

DOBA seniorů

č. 3 / ročník III březen 2007 9 Kč

PENZE ČESKÝCH SENIORŮ V ROCE 2006

str. 3

KOLIK SKUTEČNĚ PŘIBYLO DŮCHODCŮ

str. 2



DŮCHODCI POMÁHAJÍ V BOLESTI

Víte, co v řeči severoamerického indiánského kmene Očipeů znamenají slova „Nunc Kee - wanis“? Nebo co se skrývá pod počestnou formou těchto slov, která zní Kivanis? Pokud ne, nic se z toho nedělejte. My jsme to také nevěděli, než nám náš spolupracovník z Rychnova nad Kněžnou napsal, že tamní Kivanis Klub navštívil místní nemocnici a na dětském oddělení předal malým pacientům panenky (viz i náš snímek), které jim zejména psychicky pomáhají překonat dobu nemoci. Na tomto místě ještě prozradíme, že panenky šijí v domovech důchodců. Vše ostatní se dovíte na straně 6.

PARADOXY ČESKÉ SPOLEČNOSTI

Masopustní veselí skončilo, přišla popeleční středa a nastalo období půstu a odříkání. Doufejme, že to nebude platit obecně. Mnohé tomu ale bohužel nasvědčuje. Jen v lednu vzrostly zejména regulované ceny, a to skokem o 3,8 %. Jde hlavně o náklady na bydlení. O růst nájemného, ceny energie, vodného a stočného, ale i poplatků za odvoz odpadu. Tržní ceny elektřiny navzdory loňské deregulaci vzrostly dokonce o 16 %. Od března, kdy končí regulace ceny plynu, lze očekávat i její další růst. Tendenci růst mají i ceny některých potravin (v lednu tak učinily ceny zeleniny o 17,6 %). Rostou ceny dopravy v souvislosti se zavedením mýtného. Promítne se to nejen do jízdenek,



ale i do ceny řady produktů a služeb. A aby toho nebylo málo, čeká nás vyšší úhrada za léky na základě nové ministerské vyhlášky. U sociálně citlivých domácností představuje růst těchto nákladů klíčovou položku. U těch chudších životní náklady vzrostou o zhruba 10 %. Dojde tak k propadu kupní síly jejich příjmů. Není divu, že sílí hlasy, žádající dodatečnou valorizaci důchodů.

Špatné zprávy se mísí se zprávami o majetkových kauzách různých politiků. Našinec jen kroutí hlavou nad tím, že paměť jindy vševědoucích politiků náhle selhává a oni si nemohou vzpomenout, jak přišli k penězům. Přitom by stačilo jen nahlédnout do evidence finančních

úřadů. Tam by se lehce zjistilo zda vůbec a případně jak své milionové příjmy zdanili.

Zatímco jedni si na původ peněz nemohou vzpomenout, jiní často nevědí, kde je vzít na pokrytí svých základních potřeb. Zvláštní je, že právě mnozí z těchto lidí přesto pomáhají jiným. Jsme rádi, že můžeme v DS zveřejňovat informace o tom, že jsou to velmi často důchodci. Je to i o našich předplatitelích, kteří ačkoliv nemusejí, vyrovnávají rozdíl mezi starým a novým předplatným a žádají, abychom ustoupili od záměru, poděkovat jim za to zveřejněním jejich jmen. A podobných příkladů je mnoho. Je skvělé vědět, že v tomto směru se půstu obávat nemusíme.

František VONDERKA,
šéfredaktor Doby seniorů

Proč nám některá
médiu lžou? str. 5

Braňte své byty
před zloději str. 10

Jak pomoci naší
paměti str. 19

MDŽ připomínat
nebo ne? str. 24

Obdiv ke stáří

Seriálová hvězda Alexandr Rašilov rád vzpomíná na svou babičku Aničku: Já jsem vlastně zažil jen jednu babičku – z otcovy strany. Dědečkové oba umřeli ještě než jsem se narodil, a druhá babička poměrně záhy poté. Takže babička Anička kromě toho,



že byla sama úžasná osobnost, mi ještě zprostředkovala vzpomínky na dědu Rašilova - celý dům, ve kterém jsme vyrůstal byl poznamenán tou jeho legendou. Babička byla takové moje pojítko do těch starých slavných časů, její vyprávění o starých dobách Národního divadla, to byla prostě magie. Samozřejmě uměla dobře vařit a péct, nejradši jsem k ní chodil na koláče, byla absolventkou rodinné školy, uměla flambované dorty i vytvořit si střih na šaty. Dnes mám zase velkou radost ze setkávání s pány herci jako je Radovan Lukavský nebo Miloš Nesvadba, kteří ve svém věku jsou nesmírně akční a činorodí. Člověk na ně kouká s radostí a říká si: jsem zvědavý jestli my budeme taky takový frajeři, až budeme v jejich věku.

(d)
Foto TV PRIMA

AKTIVNÍ SENIOR

Tato rubrika je vyhrazena zejména pro zprávy o činnosti a aktivitách seniorských organizací. Je určena všem, kdo chtějí ukázat, že senioři nejsou ti, kdo čekají až pro ně někdo něco udělá, ale že sami berou svůj osud do svých rukou a konají a dokážou správně a potřebné věci vytvořit a prosadit vlastními silami. Nejen ve prospěch samotných seniorů, ale i dalších. A to i těch, kdo dosud nepochopili, co vyžaduje doba. Do rubriky Aktivní senior rovněž zařazujeme zprávy, které mohou inspirovat a podnítit k akci i jiné. Pište nám, rádi budeme o podobných aktivitách informovat. DS jsou přece i vaše noviny!

Zvou mezi sebe

Do redakce DS jsme dostali dopis, jehož autoři nás požádali o zveřejnění následujících řádků: „Srdečně zveme pražské seniory do naší klubovny, kde se mohou dovědět vše o naší činnosti. Můžete si přijít zazpívat při hudbě, zahrát si společenské hry, přihlásit se na různé zájezdy a na návštěvu divadelních představení. Najdete nás v Praze 4, ul. 5. května 34 (konečná tramvaje č. 18) každou středu od 14 do 16 hodin. Těšíme se na Vás.“ Dopis za všechny podepsala předsedkyně obvodní organizace SDČR v Praze 4 paní Ludmila Kubátová. Rádi zveřejňujeme (od toho je přece rubrika Aktivní senior!) a všem zájemcům sdělujeme, že v případě potřeby od nás mohou dostat i číslo mobilního telefonu paní Kubátové. (red)



Zájem o RS ČR

Zástupci Regionálního centra Rady seniorů České republiky v Ostravě počátkem února navštívili Dům s pečovatelskou službou v Ostravě-Bartovicích. Zúčastnili se schůzky Klubu důchodců, kam byli pozváni. Vedoucí regionálního centra Ing. Oldřich Po-



spíšil seznámil přítomné s důvody vzniku Rady seniorů České republiky a s její činností až do dnešních dnů. Zástupci regionálního centra se senioři hovořili také o zákonu 108/2006 Sb. o sociálních službách a zodpověděli při této příležitosti řadu jejich otázek. Po více než dvou hodinách beseda skončila s tím, že na příští schůzce senioři projednají svůj vstup do RS ČR. (opo)

ZA LÉKY O STOVKY VÍC?

O stovky korun měsíčně budou možná od dubna muset platit pacienti za léky na předpis. Podle exministra zdravotnictví Davida Rathy se nová kategorizace léků dotkne především chronicky nemocných a důchodců.

Máme spočítáno, že každý člověk zaplatil v uplynulých letech za léky v průměru kolem 700 korun,“ prohlásil mluvčí Ministerstva zdravotnictví Tomáš Cikrt. „Po zavedení vyhlášky se tato částka zvýší o 150 korun. To je ale maximum. Spíš čekáme, že to bude méně, někteří výrobci začali snižovat u svých léků ceny.“ Jak se na dávají zástupci pacientů? Na to jsme se zeptali Ing. Josefa Mrázka, CSc. viceprezidenta Svazu pacientů ČR:

Jaké změny chystá v placení léků ministerstvo zdravotnictví?

„V programu vlády je poplatek 20 Kč za každý recept, to zatím není schváleno, stejně jako poplatek 50 Kč za každou návštěvu u lékaře a každý den v nemocnici. Může to projít parlamentem, když poslanci Pohanka nebo Melčák budou hlasovat s ODS. Dále to je snížení úhrad u mnoha léků, které se projeví více či méně jako zvýšené doplatky podle toho, zda firmy trochu sníží ceny. Vypadá to ale, že nesníží dost ani ti, kdo trochu sníží. U některých léků klesne úhrada na nulu. Údajně nejsou potřebné nebo nejsou účinné. Není to tak docela pravda. Pečlivému lékaři by se mělo dařit dopad na pacienty zmírnit nalezením

optimální skladby hrazených přípravků.“

Jaké léky se mají zdražovat nejvíc? Můžete uvést konkrétní příklady?

„Snížení úhrad postihuje celé spektrum léčiv skoro stejně a ve všech skupinách je vyhlídka na minimalizaci doplateků podobná. Jsou však léčiva, jako vitamíny a některá psychofarmaka a kapky do nosu a podobně, kde jsou zásahy drastické. Vyhláška ale ještě prochází odvolacím řízením, takže nic není definitivní.“



Návštěva lékárny bude opět dražší.

Ministerstvo tvrdí, že z průměru 700 korun za léky, které pacienti vydávají ročně, se tato částka zvedne o cca 150 korun, podle vašeho vyjádření jde o cca 200 korun měsíčně. Z čeho vycházíte vy a z čeho ministerstvo, že jsou tato čísla tak rozdílná?

„Doplatek závisí na skladbě léků. Těch 700 Kč je průměr za zdravé i nemocné, takže u nemocných je to daleko více. Doplatky se zvětší o asi 25 až 30 % a hodnota 200 Kč měsíčně navíc bude u mnoha nemocných překročena. Zmírnit to má zastropování všech poplatků na nejvýše 5000 Kč ročně. Ale to by musel nejdříve schválit parlament a potom by se to překročení vrátilo až dodatečně vždy v následujícím roce.“

Co lze ještě dělat, aby se důchodcům neodlouply měsíčně další částky z už tak nepříliš vysokých důchodů?

„Dávat najevo své mínění ve směru k poslancům a senátorům i hejtmánům, které si zvolili.“

Ptal se Dušan POKORNÝ

Kolik skutečně přibýlo důchodců

Důchodců, kteří dostávají důchod od České správy sociálního zabezpečení, je o 206 111 víc než před deseti lety.

Vyplývá to ze statistik České správy sociálního zabezpečení. Zatímco v roce 1996 ČSSZ evidovala celkem 2 477 673 lidí pobírajících starobní, invalidní nebo pozůstalostní důchod, o deset později se jednalo o 2 683 784 důchodců. **Převažovaly ženy**, a to ve všech letech posledního desetiletí. V roce 2006 bylo celkem 1 656 280 důchodkyň, zatímco mužů pobírajících důchod bylo 1 027 504. Podobný poměr lze vysledovat už i v roce 1996 a po něm následujících letech. Za deset let **nejvíce přibýlo důchodců starobních**. Z výše uvedeného čísla 206 111 celkem **198 352 lidí**

tvorili starobní důchodci. V roce 1996 ČSSZ evidovala 1 796 998 starobních důchodců, o deset let později jich bylo 1 995 350. Řada lidí přitom **pobírá současně starobní a pozůstalostní** (tj. vdovský či vdovecký) **důchod**, jedná se o tzv. souběh důchodů. Proto se **liší celkový počet důchodců a počet vyplácených důchodů**. Všechny důchodů ČSSZ koncem loňského roku vyplácela 3 310 174, ve stejném období roku 1996 jich bylo 3 031 604. (Pozn.: skutečně uvedené počty důchodů a důchodců jsou bez výplat do ciziny a rovněž nezahrnují důchody a důchodce v působnosti mi-

nisterstva obrany, spravedlnosti a vnitra.)

Od roku 2001 vede ČSSZ srovnávací statistiku poplatníků pojistného versus důchodci, resp. starobní důchodci. Z ní mimo jiné vyplývá, že v prosinci 2006 **na jednoho důchodce přispívalo 1,81 poplatník** pojistného. A pokud bychom srovnávali pouze počet starobních důchodů ve vztahu k poplatníkům pojistného, pak v prosinci 2006 **na jednoho starobního důchodce přispívalo 2,43 poplatníků**. Průměrná výše starobního důchodu vypláceného sólo **v roce 1996 byla 4609 korun**. **O deset let později se jednalo o 8187 korun**. Nejvyšší starobní důchod, který ČSSZ vyplácela, byl v pásmu 54 000 - 55 000 korun a pobírala ho jedna osoba. (red)

Počet pouze starobních důchodců - podle evidence ČSSZ

	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006
CELKEM	1 796 998	1 802 664	1 848 639	1 879 883	1 906 759	1 9022 772	1 907830	1 914219	1 944 915	1 961 870	1 995 350

Penze českých seniorů v roce 2006

V novoroční bilanci výsledků práce Rady seniorů ČR za rok 2006 jsem z neúplných dat naznačil sociální postavení českých seniorů, které se přes navýšení průměrné starobní penze sólo o 155 Kč oproti zákonnému minimu meziročně nezlepšilo.

Dnes Vám mohu předložit fakta přesnější, ale nikoliv konečná. Komplexně bude možné sociální postavení seniorů a tím také stav mezigenerační spravedlnosti v české společnosti posoudit až v březnu a životní úroveň v květnu 2007. Tj. po zpracování údajů o průměrné nominální mzdě v národním hospodářství, o výkonnosti ekonomiky a v neposlední řadě také o struktuře a dynamice spotřeby. **Sociální postavení a životní úroveň českých seniorů jsou základními veličinami, které Rada seniorů permanentně vyhodnocuje a při jednáních s ústavními činiteli projednává.** O všem Vás budeme informovat v Době seniorů, a to v dubnovém a následně v červnovém vydání. To-lik úvodem.

Příjemců starobních penzí v loňském roce přibýlo, a to o 33 480, tj.



o 1,7 %. Celkově starobní penze pobíralo 1 995 350 seniorů oproti 1 961 870 seniorům v roce předchozím. Průměrná starobní penze sólo pak dosahovala 8129 Kč k 1. lednu a **8 187 Kč** k 31. prosinci 2006 (jde o penze civilního sektoru, bez penzí ozbrojených složek). Z toho u mužů 9157 Kč a u žen 7431 Kč. Jde o meziroční růst penzí o **5,57 %** a jejich reálné kupní síly o **3,02 %**. Růst životních nákladů důchodců, který k 31. prosinci meziročně činil 2,5 pro-

centního bodu tedy lednová valorizace penzí vykompenzovala. Měřeno k před transformačnímu roku 1989 převýšila reálná kupní síla průměrné penze jeho úroveň o **6,33 %**. O žádnou výhru ale nejde, jsme 17 roků po ekonomické transformaci, navíc reálná kupní síla průměrné mzdy úroveň roku 1989 převýšila již o **44,8 %**. A to v roce 2005, za rok 2006 data nejsou k dispozici. Nejvíce seniorů pobíralo starobní důchod v pásmu od 7000 do 9 000 Kč. Nejvyšší starobní důchod pak byl vyplácen v pásmu od 54 000 do

Česká rep.	8187 Kč	Index/ČR
Moravskoslezský	8260 Kč	100,89
Zlínský	7991 Kč	97,61
Olomoucký	7969 Kč	97,34
Jihomoravský	9097 Kč	98,90
Vysočina	7943 Kč	97,02
Pardubický	7997 Kč	97,68
Královéhradecký	8066 Kč	98,52
Liberecký	8114 Kč	99,11
Ústecký	8142 Kč	99,45
Karlovarský	8073 Kč	98,61
Plzeňský	8147 Kč	99,51
Jihočeský	8077 Kč	98,66
Středočeský	8195 Kč	100,10
Hl. m. Praha	8768 Kč	107,10

55 000 Kč a pobírala jej jedna osoba. Z teritoriálního hlediska byly nevyšší penze v okrese Praha 6 (8 922 Kč) a nejnižší v okrese Znojmo (7614 Kč). Jde o rozdíl 1308 Kč. Pouze tři kraje převýšily průměrnou penzi v České republice.



Zdeněk PERNES
– předseda Rady seniorů ČR

K 1. lednu 2007 byly penze valorizovány, v průměru o 6,2 %, tj. navýšení o **508 Kč**. Jde o **138 Kč** měsíčně navíc oproti zákonnému minimu. Průměrná starobní penze sólo tak dosahovala **8695 Kč** a k 31. lednu již 8 708 Kč. Nízké starobní penze, tj. do úrovně životního minima (od 1. 1. 2007 3 126 Kč u osamělé osoby) pobírá 10 148 seniorů. Ioni je pobíralo 11 119 seniorů. Jde meziroční pokles o 8,73 procentního bodu. Nejvíce penzí je vypláceno ve

Výše důchodu v Kč	Počet	Index	% z celkového	
od do	2006	2007	207/206 počtu	
do 3199	11119	10148	9127	0,71
3200 3999	6200	6480	103,02	0,45
4000 4999	18101	13980	77,23	0,98
5000 5999	59649	34919	58,54	2,45
6000 6999	220616	128128	58,08	8,99
7000 7999	376381	317412	84,33	22,26
8000 8999	329074	344817	104,78	24,18
9000 9999	219660	279687	127,33	19,62
10000 10999	86445	161045	186,28	11,29
11000 11999	48615	67182	138,19	4,72
12000 a více	20087	61992	308,62	4,35
Celkem	1396047	1425790	102,13	

vyšší od 7000 Kč do 10 000 Kč, celkově 941 916 seniorům. Z celkového počtu vyplácených starobních penzí jde o 66,06 %. Počet nejvyšších penzí vyplácených Českou správou sociálního zabezpečení, tj. penzí nad 12 500 Kč meziročně vzrostl z 10 618 v roce 2006 na 43 350 v roce 2007, tedy čtyřnásobně. Jde o nejvyšší tempo meziročního růstu ze všech jedenácti příjmových pásem. V této souvislosti je ale nezbytné dále dodat, že ozbrojeným složkám Česká správa sociálního zabezpečení penze nevyplácí, vysokých penzí tedy bude daleko více. **Na průměrnou penzi, tj. na 8 708 Kč nedosahuje 789 948 seniorů, tj. 55,4 % z celkového počtu.**

ZDENĚK PERNES
– předseda Rady seniorů ČR

AKTIVNÍ SENIOR

Informace SDČR

Novým předsedou KR SDČR kraje Vysočina byl zvolen Ing. Ivan Krňanský, který nahradil dlouholetého úspěšného předsedu p. Antonína Kalába, který se z důvodu onemocnění vzdal funkce. Ing. I. Krňanského nahradila ve funkci předsedy místní organizace Žďár n.S. dosavadní místopředsedkyně paní Emilie Benešová.

K další změně ve vedení Krajské rady dochází v Ústeckém kraji. Dosavadní dlouholetý funkcionář a předseda KR Jiří Hrdlička se vzdal pro onemocnění funkce. Ústřední rada SDČR mu za dlouholetou činnost vyslovila, podobně jako p. A. Kalábovi, dík a uznání. Kraj povede do voleb místopředseda

Doporučujeme všem seniorům, kteří mají zájem zjistit jak vysoké jsou náklady zdravotní pojišťovny na jejich zdravotní péči včetně léků, která jim byla poskytnuta v r. 2006, aby využili své zákonné právo a požádali zdravotní pojišťovnu o „Účet pojištěnce za rok 2006“.

Ve vlastnoručně podepsané žádosti uveďte své rodné číslo. Zkontrolujte si získané údaje a upozorněte na chyby či nejasné položky. Zdravotní komise SDČR vám nabízí pomoc v případě nejasností.

Pokud platíte u lékařů nebo v jiných zdravotnických zařízeních doplatky apod., požádejte o vydání potvrzení s razítkem. Pokud máte nejasnosti obraťte se přímo na příslušné pracoviště nebo na zdravotní komisi SDČR.

Pokud chcete ve svém bydlišti založit novou organizaci SDČR, případně změnit Klub seniorů na samostatnou organizaci Svazu důchodců ČR, obraťte se o pomoc na nejbližší organizaci, tj. Krajskou radu SDČR nebo přímo na ústředí SDČR. Toto má k dispozici nábořové letáčky a plakáty.

Upozornění všem členům a příznivcům Svazu důchodců ČR. Svaz důchodců ČR - ústředí se k 1. únoru 2007 odstěhovalo z Prahy 6-Dejvic, Wuchterlova 5.

Nové sídlo:
Svaz důchodců ČR
nám. W.Churchilla 2
Telefon: 234 462 082 - 4
e-mail: svazdouchodcu@seznam.cz
www.rscr.cz
Teletext Nova str.664 a 665

(Sídlo je v Domě odborových svazů ve 3.poschodí č. dveří 337; ve stejné budově (v 9. Poschodí) sídlí i Rada seniorů ČR).

AKTIVNÍ SENIOR

Dopis měsíce

Přišel z Litoměřic a jeho autorkami jsou členky tamnější místní organizace Svazu důchodců ČR Eva Vladysková a Sonja Chmelová. Píše se v něm:

„Oblíbili jsme si noviny Doba seniorů, pro obsah, který seniorům opravdu pomáhá.

Chtěli bychom přispět svou troškou pro informaci ostatním seniorům.

V našem 25 000 městě Litoměřice máme mimo jiné i Klub seniorů jehož patronem je Městský úřad. Klub je plně využíván. Každé pondělí se zde konají přednášky na různá témata, třeba lékařská, cestovatelská, přírodovědná, hudební a jiná. Oblíbená jsou i témata se zaměřením na bezpečnost seniorů, které se konají několikrát ročně a seznamují nás s nimi pracovníce Policie ČR.

Oblíbená jsou i odpoledne, kdy zdobíme trička, polštáře, pleteme a šijeme panenky. Větší panenky jsme šily i pro UNICEF. Teší nás, že výtěžek z prodeje jde na očkovací séra pro děti v rozvojových zemích. Akce v přírodě s pracovníky CHKO České Středoohoří a akce které pro nás pořádá Galerie výtvarného umění v Litoměřicích se teší velké oblibě.

Tělesnou kondici si seniorky udržují 2x týdně na relaxačním cvičení. Někteří z nás se zúčastnili „Krajských sportovních her seniorů“ v Mostě a to úspěšně. Rádi také soustředíme v házení šípkami a to i naše nejstarší členky.

Pravidelné hudební čtvrtky jsou stále oblíbenější a schází se nás stále více. Zpíváme s doprovodem kytary a mandoliny. Náš repertoár je pestrý.

Několikrát ročně jezdíme do divadel. Ani v poznávání památek a různých zajímavostí v našem regionu nezůstáváme pozadu. Abychom nebyli jen pasivními obyvateli města, zúčastňujeme se různých akcí města a často svými připomínkami pomáháme odstranit různé nedostatky.

Je nám líto, že některé kulturní akce jsou pro seniory cenově nedostupné.

● Za inspirativní dopis děkujeme a přejeme hodně úspěchů v práci. Informace o dalších akcích velmi rádi zveřejníme na stránkách DS. (fav)

ZA ZÁBAVOU

Chcete se dobře pobavit a nevíte kde? Máme pro vás tip. Jestliže jste z Prahy nebo blízkého okolí a máte rádi tanec, tak výborným uvolněním jsou



odpoledne se skupinou Colorklub, která se konají v KD Barikádníků (Barča). Na své si přijdou příznivci dechovky, lidovek, swingu i country a skupina se nebrání ani zahrání nejnovějších hitů. V březnu v Barče vystoupí 4. a 18. a to vždy od 14. hodin. (red)

Důchodový účet ve ztrátě?

Do DS jsme dostali tiskové prohlášení poslance a místopředsedy Výboru pro sociální politiku Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR RSDr. Miroslava Opálky. Týká se toho, že většina českých médií přinesla 5. a 6. února informace o údajně ztrátovém výsledku na tzv. důchodovém účtu za r. 2006. Vzhledem k tomu, že záležitost se týká především seniorů a také proto, že poslancůvo vyjádření potrefená média ignorovala, přinášíme v DS jeho podstatné části.

