

DOBA seniorů

Č. 12 / VI. ROČNÍK PROSINEC 2010 14 Kč

Cena v předplatném 11 Kč

PREZIDENT PŘIJAL SENIORY



VALENTINA THIELOVÁ: JENOM DS UKÁZALA PERLU ATLANTIKU



ŽELEZNÝ BOREC PŘIJEL Z PLZNĚ



DEVĚT SOUTĚŽÍ O PĚKNÉ CENY



**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
oblast sociální: 234 462 074
oblast právní: 234 462 074
oblast bytová: 234 462 076
Poradna pro seniory pro práci s PC:
E-mail: poradna.praha@rscr.cz
Telefon: 234 462 075
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. Do pražské poradny pro práci s PC můžete volat v pondělí až čtvrtek (9-11 hod.) nebo napsat dotaz na e-mail: hrebejk@rscr.cz. Počítačové kurzy pro seniory mají svůj zvláštní režim.

KONTAKTNÍ ÚDAJE

REGIONÁLNÍCH PRACOVÍŠŤ RS ČR:

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.

Brno:

Dům odborových služeb,
Malinovského nám. 4 – kancelář 414
Telefon: 532 269 414
e-mail: poradna.brno@rscr.cz
Vedoucím regionálního pracoviště je
Ing. Pavel BŘEZA.
Regionální pracoviště pracují v obdobném režimu jako pražské ústředí, neposkytují však seniorům poradenství pro práci s počítačem.

UPOZORNĚNÍ

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

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

Místo půjčky oči pro pláč

Na Sdružení obrany spotřebitelů (SOS) se nyní v době předvánoční obracejí lidé s dotazy ohledně inzerátů v denním tisku, které se týkají nebankovních úvěrů. Kvůli žádosti o půjčku musejí spotřebitelé telefonovat na placené linky s vyšším tarifem (začínají devítkou). SOS se rozhodl tyto služby otestovat. A výsledek? Mysleli jste si, že když zavoláte na uvedené číslo, že se dočkáte odpovědi o možné výši úvěru, o výši úroku, RPSN, poplatku za úvěr a sankcích? Nebo zdali budete mít možnost si smlouvu o půjčce přečíst dopředu bez tlaku na její uzavření? Tak to jste na omylu. 6 z 10 telefonních čísel odkazuje žadatele na placenou linku, tarifovanou 95 Kč/min, přičemž tato informace je sdělena až jako poslední. Pouze ve třech případech se zájemce spojil s živou osobou, která mu však nebyla schopna na otázky odpovědět a byl tlačěn na osobní schůzku, při které lze zájemce lépe „zpracovat“. Jedno telefonní číslo mělo pouze klasickou telefonní schránku.

„Tento výsledek nám vyrazil dech, zejména počet linek, které nabádají spotřebitele žádající o úvěr, aby volali na linku



s tarifací 95 Kč/min. Následně spotřebitel může provolat i několikatisícové částky,“ říká právník SOS Jiří Žůrek. K jeho vyjádření za DS dodáváme, že na poskytování služeb s vyšším tarifem provozovatel potřebuje licenci Českého telekomunikačního úřadu. Ten by měl logicky také kontrolovat, jak je využívána, popř. zneužívána. Zjevně tak příliš nečiní. Na linkách se uvádí, že službu neposkytuje Vodafone, T-mobile, O2 Telefonica. K tomu alibismu doplňujeme, že se při tom využívají jejich technické prostředky, za což tyto společnosti dostávají nemalé provize...

(red) ■

Glosujeme: Tak ono to jde...

Daň ve výši 98 procent budou muset se zpětnou pětiletou platností zaplatit zaměstnanci při odstupu vyšším než 311 800 korun. Šéfům z veřejné sféry a ze státních a samosprávných podniků je stanovena hranice pro mimořádnou daň nad 178 500 korun. Není totiž jiné možnosti, jak získat zpět extrémně vysoké odstupné, které není v souladu s dobrými mravy. Potřebné opatření se bohužel netýká Česka, ale Maďarska, uvedené část-

ky jsou po přepočtu z forintů. V Maďarském parlamentu pro přijetí příslušného zákona hlasovalo 304 poslanců, proti se vyslovilo 58. U nás se zlaté padáky ve veřejné sféře krize nekrize dále rozdávají, stotisícové odstupné dostávají dokonce politici, kteří končí kariéru kvůli pádu neúspěšné vlády či předčasným volbám... O výši platů manažérů se ztrátou „hospodařících“ státem podporovaných podniků raději ani nemluví.

Recept proti stárnutí

Sepsáno dle návodu protagonistky našeho rozhovoru měsíce na str. 16: Vezmi hrst víry, sklenici lásky, lžici trpělivosti a několik hrstí optimismu. Přidej lžičku pokory, lžičku naděje

a špetku shovívavosti. Vše smíchej s litrem humoru, dekagramem velkorysosti a lžičkou kavalírství. Rozděl na 365 dílků a každé ráno užívej ozdobeně úsměvem.

Čas nových obzorů

A opět jsou tu Vánoce. Doba nejhezčích rodinných svátků v roce.

Bohužel tomu tak už mnohde není. Romantické a zasněné Vánoce už dávno převládla komerce. Letos možná právě proto mnozí zapláčou, protože na navyklé drahé dárky už nebudou mít. Hospodářská krize totiž ještě zdaleka není za námi. I když krize potrefila celý svět, u nás se k ní přidaly i chyby a neumětelské odpovědných, byť se k tomu nehlásí. Také v minulosti v tunelech zmizelé miliardy přece jen nakonec chybí. I proto utahování opasků pokračuje.

Česko neprochází jen ekonomickou, ale i hodnotovou krizí, kterou mnozí dlouho nevnímali a často stále ještě nechtějí vnímat. Důsledky jsou obecně známy.

Není ale vše jen černé a i negativa v sobě nesou vždy něco pozitivního. Možná méně financí povede alespoň částečně k obnově hodnot a to nejen duchovního rozměru Vánoc. Třeba právě trpká zkušenost krize povede i ke zlepšení mezigeneračních vztahů. Tak, aby neurvalci už neuspěli se svými vyděračskými výzvami k politické převýchově prarodičů. Aby místo toho mladí i starší solidárně táhli za jeden provaz, protože společný postup zvyšuje šanci prosadit zájmy jedněch i druhých...

VÁNOCE ZAS ZAKRÁTKO,
JE ČAS ROZBÍT PRASÁTKO.



Ale nemusí jít jen o ty naléhavé sociální. Bude stačit, když se alespoň o kapku zlepší mezilidské a v rámci toho i mezigenerační vztahy. Doba seniorů k tomu chce samozřejmě přispět. Snažíme se o to už šestým rokem. Na základě čtenářských anket a dopisů se časopis i proto snažíme stále zlepšovat. A tak DS od počátku prožívala a v duchu hesla „nikdo není dokonalý“ stále prožívá změny. Nyní to bude například nový seriál, který nás zavede do třináctých komnat osobností dějin české kultury. Ukáže to, o čem se ve škole mlčelo. Změní se i obsah Kalendária, ve kterém najdete ještě více praktických tipů z různých oblastí, v DS celkově přibudou soutěže o ceny. Nyní tento trend startujeme Dárkem čtenářům na str. 9 a dalšími soutěžemi. Rozšíříme některé poradny a zavedeme nové, aby se dále pro čtenáře zvýšila užitná hodnota Doby seniorů, i když nepůjde vždy o pravidelné rubriky, ale třeba o samostatnou reakci na aktuální problém z některé oblasti života. Například péče o zdraví, ale třeba i tipy z kosmetiky atd. Přibude také humoru a v duchu vašich přání budeme hlídat, aby do DS neproklouzly příspěvky, které svým obecným charakterem vlastně zabírají jen místo a nikomu nepomáhají. Ze stejného důvodu jsme zrušili sloupek s obsahem DS na této stránce. V časopise, který má jen 32 stran je to skutečně poněkud zbytečná rubrika.

Jak vidíte, máme nejen předsevzetí, ale na změnách už pracujeme. Začali jsme se změnami už v tomto vydání, ještě víc jich bude v tom lednovém. V naší Době seniorů prostě chceme a budeme budovat nové obzory.

V tomto duchu krásné a veselé Vánoce jménem redakce přeje

František Vonderka

šéfredaktor



FOR SENIOR

5. VELETRH PRO PLNOHODNOTNÝ,
AKTIVNÍ ŽIVOT

MOTTO VELETRHU

MLADÉ DOKÁŽE BÝT KAŽDÉ TELE,

ALE **zestárnout**
je kumšt.

(KAREL ČAPEK)

31. 3. – 3. 4. 2011
PRAŽSKÝ VELETRŽNÍ AREÁL LETNANY

RSF
www.forsenior.cz

Vydává Rada seniorů ČR (www.rscr.cz). Šéfredaktor Mgr. František Vonderka. Adresa redakce a inzerce: Nám. W. Churchilla 2, 130 00 Praha 3 – Žižkov, e-mail: ds@rscr.cz. Kontakt výlučně pro inzerci: inzerceds@gmail.com. S redakcí se můžete také spojit prostřed-

nictvím pražské poradny RS ČR (viz str. 2). Grafická úprava: Matouš Johanides. Tiskne Česká Unigrafie, a.s., Rozšiřuje PNS a Česká pošta, Předplatné agentura A.L.L. Production, s.r.o., box 732, 111 21 Praha 1, Tel.: 234 092 851, e-mail: inzerce@dobaseniou.cz.

Registrace MK E 16412, ISSN 1801-5859. Články vyjadřují názory autorů a nemusejí být totožné s názorem redakce. Nevyžádané texty a foto se nevracejí.

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE

31. prosince 2010

Chudoba se týká **VŠECH**

I když ČR nepatří k zemím, které musí akutně a v masovém měřítku řešit bídu, přesto se i u nás např. část starší generace potýká s problémem nízkých důchodů a to



Účastníky konference, kterou pomáhala uskutečnit i EU, pozdravil také primas český, arcibiskup Dominik Duka

zejména v době, kdy se zvyšují náklady na bydlení, energii či léky. Nelze také opomenout „bídu“ v mezilidských či rodinných vztazích. I to byl zřejmě důvod, proč oblastní charita Hradec Králové ve spolupráci s Univerzitou Hradec Králové uspořádala koncem října v prostorách univerzity konferenci s názvem „Chudoba – záležitost nás všech“. Dvoudenní setkání slavnostně zahájil arcibiskup pražský Dominik Duka, OP.

Více než dvě stovky účastníků si mohli vyslechnout přednášky významných osobností a odborníků z různých institucí. Přednáška Prof. PhDr. Tomáše Halíka, Th.D., s názvem „Chudé budete mít vždycky s sebou“ byla navíc zpřístupněna široké veřej-

Na konferenci se opět potvrdilo, že zájem o skutečné společenské problémy mají lidé ze všech generací

nosti. V rámci konference byla představena také fotografická kniha Anety a Petra Maclových Hosté na zemi s příběhy lidí, kteří poznali na vlastní kůži co je to chudoba, a to nejenom ta materiální.

Prostor dostali i zahraniční hosté, kteří přinesli pohled na chudobu v Německu a na Slovensku. Ředitel Diecézní charity Magdeburg Bernhard Brantzen se mimo jiné zaměřil i na problém vyhlazování východní části země a také na prohlubující se chudobu dětí a mládeže a možným dopadem na vývoj situace v blízké budoucnosti. PhDr. Ing. Pavol Vilček – ředitel Spišské katolické charity přiblížil situaci na Slovensku. Zástupce Ministerstva práce a sociálních věcí, ředitel odboru sociál-



ních služeb Mgr. Martin Žárský, představil přítomným Národní akční plán boje proti chudobě a sociálnímu vyloučení. Brněnský kurátor Mgr. Ladislav Ptáček

přinesl zamyšlení nad tím, jak právo a právní systém a uspořádání společnosti vstupuje do života člověka a tím – mnohdy často zásadním způsobem – ovlivňuje jeho životní příběh. Jeden z nástrojů řešení a prevence chudoby – sociální bydlení – představil Ing. Mgr. Martin Lux, Ph.D., ze Sociologického ústavu AV ČR.

Druhý den dopoledne pokračovala konference ve dvou souběžných blocích. Jeden byl věnován teoretické reflexi, kde zazněly příspěvky např. na téma chudoby v Bibli.

Souběžný program se věnoval odhalování příčin existence chudoby, jejich důsledků a nástinům alespoň některých řešení. Na něj navázal blok přinášející příklady dobré praxe. Mgr. Monika Ulrichová Ph.D.

Na přednášku profesora Tomáše Halíka měli vstup i zástupci laické veřejnosti

z PF UHK se zabývala logoterapeutickými aspekty chudoby, poukázala na to, že v současné době více než hmotnou nouzi lidé prožívají ztrátu smyslu svého života. Situaci lidí dlouhodobě nezaměstnaných nebo těžko zaměstnatelných a konkrétní aktivitu v jejich prospěch přiblížila výkonná ředitelka o.s. Nový Prostor Dagmar Kocmánková. Otázkám zadlužení, insolvenční a exekuci se věnovala JUDr. Jolana Maršíková, soudkyně Krajského soudu v Hradci Králové.

