

# DOBA seniorů

Č. 2 / XVI. ROČNÍK ÚNOR 2020 18 Kč

Cena v předplatném 16 Kč

20

## PRÁVNÍ PORADNA

Nákup na internetu?  
POZOR  
NA PŘEVLEČENÉ  
PODVOVNÍKY!

26

## ZDRAVÍ

Pokroky oční  
medicíny:  
od jehly  
až po laser

14

## SOUTĚŽ

o voucher  
na pobyt  
v penzionu  
Joachim Lewidt

24

## KOSMETIKA

hitem dnešní  
doby jsou  
textilní  
pleťové masky

16

## ROZHOVOR MĚSÍCE

# KAREL KAHOVEC

„Bez muziky si život nedovedu představit“



03

## DS AKTUÁLNĚ

Díky podpoře NADACE ČEZ  
jsme rozdali 100 předplatných

## VÁŽENÍ A MILÍ SENIŘI,

Odstartoval další rok a spolu s ním startují i akce, které pořádá Rada seniorů. Ač je zima, přípravy na V. mezinárodní sportovní hry jsou v plném proudu. Klání seniorských sportovců bude letos hostit Ústecký kraj. Centrem dění bude v červenci Most. Stejně jako letos se finalistky soutěže Babičky roku sjedou na finále v listopadu do Olomouce. Tradiční Běh Míru Kladno-Lidice, dostane možná novou podobu. Jakou? To se dozvíte na straně 6.

Aktuální téma jsme dále věnovali často skloňovanému problému, a to exekucím, už proto, že se bohužel týká i seniorů. V poslanecké sněmovně totiž leží návrhy na

změnu exekučního řádu, jaké to jsou a co by jejich přijetí znamenalo, na to jsme se zeptali toho nejpovolanějšího – prezidenta Exekutorské komory ČR.

V reportáži se podíváme do věhlasné porcelánky Thun a pozveme vás na 1. reprezentační ples krajské Rady seniorů Olomouckého kraje, v bytové poradně zodpovíme otázku, zda SV, nebo SVJ, a varování před převlečenými podvodníky najdete v právní poradně.

Příjemnou zábavu u únorového čísla přeje

Lenka Desatová

## OBSAH

DS    
03 ~~DS AKTUÁLNĚ~~

03 Díky podpoře Nadace ČEZ jsme rozdali 100 předplatných Doby seniorů

04 ~~DS AKTUÁLNĚ~~

04 Změna exekučního řádu se týká i seniorů

06 ~~DS AKTUÁLNĚ~~

06 Běžíme pro Lidice! Zapojte se i vy!

## 10 DS PŘEDPLATNÉ

## 31 ADRESÁŘ PORADEN RS ČR

## 8 ZE ŽIVOTA KRAJŮ

- 8 Pozvánka
- 8 Biograf pro seniory a o seniorech
- 9 Virtuální univerzita třetího věku má své absolventy
- 9 Exkurze seniorů v lokomotivním depu v Ústí n. L.
- 9 Výroční konference krajské Rady seniorů Libereckého kraje
- 10 ~~Centrum aktivních seniorů~~
- 10  Paměť plakety předány

## 11 TIPY NA VÝLETY

## 12 DS REPORTÁŽ

12 Návštěva v největší české porcelánce

## 14 SOUTĚŽ

14 Soutěž o voucher na pobyt v penzionu Joachim Lewidt

## ROZHOVOR



strana 16

## 16 ROZHOVOR MĚSÍCE

16 Karel Kahovec

## 23 KNIŽNÍ NOVINKY

23 Z nakladatelství Portál

## 20 BEZ ČEKÁRNY

- 20  Právní poradenství
- 22  Bytové poradenství
- 24  Kosmetika
- 25 Veterinární poradna
- 26 Zdraví

## SOUTĚŽE A ZÁBAVA

- 28 Sudoku
- 28 Básnička
- 28 Vtipy
- 29 Křížovka



# DÍKY PODPOŘE NADACE ČEZ JSME ROZDALI 100 PŘEDPLATNÝCH



Rada seniorů v první řadě hájí zájmy seniorské populace ve vztahu k zákonodárcům. Sleduje proto pečlivě vývoj legislativy v oblastech, které se seniorů týkají, a aktivně zákony připomínkuje. Přichází i s vlastními podněty a návrhy, jak zlepšit život seniorů v ČR. Druhým těžištěm její činnosti jsou bezplatné akreditované poradny, které provozuje v Praze, Brně, Ostravě a Hradci Králové. Krátce před otevřením jsou pak poradny v Liberci a Olomouci. Poradenství v oblasti bydlení pak navíc poskytuje členská organizace Sdružení nájemníků, s jinou sadou problémů pak pomáhají Sdružení spotřebitelů či Sdružení obrany spotřebitelů Moravy a Slezska a další členské organizace.

Důležité jsou i aktivity, jejichž cílem je zabránit osamělosti seniorů. Přivést je do kolektivu vrstevníků a dát jejich životu další rozměr. Umožnit jim vzdělávat se, zasportovat si či zasoutěžit. S těmi vás seznamujeme nejčastěji, a to prostřednictvím rubriky Ze života krajů. Některé z akcí si získaly takovou oblibu, že se rozšířily i na celostátní nebo mezinárodní úroveň. V uplynulém roce to byly mezinárodní sportovní hry a také projekt Babička roku. Obě akce měly loni ještě jinou společnou věc než jen to, že se do finále kvalifikovali zástupci jednotlivých krajů. A tou byla zvláštní cena – celoroční předplatné časopisu Doba seniorů. Věnovat aktivním účastníkům zdarma 100 ročních předplatných umožnila podpora Nadace ČEZ. Samotní soutěžící měli o tuto cenu velký zájem, soudě podle toho, jak aktivně komunikovali s redakcí, aby svůj nárok uplatnili. My si podpory Nadace ČEZ velmi ceníme, neboť jsme tím dostali i šanci časopis více zpropagovat, ukázat jej na akcích více než dosud a zcela jistě jsme přiměli nakouknout do něj i ty, kteří jej dosud v ruce neměli.

Posledních pět předplatných na celý rok jsme slíbili účastníkům celostátního finále Babička roku, kteří byli ochotni zapojit se do dotazníkového šetření. Zjišťovali jsme, jak na akci nahlíží její aktivní účastníci, a ti, kteří na otázky odpověděli, dotazník odevzdali a připsali adresu, se dostali do slosování.

Vzhledem k tomu, že financovat celostátní časopis není rozhodně levnou a tím pádem ani jednoduchou záležitostí, děkujeme tímto nadaci za celoroční spolupráci a pevně věříme, že bude pokračovat i nadále. Pokud ano, mohou se na celoroční předplatné těšit i další soutěžící. Redakce hodlá vouchery předat soutěžícím na mezinárodních sportovních hrách, na Babičce roku a nově i na akci Běh míru, který se krajská Rada seniorů Středočeského kraje rovněž snaží dostat za hranice svého regionu. Jak se to povede, ukáže až čas. V každém případě jim držíme palce! A pokusíme se některé vouchery předat i předsedům krajských Rad, aby je mohli věnovat jako ceny do akcí, které pořádají ve svých regionech.





# ZMĚNA EXEKUČNÍHO ŘÁDU SE TÝKÁ I SENIORŮ

**Během jednání představitelů Rady seniorů s ministryní spravedlnosti Marií Benešovou zmínil předseda Zdeněk Pernes i problém důchodců s exekucemi.**

Podle dat Exekutorské komory ČR čelilo v loňském roce exekucím 72 905 osob starších 65 let, které měly celkem 310 352 exekucí. A dá se předpokládat, že data za rok 2019 budou vyšší. Tím, jak se zvyšují důchody, přibývá totiž i těch, u nichž nebylo možné kvůli nízkému příjmu dříve exekuce vymáhat. A seniorů se to samozřejmě týká také.

Jak podotýká prezident Exekutorské komory ČR JUDr. Vladimír Plášil, LL.M., seniori se často do problémů nedostávají vlastní vinou. Ale tak, že se snaží pomoci příbuzným. Buď jim ručí a oni posléze nesplácejí, nebo si ve snaze pomoci berou nevýhodné půjčky, které pak z nejrůznějších důvodů nezvládnou splácet. Poslední skupinou jsou pak ti, kteří si takřkajíc do důchodu přinesli dluhy z aktivního života. „V každém případě seniori patří mezi ty nejdisciplinovanější dlužníky,“ uvádí prezident exekutorů a doplňuje, že právě v této věkové skupině se setkal s příběhy, kdy se mu do exekuce ani nechtělo: „Bohužel soudní exekutor nemá na výběr. Pokud jej soud exekucí pověří, musí ji provést. Nepřísluší mu zkoumat, jak k exekuci došlo, ani hodnotit, zda je oprávněná. To je na naší práci velmi těžké.“

Aktuálně je v Poslanecké sněmovně novela exekučního řádu. Na tom, že je třeba současný stav změnit, se shodují jak Exekutorská komora ČR, tak neziskové organizace a také vláda, která jeden z návrhů připravila. Otázka je, jakým směrem se exekuce nakonec budou ubírat.

## AKTUÁLNÍ STAV

Nyní je exekutor pověřen výkonem veřejné moci se značnými pravomo-

cemi. Přitom je ale soukromým podnikatelem se vším všudy včetně toho, že se potýká s konkurencí svých kolegů. Věřitel, tedy ten, kdo prostřednictvím exekutora vymáhá svůj dluh, si exekutora vybírá zcela volně a není přitom nijak omezen, a to ani regionálně. A při výběru se nepřihlíží ani k tomu, zda je proti dlužníku již vedena nějaká exekuce. Takže stav, kdy víc exekucí u jednoho dlužníka vymáhá víc exekutorů, je zcela běžný. „Dovedu si představit, že zejména pro seniory, kteří mají víc exekucí,“

jejich dluhy víc soudních exekutorů,“ říká předseda Exekutorské komory ČR a potvrzuje, že pokud má dlužník víc exekucí, které jsou vymáhány víc exekutory současně, platí dlužník několikrát za sebou náklady exekuce. Takový systém je drahý a neefektivní. Zatěžující není jen pro samotné dlužníky, ale také pro zaměstnavatele a veřejné instituce. Přitom víc než jednu exekuci má 70 procent všech dlužníků.

Vzhledem k tomu, že exekutoři, jak bylo uvedeno výše, jsou soukromými



podnikateli, je logické, že se jejich úspěch a neúspěch odvíjí od toho, jak rychle a v jaké výši dokážou exekučně dluh vymoci. A tak dochází v praxi k tomu, že přestože dlužník splácí prvnímu exekutorovi, další exekutoři v pořadí se snaží také něco vymoci a užívají k tomu i jiné, zákonem umožněné způsoby, postihující majetek dlužníka, protože zákon o souběhu exekucí č. 119/2001 Sb. výslovně uvádí, že u každého jednotlivého způsobu vedení exekuce je rozhodující pořadí doručení exekučního příkazu. Ten první, postihující zpravidla účet nebo mzdu dlužníka, drží v pořadí ty ostatní exekutory, a to až do plného vymožení pohledávky exekutora, který byl nejrychlejší. A tak si mnozí lidé ze strachu a kvůli klidu půjčí znovu a jejich zadlužení se prohlubuje.

### VLÁDNÍ NÁVRH

Vládní návrh z dílny ministerstva spravedlnosti počítá se zavedením principu jeden dlužník = jeden exekutor. Což je na první pohled správně. Je tu však jedno ale. Tento princip je navrhován bez místní příslušnosti, a navíc se zachováním volné volby exekutora věřitelem u první exekuce. Takže v případě, že je exekuce uvalena na dlužníka s jednou či více exekucemi, přiděluje se exekuce tomu exekutorovi, který vede exekuci první. Zůstává tedy v zásadě zachován problematický tržní princip u výkonu státní moci.

Neziskové organizace, které se dlouhodobou problematikou zabývají, poukazují na skutečnost, že se tak boj o zakázky mezi exekutory ještě znásobí, neboť první exekuce bude „zlaté vejce“, ke kterému se budou všechny další exekuce daného dlužníka přidělovat. Exekutor tak může být motivován takovou exekuci prodlužovat a čekat na další přidělené exekuce. A nezmizí ani problém s tím, že si věřitel může vybrat exekutora z druhého konce republiky, pak by všechny další exekuce byly také vedeny na druhém konci republiky.

### CO JE TŘEBA JEŠTĚ UDĚLAT?

V kostce lze tedy říci, že vládní návrh změny exekučního řádu zůstává na

půl cesty. Pokud by měla být zrušena soutěž mezi exekutory, je třeba exekuce na dlužníka přidělovat nezávisle na základě „kolečka“ – tedy postupně. Je rovněž vhodné vzít v potaz bydliště dlužníka. Exekuce by tedy byly přidělovány místně příslušným soudem v kraji dlužníka exekutorům ze stejného území. Toto je princip takzvané teritoriality, který dlouhodobě prosazuje i Exekutorská komora ČR. „Považujeme za důležité, aby to dlužník neměl k exekutorovi daleko přes půl republiky. Zejména příslušníci starší generace raději nahlédnou do spisu osobně. A pak je samozřejmě jen ku prospěchu, když nemusí jezdit příliš daleko. Mnohým to ostatně ani nemusí zdravotní stav dovolit,“ uvádí doktor Plášil.

K tomuto principu by se přidal i onen již zmiňovaný jeden dlužník = jeden exekutor, takže každá další exekuce by pak byla přidělena stejnému exekutorovi. Ten už má údaje o dlužníkovi, přehled o jeho finanční situaci i možnostech, a nemusí je tedy získávat znovu. „Pokud povede vůči jednomu dlužníkovi exekuci jeden exekutor, který ví, jak na tom dlužník je s majetkem i příjmy, a pokud navíc tento splácí třeba podle dohodnutého splátkového kalendáře, nemá důvod zjišťovat vše znovu, pokud přijde exekuce další. Stačí mu, když se s ním dlužník spojí a spolu se pak dohodnou, jakým způsobem budou postupovat dál. Tím zcela jistě může do značné míry odpadnout i nepříjemný psychický tlak, který dnes někteří dlužníci subjektivně popisují,“ doplňuje prezident Exekutorské komory. V případě, že dlužník má předchozí exekuce, byla by každá další přidělena podle nových pravidel – tedy místně příslušným soudem na základě takzvaného kolečka.