Komu či čemu slouží nepravdivé informace, že si důchodový systém připsal v r. 2006



ztrátu? Vždyť to není pravda! Je možné, že si ekonomičtí redaktoři spleťou účetní zůstatek zahrnující i výdaje na r. 2007 (+ 2,2 mld.) s korigovaným účetním výsledkem očištěným od jiných období než je r. 2006 (+ 7 mld.)? Je to v nedostatku času, nedostatku kompetentnosti, ve slepé důvěře některým „zasvěceným“ a nebo je příčinou tohoto mylného informování spoluvytváření objednané psychózy, aby se veřejné fondy lépe privatizovaly?

Proto chci touto cestou opět upozornit na některá nesporná fakta, která by neměli opominout žurnalisté-profesionálové:

Údaje v mld. Kč zaokrouhlené na desetiny	zákon o SR na r. 2006	upravený SR k 30. 6.	skutečnost k 31. 12.
Příjmy z DP v r. 2006	270,3	279,1	268,5
Výdaje na DP jen za r. 2006	260,0	263,5	261,5
Vyvedení DP mimo důch. systém r. 2006	10,3	15,6	7,0
Vyvedení přebytku DP z let 2004 - 2005 do příjmu SR mimo DP v r. 2006	0	0	9,3
Posílení př. SR z DP pro jiné kapitoly SR	10,3	15,6	16,3
Kumulované pohledávky vůči plátcům dlužné od r. 1993 do r. 2006 (nedobytná rezerva DP)			59,7
Výdaje na administraci DP dle vyhlášky MF č. 76/2005 Sb. (ne dle skutečné rezie!) asi			4,7
Úspěšnost výběru ČSSZ očištěná - za r. 2006			99,5 %
Provozní výdaje ČSSZ (včetně tvorby rezervního fondu) v r. 2006			1,9 %
Počet jen starobních důchodců / poplatníků DP v tisících k 31. 12. 2005			1962 / 4825
Počet jen starobních důchodců / poplatníků DP v tisících k 31. 12. 2006			1995 / 4848

KOMENTÁŘ K TABULCE:

● Jak lze z exaktních údajů zjistit, důchodový systém není už třetím rokem ve ztrátě! A to i po zvýšení mandatorních výdajů novelami zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, pro r. 2006 (výdaje, které nebyly součástí matematického modelu tzv. Bezděkovy komise, na zvýšené výplaty: částečných invalidních důchodů, vdoveckých a hornických důchodů).

● Schvalovaná struktura státního rozpočtu již rozpočtově předjímá přebytky na důchodovém účtu státního rozpočtu, které jsou rozpouštěny v jiných výdajích státu. Je třeba zdůraznit, že zvyšování rozpočtovaných příjmů jde nad rámec reality (předpokládaného růstu mezd, respektive vyměřovacích základů), což se odrazilo v plnění rozpočtovaných příjmů, ale už ne v rozpočtovaných výdajích (mimo důchodový systém) z těchto fiktivních příjmů.

● Nepotvrdilo se tvrzení vlády ODS, že v systému nebude dostatek finančních prostředků na výplatu prosincových důchodů a zcela nerozumně se rozpustila - vložila do příjmů státního rozpočtu r. 2006 - kumulovaná rezerva z přebytků výběru na DP z r. 2004 a 2005 ve výši cca 9,3 mld. Kč. Kdo ji tam vrátí?

● V rezervě pro důchodový systém chybí dnes již většinou nedobytné prostředky - kumulované pohledávky od r. 1993 do r. 2006 ve výši téměř 60 mld. Kč. Kdo za to může?

● Důchodový systém je samofinancovatelný a dokonce uhrazuje i režijní náklady ČSSZ, která vykonává i činnosti mimo důchodový systém. Je to jediný orgán státní správy, jehož celá činnost není hrazena z daňových příjmů státu, ale především ze sociálních pojistných systémů - sociálního zabezpečení.

● Výběr pojištění je ochuzen určitou asymetrií. Důchodový systém je dosud vysoce solidární i v tom, že plátcí nesou břemeno úhrad zápočtových dob, za které stát do systému neodvádí pojistné, jako je tomu u zdravotního pojištění (za tzv. státní pojištěnce). A dále neopodstatněným rozdílem pro výpočet vyměřovacího základu u zaměstnanců a u osob samostatně výdělečně činných, které odvádějí výrazně méně.

● Předpokladem růstu příjmů na důchodovém pojištění bude v dalším období vedle růstu mezd také snižování nezaměstnanosti. Armáda cca 450 tisíc registrovaných nezaměstnaných by do systému odvedla nemalé finanční prostředky a vytvořila vysoký přebytek pro kritické období!



Kauza exministra Mlynáře

PODLE MNOHÝCH MÉDIÍ JE NEVINNÝ, DS PŘINÁŠÍ NÁZOR DRUHÉ STRANY

Bývalý ministr informatiky Vladimír Mlynář by měl jít na pět a půl roku do vězení. Soud ho koncem ledna uznal vinným v kauze firmy Testcom servis. Spolu s Mlynářem byli odsouzeni také exředitel České televize Dušan Chmeliček a jeho náměstek Vít Novotný. Ti dostali šestileté tresty.

Soudce udělil mnohem přísnější tresty, než navrhovala obžaloba. Státní zástupce chtěl pro Mlynáře pouze roční podmíněný trest s odkladem na dva či tři roky. Podmíněné tresty navrhl státní zástupce i Chmeličkovi a Novotnému. Všichni svoji vinu popírali.

Ve většině médií se následně rozjela kampaň, že bývalý ministr a jeho společníci jsou oběťmi justice, protože ve skutečnosti jejich jednáním nevznikla žádná škoda. Do DS jsme dostali i názor Sdružení Občané za svá práva, která toto tvrzení popírá. I proto, že v novinách se neobjevilo, rozhodli jsme se dát tomuto nározu prostor v DS. Byť z prostorových důvodů v poněkud zkrácené podobě.

K čemu došlo

Škoda je ve výši 13,7 mil. Kč a vznikla Státní příspěvkové organizací Testcom. Tato částka měla přijít na její účty, případně tam zůstat a ne na účet nezákonně založené Testcom Servisu s.r.o. (dále TS s. r. o.). Není možné provádět nezákonnou činnost a když vás při ní chytí, tvrdit, že nevznikla škoda, že přeci něco zůstalo – to bylo těch 7,9 mil. Kč co policie ČR zabavila na účtu s. r. o. poté, co se věc začala vyšetřovat.

Znění zákona 219/2000 Sb. o Státním majetku je zcela jednoznačné v tom, že „...stát může založit obchodní společnost nebo se účastnit jejího založení pouze ve formě akciové společnosti. K založení akciové společnosti nebo účasti na jejím založení je zapotřebí předchozí souhlas vlády.“ Zakládat s.r.o. se ministerstvům nepovoluje vůbec! Hlavním smyslem tohoto ustanovení je zabránit obcházení zákona o veřejných zakázkách. Obchodní zákoník nikdy nerozlišoval akciové společnosti na státní, městské a ostatní – soukromé. Totéž platí pro s. r. o. Tyto společnosti jsou pouze jedny. V nich rozhodují pouze lidé, kteří jsou ve společnostech zapsáni v představenstvu nebo v dozorčí radě a nikdo jiný, ani pan prezident, ani předseda vlády, ani ministr, ani primátor nemají právo cokoliv činit ve společnostech, kde mají příslušní vlastníci 51 % majetku. Jen následně prostřednictvím valných hromad společností a v ní lidí vlastníkem do nich dosazených, kteří mu také nemusí vyhovět. Ti se tam rozhodují dle svého vlastního rozumu

a svých přání a lobování. Z hlediska práva je tedy založení obchodní s. r. o. soukromou záležitostí, kde má stát případně spoluúčast nebo větší část majetku a kde o všech finančních operacích rozhodují pouze statutární zástupci společnosti. Přesná výše škody vyplynula ze zákonů ČR, ze soudního jednání, ze smluv uzavřených mezi TS s.r.o. a státní příspěvkovou organizací Testcom a Ministerstvem Informatiky, z faktur, z výpisů z účtů a v neposlední řadě ze zjištění Policie ČR. Uzavírání těchto pro stát nevýhodných smluv bylo umožněno vyhazovem bez udání důvodů Ing. Radko Hochmana CSc. a jmenováním Mgr. Chmelička ředitelem Testcomu dne 11. 6. 2003. To umožnilo podepisování vzájemných smluv a faktur mezi Testcomem, Testcom Servisem s. r. o. a Ministerstvem informatiky.

Vyčíslení škody

Škoda vznikla nezákonným převodem státních peněz z rezervního fondu státní příspěvkové organizace Testcom ve výši 7,5 mil Kč dne 23.10. 2003 na účet TS s. r. o. nezákonně založené dne 30. 9. 2003. Rezervní fond je určen zákonem pro státní organizace a nelze ho použít na zakládání s. r. o. nebo a. s. Tuto s. r. o. založili Mgr. Chmeliček a ing. Novotný jako jednatele, pan Mlynář jako předseda a ing. Běrová a pan Frankl jako členové dozorčí rady.

Další částka nezákonně převedená na účet TS s. r. o. bylo 2,97 mil. Kč, které fakturoval TS s. r. o. Testcomu dne 23.3.2004 za fiktivní nehmotný majetek.

Posledním příjmem TS s.r.o. byla částka 3,2 mil Kč, kterou fakturovala společnost EKONOMIA – HOSPODÁŘSKÉ NOVINY v lednu a únoru 2004 (dvakrát po 1,6 mil Kč). Tento příjem byl umožněn smlouvou o pověření TS s.r.o. správou Portálu veřejné správy a smlouvou o vydávání Obchodního věstníku mezi Ekonomii a TS s.r.o. ze dne 18. 12. 03. Tyto částky byly fakturovány ještě 3 měsíce po dopisech Ministerstva financí a samotného ministra ing. Sobotky ze dne 4. 12. 2003 na Testcom a na Ministerstvo informatiky, že založení TS s.r.o. a použití rezervního fondu je nezákonné se všemi důsledky. Pan Mlynář zrušil TS s.r.o. až 28. 2. 2004 po dvou interpelacích v Parlamentu ČR a po do-



pisu od odborové organizace a zpráv v tisku, když již bylo jasné, že tuto nezákonnou činnost nelze dál provozovat.

Obviněným v této kauze nejvíce přitížilo to, že uvedli v omyl vládu ČR. Usnesením vlády č.503 z 12. 11. 2003 převedla vláda ČR vydávání Obchodního věstníku na MIn. informatiky s tím, že jej bude vydávat prostřednictvím příspěvkové organizace Testcom. Ale místo toho přešla tato výnosná fakturace na TS s. r. o. právě dle Smlouvy o vydávání Obchodního věstníku. TS s. r. o. si smluvil odměnu ve výši 20 milionů ročně, které bude fakturovat Ekonomii – Hospodářským novinám v měsíčních splátkách po 1,6 mil Kč. Ve smlouvě je dále uvedeno, že bude neprodleně zahájeno jednání o prodloužení smlouvy. Proto také Hospodářské noviny tak hlasitě obhajují p. Mlynáře a spol.

Podle soudu tento trik dlouhodobě plánovali jednak založením TS s.r.o. tak i převodem vydávání Obchodního věstníku z Ministerstva spravedlnosti na Ministerstvo informatiky. A to jim dle našeho uvažování nejvíce přitížilo – že podfoukli vládu.

Celková škoda tedy odpovídá 7,5 + 2,97 + 3,2 = 13,67 mil. Kč.

Kdo z toho těžil?

Z celkové částky 13,7 mil Kč bylo použito přibližně 460 tis. na jejich odměny a na **odměny za právní služby!** Dalších 5,3 mil. bylo převedeno na Capital Internet Publishers (CIP) Dr. Baránka. Co se s těmito penězi následně stalo Policie ČR nezjistila, ačkoliv pokud byly získány nezákonně, měly být na účtu CIP blokovány stejným způsobem jako zůstatek 7,9 mil. Kč na účtu TS s.r.o.

S příjmy TS s.r.o. bylo tedy naloženo takto 7,9 + 0,46 + 5,3 = 13,66 mil. Přestože státní příspěvková organizace Testcom zaměstnává přibližně sto odborníků na informační technologie,

byla správou portálu pověřena TS s.r.o. ačkoliv neměla žádné odborné zaměstnance. Proto se soud domníval, že TS s.r.o. byla založena záměrně za účelem získávání peněz pro její zakladatele. Ty pak mizely v CIPu – a neznámo ve kterých kapsách. Ačkoliv je p. Mlynář hlídal, jak sám tvrdí, aby se někde neztratily.

Právní vědomí a právníci na Ministerstvu informatiky, asi když se vyučovalo vlastnické právo, chyběli. Ihned po nástupu p. Mlynáře začaly nezákonnosti. Neudělalo se výběrové řízení na přestavbu 5. a 6. patra v moderní budově !! Jen kytky tam stály přibližně 300 tisíc. Spráteným dodavatelům tak bylo rozdáno celkem 12 mil státních peněz, bez jakéhokoliv stropu. Výběrové řízení se přeci nekonalo. Prostě ráj dodavatelů. Pokuta za zneužití těch 12 milionů státních peněz byla obrovská – 30 tisíc. Navíc ji zaplatilo ministerstvo

Čechy, ráj korupce?

Když viděli, že se jim nemůže nic stát tak pokračovali. Vymysleli si to s.r.o. se všemi těmi triky. Privatizace totiž se zlatými doly skončila. Na nezákonnosti svého počínání byli upozorněni písemně několikrát. Kdo kveruloval byl vyhozen. Ještě 5. 1.2004 psaly Odbory, co je s tím založením s.r.o. Arogantní odpověď sekretariátu z 19. 1. 2004 zněla – o to se nestarejte, vše je v pořádku!

Naše sdružení nemá nic proti panu Mlynářovi a spol. Jen jsme byli nuceni jako odpovědní občané tohoto státu zastavit protizákonná jednání a triky.

Nedovedeme si představit, kdyby totéž někdo provedl na Magistrátě. Jen převedení Rezervního fondu na soukromý účet. To by byl pane poprask. Nebo nějaký obyčejný účetní. Ten by seděl, až by zčernal.

Ruka zákona konečně spravedlivě ocenila nezákonnosti. Kdyby k tomu došlo již v roce 92 nebo 93 – nemusela být v Konsolidační Agentuře ztráta 800 miliard Kč.

Celá tisková kampaň i zpravodajství TV Prima spějí k tomu, aby se řeklo „Celý národ si přeje prezidentskou milost pro pana ministra Mlynáře, který byl neprávem odsouzen zlou a nepřehrávkou justice.“

*Občané za svá práva
Ing. ALEŠ MORÁVEC
místopředseda*

Tolik z dopisu, který došel do redakce DS. Nehodláme ho nijak komentovat, bereme ho jako jeden z názorů, který v aféře sice zazněl, avšak ve většině médií se z něho nic neobjevilo. Jen dodáme, že dříve platilo, že neznalost zákonů neomlouvá a že dvojnásob by to mělo platit o těch, kdo se podílejí na jejich tvorbě. Samozřejmě dáme v DS odpovídající prostor i všem, kdo předvedou důkazy, že argumenty Sdružení Občané za svá práva neodpovídají skutečnosti. (fav)

ZAZNAMENÁNO DS

„Zdravotní cvičení seniorů probíhá v naší organizaci již pátým rokem,“ napsala nám členka MO SD ČR z Hradce Králové Hana Šveco-ová. „Cvičí náš už šedesát ve věkovém rozmezí od 55 do 80 let. Cvičení probíhá na jaře a na podzim

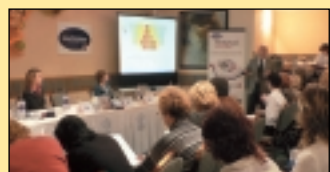


vždy po tři měsíce každé úterý odpoledne. Jedná se především o cvičení zaměřené na zdokonalení dýchání, procvičování kloubů a svalů páteře a také na celkovou relaxaci při hudbě. Cvičíme pod vedením naší členky, zkušené cvičitelky Mgr. Věry Sítné. Cvičí převážně ženy, i když se občas mezi nás odváží i nějaký muž. Kromě toho využíváme týdenní rehabilitační jarní pobyty ve středisku pod hradem Pecka a podzimní čtrnáctidenní pobyty v Řecku na Korfu, které organizuje TJ Sokol Hradec Králové, který nám také pronajímá tělocvičnu.“



Petra Černocká se rozhodla pro pěvecký návrat ke svým posluchačům. Nové CD s názvem Souhvězdí střelce jí pokřtila „kmotra“ a její dlouholetá kamarádka Iva Huttnerová..

Světovou novinku – tlakoměr Tensoval duo control, představila společnost HARTMANN-RICO 15. února v Praze. Kombinací dvou profesionálních metod měření umožňuje dvojnásobně přesné měření krevního tlaku. Korotkovova (tzv. poslechová) metoda měření



krevního tlaku se vyznačuje vysokou přesností výsledků. Umožňuje získat přesné hodnoty měření i u pacientů, kteří trpí poruchami srdečního rytmu (arytmiemi). U pacientů, kteří mají zvuk tepu tak slabý, že ho není možné Korotkovou metodou zachytit, technologie Duo Sensor automaticky přepne tlakoměr na zobrazování výsledků dle oscilometrického měření krevního tlaku. Používání je velmi jednoduché nejen pro lékaře ale také pro širokou veřejnost.

Bezvadné obohacení života

Oblastní nemocnice v Rychnově nad Kněžnou dostala celkem už 2300 tzv. Kivanis-panenek (KIWANIS - DOLL) pro dětské pacienty. Zejména pacienti dětského oddělení této nemocnice v Rychnově nad Kněžnou (primářem je MUDr. Ondruš) i jejich rodiče znají tuto panenku, která pomáhá nemocným dětem překonávat stres z hospitalizace a zároveň má i terapeutický účinek. Na jednoduchém modelu panenky, kterou si po svém dotvoří a omalují, mohou totiž děti lépe poznat svoji nemoc, pochopit léčebné postupy a potlačit strach z neznámého prostředí.

Na výrobě panenek se podílejí klientky Domova důchodců v Albrechticích nad Orlicí, Geriatrického centra v Týništi nad Orlicí, Domovinky při Domě seniorů a Klubu seniorů v Rychnově nad Kněžnou. Zasluhu na tom má občanské sdružení Kivanis Klub v Rachnově nad Kněžnou. Jednou z jeho nejaktivnějších členek je bývalá učitelka, dnes seniorka paní Marie Zientková.

„Rychnovský klub Kivanis vznikl v r. 1997, kdy se navzájem oslovili lidé, kteří chtěli pomáhat postiženým i nadaným dětem. Především bývalí, ale i současní učitelé a řada dalších zájemců. Od té doby tak činí nejrůznějšími formami, takže když jsem v roce 2002 byla oslovena svými v průměru o 16 let mladšími bývalými kolegy, členy Kivanisu, s nadšením jsem vstoupila do klubu. Do práce v klubu jsem se zapojila s radostí, protože i na svém bývalém pracovišti, učňovské škole, jsem poznala, že spolupracovat s mladými lidmi je bezvadné obohacení života.“

A nápad s panenkami?

„Když prezident našeho klubu přišel s tím, že terapeutická panenka, která vznikla v roce 1992 v jižní Austrálii, obíhá svět, tak, proto-



Seniorka Marie Zientková s primářem Ondrušem.

že jsem amatérská švadlena, ujala jsem se úkolu uvést panenku do života u nás. Ušila jsem 25 panenek, vyrobila šablonu, zajistila výplň a strojové nastříhání. Ke spolupráci se seniory došlo tak, že jsem oslovila členky místního klubu seniorů, kde se našlo dost ochotných rukou a později se přidaly také obyvatelky z Domu sociálních služeb a další. Naš prezident, který je ředitelem Geriatrického centra, zapojil babičky, které ušité panenky vyplňují.

Vyrobít panenky není jen tak. Kromě toho, že by se měly líbit nemocným dětem, musí splňovat náročné zdravotní normy. Výplň bavlněné panenky je z antialergické vaty nebo polyesterových vláken. Doplňme vyjádření ředitele rychnovské nemocnice RNDr. Štěpána, který k této aktivitě už dříve uvedl: „Tyto panenky jsou výborná věc, vnáší do toho hravost, děti si méně uvědomují, že jsou v nemocnici. Je to pro nás věc důležitá, moderní, jsme v širokém okolí jedini, kteří to děláme. Rozhodně to pro nás znamená hodně a jsme velice vděční dodavateli panenek, protože teď je můžeme dávat prakticky každému dítěti. Kdybychom si tyto panenky nechali vyrobit profesionálně u nějakého dodavatele, tak by to nebyla zrovna levná záležitost.“

A co říká paní Marie, která na tom všem má mimořádnou zásluhu?

„Vývíjet charitativní činnost v mém pojetí je o nadšení pro věc, o ochotě spolupracovat, o vstřícnosti, o upřímných úmyslech a dotáhnutí záležitosti do konce. To, že panenky slouží dětem a působí jim radostje úspěch nás všech a já děkuji svým mladým přátelům za přízeň, kterou mě věnují, moc to pro mne znamená, cítím se dobře a říkám jim žertem, že mne věkově dostihnou.“

Připravili Josef KRÁM
a František VONDERKA

Co znamená KIVANIS

Jde o dobrovolnou organizaci, bez ideologických a náboženských podtónů, jejíž hlavní náplní práce je charitativní pomoc. S nápadem na její založení přišli krejčí Joseph C. France a profesionální promotér Allen S. Browne v americkém Chicagu v roce 1914, dne 21. ledna 1915 byla pod jménem Kiwanis Club skutečně založena. Měla sloužit nejen charitě jako takové, ale i navazování vztahů mezi podnikavými lidmi, kteří se charitativní činnosti chtěli věnovat. Název si zakladatelé odvodili z věty v jazyce severoamerického indiánského kmene Očipeč „Nunc Kee – wanis“, což přeloženo do češtiny znamená „Dejme o sobě slyšet“.

Dát o sobě slyšet skutky ve prospěch potřebných. Jak se uvádí ve statutu Kiwanis, každý z nás za to, čím je a za svůj úspěch vděčí svému okolí. A měl by to okolí vracet, protože doby čistého individualismu jsou dávno pryč. Lidé by si měli pomáhat.



Myšlenky zakladatelů se v USA a následně ve světě setkaly s mimořádnou odezvou. V Evropě první klub Kiwanis vnikl před 44 lety - 23. února 1963 v rakouské Vídni. V zápětí se však kluby objevily i v Německu, Belgii, Norsku a postupně v dalších zemích. Dnes v Evropě působí regionální federace se sídlem v belgickém Gentu.

Do roku 1987 byly kluby Kiwanis výhradně mužskou záležitostí, pak do nich bylo umožněno vstoupit i ženám, které dnes tvoří zhruba pětinu všech členů.

V současné době už na celém světě působí na 13 000 Kiwanis Klubů, jsou rozděleny do pěti regionálních federací, které se dále dělí na územní distrikty. V roce 2005 měly dohromady 275 000 členů v 93 zemích.

V České republice první Kiwanis Kluby začaly vznikat po roce 1989. Pracují a dávají o sobě opravdu slyšet. Tak dobře, že letos 27. dubna se v Praze uskuteční jednání, jehož hlavním smyslem bude vytvoření samostatného územního distriktu Kiwanis pro Českou a Slovenskou republiku. Bude to první distrikt starobylého klubu, který vznikne na území bývalých socialistických států.

