

DOBA seniorů

č. 2 / XII. ROČNÍK ÚNOR 2016 18 Kč

Cena v předplatném 16 Kč

EVA Pilarová

Dáma, která zpívá,
vaří, ale také fotí!

| 16

04

AKTUÁLNÍ TÉMA

Valorizace:
bude mít vláda
volnější ruce?...

20

SERIÁL DS

Cibulák dostal
své jméno
omylem!

06

PREMIÉR BOHUSLAV SOBOTKA:

POVAŽUJI ZA SPRÁVNÉ, ABY Z RYCHLEJŠÍHO
RŮSTU EKONOMIKY MĚLI PROSPĚCH I SENIOŘI!



VÁŽENÍ ČTENÁŘI, MILÍ SENIOŘI,

hodně jsme se loni věnovali problematice valorizace penzí, protože už od jara Rada seniorů upozorňovala na fakt, že hrozí pro rok 2016 valorizace velmi nízká. Což se nakonec bohužel potvrdilo. Když se ministryni práce a sociálních věcí nepodařilo přesvědčit vládu, aby schválila valorizaci ve výši 1,8 % a z vlády zazněl návrh na jednorázový příspěvek 600 Kč, bojovala Rada seniorů za to, aby příspěvek byl rozhodně vyšší. Povedlo se. Nicméně... Po celou tu dobu a ještě dlouhá léta před tím volala Rada seniorů po koncepční změně. Žádá, aby se stav valorizace vrátil před reformu exministra Drábka. Bojuje za to, aby vláda neměla svázané ruce a mohla důchody valorizovat nad zákonem stanovenou hranici tak, aby valorizace byla důstojná a příjmy důchodců zajišťovaly klidný život na zaslouženém odpočinku. Nyní se konečně zdá, že požadavek Rady seniorů bude vyslyšen, alespoň částečně. O tom je nejen dnešní aktuální téma,

ale také rozhovor, který Době seniorů poskytl premiér ČR Bohuslav Sobotka.

Víte, že se dá studovat i ve velmi pozdním věku? Klidně i s devíti křížky na krku? Materiál z Centra celoživotního vzdělávání je toho jasným důkazem. A pokud nechcete studovat, ale třeba jen něco tvořit ve volných chvílích, zkuste omalovánky pro dospělé. Seznámí vás s nimi ve svém materiálu Eva Procházková.

Seriál Doby seniorů zamířil tentokrát za fenoménem jménem cibulák. Věděli jste, že toto nádobí můžete s klidem dát do myčky i mikrovlnné trouby? A tušíte, že jméno cibulák vzniklo vlastně tak trochu omylem? To vše vysvětlíme v dnešním díle.

Nechybí samozřejmě ani oblíbené a užitečné poradny. Takže nezbývá, než se pustit do čtení!

Příjemné chvíle u nového časopisu přeje
Lenka Desatová

03 DS

- 03 Senior měsíce
- 09 EURAG
- 12 Recenze
- 14 Reportáž
- 31 Adresář poraden RS ČR v krajích
- 31 Připravujeme

04 NA AKTUÁLNÍ TÉMA

- 04 Valorizace penzí – co se chystá na MPSV
- 06 Bohuslav Sobotka – Rozhovor

08 ZE ŽIVOTA KRAJŮ

- 10 Seminář o seniorech
- 11 Oslava narozenin nejstarších studentů CCV
- 11 Kroužek pro děti a klub nejen pro seniory

13 TIPY NA VÝLETY

Tipy na výlety a zajímavé akce

16 ROZHOVOR MĚSÍCE

Eva Pilarová

20 SERIÁL

2. díl – Cibulák

22 BEZ ČEKÁRNY

- 22 Bytové poradenství
- 23 Bytové poradenství
- 24 Klub zdravé výživy
- 25 Veterinární poradna
- 26 Kosmetika
- 27 Sociální poradenství

28 SOUTĚŽE

- 28 Sudoku
- 28 Básnička
- 28 Vtipy
- 29 Velká křížovka

30 TRIBUNA ČTENÁŘŮ

Dopisy

OSMDESÁTNÍK, KTERÝ VELÍ PLZNI

Nestává se často, abychom do této rubriky zařazovali funkcionáře Rady seniorů, byť by si to zcela jistě zasloužili. Šéf Krajské rady Plzeňského kraje Leoš Jochec však nedávno oslavil úctyhodných osmdesát let, a tak jsme se rozhodli věnovat tentokrát rubriku Senior měsíce právě jemu. Jako poděkování za jeho dosavadní práci a u příležitosti jeho významného jubilea.

Byla jsem ráda, že si ve svém nabitém diáři Leoš Jochec udělal chvilku, aby zodpověděl mé dotazy. Aktuálně totiž připravuje slavnostní událost, která proběhne 14. dubna na krajském úřadu v Plzni. Hejtmán kraje Václav Šlajs



na ní odmění 26 seniorů z organizací celého kraje. Jména oceněných navrhl právě Leoš Jochec a jak dodává, uskuteční se něco podobného poprvé za dobu jedenáctileté historie Krajské rady Plzeňského kraje.

Ví moc dobře, o čem mluví, protože sám stál u zrodu Krajské rady v roce 2009 a od té doby pro ni pracuje. Na ustavující konferenci byl zvolen do předsednictva, pomyslné vlády nad krajem se tehdy ujal František Hála.

Ještě devět let předtím však oslovil své bývalé kolegy s myšlenkou založit Klub veteránů 11. tankového pluku v Plzni. Ta se mu podařila realizovat o rok později, kdy byl na ustavující schůzi Klubu zvolen jeho předsedou a je jím dodnes. Proč se v klubu a seniorském hnutí vůbec angažuje? „To je prosté. Práci pro seniory považuji za prospěšnou pro ce-

lou společnost,“ praví s úsměvem a pokračuje: „**zastávám teorii, že plnohodnotná úplná rodina je základem státu a společnosti a do této rodiny patří rodiče, děti i prarodiče. Život nekončí odchodem do důchodu. Naopak! Důchodci mají čas a možnosti, samozřejmě podle svého zdravotního stavu, realizovat svoje koníčky a být stále prospěšní, a to jak v rodině, tak ve společnosti. Otázkou je, jak to každý jedinec dokáže realizovat a jestli vůbec chce.**“

Žezlo Krajské rady převzal v roce 2013. Byl zvolen do čela na konferenci. Dodejme jen, že František Hála, jemuž bylo v té době bezmála devadesát let, již o předsednické křeslo neusiloval. Na otázku, jakých úspěchů podle něj Krajská rada v Plzni dosáhla, praví nejprve se skromností jemu vlastní, že neví. Teprve po chvíli přemýšlení říká: „**Za úspěch lze jistě považovat založení Městské rady seniorů v Domažlicích. Zvláště proto, že se dále úspěšně rozvíjejí. Dnes má již 11 organizací s necelou tisícovkou členů. Dokázali jsme se také prosadit do povědomí magistrátu a hlavně krajského úřadu, což je pro naši práci velmi důležité. Bezproblémové vztahy s oběma institucemi považuji za podstatné, a tedy i za náš úspěch.**“

Leoše Jochece velmi mrzí, že se zatím nedaří zakládat další městské rady v bývalých okresních městech. Problémem je neochota seniorů stoupnout si do čela... A velkou roli hrají rovněž finance.

Pan Jochec však věří, že se v budoucnu i toto dílo podaří. „**Chceme dále rozšiřovat vliv Rady seniorů v našem kraji, rozšiřovat naši základnu o nové členy, ale i organizace a spolky a do konce letoš-**

ního roku bychom chtěli založit Městskou radu v Plzni,“ doplňuje.

Co Krajská rada pod jeho vedením chystá pro letošní rok? „**Je toho spousta, ale z větších akcí mohu jmenovat Sportovní hry seniorů Plzeňského kraje, které jsou plánovány na 21. 5. 2016, před volbami určitě pozveme seniory na Kulatý stůl s politiky, kteří se budou ucházet v našem kraji o jejich přízeň. Ten se uskuteční 20. září v zasedací síni KÚ. O týden později pak ve velkém sálu Besedy tradičně oslavíme Mezinárodní den seniorů. Podílet se hodláme i na oslavách 700. výročí narození Karla IV., připravujeme akce se seniory partnerského města Plzně Regensburgu a hodláme také začlenit naše organizace a členy do aktivit Mezigeneračního centra v Plzni,**“ jmenoval největší akce během listování v diáři.

EXTRA INFO

Jméno a příjmení: Leoš Jochec

Narozen: *19. 1. 1936

Rodina: manželka – jedna již 54 let – dva synové, dvě vnučky a dva vnuci.

Zájmy: hudba, divadlo, četba, turistika, plavání a také fotbal, je velkým fandou Viktorie Plzeň

Vitalitu a energii, elán a nadšení by mu mohli závidět i mnozí mladí lidé. My jsme závěrem Leoši Jochece popřáli nejen, aby se všechny plány Krajské rady seniorů podařilo realizovat ke spokojenosti všech. Ale také v souvislosti s jeho narozeninami pevné zdraví a rodinnou pohodu.

Lenka Desatová

Foto: autorka

VALORIZACE PENZÍ

– CO SE CHYSTÁ NA MINISTERSTVU PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

V únoru dostali důchodci jednorázový příspěvek, jehož výši Rada seniorů svými razantními kroky v loňském roce výrazně ovlivnila. Předseda Rady seniorů v této souvislosti poznamenal, že jsme v dané situaci dosáhli asi maximum možného, nicméně spokojenost v organizaci rozhodně nevládla. Hlavním cílem Rady seniorů bylo totiž změnit celý výpočet pro valorizaci penzí. A tento úkol zůstává.



Mysleli jsme si, že požadavek na návrat výpočtu valorizace penzí alespoň do doby před reformu exministra Drábka současná vláda pochopí a záhy po začátku své existence učiní. Pokud by se tak totiž skutečně stalo, nemohlo by dojít k tomu, že příjemci penzí dostanou v letošním roce navíc pouze ostudných 40 Kč... Pak se hrozící požár nespokojenosti hasil – řečeno slovy prezidenta ČR – jakousi žebračenkou ve formě jednorázového příspěvku. Jeho výši Rada seniorů sice výrazně ovlivnila, nicméně upozorňuje, že argumenty některých členů vlády, že tím v podstatě důchodci dostanou měsíčně navíc 140 Kč, nejsou úplně fér. Jaksi už totiž zapomínají dodat, že peníze z jednorázového příspěvku se nezapočítávají do základu penzí, z nichž se vypočítává následná další valorizace...

Argumenty vlády, proč nevrátí-la výpočet valorizace penzí podle

požadavků RS ČR, až dosud byly, že problematiku penzí je třeba řešit komplexně a napříč politickými stranami. To je argument logický a chvályhodný. Nicméně... Je to běh na dlouhou trať a smysluplná dlouhodobá koncepce, pro niž by byla široká politická podpora, ještě nějakou dobu potrvá. A co do té doby?

Vláda si to pravděpodobně uvědomila také a začíná konat. Ministerstvo práce a sociálních věcí aktuálně připravuje úpravy mechanismu zvyšování důchodů a právě při nízké valorizaci se navrhuje zmocnit vládu ve třech variantách důchody zvýšit více, než je současné zákonné maximum.

Původně rozeslalo ministerstvo k připomínkování materiál, který pracoval s tím, že při nízké valorizaci by vláda měla možnost ve třech variantách důchody zvýšit více než je současné zákonné maximum. První

variantou bylo **zavedení institutu jednorázového příspěvku**, který by byl poskytován ve stejné výši všem příjemcům důchodů. Výše jednorázového příspěvku byla navrhována až na dvanáctinásobek rozdílu mezi částkou odpovídající zvýšení průměrného starobního důchodu o 1,7 % a částkou odpovídající zvýšení skutečně realizovanému zvýšení průměrného starobního důchodu. K výplatě



jednorázového příspěvku by mohlo dojít pouze v případě, že by zvýšení u průměrného starobního důchodu bylo nižší než 1,7 %, tedy vypočtená výše jednorázového příspěvku by byla kladná.

Druhá varianta hovořila o stanovení minimálního zvýšení u průměrného starobního důchodu – zvýšení procentní výměry vyplácených důchodů až o tolik procent, aby u průměrného starobního úhrn částky zvýšení základní výměry důchodů a částky zvýšení procentní výměry důchodů činil 1,7 %, pokud by zvýšení procentní výměry vyplácených důchodů stanovené podle § 67, odst. 8 zákona č.155/1995 Sb., o důchodovém pojištění bylo nižší.

Třetí varianta mluvila o stanovení minimálního zvýšení u individuálního důchodu – při zvyšování důchodů by byla garanto-

vána minimální částka zvýšení každého individuálního důchodu tak, aby úhrnné zvýšení tohoto starobního důchodu nebylo nižší, než odpovídá minimální částce, maximálně pak zvýšení průměrného starobního důchodu o 1,7 %.

Rada seniorů své stanovisko odeslala (více se dočtete na webových stránkách www.rscr.cz).

AKTUÁLNÍ STAV

Přesně za týden po ukončení připomínkového řízení k věcnému záměru “navrhovaných změn ve způsobu zvyšování důchodů” vyhlásilo ministerstvo práce a sociálních věcí připomínkové řízení druhé. V něm už ministerstvo práce a sociálních věcí pracuje s jedinou variantou, a to **stanovení minimálního zvýšení u průměrného starobního důchodu** – zvýšení procentní výměry vyplácených důchodů až o tolik procent, aby u průměrného starobního úhrn částky zvýšení základní výměry důchodů a částky zvýšení procentní výměry důchodů činil 1,7 %, pokud by zvýšení procentní výměry vyplácených důchodů stanovené podle § 67, odst. 8 zákona č.155/1995 Sb., o důchodovém pojištění bylo nižší.

REAKCE RADY SENIORŮ

Rada seniorů **navrhovanou snahu vítá**, s ohledem na stav díkce zákona před takzvanou Drábkovou reformou z roku 2011, která se plně neakceptuje, ji ale považuje za nedostatečnou. V této souvislosti stále žádá, aby vláda mohla penze valorizovat nad takzvané zákonné minimum podle svého uvážení a odpovědnosti.



A to bez zákonných limitů a omezení, jak se dnes navrhuje. Tím by vláda opětovně měla mít možnost řešit nespravedlnosti současného penzijního systému – například problém starodůchodců a novodůchodců, problém důchodců s nízkými penzemi a podobně. Nesouhlasíme s vysvětlením, že by valorizace mohla být zneužita před volbami jako populistický krok. Dlouhá léta vláda tuto možnost měla a nikdy zneužita nebyla.

Rada seniorů rovněž navrhuje zrušit nastavenou vazbu základní výměry důchodů na 9 % průměrné měsíční mzdy v národním hospodářství. Pod-

EXTRA INFO

Aktuální valorizační schéma

vzorec 100% inflace + 1/3 reálných mezd – zákonem určené minimum

Situace před Drábkovou reformou

Vláda měla možnost nad zákonné minimum navýšit neomezeně. A to jak u základní, tak i procentní výměry. Tento mechanismus se osvědčil a byl využíván při řešení nedokonalostí penzijního systému, to dnes není možné, a to ani po navrhovaných úpravách.

le názoru Rady seniorů je zachování automatické indexace základní výměry systémově chybné, neboť znemožňuje vládě vykompenzovat růst životních nákladů důchodců s nízkými penzemi a současně prostřednictvím valorizace řešit také další aktuální problémy současného penzijního systému. Dále pak navrhujeme zrušit zápočet záporného růstu reálné mzdy ve vzorci výpočtu valorizace penzí. Pro zachování mezigenerační spravedlnosti postačuje původní díkce zákona – tedy do výpočtu valorizace zakalkulovat pouze meziroční růst, nikoliv meziroční pokles reálné mzdy.

