seniorů.

Zajímá nás

Nakazil/a jste se pneumokokovou infekcí Vy nebo někdo ve vašem okolí? Jak toto onemocnění ovlivnilo váš život nebo životy vašich blízkých? Napište nám o tom, podělte se o svoji zkušenost, která může pomoci i dalším. Těm, kdo ještě netuší, jak záluďným a nebezpečným nepřítelem pneumokok je.

Pošlete vaše příběhy na doručovací adresu Doby

seniorů (najdete ji v tiráži na str. 2, použít můžete ale i elektronickou poštu). Z došlé pošty vylosujeme deset příběhů, jejichž autory odměníme hřejivým zábalením na záda ThermoCare, který poskytl sponzor soutěže, společnost Pfizer.

A nebude to jen o těchto odměnách.

Ten nejzajímavější příběh zveřejníme v Době seniorů (samozřejmě anonymně, pokud si to jeho autorka/autor bude přát). Na Vaše příspěvky do naší společné soutěže čekáme do 20. března). (fav) ■



Kučerovci žijí díky své hudbě

V malé vesničce kousek za Kolínem bydlí kapelník Kučerovců Jan Hromas (64) už více než dva roky. Původně rekreační chalupa se nyní stala jeho domovem. Spolu se dvěma psy a houfem slepic si uprostřed přírody dál plní své muzikantské sny.

■ Jak je to tedy se vznikem a jménem Kučerovců, pane Hromasi?

S domorodou filipínskou a kubánskou hudbou, která se stala naší kapele osudovou, se pan Václav Kučera seznámil při svém totálním nasazení ve druhé světové válce. Naprosto ho okouzila. Uměl hrát na trubku, později se naučil hrát na havajskou kytaru a spolu se zpěvačkou a svou budoucí ženou Martou založili hudební skupinu. Vznikla 1. listopadu 1946, a přestože se mnoho let nejmenovala Kučerovci, považujeme ji za svou. Vloni v listopadu jsme oslavili 66. výročí jejího vzniku. Původní anglický název začal v padesátých letech vadit, v osmdesátých letech se naopak přežil nový název socialistický. A náš dnešní název? Lidé nám začali říkat Kučerovci už dávno před tím, než se to jméno stalo oficiálním. Daleko důležitější ale je, že se naše hudba nikdy nezpronevěřila svému zakladateli Václavu Kučerovi ani ideálům, s nimiž byla skupina založena. Přestože tu a tam překva-



■ Foto z natáčení videoklipu v Itálii.

píme melodií nečekanou, většina písní vychází stále z těchž kořenů, tedy exotických romantických hudebních motivů vzdálených částí světa.

■ Skupina vznikla dříve, než jste se narodil. Kdy jste se k ní připojil?

Máte pravdu, Kučerovci byli slavní, dá se říci světoví, dávno před tím, než jsem vzal kytaru do rukou. Já jsem v dětství díky maminčinu rozhodnutí začal chodit „do piána“. Hudbu jsem měl rád od malička, ale styděl jsem se tak, že jsem vždy zalézal pod stůl a zpíval odtamtud. To mě naštěstí brzy přešlo, a protože jsem se chtěl předvádět před děvčaty, vyměnil jsem piáno nejprve za fotbal a později za kytaru. Velkou zásluhu na tom měl i můj strýček, tremp celou duší. Vozíval mě do své chaty, kde se scházeli slavní trampští autoři, třeba Jára Motl a mnozí další. Strejda stmeloval lidi a to se mi moc líbilo, dostal jsem tam tu pravou školu trampingu. Později v učení jsem věnoval přesně polovinu svého kapesného na zaplacení učitele zpěvu a hry na kytaru. Vyučil jsem se, ale táhlo mě to k hudbě. Spoluzaložil jsem hudební skupinu Taxmeni, kterou dodnes vede můj

■ Šárka Hrdličková a její otec Jan Hromas pokračují v tradici



dobrý přítel Jarda Čvančara. Bylo mi jen o málo víc než dvacet, když jsem se do-slechl, že Václav Kučera hledá kytaristu.



vali na koncerty, začal v Praze vyprávět a skončil až v Bratislavě. Mnoho historek znám právě od něj. Texty domorodých písní nám ze svých cest vozili dokonce i cestovatelé Zikmund a Hanzelka, mám tu od nich dodnes dvě sombrera, která stále používám při svých koncertech. Oni dva vlastně pomohli tomu, že se Kučerovci dostali do povědomí lidí. V jejich pravidelných rozhlasových pořadech o cestování totiž zněla vždy na začátku a konci hudba nazpívaná Kučerovci, a to odstartovalo tu nečekanou popularitu. V šedesátých letech jsme plnili sály i fotbalové stadiony, byli jsme jednou z nej-



Kučerovci, jak je znají pamětníci. Václav Kučera je druhý zprava, jeho žena Marta druhá zleva

a zdaleka jsme nebyli tak žádání, jako dřív, snažili jsme se jít dál a poprali se s tím. Hrajeme v relativně stálém složení, spolu se mnou i hudebníci Jan Pospíšil, Petr Kozel, František Schejbal. Zpěvačkou skupiny je má dcera Šárka, hezky nám to v duetech spolu ladí. A zpívat s námi začíná už i vnučka Míša. Zájem o nás se začal postupně vracet. Takovým paradoxem je, že jsme vlastně nikdy nekonce-tovali v zemích, jejichž hudbu máme ve svém programu. Tak jako všichni ostatní jsme měli i my v době minulé problém vycestovat, a tak jsme mohli předvést náš program v Polsku, Maďarsku, Německu. Snažíme se ale zachovávat jazykovou čistotu originálních písní, máme indonéského korektora, který s námi vždy text prochází. Zpíváme španělsky, portugalsky, indonésky i havajsky. Odměnou pro nás je, když nás po koncertech vyhledají třeba mladí lidé z Latinské Ameriky, kteří u nás studují, a děkují nám, že měli dvě hodiny



Kučerovci v nové době

Nezaváhal jsem a zabouchal na dveře jeho bytu. Pozval mě dál, pohostil pstruhem a nechal zahrát. Stal jsem se součástí Kučerovců. Začátky pro mě byly víc než krušné. Když jsem po několika týdnech poprvé vystupoval, dodnes přesně vím, že to bylo v Litoměřicích, měl jsem taháky s texty domorodých písní na všech možných místech jeviště.

■ Takže historii Kučerovců od samého začátku vlastně asi moc neznáte...

Ale znám. A víte proč? Václav Kučera byl skvělý vypravěč. Když jsme jezdí-

žádanějších kapel. Během naší kariéry se u nás vystřídaly více než dvě stovky hudebníků, zpěváků, tanečníků či konferenciérů.

■ Jaké to bylo, když jste po smrti Václava Kučery převzal jeho taktovku?

V době, kdy zemřel, byla kapela už za svým zenitem. Zdálo se mi, že spolu s ním odcházíme i my. Ale nevzdali jsme to. Přestože se o nás přestalo psát

Historie: druhý zleva Václav Václav Kučera (jedna posledních fotografií pořízena nedlouho před jeho smrtí).



pocit, že jsou zpátky doma. Prozradím vám kuriozitu. Jeden z našich fanoušků, znalec havajského jazyka, dokonce sestavil havajsko-český slovník a vydal ho v počtu dvou kusů – jeden pro sebe a druhý pro mě. Prý kdo jiný by ho potřeboval. Mám ho tu v knihovničce.

■ Jak je to s vašimi fanoušky, jsou věrní?

Máme náš fanclub, jednou měsíčně pořádáme v Praze klubové pořady pro své příznivce. Našemu nejmladšímu členovi je 6 let, zapsat ho přišel dědeček. Prý až vyroste, bude naším zvukařem. Naše české členy máme i v daleké cizině, Čechy žijící v Austrálii, v Kanadě, v USA. Máme

Soutěž o CD

Kučerovci věnovali Dobře seniorů tři CD se svými písněmi. Vyhrát je mohou ti, kdo správně odpoví na soutěžní otázku a budou mít štěstí při losování. Otázku připravil kapelník Jan Hromas a její znění je:

Co znamená název jedné z nejslavnějších písní Cucurucucu?

Vybrat můžete z těchto možností:

- a) - kyky ryký
- b) - mňau mňau
- c) - vrkú vrkú



našich příznivců je přibližně v našem věku, ale přicházejí i mladší, poprvé třeba náho-

■ Jaké máte plány?

Víte, já raději moc neplánuji. Své sny uskutečňuji tak nějak cestou, za pochodu. Prostě mě něco napadne, a já za tím jdu. Většinu našich CD jsme vydali až po roce 1989 a přiznávám, ta alba jsou jako moje děti. Vždy, když vydáme CD a je to práce tak na dva-tři roky mívám takový útlum, nemusím pak hudbu poslouchat třeba půl roku. A pak mě něco nakopne, přijde další inspirace, a jede se dál. Naše poslední album vyšlo vloni v listopadu, jmenuje se Stříbrný vítr a bude pro posluchače trochu překvapením. Poprvé si mohou poslechnout slavné kučerovské melodie v češtině, otextoval jsem je trochu po svém. Píseň, která dala celému albu své jméno, je muzikálová, a to je v našem repertoáru opravdu zvláštnost. Ohlasy jsou zatím velmi příznivé a máme z toho radost. A jestli myslím na svého nástupce? Samozřejmě. Tak, jako kdysi předal Václav Kučera pomyslnou taktovku mně, předám ji já, až přijde čas, své dceři Šárce.