ŠTĚSTÍ MÁ JMÉNO ANDY

Zooterapie ? Ale ne - to jen život sám ...aneb jak jezevčík Andýsek změnil život jednomu manželskému páru seniorského věku (který v životě neslyšel termín canisterapie)

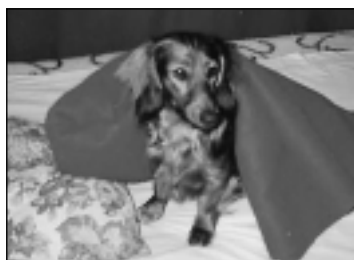
Úvodem dopis

„Naše organizace funguje též jako netradiční kočičí domov prohlubující soužití člověka a zvířete a prezentující přirozené léčebné terapie, např. felinoterapii (nejsme městským či obecním útulkem, ani zařízením dotovaným státními institucemi),“ stálo v dopise, který jsme dostali do DS. „Vytváříme pohodovou klidnou „oázu“ v diskretním harmonickém prostředí, kde si handicapovaní či senioři mohou dopřát relaxaci a rehabilitaci těla i duše způsobem, který si určí sami, aniž by se museli za cokoliv stydět či se omezovat ještě více, než jim přikázal osud. I Vy jste srdečně zváni k návštěvě sídla občanského sdružení Felix GREY v jihočeských Rakovicích u Čimelic (80 km jižně od Prahy), stačí nás pouze kontaktovat předem.“

Po dopisu příběh

U textu byly adresy internetových stránek sdružení www.felinogrey.es tranky.cz, na kterých byla e-mailová adresa Felix.Grey@email.cz. A tak jsme se zeptali, co se ona felinoterapie vlastně je. Mluvčí sdružení Agatha Grey odpověděla tímto příběhem: V jednom okresním městě spokojeně žili manželé, říkáme jim třeba pan Karel a paní Milena.

Prožili mládí se svými radostmi i strastmi odpovídající své době, vychovali dceru, poznali všední i sváteční dny středního věku a smířili se



s přicházejícím stářím.

Celý život pracovali, měli se rádi, žili jeden pro druhého, postarali se o své staré a v posledních letech bohužel již nemohoucí rodiče, přesto nezatrpkli a dokázali se radovat z maličkostí, které život přináší. Jak čas plynul, přibývalo bolístek a nemocí, bylo stále těžší odolávat přibývajícím rokům, život kladl do cesty nejednu překážku a úsměv se pomalu vytrácel.

Snad to byla náhoda, snad tomu chtěl osud. Vnučka dostala k Vánocům roku 1992 malý chlupatý dáreček - jezevčíka. Dostal jméno Andy



a rostl vesele do krásy. Až jednou ... Bylo moc práce, mladí toho musí přece tolik stihnout. A tak Andy, tehdy několikaměsíční štěně, putoval k babičce a dědovi na několikadenní hlídání s tím, že jakmile se vyřídí potřebné, mladí si pro pejska hned přijdou, aby prarodiče příliš neobtěžoval. Tak se i stalo.

Za několik týdnů se situace opakovala. Milý Andýsek si tentokrát získal babiččino srdce, a sprátelil se s dědou natolik, že jeho odjezd domů



oba oplakávali. Neuběhlo mnoho dní a následoval telefonát, babička se ptá, jestli vnučka nepotřebuje opět hlídání? Ale, ale, že by se nám stýskalo? Babička musí s pravdou ven a přiznává, že by se o pejska ráda postarala třeba i poněkud déle, že jí chybí a děda že na něj také pořád vzpomíná.

A tak Andýsek, téměř roční pesík, opět putoval do okresního města, a jeho milující páníčci bojovali s obavami, jak opětovnou změnu životního stylu přijme...

Na přivítanou šunčička a spousta psích dobrůtek, vystlaný pohodlný pelíšek a dva páry milujících rukou. Andýsek měl, oč si štěknul, ale štěkat nemusel, stačil jeden pohled oddaných psích očí... Aniž to kdo plánoval, Andýsek získal nový domov, a pan Karel s paní Milenou našli mnohem více. Potřebného člena rodiny, za něhož jsou zodpovědní.

Mají oddaného přítele a kamaráda, se kterým se lehce zapomíná, že nohy už tolik neslouží, a že je za námi zase další den ...Nový smysl života.

Denní rituály, které se prostě mu-

sí odehrát. Andýsek čeká u dveří, je čas jít ven. A ven se jít prostě musí. Stále pomaleji, ale pořád pravidelně. Andýsek má hlad, musí se připravit snídani, oběd a večeře. Andýsek se chce mazlit, všechno ostatní počká. Andýsku, nevidím tě, kde jsi? (Andýsek leží pod stolem a už asi minutu je hodný a potichu).

Každý příběh má ovšem nejen začátek, má i svůj konec. Ale příběh pana Karla a paní Mileny pokračuje. Panu Karlovi nedávno bylo 95 let. Paní Mileně 84 let. Andýskovi je 14 psích let.

Dovětek paní Agáty

„Canisterapie, aneb „léčba psem“ je známá, nepodceňujeme však své kočičí přátele? **Kočka je ideálním „partnerem“ pro osoby se sníženou hybností, neboť nevyžaduje pravidelné venčení, výcvik, fyzickou spoluúčast.** Podstatou felinoterapie (léčba kočkou) je využití vrozeného daru empatie, intuice a léčivé energie kočky, schopnost navozovat duševní harmonii a nalézat ztracenou životní rovnováhu, odnímat pocit osamění. Felinoterapie je podpůrná metoda při léčbě tělesných a psychických nemocí.



Všeobecně známé jsou účinky při snižování krevního tlaku, stabilizace funkcí srdečního svalu, léčba psychických potíží, stresu, pocitů úzkosti či neklidu a fobií formou bezprostředního kontaktu a doteku. Lékař léčí – kočka uzdravuje. Pokud ovšem dostane šanci.

Ne všichni senioři jsou odkázáni na přímou pomoc svého okolí, někteří naopak mladší generaci předčí svoji vitalitou. Bohužel je tu i druhá strana mince - handicap jménem samota, opuštěnost, ztráta sebevědomí, ztráta sebe sama. Proto u nás vytváříme pohodovou klidnou „oázu“ v diskretním harmonickém prostředí, kde si handicapovaní či senioři mohou dopřát relaxaci a rehabilitaci těla i duše způsobem, který si určí sami, aniž by se museli za cokoliv stydět či se omezovat ještě více, než jim přikázal osud.“ (red)



KNIŽNÍ OKÉNKO DS

Horké řecké léto

Chvilí před svatbou přistihne Sofie Metropolisová svého skoromanžela vášnivě objímat jednu z družiček. Nastal čas změny! Sofie zabaví všechny svatební dary včetně malého činžáku od rodičů jako odškodné, najde si novou práci v detektivní kanceláři strýce Spyra. Nic dobrodružného, spíš na-



opak - špehování záletných manželů a hledání zaběhnutých pejsků. A pak to přijde. Nejlepší kamarádce Sofiiny matky ukradnou psa. Kniha *Štěstí na řecký způsob* je provokativní, napíná i vtipná současně a ocení ji všichni, komu se líbila Moje velká tlustá řecká svatba. Román Tori Carringtona, což je literární pseudonym manželů Lori a Tonyho Karaianiových, vydalo nakladatelství BBart a koupíte ji za 199 korun.

Zapeklité historky

Milovníci suchého anglického humoru ocení román, který v Česku vychází poprvé. Angličan se pohádá v americkém hotelu. Přímou majitelem, a co hůř: je ženatý s jeho dcerou, aniž by tušil, čím je to dcera. Starého pána si chce naklonit tím, že si najde užitečné zaměstnání a tak je postupně modelem časopisových obálek, hlídačem hada a spousty dalších podivuhodných profesí. *Archibaldovy nepřístojnosti* autora Pelhama Grenvilla Wodehouse vydává Vyšehrad a koupíte je za 248 korun.



10 nejprodávanějších knih

1. (+) Milan Kundera: Nesnesitelná lehkost bytí, 357 Kč
2. Agatha Christie: Schůzka se smrtí, 199 Kč
3. Bohumil Hrabal: Obsluhoval jsem anglického krále, 289 Kč
4. (-) Halina Pawłowska: Jak blbá, tak široká, 199 Kč
5. Patrick Süskind: Parfém, 99 Kč
6. Corinne Hofmannová: Bílá Masajka, 229 Kč
7. Mika Waltari: Plavovláska. Už nikdy nebude zítra, 39 Kč
8. Corinne Hofmannová: Zpátky z Afriky, 209 Kč
9. Irena Dousková: Oněgin byl Rusák, 220 Kč
10. Miloš Forman, Jean-Claude Carrière: Goyovy přízraky, 229 Kč

Rubriku připravujeme ve spolupráci s knihkupectvím Kanzelsberger.

INFO LETEM

Poradny RS ČR

Sídlo pražské poradny Rady seniorů České republiky je v Domě odborových svazů v Praze 3, Nám. W. Churchilla 2.

Telefonní spojení -
oblast sociální: 234 462 074,
oblast právní: 234 462 076,
oblast bytová: 234 462 075,
poradna pro seniory pro práci
s PC: 234 462 073 - 7.

E-mail: rscr@rscr.cz

Pracovníci poradny vyřizují každé pondělí a středu (14 - 18 hod.)
otázky sociální, každé úterý
a čtvrtek (14 - 18 hod.) otázky



Rada seniorů
České republiky
č.m. 911 a 912

bytové. Do poradny pro práci s PC můžete volat každý pracovní den od 9 do 11 hod., nebo napsat na email: hrebejk@rscr.cz
Osobní návštěvu v nejen v počítačové poradně je vhodné předem oznámit telefonicky.

KONTAKTNÍ ÚDAJE
REGIONÁLNÍCH
PRACOVISŤ:

Hradec Králové, Dům odborových služeb,

Gočárova 1620 - kancelář 405 -
telefon 495 521 048

Email: poradna.hradec@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště v Hradci Králové je Prof. RNDr. PhMr. Jan Solich, CSc.

●

Ostrava, Dům odborových služeb, Československá

18 - kanceláře 55, 55A -

Telefon: 596 111 023

Email: poradna.ostrava@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště v Ostravě je Ing. Oldřich Pošpišil.

●

Brno, Dům odborových služeb, Malinovského nám. 4 - kanceláře

413, 414 - telefon 532 139 414

Email: poradna.brno@rscr.cz

Vedoucím regionální poradny v Brně je Ing. Pavel Březa.

●

Regionální poradny pracují v obdobném režimu jako pražská centrála, neposkytují však seniorům poradenství pro práci s počítačem. Tato poradna existuje pouze v pražské centrále.

VODA: SLUŽBA NEBO ZBOŽÍ?

Občané často žehrají na drahotu pitné vody včetně stočného, která je příčinou skutečnosti, že po vytápění a ohřevu užitkové vody jde o druhou nejdražší komponentu rodinných rozpočtů. Domnívají se, že vyúčtování této služby je málo průhledné transparentní, dožadují se bytových vodoměrů, podle nichž by si mohli kontrolovat skutečnou spotřebu vody a v řadě případů chtějí, aby se pitná voda stala zbožím poskytovaným dodavatelem přímo jim a ne zprostředkovaně přes vlastníka bytového domu či bytu.

Občanská sdružení hájící zájmy konečných spotřebitelů služby tyto požadavky plně chápou a snažila se i v minulosti je plně uspokojit požadavkem na zavedení přímého měření množství vody v bytech a v nebytových prostorech, tedy stejným způsobem, tak jak je ostatně již dlouhou tradicí v opatření elektřiny či zemního plynu. #

Tyto snahy se však dosud měly účinkem, protože v zákonodárných sborech k nim není dostatečná. Do značné míry je brzdou změny legislativy i vlivná lobby vodárenských firem. Uzavření spousty nových smluv o dodávce s dosavadními konečnými spotřebiteli a převedení jejich role do role smluvního odběratele by totiž znamenalo pořádnou porci práce pro vodárenské obchodníky, kterým dosud stačila smlouva jediná pro bytový dům jako celek.

Jaká je tedy současná právní úprava v tomto segmentu bydlení? Vodohospodářský zákon považuje za odběratele vlastníka domu. S ním dodavatel sepíše smlouvu o dodávce pitné vody a smlouvu o odvodu splašků do kanalizace, v níž je ke stanovení množství dodané vody určen fakturační vodoměr na patě domu. Množství splašků se určuje obvykle jako totožné s množstvím dodané a změřené vody a k tomu se ještě v řadě případů připočítá množství srážkové vody, které se co do množství určí na základě platné vyhlášky. Ta sice umožňuje stanovit množství dodané vody podle tzv. ročních směrných potřeb vody a počtu osob, ale tento způsob vyhláška považuje vyloženě za náhradní, pokud není znám náměr fakturačního měřidla. Je třeba říci, že tabulkové počty kubiků uvedené jako roční



V drtivé většině domů je jediné měřidlo spotřeby vody umístěno u hlavního uzávěru přívodu. V případě většího počtu nájemníků se pak odběratelé na platbě podílejí podle různých výpočtů, které mnohdy poškozují právě ty, co se snaží vlastní odběr omezit. Změně, která by přinesla větší spravedlnost, ze brání i vodárenské firmy. Ty jsou u nás dnes velmi často v rukách zahraničních firem a pradozně jsou mnohdy jejich majitelé ze států, které už možnost individuálního odpočtu spotřeby vody dávno zavedly.

směrná čísla potřeby vody (obvyklá je zkratka RSC) jsou v porovnání s běžnou skutečností určena s dostatečnou rezervou – měřené množství je většinou o něco nižší.

Poskytování pitné vody a odvodu splašků je pak nájemcům (event. vlastníkům) bytů poskytováno jako služba spojená s užíváním pronajaté jednotky a nikoliv tedy jako zboží, které by muselo být měřeno. Instalace bytových vodoměrů jako podružných (poměrových) měřidel pak logicky není povinností vlastníka (správce) domu či bytu ale jen sjednaným výsledkem předchozí dohody se všemi konečnými spotřebiteli. Na skutečně poskytnuté množství se pak usuzuje jen v poměru náměrů bytových měřidel a nikoliv podle jejich skutečného náměru. Není - li měřidlo v jednotce, použije se součin počtu osob v průměru ročně užívajících jednotku a RSC daného pro konkrétní jednotku v závislosti na vybavenosti. RSC pro byt s WC, koupelnou a výtoky pro kuchyň, WC a koupelnu v případě ústřední či dálkově poskytované teplé užitkové vody např. činí 56 m³ na osobu, a v případě ohřevu vody v bytovém bojleru nebo plynovém průtokovém ohřevu jen 46 m³. Pro případ bytového etážového vytápění se současným ohřevem vody (kombinované etážové kotle) se používá RSC 56 m³.

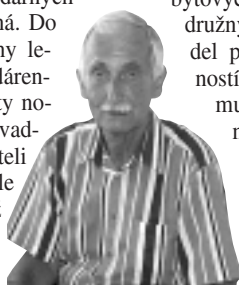
Konkrétní vyúčtování služby poskytování pitné vody a odvodu splašků není v současné době bohužel nijak právně upraveno, protože Ústavní soud ve snaze zrušit tehdy použitý plošný způsob regulace nájemného

zrušil v roce 2002 předpis celý, který obsahoval i metodu rozúčtování této služby. Pro staronájemce, kteří užívají byty na základě starších předpisů považovaných občanským zákoníkem za nájemní smlouvu (dekrety Národních výborů, dohody o užívání bytu s OPBH atd.) by však mohli vyžadovat, aby rozúčtování této služby bylo prováděno podle vyhlášky č. 176/1993 Sb., protože jejich nájemní vztah byl uzavřen v právním prostředí na tuto vyhlášku se odvolávajícím.

Konkrétní vyúčtování, provedené dnes v bezprávním stavu (není - li to dohodnuto v nájemní smlouvě, což obvykle není) i provedené podle citované zrušené vyhlášky, však nemusí obsahovat žádné podrobnější údaje, z nichž by se mohl konečný spotřebitel služby dozvědět, jak vlastník (správce) domu či bytu nebo nebytového prostoru konkrétně při stanovení ceny služby postupoval. Nemůže si pak provést vlastní kontrolu, ani o ni požádat osobu s problematikou oběznámenou, protože k tomu nemá k dispozici potřebné podrobnosti. Má však možnost podle zákona o cenách požádat pronajímatele (nebo prostřednictvím správce) o doložení podrobností k účtované ceně služby (viz DS 2/III).

Požadavek na to, aby se ze služby poskytování pitné vody a odvodu splašků stala dodávka zboží, by nutně znamenal určitý zásah do platné právní úpravy, aby odběratelem nemusel být vždy jen vlastník domu nebo bytu. A k tomu zatím chybí vůle. Doufejme, že budoucí zákonodárné sbory budou v tomto směru k oprávněným požadavkům dnešních konečných spotřebitelů a budoucích odběratelů vstřícnější, než tomu je dosud.

Ing. Karel HANAUER,
vedoucí poradce RS ČR Praha



Ing. Karel HANAUER

Když trápí poruchy spánku

Poruchy spánku postihují až 40 procent dospělých. Vztahuje-li se porucha jen k nějaké mimořádné situaci, pak se vše většinou urovná samo. Trvají-li ale potíže dlouhodobě, měli bychom vyhledat lékaře a určitě si nemyslet, že s přibývajícím věkem je zcela samozřejmé, že spíme kratší dobu, usínáme hůře a probouzíme se častěji a dřív.

Pravdou je, že kolem 80. roku věku začínají muži i ženy chodit spát brzo, už kolem 20. hodiny a pak se mnozí z nich budí velice brzo, kolem třetí ráno. Déle prostě spát nedokážou ani nemohou. Optimální je spát denně šest až sedm hodin.

Základních poruch spánku je několik a dají se zařadit do šesti kategorií.

Tou první je **nespavost**. Ta vede k únavě až ospalosti, k poruchám koncentrace a paměti, k úrazovosti, změně nálad, až k bolestem, zejména hlavy. Do kategorie nespavosti patří obtížné usínání, přerušovaný spánek a předčasně ranní probouzení.

Závažnější jsou **poruchy dýchání vázané na spánek**. Příčinou mů-

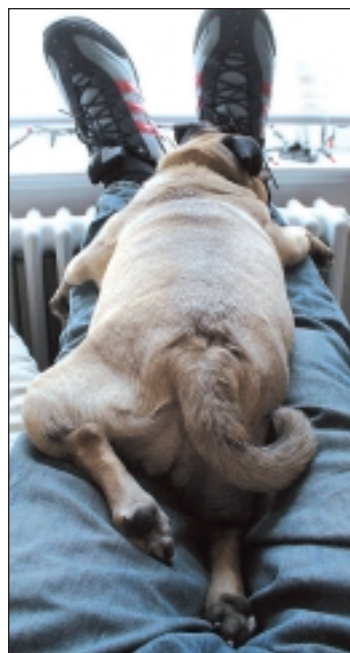
ně, že se to týká jeho samotného) s neobvyklými pohyby při usínání či při probouzení. Takovým poruchám se říká **parasomnie**. Známe je jako náměsíčnost, noční děsy, probouzení se zmateností, případně se vyskytuje i noční pomočování. I zde pomůže lékař.

Velice častou poruchou spánku je tzv. **syndrom neklidných nohou**. Asi dvakrát častěji trápí ženy než muže. Problém spočívá v nepříjemných až bolestivých pocitech v dolních končetinách, které nutí neklidného spáče k neustálým pohybům, někdy i k chození po místnosti, takže musí vstát z postele.

A co odpolední spánek? V tuto chvíli se to netýká malých dětí, ty by určitě spát měly. U dospělých se dá říci, že malou chvilku si přes den zdřímnout, není nic špatného, i když lékaři to příliš nedoporučují (ale také nezakazují). Do 20 let věku mají mladí skutečně tendenci si přes den zdřímnout, rodiče by je měli nechat, když se z odpolední půlhodinky nestane celodenní polehávání. Lidé v produktivním věku už moc času na spá-

nek nemají a ani jej nevyhledávají. Senioři mají už potřebu odpoledního spánku větší. Žijí-li aktivním životem, pak chvilka odpolední siesty není nic špatného. Mimochodem, jak nám sdělil profesor MUDr. Karel Šonka z pražské Neurologické kliniky 1. Fakultní nemocnice a Všeobecné fakultní nemocnice, který je naším špičkovým odborníkem na poruchy spánku, i v jižních zemích, kde odpolední siesta byla vždy samozřejmostí, dnes tento trend ustupuje.

Nekvalitní spánek je opravdu rizikovým faktorem v každém věku. Máme-li pocit, že nespíme dobře, určitě bychom měli začít tím nejjednodušším. Pořádně vyvětrat, (a pokud je to možné, spát při otevřeném okně v nepříliš vytopené místnosti) nestresovat se před ulehnutím, nepíjet kávu a silné černé čaje, nenacpat si břicho vším možným, určitě nekouřit poslední „noční“ ciga-



Odpolední siesta neškodí.

retu, snažit se být v pohodě, v případě, že to jde, absolvovat večerní příjemnou procházku, nekoukat před spaním na děsivé pořady v televizi ani nečíst hororový příběh, ale myslet na něco hezkého.

Ivana RICHTEROVÁ

RADY LETEM

Gerontofarmaceutická poradna zdravotní komise Svazu důchodců ČR, Nám. W. Churchilla 2, 113 59 Praha 3, e-mail: svazdouchodcu@seznam.cz

Užívám delší dobu Lokren. Může způsobit zažívací potíže?

U každého léku se mohou vyskytnout vedlejší účinky. U Lokrenu se uvádí slabost, zažívací potíže, závrať nebo i dušnost. Jde o ojediněle výskyty, které se upraví změnou dávky nebo po vysazení léků. Uveďte své potíže ošetřujícímu lékaři, který jediný může o změně terapie rozhodnout. Dávkování u tohoto léku je přísně individuální a je závislé na srdeční frekvenci.

Pacient by si měl být vědom toho, že léčba Lokrenem se nemá přerušovat. Pokud je vysazení nezbytné - např. operace - je nutné dávku postupně snižovat. V současné době je na trhu lék stejného složení a to pod názvem Betaxa 20 - jde o generikum (léky stejného složení od jiného výrobce).

(jsol)



že být i kouření a nadváha. Tyto poruchy mohou vyvolat ischemickou chorobu srdeční, infarkty, cévní mozkové příhody, hypertenzi. V případě zjištění této poruchy je určitě nutné vyhledat odbornou pomoc.

Pozorujeme-li trvalou zvýšenou potřebu denního spánku, pak může jít o **hypersomnii (nadměrnou denní spavost)**, někdy jde i o náhlé upadání do spánku, což je i nebezpečné.

Často je narušená spánkový rytmus směnným provozem v zaměstnání, což souvisí i s poruchami způsobenými odlišným nastavením vlastních biologických hodin a s rytmem, který na nás požaduje okolí. **Poruchy rytmu** obtěžují i při změnách časových zeměpisných pásem, někoho víc, někoho méně, ale s tím se dá téměř vždy vyrovnat.

Téměř každý se ve svém okolí setkal (nebo byl dokonce upozor-

PRAŽSKÝ VELETRŽNÍ AREÁL LETNANY

FOR senior

1. VELETRH PRO PLNOHODNOTNÝ AKTIVNÍ ŽIVOT VE ZRALEM VĚKU

24. - 27. 05. 2007

ABF, a. s., veletržní správa, Václavské náměstí 29, 111 21 Praha 1
Mimonská 645, 190 00 Praha 9 - Prosek,
tel.: 222 891 150, fax: 222 891 199

ABF
www.forsenior.cz forsenior@abf.cz

TIPY LETEM

Pražská informační služba připravila na březen celou řadu akcí. Z nich jsme pro vás vybrali:

3. SO. Státní opera - celková prohlídka. Začátek v 10 h. (Wilsonova 4, Praha 2). Vstup 50 Kč.

4. NE. Břevnovský klášter. Celková prohlídka. Začátek v 15.00 před objektem (Markétská 1, Praha 6). Vstup 50 Kč + vstupné do objektu 50/30 Kč.

7. ST. Praha a Přemyslovci - pokračování. Od vlády Spytihněva II. Přednáška se koná od 17.00 v sále ÚVL PIS, Arbesovo nám. 4, Praha 5. Vstup 50 Kč.

10. SO. Židovské Město.. Vycházka z cyklu „Zmizelá Praha - putování se starými fotografiemi“. Začátek ve 14.00 na schodech Rudolfiny. Vstup 50 Kč.

11. NE. Kde se v Praze vařilo pivo aneb pražské pivovary menší i větší, existující i zaniklé - I. část. Začátek ve 14.00 u Pivovarského domu v Ječné ul. Vstup 50 Kč.

