

DOBA seniorů

č. 7 / VIII. ROČNÍK ČERVENEC 2012 18 Kč

Cena v předplatném 16 Kč

Lad'a Kerndl o svých láskách i o zlé rakovině

Hledá se nová
EUROBABIČKA

HANBA: Vláda obírá důchodce

Víte co je DUCEK?



9 771801 585003





**Rada seniorů
České republiky**
občanské sdružení

PORADNY RS ČR

Sídlo pražské poradny Rady seniorů České republiky je v Domě odborových svazů v Praze 3, nám. W. Churchilla 2. Telefonní spojení: 234 462 073-7. Poradny Rady seniorů ČR jsou i letos pro všechny seniory zdarma. Návštěvní hodiny: Každý pracovní den (8-14 hod.) je otevřena poradna sociální. Pracovníci poradny vyřizují každé pondělí a středu (14-16 hod.) otázky právní, každé úterý a čtvrtek (14-17 hod.) otázky bytové.

KONTAKTNÍ ÚDAJE

REGIONÁLNÍCH PRACOVISŤ 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.

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.

Ostrava:

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

Plzeň

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

Zlín

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

UPOZORNĚNÍ

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

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

Černá můra bydlení

Jedním z klíčových požadavků seniorských protestů bylo a je urychlené přijetí zákona o sociálním bydlení seniorů. Dnes totiž nebylo splněno to, co v roce 2006 občanům slibovala Topolánková vláda – a sice přijetí zákona o sociálním bydlení, který by Českou republiku i v tomto směru přiblížil poměrům, které jsou dávno skutečností v Německu, Rakousku a dalších zemích, vycházejících z podobných kulturních tradic jako my. Topolánek slíbil, ale nesplnil. A ani jeho pokračovatelé nijak nespěchají a tak zákon chybí dodnes.

Tisíce osamělých starobních důchodců v Praze, Brně a v dalších velkých městech jen s velkými obtížemi platí vysoké náklady na nájemní bydlení, které dosahují 90 a více % jejich příjmů. Z toho, co jim po zaplacení činže zbude, jen přežívají. Často nemohou koupit předepsané léky, bojí se poplatků v nemocnici, nemají na nákup potravin a dalších základních životních potřeb. Mnohdy se rozhodují zda léky či jídlo... Současné sociální dávky finanční dostupnost nájemního bydlení osamocených seniorů neřeší.

Občas je slyšet, že senioři si za to mohou sami. Prý měli dostatek času opustit nadměrné byty a přestěhovat se do menších. Není to pravda. Nejen proto, že malometrážní byty jsou nedostatkovým zbožím, protože se navzdory varování zaspalo s jejich výstavbou. Na domov seniorů se čeká roky. A smutnou skutečností je, že i nájem v malých bytech přesahují možnosti. Zejména osamělých vdov s nižšími důchody.

A situace se může zhoršit, protože i v Praze a dalších velkoměstech začnou od příštího roku platit smluvní nájem. Byť ceny nemovitostí klesají a bombastické developerské projekty až na pár z ruských a dalších zbohatlíků zejí prázdnotou, už jsou slyšet předpovědi zvýšení nájmů a to někdy řádově i o desítky procent.

Jistě, nájemníci se budou moci bránit a lichvářské činže řešit i u soudu, ale je otázkou, zda starší lidé budou mít odvahu podobnou možnost využít. Na rozdíl od milionů vyhozených za nesmyslnou propagaci amerického radaru, zde skutečně potřebná osvěta dosud chybí.

Na nedávném kulatém stole o sociálních službách zaznělo, že vláda se zbavuje odpovědnosti a snaží se ji přesunout na kraje. V případě bydlení odpovědnost leží zatím na obcích: zda obecní byty nebudou vidět jen jako zdroj příjmů, ale také i jako záchranný kruh pro sociálně slabší. A možná i jako nástroj v cenové bitvě s lichváři při stanovování místně obvyklého nájemného. Modely záchranného kruhu bydlení na lokální úrovni existují a mají často podporu napříč politickým spektrem. Odpovědní v obcích jsou k problémům blíž a vnímají je na rozdíl od centrální vlády na vlastní kůži.



Neplatí to ale všude, obecně platná pravidla nad rámec současných sociálních dávek chybí. Vidina rostoucího počtu bezdomovců v seniorském věku v ČR není dosud zažehnána. Nadcházející volby jsou vedle protestů další příležitostí, jak situaci začít měnit. Že je to možné, ukázal v červnu i rozpad pravicové koalice v Praze 3 a odchod kmotry ovládané ODS po téměř dvaceti letech do opozice. I zde na počátku všeho byly protesty a tlak občanů.

František Vonderka

šéfredaktor

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

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

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE 27. července 2012

Stáří vyšlo protestovat

do ulic



Náměstí Jana Palacha v Praze bylo ve středu 30. května dějištěm ojedinělé události. Před majestátním Rudolfinem se uskutečnil první protest seniorů v dějinách České republiky. Věc natolik ojedinělá, že o ní později budou informovat nejen média v sousedních evropských státech, ale i v USA a Austrálii. Spolupředatelé akce byli zdravotně postižení, odbory, občanské iniciativy – a tentokrát i studenti.

Většinu účastníků několikatisícové demonstrace, jak ukazují bělovlasé hlavy, tvoří staří lidé. Mnozí horké odpoledne snášejí jen s obtížemi. Pohyb jim moc nejde, stání už také, ale přišli nebo přijeli za ušetřené peníze, protože už nechtějí mlčet k příkoří, které se na ně snáší. Na náměstí zastupují ty, kteří z různých důvodů přijít nebo přijet nemohli. Zdravotně už by to nezvládli, často ale také nemají peníze na cestu. Státem garantované slevy na dráze vláda seniorům zrušila. Nyní chystá snížení valorizací, které ve skutečnosti bude znamenat pokles příjmů důchodců.

Ti se cítí podvedeni: vláda přece slibovala, že bude důchodcům reformy kompenzovat.

Místo toho je bezohledně obere a žene mnohé na pokraj očividné bída.

Před zahájením demonstrace obcházím účastníky a u obleženého stánku, kde se podepisuje petice s požadavky seniorů, se ptám, proč na Palachovo náměstí přišli. „Protože se už nedá vydržet, co s námi dělá vláda,“ odpovídá mi paní Vlasta Kučerová z Prahy 3

a vysvětluje svoji situaci: „Za nájem a poplatky zaplatím přes šest tisíc a na vše ostatní mi zůstane jen 2 900 korun. Ať to zkusí, vyjít s takovou almužnou, ať z toho zkusí platit za jídlo a za léky, nedejbože za pobyt v nemocnici. Vydávám obrovské peníze na nájem a můj byt přitom má jen osmnáct čtverečních metrů!“ Karel Pelc



z Prahy 10: „Neustále nám lžou. Říkali, že DPH musí zvýšit, aby bylo na důchody. Teď nám je ale snižují. Kde jsou peníze, které jsme si celý život platili? Ať nám řeknou, kdo je rozkradl! Je to lumpárna, co se u nás děje, k tomu nejde mlčet!“

Jiřina Machů přijela z Kladna: „O demonstraci jsem se dověděla z Doby se-

niorů a hned jsem se rozhodla, že na ni pojedu. Vadí mi, jak nám vláda ubližuje. Vadí mi, když paní poslankyně Pecková drze a cynicky prohlašuje, že když se ubere důchodcům, tak se vlastně nic nestane, protože zažili už i horší věci. Musíme jim ukázat, že si to nenecháme líbit. Proto jsem tady.“

Jiří Jirsa přijel do Prahy z Třeště u Jihlavy: „V důchodu jsem osm let a mám důchod něco přes osm tisíc a měl bych se podle vlády uskrovnit. Oni si přitom přidávají statisíce, miliony mizí v kapsách

slovenských seniorů. Za bývalé vlády zažili podobné zacházení a tak obsahem je hlavně pochopení a solidarita s protestními akcemi jejich českých protějšků. Hned nato se slova ujímá předseda pořádající

odcházet v 70 a více letech. Snížila příjmy penzijního účtu z šesti na čtyřnásobek průměrné mzdy. Výpadek bude 5 miliard Kč. Seniorům zrušila státem garantované slevy na železnici.



korupčníků a nikdo za to prý nemůže. To už musí člověka naštvat. Byl bych

Rady seniorů Zdeněk Pernes. V projevu, který bude citován v mnohých zahranič-

A zvýšila daň pracujícím důchodcům. Přitom většina ze 157 000 ekonomicky



rád, kdybychom jim to mohli říct osobně. Ale oni určitě nevylezou, jsou zalezlí jako křečci...”

To už je demonstrace zahájena. Náměstí je plné, zdůvodnění protestu je vidět i opticky na četných transparentech. Moderátor vítá přítomné, pak čte poselství

ních médiích vypočítává, co vše Nečasova vláda způsobila: Zavedla nový výpočet penzí, který diskriminuje 70 % mladých důchodců. Penze budou mít nižší až o 600 Kč měsíčně. Vymyslela světový experiment, tj. neomezený důchodový věk, takže naši pravnuci budou do penze

aktivních důchodců pracuje i v 70 letech proto, aby mohli lidsky důstojně žít.

Výčet komentuje zvoláním: „Hanba této vládě!“ Náměstím se valí rozhořčená tisícová ozvěna: Hanba, hanba! Jsou vidět zdvižené chlupaté pěsti i hubené pěstičky starců a stařenek.

Předseda Pernes dále hovoří o devastujících dopadech vládou prosazované změny valorizačního mechanismu starobních penzí. Protesty seniorů vynutilo i to,

řízení... Proto jsme tady přátelé, a já Vám děkuji, že jste připraveni se bránit. Senioři v ulicích to není senzace! To je tragédie. Tragédie politiky, tragédie etiky, tragédie

Náměstím opět zní masové Hanba vládě a pískot. Další projev má předseda Národní rady osob se zdravotním postižením Václav Krása. K řečništi přijíždí na



že vláda se s nimi o problémech odmítla bavit: „Využili jsme všech možností, abychom devastaci seniorské populace

Ve čtvrtek 21. června předali předseda RS ČR Zdeněk Pernes a člen petičního výboru Ivo Mach v budově poslanecké sněmovny podpisové archy petice na podporu seniorských požadavků. Bylo na nich 27 063 podpisů, což bohatě stačí k tomu, aby se sněmovna musela peticí zabývat. Archy přebírala místopředsedkyně petičního výboru, poslankyně za ČSSD Hana Organíková. Ta také seniorským akcím vyjádřila svoji plnou podporu. Podpisových archů bylo tolik, že se musely odvážet na nákupním vozíku...



Seniorská demonstrace za práva důchodců se uskutečnila 30. května i v Lounech

zabránili. Jak premiér, tak i předsedkyně poslanecké sněmovny s námi jednat odmítli, navíc byla porušena všechna pravidla legislativního procesu! Zákon byl poslancům předložen bez připomínkového

morálky, tragédie kultury a mezigenerační solidarity. Hlavně, že letošní rok je Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity, ke kterému se český stát přihlásil. Senioři stávkovat nemohou. Doufáme, že tak učiní naše děti.“

invalidním vozíčku. „Tíží nás stejné problémy,“ konstatuje a vypočítává, o co vše zdravotně postižení v posledních letech přišli. Mají ještě nižší příjmy než ostatní a ještě větší potřebu léků, ošetření, služeb, nejrůznějších pomůcek.

Také on opakuje, jak časté začíná být „smrtící dilema“ – zaplatit jídlo, nájem, nebo léky? Projevy jsou stručné. Stručnost je dána i možnostmi starších lidí na náměstí, kteří nevydrží dlouhou stát.

Předseda odborářské centrály ČMKOS Jaroslav Zavadil ve svém projevu reaguje na to, že premiér Petr Nečas označil probíhající protesty za nelegitimní. „Nelegitimní je tato vláda, podle toho, jak se chová, vláda, které nevěří 80 procent občanů.“

Náměstí odpovídá souhlasným potleskem, pískotem, troubením a skandováním Hanba vládě, demise, demise...



To, že idoly mladých nejsou tvůrci skandální propagandy ve stylu Přemluv bábu, přichází na náměstí vyjádřit Lukáš Matoška, mluvčí iniciativy Za svobodné vysoké školy. Mj. říká, že zájmy studentů a seniorů a jsou totožné, protože mají společnou ekonomickou zranitelnost. Obě skupiny jsou závislé na mezigenerační solidaritě, na podpoře ze strany střední generace. Upozorňuje také, že průběžný penzijní systém a veřejné vysoké školy patří k posledním veřejným službám,

kteří dosud fungují. Lákají k privatizaci, protože by mohly být výnosným byznysem...

Pak už předseda Svazu důchodců ČR Oldřich Pospíšil čte společné prohlášení účastníků. Jeho podstatným obsahem jsou požadavky ze seniorských petic:

■ 1. Trváme na skromné valorizaci českých důchodů dle stávající díkce zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění. A aby na ni byly peníze tak současně:

■ 2. Žádáme vládu o odstranění zastrovování příjmů průběžného penzijního systému a o odložení realizace tzv. II. pilíře penzijní reformy.

■ 3. Desetitisíce osamělých senierek a seniorů v Praze, Brně a v dalších velkých městech jen s velkými obtížemi platí vysoké náklady na bydlení, které dosahují 90 a více % příjmů. Chybějí prostředky na nákup předepsaných léků, poplatků v nemocnici, na nákup potravin, nápojů a dalších základních životních potřeb. Současné sociální dávky finanční dostupnost nájemního bydlení osamocovaných seniorů neřeší. Proto žádáme vládu o urychlené přijetí zákona o sociálním bydlení seniorů.

■ 4. Žádáme vládu o urychlenou úpravu doby placení poplatku za pobyt ve zdravotnickém zařízení. Náš systém, kdy platba za pobyt na lůžku není časově limitována je ve světě ojedinělý a sociální k občanům, kteří se ze zdravotních důvodů musejí dlouhodobě léčit ve zdravotnickém zařízení. Žádáme upravit tuto

platbu maximálně do 30 dnů tak, jak to je ve všech zemích v Evropě.

Shromáždění na náměstí končí. Z reproduktorů zní česká národní hymna, utlá dívka ji pro neslyšící překládá do znakové řeči. Úchvatná podívaná nabírá emocemi... V sadě skví se jara květ, zemský ráj to napohled. A to je ta krásná země, země česká, domov můj...“ Mnohým lidem v té chvíli po tvářích tečou slzy. Tóny hymny doznívají, s nimi končí i dojemný balet rukou ve znakové řeči, účastníci demonstrace se řadí do průvodu a směřují k sídlu vlády na druhém břehu Vltavy. Vpředu hned za policejním doprovodem jedou vozičkáři. Parafráze Máme hole v rukách, zrozená z dnes již historického „máme holé ruce“ tu má stonásobné naplnění. Bez nich by mnozí ke Strakově akademii nedošli...

Pokus předat požadavky na úřad vlády vychází dlouho naprázdno. Přitom premiér dopředu slíbil, že požadavky seniorů převezme pracovník jeho kabinetu. Čekání doprovází skandování Zbabělci, zbabělci! Transparent hlásá Přišli jsme se s vámi rozloučit! Lidé stojí téměř půl hodiny za bariérou, za kterou postává několik posmutnělých policistů. Zřejmě i oni cítí s unavenými seniery na druhé straně. Konečně se vládní úředník zjevuje, chvatně přebírá papír a mizí opět v budově. Tak chutná moc a tak se projevuje necitlivost, neúcta ke stáří a arogance na druhou.

(fav) ■

Foto: autor a spolupracovníci DS

Jak hlasovali v parlamentu

Navzdory protestům veřejnosti hlasovala Poslanecká sněmovna PČR na své 40. schůzi 13. června o novele zákona o důchodovém pojištění. Schválili nižší růst penzí od ledna příštího roku. Novela o snížení valorizace starobních penzí byla přijata, ačkoli žádná s parlamentních stran podobné opatření nepropagovala ve své předvolební kampani. V nich naopak slibovaly, že budou zájmy důchodců hájit. Také zvýšení DPH bylo dlouho odůvodňováno jako krok k upevnění penzijního systému.