V každém případě je úprava mechanismu valorizací penzí něčím, po čem Rada seniorů volá již dlouhou dobu.

Lenka Desatová

Foto: autorka



PREMIÉR ČR BOHUSLAV SOBOTKA: „POVAŽUJI ZA SPRÁVNÉ, ABY Z RYCHLEJŠÍHO RŮSTU EKONOMIKY MĚLI PROSPĚCH I SENIOŘI.“

Od chvíle, kdy padla pravicová vláda premiéra Petra Nečase a po následných volbách se vlády ujal kabinet Bohuslava Sobotky, snaží se Rada seniorů přesvědčit stávající vládu, aby napravila křivdy z let vládnutí pravice a samozřejmě neustále, jak je jejím posláním, bojuje za lepší životní podmínky seniorů v ČR. S některými svými požadavky Rada seniorů uspěla poměrně rychle – jako příklad uveďme třeba zrušení poplatku v nemocnicích a u lékaře.

Někde se tolik nedaří, jako v případě změny mechanismu valorizace penzí. Nyní se zdá, že svítá seniorům naděje na změnu. Podle informací RS ČR se ministerstvo práce a sociálních věcí touto problematikou zabývá na pokyn samotného premiéra. Proto je hostem dnešního rozhovoru na aktuální téma právě Bohuslav Sobotka.

PANE PREMIÉRE, KDYŽ SOCIÁLNÍ DEMOKRACIE VYHRÁLA VOLBY, DOUFALA RADA SENIORŮ ČR, ŽE JEDNÍM Z KROKŮ, KTERÝ NOVÁ VLÁDA UDĚLÁ, BUDE ZMĚNA VÝPOČTU VALORIZACE PENZÍ. POSLEDNÍ ÚPRAVA Z DÍLNY PRAVICOVÉHO EXMINISTRA DRÁBKŮ ZPŮSOBILA REÁLNÝ POKLES KUPNÍ SÍLY SENIORŮ. TENTO KROK ALE PLNOHODNOTNĚ NEPŘÍŠEL, KROMĚ ÚPRAVY TŘETINOVÉ NA STOPROCENTNÍ INDEXACI CPI SE NEZMĚNILO NIC. A VÝSLEDKEM JE 40 KČ MĚSÍČNĚ PRO ROK 2016... JE PRAVDOU, ŽE MPSV PŘIPRAVUJE ÚPRAVY MECHANISMU ZVÝŠOVÁNÍ DŮCHODŮ PŘI NÍZKÉ VALORIZACI NA VÁŠ

POPUD? POKUD ANO, CO VÁS K TOMUTO KROKU VEDLO?

Když jsme před dvěma lety přebírali vládní odpovědnost, jedním z našich hlavních cílů bylo zrušit chybná opatření bývalých vlád, která decimovala život seniorů. Jsem rád, že po dvou letech se nám podařilo splnit řadu závazků v této oblasti. Obnovili jsme zmrazenou valorizaci penzí. Znovu jsme zavedli daňové slevy pro pracující důchodce. Prosadili jsme nižší DPH na léky a zdravotnické pomůcky. Zrušili jsme nespravedlivé zdravotnické poplatky, které vytahovaly peníze z kapes důchodců. Zastavili jsme Drábkův druhý důchodový pilíř, který byl slepou uličkou v rámci důchodového systému.

Nyní jsme se rozhodli pro zásadní změnu výpočtu valorizace penzí. Jasně se ukázalo, že stávající model, navázaný na inflaci, není udržitelný. Čtyřicet korun, o které se dle tohoto modelu měly důchodcům zvýšit letošní penze, nepovažuji za důstojnou částku. Právě proto sociální demokracie prosadila ve vládě a Parlamentu mimořádný jednorázový příspěvek 1200 korun, který do-

stal každý důchodce v únoru letošního roku. Jde o snahu kompenzovat nedostatečnou valorizaci.

Považuji za správné, aby z rychlejšího růstu ekonomiky měli prospěch i senioři. Další krok už musí být systémová a dlouhodobě udržitelná změna ve valorizačním mechanismu penzí. Tento úkol jsem uložil ministerstvu práce a sociálních věcí. Paní ministryně Marksová se nyní intenzivně zabývá parametry této změny ve spolupráci s Potůčkovou odbornou důchodovou komisí, sociálními partnery i odbornými organizacemi.

TO, CO SE LONI DĚLO KOLEM VALORIZACE PENZÍ, MI PŘIPADÁ, NEZLOBTE SE, JAKO VELMI NEDŮSTOJNÁ TAHANICE A LIDÉ, KTERÍ PRO TENTO STÁT ODPRACOVALI 40 A VÍCE LET, SE ČASTO CÍTÍ JAKO TI, CO VYSÁVAJÍ STÁTNÍ ROZPOČET, A TO URČITĚ V POŘÁDKU NENÍ. TEĎ MÁM NA MYSLI DOHADY A TAHANICE KOLEM JEDNORÁZOVÉHO PŘÍSPĚVKU DŮCHODCI A JEHO VÝŠI. JAKÝ NA TO MÁTE NÁZOR?

Pravicová opozice ve Sněmovně pracuje s úpornou snahou zastavit

či alespoň zbrzdit důležitá sociální opatření, které předkládá koaliční vláda. V důsledku těchto obstrukcí nebylo bohužel možné zahrnout jednorázovou kompenzaci už do důchodů v prosinci loňského roku. Koalice ale využila těchto obstrukcí k dohodě na navýšení příspěvku na 1200 korun. Jsem velmi rád, že se nám podařilo toto důležité opatření v Parlamentu i přes velký odpor opozice úspěšně schválit.

UVEDL JSTE, ŽE JSTE SE ROZHODLI PRO ZÁSADNÍ ZMĚNU VÝPOČTU VALORIZACE PENZÍ. JAK TA ZMĚNA VYPADÁ?

Nyní se soustředíme na změnu valorizačního mechanismu, aby vláda měla prostor operativně reagovat, pokud by standardní valorizace vycházela příliš nízko. Chceme změnu, která ideálně umožní zvyšovat penze nad rámec vývoje inflace a 1/3 růstu mezd, takže je bude moci svým rozhodnutím zvýšit až o 1,7 %. Ministerstvo práce a sociálních věcí se jednotlivými parametry intenzivně zabývá a věřím, že se nám v koalici povede dohodnout na modelu, který bude vůči seniorům spravedlivý a dlouhodobě udržitelný pro státní rozpočet i důchodový systém.

RADA SENIORŮ CHÁPE, ŽE PENZE A JEJICH PROBLEMATIKU JE TŘEBA ŘEŠIT KOMPLEXNĚ A ČEKÁ SE NA DOPORUČENÍ DŮCHODOVÉ KOMISE. NICMÉNĚ MÁME V TÉTO ZEMI ZHRUBA STO OSMDEŠÁT TISÍC SENIORŮ, JEJICHŽ PENZE JSOU POD HODNOTOU SPOTŘEBNÍHO KOŠE ZÁKLADNÍCH ŽIVOTNÍCH POTŘEB. UŽ S OHLEDEM NA NĚ BY BYL DOBRÝ NĚJAKÝ MINIMÁLNÍ DŮCHOD, KTERÝ V ČESKÉM PRÁVNÍM ŘÁDU STÁLE CHYBÍ. SOUHLASÍTE?

Chceme se nyní plně soustředit na kroky, které již činíme, tedy stabilizaci důchodového systému, především prvního pilíře a dále změnu mechanismu valorizace penzí. Návrh minimálního důchodu není aktuálně na stole. Důchod není totéž, co mzda nebo plat – minimální mzda je nástroj, kterým vláda může do jisté míry korigovat platové poměry na trhu práce, v prostředí, kde je větší

na aktérů soukromých. Důchodový systém je oproti tomu veřejná zodpovědnost, bylo by potřeba dobře vyhodnotit, jak by takový minimální důchod fungoval. Nehledě na to, že pokud by jeho výše byla příliš nízká, měli bychom místo systému zajišťujícího důstojné stáří jen jakousi nárazovou zachytnou síť.

MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ SE SNAŽÍ ŘEŠIT I OTÁZKU DOPLATKŮ NA LÉKY. MINISTR ZA VAŠI STRANU SE NECHAL SLYŠET, ŽE JEHO CÍLEM JE, ABY SE KAŽDÝ OBČAN STARŠÍ 65 LET DOSTAL KE SVÝM LÉKŮM OPTIMÁLNĚ BEZ JAKÉHOKOLIV DOPLATKU. JAKOU ŠANCI NA ÚSPĚCH MÁ TENTO NÁVRH? VIDÍTE ZDE NĚJAKÉ PŘEKÁŽKY?

První velký krok jsme udělali, když jsme zrušili poplatky za léky a lékařskou péči. Snížili jsme rovněž DPH na léky a zdravotnický materiál.

Ministr zdravotnictví má teď za úkol nastavit lepší a transparentnější pravidla pro fungování zdravotních pojišťoven a souběžně s tím nastavit spravedlivý model přerozdělení pojistného, což by právě ve výsledných nákladech na léky mělo přinést potřebné změny. Novelou zákona o pojistném na veřejné zdravotní



pojištění, která k větší spravedlnosti směřuje, se bude vláda zabývat letos v lednu. Vzhledem k tomu, že k němu má výhrady část sociálních partnerů, očekávám, že se k tématu bude chtít vyjádřit i tripartita. Co se týče případných dalších kroků, ministr zdravotnictví pověřil SÚKL, aby pomohl identifikovat účinnost konkrétních opatření, jako jsou ochranné limity na doplatky, v praxi to bude důležitý podklad pro další rozhodování.

POKUD UŽ SE BAVÍME O ZDRAVOTNICTVÍ, RÁDA BYCH SE PŘEPTALA,

EXTRA INFO

Jméno, příjmení, titul:
Mgr. Bohuslav Sobotka

Narozen:
23. října 1971 v Telnici u Brna

Stav: ženatý

Děti: synové David a Martin

JAK MOC PODLE VÁS HROZÍ ZNOVUZAVEDENÍ POPLATKŮ V NEMOCNICI. OBČAS SE OZÝVAJÍ HLASY, ŽE JEJICH ZRUŠENÍ BYLA CHYBA, A TO SENIORY SAMOZŘEJMĚ NENECHÁVÁ CHLADNÝMI...

Sociální demokracie bojovala proti zdravotnickým poplatkům, které zavedla Topolánkova vláda, od samého začátku. Považuji je za nespravedlivé a nefunkční, žádnou regulaci nepřinesly, jen vytahovaly občanům peníze z kapes. Jejich zrušení byl jeden z prvních kroků, který vláda pod vedením sociální demokracie udělala. Jakékoli úvahy o znovuzavedení zdravotnických poplatků se v žádném případě nevedou ani v sociální demokracii, ani v koaliční vládě.

DLOUHO RADA SENIORŮ PROSAZOVALA BEZPLATNÉ OČKOVÁNÍ OSOB STARŠÍCH 65 LET PROTI PNEUMOKOKOVÝM INFEKČÍM. KDYŽ UŽ JEJÍ SNAHA KONEČNĚ DOSPĚLA DO ZDÁRNÉHO KONCE, POJIŠTOVNY ODMÍTÁJÍ HRADIT DRAŽŠÍ, ALE PRO SENIORY DLE DOPORUČENÍ ČESKÉ VAKCINOLOGICKÉ SPOLEČNOSTI ÚČINNĚJŠÍ VAKCINU, A MINISTR ZDRAVOTNICTVÍ STOJÍ ZA POJIŠTOVNAMI. NENÍ TO KONTRAPRODUKTIVNÍ?

Vláda zavedla od září loňského roku bezplatné očkování proti pneumokokům pro seniory, od ledna jsou k dispozici i všechna potřebná pravidla. Cílem tedy bylo, aby toto očkování, které je pro seniory důležité, pojišťovny proplácely. Předpokládám, že pokud se v praxi ukáže problém s fungováním – například že hrazená vakcína je málo účinná – bude to ministr zdravotnictví řešit.

Lenka Desatová

Foto: autorka a archiv B. Sobotky

EURAG V PAŘÍŽI – AKTIVNÍ ČESKÉ VSTUPY

Podzimní zasedání EURAGu se uskutečnilo v Paříži. Zúčastnilo se ho 25 zástupců národních společností pro seniory z 10 zemí Evropy. Zasedání byla výjimečná a pokusím se zodpovědět otázku, v čem:



Nejen proto, že bylo uskutečněno poprvé v novodobé historii EURAGu v tomto překrásném městě, ale hlavně proto, že se jednalo o seniorech na téma „Stárnutí je také zábava“. Hostiteli akce byly francouzské organizace pro seniory „E-Seniors“, „Too young to retire“ a „Old up“. Organizace, které mají dlouholetou zkušenost s prací se seniory. Hosty konference, pořádané na uvedené téma, byli zástupce primátora 4. arrondissementu Paříže, zástupce OSN pro věci seniorů, ale také zástupce Velvyslanectví ČR ve Francii a zhruba 120 účastníků, členů francouzských seniorských organizací oblasti střední Francie a Paříže a další. Bylo to úžasné, všichni měli možnost se seznámit s aktivitami hostitelských organizací.

To nejlepší čekalo zájemce v podobě neuvěřitelné prezentace „Memory training“, kterou předvedla v rámci programu konference pod hlavičkou EURAG Memory Training Center generální sekretářka EURAGu, předsedkyně České společnosti pro trénování paměti a mozkový jogging, Ing. Steinová. Zhruba třicet zahraničních posluchačů se zapojilo do akce, kterou Ing. Dana Steinová provádí po celém světě. Výsledkem 90minutové prezentace byl enormní zájem o provádění této akce ve Francii a v jiných zemích, jejichž zástupci se prezentace zúčastnili.

ČEHO JSME DOSÁHLI A O ČEM JSME DISKUTOVALI?

Česká strana přijela s jasným cílem – dosáhnout podpory EURAGu s navrhovaným Zákonem o seniorech v ČR a zejména s jeho částí o financování seniorských organizací ze státního rozpočtu. Generální rada EURAGu souhlasila a podpora byla vyjádřena. Bude předána radě vlády Dr. Z. Pernesem na jejím nejbližším zasedání. Přispěli jsme rovněž referátem o Začlenění seniorů do společnosti, což bylo hlavní téma následné veřejné konference.

Prof. MUDr. Kalvach přednesl návrh na přijetí rezoluce o regulovaném postoji Evropy k přílivu uprchlíků, která by měla být odeslána špičkám EU. České zastoupení tak vyjádřilo svůj postoj k současné situaci v Evropě a vystupovalo zcela jednotně.

V rámci našeho jednání jsme přijali pozvání od společnosti Google France, která nás informovala o spolupráci se společností E-Seniors a o tom, jak taková spolupráce v praxi vypadá. E-Seniors podporují aktivity seniorů prostřednictvím počítačů, přičemž jim nejde o to, aby senioři strávili velký čas před obrazovkou, ale o to, aby to, co uvidí, uměli vyhodnotit, doporučit a zpracovat ve svůj prospěch. Jde jim o docílení plné počítačové gramotnosti i mezi seniory, kteří ne-

mají k této technice mnohdy příliš vřelý vztah. Moderní způsoby komunikace však tyto vědomosti vynucují. Prostě velmi užitečná práce.