17. SO. Kostel Nejsvětější Trojice ve Spálené ulici a rotunda sv. Longina - dnes ve správě řecko-katolické církve. Začátek ve 14.00 před objektem. Vstup 50 Kč.

18. NE. Strahovská obrazárna - jedna z nejkrásnějších klášterních sbírek střední Evropy. Prohlídka nové doplněné expozice. Začátek ve 14.00 u kostela sv. Rocha (galerie MIRO) v areálu Strahova. Vstup 50 Kč + vstupné do obrazárny 30 Kč.

24. SO. Lapidárium Národního muzea - památky kamenosochařství v Čechách od 11.-19. stol. Začátek akce ve 14.00 před objektem na Výstavišti. Vstup 50 Kč + skupinové vstupné do objektu 20 Kč.

25. NE. Zajímavosti pražských mostů a jejich okolí (Palackého, Jiráskův, Legií). Začátek ve 14 h. na Palackého nám. u sochy. Vstup 50 Kč.

29. ČT. Umělecké toulky Prahou - IV. Gotika na Pražském hradě. Začátek v 16.00 před katedrálou sv. Víta (západní hlavní vchod). Vstup 50 Kč. (d)



Eva a Vašek

Z březnových termínů populární dvojice jsme tentokrát vybrali: 1. Mladá Boleslav, KD; 2. Jablonec n. Nisou, městské divadlo; 3. Mělník, KD; 4. Kolín, KD; 6. Ostrava - Zábřeh, DK Akord; 8. Orlová, KD; 9. Vítkov, KD; 13. Žatec, městské divadlo; 15. Hulín, Kulturní klub Třebízského; 16. Šternberk, městské kult. centrum; 18. Opatovice, kino; 20. Suchdol n. L., kult. centrum; 24. Velké Meziříčí, Jupiter club; 25. Pardubice, Dům hudby; 28. Hradec Králové, Filharmonie; 29. Praha, KD Barikádníků. (red)

Bezpečí ve vlastním bytě

Můj dům, můj hrad, říká se - a znamená to, že ve svém obydlí má být člověk svrchovaným pánem. Aby takovým zůstal a také mu zůstalo neporušené to, co v domě má, musí si ho umět ochránit. Ale sami na to dnes rozhodně nestačíte.

Teprve před necelým rokem se sedmdesátiletý invalidní důchodce Oldřich Doskočil z Plzně mohl přestat strachovat, že za ochranu svého majetku půjde do vězení. Státní zástupce v březnu loňského roku neuspěl u Krajského soudu v Plzni s odvoláním proti rozhodnutí plzeňské soudkyně Heleny Przybylové, která Doskočila předloni v prosinci zprostita obžaloby z ublížení na zdraví za to, že ve své chatě nastražil podomácku vyrobený samostříl, který zranil zloděje. Doskočilovu chatu na samotě u Starého Plzně zloději nepřetržitě devastovali patnáct let. „Už jsem byl z toho zoufalý. Policisté nikoho nikdy nechytli. Nejdříve jsem sestrojil nástražný systém s plynovými projektily, který měl zloděje jen vylekat. A když ani to na ně neplatilo, dal jsem před patronu ocelové



hroty a umístil samostříl do výšky nohou. Všem příbuzným jsem o tom řekl. Nikdo jiný tam neměl co dělat,“ řekl důchodce. Když v listopadu 2005 vzal za kliku dveří osmdvacetiletý Ladislav Grunza, který se chystal s kumpánem chatu prošmejdit, trefil ho vystřelený projektil do stehna.

Tak daleko jako plzeňský důchodce bych ale v ochraně vašeho majetku nedoporučoval jít. Nikdo neví na jakého soudce byste narazili, kdyby se někomu něco stalo. U bytu či domku, který obýváte ani není třeba zacházet do takových krajností - lze je zabezpečit i jinak. Pokud jde o dům se zahradou, nejjednodušší cestou je pořídit si a dobře vycvičit psa. Je to pak spo-



lečník i ochránce zároveň. Zabezpečení pozemku a domku totiž už něco stojí. Pokud bydlíme v bytě dejme tomu dva plus jedna či dva plus kuchyňský kout, mohou nám pomoci některé mechanické i elektronické prostředky.

Dveře jsou základ zabezpečení bytu

Začneme od dveří, které jsou vstupem do bytu. Jaké by měly být? Vždycky je zapotřebí si uvědomit kolik peněz můžeme - vzhledem k cenostem v bytě - obětovat. „Opravdu kvalitní bezpečnostní pořídit zhruba za dvacet tisíc,“ říká expert na zabezpečovací zařízení k ochraně bytů a domů Petr Stavinoha. „Ale k základnímu zabezpečení vchodu ve většině případů postačí v případě dveří panelákového typu vylít futra betonem, pořídit si nějaký kvalitnější bezpečnostní zámek a kování a základní elektronické zabezpečení. To celkově vyjde na nějakých sedm až deset tisíc korun podle toho co si zvolíte.“

Jako první zabezpečovací zařízení doporučují odborníci policie: „Poříďte si panoramatické kukátko a pojistný řetízek. Panoramatické kukátko vám umožní vidět široký prostor za vašimi dveřmi a díky pojistnému řetízku můžete vyřídít některé záležitosti v relativním bezpečí.“ Ovšem pozor: pojistný řetízek nesmí být - jak to někdy bývalo zvykem - zasazen do kolejničky našroubované na dveře svisle, ale vodorovně, aby se při odstranění řetízku musely zavírat dveře. Svislé vedení lze vyrazit zvenčí směrem vzhůru a tak zabezpečení dveří překonat. Nejlepší je pořídit si druhý zámek o dvou polohách. Při první se dveře otevírají jen přes pevné kovové vodičko, které je zabezpečuje před násilným otevřením zvenčí, při druhé pak zamknou dveře. „Hlavní zámek u dveří by měl být bezpečnostní a také s bezpečnostním kováním, bezpečnější jsou ty, které mají trojhranný klíč,“ říká Petr Stavinoha. „Solidní bezpečnostní zámek vás přijde od tří do pěti stovek, spolu s bezpečnostním kováním dáte za vše kolem tisícovky.“

Siréna zloděje znejistí škody jsou pak menší

Na vstupní dveře lze umístit magnetický kontakt. „Toto zabezpečení dveří přijde zhruba na sto padesát korun,“ vysvětluje Petr Stavinoha. „Uvnitř za dveřmi bych umístil prostorové čidlo, reagující na pohyb, další dvě do pokojů. Čidla stojí od tří sta padesáti korun do dvou tisíc, podle kvality, ale solidní pořídíte už mezi pěti a sedmi stovkami. A vnitřní sirénu, za kterou dáte kolem tří stovek. Nakonec přijde ústředna. Ta už stojí mezi třemi a čtyřmi tisíci korun.“

Vysoce výkonné vnitřní sirény jsou slyšet po celém domě. Ale hlavně znervózňují pachatele případné krádeže což je při vloupání do bytu nejdůležitější: pachatel sice



neví jestli někdo se někdo rychle přijde podívat na to proč siréna ječí, ale nemůže předpokládat, že nepřijde nikdo. Navíc je houkání sirény nepřijemné a ruší ho v soustředění při hledání cenností a škody při vloupání jsou menší.

„Tato ochrana pro běžný byt stačí,“ říká Petr Stavinoha. Jak jsme si řekli zabezpečení bytu dva plus jedna či dva plus kuchyňský kout nás přijde na nějakých sedm až deset tisíc korun. Dá se samozřejmě použít jen jeho část například magnetické zabezpečení dveří a siréna bez prostorových čidel a podobně.

Nadstavbou na toto zabezpečení je pak telefonní komunikační, který v případě narušení bezpečnostního systému volá či posílá SMS na čísla vašich známých či sousedech - buď po telefonní lince (tu ale může případný zloděj odpojit už v domě nebo GMS. Takové zabezpečení se ovšem vyplatí je když máme v bytě něco opravdu cenného - stojí od šesti do osmi tisíc korun.

Spínací hodiny vzbuzují dojem vaší přítomnosti

Daleko levnější je jiný způsob zabezpečení když třeba odjedete na víkend či na dovolenou: „Pokud je to možné, pořiďte si elektronické spínací zařízení, které samo v určitou dobu rozsvítí a zhasne světlo či televizi. Ve zlodějích tak vyvoláte pocit, že jste doma i když tomu tak nebude,“ říkají policejní experti. S tím souhlasí i Petr Stavinoha: „V hypermarktech se časovací hodiny prodávají za nějakých dvě stě až pět set korun. Ty lepší mají týdenní program. Jsou sice použitelné jen pro spotřebiče zapnuté do zásuvky, ale mohou večer rozsvěcet třeba lampu v obýváku, lampičku u postele v ložnici a dokonce i tu televizi, takže vzbuzují dojem, že v bytě někdo je.“

Pokud si někdo pořídí zabezpečení se skrytou centrálou, může si při odjezdu na dovolenou či na prázdniny s vnoučaty na chatu pronajmout napojení na PCO – pult centrální ochrany některé bezpečnostní služby. Za připojení zaplatí mezi patnácti stovkami a dvěma tisíci, za měsíční nájem kolem pěti stovek. Ovšem všechny agentury tuto službu nenabízejí.

„Nejdůležitější je, si uvědomit, že investice do zabezpečení bytu mezi sedmi a deseti tisíci korunami je dlouhodobá,“ říká na závěr Petr Stavinoha. „Samozřejmě nikdo vám nezaručí, že s takovou ochranou nebudete vykradeni, ale případného pachatele znejistí, vystraší a tím i minimalizuje ztráty, které vloupáním vzniknou.“ Některé pojišťovny vám v takovém případě snižují vaši spoluúčast. U dalších je zase možné získat i dvacet procent slevy na pojistném.

Dušan Pokorný
Foto Milan Šusta a fav



Co byste měli vědět

Statistika podílu druhů trestných činů v % na celkové zjištěné kriminalitě jednoznačně ukazuje, že největším problémem je majetková kriminalita. Na celkovém počtu se podílí více než 70 % (pro srovnání hospodářská kriminalita cca 9 %, násilná 7 %). Velký podíl na majetkové kriminalitě mají bytové krádeže.

CO ZLODĚJE LÁKÁ

- Nekvalitní dveře, nekvalitní okna, pootevřená okna.
- Pokud se vaším přičiněním dozví, že jste na delší dobu odcestovali.
- Volně se vyskytující žebřík a jiné náčiní, ulehčující práci zloděje.
- Zjištění dobré majetkové situace obyvatel bytu.
- Když už oknem spatří velmi dobrou vybavenost domu nebo bytu.
- Vědomí o anonymitě spolubydlících – hlavně v panelových domech. Souseď o sobě nevědí, proto je přítomnost neznámých lidí neznepokojuje.
- Otevřené světlíky a plná poštovní schránka.

CO JE MŮŽE ODRADIT

- Bezpečnostní dveře, mříže na oknech, dveřích či venkovní bezpečnostní rolety.
- Samolepka o zabezpečení domu či bytu alarmem či jiným zařízením.
- Nápis nebo značka informující o přítomnosti psa.
- Světlo založené na detekci pohybu, viditelný kamerový systém, zvuky uvnitř bytu a domu.
- Hýbající se záclony, náznaky pohybu v bytě, domě.
- Bezpečnostní štítek, zakrývající vložku zámku.
- Vícero uzamčených dveří.
- Pravidelně vybíraná poštovní schránka.
- Zjištění, že o byt se v době vaší nepřítomnosti starají známí nebo sousedé.

Z DALŠÍCH RAD POLICIE ČR:

- 1 Nikdy neotvírejte automaticky dveře, nevíte-li, kdo je za nimi. Do bytu vpustte pouze ty, které dobře znáte nebo se vám důvěryhodně prokáží a sdělí vám proč přichází. I na první pohled sympatický člověk nemusí mít vždy dobré úmysly. Pokud vás někdo oslovuje jménem, ještě to neznamená, že vás zná. Mohl si to přečíst např. na štítku na dveřích. Cizí lidi nikdy nepouštějte do bytu.
- 2 Na dveřích je vhodné uvádět jmenovku v množném čísle (Novákoví) nebo v mužském rodu, zvláště v případě, že v bytě žije sama žena.
- 3 Buďte opatrní, nevěřte každému, kdo vás za dveřmi požádá o pomoc, např. o možnost si zatelefonovat, pomoc při nevolnosti či předání zásilky pro vašeho souseda. Situaci můžete řešit, aniž byste otvírali dveře. Pomoc zprostředkujete např. přivoláním souseda nebo sanitky apod.
- 4 Mějte důležitá telefonní čísla poblíž vašeho telefonu nebo na dobře viditelném místě.
- 5 Zamykejte hlavní vchodové dveře. Pokud bydlíte v přízemním bytě nebo v rodinném domku, nezapomínejte zavírat okna, a to i v případě, že jdete jen nakoupit.
- 6 Byt zavírejte a zamykejte i když jdete třeba jen k sousedce, do sklepa nebo s odpadky.
- 7 Udržujte dobré a přátelské vztahy se sousedy. Požádejte je o jejich telefonní číslo, protože v případě potřeby může být jejich pomoc nejrychlejší.
- 8 Čekáte-li příchod cizího člověka, např. osobu reagující na váš inzerát, požádejte někoho z blízkých nebo přátel, aby byl s vámi doma.
- 9 Nebuďte důvěřiví ani k různým podomním prodejcům, kteří nabízejí zdánlivě levné zboží.
- 10 Peníze můžete ukládat do banky či spořitelny. Nemějte doma více peněz v hotovosti nebo velmi cenné věci, pokud nevlastníte dobře ukrytý nebo zabudovaný trezor. Peníze si raději uložte na účet a cennosti do bezpečnostní schránky v bankě nebo v jiném peněžním ústavu. Své cennosti si raději vyfotografujte, při jejich případném odcizení vám tyto fotografie usnadní jejich identifikaci.
- 11 Nikdy se před nikým nechlubte svým majetkem, ani tím kolik máte peněz.
- 12 Nepůjčujte peníze cizím lidem a nedávejte ani žádné zálohy podomním obchodníkům.

NAŠE TIPY

Česká a moravská muzea nabízejí celou řadu zajímavých výstav, o nichž často nemáme ani tušení. Proto jsme se porozhlédli po některých z nich.

Arcidiecézní muzeum v Olomouci připravilo ve spolupráci s Národní galerií upravenou reprízu výstavy Petr Brandl - Malíř neřestí pozemských. Olomoucká výstava přebírá po pražské premiéře většinu obrazů, jiné jsou vystavovány nově. Malby Petra Brandla a jeho následovníků byly doplněny analogickými díly soudobých holandských malířů.

Východočeské muzeum v Pardubicích se může pochlubit jednou z nejpočetnějších veřejných numismatických sbírek u nás. Základ expozice Peníze v Čechách tvoří vzácné české mince tolarového období. Další exponáty představují vývoj měnových systémů středověku a raného novověku.

Muzeum Brněnska ve Šlapanicích nabízí ve spolupráci s Muzeem Vyškovska až do 27. května výstavu Dálnice do pravěku, která představí archeologické nálezy k nimž došlo během stavby dálnice Brno - Vyškov.

Muzeum východních Čech v Hradci Králové prodloužilo do 1. dubna svou výstavu Krása železa. Předvádí zámečnické a kovářské výrobky v časovém rozpětí od 15. do začátku 20. století. Na čtrnáct set sbírkových předmětů ukazuje mistrovskou práci kovářů a zámečníků.

Hornické muzeum Příbram pořádá od 26. března Velikonoce v hornickém domku - budou se tu předvádět velikonoční zvyky a obyčeje, kraslice, pomlázky, pečivo, malby na skle, historické řehačky a hrkačky i ukázky historických řemesel a rukodělných prací spjatých s těmito svátky.

Spolek přátel čelákovického muzea zve 13. 3. 2006 od 19 hodin na koncert Jazz Quarteta Víta Andrásta. Uskuteční se v sále Jana Zacha Městského muzea v Čelákovicích.

(d)



Unikátní výstava historických zbraní byla vernisáž otevírána na pražském Hradě 15. února. Jedná se o soubor historických zbraní rozdělených do deseti oblastí. Uvidíte zde zbraně českých puškařů, terčovských zbraní, loveckých, zbraní orientu, zbraní divokého západu, československých legií, osobní zbraně Ferdinanda d'Este, či první oltář dragounského pluku č. 13 Evžena Savojského. Vše je z depozitářů Vojenského historického muzea. Na návštěvu výstavy máte čas do 24. 6. 2007. (i)

ZAZNAMENÁNO DS

TRAGICKÝ ODCHOD

Seberaždu spáchal v neděli 28. ledna na zahradě svého domu známý skladatel Karel Svoboda (68). Není vyloučeno, že důvodem činu byl jeho zdravotní stav. Podle svého okolí byl v poslední době velmi unavený, velmi zhubl a chodil stále k lékaři. Už v roce 2003 měl vážné potíže a dokonce zkolaboval na veřejnosti. „Člověk by neměl svoji práci platit zdravím. Platíte-li časem, je to náročné, protože čas se nevrátí. Ale přijdete-li nakonec o zdraví, nemůžete už dělat vůbec nic. A to by bylo v mém případě hrozné. Nedovedu si představit, že bych nemohl pracovat, protože práce je pro mne největším koníčkem.“ řekl tehdy krátce po kolapsu Svoboda.



Svoboda začínal v 60. letech s big-beatem v kapele Mefisto. Je autorem největších hitů Karla Gotta, jako byla písně Lady Carneval, Mistrál, Láska bláznivá nebo Kdepak, ty ptáčku, hnízdo máš, titulní melodii z filmu Tři ošišky pro Popelku. Marta Kubišová zpívala jeho Nechte zvony ztít, Jiří Korn proslavil jeho Yvetu a Hana Zagorová Gvendolinu. Jeho skladby získaly ceny na nejznámějších hudebních festivalech - v Tokiu, Rio de Janeiru či v Cannes.

Složil však také hudbu k řadě filmů (naposled Milenci a vrazi a Rebelové) a televizních seriálů, jako byly Big Men, Cirkus Humberto, Létající Čestmír nebo Návštěvníci. Psal i hudbu k pohádkám, tou poslední zůstane Z pekla štěstí. Proslavil se i jako autor hudby řady muzikálů. Největší úspěchy mu přinesla Včelka Mája, za kterou dostal v Německu pět zlatých desek od firmy Polydor. Supraphon mu udělil diamantovou desku za více než 10 miliónů prodaných nosičů.

S manželkou Vendulou měl Svoboda syna Jakuba. Svoboda se podruhé oženil v 90. letech. Jejich první dítě, dcera Klára, podlehla na přelomu tisíciletí leukémií. Posledním dílem, které Svoboda uvedl je muzikál Golem. Stihl ho napsat zhruba za půl roku. Právě kvůli práci na Golemu se zřejmě jeho zdraví zhoršilo. Po Svobodově smrti veřejnost pobouřil hygienický způsob, jakým o ni „informovala“ bulvární média a také to, že na tragédii se chtěli přivít dokonce policisté, kteří se snažili zpěněnit snímky mrtvého.

(red, foto Josef LOUDA)

**Při prvním setkání mi menší, elegantní, černo-
novlasá žena podává
ruku a hned říká: „Že
vás teď bolí nohy a byl
jste nedávno okra-
den?“ Má pravdu, pro-
tože se na mém pohy-
bovém aparátu občas
ozvou sportovní „hří-
chy“ a nedávno mi ně-
kdo vykradl auto. Což
nemohla léčitelka Aj-
kanuš Bagmanian (48
let) od nikoho vědět.
Takže už první dojem
naznačil, že reference
o jejich nadstandard-
ních schopnostech ne-
jsou vymyšlené.**

Usedáme ke stolu a kolega foto-
graf si chce zapálit cigaretu s po-
vzdechem, že by měl přestat kouřit.
Paní Ajkanuš si cigaretu bere do ru-
ky, žádá, aby fotograf potřel její
předloktí a cigaretu vrací. Kolega si
zapaluje a hned zhasíná: „To se pře-
ce nedá kouřit!“ Ajkanuš lituje, že to
zatím funguje jen jednorázově, jinak
by měla pacientů ještě více. Osobně
se přiznám, že jsem svým pragmatik-
kým přístupem k životu v otázkách
léčitelství tak trochu nevěřícím „To-
mášem“, ale chci poznat i jiné názo-
ry. Dáváme se do hovoru. Paní Bag-
manian má spíše asijské rodové koře-
ny. Mladší
část svého
života strá-
vila v azer-
bajdžán-
ském městě
Kirovogra-
du. Po zá-
kladní škole
vystudovala
na nejznámějších hudebních festivalech
- v Tokiu, Rio de Janeiru či v Cannes.

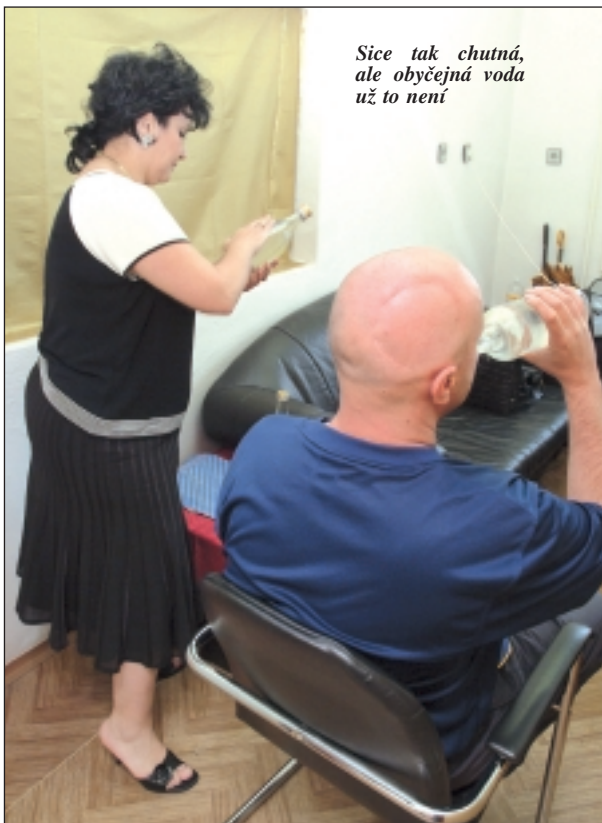


Ajkanuš Bagmanian

Složil však také hudbu k řadě filmů (naposled Milenci a vrazi a Rebelové) a televizních seriálů, jako byly Big Men, Cirkus Humberto, Létající Čestmír nebo Návštěvníci. Psal i hudbu k pohádkám, tou poslední zůstane Z pekla štěstí. Proslavil se i jako autor hudby řady muzikálů. Největší úspěchy mu přinesla Včelka Mája, za kterou dostal v Německu pět zlatých desek od firmy Polydor. Supraphon mu udělil diamantovou desku za více než 10 miliónů prodaných nosičů.



Mezi
pacienty
najdeme
všechny
věkové
kategorie



Sice tak chutná,
ale obyčejná voda
už to není

Ajkanuš k léčení přivedl sen

*jsem normálně
dál, ale za čas
jsem přestala úpl-
ně chodit a sen
znovu přišel - zkus
léčit lidi a nohy
budou zase slou-
žit. Začala jsem se
kolem sebe dívat
pozorněji a napří-
klad poznala, že
jeden člověk má
nemocné ledviny -
šel k lékaři a byla
na pravdu. Pak
jsem začala i nor-
málně chodit. A ve
zdravotních diag-
nózách jsem se
z drtivé většiny ne-
pletla. Později
jsem přidala i lé-
čení s vodou a vý-
sledky se dostavi-
ly.“*

Paní Ajkanuš se
při svém působení
setkala i s řadou
lékařů a není bez
zajímavosti, že
někteří patří mezi
její pacienty. Naop-
ak zase když ona
vidí, že její léčitel-
ské síla nestačí, do-
poručí pacientům
návštěvu lékaře.
Taková symbióza se
najde málokdy,
spíše v tomto vztahu
existuje nedůvě-
ra a řevnivost. Léči-
telka vysvětluje:
„Jeden čas jsem
pracovala v labo-
ratoři onkologického
centra v Moskvě
a zkoumala své
schopnosti v léčení
rakoviny myši. Lékaři
byli vstřícní,
když viděli kladné
výsledky. Obrovsky
si jich vážím a nikdy
mě ani nena-
padlo pochybovat o
jejich umění. Ne-



Jakou silou působí ruce léčitelky?

trpěno. V Německu však na základě tzv. zákona o léčitelích z roku 1993 musejí mít adepti povolení zdravotního úřadu. To je vydáno pouze po zkoušce ze základních medicínských znalostí a po zjištění, že svoji činností nepředstavují hrozbu pro zdraví společnosti. Tabu pro ně jsou léky na předpis a omamné látky, mj. nesmějí léčit nakažlivé pohlavní nemoci a jsou povinni rozpoznat závažné případy ohlásit lékařům.