Hlasování o novele bylo přítomno 186 poslanců, k jejímu prosazení bylo třeba 94 hlasů. Nakonec pro ni hlasovalo 95 zákonodárců. Proti jich bylo 89. Pro hlasovali

prakticky všichni poslanci současné vládní koalice. Z poslanců ODS 44 hlasovalo ANO, šest se hlasování nezúčastnilo, jeden jediný se zdržel (Jan Bauer). Ze zákonodárců TOP 09 jich 40 hlasovalo pro, chyběla pouze omluvená poslankyně Vlasta Parkánová, o jejíž vydání žádala policie. Jako jeden muž pro novelu hlasovali i poslanci z platformy kolem místopředsdkyně vlády Karoliny Peake, která oficiálně dosud figuruje mezi tzv. nezařazenými (všichni poslanci, kteří opustili strany, za které byli zvoleni). Z nich se pro okleštění valorizací vyslovili Lenka Andryšová, Pavel Bém, Michal Doktor, Dagmar Navrátilová, Viktor Paggio, Karolína Peake, Jiří Rusnok,

Jaroslav Škárka a Radim Vysloužil, proti byli Vít Bárta, Jiří Paroubek a Jiří Šlégr, u hlasování chyběli policii stíhaní David Rath a Martin Vacek, zdržela se Kristýna Kočí. Proti novele byli všichni přítomní poslanci ČSSD a KSČM. Z poslanecké skupiny Věci Veřejných, která zbyla po odchodu Karoliny Peake, jejích lidí a dalších dnes nezařazených zákonodárců, se většina přítomných vyslovila proti novele, pro hlasoval Milan Šťovíček.

Postoje jednotlivých stran bude jistě dobré zhodnotit při nadcházejících volbách. A všech, kdo novele řekli ano je třeba se také neustále ptát, kdy to, co nyní vláda s jejich pomocí důchodcům bere, jim také vrátí. Zatím lze doufat, že ostudnou novelu poslancům do sněmovny vrátí Senát.

(red) ■

ČR pod evropským průměrem

Rozdíl mezi důchodem a průměrným výdělkem je v České republice větší, než tomu je ve většině členských zemí EU.

Vyplyvá to z údajů Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD) o hrubém náhradovém poměru důchodu k průměrnému výdělku. Česko je pod průměrem zemí OECD, který činí 57,5 %.

Česká penze odpovídá v průměru polovině platu ekonomicky aktivních lidí. V Rakousku, Dánsku či Maďarsku dosahuje k jeho třem čtvrtinám.

Průměrná mzda v ČR činila na konci loňského roku asi 24 320 korun hrubého. Dosáhla na ni přibližně čtvrtina lidí v zemi. Průměrná penze se dostala na 10 552 korun. Muži pobírali v průměru 11 700 korun, ženy 9 584 korun.

A jak na tom tedy jsme v porovnání s jinými státy? V tabulce vytvořené na základě kritérií OECD vyplyvá následující procentuální poměr důchodu k průměrnému výdělku v procentech:

Velká Británie 31,9	USA 39,4
Belgie 42	Německo 42
Kanada 44,4	Francie 49,1
Česko 50,2	Norsko 53,1
Portugalsko 53,9	Slovensko 57,5
Švédsko 58,4	Polsko 59 u mužů, 43 u žen
Slovinsko 62,4	Turecko 64,5
Itálie 64,5 u mužů, 50,6 u žen	Maďarsko 75,8
Rakousko 76,6	Dánsko 79,7
Španělsko 81,2	Nizozemsko 88,1
Řecko 95,7	

I když na žebříčku OECD za českými důchodci skončili v poměru penze k průměrnému výdělku třeba němečtí, britští, ale i američtí či kanadští penzisté, realita za statistickými daty je jiná. Na rozdíl od českých seniorů nejsou totiž tamní dů-

chodci většinou odkázáni jen na peníze ze státního solidárního systému, ale mívají další zdroje jako různá připojištění a spoření. Příjem českých penzistů však tvoří zhruba z 95 procent právě pouze státní důchod. I proto, že možnost jiných zdrojů u nás dříve prostě nebyla.

Ve Velké Británii, která vykazuje poměr důchod-výdělek 31,1 %, tak např. základní státní penze, která se stanovuje podle cen, činí měsíčně u jednotlivce asi 434 liber (12 820 korun) a u páru 694 liber (20 500 korun). Většinu důchodcovských příjmů tvoří ale ještě jejich druhá část - státní penze podle platu a nejrůznější připojištění. Průměrný penzista se tak po zdanění dostává měsíčně asi na 1050 liber (31 024 korun), dvojice na 1649 liber (48 730 korun). Průměrný plat v prosinci byl asi 1976 liber (58 390 korun).

Nižší poměr penze k důchodu také vykazují státy s mnohem vyšší životní úrovní. V sousedním Německu (poměr 42 %) se v roce 2010 podle OECD vydělávalo v průměru asi 3230 € hrubého měsíčně (79 200 korun). Ve východní části země průměrný důchod činil 1034 € (25 350 korun), na západě pak 1176 € (28 840 korun). V Belgii (také poměr 42 %) se průměr-

ný hrubý příjem pohyboval kolem 2589 € (63 490 korun). Hrubý důchod v průměru



V poměru důchodů k platům jsme už dnes pod průměrem OECD. Po vládním snížení valorizace se tyto nůžky dále rozevrou v neprospěch českých důchodců. Argumentuje se mankem ve státní pokladně, za které však důchodci nemohou.

dosahoval 1438 € (35 272 korun). Nutno dodat, že cenově se státním s vyšší životní úrovní již nejen blížíme, ale v některých položkách je i předstihujeme.

Nečasova vláda nyní prosazuje, aby české penze rostly pomaleji. Kritizují to nejen seniorské organizace, ale také opozice, odbory i mnozí ekonomové. Faktem totiž je, že po malém přidávání ve skutečnosti důchodcům příjem klesne, a to kvůli růstu cen. Nůžky mezi mzdou a důchodem ještě víc rozevrou a mnozí senioři se propadnou do chudoby. Omezení valorizace vzhledem k nižší průměrné penzi dopadne mnohem citelněji na seniorky. Důchodkyně tvoří přitom početně mnohem silnější skupinu, protože se dožívají vyššího průměrného věku než muži. Mnohé osamělé vdovy už dnes sotva přežívají. Další reálný pokles důchodu pro ně může znamenat katastrofu. A nejen pro ně.

(red)

To jim to trvalo!

Zákonodárci konečně vyslyšeli volání spotřebitelských organizací po vyšší ochraně českých spotřebitelů, především seniorů. Z občanského zákoníku odstranili ustanovení, které hojně zneužívali vychytralí pořadatelé předváděcích akcí a podomní prodejci. Ke zlepšení postavení zákazníků dochází u veškerých

nákupů uskutečněných mimo prostory obvyklé k podnikání, tedy zejména při podomních prodejkách a nechvalně známých předváděcích akcích. Prodejcem se už nadále nevyplatí nutit zákazníky, aby podepsali pozvánku na osobní návštěvu k sobě domů, ačkoliv k žádnému pozvání nedošlo a předváděcí akce se konala například v restauraci. Za dosavadní právní úpravy po takovém podpisu přišel kupující o právo odstoupit od smlouvy

úplně nebo se ho domáhal složitým dokazováním.

Od 14. června dochází k výraznému zlepšení práv zákazníků, neboť ustanovení o možnosti sjednání osobní návštěvy bylo ze zákona vypuštěno. Zákazníci by tedy neměli být zbaveni možnosti, aby si ve 14 dnech rozmysleli, zda nákup, učiněný často pod nátlakem, opravdu chtějí uskutečnit.

(red)

Paragrafy o bydlení 5

Nájemné a způsoby jeho sjednávání

Podle ustanovení § 696 odst. 1 se „Nájemné při uzavírání nájemní smlouvy nebo změna nájemného v průběhu trvání nájemního vztahu sjednává dohodou mezi pronajímatelem a nájemcem, nestanoví-li tento zákon nebo zvláštní právní předpis jinak.“

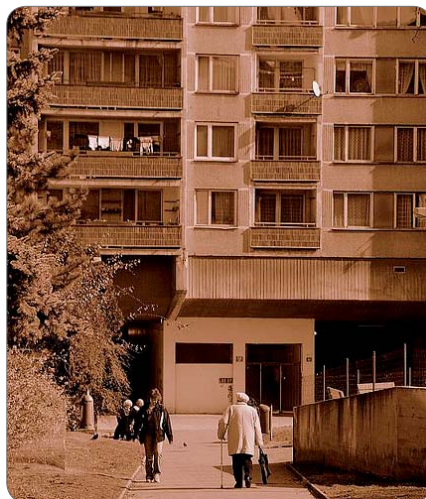
Zvláštním právním předpisem byl donedávna zákon č. 107/2006 Sb., o jednostranném zvyšování nájemného z bytu, který nabyl účinnosti dne 31. 3. 2006, a podle kterého mohl pronajímatel jedenkrát ročně počínaje dnem 1. 1. 2007 jednostranně zvyšovat nájemné v bytech s tzv. regulovaným nájemným na hodnoty vyhlášené Ministerstvem pro místní rozvoj ve sděleních zveřejněných ve Sbírce zákonů. Účinnost zákona a proces tzv. „deregulace“ nájemného ve většině obcí skončil ke dni 31. 12. 2010 s výjimkou bytů s regulovaným nájemným v hlavním městě Praze, v obcích Středočeského kraje s počtem obyvatel k 1. lednu 2009 vyšším než 9 999 a městech České Budějovice, Plzeň, Karlovy Vary, Liberec, Hradec Králové, Pardubice, Jihlava, Brno, Olomouc a Zlín, kde účinnost zákona č. 107/2006 Sb. a „deregulace“ nájemného končí ke dni 31. 12. 2012.

Zcela nová znění odstavců 2 až 4 v § 696 upravující postup, kdy k dohodě o nájemném mezi nájemcem a pronajímatelem nedojde, nabylo účinnosti již dnem vyhlášení novely, tj. dne 25. 5. 2011. V obcích, kde „deregulace“ nájemného končí ke dni 31. 12. 2012 pak tato část zákona podle přechodných ustanovení nabývá účinnosti dnem 1. 1. 2013. **Pro určení nájemného u družstevních bytů se ustanovení odst. 2 až 4 nepoužijí (§ 696 odst. 5).**

Nové odstavce 2 až 4 v § 696 znějí následovně:

■ Odst. 2 „Nedošlo-li ke sjednání nájemného dohodou, může pronajímatel písemně navrhnout nájemci

zvýšení nájemného. Souhlasí-li nájemce s návrhem na zvýšení nájemného, zvyšuje se nájemné počínaje třetím kalendářním měsícem od doručení návrhu. Nesdělí-li nájemce pronajímateli písemně do dvou měsíců od doručení návrhu, že se zvýšením nájemného souhlasí, má pronajímatel právo navrhnout ve lhůtě dalších tří měsíců, aby výši nájemného určil soud. Soud na návrh pronajímatele rozhodne o určení nájemného, které je v místě a čase obvyklé. Výši nájemného soud určí ke dni podání návrhu soudu.



Smluvní nájemné bude už brzy platit i v Praze a dalších velkoměstech. I v panelových bytech, kdysi znectěných názvem „králíkárny“....

■ Odst. 3 „Soud může rozhodnout podle odstavce 2 také v případě nájmu, kde bylo nájemné sjednáno dohodou, a jde o nájem na dobu neurčitou, jestliže došlo k podstatné změně okolností, z nichž při sjednávání nájemného pronajímatel nebo nájemce vycházel.“

■ Odst. 4 „Navrhuje-li nájemce snížení nájemného, použijí se ustanovení odstavců 2 a 3 obdobně.“

Novela tedy jednoznačně upřednostňuje dohodu o nájemném. Prona-

jímatel a nájemce se mohou dohodnout jak na zvýšení, tak na snížení nájemného.

Z jednání o nájemném se v praxi zažil pojem „místně obvyklé nájemné“ nebo „obvyklé nájemné“.

Zákon definici tohoto pojmu neobsahuje, nicméně i podle důvodové zprávy k novele lze alespoň analogicky vyjít ze zákona č. 151/1997 Sb., o oceňování majetku a o změně některých zákonů. Dle § 2 odst. 1 tohoto zákona se „obvyklou cenou“ rozumí „cena, která by byla dosažena při prodeji stejného, popřípadě obdobného majetku nebo při poskytování stejné nebo obdobné služby v obvyklém obchodním styku v tuzemsku ke dni ocenění. Přitom se zvažují všechny okolnosti, které mají na cenu vliv, avšak do její výše se nepromítají vlivy mimořádných okolností trhu, osobních poměrů prodávajícího nebo kupujícího ani vliv zvláštní obliby. Mimořádnými okolnostmi trhu se rozumí například stav tísně prodávajícího nebo kupujícího, důsledky přírodních či jiných kalamit. Osobními poměry se rozumí zejména vztahy majetkové, rodinné nebo jiné osobní vztahy mezi prodávajícím a kupujícím. Zvláštní oblibou se rozumí zvláštní hodnota přikládaná majetku nebo službě vyplývající z osobního vztahu k nim.

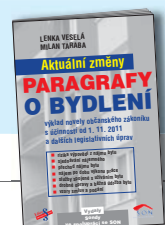
Z ustanovení zákona č. 151/1997 Sb. by tedy bylo možné dovodit, že „obvyklým nájemným“ je nájemné, za které by bylo možno pronajmout byt v daném místě, stavu a čase, přičemž do jeho výše nemohou být promítnuty mimořádné okolnosti trhu, osobní poměry nájemce a pronajímatele, ani vlivy zvláštní obliby.

Seriál připravujeme ve spolupráci se Sdružením nájemníků ČR (SON).

Příště: Co hlavně rozhoduje



Knihu Paragrafy o bydlení lze zakoupit za 187 Kč v pracovní dny od 9 do 15 hodin v budově Domu odborových svazů nám. W. Churchilla 2, Praha 3 buď v Nakladatelství Sondy, 4. patro, č. dveří 409 nebo v kanceláři Sdružení nájemníků ČR, přízemí, č. dveří 5. Výše uvedené kontakty slouží i pro písemné objednávky a následné zaslání na dobírku.



Cena za odvoz komunálního odpadu



Mnozí družstevníci, kteří se stali vlastníky bytů, jsou překvapeni rozhodnutím členské schůze vlastníků jednotek, která většinou hlasů rozhodla o změně placení za odkládání komunálního odpadu. Dříve platili podle počtu osob a nyní mají platit podle plochy svého bytu. Mnozí s tím nesouhlasí a považují takové rozhodnutí za nespravedlivé. Nelíbí se jim, že řada vlastníků bytů pronajala své byty nájemcům a je jim tedy zcela jedno, kolik budou platit za odpad, protože placení přenesou automaticky na nájemce. Naopak vlastníci, kteří v bytech o velké ploše zůstali sami, jsou tímto postupem znevýhodněni a cena za odkládání odpadu jim vzroste.

Protesty přehlasovaných vlastníků jednotek, kteří trvají na původním způsobu rozpočítávání podle počtu osob, nemají smysl, protože o rozpočítání ceny rozhodl příslušný orgán společenství vlastníků jednotek demokratickým způsobem a v souladu se zákonem o vlastnictví k bytům.

Na druhou stranu je třeba objektivně uznat, že nový způsob je zcela nezávislý na počtu osob v bytech a výpočet ceny tedy nezávisí na tom, zda vlastník bytu splnil či nesplnil svou povinnost danou stanovami společenství, tj. oznamovat bez zbytečného odkladu počet osob podí-

Volně stojící popelnice bývají nejen zdrojem nepořádku, ale v době zdražování odvozu komunálního odpadu jsou i lákadlem pro „šetřilky“ z širokého okolí...

lejších se na službách spojených s užíváním bytu. Oznamovací povinnost někteří vlastníci neplní a donutit je k tomu bývá velmi obtížné.

Oba způsoby jsou tedy možné a každý z nich má své opodstatnění. Záleží na tom, jak se vlastníci jednotek na schůzi demokraticky rozhodnou hlasováním.

Jak se tedy dá překontrolovat výpočet ceny za odkládání odpadu novým způsobem? Postupujeme krok za krokem na konkrétním příkladu:

Krok 1

Nutno zjistit spoluvlastnický podíl na společných částech domu, protože ten je totožný s novým způsobem rozpočítání nákladů na odvoz komunálního odpadu. Ve smlouvě o vlastnictví bytu nebo v prohlášení vlastníka vloženém do katastru se nejprve zjistí plocha vlastněného bytu a plocha všech ostatních jednotek včetně tohoto bytu. Protože se plochy stanovují na stonásobky nebo tisícinásobky, může být např. plocha bytu 42 m² vyjádřena číslem 42 000. Obdobně plocha všech jednotek je pak vyjádřena např. číslem

420 000. Spoluvlastnický podíl pak je zlomek, kde v čitateli je plocha jednotky a ve jmenovateli plocha všech jednotek. V našem příkladu je spoluvlastnický podíl $42\,000/420\,000 = 0,10 = 10\%$.

Krok 2

Dotazem u popelářské firmy se zjistí roční cena za odvoz obsahu odpadových nádob. Dejme tomu, že jde o kontejner vyvážený dvakrát týdně, což ve velkém městě může stát plus mínus 14 000 Kč. Údaje je třeba zjišťovat u konkrétní firmy, jejíž název je vyznačen na odpadových nádobách, nebo podle loga na popelářském voze, protože se ceny konkurujících si firem mohou lišit.