Závěrečná přednáška patřila lidem v terminálním stádiu života a několik smutných příběhů z praxe, kdy některé lidi provází na poslední cestě chudoba, uvedly MUDr. Jana Svobodová a Iva Valérová z Mobilního hospice Anežky České z oblastní charity Červený Kostelec.

Jan SOLICH a red

Foto: Petr MACL



Bojíme se stále víc

Problému chudoby se do budoucna obává 78 procent Čechů. Nejčastěji jde o lidi nad 60 let věku a domácnosti s nižším finančním a majetkovým zabezpečením. „Obecné obavy z problému chudoby se zatím nijak výrazně neodrážejí v subjektivním vnímání vlastní rodiny. V současné době svou rodinu jako chudou označují necelé dvě pětiny respondentů (38 procent). Tento podíl nepředstavuje nijak zásadní nárůst v porovnání s předchozími výzkumy,“ uvedla agentura STEM.

Máte pocit, že jste chudá rodina – kladné odpovědi (v procentech)			
srpen 1995	duben 2004	březen 2009	říjen 2010
29	44	36	38

Zdroj: STEM

Výrazně nižší procento rodin, které se považovaly za chudé bylo v rámci výzku-

mů zaznamenáno naposledy v polovině 90. let, kdy se například v roce 1995 označilo za chudou rodinu 29 procent dotázaných.

Bezmála tři čtvrtiny lidí (72 procent) zároveň nesdílí názor, že za svou chudobu si může každý sám. Ještě výrazněji odmítají tuto tezi ti, kteří za chudou označili vlastní rodinu. Z této kategorie se s názorem neztotožňuje 84 procent respondentů.

Česko je země, kde je podle celoevropských měřítek málo chudých rodin – zhruba kolem deseti procent. To se však může už během dvou let změnit.

Problém Česka totiž spočívá v tom, že dělicí čára mezi příjmovou chudobou a střední vrstvou je velmi tenká. Stačí zmrazení příjmů, nárůst životních nákladů, změna sociální politiky státu zejména omezením sociálních dávek, a řada rodin

ze současné střední vrstvy začne rozšiřovat pásmo chudých rodin.

Podle šetření CVVM většina domácností - 44 procent hodnotí materiální podmínky svých domácností jako ani dobré, ani špatné. To je největší počet rodin, u kterých je otázka příjmů a výdajů prakticky vyvážená, rodiny v současnosti nepociťují ani nějaký nadbytek, ale ani nestrádají. Právě tato část „neutrálních rodin“ se může ocitnout v pasti chudoby.

K reálnému propadu celkového objemu běžných příjmů domácností ve výši 3,1 mld. podle údajů MPSV došlo již v prvním čtvrtletí letošního roku, růst platů byl nejpomalejší od roku 2000. V rodinných rozpočtech se v následujících letech navíc sejde několik faktorů, které jednoznačně zvýší výdaje domácích rozpočtů.

(red) ■

HEJTMAN SLÍBIL POMOC

Hejtmán Olomouckého kraje Ing. Martin Tesařík společně se svou náměstkyní pro sociální věci Mgr. Yvonou Kubjátovou 8. listopadu přijali delegaci Rady seniorů ČR, vedenou jejím předsedou Dr. Zdeňkem Pernesem. Hlavním důvodem jednání byla příprava založení krajské rady seniorů v Olomouci. Předseda RS ČR hejtmána seznámil s hlavními cíli a náplní činnosti této organizace, která má svá regionální zastoupení již v šesti krajích. Ocenil rovněž pozornost, kterou seniorské problematice věnuje vedení Olomouckého kraje. I v Olomouci už také vznikl přípravný výbor regionálního zastoupení RSČR, jeho předseda se jednáním s hejtmánem rovněž účastnil. Hejtmán Tesařík během neformálního jednání informoval o nejdůležitějších úkolech, které kraj ve vztahu k seniorům řeší. Hovořil o spolupráci se seniorskými organizacemi, zdůraznil potřebu koordinovaného postupu a v této souvislosti uvítal možnost vytvoření krajské rady RS ČR. Řekl, že s ní rád bude spolupracovat a ujistil, že je připraven její prospěšnou a potřebnou činnost podpořit i finančně.

(red) ■



SENIORSKÉ RŮŽE PRO LIDICE

Svaz důchodců České republiky, o.s. v říjnu daroval Památníku Lidice deset keřů růží pro obnovu části Růžového sadu v Lidicích v hodnotě 1000 Kč. K akci se připojila i Krajská rada Svazu důchodců České republiky, o.s. Středočeského kraje a darovala pět keřů růží v hodnotě 500,- Kč. Peníze jsme poukázali na účet Památníku Lidice a při osobním jednání s ředitelem Památníku JUDr. Červencem jsme se dohodli, že vybrané druhy růží budou vysazeny v jarních měsících příštího roku pod dohledem odborného personálu, aby se předešlo jejich vymrznutí. V loňském zimním období totiž došlo k vymrznutí téměř čtvrtiny z 24.000 růžových keřů, většinou již přestárých, i když se pracovníci Památníků Lidice o Růžový sad velice pečlivě starají.

Růže z celého světa i z České republiky, které jsou jednou z forem uctění památky obětí lidické tragedie během nacistické okupace, mají své dárce evidovány. Sad byl založen v roce 1955 na základě výzvy Sira Barnetta Strosse. Nejvíce růží Lidicím tehdy darovali pěstitelé z Velké Británie. K akci Růže pro Lidice se mohou připojit jak jednotlivci, tak i kolektivy či organizace, informace podávají pracovníci Památníku Lidice, e-mail lidice@lidice.memorial.cz nebo písemně na adrese Památník Lidice, Tokajická 152, 273 54 Lidice.

Hana NĚMCOVÁ ■
předsedkyně KR SDČR



Prezident přijal delegaci RS ČR



Den před státním svátkem 17. listopadu přijal prezident Václav Klaus na Pražském hradě delegaci nejrepresentativnější české seniorské organizace, vedenou jejím předsedou Zdeňkem Pernesem.

I když šlo především o zdvořilostní akci, setkání už od počátku mělo velmi přátelskou atmosféru a po uvítání a nezbytných úvodních oficiálních slovech se rychle změnilo v neformální živou besedu na různá té-

mata, která se týkají českých seniorů. Hovořilo se o tom, co se změnilo od posledního přijetí zástupců Rady seniorů ČR na Hradě v říjnu 2007. Zejména přibýlo pobíratelů starobních důchodů, kterých je nyní, jak uvedl předseda Rady Zdeněk Pernes, 2 150 000. Za tři roky je to o 122 000 více. Průměrná penze vzrostla o 1473 Kč a dosahuje nyní v průměru 10 100 Kč. Přes nominální zvýšení však dochází k reálnému poklesu penzí. Letos RS ČR odhaduje další pokles. Česká republika je také na chvostu v EU, pokud jde o relaci mezi průměrnou mzdou a starobním důchodem. Pomyslné nůžky se nerozevírají ještě více jen proto, že klesají mzdy. Jak uvedl

předseda Pernes v současné době seniory trápí čtyři hlavní problémy. První je spojen s urychlením diferenciací sociální struktury příjemců starobních penzí. Nejde přitom jen o rozdílnou výši penzí, ale hlavně o rozdílnou výši nákladů na uspokojení základních potřeb. Velkým problémem je zejména v Praze, ale i v dalších velkých městech, skokový nárůst nákladů na bydlení. Je rychlejší než valorizace penzí a působí potíže především osamělým seniorům. Podle výzkumu RS ČR je v Praze ohroženo kolem 7 000 starobních důchodců. Ačkoli Rada seniorů na tento palčivý problém během jednání s příslušnými ministerstvy opakovaně poukazovala, nepodařilo se prosadit



zákon o sociálním bydlení, s jehož pomocí by se podle RS ČR situace dala uspokojivě řešit. Pokles sociálního postavení části starobních důchodců dokumentuje údaj České exekutorské komory, že bylo uvaleno 530 000 exekucí na majetek seniorů. A podle údajů České správy sociálního zabezpečení se exekuce za leden až červen 2010

JIŽ 20. SEZÓNU DOVOLENÁ U MOŘE ZA CENY V ČESKÝCH CHALUPÁCH

Cestovní kancelář LOTOS
Recko • Chalkidiki • Stavros

CK LOTOS - Hana Repková
Hornická čtvrt 113, Chvaletice 533 12
tel/fax/zazn. 466 985 652, mobil NONSTOP 737 789 925

SEZÓNA 2011
www.cklotos.cz

ŘECKO 12 DNÍ APARTMÁNY U MOŘE S BAZÉNEM
Pozor, ceny u nás jsou už kompletní včetně dopravy.
V ceně všechny příplatky, taxi, ubytování, povlečení, energie, bazén včetně lehátek... Můžete dokoupit polopenzi a výlety. Jsme pojištěni.
Odjezdy: Praha, Kolín, Chvaletice, Přelouč, Pardubice, Brno, Trutnov, Dvůr Králové, Hradec Králové, Vysoké Mýto, Svítavy.

NYNÍ SLEVY. SPECIÁLNÍ CENY PRO DĚTI A SENIORY

Přiložíte-li tento inzerát v sídle CK LOTOS do 31.12. 2010, nebo objednáte-li přes www.cklotos.cz, je sleva na každou osobu 1.000 Kč, seniory a děti do 15 let 1.500 Kč, děti do 6 let ZDARMA s 2 platícími osobami.

termín	cena za osobu		termín	cena za osobu	
	FILIPOS	ZOJA		FILIPOS	ZOJA
09. 06. - 20. 06.	7.200,- Kč	6.800,- Kč	02. 08. - 13. 08.	8.300,- Kč	7.800,- Kč
27. 06. - 08. 07.	8.100,- Kč	7.600,- Kč	11. 08. - 22. 08.	8.300,- Kč	7.800,- Kč
06. 07. - 17. 07.	8.300,- Kč	7.800,- Kč	29. 08. - 09. 09.	8.100,- Kč	7.600,- Kč
15. 07. - 26. 07.	8.300,- Kč	7.800,- Kč	07. 09. - 20. 09.	8.200,- Kč	7.800,- Kč
24. 07. - 04. 08.	8.300,- Kč	7.800,- Kč	18. 09. - 01. 10.	8.100,- Kč	7.600,- Kč

v 73 000 případech týkaly starobních penzí. Dalším problémem, u kterého senioři žádali prezidenta o pomoc, je šíření demografické paniky. A to nejen v některých médiích, ale bohužel i v argumentaci některých politiků. Podobná vystoupení a další jevy, jako byl předvolební klip neblaze proslulého dua Mádl – Issová, podle předsedy Pernese, vytvářejí atmosféru, ve které se může dařit mezigenerační nenávisti. Ačkoli prezident například v otázce zákona o sociálním bydlení měl jiné názory a v souladu se svými již známými postoji uváděl, že i bytový problém vyřeší neviditelná ruka trhu, v tom zásadním panovala shoda. A sice, že bytový problém existuje a že je třeba se mu postavit a v případě osamělých důchodců, kteří už nejsou schopni hradit nájem, nějakým způsobem pomoci. Shoda panovala i v tom, že důchodová reforma by se neměla stát důvodem k vyvolávání nějaké paniky. Jak zdůraznil Václav Klaus, není samozřejmě pochyb o potřebě reformy a třeba také o tom, že se bude zvyšovat věk odchodu do důchodu, ale nejsme v situaci, že stát by se zhroutil, kdyby reforma nenastala už zítra. Hysterie není na místě. Prezident k náladám ve společnosti uvedl, že je třeba rozhodně čelit všem projevům, které by mohly poškodit mezigenerační solidaritu. Václav Klaus se během besedy zajímal o to, kolik starob-

ních důchodců Rada seniorů ČR zastupuje a proč v ní třeba není zastoupeno i sdružení Život 90, které podle jeho slov pro důchodce dělá také hodně dobrého. Po odpovědi, že sdružení zatím nepožádalo o vstup, uvedl, že síly je potřeba spojit. Podtrhl význam volnočasových aktivit a celoživotního vzdělávání, například zvyšování počítačové gramotnosti seniorů. Mnohé věci by podle Václava Klause mohli v oblasti sociální

představitele Sdružení nájemníků Milana Taraby, který hovořil o potřebě vytvoření závazných principů pro stanovení místně obvyklého nájemného.

Prezident také čelil otázce, zda by setkání s představiteli seniorů neměla být pravidlem a také častěji, než jednou za tři roky. S úsměvem odpověděl, že osobně je pro, jen je prý třeba zajistit, aby mu to jeho kanclář včas připomněla. O atmosféře setkání



péče a dalších aktivit zajišťovat samotní senioři. Zde vidí velké nevyužité rezervy. Ačkoli během debaty zazněly i odlišné názory, než které sám zastává, Václav Klaus velmi pozorně naslouchal i těmto argumentům. Zjevně ho zaujalo mj. třeba vystoupení

zástupců RS ČR s prezidentem republiky svědčí snad nejlépe fakt, že neformální beseda zaujala přítomné natolik, že přijetí se oproti plánovanému termínu prodloužilo.

fav

Foto: autor

Léta odhánějí humorem

Prezident Klaus na setkání s představiteli RS ČR hovořil mj. o tom, že je třeba všestranně podporovat aktivity starších lidí, protože, podle jeho slov, skutečně stárnout začínou tehdy, když začnou „seniorštět“. Seniorštěním míní stav, kdy člověk svět začne vidět jen prizmatem svého vyššího věku a ztratí zájem o jiné věci než o své stáří.