*jsem šarlatánka, jen mi byla léčebná
síla předána a funguje. Mimochodem
mezi léčiteli je podvodníků dost, ale
ty určitě odhalí výsledky. Podle mého
názoru je věda na skvělé úrovni, ale
určitě doplněk tady jistě existuje.“*
Což lze potvrdit z děkovných dopisů
vyléčených, těch má Ajkanuš od
svých příznivců na stovky.

ZÁKLAD METODY

Bezdotykovou manipulací rukou
nad postiženými hojí energii – přes-

LÉKAŘI A LÉČITELÉ

Dnešní reportáž o léčitelce asi vyvolá smíšené ohlasy. I v DS jsme k podobným zprávám spíše skeptičtí. Přesto jsme se příspěvek rozhodli zařadit. Nejen proto, že věříme jeho autorům. Týká se totiž i problému, který se táhne už od přelomu prvního tisíciletí, kdy v italském Salernu začalo v první institucionalizované vzdělávání lékařů v Evropě. Císař Friedrich II. později jako podmínku pro otevření lékařské praxe stanovil absolvování tamní lékařské fakulty a byl to také on, kdo v roce 1241 ediktem ze Salerna rozdělil lékaře a lékárníky a určil, jak by mělo vypadat studium, zkouška i odměna lékaře. Ve střední Evropě prvním takovým vzdělávacím střediskem byla Karlova univerzita, která už od svého vzniku v roce 1348 měla i lékařskou fakultu.

Ze 14. století pocházejí také první zákazy, které lékařskou praxi zakazují vykonávat neaprobovaným léčitelům. Opět až v 19. století bylo oficiálně povoleno léčit i nestudovaným laikům. Od té doby se ovšem také opět datují pokusy tuto svobodu omezit. Regulace jsou v různých zemích velmi odlišné. Zatímco např. ve Francii, Rakousku a dalších zemích smějí léčit jen akademicky vzdělaní lékaři, v jiných - např. v Německu - je léčitelství povoleno, resp.

ně jí popsat nedovede, ale cítí z ní velkou sílu, kterou předává, a tak je někdy po „ordinaci“ dost vyčerpaná. Pacient musí napřed vypít sklenku čisté vody, kterou předtím Ajkanuš držela v rukou a jak řekla přenesla do ní soustředěnou energii. Víc už nechtěla prozradit, ale její léčitelské úspěchy jsou pozoruhodné. Na rozdíl od některých specializovaných léčitelů neztrácí jen únavy. Má totiž na svém kontě vyléčené nádory, bolesti kloubů, vysoký krevní tlak, astma, poradila si s alergiemi, hojí neurologické i gynekologické nemoci a nezřídka se pomoci také při dalších potížích. Léčba vyžaduje více návštěv, pak je její dopad výsoce účinný. Ovšem pozná-li, že pacientovi může pomoci jen málo, protože přišel pozdě, potom říká pravdu, stejně jako lékaři.

JEDEN Z ÚSPĚŠNÝCH PŘÍBĚHŮ

Děvčátko z Prahy (6 let) se jako nedonošené narodilo s těžkým zdravotním postižením - mozkovou obrnou. Rovněž i jí byla poskytována skvělá lékařská péče. Ale v symbióze s působením léčitelky s pomocí zlaté chodit, hraje si s hračkami a dokáže se i najíst. Což je u této choroby nesmírně vzácné. Jedna z ošetřujících lékařek - psycholožek se k úspěchu léčitelství vyjádřila následovně: „Maminka holčičky mě informovala, že léčitelka Ajkanuš Bagmanian pomáhá její dceři i jí. Z psychologického hlediska nemám námitek a chápu, že každý rodič hledá všechny zdroje, jak pomoci děcku. Jestliže léčitel ví, co a jak může nebo nemůže ovlivnit, pak je to v pořádku. Pokud řekne, že chromozom má ulomené patnácté ramínko, a že ho dostaví, pak to v pořádku není. Léčitelé mohou pracovat na obrovském poli, kam my lékaři cestu neznáme. Dodá-

*vání pozitivní energie třeba vlastní
aurou je jistě možné. A pokud to po-
máhá, tak proč ne? Každý pokus, kte-
rý zlepší fyzickou a psychickou strán-
ku při v těžkých onemocněních není
zanedbatelný.“*

S paní Bagmanian se loučíme, sli-
bujeme, že můžeme na ní v případě
zájmu dát telefon. Za pár dní jí vo-
lám do Ostravy a věty tohoto článku
s ní ještě konzultuji. Opět mě neče-
kaně překvapuje: „Poslyšte, vždyť už
je dávno po vánocích, vám ale doma
pořád voní jehličí, že?“ Ano, má
pravdu, v bytě se luxovalo a byla při-
dána lesní vůně. Jako pragmatik po-
kládám sluchátko trochu s údivem.
Uvedl jsem jen fakta, čtenáři nechtějí
laskavě vyberou a udělají názor sami.
Ale už historie a v ní i řada záhad do-
kazuje, že mezi „nebem“ a zemí mů-
že něco být. A to „něco“ zřejmě exi-
stuje.

Antonín PEČENKA
Foto Milan ŠUSTA



trpěno. V Německu však na základě tzv. zákona o léčitelích z roku 1993 musejí mít adepti povolení zdravotního úřadu. To je vydáno pouze po zkoušce ze základních medicínských znalostí a po zjištění, že svoji činností nepředstavují hrozbu pro zdraví společnosti. Tabu pro ně jsou léky na předpis a omamné látky, mj. nesmějí léčit nakažlivé pohlavní nemoci a jsou povinni rozpoznat závažné případy ohlásit lékařům.

Nejčastějším předmětem kritiky je skutečnost, že mnozí léčitelé používají metody, jejichž medicínská účinnost není dokázána a jde spíše o záležitost psychickou (placebo). Často také praktikují pseudovědecké přístupy jako je proutkařství, psychokineziologie, Feng Shui, biorezonanční terapie, reiki, bioenergetika či tzv. reinkarnační terapie, astrologie či dokonce šamanství. Obecně je tomu ale tak, že mnoho klientů léčitelé vyhledává právě kvůli těmto alternativním a esoterickým metodám (ostatně tzv. parapsychologii - PSI - se v době studené války snažily využít i tajné služby USA a SSSR). Jsou známy i těžké případy, kdy léčitel skutečně pomohl. To, že pro to někdy chybí racionální vysvětlení a lidé mluví o zázraku, uzdravenému může být jedno. Ovšem i tak drtivou většinu uzdravení mají na kontě přece jen studovaní lékaři. (fav)

DUCHOVNÍ OKÉNKO DS

CESTA K CÍLI

Které předurčují život člověka i jeho cíle, jinak by se nemohlo stát, že jsem si z prvních peněz, které jsem si už jako desetiletý kluk sám vydělal, koupil kolo, fotoaparát a mapu. Ač od té doby uplynulo čtyřicet roků, pamatuji se, že černé kolo se zlatým nápisem Univerzál stálo rovných pět set čtyřicet korun, za fotoaparát značky Corina, o němž pravil můj strýc pohrdlivě, že by ho měli prodávat na váze po kilech a ne po kusech, jsem zaplatil sto dvacet korun i s koženkovou taštičkou na zip a mapa třebečského okresu mě vyšla na pouhých šest padesát.

Každý den jsem po příchodu ze školy rozkládal mapu, projížděl prstem po silnicích kolem našeho města, četl názvy vesniček a obcí a plánoval si trasy cest.

Vzpomínám na ten zvláštní pocit volnosti a svobody, napjatého očekávání a objevování, jaký jsem od počátku na cestách zažíval. Myslím, že se ale v ničem nelišil od pocitů z doby pozdější. Poznával jsem svět a dnes, kdy jsem na kole ujel už tisíce kilometrů a jen tu vlastně jsem objel třikrát po hranici, se tiše usmívám vzpomínkám na těžké a nemotorné polské kolo bez přehazovačky, na němž jsem usilovně zdolával kopce na Vysočině, abych si na fotoaparátu stejně nevalné kvality, udělal vlastní snímky poutního kostela v Přibyslavicích, zámku v Jaroměřicích nebo dalešického pivovaru. Až později jsem pochopil, že cesty, kterými jsem pronikal k svému cíli, byly od počátku stejně podivuhodné a důležité, jako sám cíl. Byly jak opojné víno, které musím ochutnat, nejen si přechíst vínětu. Jízdy na kole se tak měnily v cestu, cesta se stala životem a život cílem, teď, když to vím, se zatajeným dechem vyjízďím a těším se na setkávání s vámi, přátelé poutníci, v proměnách času k jednomu cíli se mnou hledící.

Jan SCHWARZ

Pozvánka: S rev. Schwarzem se můžete každou neděli od 17 hod. setkat osobně v Unitarii v Anenské 5 v Praze 1. Přijít mohou všichni, kdo mají zájem o slyšení textů Bible, Bhagavadgity, Rabinandráta Thákura a dalších duchovních osobností. Můžete mu také napsat na email: pastor.schwarz@seznam.cz

	zábava	průmyslová rostlina	rytmický celek	1. část tajenky	vláknina		italská řeka	ženské jméno	násep	osobní zájmeno	astall		zkratka pro státní podnik	2. část tajenky	nedopalek	pražská čtvrť	jitní plody
část láta						podkošový hráč						značka zubní pasty					
uskutečňované												hybnost					
výzkum veřejného mínění							poplach						Severozápadní park				
	obraz nahého těla	zde			německy „kachny“	ráz	ISAAC NEWTON Vesmír a lidské hranice jsou nekonečné. ...					král skříteků					
iniciály autora Ruských		tyrdá stupnice					konzelsberger					podzemní komunikace					
staré listinné písmo			dědina				37 prodejen ve 24 městech					chlapecké jméno				část cesty	boudař
sdrůžení podniků			menší park				www.konzelsberger.cz					včelí úvar			povzdech		
	české město	kyt					příloha	předpověď výsledku	typ vozu Fiat	sporovec							
slapkové lelovisko		německy „babíška“															
arabský vládce					cembalo							otisk					
metropole Azerbájdžánu					kryt molaru							doškor					

Vyhráli! Správné řešení z minula: jen hloupost se šíří zdarma. Knihy z nabídky knihkupectví Konzelsberger dostanou: D. Gottwaldová z Kopřivnice, J. Fait z Prahy 10, O. Babinec ze Zlína, B. Gelnarová z Ostravy, B. Šík z Jablonce u Jiz., D. Dvorská, M. z Českých Budějovic, J. Drahosch z Brna, A. Staněk z Dačic, L. Staňková ze Žatce a M. Kusková z Jezdkovic. **Blahopřejeme.** Na vylustění dnešní křížovky čekáme do 20. března.

VAŘÍME CHUTNĚ, ZDRAVĚ A LEVNĚ

Dábelská omeleta

Na 5 omelet potřebujeme: 250 g. pikantní klobásy, 5 lžic oleje, 5 feferonek, 100 g sterilované kapije, 10 vajec, sůl, 5 lžic mléka, hlávkový salát, petrželka a rajčata na ozdobu.

POSTUP: Na oleji orestujeme kolečka klobásy, přidáme nakrájené feferonky, kapije, promícháme. Tuto směs zalijeme rozšlehanými vejci se solí a mlékem, promícháme a zvolna pe-

čeme na pánvi nebo v troubě. Omeletu přeložíme, položíme na list salátu, posypeme petrželkou a ozdobíme plátky rajčete. Podáváme s chlebem.

Šumavské šmorny

Potřebujeme: brambory, sůl, hrubou (popř. polohrubou) mouku, sádlo.

POSTUP: Brambory uvařené ve slupce oloupeme a protlačíme lisem na vařené brambory. Osolíme, posypeme

moukou a lehce promneme. Nesmíme mačkat, jenom promneme jako žmolenu na koláč. Na rozpálený tuk nasypeme část této žmolanky a opékáme do křupava. Získáme drobné opečky, ke kterým báječně chutná kyselá zelí.

Kuřecí křídélka na kyselém zelí

Potřebujeme: 1 balíček kys. zelí, 10 ks křídélek (i méně), 15 dkg anglické slaniny, 3 větší cibule, 3 stroužky česneku, 3 lžice másla (může být i sádlo),

koření na pečení kuřat, popř. grilovací, trochu piva, sůl.

POSTUP: Malý pekáček vymažeme máslem nebo sádlem, dolu rozetřeme zelí i s lákem, nahoru naklademe kolečka cibule, na ně plátky slaniny a úplně nahoru osolená a okořeněná kuřecí stehýnka. Vše zalejeme asi 1 dcl piva a zakryté pečeme asi 30 min. a pak další 30 min odkryté v troubě nebo v remosce při teplotě 220 až 250 stupňů.

Poslali A. MAJEROVÁ z Rakovníka a Ludmila GOLDOVÁ z Veřovic



Vydává Rada seniorů ČR (www.rscr.cz). Šéfredaktor Mgr. František Vonderka. Adresa redakce a inzerce: Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3, e-mail: ds@rscr.cz. Tiskne Libertas, a. s. Rozšiřuje PNS a Česká pošta, předplatné agentura A.L.L. production, s. r. o., Box 732, 111 21 Praha 1, tel.: 234 092 851. Registrace MK E 16412, ISSN 1801-5859. Články vyjadřují názory autorů a nemusejí být totožné s názorem redakce. Nevyžádané texty a foto se nevracejí. DALŠÍ ČÍSLO VYJDE 30. 3. 2007.

„Březen je pro obyvatele zoologické zahrady obdobím probouzení se do nové sezóny, kdy začínají chodit ve velké míře ven ze svých pavilonů oproti krátkým zimním procházkám, návštěvníkům se představují narozená mláďata,“ říká Zdeněk Čermák ze Zoo ve Dvoře Králové.



I tenhle malý buvol kaferský patří mezi přírůstky letošní zimy.

DS vás zve na výlet

Za mlád'aty do ZOO

Zoologická zahrada ve Dvoře Králové má největší kolekci afrických zvířat v Evropě, především nosorožců - 6 samců a 14 samic. Právě k nim přibýlo 1. února nové mládě - sameček, jehož za příznivého počasí můžete v březnu už spatřit ve výběhu.

To však zdaleka není všechno nové, co tu bude k vidění: Jen za leden se narodilo v zoo 58 zvířat, z toho 42 kopytníků, 15 ptáků a 1 primát (gureza angolská).

Z ptáků se narodilo nejvíce pelikánů - celkem 13. Mezi kopytníky se narodilo nejvíce impal - 11 kusů, dále 6 koz kamerunských, 5 vodoušek znameňaných, 4 adaxové. K dal-

ším patří buvoli kaferští (2), oryxové (3), pakůň modrý (1), antilopa bongo (1), nyala nižinná (1), voduška červená (1), antilopa losí (1), voduška abok (2), dikdik Kirkův (1), kudu malý (2) a kudu velký (1).

ZOO Dvůr Králové patří stále k nejúspěšnějším chovatelům zvířat na světě, zejména v oblasti afrických kopytníků. Ti jsou ve většině případů ve volné přírodě na pokraji vyhynutí. K těm nejmenším patří didik Kirkův s váhou kolem 4 kilogramů, plachá nenápadná antilopka s malým chobůtkem. Naopak k největším patří antilopa losí. Samci mohou vážit až kolem jedné tuny.

K vzácným odchovům patří i buvoli kaferští, kteří mají pověst jednoho z nejnebezpečnějších zvířat Afriky. Bohužel jejich stáda byla zdecimována chorobami jako bruce-



Malého nosorožce můžete za dobrého počasí vidět v březnu už ve výběhu.

loza a tuberkulóza. ZOO Dvůr Králové je úspěšně vrací zpět do Afriky.

„První zimu si užila ve Dvoře Králové i malá samička levharta perského Sauraha, která se tu narodila loni v létě, dnes váží 12 kg a je z ní čilé mládě. Návštěvníci ji mohou vidět jak ve výběhu tak i v zasklené expozici každý den. Ti kteří přijdou po obědě ji uvidí ve společnosti psa jedné z ošetřovatelek jak si krátí hrou na lovce a kořist dlouhé chvíle. Kdo je kdo však nelze s jistotou říci,“ uzavírá naše dnešní pozvání Zdeněk Čermák. (d)

Foto ZOO Dvůr Králové

Kdo si hraje - nefňuká (3)

Zima je sice většinou jen podle kalendáře, ale i tak nyní více času trávíme doma. Je proto dobré pobavit se společně nejen koukáním na televizi, která na naše připomínky většinou nereaguje, ale aktivním rozprouděním myšlenek, vzpomínek a znalostí.

Ať jste dva, tři, nebo vás sedí u stolu třeba šest, vezměte si každý tužku a kus papíru a zahrajete si hru **NA BOHATÁ JMÉNA**.

Základem hry může být příjmení jednoho z vás, případně nějaké známé osobnosti. Všichni účastníci hry se pak musí pokusit z písem tohoto příjmení sestavit do dohodnuté doby (např. jedné minuty) určitá slova. Měla by být připuštěna pouze podstatná jména jednotného čísla v první pádu.

Vybrali jste si např. jméno SVO-

BODA. Z něho pak lze podle uvedených pravidel sestavit slova SODA, VODA, BOD, BAS, SAD, DAV a řadu dalších. Za základ hry mohou být použita i jména křesťní, názvy obcí, států, řek atd. A tak např. z názvu města RAKOVNÍK hráči sestaví ROVNÍK, RAK, VAK, KOV, NOR, KNÍR a další. Každé písmeno smí být ale použito jen tolikrát, kolikrát je obsaženo v základním názvu.

Ať už vyberete jakékoli slovo, dobře se pobavíte. A nebojte se mezi hráče přizvat i mladší generaci, která vás pobaví svými nápady (možná i neznalostí), ale třeba i příběhy ze života, jež budou vyprávět „za trest“ ti, kteří měli ve hře nejhorší výsledky.

Dobrou náladu všem čtenářům DS přeje Karel KRÁTKÝ.

Zasmějte se s námi

Manželky by měly být jako bankovky - za jednu čtyřicítku bychom měli dostat dvě dvacítky!

● Na pláži vyloví láhev a v ní je lístek: „Ztroskotat jsem na pustém ostrově. Nejsou tu tuneláři ani zloději, ani policajti, ani banky, ani exekutoři, ani berňák. Chcípnete si tam u vás všichni závisť!“

● Přišel zákazník k holiči a povídá: „Chtěl bych to takhle: jednu

kotletu nechat do půli tváře, druhou celou vyholit. Nahoře to ostříhejte, aby to trčelo přímo nahoru a nedalo se to česat, a vzadu mi vyholte pár míst na kůži.“ „Pane, takhle vás ostříhat nemůžu!“ „Jak to, že ne? Minule jste mě takhle ostříhal.“

● Víte co je vrchol optimismu? Oženit se s vlastní sekretářkou a myslet si, že jí budete dál poroučet.

S U D O K U

Ve svých osmdesáti šesti letech se G. Adams z Chicaga při snídani rozkašlal tak, že mu na talíř vypadla z úst kulka, kterou nosil... (viz tajenka) v plicích. Tehdy ho odmítli operovat, protože kulka uvízla těsně u srdce.

Po vepsání všech správných čísel připište ke všem jedničkám tato písmena: **MÁOESRSSŮ**. Ke všem dvojkám pak tato písmena: **OEKDTRDKO**. Vpisujte postupně po sloupcích zleva doprava. Tajenka se čte po řádcích shora dolů.

NÁVOD K ŘEŠENÍ:

Doplňte mřížku dalšími čísly tak, aby každý řádek, každý sloupec i každé pole o 3x3 políčkách obsahovaly všechna čísla od 1 - 9, žádné se nesmí opakovat. Vyberte např. tři spodní pole vedle sebe a zjistíte, že jednička musí být v políčku s tečkou, pak se třeba zaměřte na tři levá svislá pole, zde musí být dvojka jedině v políčku místo dvou teček. Postup opakujte v obou směrech čtení. Jak se tabulka takto stále zaplňuje, řešení se usnadňuje.

I KDYŽ DO MINULÉHO ZADÁNÍ

se nám vloudila chyba, čtenáři DS se jí ale nenechali zmást a zasílali výlučně správná řešení. Znělo: ta druhá půlka doktora. Suvenýry Českého rozhlasu dostanou M. Gruntová z Věrovan, H. Utěkalová z Bruntálu a L. Boučková ze Zdislavic. Blahopřejeme. Suvenýry Českého rozhlasu 2 - Praha jsou připraveny i pro tři úspěšné řešitele dnešní úlohy. Řešení posílejte do 20. března.

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

TIPY LETEM

Nová CD

Pokud jste ještě nenašli to svoje CD na březen, můžete se podívat na to, co vyšlo koncem února a vybrat si z toho, co se zajímavé zdálo nám.

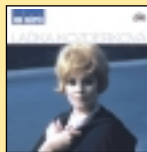


IVAN MLÁDEK
Zápisky šilenců;
Moje rodina;
Trilogie úterý

Hudebník, zpěvák, textař a malíř amatér je také autorem několika vyprávění z vlastního života. A hraje mu k tomu samozřejmě jeho vlastní Banjo band. Zkusíte si ho poslechnout taky? Myslíme, že nebudete litovat.

LAČKA KOZDERKOVÁ

Lačka Kozderková vznešená i rozpuštěná, nostalgická i roztančená, prostě jak jsme ji všichni znali a měli rádi. Na novém CD z edice Pop galerie Supraphonu najdeme její hity jako Kabaret, Jsem dívka v rytmu zrozená i Pigale. Je to už jen připomínka časů dávno minulých? Nemyslíme.



JOSEF ZÍMA

Nová kolekce nestárnoucích písní nestárnoucího zpěváka, nekorunovaného krále české dechovky a lidovky. Že zdaleka není jen tímto králem, dokumentuje i nová CD, na které nechybějí jeho hity jako Blues pro Tebe, Dobrou noc, Hřebínek, Letí šíp, Bílá vrána či Si si si signorina.

PALEČEK A JANÍK

Čtyřicet let spolu, čtyřicet písniček legend naší folkové legendy. Toto 2CD je prvním co nejkompletnějším poslechem všech fází jejich sympaticky nevtravé, a přece velice úspěšné kariéry. Jde o výtečný důkaz toho, že je-li co zpívat a hrát, pak často stačí jen dvě kytary, dva hlasy a zobcová flétnička. A výsledek je fantastický.



MILAN DROBNÝ

Všechny jeho hity a ještě něco navíc: Jestli se slečno nepletu, Pláču, pláču sůl, Ukřejvám rozpaky, Kytky se smály, Písnička pro kočku, Růže růžová, Běž, řekni to skalám a mnoho dalších určitě potěší naše uši. (d)

ZAJÍMAVÉ ÚKAZY NA OBLOZE

Zatmění Měsíce, před ním ale „zmizí“ Saturn

Zajímavé úkazy můžeme v nejbližších dnech sledovat na obloze. Nejbližší kosmický soused Země - Měsíc při svém putování po noční obloze zakryje v pátek 2. března v ranních hodinách planetu Saturn.

Saturn se za Měsíc začne ukrývat v 3:36 hod. Zcela ze opět vynoří ve 4:15. Údaje platí pro Prahu, pro jiná místa v České republice se ale liší jen o minuty.