■ Pane Hromasi, dovolte ještě závěrečnou otázku. Co si myslíte o dnešních seniorech?

Já se o ně nebojím. My senioři jsme ještě vyrostli na zdravé stravě, pamatujeme časy, kdy se mléko nabíralo sběračkou ze štoudve, kdy se máslo krájelo z velké hroudy a balilo do pergamenu. Pamatujeme čistý vzduch a nezkaženou přírodu, umíme si se životem poradit. Přál bych vašim čtenářům, nám, i našim posluchačům, aby už zase pořadatelé pořádali, aby lidé zase dostali chuť zapívat si, pobavit se, aby neměli existenční starosti a blbou náladu. Aby si užívali radosti ze života. Doufám, že se toho dožiju.

Za rozhovor poděkovala

Eva Procházková ■

Foto: z archivu Kučerovců



i partu slepých příznivců v Chebu, vyrazí za námi pravidelně do Prahy. Jeden náš člen pracuje v Hamburku jako taxikář. Má už dopředu zamluvená všechna naše CD, pouští je pasažérům a baví se jejich reakcemi. Dává jim hádat, odkud zpěváci pocházejí. Na Čechy nepříjde nikdo. Většina

dou, ale osloví je rytmická, temperamentní hudba a zůstávají. Jsme našim fanouškům vděční za jejich přízeň a snažíme se je nezklamat. Jsou písničky, bez nichž se neobejde žádný koncert, takové Rege Rege, Cucurucucu, La Paloma nebo Ave Maria jsou prostě našimi ewergreeny.

Kučerovci ve zkratce

Kučerovci, původním názvem Philippines Hawaiians, později Skupina Václava Kučery respektive Vokálně instrumentální skupina Václava Kučery, je dnes již legendární hudební skupina, která se od počátku své existence zaměřuje zejména na přednes exotických písní z iberoamerické oblasti Latinské Ameriky (Střední a Jižní ameriky), dále z oblastí Tichomoří resp. z Polynésie, Havaje, Tahiti a Indonésie.

Skupina byla založena v roce 1946 z podnětu manželů Václava a Marty Kučerových v Praze. Skupina zpočátku vystupovala především po různých estrádách a dále také hrála v cirkusech Praga, Volf a Ctirad. Posléze ale začala nahrávat na gramofonové desky, začala vystupovat v Československém rozhlasu i v Československé televizi. Skupina také spolupracovala s cestovatelskou dvojicí Jiří Hanzelka a Miroslav Zikmund. Největší popularitu zažila v 50. a 60. letech, ale populární byla i v dalších letech.

Po smrti zakladatele skupiny Václava Kučery v roce 1983 se stal kapelníkem Jan Hromas, který je jím podnes. Díky němu skupina přežila i určitou krizi po roce 1989. Nejznámějšími hity Kučerovců jsou Cucurucucu, La Paloma, Tú Solo Tú, Ave María či Mexico, Mexico.

(red) ■



...pečujeme o Vás

ABRI - FLEX

navlékací prodyšné
plenkové kalhotky

Plenkové kalhotky
ABRI-FLEX nejen pro dospělé,
vhodné pro střední i těžké
případy inkontinence,
především u chodících pacientů.
Maximální komfort při používání.
Není nutná následná fixace.



www.abena.cz
www.abenashop.cz

není co řešit...



Za méně peněz více muziky!

Od 1. 1. 2013 nižší cena
a více kusů na poukaz !

Právní poradna DS

Reklamace zboží s dárkem

Slyšel jsem, že každá reklamace musí být vyřízena do 30 dnů. Chtěl bych se zeptat, zda mám právo na vrácení peněz, když mi obchodník moji reklamaci do 30 dnů nevyřídil. Reklamoval jsem vadný mobil. V akci k němu byl jako dárek přidán obal a součástí byla také nabíječka. Obchodník je po mně chce zpět. Musím mu vrátit nabíječku i dárek?

Vít N. Vyškov

Ano, Vaše informace jsou správné. Hned v úvodu je však třeba uvést, že na základě rozhodnutí vydaného ústavním soudem je nutné, aby vada skutečně existovala. Pokud spotřebitel reklamuje u zboží vadu, kterou prodejce neuzná a neexistenci vady potvrdí i soudní znalec, pak níže uvedené neplatí.

Tuto oblast upravuje zákon o ochraně spotřebitele, § 19 odst. 3 říká, že reklamace včetně odstranění vady musí být vyřízena bez odkladu, nejpozději do 30 dnů ode dne uplatnění reklamace. Pokud tato zákonná lhůta marně uplyne a vada skutečně existuje, pak to znamená, že se na nevyřízení reklamace v zákonné lhůtě pohlíží, jako by se jednalo o vadu, kterou nelze odstranit. Z toho pak vyplývá, že máte stejná práva, která byste měl v případě, že byste reklamoval výrobek s vadou neodstranitelnou. Podle § 622 odst. 2 občanského zákoníku máte právo na výměnu věci nebo na odstoupení od smlouvy, přičemž výběr je na Vás. Způsob vyřízení reklamace, který si přejete jako spotřebitel, je třeba uvést do záznamu o přijetí reklamace. Záznam je Vám prodejce povinen sepsat.

Neučiní-li tak, můžete podat podnět České obchodní inspekci (ČOI), která je dohledovým orgánem nad dodržováním spotřebitelských práv ze strany prodávajících. ČOI na základě Vašeho podnětu provede kontrolu postupu prodejce a pokud zjistí, že si tento neplní své povinnosti, uloží mu pokutu. V podnětu uveďte, že chcete být o zjištění ČOI informováni.

V případě, že by Vám chtěl výrobce reklamované zboží vyměnit (za stejný nový mobil), začne Vám běžet nová záruční doba, stejně jako byste v den výměny koupil mobil nový. Prodávající je povinen Vám vystavit potvrzení



Ilustrační foto



o výměně či nový záruční list na výrobek, který jste výměnou obdržel. Pokud s výměnou nebudete souhlasit, je třeba, abyste odstoupil od smlouvy. Odstoupení od smlouvy učinite písemně. Jde o jednostranný právní úkon, se kterým nemusí prodávající souhlasit. Je tedy třeba, aby odstoupení z Vaší strany bylo doručeno prokazatelně. Nejlépe doporučeně s dodejkou. Pokud byste se s prodávajícím nedohodl, musel byste se svého práva domáhat u soudu. Soud je jediný kompetentní rozhodnout spor mezi spotřebitelem a prodávajícím. Nesouhlasí-li spotřebitel či prodejce se soudním rozhodnutím, mají právo se odvolat k soudu odvolacím.

Komu a v jaké lhůtě je třeba odvolání podat musí být uvedeno v poučení každého soudního rozhodnutí.

V případě, že by prodávající Váš nárok uznal, můžete dle § 589 občanského zákoníku požadovat také proplacení všech nákladů, které jste musel nutně vynaložit při uplatnění reklamace. Stejně tak i v případě nesouhlasu prodávajícího s úhradou nutných nákladů je lze opět vymáhat pouze soudně.

Pokud jde o nabíječku a dárek, musíte je vrátit. Kupní smlouva, od které odstoupíte, se zruší jako celek a Vy jste povinen vrátit vše, tj. jak mobil, tak jeho příslušenství i veškeré dárky, které byly v souvislosti s prodejem mobilu poskytnuty. Prodávající je povinen Vám vrátit zaplacenou cenu za zboží. V případě, že by na zakoupené zboží byla poskytnuta v akci sleva, má spotřebitel nárok pouze na cenu, za niž zboží koupil, tj. na akční cenu.

JUDr. Zdeňka VEJVALKOVÁ ■
právní poradna RS ČR Brno

Benátky – město plné barev



Je to město s neopakovatelnou atmosférou. Je rozloženo v laguně na více než stovce ostrůvků. Historické jádro se nachází na mělké laguně, novější části města pak byly vybudovány na rozsáhlém břehu. Ve dnech zvaných „aqua alta“ (vysoká voda), kterých bývá každoročně průměrně 54, se zde zvýší hladina moře až o 90 cm. Benátky jsou nasyceny historií, kulturou a uměním. V takové míře, že se až tají dech. Počínaje rokem 1063 a nádhernou

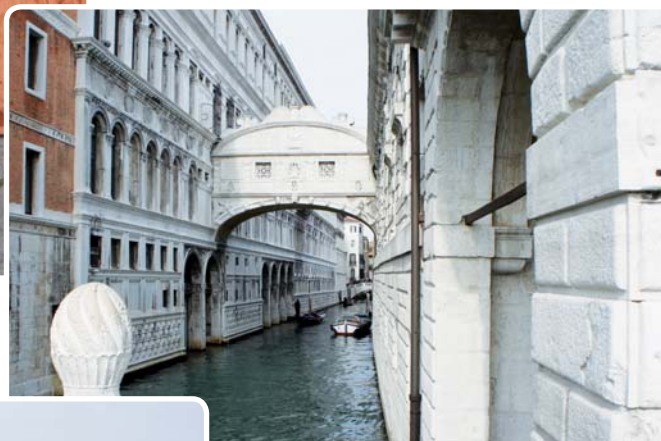
bazilikou sv. Marka přes hned vedle se pyšící Dóžecí palác



(12.–15. století), renesanční stavby jako knihovna Sansovino a kostel San Giorgio Maggiore z téže doby – až po barokní kostel Santa Maria della Salute a zase zpět k Piazza před kostelem sv. Marka, zdobené arkádami – na každém kroku jsou historické a umělecké poklady, které uvnitř uchovávají další mistrovská díla.