V těchto dnech DS narazila na dva senioři, kteří svými činy předvádějí pravý opak „seniorštění“. Prvním je spisovatel



a scenárista Jiří Melíšek (78), který nyní vydal svoji další knížku. Má název Milostné etudy slavných a je vzpomínáním na hezké lásky jeho přátel a známých. Jak sám uvádí, „byla to tehdy nádherná doba, protože většina z nich byla nádherně živá a život je laskal nádhernými láskami.“ Jiří Melíšek měl a má přátel a přítelkyň hodně. Ve své knize ale vzpomíná na Ljubu Hermanovou, Miloše Kopeckého, Jana Wericha, Miroslava Plzáka, Miloše Formana, Jiřího Štuchala, Jiřího Muchu a Stellu Zázvorkovou. Čtenář se o nich doví spoustu zajímavého a někdy i intimního, na rozdíl od dnešního neurvalého bulváru však decentně a s autorem vlastním lehkým humorem.

Humor je pracovním nástrojem rovněž Jaroslava Dolečka (82), filmového amatéra z Dlouhé Vsi u Rychnova nad Kněžnou. Na festivalu CinemaOpen, který probíhal

16. a 17. 11. v kině Centrální Hradec Králové, kde bylo k vidění to nejlepší, co se v posledních dvou desetiletích natočilo v nekomerční a amatérské hrané tvorbě, promítli i jeho snímek Sádra.

Dolečkovu tvorbu představila loni i televize BBC 2 ve filmu Ztracený svět komunismu. Stalo se tak především pro jeho neopakovatelný záznam komunistické každodennosti s typickou dolečkovskou nadsázkou a humorem.

Jaroslav Doleček až dosud vytvořil více než 100 filmů, v mezinárodních soutěžích získal 10 hlavních cen. Dva z jeho filmů – „Ať spadne“ a „Jen borovičku“ – se dostaly do Londýna mezi světových TEN BEST (deset nejlepších amatérských filmů světa). A co hlavní: dále je aktivní, neseniorštit...

fav a jokr

Foto: autoři



Bytová poradna DS

Zmatky místo pravidel



Řada nájemců v bytech s regulovaným nájemným se obává, jaké nájemné budou platit po ukončení regulace podle zákona č. 107/2006 Sb.

v platném znění. Odpověď je zdánlivě jednoduchá: takové nájemné, které si s pronajímatelem nyní dohodne. Výjimkou jsou velká města počínající Prahou, kde byla platnost regulace zákonem z roku 2009 prodloužena za datum 31. prosinec 2010. V Praze do konce roku 2012.

V říjnové Době seniorů byla na straně 3 otištěna žhavá novinka, návod reakce pro nájemce, jimž pronajímatel po ukončení regulace navrhnul nové a podstatně vyšší nájemné. Jak víme, děje se tak a navrhovaný nájem je někdy i dvojnásobný. Návod dopisu pronajímateli obsahuje přesný text, vytvořený ve Sdružení nájemníků ČR, kterým by nájemce mohl pronajímateli odpovědět a poslat mu tedy svůj protinávrh.

Nastat pak mohou dvě možnosti:

- **pronajímatel protinávrh nájemce přijme a dohoda je tím uzavřena**
- **pronajímatel protinávrh nájemce nepřijme a bude trvat na svém návrhu, dohoda uzavřena není**

Není-li dohoda uzavřena, nájemce platí dál dosavadní nájemné. Pronajímatel se bude snažit hledat možnosti, jak svůj požadavek prosadit jinak, než dohodou. Pravděpodobně bude hledat pomoc u moci soudní a bude žalobou požadovat, aby soud uložil nájemci nové nájemné, které dohodou pronajímatel neprosadil. Tento postup je mnohými označován jako nesprávný, protože soud musí rozhodovat podle občanského zákoníku a ten hovoří výhradně o dohodě, resp. o zvláštním předpisu, který však není.

Další možností je, že pronajímatel podá určovací žalobu, kterou bude požadovat, aby soud stanovil nájemné co do místa a času obvyklé. Tím by ale soud překročil kompetence, protože určovat ceny ve zvláštních případech, kdy dochází k poruchám na trhu, může jenom cenotvorný orgán a tím soudy nejsou.

Další možností, kterou do února 2011 přislíbilo ministerstvo pro místní rozvoj ČR, je vytvoření cenových map. Ani tento postup není jednoduchým receptem, protože cenové mapy mohou být pouze vodítkem, v jakém rozmezí by se mohlo nájemné co do místa a času pohybovat, ale nejde o rigorózní cenu, jež by byla pro dohodu mezi pronajímatelem a nájemcem závazná.

Zdá se tedy, že vláda, ministerstvo pro místní rozvoj i poslanci obou komor zaváhali a ačkoliv věděli, že tento problém musí zákonitě nastat, nic pro jeho uspokojivé vyřešení v průběhu 4 roků neučinili. Původní předpoklad, že za 4 roky se sblíží regulované nájemné s nájemným tržním nejenom ve větších městech naprosto selhal.

Jak lze zjistit, že regulace nájemného v konkrétním městě či obci pokračuje nebo skončí 31. 12. 2010? Každý asi nemá možnost si nastudovat zákon č. 150/2009 Sb., kterým se regulace nájemného prodlužuje. Postačí si na internetu najít kalkulačku nájemného pro příslušný kalendářní rok 2011 a 2012 a tam to snadno zjistit. Kalkulačky jsou k dispozici na internetové adrese www.mmr.cz nebo na adrese www.rscr.cz. Kdo nemá možnost se připojit k internetu nebo navštívit knihovnu s internetem či internetovou kavárnu s obsluhou počítače, může kontaktovat kteroukoliv bytovou poradnu Rady seniorů ČR. Adresy a další kontaktní údaje příslušných pracovišť najdete na str. 2.

Ing. Karel HANAUER ■
předseda bytové komise RS ČR



Rady letem

V DS ve spolupráci se Sdružením obrany spotřebitelů (SOS) zařazujeme příspěvky z jeho poraden.

DOTAZ: Chtěli jsme změnit dodavatele energie a podepsali smlouvu s Bohemia Energy. Odběr měl začít 1.11.2010. Mezitím jsme dostali lepší nabídku od ČEZ a podepsali novou smlouvu a plnou moc k zastoupení. Nyní přišla faktura od Bohemia Energy, kde po nás žádají 3000 Kč za odstoupení od smlouvy. Myslíme si, že smlouva nabývá účinnosti až dnem odběru, tedy 1. 11. 2010 a požadavek společnosti je tedy bezpředmětný. Je tomu tak?

ODPOVĚĎ: Smlouva sice dle § 44 občanského zákoníku (OZ) je uzavřena, když je účinnou. Nicméně účinnost nelze automaticky spojit s plněním ze smlouvy, pokud v ní není stanoveno jinak. Dle ustanovení § 43c OZ vzniká smlouva již přijetím návrhu, respektive ve chvíli kdy je přijetí doručeno navrhovateli tedy Bohemia Energy. Pokud je ve smlouvě sjednána možnost odstoupení od smlouvy je pocho-pitelně dle § 497 OZ možná, nicméně pokud je tato možnost spojena se smluvní pokutou, musí jí odstupující strana zaplatit.

DOTAZ: Dala jsem si vyčistit kabát a když jsem ho přebírala, tak jsem zjistila, že mi chybí knoflík. Bohužel kabát je německý a knoflíků je tam ve dvou řadách a na rukávech celkem hodně. Čistírna uvádí, že za knoflíky neručí a tak mi nezbyvá nic jiného, než koupit nové, což představuje náklad okolo 600 Kč (pokud koupím jen trochu podobné knoflíky, které tam byly).

ODPOVĚĎ: Podle § 421 OZ čistírna ručí za jakékoli poškození věci, která je předmětem závazku. Škoda odpovídá rozdílu mezi cenou kabátu před a po ztrátě knoflíků. Čistírny bývají pro tyto případy pojištěné.

DOTAZ: Můj manžel nedávno zemřel, spořil 10 let u penzijního fondu. Probíhá dědické řízení. Nyní, prý údajně pro to, že neměl na smlouvě spoření uvedenou druhou osobu (což manžel nevěděl, nikdo

mu to neřekl), mu sebrali přes 18 000 Kč státních příspěvků. Navíc se fond nemůže shodnout na výsledné částce, v průběhu několika měsíců vydali několik konečných částek a pokaždé jinou (nižší a nižší). Chování fondu se mi jeví jako zmatené, neprofesionální a krajně neetické. Existuje něco - někdo - kdo by prověřil chování penzijního fondu a u koho bych mohla zjistit, zdali je chování fondu oprávněné?

ODPOVĚĎ: Dozor nad penzijním pojištěním vykonává ČNB. Informace najdete také na její el. adrese: http://www.cnb.cz/cs/dohled_financi_trh/. Mimoto je zde možnost občanskoprávního sporu u soudu.

DOTAZ: Při rekonstrukci kuchyně jsme si po přečtení informačních letáků pořídili drtič kuchyňského odpadu, který byl vychvalován, jako neocenitelný pomocník v každé domácnosti, až posléze jsme zjistili, že používání těchto drtičů je v ČR v rozporu se zákonem a za používání hrozí sankce. Výrobce a prodejce onoho drtiče se o této skutečnosti samozřejmě nezmínil. Je možné na základě této skutečnosti výrobek vrátit a požadovat zpět peníze? Drtič zatím nebyl používán.

ODPOVĚĎ: Prodávající odpovídá nejen za to, že je předmět koupě v souladu s kupní smlouvou a bez faktických vad, ale v souladu s § 499 občanského zákoníku (OZ) i bez vad právních. Veřejnoprávní úprava v české republice vám znemožňuje tento výrobek používat k účelu, za kterým byl vámi pořízen a prodejce vás o této skutečnosti neinformoval. Zcela jednoznačně tak došlo k porušení ze strany prodávajícího zákona o ochraně spotřebitele dle § 4. Dle ustanovení § 49a OZ jste smlouvu uzavřeli jednoznačně v omylu podstatném pro vaše rozhodnutí. Tohoto omylu je nutné se u výrobce dovolat, aby došlo k následku neplatnosti. V takovém případě je smlouva neplatná a strany jsou si povinny vrátit vzájemná plnění v souladu s § 451 OZ a následující.

V případě jakýchkoli problémů se mohou spotřebitelé obrátit (pracovní dny 8 – 17 hod.) na **poradenskou linku SOS na čísle 900 08 08 08**, která je zpoplatněna 8 Kč za minutu volání. Lze také využít on-line poradny na www.spotrebitele.info a lze se obrátit také na **bezplatné osobní poradny**, které má SOS ve všech krajích ČR. **Telefon do centrály SOS: 224 239 940.**

Počítačová poradna DS

Záludná virová nákaza



Jeden známý se na mne obrátil se žádostí, zda bych mu nepomohl s odstraněním neznámého počítačového viru, který se znenadání usadil v jeho počítači. Zajímavé bylo, že nikdy nebyl připojen se svým počítačem k internetu, odkud přichází nákaza nejčastěji.

Můj první dotaz samozřejmě směřoval k nainstalovanému antivirovému programu. Odpověděl: „Soused, který se výpočetní technikou dlouhá léta zabývá, mi při instalaci pro mne potřebných programů sdělil, že antivirový program nepotřebuji, protože viry se vyskytují pouze na internetu, a je proto zbytečné ochranu instalovat. Pouze na pevném disku zabírá místo.“ Známy ohledně svých počítačových potřeb říkal pravdu: na svém počítači se zejména věnoval fotografování a následnému digitálnímu zpracování pořízených snímků. V poslední době se ale zaměřil na výměnu pořízených fotografií se svými kamarády. A to se mu stalo osudným. Jednoho dne počítač přestával pracovat a čas potřebný pro jednotlivé úkony se prodlužoval až na neúnosnou mez. Tehdy se na mne obrátil o pomoc.

Na přenosný flashdisk jsem mu nahrál antivirový program a vysvětlil mu, co s ním má udělat, jak ho má nainstalovat a jak použít pro vyčištění počítače. On si pečlivě psal poznámky a skutečně mi druhý den telefonoval, že se mu podařilo počítač viru zbavit.

Ovšem již dva dny nato se opět ozval, že jsem mu moc nepomohl, protože vir řádí dál. Někde se tudíž stala chyba.