### CO BY ZAVEDENÍ MÍSTNÍ PŘÍSLUŠNOSTI (TAKZVANÉ TERITORIALITY) PŘINESLO?

Především odstranění ekonomické závislosti exekutorů na věřitelích, a tím zajištění jejich nezávislosti. Bezpochyby by došlo i ke zlevnění exekučního řízení a zvýšení objemu vymožených pohledávek díky koncentraci všech exekucí u jednoho



Prezident Exekutorské komory ČR  
JUDr. Vladimír Plášil



exekutora a jeho lepší fyzické dostupnosti. Exekutoři by se navíc mohli plně soustředit na řádné vymáhání pohledávek místo shánění zakázek.

### CO DÁL?

V Poslanecké sněmovně Parlamentu ČR jsou návrhy dva. Vládní návrh a návrh Pirátské strany, který počítá se zavedením místní příslušnosti soudních exekutorů. V uplynulých dnech přišel s dalším návrhem poslanec ANO Patrik Nacher, který navrhuje místní příslušnost soudních exekutorů zavést pouze u pohledávek do 50 tisíc Kč, u těch ostatních by platila nynější pravidla. Exekutorská komora ČR upozorňuje, že u jakékoli varianty místní příslušnosti, kterou zákonodárci zvolí, bude potřeba pečlivě zvážit její důsledky a pečlivě posoudit výši vymáhané peněžité povinnosti, na kterou se místní příslušnost vztahovat bude a na kterou již nikoliv. Sama pak uvádí, že dlouhodobě prosazuje zavedení plné místní příslušnosti soudních exekutorů. V této záležitosti již zástupcům politické reprezentace poskytla také množství nezbytných podkladů společně s konkrétními legislativními návrhy. Exekutorská komora ČR vítá, že se otázka zavedení místní příslušnosti konečně projednává na úrovni Poslanecké sněmovny, a že je konečně reálná možnost ji zavést.

Lenka Desatová



# BĚŽÍME PRO LIDICE! ZAPOJTE SE I VY!

Před osmi lety začala krajská Rada seniorů Středočeského kraje organizovat Běh míru Kladno–Lidice, který proslul tím, že se na jeho startu potkávaly generace. Této společensko-sportovní akce se totiž účastní děti zdravé stejně jako handicapované děti s doprovodem, dospělé osoby, které mají na výběr několik délek trati, absolvují ji senioři s holemi (nebo bez holí), rodiče s kočárky i závodníci různého věku na koloběžkách.

Běh míru Kladno–Lidice konaný k uctění památky zavražděných obyvatel Lidic si postupně získal podporu Památníku Lidice, magistrátu města Kladna i Krajského úřadu Středočeského kraje. Postupně se tento běh stal pilotní akcí města i obce v době konání pietních akcí.

Po doběhu loňského ročníku napadlo hlavního organizátora Milošlava Vajse, předsedu krajské Rady seniorů Středočeského kraje, rozšířit akci i do dalších koutů republiky. Ta postupně dostávala konkrétní obrysy a jejím výsledkem je dnešní výzva.

Celá akce ponese název Běžíme pro Lidice!

## ZÁKLADNÍ INFORMACE

Jde o společensko-sportovní akci v různých kategoriích a pro zájemce bez ohledu na věk.

V cíli je zajištěn doprovodný program, kterého se účastní významné osobnosti města či kraje, umělci, sportovci.

## CÍL AKCE

Rozšířit a masově podpořit společensko-sportovní aktivity občanů všech věkových kategorií společnosti České republiky. V den konání vytvořit pomyslný řetěz spojující jednotlivé kraje České republiky.

## SMYSL AKCE

Uctění památky Lidic, oživit ji v jiných regionech České republiky. Cílová skupina – napříč všemi věkovými kategoriemi. Akce je považována za „otevřenou a přátelskou“ pro všechny.





## ORGANIZACE AKCE

A. Kraje vyzvou prostřednictvím krajských Rad seniorů, seniorských organizací, klubů a různých spolků k účasti. Organizátor v kraji (krajská Rada seniorů) stanoví pro tento účel trasu, jejíž délku a podmínky určí sám s ohledem na počet a věkové složení účastníků. Finanční prostředky pro zajištění jsou minimální. Občerstvení v cíli pro odhadovaný počet účastníků zajistí příslušný kraj. Společně zajišťují doprovodný program v cíli: autogramiáda, řízené rozhovory s účastníky, významnými osobnostmi kraje/města apod.

B. Krajské Rady seniorů a kraje zajistí publicitu akce (místní noviny, regionální TV, regionální rozhlas, vývěsky... apod.). Společný název pro všechny kraje bude Běžíme pro Lidice!

C. Krajská Rada seniorů Středočeského kraje jako hlavní iniciátor zajistí publicitu prostřednictvím měsíčníku Doba seniorů, kde bude zadní strana věnována tomuto běhu míru již od února 2020 (obdobně jako „Babička roku“).

D. Datum konání je dne 6. 6. 2020, start v 10:30. Dodržením dne a času dojde k propojení akce všech krajů České republiky.

E. Organizátor v kraji zajistí fotodokumentaci a provede vyhodnocení, které zašle do centrály v Kladně. Ta je předá tisku, televizi a rozhlasu, zveřejní výsledky v Době seniorů.

F. Organizátor podá informaci o připravenosti konání krajské Radě seniorů Středočeského kraje nejpozději do 15. 5. 2020 na e-mail [rs.kraj@seznam.cz](mailto:rs.kraj@seznam.cz).

G. Dotazy na stejnou adresu, případně na telefon: 602 305 225.



## LEGENDA

10. června 1942 došlo k vyhlazení obce Lidice a povraždění 340 obyvatel, mužů, žen i dětí. Na uctění této smutné události se pořádají různé pietní akce nejen v Lidicích, ale v mnoha případech přesahují hranice České republiky. Krajská Rada seniorů Středočeského kraje před osmi lety zahájila vzpomínkovou, pietní akci.

## POZVÁNKA

## 1. REPREZENTAČNÍ PLES

Krajská Rada seniorů Olomouckého kraje pořádá ve spolupráci s **TV Šlágr** svůj

**1. reprezentační ples.**

Uskuteční se **27. března od 14. hodin** ve **společenském domě v Prostějově.**

Cena vstupenky je **200 Kč** a každá vstupenka automaticky postupuje do **slosování o ceny.**

Vstupenky můžete rezervovat u předsedkyně krajské Rady Mileny Hesové prostřednictvím mailu **[milenahesova@seznam.cz](mailto:milenahesova@seznam.cz).**

Milí seniři, přátelé a příznivci TV Šlágr dovolujeme si vás pozvat na

# I. REPREZENTAČNÍ PLES

**KRAJSKÉ RADY SENIORŮ  
OLOMOUCKÉHO KRAJE**  
ve spolupráci s TV Šlágr

**27. března 2020 / od 14:00**

Společenský dům v Prostějově / Komenského 6,  
Slosovatelná vstupenka 200,- Kč

Připravena je bohatá tombola, občerstvení  
a kulturní program plný překvapení.

Zahraje Šlágr parta, Veselá trojka,  
Duo Aramis, Pavel Novák a další...

Předprodej vstupenek a info. na e-mailu [milenahesova@seznam.cz](mailto:milenahesova@seznam.cz).



## BIOGRAF PRO SENIORY A O SENIORECH



Posledním kamenným kinem v Hradci Králové je Bio Central, které funguje již od roku 1929. Právě to promítá pro seniory v úterý a v pátek za jednotné vstupné 60 Kč. To ale není zdaleka vše, jak kino vychází seniorům vstříc. Před hlavním filmem se tu po oba zmíněné dny promítají upoutávky na akce městské organizace Senioři ČR a také jeden krátký předfilm ze života nejen seniorů. V lednu 2020 to byly například filmy Bowlingový turnaj městských částí Hradce Králové, Olomoučtí senioři v Hradci

Králové nebo Setkání jubilentů na Moravském Předměstí. Takovýchto krátkých filmů vyprodukoval seniorský spolek již přes 60 a jedním z cílů je, aby se na plátně viděli všichni, kdo se aktivně účastní seniorských i jiných akcí ve městě. A město Hradec Králové podporuje jak Bio Central, tak své seniory, za což mu patří dík!

Marcel Kraus

Foto: J. Štěpánek



# VIRTUÁLNÍ UNIVERZITA TŘETÍHO VĚKU MÁ SVÉ ABSOLVENTY



Před třemi lety se krajská Rada seniorů Olomouckého kraje dohodla na spolupráci s Ing. Klárou Nehodovou, manažerkou Virtuální univerzity třetího věku při Provozně ekonomické fakultě České zemědělské univerzity v Praze. Krajská Rada otevřela za podpory Olomouckého kraje konzultační středisko, které navštěvuje přibližně 50 studentů.

O to, že je o studium zájem, dokazují i první absolventi, kteří převzali své diplomy na slavnostní promoci, čímž zakončili svá tříletá studia. Na slavnostním aktu promluvil předsedkyně krajské Rady a také jedna z absolventek Milena Hesová, která poděkovala promočnímu kolegiu

a vedení Provozně ekonomické fakulty za možnost vysokoškolského vzdělávání seniorů, a také týmu pod vedením Ing. Kláry Nehodové za spolupráci a vytvoření podmínek pro studium virtuální univerzity třetího věku. Dík mířil i k akademikům, lektorům a přednášejícím. A jménem krajské Rady seniorů Olomouckého kraje i studentů poděkovala i Mgr. Jaromíru Navrátilovi za práci tutora. A v neposlední řadě i řediteli krajského úřadu Ing. Lubomíru Balášovi a vedení Olomouckého kraje za podporu.

Milena Hesová

Foto: autorka

# EXKURZE SENIORŮ V LOKOMOTIVNÍM DEPU V ÚSTÍ NAD LABEM



Návštěvu lokomotivního depa dohodl pro seniory pan Sedlařík. Vzhledem k tomu, že se na ni vydali v drtivě většině bývalí zaměstnanci, měli aspoň trochu představu, co je čeká. A také se občas nestačili divit, co všechno se od jejich odchodu do důchodu změnilo. Ostatně není divu, vždyť ti starší senioři ještě jezdili na parních lokomotivách! Celou skupinu přivítali Ing. Alex Čidlový, Ing. Milan Tománek a Pavel Koudela, kteří je ochotně provedli

po celém areálu provozu. Každý měl možnost projít místem, kde kdysi pracoval. Své dojmy si pak senioři vyměnili v nedaleké nádražní restauraci, a i zde usoudili, že se mnohé změnilo. Po všeobecných konzultacích dospěli k přesvědčení, že mohou být na své povolání právem hrdí.

Zdeněk Balcar

Foto: autor

## NADPIS???

Městská organizace Senioři ČR ve Frýdku-Místku soustředila své aktivity do Centra aktivních seniorů. A je jisté chvályhodné, že centrum poskytuje zázemí i pro jiné organizace. Senioři si sem mohou přijít například zacvičit jógu, k dispozici jsou i jazykové kurzy. A téměř neustále mohou navštívit nějakou výstavu.

Karel Kunčický

Foto: autor



## PAMĚTNÍ PLAKETY PŘEDÁNY

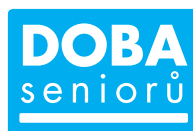


Senior klub ve Vyšních Lhotách byl posledním místem, které v lednu navštívil předseda krajské Rady seniorů Moravskoslezského kraje Pavel Gluc v rámci předávání pamětních plaků za aktivní činnost. Na setkání místních seniorů nechyběl ani starosta obce Vyšní Lhoty Roman Čagala, kterému předseda krajské Rady seniorů poděkoval za vstřícnost a spolupráci s klubem, v jehož čele stojí předsedkyně Vlasta Motlochová. Oběma poté předal pamětní plakety jako výraz ocenění jejich aktivní práce

i spolupráce v hodnoceném období kampaně vyhlášené krajskou Radou seniorů Moravskoslezského kraje. Dodejme, že ocenění získaly kromě Senior klubu ve Vyšních Lhotách už o něco dříve i další aktivní organizace – Klub seniorů Dolní Lutyně, Senior klub Velká Polom, Senior klub Palkovice a spolek Sousedé 55+, z. s., Píšť.

Karel Moškoř

Foto: autor



### OBJEDNÁVKOVÝ KUPON

Roční předplatné 192 Kč / Cena za kus jen 16 Kč

Objednávací ☐

Předplatné formou dárku ☐

složenkou odeslat na adresu odesílatele objednávky

DOBU SENIORŮ objednávám od čísla (včetně) ☐

#### ZPŮSOB PLATBY

☐ složenkou

☐ SIPO: spojení č.

☐ fakturou: IČO/DIČ

☐ bank. převodem č.ú.

podpis:

Objednávkový kupon vystříhnete nebo okopírujete a zašlete na adresu Digital – ICT, s. r. o., Ve Žlíbku 1800/77, hala A7, Praha 9-Horní Počernice. Pokud budete objednávku posílat v obálce, připište pod adresu příjemce heslo „Předplatné Doby seniorů“. Obratem dostanete složenku, kterou předplatné uhradíte. Můžete využít i bankovní převod – peníze v takovém případě odešlete na konto, které je uvedeno na složenke, a jako váš variabilní symbol (VS) uveďte ten, který rovněž najdete na složenke. Pokud objednávejte předplatné úplně poprvé a neznáte číslo konta ani VS a chcete platit bezhotovostním převodem, zavolejte do zákaznického centra Digital ICT, s. r. o. (tel.: 234 092 851), kde vám potřebné údaje rádi sdělí. Dotázat se můžete i prostřednictvím e-mailu: [dobaseniouru@predplatne.cz](mailto:dobaseniouru@predplatne.cz). Předplatným můžete udělat radost i svým blízkým či přátelům.