Bazilika sv. Marka

Je jednou z nejkrásnějších nejvýznamnějších památek města. Kostel svatého Marka byl na tomto místě postaven už v letech 828-832, když se benátská kupci v Konstantinopoli lstí zmocnili ostatků tohoto světce, od té doby patrona Benátek. Kostel je postaven převážně z cihel na půdorysu řeckého kříže. Z bohaté výzdoby je nejslavnější měděné a původně pozlacené antické čtyřspřeží z doby kolem přelomu letopočtu. Každý kůň je odlit ze dvou kusů. Koně během své existence cestovaly: původně stály v Římě, císař Konstantin I. sochy odvezl do Konstantinopole, odkud je jako kořist přivezli křižáci. Roku 1798 si je odvezl Napoleon do Paříže, po roce 1815 se však vrátil zpět. V 90. letech 20. století byly sochy koní zrestaurovány a uloženy do Muzea sv. Marka uvnitř baziliky, do exteriéru byly umístěny jejich bronzové



vé kopie. Nejde jen o baziliku. Církevní význam Benátek podtrhuje i to, že ve městě sídlí patriarcha benátského patriarchátu, jehož stolec je po římském, na němž sedí papežové, nejvýznamnějším diecézním stolcem Itálie. Jen v minulém století se papeži stali tři z jeho držitelů – Pius X., Jan XXIII. a Jan Pavel I.

Gondoly

Tvoří neoddělitelnou součást života v Benátkách již od 11. století. Štíhlým trupem a plochým dnem jsou skvěle přizpůsobeny pro plavbu úzkými a mělkými kanály. Nádherně se z nich pozorují okolní stavby, ať už je to Ponte di Rialto, Most vzdechů či další architektonické skvosty. Gondola je směrem k přidi mírně zahnutá doleva, což zabraňuje tomu, aby se točila pořád dokola. Nejstarší vyobrazení gondol pocházejí z 15. století, kdy byly pestře pomalované

V roce 1562 bylo vydáno nařízení, že všechny gondoly musí být černé, aby se zamezilo okázalým projevům bohatství. Při zvláštních příležitostech je krášlí květiny. Až do 20. století to byl

jediný dopravní prostředek na benátských kanálech, kde bývalo v provozu až deset tisíc gondol. Dnes slouží asi 400 gondol hlavně turistům, ale také místní dopravě osob a malých nákladů. Pravidelně se pořádají také závody gondol.

Patron z Čech

Patronem gondoliérů je český světec Jan Nepomucký. Jeho socha stojí u kostela svatého Jeremiáše a je dnes jedinou sochou umístěnou na břehu Canalu Grande. Každoročně konaná Regatta Storica vede právě k ní a otáčí se u kůlu, stojícího u její paty. Českého patrona si gondoliéři jistě připomenou 20. března,

kdy si svět bude připomínat 720. výročí jeho tragické smrti. Jinak je ovšem i v Benátkách populárnější jiný Čech. Když místní zjistí, odkud přijíždíte, hned zdraví vztyčeným palcem a slovy „Ceco? Gran Paolo! Fantastico!“ Míněn je Pavel Nedvěd, dlouholetý hráč a nyní činovník slavného klubu Juventus Turín. I starobylé Benátky prostě nemohou uniknout v Itálii všudypřítomnému fotbalu.

Karneval

Benátky, které jsou turistickým cílem po celý rok Turistickým středobodem Itálie, ale i celého světa jsou však hlavně díky svému slavnému karnevalu. Letos se konal o druhém únorovém víkendu. Opět přilákal spoustu turistů ze všech koutů planety. Byli svědky a často i aktéry ne-



všední přehlídky dokonalých masek, karnevalového veselí, kulturního programu s představeními, koncerty a průvody.

Nejstarší dokument, ve kterém se hovoří o nošení masek v Benátkách, pochází z 2. května 1268. Píše se v něm, že lidem oblečeným v kostýmech se zakazuje hra zvaná „vajíčka“. Od začátku 14. století se objevovaly nové zákony, jejichž cílem bylo zabránit vytrvalému úpadku morálky benátských obyvatel. V roce 1339 byl vydán dekret, který zakazuje chodit v noci po městě v maškarních kostýmech. O tom, že byly mravy v Benátkách opravdu poněkud rozvolněné, výmluvně svědčí dekret z roku 1458, který zakazuje vstupovat mužům do ženských klášterů v ženském převlečení a dopouštět se zde „strašných nectností“.

V podobném duchu je zacílený také dekret z roku 1603, který se snaží o znovunastolení morálky v ženských klášterech. Lidem oděným v maškarních kostýmech byl zakázán vstup do přijímacích pokojů jeptišek. Prý tam totiž zůstávali nezvykle dlouho.

Důležitý byl také dekret vydaný tzv. „Radou deseti“, který omezoval nošení masek pouze na dobu konání karnevalu a při příležitosti oficiálních banketů. Za porušení tohoto předpisu byly vyměřovány velmi přísné tresty. Muži bývali odsouzeni ke dvěma rokům vězení, 18 měsícům veslování na benátských galejích (s nohama v okovech) a navíc k pokutě 500 lir. Ženy pro změnu čekalo bičování cestou od sv. Marka do čtvrti Rialto a následně byly vystaveny veřejnému posměchu mezi dvěma sloupky na náměstí sv. Marka.

Zákaz nevydržel

Po pádu Benátské republiky se dostala k moci rakouská monarchie, která zakázala používání masek jak pro soukromé oslavy, tak pro slavnosti pořádané horními vrstvami (jako byla např. Cavalcina della Fenice). Od konce 18. století tak již Benátky přestaly být městem karnevalu a stala se z nich malá nevýznamná provincie, které byly odňaty osobní svobody. Přestože byl později zákaz nošení masek opět zrušen, ke skutečné obnově karnevalu došlo až na sklonku minulého století – v roce 1979. A je jen dobře, že prudérní zákaz nevydržel a stará tradice byla obnovena a radovat se z ní může celý svět.

Vybírejte dobře

Vidět karneval v Benátkách je skutečně zážitek na celý život. Nám ho poněkud pokazila brněnská cestovní agentura s názvem Quality Travel. Její delegátka zřejmě neprošla žádným školením. Už během jízdy autobusem neuměla podat praktické informace (délka přestávek atd.), během cesty lodí z přístavu do jádra Benátek drmolila text z papíru a neuměla přečíst italská jména a názvy. Asi ji nenaučili, že musí mít nějaké viditelné označení a tak se po zakotvení většiny lidí v davu ztratila. ...Před odplutím zpět přišla až se zpožděním na dohodnuté místo. Naštěstí s námi nebyli méně pohybliví lidé – jejímu tempu by totiž nestačili už po několika desítkách metrů. Škoda, nebýt toho, byl by zážitek dokonalý. A tak než někam pojedete, ptejte se známých a přátel, kteří už podobnou cestu absolvovali, jaké mají zkušenosti oni. Nebo se podívejte na internet, a přečtěte si, co o službách, které hodláte využít, říkají jiní. Je to opravdu užitečné.

František VONDERKA ■

Foto: autor



Podlehnete kouzlu lázní

Odpočívajte v příjemném prostředí malebných Lázní Mšené. Vyberte si z naší nabídky wellness pobytů i balíčků procedur a udělejte něco pro svou krásu i zdraví.

Lázně za babku

Délka pobytu: 2 dny - 1 noc

Ubytování: jedno nebo dvoulůžkové pokoje

Stravování: plná penze (snídaně, oběd, večeře)

Procedury pro ženu:

- 1x bylinná koupel z Lázní Mšené
- 1x aroma masáž zad
- 1x lázeň s esencí růží
- 1x levandulový parafínový zábal na ruce

Procedury pro muže:

- 1x relaxační pívň lázeň
- 1x bylinná masáž zad (konopná)
- 1x vulkanpack (záda)
- 1x vstup do malé posilovny vč. neperlivé vody

Cena pobytu již od 1.656,- Kč/osoba

Aroma balíček

Balíček lázeňských procedur.

- 1x aroma masáž zad
- 1x Bylinná koupel z Lázní Mšené
- 1x levandulový parafínový zábal na ruce

Cena balíčku: 550,- Kč

Více o lázních a další nabídka na
www.msene.cz



*Uvedené ceny jsou včetně zákonné sazby DPH.

Oáza klidu a pohody nedaleko Prahy.

Lázně Mšené, a. s. • Lázeňská 62 • 411 19 Mšené-lázně
tel.: +420 416 866 007, 009 • e-mail: lazne@msene.cz

www.msene.cz

K řeckému moři do Stavrosu

Mimořádná nabídka pro čtenáře Doby seniorů



Platí pro sezónu 2013: Termín: 9. 6. – 20. 6. 2013, cena 4 500 Kč za osobu.