Jak jsem již uvedl, svůj počítač k internetu nepřipojoval. Odtud se tedy vir nemohl vrátit. Zjistil jsem ale, že si svoje nafocené snímky nejen vypaluje na CD, ale ukládá i na flashdisky. Má jich několik, pečlivě popsaných a často je používá. Proto jsem mu doporučil, aby všechny přinesl ke mně do poradny. On to udělal a skutečně, úplně všechny byly napadeny počítačo-

vým virem. Odviroval jsem je a poradil mu, aby znovu dle napsaného návodu vyčistil i svůj počítač a do té doby nepřipojoval žádný flashdisk. Udělal to a opět hlásil, že je vše v pořádku, počítač i flashdisky jsou bez virů. To ovšem vydrželo pouze týden. Opět telefonát a opět zavirovaný nejen počítač, ale i flashdisky. Na něco jsme zřejmě zapoměli. Opět následoval výslech, co k počítači ještě připojuje a on se dušoval, že nic dalšího, než uvedl posledně. Nakonec z něj vypadlo, že pomocí externí čtečky paměťových karet kopíruje svoje nafocené snímky do počítače. Ale přece nemá zavirovaný fotoaparát!



Nemá, ovšem vir se šířil právě přes paměťové karty na ukládání fotografií. Následoval již známý proces. Přinesl všechny flashdisky, čtečku a paměťové karty ze všech svých dvou fotoaparátů. Opět nastalo čišťení, protože všechny flashdisky a všechny paměťové karty skutečně obsahovaly počítačový vir. Již známý čišťení počítače provedl tento úkon i na svém PC. A nyní je to již několik týdnů, kdy mi hlásí pouze to, že je vše v pořádku a počítač pracuje jak má.

Tímto příběhem jsem chtěl naznačit, že cesty napadení počítačovým virem jsou nevyzpytatelné. Proto, i když nejste a ani neplánujete být připojeni k internetu, je dobré a potřebné mít alespoň základní programové vybavení na ochranu proti virům a jiné počítačové havěti. Ušetříte si tím nejen mnoho času, ale nepřijdete o vaše počítačová data.

Zdeněk HŘEBEK

Seriál DS Základy první pomoci

Pár rad na závěr nejen roku

12



Milí čtenáři, je to již rok, co pro vás píši příspěvky do seriálu o první pomoci. Za tu dobu jsme prošli všechny podstatné situace a pokračování seriálu už by nepřineslo mnoho nového. Opakování je sice, jak se říká, matkou moudrosti a já vám doporučuji si nabyté vědomosti opakovat, ale dnešní díl seriálu je opravdu už poslední. V závěrečném dílu Základů první pomoci bych ráda uvedla pár informací k popáleninám, jelikož s blížícími se Vánocemi a Silvestrem každoročně riziko popálených osob narůstá.

Popáleniny

Jsou to poranění vznikající působením vysokých teplot na povrch těla, případně působením chemikálií, elektřiny či ozáření. Popáleniny jsou nejčastěji způsobeny ohněm (požáry, zábavní pyrotechnika),

elektrinou, kontaktem s horkým předmětem nebo vroucí tekutinou. Hojení popálenin je velmi pomalé, vyšší stupně se často infikují a tvoří se při nich snadno zranitelné a znetvořující jizvy.

Príznaky dle stupně popálení:

I. stupeň zarudnutí kůže, silně bolestivé (hojí se řádově dny).

II. stupeň tvorba puchýřků, vyplnění čirou tekutinou – **nebezpečí rozvoje šoku** – popálenina silně bolí (hojí se týdny).

III. stupeň např. el. proudem, dotyk žhavicího předmětu - zničení kůže a podkoží, odumření tkáně. Kůže je bledá a vosková, černá až zuhelnatělá – nebolí (hojí se týdny až měsíce).

První pomoc

Nejdůležitější je okamžitě přerušit působení tepla, odstranit zdroj jeho působení (důležité u opaření přes oděv, který musí být odstraněn, co možná nejrychleji) a co nejdříve začnete popálená místa chladit (tak dlouho, dokud to přináší úlevu). Ošetřete poraněné plochy sterilním překrytím (pouze I. stupeň není třeba kryt), puchýře nepropichujte, příškvary neodtrávejte. Popálenou kůži nikdy neposypávejte ani ničím nemažte.

Provádějte protišoková opatření, vyhledejte chirurgické ošetření, případně volejte ZZS na telefonní linku 155.

Ve druhé polovině dnešního dílu, bych také ráda zmínila velmi aktuální téma a to je povinnost nové autolékárničky, ve které je třeba mít několik nových produktů. Zakoupíte ji v každé lékárně, zdravotnických potřebách, ale také na čerpacích stanicích.

Nové součásti, které musí obsahovat, jsou:

- resuscitační maska – slouží k poskytnutí umělého dýchání
- „zahřívací“ fólie – použijte v rámci protišokových opatření na zahřátí zraněného
- karta první pomoci – stručný a jasný návod jak poskytnout první pomoc a zajistit místo nehody
- kvalitní nůžky s kulatými hroty



Autolékárnička s nově povinnými součástmi. Nezapomeňte, že mimo nový obsah autolékárničky je od 1. 1. 2011 povinná také reflexní vesta do všech automobilů (i soukromých)

Nezapomeňte, že novou autolékárničku musíme ve svých automobilech vozit již od 1. ledna 2011! Jinak hrozí postih od dopravní policie. Ten Vám v žádném případě nepřeji.

Přeji Vám naopak klidné a radostné Vánoce a do nového roku šťastný vstup ve zdraví a bez nehod!

Loučím se s Vámi, i když s Dobrou seniorů budu nadále interně spolupracovat, takže v případě jakéhokoli dotazu neváhejte kontaktovat redakci.

Seriál připravuje

Lenka ŠNAPKOVÁ, DiS

Dodatek redakce: Ve spolupráci s Lenkou Šnapkovou budeme nadále pokračovat, i když už nikoli formou seriálu, který pro náš seniorský měsíčník psala zcela bezplatně. Za to jí i touto cestou děkujeme a přejeme hodně úspěchů v další záslužné práci, kterou (viz strana 30) oceňují i čtenáři. I proto pro případné zájemce o její kurzy znovu opakujeme její kontaktní e-mail: info@kurz-prvni-pomoc.cz. Lenčiny webové stránky najdete na odkazu www.kurz-prvni-pomoc.cz. (fav)



POMŮCKA: EA, IN	RYBÁŘOVA POTŘEBA	PRAŽSKÝ KOMORNÍ ORCHESTR ZKR.	1. DÍL TAJENKY	VYŠŠÍ TEPLoty		ŘÍMSKÝCH 1150	SUMERSKÝ BŮH ZEMĚ	POLNÍ DUCHOVNÍ	ČESKÁ POLITICKÁ STRANA ZKR.	INICIÁLY ZPĚVÁKA AMIRIHO		PSYCHICKÝ TLAK	ČÁST REPUBLIKY	ZNAČKA SPORTOV- NÍHO OBLEČENÍ
KRÁTKÝ TV VSTUP					CÍL ISLÁMSKÝCH POUTNÍKŮ						INICIÁLY LITERÁTA NEUMANNA			
JEDNÁNÍ					PRÁVNÍ PŘÍPAD ZAS. SNIŽENÝ TÓN E						TŘI SLOVENSKY SPOJKA			
LÁZEŇ							RODNÉ ČÍSLO ZKR. ALKOHOLIC- KÝ NÁPOJ			KLUKOVSKÁ ZBRAN PODPORU- ČÍK ZKR.				
	NILSKÝ KŘÍŽ ZAST.	VOJ. LESY A STATKY RODINNÝ DŮM				2. DÍL TAJENKY SONDA								
ZNAČKA NAKLADNÍCH AUT					PLÉŠT VENCE ŠLECHTICKÝ PŘÍDOMEK				PŘÍTEL ČLOVĚKA ZNAČKA DECIBELU				PATRO	PŘEDLOŽKA
VLÁKNO K ŠITÍ				TRS TRÁVY S HLINOU RUCE				TITUL DOCENTA ZKR.				NÁZEV HLÁSKY N 3. DÍL TAJENKY		
ČÁST TĚLA RAKŮ								UPOVÍDANÝ ČLOVĚK						
SÁL										OHŘÍVAČE VODY	VYZNAME- NÁNÍ DLOUHÁ CHVÍLE			
	DRUH TANCE	PŘÍSLOVCE ČASOVÉ ČÍSLOVKA RADOVÁ							ŠLECHTIC					
ZNAČKA KOSMETIKY									JODID ZLATNÝ				ODCHYLKA STŘELY	PROUDIT
CITOSLOVCE OPOVRŽENÍ				KOČKOVITÉ ŠELMY					VODNÍ ROSTLINA OSOBNÍ ZÁJMENO					
JMÉNO ATLETA ZÁTOPKA					TITO RUSKY		NEOBUTÁ	OPOJNÉ OSLAVNÁ BÁSEN						
KUCHYŇSKÉ NÁČINÍ						OBLASTI					ČÁST DNE VEDLE			
	ZNAČKA MILIMETRU	VITÁLNÍ PŘÍPEVNĚNÝ JEHLOU A NITÍ				NĚM. ZPĚV. JURGENSE OKR. TECH. SPRÁVA				POUŽÍVAT KOSTĚ CITOSLOVCE SMÍCHU				
CITOSLOVCE VÁHA VĚHO SOUHLASU				ŘECKÉ PÍSM. AUTOR SBÍRKY KYTICE					VIRUS NEMOCI AIDS PURPUR				ČÁST UČEBNÍ LÁTKY	INICIÁLY HERCE NOVÉHO
TEMNÉ PLOCHY NA MĚSÍCI					ZVUK TROUBENÍ TRUBKY FRANCOVKA			MNOHO PODLAHOVÁ KRYTINA						
	SILNÉ OLOV- NATÉ SKLO JEDNOTKA INFORMACE						CHEM. ZN. LANTHANU PROUD			TAMTEN ORGANICKÉ ZKR.				
BÁSNÍK KON- STANTIN ???						KLID SPZ SOKOLOVA					OZNAČ. ČES. LETADEL CHEM. ZN. ARGONU			PŘEDLOŽKA V ANGLICKY
INICIÁLY LYŽÁRKY TRUMPOVÉ			ZNAČKA POČÍTAČO- VÝCH TIS- KÁREN						VODNÍ PTÁCI					
ZVUK TROUBENÍ			JAKOBY						GOLFOVÉ HRÁŠTĚ					



Seriál DS k biblí

12

Dřívěh ztraceného Josefa



Předtucha malého Josefa o nepochopení a nesnášenlivosti bratří se brzy naplnila. Stal se miláčkem Jáko-
ba. Otec v něm poznával dítě po-
znané Bohem Hospodinem a pořídil mu
roucho, které mělo připomínat duchovní
poslání. Nádherné třpytivé šaty lemované
v barvě duhy.

Závist jeho bratří rostla s každým po-
hledem na roucho. Těžkla jako přival so-

Josefova slova působila na srdce bratří
jako kámen vržený do ohniště hněvu. Po-
psal jim i vidění čtyř důležitých bran –
První brána otevírá cestu ke kráse, druhá
je zapomenutou cestou k Zákonu, třetí
vede k pramenům radosti, jen ta poslední,
čtvrtá brána, ukrývá před nepřejícími lid-
mi cestu k posvátnému setkání s Bohem.

Josefovi bratři byli hádavi a nepřející.
Představili si své snopy i jedenáct hvězd
a zlostně mlčeli. Nenávist rostla. A vy-
svlékli Josefa z roucha, které mu pořídil
otec Jákob a hodili bratra do studny. Po-
tom se radili. – Co udělat dál? – Spatřili



Proradní bratři ukazují Jákobovi krev potřísněné
Josefovo roucho. Namaloval mistr italského baroka
Giovanni Andrea de Ferrari (*1598 - †1669)

pečné lávy. Závist se v ohništi hněvu
nadýmá, žhne, v řeči puká, tříští se
a ulamuje další kousky žluče ze skály ne-
návisi. Stejně to bylo i se zarputilým hně-
vem nepřejících sourozenců.

Bratrovo duhové roucho! Hleďte!
A svíce hněvu doutnala.

Josef měl v noci zázračné vidění. Ráno
vyprávěl – Vázali jsme snopy klasů na
poli. Můj snop se zdvihl ze strniště, stál
nejvýš a vaše snopy se mu v úctě klaněly.
Měl jsem ještě jeden sen. Viděl jsem
Slunce, Měsíc a jedenáct hvězd, jak se mi
klaní.

kupce, jedoucí na vel-
bloudech do Egypta.
A těm prodali Josefa
za dvacet stříbrných.
A radovali se. Nepo-
skvrnili si ruce krví
a ještě vydělali peníze.

Josef plakal a pro-
sil o smilování. Na-
darmo. Karavana ho
nesla do neznáma, za
Rudé moře. Tam, kde
se rozkládala mocná
egyptská říše. A brat-
ři? Jako by neslyšeli.
Zabili kozla a jeho
krví potřísnili duho-
vé roucho, aby doma

mohli zalhat – Otče! Taková hrůzná podí-
vaná! Dravé zvíře nás na pastvě napadlo
a na kusy roztrhalo bratra Josefa. – Jákob
zaplakal. Dlouho naříkal nad smrtí nejmi-
lejšího syna.