Samotná návštěva v paláci Google International Cultural Center byla zážitkem. Centrum má sbírku tisíců elektronicky archivovaných, světově uznávaných malířských děl, která lze díky dataprojekci pozorovat v nejméně detailních detailech. V takových, které jsou prostému oku v realitě nedostupné, nebo ve freskách chrámových budov částečně zakryté.

Francouzská strana využila možnosti představit společnost EURAG jako hlavní organizaci vyvíjející aktivity ve prospěch seniorů. Oba dva dny jednání přinášely pozitivní závěry a otevřely další okruhy aktivit seniorských organizací, které je nutné přenášet do národních organizací pro další využití k jejich aktivitám. Velmi příznivě se v této mezinárodní organizaci projevuje, že český viceprezident i česká generální sekretářka dodávají jednáním razanci a správný vektor k prospěchu společnosti.

Prof. MUDr. Pavel Kalvach
– zástupce Rady Seniorů ČR

Miloslav Vajs
– vice-prezident EURAG a zástupce SDČR

Foto: autoři

SEMINÁŘ O SENIORECH

V budově Krajského úřadu Libereckého kraje se pod záštitou poslankyně Jany Hnykové a náměstkyně hejtmana Libereckého kraje Mgr. Lenky Kadlecové uskutečnil seminář s velmi zajímavým názvem – Senioři budoucnost a současnost.

Na takové akci jsme samozřejmě nemohli chybět. Cestu si na něj našli nejen zástupci z řad seniorů, ale také mnoha seniorských a proseniorských organizací a zařízení pro seniory. Zájem byl opravdu velký, takže sál byl naplněný téměř do posledního místečka.

Přítomné nejprve přivítala paní poslankyně Hnyková, která se sociální problematikou zabývá dlouhodobě a od doby, kdy působí v poslanecké sněmovně, často spolupracuje s Radou seniorů.

Po ní se ujala slova předsedkyně Krajské rady seniorů Libereckého kraje Miroslava Palečková, která seznámila všechny s posláním, úkoly i činnostmi organizace a mluvila také na téma senioři a vzdělávání.

Na ni navázal poslanec Jaroslav Zavadil – předseda Výboru pro sociální politiku Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR. Ten hned v úvodu uvedl, že pohled na seniory je dvojitý. A to buď optikou, že je to část společ-

Předseda Odborné důchodové komise Prof. PhDr. Martin Potůček CSc., MSc. zahájil své vystoupení slovy, že o reformě důchodového systému se mluví už od roku 1989 a že je to v podstatě nekonečný příběh, kdy jedna vláda něco prosadí a druhá to vzápětí zruší. A posloužil příkladem II. pilíře. On sám vidí kvalitní reformu takovou, která zajistí důstojný život seniorů, podpoří zásluhovost. Pak popisoval podrobně, jaké má komise složení, což dokazoval jako snahu najít pro případnou reformu širokou podporu napříč politickým spektrem. Vysvětloval rovněž, jaké jsou její úkoly i cíle a jaké výstupy od ní již vláda dostala. A doplnil, na čem bude pracovat i nadále v dalším období své činnosti. Na otázku, jak vnímá často



diskutovaný schodek důchodového účtu, odvětil. „Těch problémů je více, ale pokud mám zmínit jednu výraznou disproporci – a upozorňuji na ni často, tak je třeba vidět, že zatímco za lidi, kteří jsou třeba nezaměstnaní nebo s dětmi na mateřské dovolené platí stát zdravotní pojištění, sociální pojištění za ně neplatí. A tady vzniká disproporce.“

O sociálních službách v Libereckém kraji i o tom, kolik na ně přispívá samotný kraj, hovořila Mgr. Lenka Kadlecová. Zcela jiným tématem se

zabýval předseda Rady seniorů Dr. Zdeněk Pernes, který mluvil na téma Zákonu o seniorech, který Rada seniorů vypracovala a snaží se jej prosadit.

nosti, o níž je třeba se postarat, pomáhat a pečovat o ni, anebo jsou to lidé, kteří dokážou pomáhat a mají společnosti stále co dát. Což vzbudilo v sále velký ohlas.

Mimo jiné i s tím, jak se vyvíjel poměr výše průměrného důchodu k výši průměrného příjmu, seznámila přítomné Ing. Iva Merhautová, náměstkyně ministryně práce a sociálních věcí. A dlužno dodat, že čísla to byla velmi zajímavá i z hlediska toho, že ne vždy tento poměr klesal v neprospěch důchodců za vlády pravice... Současný stav je takový, že průměrný důchod je zhruba 42% průměrné mzdy. Co se týče budoucnosti, počítá se samozřejmě se změnami a jakousi reformou příjmů seniorů.

O tom, co se děje aktuálně v poslanecké sněmovně s ohledem na seniory, pak mluvila paní poslankyně Hnyková. Ta pak poděkovala všem přednášejícím i přítomným hostům a slíbila, že se další podobná akce i s ohledem na velký ohlas v Liberci zcela jistě brzy uskuteční.

Po jejím závěrečném slovu však ale mnozí přítomní ještě dlouho mezi sebou i s přednášejícími diskutovali v kuloárech.

Lenka Desatová

OSLAVA NAROZENIN NEJSTARŠÍCH STUDENTŮ CENTRA CELOŽIVOTNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

V nádherných prostorách Pálffyho Paláce proběhla letos tradiční oslava narozenin nejstarších studentů Centra celoživotního vzdělávání. Akce je vždy ukázkou mentálního a fyzického potenciálu současné seniorské populace. Oslavenci jsou živým příkladem toho, jak úspěšně stárnout. Přítomní vždy obdivují jejich věk, vitalitu i kondici.

Letošními oslavenci byly: Jana Mikolášová (1920), Helena Pechlátová (1922), Jaroslava Bartošová (1923), Eva Jindrová (1924), Soňa Rybičková (1925) a Vlasta Heroldová (1925).

Dodejme ještě, že Centrum celoživotního vzdělávání nabízí kvalitní, systematické a cenově dostupné zájmové vzdělávání pro všechny věkové kategorie, především

pak ale pro seniory. Jeho koncepce má výraznou sociální orientaci tím, že nabízí možnost psychické, fyzické a společenské aktivace sociálně znevýhodněným kategoriím obyvatelstva.

Dodejme jen, že centrum oficiálně vzniklo v roce 2005. Tehdy byly spojeny pod jednu hlavičku různé vzdělávací programy, které Ing. Dana Steinová (šéfka Krajské rady seniorů hlavního města Prahy) organizovala na různých místech metropole. Díky renomovaným přednášejícím a kvalitnímu obsahu tematických oborů se dnes do každého semestru zapíše více než 3000 studentů.

Lenka Desatová



Zaplňný Pálffyho Palác



Ing. Dana Steinová

KROUŽEK PRO DĚTI I DOSPĚLÉ

O tom, jak vypadají báječné vztahy mezi generacemi, by mohli vypravovat a možná i vyučovat v Dolních Kralovicích. Jak říká vedoucí kroužku pro děti a dospělé Marie Končelová: „Za 14 let fungování víme moc dobře, jak skvěle spolu generace vycházejí. Z mnoha dětí, které našim kroužkem prošly, jsou dnes rodiče a chodí k nám stále, často i se svými potomky. Žijeme a tvoříme tu vedle sebe – mladí, starí. Čteme z knih, vyrábíme mnoho věcí, podnikáme výlety, slavíme svátky, pořádáme bazárky,

ale také sbíráme hliníkový odpad... Všichni spolu... A za peníze, které získáme z posledních dvou aktivit, zas nakoupíme to, co je zrovna třeba. Svou hodnotu to má pro všechny bez ohledu na věk a pohlaví. A my si toho všichni vážíme.“ My děkujeme za inspiraci pro další podobná zařízení. V dnešní době, kdy si často stěžujeme na špatné vztahy mezi generacemi, je jich velmi zapotřebí.

Lenka Desatová

FRANTIŠEK DOSTÁL – FOTOGRAFIE

V rámci letošních oslav dvacátého výročí vzniku významné kulturní instituce, Českého centra fotografie, dostali ctitelé fotografického umění krásný dárek. Novou publikaci z dílny mistra české fotografie Františka Dostála. Knihu v edici Nejskromnější umění vydalo právě České centrum fotografie. Jako velké překvapení jsou zde poprvé publikovány i ženské akty.



modelky komponuje do přírodních scénérií, kde, jak potvrzují teoretici fotografie, nejvíce vyniká jeho schopnost najít nadčasovou sílu okamžiku.

Černobílá publikace, doprovázená anglickým překladem, vyšla v pevné vazbě s přebalem. Úvod napsal historik fotografie Jiří Šerých. Jednotlivé výtisky jsou číslovány a v blízké době bude tato série doplněna o sběratelské výtisky, které budou opatřeny originálními výtisky.

Více na:

www.ceskecentrumfotografie.cz

Ivan Černý

Foto: Jan Parkman

Na dvě stě šedesátí stránkách tato jedinečná publikace představuje reprezentativní výběr z celoživotního díla jednoho z nejvýznamnějších českých fotografů současnosti. Publikace je rozdělena do jednotlivých tematických celků, které Dostálovo dílo tvoří. Kapitoly jsou komentované zčásti autorem samotným nebo editorem knihy. Zastoupeny jsou zde cykly Letní lidé, Náhodná setkání, Psi příběhy a poprvé je zveřejněna dosud utajovaná kapitola Akty.

Fotografie aktu, které se František Dostál věnoval ve druhé polovině sedmdesátých let minulého století, patří k méně známým segmentům jeho tvorby. Příčinou tohoto důvodu je prostý fakt, že k jejich zveřejnění se dostal až relativně nedávno. Není třeba konspiračních teorií o socialistické cenzuře či nejrůznějších jiných dedukcí, zkrátka, jak říká sám autor, všechno má svůj čas. A ten pravý přišel právě teď. Dostál nepopírá jistotu inspiraci Tarasem Kuščynským, ale na všech jednadvaceti publikovaných aktech ve jmenované knize je patrný jeho osobitý pohled a nápaditost, již je prodchnuta celá jeho tvorba. Svě

EXTRA INFO

CURRICULUM VITAE

František Dostál je takřka jím křtěný vodou z Botiče, potoka v jeho rodných Vršovicích. Světlo světa spatřil ve znamení Raka před osmou hodinou ranní v porodnici u svatého Apolináře 21.7.1938 v Praze. V čase základní školní docházky (mezi léty 1944 – 1953) se již naučil zhotovovat kontaktní pozitivity. Rád maloval a zúčastňoval se s úspěchem kreslířských soutěží – odtud tedy pramení jeho výtvarné vidění, bez kterého se dobrý fotograf neobejde. V době absolvování Vyšší průmyslové školy strojnické v Masné ulici (1953–1957) a při práci s průmyslovým rentgenem poznal tajemství specifické alchymie, lépe řečeno fotochemii a fotografický proces.

První fotoaparát značky Etareta získal v roce 1955 za peníze vydělané při vysazování stromků v Jizerských horách. První honorář za fotografii dostal Dostál v roce 1964 v týdeníku Květy. Poté začal v tisku publikovat pravidelně a s velkým úspěchem byl vítězem v řadě fotosoutěží.

Od roku 1975 rovněž publikuje autorské medailonky, kritické texty, zajímá se i o dějiny fotografie. Za výstavní aktivitu se stal čestným členem mnoha fotoklubů – v Argentině, Brazílii, bývalé Jugoslávii, Německu, Polsku či Velké Británii. Získal řadu čestných titulů a také přes sto cen! Nikdy však i přes lukrativní nabídky nenastoupil na profesionální dráhu fotografa, neboť tvůrčí svoboda mu byla nade vše. Od roku 2003 publikuje mj. i v časopise PHOTOLife, který se později změnil na Československou fotografii, kde se stal členem redakční rady. V roce 2008 začal rovněž spolupracovat s měsíčníkem FOTO Video. V témže roce obdržel cenu Ministerstva kultury ČR za celoživotní přínos amatérské fotografii. V současné době má na svém autorském kontě na dvě desítky publikací, z nichž některé byly oceněny titulem Nejkrásnější kniha roku. Rovněž se František Dostál spolupodílel na patnácti dalších publikacích.

TIPY NA ÚNOR

Kam se vydat v únoru? Vezměte vnoučata na výstavu, užijte si medové odpoledne a určitě si nenechte ujít některou z masopustních veselí.

PROHLÍDKA RENESANČNÍ LITOMYSLE S RYTÍŘEM TOULOVCEM

Čeká vás nenáročná procházka, kde nebudete muset absolvovat žádné velké stoupání či náročné schody. Rytíř Toulovec vám barvitě a zábavně povypráví o bohaté historii města. Uslyšíte příběhy a legendy, ze kterých se vám chvílemi bude až tajit dech. Vydáte se s ním po stopách významných osobností, jež jsou s Litomyšlí neodmyslitelně spjaté (B. Smetana, M. D. Rettigová, A. Jirásek, B. Němcová, O. Zoubek a další).

Uvidíte staré památky, mezi něž patří zámek, který je v seznamu skvostů památek UNESCO. Gotický kostel, barokní klášter, secesní Smetanův dům, Portmoneum, renesanční pivovar a spousta dalších míst, o kterých jste doposud možná neměli ani tušení. Rytíř Toulovec provází denně, včetně zimního období, nedělí i pondělků. Další informace naleznete na stránkách www.rytirlitomysl.cz. ■

CO UMÍ ČEŠTÍ KUTILOVÉ?

Patří domácí kutilství nebo zahrádkaření mezi vaše oblíbené činnosti? Pokud ano, pak si určitě nenechte ujít výstavu s názvem Vivat kutil aneb co svět neviděl, která je otevřená až do 14. února. Najdete na ní celou řadu zajímavých předmětů, které mají původ v období socialistického Československa a pocházejí ze sbírky pana Milana Říhy, majitele Muzea kutilství. Prohlédnete si například různé ruční i elektrické sekačky, malotraktor, motorovou koloběžku a spousta dalších, často velmi netypických, zato kutilsky velmi atraktivních exponátů. Výstavu najdete v Severočeském muzeu v Liberci. ■

KRESLENÁ ČTYŘKA V GALERII

V pražské galerii Gud (najdete ji na Staroměstském náměstí) je až do



21. února prodloužena výstava Tajemství Čtyřlístku, která vznikla u příležitosti šestistého vydání čísla časopisu Čtyřlístek. Jako dětský kreslený komiksový časopis vychází již 46 let, úspěšně tak provází dětstvím několik generací. Pokud to býval i váš oblíbený časopis, nenechte si výstavu rozhodně ujít. A vnoučata vezměte také s sebou, děti se na výstavě zábavnou formou seznámí s hlavními postavami Čtyřlístku a užijí si s nimi spoustu interaktivní zábavy. ■

VÝSTAVA TECHNIKY

Až do 3. dubna máte možnost navštívit v Technickém muzeu v moravské metropoli výstavu Mapa příběhů – Technické dědictví Moravy a Slezska. Na výstavě je k vidění soubor nejzajímavějších památek oborů textil, strojírenství, hornictví, hutnictví, energetika, doprava a potravinářství převážně z Brna, Ostravy, Olomouce, Přerova, Krnova, Frýdku-Místku i dalších moravskoslezských míst. Součástí výstavy je řada přednášek a komentovaných prohlídek. ■

MEDOVÉ ODPOLEDNE

Právě to se koná 27. února a to mezi 13. až 16. hodinou na výstavě Kde se bere med – čekání na jaro. Koná se

v muzeu na zámku Hradiště a více informací k této akci najdete na stránkách www.muzeum-blovice.cz. ■

ZA MASOPUSTEM NEJEN DO KRUMLOVA

Ve dnech 6. až 9. února budou v Českém Krumlově probíhat tradiční masopustní slavnosti. Tato znovuobnovená lidová tradice si získává stále více příznivců. Nese se ve znamení radosti, průvodů masek a samozřejmě také bohatého hodování. V sobotu 6. února se budou masopustní veselice konat také na dalších místech České republiky, mimo jiné můžete zavítat třeba na Slezskoostravský hrad nebo na Ostšovský masopust do Liberce. ■

CHCETE VIDĚT REJNOKY?