Krok 3

Konkrétní cena pro bytovou nebo nebytovou jednotku se pak zjistí tak, že se zjištěná roční cena vynásobí spoluvlastnickým podílem vlastníka konkrétní jednotky. V našem příkladu vychází roční cena $14\,000 \cdot 0,10 = 1\,400$ Kč. Od této ceny se při zúčtování záloh odečtou zaplacené měsíční zálohy za zúčtovací období a výsledkem je buď přeplatek, nebo nedoplatek za tuto službu.

Ing. Karel HANAUER ■

bytová poradna Rady seniorů ČR Praha

Poradna pro práci s PC

Proč jít na sociální síť

Jako v každé lidské činnosti, najdou se přílišní obdivovači, ale i povýšení zatracovači. Sociální síť je zábava či prostředek ke komunikaci a vzdělávání, který můžete a nemusíte použít. Vše je o volbě, k čemu vlastně chcete sociální síť, např. Facebook (FB) využívat. Osobně jsem byl dlouho zastáncem názoru, že jde o požírač času, ale už nějaký čas jsem na FB také. Už patřím mezi „zabydlené“ a mohu tedy zhodnotit, co mi FB přináší.

lišť, zaměstnání, škol, atd. Obojí se povedlo hladce a byl jsem mile překvapen, kdo všechno se mi na ploše monitoru zjevil. Nemám možnost objíždět celou republiku a scházet se na čaj s každým milým člověkem, který mi v životě nějak zkřížil cestu. Také už postrádám aktuální kontakty, pamatuji si stěží jména. Ale na FB jsem alespoň u některých zjistil, jak se mají, kde vlastně dnes bydlí, zda stále mají dřívější zájmy a koníčky. Kdo dává všem

či ztracených pejscích, občas jde také o kočky nebo koně. Několikrát týdně část z této inzerce sdílím. A párkrát za měsíc se mohu s potěšením dočíst, že ztraceného teriéra si z útulku odvezla nějaká dobrá duše, že zaběhnutý chrt už se po zapojení několika nadšenců našel, že dražba předmětů ve prospěch toho či onoho útulku dopadla výborně. Žádné obecné melancholické řeči, ale konkrétní příběhy.

Facebook vám pomáhá navázat kontakt s lidmi ve vašem životě a sdílet s nimi své příspěvky.



Nejprve jsem se přihlásil kvůli touze najít stopy po příbuzných, známých a kamarádech z mých předchozích byd-

lích, co musím zmínit, jsou různé druhy pomoci, které se mohou díky FB aktivně dít. Denně čtu inzeráty o opuštěných

na vědomost svoji přesnou adresu a termíny, kdy odjíždí s rodinou na dovolenou či na chalupu, ten riskuje, že jeho byt navštíví nezvaní hosté. To je ta stinná stránka věci.

To nejhez-

A stejně tak mě hřeje, že díky sociální síti si mohu kdykoli psát nebo chatovat s kamarády, které znám z klubu seniorů. S mnohými už se v reálu nepotkávám, ale stále si máme o čem povídat. O jejich bolístkách a starostech, o láskách a radostech, o chuti do života a někdy i chuti zemřít... Je dobře, že vědí o cestě, jak se spojit s jím známou a blízkou duší včas, než se stane zbytečná a osudová chyba! Vždyť to znáte sami – často stačí trápení rozebrat, vypovídat se z něj a přijmout na dálku něčí upřímné pohazení. A opět uvěříte, že bude líp. Ráno zase vyjde sluníčko.

Zdeněk HŘEBEK ■

Představujeme:

Neuspěli jste s reklamací zboží? Chcete odstoupit od nevýhodné smlouvy? Přiš-



lo vám podezřelé vyúčtování za telefon? Nebo si jen nejste jisti, jaká práva jako spotřebitel máte? Pak vám určitě může pomoci poradna občanského sdružení spotřebitelů TEST. Vzniklo už před 20 lety a za cíl si dalo sloužit spotřebitelům a spotřebitele chránit. I z tohoto důvodu vydává měsíčník dTest. Využít můžete některou z následujících bezplatných poradenských služeb sdružení:

Telefonické poradenství v oblasti spotřebitelského práva. Na telefonním čísle 299 149 009 či 222 767 221 odborní poradci každý všední den mezi 9. a 17. hodi-



**SPOTŘEBITELSKÁ
PORADNA**

**299 149 009
www.dtest.cz**

nou odpoví na jakékoli dotazy z oblasti ochrany spotřebitele.

Databázi nebezpečných výrobků volně zpřístupněnou na webových stránkách www.nebezpecnevrobky.cz s možností pravidelného zasílání nových informací k vybrané kategorii výrobků.

Vzory – vybrané vzory právních listin a podání vypracované pro konkrétní účel (volně ke stažení na webových stránkách www.dtest.cz).

Elektronické příručky: např. informační brožura Jak nespádnout do pastí o marketingových praktikách prodejců na předváděcích akcích, určená zejména seniorům.

Se svými dotazy se na OSS TEST můžete obracet jednou z následujících cest:

■ **1. Telefonicky:** Můžete volat na telefonní linku **299 149 009** nebo

222 767 221. Za telefonát platíte pouze cenu odpovídající sazbě za volání na pevnou linku, ze strany OSS

TEST je poradenství poskytováno bezplatně. U nepředplatitelů časopisu dTest je délka telefonické konzultace omezena na pět minut.

■ **2. Přes internet:** Dále můžete využít bezplatnou elektronickou poradnu na www.dtest.cz. U nepřihlášených návštěvníků je délka dotazu omezena na 1000 znaků a nemohou připojovat přílohy.

■ **3. Osobně:** Osobní poradnu můžete využít výhradně po objednání se a konzultování případu s poradcem v rámci telefonické poradny.

Se spotřebitelsko-právní poradnou OSS TEST jsme se dohodli (i vzhledem k omezené činnosti Sdružení na obranu spotřebitelů a jeho poraden), že s vybranými odpověďmi na dotazy v jeho poradně budeme seznamovat i čtenáře Doby seniorů.

(red) ■

SUDOKU

Uveďte písmena a součet číslic z označených políček.

		C	E	0	3	1			B		A			
		D					C	4		1	8	7	2	E
	F		B				E	9					D	
8		A			4	9	2	0	3		B			
	4				0				D			8		
7			6	5	F	8				9	2	1		
		F	8	A										
9											A			
			F		C			3		A				
		4		1				D		7	E	0	B	A F
A	0				B	5	4	1	6	C	F	E	9	7
5	D	E			7				9	4		6		3
6	1					A	F	5	8			D		9
		B	D	E	5	C	0	2	7		4		3	1
E	8	3		7	9	D				F	1	4	5	C
			2		1	B				3		F		0

ZJISTÍTE, O CO JDE?

Jsou tu prázdniny a tak i do hádání trochu humoru... Pokud se vyznáte ve školometské a úřednické hantýrce, jistě najdete tři skrytá přísloví.

x

Vzdálenost bodu A, (což je místo, kde ukončí, puzeň gravitační silou, svou dráhu malvice) od bodu B (což je místo ležící svisle pod místem započetí její dráhy) se blíží k nule.

x

Schopnost operativně řešit životní situace k vlastnímu prospěchu na základě vyššího stupně intelektu hominis sapiensis se nerovná drahám libovolného tvaru, vedeným jakým-koli bodem prostoru.

x

Při poklesu produktivity práce na nulu projeví se totální nedostatek kruhového pečiva, působícího obezitu obyvatelstva.

VÝHERCI NAŠICH SOUTĚŽÍ

SUDOKU: (14) Karel Matějka ze Zlína; **VÍTE TO?** (1a) Prvního filmového Švejka ztvárnil v roce 1926 Karel Noll. Kritika se shoduje v tom, že Nollova filmová postava Švejka, ač černobílá a němá, nebyla do dnešních dnů překonána. (2b) Lady Mallowan podle jejího druhého manžela archeologa Maxe Mallowana (3a) První byla v roce 1894 Paříž-Rouen. Průměrná rychlost byla 22,2 km za hodinu. Zvítězil markýz Albert de Dion na parní tříkolce vlastní konstrukce (4a) Švýcarský profesor Herman Müller, který se narodil v kantonu Thurgau. Ze správných odpovědí jsme vylosovali tu, kterou poslala Alexandra Hauzrová z Rumburku. Výherci dostanou knižní ceny od nakladatelství Agentura KRIGL (www.krigl.cz), sponzora soutěží na str. 11. **SOUTĚŽ PRO VAŠE OČI:** (1a, 2a) Doplněk stravy Ocuvite® LUTEIN forte si za správné odpovědi zdarma vyzkoušejí Věra Dudková z Českých Budějovic, Božena Krejčířová z Křelova, Jindřiška Kubcová z Prahy 10-Hostivaře, Emil Malina z Vrd – Dolní Bučice a Ivo Smejkal z Telče.

Na odpovědi k soutěžím v tomto čísle čekáme na adresách redakce do 20. července.

Mám už kalendář na rok 2013!

Inu, utíká to a pracujeme se značným předstihem! Kalendář se jmenuje **Zajímavosti české historie** a se stejnou chutí, s jakou jsem sepisoval kapitolky, jej ilustroval známý kreslíř Slávek Martenek. Rozverné, až anekdotické ilustrace doprovázejí na stránkách každého týdne drobné kapitolky, připomínající některé ty naše události – od panovníka Karla IV. a jeho dovozu révy z Burgundska přes spory krále Václava IV. s arcibiskupem a umučení Jana z Nepomuku, až po zahájení činnosti Divadla Spejbla a Hurvínka, zahájení provozu slavné poetické vinárny Viola, získání zlatých medailí v hokejovém turnaji v Nagánu – až do současnosti. Netradiční kalendář vydala KSČM v nákladu 8 tisíc výtisků a podle posledních zpráv je téměř již vyprodaný. Upozornění na nedostatkové zboží není reklamou, ale potvrzením, že v našem národě se pořád čte.

Vrda Ebra

Výhra s osobností

V Době seniorů tentokrát připomínáme několik osobností, které ve svém datu narození mají měsíc červenec. Hezká knížka z produkce nakladatelství Agentura KRIGL čeká na toho, kdo nám do 20. srpna napíše, v čem či jak se tito lidé zapsali do dějin. Výherce budeme jako vždy losovat ze všech došlých správných odpovědí.

1. 7. 1899 Jindřich Plachta, **5. 7. 1913** Hanuš Bonn,
18. 6. 1872 Julius Fučík, **20. 7. 1822** Johann Gregor Mendel,
27. 7. 1927 Stanislav Remunda, **29. 7. 1885** Emil Artur Longen

Správné řešení z minula: Správné řešení z minula: J. Patočka: filosof, K. Zich: hudebník a zpěvák, A. Langweil: autor papírového modelu Prahy, F. Gellner: básník, kreslíř, A. Nedošínská: herečka, J. Hrzán: herec. Správné odpověděl a štěstí při losování měl Karel Starý z Mladé Boleslavi. Od nakladatelství Agentura KRIGL dostane jednu z úsměvných knížek z dílny Vráti Ebry. Tentokrát jsou jejím tématem peníze. Ilustracemi ji vybavil známý kreslíř Karel Benetka.



Nejobtížnější slovo

Ze svých památníků jsem tentokrát vybral, co mi známí lidé odpověděli na otázku, které slovo mně dělá největší potíže:

Je to francouzské slovo MERDE, což útlocitní překladač tlumočí SAKRA – a přitom česky by to tak znělo.

JAN CIMICKÝ, psychiatr, spisovatel

Slovo PENIS, protože se plete se slovem peníz. (Podobně i DRŽGREŠLE se plete se slovem DRŽHUBU!)

JAN VODŇANSKÝ, zpěvák

Největší potíže mi dělá slovo KUNDA, protože ho jurodivé feministky chtějí nám mužům urvat.

JIRÍ ŽÁČEK, básník

Klaus.

MICHAL VIEWEGH, spisovatel

Nerada říkám nebo slyším slovo NE.

PAVLÍNA FILIPOVSKÁ, herečka.

Červencové číslo unikátního měsíčníku KRIMI PRO KAŽDÉHO na vás čeká od **1. 7. 2012** v trafikách a novinových stáncích.



Seriál DS k bibli ³¹

Prorok Daniel – Prst Boží

V království judském kázali proroci Micheáš (Kdo je jako Hospodin?), Izaiáš (Spasí Hospodin) a Jeremiáš (Hospodin pozdvihuje) slovo Boží, ale judští stále víc odpadali od víry. Soboty nesvětili jako dny odpočinku, dokonce své děti obětovali pohanské modle, krvežíznivému Molochovi. A věrné proroky, kteří zvedali varovný hlas proti pohanským zvyklostem, sami vyháněli. Pronásledovali muže čisté víry jako nepřátele a buřiče hlasu svědomí. Vojska Asyřanů a Babylónanů táhla krajem v nevídané zbroji, zotročovala zemi a Židy odvlékala do otroctví.

Přitáhl i Nabuchodonosor. Obávaný panovník říše Babylónské oblehl a dobyl Jeruzalém. Na důkaz vítězství vstoupil pyšně do Chrámu, posvátné náčiní a bohoslužebné nádoby pobral, a město zapálil. Krále Izraele zajal a rodiny Židů vlek do otroctví. Zajetí trvalo bezmála sedmdesát let. Jak už jsme si jednou řekli a do srdce zapsali, kolem zahrady kvetoucí moudrosti bývá postaven vysoký plot mlčení. To aby zvonící bylinu slyšeli jen poutníci, kteří se vydali sbírat květy a nelitují času ani námahy.

V babylónském zajetí hledali naději v bídě otroctví. Prorok Ezechiel (Bůh je má síla) a Daniel (Můj Soudce je Bůh) vyprávěli o vinici ukryté za zdí. Chytrá liška se prý chtěla dostat k sladkým hroznům, ale vysoká zeď ji překážela. Našla jen úzkou skulinu. Jenže byla příliš tlustá a nemohla se malým otvorem protáhnout. A tak seděla a hladověla několik dní, až zhubeněla a vklouzla do vinohradu. Teď se mohla dosyta nabažit. Když se ale chtěla odplazit, měla břicho tak nacpané, že se neprotáhla ven. Musela znovu

hladovět. Teprve když se ocitla venku, zanaříkala za vysokou zdí – Jak jsi krásná, vinice má, jak sladké jsou hrozny tvé. Ale já jsem zas tak hubená a žaludek mám prázdný. Byť se na vinici šťastně protáhnu a nasytím, hladová zas vyjdu ven. A všechno je jak dřív! –

– Podobné je to i ve světě lidí – učili proroci a vyprávěli lačným a žíznícím bratřím – Stejně nenápadně se rodí člověk. Nahé miminko se do světa vtáhne, batolí se, pláče a hledí na rozkvetlou zemi z klína maminky. Od ní se napije, žízeň i hlad zažene, dospěje, zestárne a stejně nahý jak člověk přišel, se vrací do pra-



Baltazar před tajemným nápisem v podání slavného Rembrandta.

chu země. Je proto požehnáním života a vrcholem vinobraní, když pod sladkými hrozny vína objevíme i hojivé květy spravedlnosti, hezkého slova pravdy, pokoje a míru. Buďme proto raději ozdobeni hřívou udatných a šlechtitných lvů než hlavou chytré lišky. Asi už tušíme, že kdo se lásky a lidí v nouzi odřídá, oči před světem zavírá a na vlastní prospěch hledí, slepotou očí, myslí a srdce zahání hřívou lví, zapírá svou vinu a marně doufá v osvobození. –

A nad rozbořeným Jeruzalémem plakal v jeskyni prorok Jeremiáš. S čím kdo zachází, tím také schází.

Babylónského trůnu se zmocnil perský král Kýrus. Přitáhl s vojskem (roku 539 před n. l.) a krále Baltazara obklíčil v pa-



Tak proroka Daniela v Sixtinské kapli zvěčnil Michelangelo.

láci. Lehkomyšlný Baltazar však nedbal na nebezpečí, opilý mocí hýřil dny a noci. Rozkázal přinést zlaté a stříbrné poháry, které ukořistil Nabuchodonosor v jeruzalémském Chrámu. Snášeli mu poháry, aby se pokochal. A z nádob, zasvěcených Bohu Hospodinu, pili u stolu. Král, velmožové i ženy a sloužící zpívali a popíjením slavili vítězné tažení do bran Jeruzaléma. Při tom velebili babylónské bůžky.

Vtom se ukázala ruka. Vznášela se a psala prstem vysoko na stěně. Všichni zmlkli a pozorovali zděšeně tajemné písmo. Král Baltazar zbledl. Nápis neuměl nikdo přečíst. Zavolali proroka Daniela. Ten pověděl králi – Zneuctil jsi poháry, zasvěcené v Jeruzalémě jedinému Bohu, Hospodinu a Králi světa. Tím jsi potupil nebesa. Proto je na zdi psáno: Mene, Tekel, Ufarsin, čili Spočetl, Zvážil, Rozdělil.