Když kupci přijeli do Egypta, bylo Jo-
sefovi šestnáct let. Na tržišti si ho koupil
velitel královské stráže Putifar. Také Puti-
farově ženě se nový sluha líbil – Hmm.
Pohledný mládenec! – pochvalovala si
Josefa zálibně. Byl skutečně hezký a spra-
vedlivý. Odolával svůdným dívkám, s ni-
miž se na trhu potkával. Odmítl i milková-
ní se svou paní a ukryl se před ní. Za to se
mu zavržená žena večer pomstila. Když se
Putifar vrátil domů, řekla zlomyslně –
Máme štěstí, otrok mě chtěl svést! A já se



Josef a Putifarova žena v podání norimberského
rytce Hanse Sebald Behama (*1500 - †1550)

ubránila! – Putifar jí uvěřil, zavolał stráž
a nechal vsadit Josefa do žaláře.

Nevinný Josef přemítal, proč se ocitl za
mřížemi. Mezi vězni byli dva úředníci:
vrchní číšník a královův pekař. Josef i jim
vykládal ze snů budoucnost. Pekaři ozná-
mil konec života. Vrchnímu číšníkovi pro-
rokoval slavný návrat do služby.

A vše se splnilo. Králova pekaře odvedl
kat. Ale vrchní číšník byl osvobozen a da-
řilo se mu zas velmi dobře. Josef dál seděl
v žaláři. Nezoufal si a neplakal. Pozoroval
na nebi květy osudu. Snášely se k zemi.
A jako oblaka v příštích událostech roz-
kvetly.

Bůh na Josefa nezapomněl. Zachránil
ho před závistí a chamtivostí bratří. Zma-
řil plány zla.

Sny, pouto mezi nebem a zemí, se pro-
měnily v zázračný klíč do čtyř neviditel-
ných bran. A vedly Josefa dál. Od trýzně
žalářování k radostnému setkání. Dobrý
sen je vzácným semínkem, ale žádné sně-
ní nenese plody.

Nejkrásnější ovoce ráje rozkvétá ušlech-
tilým přáním, laskavostí a poctivými činy
pracovitých rukou. A zasazené do srdce
přinášejí i sny zázračnou úrodu.

Seriál DS připravuje
ThDr. Jan SCHWARZ

Příště: Josef a faraonův sen

U vínečka se trénovaly křtiny



Stalo se tak ve smíchovské vinárně U čerta a to ve středu 10. listopadu. Dítě, které se o generálku slavnostního aktu postaralo, byla útlá knížka

s názvem Víno, vínečko aneb kdy je víno vinno. Má mnoho společného s Dobou seniorů. Jejím autorem je gestor této stránky Vratislav Ebr, o ilustrace se postaral náš dvorní kreslíř Miroslav Pavlík. A knihu vydalo nakladatelství Krigl, které už sponzorovalo knižními výhrami několik našich soutěží.

Ačkoli šlo údajně o generálku, ve skutečnosti to byla unikátní akce. Postaraly se o to jak „zkušební“ proslovy kmotrů knihy, tak především vystoupení zástupců hudebního žánru. Do správné nálady už prvními písničkami dostal populární Milan Černohouz a v jím skvěle započatém díle pokračovali Dáša Nová, Eva Dvořáková a Bára

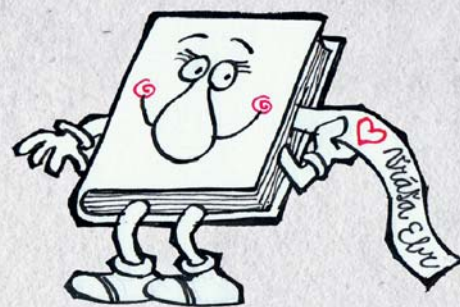
Lišková. Repertoár se týkal převážně vína, jak ostatně vyžadovalo i cvičně křtěné dítě. Svěřepě tomuto požadavku odolával, jak ostatně dokumentuje i naše fotografie, snad jen autor Ebr. Kázal víno a přitom popíjel pivo...

I proto musel šéfredaktor opět narušit autonomii jeho stránky a zprávu o generálce křtin napsat za zatvrzelého piváře. Tak, aby se veřejnost dověděla celou pravdu a nejen to, že akce na oslavu knižečky z řady



Horor! Černohouz se rozplývá v ódě na vínečko bílé a Vráta si v klidu popíjí svoje pivečko...

Úsměvné knížky Vráti Ebra, spojení i s ochutnávkou nápoje, kterému je věnová-



na, se skutečně vyvedla. V knižečce samotné se o víně dovíte mnoho zajímavého a humorného, přečtete si, co na jeho adresu říkají známé a populární osobnosti a mnoho dalších věcí. Ovšem jen v Době seniorů můžete najít důkaz, že její autor jako správný Čech pije hlavně pivo. Zejména pokud má žízeň. Protože víno je hlavně na dobrou náladu.

A protože šlo o generálku, jistě se teď ptáte, jak je to s premiérou. Bude a to už v pátek 3. prosince v 16 hodin v Domě knihy Kanzelsberger na Václavském náměstí 4. Zváni jste tentokrát i vy. Bude to opět veliké. Účinkujícími hosty, kteří také nějak do této knižní řady přispěli, budou Zora Jandová, Věra Nerušilová, Martina Vrbová, Dáša Cortesová, Václav Rezek, Petr Jančařík, František Novotný a Stanislav Motl. A na rozdíl od generálky, kde byl také avizován, prý tentokrát určitě přijde i ilustrátor Mirek Pavlík.

(fav) ■

Foto: autor

Uzel na kapesníku

Dárky na Ebrovínách

Mikulášský klubový večer Ebroviny se bude konat v úterý 7. prosince od 19,19 hod. v Salmovské literární kavárně (Salmovská 16, Praha 2). Účinkujícími hosty tentokrát budou Jiřina Langhammerová a Libuše Svormová. Na dudy zahraje a zapívá Karel Krasnický, zpívat budou také Daniel Dvořák, Luciana Roubalová a členové Dismanova rozhlasového orchestru. Každý návštěvník dostane z rukou anděla

dárek v podobě hezké knížky. Toto vydání DS je legitimací na poloviční slevu na vstupném.

Křest básní

V Památníku národního písemnictví se 10. prosince v 16 hodin bude konat křest almanachu s názvem Stavitelé chrámu poezie. Svoji tvorbu v něm představuje 78 autorů z Čech, Moravy i Slezska. Knihu ilustrovala Zora Jandová, úvodní slova napsali Ivo Šmoldas a Jan Cimický, doslovem ji opatřil Vratislav Ebr.

Lyrika v Lidicích

Památník Lidice vydal ve spolupráci s nakladatelstvím VEGA – L sbírku milostné lyriky mladého básníka Jana Mikeše. Představena bude 15. prosince v 18 hodin v Lidické galerii v Lidicích u Kladna. Ukázky přednese Josef Somr. Pořadatelé věří, že i takováto forma psaného sdělení z Lidic může čtenáře oslovit a připomenout, že Lidice nejsou jen tragická minulost, ale i nádherná přítomnost, se všemi prožitky, které k ní patří.

(veb) ■

Důvěrná anketa jenom pro vás

Pánové,

napište přesně šedesátí slovy, proč milujete svoji partnerku a pak jí to dejte přečíst.

Dámy,

napište přesně šedesátí slovy, čeho si vážíte na svém partnerovi a jak by mohl

doma ještě pomáhat. Pak mu to dejte přečíst.

Pro inspiraci připojujeme pár veršů jednoho z našich největších bardů Jaroslava Vrchlického:

Srdce

Srdce ženy váza subtilná je, opálné sklo v barvách duhý hraje, stačí často milovaná ruka, neví o tom a již váza puká.

Srdce muže karneol je tvrdý, jak muž bývá výbojný a hrdý, jedna slza ženy - žhavý plamen! - vydlabá a roztaví ten kámen.

POMŮCKA: DEBORA, KSH, RAB	NÁRODNÍ DIVADLO ZKR.	ČÁST CHRÁMU	1. DÍL TAJENKY	ODDĚLENÍ TECHNICKÉ KONTROLY ZKR.	JIHO- ASJSKÝ STROM	KDYŽ SLOVENSKY		SVĚTLE HNĚDÁ BARVA	MATKA HOVOR.	AKADEMIE VED ZKR.	TYP VOZU ZNAČKY FORD			
NOVÁ VĚC							OHMATÁNÍ							
TENKÝ VODIČ							OBLIBENÝ NÁPOJ KINO							
	KAN. ZPĚV. PAUL ??? SLOV. NĀR. POVSTÁNÍ					BRUTTO RE- GISTR. TUNA SÍŤ BENZIN. STANIC				LESNÍK	ASUSKÉ MUŽSKÉ JMENO			
DESET KRAT DESET				DRUH JAP. KAPRŮ RODOVÉ ZNAKY				BÝV. ZN. NĚM. AUT KLEPÁNÍ						
ČÁSTI DNŮ NÁREČNĚ					STÍRAČ PRACHU INIC. SKLAD. SOUKUPA				INIC. REŽ. LIPSKEHO HOTELOVÝ SLUHA			TŮJE BOTANICKY	3. DÍL TAJENKY	A SICE
OKRES ČR							OBŘEZÁNÍ STŘEDNÍ EKONOMIC. ŠKOLA ZKR.							
	KAZ	SYSTÉM BRZD PLOŠNA MÍRA SLOV.				OBYVATEL SKOTSKA SOCHY VELI- KONO. OSTR.					ELEKTRIFIZ. ŽEL. TRATÍ VÝLET ANGLICKY			
ZADNÍ ČÁSTI KRKU					RVAČKY VÁPEN- COVÉ ÚZEMÍ					UMĚLECKÁ TROJICE OBEK OKR. NOVÝ JIČÍN				
JAKÁ SLO- VENSKY				PROUTĚNÉ NÁDOBY NYRSKÝ PODNIK					PRACOVAT S PLUHEM TRN					SPZ NYMBURKA
FOERSTE- ROVA OPERA						DIVNÝ ČLOVĚK STÁT MKRONÉSIE								
ČESKÁ METALOVÁ SKUPINA								ŽACÍ NÁSTROJ PŘÍSLOVCE ČASOVÉ				CHEM. ZN. OLOVA PŘEDLOŽKA		
	VYRAZENÝ PAPÍR	VOJ. UMĚL. SOUBOR HOMEROVA BÁSEŇ				ZÁMEŽÍ MN. Č. LEŽÍCÍ PŘED PRVNÍ					SPOR DŘEVĚNÝ STROP			
ČÁST ZEMSKÉ KŮRY					NO TAK MIN. PRÁCE A SOC. VĚCI					DVA PLUS JEDNA RÁJ				AFRO- ASIAT
INICIÁLY REŽISERA LAMAČE			ŘÍČNÍ RYBA DATOVÝ NOSIČ					KRUTÝ ČLOV. HOVOR. SIRNIK DRASELNÝ						
SPZ PRAHY				VOJENSKÝ ÚTVAR OZNAČ. ČES. LETADEL					PŘEDLOŽKA CHEM. ZN. ZLATA			SLOVENSKÁ POLNÍ MIRA TITUL DOKTORA		
2. DÍL TAJENKY						SJEDNOCE- NÉ ARAB- SKÉ EMIRÁ- TY ZKR.					JEDEN PLUS JEDEN			
INICIÁLY ZPĚVÁKA SAVKY			CITOSLOVCE KVÁKÁNÍ			MAĐAR ZASTAR.					OBEK OKR. PISEK			

Vyhráli s Dobrou seniorů!

Správné znění tajenky z minulého čísla: **Vynucená přísaha nic neváží.** Správně řešili a potřebné štěstí při losování tentokrát měli Miroslava Dvořáková z České Lípy, Jana Rosenbergová z Nové Paky, Václav Materna z Lázní Bělohrad, Ing. Blažena Molišová z Praha 9- Dolních Počernic a Karel Rech z Brna 27. Výhercům samozřejmě blahopřejeme, všichni dostanou knížku od sponzora naší křížovky na str. 14, kterým je vydavatelství Enigma. Na tajenku z tohoto čísla vzhledem ke zkráceným výrobním lhůtám lednové DS čekáme na známých adresách **výjimečně jen do 15. prosince!**

Vážení čtenáři,

křížovky pro Vás připravuje redakce čtrnáctideníku
Křížovky pro každého.