# TIPY NA ÚNOR

**Také v zimním období máte možnost navštívit řadu zajímavých výstav, ať už je to ta v Praze věnující se kosmu, nebo počítačová v Brně, případně věnovaná jedu ve Frýdku-Místku.**



## RAČTE VSTOUPIT DO DIVADLA

To je název výstavy, která právě probíhá v Nové budově Národního muzea v Praze. Expozice se věnuje poměrně netradičnímu fenoménu – divadelním cedulím i jejich předchůdcům, kterým se říkalo periochy. Představuje jejich historický vývoj, ukazuje, co bylo vlastně cílem divadelních cedulí, a zároveň se jim věnuje také z pohledu neopominutelné součásti divadelních představení. Na výstavě, která je zpracovaná také jako obraz divadelního života v českých zemích v období od 17. do poloviny 20. století, se představují také další zajímavé exponáty, ať už to jsou například scénické a kostýmní návrhy, fotografie, vzácné rukopisy a tisky, modely scén nebo rekvizity. Výstavu doplňuje interaktivní specializovaná mapa výskytu cedulí v českých a moravských muzeích, knihovnách a archivech. Výstava je otevřená do 12. února.



## COSMOS DISCOVERY V PRAZE

Až do 30. dubna máte možnost na pražském Výstavišti navštívit nej-

větší putovní výstavu o kosmonautice současnosti. Výstava s názvem Cosmos Discovery je připravená ve spolupráci s americkou NASA a představuje zásadní milníky cesty člověka do vesmíru. Expozice má specifickou koncepci a tak se návštěvníci budou cítit, jako kdyby byli téměř oni sami součástí kosmického městečka. Výstava představuje návštěvníkům historii pilotovaných kosmických letů, a to od jejich počátků až po současné a také plánované mise. Výstava obsahuje i stovky originálních exponátů z USA i z Ruska, které se již dostaly do vesmíru, unikátní sbírku skafandrů a reálné modely kosmických lodí, raketoplánů a raket. Zvláštní část je pak věnovaná misím Apollo a dobývání Měsíce. K vidění je například originální tryska motoru rakety Saturn V a lodi Apollo 11. Ze sovětského programu Sojuz se představuje nejen kosmická loď Sojuz, ale také průchozí model orbitální stanice MIR. A v něm si mohou návštěvníci vyzkoušet, jaké je zažít pocity kosmonautů v mikrogravitaci.



## JEDU V JEDU

Do 1. března je v muzeu Beskyd na zámku ve Frýdku-Místku k vidění výstava věnující se jedovaté přírodě. Představuje tak celou škálu jedovatých rostlin, živočichů a hub, které jsou součástí naší přírody, můžeme se s nimi setkat v lese, na louce, na zahradě nebo v parku. Výstava se vě-

nuje také nejrozličnějším druhům jedů, jejich působení na člověka a návštěvníci se dozvědí zajímavosti o jejich využití v dějinách lidstva.



## GIGANTI DOBY LEDOVÉ V OSTRAVĚ

V ostravském Trojhalí Karolína se můžete v těchto dnech přesvědčit, jak vypadal třeba yetti nebo mamut. Probíhá zde totiž výstava věnovaná dávné historii. Jak to na Zemi skutečně vypadalo před 10 000 lety, v době ledové a jací byli její největší i nejzajímavější obyvatelé a jak vlastně tehdy žili. V životní velikosti se na výstavě předvede na 18 vyhynulých tvorů z různých koutů světa. Výstava je otevřená do 23. února.

## POČÁTKY OSOBNÍCH POČÍTAČŮ U NÁS

Do 27. dubna máte možnost v brněnském Technickém muzeu zavzpomínat na první počítače i počítačové hry u nás. Výstava Retrogaming, počátky osobních počítačů u nás, se věnuje historii výpočetní techniky až do poloviny 90. let minulého století. Nechybí ani vzpomínka na domácí počítače a herní konzole. Součástí výstavy je i „pařanské doupě“, vlastně jakási herna s historickými počítači (najdete zde například Sinclair ZX Spectrum +2 z roku 1986 nebo Atari Ste z roku 1989), s herním autorem i s moderními PC s emulátory se stovkami her.

Simona Lišková



# NÁVŠTĚVA V NEJVĚTŠÍ ČESKÉ PORCELÁNCE

Už v roce 1921 byla v Nové Roli u Karlových Varů založena porcelánka, která se po druhé světové válce stala součástí společnosti Karlovarský porcelán.

V roce 2009 pak závod koupila společnost Thun 1794. Dnes je to největší český výrobce porcelánu. Zůstala ale tato továrna česká? A jak to v ní vypadá? Na to jsme se zajeli podívat do Karlových Varů. Průvodkyní nám byla Martina Kosová z oddělení marketingu.



Návštěvnícké centrum



Suroviny na výrobu porcelánu



Stará pec

## PROZRADÍTE, KDO TUTO PORCELÁNKU VLASTNÍ?

Porcelánka je v českých rukách. Celý podnik Thun 1794, a. s., tvoří tři provoz – tady, v Nové Roli, je zároveň sídlo společnosti, dále je to provoz v Klášterci nad Ohří a Concordia v Lesově.

## JSTE AKTUÁLNĚ NEJVĚTŠÍ ČESKOU PORCELÁNKOU. KDYSI BÝVALO NA KARLOVARSKU A ÚSTECKU VÍC NEŽ 20 ZÁVODŮ, KTERÉ VŠAK PO ROCE 1990 ZANIKLY...

Některé ale zůstaly. Na severu Čech je to Český porcelán Dubí, který se specializuje na cibulák, dále G. Benedikt, který vyrábí především porcelán pro gastro, porcelánka Rudolf Kämpf v Loučkách a pak jsou tu menší, spíše dekorativní dílny.

## JAKÉ DRUHY PORCELÁNU VYRÁBÍTE?

Vyrábíme porcelán užitkový, hotelový porcelán a varný. Jedná se o specifický druh takzvaného tvrdého porcelánu s vypalovací teplotou 1405 °C. Hlavním výrobním artiklem je užitkový porcelán pro domácnosti. Sem patří jídelní soupravy, kávové či čajové sety, porcelán pro děti, zapékačí misky, hrnky, talíře, kuchyňské doplňky či dekorativní talíře. Dodáváme produkty pro mezinárodní řetězce, jako je například Ikea či Tchibo.

## JAK JE TO S KONKURENCÍ, ZEJMÉNA ASIJSKOU? NENÍ TAJEMSTVÍM, ŽE SPOUSTA ČESKÝCH PORCELÁNEK ZMIZELA.

Je fakt, že ceny konkurenčního





Vzorkovna



Vypalovací pec od firmy Gruen



Pohled do výroby

porcelánu jsou úplně jinde než naše. Naši zákazníci ale pochopili, že cena není vše. Vracejí se k nám za kvalitou a v neposlední řadě také za jistotou, že naše produkty jsou bez obsahu nebezpečných látek. My totiž v rámci legislativy, a to nejen té české, musíme splňovat certifikační podmínky daného území.

#### JAK SE ZMĚNILA VÝROBA OD ROKU 1794, KDY SE VYRÁBĚLO VŠE RUČNĚ?

U nás převládá ruční práce stále. Stroje nahradily lidskou práci jen částečně – šálky se vyrábějí na karuselové lince, talíře se lisují. Ručně se ale dekoruje, některé výrobky se musejí ručně glazovat.

#### HODNĚ VYVÁŽÍTE DO CIZINY. KOLIK ČINÍ EXPORT A DO KTERÝCH ZEMÍ NEJVÍC?

Z celkového objemu tržeb za porcelánové výrobky bylo v roce 2018 prodáno tuzemským odběratelům 34 procent, přičemž podstatná část tohoto zboží se dál reexportuje. 66 procent tržeb bylo vyvezeno na zahraniční trhy.

#### VELKOU VÝHODOU JISTĚ JE, ŽE MÁTE VLASTNÍ SÍTOTISK I DESIGNÉRY, JAKO JE TŘEBA JIŘÍ LAŠTOVIČKA, KTERÝ NAVRHOVAL SOUPRAVY PRO PRAŽSKÝ HRAD I FIRMU PIERRE CARDIN...

Určitě. Naše výrobky mají specifický design vycházející z dlouholeté tradice s uplatněním moderních prvků. Návrh přes litografické zpracování až po vlastní tisk je realizován v provozu sítotisk. K dekoraci porcelánových výrobků se používají keramické vypalovací obtisky. Náš dlouholetý spolupracovník akademický sochař Jiří Laštovička navrhl limitovanou porcelánovou edici v nákladu pouhých dvou set kusů ke stému výročí založení samostatného Československa. Design byl inspirován symboly české státnosti: zlatým dvouocasým lvem,

zlatými lipovými ratolestmi a bílo-červeno-modrou trikolorou.

#### NA ZÁVĚR NAŠÍ NÁVŠTĚVY MÍŘÍME DO NÁVŠTĚVNICKÉHO CENTRA, KTERÉ FUNGUJE UŽ PĚT LET

Prohlídka začíná v administrativní budově, kde se nás ve vzorkovně ujal Jaroslav Dolina ze spolku Archa Loket, který centrum provozuje. Obdivujeme oblíbený soubor Bernadotte, reliéfní porcelán, který evokuje barokní tvarosloví, dělá se téměř padesát let. U porcelánu rozeznáváme tvary reliéfní a hladké. „Nejstarší dekorace jsou modré třešně, jsou tu už

110 let. Dekor byl původně vytvořen švédským výtvarníkem Guldbransenem pro porcelánku Rosenthal v Selbu. Její součástí byla až do roku 1926 zdejší porcelánka. Běžná životnost dekoru je dva tři roky podle módních trendů,“ vysvětluje Jaroslav Dolina. V malém kinosále jsme se podívali na film o výrobě porcelánu od A do Z. Porcelán se vyrábí v poměru 50 % kaolinu, 25 % křemene a 25 % živce. V první fázi se hmota tvaruje nebo lije do sádrových forem. Talíře se už netočí, ale lisují pod vysokým tlakem izostatickými lisami. Porcelán během výroby projde třemi výpaly na různé teploty (první přezáh, ostrý výpal a poslední dekorační výpal). Celý cyklus trvá 10 dní. Ročně se zde vyrobí 14,5 milionu kusů porcelánu. V kvalitě I je 75 až 80 % výrobků, pouze tři procenta jsou neprodejná.

Průchodem jsme se dostali do výrobního závodu na Galerii Rampa a míříme do samotného srdce výroby. Ve staré peci o délce 90 metrů trval výpal 28 hodin, v nové, moderní peci od karlovarské firmy Realistic je hotov za 16 hodin. Prohlídku končíme tam, kde jsme začínali – v Porcelánové zastávce, kde se v expozici Příběh porcelánu máme příležitost seznámit s výrobou českého porcelánu a těžbou kaolinu. Nechybí tu ani Porcelánová školička, kde si návštěvníci mohou vlastnoručně ozdobit svůj hrnček.

Jaromír Hampel

Foto: autor, thun.cz

### EXTRA INFO

Návštěvnícký okruh v Nové Roli je součástí takzvané Fabrik Tour, která zahrnuje kromě porcelánky Thun také návštěvnícká centra sklárny Moser a likérky Jan Becher. Otevřeno je v pracovní dny od 9 do 15 hodin, prohlídku továrny mohou zájemci absolvovat v 10.45 hodin a 13.45 hodin, s možností rezervace předem i jiného času. V sobotu máte možnost návštěvy od 10 do 15 hodin, na Porcelánovou školičku je nutná rezervace. Školy mají každé pondělí prohlídku zdarma.



**SOUTĚŽ**  
**O VOUCHER**  
**NA POBYT**  
V PENZIONU  
JOACHIM LEWIDT  
**V HODNOTĚ**  
**4000 Kč**



**SOUTĚŽNÍ OTÁZKA:**

Byl původní majitel budovy,  
kde dnes penzion sídlí, Žid?

Své odpovědi posílejte do **15. února** na mail [dobasenioru@rscr.cz](mailto:dobasenioru@rscr.cz) nebo na adresu **Doba seniorů,**  
nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3.  
Nezapomeňte uvést celou adresu pro zaslání výhry.



# HOTEL BRDY



**Ve Spáleném Poříčí, poklidné vesničce na jihozápadě pohoří Brdy, se nachází mimo jiné i hotel Brdy, což naši čtenáři dobře vědí. O pobyt v něm jsme soutěžili několikrát, voucher na pobyt dostali i nejstarší závodník a závodnice IV. mezinárodních sportovních her a také vítězka ankety Babička sympatie 2019. Hotel Brdy si oblíbily zejména seniorské kolektivy, které plně využívají možnosti dopravy a také nabídky pobytových balíčků, v jejichž rámci absolvují několik výletů po okolí.**

*Jenže i mezi seniory jsou tací, kteří si raději dojedou sami, takříkajíc po své ose, kdy si i po cestě třeba prohlédnou nějakou památku nebo prostě jen rádi jedou podle sebe. A z výletů by si vybrali jen některý. A víme také, že někdo dává prostě přednost menším ubytovacím zařízením. Právě těm by mohl více vyhovovat penzion Joachim Lewidt.*

*I ten najdete ve Spáleném Poříčí, po renovaci jej otevřel majitel hotelu Brdy, což je zárukou kvalitních služeb a vstřícného přístupu k návštěvníkům. Na tom si totiž Michal Zeman velmi zakládá a vzhledem k tomu, že hotel prosperuje a o zákazníky nemá nouzi, je vidět, že se mu péče vyplácí.*

*Penzion najdete v Tyršově ulici a byl postaven už v 18. století jako židovský obytný dům s obchodem. Tomuto účelu sloužil až do konce 2. světové války. V devadesátých letech 20. století koupilo značně zchátralý dům město Spálené Poříčí a v rámci Programu regenerace městských památkových zón jej postupně opravilo pro účely penzionu, vinárny a informačního střediska. Zůstala přitom zachována původní dřevěná pavlač i základní dispozice objektu.*

*Nyní je v penzionu pět pokojů, ale také příjemná vinárna. Ani nemusíte vystrčit paty a už se máte čím kochat. Budova penzionu má zajímavé secesní prvky štítové fasády, dochovala se i černá kuchyně se dvěma ohništi pro oddělenou přípravu košer pokrmů. V interiéru je využito původní vybavení starého obchodu s drogistickým zbožím. A protože ke starobylosti patří i tajemství, nacházíme jej i v tomto domě. V klenutém skladu, z něhož bylo možné pozorovat dění v obchodě malým okénkem, byl pod dřevěnou podlahou nalezen zděný prostor o rozměru 150 x 60 a hloubce 40 centimetrů. Zda to byla rituální lázeň (mikve), nebo se jednalo například o úkryt cenností, můžeme dnes jen spekulovat, o tom se žádné písemnosti nedochovaly. Našla se ale řada dokladů z let 1829–1834, které se vztahovaly ke svatbě Joachima Lewidta.*