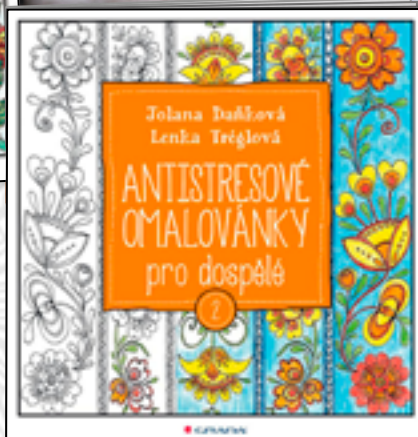
Víte, co je to siba ománská? Seznámení s tímto živočichem je poměrně jednoduché. Jedná se totiž o druh mořského rejnoka a momentálně dvacet těchto podvodních krasavců si můžete prohlédnout v expedici s názvem Zátoka rejnoků, která je otevřená v Zoologické zahradě ve Zlíně. K vidění jsou také největší suchozemští koryši na světě, krabi palmoví, jejichž rozpětí klepet dosahuje úctyhodný metr. ■

Simona Lišková

SENIORŮM PRO RADOST OMALOVÁNKY PRO DOSPĚLÉ

Možná jste je našli pod stromečkem, staly se u nás jedním z hitů loňských Vánoc. Omalovánky pro dospělé. Kdo nevyzkoušel, možná se pousměje, ale relaxaci, odreagování, uspokojení z vlastního díla, které knížечky slibují, dokonale plní.

Odpočínáte si u nich od všudypřítomného stresu, od televize i počítačů, radost vám přinesou obyčejné pastelky. Naše obchody nabízejí více než deset titulů, většinou zahraničních. Máme ale už i české autorky, které se tématu chopily a velmi úspěšně. Ty úplně první v Čechách byly Jolana Daňková a Lenka Tréglová. A právě s výtvarnicí a grafičkou Jolanou Daňkovou jsem si povídala o omalovánkách, které nás tak trochu vracejí do dětství a přinášejí už možná trochu pozapomenutý pocit klidu, štěstí a radosti z vlastního tvoření.



„Ve světě jsou omalovánky populární už několik let, u nás se postupně objevily až v loňském roce. Tehdy mě Lenka oslovila s nápadem, že bychom se mohly o něco podobného pokusit. Znalý jsme se z minulého zaměstnání, věděla jsem, že jsme nalaďeny podobně, rozhodla jsem se, že to zkusíme. Ona napsala texty, já jsem vytvořila obrázky. Tím se naše omalovánky liší od většiny ostatních – jednotlivé obrázky jsou malované ručně, nikoliv zpracované počítačově, a ke každé kapitole patří jeden z milých a hravých fejetonů, které Lenka napsala k jednotlivým téma-

tům. Proto se naše omalovánky na trhu neztratily a je o ně zájem,“ vypráví Jolana Daňková.

V nakladatelství Grada se knížky ujali. Nejprve ji vydali ve velmi malém nákladu, ale byla během týdne vyprodaná. Takže přišly další dotisky a velmi brzy vznikl i druhý díl. Byl to nečekaný úspěch, který obě dámy potěšil i povzbudil.

KRESLENÍ MÍSTO SERIÁLŮ...

Lidé jsou mnohdy už přesyceni televizními seriály, internetem, rádi tvoří. A omalovánky se přímo nabízejí. Člověk ani nemusí umět kreslit, stačí si jen podle nálady vybrat pastelku správné barvy a začít. Každý obrázek je vlastně originál, vždycky se povede a v tom je právě to kouzlo. Někdo chce mít obrázek rychle hotový, může si tedy zvolit dvě barvičky a během několika minut je vybarveno. Jiný se

„piplá“ s každým detailem – prostě podle náтуры. Práce se může kdykoliv přerušit, kdykoliv navázat, nic vás neomezuje.

„Mě vymýšlení obrázků moc baví a líbilo by se mi i pokračovat. Uvidíme, zda zájem neopadne. Maluji po večerech, když uložím malou dcerku spát. Knížka je vlastně takové mé „druhé dítě“ hned po Violce, s níž jsem na rodičovské dovolené. Jako se lidé odreagovávají při vymalování mých obrázků, já se odreagovávám při jejich vytváření,“ pokračuje Jolana Daňková s tím, že je velmi



Společné foto s dcerou a manželem

důležité vybrat správná témata. „V našich omalovánkách jsou květiny, motýli, exotická zvířata... Rok jsem žila a pracovala v Austrálii, proto jsem hned věděla, že jedním z obrázků musí být klokan – ty miluji. A prvotní inspirací mi bylo i aboriginské umění tamějších domorodců, krásná výtvarná zkratka, kterou ve svých malbách využívají.“

Ve druhém díle omalovánek se zaměřila na naši zem – Vánoce, Velikonoce, české tradice, nechybí příroda – louky, potoky, které znala z krajiny českého venkova – ale ani pohádky.

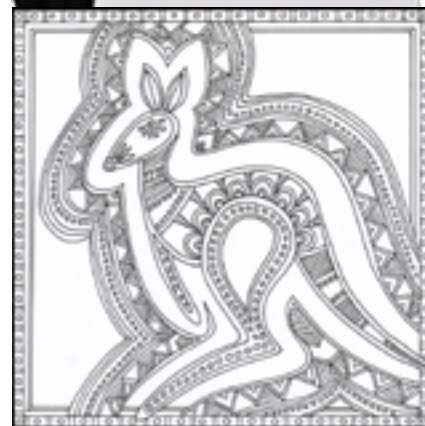
Namalování jednoho obrázku trvá průměrně tak dvě hodiny, zatím jich je v každém díle sedmdesát sedm. Některé jsou „natotata“, jiné daly

autorce pořádně zabrat – takové ty „pro muže“ z kapitoly Stroje – traktory, ozubená kola. „Chtěly jsme, aby si mezi obrázky vybrali i pánové a pár z nich si nás opravdu našlo. Není jich mnoho, ale víme o nich.“

PROTI STRESU

V zahraničí vyšlo už několik studií, které potvrzují, že antistresové a relaxační účinky omalování opravdu mají. V prvním díle české knížky jsou i mandaly, jejich účinky jsou ověřeny staletími. A dámy přidávají i osobní zkušenost – jedné jejich kamarádce v těžkém životním období psychologka doporučila omalovánky...

Jsou omalovánky vhodné pro seniory? „Určitě, mám to vyzkoušené na své babičce, která jimi byla nadšena, bohužel již zemřela. Vím o mnoha seniorech, kteří se jimi baví a vymalovávají s velkou radostí a elánem. Dokonce mám i fotografie z jedné knihovny, kde při akci pro seniory naše omalovánky společně vybarvují a báječně se při tom baví. Jde nejen o radost z vlastního díla, ale i procvičování jemné motoriky a smysluplné využití volného času a myslím, že



Ukázky omalovánek z knihy

harmonie podle vidění a momentální nálady každého. Moc nepřemýšlejte, uvolněte se, nebojte se tvořit!

Jolana s Lenkou přemýšlejí i o dalších projektech, už v létě budou moci nabídnout něco nového, moc se těší. „Bude to krásná letní kniha plná cestování, kterou budou moci zájemci přidat společně s pastelkami do své dovolenkové výbavy, a pro ty, kteří stále rádi korespondují prostřednictvím pohlednic, chystáme pro radost takové, které si budou moci vybarvit a poslat svým přátelům.“

Milí senioři, čtenáři Doby seniorů. Přeju vám, pokud máte naše omalovánky před sebou, abyste se při práci s nimi dobře bavili, a pokud se bojíte a váháte, zkuste to. Nemůžete nic pokazit...“

S autorkou obrázků v omalovánkách pro dospěláky si povídala

Eva Procházková



Z pohádky Ženich pro čertici, kde jsem jako čertice Teofila, která chce za každou cenu sehnat ženicha

těch pozitivních efektů by se našla celá řada,“ ujišťuje Daňková.

Lidé se jí prý často ptají, jak k omalovánkám přistupovat, jaké volit barvy, kolik času jim věnovat. Její rada je jediná – odpoutejte se od reality a nechte se unášet svou fantazií. Co na tom, že koza je bílá? Klidně si ji udělejte třeba fialovou, když vám to udělá radost. Je to váš svět, barevná

EVA PILAROVÁ: ŠLA JSEM SI ZA SVÝM...

Zpěvačka, která patří k legendám naší pop-music, dáma s nezaměnitelným hlasem, obrovským rozsahem i skvělou pěveckou technikou. V loňském roce oslavila 55. výročí své koncertní činnosti, jak jinak, než před vyprodanou Lucernou. Čtyřikrát získala Zlatého slavíka, byla oceněna Medailí za zásluhy. Vydala nespočet hudebních nahrávek, v poslední době se věnuje především jazzu a swingu. Před více než dvaceti lety překonala díky své nezlomné vůli zákeřnou nemoc. Zpívá, věnuje se fotoobrázkům, raduje se ze života.

VEDLI VÁS RODIČE K HUDBĚ, BYLI HUDEBNÍCI?

Tatínek byl krejčí, maminka švadlena, ale hudbu měli oba moc rádi. Brali mě do opery a na koncerty vážné hudby. Jako dítě jsem chodila do hudební školy, učila jsem se hrát na klavír, chodila jsem do pěveckých sborů. A taky jsem hrála na kytaru, na tu mě učili kamarádi. Na klavír dnes už umím zahrát nejvýš Ověčky čtveráky a Poem, s kytarou je to trochu lepší. Dokonce existuje záznam z pražské Lucerny, kde s Waldemarem Matušskou a Karlem Štědrým hrají v písni Mr. Rock a Mr. Roll na kytaru.

PODPOROVALI VÁS RODIČE NA CESTĚ ZA SNEM STÁT SE ZPĚVAČKOU?

Maminka si nepřála, abych byla zpěvačkou, jejím snem bylo mít dceru lékařku. Když jsem chtěla jít po dokončení povinné školní docházky na konzervatoř, maminka nedovolila, prý ať nejprve vystuduji něco pořádného. Byla jsem dost tvrdohlavá, a to mi vlastně zůstalo dodnes. Vzala jsem ji za slovo a po maturitě na čtyřleté Vyšší hospodářské škole jsem se přihlásila na Janáčkovu akademii múzických umění. Dlouho mi pak znělo v uších, jak maminka naříkala, že jediná dcera chce být komediant. Tenkrát ale zasáhl tatínek a podpořil mě. Dlouho trvalo, než se s tím maminka smířila, ale nakonec mi dokonce ušila několik krásných šatů, vyšíváných korálky a flitry, na tehdejší dobu něco nevídaného, co se v obchodech koupit nedalo.

MĚLA JSTE NĚJAKÉ VZORY – ZPĚVÁKY, K NIMŽ JSTE VZHLÍŽELA?

Ano, byli to Nat „King“ Cole, Elvis Presley, Luis Armstrong. Frank Sinatra, Ella Fitzgerald, The Platters. Stále je ráda poslouchám.

VY JSTE V BRNĚ STUDOVALA OPERNÍ ZPĚV. POMOHLA VÁM TO V DALŠÍM PROFESNÍM ŽIVOTĚ? A JAK SE STALO, ŽE STUDENTKA OPERNÍHO ZPĚVU Z BRNA SE STALA ZPĚVAČKOU POPU V PRAZE?

Na škole jsem vydržela necelé dva roky, ale seznámila jsem se tam s hudebníkem Milanem Pilarem, který si přivydělával na studia hraním v kapele Gustava Broma. Představil mě Jiřímu Suchému a Jiřímu Šlitrovi v divadle Semafor a můj život nabral ten správný směr.

ZAČALA JSTE VYSTUPOVAT V SEMAFORU – KDO TAM BYL VAŠÍM NEJLEPŠÍM PARTÁKEM?

Pavla Filipovská, ta si mě „vzala do parády“ a pomohla mi odstranit brněnský dialekt, ale také Waldemar Matuška, Karel Štědrý i Jiří Suchý.

KTERÁ VAŠE SEMAFORSKÁ PÍSNÍČKA POPRVÉ ZAUJALA DIVÁKY A PŘINESLA VÁM POPULARITU?

Zcela jistě písnička „Co je to láska“. Že vám název nic neříká? Není divu, byla známá jako „Kočka není pes“.

ZPÍVALA JSTE V DIVADLE, V ROZHLESE, V TELEVIZI I VE FILMU. CO VÁS NAPADNE, KDYŽ SE ŘEKNE „KDYBY TISÍC KLARINETŮ“?

Moc mě tenkrát mrzelo, že ve filmu jenom zpívám a že mě tam nenechali říct jediné slovo. Až časem jsem si uvědomila, že písničky, které napsali Jiří Šlitr s Jiřím Suchým, byly daleko důležitější.

DUET „JE NEBEZPEČNÉ DOTÝKAT SE HVĚZD“ Z TOHO FILMU ZPÍVÁTE DODNES. A NEJEN S KARLEM GOTTEM. KDO VŠECHNO S VÁMI TENTO SLAVNÝ DUET UŽ ZPÍVAL?

Kromě Karla to byla Leona Machálková, později Vojta Dyk a mladičký, tehdy třináctiletý Tomáš Ringel. S Vojtou Dykem to byl začátek naší občasné spolupráce. Hned po naší první společné zkoušce jsem žasla a jen jsem vydechla: Človče, vy jste zázrak přírody!

Z VĚTŠINY VAŠICH PÍSNÍ SE STALY EVERGREENY, A TO I Z DUETŮ, KTERÉ JSTE NAZPÍVALA S MNOHA SLAVNÝMI ZPĚVÁKY. S KÝM VÁM TO NEJVÍC LADILO?

Nejvíce duetů jsem nazpívala s Waldemarem Matušskou. Než jsme začali spolupracovat, rok jsme se vzájemně poslouchali. Díky tomu jsme pak stejně frázovali, stejně se nadechovali, stejně jsme cítili dynamiku. S naším velkým rozsahem jsme si mohli dovolit hodně experimentovat. Moc ráda vzpomínám i na spolupráci s Karlem Gottem. Duet „Dotýkat se hvězd“ byl u nás označen odborníky za nejlepší duet všech dob. Mám velké štěstí na spolupráci s těmi nejlepšími zpěváky.



► **PĚT LET JSTE VYSÍLALA V ROZHLEASE POŘAD DOBRÉ RÁNO. JAK NA TO VZPOMÍNÁTE, JAK SE VÁM VSTÁVALO?**

Byl to pro mě nervák, jsem zvyklá chodit pozdě spát, ještě v jednu v noci jsem byla vzhůru a budík zvonil už ve tři ráno. Když jsem ale oznamovala posluchačům, že je pět hodin, aby si poslechli zprávy, připadala jsem si nesmírně důležitá.