Na rozdíl od běžných každodenních zákrytů hvězd Měsícem jsou zákryty planet Měsícem mnohem vzácnější. Planet je totiž výrazně méně než hvězd. Zákryt planety Saturn s prstencem je navíc mimořádně pěkným zážitkem.



Ze snímku americké NASA je jasné vidět trasa ISS nad planetou. Stanice přelétá i nad ČR.

K pozorování není třeba dalekohled ani triedr, protože Saturn bude velmi jasným objektem na obloze. V sobotu 10. února byl totiž v opozici se Sluncem, proto bude ještě dlouho jasně zářit.

Zajímavější bude ale určitě pozorování triedrem. Astronomický dalekohled už ukáže i postupně mizející prstenec planety za Měsícem. Letos bude ještě jeden zákryt Saturnu Měsícem, a to 22. května ve večerních hodinách.

Zatmění Měsíce

Úplné zatmění Měsíce nastane ze soboty 3. na neděli 4. března. Bude letos jediným zatměním, ale zato bude viditelné v celém průběhu. Začátek částečného zatmění nastane ve 22:30. Zcela ve stínu Země se Měsíc octne od 23:44 do 00:58 a ze stínu Země zcela vystoupí kolem 2:11 hod.

ISS pouhým okem

V těchto dnech můžeme kromě jasných planet spatřit také Mezinárodní kosmickou stanici, jejíž dráha při obletu Země je i nad ČR. ISS na obloze rozhodně díky její velké jasnosti nepřehlédnete. Objekt se pohybuje po obloze obvykle několik desítek sekund a na rozdíl od dopravních letadel neblíká!

Mnoho lidí si obvykle ISS přitom spleté právě s letadlem. Klidně se vám přitom může stát, že stanice z ničeho nic zmizí. To v žádném případě neznamená, že by se stanice někde zřítíla nebo že by na stanici zhasli světlo



a šli spát. ISS pouze odráží sluneční světlo, a proto je vidět. V určitou chvíli ale vstupuje do zemského stínu a sluneční světlo již tolik neodráží. To se pak pozorovateli na Zemi projeví rychlým poklesem jasnosti stanice a nakonec mu objekt z oblohy úplně zmizí z očí.

Přelety ISS mohou sledovat lidé v případě jasné oblohy nad celou Českou republikou. A kdy je vidět? Okamžiky pro konkrétní místo si můžete najít např. na internetových stránkách www.heavens-above.com. Časy se každý den mění, ale třeba nad Prahou byla v polovině února, kdy se psal tento článek, ISS pravidelně vidět mezi 18. a 21. hodinou a to vždy po dobu cca tří minut. Splést si ji nemůžete, protože žádná hvězda nesvítí jasněji. V současné době jsou na stanici Michael Lopez-Alegria (USA, velitel), M. Tjurin (Rusko) a Sunita Williams (USA). V dubnu dorazí k ISS ruská vesmírná loď Sojuz s novými členy posádky, ruskými kosmonauty Fjodorem Jurčichinem a Olegem Kotovem a dalším kosmickým turistou Charlesem Simonymim. (red)

SOUTĚŽ: Znáte jméno rodáka?

První zmínky o hukvaldském hradu pocházejí z roku 1285, za jeho zakladatele jsou považována německá hrabata z Hückeswagen. První z nich, rytíř Arnold z Hückeswagen, přišel do českých zemí na pozvání českého krále Přemysla Otakara I. V polovině 14. století hrad získali olomoučtí biskupové. Jejich vlastnictví bylo v roce 1355 dokonce potvrzeno papežskou bulou, která zároveň zakazovala hrad prodat nebo zastavit. Ovšem nepříznivá finanční situace olomoucké biskupství donutila k prodeji a hrad tehdy často měnil majitele. Vlastníci se tak stali např. uherský král a pozdější císař Zikmund či Jan Čapek ze Sán, proslulý husitský válečník, hejtman „širotků“ po Janu Žižkově a velitel některých tzv. spanilých jízdy. V roce hrad získal 1465 český král Jiří z Poděbrad, který jej vzápětí prodal zpět olomouckému biskupství. Tehdejšímu biskupu Tasovi z Boskovic finančně vypomohli jeho bratři Dobeš a Beneš z Boskovic, kteří také hrad převzali poté, co

biskup zemřel na mor. Po rozsáhlé přestavbě, která proběhla v druhé polovině 16. století se půdorys hradu rozšířil do takových rozměrů, že obvod hradeb měřil téměř kilometr a prostory byly schopny pojmout i několikatisícovou vojenskou posádku. Hrad chránilo šest bran s padacími mosty. V té době se Hukvaldy znovu a již definitivně vrátili olomouckému biskupství. To pak (od 18. století arcibiskupství) drželo Hukvaldy až do roku 1948, kdy byly zbytky hradu zestátněny. Ačkoli Hukvaldy požívaly pověsti nedobytné pevnosti, neboť se osvědčily ve třicetileté válce, hlodání času neodolaly. Pod hradem se rozkládá stejnojmenná obec. V ní se 3. července 1854 v budově školy narodil jeden z našich nejznámějších hudebních skladatelů. Víte, kdo to byl? Napovíme jen, že v hukvaldské oboře stojí pomník se soškou zvířátka, která se dostalo i do názvu jedné z jeho oper. **Správná odpověď z minula:** velitelem germánských kmenů v bitvě s Ří-



Konzervování a rekonstrukce hradu byly zahájeny v roce 1863 a trvaly několik desetiletí.

many roku 9. byl Arminius, německý Hermann der Cherusker. Vyhráli B. Verbík z Rýmařova, J. Syrová z Poděbrad a manželé Řehákovi z Pardubic. Dostanou suvenýry, které do soutěže věnoval Český rozhlas 2 – Praha. Ceny čekají i na tři výherce dnešní soutěže.

Změny u vdov a vdovců

V návaznosti na přijetí zákona o sociálních službách a zákona, který se mění některé související zákony, došlo také k novele zákona č.155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů.

Změna se týká trvání nároku na vdovský nebo vdovecký důchod po jednorocím pobírání tohoto důchodu. I v roce 2007 platí, že vdově vznikne nárok na vdovský důchod po manželovi, který byl požívatelem starobního, plného nebo částečného invalidního důchodu nebo splnil podmínky pro nárok na starobní důchod nebo získal potřebnou dobu pojištění pro nárok na plný invalidní důchod (u osob starších 28 let aspoň 5 let v posledních 10 letech) nebo který zemřel následkem pracovního úrazu. Takto ovšem vdovský důchod bez dalších podmínek náleží pouze po dobu 1 roku. Potom nárok na něj trvá jen, splňuje-li vdova některou ze zákonem stanovených podmínek. To platí stejně i pro vdovecký důchod.

Těmito podmínkami je, že vdova, resp.vdovec, pečuje o nezaopatřené



JUDr. Z. HÁJEK

dítě nebo je plně invalidní nebo vdova dosáhla věku 55 let nebo vdovec 58 let nebo dosáhli důchodového věku, je-li nižší. A v neposlední řadě také do 31.12.2006 platilo, že vdova má nárok na vdovský důchod (vdovec na vdovecký) také v případě, že pečují o svého rodiče nebo rodiče zemřelého manžela, který je částečně bezmocný a starší 80 let nebo převážně nebo úplně bezmocný.

Od 1. 1. 2007 však novelou zákona č.155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, došlo k zásadní změně. Vdovský ani vdovecký důchod již po uplynutí doby 1 roku od smrti manžela (manželky) nenáleží pouze z titulu péče vdovy nebo vdovce o částečně bezmocné rodiče starší 80 let. Podle zákona o sociálních službách se částečně bezmocné osoby mění v osoby závislé na pomoci jiné fyzické osoby ve stupni I (lehká závislost), osoby převážně bezmocné v osoby závislé ve stupni II (středně těžká závislost) a osoby úplně bezmocné v osoby závislé ve stupni III (těžká závislost) nebo IV (úplná závislost).

Podle § 50 odst. 2 písm.c) zákona č.155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve znění pozdějších předpisů, má

od 1.1.2007 totiž vdova (vdovec) nárok na důchod také tehdy, jestliže pečuje o svého rodiče nebo rodiče zemřelého manžela, který s ní žije v domácnosti, a je závislý na péči jiné osoby ve II.,III. nebo IV.stupni. Jde tedy o pokrytí dřívější péče o rodiče, který je převážně nebo úplně bezmocný. Při péči o tyto rodiče tedy zůstává nárok zachován.

Zákon již však nezná nárok na vdovský nebo vdovecký důchod z titulu péče o osoby částečně bezmocné a starší 80 let, tj. o osoby závislé v I.stupni. Pokud tedy vdova (vdovec) pečují o částečně bezmocné rodiče svoje nebo manžela (manželky) starší 80 let (což jsou dnes osoby závislé ve stupni I.) a nesplňují jinou podmínku stanovenou zákonem pro trvání nároku na vdovský (vdovecký) důchod (např.nepečují o nezaopatřené dítě ani nedosáhli věku 55, resp.58 let), vdovský, resp. vdovecký důchod jim náležel naposledy v důchodové splátce splatné v prosinci 2006.

Nárok na vdovský (vdovecký) důchod by se jim po tomto zániku obnovil pouze tehdy, kdyby některou ze zákonných podmínek pro nárok na něj splnili nejpozději do 5 let od zániku dřívějšího nároku na vdovský (vdovecký) důchod.

Dále je třeba také upozornit, že obdobně jako dosud, náleží nadále vdovský (vdovecký) důchod při péči o těžce zdravotně postižené dítě vyžadující mimořádnou péči zvlášť náročnou nebo při péči o zletilé dítě převážně nebo úplně bezmocné .

Připravil JUDr. Z. HÁJEK

Foto IČ



KUPOJEME ŠTĚNĚ

„Na co si mám dát pozor, když si chci pořídit pejska?“ napsala nám paní Lida S. z Tábora. Odpovídá MVDr. Lukáš Hanzel z pražské Veterinární kliniky Anděl:

Pokud kupujeme psa od chovatele, je dobré se zajet podívat na štěňata dopředu třeba když jim je 5 týdnů – a vybrat si to svoje – výběr je otázka štěstí a náhody v tomhle věku nepoznáte ani budoucí zdravotní stav, ani budoucí povahové rysy, takže jde o to, které se vám líbí. Štěňata by se měla prodávat ve věku okolo 7-8 týdnů. Bohužel chovatelé s jich chtějí zbavit co nejdřív, takže je dávají pryč už v šesti týdnech. Šestitýdenní štěně ale není až tak velký problém, dá se doma s úspěchem odchovat. Štěně by mělo být aspoň dvakrát očervené a jednou očkované. Chovatel vám

k tou dá doklady – očkovací průkaz. Když si ho přinese domů, po dvou třech dnech, až se štěně zbaví stresu, doporučuji přijít k veterináři na vstupní prohlídku, aby se zjistilo jestli nemá nějakou zdravotní vadu, jestli chovatel něco nezatajil – pes je podle práva věc a dá se reklamovat. Na veterině vám vysvětlí další postup – další očkování a odčervování, jak se čistí oči, uši, čím odblesovat a tak dále. Doma pak štěněti musíte zařídit jeho vlastní místo – pelech třeba složenou deku v košíku dvě misky jednu na vodu, druhou na potravu. Co se týče jídla většinou vám dají chovatelé vzorek jídla, na které je štěně navyklé. K vodě musí mít štěně přístup permanentně. Rozhodně nesmíte dát štěněti mléko, organizmus psa není schopný ho zpracovat. Pokud si psa pořizujete z útulku, je postup stejný jako u chovatele. (D)



RADY LETEM

POMOC Z PŘÍRODY

BŘÍZA BĚLOKORÁ

Betula pendula Roth

Bříza, symbol mládí, svěžesti a krásy. Od pradávných dob byla vychvalována jako ozdoba krajina, připodobňována ke svižné, ztepilé dívce. Její bílá kůra a rozevláté tenké větvičky připomínají nevěstu se závojem.

Bříz je známo více druhů. U nás je nejrozšířenější bříza bělokorá. Začíná kvést asi v patnáctém roce života. Do té doby je krásnou a příjemnou ozdobou zahrádky. Po tomto věku ale každoročně na podzim uvolňuje obrovské množství nažek s blanitými křídly, které vítr zanele do všech skulin a okapových žlabů.Proto se nedoporučuje sázet břízu v blízkosti obydlí.

Značný význam má bříza v kosmetice a lidovém léčitelství. Odvar z březových listů se používá na čištění, zjemnění a regeneraci pokožky.



Asi pět polévkových lžic drogy se krátce povaří v litru vody, nechá se deset minut vyluhovat a pak se scedí.Pokožka se oplachuje mírně teplým odvarem.

Flavonoidy a silice obsažené v listech břízy působí diureticky, tj. usnadňují vylučování moče. Nedráždí přitom ledviny, proto se droga užívá při zánětech močových cest, při zvýšené koncentraci kyseliny močové v krvi a při tvorbě močových kamenů. Nejúčinnější jsou mladé listy pro léčebné účely se vnitřně používají dvě kávové lžičky řezaných listů na šálek vody ve formě nálevu. Pije se dvakrát denně po jednom šálku.

Jako pomocný prostředek při léčbě cukrovky se uvádí tato směs: fazol obecný – lusk bez semen 10 g, kopřiva – list 10 g, bříza – list 20g, borůvka – list 60 g. Jedna kávová lžička směsi se povaří pět minut v objemu jednoho šálku vroucí vody a scedí se. Pije se před jídlem šálek teplého čaje.

Bříza nám může pomoci i při léčení našich domácích němých přátel. Při potížích vyvolaných nevhodnou nebo zkaženou stravou podáváme psům nálev z březového listů v množství jedné kávové lžičky na šálek vody, při zachování diety. Po ustoupení potíží podáváme nálev ještě dva nebo tři dny před jídlem.Nemusíme se bát předávkování, protože vedlejší nežádoucí účinky nebyly zjištěny. Často může být tato pomoc jedinou možností při pobytu na chatě nebo jinde na dovolené. (MM)

RADY LETEM

Jak zjistím, která doba zaměstnání není v evidenci ČSSZ a jak ji prokážu?

T. K., Vimperk

Která chybějící doba to je, to občan do 31. 12. 2005 zjistil z předstihového listu důchodového pojištění zaslaného mu na požádání ČSSZ. Od 1. 1. 2006 došlo ke změně, když předstihové řízení bylo nahrazeno informativními osobními listy důchodového pojištění. Ten zašle také ČSSZ na žádost občana, který má právo získat tento přehled vždy jednou v kalendářním roce. Podle toho se pak může rozhodnout, splňuje-li podmínky pro jeho přiznání, kdy půjde do důchodu. Chybějící dobu lze doložit potvrzením zaměstnavatele, pracovní smlouvou nebo svědeckým prohlášením o době zaměstnání (tiskopis je k dispozici na OSSZ) nebo také zaplacením členských příspěvků ROH za uvedené období.

Hodnotí se mně pro důchod doba péče o bezmocnou matku?

V. L., Brno-město

Do 31.12. 2006 se pro důchod hodnotila doba péče o blízkou nebo jinou osobu převážně nebo úplně bezmocnou nebo o částečně bezmocnou a starší 80 let. Od 1.1. 2007, kdy se zákonem o sociálních službách změnila bezmocnost v závislost na pomoci jiné fyzické osoby a změnil se i způsob hodnocení zdravotního postižení těchto osob, považují se osoby částečně bezmocné starší 80 let za osoby závislé ve stupni I. (lehká závislost), osoby převážně bezmocné za osoby závislé ve stupni II. (středně těžká závislost) a osoby úplně bezmocné za osoby závislé ve stupni III. (těžká závislost) nebo IV. (úplná závislost). Jako náhradní doba se v této souvislosti pro důchod hodnotí od ledna 2007 již pouze doba péče o osoby závislé na pomoci jiné fyzické osoby ve stupni II., III. a IV. Tedy doba péče o osoby dříve převážně nebo úplně bezmocné, ne již o osoby dříve částečně bezmocné starší 80 let.

Chtěl bych, aby mně byl důchod posílán na účet. Co mám udělat?

B. I., Mělník

Jestliže s vámi teprve bude sepsována žádost o důchod, je třeba, abyste k žádosti o důchod přiložil vyplněný a bankou potvrzený tiskopis „Žádost o zařízení výplaty důchodu poukazem na účet“. Můžete si ho nechat poukázovat na svůj účet nebo na účet manžela, resp. manželky, to záleží na vašem rozhodnutí nebo dohodě s partnerem. Tiskopisy jsou k dispozici na OSSZ nebo i u peněžního ústavu, který potvrzení bude vydávat. Pokud již důchod pobíráte a chodí vám poštou, budete postupovat stejně s tím rozdílem, že „žádost“ nepřipojíte k žádosti o důchod, ale zašlete nebo donesete na ČSSZ v Praze, Křížová 25, PSČ 225 08.

Odpovídal JUDr. Zdeněk HÁJEK,
právní poradna RS ČR

JAK NA NAŠI PAMĚŤ

Dvanáctého března nás čeká Národní den trénování paměti, který vyhlásila Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging. V řadě měst se budeme moci při přednáškách dovědět jak svou paměť trénovat. O co vlastně jde vysvětluje ing. Dana Steínová, předsedkyně ČSTPMJ:

Lidé k nám přicházejí, protože mají problémy, jaké má většina z nás - že každý den někde něco zapomeneme, nebo jdeme do ledničky a zjistíme, že najednou nevíme, co jsme tam chtěli. Když se tohle stává častěji, člověk o sobě začne pochybovat. Nesnažíme se ale vysledovat co je špatného s jejich pamětí a utěšovat je, že to postupně napravíme. My na to jdeme takzvanou terapií příjemného šoku.

Můžete ten příjemný šok blíže vysvětlit?

„Účastníci našich kurzů brzy zjistí, že si pomocí paměťových technik, které je naučíme zapamatují třeba něco tak nevidaného, jako je Ludolfovo číslo se stovkou míst za desetinou čárkou. Když to jedna z našich účastnic dokázala, ptala jsem se jí, zda odolala pokušení předvést to doma. Řekla mi, že to předvedla svému vnukovi. Já na to a co on? On mi řekl: Babi, nikdy jsem si nemyslel, že jsi nějaký blbec, ale teď jsem se přesvědčil, že jsi geniální. Od té doby se mnou jedná jako s partnerem a konzultuje své záležitosti, zatímco předtím říkal: Babi, to stejně nepochopíš.“

V čem pomáhá trénování paměti?

„Jsme vybaveni velice malou ka-



Ing. Dana STEINOVÁ

pacitou krátkodobé paměti, s tou máme problémy, s dlouhodobou pamětí ne. To, co je uložené v dlou-

hodobé paměti muselo projít předtím úspěšně krátkodobou pamětí. Takže lidi učíme aby uměli efektivně zpracovat novou informaci, tak, aby byla spolehlivě uložena v našem paměťovém skladišti a byla stejně spolehlivě vybavitelná v případě budoucí potřeby. Snažíme se především, abychom lidem pomohli s problémy běžného denního života, to znamená aby neměli potíže si zapamatovat co chtěli nakoupit, telefonní čísla, schůzky, tváře, jména - to, co potřebujete v denním životě. A k tomu dostávají informace o různých teoretických aspektech paměti, aby byli schopni své paměti lépe rozumět.

Co je základním principem tréninku?

„Lidé se v kurzech učí daleko víc koncentrovat na přicházející informaci. Náš problém není v tom, že jsme nějakou informaci zapomněli, my jsme jí spíš nevěnovali pozornost, jen kolem nás prosvištěla, aniž by se nám do paměti zakódovala.“

Ptal se Dušan POKORNÝ
Foto Kamil VARCOLLER

TERMÍNY

Osvětové přednášky pro veřejnost se v rámci Národního dne trénování paměti zdarma 12.3. uskuteční v těchto místech: **Budišov n. Bud.** Kulturní dům od 16 h.; **Česká Lípa.** Městská knihovna od 18. hod.; **České Budějovice.** ÚSP Máj od 14 h.; **Horní Bříza.** ÚSP od 9,30 h.; **Kopřivnice.** Městská knihovna od 9 h.; **Jihlava.** Městská knihovna od 16 h.; **Kralovice.** ÚSP od 16 h.; **Kutná Hora.** Oblastní charita od 14 h.; **Kroměříž.** Muzeum Kroměřížska od 14 h.; **Liberec.** Krajská vědecká knihovna od 15 h.; **Litomyšl.** Městská knihovna od 17 h.; **Mnichovo Hradiště.** Dům s pečovatelskou službou, Družstevní od 14,30; **Ostrava.** Domov důchodců, Vítkovice od 14 h.; Biskupství ostravsko-opavské od 10 h.; **Praha.** Kulturní dům Vltavská od 10 h., Geriatrická klinika, Londýnská od 14,30 h.; **Úvaly.** Dům s pečovatelskou službou od 17 hod; **Valašské Meziříčí.** Diakonie ČCE od 10 h., Městská knihovna 18 hod.; (13.3.); **Vítkov.** Domov důchodců, Lidická od 14 h.; **Vsetín.** Masarykova knihovna od 10.30 h.; **Vyškov.** Knihovna Karla Dvořáčka od 16 hod.

PODVEDENÁ „POCHOUTKA“

Když se plátek kvalitního sýra dobře obalí, do zlatova opeče a přidá trocha domácí tatarky, je to lahůdka nad lahůdky. Také občas vzpomínáte, jak jste si „smažák“ zamlada dávali a v každé hospodě i čtvrté cenové skupiny byl jistotou, která dokázala v poledne zahnat hlad a člověk si navíc pochutnal?

Ty časy jsou pryč, dnes vám v restauraci udělají cosi, co lahůdkový smažený sýr nepřipomíná ani vzdáleně. Je to jen jakýsi plát, který po rozkrojení nejen že neteče, ale má divnou barvu a stejně zvláštně „voní“. Co se to stalo s oblíbenou lahůdkou? V podstatě něco podobného co s uzeninami, jejichž výroba začala zlevňovat.

Sýr je v potravinářské legislativě definován jako mléčný výrobek, to znamená že musí být vyrobený z mléka a mléčného tuku. To, co před vás postavili v restauraci, není mléčný výrobek, ale tzv. sýr-alternativ, což vyhláška nezná.

Výrobci se prostě rozhodli nahradit tu nejdražší složku – mléčný tuk – tu-

kem rostlinným. Cena zůstala stejná, výdělek pro výrobce i obchodníka se samozřejmě zvýšil. Co s tím můžete dělat vy jako spotřebitel, který je klamán?

Především si stěžovat hygienikům nebo Státní zemědělské a potravinářské inspekci, protože jde o klamání spotřebitele. Vy jste sice nedostali nic, co by bylo hygienicky závadné, nicméně nepředložili vám sýr, který jste si objednali a který také provozovatel restaurace uvádí v jídelním lístku, ale cosi, co není sýrem, byť se to tak tváří. A ideální bude, když vložíte svůj tip na restauraci, která to dělá, na naše stránky www.spotrebitele.info do rubriky SOS v akci Kauzy. Např. jen v severoče-

kém regionu tak bylo SOS upozorněno hned na 19 restaurací, které v jídelním lístku nabízejí sýr, ale ve skutečnosti namísto něj užívají levnější náhražku.

Výrobky tohoto typu můžete najít i v supermarketech, kde je prodejci bezostyšně nabízejí mezi dalšími mléčnými výrobky. Třeba polotovary Lidový smažák, který na obale oslovuje kupujícího opravdu skvěle: „Vážený sýrový labužníku!“ V prodejně má spotřebitel – vybaven silnými brýlemi a znalostí problému alespoň šanci zjistit, že je klamán, když si přečte složení výrobku. Pokud je v něčem, co je nazýváno „sýr“ či „taveňák“ rostlinný tuk, dejte od toho raději ruce pryč, pokud si chcete pochutnat na skutečně sýrovém výrobku.

Ale v restauraci šanci zjistit složení výrobku nemáte. Proto pozor, když si chcete pochutnat, opatrně si kupte plátek opravdového sýra a udělejte si dobrou večeři raději doma.