To znamená, že Bůh spočetl dny tvého života, od prvního do posledního dne, který se přiblížil. Zvážil také tvé královské činy a ukázaly se marnivé. Rozdělil i království a rozdává je jiným. Zemřeš jako člověk, který žil a vládl zbytečně. –

Ještě té noci si Peršané s Médy dělili říši Babylónskou a Baltazara popravili. Pokládejme proto i my svůj život na váhu Boží moudrosti, abychom nežili zbytečně a nehynuli lidskou hloupostí. Už přece známe úděl Baltazarů i nápis na váze světa: Mene, Tekel, Ufarsin.

Pro DS píše **ThDr. Jan SCHWARZ**

Příště: Vírou zkontroloval sedm lvů

PANÍ MARIE A JEJÍ PŘÍBĚH S EDOU

Paní Marie je činorodá seniorka, která žije v Domě s pečovatelskou službou (DPS) na Praze 11. Moc ráda pracuje na zahrádce, kterou má celý život v zahrádkářské kolonii v Kateřinkách. Minulý rok však k paní Marii nebyl moc příznivý: v zimě byla po opakovaných infarktech hospitalizovaná v nemocnici a musela podstoupit i operaci srdce.

EDA

„Po dvou infarktech jsem musela na operaci a pět měsíců jsem na tom byla zdravotně hodně špatně. Začala jsem se bát budoucnosti, protože mi bylo jasné, že zahrádku už asi nezvládnou a budu muset zůstat poblíž pečovatelek v našem DPS.“ Naštěstí paní Marii pomohl pan Jan Gabriel, ředitel Jihoměstské sociální a.s. „Když mi bylo nejhůře, pan ředitel mě přemluvil, abych neklesala na mysli, že se pokusí vymyslet nějaké řešení, abych o možnost pracovat na své milované zahrádce nepřišla. Za pár dní mi pan Gabriel doporučil přednášku slečen z neziskové organizace Bezpečný život, o.p.s., které v našem DPS mluvily o registrované sociální službě Tísňová péče. Ta využívá mobilní asistenční systém EDA a je zaměřená přesně na lidi, jako jsem já“, říká paní Marie dnes již opět s úsměvem na rtech. „Sociální pracovnice z Bezpečného života mi vysvětlily, že EDU – tedy elektronického dohledového asistenta, který vypadá jako hodinky, můžu nosit vždycky, když půjdu na zahrádku. V případě potřeby, když se mi udělá špatně nebo budu mít strach, že se blíží další srdeční příhoda, zmáčknu červené tlačítko a spojím se s paní operátorkou a ta mi urychleně přivolá pomoc. Nebo můžu zmáčknout žluté tlačítko a budu přepojena na naši pečovatelku z DPS. To mě moc zaujalo, protože jsem se dívala na seriál Život je ples, který nedávno běžel v ČT, a tam o něčem podobném

také mluvili. Po odvysílání seriálu, jsme se vždy s kamarádkami z našeho domu bavily o tom, jak by bylo praktické, kdyby nějaká taková služba fungovala

Ke komunikaci s operátory není potřeba využívat už žádné další přístroje (telefony apod.), s uživatelem služby se hovoří přímo přes EDU, který se automaticky



Všude, kam se EDA přijde představit, vzbuzuje pozornost seniorek a seniorů.

i u nás. Před časem totiž JMSOC, a.s. musela z úsporných důvodů zrušit noční služby sestřiček v našem domě. Takže v situaci, kdy jsme v noci odkázáni všichni jen sami na sebe, byl by pro nás systém EDA aspoň částečnou náhradou.“ Metodička Tísňové péče Mgr. Jiřina Řezanková z Bezpečného života, o.p.s. k tomu dodává: „Tísňová péče je komplexní služba, díky které můžeme poskytovat servis v podobě telefonické asistenční služby, 24 hodin denně po 7 dní v týdnu, tedy nonstop. Zjednodušeně to znamená, že člověk, který tuto službu využívá, je neustále moni-

Vše je jasné a přehledné, EDA pomůže na pouhý dotek.

torován prostřednictvím elektronického dohledového asistenta EDA, který je vybaven systémem GPS a GSM a v případě jakékoliv nouze stačí zmáčknout jedno nouzové tlačítko, které je napojeno na centrální dispečink Tísňové péče. Naši pracovníci dokážou uživatele, který je v nouzi, okamžitě lokalizovat a zajistit mu pomoc.

zvedne v případě zmáčknutí nouzového tlačítka. Tím významně zkracujeme dobu pomoci a podpory.“ Bc. Markéta Hanzlíková z Bezpečného života, o.p.s. k tomu dodává: „Je to opravdu jednoduché, při pádu, úrazu, přepadení, či jiné, nejen krizové situaci, zmáčknete červené tlačítko a již se nemusíte o nic starat. EDA se sám zvedne, a to z jednoduchého důvodu, když je člověk v ohrožení, má zdravotní potíže, často nemůže reagovat či se hýbat. Z EDY se ozve milý hlas naší operátorky nebo operátora, který se uživatele zeptá, jaký má problém a s čím může pomoci a vše následně zařídí. S uživatelem je v kontaktu po celou dobu, dokud nepřijede např. posádka rychlé záchranné služby. S EDU prostě nezůstanete nikdy sami!“

Příběh paní Marie dopadl dobře. Dnes už opět s láskou pečuje o svou zahrádku. Ví, že kdyby se cokoliv stalo, má u sebe diskrétního pomocníka, který ji nezklame. Pokud EDA zaujal i Vás, více informací se dozvíte na adrese Bezpečný život, o.p.s., U Hellady 4, 140 00 Praha 4 – Michle. Případně na telefonu 246 067 010 nebo na www.bezpecnyzivot.eu.

(red) ■

V křížovce najdete další tradiční řemeslo.

POMŮCKA: DATO, ELBE, UI	POROST OBLIČEJE	VÝKVĚT	EKONOM. ŠKOLA ZKR.	TENTO		AEROSOL HOVOR.	TAJENKA	OBSAHUJÍCÍ OPIUM	POHODNÝ	 www.enigmasro.cz				
ZNAČKA DEPILAC- NÍHO KRÉMU					ROZEPŘE									
LISTNATÝ STROM					JOSEF DOMÁCKÝ STAROŘÍM. PENIZ									
MEZINÁR. SVAZ FR. ZKR.			OKRASNÁ KVĚTINA SVĚT LATINSKY											
DESET KRÁT DESET				SUCHÁ TRÁVA PŘEDLOŽKA					SPZ PRAHY		VLASTNÍ BYT	VPŘED ITALSKY	SLOSOVÁNÍ	JMÉNO SPISOV. PAVLA
ANGLICKÁ DĚLKOVÁ MÍRA					INDONÉSKÝ OSTROV HMYZ					PRACÍ PROSTR. NA ZÁCLONY POPRAVČÍ				
	VYTVOŘIT OPIS	DRUH LUŠTĚNINY NÁSTĚNKY S FOTKAMI				TVOŘIT ŘÁDKY DOUPÉ								
OTCOVÉ ZASTAR.				REVÍR, BRAT. POJIŠTOVNÁ TĚL. VÝCHO- VA ZKR.				ZNAČKA MOTOCYKLU HL. MĚSTO AFGANISTÁNU						
OZUBENÉ KOLEČKO									ZN. OHYB. NÁBYTKU NEVĚNO- VAT				TAMTEN	ZNAČKA CIGARET
CHEM. ZN. ANTIMONU			SOPKA HUSARSKÝ KABÁTEC							VTEKÁNÍ NÁRODNÍ KNIHOVNA ZKR.				
POBÍDKA				ZAKLADATEL ČKD PRIMÁTI KNIŽNĚ						ZESÍLENÝ ZÁPOR PORADA				
TAHLE				MALÁ HROUDA POHYBY PO ODRAZU							NÁZEV HLÁSKY N SRDEČNICE			
	TITUL DOK- TORA PRAV	BÝV. STAV. SPOLEČNOST NĚM. NÁZEV LABE			ELIŠKA DOMÁCKÝ SV. HNĚDÁ BARVA				NĚMECKÝ FILOZOF ANGLICKÝ JESTLIŽE					
PROTOŽE								BÝV. JUG. PREZIDENT DÍRY					JMÉNO HUDEBNÍKA KOCABA	ADOPTIVNÍ PÉČE ZKR.
SPZ ÚSTÍ NAD LABEM				PRŮZOR VE ZDI POHYB TÁGEM				PODNIK ČÁSTICE S EL. NÁBOJEM						
ZNAČKA DECIBELU			SCHOVATI SEVERO- ČES. ŘEKA						ŠPRÝM LISTNATÝ STROM					
DŮCHODY					JEHLIČNATÉ VĚTVE OTÁZKA NA ČAS					POVZDECH DĚTSKÁ POSTAVA S BUŘINKOU				KEŘE SLOVEN.
	JEDNOTKA ENERGIE	OBYVATEL BRITÁNIE INIC. HERCE HOPKINSE			UKLÁNĚT PLOŠNÁ MÍRA							JESTLIŽE SLOVENSKY STŘEDNÍ ŠKOLA ZKR.		
ARTISTA									KVANTOVÝ ZESILOVAČ					
OTĚŽE				VODNÍ TVOROVÉ					LASTURA					

Vyhráli s Dobrou seniorů!

Časopis Křížovky pro každého žadejte v červenci
od 10. a 24. na novinových stáncích.

Tajenka z minulého čísla: **Lenoch je člověk, který nepředstírá, že pracuje.** Správně luštili a štěstí při losování ze všech správných odpovědí tentokrát měli: Ludmila Šejnohová z Nové Paky, Stanislava Hantonová z Prahy 5, Zdeněk Ježek z Komárova, Josef Onderka z Valašských Klobouků a Miloslava Prachařová z Bojkovic. Výhercům blahopřejeme, dostanou knižní výhry, které pro ně připravil sponzor naší velké křížovky na str. 14, známé pražské vydavatelství ENIGMA, vydavatel časopisu Křížovky pro každého. Na řešení křížovky z tohoto čísla čekáme na známých adresách (najdete je v tiráži na str. 2) **do 20. července**. Hodně zábavy při luštění!

Kamarádi až za hrob

Většina z nás měla v životě nějaké domácí zvíře, nejčastěji psa. A tak ví, jak oddané a věrné jsou jejich oči a jak často zůstávají ve vzpomínkách.



Hřbitov pro zvířata? Pro někoho zbytečnost, maloměstství, snobství. Když vám ale smrt vezme vašeho zvířecího kamaráda a věrného společníka, nastává problém. Máte-li zahrádku, chatu, chalupu - je to jasné. Ale co když nemáte? Pak začnete přemýšlet. Ne každý dokáže zachovat mrtvé zvíře, ke kterému má citové pouto, u veterináře, či zavolat kafilérii.

Pan Martin Starý je milovník přírody, člen občanského sdružení Denemark, které se stará o přírodu v Kutné Hoře. Sdružení vybudovalo naučnou stezku kolem Kutné Hory a v údolí říčky Vrchlice, podle níž si zvolil náš slavný básník svůj pseudonym, když ho uchvátila svou scénérii. Pod hlavičkou tohoto sdružení se panu Starému podařilo v Kutné Hoře vybudovat a před dvěma lety otevřít hřbitov pro zvířecí mazlíčky. Proč?

„Můj známý, vedoucí kynologického oddílu, si posteskl, že ve světě je to známé, ale u nás nic. A tak mě ukecal, začal jsem o místě posledního odpočinku pro domácí mazlíčky uvažovat. Tenkrát, před deseti lety, existovaly u nás zvířecí hřbitovy dva. Jel jsem se tam podívat.

Hodně lidí si myslí, že jsem blázen, ale jsem rád, že jsem se do toho pustil, i když jsem na všechno sám. Otevření mě stálo půl roku perné práce. Nemáme žádné dotace, sháníme sponzory, musíme



■ Martin Starý ukazuje, co vše lidé na zvířecí hřbitov nosí svým pošlým miláčkům...

si na sebe vydělat. Stále je co dělat. Buduji altánek, chci sem ještě přidat lavičky a celý prostor zatravnit. Plánuji i zásyp pro bažanty, protože hřbitov je na okraji lesa. Občas sem zabloudí i srnky.

Za ty dva roky už tu máme 45 hrobečků - většinou psů a koček. Prvního pejska Jacka jsme tu pohřbivali měsíc před oficiálním otevřením hřbitova, paní si našla informace o nás na internetu a uprosila mě. Majitelé dávají svým zvířátkům do hrobu jejich oblíbené hračky, kosti a představte si - minulý týden dal jeden pán do hrobu i psí pivo, prý ho jeho pejsek miloval.

Přicházejí sem lidé různého věku i různých sociálních kategorií. Nejsou jen z okolí, skoro polovina je z Prahy, ale přijíždějí i z Kladna a dalších míst. Není to jen pro bohaté, mezi zájemci jsou i důchodci. Za uložení do hrobu a pětiletý nájem místa zaplatí 2 500 Kč. Asi jediným společným znakem těch lidí je láska k jejich zvířátku.

Největší problémy? V zimě kopání hrobů, v létě sekání trávy. A samozřejmě papírování. S vandaly jsme se tu naštěstí ještě nepotkali, hřbitov máme oplocený a není volně přístupný. Každý majitel hrobu dostane svůj klíč od brány.

Paradoxně - odměnou jsou mi slzy lidí, kteří se mají kde se svým zvířetem rozloučit. Většina jich pravidelně přichází, občas se tu setkáváme, posedíme, povyprávíme, ohlasy mám i telefonické nebo e-mailové. Zajímají se, děkují. Díky tomu vidím, že to má smysl.

Uvažuji o tom, že na vstupní bráně na hřbitov by mohl stát nápis, že zvířata nedokáží člověka podrazit. Mají nás ráda i se všemi našimi chybami a navždy. A tím jsou krásná. Umožnit lidem důstojně se s nimi rozloučit mě těší a vůbec mi nevadí, že mi kamarádi z legrace říkají „zvířecí funebrák.“

Eva PROCHÁZKOVÁ ■

Foto: autorka

Lad'a Kerndl:

„Lidé si musí pomáhat“

Vladimír Kerndl (67) – uměleckým jménem Lad'a Kerndl – zpěvák s podmanivým a nezaměnitelným hlasem, asi nejvýraznější osobnost naší jazzové a swingové hudební scény. Více než dvacet let zpíval na zámořských lodích a u nás vystupoval jen velmi sporadicky. O přízeň veřejnosti se znovu začal ucházet až téměř ve svých padesáti letech a uspěl.

„Táta mi říkával: Před nikým se neponižuj, nad nikým se nepovyšuj – a já se tím snažím řídit.“

■ Jak na svého tatínka vzpomínáte?

Byl to naprosto pohodový člověk. Když pršelo, říkal, to je paráda, že prší, když padal sníh, byla paráda, že sněží, když pálilo slunce, byla to taky paráda. Byl velice zručný a pracovitý. Že bych chtěl být hudebníkem a zpěvákem se mu moc nelíbilo, přál si, abych vystudoval průmyslovku. To maturitní vysvědčení jsem mu nakonec přinesl ukázat. Splnil jsem si ale i svůj sen a získal i hudební vzdělání. Zpíval jsem s mnoha orchestry, myslím, že ze mě měl přece jen radost.

■ Zaujala mě Vaše divadelní spolupráce s Ljubou Hermanovou. Mladý chlapec a dáma v nejlepších letech. Jaké to bylo?

Byla to vlastně náhoda. Při jednom vandru jsme s kamarády dorazili na Bítov, kde byli filmaři. Přišli posedět do stejné hospody, kde jsme byli my. A protože vrchnímu nedorazili muzikanti, dovolil nám hrát na kytary. Panu režiséru Sokolovskému se to líbilo a nabídl mi, ať přijdu na konkurz, že chystají pořad s Ljubou Hermanovou a hledají pár mladíků, kteří by hráli na kytary. Bylo mi sedmnáct, když jsem začal hrát v hudebním pořadu Mít zelené tělo v divadle Večerní Brno po jejím boku. Měli jsme dokonce společnou šatnu, byla milá, kamarádká. Měl jsem tu čest chodit jí před představením se džbánkem pro červené víno.

■ Díky svému mnohaletému angažmá na zaoceánské lodi jste navštívil mnoho zemí světa. Kde se Vám líbilo nejvíce?

Procestoval jsem toho opravdu hodně, 158 zemí a ostrovů. Nejvíce se mi líbilo na Aljašce a v Kanadě, krásná nedotčená příroda. A také Špicberky, Island a Skan-

dinávské státy – ty mě oslnily nejen přírodou, ale i chováním lidí. A jako každý, kdo je delší dobu mimo domov, věděl jsem jistě- nejvíce jsem se vždy těšil domů. Ze svých cest jsem si přivezl i některé recepty, já moc rád vařím, třeba omáčku Takko. Ale není nad českou kuchyni a tam je přebornicí moje žena.