**V tomto měsíci 14. a 28. prosince
na novinových stáncích.**

S důchodem za brány Orientu

Loučíme se s hotelbusem

Na naší cestě jsme viděli mnoho zajímavého. Z České republiky naše cesta vedla přes Slovensko, Maďarsko, Srbsko a Bulharsko do Turecka, Sýrie, Jordánska a Libanonu. Expedice zaimila do čtyř zemí Blízkého východu. Na území Turecka jsme viděli město, které se rozkládá na dvou světadílech, na rozhraní Evropy a Asie – Istanbul, ale také ranně křesťanské památky v Göreme, obří sochy krále Antiocha na Nemrut Dagı a změněnou tvář Pamukkale. V Sýrii jsme navštívili Palmyru – bájně město královny Zenobie, Damašek – jedno z nejstarších měst světa. V Jordánsku jsme obdivovali neskuteč-

becké vykopávky. Na naší pouti jsme navštívili hlavní města zemí Blízkého východu. Tureckou Ankaru, Syrský Damašek, Jordánský Ammán i Libanonský Bejrút. Vyfotili jsme se u několika divů světa: u Artemidina chrámu v Efesu a ve skalním městě Petra, koupali jsme se v Mrtvém moři – nejnižší položeném místě na Zemi. Leželi jsme na pláži Rudého moře u jordánského přímořského letoviska Akaba a vlevo na dohled od nás byla vidět Saudská Arábie, daleko před námi Egypt, vpravo rozeznáváme jednotlivé budovy státu Izrael a za námi se rozprostírá Jordánsko.



nou krásu skalního města Petra s chrámy a nabatejskými hrobkami. Zažili jsme písečnou bouři v poušti Wádí Rum, v přímořském Libanonu jsme obdivovali baal-

■ Nezbytné foto na památku

Byli jsme nuceni naučit se arabské číslovky, abychom si mohli přečíst např. ceny zboží. Nejlépe se k tomuto účelu ho-

dily SPZ automobilů. Zde se totiž nacházela čísla nám dobře známá a pod nimi jejich „překlad“ do arabštiny. Pro ty z vás, kteří se chystáte na cestu na Blízký východ proto tabulka základních číslic. Zcela určitě s ní vystačíte.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
٠	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩

■ Arabské číslice

Po téměř měsíci putování a ujetí více jak 10 tisíc kilometrů jsme dorazili zpět do vlasti. Doma nyní za dlouhých zimních večerů vzpomínáme na cestu za brány Orientu a listujeme katalogem zájezdů cestovní kanceláře pro rok 2011, abychom vybrali cíl naší příští expedice. Cestovat hotelbusem je totiž příjemné a vhodné pro nás seniory.

Cestovní kancelář Pangeotours, jejímž hotelbusem jsme naši zajímavou cestu absolvovali, slaví 20. narozeniny. To si zaslouží pořádné oslavy a také nevšední dárek. Vedení CK pořídilo zbrusu nový hotelbus a nyní ho bude křtít. Příležitostí bude mnoho – tradičně to budou veletrhy cestovního ruchu v Brně, Praze a Bratislavě, ale nový hotelbus se vydá také na cestu po celé České republice. Pokud ještě nemáte katalog Pangeotours pro rok 2011 můžete si o něj napsat na adresu CK Pangeotours, Lannova 15, 370 01 České Budějovice nebo e-mailem info@pangeotours.com. Informace rovněž najdete na webových stránkách CK www.pangeotours.com.

Pro DS psal a fotil
Zdeněk HŘEBEJK ■

SUDOKU

Jaký je součet čísel z označených políček?

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

TŘI DCERY

Král měl tři dcery: Anežku, Bertu a Cecilii. Vypadaly úplně stejně, jen Anežka vždy mluvila pravdu, Berta vždy lhala a Cecilie někdy mluvila pravdu a někdy lhala. Ke dvoru přijel princ, aby se ucházel o Anežku. Král ho zavedl do sálu, kde všechny tři dcery seděly vedle sebe. Princ Anežku dá, pokud pozná, která z nich to je. Každé smí položit jedinou otázku. Princ položil všem stejnou otázku: „Jak se jmenuje princezna, která sedí uprostřed?“ Princezna sedící vlevo odpověděla: „Anežka.“ Princezna sedící uprostřed odpověděla: „Berta.“ Princezna sedící vpravo řekla „Cecilie.“ Princ se jen maličko zamyslel a pak ukázal na pravdomluvnou Anežku. Jak ji poznal?

Devět koulí

Máte devět stejně vypadajících kovových koulí a rovnoramenné váhy. Osm koulí má přesně stejnou hmotnost a poslední je o něco málo lehčí. Rukou se hmotnostní rozdíl nedá poznat. Pomocí dvou vážení na rovnoramenných vahách máte zjistit, která je lehčí koule. Jak to uděláte?

VÝHERCI NAŠICH SOUTĚŽÍ

SUDOKU: (5 + 3 = 8) František Bílek ze Znojma; **Královská procházka:** (Nepřipustíme, aby trpěli ti, kteří krizi nezavinili) Eva Tomášková z Prahy; **Džbány:** (Naplnit 3l džbán, nalít ho do 5l. Naplnit 3l džbán a dolít do 5l, zbude 1 litr. Vylít 5l džbán, zbylý 1l nalít do 5 litrového, znovu naplnit 3l a ten nalít do 5l. Budou 4 litry.) Hana Novotná z Nového Boru.

Vyhrajte se Zdenkou Lorencovou: (Měly myši školu) Jar-mila Görnerová z Klatov, Antonín Fišer z Rožnova pod Radhoštěm a Pavla Jílková z Plzně. V závorkách jsou uvedena správná řešení. Výhercům blahopřejeme. Každý z nich dostane od sponzora soutěží na str. 15, kterým je knihkupectví Kanzelsberger, knižní poukázku v hodnotě 200 Kč. Na řešení úkolů z tohoto vydání Doby seniorů čekáme na známých adresách (pro ty, co je neznají, viz tiráž na straně 3) do 15. prosince. Všem luštitelům přejeme hodně zábavy!

Hvězda plná optimismu

Když jedna z našich nejznámějších hereček Valentina Thielová navrhla, abychom rozhovor pro Dobu seniorů vedli u ní doma, překvapilo mě to. Hvězdy si novináře totiž drží většinou od těla. Ještě větší překvapení čekalo, když jsem přišel: hvězda před odnaučeným kuřákem omlouvala svou cigaretu (já se toho už nikdy nezbavím), servírovala kávu a výborný vlastnoručně upečený makový koláč. A během rozhovoru vitální paní domu servírovala porce humoru a nakažlivého optimismu. Novinářskou práci proměnila v příjemné chvíle zábavy.

■ *Jak jste se vlastně dostala k divadlu? Měla jste nějaký herecký vzor?*

Ne, žádný. Vůbec jsem nepočítala s tím, že budu herečkou. Já, jak se říká, jsem v případě herectví spadla do vody a začala plavat. Pravda, v mládí jsem toužila po tom, že bych šla na konzervatoř. Jenže doma to bylo špatné, po válce jsme zůstali sami bez táty. Tři děti a maminka. Tak jsem odešla ze střední školy a začala pracovat, abych ji pomohla. A věděla jsem, že už se na žádnou



konzervatoř nedostanu a můj sen se nesplní. Tak jako se mi nesplnil kvůli vrozené vadě kyčlí sen o baletu. Moje setkání s herectvím byla opravdu velikánská náhoda.

■ *A jak k ní došlo?*

Natočila jsem kratičký film o očkování dětí proti tuberkulóze, který se promítal

v rozvojových zemích. U nás se nepromítal, nikdy jsem ho neviděla. Líbilo se mně na natáčení hlavně to, že jsem si přivydělala na Ježíška...

■ *Kolik?*

Nebudete věřit, ale celých 250 korun! Pak jsem se na Sjezdu spisovatelů sezná-

Vizitka Valentiny Thielové

Datum a místo narození: 12. března 1933 v Praze.

Kořeny: Ačkoli je křtěna Vltavou, má ruský původ. Její rodiče odešli z Ruska po bolševické revoluci, potkali se ale až v Praze. Její rodné příjmení bylo Strachovová.

Kariéra: Studium herectví jí rozmluvili, aby jim prý nezkazila svůj přírodní daný talent. Od své veleúspěšné prvotiny Florenc 13:30 (1957) natočila více než čtyři desítky filmů, mj. se objevila ve snímcích Žižkovská romance, Bláznova kronika, Na kolejích čeká vrah, Sněženky a machři či



konferenciérka na světové výstavě Expo 58 v Bruselu.

Zlomená křídla: Zlomem v kariéře Valentiny Thielové byl rok 1968, kdy veřejně odmítla sovětskou okupaci. Z hvězdy se stal nežádoucí člověk.

Kamarád do deště. Spolupracovala i s televizí, např. v seriálech Panoptikum města pražského, Bylo nás pět či Rodinná pouta. Působila také v Laterně Magice a oslnila jako

Zatímco na přelomu 50. a 60. let točila několik filmů ročně, za celá sedmdesátá léta se objevila jen ve čtyřech titulech, navíc v epizodních úlohách.

Rodina: V roce 1951 se provdala za básníka Vladimíra Thieleho, který ale neunesl její slávu a manželství se po devíti letech rozpadlo. Druhé manželství s Arpádem Vilczekem skončilo po 37 letech smrtí manžela. Děti neměla, obě těhotenství bohužel skončila špatně, což ji poznamenalo více než ústrky bývalého režimu. Dnes jsou její radosti potomci zemřelého bratra.

Krédo: „Se životem se peru, protože mi nic jiného nezbývá, a po světě pořád nejraději chodím s hlavou vztyčenou.“



mila s režisérem Antonínem Kachlíkem. Seděli jsme nahoře na galerce a on najednou povídá: Nechtěla byste se zúčastnit konkurzu? Režisér Josef Mach připravuje veselohru. Vymlouvala jsem se, ale trval na svém a přemluvil mně. Na konkurz v Savarinu jsem se dostavila v kvapu. Přečetla tam tři texty a ještě když jsem je četla, tak už nahlas rozvažovali, kterou roli mi dají. Původně to měla být ta, co pak natočila Stella Zázvorková. Posléze usoudili, že jsem na ni příliš mladá a dohadovali se, co tedy. Já na ně, že spěchám domů a že když z toho něco bude, ať mi zavolají. A utíkala jsem domů. A oni mně skutečně zavolali a řekli, že budu hrát Miriam. Tak jsem natočila film *Florenc 13:30*. Hned na to mi režisér Radok nabídl, abych s *Laternou Magikou* jela do Bruselu. Hledali mladá děvčata, která uměla nějaké jazyky. Já jsem mluvila perfektně německy a dobře anglicky. A tak mě vzali. *Laterna Magika* v Bruselu byla vlastně moje první scéna, první prkna znamenající svět, na která jsem si stoupla.

■ *A začala závrtný vzestup. Točila jste jeden film za druhým. Dnes se občas ně-*

jaké filmy z padesátých let objevují a je zajímavé, že oslovují i mladé lidi, kteří k té době nemají žádný vztah. Čím to podle Vás je? Zřejmě tady asi opravdu nebyla úplná kulturní poušť, jak je občas slyšet...

Ne, poušť tu nikdy nebyla. Naopak, myslím si, že se dělaly velice dobré filmy. Byly velice poctivě odvedené, mám pocit, že to bylo právě v té poctivosti přístupu. Když se podíváte na některý z těch starých filmů, tak bez ohledu na obsah hned vidíte, že je dokonale řemeslně udělaný. Lidé to dělali s nadšením a to je na tom vidět. Já jsem si uvědomila, že film nedělá nějaký herec nebo režisér, ale sehraný tým lidí a že je to kolektivní práce.

■ *Jakou roli jste měla nejradší?*

Všechny. Ať byly velké, malé nebo jen epizodní.

■ *Čekal jsem tuto odpověď.*

Myslím, že bez ohledu o jakou roli jde, musí do ní člověk dát vše, co v tu chvíli dokáže. Nikdy jsem nic neodbývala, všechny role jsem brala tak, jako by to byla právě ta poslední... Měla jsem vždy obrovskou radost, že se mohu převtělit do někoho jiného a dokonce tak zapomínala na sebe...

■ *Měla jste roli, kde jste měla pocit, že je napsaná pro Vás?*

Ne, a dokonce jsem se snažila, abych dostávala různé role, protože mně zaškaltkovali mezi taková atraktivní děvčata.

■ *To ale ani nemuseli...*

Jenže já jsem nakonec ta atraktivní děvčata hrála nerada. Režisér Novák mě musel vyloženě přemlouvat, abych takovou roli vzala v Hlavní výhře. Prosila jsem, že bych raději něco jiného, ale diváci to prostě chtěli. A zvykli si tak na mě. Takže když jsem pak ztvárnila velkou dramatickou roli, tak mě v ní téměř nepoznali. Chtěli svoji krásku z navyknuté škatulky. A já jsem z toho tehdy byla nešťastná!!!

■ *Kráska, vrozený šarm a humor Vám ale připravily i mimořádné ocenění...*

Bylo to na filmové přehlídce v argentinském Mar del Plata v roce 1963. A byla to cena pro nejsympatičtější osobnost festivalu s názvem *La Perla del Atlantico*. Uděluje se na posledním bále hvězd. Během bálu jsem diskutovala s německými filmaři. Najednou šum, a všichni mně strkají na pódium. A tam vypochoďovala porota v čele s prezidentem festivalu. Ten

nesl polštář. Na něm byla krabička, kterou otevřel, vytáhl z ní prsten a navlékl mi ho na prst. A já zírala jak sůva, netušila jsem, o co jde. Jen zespodu jsem slyšela rektora FAMU Trousila, jak šeptá... „Řekni něco chytrýho! Něco chytrýho!“ V tu chvíli jsem pochopila, že se stalo něco mimořádného. A taky ano: byla to ta nejžádanější cena vůbec. Vymóděné filmové hvězdy v nádherných róbách s kožesinami byly v šoku a odcházely našťavaně ze sálu.

■ *A vzácnou perlu domů vezla Česka.*

A byla to anabáze. V Argentině hrozil zase nějaký převrat a všichni utíkali ze země. Nedoslala jsem se do letadla do Paříže a musela letět spojem do Říma. Bylo před velikonoce, v letadle byly samé jeptišky a mniši, a najednou začal hořet motor. Všichni se začali modlit.