RECEPTY

Paní Pilarová posílá čtenářům jeden ze svých oblíbených receptů.

KANČÍ ŠPÍZ S OMÁČKOU HAWAII

400g svíčkové, 200g anglické slaniny, 200g vepřových jater, 8 cibulí, 4 barevné papriky – žlutá, oranžová, červená, zelená, 2 bobkové listy, 4 lžíce panenského olivového oleje, koření na zvěřinu, sůl

Maso nakrájíme na plátky o velikosti 2 × 2 cm a zhruba ½ cm silné, přidáme olej, koření, dochutíme troškou soli, vložíme bobkové listy, promícháme a necháme alespoň 2 hodiny odležet. Slaninu, játra a papriku nakrájíme na stejné velké kousky jako maso, cibuli nakrájíme na ½ cm silná kolečka. Na jehly napichujeme střídavě maso, cibuli, slaninu, játra a papriku pevně k sobě, dokud nebude jehla plná. Jednotlivé jehly zabalíme opatrně do alobalu, dáváme pozor, abychom alobal nepropíchl. Upečeme ve vyhřáté troubě. Správně upečená porce je taková, kdy maso je už měkké a štáva se zcela nevypekla. Proto po 35 minutách začneme jehly průběžně opatrně kontrolovat, aby vypečená štáva nevytekla. Jehly podáváme na talíři v alobalu, každý stolovník se s tím vypořádá sám. Podáváme s chlebem a omáčkou Hawaii.

OMÁČKA HAWAII

Majonéza Hellmann's – sklenice 250 ml, 6 stroužků česneku, objemově stejné množství čerstvého zázvoru, sůl.

Česnek a zázvor nastroháme na jemném struhadle a smícháme s majonézou. Dle chuti můžeme majonézu přisolit. Takto ochucená majonéza je překvapivě chutná.



DÍKY TOMUTO POŘADU VZNIKLA I VELMI MILÁ KNÍŽKA VAŠICH VZPOMÍNEK NA KOLEGY „DOBRÉ RÁNO“. S KÝM BYLA NEJVĚTŠÍ LEGRACE?

Vždy s Karlem Gottem. Skvěle jsem se v jeho přítomnosti bavila ještě v říjnu, kdy jsme se společně fotili. Proto mne ani náhodou nenapadlo, že by snad nebyl zdrav.

MĚLA JSTE NĚJAKÉ „DVORNÍ“ TEXTAŘE A SKLADATELE? KTERÁ VAŠE PÍSEŇ SE VÁM NEJVÍC „VRYLA DO SRDCE“?

Mohu se pochlubit spoluprací se skvělými skladateli i textaři, Jiřím Šlitrem a Jiřím Suchým, Bohuslavem Ondráčkem a Janem Schneidrem, či s Karlem Svobodu a Jiřím Štáidlem. Největší úspěch jsem měla s písní Rekviem Bohuslava Ondráčka a Jana Schneidera, vyhrála jsem s ní festivaly Zlatou Lyru, Zlatý klíč Intervize a Grand Prix de Disque v Sopotech. Patřila k nejúspěšnějším písním na mých turné jak doma, tak na Kubě či bývalém SSSR – po vstupu „spřátelených vojsk“ ji ale přestali vysílat v rozhlase, nesměla jsem ji zpívat na koncertech. Zpět do svého repertoáru jsem ji zařadila až po roce 1989. A zazněla i na mých nedávných gala koncertech.

V POSLEDNÍCH LETECH JSOU VAŠÍM VELKÝM TÉMATEM „FOTOOBRAZKY“. VAŠE NÁDHERNÉ FOTOGRAFIE, VĚTŠINOU PŘÍRODY, GRAFICKY UPRAVENÉ, SKLÍZEJÍ

VELKÉ UZNÁNÍ. JAK JSTE SE K TÉTO ZÁLIBĚ DOSTALA?

Fotograf Josef Louda mě fotil na titul jistého časopisu. Ukázal mi, jak pouhým kliknutím myši na počítači jde upravit barva pozadí – a to byl začátek. Zkusila jsem si to doma na svém počítači. Začala jsem upravovat digitální fotografie a naprosto tomu propadla. Když mi několik fotografů po čase řeklo, že bych mohla své obrázky vystavovat, myslela jsem si, že si dělají legraci... První výstavu, kterou pan Louda zařídil, jsem měla v Praze, v hudební kavárně Astra. A pak už šlo všechno ráz na ráz. Nikdy své obrázky nikomu nevnučuji, ale když mě někdo požádá, potěší mě to. Všechny vernisáže se účastním a samozřejmě i něco málo zazpívám.

KDE UŽ MOHLI LIDÉ VAŠE FOTOOBRAZKY VIDĚT?

Aktuálně probíhá má v pořadí 65. výstava, a to v Chomutově, 11 výstav z toho bylo společných s fotografkou Helenou Štefanovou. Kromě Česka a Slovenska také ve Vídni, v Berlíně, v Doněcku a třikrát v Moskvě. Jeden z mých fotoobrázků dokonce visel tři měsíce v Chicagu.

V MANŽELSTVÍ VÁM TO VYŠLO AŽ DO TŘETICE... VÁŠ MANŽEL BÝVAL TANEČNÍKEM – DÁ SE ŘÍCI, ŽE JSTE SVÝM MANŽELSTVÍM PROTANČILI?

Obrazně řečeno ano, ale ne doslova, já totiž tančit vůbec neumím! Nebaví mě to. Jediný, kdo mě donutil tančit, byl v několika duetech Dan Nekonečný,



KDE MŮŽETE V ROCE 2016 VIDĚT FOTOOBRAZKY EVY PILAROVÉ

- Únor – Chomutov
- Březen – Starý Plzenec
- Duben – Dolní Lutyně
– Odolena Voda
- Květen – Prštice u Brna
(společná výstava s Helenou Štefanovou)
- Červen – Velvary
- Září – Štětí



ale z mé strany to byla spíš recese. Na svého muže se můžu v jakékoli situaci stoprocentně spolehnout, vážím si i jeho smyslu pro humor, který mě udržuje v dobré náladě.

JSTE ZNÁMA TAKÉ TÍM, ŽE JSTE NADŠENOU CHALUPÁŘKOU A KUCHARKOU. CO DĚLÁTE NA SVÉ CHALUPĚ NEJRADEJÍ?

Označení chalupářka na mne zrovna moc nesedí. Na chalupě většinu času trávím u počítače, upravuji digitální fotografie, učím se nové písničky. Občas vymyslím nějaký nový recept, abych záhy zjistila, že ho už dávno vymyslela paní Dobromila Rettigová. A taky docela ráda uklízím.

CO VÁM UDĚLALO V POSLEDNÍ DOBĚ NEJVĚTŠÍ RADOST?

Potěšilo mě publikum, které se přišlo podívat na mé koncerty „55 let na scéně“, jak do Mahenova divadla v Brně, tak do pražské Lucerny. Oba koncerty byly vyprodané, zasloužili se o to i moji skvělí hosté – Vojta Dyk, Matěj Ruppert, hudební skupina Wohnout, moderátor Aleš Cibulka i čtrnáctiletý zpěvák Tomáš Ringel. Na konci obou koncertů publikum povstalo, byl to krásný pocit! Jen mě moc mrzelo, že jeden z mých hostů chyběl, onemocněl den před prvním koncertem... Karle, uzdrav se, chybíš nám!!!

NA CO SE V NEJBLIŽŠÍ DOBĚ TĚŠÍTE?

Hudební skupina Wohnout bude slavit 20 let na scéně a já budu mít tu čest stát se jejich hostem, dokonce mě přizvali i na šest „festáků“. Těším se, ráda spolupracuji s mladými lidmi a mám radost, že nezívají nad stařenkou!

MĚLA BYSTE PRO NAŠE ČTENÁŘE NĚJAKÝ VZKAZ, RADU, JAK SI SENIORSKÝ VĚK ZPŘÍJEMNIT? CO VÁM V TĚŽŠÍCH CHVÍLÍCH POMOHLO?

Neodvážuji se nikomu radit. Mně v nejtěžších životních chvílích nejvíc pomohla víra v Pána Boha. Je pro mě nejkrásnějším a nejdůležitějším věnem, které mi rodiče mohli dát.

Děkuji za rozhovor.

Eva Procházková

Foto: z archivu Evy Pilarové

Pojďme se vydat ze země české a moravské až na konec světa. Pojďme se vydat proti proudu času a zapátrat, kdo, kdy a čím se nesmazatelně zapsal do historie světa. Jaké objevy a vynálezy, které vzešly z maličké země uprostřed Evropy, dokázaly dobýt svět? Pojďme se společně poklonit pověstné české vynalézavosti, šikovnosti českých rukou a podívat se, které výrobky jsou tak jedinečné a originální, že si je turisté rádi odvázejí jako suvenýr. Pojďme odhalit tajemství věcí zdánlivě docela obyčejných, které dnes bereme jako samozřejmost. Budme aspoň chvíli pyšní na své krajany, kteří dobyli svět.

Cibulák

– porcelán s modrou krví

Porcelánka v Dubí, kde tento skvost vzniká, se hrdě hlásí ke své tradici staré již 150 let. Ochranná známka zdejších výrobků – třírohá královská koruna se používá přes 100 let. A jen pro úplnost malou perličku – ředitel zdejší firmy, Ing. Vladimír Feix, je ve své funkci nepřetržitě od roku 1971!

Historie porcelánky se začala psát v roce 1864. Tenkrát zde první majitel zakoupil pozemky a postavil zájezdní hostinec, který postupně přebudoval na lázně. Po dvou letech otevřel v této rekreační oblasti uprostřed lesů manufakturu na výrobu porcelánu - majoliky. O 14 let později pak zaznamenala porcelánová souprava z Dubí první obrovský úspěch na Světové výstavě v Paříži.

Jenže... V osmdesátých letech 19. století vypukla hospodářská krize a s ní přišla pro porcelánku první těžká chvíle. Takových pak přišlo

v průběhu let ještě několik – první světová válka, krize v 30. letech 20. století, druhá světová válka, únor 1948... Ale ani jedna z nich továrnu natrvalo nepohřbila. Jen v roce 1944 se provoz zastavil a z areálu se staly opravný tanků a vojenských vozidel... Naštěstí jen nakrátko.

CO JE VLASTNĚ CIBULÁK...

Tajemství výroby čínské porcelánu s modrým dekorem se Evropanům podařilo odhalit ve 20. letech 18. století a od té doby se i v Evropě začalo malovat kobaltem pod glazu-

ru, což je malba, která vydrží na věky. Dekor se nedá smazat, omýt, zničit - je při teplotě 1 400°C vypálený pod glazuru. Má typickou modrou a bílou barvu podle asijských vzorů. Jeho název vznikl tak trochu omylem, neznalostí rostlin Dálného východu. Typickými rostlinnými motivy, které v dokonalé kompozici zdobí cibulák odedávna, jsou japonské broskve, pivoňky, astry, bambusový kmen a granátové jablko, které si Evropané spletli s cibulí...

V Dubí se objevil poprvé ve tvaru rokokového v roce 1885, kdy se stal zdejší provoz filiálkou míšeňské manufaktury. Nikdo asi tenkrát nečekal, že tu cibulák budou vyrábět ještě mnoho a mnoho let. Ochranná známka MEISSEN byla pro zdejší zboží doplněna pěti hvězdičkami, aby bylo jasné, že pochází z Dubí.

SOUČASNOST...

Porcelánka se skvěle vyrovnala i s novými podmínkami v době privatizace. Investuje do modernizace svého provozu i do sociálních programů pro své zaměstnance, kterých je tu v současné době kolem tří set, většina z nich získala výuční list ve zdejší učňovské střední škole. Ctí porcelán jako své poslání a na modrobílou krásu kolem sebe jsou náležitě hrdí.





Firma dnes nabízí 670 druhů cibuláků a 104 tvarů hrnků ve 3000 dekorech. Tyto výrobky jsou garantovány Asociací sklářského a keramického průmyslu České republiky jako „Český výrobek“. Více než polovina z nich míří do celého světa - zejména do Japonska, Jižní Koreje, Německa, Ruska, ale i do mnoha dalších zemí. V posledních 25 letech na svůj rozvoj vynaložili v Dubí 306 miliónů korun.

Výstavní expozice zdejších výrobků, materiály o historii výroby porcelánu pod Krušnými horami i mnohé další místní zajímavosti si mohou návštěvníci prohlédnout v Muzeu porcelánu, který se nachází v objektu zrekonstruovaného bývalého kina v Dubí. Po celkové rekonstrukci dostal jméno Dům porcelánu s modrou krví.

PRAVIDELNÉ AKCE...

Již 20 let porcelánka organizuje vždy v červnu mezinárodní sympózia, úzce také spolupracuje na tvarové a dekorační tvorbě s Fakultou umění a designu Univerzity J. E. Purkyně v Ústí nad Labem, pro české i zahraniční studenty zřídila realizační ateliér. Pravidelně se zúčastňují Porcelánových trhů na různých místech naší republiky a všude se setkávají s velkým zájmem. Zdejší malířka porcelánu ukazovala své umění i v Českém pavilonu na výstavě EXPO 2015 v Miláně. Porcelánka rovněž zaštiťuje mnohé charitní projekty na pomoc potřebným a přichází i s dalšími aktivitami – například pro turisty, kteří se chtějí seznámit s Dubím a jeho nejbližším okolím, připravila Porcelánové stezky.

Český porcelán a.s., jak se dnes společnost jmenuje, je nositelem českého titulu „Rodinné stříbro“, několikrát byla zařazena mezi 100 nejlepších českých firem v naší republice, zúčastňuje se i různých mezinárodních výstav a veletrhů, ze kterých si přiváží mnohá ocenění.

Cibulák je ve své tradiční podobě dodnes oblíbený po celém světě - pro svou jedinečnost, nezaměnitelnost, jemnost svého ornamentu, pro klid a harmonii, které ztělesňuje. Patří k výrobkům, které daleko za našimi hranicemi proslavily jméno České republiky a zručnost českých lidí. Věřme, že 150 let stará tradice bude stejně úspěšně pokračovat i dál.

Eva Procházková

Foto: Z archivu Český porcelán, a.s.

CO NOVÉHO NÁS ČEKÁ V ROZÚČTOVÁNÍ CEN ZA TEPLLO?

Pro rozúčtování cen za vytápění bytu a za poskytování teplé užitkové vody (TUV) byl již ve Sbírce zákonů zveřejněn nový předpis z dílny Ministerstva pro místní rozvoj České republiky – vyhláška č. 269/2015 Sb., která v plném rozsahu nahrazuje předpis stávající – vyhlášku č. 372/2001 Sb. O nových pravidlech, která budou ve většině případů použita poprvé ve vyúčtování za rok 2016, tedy v roce 2017, jsem již psal a článek vyšel v lednové Době seniorů pod názvem „Jak rozdělit teplo na vytápění a na ohřev teplé užitkové vody?“. Doporučil jsem množství tepla k vytápění a k ohřevu TUV (a tím i finanční náklady rozpočítané pak na byty a nebytové prostory v bytovém domě) rozdělovat v poměru 70 % ku 30 %.