■ S předsedou Národní rady zdravotně postižených Václavem Krásou



■ **Stále na cestách, jak jste se vlastně s Vaší paní seznámili?**

Potkali jsme se v Luhačovicích. Hrál jsem tam, když jsem se vrátil z ročního angažmá na americké lodi, ona tam byla na víkend. Padli jsme si do oka, začali jsme spolu chodit. O ruku jsem ji požádal ale až o 8 let později, v roce 1984. Já jsem se ženit nechtěl, byl jsem rozvedený, jezdil jsem na dlouhé pobyty ven, nepřišlo mi fér, aby na mě čekala. Ale ona čekala, je to „ženská do nepohody“.

■ **A pak se narodila Terežka. Pod Vaším dohledem a s Vaší pomocí zpívala vlastně od malička. Stojí stále o Vaše rady, nebo si jde svou cestou? Čím Vám kdy udělala největší radost?**

Do svých 14 let zpívala převážně se mnou. Pak přišla skupina Black Milk,

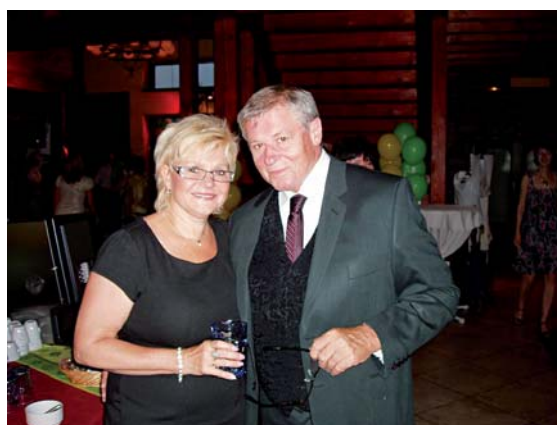


teď už zpívá sólově. Dělá jinou hudbu než já, spíš pro mladé, má své písničky. Jsem rád, že je samostatná a stojí na svých nohou, že dělá, co ji baví, nepije, nekouří, nefetuje a má stálého partnera. Své písničky mi dává poslechnout a chce znát můj názor. Mám radost, když si spolu zazpíváme, mám radost, když zazvoní telefon a ozve se...ahoj tatí...

■ **Velmi často vystupujete na různých charitativních akcích, mnohdy bez nároku na honorář. Zpíváte na akcích pro tělesně postižené, pro seniory. Jak jste se k tomu dostal?**

Cítím to tak, že lidi si mají pomáhat. Stále jsem někam zván, ale pečlivě zvažuji, kde a pro koho vystupovat. Pravidelně

zpívám na akci Mosty, pro vozíčkáře, pro lidi onkologicky nemocné, pro Klubíčko Bruntál, na akci Cihla... je toho hodně. Jsem rád, když mohu někoho potěšit,



■ S manželkou Miladou překonali zákeřnou nemoc

když může alespoň na chvíli zapomenout na své trápení. Víím, co to je, být zdravotně na dně.

■ **Vy oba s manželkou jste vítězně vybojovali svůj boj s rakovinou a odhod-**



foto Vladimír Kunc www.fotokunc.cz

lali jste se o tom veřejně hovořit a podle svých možností pomáhat lidem v podobné situaci. Co vás k tomu vedlo?

Myslím, že je správné o této nemoci mluvit, vždyť se týká tolika lidí. Je to boj, který trvá velmi dlouho, tak proč nedat naději, že se dá zvítězit, proč se nepodělit o své zkušenosti. Víím, že rakovina končí i prohrami, ale kdybychom pomohli třeba jen jednomu člověku, má to smysl. Moje žena spolu s primářkou Neumano-

vou pořádají u nás na statku seminář pro ženy nemocné rakovinou prsu, letos to bude už šestý ročník. Sejdou se tu ženy se stejnými problémy, všechny jsou na jedné lodi. Některé to hodně posílí.

■ **Vinou špatné investice jste přišel o všechny své úspory, dostihla Vás zlá nemoc, nevěděli jste, jestli budete ještě moci zpívat. Jak jste v sobě našel sílu zvednout se a jít dál?**

Byl jsem ve velmi vážném stavu, vůbec nebylo jisté, že přežiju, překonal jsem čtyři velmi náročné operace. Ale člověk nesmí nic v životě vzdávat, musí bojovat a já mám prostě tu povahu. Trvalo rok, než jsem se dal dohromady. Jsem vděčný lékařům, že mi zachránili život i svým nejbližším, kteří mě ani na chvíli nepřestali podporovat. Otec mé ženy říkával: Co tě nezabije, to tě posílí. A je to pravda. Přehodnotil jsem svůj životní styl, přestal kouřit a hlavně-

■ **Dcera Tereza mu dělá radost**

užívám si každého dne. Jsem rád na světě a vážím si toho, že tu ještě mohu být.

Mám radost z toho, že se mé písně lidem líbí, že mohu svou hudbou někoho potěšit. Bez zpěvu bych nemohl žít. Všem vašim čtenářům přeji příjemné dny a hodně zdraví.

Přání opětovala a za rozhovor poděkovala Eva Procházková ■

Hledá se Eurobabička 2012



Olga Horáková
z Henčlova



Alena Pitnerová
z Rýmařova



Emílie Vránová
z Křenovic



Jiřina Hanibalová
z Ostravy



Renáta Hlobilová
z Olomouce



Jana Beranová
z Dubňan



Eva Minksová
z Brna



Milada Winklerová
ze Znojma



Michaela Maxová
z Dobroměřic



Marie Havlíková
z Prahy



Božena Bušková
z Nového Strašecí



Drahomíra Bártová
z Loun



Hana Semerádová
z České Lípy



Jarmila Janovcová
z Bechyně



Jiřina Fenclová
z Dnebohu



Květa Dubová
z Jihlavy



Ladislava Horáčková
z Dubí



Marie Alexandrová
z Písku



Milena Liptáková
z Úlovic p. Ročovem



Stanislava Koucká-Nodlová
z Prahy

Obecná definice babičky říká, že je to matka jednoho z rodičů. To je dané. Jenže co vlastně pojem babička obnáší? Jak by měla vypadat babička v roce 2012, jaké jsou dnes její hlavní obecné charakteristiky? Pro okolí babiček i pro ně samotné.

Proč pro některé ženy je slovo babička to nejkrásnější oslovení a pro jiné znamená pohromu – je totiž jasným znamením toho, že zestárly. Zažili jsme to a stále občas zažíváme i v Době seniorů: některým čtenářkám vadí její název, protože mezi seniorky a tím pádem babičky se přece ještě nepočítají...

Řečeno s klasikem: Co se nachází v hlubinách babiččiny duše?

Ze školní povinné četby nám v hlavách utkvěla představa babičky v podání Boženy Němcové. Milá vesnická žena, která laskavostí a moudrostí očarovala nejen svá vnoučata, ale široké okolí. Paní Marie Magdaléna Novotná – Čudová, taková asi byla, ale jak víme z práce historika Jaroslava Šuly, i v jejím případě mnohé bylo jinak, než ve zbožňujícím literárním pomníku, který jí postavila vnučka Barunka. (Babiččin manžel nepadl, jak píše, v bitvě 1794, ale po propuštění z pruské armády pracoval jako tkadlec, v roce 1805 zemřel na souchotiny. Neměli tři, ale celkem devět dětí. Život plný strádání, bolesti i dřiny... Babička také nezemřela v Ratibořicích a její pohřeb slavnými slovy „šťastná to žena“ nemohla doprovodit ani „paní kněžna.“ Ve skutečnosti babička z Ratibořic odešla do Vídně, kde své nejmladší dceři vychovávala děti a zemřela v naprosté chudobě roku 1841, zatímco „paní kněžna“ již roku 1839.)

Babičky i pohledy na ně se mění.

Ještě před pár desítkami let to babičky měly snazší. Tak nějak se předpokládá-

lo, že ve věku, kdy se žena stává babičkou, je jí už celkem jedno, jaký tvar bot a jaká barva se na jaře bude nosit. Náplní života se stávala hlavně vnoučata a slušelo se říkat: „Já si těch vnoučat užívám mnohem více než vlastních dětí.“ Také okolí považovalo za samozřejmost, že babička se často víc než sobě věnuje péčí o vnoučata.

Dnešní babičky jsou jiné. Stále v sobě mají samozřejmě něhu a lásku k vnoučatům. Už to ale není tehdejší obětování se, babičky jsou emancipované, mnohem sebevědomější než v minulosti, mají spoustu vlastních zájmů. Snaží se žít plnohodnotným životem. Mají smysl pro humor a objevování nových věcí, protože odchodem do důchodu přece život nekončí. To ostatně v minulosti potvrdila i velká diskuse našich čtenářek a čtenářů právě k soutěži o titul Eurobabičky. Nejen diskuse: proměnu babiček demonstrovala i jedna z vítězek, která propadla adrenalinovým seskokům padákem...

Soutěže pro babičky u nás začaly s 3. tisíciletím. Vznikly v roce 2001, pak ale skončily. Jejich účastnice ale založily klub Eurobabiček a ten, aby mohl přijímat nové členky, uspořádal v roce 2006 soutěž o titul Missis Eurobabička. Začátky byly velice skromné, v současné době je to nadnárodní, oficiální a velmi prestižní soutěž. Má podporu hejtmanů, primátorů i dalších osobností. Od letošního roku má dokonce i vlastní hymnu. Doba seniorů je už několik let mediálním partnerem této soutěže.

Letošní Missis Eurobabička ČR a SR je už v plném proudu, počátkem června se konal poslední regionální casting v Brně. Do čtvrtfinále postoupilo dvacet uchazeček o titul. I vy můžete ovlivnit, která z nich se dostane mezi 14 nejlep-

ších semifinalistek. Na internetových stránkách www.eurobabička.cz o tom lze do pravého poledne 31. července hlasovat. Účastníci ankety vyberou šest soutěžících, osm pak řídící orgán soutěže. V internetovém hlasování si dosud velmi dobře vede paní Jarmila Janovcová z Bechyně, která je autorkou textu hymny eurobabičkovské soutěže. Není to jediný důvod, proč zmiňujeme právě ji: To, že se do klání o titul přihlásila, způsobil totiž článek o soutěži v Době seniorů. Přečetla si ho totiž i místopředsdkyně SDČR Hana Němcová a vyzvala paní Jarmilu k účasti. Je totiž členkou Netradiční dudácké kapely Duha a jak říká místopředsdkyně SDČR „má v důchodu tolik elánu a životního optimismu, že je to k neuvěření. Ona sama i celá „důchodcovská“ kapela rozdáva hodně pohody a radosti do života všude tam, kam zavítají – to jsou zejména domovy důchodců v Jihočeském kraji, besedy s důchodci a pod.“ Paní Jarmila o tom mluví i ve svém krátkém medailonku, který je součástí internetového hlasování. Podobné medailonky, v nichž se představují, tam má všech 20 nejlepších čtvrtfinalistek, které nejlépe zvládly soutěžní disciplíny v regionálních castinzích. Semifinále MISSIS Eurobabička 2012 ČR a SR se uskuteční 8. září na lodi Porta Bohemica, která se bude po Labi plavit Českým Středohořím. Určí osm účastnic finálového večera. Které z 20 babiček, jejichž tváře nyní můžete vidět v Době seniorů, to nakonec budou?

V Době seniorů vám to včas sdělíme.

(fav) ■

Foto: pořadatelé soutěže

Právní poradna DS

Straší nás možnost exekuce

Náš syn bydlí po rozvodu manželství u nás, nyní nás požádal, zda by si u nás směl zřídit trvalé bydliště. Víme, že má nějaké dluhy a občas také problémy s jejich splácením. Chceme mu pomoci, ale na druhou stranu bychom rádi věděli, co máme dělat, abychom předešli tomu, že na něho bude uvalena exekuce. Neradi bychom měli ostudu v domě a na stáří nepřijemnosti a problémy.

J. I. a S. I., Prachatice

Vzhledem k tomu, že hodláte synovi poskytnout nejen dočasné bydlení, ale chcete mu udělit souhlas s trvalým bydlištěm, což pro něho znamená velkou pomoc, ale na druhou stranu řadu otázek pro vás, bylo by třeba si s ním dopředu o všem promluvit.

Bylo by vhodné synovi vysvětlit, že mu chcete pomoci, ale je třeba také to, abyste měli nějakou představu o jeho zadlužení a přehled o tom, zda pravidelně své dlu-

jeho dluhů. Pokud by některé dluhy pravidelně neplatil, je dobré vědět, proč tomu tak bylo a jak s tímto naložil – kdy nesplacenou pohledávku uhradil a zda k vyřešení problému přistupoval aktivně či se snažil řešení vyhnout. Můžete mu také navrhnout, že mu povedete evidenci a pohlídkate mu splatnost jednotlivých pohledávek. Záznamy o placení pohledávek jsou důležité a je třeba k nim připojit i doklady o úhradách. Vede-li



skutečnost sdělil i soudům a státním orgánům, pokud je s těmito v kontaktu.

Jestliže své závazky nemůže z nějakého důvodu řádně a včas plnit či pokud zjistíte, že nesplácí některou z pohledávek, je třeba, aby se nevyhýbal svému věřiteli. Naopak je v jeho zájmu, aby vyvinul veškerou možnou iniciativu k tomu, aby s ním byl ve styku. Je žádoucí jednat o všech možnostech včetně splátkového kalendáře.

Pokud byste zjistili, že u některé pohledávky probíhá soudní řízení, je nezbytné, aby syn přebíral poštu a chodil k soudům. Pokud by byla částka větší nebo věc složitější, bylo by vhodné vyhledat advokáta.

Nad rámec vašeho dotazu bych vám ráda sdělila, že pokud by byl syn závislý na sociálních dávkách a bydlel s vámi v jednom bytě, byli byste všichni posuzováni jako společně posuzované osoby, což v praxi znamená, že by do společných příjmů byly započítány nejen příjmy jeho, ale i vaše, tj. důchody a případně i další příjmy, pokud je máte. Mohlo by dojít k tomu, že by synovi nevznikl nárok na sociální dávky i v případě, že by byl nezaměstnaný. De facto by to znamenalo, že byste mu museli bezplatně poskytnout nejen bydlení, ale i finance na jeho základní potřeby (např. stravu, kosmetické potřeby, oblečení, úhradu nákladů na provoz domácnosti). Je žádoucí zvážit i tuto skutečnost.

JUDr. Zdeňka VEJVALKOVÁ ■



V centrální evidenci Exekutorské komory je zaznamenáno přes dva miliony exekucí. S exekucí se tak mohl setkat prakticky každý čtvrtý Čech. Častěji jde však o dlužníky, na které je uvaleno více exekucí najednou. Nejvíce jde o nezvládnuté větší dluhy, asi třetinu exekucí však tvoří drobné dluhy, kdy zapomeneme něco zaplatit.

hy splácí. Je totiž pravda, že byste měli v případě nařízení exekuce hodně nepřijemných problémů i vy.

Měli byste ho požádat o to, aby vám dal k nahlédnutí veškeré své smlouvy o půjčkách apod.

Dále bych požadovala předložení dokladů o pravidelné úhradě splátek všech

si tuto evidenci sám, dohodněte si spolu pravidelné předkládání této evidence k nahlédnutí.

Pokud budete souhlasit, aby syn bydlel u vás, je třeba, aby věřitelům sdělil písemně své aktuální nové trvalé bydliště, aby mu mohli na novu adresu doručovat poštovní zásilky. Lze doporučit, aby tuto

Důležité osmero k platnosti Opencard

Vzhledem k tomu, že Opencard, používaná jako tramvajenka, je povinná pro všechny Pražany ve věku od 6 do 70 let, týká se tato informace i všech pražských seniorů ve věku 65 – 70 let pro prokazování nároku na bezplatnou přepravu v MHD na území hl. m. Prahy.

Zhruba 300 tisícům Pražanů dobíhá platnost Opencard. Místo hromadné výměny karet bude jejich platnost prodloužena. Vedení města rozhodlo, že Opencard bude platit ještě dva roky ode dne ukončení platnosti té stávající. Podmínkou je ale právě to prodloužení platnosti karty. Přečtěte si otázky a odpovědi spojené s prodloužováním karty.

1. Kdo si může prodloužit platnost Opencard?

Prodloužení platnosti karet se má týkat těch karet, kterým vyprší platnost mezi 1. 8. 2012 a 31. 7. 2013.

2. Kde a odkdy lze Opencard prodloužit?

Akce začala 1. června 2012, ale pouze v zákaznických centrech Opencard – tedy v Paláci Adria (Praha 1, Jungmannova 31) a Škodově paláci (Praha 1, Jungmannova 35/29), kde je i bezbarierový přístup. Sem mohou zajít všichni držitelé karet. K prodloužení bude zapotřebí jen Opencard. Druhou možností bude prodloužit kartu u validátorů ve stanicích metra. Zatím to nejde, funkci spustí nejpozději 1. července a využít ji budou moci jen ti, kteří mají kartu jako tramvajenku.