*Penzion však nenabízí jen ubytování, ale také skvělé jídlo, kávu, víno i zákusky. Vhodný je jak na víkendové, tak na týdenní pobyty pro jednotlivce, manželské páry či menší skupinky. Hosté se samozřejmě v případě zájmu mohou zúčastnit všech večerních programů v hotelu Brdy nebo se vydat na některý z výletů, které hotel Brdy organizuje. Nebo si mohou udělat samostatný program. Kdo se sem vydá autem, zaparkuje přímo u penzionu. Pro ty, co přijedou vlakem nebo autobusem, dojede personál po dohodě na nádraží v Plzni.*

*Cena za osobu a noc se snídaní se odvíjí od typu pokoje a období, v němž přijedete. Záleží i na tom, zda se dopravíte autem, nebo budete chtít zajistit odvoz z Plzně. Co se týče jídla, v penzionu sídlí restaurace, takže si můžete doobjednat i další stravu. Pokud přijedete sami, orientační cena za týdenní pobyt s polopenzí přijde přibližně na 4000 Kč za osobu.*

**Přesné informace najdete na [www.joachimlewidt.cz](http://www.joachimlewidt.cz)**

**Více informací o nabízených výletech pak najdete na [www.hotelbrdy.cz](http://www.hotelbrdy.cz)**





„Bez muziky  
si život  
nedovedu  
představit“

# KAREL KAHOVEC

Kdo z nás starších by neznal hity Modřínů háj, Svou lásku jsem rozdál, Poprava blond holky a mnohé jiné. Jejich autor a interpret Karel Kahovec většinu z nich složil před desítkami let, lidé je ale stále poslouchají a na koncertech vyžadují. On sám před třemi lety oslavil sedmdesátku, ale málokdo by mu ji hádal. Hraje, zpívá a raduje se ze života. Pohladil mě po duši, navrátil mě do mládí, jeho písničky mě provázejí životem – to jsou reakce posluchačů. Povídali jsme si v hospůdce Krušovická chalupa a i tady bylo z reakce štamgastů patrné, že mají Karla rádi.



**CO VÁS BAVILO V MLÁDÍ A CO VÁS BAVÍ TEĎ?**

Miloval jsem přírodu a čundry s kamarády. Každý víkend jsme vyjížděli z nádraží v Braníku do lesů za dobrodružstvím. Muzika mě provázela od dětství a zůstala dodnes mou láskou. Kdybych ji neměl, ležím v papučích na gauči a nežiju, ale živořím. Trem-povat už nejedím, ale rád posedím s kamarády v hospůdce, zavzpomínáme, zahrajeme si mariáš...

**K MUZICE VÁS TO TÁHLO OD MLÁDÍ. CO TOMU ŘÍKALI RODIČE – FANDILI VÁM, NEBO SPÍNALI RUCE?**

Rodiče začali tím, že mě dali „na klavír“. To mě ale vůbec nebavilo – etudy, stupnice... Pokukoval jsem po jiných žánrech, hltal stanici Luxembourg. Tenkrát se ale nedalo studovat tak, jako dnes, třeba obor jazz, pop, country. Kdo se chtěl naučit hrát na hudební nástroj, musel se věnovat klasické hudbě. Vydržel jsem tři roky a pak jsem z klavíru utekl.

**JAK JSTE SE DOSTAL KE KYTAŘE, KDO VÁS NA NI NAUČIL HRÁT?**

Bylo mi třináct, když si ji domů přinesla moje sestra, která ji od někoho dostala a chtěla na ni hrát. Jenže jí to nešlo a bolely ji prsty, po čtrnácti dnech kytaru odložila do kouta. Popadl jsem ji, párkrát přejel prsty po strunách a už jsem ji nepustil. Kamarád mě naučil pár základních akordů, pak už jsem trénoval sám – i šest hodin denně a balil na ni holky... Když mi máma koupila za svůj měsíční plat první elektrickou kytaru, byl jsem v sedmém nebi.

**VZPOMENETE NA SVOU PRVNÍ KAPELU?**

Poskládal jsem ji ze svých kamarádů v ulici. Dali jsme si jméno Kelly Satan a hráli a zpívali rokenrol. Na různých oslavách, podnikových večírcích, za jídlo a pít. A byli jsme šťastní, že nás někdo poslouchá. Zároveň jsem se vyučil soustružníkem dřeva, a i když jsem tu práci nijak dlouho nedělal a utekl k muzice, dodnes vůni dřeva miluju a jako památku na tu dobu mám na chatě vlastnoručně vysoustruhovaný dřevěný talířek.

**A PAK UŽ JSTE ZAČAL HRÁT PROFESIONÁLNĚ...**

Prošel jsem postupně několika kapelami, hrál různé žánry – rock, pop, soul i country. Profesionální dráhu jsem zahájil ve svých 18 letech. Mými kolegy byli v jednotlivých kapelách Milan Drobny, Naďa Urbánková, Petra Janů, Petr Novák. To byl můj velký kamarád, zdědil jsem i některé jeho písničky, ale vlastně také kapelu, s níž dodnes hraju a zpívám.

**BYLO VE VAŠEM ŽIVOTĚ I OBDOBÍ, KDY JSTE NEHRÁL, KDY VÁS HUDBA PŘESTALA BAVIT?**

Se skupinou Flamengo jsme na konci šedesátých let odjeli hrát do Německa, a tam jsme bez nároku na hono-

**„Hlasivky docela drží, jen když mám zpívat třeba po týdenní pauze, tak si vlezu pod peřinu, abych nerušil sousedy, a začnu řvát a hulákat...“**

rář vystupovali třeba i sedm hodin denně, abychom splatili aparaturu, kterou jsme si pořídili. Bylo to hodně náročné a já jsem po půl roce utekl domů a o hudbě jsem nechtěl ani slyšet. Šel jsem dělat komínové

lávky. Bylo to krásné období mého života, romantika na střeších Malé Strany, žádná velká dřina, dost peněz, rád na to vzpomínám. Ale po krátkém čase mě to mé muzikantské srdce vrátilo zpátky k hudbě. A pak přišlo ještě jedno takové období – po revoluci. Kamarádi ze skupiny Golem, kde jsem tenkrát hrál, odjeli do ciziny, a já zůstal doma, protože se mi narodil syn a nechtěl jsem rodinu opustit. Začal jsem taxikářit a to bylo taky docela fajn.

**VAŠE ASI NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ PÍSNÍČKA MÁ NÁZEV MODŘÍNŮ HÁJ.****JAKÉ NA NI MÁTE VZPOMÍNKY?**

Vůbec jsem netušil, že bude mít takový ohlas, popravdě se mi do ní ani nechtělo. A vidíte, začal jsem ji zpívat v roce 1972 a zpívám ji dodnes. Hrál jsem ve skupině Country beat Jiřího Brabce a on správně předpokládal, že lidi chytne. A měl pravdu. V originále to byl trochu cajdák, my jsme jí dali modernější háv, takovou country úpravu. Eda Krečmer vymyslel opravdu krásný text a písnička stále zvedá lidi ze sedadel, na každém koncertě ji musím zazpívat. Dalším hitem v Country beatu se stala písnička To se budem prima mít.

**VAŠE SESTRA VLASTA KAHOVCOVÁ ZPÍVALA V DOPROVODNÉ KAPELE KARLA GOTTA. MĚL JSTE I VY ŠANCI SI S NÍM ZAZPÍVAT?**

Když jsem hrál se skupinou Matadors, přišel Karel na náš koncert, všiml si mě a nabídl mi, abych mu dělal předzpěváka. Kdybych jeho nabídku přijal, možná bych byl slavnější, moje dráha by se určitě ubírala jiným směrem. Ale já odmítl – byl to úplně jiný žánr, moje srdce bylo bigbitové, neladilo by nám to dohromady. Byl to super člověk, nebyl uražený, vzal to normálně. A já jsem nelitoval – v té době se Flamengo rozjelo, skládal jsem a zpíval své největší hity, Paní v černém, Svou lásku jsem rozdál... Texty jsem nepsal, naším dvorním textařem – mým i Petra Nováka – byl Ivo Plicka.

**S KÝM HRAJETE DNES?**

Se skupinou George & Beatovens.



Založil ji v roce 1965 Petr Novák. Později měl velké zdravotní problémy a potřeboval někoho k sobě. Oslovil mě, moc jsem neváhal. Jezdil jsem v té době v taxíku, tak jsem si říkal, že si tu a tam odskočím k muzice. Taxikářskou licenci jsem si nechal, pro jistotu, ale měli jsme tolik koncertů, že na nic jiného nebyl čas. Když za dva roky nato Petr zemřel, zdálo se, že skončí i skupina. Ale kapelník ji udržel, oslovil pořadatele a jelo se dál.

#### **JAK NA PETRA NOVÁKA VZPOMÍNÁTE?**

Jen v tom nejlepším, byl to velmi hodný člověk. Pro druhého by se rozdál, každému pomohl, mnohdy i tomu, kdo si to nezasloužil. Bohužel propadl alkoholu, a to ho stálo život. Jeho nejoblíbenější písní byl Náhrobní kámen, když ji dnes zpívám, mám ho před očima. Lidé ji

stále chtějí slyšet. Převzal jsem několik jeho písní, třeba i Hvězdičko blýskavá, Povídej... posluchači je mají rádi i v mé interpretaci a já je zpívám moc rád. Je ale jedna, kterou bych si zpívat netroufal – Klau novu zpověď, takové Petrovo osobní vyznání.

#### **NAZPÍVAL JSTE NĚKOLIK CD, CHYSTÁTE DALŠÍ?**

To by ani nemělo cenu. Největší úspěch mělo výběrové album mých dávných hitů, to šlo velmi rychle na odbyt. Jsou to hlavně písničky 60. let, především rockové balady. Lidé se k nim po určité době okouzlení z moderních rytmických písní rádi vracejí – snad pro jejich melodičnost, pro krásné texty. Bez těchto písniček by každý můj koncert považovali za nepovedený či nedotažený.

#### **BYL JSTE V MNOHA ZEMÍCH...**

Nacestoval jsem se opravdu hodně, nejdál to bylo s Country beatem Jiřího Brabce, to jsme byli pozvaní i do Nashvillu, na největší festival country hudby. Stalo se to náhodou, když jsem pustil sednout v autobusu při našem zájezdu v Anglii jednu dámu – a ona to byla ředitelka asociace country muzik v Tennessee. Podala mi svou navštívenku, a zanedlouho jsme jeli. Byl to nádherný zážitek, na který nikdy nezapomenu.

#### **LÉTA JSTE JEZDIL I SE ZÁJEZDOVÝM POŘADEM PÁNŮ ŠÍPA A UHLÍŘE HITSARÁDA. OBA JSOU ZNÁMÍ SVÝM VTIPEM A SCHOPNOSTÍ IMPROVIZACE. NEPROVEDLI VÁM NĚKDY NA JEVIŠTI NĚJAKOU LUMPÁRNU?**

To vás musím zklamat, legrace s nimi byla obrovská, ale naschvály jsme si nedělali. Jednu zajímavou příhodu ale mám. Když jsme jeli



**KYTARISTA, ZPĚVÁK  
A SKLADATEL KAREL  
KAHOVEC SE NARODIL  
V ROCE 1946 V PRAZE.  
POSTUPNĚ BYL ČLEMEM  
SKUPIN:**

- The Matadors
- Flamenco
- Country beat Jiřího Brabce
- Golem
- George & Beatovens



v bouřce na vystoupení do Zlína, uhodil do našeho auta blesk. My jsme si to ani neuvědomili, jen jsme cítili, že se auto otřáslo, ale ti, co jeli za námi, to celé viděli a měli oči navrch hlavy.

#### **JAK ČASTO DNES VYSTUPUJETE?**

Zájem o naše písničky a koncerty je v poslední době stále větší, snažíme se udržet to v rozumných mezích. Z našich někdejších -náctiletých fanynek jsou dnes starší dámy, ale stále se k nám hlásí. Bývají to hodně dojemná setkání. Ale máme radost i z toho, že přicházejí i mladí, znají naše písničky a zpívají s námi. Chodí na nás babičky, dcery i vnučky... takový náš comeback.

#### **KDE VÁS MŮŽEME SLYŠET?**

Vystupujeme často, ale spíš mimo Prahu, program našich koncertů

si mohou zájemci najít na našich webových stránkách. Takovým naším domovským stánkem je klub U Vodárny v Praze na Korunní ulici, tam se objevujeme pravidelně. V létě se zúčastňujeme různých festivalů, takový vyhlášený je v Bystřičce. Je to country festival, my jsme hráli bigbít, takže jsme čekali, že nás vypískají. Ale úspěch byl obrovský – lidé povstali, svítili zapalovači... bylo to neuvěřitelné.

#### **MÁTE NĚKoho, KOMU SVOU KYTARU JEDNOU PŘEDÁTE?**

Mám dva syny, ale jestli si vezmou jednu mou kytaru, tak leda na památku, hrát na ni nebude nejspíš ani jeden. Ten starší měl talent, ale nechce, a ten mladší zase kdysi moc chtěl, ale nešlo mu to. A tak se raději držel sportu.

#### **JAK BOJUJETE S NÁSTRAHAMI**

#### **VĚKU, DODRŽUJETE NĚJAKOU ŽIVOTOSPRÁVU?**

Musím se přiznat, že ani moc ne. Pomalejší stárnutí mám asi v genech. Překročil jsem sedmdesátku a žiju si docela dobře. Dřív jsem hodně sportoval, jezdil jsem na kánoji, hrál volejbal, tenis – to už se mi dnes nechce. Stačí mi procházka za kamarády do hospůdky a zpět. Hlasivky docela drží, jen když mám zpívat třeba po týdenní pauze, tak si vlezu pod peřinu, abych nerušil sousedy, a začnu řvát a hulákat, tím se rozezpívám...

#### **MĚL BYSTE NĚJAKÝ VZKAZ PRO NAŠE ČTENÁŘE?**

Nechci nikomu radit, myslím, že každý si poradí sám. Jen bych rád všem popřál hodně zdraví a chvíle pohody u hezkých písniček.