Další termíny: 27. 6. – 8. 7. 2013 – 4 900 Kč, 6. 7. – 17. 7., 15. 7. – 26. 7., 24. 7. – 4. 8., 2. 8. – 13. 8. 20. 8. – 31. 8. – cena za osobu a termín 5 900 Kč, 7. 9. – 20. 9., 18. 9. – 1. 10. 2013 (14 dní) – 5900 Kč. Dítě do 6 let s 2 platícími dospělými zdarma, do 12 let 4000 Kč paušál.

Cena obsahuje: Dopravu, ubytování, pobytovou taxu, povlečení, používání bazénu včetně lehátek, pojištění CK proti úpadku u ČPP a.s. V místě pobytu je zajištěna všestranná lékařská péče od praktického lékaře, dětského, zubního i specialistů.

UBYTOVÁNÍ: **Apartmánový komplex Filipos** – jeden z nejkrásnějších v celém Stavrosu. V klidové zóně vybavený 2 bazény. Jeden mělký pro děti, hned vedle hlubší pro dospělé. Je vzdálen cca 10 minut procházkové chůze od pláže a 15 min. od středu města. Součástí komplexu s rodinnou atmosférou je i zahradní gril, přístřešek s možností posezení pro

kolektiv, pěkná udržovaná zahrada, venkovní sprchy a WC pro uživatele bazénu. **Apartmánový komplex Zoja** – udržovaný komplex, umístěný cca 5 minut od pláže, 5 minut od středu města. Od hotelu FILIPOS je vzdálen asi 5 min. poklidné chůze. Součástí komplexu je menší zahrada. Lze také používat bazén u hotelu Filipos. V obou komplexech jsou studia (3lůžkové obsazují se min. 2 osobami) a velké apartmány (2 pokoje 3–4 lůžkové, obsazují se min 4 osobami) vybavené kuchyňkou se základním nádobím, vařičem, lednicí, koupelnou, vlastní WC, sprcha. Všechny apartmány mají svůj balkon. Voda na pokojích i venkovní u hotelu je pitná. Elektrické vedení je 220V.

DOPRAVA: **Autobusem DAF SBR 4000**, který má možnosť snížit nástupní světlu výšku na minimum, tak aby nastupování do vozidla dobře zvládli i hůře mobilní lidé. Příjezd do místa ubytování následující den. Autobusy jsou vybaveny DVD/video přehrávačem, WC, barem

(prodej nápojů za Kč). Odjíždí se z řady míst v ČR, jsou zajištěny svozy. Pro kolektivy CK LOTOS zajíždí kamkoliv.

STRAVOVÁNÍ: **Řecká polopenze** – jedná se o řecká jídla podávaná v restauraci cca 10 min od Filiposu v rodinné Taverně u Janise, která je proslulá velmi dobrým jídlem, obsluhou i v češtině, bezbariérovým přístupem a klidnou atmosférou. Cena pro dospělého: 150 Euro, dítě do 10 let 125 Euro na pobyt. Stravování lze samozřejmě řešit i individuálně. Specialitou Stavrosu je, že v 90 % obchodů se domluvíte česky a v restauracích Vám nabídnou český jídelníček.

Klienti si na místě mohou vypůjčit kolo, motorku či auto. Mohou se zúčastnit také řady placených zájezdů, např. do Soluně, Meteory, Kavalu, Thassosu či na Athos a další místa.

Hlavně je ale přímo ve Stavrosu čekat úžasné řecké moře a u něho celých 12 km nádherných pláží. A na nich plno báječných zážitků, na které nikdy nezapomenou.

Vítěz pojede zadarmo!

I když nabídka dotovaných zájezdů pro čtenáře Doby seniorů je sama o sobě jedinečná,

**Naše
soutěž**

i pojištění CK proti úpadku u ČPP a.s.

Nejdřív ale musí odpovědět alespoň na jednu

Na účast v losování stačí jedna správná odpověď. Svoje šance na výhru však bezesporu zvýšíte, pokud zašlete správné odpovědi i na otázky z dalších sou-



jeden z našich čtenářů se do letoviska Stavros podívá zdarma. Hlavní výhrou v naší čtyřkolové soutěži je totiž poukaz na zájezd od 18. do 29. 6. Cena obsahuje dopravu, ubytování, pobytovou taxu, povlečení, používání bazénu včetně lehátek

z našich soutěžních otázek a kvalifikovat se tak do závěrečného losování.

Dnešní otázka zní: Řecko je kolébkou olympijských her. Víte, který řecký bůh byl podle pověsti jejich zakladatelem?

těžních kol. Můžete je posílat průběžně, pamatujte si však, že konečný termín je 15. květen. Pak bude následovat losování, abychom stihli oznámit jméno šťastného vítěze či vítězkyně v červnovém vydání Doby seniorů. **(red) ■**

TIPY LETEM

Z březnové nabídky vlastivědných vycházek Pražské informační služby pro Pražany a návštěvníky hlavního města jsme vybrali:

3. ne. Národní divadlo. Celková prohlídka vybraných prostor. Začátek akce každou půlhodinu od 8:30 do 11:00 ve slavnostním vestibulu historické budovy, vstup hlavním vchodem. Objednané skupiny nad 15 osob mají přednost. Cena 140/100 Kč. (obdobná akce také 24., 30. a 31.3.)

Alfons Mucha: Slovanská epopej. Komentovaná prohlídka. Světově proslulý Alfons Mucha (1860–1939) smysl vlastního života spatřoval v souboru dvaceti monumentálních obrazů Slovanská epopej, na němž pracoval v letech 1912–1926. Omezený počet účastníků na 30 osob. Začátek ve 14:00 v objektu Veletržního paláce. Cena 100/70 Kč (%) + jednotné snížené vstupné do objektu 90 Kč. (obdobná akce také 26.3.)

10. ne. Maislova a Klausova synagoga. Prohlídka synagogy v rámci cyklu „Poznávejte Židovské Město“. Omezený počet účastníků na 30 osob. Začátek v 10:00 před vchodem do Maislovky synagogy (ul. Maislova 10, Praha 1, Josefov). Cena 100/70 Kč + jednotné snížené vstupné do objektu 75 Kč.

14. čt. Praha a Oskar Kokoschka. Slavný rakouský malíř Oskar Kokoschka, jehož kořeny vycházejí z pražské zlatnické rodiny, namaloval několik pohledů na Prahu, které si během vycházky představíme. Začátek ve 14:00 před budovou Národního divadla na Národní třídě. Cena 100/70 Kč (%).

16. so. Románská Praha skrytá pod zemí. Prohlédneme si jeden z nejzajímavějších román-

ských pražských dvorců, jehož rozsáhlé zbytky jsou skryty pod domy na nároží ulic Husovy a Karlovy. V těchto prostorách je nově instalovaná výstava modelů některých středověkých památek. Začátek ve 14:00 u tzv. kašny Tereza na Mariánském náměstí, Praha 1, Staré Město. Cena 100/70 Kč (%) + vstupné do objektu 20 Kč.

17. ne. Na co se těší židovské děti? Vycházka pro děti vás zavede do synagogy Klausové a Španělské a dětem přiblíží život jejich židovských vrstevníků. Jako vždy se děti mohou také těšit na sladkou odměnu za správně vyplněný kvíz. Akce vhodná pro děti od šesti let (v doprovodu dospělé osoby). Omezený počet účastníků na 2 x 30 osob. Začátek v 10:00 před Klausovou synagogou (U Starého hřbitova, Staré Město). Cena 100/70 Kč (%) + jednotné snížené vstupné do objektu 75 Kč/osoba.

22. pá. Stavovské divadlo. Povídání o historii Stavovského divadla spojené s prohlídkou vybraných prostor stavby na Ovocném trhu i budovy divadla Kolowrat. Začátek v 16:00 před hlavním vchodem do budovy Stavovského divadla. Cena 140/100 Kč

23. so. Za apoštoly na Staroměstskou radnici. Akce pro děti, které se mohou těšit na prohlídku apoštolů zblízka a na vyprávění o zasedání městské rady za časů pana krále. Prohlédnou si starodávne síně a také sestoupí do hlubokého podzemí radnice. Během prohlídky budou řešit zábavné úkoly a na závěr je čeká vědomostní kvíz se sladkou odměnou. Vhodné pro děti od šesti let (v doprovodu dospělé osoby). Omezený počet účastníků na 2 x 30 osob. Začátek v 10:00 před vstupem do turistického informačního centra Staroměstské radnice. Cena 100/70 Kč (%) + vstupné do objektu 30 Kč/osoba.

24. ne. Manželé Duškovi a jejich slavní hosté. Vyprávění o osobnostech uměleckého světa, které byly pozvány do Prahy manželé Duškovi. Vycházka po okolí jejich usedlosti Bertramka. Začátek akce ve 14:00 před vchodem na Malostranský hřbitov (zastávka tram. č. 4, 9, 10, 14 „Bertramka“). Cena 100/70 Kč (%) + jednotné snížené vstupné do objektu 50 Kč.