3. Lze kartu prodloužit i po skončení platnosti?

„Půjde to, ale pokud má cestující na kartě jízdenku, musí ještě prodloužení aktivovat ve validátoru,“ vysvětluje radní Eva Vorlíčková. Jinak jízdné prodloužené nebude.

4. Neprodloužím-li si kartu včas, může mi revizor dát pokutu?

Pokud vás chytí revizor a karta s kuponem nebude prodloužená, kontrolor by se podle radní měl chovat stejně, jako když kartu zapomenete. To znamená, že pak bude potřeba návštěva dispečinku Dopravního podniku (Na Bojišti 5, Praha 2), kde cestující prokáže, že má koupený kupon - a zaplatí nižší pokutu.

5. Kdy vyprší dvouletá prodloužená platnost karty?

„Opencard bude platit dva roky ode dne ukončení platnosti té stávající,“ uvedla radní Vorlíčková.

6. Bude město upozorňovat Pražany na konec platnosti karty?

Žádné sdělení o konci platnosti karty se posílat nebude. Město prý takovou službu spustit nemůže. Platnost lze ověřit ve validátoru či přičtením dvou let k datu napsanému na kartě.

7. Mohou např. muzea odmítnout dát slevu na kartu se starým datem?

Problémy by prodloužení nemělo při uplatňování slev způsobit. I přes staré datum na kartě musí slevu dát.

8. Kolik bude prodloužení a výměna stát?

Město schválilo nový ceník Opencard. Lidé, kteří si přijdou prodloužit platnost Opencard, nebudou platit nic. Pokud se někdo rozhodne vyměnit si kartu za novou, od 1. srpna 2012 za ni zaplatí sto korun.

(zh) ■



Skutečná oáza klidu a pohody

Malebné Lázně Mšené se nacházejí nedaleko Prahy. Jsou zaměřeny především na léčbu pohybového aparátu. V nabídce lázní naleznete také týdenní a víkendové relaxační pobyty, během kterých můžete načerpat novou energii a sílu do dalších dní.

Lázně pro seniory

Termín pobytu: červen až listopad 2012

Délka pobytu: 5 dní – 4 noci

Ubytování: jednolůžkové a dvoulůžkové pokoje

Stravování: polopenze (snídaně – večeře)

Lázeňské procedury: • 1x lékařská prohlídka
• 1x klasická masáž zad
• 1x levandulový parafínový zábal
• 1x lekce Nordic Walking
• 1x magnesiová koupel

CENA POBYTU již od 3.510,- Kč/osoba

Bylinný víkend

Termín pobytu: červen – červenec 2012

Délka pobytu: 3 dny – 2 noci

Ubytování: jednolůžkové a dvoulůžkové pokoje s TV

Stravování: polopenze (snídaně, večeře)

Relaxační procedury: • 1x Bylinná koupel z Lázní Mšené
• 1x masáž bylinnými razítky
• 1x parafínový zábal na ruce
• 1x bazén, volné plavání (30 minut)

CENA POBYTU již od 1.934,- Kč/osoba

Další nabídka lázeňských služeb na

www.msene.cz

* Uvedené ceny včetně
zákoně sazby DPH.



OÁZA KLIDU A POHODY NEDALEKO PRAHY

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

Tajuplný DUCEK

Letní sluníčko se odráželo v běloskvoucích tabulkách, rozložených na zeleném trávníku, zatěžkaných kameny, aby je svěží vítr neodfoukl.

Babka Babánková se naklonila k jedné z nich a četla „DUCEK“, popošla dva kroky, nasadila si brýle na čtení, „DUCEK“, tak to ještě několikrát zopakovala, poklepala si rukou na čelo a obrátila se na dědu Zdvořáčka, který seděl na lavičce pod lipou, spokojeně pozoroval svoje dílo vyvedené černou tuší a povídá k němu: „Vám dědku hrabe z toho slunce a tepla? Proč máte tady ty cedulky a pořád s jedním nerosrozumitelným názvem „DUCEK“?“



Děda Zdvořáček si prohrábl vlasy, potáhl z fajfky a povídá: „Paní Babánková, to máte tak. Jsme taková parta důchodců, kamarádů a známých, která má už svá léta mládí za sebou. Řada z nás je dýchavičných a při rychlejších pohybech se chytáme na hrudi za srdce. Někteří z nás chodí o holi, i o dvou. Jiní jsou na tom „komfortněji a jezdí rovnou na vozíku“. Sečteno a podtrženo, už nám to nejde jako za mlada. Dráhy nám zdražily jízdné, vláda škrtla výhody, ani ostatní veřejná doprava není moc laciná a pro nás přímo dostupná, s ohledem na už uvedené zdravotní problémy. I řidičky nám šoferům amatérům i profesionálům, nad šedesát let berou úřady na počkání. Přitom tak rádi cestujeme po památkách historických, kulturních, i zajímavostech přírodních. Proto jsme se dali do hromady a organizujeme si zájezdy sami, s pokud možno s co nejmenšími finančními náklady.“

„To je moc hezké,“ povídá chápavě babka Babánková, „ale co má s tím společného to slovo „DUCEK“, tady na těch papírech okolo.“

Děda Zdvořáček zakroutil hlavou: „To nechápete sousečko? No přeci DUCHodcovská CEstovní Kancelář. Zkrátka každý z nás umí to a ten zas tohle... Jak je to v té písničce. Jeden zajistí autobus od nejlacinějšího dopravce. Druhý přes internet objedná prohlídky na zajímavých zámcích, hradech, divadlech... a nevím v čem ještě, za sníženou cenu pro důchodce a in-



validy, včetně možných dotací od různých institucí. Třetí zajistí jídlo, formou menu ve stravovacích zařízeních, čtvrtý se naučí zajímavosti, které nás potkají na cestě a dělá průvodce, pátý to zdokumentuje na fotoaparát a kameru a napíše zajímavý článek pro tisk... Potom už zbývá jen napsat pozvánku a vyvěsit ji ve skřínce organizace svazu důchodců ve městě.“



„To je moc zajímavé,“ povzddechla si paní Babánková, „a to z toho nemáte žádný zisk?“

„I to víte, že máme,“ usmál se děda Zdvořáček, „získáme dobrý pocit, že jsme něco udělali pro partu dobrých kamarádů, s kterými jsme strávili jeden či více dnů na pěkném výletě u nás, někdy i v zahraničí.“

„A mohl by jste mi, pane Zdvořáčku, povědět, jak to na takovém výletě s tou Vaší cestovkou vypadá? To kdybych se také toho výletu zúčastnila.“ Hořela zvě-



davostí již chycená bývalá sokolka, které evidentně společnost i turistika z mládí scházela.

„Ale ano, proč by ne,“ ochotně odpovídal děda Zdvořáček, „letos už jsme byli v Koněpruských jeskyních, Berouně a Svatém Janu pod Skalou, na celý den v Mariánských Lázních, za stovku cestovného na celý den s prima obědem v Hotelové škole, kde jsme se na menu měli za osmdesát kaček jak na zámku. V červnu jsme zase jeli do Mníšku pod Brdy a Lidic. V červenci připravujeme zájezd na prohlídku kláštera Teplá a hlavně na pouť do slavného poutního místa Skoky, o němž už kdysi psal Jaroslav Hašek ve svém románu Švejk.“

„To je moc zajímavé, pane Zdvořáčku, a fotečky, ty by nějaké nebyly,“ povídá zvědavá sousečka a přisedla ke zkušenému „cestovateli“ na lavičku pod lipou.

„I byly by tu nějaké, tady je mám v obálce,“ začal ukazovat barevné obrázky z cest děda Zdvořáček, „tohle je z posledního výletu v Mníšku pod Brdy, ze zámku s expozicí z počátku XX. století. Protože 10. června 2012 bylo 70. výročí vyhlazení Lidic, zajeli jsme se také poklonit památce jejich obyvatel. To jsou ty další fotografie.“

Zatím, co si babka Babánková prohlížela záběry z výletu „cestovky“ DUCEK, děda Zdvořáček posbíral z trávníku reklamní cedulky se zaslou tuší a připravoval je na označení příštího zájezdového autobusu, v němž určitě pojedou kromě ostatních důchodců z Karlových Varů i babka Babánková.

Jiří MIKA

Foto: autor

Snaží se udržet hornické tradice

Pětaosmdesátiny člověka, to je už bezesporu úctyhodný věk. Stejně pěkné jubileum nyní oslavili členové dnes bezmála 290členné skupiny, složené převážně z dřívě narozených lidí, kteří za sebou navíc mají léta hornického života, ať už pracovali v černém podzemí či na povrchových pracovištích bývalého Dolu Darkov v ostravsko-karvinském revíru. Udrží letitou tradici a nejen při slavnostních příležitostech se scházejí ve slušivých hornických stejnokrojích.

Nejinak tomu bylo na setkání k 85. výročí založení Kroužku krojovaných horníků. Vznikal v době, kdy tehdejší uhlobaroni začali propouštět dělníky i havíře. Ti se proto začali sjednocovat a bojovat za svá práva. Tak přišli v roce 1927 i s myšlenkou založit po vzoru sousedních dolů Hoheneger, Gabriela i Dole Barbora (dnes důl Darkov) a dalších, vlastní hor-

nický spolek a do jeho čela zvolili pokrokového důlního technika Rudolfa



O pamětníka Folwarczného se během oslav jubilea KKH Barbora samozřejmě zajímali i novináři.

Folwarczného. Členové KKH Barbora se umí skvěle bavit, ať už ve své klubovně při různých sešlostech i na zájezdech a to nejen po vlastech českých. Hezká tradice hornických kroužků jim „velí“, zvát na svá setkání kolegy z KKH okolních šachet a ve svých hornických „mundurech“ také

slavit hornické svátky, ale i se loučit se زمřelými kamarády. Patří i do společenstva členů hornických a hutnických měst, a nedávno se vrátili z Chomutova, z jejich již 16. setkání. A padlo-li hned v úvodu jméno prvního předsedy R. Folwarczného, dnes v jeho stopách jde jeho syn, dnes již 88letý senior Bohuslav Folwarczný. Na oslavě 85. výročí založení kroužku se tento úctyhodný pamětník společně s dalšími zamýšlel nad tím, jak zapůsobit na mladou hornickou generaci, aby nebyla zapomenuta třeba slova havířské hantýrky jako fedruňka, šramovka, kylof, aby se dále vědělo, co to byla „želva“ (hornická pokrývka hlavy) nebo co byl hornický řízek (chléb namazaný sádlem s cibulí), atd. Prostě, co je třeba dále dělat pro to, aby se zachovaly všechny dobré a hezké hornické zvyklosti a tradice.

Jaroslav BŘOZA ■

Foto: autor

Výlet plný překvapení

Byl to další z tajných výletů pro důchodce novopacka a přilehlých obcí. Odjezd jako vždy s tím, že nikdo neví, kam se jede. Přesně dle programu jsme dorazili k první zastávce – hospital Kuks. Zde jsme strávili více jak dvě hodiny poutavého výkladu o historii Kuksu. Následoval další přesun na Braunův betlém. Zde došlo k velikému zklamání, v jak špatném stavu se tato památka nachází. Domů nikdo nespěchal, počasí nám přálo, a tak bylo rozhodnuto pokračovat na Zvičinu. Řidič zvolil turistickou trasu z opačné strany, přímo k televizní věži. Zážitek pro všechny byl k nezapomenutí – krásná příroda, opravené chaloupky. Po zdárném dojetí na Zvičinu jsme se pokochali pohledem na všechny strany. Tajný výlet dopadl ke všeobecné spokojenosti.

B. HAMÁČEK ■

Foto: autor



POBYTY S DOTACÍ ŠPANĚLSKÉ VLÁDY PRO SENIORY 55+



**ostrov MALLORCA,
ANDALUSIE, VALENCIE**

**Praha Palác YMCA
Na Poříčí 12, tel.: 222 310 529**

**KVALITNÍ SLUŽBY
ZA VÝBORNÉ CENY!**

www.seniorikmori.cz
www.datour.cz
www.korfu-dovolena.cz
www.rakousko-dovolena.cz



Zvítězili všichni zúčastnění



stva i jednotlivci. Nejlepších výsledků ve všech 10 disciplínách dosáhli senioři z Horního Jiřetína a právem si domů opět odvezli putovní pohár, který si vybojovali už v předchozím roce. Nás ostatní hrálo vědomí, že jsme se dobře pobavili, udělali něco pro své zdraví a společně strávili příjemný den plný soutěžení, povzbuzování a legrace. Je nutné poděkovat všem sponzorům, bez kterých by se hry nemohly uskutečnit a také všem organizátorům a jejich pomocníkům. Bylo náročné zvládnout hladký průběh pro 796 osob v prostorách stadionu, ale s pomocí učitelů, dětí ze středních škol a dalších nad-

Na lehkootletickém stadionu v Litvínově se letos v květnu konaly jubilejní 25. sportovní hry seniorů regionu Most-Litvínov. Soutěžící vedle dalších hostů přišli pozdravit a povzbudit představitele regionálních měst a obcí a také hejtmana Ústeckého kraje Jana Vaňhová. Sportovního klání se zúčastnilo 29 družstev. Dorazili i závodníci z míst mimo okres Most a to z Bíliny, Ústí nad Labem, Litoměřic, Roudnice, Hrobu a Světc. Závodit se začalo hned po slavnost-

ním nástupu a rozsviče a to celkem v 10 disciplínách. Soutěžila druž-



šenců se to povedlo. Již se těšíme na další 26. sportovní hry v roce 2013.

Iva FRANCOVÁ ■

předsedkyně RV SDČR Most-Litvínov

Založili novou tradici

Loni v říjnu jsme byli pozváni na hry seniorů sesterské ostravské městské organizace Svazu důchodců. Bylo to poprvé a hned velmi zdařilé. A tak v nás, členech vedení frýdecko-místecké městské organizace, začala klíčit myšlenka na uspořádání podobného zábavně-soutěžního dne.

Již rok pracuje jako poradní orgán primátora našeho statutárního města Rada seniorů. Jejimi členy jsou pracovníci správy města, naši zástupci, i představitelé městské i státní policie. Právě Policie ČR v našem městě nám vyšla velmi ochotně vstříc, nabídla prostory a zázemí, zajímavá zpestření programu i pomoc při přípravě a v průběhu akce. Samotný den D nadešel v sobotu 12. května.

Úderem desáté hodiny moderátor dne, předseda pořádací organizace, zahájil program. V jeho úvodu přivítal zástupce družebních seniorských organizací z Ostravy a Žiliny, náměstka primátora pana Libora Kovala, který převzal nad tímto dnem záštitu, vedoucí odboru sociálních služeb města Jarmilu Kozlovou a předsedu Svazu důchodců ČR Oldřicha Pospíšila, kteří popřáli mnoho zdaru pěti čtyřčlenným soutěžním družstvům. Dvě z nich postavili hosté z Ostravy, jedno bylo mezinárodní a dvě reprezentovaly hostitelskou organizaci.

Fyzicky nenáročné, ale zábavné disciplíny střídaly oddechové vsuvky, vystoupení pěveckého souboru senierek

„Radost“, Červený kříž připravil ukázkou ošetření úrazu, nechyběla ani krátká



omlazovací lekce jógy. Přestávka na občerstvení posloužila porotě k vyhodnocení výsledků. Vítěztví si odneslo družstvo městské organizace SDČR Frýdek-Místek pod vedením Čenka Kaplana.

Závěrem nám hostitelé připravili velmi zajímavé besedy a ukázky práce policejních kynologů a potápěčů. Rozcházel jsem se s dobrým pocitem z vydařené akce, ale také s poznatkami, co dále zlepšovat pro ještě vydařenější 2. ročník „Zábavně-soutěžního dne seniorů 2013“.

Dalibor KALIŠ ■

Samospráva pomáhá i baví

Do redakce jsme dostali obsáhlý dopis paní Blaženy Jaroňkové z Domu s pečovatelskou službou ve Valašských Kloboukách. Vybrali jsme z něho: „Časopis Doba seniorů odebírám už několik let. Trochu mě mrzí, že z našeho valaškoklobouckého regionu se v něm bohužel neobjevují žádné příspěvky. To mě inspirovalo k napsání článku o životě seniorů v DPS ve Valašských Kloboukách, v němž žiji i já.