Eva Procházková

Foto: Ondřej Kepka

# SV, NEBO SVJ?

**Populární filmová komedie Vlastníci rozpoutala diskusi diváků na téma společenství vlastníků zřejmě tím, že si diváci řekli: „Je to jako u nás v domě.“ Nelze odhadnout, zda tvůrcům šlo jen o to nastavit úsměvné zrcadlo určité existující komunity, nebo byl podprahově předveden také obtížně řešitelný status lidí, kteří se často nevědomky ocitli v obtížích, na něž nebyli předem ani myšlenkově, ani odborně připraveni. Dokonce někteří z nich i ovlivnění médií a vystupováním politiků.**

Bytové poradenství Rady seniorů, které je pro seniorskou populaci bezplatné, samozřejmě nemůže nahradit profesionální činnost advokátů, státních zástupců a soudců, ani zejména hlavní slovo v této sféře příslušející státu a obcím reprezentované dnes i v minulosti zastupiteli v Poslanecké sněmovně, v Senátu, nevyjímaje zastupitelské orgány krajů a obcí. Všichni se různou měrou zasloužili, že problém bydlení v bytových domech existuje. Lze jej spojit s novoročním a loňským prohlášením předsedů Rady seniorů a Sdružení nájemníků, že „stát a obce naprosto selhaly v politice sociálního bydlení“, resp. „že nebyly využity letité zkušenosti s bydlením v bytových domech v Rakousku a v Anglii“.

Pokusme se velmi stručně a tím možná i nepřesně projít historii bydlení v bytových domech v Československu a návazně v České republice.

Před válkou existovalo v soukromých bytových domech převážně nájemní bydlení a pak družstevní bydlení. Po válce zůstal status vcelku zachován a po roce 1948 začalo postupné převádění soukromých bytových domů na státní. Zejména vypuknul rozsáhlý boom průmyslovou výstavbou panelových sídlišť státem a za pracovní pomoci lidí bytovými družstvy. Tím se podařilo zajistit po válce slušné bydlení tisícům lidí. V roce 1968 a později v období normalizace začaly první po-

kusy o privatizaci státních bytových domů snahou o převod nedostatečně udržovaných bytových domů na bytová družstva, která by k tomu účelu byla ustavena z řad nájemců bytů. Po roce 1989 hegemon státu Občanské fórum politicky razil a začal usku- tečňovat bezplatný převod státních bytových domů na obce, ale bez přidělení peněz potřebných na jejich provoz a údržbu. Současně začaly útoky na bytová družstva s nepravdivou zástěrkou, že jde o relikty socialismu. Po pádu Občanského fóra nastoupil nový politický hegemon ODS a obce peníze v potřebné výši nedostaly. Zahájily tedy privatizaci zdarma přiděleného majetku, často s prosazovaným názorem, že stát ani obce nejsou těmi pravými vlastníky a hospodařit s domy neumějí. V bytovém družstevnictví pokračovaly snahy rozbití bytových družstev převodem bytů do osobního vlastnictví, protože to bylo označováno za to „pravé ořechové“, jež uživatele bytů údajně ochrání před ztrátou bydlení. Vznikaly případy, kdy v bytových domech existovaly byty ještě ve vlastnictví bytových družstev, byty v osobním vlastnictví, byty ve vlastnictví obcí a k tomu ještě nebytové prostory sloužící stále častěji k podnikání firem.

K tomu ještě řídce existovala občanská sdružení vzniklá na nátlak starostů některých obcí, kde každý vlastník bytu jmenovitě uvedený v zakládající listině byl členem tohoto sdružení, které vlastnilo bytový dům, často i bez pozemku, který si obec ponechala a vyžadovala na sdružení nájemné.

Postupně byl novelizován občanský zákoník, kterým se moc zákonodárna snažila nepřehledný stav řešit.





Konečně byl přijat zákon o vlastnictví bytů č. 72/1994 Sb., kterým se zákonodárcům podařilo vytvořit stav nazývaný některými legislativci jako kočkopes. Každý vlastník jednotky se kromě osobního vlastnictví bytu stal spoluvlastníkem ostatního majetku bytového domu a spoluvlastníkem pozemku pod domem, ale často i mimo dům (zahradu, garáže apod.). Pokud část bytů zůstala ve vlastnictví bytového družstva nebo obce, staly se tyto vlastnické subjekty rovněž spoluvlastníky, obdobně jako u bytů. Tím byla na světě společenství vlastníků jednotek (SVJ). SVJ tak, ačkoliv samo o sobě nic nevlastnilo a bylo pouze konglomerátem různých vlastníků a spoluvlastníků, bylo zákonem prohlášeno právě za toho, kdo je povinen se o bytový dům starat. Statutární orgán SVJ, zvolený shromážděním všech vlastníků jednotek definovaných jmenovitě v prohlášení vlastníka, byl povinen zapsat prohlášení vlastníka do katastru. Zákonem bylo kodifikováno toto prohlášení vlastníka jako náhrada za dosavadní zápis v listu vlastnickém namísto dřívějšího vlastníka bytového domu. Zákon stanovil povinný obsah prohlášení vlastníka, který vlastně de facto žádným vlastníkem nebyl, protože šlo o směs vlastníků jednotek, podrobný popis těchto jednotek, jejich podlahovou plochu jednotlivých bytů a z nich odvozený procentní podíl na spoluvlastnictví všeho, co z bytového domu kromě bytů vlastně zbylo, a také stejným způsobem vypočítaný spoluvlastnický podíl na příslušném pozemku, pokud nezůstal obci. Prohlášení vlastníka zpravidla nebyli schopni vlastníci jednotek sami vyrobiť a byli nuceni to zakázkou zadat realitním kancelářím, které zhusta vznikaly z původních obvodních podniků bytového hospodářství (OPBH). Statutární orgán SVJ byl tímto zápisem považován za vlastníka domu a musel začít plnit povinnosti jakoby vlastníka bytového domu, které byly a jsou všem vlastníkům bytových domů předepsány řadou jiných zákonů (energetický zákon, zákon o hospodaření energií, vodohospodářský zákon atd.).

Hlasování vlastníků jednotek na každoročně pořádané společné schůzi SVJ zákon o vlastnictví bytů vyřešil odlišně od dosavadní úpravy používané v bytovém družstvu, kde měl každý člen stejný hlas. Na schůzi SVJ se začal podle zákona každý hlas vážit podle poměru ploch bytu k celkové ploše všech bytů. To zvýhodnilo vliv majetku nad dosud obvyklými principy občanské sounáležitosti. Protože vlastníci větších bytů mohli přehlasovat vlastníky bytů menších, nastával problém, pokud v malých bytech bydleli lidé chudší, kteří pak nemuseli mít peníze na provoz, opravy a modernizaci bytového domu. Tím byl ohrožen jejich sociální status.

Bydlení v družstevních domech bylo ovlivněno vydáním zákona o obchodních korporacích a družstvech č. 90/2012 Sb., kterým přestala být bytová družstva vlastníky bytového domu podle občanského zákona a stala se podnikateli s povinností změnit dosavadní stanovy. Statutárním orgánem byla uložena povinnost zápisu u registračního soudu. Konkrétně družstev, a tedy i bytových, se týkají jeho paragrafy počínaje § 532.

Do dění současně vstoupil nový občanský zákoník (NOZ) č. 89/2012 Sb., který od 1. 1. 2014 rovněž umožňuje vznik společenství nového typu (SV). Podle něj vzniklých SV se týkají jeho §§ 1194 až 1205 včetně.

Uvedený přehled zákonů ukazuje, že se nelze divit, že v problematice vlastnictví bytů v bytových domech běžní občané značně tápou, a nejsou sami. Jak je u právníků obvyklé, vyskytují se i odchylné názory právní. Je obtížné se v problematice vyznat, zejména když v éteru kolují různé informace médií a informace údajně i skutečně nezávislých spolků. Občané jsou trénováni v boji s nesprávnými názory a často je jim vnucován jedině správný názor. Stále platí, že co není zakázáno, je dovoleno. Podle toho je třeba se zdravým selským rozumem posuzovat základní dokument každého SVJ i SV, tedy stanovy. Ty jsou obvykle sestavované realitními kancelářemi na zakázku statutárního orgánu SVJ i SV. Vyplývá se dodržovat zásadu preventivní opatrnosti a mít na zřeteli, že někte-

rá RK může zastupovat majetkové zájmy některého z vlastníků nebo i někoho třetího v pozadí.

Na závěr stručný souhrn typů SVJ a SV, které se mohou reálně vyskytovat. Pomíjíme už zmíněný vznik společenství vlastníků ustavený na principu dnes už neplatného občanského zákona, kde se při každé změně křestního jména a příjmení uživatele bytu, ať už sňatkem, či rozvodem, nebo prodejem bytu, musela měnit společenská smlouva a její registrace na katastru. Ta už se ve víru zmíněných zákonů jistě transformovala do formy SVJ či SV. A teď stručně ty existující typy. Jsou tři:

1. **SVJ jako vzniklé či transformované přesně podle díky zákona č. 72/1994 Sb. s povinností dodržet nový občanský zákoník č. 89/2012 Sb.**
2. **SVJ ustavené jako podnikatelské družstvo podle zákona č. 90/2012 Sb.**
3. **SV vzniklé podle zákona č. 89/2012 Sb.**

Lze se domnívat, že nejčastěji budou existovat SVJ podle první odsuvky, méně často SVJ podle druhé odsuvky a minimum bude asi SV podle třetí odsuvky.

Bytové poradenství Rady seniorů České republiky podle stanov Rady není realitní kanceláří a z principu nezávislosti na politických stranách a na trhu podnikajících realitních kancelářích ani nemůže zařizovat zpracování stanov SV či SVJ či vstupovat do práv a povinností daných vlastníky jednotek na členských schůzích jejich nejvyšších orgánů. Může však seniorům bezplatně poskytnout první pomoc v existujícím víru událostí a vydávaných předpisů. Adresy bytových poraden lze nalézt na [www.rscr.cz](http://www.rscr.cz) v záložce Krajské Rady seniorů a v měsíčníku Doba seniorů. Konkrétní dotaz lze poslat redakci na mailovou adresu [dobase-nioru@rscr.cz](mailto:dobase-nioru@rscr.cz).

Ing. Karel Hanauer  
bytová poradna Rady seniorů ČR  
Praha

# POZOR NA PŘEVLEČENÉ PODVODNÍKY!

Dobrý den,

objednala jsem si vánoční dárky na internetu, zaplatila jsem předem a do dnešního dne jsem své zboží neobdržela. Ráda objednávám z domova, špatně se mi chodí, ale bojím se dalších problémů nebo ztráty. Jde něco dělat s tím, co jsem vyvedla? Existují nějaké rady, jak se tomu vyhnout? Nebo raději přes internet nemám nic objednávat?

J. V., Brno-Bohunice

Dobrý den, děkuji za dotaz, který by měl zajímat každého z nás. Vzhledem k tomu, že před Vánocemi jsem v poradně měla několik klientů, s nimiž jsem podobný problém řešila, a věřte, že to nebylo nic příjemného, rozhodla jsem se nejen odpovědět na tento dotaz, ale i varovat seniory před další vlnou podvodníků, kteří jen převlékli kabát.

## DOVOLUJI SI UPOZORNIT, ŽE V SOUČASNÉ DOBĚ JE TŘEBA SE MÍT NA POZORU!

Jde o to, že podvodníci, kterým se začalo říkat šmejdi, opustili předváděcí místnosti a sály, kde pořádali předváděcí akce. Začalo jim zde být horko díky opatřením proti nim přijatým, a začali „podnikat“ neboli okrádat spotřebitele prostřednictvím falešných e-shopů. O tom si povíme v dnešním článku.

**Ale pozor!** Nepodnikají jen ve falešných e-shopech.

Vydali se i do ulic a drze zvoní na naše zvonky, především upozorňují na ty, které odborníci označují jako „energetické šmejdy“. Okrádají nás jakoby nezávaznou nabídkou (ale jde o smlouvu) zaručeně nejlevnějšího dodavatele energie – elektřiny nebo plynu nebo nabízejí tzv. aukci. Není však aukce jako aukce. Zvlášť když se tak jen tváří pouze svým názvem.

Další nebezpečí hrozí z toho, že spotřebitelům nabízejí pomoc, vše za vás zařídí, stačí jen jeden podpis na plné moci. POZOR! Ta většinou mívá velmi široké pojetí nebo vám

podsunou i generální plnou moc. Obojí je velmi nebezpečné pro velkou možnost zneužití.

Můžete je poznat podle toho, že někteří se od vás snaží vylákat smlouvu s vaším současným dodavatelem, inkasní lístek a podobně s tím, že se vydávají za jeho zaměstnance a vám bude brzy končit smlouva, nebo prošetřují jiný problém. Jindy jako důvod potřeby vašich dokladů uvádějí, že vám vypočtou, kolik ušetříte právě s tím dodavatelem, kterého vám nabízejí.

Nikdy jim žádné doklady neukazujte! Jde jim o získání vašich osobních údajů i údajů o vašem současném dodavateli. Kdyby byli zástupci vašeho dodavatele, měli by jeho doklady s sebou.

Dalším poznávacím znamením je, že rádi chodí před polednem nebo v jiné době, kdy mohou předpokládat, že vás vyruší z vaší činnosti a mohou očekávat, že budete ve stresu a v časové tísní. Pak vám snáze vnutí připravenou smlouvu k rychlému podepsání, abyste neměli čas přemýšlet. Vylákají z vás podpis JEN na přihlášku. Nezávaznou. Nevěřte mluvenému slovu, ale čtěte a hlavně nepodepisujte, dokud nebudete mít zcela jasno, že tak chcete závazně učinit.