26. út. Nordic walking s vycházkou v okolí Vltavy. Profesionální instruktor vysvětlí a předvede základ správného provozování „Nordic walking“. Poté se s „holemi“, průvodkyní a instruktorem vydáme na trasu: Stromovka – Císařský ostrov – Troja – podél toku Vltavy. Doba vycházky včetně instruktáže cca 3 hod. Vlastní speciální hole na Nordic walking si vezmete s sebou. Zapůjčení holí na místě za poplatek 30 Kč pouze pro předem přihlášené se vstupenkou z předprodeje! Omezený počet účastníků na 2 x 30 osob. Začátek v 10:00 před hlavní bránou Výstaviště Praha – Holešovice. Cena 100/70 Kč.

31. ne. Vyšehrad a jeho tajemné legendy. Prohlídka areálu včetně hřbitova a kasemat někdejší barokní pevnosti. Vhodné i pro rodiny s dětmi. Začátek v 10:00 před kostelem sv. Petra a Pavla na Vyšehradě. Cena 100/70 Kč (%) + vstupné do kasemat 60/30 Kč.

Pozn.: V případě omezeného počtu účastníků akce, se doporučuje využít předprodeje v turistických informačních centrech PIS ve Staroměstské radnici, v Rytířské ulici 31, ve vestibulu Hlavního nádraží, na Letišti Praha (terminál 2, tranzitní prostor) a v recepci (Arbesovo nám. 4, pouze Po-Čt). On-line předprodej na <http://eshop.praguewelcome.cz>.

(zl) ■

Život není seriál

Stalo se to, co jsme nečekali. Našeho dlouholetého spolupracovníka Zdeňka Hřebejka postihlo to, o čem právě píšeme v našem seriálu. Zasáhla ho silná srdeční slabost a musel záchrankou okamžitě do nemocnice. O tom, co zažil, napsal článek, který jsme se rozhodli zveřejnit. Už proto, že ukazuje, jak rychle a nečekaně může něco podobného nastat. Pokračování seriálu Řádky pro zdraví, které bude o příznacích infarktu a mrtvice a o prevenci podobných příhod, zveřejníme v dubnovém vydání Doby seniorů.



Poprvé v životě mi bylo tak zle, že jsem požádal svou ženu, aby přivolala Zdravotnickou záchrannou službu Plzeňského kraje. Přijeli za okamžik a lékař zapojil přístroje. Když viděl naměřené hodnoty, dostal jsem kyslík k usnadnění dýchání a za houkání zvukového majáku jsme vyrazili do plzeňské Mulačovy nemocnice. Ihned po příjezdu jsem byl umístěn na Jednotku intenzivní péče (jipku) a napojen na další přístroje. Jedna z naměřených hodnot se jednomu z přístrojů nelíbila a začal vydávat varovné zvuky. Čísla na displeji se rozblíkala červeně. To rozpohybovalo ošetřující personál. Dále toho moc nevím, protože jsem usnul. Tak rychle, že jsem ani nestačil poděkovat týmu ZZSPK za perfektní práci a zřejmě i za záchranu života.

Na oddělení jipky nás bylo napojeno na přístroje asi šest. Byla už hluboká noc, když se do ztemělého ticha ozval varovný zvuk jednoho z přístrojů, na něž byl napojen jeden ze spolupacientů. Vzápětí se přidávaly další a ještě varovnější zvuky. Jejich neúprosná naléhavost vyburcovala službu konající zdravotní sestry. Po bleskovém příchodu zjišťovaly, co se vlastně děje. Jaké bylo jejich překvapení, když jeden z pacientů vstal z lůžka a zamířil ke dveřím. To, že se odpojil od všech přístrojů, způsobilo onen poplach. Na dotaz, proč se odpojil, odpověděl, že musí do práce. Vysvětlili mu, že do práce nemůže, protože je na jipce v nemocnici.

Náhle se opět do pološera pokoje ozval hlas spolupacienta. Halo, pane, jste mrtvej? Tato naléhavá otázka, na kterou nelze

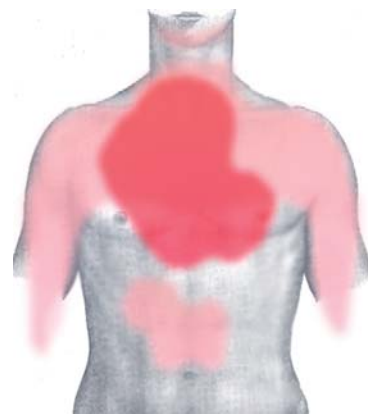
odpovědět kladně, se opakovala a to opět zvedlo ze židle zdravotní sestru. Po příchodu zjistila, že otázka patřila mně, což jsem před tím nevěděl. Sestra vysvětlila pacientovi, že opravdu nejsem „mrtvej“, ale že je noc a spím. Potom byl až do rána klid. Trval až do večera.

Pak vše na patře náhle ztichlo. Bílé zdravotní sestry se změnily na zelené s rouškami přes obličej. Všem bylo jasné, že se děje něco neobvyklého, mimořádného. Zakrátko přivezli z operačního sálu pacienta, který nejevil známky života.



■ Mulačova nemocnice

Začal boj o čas, boj doslova o život. Sehraný tým zdravotního personálu v čele se službu konajícím doktorem se pustil do boje. Domlouvali se posušky, pohyby hlavou či pažemi, úsečné holé věty dávaly jasné pokyny. Nevím, jak dlouho tato záchranná akce trvala, ale na jejím konci bylo radostné prohlášení. Pacient žije! Další noci pak byly naprosto v klidu a nic zvláštního se nedělo. K ránu jsem se probudil s pocitem, že se na mě někdo dívá. Otevřel jsem oči a díval se do hlavně pistole. Byla plastová a nebyla to zbraň, ale přístroj ve tvaru pistole na měření teploty. Po mírném cvaknutí se ozvalo 36,5 a byl proveden zápis. Vůbec zapisování hodnot



■ Pálení v označené oblasti je často předzvěstí srdečního infarktu.

naměřených z přístrojů a naměřených i jinak bylo náročné zejména tím, že se vše psalo ručně na formulář a následně se údaje přepisovaly a vkládaly do počítače.

Když jsem byl z nejhoršího venku, začaly zdravotní sestry i vtipkovat. A prý, pane Hřebejku, až k nám příště pojedete, nejezděte ve ¼ na šest. My se v šest hodin střídáme, a když vás přivezli, tak jsme byly nachystané jít domů a další směna ještě nenastoupila. A až zase přijedete, tak si nenechávejte doma žíly. My je tady potřebujeme. To, že žíly jsou opravdu potřeba, je dáno skutečností, že na jipce musí být neustále zavedena nitrožilní kanyla pro podávání léčiv a roztoků. Agresivní léčebné roztoky však úspěšně ničí žíly a tak se musí kanyla přepichovat. To byl v mém případě problém, když jsem „nechal žíly doma“ a ty pak nebyly k nalezení.

Z jipky se pacienti většinou přesouvají na Interní oddělení. Kontrolují se podle seznamu věcí, které mají u sebe. V ohrožení jsou hlavně brýle a tak je jim věnována zvýšená pozornost. Mého souseda převáželi na interní oddělení, a když v soupisu narazila sestra na brýle, prohlásila, aby si je raději vzal na oči. To odmítal s tím, že jsou to brýle na čtení, nyní je nepotřebuje, a proto si je nenasadí. Nato se ozvala jedna z vtipných sester, aby tedy pánovi půjčili nějaký časopis, ať si cestou čte...

Po šesti dnech došla řada i na mě. Byl jsem odpojen od přístrojů a přemístěn na interní oddělení. Ale to je už jiná kapitola. Tímto děkuji doktorům a zdravotním sestrám Mulačovy nemocnice v Plzni za záchranu života, za profesionální přístup a vlídné zacházení.

Zdeněk HŘEBEJK ■

Recepty na březem

Langoše

Potřebujeme: 1 kg hladké mouky, ½ l mléka, 1 droždí, 1 celá zakysaná smetana vyšší

HRŮZA! KAŽDÝ RECEPT
ZAČÍNÁ: VEM ČISTÝ HRNEC.



Postup: Z přísad uděláme těsto, které vložíme do mikrotentového sáčku. Dáme do lednice a necháme do druhého dne uležet a nakynout (může být 24 hodin). Druhý den těsto rozválíme a vykrajujeme kolečka, která vytáhneme do velikosti talíře. V horkém oleji usmažíme. Hotové langoše pomazeme utřeným česnekem, který jsme přidaly do studené vody, potom posypeme strouhaným sýrem a nakonec dozdobíme kečupem.

Placičky z ovesných vloček

Potřebujeme: 50 dkg opražených ovesných vloček, 25 dkg hladké mouky, 25 dkg hery, 25 dkg moučkového cukru, 1,5 prášku do pečiva, 3 vejce.

Postup: Ze všech přísad vypracujeme těsto. Na vymazaný plech tvoříme pomoci lžice hromádky a ty nožem upravíme



na placičku. Upečeme a na vychladlé pocákáme čokoládovou nebo citronovou polevou. Kdo chce, může do směsi přidat i rozinky.