Podívejme se, jak se s tímto problémem, který je ožehavý u všech bytových domů, kde se zvláště spotřeba pitné vody sloužící k ohřevu neměří, nový předpis vypořádal. Konstatuji, že bohužel nijak. Dosud předepsané dělení na 60 % ku 40 %, což jsem kritizoval jako příliš prodražující ceny za TUV, předpis zrušil. Podívejme se, jak to předpis nahradil.

V § 5, odst. (1) uvádí, že se rozdělení provede „podle vyhlášky, která stanoví pravidla pro vytápění a pro přípravu teplé vody a požadavky na vybavení vnitřních tepelných zařízení budov přístroji regulujícími dodávku tepelné energie konečným spotřebitelům“. Tím Ministerstvo pro místní rozvoj České republiky, jako tvůrce předpisu, předalo černého Petra Ministerstvu průmyslu České republiky, protože de facto odkázalo na vyhlášku č. 194/2007 Sb. ve znění vyhlášky č. 237/2014 Sb. Na to již někteří pozorní čtenáři lednové Doby seniorů, kteří jsou v problematice těchto drahých služeb orientováni, kriticky do redakce Doby seniorů poukázali. Děkuji jim za to.

V čem je tedy čertovo kopýtko? Uvedené vyhlášky, na něž tvůrce

předpisu odkazuje, totiž žádný postup neobsahují. Lze se domnívat, že by bylo možné použít tzv. měrné ukazatele spotřeby tepelné energie na 1 m² podlahové plochy nebo na 1 m³ vody uvedené v příloze vyhlášky z roku 2007, a z toho jaksí vyvodit, kolik tepla patří na vytápění a kolik na ohřev, ale tyto ukazatele jsou uvedeny jako platné podle § 5, odst. (1) vyhlášky č. 194/2007 Sb.



pro „vytápění a přípravu teplé vody bytů, nebytových prostor a společných prostor bytových budov nových nebo budov, u nichž byla dokončena změna mající vliv na všechny tepelně-technické vlastnosti budovy po 1. lednu 2002“. Předpis tedy vylučuje použití měrných spotřeb tepla pro budovy starší nebo pro ty, u nichž sice ke stavebním úpravám došlo, ale nemělo to vliv na tepelně-technické vlastnosti. Kdo to posoudí a jakým způsobem pro účely stanovení nákladů, to předpis neuvádí.

Další způsob, jak dělení obou tepel stanovit, lze vyvodit ze shora uvedené vyhlášky č. 237/2014 Sb. V § 7a, odst. (3) zavádí povinnost osadit bytové vodoměry TUV takto: „V případě společné přípravy teplé vody v domě se na vstupní potrubí zásobující každý byt nebo nebytový prostor teplou vodou osadí vodoměr na teplou vodu používaný k rozdělování nákla-

dů na společnou přípravu teplé vody v domě podle vyhlášky, kterou se stanoví měřidla k povinnému ověřování a měřidla podléhající schválení typu“. Kdo to má zařídit, kdo to zaplatí a dokdy toto osazení musí být a jaká je pokuta za přestupek (50, nebo 100 tisíc, nebo nic?), když se tak nestane, bohužel předpis nestanoví, i když zde bylo možné odkázat na zákon o hospodaření energií, využít

Státní energetickou inspekci atd. Zdá se tedy, že podle Ministerstva průmyslu České republiky není třeba osazovat vodoměr pitné vody sloužící k ohřevu, ale postačí osadit jen vodoměry bytové. Nicméně ani z jejich náměrů nelze spotřebu tepla na ohřev TUV vypočítat, nemám-li k dispozici měrný ukazatel spotřeby tepla na 1 m³, který sice je ve vyhlášce č. 194/2007 Sb. uveden, ale jen pro novostavby a budovy tepelně-technicky upravené po 1. lednu 2002. Navíc tento ukazatel může být překročen až o 50 % atd. Pro spoustu starých bytových domů ani tento způsob není použitelný.

Navíc je zmíněnými vyhláškami Ministerstva pro místní rozvoj České republiky a zejména Ministerstva průmyslu České republiky uvedeným propojením iniciován další problém. Pokud bude mít bytový dům s centrálně připravovanou teplou

vodou instalován vodoměr pitné vody k ohřevu na vodu teplou (pozor, předepsán dosud není) a majitel teď osadí bytové vodoměry TUV, logicky dojde u těchto dvou soustav měření k nesouladu. U pitné vody je tento nesoulad už po více než sto let obvyklý a vodárny si prosadily ve vodo-hospodářském zákonu prioritu tzv. vodoměru fakturačního osazeného na patě domu. Pak se logicky náměry bytových vodoměrů pitné vody přepočítávají na náměr fakturačního vodoměru, což řadu občanů sice udivuje, až irituje, ale je to zkrátka tak.

Ale co s oběma soustavami měření množství TUV? Budou se náměry v bytech také přepočítávat? Zřejmě

ano, ale zde se obě ministerstva jaksi neráčila dohodnout, která z obou soustav měření bude ta rozhodující. Nejsem proti bytovým vodoměrům TUV, naopak, jsou pro motivaci občanů k úsporám výborné, ale mělo by být jednoznačně stanoveno, co s tím, protože lidová tvořivost je nezměrná.

ZÁVĚR

Nový předpis pro rozúčtování cen za vytápění a za pořízení TUV způsob rozdělení obou tepel z jediného centrálního zdroje odkazem na předpisy jiným ministerstvem vydané tedy problém obecně pro všechny bytové domy nevyřešil. Nezbyvá mi, než

opakovat mé doporučení provádět jako východisko z nouze rozdělení v poměru 70 % ku 30 %.

Není to proti ničemu (ani proti zdravému rozumu, ani proti existujícím předpisům), je to ve prospěch nižší ceny za TUV a je to pro praxi jednoduché.

Pokud budou senioři po použití nového předpisu váhat, zda jim budou v příštím roce ceny za letošní rok účtovány správně, budou jim bezplatně jako dosud k dispozici bytové poradny Rady seniorů České republiky.

Ing. Karel Hanauer

bytová poradna Rady seniorů ČR Praha

ZVEŘEJNILI DLUŽNÍKY NA NÁSTĚNCE

Dotaz: Jsme společenství vlastníků. Na základě požadavku shromáždění, ale také pro „výstrahu“ jsme na nástěnkách v domě zveřejnili jména dlužníků spolu s dlužnou částkou. Jeden z dlužníků chce toto oznámit úřadu na ochranu osobních údajů. Hrozí nám pokuta? Můžeme jména dlužníků zveřejnit? Děkujeme za odpověď.

Odpověď: Zákon č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů podrobuje přísné regulaci jakékoli nakládání se jménem a příjmením konkrétní fyzické osoby či s jinými osobními údaji, na jejichž základě lze tuto osobu identifikovat, přičemž vždy je nutné rozlišovat, jakým způsobem bude s osobními údaji členů SVJ zacházeno.

V obecné rovině považuje Úřad pro ochranu osobních údajů (dále jen „Úřad“), který vykonává dohled nad dodržováním zákonem stanovených povinností při zpracování osobních údajů, zveřejnění osobních údajů dlužníků za nátlakové jednání, kterým jsou porušována ustanovení čl. 10 Listiny základních práv a svobod. Zveřejňování osobních údajů v souvislosti s dluhem konkrétní osoby je považováno dle Úřadu za nepřipustné zasahování do soukromí osob, neboť zpřístupněním takového údaje, který byl získán na základě soukromoprávního vztahu, může dojít k poškození dobrého jména dlužníka v mnoha dalších vztazích, jak soukromoprávních, tak i veřejnoprávních.

Na druhou stranu nelze nakládání s osobními údaji vždy automaticky pokládat za neoprávněné zasahování do soukromí. Úřad uvedl, že ke zpracování osobních údajů členů společenství vlastníků jednotek v rozsahu nezbytném pro naplnění účelu správy domu a souvisejících činností není zapotřebí souhlasu těchto členů. Za takovou související činnost lze dle občanského zákoníku (zák. č. 89/2012 Sb.), zákona o službách (zák. č. 67/2013 Sb.) a nařízení vlády č. 366/2013 Sb., o úpravě některých záležitostí souvisejících s bytovým spoluvlastnictvím považovat především běžnou činnost zajišťovanou výborem nebo správcem, jako je vrácení přeplatků či vymáhání nedoplatků za členy SVJ. Z občanského zákoníku dále vyplývá a rovněž Úřad ve svých aktuálních sděleních toto dovodil, že vlastník jednotky má právo na informaci o tom, jak ostatní vlastníci plní své povinnosti přispívat na náklady spojené se správou domu a pozemku.

Úřad dospěl k závěru, že zveřejnění výše dluhů členů SVJ na shromáždění vlastníků jednotek, kterého se účastní pouze oprávněné osoby

(vlastníci jednotek), je postupem, který není v rozporu se zákonem na ochranu osobních údajů, rovněž tak není v rozporu se zákonem sdělení výše dluhů mimo zasedání shromáždění osobně ostatním vlastníkům jednotek či prostřednictvím dopisů přímo adresovaných jednotlivým vlastníkům jednotek. Naopak, pokud by sdělení jmen dlužníků bylo učiněno mimo okruh oprávněných osob či by k němu měly přístup i jiné než oprávněné osoby (vlastníci jednotek) např. uveřejněním jmen dlužníků na internetu či domovní vývěsce, pak by šlo o jednání, ke kterému je nutný souhlas vlastníků jednotek a oznámení Úřadu, jinak by jím došlo k porušení zákona a hrozila by sankce za porušení zákona.

Doporučuji vám proto, abyste jména dlužníků z nástěnek ihned odstranili a v případě dalších pochybností při nakládání s osobními údaji členů společenství vždy předem tyto citlivé otázky konzultovali s Úřadem. Stanoviska Úřadu naleznete na www.uoou.cz.

Rubriku připravuje Sdružení nájemníků, členská organizace RS ČR

LEDVINY A MOČOVÉ CESTY

Únor patří dle tradiční čínské medicíny ledvinám a močovému měchýři.

Je to období, kdy jsme častěji nachlazení a hlásí se i chronické záněty močových cest.

Hlavní funkcí ledvin je čištění těla od odpadních látek a řízení vodního hospodářství. Ledviny zásadně přispívají k regulaci krevního tlaku a mají velký podíl na udržování zdravých kostí.

Močové cesty začínají v ledvinách. Vedou moč močovodem do močového měchýře, kde se hromadí a poté pokračuje močovou trubicí ven. Jelikož močové cesty jsou stejně jako dýchací otevřeny ven, mohou choroboplodné zárodky pronikat do močového měchýře, močovodu i do ledvin.

Močový měchýř má na starosti vylučování moče a jeho správná činnost závisí na zdravé funkci ledvin. Slabé ledviny často způsobují chronické záněty močového měchýře. Ledviny jsou oslabovány nedostatkem, nebo nadbytkem tekutin (alkohol), nadbytkem soli, cukru a bílkovin, ale i strachem a úzkostí. Dalším oslabujícím faktorem může být průnik chladu zvenčí, za což mohou například promočené boty nebo krátká bunda.

Zánět močového měchýře je často způsobován bakteriemi, které se do močových cest dostávají špatnou hygienou. Jelikož mají ženy podstatně kratší močovou trubicí, mohou původci nemoci častěji proniknout dál do močových cest, případně do ledvin. Zdravé prostředí intimních partií zajistíme pravidelným omýváním čistou vodou bez použití mýdla či sprchového gelu ideálně po každé stolici. Nejjednodušší je pořídit si toaletní sprchu.

Od infekčního onemocnění odlišujeme dráždivý měchýř, který je však spojen s podobnými obtížemi, a proto jej přírodní léčitelství ošetřuje podobně. Bývá způsoben podrážděním nervů například stresem. Je to v podstatě trvalé nekontro-

lované nucení na moč, přestože je měchýř prázdný. Dalším příznakem může být nekontrolovatelný únik moči. Souvisí to s oslabením svěrače měchýře vyvolaným hormonálními změnami. Pomůže nám mimo jiné cvičení zaměřené na uvolnění a posílení svalů v pánevní oblasti.

NÁŠ RECEPT

SALÁT Z MOŘSKÉ ŘASY WAKAME



1 balení mořské řasy wakame (20 g),
2 lžíce světlé sójové omáčky,
2 lžíce citrónové šťávy, 2 lžičky
pražených sezamových semínek,
1–2 lžičky chilli koření nebo chilli
vloček, 1 kávová lžička třtinového
tmavého cukru

- Řasu opláchneme a 10 minut
máčíme ve vodě, potom ji
vaříme 20–30 minut, necháme
důkladně okapat
- Uvařenou řasu nakrájíme na
nudličky a přidáme k ní do mísy
sójovou omáčku, citrónovou
šťávu, sezamová semínka, cukr
a chilli
- Vše zamícháme a nejlépe ihned
podáváme

Chorobný stav orgánů můžeme vyčistit také z obličeje. V případech, kdy jsou ledviny stažené a křečovitě v důsledku nadměrného množství soli v potravě, zabarví se často oblast pod očima tmavě. Když se naproti

tomu pod očima objeví otoky nebo zduřeniny, je pravděpodobně oslaben močový měchýř nebo ledviny již nejsou schopny zvládnout nadměrný příjem tekutin.

Tělesné orgány nepracují celý den na plný výkon a ve své aktivitě se střídají. Močový měchýř vyvíjí maximální činnost mezi 15:00 a 17:00 hodinou. V této době je ideální pít bylinné čaje. Ledviny mají vrchol aktivity mezi 17:00 a 19:00 hodinou. V této době je vhodné vyloučit z jídelníčku vše, co jim škodí – cukr, sůl, chemikálie obsažené v lécích, jídle i pití, kávu, alkohol a také se vyvarovat stresu a chladu.

Udržovat ledviny a močové ústrojí v dobré kondici ať už preventivně nebo při řešení akutních potíží pomáhá celá řada rostlin. Mezi byliny, které nám pomohou zbavit se obtíží, patří zejména šalvěj, lichořeřišnice, křen, zlatobýl, kopřiva, list břízy, přeslička a brusinka. Brusinku užívejte v podobě neslazené šťávy nebo tablet. Sušené brusinky z obchodu obsahují velké množství rafinovaného cukru, který růst nežádoucích mikroorganismů naopak podporuje.

Vhodné je zařadit do jídelníčku potraviny, které posilují energii ledvin. Vynikající jsou mořské řasy (kombu, arame, wakame, nori...), ať už v podobě přísad do polévek, při vaření luštěnin či samostatně v podobě salátu. Z luštěnin dávejte přednost fazolím adzuki. Snadno se vaří a jsou dobře stravitelné. Jako koření přísady je vhodné přidávat pravou sójovou omáčku (tamari a shoy), miso a švestičky umeboshi.

Základním doporučením v péči o ledviny a močové ústrojí je **dodržování pitného režimu** – kolem 2–2,5 l neslazených tekutin denně. Ten, kdo málo pije, riskuje mimo jiné vznik ledvinových kamenů.



Klub La Vie ve spolupráci s kluby aktivního stáří a kluby seniorů pořádá přednášky o zdravé výživě. Přednášky jsou zdarma. Kontakty pro případné zájemce: La Vie – klub zdravé výživy, Sokolovská 209, 190 00 Praha 9 – Vysočany. Tel.: 603 223 260, E-mail: info@klublavie.cz, adresa na internetu: www.klublavie.cz

MAZLÍČCI V ZIMĚ

Se sněhem a mrazem nastává pro mnoho majitelů otázka, jak se o své mazlíčky správně starat. Právě pro ně je určen tento článek.