Pokud si nabízenou smlouvu pečlivě nepřečtete a nezjistíte, že nejde o přihlášku, která není nezávazná, naopak že jde o váš závazek, který je dokonce vynutitelný, a prodejce po vás má právo požadovat sankci ve

## PTÁTE SE, CO DĚLAT PŘED OBJEDNÁVKOU A PLATBOU?

1. Pozor na nízkou cenu.
2. Pozor na platby předem!
3. Pozorně si prohlédněte stránky e-shopu. Nicneříkající stránky s gramatickými chybami, bez údajů, jak postupovat v případě odstoupení či reklamace, varují.
4. Zjistěte si, zda má prodejce na svých stránkách uvedeno, že do 14 dnů máte právo od smlouvy odstoupit, a to bez udání důvodu. Jde o povinnou informaci. Není-li zde uvedena, porušuje prodejce zákon. Při objednávce na e-shopu máte toto právo vždy, protože uzavíráte smlouvu na dálku, tzv. distanční.
5. Čtěte obchodní podmínky! Vždy!
6. Nezapomínejte na to, že právě na internet se přemístili podvodníci a působí lidem finanční újmu a škody svými falešnými internetovými obchody.

výši několika tisíc korun, jste v klidu. Tudíž nejednáte rychle, tak jak je potřeba. To znamená, že neodstoupíte do 14 dnů od uzavření smlouvy a jste lapeni do jejich sítě. Po této lhůtě se jen tak ze smlouvy nevyvážete. Prodejci na vás budou vymáhat nemalé pokuty za porušení smlouvy v případě, že doporučeného dodavatele



odmítnete, i když pro vás není výhodnější ani levnější. Ale to je téma na samostatný článek. Jen jsem vás chtěla na tuto skutečnost upozornit, abyste takovým podvodníkům neskočili na lep.

Začíná jich být čím dál tím víc. A to i přesto, že obce zakázaly podomní i pouliční prodej. Málokdo ale ví, že v tomto případně je třeba ihned volat městskou policii, která se s takovými podvodníky vypořádá. Za svoji činnost mohou dostat i tučnou pokutu.

Tolik upozornění na aktuální problémy.

### VRAŤME SE K VAŠEMU KONKRÉTNÍMU PŘÍPADU.

Obávám se, že vás nepotěším, neboť podle informací uvedených v dotazu jste právě těmto podvodníkům naletěla. Platba předem by vás měla vždy varovat. Pokud s e-shopem nemáte dřívější dobré zkušenosti vy nebo známí, nakupte jinde. Jediným jejich zájmem bývá vylákat z vás peníze bez jakékoli protihodnoty. Což se platbou předem stane.

Doporučuji na internetu projít diskuze (vy nebo vaši blízcí) o e-shopu, kde si zboží míníte objednat, a za-

měřit se na podvodné firmy, jejichž seznam zde najdete.

Pokud naletíte takovým podvodníkům, máte možnost obrátit se na orgány činné v trestním řízení. Většinou jde o trestný čin podvodu, ale je na Policii ČR a na státním zastupitelství, jak šetření vyhodnotí. Také záleží na výši způsobené škody. Podle ní může jít o přestupek nebo trestný čin.

JUDr. Zdeňka Vejvalková  
odborný poradce Rady seniorů ČR  
poradna Brno

## KNIHY Z NAKLADATELSTVÍ PORTÁL

I v letošním roce hodlá Doba seniorů spolupracovat s vydavatelstvím Portál, které dodává knihy pro výherce sudoku. Obliba soutěže se pravděpodobně i díky možnosti této výhry zvětšila. A aby soutěžící měli obrázek o tom, o jaké knihy budeme v následujících měsících soutěžit, přinášíme jejich stručné anotace.



### POSILOVÁNÍ MENTÁLNÍ KONDICE

Že vám název něco připomíná? Máte pravdu, jde o pokračování úspěšných tréninků mentální kondice, i o tuto publikaci měli naši luštitelé možnost soutěžit. V knize opět najdete osvědčená, a přesto neotřelá cvičení na každý den v roce, při

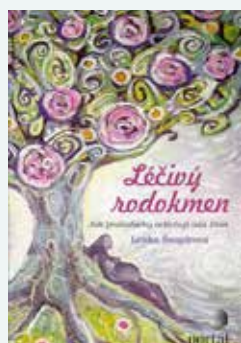
nichž si bez jakýchkoli pomůcek může každý potrénovat mozkové závitky.



### EMOCE POD KONTROLOU

Tato kniha přináší praktická cvičení, která pomohou čtenáři osvojit si dovednost všímavosti (mindfulness), účinně se orientovat v mezilidských vztazích, regulovat své emoce a tolerovat stres. Autoři stavějí na základech dialekticko-behaviorální terapie (DBT), jejíž účinnost byla prokázána při léčbě dušev-

ních poruch a potíží, zejména těch charakterizovaných neschopností zvládat své emoce.



### LÉČIVÝ RODOKMEN

Jak prababičky ovlivňují život následujících generací. Lidé si dnes začínají více všimnout toho, jak žili naši předkové. Jejich úspěchy i potíže totiž mohou do značné míry ovlivnit i náš osud. Některá vaše trápení a starosti mají své kořeny v dobách, kdy jste se ještě nenarodili. Kniha Lenky Šnajdrové se

zaměřuje právě na ně, a tak může nabídnout mnohem víc než obyčejný rodokmen sestavený z údajů na matricech. Pomůže čtenářům, aby sami prozkoumali osudy svých předků a především vyhledali oblasti, které mohou ovlivňovat jejich životy.



### JAKOU BARVU MÁ PONDĚLÍ?

Carrie Cariello ve své knize nabízí pohled na to, jak probíhal a probíhá rodinný život v situaci, kdy jedno z dětí prožívá věci jinak. Její kniha je optimistická, Cariello nepíše „jen“ o svém synovi s autismem, ale též o ostatních dětech a o svém muži, o tom, jaký je jejich rodin-

ný život, s čím se potýkají a co zažívají. Nepíše o tom, že by jejich život byl těžší nebo náročnější, ale že je jiný, a dokonce tvrdí, že autismus změnil jejich rodinu k lepšímu. Carrie Cariello je matka pěti dětí, z nichž druhé má poruchu autistického spektra.

# NOVÝ HIT V KOSMETICE – TEXTILNÍ PLEŤOVÉ MASKY

**V poslední době doslova zaplavily trh s kosmetickými produkty. Mají jednoduché a rychlé použití, jsou dobře dostupné i cenově přijatelné. A tak není divu, že jejich obliba stále stoupá. Látkové masky na obličej jsou prostě in.**

Textilní pleťové masky jsou sice na trhu už poměrně dlouhou dobu, objevovaly se však spíše výjimečně pouze u několika málo firem. V posledních pár letech však nastal jejich celosvětový boom, a tak jich je v současné době na trhu nepřehledné množství, najdete je v drogeriích i parfumeriích. Můžete si tak ze široké nabídky jednoduše vybrat, co právě vaše pleť aktuálně nejvíc potřebuje. Zda je to například hydratace, rozjasnění, výživa, regenerace, hloubkové čištění, lifting (vypnutí povadlých kontur obličeje – časté právě u zralé pleti), odstranění unaveného vzhledu pleti, protivrásková nebo třeba zklidňující péče.

Textilní masky jsou hojně napuštěné koncentrovanými účinnými látkami, které jsou přizpůsobeny tak, aby se během poměrně krátkého působení masky do pleti rychle a především účinně vstřebaly. Efekt takové masky je tak proto prakticky okamžitý a také bývá na pleti ihned viditelný. A právě proto také není potřeba masku používat zbytečně často, obvykle postačí jednou až dvakrát za měsíc.



## JEDNODUCHÉ A RYCHLÉ POUŽITÍ

Jejich další výhodou je jednoduché použití. Jsou vyrobeny z tenké, jemné a prodyšné látky, proto se někdy těmto maskám také říká plátýnkové. Také se můžete na obalu masky sekat s označením sheet mask. Textilie je napuštěná účinnými koncentrovanými ingrediencemi. Jaké to konkrétně jsou, záleží na použití dané masky. Textilní masky bývají baleny po jednotlivých kusech, protože se jedná o přípravek na jedno použití. Také v tom je jejich velká výhoda. Použití je snadné – přikládají se přímo na odlícený, čistý a suchý obličej. Mají vystřižený dostatečný prostor pro oči, špičku nosu a také rty, takže jejich použití vás nijak neomezuje. Navíc jsou dost velké a široké, proto dobře padnou každému tvaru obličeje. Látka je kůži příjemná a lehce k ní přilne. Je také velmi dobře poddajná. Masku je po nanesení na obličej třeba vždy dobře vyhladit, lépe pak na obličej drží.

Doba působení masky bývá rozdílná, proto vždy vycházejte z konkrétních údajů, které naleznete na obalu dané masky. Během jejího působení se doporučuje být v klidu a odpočívat. Po uplynutí doby, po kterou má

být maska aplikována, ji z obličeje opatrně sejměte. Možná vám na obličeji ještě zůstaly nevstřebané zbytky masky. Můžete je jemně vmasírovat do pleti, případně jemně setřít kosmetickým ubrouskem. Masku pak po jednom použití dejte do koše a příště použijte zase nové balení.

## MYSLÍ TAKÉ NA OČI

Jednorázové textilní masky se vyrábějí na celý obličej nebo jako speciální masky na oči. V případě oční péče se obvykle jedná o hojně napuštěné menší látkové polštářky, které se aplikují pod oči. K dostání bývají jednorázové oční textilní masky nejčastěji s hydratačními, rozjasňujícími nebo protivráskovými účinky. Na oční okolí působí velmi šetrně, ale zároveň účinně. Také v tomto případě platí, že se maska aplikuje na čistou, dobře odlícenou pleť.

K dostání je dokonce i textilní maska na dekolt. Působí proti vráskám, vyhlazuje a zlepšuje pružnost povadlé kůže, která bývá v této partii častá. Hydratačními a vyživujícími účinky se zase pyšní speciální jednorázové masky určené k péči o ruce a chodidla.



Simona Lišková



# PSINCOVÝ KAŠEL

Psincový kašel se řadí mezi vysoce infekční onemocnění, které se šíří přímým kontaktem mezi psy nejčastěji jako kapénková infekce. Odborně se jedná o infekční laryngotracheitidu, kterou může způsobovat víc původců. Typický bývá zachvatovitý až dávivý kašel. Nejčastěji se s touto nemocí můžete setkat na podzim a na jaře. Obdobně jako je tomu například s chřipkou u lidí. Původcem tohoto onemocnění jsou nejen viry, ale významnou roli hrají také bakterie.



Psincový kašel postihuje horní dýchací cesty. Většinou dochází k přenosu na místech s vysokou koncentrací psů. Nejčastěji jsou jimi výstavy, parky, útulky, psí hotely a cvičáky. Jak už bylo zmíněno, typický je suchý dávivý kašel. Často je provázen vykašláváním hlenů, nebo dokonce pěny. Někteří majitelé se mylně domnívají, že jejich pesek zvrací. Toto vykašlávání může často působit, jako by měl pesek v krku zaseklou kost nebo jiné cizí těleso, které se snaží vydávit. Kašel bývá zpravidla horší po zátěži nebo při tlaku obojkem na krk (třeba při tahání na vodítku). Někdy se můžete také setkat s vodnatým výtokem z očí a nosu. Průběh a délka onemocnění závisí na počtu původců, kteří se v danou chvíli podílejí na vzniku onemocnění, a samozřejmě také na imunitě a celkové kondici pejska. Těžší průběh onemocnění

bývá zejména u starších psů. Při nekomplikovaném průběhu dochází k vyléčení během pěti dní až dvou týdnů. Při těžším průběhu může dojít i k rozvoji horečky, apatie a zápalu plic.

Zejména u starších pejsků byste měli navštívit veterinárního lékaře při výskytu jakéhokoliv kašle. Ten může také souviset s onemocněním srdce. U nekomplikovaného průběhu bude veterináři stačit zjištění anamnézy od majitele a samozřejmě klinické vyšetření. V případě těžšího průběhu je potřeba provést RTG hrudníku, vyšetření krve, a někdy dokonce kultivaci na stanovení původce včetně citlivosti vůči antibiotikům.

Základem úspěšné léčby je klidový režim a podávání léků na odhlenění nebo k utišení dráždivého kašle. Většinou se jedná o různé bylinné sirupy a léky na podporu imunity.

Důležité je bránit stimulaci k vyvolání kašlání (například vyměnit obojek za postroj). Antibiotika se užívají pouze u těžších případů nebo pokud nezabírá dosavadní terapie. Proti tomuto onemocnění lze nechat svého pejska naočkovat. Na trhu jsou k dostání dva druhy vakcín. Aplikují se buď injekčně, nebo se kapou přímo do nosu k vyvolání slizniční imunity.

Podstatnou informací pro všechny majitele pejsků je skutečnost, že původci psincového kašle jsou odlišní od původců lidských viróz, proto se není třeba obávat vzájemného přenosu.

Poradnu připravujeme ve spolupráci s MVDr. Romanou Heřmánkovou z Animal Hope, s. r. o., Orebitská 636/10 130 00 Praha 3, tel.: 777 730 677 [www.animal-hope.cz](http://www.animal-hope.cz), facebook: [www.facebook.com/AnimalHopePraha](https://www.facebook.com/AnimalHopePraha)

# POKROKY OČNÍ MEDICÍNY: OD JEHLY AŽ PO LASER

Časté ostření na obrazovky televize, monitoru i displeje chytrých telefonů dávají očím v 21. století zabrat. Na druhé misce vah je pak technologický pokrok, díky němuž lze dnes diagnostikovat a léčit mnohé vady a choroby. Zejména refrakční chirurgie kráčí dopředu mílovými kroky...



Primitivní operace očí se prováděly už ve starověku. Už dva tisíce let před naším letopočtem propíchovali indiští lékaři speciální jehlou zakalenou čočku, aby léčili chorobu dnes známou jako šedý zákal. V roce 1752 pak začal Francouz Jaques Daviel za pomoci velkého řezu zcela odstraňovat zakalenou čočku z oka. Ale až v roce 1949 provedl sir Harold Ridley první implantaci umělé plastové čočky. Vycházel z toho, že u některých válečných letců, které zasáhla plastová střepina z kokpitů letadel do oka, se střepina v oku zahojila a nevyvolala žádnou reakci organismu.

Právě výměna čočky kvůli šedému zákalu je i v současnosti nejčastějším očním chirurgickým zákrokem, ročně ho podstoupí víc než sto tisíc lidí. „To je prakticky desetinásobek proti roku 1988,“ upozorňuje

MUDr. Jana Mikšovská z oční kliniky DuoVize Praha. Proč toto číslo rapidně narostlo? „Lidská populace stárne a šedého zákalu se dožívá víc a víc lidí. Ve věku nad 65 let už má kataraktu každý druhý. Přesto jsou hlavním důvodem tohoto navýšení především zvyšující se požadavky na kvalitu vidění a také lékařské možnosti. Dnes je výměna čočky naprosto rutinní, bezpečnou a bezbolestnou záležitostí a v 95 procentech se provádí ambulantně,“ vysvětluje oftalmoložka.