■ *Iý taky?*

Ne. Já jsem tiše pozorovala, jak se mnichovi na sedadle přede mnou na pleši dělají krůpěje potu. Sotva je utřel, vyskočily nové a vypadaly jako moje perla. A já jsem si říkala: Tak, teď budeme havarovat a nikdo moji cenu ani neuvidí. Nakonec jsme nouzově přistáli a nic se nestalo. Ale když jsem přijela domů, moje ocenění skoro nikoho nezajímalo...

■ *Vě své kariéře jste zažila slávu i pády. Do nemilosti jste upadla po roce 1968. Jak jste tu dobu přestála?*



S autorem při domlouvání rozhovoru v pražském Paláci knih Luxor

Chtěla jsem přežít. A paradoxně mi pomohly starosti o maminku, kterou jsem si nastěhovala k nám a která u nás zůstala pak patnáct let. Starost o ni byl můj hlavní životní motor. Abych vydělala nějakou korunu tak jsem s kolegy jezdila na zájezdy. Mnohdy to bylo strašné, protože se jezdilo od podzimu do jara, byly to často jízdy strachu po zledovatělých vozovkách, kde to šíleně klouzalo.

LÉČIVÉ KONOPÍ



**KONOPNÁ KOSMETIKA
KONOPNÝ OLEJ
KONOPNÉ MASTI**

ORIGINÁLNÍ RECEPTURA S KŘÍŽEM

DOPRAVA ZDARMA! pokud při nákupu velkého balení (100ml, 80ml, 30ml) v internetovém obchodě www.konopnamast.cz zadáte do poznámky heslo „Konopná masť pro tělo slast“

Originální recepturu s křížem žádejte také ve Vašich lékárnách

**DÁRKOVÉ BALENÍ
2 + 3 GRATIS
560,- Kč**

**DÁRKOVÉ BALENÍ
3 + 1
+ DÁREK GRATIS
280,- Kč**



AKCE DOPRAVA ZDARMA PLATÍ DO 31.1.2011

www.KONOPNAMAST.cz

Byla to dřina, ale i úžasné zážitky, lidé nás opravdu brali. I když jsme se třeba kvůli nečasu zpozdili, čekali na nás, seděli ve svátečních šatech v sálech, kde se topilo ve starých kamnech na uhlí. Často chybělo veškeré zázemí. Jednou jsme měli třeba šatnu v komůrce, kdy byl složený koks... Vedle stál zahradní stůlek, lavor a konvice se studenou vodou. A my nevěděli, kam dát šaty, aby se neumazaly od uhlí... Někdy nebyl záchod a chodilo se na dvorek na kanál. Drsné podmínky a přesto to byly nádherné a velké události, lidé byli úžasní, stálo to za to...

■ *A po listopadu 89?*

Příležitosti se pomalinku začaly vracet. Ale já už jsem byla stará. Nejhorší na všem je, že život tak utekl. Že ten nejlepší životní úsek od 35 do zhruba 55, kdy je člověk zralý a už něco umí a vypadá dobře, tak to jsem nemohla skoro nic, hodili mě přes palubu. Ale nezlomilo mě to. Takový je prostě život. Nikdy jsem se nenechala utopit, i když mi šlapali na krk. Vždy jsem věřila, že se to změní.

■ *Vystupujete v reklamě firmy Corega. Jak se slavné hvězdy přiznávalo, že má umělý chrup?*

V té době jsem ovdověla a měla jsem řadu problémů, i finančních. Nebyla jsem na tom dobře a v tom přišla nabídka Coregy. Nejdřív jsem váhala. Proč by měli lidé vědět, že mám zubní protézu? Ale pak jsem si řekla, že se nic neděje, že protézy a problémy se zuby mají i mladí lidé. A řekla jsem si, že je to užitečné a když mi lidé uvěří, bude to fajn. Tak jsem se do toho pustila a dnes jsem už tváří Coregy.

■ *Asi vám lidi skutečně věří.*

Kdybyste věděl, jaké s tím zažívám i legrace! Nedávno jsem málem měla příležitost vyndat protézu z pusy, protože mně nechtěli věřit, že opravdu koušu jablka! To si nedokážete představit! Lidi se ptají všude: v řadě v obchodě, v tramvaji i na hřbitově.

■ *Co děláte proto, abyste vypadala, jak vypadáte a byla pořád fit. Tamhle vidím rotopéd, takže to je Vaše cvičební náradí?*

Ne. Je to ten nejdražší věšák na šaty, jaký jsem kdy měla. Pořídila jsem si ho po operaci kyčlí a vydržela jsem na něm šlapat maximálně desetkrát. Pak jsem toho nechala, protože mně to nebaví.

■ *Ale něco pro kondici určitě děláte.*

Cvičila jsem devět let každý den a to sestavu, která trvala tři čtvrtě hodiny. Teď, co jsem sama, jsem zlenivěla, ale začnu cvičit znovu. Hlavně kvůli kyčlím, aby se mi dobře chodilo.

■ *Fyzická kondice je podmíněna dobrou náladou a tu vy vyzařujete.*

Jsem optimistka. Člověk může být tlustej, tenkej, starej, nebo třeba kulhovej, ale hlavně ať není blbej a nepropadne beznaději. Samozřejmě, že někdy mám propady, protože jsem zůstala sama. Mám ale dvě neteře a tři praneteře a dva prasynovce. A v takové situaci máte na vybranou. Jako vždycky, všude a ve všem. Octnete se na křižovatce a říkáte si: můžu touhle cestou, nebo tamtou. Buď se na to vykašlu a propadnu samotě a deprese, nebo budu bojovat. Protože jsem musela bojovat celý život, tak bojuji dál. A dávám se na vše optimisticky. A říkám si: když jsem tady a v tomto stavu a je mi tolik let, co mi je, tak asi před sebou ještě nějaký úkol mám.

Za rozhovor a příjemné chvíle poděkoval
František Vonderka

ČR má nového Železného seniora

Hala TJ Pankrác v Praze byla v sobotu 6. listopadu dějištěm dle počtu přítomných sice malé, ale co do obsahu a významu velké události. Konal se tu totiž už druhý ročník ojedinělé sportovní soutěže s názvem Železný senior. Je to soutěž unikátní nejen u nás, ale i ve světě. Zúčastnit sportovního klání se totiž mohou jen muži starší 65 let. Na letošek byl navíc naplánován i první ročník obdobné soutěže pro ženy od šedesáti let, pro vítězku byl připraven titul Železná lady.

Duší této iniciativy je dlouholetý sokol Josef Baloun z Prahy. Právě jemu byla určena otázka, proč a jak vlastně tato soutěž vznikla: „Jsme malá parta a chodíme společně stále cvičit. Když Honza Saudek jednou cvičil na hrazdě, tak kdosi řekl – člověče, ty musíš být určitě nejlepší v republice. Není možné, aby někdo byl lepší než ty. A Honza se svou vrozenou skromností říkal, že to není pravda a že nejlepší určitě není. A z toho vznikl nápad, že se tedy udělá celorepubliková soutěž a pozvou se na ni Sokolové a další zdatní senioři. Tak vznikl Železný senior. Teď už máme druhý ročník a chtěli jsme udělat podobnou soutěž i pro ženy, protože projevíly zájem. Dopadlo to bohužel kvůli nedostatečné propagaci tak, že se nepřihlásil potřebný počet závodnic. Dostali jsme dvě přihlášky, další žena váhala a za této situace se rozhodlo, že o Železnou lady se letos tedy nebude soutěžit.“

■ Obětává duše závodu Josef Baloun.



Pan Baloun k tomu sebekriticky uvedl, že prý pořadatelé nedokázali soutěž patřičně zviditelnit. Vše potřebné napsala, podle jeho slov, jen Doba seniorů, ostatní oslovení neuvědli nic nebo jen obecné zprávičky, kde potřebné údaje chyběly. Pokud jde o zájem sdělovacích prostředků, je tomu bohužel tak, že velká média o seniory a jejich aktivity skutečně velký zájem nejeví. Nejsou totiž komerčním tahákem. Nezájem však panuje třeba i ve veřejnoprávní televizi, která by podobné záležitosti, oslovující značnou část populace, měla mít v popisu práce. A také je podle svých ustanovení v popisu práce má, jenže je nenaplnuje odpovídajícím způsobem.

■ Vítěz Kopecký se při namáhavém cvičení stihl i usmívat.

Snaha vydělávat vytlačuje jiné společenské hodnoty na okraj zájmu. Neudivuje tudíž, že organizátoři světově unikátní soutěže Železný senior nenašli žádné sponzory a vše tak hradili ze své kapsy. První ročník soutěže se konal v tělocvičně Sokola na Vinohradech. Místo se muselo změnit, protože majitel haly po seniorech žádal tisíc korun za hodinu...

Ani tato úskalí však nedokázala zlomit nadšení organizátorů a příznivců soutěže. O titul Železného seniora 2010 soutěžilo v hale TJ Pankrác před několika desítkami diváků osm finalistů. Nejstaršímu Miloslavu



Pro své srdce chceme jen to nejlepší...

Prokardin obsahuje biochemicky aktivní látky, které pomáhají posilovat činnost srdce a zvyšovat jeho výkonnost.



Doplňek stravy. Žádejte v lékárnách.
www.prokardin.cz

DiaChrom®

Nízkokalorické stolní sladidlo vynikající chuti pro snižování cukru a cholesterolu.



Žádejte v lékárnách.
www.diachrom.cz

Zelinkovi bylo 86 let! Závodilo se v šesti disciplínách, oproti loňsku přibyl hod míčkem na dálku. Ale nikoli ledajakým: závodníci si mohli vybrat mezi tím pro stolní tenis a softtenis. Oba jsou velmi lehké a házet s nimi vyžaduje i dobrou techniku.

Závodníci měli možnost jednu z disciplín vynechat, při bodování se dosažené výkony valorizovaly podle věku závodníka. Za každý rok nad sedmdesátku to byla 2 procenta. Ačkoli se zápolilo skutečně ze všech sil, v tělocvičně přesto stále panovala skoro rodinná atmosféra. Příznáčně pro ni bylo například to, že závodníci povzbuzovali k ještě lepším výkonům i své soupeře a pokud jich dosáhli, tleskala skutečně celá hala.

A jaké byly nejlepší výkony? Řečeno jedním slovem skvělé, řečeno čtyřmi slovy - často lepší než loni. Sami se můžete přesvědčit, v závorce je vždy uveden loňský nejlepší výkon: skok do dálky z místa -185 cm (187), přeskoky přes švihadlo: 196 (160), výmyky na hrazdě: 12 (10), kliky s dotekem hrudi na plastovou láhev: 54 (63), shyby na hrazdě: 22 (23), hod softtenisovým míčkem: 16,3 m.

Loňský vítěz, Miroslav Cibula ze Sokola Týniště nad Orlicí prozradil, že během roku pilně trénoval a to zejména přeskoky přes švihadlo, ve kterých se loni musel sklonit před výkonem světznámého fotografa Jana Saudka (75 let). I když dosáhl lepšího výkonu, na Jana Saudka to nestačilo ani letos. Ten svými 196 přeskoky a výrokem těs-



Jan Saudek závodil a pak krasopisně tuší vypisoval diplomy účastníků.

vedl nejvyrovnanější výkony ve všech disciplínách. Pomyslné stříbro vybojoval loňský vítěz Miroslav Cibula a třetí skončil Jan Saudek. Diplomy a ceny nedostali jen muži na stupních vítězů. Dostali je v duchu hesla barona Piere de Coubertina, že nejdůležitější není zvítězit, ale zúčastnit se, všichni závodníci. Právě v seniorském sportu tato slova zakladatele novodobých olympiád platí snad dvojnásob.

I když žádný diplom nedostali, ocenění si zaslouží i pořadatelé této soutěže. Možná ale, že víc než to je potěšila slova, že všichni kdo byli u toho, se už těší na Železného seniora 2011. A na to, že se i přes letošní nezdary poprvé uskuteční také soutěž pro něžné pohlaví v podobě Železné lady.



ně před ukončením výkonu „Tak to by už snad mohlo stačit,“ postavil své soupeře v této disciplíně do role tleskajících diváků.

Ačkoli byl loni druhý, celkové vítězství mu navzdory tomuto výkonu opět uniklo. Celkovým vítězem a tím Železným seniorem 2010 se stal Luboš Kopecký (76) ze Sokola Plzeň. Byl ve výborné formě a před-

■ Nejstarší účastník při klicích.

A Doba seniorů bude samozřejmě u toho. A to nejen jako divák a informátor. S organizátory se chceme dohodnout, že se v jedné u disciplín - třeba v počtu kliků - bude soutěžit o pohár šéfredaktora Doby seniorů.

František VONDERKA ■

Foto: autor

Představujeme: Evropský program Grundtvig (nejen) pro seniory



V rámci evropského programu Grundtvig, který se zaměřuje na všechny formy vzdělávání dospělých, se mohou (nejen) senioři zúčastnit zahraniční vzdělávací dílny (tzv. workshopu) či vyjet na dobrovolnický pobyt, a to téměř kamkoliv v Evropě.