Mgr. Ivana PICKOVÁ,
Sdružení ochrany spotřebitelů ČR

POHYB JE NEJLEVNĚJŠÍ LÉK

Z aerobikového sálu v areálu Fit centra v Praze nedaleko Libeňského mostu vycházejí zpocení, ale spokojení lidé. Hned za nimi je následuje jejich trenérka Olga Šípková (38 let), vysokoškolsky vzdělaná učitelka tělesné výchovy a biologie, trenérka I. třídy, v aerobiku pak mistryně světa (1997, Sydney), mistryně Evropy (1995, 1997) a mnohonásobná přebornice republiky. Právě s ní si dnes budeme povídat o významu pohybu pro seniorské kategorie.

Olgo, cvičíte zde s různými věkovými kategoriemi, i s těmi staršími. Jak je pro ně aktivní hýbání se důležité a odkdy vy počítáte seniorský věk?

„S tím věkem je to strašně těžké, mám zde například Janičku Pechovou, které je 64 let a mnohé pětadvacátnice ještě strčí do kapsy. A to i potom, kdy přijede na hodinu na kole z Kobylis a ještě mi přiveze džemy. Zpátky do kopečka pochopitelně šlape také. Ale buď, počítejme začínající seniorský věk zhruba mezi 60 a 70 lety. Důležitost pohybu? Obrovská a za tento vysoce účinný lék naše peněženky nezchudnou, chce to jen vůli.“

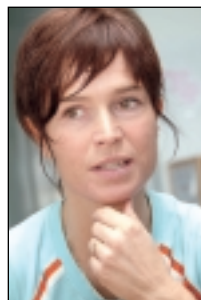
Pro lidi, kteří cvičili celý život to není těžké, ale co pro začínající, není pozdě se s tělocvičnou a pohybem skamarádít?

„Ne ale vím, že se někomu do tělocvičny už nechce. Což ovšem neznamená, že se mají pohybu vyhýbat. Zkusím dát několik receptů na doma, velmi důležitý je zejména ten ranní. Člověk by měl vstávat především pozitivně naladěný a myslet na hezké věci, ne se hned kašnit. Důležité je se pořádně protáhnout, ležet na zádech, pokud to jde stehna skrčit co nejlíže k hrudníku a opakovat za hlubokého prodýchávání nosem asi 5x.



Pohyb prospívá lidem v každém věku.

Přiznává je i masáž chodidel, to byste se divili, kolik je tam bodů, co ovlivňují naše pohybové a nervové centrum! Pak si dát třeba nenasyčenou vodu s citro-



Bývalá mistryně světa Olga Šípková

Čím bychom mohli ještě pomoci našemu pohybovému aparátu, který bývá v případech dříve narozených opotřebený?

„Víte, co je třeba zdravý výživný? Jistě znáte takové ty obří balony, na kterých se cvičí. Nejsou drahé a představte si, že na něm stačí jen sedět a držet balanc, to zpevňuje svaly na celém těle.

Jen pozor, aby nepodklouzl. Na balonech sedí třeba i manažeři u počítačů, protože je to nutí držet tělo zpříma. Vůbec někdy chodíme hrbatí, což není jen ošklivé, ale i bolestivé. Zejména tehdy, když se nevěnujeme zkráceným prsním a zádočným svalům, procvičte je jednoduchými prostnými bez činek a dbejte na to, abyste nezvedali ramena, tlačte je dolů. Bříško zastrčit, zadeček stáhnout a uvidíte, jak postava omládne. Pochopitelně to nejde najednou, ale co do těla investujeme, to nám vrátí – v dobrém i špatném. Mohla bych ještě hovořit o cvičení ve vodě, jízdě na kole, stačí na rotopedu, ale každý si už návod najde, když tak nám napište.“

Závěrem – existují nějaké urychlené či zaručené cesty, jak pomoci tělu?

„Velmi málo lidí dovede skloubit zdravý pohyb s výživou. Ohledně jídelníčku se zmíním o třech zásadách - není jednoduchý, účinky se objevují za dlouho a musí být promyšlený. Pro spoustu lidí je namáhavější napláňovat racionální stravu – a těch receptů je dnes dost - než sníst pilulku nebo si nalepit náplast a věřit, že se stane zázrak. On se většinou nestane. Stejně, jako když budeme držet dietu, pak všechno porušíme, takzvaně se „nafutrujeme“ a tělo je tam, kde bylo. A navíc je zmateno, tak jaké mě vlastně člověče chceš? Trochu se rozčiluji, když vidím různé reklamy, kdy vibracemi mizí tuk - to spíš člověk dostane žaludeční vředy, ale každý má právo výběru. Můj návod je jednoduchý – hýbat se a jíst zdravě i racionálně. Stejně tak, jako pít. V mém pitném režimu nemají místo populární sladké hity, které jsou jen prázdnými cukry. Nepřeháním to ani s minerálkami, protože minerály se usazují. Pijí bezteinové čaje jako kopřivový nebo heřmánkový a míň bublinkovou vodu. A jsem spokojená.“ (PEČ, ŠUST)



TIPY LETEM

Kuchařka jinak

Potrava přináší do organismu mnoho odpadu. Důsledkem jeho shromažďování je postupné ničení jednotlivých orgánů i systémů lidského organismu. Dvě třetiny lidí zemřou na srdečně cévní choroby, protože jejich cévní systém a srdeční sval jsou poničeny metabolity. Jsou to zbytky – odpad z lidského stravování. Dlouho očekávaná kuchařka Josefa Jonáše, našeho předního odborníka na zdravou výživu přináší stovky receptů, které vycházejí z principů autorovy úspěšné knihy Praktická detoxikace. V několika oddílech představuje známé i méně užívané potraviny v mnoha rozmanitých variacích a neznámých kombinacích a ukazuje jejich vliv na metabolismus, vylučování toxinů a tukové hospodářství našeho těla. V barevné příloze se čtenáři sami přesvědčí, že zdravá jídla skvěle vypadají – a doma potom, že také skvěle chutnají. Vydalo nakladatelství Eminent a kniha stojí 279 Kč. (red)



O bylinkách

V úterý 27. února se v Městské knihovně v Praze koná od 19 h. setkání se známým bylinářem Pavlem Váňou. Dozvíte se řadu receptů a postupů, jak účinně odolávat civilizačním chorobám a jak zlepšit svůj fyzický i psychický stav. Na závěr se uskuteční beseda spojená s autogramiádou. (red)

Med i na rány?

Po čaji s medem a citronem sáhne s důvěrou snad každý, kdo cítí, že na něj jde nachlazení. Produkt pilných včelek má však i širší použití v medicínské praxi. Podle zkušeností lékařů z Bonnu dokáže udělat pravé zázraky s ranami, jež se odmítají hojit



a s nimiž si neumějí poradit ani antibiotika. Osvědčuje se hlavně v chronických a úporných případech, u kterých se v poraněních usídlily multirezistentní bakterie. K léčbě se však nehodí jakýkoli med. Pouze tzv. medihoney (lékařský med), který se připravuje speciálním způsobem. Běžně dostupný totiž může obsahovat bakteriální spory, jež spíš mohou stav pacientů zkomplikovat. (red)

ZAZNAMENÁNO

Konec idolu krásy?

Legendární milenci Antonius a Kleopatra podle všeho nebyli vůbec tak pohlední, jak se má obecně zato dospěl k jinému názoru. Historikové z univerzity v britském Newcastle totiž nyní dospěli po



studiu portrétů na stříbrné minci z roku 32 před n. l.

„V našich obecně sdílených představách byla Kleopatra nádhernou ženou obdivovanou římskými politiky a generály,“ řekla Clare Pickersgill z univerzity v Newcastle. Nejnovější výzkum ale naznačuje docela jiný portrét údajně čarokrásné vládkyně. Kromě jiného prý měla nos ve tvaru skoby. (red)

Senior se stane králem?

Vedle demografických změn se současně se stárnutím obyvatelstva zákonitě změní i životní styl společnosti a povede ke stále silnějšímu rozvoji specifických nabídek pro seniory. Neplatí to jen pro specifické nabídky, ale vzhledem k demografickému vývoji i pro všechny ostatní oblasti života.

Ve vyspělých státech jsou senioři obletovanou klientelou už dnes. V sousedním Německu senioři pro turistickou a rekreační branži znamenali loni více než třetinu jejich příjmů (34%), dohromady utratili 18 miliard euro! Představovali 21% všech klientů, kteří na zotavené hledali fitness, u wellness to bylo už 30 %, u ozdravných pobytů pak tvořili 57% všech zákazníků a v případě léčebných lázeňských pobytů pak dokonce 67% všech hostů.

Není divu, že hoteliéři věnují seniorům zvýšenou pozornost. Už před lety tak vznikl řetězec hotelů „50 + Hotels“, do kterého se zapojily podniky z Německa, Rakouska a nejnověji i Švýcarska. Jen v Německu má sto členů a další přibývají. Nejnověji 16



Jak DS odepsalo vedení řetězce hotelů 50+, značku kvality může získat jen zařízení se skutečným komfortem

vybraných hotelů společnosti Inter-CityHotel GmbH, která už osm let nabízí zvýhodněné tarify pro seniory. **Není to ovšem nějaká charita, ale vysoce prestižní záležitost.** Členem „50+Hotels“ nemůže být každé ubytovací zařízení: pouze tři až pětihvězdičkové hotely, které splňují kritéria pro udělení pečeti kvality. Všechny se musejí nacházet v nejoblíbenějších turistických oblastech nebo v centrech měst s pestrými kulturními

bídkou. Vychází se důsledně vstříc individuálním přáním ohledně stravování, respektují se zvláštní zvyklosti na spaní nebo jiné záliby a návyky hostů. Host se prostě dočká srdečnosti a osobní péče, která prostřednictvím zdánlivých maličkostí celkově vytváří novou kvalitu pohodlné dovolené.

Zatím nelze srovnávat postavení německých, rakouských či švýcarských penzistů s českými. Příjmy jsou přece jen nadále značně odlišné. Jisté je ovšem i tak jedno: i u nás se senioři pomalu ale jistě stanou žádanou klientelou, která bude narůstat a i její potenciál se bude zvyšovat s celkovým růstem životní úrovně.

Podle expertů je v seniorech ukryt největší potenciál dalšího růstu rekreačního trhu v Německu. Není důvod, proč by to za pár let nemělo platit u nás. Demografický vývoj k tomu spěje v každém případě. Jde jen o to, aby to ti, kdo rozhodují, pochopili včas. Také v ČR provedené průzkumy ukázaly, že trendy ve vyspělých státech platí (byť v menším měřítku) už i u nás: i relativně chudí čeští senioři tak třeba vydávají na rekreaci, kulturu a sport 8% svých příjmů, což je jen o 3% méně než u zaměstnanců. (fav)

VAŠE HVĚZDY NA BŘEZEN

BERAN

(21.3. - 20.4.)

Tento měsíc vám přináší šanci na menší výhru nebo alespoň výhodný nákup. Pozor však na nabídky, které budou už na první pohled neuvěřitelně výhodné a lákavé, mohly by vám přinést nepříjemné zklamání. Dejte přednost seriózním možnostem.



BÝK (21.4. - 21.5.)

Udělejte si pořádek ve svých věcech a to, co jste už dlouho nepotřebovali a ani nejspíš už potřebovat nebudete, věnujte někomu, koho tím potěšíte. Vy si naopak udělejte radost nějakým novým bytovým doplňkem. V příjemném prostředí se žije rozhodně lépe!



BLÍŽENCI

(22.5. - 21.6.)

Blíženci budou v následujícím měsíci potřebovat porozumění a sounáležitost. Mnoha lidem ve svém okolí můžete výrazně pomoci už tím, že je vyslechnete a vyjádříte jim svou účast. Budete mile překvapeni, kolik přátel mezi svými blízkými máte!



RAK (22.6. - 22.7.)

Období, které je před vámi, bude

celkem vyrovnané, příznivě se vliv hvězd projeví u těch, kdo se zabývají nějakou intelektuální činností, jako je luštění křížovek, rébusů a pod. Možné jsou výhry z soutěží ve kterých uplatníte své znalosti a bystrost.



LEV (23.7. - 22.8.)

Hvězdy přejí objevení nového. Přečtěte si zajímavou knížku, která vám otevře nové horizonty vědění. Také od lidí ze svého okolí se dozvíte mnoho zajímavých novinek, které vám mohou být užitečné. Nebo zkuste vyrazit hledat poznání do přírody.



PANNA

(23.8. - 22.9.)

Vše co děláte, děláte velmi pečlivě a na doraz. Měli byste se ale také naučit odpočívat. Běžte do společnosti a hoďte své každodenní starosti alespoň na chvíli za hlavu. Když si neodpočínáte, hrozí vám zdravotní komplikace. Neodkládejte to!



VÁHY

(23.9. - 23.10.)

Následující měsíc bude přát zahrádkářům a pestitelům



pokoje rostlin. Těšte se na přicházející jaro, doplní vaši energii! Pokud máte nějaké zdravotní potíže, toto období je příznivé pro podpůrnou léčbu bylinkami a přírodními prostředky.

ŠTÍR

(24.10. - 22.11.)

Štíři mají před sebou poměrně náročný měsíc. Nenechte se vyčerpávat množstvím drobných potíží, které samy o sobě nejsou příliš závažné, ale stojí vás mnoho sil. Možné jsou i nepředvídané výdaje. Nakonec však vše s pomocí přátel zvládnete.



STŘELEK

(23.11. - 21.12.)

Budete mít možnost poznat nové lidi a někteří z nich si budou velice vážit vašich životních zkušeností. Než však s někým půjdete do sporu, zvažte důkladně, jestli vám hádka stojí za vynaloženou energii. Když se má člověk změnit, musí především sám chtít!



KOZOROH

(22.12. - 20.1.)

Dařit se bude všem, kdo mají tvůrčí koníčky - pokud malujete, píšete, nebo máte rádi dobrou knížku



a film, očekávejte nevšední zážitky. Sejděte se s přáteli, které jste dlouho neviděli, nebo si udělejte výlet na místa, ke kterým vás poji šťastné vzpomínky.

VODNÁŘ

(21.1. - 20.2.)

Nepouštějte se do příliš fyzicky nebo psychicky náročných úkolů. Vaše síly jsou vyčerpávané. Meditace, voňavá koupel nebo poslech uklidňující hudby vás přímo zázračně osvěží a dodá vám tolik potřebnou energii. Nepropadněte ale melancholii.



RYBY

(21.2. - 20.3.)

Neklidné období, které je před vámi zvládnete lépe, pokud se budete věnovat svým koníčkům. Rybaření, akvaristika, plavání nebo procházka kolem řeky vám zlepší náladu a prospěje vašemu zdraví. Nebo navštivte svoje dávné známé.



CHCETE VĚDET VÍC?

Horoskop sestavil profesionální astrolog Martin Goliáš. Zajímá Vás, co daly hvězdy Vám a Vaším blízkým do vinku? S čím musíte, pokud chcete žít lépe, počítat? Zavolejte mi na tel. č. 906 605 506, povím Vám to.

E.M.A. Europe s.r.o., max. 60K/min.

Dinosauři v obchodním centru

Ještě do 15. března si můžeme prohlédnout neobvyklou výstavu na neobvyklém místě. Dinosauři v obchodním centru v Praze na Chodově. Centrum ji uspořádalo společně s Národním muzeem a je tu rozhodně do půlky března na co se dívat: jde o život, který se na Zemi odehrával před mnoha miliony let.

Jedno z nejvýznamnějších světových nálezů koster dinosaurů představuje argentinská Patagonie. Jak to tam tehdy vypadalo? Náznorovou představu o životě před mnoha miliony let si můžete udělat právě teď – a zhlédnout unikátní exponáty patagonických dinosaurů. Paleontologické Muzeum Egidia Feruglia, které tuto putovní výstavu připravilo, reagovalo na velký zájem veřejnosti o dinosaury a historii Země v poslední době, především po celosvětovém úspěchu televizního seriálu BBC Putování s dinosaury před několika lety. Patagonie je oblast, jež je známa paleontologickým bohatstvím srovnatelným se středoasijskými nálezy z pouště Gobi nebo z Alberty v Kanadě. Po mnoho let přijíždějí do Patagonie národní i mezinárodní vědecké ex-

pedice, které obvykle přinášíjí mimořádné výsledky. A tak se roku 1988 samospráva ve městě Trelew rozhodla založit Muzeum přírodních věd Egidia Feruglia. Významné nálezy a výzkumy si získaly mezinárodní uznání a pozvedly muzeum na úroveň velkých muzeí a vědeckých institucí v Argentině i zahraničí.

Historie dinosaurů začala před 230 miliony let v triasu v prostředí zcela jiném, než

je dnešní. Kontinenty byly v té době spojeny v jeden obrovský celek – superkontinent Pangeu, která sahala téměř od jednoho pólu ke druhému. V pozdním triasu rozlišujeme v rámci tohoto superkontinentu dvě provincie: severní Laurasii a jižní Gondwanu. Během jury se tyto oblasti od sebe oddělily a vytvořily dva samostatné kontinenty. V křídovém období se Atlantský oceán dále rozevíral a Jižní Amerika se oddělila do Afriky. Éra dinosaurů skončila na hranici druhohor a třetihor. Tehdy, pravděpodobně po dopadu velkého meteoritu, došlo na Zemi ke globální katastrofě, kterou nepřežilo mnoho organismů, mezi nimi i dino-



hatost a velkolepost jihoamerického fosilního materiálu s cílem pochopit vzájemné vztahy mezi současností a minulostí Země a změny jejího prostředí v geologické minulosti.

Názorně ilustruje, jak věda v kombinaci s technikou může rekonstruovat historii života na Zemi, a ukazuje rozmanitost života a různé cesty jeho vývoje na naší planetě. Od prvního dne výstavy je díky spolupráci s odborníky z Národního muzea v Praze pro zájemce o podrobnější informace zajištěn na vyžádání kvalifikovaný výklad a řada podrobných informací.

(d)



Rekonstrukce Gigantosaura

Tak vypadal podle paleontologů dinosaur

sauři. Hlavní součástí výstavy jsou trojrozměrné modely koster dinosaurů a dalších fosilií. Ukazuje bo-

Rekreační soutěž



Naše soutěž o desetidenní bezplatné ubytování pro dva v jedné z chatk v RZ Katka Pikovicích u Hradička už má druhého vítěze. Je jím paní Marie Kopsová z Doudleb nad Orlicí, která správně uvedla, že v době válek o tzv. rakouské dědictví na trůnu ve Vídni seděla císařovna Marie Terezie. Do Pitkovic může jet s partnerem své volby. Blahopřejeme. Ti, co tentokrát neuspěli, to mohou zkusit v dalším kole soutěže. Tentokrát se týká dějin Pražského hradu. K němu patří od minulého století i 16,38 m vysoký monolit. Podle návrhu z roku 1921 měl být původně umístěn v Rajské zahradě jako ozdobný prvek, avšak nakonec bylo rozhodnuto věnovat jej památce obětí 1. světové války. V Mrákotíně u Písku byl tehdy vylomen unikátní dvacetimetrový žulový monolit, který se však po cestě do Prahy, kterou zajišťovala i armáda, zlomil. Katastrofa nastala, když byl blok žuly vlečen do prvního strmějšího svahu; jedno oko řetězu nevydrželo zatížení a prasklo, vůz s monolitem se utřhl a sjel po srázu dolů, kde narazil do jiného vozu s takovou silou, že se obelisk rozlomil“.

V Mrákotíně byl proto vylomen nový žulový sloup. I tento kámen se však zlomil – přišel o špičku dokonce už v mrákotínském lomu. Zbytek byl do Prahy ale už převezen v pořádku. Celou přepravu dokumentovali filmaři. Šlo skutečně o unikátní záležitost, protože tak velký nový monolit v Evropě tehdy neměl obdoby. Architektovu původnímu záměru ale příliš nevyhovoval, proto jej nechal umístit na III. nádvoří Pražského hradu. Součástí památníku měl být český lev opírající se o slovenský kříž. To ale narazilo u Slováků, kterým se nelíbilo, že jejich znak by byl pod lvem. Neprošel ani návrh opatřit obelisk poetickým nápisem, protože básníci se hašteřili o to, kdo by měl být autorem. Nakonec byl samotný obelisk vztyčen v roce 1928 u příležitosti 10. výročí vzniku ČSR, přičemž téměř všechny náklady spojené s tímto projektem uhradil prezident T. G. Masaryk.

Naše otázka zní: víte, který architekt byl autorem projektu? Napovídáme, že to nebyl Čech a na odpovědi čekáme do 20. března. A ještě informace pro ty, kdo by chtěli RZ Katka navštívit ve vlastní režii: telefon na majitele p. Kovaříka je 775 063 836. (red)

JAK NA TO

Objednávkový kupon vystříhnete nebo okopírujete, vyplíte a zašlete na adresu A.L.L. production, s. r. o., Box 732, 111 21 Praha 1.

Pokud budete posílat v obálce, připište na ni pod adresu „Předplatné Doba seniorů“. Nezapomeňte, že předplatným můžete udělat radost i svým blízkým a známým.

OBJEDNÁVKOVÝ KUPON

Roční předplatné

108 Kč

Cena za kus

9 Kč

DOBA
seniorů

Objednávající:

JMÉNO

PRŮMENÍ

ULICE

ČÍSLO POPIŠNÉ

MĚSTO

PSČ

TELEFON

E-MAIL

Předplatné "formou dárku" pro:

JMÉNO

PRŮMENÍ

ULICE

ČÍSLO POPIŠNÉ

MĚSTO

PSČ

TELEFON

E-MAIL

DOBU SENIORŮ objednávat od čísla (včetně):

ZPŮSOB PLATBY:

☐ složenkou

☐ bankovním převodem

☐ SIPO: spojevací ž.

☐ fakturou:

IČO:

PODPIS

DIČ:

Souhlasím s tím, aby mé osobní údaje poskytnuté v rámci předplatného vedla společnost A. L. L. production s. r. o. či jejího smluvního partnera v autorizované databázi předplatitelů, a to i po skončení předplatného. Na moji žádost budou údaje z databáze vyloučeny. Údaje smí být využity pouze v souvislosti s předplatným, k vypracování statistik, k zaslání nabídek a poskytování služeb a informací o akcích pro předplatitele. Zajišťuje: A. L. L. production s. r. o., Box 732, 111 21 Praha 1 - t: 234 062 851, fax: 234 062 813 - predplatne@predplatne.cz

TIP DS

Varga ve vagonu

Hudební mág nebo tajemný klávesový hrdina, i takové přívlastky si vysloužil během své kariéry slovenský hudebník Marián Varga. V pondělí 29. ledna oslavil neuvěřitelné šedesátiny. Téměř vše, na co Varga sáhl, vstoupilo v Česku i na Slovensku do hudebních dějin. Marián Varga je legenda.



Ne kvůli množství vydaných alb (22, včetně

desek se skupinami Prúdy a Collegium Musicum, s Pavlem Hammelem aj.) nebo hudby, kterou napsal pro dvacet tři televizních a divadelních inscenací i osm celovečerních a deset krátkých filmů. Jeho koncerty doslova elektrizují publikum a Marian hraje svěže, nově, ale přitom nezapomíná na svoje nejslavnější melodie.

U příležitosti kulatých narozenin bude čerstvý šedesátník 28. a 29. března vždy od 21:00 hod. koncovat klubů Vagon na Národní třídě v Praze 1. Doporučujeme. (red)

Dechovka přece jen bude

Pořadatelům loňského unikátního festivalu Dechovka byla, je a bude (Sazka Arena 7. 10. 2006) se konečně podařilo najít televizi, která se nebojí experimentovat a hodlá něco udělat pro tisíce milovníků české a moravské dechovky.