Hovězí řízky zatloukané

Postup: Hovězí řízky naklepeme, osolíme, opepříme, obalíme ve strouhance, znovu naklepeme, obalíme ve vajíčku a opečeme na pánvi dorůžova. Do zapékací misky dáme nasekanou cibuli, na kousky pokrájenou anglickou slaninu, na to poklademe opečené řízky a podlijeme vývarem (1/4 l vody rozpustíme 1 kostku Masoxu). V troubě dusíme doměkka. Jako příloha: šťouchané brambory, k nim kompot nebo zeleninový salát. Množství si každý upraví podle počtu osob.

Recepty zaslali Kroužek vaření aktivních seniorů Prahy 15 a Anna Žabková z Litomyšle. Znáte také nějaký zajímavý recept? Pošlete nám ho, rádi ho zveřejníme, ať si pochutnají i ostatní čtenáři Doby senior. Rádi také uvedeme, kdo recept poslal.

Vybráno z kalendáře březem

2. března 1978 – První člověk, jenž nebyl občanem SSSR a USA, se dostal do vesmíru. Byl to občan Československa, Vladimír Remek. Do kosmu letěl v rámci programu Interkosmos. Ke svému letu na stanici Saljut 6 vzlétl společně se sovětským kosmonautem Alexejem Gubarevem na palubě kosmické lodi Sojuz 28, ve vesmíru prožil 7 dní, 22 hodin a 17 minut. Po návratu do Československa do roku 1995 sloužil ve vojenském letectvu. Poté byl obchodním zástupcem, poté obchodním radou na českém velvyslanectví v Moskvě a od roku 2004 je poslancem Evropského parlamentu

5. března 1933 – Velká světová hospodářská krize a krach na burze, prezident Spojených států Franklin Delano Roosevelt deklaruje „bankovní svátek“. Jsou uzavřeny všechny banky ve Spojených státech a zmrazeny veškeré finanční transakce.

8. března 2003 – Došlo k nehodě autobusu u osady Nažidla, která byla v té době jednou z nejtragičtějších silničních dopravních nehod v Česku. Na její následky zemřelo 20 lidí.

12. března 1983 – V Angole bylo uneseno 66 Čechoslováků protivládní organizací UNITA.

20. března 1945 – Adolf Hitler vydal tzv. „Neronův rozkaz“, podle kterého pod sankcí okamžitého zastřelení nesměli zůstat občané Německa na územích získaných spojení. Měly být zničeny stavby a veškeré stroje a zařízení. I zahynulí účastníci hromadného útoku byli vydáváni později za oběti tzv. vyhnání.

21. března 1933 – V Dachau nedaleko Mnichova byl dokončen první nacistický německý koncentrační tábor.

22. března 1782 – Císař Josef II. zrušil klášter Chotěšov. Řádové sestry dostaly rentu a musely se vystěhovat. Klášter i se svými majetky byl poté předán do správy náboženského fondu. Josefinský stát převzal nad jménem fondu hospodaření a závazek doplňovat tento majetek podle potřeby z majetku státního, poněvadž duchovní byl považován za státního zaměstnance a církev za státní instituci.

30. března 1968 – Ludvík Svoboda byl zvolen prezidentem ČSSR. Během druhé světové války vedl 1. československý armádní sbor. Po 21. srpnu 1968 se spolu s unesenými československými politiky účastnil jednání s Brežněvem, které skončilo podepsáním tzv. Moskevského protokolu. Válečný hrdina na jedné straně odmítl jmenovat kolaborantskou dělnickou-rolnickou vládu Vasilu Biľaka, Aloise Indry, Drahomíra Koldera a Jozefa Lenárta, na druhé straně se později podílel na tzv.



normalizaci. Když se přes dlouhodobé zdravotní problémy odmítl vzdát prezidentské funkce, Federální shromáždění přijalo 29. května 1975 zákon, na jehož základě byl funkce zbaven a prezidentem se tak mohl stát Gustáv Husák.

(zl) ■

Spojují je nejen hezké vzpomínky

Když jsem přišel do rájeckého klubu seniorů v Karviné, kde se místně říká „U Skleníka“, netušil jsem, že mě čeká tolik „práce“. Jsem už i tam znám jako pisálek, a tak mě tamní kamarádi zahrnovali novými zvěstmi. Tou nejčerstvěj-



Předsedkyně klubu Alena Klaisová předává cenu nejlepší šipkařce Marii Izaiášové.

ší bylo jejich odvetné kulečnickové klání, které se hráli s přáteli z klubu důchodců a krojovaných horníků /KDaH/ bývalého Dolu ČSA v Karviné. Do „boje“ se zapojilo vždy šest hráčů z každého klubu. Tentokrát vyhráli v kulečnicku ve čtyři koule kolegové z rájeckého družstva v poměru 6 ku 1, a i když se dařilo celé vítězné šestce, k těm úplně nejlepším patřil kolega Otík Golasowski. Mezitím jejich děvčata, seniorky z obou klubů, aby svým chlapíkům jen nesekundovaly, sehrály turnaj v elektronických šípkách. A v něm se ukázalo, že díky i nejlepší hráčce Maruše Izaiášové /KDAH ČSA/ lepší mušku mají seniorky z „armády“. Vítězové obou

soutěží byli odměněni: Jak zachytil fotoaparát P. Humenjuka, předsedkyně KS „U Skleníka“ paní Alenka Klaisová jim předala pěkné poháry. Pak se všichni při občerstvení skvěle pobavili a slíbili si další setkání nejen u kulečnicku či šípek. Senioři z Ráje, jak ukazuje nahlédnutí do jejich plánu práce pro letošní rok, se zanedlouho sejdou kupříkladu na zábavě s konzumací dobrůtek z vepříků... Čeká je ale i řada dalších setkání a to nejen v jejich prostorově sice dost malé, ale útulné klubovně. Slůvko „práce“ napsané v úvodu těchto řádků se proměnilo v další, opět velmi příjemné, takřka nostalgické posezení se mnoha kamarády, které spojuje práce na některé z okolních šachet. A nechyběla pochopitelně ani nějaká ta pulečka, ovšem bez metanolu. A bylo o čem povídat, nejen z minulost, ale i o tom, čím kdo překvapuje dnes. Vždyť třeba sporták z rájeckého klubu Franta Kolarz prošel různými i technickými funkcemi na dole ČSA a dnes ještě sjíždí svahy převážně Jeseníků na lyžích a je dobrý i v ping-pongu. Jarek Kempný, taky dobrý kulečnickář, fíral na petřvaldském dole J. Fučík, Armošta Branného znám jako bývalého spolupracovníka Dolu 1. Máj, a kolega Pavel Humenjuka, bývalý předák z Barbory dnes se svými přáteli, coby člen Klubu českých turistů tráví mnoho hezkých chvil na túrách nejen po nedalekých Beskydách. Tak bych mohl, vzhledem k počtu zná-

Oleg Golasovski si odnesl cenu za nejlepší výkon v kulečnicku



mých tváří, které jsem v klubu opět potkal, jistě ještě dlouho pokračovat, ale řekli jsme si – kamarádi, pro dnešek „padla“!
(jab) ■

Nuda jim opravdu nehrozí

Skupina aktivních seniorů (drtivou většinu ale tvoří seniorky) z Prahy 15 má relativně krátkou historii. Vnikla v roce 2010, ale už mnohé stihla udělat. Například v loňském roce, který EU vyhlásila za rok aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity. Čím začít? Snad akcí, která naše seniorky nejvíce zaujala. Po vzoru televizního pořadu „Prostřeno“ domluvily se na podobné soutěži ve vaření a pečení prodchnuté zábavou a poučením.



Za první pololetí se uskutečnilo devatenáct setkání. Každé vaření se odehrálo střídavě u jedné z účastnic. Po uvaření předem dohodnutého menu následovalo bodování. Na závěr soutěže všechny kuchařky obdržely symbolické vařečky. Paní Topolová použité recepty zpracovávala do kuchařky nazvané „Prostřeno“. (Pozn. redakce: první ukázkou z ní najdete v naší rubrice Recept na březen). V druhém pololetí uskutečnily dalších devět cyklů vaření.

Jídla byla, pokud možno neznámá a přesto se žádná z akterek neotrávila.

Vycházky, výlety a exkurze v okruhu velké Prahy jsou také velmi oblíbené. Těchto akcí bylo za celý rok celkem patnáct. Co se týče návštěv divadel, koncertů a tanečních odpolední, tak těch se uskutečnilo také patnáct. Co vypíchnout? Snad osobní setkání po představení v divadle „U Valšů“ s paní Ivou Hüttnerovou a s panem Pepou Fouskem.

Výlety vláčkem či autem zavedly členy skupiny do sedmi měst v Čechách i v Německu. Ještě je třeba zmínit dva týdenní

pobyty jednak v Ostravici, kde navštívili srub Petra Bezruče a také si vyšlápli do hor. V září uskutečnili ozdravný pobyt na Slovensku v Podhájské.

Zbývá zmínit kroužek ručních prací, kde se seniorky věnovaly výrobě vánočních koulí, stromečků a zvonků. Sešly se celkem čtyřikrát. Kroužek taneční, po několika peripetiích, zakotvil ve druhém patře základní školy v Křimické. Od října se uskutečnilo dvanáct lekcí, vždy v úterý od 16.00 hodin.