...Z Doby seniorů čerpám i rady pro naši sedmičlennou „samosprávu“, kterou jsme si v DPS z iniciativy nájemníků založili. Jejím úkolem je pomáhat obyvatelům v každodenních starostech, zpestřovat jejich všední život a hlavně spolupracovat s vedením DPS na řešení přání nájemníků a odstraňování drobných nedostatků, které se při provozu budov vyskytují. Na základě našich návrhů vedení DPS vyřešilo řadu problémů, mj. časové spínače na schodištích, byly napraveny chyby v nájemních smlouvách, včetně snížení nájmu, řešilo se vyúčtování za vytápění bytů, pro vozíčkáře byly upra-



veny dlažby před vchody, byl zbudován další výtah, v nejvyšším patře jsou postupně zateplovány všechny byty, budou vyměněna všechna tepelně nevyhovující okna a dojde k dalším zlepšením, která dále zkvalitní život obyvatel.

Většina nájemníků je nemocných a málo pohyblivých, a proto jsou pro ně akce mimo budovu DPS prakticky nemožné. Pro ně a na jejich přání začala samospráva v klubovně DPS pořádat i tzv. zábavná odpoledne. Účelem je odreagovat se, zapomenout na nemoci a problémy, pobavit se, společně si zapívat a někteří při reprodukcované hudbě i zatančit. Taková vzruška je mnohdy lepší než kupa léků. Do začátku jsme od vedení DPS na zajištění programu dostali i menší finanční výpomoc. Na přání hostů vybíráme i symbolické dobrovolné

vstupné, za něž nakupujeme pohoštění. To je vždy vítáno, velký ohlas měl např. „topinkový mejdan“. Programy obohacujeme i tematicky, např. k Vánocům, velikonocním svátkům, MDŽ či k Mikuláši. Program nám již několikrát zpříjemnily členky pěveckého kroužku z Klubu důchodců ve Valašských Kloboukách. Pořádáme i soutěže a zábavné hry, zorganizovali jsme i výstavku vlastních prací a to koláží z květin a semen“.

Paní Jaroňková závěrem vyjadřuje naději, že její dopis o činnosti samosprávy by mohl inspirovat seniory žijící v podobných zařízeních. Věříme, že bude,



a že i oni nám napíší o svých zajímavých akcích a zkušenostech. I tak se v Době seniorů objeví více zpráv z regionů. Redakce nemůže být všude, naše finanční prostředky jsou velmi omezené.

(fav) ■

TIPY LETEM

Z červencové nabídky vlastivědných vycházek Pražské informační služby (PIS) pro Pražany a návštěvníky hlavního města jsme vybrali:

5. čt. Chrám sv. Cyrila a Metoděje v Resslově ulici. Prohlídka kostela, seznámení s dějinami pravoslavné církve na našem území, návštěva Národního památníku hrdinů heydrichiády a projekce dokumentárního filmu o účastnících atentátu na říšského protektora R. Heydricha. Začátek v 11:30 před kostelem sv. Cyrila a Metoděje (Resslova 9a, Praha 2, stanice metra B „Karlovo náměstí“). Cena 100/70 Kč + vstupné do objektu 75/35 Kč.

14. so. Tajemství pražských zahrad. Kde byla objevena zázračná pražská mumie? Jak naši předkové měřili čas? Kde byla zkoumána mandragora? A z nešťastné lásky zabita dívka

Brigita? Rádi bychom se z Vojanových sadů do Královské zahrady svezli historickou tramvají! Vhodné pro děti od šesti let (v doprovodu dospělé osoby). Omezený počet účastníků na 2 x 30 osob. Začátek ve 14:30 za branou do Vojanových sadů (U Lužického semináře, Praha 1, Malá Strana). Cena 100/70 Kč + jízdné 35/20 Kč (přejezd tramvají ze zastávky „Malostranská“ do zastávky „Královský letohrádek“).

22. ne. Praha secesní. Blíže se seznámíme s pražskou secesní architekturou. Od Obecního domu Starým Městem a zpět. Začátek akce v 9:00 před Prašnou branou na náměstí Republiky. Cena 100/70 Kč.

23. po. Ostrov zábavy „Fun Island“ neboli Císařská louka. Proměny ostrova od písčité kory přes Císařský přístav až na dnešní ostrov zábavy a odpočinku přiblíží zájemcům tato vycházka. Začátek v 15:00

na zastávce tram. č. 12, 14, 20 „Smíchovský lihovar“. Po skončení vycházky mohou zájemci využít lodní spojení MHD a odjet parníčkem, který odplouvá každých 30 minut, do přístaviště „Výtoň“. Cena 100/70 Kč. **28. so. Nordic walking s vycházkou Dalejským a Prokopským údolím.** Délka trasy 7 km, doba vycházky včetně instruktáže cca 3 hod. Vlastní speciální hole na Nordic walking si vezměte s sebou. Zapůjčení holí za poplatek 30 Kč pouze pro předem přihlášené se vstupenkou z předprodeje! Omezený počet účastníků. Začátek akce v 9:30 na zastávce autobusů č. 249 a č. 352 „Řeporyjské náměstí“. Cena 100/70 Kč.

Pozn: U akcí s omezeným počtem účastníků doporučujeme využití předprodeje PIS, Arbesovo nám. 4, Praha 5, tel.: 221 714 161, 221 714 714 (red) ■

Řádky pro zdraví 6

Zdravě a s potěšením jíst

Jídlo vychutnáme, když na ně myslíme, a ne když při něm spěcháme. Ve spěchu či stresu nepřináší ten pravý požitek. Jíme nejprve podle vůně, pokračujeme očima, a až se v těle uvolní šťávy ze slinných žláz a žaludku, pak jsme připraveni k obřadu jídla. Rituál jídla si nejlépe užijeme v kruhu rodiny a přátel.

Mírné hladovění je zdravé

Jíst do polosyta, pít do propita, vyjdou nám naplno léta. To je motto dobrého zdraví a dlouhověkosti. Nadbytek jídla je jed, který tělo otravuje, zhoršuje zdraví, nedostatek snižuje výkonnost. Správně na-

Dnes si vytváříme zásoby, ale dobu hojnosti už obvykle nestřídá doba hladu. Stále máme co jíst, takže přebytky ukládáme do zásob a pokud je pohybem nespálíme, tak přibíráme na váze.

Množství jídla by mělo odpovídat naší potřebě energie, kterou signalizuje hlad, nikoli chuť. „Chuť může být nekonečná.“ Hlad je nepříjemný společník a tak se konzumace v civilizaci dostatek začala řídit převážně chutí.

Převážná orientace na jídlo ukazuje **nedostatek jiných radostí a zájmů** nebo stres. Rituál jídla se stává koníčkem a lednice sexem, tzv. bílý sex. Je známo,

žlázy, která odpovídá v těle za spalování energie, mohou jíst libovolné množství a neztloustnou. Naopak lidé s nedostatečnou funkcí štítné žlázy přibírají na hmotnosti velice rychle, i po pouhé vodě.

S přibývajícím věkem člověk spaluje pomaleji a měl by ubrat na množství. Jíst méně, ale častěji.

Při namahavé fyzické činnosti se výdej energie prudce zvyšuje.

Zdravá je pestrá strava

1. Sacharidy – cukry a škroby, by měly tvořit až 70 % naší stravy, z toho:

- škroby zhruba 40 - 55 %
- cukry zhruba 10 - 15 %

Při duševní činnosti je větší spalování sacharidů.

2. Tuky zhruba 20 - 30 %. Při dlouhodobé fyzické námaze, cca nad 45 minut, převažuje spalování tuků ve svalectech, takže se jejich potřeba ve stravě zvyšuje.

3. Bílkoviny zhruba 10 - 20 %. Při budování svalové hmoty, při onemocnění, rekonvalescenci, v době růstu je vyšší spotřeba bílkovin.

4. Vlákna zhruba 20 - 30 % jako součást rostlinných jídel.

Uvedené zastoupení živin je orientační, záleží na:

- Chuti, vycházející z tradice a zvyklostí dané oblasti.

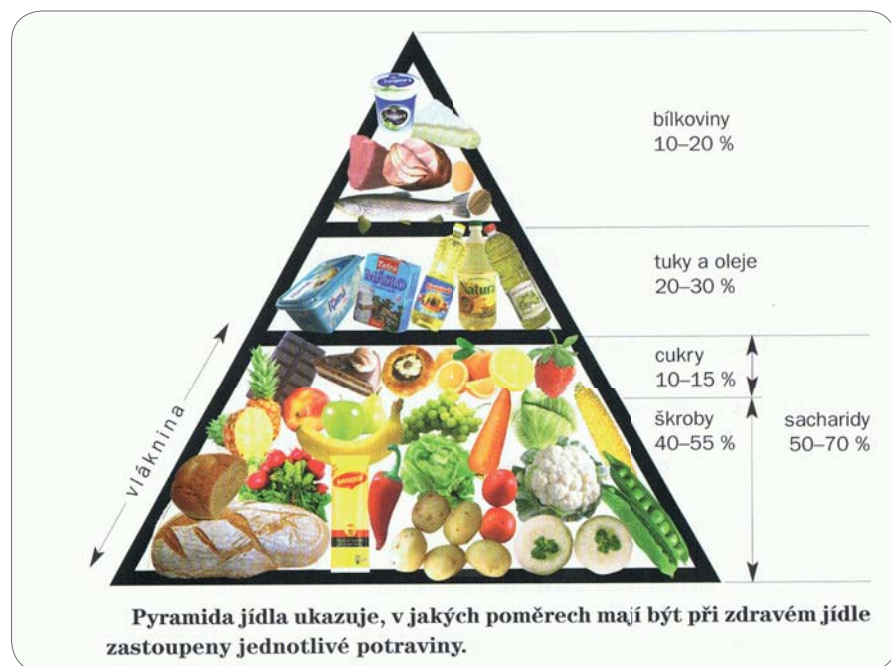
- Denním biorytmu – typ „sova“ nebo „skřivan“; např. skřivan snídá v 8 hod. ráno a jde spát v 10 hod. večer, sova snídá v 10 a jde spát ve 24 hod.

- Věku, s přibývajícím věkem se spalování živin zpomaluje, z toho plyne - menší množství a častěji.

- Druhu činnosti, fyzická nebo duševní.

red ■

Seriál připravujeme podle knihy Prof. Dr. Františka Fremutha, DrSc „Život na hraně“ (vydalo HTF Praha) a to ve spolupráci s autorem.

Příště: Denní jídelníček a kvalita jídla

jedený člověk „na hraně“ by mohl v jídlu ještě pokračovat, ale přecpanému „za hranou“ se jídlo protiví. S jídlem bychom měli skončit, když ještě máme chuť něco sníst. Náš žaludek je velikosti sevřené pěsti. Právě takové množství odpovídá naší potřebě.

Měli bychom jíst raději méně, častěji a pravidelně. Nelépe 5x denně a jídlo nevynechávat, když právě nemáme čas.

Vývojově jsme založeni na ukládání přebytků v době hojnosti do zásob na přežití v dobách hladu. Člověk musel v přírodě přežít dobu nedostatku, když dlouho nic neuložil.

že lidé, kteří v mládí jedli střídavě, jsou ve vyšším věku zdravější, než ti, kteří se za mlada přecpávali.

Potřeba je individuální

Množství jídla nejlépe vyjadřuje lidová moudrost:

- snídani snězte sami
- o oběd se podělte s přítelem
- večeři dejte nepříteli

Právě pro jídlo platí sokratovské „sofrosine“, všeho s mírou. Více než z 50 % o tom, jak vypadáme, rozhodují rodové dispozice. Lidé s nadměrnou funkcí štítné

Co říkají pranostiky

Co červenec neuvaří - srpen nedopeče.
Červenec horký, pěkné jsou vdolky.
Když červenec pěkně hřeje, o vánocích se zima zaskvěje.
Jaký červenec, takový leden.

■ 4. červenec

Svatý Prokop hřiba nakop.
Prší-li na Medarda i Prokopa, shnije mandel i kopa.

■ 10. červenec

Prší-li na Sedm bratří, sedm neděl střecha neuschne.
Jaká povětrnost na Sedm bratří, taková po sedm týdnů patří.

■ 13. červenec

Svatá Markéta vede žence do žita.
Děšť o Markétě trvá čtrnáct dní a zvěstuje špatný čas pro sklizení sena i obilí.
Na Markétu když prší, ořechy ze stromu srší.

■ 20. červenec

Do svatého Eliáše i pod křovím schne, po něm ani na křoví.

■ 25. červenec

Kolik mračen na Jakuba, tolik v zimě sněhu.
Jakub bez deště - tuhá zima.



■ 26. červenec

Svatá Anna - chladna zrána.
Zvětšují-li na Svatou Annu mravenci své hromady, lze očekávat tuhou zimu.



1. července 1997 – Byl předán Hongkong Čínské lidové republice a od té doby je její zvláštní správní oblastí. Podle ústavy se Hongkong těší vysokému stupni autonomie, pouze za mezinárodní politiku a ozbrojené síly zodpovídá centrální vláda v Pekingu. Hongkong má jednu z nejliberálnějších ekonomik světa, stále patří k nejdůležitějším světovým střediskům bankovníctví a obchodu.

2. července 1917 – Za 1. světové války proběhla bitva u Zborova, jež byla součástí tzv. Kerenského ofenzívy a předsta-



Českoslovenští legionáři ze 7. roty v zákopech u Zborova.

vovala první významné vystoupení Československých legií na východní frontě. Úspěch československých jednotek byl

natolik výrazný, že ruská vláda poté zrušila veškerá omezení na formování nových jednotek z českých a slovenských zajatců. Ztráty Čs. střelecké brigády – 185 padlých a zemřelých následkem zranění a asi 700 zraněných. Jistou zajímavostí je, že v bitvě u Zborova proti sobě údajně bojovali i dva budoucí českoslovenští prezidenti: Klement Gottwald na rakouské straně a legionář Ludvík Svoboda. Další budoucí prezident, T. G. Masaryk, bitvu sledoval z Petrohradu pomocí telegramů a válečných vývěsek.

6. července 1925 – Výročí upálení Jana Husa bylo vyhlášeno státním svátkem ČSR. To vedlo ke konfliktu s Vatikánem, který demonstrativním odjezdem papežského nuncia z Prahy fakticky přerušil diplomatické styky.

9. července 1357 – Karel IV. údajně položil základní kámen Karlova mostu v Praze.

10. července 1947 – Národní shromáždění schválilo prostou většinou v prvním i druhém čtení zákon č. 143/1947 Sbírky, známější jako Lex Schwarzenberg, jímž byl vyvlastněn veškerý majetek hlubocké větve Schwarzenbergů.

13. července 1922 – V obecných školách v ČSR byly mezi povinné předměty zařazeny občanská nauka a ruční práce a pro dívky též tělocvik a nauka o domácím hospodářství.

16. července 1997 – České republice bylo doporučeno zahájit jednání o členství v Evropské unii (spolu s Estonskem,

Kyprem, Polskem, Maďarskem a Slovinskem).

17. července 1992 – Slovenská národní rada přijala Deklaraci o svrchovanosti Slovenské republiky; vzápětí podal demisi tehdejší prezident ČSFR Václav Havel. Abdikoval 20. července v 18 hod., prezidentské funkce byly podle ústavy dočasně svěřeny předsedovi končící federální vlády Janu Stráskému (tehdy ODS).

22. července 2011 – V norském hlavním městě Oslu zemřelo 7 osob při bombovém útoku. Krátce poté pravicový extrémista Andreas Behring Brevik střelbou ze samopalu zabil několik desítek mladých lidí na mýtinu Norské dělnické strany na ostrově Utøya. Další se utopili při snaze přelapat na pevninu. Celkem zahynulo 93 osob.

23. července 1992 – V Bratislavě se zástupci české ODS a slovenské HZDS bez toho, aby ve věci bylo uspořádáno všelidové referendum, dohodli na zániku československé federace.

30. července 1419 – Došlo k první pražské defenestraci: Ozbrojený pražský lid vedený knězem Janem Želivským podnikl útok na Novoměstskou radnici. Přítomné konšely, kteří odmítali propuštění uvězněných stoupenců přijímání podobojí, shodili z oken a ubili. Touto událostí začínají husitské revoluce. Defenestrace nebyly ve středověku i raném novověku nic až tak neobvyklého, šlo o jednu z forem společně podniknutého spontánního trestu.

(zl) ■

Senioři měli Olympijský den

Poslední květnovou sobotu, tedy jen pár týdnů před letními Olympijskými hrami v Londýně, se ve sportovním areálu Na Kotlářce v Praze 6 – Dejvicích uskutečnil Olympijský den seniorů. „Akce se podle ohlasu velmi vydařila,“ říká mistr Evropy a mistr světa ve sportovním aerobiku, populární fitness trenér

den seniorů v jeho pojetí představuje originální sportovně společenský den, který zdarma nabízí všem účastníkům rozdělených do věkových kategorií 55 – 65 a 66 +, zvláště pro muže a ženy, možnost zasoutěžit si a pobavit se během jednoduchých sportovních disciplín.

A jaké disciplíny nejvíce seniorům vyhovovaly? Nordic walking, pě-



Moderátorka dne Marie Retková v rozhovoru se sympatickou olympioničkou Květou Jeriovou-Peckovou.