Pořad dechovek se Sazka-Areny pro příznivce tohoto žánru odvysílá TOP TV a to dokonce ve dvou pokračováních ve stopážích 50 minut. První můžete vidět v sobotu 10. 3. od 13,30 hod. (repríza 1.5. v 16,30) V prvním dílu vás budou bavit v pestrém sledu, bez playbacku a naživo, nejznámějšími písničkami Ústřední hudba AČR spojená s Posádkovou hudbou Praha za řízení dirigenta Viliama Béreše, Šohajka Vojtěcha Ducháčka, Babouci Petra Šhýbala, Valaška Jaroslava Balouška, Březovanka Jiřího Vojtěcha, Žadováci Ladislava Svobody Žatečanka Jaroslava Filípka, Moravská Veselka Pavla Železného a Plzeňská 12 Jaroslava Tachovského, V pořadu zazní i vítězná písnička rozhlasové Dechovkové hitparády Pivem nebo vícečkem autorů Josefa Vejvody a textaře Vladimíra Salčáka. Druhý díl je na programu TOP TV v neděli 11.3. v 13,30 (repríza 8.5. v 16,30). V tom vás pobaví Stříbrňanka Vojtěcha Horkého, Strahovanka Františka Adámka, Tůfaranka Jana Bílka, Valdaufinka Ády Školky, Mistříňanka

Antonína Pavluše, Vejvodova kapela Josefa Vejvody a Moravanka Jana Slabáka. Mezi známými a oblíbenými zpěváky se zde objeví také král české dechovky Josef Zima. V závě-

Záběr z koncertu v Sazka-Areně.



ru pořadu pak zazní i nesmrtelný český hit století – Vejvodova Škoda lásky. Žádná jiná česká televize zatím neodvysílala podobný monotematický pořad dechovkových písniček v takovém rozsahu! Problém je, že TOP TV si normálně (teresterické

analogové vysílání) mohou naladit jen někteří diváci v Praze a to na 28. kanále Praha - Strahov. TOP TV je ale dostupná i přes satelit: naladit ji můžete na satelitu Astra 1KR (dříve 2C) (19,2#E) a Astra 3A (23,5#E). Signál není kódován. TOP TV se také nalézá v programové nabídce UPC Direct společnosti UPC Česká republika, a.s. V kabelových sítích je dostupná především v nabídce MI-

NI společnosti Karneval Media, ale i u dalších kabelových operátorů. TOP TV živě vysílá také prostřednictvím sítě Internet ve formátu Windows Media 9. Není to mnohdy jednoduché a mnozí senioři asi budou muset požádat o pomoc technicky zdatnější děti či vnuky, ale je to zatím jediná možnost, jak unikátní pořad vidět v televizi na vlastní oči. Tzv. „velké“ televize bohužel fanouškům dechovky bohužel příliš nepřejí. Možná i k vlastní škodě. (red)

KAM DO DIVADLA

V březnu můžeme v programech našich divadel najít celou řadu zajímavých představení i premiér, na které stojí zato si zajít. Z jejich nabídky jsme pro vás vybrali:

Divadlo Viola, v Praze nám nabízí kouzelnou hru **Dobře, pane Guthe** (10. a 28.) v němž jako tetička vychovává neteř a jejího přítele Naďa Konvalinková například takto: Před dámou potřeba je posmeknouti. Původ smekání všelijak se vysvětluje, mnozí v tom vidí reminiscenci na zvyk surového pračlověka, který poraženému uťal hlavu, později smířil se s tím, že mu uřezal obě uši a ještě později přemožený smekl pokrývku z hlavy na znamení, že se podrobuje.

Divadlo na Fidlovačce připravilo premiéru muzikálu **Muž z Lamanchy** (14. veřejná generálka, 15. premiéra a hraje se i 17.21. a 28.).

V Balbínově poetické hospůdce v Praze vystoupí legendy našeho folku **Paleček a Janík** (22.), hrát budou ale i v **Kulturním domě Vltavská** (14.).

Divadlo kouzel Pavla Kožíška v Líbeznicih u Prahy uchvátí všechny malé i velké příznivce magie – vypukne tu **Velká cena divadla kouzel – Mezinárodní festival moderní magie** (23. a 24.) – v pěti představeních ve dvou dnech tu bude soutěžit několik desítek našich i zahraničních magů.

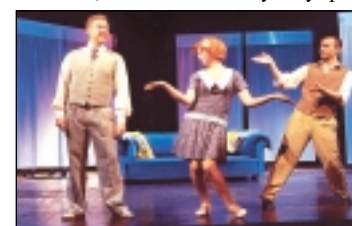
Městské divadlo dr. Josefa Čížka v Náchodě potěší koncertem, který uvítají všichni příznivci krásné dechovky – vystoupí tu brněnská **Moravěnka** (27.).

Tylovo divadlo v Kutné Hoře potě-

ší příznivce populární hudby, neboť tu mohou prožít **talk show Heleny Vondráčkové** (26.).

Jihočeské divadlo v Č. Budějovicích nabídne premiéru opery Bedřicha Smetany **Tajemství** (16. – premiéra – a 20.)

Divadlo Josefa Kajetána Tyla v Plzni má i na březnovém repertoáru muzikál (film s Genem Kellym byl pro-



hlášen v USA za nejkrásnější muzikál 20. století) **Zpívání v dešti** (1. a 15.)

Národní divadlo v Brně v divadle Reduta připravilo zábavnou výpravnou férii ze života operetních hrdinů **Za operetou kolem světa** (27. a 28.).

Národní divadlo Moravskoslezské, divadlo Jiřího Myrona v Ostravě uvádí muzikál podle slavného francouzského humoristického románu **Zvonokosy** (27.).

Moravské divadlo v Olomouci připravilo premiéru nejslavnější hry T. Williamse **Kočka na rozpálené plechové střeše** (9. premiéra, hraje se ještě 13. a 27.). (d)

Vlídne povídání do nevlídné zimy

NOVINKA
Váš přítel = Pondělí až pátek v 10.10 hod.

PRAHA
ČESKÝ ROZHLAS 2
Váš dobrý přítel

Zábava a volání na síti v 11.00 hod.

Tatky českou minulostí = Neděle v 8.05 hod.

www.rozhlas.cz/praha

TOTO MÍSTO je určeno pro dopisy našich čtenářů. Věcné diskuse nejsou stanoveny žádné mantinely. Psát nám můžete skutečně o všem. Co vás pálí, co naopak potěšilo či co by podle vás měli vědět i další čtenáři. Redakce si vyhrazuje pouze právo nezařadit urážlivé a vulgární příspěvky a dopisy čtenářů z prostorových důvodů krátit podle potřeby. Pište nám na adresu Doba seniorů, Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3.

Život na venkově

Zcela opomíjíte život seniorů na venkově. Asi počítáte s tím, že na venkově měli lidé tvrdší podmínky, a proto se musí i nyní vyrovnat s horšími podmínkami vestářů. Nemají klubovny ani fitnesscentra. Mají ale zahrádku a nějaké domácí zvířectvo - čili vyplněný způsob života bez nudy. Většina z nich žije ve společném domku s potomky a vnoučaty.

Nedávno jsem viděl v televizi pořad s vedoucím pohřebního ústavu v Praze. Podle jeho vyjádření si 60% pozůstalých nepřeje v krematoriu žádné obřady a rozloučení. Čili zemřelí jdou rovnou „do pece“! Z dalšího vyjádření jsem se dozvěděl, že 25% zpopelněných je po půl roce rozprášeno na „loučce“, protože si urny nikdo nevyzvedne. A to v Praze jsou relativně nejvyšší mzdy a tím i důchody.

Zajímejte se víc o život na venkově. Myslím, že si to ti lidé zaslouhují. Já i manželka jsme i při svém stáří zatím soběstační. Pokud něco potřebujeme, tak se o nás „mladí“ postarají.

F. CH. (pisatel si nepřál zveřejnění celého jména a adresy).

Red.: Máte pravdu, o venkově toho opravdu moc nepíšeme. Uvítáme proto všechny tipy, které nám v tomto směru zašlete. A ještě více uvítáme to, když nám sami napíšete, rádi vaše příspěvky o aktivitách seniorů na venkově zveřejníme na stránkách DS. Pokud jde o odcizení lidí ve městech a úpadek mezilidských vztahů, které se projevuje i způsobem, o kterém píšete, nemyslíme si, že je to jen otázka příjmů, ale i odraz celkového stavu společnosti. Na venkově, kde jsou si lidé blíže a není tam tolik nevšimavosti a anonymity jako ve velkoměstech, se naštěstí tolik neprojevuje.



Poslední loučení

Už přes rok žiji v Domově seniorů Mšeno. Za tajné se tu považuje, když zemře některý z klientů. Prý by to pů-

sobilo depresivně na ty dosud žijící. Neexistuje vyvěsit na desku, případně do skříňky, smuteční oznámení. Jen náhodou se o tom dozví hrstka klientů. To si zemřelí nezaslouží alespoň informaci a minutu ticha? Většinou to byli kamarádi a to musí mizet beze stopy? Copak se na ně nesmí vzpomínat? Ani o dušičkách se na ně zde nevzpomíná. Copak je na hřbitově mohou navštěvovat jen příbuzní? Určitě by si zasloužili v Domově pověsit na důstojné místo smuteční věneček, minutu ticha vzpomínání na příjemné okamžiky s nimi prožité. Zajímalo by mne, jak probíhá rozloučení se zemřelými v jiných domovech.

Jan BURSA, Mšeno

Poslanecké pomníčky

V č. 1 jste slíbili, že zveřejníte jména všech poslanců, kteří podpořili to, že na tzv. poslanecké pomníčky byly použity peníze z důchodového fondu. Přečetli jsme celé únorové číslo, ale nic jsme nenašli. Plní DS sliby svým čtenářům? Nechci odpověď, která bude zahlcena různými výmluvami, ale čekám, že v nejbližších číslech DS bude slib splněn.

František KOCOUREK, Plzeň

Red.: V únorovém čísle jsme na toto téma psali. A uvedli jsme také, proč svůj slib - zveřejnění všech jmen - nesplníme. Nešlo jen o prostorové důvody a skutečnost, že na porcování medvěda se až na výjimky podíleli vlastně všichni poslanci a ze všech parlamentních stran. K rozpočtu v tomto bodě přišlo a hlasovalo se na 7. schůzi PSP 13. prosince celkem o 345 poslaneckých pozměňovacích návrzích. Víc než o jména jde tedy o samotný princip, který umožňuje vydávat společné peníze často i na nepochopitelné věci. Například dotovat AC Sparta, jejíž majitel si vzápětí za miliardu koupí lukrativní pozemky Zbrojovky v Brně. Zájemce o průběh hlasování přesto nehodláme zklamat: detaily najdou na internetových stránkách PSP na adrese <http://www.psp.cz/sqw/phlasa.sqw?o=5&s=7&he=582&pg=9>. Je to tolik stránek, že do jednoho vydání DS by se prostě nevešly.

K obsahu DS

Promiňte, ale jak můžete zveřejnit takové „vtipy“ jako že muži budou překvapeni, že Bůh je žena? Kdo se tomu může smát, kdo to může vůbec

napsat? Chtělo by to úctu k seniorům. Rovněž tak zpráva o pornoherci. Je mi 60 let, ale rozhodně mně a doufám že i většinu seniorů nemůže zajímat. A vy ho ještě nazýváte borcem. To snad nemyslíte vážně. Tentokrát jste se tedy „vyznamenali“. Takové noviny bych nechtěla příště číst. A ještě takovou fotku p. Lustiga - „Davida“. Tu ať si dá do Playboye, kde jsou na to zvědaví. Je to nechutné. Doufám, že se ozve více lidí s reakcí. A zprávy jak se mají důchodci v bývalé NDR? K čemu je to dobré vědět nám? Co mám, to mám, s tím musím vyjít. Nebudu závidět, jestli se má někdo líp. Děkuji za všechny dobré rady, informace i soutěže, za levné a chutné recepty, rady letem o zdraví, ale tohle číslo se vám nevydařilo. Co zřídí rubriku „doporučuji, nedoporučuji“, do které by čtenáři na základě svých zkušeností psali, které výrobky a firmy jsou dobré a které je naopak zklamaly?

M. P., Náchod

Red.: Děkujeme za kritiku, zveřejňujeme i proto, že by nás zajímal i názor dalších čtenářů. V každém případě jsme nikoho nechtěli urazit, chceme dělat noviny, které budou vyhovet většině čtenářů a přinášet takové informace, které je zaujmou a někdy i pobaví. Pokud jde o navrhovanou rubriku, jsme pro. Zda se „ujme“ bude ale záležet na čtenářích, kteří nám o svých zkušenostech napíší.



Balení DS

Vím, že rozesilatelská agentura A.L.L. production je výborná a že DS pomáhá, ale to balení do černé fólie. Myslím, že černá barva pro seniory asi není tou nejlepší.

Zdeněk UTÍKAL, Český Těšín

Red.: Balení je možné jen v průsvitné nebo v černé fólii. Černou jsme vybrali proto, že základy v průsvitné fólii (tedy s viditelným obsahem) se mnohým předplatitelům ztrácely ze schránek. V neprůhledném balení se to už neděje. Černá fólie je tedy jen obranou proti zvědavým lapkům.

Drobná inzerce v DS

Splnili jsme vaše přání ze čtenářské ankety a zavedli rubriku soukromé čtenářské inzerce (přálo si ji cca 90% účastníků našeho průzkumu). Má zatím tato pravidla: první řádek stojí 50 Kč a každý další inzerenta přijde na 20 korun českých. Řádek může mít maximálně 60 znaků. Za odeslání došlých odpovědí na inzeráty pod značkou poštou pak budeme účtovat poplatek 30 Kč (poštovné + výdaje za zpracování). (Příklad: inzerát na tři řádky (každý max. 60 znaků) = 90 Kč, odeslání odpovědí 30, celkově tedy 120 Kč). Po dohodě bude ovšem možný i osobní odběr došlých odpovědí v sídle RS ČR v Praze. Inzeráty bude zatím možné zadávat jen poštou nebo prostřednictvím e-mailu: ds@rscr.cz Platba: osobně po dohodě v sídle RS ČR v Praze nebo složenkou na adresu Doby seniorů (viz tiráž, k rukám B. Olmerové) s tím, že kopii ústřížku o zaplacení pak přiložíte do dopisu s textem inzerátu, který chcete zveřejnit. Pracujeme na tom, aby podání inzerátu bylo jednodušší. Do tohoto čísla došly následující inzeráty:

KOUPĚ

KOUPÍM KNIHU od Waltera Gimpela „Zahrada“. Tel.: 582 373 657.

SEZNÁMENÍ

ROZVEDENÉ 64/172 se ráda seznámí s mužem z Prahy a okolí. Na odpovědi čekám na tel. 739 544 027, volejte po 18. hod.

ZDRAVOTNÍ SESTRA V DŮCHODU

se ráda seznámí s int. mužem od 60 do 70 let, který také miluje moře i hory + turistiku a plavání. Vnoučata vítána! Telefon: 721 953 905

SBĚRATELSTVÍ

DOBŘE ZAPLATÍM sbírku starých pohlednic a svatých obrázků s krajkami a rytinkami. L. Studený, 602 00 Brno, Lidická 23B. Tel.: 533 400 216, volat nejlépe po 19. hod. Díky za nabídku.

Vzhledem k tomu, že v anketě jste často připisovali, že byste si přáli, aby drobná inzerce umožnila i seznámení, hledání bývalých spolužáků či přátel a upozornění na různá jubilea, znovu opakujeme, že je to jen na vás. DS je tu k tomu, aby vám pomohla, ale kontakt na dávné kamarády nebo třeba možnost nalezení nových přátel vám při nejlepší vůli nemůže poskytnout bez toho, aniž by podnět vzešel od vás.

MDŽ PŘIPOMÍNAT, NEBO NE?

Debatu na toto téma zavinil Senát. Jeho členové se totiž už po několikáté zabývali tím, jaké svátky by se měly v ČR slavit a které by naopak měly být zcela vyškrtuty z kalendáře. Došli k závěru, že z českého kalendáře by měl být vymazán Mezinárodní den žen, který je pracovním dnem. Prý jde o svátek, kterému chybí hlubší kořeny a navíc se zprofanoval za bývalého režimu. Návrh v Poslanecké sněmovně neprošel. Nejen proto, že za bývalého režimu se oslavovaly i Velikonoce a Vánoce, byť třeba Ježíška měl nahradit děda Mráz.

S MDŽ to bylo podobné. Nevymyslel ho komunistický režim. Např. v USA se Národní den žen slavil už na přelomu století a to každou poslední únorovou neděli. MDŽ vyrostl z hnutí, bojujícího za ženská práva. S iniciativou udělat z něho mezinárodní svátek přišel mezinárodní socialistický kongres žen v Kodani v roce 1910, které se zúčastnily delegátky ze 17 států. Poprvé se slavil v Dánsku, Německu, tehdejším Rakousku - UherSKU, Švýcarsku a USA 19. března 1911. Tvrdilo se, že se tak stalo na počest stávk, která propukla v březnu 1857 v New Yorku a byla krvavě potlačena policií. Nejnovější výzkumy ukázaly, že to nebyla pravda a že rok 1857 byl spíše zvolen na počest Clary Zettkinové, která návrh na konferenci přednesla. Rok 1857 byl totiž rokem jejího narození. A proč březen? Ve stejném měsíci se slavila památka padlých revoluce v Berlíně 1848 a byl to také měsíc pádu Pařížské komuny. Jinými slovy, měl být přetřen revoluční charakter tohoto svátku. Zmatené okolnosti vzniku svátku nemění ovšem nic na jeho podstatě. Měl především pomoci prosadit věci týkající se všech



Při požáru ve firmě Triangle v roce 1911 zahynulo 146 lidí. Především to byly mladé imigrantky z východní Evropy. Teprve tato tragédie vedla ke změně pracovních podmínek a k lepším mzdám.



žen bez rozdílu: lepší pracovní podmínky, rovnoprávnost a volební právo žen a také podpořit boj proti válce. Nebyla to prázdná slova. Na jaře roku 1911 v USA propukla stávka dělnic v textilním průmyslu, do které se zapojilo 20 000 žen. Chtěly, aby za práci, trávající 60 až 72 hodin týdně dostávaly větší mzdu než 1,5 dolaru. V newyorské Triangle Shirtwaist Company se však pracovalo dále a majitelé odmítali o požadavcích jednat.

Pak v továrně, která byla umístěna ve výškové budově 25. března propukl požár. Zda vznikl úmyslně, se dodnes neví. Ve výrobnách se skladovaly hořlavé textilie, svítilo se otevřenými plynovými lampami a chyběly hasicí přístroje. Požár zachvátil nejvyšší patra budovy. Dělnice nemohly ven, protože východy buď byly zavaleny hotovými výrobky nebo je majitelé uzamkli, aby dovnitř nemohly organizátorky stávky. Plameny nebo zoufalý skok z okna si vyžádaly životy 146 dělnic. Tzv. Triangle fire se stal největší průmyslovou tragédií v New Yorku. Dne 8. března se MDŽ slavil poprvé v roce 1921. Měl připomenout stávku dělnic v Petrohradě, která podle starého ruské kalendáře začala 25. února a stala se roznětkou pro demokratickou „únorovou revoluci“, která svrhla carský režim. V tzv. socialistických státech byl MDŽ zneužíván pro potřeby režimu. U nás měl rovněž vytlačit vzpomínky na Den matek. V demokratickém světě se však slavil dále jako den boje za práva žen. Náplň se změnila. Ženy ho využívají, aby poukázaly na přetrvávající nestejné zacházení, na to, že v rámci rozšiřující se Evropy je třeba důsledněji prosazovat práva žen, na diskriminaci různých menšin a na další aktuální témata. Jako významný den ho chápí i OSN. Jisté, je tu i svátek matek. Ale ten má jiný charakter už proto, že všechny ženy jsou matkami. A hlavně - úctu, respekt a solidaritu s oprávněnými požadavky si ženy zaslouží vlastně každý den. V tomto duchu jim přejeme vše nejlepší i k nadcházejícímu 8. březnu!

(fav)

CITÁT MĚSÍCE

Bývalý premiér Miloš Zeman poskytl deníku Lidové noviny rozhovor, který byl otištěn 10. února. Na otázku, co by poradil současnému ministrovi financí za KDU – ČSL Miroslavu Kalouskovi, Zeman odpověděl:

„Kalouskovi bych poradil, aby šetřil nikoli na důchodcích, ale jednak na lidech – jak se kdysi říkalo – práce se štítících a na přebujelém státním aparátu a na celé řadě parazitujících pijavicových institucí. No ale na druhé straně si myslím, že Kalousek půjde spíš cestou menšího odporu a tak vidím nebezpečí Modré šance. To znamená, že budou šetřit na lidech, kteří se nebudou moci bránit. Tedy na nemocných, nezaměstnaných – kteří jsou ovšem nezaměstnaní nikoli vlastní vinou – a především pak na důchodcích.“

Na našem snímku z roku 1996 je expremiér Zeman (tehdy ovšem ještě ve funkci předsedy Poslanecké sněmovny) zachycen během rozhovoru se současným šéfredaktorem Doby seniorů (tehdy šéfredaktor deníku Expres). Během tohoto rozhovoru předpověděl pád tehdejší Klausovy vlády, protože dovedla zemi do ekonomických problémů, jejichž výsledkem byly tzv. balíčky a veřejně vyhlášené utahování opasek. Vedlo to k tzv. Sarajevu, vynucené demisi Václava Klause. Co myslíte? Má „důchodce z Vysociny“ pravdu i dnes, nebo už ztratil přehled a jde jen o další z jeho politických bonmotů? (fav)



CO DNES DĚLÁ BÝVALÁ OPORA SLAVIE PRAHA

Hrál právě křídlo se šťastným číslem 7 a jako rodilý Pražák zůstal věrný domácí Slávii téměř po celý život. S aktivním fotbalem skončil až po šedesátce. Vyjma prošedivělých vlasů se František Veselý postavou i veselou mentalitou vůbec nezměnil. Letos 7. prosince mu bude 64 let.

Po skončení domácí aktivní kariéry ve 36 letech v pražské Slávii se František vydal do Rakouska. Hrál za Rapid Vídeň a do 52



let pak i v nižších soutěžích. Po návratu do vlasti aktivního sportu nenechal a fandové ho viděli třeba v Nymburce, Lounech, Pěčíně a naposledy

Legenda kope za Amfóru

v Jílovišti. V současnosti si utkání stíhne vedle známých kumštýřských tváří v populární Amfoře, jako jeho kolegové Bičovský, Panenka, Dobiáš a další.

Bojuje i za fotbalové internacionály třeba s Fialou, Samkem či Mlejnkem. Nezapomene kopat ani za starou gardu Slávie nebo si popovídat s už nehrajícími Pepíkem Kadrabou či Honzou Lálo.

Z nižších soutěží se ovšem nešlo uštvít, a tak František přítom na „stará“ kolena začal pracovat a pro firmu Augura rozvážel chlebičky. Vstával v půl třetí ráno a jeho

trasa vedla podél Vltavy až na Slapy. A protože ho všude znali, rádi si o fotbale popovídali. Teď už je náš „Garrincha“ v penzi. Díky celoživotní životosprávě si drží fyzickou a v živo-



Rozveseloval nejen fanoušky Slávie. Byl i členem československého týmu, který v roce 1976 získal památný titul mistrů Evropy.



tě je spokojen. Za Slávii hrál i jeho syn, teď její dresy zdobí nadějně vnuky 10 let starého Lukáše a staršího Daniela. Na co František Veselý nejraději za svou kariéru vzpomíná? „Na fandý, kteří byli opravdoví sláviští srdcaři. Jak mě herec Ladislav Pešek zval na kávu a popovídání o fotbale, jak mi fandili Jiří Grossmann, Jirka Štáidl, Milan Chladil, Miroslav Horníček, Jiřina Jirásková, jak se mě Jan Pivec ptal - tak co Františků, jak to budeme hrát? Mezi moje příznivce patřil i sir Stanley Mathews, který mě jednou v šatně masíroval nohy. Nesmírně jsem si vážil i fandovství sečtělé Alice Masarykové, kterou Martin Růžek představoval v pohnutých dobách jako svou tetu, aby na mě mohla jít. Její přízeň mě tenkrát tak nadopovala, že jsme to tehdy vynikajícímu Slovanu Bratislava nandali 5:1.“ (peč, šust)