Vysoká škola chemickotechnologická poskytuje seniorům v rámci „Univerzi-

ty třetího věku“ již čtvrtým rokem lekce „S počítačem přátelsky od A do Z“ a lekce „Chemie a živý organismus“.

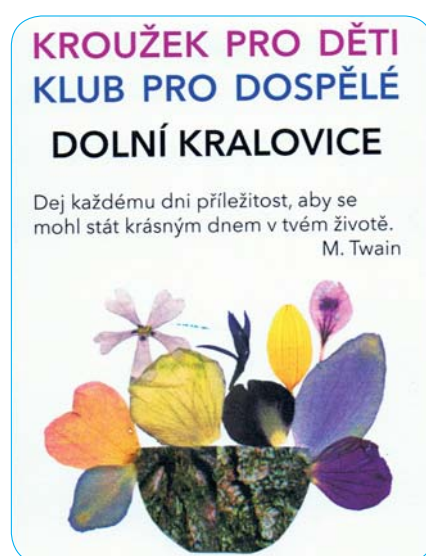
Vzhledem k tomu, že se nemají kde scházet a že si vše platí, je osmdesát usku-tečněných akcí poměrně bohatá činnost. To vypovídá o tom, že si senioři dokáží svůj program sestavit sami. Bližší informace případní zájemci najdou na internetové adrese: www.aktivni15.estranky.cz v menu „Dokumenty“.

Zaznamenal

Oldřich SLAVATA ■

Pomáhají spojovat generace

Naše úterní setkávání v Klubu nejen pro seniory v Dolních Kralovicích trvá již dvanáctý rok. Všichni se těšíme z pěkného prostředí a ze zájmu docházejících. Vyprávíme si o literatuře, o historii různých svátků a obyčejů. Slavíme spolu narozeniny a svátky, někdy si i začvičíme, s dětmi, které chodí do výtvarného kroužku, prožíváme jejich úspěchy. Během existence Klubu jsme se přesvědčili, jak je dobré mít někoho, s kým si lze popovídat o svých radostech i strastech. Společně jezdíme na jaře a na podzim na výlety. Poznali jsme už řadu krásných míst, která nás obohatila o spoustu pěkných zážitků. Letos plánujeme už náš 25. společný výlet. Také naše bazary mají již tradici. Zúčastňujeme se různých akcí v obci a pomáháme s jejich přípravami. Vážíme si podpory starosty



i celého Obecního úřadu. I děti, docházejících do výtvarně pracovního kroužku,

se v něm za 11 let jeho existence také již vystřídal hodně. Výrobky, které vytvářejí, jsou ukázkou jejich nadání, pílě a snahy. Naše vzájemné kontakty stále začínáme četbou pěkných pohádek, hádankami, ve volných chvílích si spolu kreslíme nebo hrajeme různé hry. V kroužku vyrobené kalendáře, magnetky či pohlednice budou pro jejich tvůrce v dospělosti zcela určitě krásnou vzpomínkou na dětství. Děti také vystupují na různých společenských akcích v obci, recitují na nich básně, tančí, hrají na hudební nástroje. Vše je pečlivě dokumentováno v kronice kroužku. Jsem přesvědčena, že propojení obou generací v jednom společném prostředí je pro všechny přínosem. Už proto, že vznikají krásné mezilidské vztahy.

Marie KONČELOVÁ ■

DOBA
seniorů

OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN

Roční předplatné 192 Kč / Cena za kus jen 16 Kč

Objednávací ☐

Předplatné formou dárku ☐

složenku odeslat na adresu odesílatele objednávky

DOBU SENIORŮ objednávat od čísla (včetně) ☐

ZPŮSOB PLATBY

☐ složenkou

☐ SIPO: spojovací č.

☐ fakturou: IČO/DIČ

☐ bank. převodem č.ú.

podpis:

Objednávkový kupon vystřihněte nebo okopírujte a zašlete na adresu A.L.L. Production s.r.o., Box 21, 112 21 Praha 1. Pokud budete posílat v obálce, připište pod adresu příjemce heslo „**Předplatné Doby seniorů**“. Obratem dostanete složenku, kterou předplatné uhradíte. Můžete využít i bankovního převodu. Peníze odešlete na konto, které je uvedeno na složenke. Zde najdete i Váš variabilní symbol, který nezapomeňte vyplnit. V případě nejasností nebo dotazu zavolejte do zákaznického centra ALL Production s.r.o. na tel.: 840 306 090, kde Vám potřebné údaje rádi sdělí. Dotázat se můžete i prostřednictvím tohoto e-mailu: dobaseniuru@predplatne.cz.

Objednat předplatné DS lze přes internet na adrese: <http://predplatne.cz/katalog/spolecenske-casopisy/>. Předplatným můžete udělat radost svým blízkým a přátelům.

TOTO MÍSTO je určeno pro dopisy našich čtenářů. Věcné diskusi nejsou stanoveny žádné obsahové mantinely. Psát nám můžete skutečně o všem. O tom, co vás pálí či štve, co vás naopak potěšilo, či co by měli vědět a co by mohlo být prospěšné i pro jiné čtenáře. Redakce DS si pouze vyhrazuje právo příspěvky z prostorových důvodů krátit. Nezařadíme pouze dopisy s urážlivým, rasistickým a vulgárním obsahem, všechny ostatní jsou vítány. Pište nám na adresu: Doba seniorů, Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3.

Zvou na besedy

Pečovatelské centrum v Praze 7 organizuje ve svých Klubech seniorů pravidelné besedy s osobnostmi z různých oblastí společenského života. Během dvou let se v „Křesle pro hosta“ vystřídali: biskup V. Malý, D. Zátoková, S. Motl, V. Větvička, J. Pohan, L. Mrkvička, V. Čáslavská, V. Ebr, I. Niederle, A. Strejček, R. Adam, K. Štědrý, M. Grún, S. Procházka, J. Zíma a mnozí další. Besedy se konají každou středu a čtvrtek od 15.hod. Vedení Klubu seniorů všechny zájemce srdečně zve do svých prostor a je ochotno udělat takové besedy i ve Vašem zařízení.

Jiří ZÁHORSKÝ ■

Předseda Svazu důchodců v Praze 7

Doplňek nabídky

V únorovém čísle v článku Rekreaace a lázně se svazem důchodců jsem nenašla lázně Hodonín. Chtěla bych čtenáře Doby seniorů upozornit na báječné lázně v Hodoníně. Mé zkušenosti jsou čerstvé. Lázně jsem navštívila v prosinci minulého roku. Protože s různými láznemi mám zkušenosti byla jsem velice mile překvapená jak s léčbou, stravou a kulturním programem pro pacienty. Ten týden byl na jedničku s mnoha hvězdičkami. Rozhodně všem doporučuji a já sama se do Hodonína budu s láskou vracet. Jodobromová minerální voda solanka patří mezi nejvyšší kvalitu vody v Evropě. Má vysoký obsah jodových solí. Je přirovnávána k vodě z Mrtvého moře. Má léčebné, preventivní a regenerační účinky. Je těžena z vrtů v hloubce 2 km nejhlubší v ČR. I o kulturní program je v lázních postaráno a byl opravdu pestrý. A tak neváhejte a pokud přemýšlíte kam se letos vypravit dejte si na první místo Hodonín. Určitě budete spokojeni.

Eva Jarešová, Kolín 5 ■

Volba prezidenta

Dokonáno jest! Tak máme presidenta čtvrté cenové skupiny. Když jsem se dozvěděl, že i předseda Rady seniorů nabádá k této volbě, málem jsem „Dobu seniorů“

odhlásil. Ale emoce jsou špatný rádce a v politice zejména. Pan Zeman byl tedy zvolen prezidentem díky masivní účasti důchodců - bude tedy prezidentem důchodců. Už se těším, až nám bude ruský LUKOIL, se kterým má pan Zeman úzké vztahy, přispívat na důchody. No, když jsme přežili ješitného staříka na hradě (těch škod, co nám venku nadělal), přežijeme i podpásovského (používá je běžně) becherovkáře. Je zřejmé, že český národ se ještě dlouho nestane plnohodnotným, ve smyslu euroatlantické civilizace a kultury.

J. P. Nový Jičín ■

Kdo Vám dal právo jednat jako diktátor asi ve službách ČSSD a tzv. odborů, kde nakonec i sídlíte, k ovlivňování voleb presidenta tlakem na důchodce. Komunistické časy jsou pryč a Vy se nestydíte je zanašet např. v únorovém čísle časopisu

Doba seniorů 2013 znovu. Dnes je demokracie. Myslel jsem jako důchodce, že bude vycházet objektivní časopis, ale tohle! Styďte se. Jste holt nohsled samozvaného pana Pernese.

ing. B. Němeček ■

Odpověď šéfredaktora: V Době seniorů si vážíme všech názorů. I těch kritických. Vážíme si jich o to víc, když jsou podepsány a signalizují, že jejich autoři jsou připraveni o odlišném názoru debatovat. To ovšem reakce s podpisem ing. B. Němeček nesplnila. I když nevím, kdo je jejím autorem, přesto odpověď:

Nešlo o žádný diktát, ale o pouhou novinářskou informaci, koho v prezidentských volbách preferuje vydavatel Doby seniorů. Konkrétně předsednictvo RSČR. Jde o sjezd této nejrepresentativnější seniorské organizace u nás řádně zvolený orgán, nejde tedy o žádné samozvance. Mohu mít k názorům předsednictva RSČR výhrady, ale to neznamená, že o nich nebudeme v Době seniorů informovat. Odlišujeme se i tím výrazně od médií, která přinášela spousty jednostranných volebních doporučení různých herců a dalších nikým nevolených je-

dinců, kteří nejenom vynášeli do nebes svého favorita, ale často vyloženě kydali špinu na protistranu. Samotná Doba seniorů na rozdíl např. Hospodářských novin nebo německými vydavateli český tištěných tiskovin žádné vlastní doporučení k prezidentským volbám nevydala.