Sníh ani zima sama o sobě psovi nevadí. Při venčení by pes neměl postávat na místě, ale měl by se intenzivně hýbat. Malá plemena psů jsou na zimu náchylnější, protože jsou více u země. Při zimních radovánkách dbejte na to, aby váš zvířecí přítel nehasil žízeň sněhem nebo kusy ledu. Trávicí ústrojí savců je citlivé na studenou potravu, která jim může způsobit záněty žaludku. Při delších procházkách doporučujeme vzít si s sebou termoláhev s mírně teplou vodou.

Sůl dává v zimě pořádně zabrat tlapkám, hlavně jemné kůži mezi prsty. Máte-li možnost, venčete psa co nejvíce za městem nebo na volném prostranství. Malé psíky přes posolené chodníky raději přeneste a pouštějte je až v parku na zasněženém trávníku. Před vycházkou ošetřete tlapky vazelinou nebo speciálním krémem na psí tlapky, který seženete u vašeho veterináře nebo v chovatelských potřebách. Po příchodu zvenku psovi packy pečlivě

omýjte, vysušte a promastěte. Pokud i přes veškerou vaši snahu psovi polštářky popraskaly nebo se pořežal o led, pořídte mu speciální botičky.

Psi chovaní v bytě mohou být citliví na prudké výkyvy teplot. Chováte-li v bytě krátkosrsté psy (a nezáleží na jejich velikosti), pořídte jim na zimu obleček, který je ochrání při velkých mrazech. Na trhu je široká škála oblečků. Ten zimní by pro vašeho mazlíčka měl být více než jen módní doplněk a především funkční. V dnešní době seženete pěkné oblečky z funkčních materiálů, jako je např. softshell apod. Na prudké změny teplot a celkovou nepřízeň počasí je nutné dbát zejména u pejsků s onemocněním zad a močových cest.

Pokud potřebujete v zimě psa vykoupat, naplánujte si tuto aktivitu na večerní hodiny po posledním venčení a další procházku absolvujte až ráno. Dlouhosrstá plemena, kterým srst schne výrazně pomalu, doporučujeme po prosušení ručníkem nechat chvíli proschnout a poté srst dofou-

kat fénem s šetrným programem při nízkých teplotách. U těchto plemen je na místě také vystříhat srst v meziprstí. Při koupeli také dbejte na to, aby se voda nedostala do uší. V kombinaci s venkovním mrazem by mohl nastat nepěkný zánět zvukovodu.

Zimu špatně snáší především starší psi. Jejich chronické problémy se mohou v tomto období ještě více zhoršit. Také prodělané a rozlécené nemoci většinou udeří s ještě větší silou. V zimě proto věnujte svému psímu seniorovi větší pozornost a nepodceňujte sebemenší změny. Pokud mají vaši miláčci problémy s hybností, je pro ně velmi důležité teplo, sucho a zvětrání. Staré a nemocné psy rozhodně nenechávejte ve venkovních kotcích stejně tak jako štěňata.

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

DOMÁCÍ MASKY PROSPĚJÍ SUCHÉ I UNAVENÉ PLETI

Co nejvíce potřebuje pleť v zimním období? Každodenní hydrataci a výživu. Kromě pravidelného používání pleťových krémů, které pokožce dodají potřebnou vláhu, výživu a celkově tak zlepší její komfort, můžete pro svou pleť udělat ještě něco navíc – dopřejte jí pleťovou masku.

A není třeba kvůli tomu chodit do drogerie a ani vás to nemusí stát horentní sumy. Za pár korun si totiž doma rychle a jednoduše vyrobíte vlastní pleťovou masku sami. Typ masky pak zvolíte podle použitých ingrediencí, vhodné jsou zejména na pleť suchou, unavenou a s vráskami. Pro používání domácích masek na obličej dodržujte několik jednoduchých zásad. Masku připravujte vždy čerstvou. Měla by mít spíše hustší konzistenci, aby se dobře nanášela a zároveň z obličej rychle nestékala. Pro jistotu si dejte kolem krku ručník. Masku se nanáší na odlíčený a čistý obličej. Ihned po její aplikaci si „naordinujte“ několik minut kli-

du, během působení masky proto odpočívajte. Jakmile ji pak z obličej smyjete, k dočištění obličej použijte pleťovou vodu a nakonec ještě ošetřete pokožku hydratačním krémem.

BANÁN NA SUCHOU PLEŤ

Velmi suchou a dehydratovanou pleť příjemně vzpruží jemná banánová maska s medem. V misce rozmačkejte menší zralý banán, přidejte lžici medu a lžičku olivového oleje. Dobře vše promíchejte, naneste na čistou pleť, nechte patnáct minut působit, pak smyjete vlažnou vodou.

TVAROHOVÁ VÝŽIVA

Ke zvláčnění suší pleti se výborně hodí tvaroh. Smíchejte v misce přibližně sto až sto padesát gramů neočuceného tvarohu se lžicí medu a masku dobře rozetřete na obličej. Nechte deset minut působit a pak důkladně smyjete. Zbavíte se tak nepříjemného pnutí vysušené pleti, kterou maska dokonale vyživí.

CELEREM PROTI VRÁSKÁM

Také na vrásky platí podomácku vyrobené pleťové masky. Třeba ta z celeru a tvarohu. Nejprve nakrájejte nadrobno dva řapíky celeru a smíchejte je s přibližně sto gramy neočuceného tvarohu. Masku rozetřete po obličej a po patnácti minutách ji důkladně opláchněte.

JABLKA PRO KRÁSU

Není to jen zdravé ovoce, výborně se hodí také na pleť jako pomocník proti vráskám. Nastrouhejte dvě jablka a smíchejte s trochou teplého mléka, aby se vytvořila spíše hustší směs. Slijte přebytečnou tekutinu a vlažnou směs naneste na obličej. Nechte



deset minut působit. Tato regenerační maska podporuje tvorbu kolagenových vláken, snižuje ochablost pleti a působí proti vráskám, mléko napomáhá zvláčňovat pleť.

KÁVA PRO JASNĚJŠÍ PLEŤ

Unavenou a suchou pleť okamžitě projasní jednoduchý domácí peeling z olivového oleje a mleté kávy. Smíchejte dvě lžice olivového oleje se dvěma lžičkami nahrubo umleté kávy a vzniklou směsí jemně masírujte pleť. Následně ji omyjte vodou a pleťovým tonikem a nepamene nanést ještě krém.

SPOLEHLIVÁ OKURKA

Pro zklidnění suché a citlivé pleti se vám rozhodně osvědčí salátová okurka. Nastrouhejte asi třetinu omyté salátové okurky, smíchejte s trochou hustšího bílého jogurtu, slijte přebytečnou tekutinu a směs rozetřete na obličej. Nechte působit klidně delší dobu, dvacet až třicet minut a pak smyjete vlažnou vodou.

HROZNOVÁ VZPRUHA

Máte hodně unavenou pleť s vráskami? Zkuste masku z hroznového vína a medu. V misce nejmenno rozmačkejte několik kuliček bílého hroznového vína, přidejte dvě lžičky medu a přimíchejte trochu bílého jogurtu. Dobře promíchejte a pak touto voňavou maskou potřete obličej. Po deseti minutách smyjete.

Simona Lišková

EXTRA INFO

CO JEŠTĚ MŮŽETE NA PLEŤ VYUŽÍT?

- Ušlehaný vaječný bílek pomáhá proti vráskám a zároveň vypíná pleť. Příliš se však nehodí pro velmi suchou pleť.
- Zralé oloupané avokádo (stačí polovina) smíchané s pár kapkami čerstvé šťávy z citronu a několika lžičkami bílého jogurtu intenzivně hydratuje pleť a působí i proti vráskám.
- Maska z nastrouhané mrkve a bílého jogurtu hydratuje a projasňuje pleť.
- Oloupané a rozmačkané zralé kiwi smíchané se lžičkou medu a trochou bílého jogurtu vyživí suchou kůži. Maska však není příliš vhodná pro velmi citlivou pleť, kterou mohou ovocné kyseliny a vitamin C z kiwi podráždit.

PRŮVODCE PRO SPOTŘEBITELE

Jak nenaletět novým trikům podvodných prodejců

V minulém díle jsme se věnovali novým trikům podvodných prodejců. Upozorňovali jsme na fakt, že šmejdi už nehrozí jen na předváděcích akcích, ale kontaktují „své oběti“ telefonicky, e-mailem, mohou stát před obchodními centry, vydávají se za „poradce“, za zástupce velkých firem či sítí lékáren nebo třeba za spotřebitelského ombudsmana. Řekli jsme si také, jak čelit jejich praktikám. Rozhodně není ale na místě házet všechny podomní prodejce do jednoho pytle. Jak ale rozpoznat seriózního obchodníka od šmejda? O tom si řekneme v dnešním díle.

5 PRAVIDEL PRO SLUŠNÉ PODOMNÍ PRODEJCE

1 Vyžádejte si od obchodníka služební průkaz, pracovní telefonní číslo případně další doklady. V případě, že se jedná o seriózního prodejce, nebude to problém.

2 Ptejte se, pokud něčemu nerozumíte.

3 Nenechte se tlačit časem, vše si dobře rozmyslete.

4 Požadujte písemnou garanci, že skutečně dostanete výhodnější cenu.

5 Pokud smlouvu podepíšete, vyžádujte její originál. Jestliže si v zákonné lhůtě podpis rozmyslíte, máte právo od smlouvy odstoupit.

ODSTOUPENÍ OD SMLOUVY A REKLAMACE

● Podle zákona máte nárok vrátit zboží do 14 dnů od jeho zakoupení a do 1 měsíce při dosud nedodaném zboží, a to bez uvedení důvodu! Prodejce vám nesmí udělit žádnou pokutu za vrácení zboží a musí uhradit celou částku. Odstoupení od smlouvy zasílejte vždy doporučeně.

● Při zakoupení zboží na předváděcí akci, v e-shopu či při objednávce přes telefon či e-mail máte nárok na reklamaci stejně jako při nákupu v kamenném obchodě. Záruka je

tedy 2 roky od okamžiku, kdy zboží převeźmete. Prodejce je povinen sdělit, na koho a jakou adresu se máte v případě reklamace obrátit. Ovšem pozor – firma může uvést P.O. Box, falešnou adresu či zkrachovat; pak je cesta k reklamaci velmi ztížena.

JAK ZJEDNAT NÁPRAVU

Podepsali jste nevýhodnou smlouvu na změnu dodavatele energie?

Tím, že problém otevřete, pomůžete nejen sobě, ale také ostatním!

Nezoufejte a jednejte! Každý problém má řešení a ani tyto situace nejsou výjimkou. Nebojte se se svou neblahou zkušeností svěřit svému okolí. V každém případě se obraťte na odborníky, kteří vám mohou pomoci. Sdružení českých spotřebitelů poskytuje poradenství osobní, telefonické či elektronické, v řadě regionů má svá



Koupili jste výrazně předražený, pro vás zcela nepotřebný výrobek? Nevíte, jak z toho ven? Bojíte se to říct svým blízkým, přátelům?

NA KOHO SE OBRÁTIT?

Ročně jsou podobnými triky okradeny tisíce českých seniorů. Nestyďte se za to, že jste se stali obětí podvodu, a svěřte se svým blízkým, přátelům či odborníkům z poraden. Jednejte rychle, abyste stihli odstoupit od smlouvy a peníze se vám vrátily zpět!

kontaktní místa. Kontakty na ně naleznete na internetu na adrese:

WWW.KONZUMENT.CZ/SPOTREBITELE-V-KRAJI/KONTAKTNI-MISTA.PHP

či vám je sdělíme telefonicky.

KONZULTACE JSOU BEZPLATNÉ!

Sdružení českých spotřebitelů, z. ú.
Tel.: 261 263 574, Pod Altánem 99/103,
100 00 Praha 10 – Strašnice
e-mail: spotrebitel@regio.cz,
www.konzument.cz

SUDOKU

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

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

BÁSNIČKA

DENÍČEK

Píši básně do deníčku
a vkládám je do šuplíčku,
tak prý se to nedělá.
Co vám na to mohu říci,
já jsem duše nesmělá.
Myšlenky mně hýří hlavou
omámené závratí,
zapiši je do deníčku,
ať se jen tak neztratí.
Příroda mě nejvíc láká,
tajemství v ní ukryté,
slunce, voda, vůně vánku,
krůpěj rosy na krušpánku,
růže rozvité.

Zdenka Šebíková (85 let), Olomouc

VTIPY

V paneláku přijde souseď k sousedovi a říká: „Dobrý den, sousede. Promiňte, ale stala se mi taková věc. Víte, doma mi došel rum, a tak jsem se přišel zeptat, jestli je ta porucha v celém domě?“

„Tati, potřeboval bych nový hard-disk.“

„A kouzelné slovíčko?“

„Sakra! Všechno je dneska zaheslovaný!“

Přijmou do firmy nového zaměstnance a vezme si ho do parády mistr: „Tak tady máš koště, mladej, a jdi zamést halu.“ „Ale já jsem inženýr?!“

„Aha...“ škrábe se mistr na hlavě, „tak já ti to ukážu.“

Po roce od promoce se setkali dva bývalí spolužáci: „Člověče, když pomyslím na to, jaký jsem já inženýr, tak se normálně bojím jít k doktorovi!“

Odsouzenec v cele smrti se ptá kata, kdy už bude konečně poprava?

„Podle toho, jak to vypadá“, přemýšlí kat, „tak asi za měsíc.“ „A dřív to nejde?“ děsí se odsouzený. „Za týden má přijet tchýně a já bych se toho nerad dočkal.“

Doktor říká pacientovi: „Mám pro vás špatnou zprávu – máte Alzheimerovu nemoc, stejně jako já.“

Pacient: „Cože to mám?“

Doktor: „Kdo co má?“

Muž byl po řadu měsíců v bezvědomí, z něhož se jen chvilkami probíral. Přesto jeho věrná manželka celé dny proseděla u jeho lůžka. Po jednom probuzení ji spatřil a řekl: „Ve všech těžkých chvílích jsi byla se mnou. Když mě vyhodili z práce, byla jsi mou oporou. Když jsem začal podnikat a zkrachoval, byla jsi u toho. Když mě postřelili, stála jsi vedle mě. Když jsme přišli o dům, podporovala jsi mě. Když jsem začal mít zdravotní problémy i to jsi byla po mém boku. Víš, co to znamená?“

„Copak, miláčku?“

„Nosíš mi smůlu!“

Malá Monika povídá mamince: „Pepíček mi dnes pořád sahal na ruku, ale já pokaždé ucukla.“

„To jsi udělala moc dobře. A co na to on?“

„Nic, zůstal v tom bazénu, kam spadnul, a utopil se.“

Policiajt přijde do krámu a prosí tkaničky do bot.