David Huf, který spolu s MUDr. Martinem Papáčem - kardiologem a internistou z ÚVN, vytvořil speciální program tohoto projektu. Zvláštním hostem Olympijského dne v Praze 6 byla Květa Jeriová-Pecková, bývalá československá reprezentantka v běhu na lyžích, která získala medaile na ZOH v Lake Placid 1980 a Sarajevu 1984. „Setkání s ní všechny účastníky velmi motivovalo,“ řekl k tomu David Huf. Olympijský

tanque, stolní tenis a pak ta-



děti a vnoučata, přijďte podpořit své babičky a dědečky. „Sešly se tu právě i celé rodiny, které přišly fandit. Musím také poděkovat svému týmu, který do jednoho odvedl vynikající práci. Celkem nás bylo 30 lidí. Také bych rád poděkoval za finanční podporu a spolupráci městské části Praha 6,“ uvedl Huf, jehož vizí je, najít pro tento projekt silného finančního partnera a rozšířit Olympijský den seniorů do co nejvíce měst. Projekt pravidelných bezplatných lekcí cvičení a Olympijského sportovního dne není jen o sportu, ale také o nabídce seniorům k setkávání, komunikaci a zábavě. Mezi účastníky velmi často dochází k navazování nových kontaktů a přátelství.

„Mnohé díky a rozzá-
nec a jóga. Díky slunné-
mu počasí a velké účas-
ti se den opravdu vy-
dařil. Vzniklo i jakési
motto dne:

řené oči zúčastněných seniorů potvrzují, že tato cesta je správná a má pro mne hluboký smysl,“ uzavírá Huf. Pochvalu sklidili organizátoři dne vedle účastníků také od bývalé vynikajícího olympionika pana Imricha Bugára, který velmi vítá a kladně hodnotí tyto pohybové aktivity pro seniory a to nejen z Prahy 6.

(red) ■



Park pro seniory by měl být kompletně dokončen v roce 2014. Lokalita u pečovatelského domu nebyla vybrána náhodou. V blízkosti jsou další domy s pečovatelskou službou, stacionář Domovinka a rekonstruované stravovací a společenské středisko pro seniory, takže se zde soustřeďuje větší množství starších lidí. Sportovní park mohou k aktivnímu odpočinku využít i důchodci z dalších částí města. Pro veřejnost je otevřený po celý den. Zahrada bude postupně



V areálu zahrady u pečovatelského domu Domovinka na Jiráskově nábřeží v Písku loni v listopadu otevřeli první část sportovního parku pro seniory, letos 24. května pak město Písek pozvalo písecké seniory na slavnostní otevření druhé etapy výstavby parku. Vstupní pásku do areálu slavnostně přestříhla stojednatiletá Anna Pichlíková. Pochybnosti o tom, zda starší obyvatelé města budou využívat sportovní park, se rozptýlily hned při jeho otevření. „Bydlíme hned za řekou a určitě sem budeme chodit. Líbí se nám zejména náradí na protahování ramen a loktů. V Domovince už navštěvujeme každou středu klub a chytáme se také na jógu,” shodly se Jaroslava Kolářová

a Dagmar Pavlátová. Obě ocenily, že město nezapomíná ani na své nejstarší obyvatele. Že je sportovní park hojně využíván, jsem viděl následný den. Během dopoledne se tu sešlo několik seniorek a stále přicházely další. A rehabilitační stroje nezahálely. V areálu je například zařízení k protažení horních končetin, zejména pak ramenních kloubů, rotopedy, zařízení na protahování zádových svalů, kyčelních kloubů ap. Jak cvičit, lze přečíst na informační tabuli. Pokyny pro cvičení, stejně jako cvičební zařízení byly vyvinuty ve spolupráci s rehabilitačním ústavem v Kladruzech.



vybavena dalšími cvičebními stroji vhodnými zejména pro seniory a osoby se zdravotním postižením. „Sportovní park je přístupný veřejnosti a věřím,

že setkávání seniorů například s dětmi obohatí obě strany. Možnost sportovního vyžití seniorů je zatím ve městě omezená a park by měl tuto nabídku rozšířit,” uvedla místostarostka města Písek Mgr. Hana Rambousová (VPM).

Zdeněk HŘEBEJK ■

Foto: autor

DOBA
seniorů

OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN

Roční předplatné 192 Kč / Cena za kus jen 16 Kč

Objednávací ☐

Předplatné formou dárku ☐

složenku odeslat na adresu odesílatele objednávky

DOBU SENIORŮ objednávat od čísla (včetně) ☐

ZPŮSOB PLATBY

☐ složenkou

☐ SIPO: 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:

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

Úcta ke stáří

Bohužel, v praxi je to jen proklamované heslo roku bez konkrétního obsahu. Senioři jsou v současné době ohroženým druhem přírody a společnosti. Svědčí o tom každodenní zprávy o rostoucím počtu okradených důchodců. Jsou staří, bezmocní, snadno zranitelní. Kolik je jich obelstěných podomními nekalými obchodníky, další na lákavých předváděcích akcích doslova dotlačeni k podpisu smlouvy k nákupu zbytečností. Smutné jsou příběhy o násilně ukončených životech, často jen pro pár korun. Doslova mě šokovala zpráva o vysokém počtu vykonaných exekucí právě na důchodcích. Naše generace na něco podobného nebyla připravena. Proto nové skutečnosti mnohé překvapí a zaskočí. A nabídky pomoci jsou jen v otaznících. Dlouhé zjišťování a ověřování skutečnosti, papírování, vzdálenost úřadu od místa bydliště, pochopení podstaty problému je často nezvladatelnou zkouškou. Nabídka možnosti vyhledávat lékárnu s nejnižšími doplatky se jeví vhodnou pro mladší důchodce. Ti starší a nejstarší jsou rádi, že si mohou léky vyzvednout v té nejbližší u zdravotního střediska. Já to musím dělat také tak. Je proti rozumu, že vdovský důchod se pobírá jen jeden rok. Právě osamělí jsou na tom nejhůře. Když žijí oba manželé, mají dva důchody, hospodaří společně. Po smrti jednoho ten pozůstalý platí za byt stejně, za energii, má jen menší výdaje za potraviny. Zbývá proto moc málo nebo nic. Měly by zůstat možnosti žít kulturou, nějakým koníčkem. Ale vejdou se do napjatého rozpočtu? Ideální je soužití dvou generací v jednom domě nebo bytě. Bohužel, rodiny se dnes často rozpadají, mají také existenční problémy, senioři zůstávají se svými problémy sami. Do zařízení, která poskytují sociální služby s bydlením, se těžko dostávají. Na umístění se čeká rok i více. Můžeme doufat ve zlepšení situace? Bohužel, vládní návrhy říkají, že ne. Co tedy některým důchodcům zbývá? Nic potěšitelného a radostného. Prostě jen přežívat.

Marie WDOWYCZYNOVÁ, Rudná ■

Peníze v krabicích

Zatímco vláda a hlavně ministerstvo financí seniorům tvrdí, že nejsou peníze na valorizace důchodů a je proto třeba škrtnat, nyní i Rathův případ znovu ukazuje, že peněz je dost, jen jsou různě odkloněny či utajeny v dírách pod podlahou. Také krabice od bot či vína jsou kamufláží pro přenášení milionů, které byly politikům poskytnuty jako odměna za jejich spolupráci s mafií na předražování státních zakázek. Nedostatek peněz jako argument tedy neobstojí. Je jich, jak vidět, dost. Prostředky daňových poplatníků velmi často mizí v kapsách korupce. A zákony jsou takové, že i po odhalení korupce se vrátí jen minimum peněz, protože zloději už je dokázali úspěšně „odklonit“ třeba k příbuzným...

K. L., Praha ■

Musíme se bránit

Velmi si vážíme Rady seniorů a jejího předsedy Zdeňka Pernese za její postoje a aktivity v otázce důchodové reformy a valorizace penzí. Důchodová reforma Nečasovy vlády je pro život seniorů nedůstojná a v žádné jiné zemi EU není něco tak deprimujícího. Pan ministr Kalousek hrozí a přirovnává poměry v Řecku s ČR. Naše srovnání s Řeckem platí ale jen pouze co do počtu obyvatel, jiné neexistuje. Důchody mají v Řecku 3x vyšší, stejný rozdíl je v příjmech státních zaměstnanců. O tom se nám může jen zdát. Své protisociální reformy, které dopadnou i na důchodce, chce Nečasova vláda protlačit, bez ohledu na důsledky, pomocí své většiny v parlamentu. Senioři se musí bránit. I proto jsme se připojili k petici za požadavky seniorů a 30. května se zúčastnili demonstrace v Praze, kterou organizovala RS ČR.

Karel BENEŠ, 1. MOO SDČR v Plzni ■

Pozn.red.: Podobných ohlasů k aktivitám Rady seniorů ČR jsme dostali do redakce více. Písemně i telefonicky. Názor seniorů z Plzně zveřejňujeme za všechny.

Koho volit

Při poměrně velkém počtu politických stran na naší malé zemi je problémem

zvolit takovou, které by mohl volič věřit. Velké mocnosti, USA, GB a jiné vystačí s mnohem menším počtem politických stran než malé Česko. Koalice je dobrá k tomu, aby se zdůvodnilo, proč nebylo možné splnit to či ono z předvolebních slibů.

Z. K., Plzeň ■

Anketa pro ZTP

Jsem 70letá důchodkyně s průkazem ZTP. Dnes Vám píši hlavně proto, že příbuzná mi přinesla dotazník pro osoby se zdravotním postižením, ke zjištění projevů a forem jejich diskriminace v ČR. Dotazník byl vložen do časopisu MOS-TY č. 2/2012. V časopise jsou články o diskriminaci i kontakt na manažera projektu p. Jiřího Vencle (tel.: 266 753 424) a e-mail na Národní radu zdravotně postižených (info@nrzp.cz), která tento projekt realizuje. Anketu jsem vyplnila a zjistila jsem, že o ní nikdo z mých známých – též zdravotně postižených, bohužel neví. To je velká škoda. My staří a s finančními problémy na internet nemáme. Napadlo mě, že by bylo dobré dát informaci do Doby seniorů, její čtenáře tato problematika jistě zajímá.

Jana HOLCOVÁ, Mělník ■

Pozn. redakce: Ano, máte pravdu, děkujeme za tip. V příštích vydáních Doby seniorů se tématu budeme určitě věnovat. Dnes pro zájemce dodáváme další kontakty na pracovníky projektu Rovná práva pro všechny: **Veronika Půrová** – manažerka projektu (tel.: 266 753 424, 736 751 209, **Šárka Žezulková** – odborná pracovnice projektu (tel.: 266 753 434) a **Ondřej Folk** – odborný pracovník projektu (tel.: 266 753 423).

Z ohlasů na internetovou petici Za důstojný život mladých i seniorů jsme vybrali:

Tuto petici podporuji, neboť vyjadřuje také můj vzkaz našim politickým zastupitelům: My jsme volili demokracii, nikoliv oligarchii! Vypadněte!

Mladé rodiny, senioři a zdravotně postižení se za posledních dvacet let ocitli na okraji zájmů vládnoucích představitelů ČR. Je proto potřeba se sjednotit a prosadit politické a společenské změny jako třeba na Islandu.

Připojuji se k této petici, neboť to, co si současná vláda dovolí k seniorům a mladým rodinám je nehoráznost. V důsledku toho je nižší porodnost, přibývá bezdomovců a chudáků, kteří nemají ani základní věci k životu, viz zdravotnictví a výše důchodů. To, co nám slibovali v roce 1989, tak z toho je pravý opak. Celou naši republiku rozprodali, rozkradli, vytunelovali ve svůj prospěch a nyní se chtějí hojit a vše získat zpátky nesmyslným zdražováním a okrádáním lidí a hlavně seniorů, kteří si na svůj důchod celý život pracovali.

Tato petice je nutná... Senioři se musí naučit bránit svá dřívě poctivě odpracovaná léta.

Žádáme vládu o urychlené přijetí zákona o sociálním bydlení seniorů a také dalších lidí, přece není možné, aby nájemné i se službami už i v obecních bytech bylo kolem 10 000 tisíc měsíčně,

když průměrný důchod je 10 740 korun. Olga a Vladislav.

Je mi 59 let, mám 9let. dceru s vrozenou vadou-alergička, astmatička. Jsem žena s minimálním platem, bydlím v sociálně vyloučené oblasti, kde nezaměstnanost a noční zábavy snědých spoluobčanů mi neustále ztrpčují život. Žijeme v neudržovaném, podnikovém domě za tržní nájemné. Jsem zásadně proti všem stávajícím „reformním“ úpravám... Každá z nich mi jednotlivě a v souhrnu násobně znemožňuje žít slušným životem pracujícího... Víím, že jsou i daleko horší případy, ale i toto stačí abych nebyla daleko od myšlenky podílet se na defenestraci vládnoucí nelegitimní party...

Tato vláda myslí jen na sebe a ostatní občany jen odírá o to poslední, nezáleží jim na lidech. Občany potřebují jenom když jsou volby. Pryč s touto vládou.

Nechápu, proč by na neschopnost vlády měli doplácet nejvíce právě důchodci. Hana

Nejpokornějším se nejsnáze bere... To jsme. Příliš pokorní, smíření, bojácní – jen

si tak na chvíli zanádáme, zaprotestujeme... A skloníme zase hlavy. Podívejte se na zprávy! Každý den se řeší nějaká zločinecká kauza – a nic se nemění a nezmění, dokud se dělnický národ zdravých i postižených proti bezpráví a vykořisťování mocnými zlodějskými panáky nepostaví společně do jednoho šiku. Nenažranci u koryta dobře vědí, čemu může posloužit internet – široká veřejnost má místo k vypuštění vařící páry, která se rozplyne jako neškodný dým a nějaká ta demonstrace tisíců lidíček bude zítra zapomenuta objevem jiné vzrušující informace. Anebo se národ konečně vzchopí, lidé vypnou televize a vyjdou do ulic v miliónovém počtu. Je nás přece mnohonásobně víc, než těch nenažraných diktátorů u koryt. Tak proč to trpíme?

To, co současná vláda zamýšlí udělat důchodcům a postiženým, je do nebe volající lumpárna a podvod na voličích. Když před volbami sháněli hlasy, bylo jejich jednání úplně jiné.

(Pozn. Komentáře na internetu jsou většinou bez podpisu, jejich autoři jsou ale z řad těch, kdo podepsali petici, kde uvedli jak svá jména, tak také bydliště).

Zasmějte se s DS

Farář má kázání. Zezadu se k němu přikloní kastelán a šeptá: Otče, na kůru hrají poker! Duchovní: Díky, ale nejdřív přece musím skončit kázání!

Baví se dva čeští důchodci. – EU se rozhodla zlepšit životní podmínky pro slepice. – No vidíte, tak to u nás díky vládě už brzy dosáhneme úrovně drůbeže.

Jsou tři etapy života: Mládí, Střední věk a Vypadáte dobře!

Čínské moudro pro dnešek - Pes, který štěká, je nedovařený.

Manželka se vrátí z lázní o den dřív a najde doma v bytě u plotny cizí mladou dívku v zástěře, zrovna při vaření oběda. „A to je kdo?“ zahřmí přísně na manžela. „Uklidni se, miláčku,“ povídá manžel, „to je Vitana a vaří za tebe...“



Také k u nás aktuálnímu tématu imunity zákonodárců došlo ze Slovenska...

Kdosi se zeptal blondýnky, jak dlouho je vdaná. Odpověď: Myslíte jednotlivé případy, nebo celkově?

Manažer je člověk, který si myslí, že devět žen porodí dítě za měsíc.

Do rubriky vedle redakce tentokrát přispěli Milan Batista z Volar a Karel Lachout z Prahy. Znáte také nějakou povedenou anekdotu? Pošlete nám ji do redakce, ať se po jejím zveřejnění pobaví i další čtenáři DS!

DROBNÁ INZERCE A OZNÁMENÍ V DS

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

SEZNÁMENÍ

Vdova z Prahy, 62 let, hledá vitální kamarádku, která je také sama a má dostatek času na výlety a popovídání si. Zn.: Jen čestné jednání.

Nekuřák z Prahy (61 let, VŠ, 171 cm) hledá štíhlou ženu přiměřeného věku se smyslem pro humor a pro vše, co patří k životu. Zn.: Nechci mít jen kamarády.

RŮZNÉ

Darujte sběrateli zpěvníky z edice Světa sovětů: „Zpěvník písní SSSR“ (formát A5) vydávané v letech 1950-1952. Tel.: 728 054 571

DOBA seniorů

Jsme všude tam, kde starší generaci o něco jde

Jediný celostátní měsíčník v ČR, který vydávají samotní seniori.
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, odstříhněte a stránku jako leták u místěte v místech, která navštěvují seniori. A nejenom oni.
Doba seniorů je tu totiž pro každého, kdo chce vědět víc o životě starší generace.