Amestie V. Klause

Václav Klaus byl i přes své některé názory, docela dobrým prezidentem, jednoznačně se prosazoval jako vlastenec. Jen-



že tou amnestií, nevím na čí popud a kým připravovanou si to posr. u většiny národa. A nikdy to rozumně žádnému normálně myslícímu člověku nemůže vysvětlit.

Jan Jiráček, Most ■

Václav Klaus se 1. 1. 2013 druhým článkem amnestie (zastavení stíhání těžkých hospodářských kauz) natolik odkopal, že mu přestali věřit i lidé s dřívější slepou důvěrou v instituce. Má to již příští – v historii bude V. Klaus zapsán jako prezident tunelář.

Milan Z., Kralupy ■

Pana Klause jsem nemusela, už od let devadesátých. Teď na rozloučenou tomu dal ještě větší ránu. Ale ti co mu dříve lezli pomalu až do krku, tím že končí, teď statečně štěkají a štěkají, to mi vadí.

Jana U., Praha ■

Nechce se mi věřit, že Václav Klaus nedomyslel, co tou amnestií vyvolá. Když někdo vymyslí KP (kupónovku) možná i v dobrém přesvědčení pomoci lidem, a pak se najdou grázlové, kteří ji zneužijí ve svůj prospěch a není na ně metr, tak stojí za to zbucovat lidi, aby konečně otevřeli

oči a viděli co se na ně chystá pod snůškou nesmyslných zákonů, chránících převážně gaunery, ždímající tento stát. Pravomoci prezidenta jsou malé. Co chtěl amnestií vyjádřit, ukáže čas. Nelíbí se mi její vyhlášení, ale soudit ještě nelze. Od roku 1989 vládní činitelé uzákonili tolik nesmys-

lů, kvůli kterým je stát na huntě, až je to smutné. Na jaké řečičky tento národ naletěl a komu, to si musí uvědomit každý sám. Hlavně co nám podsouvají média, nemusí být tak, jak to vypadá. Doufám, že jednou praskne, jak to s tou amnestií opravdu je.

Jiří Coufal, Brno

Zasmějte se s DS

Vezou takhle dědečka z operačního sálu na pokoj a v tom dědeček začne křičet, že nechce na čtrnáčku, že tam se dávají ti, co mají zemřít.

Sestra mu říká: „Ale dědo, to není pravda, ty se dávají na šestnáctku, tady jsou jen lidi se slepákem nebo zlomeninami.“ Najednou přijde hlavní sestra a říká: „Bláhová, kam ho to vezete, ten patří na šestnáctku...“

Pokud muži vyprávějí o sexu ženám, tak je to sexuální obtěžování. Pokud ženy vyprávějí o sexu mužům, tak je to za 60 Kč za minutu.

„Miláčku, udělal bys mi miminko?“ zeptá se roztouženě Marta svého muže. „Ale ovšem,“ prohodí muž, sedne si na postel, strčí palec do pusy a začne říkat: „ůůů, duů, brm, brm, dud...dud...brm...“

Jaký je rozdíl mezi budíkem a opilcem. Když se natáhne budík, tak jde, když se natáhne opilec, tak zůstane ležet.

Proč muži nosí kravatu? Protože každý vůl musí být uvázaný.

Čeho se zlatá rybka bojí nejvíce? Že ji vyloví český úředník nebo hluchoněmý. S oběma je špatná domluva.

Potkají se dvě klišata a jedno se ptá druhého: „Tak co, jak jde život?“ A to druhé klišť odpovídá: „Ani se neptej, je teprve poledne a už mě dvakrát vytočili!“

Při sprchování říká jedna prostitutka druhé: „Ty máš na zadku nějaké pupínky.“ „To nejsou pupínky, to je ceník služeb pro nevidomé...“

K pasti, ve které zmateně pobíhá chycená myš, přiběhla jiná myš a praví: „Podej mi tu slaninu z háčku, tobě už stejně chutnat nebude!!!“

Redaktor je dost zaražený a upozorní ji: „Paní, minimální délka smutečního oznámení je sedm slov.“

Ona se znovu zamyslí a diktuje:

„Tak tedy: Zemřel Oldřich Novák, prodám Škodu 130 r. v. 1988.“

V okresním městě přijde žena do redakce místních novin požádat, aby do smutečního sloupku napsali oznámení o úmrtí jejího muže. Redaktor jí oznamuje, že se platí deset korun za



Splněný sen M. Kalouska: ČR má konečně nové jméno.... **Foto:** Jaroslav ZUKAL

slovo. Žena zapřemýšlí a povídá: „Tak tam napište: Zemřel Oldřich Novák.“

Babička prosí svalnatého skina v plném vlaku: Mladý muži, nemohl byste mi uvolnit místo? Jasně babi, v kterém kupě byste ho chtěla?

98 letá stařenka na smrtelné posteli říká svému 99 letému manželovi: „Jane, můj drahý, teď, když jsou mé dny sečteny, chtěla bych Ti něco říct. Ale nejprve jdi do stodoly, kde pod třetím sloupem vpravo najdeš dvě krabice. Přines je sem prosím.“ Manžel to udělá, a když je u smrtelné postele své ženy otevře, najde v první 3 vajíčka a v té druhé 300 000 korun. Celý udivený se ptá: „Co znamenají ta vajíčka?“ Manželka mu odpoví: „Za celých 79 let, co jsme manželé, jsem pokaždé, když jsem s Tebou nedosáhla orgasmu, dala do krabíčky vajíčko.“ Manžel se začervenal pýchou, že po celou dobu tak dlouhého manželství ženu neuspokojil jen ve třech případech a ptá se na druhou krabíčku s penězi. „Viš,“ povídá manželka, „vždycky když tam těch vajec bylo 12, šla jsem je prodat na trh.“

Do rubriky vedle redakce tentokrát přispěli Jana Plachá z Rumburku a Petr Čespiva z Plzně. Znáte také nějakou povedenou anekdotu? Pošlete nám ji do redakce, ať se po jejím zveřejnění pobaví i další čtenáři DS!

DROBNÁ INZERCE A OZNÁMENÍ V DS

Pravidla drobné inzerce v DS znějí: zveřejnění všech nekomerčních inzerátů našich čtenářů je zcela zdarma, poplatek za poštovné 30 Kč se vybírá pouze u inzerátů se značkou, kde si inzerující přeje doručení na adresu redakce došlých odpovědí poštou.

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji všem čtenářům, bývalým spolužákům a spolupracovníkům a to i z Doby seniorů (viz i kresba Miroslava Pavlíka), kteří mi blahopřáli k 62. narozeninám. Netušil jsem, že mám tolik přátel a příznivců a to v celé ČR. Blahopřání přišla dokonce i ze Slovenska! Děkuji. A protože nestíhám odpovědět všem osobně, činím tak alespoň touto cestou. František Vonderka, šéfredaktor Doby seniorů.



**Nás očkuješ běžně...
Proč nenecháš
očkovat
sám sebe?**

Prevenar 13

**Je Vám více než 50 let?
Chraňte se před pneumokokem.**

Tak jako pečujete o své mazlíčky, myslete i na sebe.
Vakcína Prevenar 13 vám pomůže v ochraně proti
**závažným (invazivním) pneumokokovým
onemocněním.**

Zeptejte se svého ošetřujícího lékaře
na očkování vakcínou Prevenar 13.



**Prevenar 13 je registrovaný humánní léčivý přípravek,
jehož výdej je vázán na lékařský předpis.
Přečtěte si, prosím, pečlivě příbalovou informaci.
Více informací naleznete na www.prevenar13.cz**

Schválení vakcíny PREVENAR 13 bylo založeno na základě imunitních odpovědí u dospělých ve věku 50 let a starších. Nejčastěji hlášené nežádoucí účinky v klinických studiích ($\geq 20\%$) byly zarudnutí, otok, citlivost, zatuhnutí a bolestivost v místě vpichu, omezení pohyblivosti ramene, snížená chuť k jídlu, bolest hlavy, průjem, zimnice, únava, vyrážka, zhoršení nebo nové bolesti kloubů či svalů. Přecitlivělost na jakoukoliv složku přípravku či vakcínu obsahující difterický toxoid představuje kontraindikaci jeho užití. Prevenar 13 neposkytuje 100% ochranu proti sérotypům pneumokoka, které vakcína obsahuje a nechrání před sérotypy neobsaženými ve vakcíně.



Pracujeme společně pro zdravější svět™