„Jaké?“ „Jednu levou a jednu pravou!“

POMŮCKA: CRACK, KENT, NONO, OMA, SALA	ZÁKERNĚ	ODPÁLENÍ	1. DÍL TAJENKY	NÁZEV HLASKY L	LESKLÝ NÁTER	SVAZEK KLESTÍ		INICIÁLY HERCE KOHOUTA	HAZARDNÍ HRA	I TAKHLE	PROUD	CITOSLOVCE BOLESTI	RUČNICE		HOSPO- DÁŘSKÉ NOVINY ZKR.	PŘÍJEMNÁ	2. DÍL TAJENKY	HRDINA TROJSKÉ VÁLKY	TÍMTO ZPŮSOBEM
CITRUSOVÉ OVOCE							NÁPIS NA NÁ- HROBNÍ DESCE						RYCHLE JIST						
VYDRŽET NÁPOR							KOTRMELEC TVRDÁ DROGA						ZNAČKA KOSMETIKY DRUH OPICE						
DAŇ Z PŘIDANÉ HODNOTY ZKR.				NEPRAVDA HOVOR. STŘEVNÍ PARAZIT			JAKO RUS. VÝCHODO- ČESKÁ ENERGETIKA					INIC. ZPĚV. MLÁDKA ADVENTNÍ ÁRIE ZKR.			CITOSLOVCE HRY NA KYTARU PŘITAKÁNÍ				
SLÁVA ZASTAR.					SLOŽKA ZOLUV ROMÁN						DL. VOJEN. POCHOD RUSKÝ RE- VOLUCIONÁŘ								INICIÁLY BÁŠNIKA TOMANA
BRITSKÝ ZPĚVÁK ??? JOHN						ARMÁDA ČESKÉ REPUBLIKY OPAK VÝŠE				TEXTILIE PLOD LUŠTĚNINY						TÁŽACÍ ZAJEMNO TAHLE			
	DRUH KVĚTEN- STVÍ	JEMNÝ ROZDÍL DLUH HOVOR.						CHEM. ZN. ŽELEZA KOLEJOVÉ VOZIDLO				AUTORSKÝ ARCH ZKR. AKADEMIE VĚD ZKR.			PISEMNA ZKOUSKA ÚSKOKY				
ÚTVAR V JESKYNI							KOUPACÍ NADOBA OBRAZOVÝ ZÁZNAM						POZITIVUM LÉK S OBSAHEM OPIA				HRABSTVÍ V ANGLII		PLOŠNÁ MÍRA SLOVENSKY
STROMOVÝ POROST				SPOJKA VERDIHO OPERA			POJIVOVÁ TKAŇ PEDAGOG. INST. ZKR.							KANÁL OPUŠTĚNÍ					
JMÉNO FENKY					NAPODOBI- TEL V UMĚNÍ CITOSLOVCE UPOZORNĚNÍ							SYN INICIÁLY HEREČKY RYBOVÉ							
ZPŮSOB UŠITÍ ODĚVU						VZOR ČERNOCH HANLIVÉ					LIDÉ HOVOR. CHORVAT- SKÝ OSTROV					ZESÍLENÝ ZÁPOR INDICKÁ ŘEKA			
	ITALSKÝ SKLADATEL LUGI	RAJ VEDENÝ V EVIDENCI					NÁZEV HLASKY N ROH MÍSTNOSTI			LUŠTĚNINA HUDEBNÍ DÍLO					INTERNÁT HOVOR. POVRCHOVÁ VODA				
BLÍZKO								OKRESNÍ VÝBOR ZKR. BOTY				VOJENSKÝ TLUMOK BOSENSKÉ MĚSTO						SVĚTOZNÁ- MY FYZIK ALBERT	DESET KRÁT DESET
BARVIVO NA VEJCE				OSOBNOST MOŽNÁ			OPASEK ZASTAR. HNŮJ						DO DNEŠNÍ- HO DNE SVATEBNÍ KVĚTINA						
DRUH PLISNOVÉHO SYRA					POHÁDKOVÝ ČARODĚJ CHUŤ K JÍDLU								VNUCOVAT LUDOLFOVO ČÍSLO						
UKRAJINSKÝ PŘÍSTAV						VÝKAL ZPĚVNÍ HLAS					HUDEBNÍ ŽÁNŘ SMĚR V OBLEČENÍ					DRUH INTER. VÝŠETŘENÍ ÚDER NOHOU			
	SPORTOV- NÍ TYM I TENTO						INICIÁLY HERCE VYDRY SODOVKA			NEJMENŠÍ Z PRSTŮ ŠVÉDSKÉ MĚSTO						UHEL. SKLA- DY ZKR. PANENKA DĚTSKÝ			POČESTNÉ
ODLIŠNÁ NÁŘEČNĚ				JMÉNO LVICE BABIČKA NĚMECKY				DIETNÍ PLODINA NEMOCNICE S POLIKLIN.					OSOBNÍ ZÁJMENO OTÁZKA PŘI SÁZCE				INICIÁLY HERCE CRUISE KRIK		
TOHO ČASU ZKR.			NĚMECKÉ MUŽ. JMÉNO INIC. ZPĚV. PILAROVÉ				PŘEDLOŽKA INIC. HERCE LUKAV- SKÉHO						KOCHAT IDENTIFI- KAČNÍ ČÍSLO ZKR.						
KLYSTÝRY						3. DÍL TAJENKY									NĚMECKÝ ZÁPOR				
ŠŤOURAT						FRAN- COVKA					O CO SLOVENSKY				NEMOC KŮŽE				

VYHRÁLI S DOBOU SENIORŮ

Správné řešení tajenky z lednového vydání DS: **Veselá dovolená po francouzsku je film o slunci, moři a svádění.** Správnou odpověď nám zaslali a štěstí při losování měli Vlasta Matouchová z Ústí nad Labem, Jiří Sluka z Lubna, Miroslav Žalský z Desané, Vlasta Bukačová z Prahy a Jana Dvořáková starší z České Kamenice. Výhercům blahopřejeme. Dostanou výhry od sponzora naší velké křížovky, pražského vydavatelství Enigma. To vydává také časopis Křížovky pro každého. Na řešení z této Doby seniorů čekáme do 20. února. Adresu redakce, na kterou můžete své odpovědi posílat, najdete v tiráži na straně 31. Přejeme příjemnou zábavu při luštění! Nezapomeňte napsat svou adresu, jinak nemůžeme případnou výhru poslat!

SUDOKU (21), vyhrává Iveta Drobná, Pardubice

Vážení čtenáři,

křížovky pro Vás připravuje redakce čtrnáctideníku Křížovky pro každého.



V tomto měsíci
2. a 16. února 2016
na novinových stáncích.

INZERCE Prodám mosazný hmoždír s paličkou. Cena 300 Kč. Praha. Tel.: 705 269 190

LEOŠI, DĚKUJEME A HODNĚ ZDRAVÍ!

Rada seniorů Plzeňského kraje by touto cestou ráda pogratovala svému předsedovi Leoši Jochecovi k významnému životnímu jubileu. V lednu oslavil krásných osmdesát let v plné síle! Děkujeme za jeho dosavadní práci a do dalších let mu přejeme pevné zdraví a spoustu spokojených dní!

Karel Knap

Redakce Doby seniorů a vedení Rady seniorů ČR se ke gratulaci připojují a zároveň děkují Leoši Jochecovi za jeho práci pro spojené seniorské hnutí. Těšíme se na další spolupráci a přejeme hodně zdraví, úspěchů i štěstí v osobním životě.

Redakce

NEBOJME SE STÁRNUTÍ

Vážená redakce, dovoluji si vám poslat příspěvek čtenáře.

Jednoho dne člověk pozná, že začíná stárnout. Pováží mu to ruce i nohy, klouby, páteř, hlava, srdce, dech i vrásky na kůži. Nerad si to přiznává a těžko si na to zvyká. Ale nebylo by moudré připínat k prošeďivějším skráním smuteční závoj a pokrývat svou tvář jeho stínem. I na bílé hlavy vysvitne slunce i pro ně se ještě vrací jaro rozkvetlých sněženek. Protože v životě není nic snadné, ani stárnutí se člověk nemusí odevzdat. I s ním se musí rvát. Jsou s tím samozřejmě potíže, naráží se na ně na každém kroku. Přese všechno, každý z nás na životě lpí. Už Sofoklés moudře řekl: „Nikdo nemiluje život tak, jako starý člověk.“

Musíme si zvyknout pomaleji žít. Mládí je divoká jarní voda, stáří je široká řeka klidněji tekoucí. V mládí člověk neustále někam chvátá, ve stáří zpomaluje své tempo, ale zato žije nějak hlouběji. Navzdory všemu je v nás něco, co nemusí zestárnout. Naše srdce. Ne ten důležitý sval, na němž závisí náš život, ale to v nás, co

je zdrojem našich citů a emocí. Stále ještě můžeme pro něco hořet, milovat či se dokonce zamilovat, něčím se těšit, po něčem toužit, o něčem snít a radovat se. Můžeme prožívat chvíle pohody a též vzrušení a štěstí. Pokud naše srdce neokorá, neotupí, nestaneme se lhostejnými, určitě nás ještě krásné a milé zážitky čekají. Jen ne sedět u okna a počítat projíždějící auta. Milovat život, zajímat se o všechno kolem, mít radost z každého nového dne, to je předpoklad oddálení stárnutí ducha i těla.

Nápomocny ke splnění těchto cílů jsou i různé aktivity městských svazů důchodců jako je tomu například v organizaci Svazu důchodců ve Frýdku Místku s jejím předsedou, kterým je pan Ing. Dalibor Kališ, držitel významného státního ocenění. Děkují

Josef Šablatura

MILÝ PANE ŠABLATURU,

i my děkujeme za váš příspěvek, máte pravdu, stárnout se dá s noblesou a aktivně, o čemž svědčí i příspěvky z nejrůznějších seniorských akcí, které nám do redakce přicházejí. Děkujeme za váš příspěvek a přejeme vám i panu Kališovi hodně zdraví a celé organizaci Svazu důchodců ve Frýdku Místku pak spoustu povedených akcí!

Redakce

ÓDA NA RADOST ZE ZVÝŠENÍ DŮCHODŮ

Je až dojemné, jak naši představitelé při svých statisí-cových příjmech hodili důchodcům alespoň kost – gesto hodné králů. Své pohrdání starými lidmi už ani lépe vyjádřit nemohli. Je obdivuhodné i to, jak rychle umí schválit (na rozdíl od jiných návrhů a bez obstrukcí) zvýšení platů vládních činitelů o tisíce korun a důchodcům o čtyři desetikoruny... I pohotovost, s jakou najdou zdůvodnění.

Vážíme si této velkorysosti a děkujeme.

Členky klubu seniorů Praha 4, Bránická

DOBA
seniorů

OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN

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 kupón vystřihněte nebo okopírujte a zašlete na adresu A.L.L. Production s.r.o., Box 21, 112 21 Praha 1. Pokud budete posílat v obálce, připište pod adresu příjemce heslo

„Předplatné Doby seniorů“. Obratem dostanete složenku, kterou předplatné uhradíte. Můžete využít i bankovního převodu. Peníze odešlete na konto, které je uvedeno na složenke. Zde najdete i Váš variabilní symbol, který nezapomeňte vyplnit. V případě nejasností nebo dotazu zavolejte do zákaznického centra ALL Production s.r.o. na tel.: **840 306 090**, kde Vám potřebné údaje rádi sdělí. Dotázat se můžete i prostřednictvím tohoto e-mailu: dobaseniuru@predplatne.cz.

Objednat předplatné DS lze přes internet na adrese:

<http://predplatne.cz/katalog/spolecenske-casopisy/>

Předplatným můžete udělat radost svým blízkým a přátelům.

jméno:

příjmení:

ulice:

číslo popisné:

město:

PSČ:

telefon:

e-mail:



PORADNY RS ČR

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

KONTAKTNÍ ÚDAJE REGIONÁLNÍCH PRACOVÍŠŤ RS ČR:

Brno:

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

České Budějovice

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

Hradec Králové:

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

Kladno

Cyrila Boudy 1444 – kancelář 125
Telefon: 739 944 655
Úřední hodiny: čt 13–16 hod.
E-mail: rs.kraj@seznam.cz
Předsedou KRS je Miloslav Vajs

Ostrava:

Dům odborových služeb
U Tiskárny 578/1, 3. patro
Telefon: 596 104 221-2,
723 697 356 Ing. Karel Žák
E-mail: poradna.ostrava@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště je
Ing. Oldřich Pospíšil.
Webové stránky krajské rady MS kraje:
www.ms-seniors.cz

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 15 do 18 hod.
a každou středu od 15 do 18 hod.

Zlín

Kvítková 4323, Telefon: 606 171 503
E-mail: rscr.zlin@seznam.cz
Návštěvní hodiny: pondělí 10–12 hod.
Předsedkyní RS ZK je Iva Pilková.

UPOZORNĚNÍ

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

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



SERIÁL DS

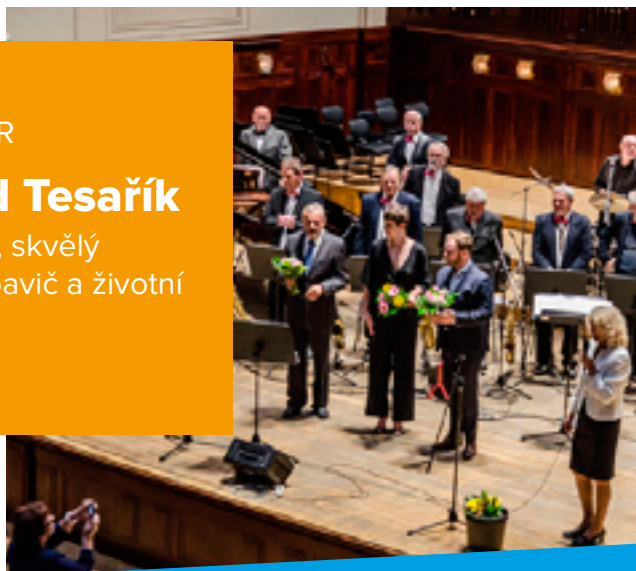
České objevy a vynálezy,
které dobyly svět

Iodní šroub

ROZHOVOR

Richard Tesařík

– pedagog, skvělý
vypravěč, bavič a životní
optimista



Další číslo DS vychází 26. února



BEZ ČEKÁRNY

– bytová poradna

Řešíme problémy s vodoměry

Šéfredaktor Ing. Lenka Desatová. Adresa redakce a inzerce: Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3 – Žižkov, e-mail: dobaseniouu@email.cz. Kontakt výlučně pro inzerce: obchod@reflexadvertising.cz. S redakcí se můžete také spojit prostřednictvím pražské poradny RS ČR. Vydává Rada seniorů ČR (www.rscr.cz). Grafická úprava: Matouš Johanides. Tisk: Triangl, a.s. Rozšiřují PNS a Česká pošta, předplatné agentura A.L.L. Production, s.r.o., box 732, 111 21 Praha 1, Tel.: **234 092 851**, e-mail: dobaseniouu@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.

JSME VŠUDE TAM, KDE STARŠÍ GENERACI O NĚCO JDE

Jediný celostátní měsíčník v ČR, který vydávají samotní senioři.
Informace, rozhovory, reportáže a poradny, které potřebujete.
Zajímavosti, zábava a soutěže o ceny, které Vám osladí den.



**PŘEDPLATNÝM DS URČITĚ UDĚLÁTE RADOST
I SVÝM BLÍZKÝM A PŘÁTELŮM!**

Ve volném prodeji jen za 18 Kč, v předplatném 16 Kč (ročně 192 Kč). Rozšiřuje PNS, předplatné si zajistíte na adrese A.L.L. production s.r.o, Box 32, 112 21 Praha 1. Tel.: **234 092 851**, e-mail: dobaseniuru@predplatne.cz.

DOBA SENIORŮ JE TU I PRO VÁS. SEZNAMTE SE S NÍ!

Pokud můžete, odstříhňte a stránku jako leták umístěte v místech, která navštěvují senioři.
A nejenom oni. Doba seniorů je tu totiž pro každého, kdo chce vědět víc o životě starší generace.