## ZÁZRAK JMÉNEM LASER

V současnosti existují tři druhy operací, při kterých lékaři vyměňují lidskou čočku za umělou. Vedle zmíněného šedého zákalu je to RLE (Refractive Lens Exchange), kde je účelem korekce dioptrií, a PRELEX (Presbyopic Lens Exchange) léčící

presbyopii – neschopnost zaostřit na čtení, obvykle ve věku 40 let a víc. Přes 98 procent implantací umělých čoček se provádí za pomoci takzvané fakoemulzifikace, hrazené plně pojišťovnou. Během ní chirurg poškozenu čočku prostřednictvím ultrazvukové vlny rozmělní, diamantovým nožem vytvoří miniaturní nářez oka a podtlakovou pumpou čočku odsaje. Díky speciálnímu injektoru se pak do oka vloží čočka umělá, která se v oku rozvine a pomocí bočních „paciček“ neboli haptik se usadí v pouzdře, kde byla původní čočka.

Refrakční chirurgie je relativně mladý obor, avšak její rozvoj je raketový. Moderní kliniky proto dokážou vyměňovat oční čočky také zcela bez skalpelu – a to díky laseru. „Předstupněm dnešních laserových operací očí byla metoda zvaná PRK (fo-





torefrakční keratektomie), při níž se nevytváří bezpečnostní flap (rohovková lamela) a na oku pracuje pouze excimerový laser. Další metoda, LASIK (laser in situ keratomileusis), je vhodná speciálně u vyšších dioptrických vad. V České republice byla první laserová operace LASIK provedena zhruba v polovině devadesátých let,“ nastiňuje historický vývoj doc. Šárka Skorkovská, primářka oční kliniky NeoVize. Nyní jsou na očních klinikách zákroky prováděny prostřednictvím terapeutických, excimerových a femtosekundových laserů. Poslední jmenované se používají především k operacím očních refrakčních vad, zejména krátkozrakosti, dalekozrakosti a astigmatismu. Samotný zákrok trvá jen 40 až 50 sekund a vyjde pacienta přibližně na 15 tisíc korun.

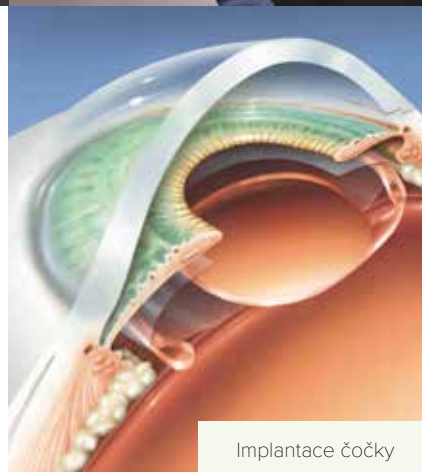
### SCI-FI, NEBO REALITA?

Progres nastal nejen ve vývoji laserových operací, ale také v samotných nitroočních čočkách, které se pacientům aplikují. Nejjednodušším typem jsou sférické monofokální čočky, jež hradí pojišťovna, a proto jsou implementovány v 93 procentech operací. Poskytují vidění bez brýlí na jednu vzdálenost, obvykle do dálky – a na blízko pak pacient musí nosit brýle. Za příplatek (kolem 20–25 tisíc korun za jedno oko) lze pořídit monofokální čočky se

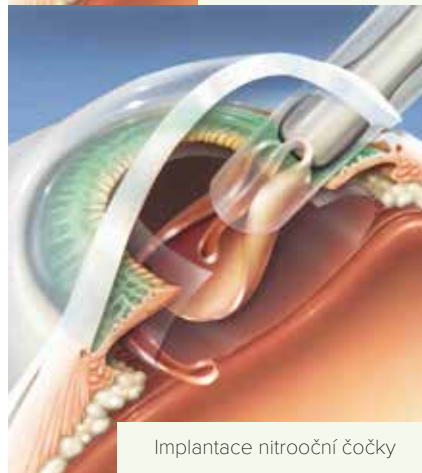
speciálním asférickým povrchem, jež zlepšují vidění za špatných světelných podmínek. Podobná částka se připlácí za torické monofokální čočky, korigující navíc rohovkový astigmatismus.

Kdo chce korigovat zrak na víc než jednu vzdálenost a zbavit se tak brýlí jednou provždy, může si za 25–30 tisíc na jedno oko připlatit multifokální čočky. Bifokální umožňují lepší vidění na blízko i na dálku, nejmodernější variantou jsou trifokální, zlepšující rovněž vidění na střední vzdálenost, především na počítač. „Dnes je už standardem nitrooční čočka s UV filtrem, ale lepší je čočka vybavená i filtrem na ochranu před škodlivou modrou složkou slunečního světla – takzvaná žlutá čočka. Lidská čočka je také lehce žluté barvy – je to přirozená ochrana před tímto škodlivým světlem. Toto záření je velmi nebezpečné zejména pro pacienty po operaci šedého zákalu nebo u mladších pacientů, kteří volí výměnu oční čočky z dioptrických důvodů, protože může vyvolat poškození oční sítnice a běžná umělá čočka proti němu nechrání. Žlutá čočka by měla být na kvalitní klinice už naprostým standardem, ale ne všude tomu tak je,“ upozorňuje docentka Šárka Skorkovská.

To, co se ještě před třemi dekádami mohlo zdát jako výplod fantazie autora sci-fi, je dnes běžná realita.



Implantace čočky



Implantace nitrooční čočky

A pokrok stále kráčí kupředu... Čeho se tedy můžeme v budoucnu dočkat? „Pořád se hledá takový svatý grál – umělá čočka, která by dokázala sama zaostřovat. Zkouší se čočka obsahující mikročip, jenž by ji řídil. Uvažuje se třeba o gelových čočkách a podobně,“ načrtává docentka Skorkovská možný vývoj v oboru.

## SUDOKU

(Kdo nám napíše součet čísel z označených políček, má šanci na výhru)

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

## ZIMNÍ ČAS

Ráno pohled z okna láká,  
stromy krásně jinovalka.

Na zemi je všude sníh,  
děti jezdí na saních.

Ptáčkové se slétli hbitě na parapet za oknem,  
krmítko je připraveno, hola braši, všichni sem!

Každý den je tady k mání všechno ptačí  
pochutnání.

Sýkorka je nejvíc čilá, brzy ráno už tu byla,  
vystřídá jí brhlíček, má rád jádra z jablíček.

Jen se ptáčci nazobejte,  
zjara nám pak zazpíváte

Tu veselou písničku, při ní je nám vždycky  
dobře, na duši i v srdíčku.

Jarmila Krepsvoá

## VYHRÁLI S DOBOU SENIORŮ

Správné řešení tajenky z listopadového vydání DS: ... **ZA VOLANTEM NEVŠIMNE STROMU.**

**NA VÝHRY SE MOHOU TĚŠIT:** Vlasta Pašková z Blatné, Květa Žižalová z pod Orebem, Zdenka Šponarová Z Hradce Králové, Naděžda Záleská z Ostrova a Pavla Pokorná z Jihlavy.

Dostanou ceny od sponzora naší velké křížovky, brněnského vydavatelství Markéta Křížovky. To vydává celkem 12 titulů křížovek, které zpříjemní váš den: Křížovky o ceny, Křížovky pro mladé i dospělé, Křížovky pro dobrou náladu, Křížovky pro chvíle pohody, Křížovky veselé pro mladé i dospělé, Křížovky zajímavosti, Veselé křížovky na cestu, Křížovky rozverně, Křížovky pro všechny, Osmisměrky, Křížovky veselé perličky, Křížovky anekdoty. Bližší popis obsahu našich křížovek najdete na našich webových stránkách [www.krizovky-marketa.cz](http://www.krizovky-marketa.cz). Nabízíme zvýhodněné předplatné, s každým číslem jedno zdarma! Časopis získáte za nižší cenu + poštovné a balné.

Předplatné může být i vhodným dárkem. Rádi vám poštou nebo e-mailem zašleme dárkový certifikát.

**SUDOKU (18)** – Lada Vojtanová

Dostane od sponzora rubriky nakladatelství Portál  
**POSILOVÁNÍ MENTÁLNÍ KONDICE**



**SOUTĚŽ O VOUCHER**

**V HODOTĚ 5000 NA POBYT V HOTELU BRDY.**

Správná odpověď zní: **GALERIE KRESLENÉHO HUMORU ŠPEJCHAR VE DVOŘE SPÁLENÉ POŘÍČÍ.**

Vítězem je **JAROMÍR OŠTÁDAL, PRAHA 5 LUŽINY 155 00**

**SOUTĚŽ O TAŠKY NA KOLEČKÁCH JET LN ZNAČKY ROLSER.**

Správná odpověď zní: **NE, TAŠKY NEMAJÍ STEJNÝ PODVOZEK.**

**VÝHRY POSÍLÁME:** Miloslavu Hamplovi do České Třebové, paní Kuchnové do Ostravy-Kunčiček a Kateřině Trískové z Prahy 4

**SOUTĚŽ O TERMOFORY HUGO FROSCH.**

Správná odpověď zní: **ANO V NABÍDCE F. HUGO FROSCH JSOU TAKÉ DĚTSKÉ TERMOFORY.**

**NA VÝHRU SE MŮŽE TĚŠIT:** Miroslav Patera z Kladna, Hana Vimmerová z Liberce a Ing. Jarmila Šmerhová z Čelakovic.

Tajenku a řešení sudoku z dnešního čísla posílejte na adresu či mail redakce do 15. února 2019.

Pokud chcete soutěžit o výhru, nezapomeňte napsat korespondenční adresu, kam ji můžeme poslat.

Mailová adresa opravdu nestačí!



|                                               |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
|-----------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------|----------|---------------------------|-------------------------------|
|                                               | JIHOAM.<br>STÁT | TRNITÁ<br>DŘEVINA                     | <b>M</b>             | ZNAČKA<br>ABVOLTU                                      | VÝTVOR<br>RYTCE                                     | ÚSLUŽ-<br>NOST                                 | ŠKODLIVÍ<br>MOTÝLCI                         | VIETNAM.<br>TISK.<br>AGEN.<br>fr. zkr. | UKAZOV.<br>ZÁJMENO                    | SPOR-<br>TOVCI                                | <b>M</b>                                  | <b>2</b> | KARETNÍ<br>HRA            | MÍSTROV.<br>STUPEŇ<br>V DŽUDU |
| SBOHEM                                        |                 |                                       | VONNÉ<br>LÁTKY       |                                                        |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               | PSOHLA-<br>VEC                            |          |                           |                               |
| INIC.<br>KRÁSNO-<br>HORSKÉ                    |                 |                                       | VÝŠKOLIT<br><b>1</b> |                                                        |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               | SMYČKY<br>A SICE                          |          |                           |                               |
| EDEN                                          |                 |                                       |                      | TOLIK<br>náf.<br>SPORTOVNÍ<br>ODVĚTVI                  |                                                     |                                                |                                             |                                        | PŘÍPRAVE<br>K<br>PO HOLENÍ<br>SODOVKA |                                               |                                           |          |                           |                               |
| UKLIDNITI                                     |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                |                                             | SETBA<br>ČÁST<br>CHODIDLA              |                                       |                                               |                                           |          | MĚKKÝ<br>KOV              | JIHOAM.<br>PALMA              |
| <b>M</b>                                      | ČÁST<br>BÁSNĚ   | PANÍ<br>ISLAMSKÉ<br>RODOVÉ<br>TRADICE |                      |                                                        |                                                     |                                                | DĚTI<br>DVORANA                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| OHEŇ<br>PASTEVCŮ                              |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     | PLAZI<br>KOUPAČÍ<br>NÁDOBA                     |                                             |                                        |                                       |                                               | POPÍJET<br>OKRASNÝ<br>PARKOVÝ<br>PTÁK     |          |                           |                               |
| OTOK                                          |                 |                                       |                      |                                                        | BUNIČINA<br>VIKEV                                   |                                                |                                             |                                        |                                       | ŠLEHANÝ<br>POKRM<br>SOUBOR<br>DEVĚTI<br>HRAČŮ |                                           |          |                           |                               |
| KRÁLOVSKÁ<br>HUDEB.<br>AKADEMIE<br>angl. zkr. |                 |                                       |                      | ČESKÝ<br>HEREC<br>Jiří<br>KRÁTKÁ<br>ZKOUŠKA            |                                                     |                                                |                                             |                                        | PŘÍVLAST.<br>ZÁJMENO<br>POLEDNÍK      |                                               |                                           |          | MLÁČENÍ<br>OBILÍ<br>zast. | NÁSTRAHY                      |
| PRASEČÍ<br>CHLUP                              |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                |                                             | HAVÍŘ<br>zast.<br>LYSÝ                 |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| <b>M</b>                                      | BICYKL          | VODNÍ<br>TOK<br>AFRO-<br>ASIAT        |                      |                                                        |                                                     |                                                | HONIČKA<br>CITOSL.<br>OŠKLIVO-<br>STÍ děts. |                                        |                                       |                                               | JM. ZPĚV.<br>SUMAC<br>FÁZE<br>MĚSICE      |          |                           |                               |
| ČÁST<br>KABÁTU                                |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     | DRAVÁ<br>KAPROVITÁ<br>RYBA<br>USUŠENÁ<br>TRÁVA |                                             |                                        |                                       |                                               | IN. HER.<br>SOBOTY<br>ZN. VOLT-<br>AMPÉRU |          |                           |                               |
| KYPŘIT<br>PLUHEM                              |                 |                                       |                      |                                                        | ZDRAVIT<br>PO VOJEN-<br>SKU<br>SEVERŠTÍ<br>PAROHÁČI |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| POŘÁDEK                                       |                 |                                       |                      | TRÁPITI<br>ZBYTEČN.<br>POŽADAVKY<br>VOJEN.<br>JEDNOTKA |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| KRÁL<br>SKŘÍTKŮ                               |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                | LUČNÍ<br>POROST                             | CHEMICKÝ<br>PRVEK<br>At                |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| <b>M</b>                                      | DUTÝ<br>STONEK  | VÍKENDO-<br>VÝ<br>DEN<br>SKVOST       |                      |                                                        |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| ODDÁVATI<br>SE SPÁNKU                         |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                | IN. HER.<br>SKAMENE<br>MAGMA                |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| MATČINA<br>SESTRA                             |                 |                                       |                      |                                                        | SPÍLAT<br>ÚKON<br>kníž.                             |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| VRTUL-<br>NIKOVÉ<br>LETECTVO<br>zkr.          |                 |                                       |                      | AROMATIC.<br>NÁPOJ<br>SOLMIZ.<br>SLABIKA               |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| OPATRIT<br>LEMEM                              |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                |                                             |                                        |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |
| JAZYK<br>STARÝCH<br>ŘÍMANŮ                    |                 |                                       |                      |                                                        |                                                     |                                                | LADON<br>RAM, YMA<br>OBERON<br>ADAT         | AVI<br>KOLUR<br>NOV<br>ITA             |                                       |                                               |                                           |          |                           |                               |

A JÁ TO ZASE ZAPLATÍM.



Jste neopatrný, vytýká žena chodci, kterého mohla přejet. Jezdím už deset let, ale něco podobného jsem ještě nezažila. Já nejsem také začátečník, říká chodec, ...

**V NAŠEM VYDAVATELSTVÍ VYCHÁZÍ 12 TITULŮ KŘÍŽOVEK, KTERÉ ZPŘÍJEMNÍ VÁŠ DEN**

Bližší popis obsahu našich křížovek najdete na našich webových stránkách [www.krizovky-marketa.cz](http://www.krizovky-marketa.cz).

## ODEŠLI Z NAŠICH ŘAD

Leden byl bohužel v Radě seniorů bohatý na smutné zprávy. Nejprve jsme se dozvěděli, že 15. ledna 2020 zemřel ve věku devadesátí let Ing. Luděk Laburda, bývalý člen předsednictva a kolegia Rady seniorů ČR.

O pár dní později pak přišla zpráva, že 20. ledna zemřel dlouholetý člen předsednictva a kolegia Rady seniorů a bývalý předseda členské organizace Svazu diabetiků Ing. Vladimír Horák.

Jménem redakce i Rady seniorů vyjadřujeme všem pozůstalým hlubokou soustrast.

## DOBRÝ DEN,

odebírám Dobu seniorů od prvního čísla. Bohužel, nyní moc spokojená nejsem. Rubrika čtenářů je zrušena a polovinu časopisu tvoří, co dělali senioři v krajích v minulém měsíci. Nového je tam velice málo. Časopis jsem měla přečtený za 15 minut. Vždyť je tolik věcí, o kterých se dá psát, aby se čtenáři něco nového dozvěděli nebo se dovzdělali. Půjde-li to tak dál, časopis odhlásím.

Ryšavá

Vážená paní Ryšavá,

děkujeme za váš mail a mrzí nás, že nejste s Dobou seniorů spokojená, ale vezměme to popořadě. Rubrika čtenářů nezmizela, ale není zařazována do každého čísla. To je fakt. V první řadě je to proto, že nám nechodí tolik dopisů, aby se pokaždé podařilo stránku naplnit. Z druhého občas stojíme před rozhodnutím, jaké příspěvky zařadit a jaké mohou počkat. V tom případě mají přednost příspěvky aktuální před těmi neaktuálními, zároveň však zachováváme poradny, které jsou těžištěm našeho časopisu.

Co se týká příspěvků z krajů, máte pravdu, že je jim věnováno dost prostoru a bude tomu tak i nadále. Rada seniorů dává příležitost všem svým členským organizacím tímto způsobem informovat o tom, co dělají. Ostatně, požadavek na zavedení rubriky a dát jí patřičný prostor, byl zadáním od vydavatele – tedy Rady seniorů a my jej plně respektujeme, Doba seniorů je totiž často jediným periodikem, které je ochotno o aktivitách starší populace informovat objektivně, bez hledání senzací. A organizace se naučily tento informační kanál využívat. I díky tomu se jim lépe daří pro své projekty shánět sponzory a partnery a mohou pak pro seniory připravovat další akce. Takže zde vás musíme zklamat, ale tato rubrika se bude odvíjet od počtu příspěvků, které dostaneme.

Redakce

## Z REDAKČNÍHO MAILU

Možná si mladí myslí, že se jich to netýká. Ale také zastárnou... Aby si pak neříkali – to byly zlaté časy, ČR vydávala na důchody toto procento HDP: rok 2011 – 9,4 %, rok 2012 – 9,7 %, rok 2013 – 9,2 %, rok 2014 – 8,8 %, rok 2015 – 8,6 %, rok 2016 – 8,3 %, rok 2017 – 8,2 %. Průměr EU je kolem 10 procent. To je důkaz, že ČR své důchodce odepisuje. To je základní problém nízkých důchodů. Jde o politické rozhodnutí. A k tomu dodejme, že za převratu byl důchod 56 % mzdy a nyní je to 38 %. A dále: tehdy byly životní náklady nízké (bydlení, potraviny, energie, zdravotnictví „zdarma“) a vyšší ceny byly u věcí zbytných (televizní přijímače, auta apod.). Nyní je to opačně. Věci potřebné k životu jsou nepoměrně dražší a zbytné relativně levné! A já podle veřejných zdrojů dodávám – valorizace činí 700 Kč a přidání je tedy navíc pouze 200 Kč.

## K VÝŠE ZASLANÝM ÚDAJŮM DODÁVÁME:

Podíl výdajů na penze v hrubém domácím produktu je ve srovnání s většinou zemí EU v České republice nízký, důvodem je nízký podíl zaměstnavatelů na financování 3. pilíře a zejména nízký podíl OSVČ. Požadavek 3. sjezdu Rady seniorů ČR je docílit evropského průměru. V roce 2016 bylo v ukazateli Výdaje na důchody v % HDP 21 evropských zemí před námi. Tomu také odpovídají nízké penze, kde měřeno paritou kupní síly (co si za penzi můžete koupit) je 19 z 20 evropských zemí před námi. Uvedenou vývojovou řadu neumím posoudit, nemám relevantní data. Ne vždy je to, co uvádějí média, pravdivé.

Podívejme se na podíl průměrného starobního důchodu vůči průměrné mzdě v procentech. Říkáme tomu mezi-generační spravedlnost. Také v tomto ukazateli ve srovnání s okolními zeměmi zaostáváme, z 28 evropských zemí je 16 před námi. V posledních pěti letech poklesl vlivem rychlejšího růstu mezd oproti růstu starobních penzí náhradový poměr výrazně pod 40 %, což je pro Radu seniorů ČR nepřijatelné. V roce 2018 dosahoval 38,8 %. (Viz článek v dubnovém vydání Doby seniorů.) Pro zlepšení neúnosného stavu požaduje Rada seniorů ČR zprogresivnit současný valorizační vzorec (viz usnesení z říjnového zasedání kolegia). V předtransformačním roce 1989 činil náhradový poměr 50,4 %. V průběhu uplynulých 30 let ale valorizace starobních penzí zůstávaly za růstem mezd a proto náhradový poměr klesal. Pokud by byl náhradový poměr 50,4 % z roku 1989 zůstal i v roce 2018, byla by průměrná starobní penze o 4038 Kč vyšší. To znamená nikoliv 12 418 Kč, ale 16 456 Kč. Senioři jsou tedy tou sociální skupinou, která byla v uplynulých 30 letech poškozena.

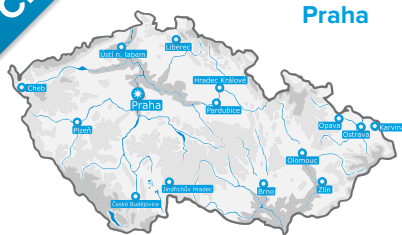
Pokud jde o navýšení starobních penzí 2020. Průměrná starobní penze vzroste asi o 900 Kč a osobám 80+ o dalších 1000 Kč. Jde o historicky druhé nejvyšší navýšení penzí za posledních 24 let. Podle valorizačního vzorce vzroste průměrná starobní penze asi o 753 Kč. Mimořádné navýšení ze zákona je 151 Kč.

Zdeněk Pernes, předseda RS ČR



**PORADNY  
RS ČR**

## PRO VŠECHNY SENIORY ZDARMA



**Praha**



**234 462 074-7**



**www.rscr.cz**



**Rada seniorů  
České republiky**  
*zapsaný svaz spolků*



**Rada seniorů České republiky**

**Náměstí W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3**

(Sídlo pražské poradny RS ČR je v Domě Radost)

### BRNO:

Dům odborových služeb,  
Malinovského nám. 4 – kancelář 414  
Telefon: 532 269 414  
E-mail: [poradna.brno@rscr.cz](mailto:poradna.brno@rscr.cz)  
Vedoucím regionálního pracoviště je  
JUDr. Eliška Skuhrovcová.  
Předsedou KRS JMK je Ing. Milan Hemzal.

### ČESKÉ BUDĚJOVICE:

Žižkova 12/309, telefon: 387 718 313  
E-mail: [Jc.rscr@seznam.cz](mailto:Jc.rscr@seznam.cz)  
Úřední hodiny: úterý, středa vždy 9–13 hod.  
Před. KRS JČK je JUDr. Bohumil Bezemek.

### HRADEC KRÁLOVÉ:

Dům odborových služeb,  
Gočárova 1620 – kancelář 405  
Telefon: 495 521 048  
E-mail: [poradna.hradec.kr@rscr.cz](mailto:poradna.hradec.kr@rscr.cz)  
Vedoucím regionálního pracoviště je  
JUDr. Vladimír Neškudla.  
Předsedkyně KRS HK je Ing. Růžena Rýglová.

### KLADNO:

Náměstí Sítná 3106, 1. patro  
Telefon: 739 944 655 v úřední hodiny  
Úřední hodiny: čtvrtek 13–16 hod.  
E-mail: [rs.kraj@seznam.cz](mailto:rs.kraj@seznam.cz)  
Předsedou KRS SČK je Miloslav Vajs.

### OSTRAVA:

Dům odborových služeb, U Tiskárny 578/1, 3. patro  
Telefon: 596 104 221–2, 723 697 356, Ing. Karel Žák  
Právní poradna – Mgr. Sonja Brlohová, tel. 737 106 451  
Úřední hodiny úterý a středa 13–17 hodin  
E-mail: [poradna.ostava@rscr.cz](mailto:poradna.ostava@rscr.cz)  
Vedoucím regionálního pracoviště je Ing. Oldřich Pospíšil.  
Webové stránky krajské Rady MS kraje:  
[www.ms-seniors.cz](http://www.ms-seniors.cz)  
Předsedou KRS MSK je Ing. Pavel Gluc.

### PLZEŇ:

Právní poradenství starobním důchodcům:  
Tomanova 5, 4. poschodí, každý čtvrtek od 15 do 17 hodin.  
Objednávky předem jsou možné na tel. čísle: 377 421 619  
každé pondělí v době od 14 do 17 hod. a každou středu  
od 9 do 12 hod.  
Předsedou KRS PK je  Joheec.

### ZLÍN:

Kvítková 4323, telefon: 606 171 503  
E-mail: [rscr.zlin@seznam.cz](mailto:rscr.zlin@seznam.cz)  
Návštěvní hodiny: pondělí 10–12 hod.  
Předsedkyně KRS ZK je Iva Pilková.

**DALŠÍ ČÍSLO DS  
VYCHÁZÍ  
28. ÚNORA 2020**

## HLEDÁTE VY NEBO VAŠI ZNÁMÍ MARNĚ DOBU SENIORŮ VE SVÉM OKOLÍ?

Napište nám, odkud jste a kde časopis nemůžete sehnat,  
pokusíme se časopis v okolí vašeho bydliště zajistit! Psát  
můžete na e-mail [dobaseniору@rscr.cz](mailto:dobaseniору@rscr.cz).



**NADACE ČEZ**

**Časopis Doba seniorů podporuje Nadace ČEZ**

Redakce časopisu Doba seniorů poskytuje informace nutné pro odeslání výhry – tedy jméno a příjmení a korespondenční adresu společností, které výhry dodávají a rozesílají. Jiné údaje o čtenářích nevidujeme ani je, s výjimkou popsaných situací, neposkytujeme. Pokud spolu s odpověďmi na soutěžní otázky, křížovky či sudoku své údaje zašlete, vyjadřujete tím souhlas s jejich poskytnutím a s tím, že s nimi bude naloženo podle výše popsaného postupu.

Šéfredaktor Ing. Lenka Desatová. Adresa redakce a inzerce: Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3-Žižkov, e-mail: [dobaseniору@rscr.cz](mailto:dobaseniору@rscr.cz). Kontakt výlučně pro inzerci: [obchod@reflexadvertising.cz](mailto:obchod@reflexadvertising.cz). S redakcí se můžete také spojit prostřednictvím pražské poradny RS ČR. Vydává Rada seniorů ČR ([www.rscr.cz](http://www.rscr.cz)). Grafická úprava: Jiřina Kašiová. Tisk: Triangl, a. s. Rozšiřují PNS a Česká pošta, předplatné společnost Digital – ICT, s. r. o., Do Čertous 2622/14, Hala A7, Praha 9-Horní Počernice, tel.: **234 092 851**, e-mail: [dobaseniору@predplatne.cz](mailto:dobaseniору@predplatne.cz). Registrace MK E 16412, ISSN 1801-5859. Články vyjadřují názory autorů a nemusejí být totožné s názorem redakce. Nevyžádané texty a fotografie se nevracejí.



KRAJSKÁ RADA SENIORŮ  
STŘEDOČESKÉHO KRAJE SPOLU SE  
STŘEDOČESKÝM KRAJEM  
ORGANIZUJÍ

## 8. ROČNÍK BĚHU MÍRU KLADNO-LIDICE

*pod záštitou děkana fakulty  
biomedicínského inženýrství ČVUT*

VYZÝVAJÍ I OSTATNÍ KRAJE,  
ABY SE VE STEJNÝ DEN  
ZAPOJILY DO AKCE S NÁZVEM

# BĚŽÍME PRO LIDICE

6/6/2020  
v 10:30 hod.

VÍCE INFORMACÍ NAJDETE NA STRANĚ 4  
A NA WEBU RADY SENIORŮ  
**WWW.RSCR.CZ**

<http://www.rscr.cz/2020/01/bezime-pro-lidice/>