Principem workshopů je, že se sejdou lidé různých národností, různého věku, ale i profese a společně se během pěti až desetidenního pobytu učí novým znalostem a dovednostem. Workshopy probíhají na různá témata, jako jsou pro příklad:

- zdravý životní styl
- aktivní v každém věku
- rozvoj osobnosti, komunikačních strategií a asertivity
- psychologie stárnutí, kvalita života starší generace
- sociální integrace

- mezigenerační porozumění napříč různými evropskými kulturami pro příklad formou fotografické dílny
- ruční práce a lidové tradice
- informační a komunikační technologie
- kulinářské umění
- pohybové umění pro příklad formou taneční dílny

K účasti na workshopu je nezbytná pouze základní znalost některého z hlavních evropských jazyků, tedy angličtiny, němčiny nebo francouzštiny, a odvaha vycestovat do zahraničí za netradičním zážitkem. Zájemci si vybírají z katalogu workshopů zveřejněném na internetových stránkách Národní agentury pro evropské vzdělávací programy a obracejí se emailem na organizátora zahraniční akce, který je v dané zemi zodpovědný za výběr účastníků workshopu a hradí jim náklady na cestu a samotný pobyt v zahraničí.

Vzdělávací dílny probíhají téměř ve všech evropských státech, a to včetně České republiky, kde jsou organizovány především pro zahraniční účastníky, kteří přijíždějí za zážitkem spojeným se sebevzděláváním.

Kromě workshopů program Grundtvig nabízí občanům starším padesáti let možnost výjezdu na dobrovolnický pobyt do některé z evropských destinací, a to na dobu tří až osmi týdnů. Samotná činnost dobrovolníka spočívá v jakékoliv dobrovolnické (neziskové) činnosti, záleží na přijímající organizaci v zahraničí.

Program Grundtvig je zaměřen na výukové a vzdělávací potřeby osob ve všech formách vzdělávání dospělých. Z nabídky aktivit tohoto programu si mohou vybrat jak jednotlivci, tak instituce a organizace působící v oblasti vzdělávání dospělých.

Národní agentura pro evropské vzdělávací programy

vyhlašuje

výzvu pro podávání žádostí v rámci Programu celoživotního učení (LLP)

Výzva se vztahuje na následující programy a jejich decentralizované aktivity LLP

COMENIUS

- ▶ Další vzdělávání pedagogických pracovníků – 14. 1., 29. 4., 16. 9. 2011
- ▶ Asistentský pobyt Comenius – 31. 1. 2011
- ▶ Hostitelské instituce – 31. 1. 2011
- ▶ Projekty partnerství škol Comenius – 21. 2. 2011
- ▶ Partnerství Regio Comenius – 21. 2. 2011

LEONARDO DA VINCI

- ▶ Projekty mobility – 4. 2. 2011
- ▶ Projekty partnerství – 21. 2. 2011
- ▶ Multilaterální projekty – přenos inovací – 28. 2. 2011

ERASMUS

- ▶ Organizace intenzivních jazykových kurzů EILC – 4. 2. 2011
- ▶ Mobility studentů a zaměstnanců VŠ a VOŠ – 11. 3. 2011
- ▶ Intenzivní programy – 11. 3. 2011

GRUNDTVIG

- ▶ Mobility osob (vzdělávací kurzy) – 14. 1., 29. 4., 16. 9. 2011
- ▶ Projekty partnerství – 21. 2. 2011
- ▶ Workshopy – 21. 2. 2011
- ▶ Asistentské pobyty – 31. 3. 2011
- ▶ Dobrovolnické projekty – 31. 3. 2011
- ▶ Stáže a konference – průběžně, min. 6 týdnů před zahájením akce

PRŮŘEZOVÝ PROGRAM

- ▶ Studijní návštěvy pro odborníky ve vzdělávání (SVES) – 31. 3., 14. 10. 2011
- ▶ Ostatní aktivity – 31. 3. 2011

JEAN MONNET

- ▶ Jean Monnet – 15. 2. 2011

Více informací o možnostech získání grantu z Programu celoživotního učení naleznete na www.naep.cz.



Nahlíží až do žaludku

MUDr. Pavel Fára je gastroenterolog. Gastroenterologie je jeden z mnoha oborů interny, tedy vnitřního lékařství. Přijal nás ve své ordinaci v Praze 10.

■ Pane doktore, já si na těch latinských slovech lámu jazyk.

Tady spíš řeckých. Hlavní náplň máte v nich. Gaster je žaludek, enteron střevo. Samočřejmě k tomu patří ještě přidružené orgány, žlučník, slizina, játra a slinivka.

■ Jste ale také internista.

Už jenom asi na deset procent úvazku.

■ Trochu se v tom neorientuji.

Žaludek není uvnitř?

S rozšiřujícími se znalostmi se interna nutně dělí na užší specializace, protože není v silách jednoho člověka jí obsáhnout jako celek. Dokonce i její podobory se ještě dále úzce specializují. Je to například právě gastroenterologie, která má podobory jako je hepatologie (choroby jater). Mezi další interní obory patří například kardiologie (srdce), nefrologie (ledviny) atd.

■ Jak jste se ke své specializaci dostal?

V podstatě náhodou. Necítil jsem se na chirurgii a nechtěl na vojnu. S chirurgií jsem se minul, ale s vojnou ne. Začal jsem ve vojenské nemocnici v Českých Budějovicích na interně a tam jsem poprvé dostal do ruky rektoskop, což je přístroj na vyšetření konečníku. To mě nasměrovalo k této specializaci, kde mi vyhovuje možnost uplatnit manuální zručnost, podobně jako v chirurgii nebo stomatologii. Což jsou obory, kde se uplatnili moji předkové a bratr. Po mnoha letech, spolu s vývojem techniky, jsem se dostal ke kolonoskopii a gastroskopii.

■ Když jste nakouzl tu chmurnou perspektivu: kolonoskopie. To je hodně nepřijemné vyšetření. Proč je tak potřebné?

Tady musím trochu obšírněji. Je celkem známé, že v rakovině tlustého střeva a konečníku je naše země v čele pomyslného žebříčku. Příčiny nejsou zcela jasné. Přesněji, patrně jde o špatné stravovací návyky a vliv prostředí, určitě genetiku, někdo už viní i pivo. Patrně jedinou účinnou ochranou je včasné vyšetření, tedy vyšetření tlustého střeva kolonoskopem. Jde o metodu, která používá ohebný přístroj, dnes většinou přenáší obraz přímo na ob-

razovku. Tím lze odhalit i nepatrné změny na sliznici střeva a současně z nich i odebrat vzorky k mikroskopickému vyšetření. Můžeme provést i polypektomii, to jest odstranění polypu, který velmi často může být zárodkem budoucího nádoru.

■ Často slyším slovo polyp.

Polyp je zjednodušeně řečeno výrůstek ze sliznice často připomínající houbu s kloboukem a nohou, jakýsi novotvar, který se zejména ve střevech může změnit na maligní, tedy zhoubný nádor, ale obvykle k tomu potřebuje mnoho let, či desítek let. Přesné příčiny pořád neznáme. Spekuluje se i o obezitě, kouření. Řada polypů se dá kompletně odstranit endoskopickou cestou, tj. seříznutí drátěnou kličkou, která se ohřeje elektrickým proudem. Díky tomu nedochází ke krvácení, výkon neboli a provádí se ambulantně. Občas zachytíme polyp, který již obsahuje nádorové buňky v hlavě, ale ne ve stopce. Je-li tento polyp odstraněn, je pacient v podstatě vyléčen a dochází pouze na kontroly. Takže to je podobné, jako když seberete hřib, který je červivý od hlavy.

■ Co poradíte na téma trápení se žaludkem?

Nemohu nikoho léčit na dálku, ale pár varování lze nabídnout. Časté bývá pálení žáhy, což bývá projev refluxní choroby jícnu, při které dochází k pronikání kyselého žaludečního obsahu do jícnu. Dále jsou to vředové choroby žaludku i dvanáctníku, jejichž výskyt poklesl díky vývoji účinných léků a poznání vlivu bakterie zvané *helicobacter pylori*, kterou dokážeme také odstranit. Ale za mnoha vředy stojí zvýšené užívání různých léků proti bolestem kloubů, páteře i hlavy – brufen, ibalgin, ale i běžný acylpirin, čili tzv. nesteroidní antirevmatika. Tyto léky často dráždí žaludek a u citlivých jedinců může i malá dávka způsobit vážné krvácení ze žaludeční sliznice, nebo vznik vředů. Je proto vhodné se při jejich užívání poradit s lékařem, případně preventivně užívat protivředové léky. Například v USA zemře na komplikace z léčby nesteroidními antirevmatiky ročně podstatně více lidí než na AIDS.



■ Říkáte pacientovi pravdu o jeho stavu?

Myslíte asi převážně v případech nádorového onemocnění. Bohužel často jsem první, kdo musí pacientovi tuto pravdu sdělit. Protože je nutné, aby pacient spolupracoval, nemohu mu zatajovat informace, a přitom ho posílat na chirurgii, či onkologii. Dnešní informovanost je taková, že pacient by stejně pravdu rychle zjistil a ztratil by ke mně důvěru. Výsledky léčby nádorů v našem oboru se stále zlepšují a informovaný pacient lépe spolupracuje. Také má možnost se připravit na možnost dlouhodobé nemoci, případně blízkého konce.

■ Máme tady adventní čas.

Co poradíte, nejen seniorům?

Jsou to krásné svátky, ale pro mnoho lidí rizikové. Přinášejí často silné emoce, ale často i velkou dietní změnu. Více tučného jídla, alkoholu a cukru může způsobit řadu zdravotních obtíží, zvláště v oblasti trávicího traktu i u zdravých a mladých lidí, natož u nemocných lidí ve vyšším věku.

■ Prostě nepřecpávat se. Pokud se to ale přesto stane?

Nechci dělat reklamu lékům. V každé lékárně vám jistě doporučí třeba vhodné léky proti nadýmání, proti pálení žáhy atd. Pokud se dostaví třeba výraznější bolesti břicha, je lepší vyhledat lékaře. Akutní zánět slinivky břišní vyvolaný často bujarými oslavami může mít i smrtelné následky. I zde platí, že prevence je základ, tedy hlavně nepřejídat se.

Ptal se **Josef HEJNA**

Foto: autor

Chystají vánoční jarmark

Kulturní centrum v Domově Sue Ryder v Praze (Michelská 1/7) slouží nejen pro tamní seniory, ale i pro běžnou veřejnost. Můžete zde navštívit řadu zajímavých přednášek, divadelních představení, koncertů, autorských čtení, recitálů, kulinářských večerů a další zajímavé pořady pro všechny věkové kategorie.

výdělek pomůže financovat péči o seniory v Domově Sue Ryder). S financováním domova pomáhá i síť dobročinných obchodů, kde si běžně můžete zakoupit nejrůznější věci (oblečení, různé výrobky) z darů příznivců Domova. Nyní lze dobré věci také pomoci například koupí vánočních a novoročních přání. Jsou k mání jak v síti dobro-



Nejbližší událostí bude 6. 12. Art for Sue Ryder (prodejní umělecká výstava, jejíž

činných obchodů tak také na některých benefičních akcích Domova.



Jednou z nich bude v sobotu 11. prosince už tradiční vánoční jarmark v Domově. Po celý den – od 10 do 18 hodin – bude probíhat pestrý kulturní program. Až do rozsvícení vánočního stromu v něm vystoupí např. skupina Sunday Singers, lidový soubor Kolíček ze Zbraslavi, jazzový orchestr Woods Chamber Orchestra či komorní sbor Vocalica. Bohatý program zahrnuje i divadelní představení i různá překvapení. Na jarmarku můžete zakoupit skvěle dárky, pro potěšení všech smyslů pobavit i ochutnat speciality místní restaurace. Báječnou atmosféru dokumentují snímky z minulého roku, kdy byl k vidění i ohňový tanec.

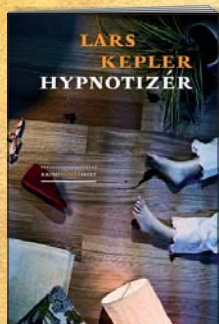
(ik, red) ■

Knižní okénko

Novinky na pultech



kanzelsberger



Hypnotizér

Psychiatr Erik Maria Bark je uznávaný odborník na léčbu traumata pomocí hypnózy. Jedné prosincové noci ho probudí zvonění telefonu. Detektivní inspektor Joon Linna z nemocnice ve Stockholmu prosí, aby okamžitě přijel k případu malého chlapce, který

je ve velmi kritickém stavu. Erik je jedinou nadějí, jak může policie chlapce vyslechnout a zjistit, kdo brutálně zavraždil jeho rodiče a mladší sestru. Erik se však praxi hypnotizéra nevěnuje už deset let a je rozhodnutý, že hypnózu už nikdy provádět nebude. Žádost o pomoc v něm probudí bolestné vzpomínky, a proto Erik prosbu policie odmítá. Knihu Larse Keplera z nakladatelství Host koupíte za 349 korun.



Tajná řeč broží

Bohatě ilustrovaná memoárová kniha i poutavé pojednání o sociálních dějinách nám umožňuje nahlédnout do soukromí Madeleine Albrightové prostřednictvím broží, které nosila. Její sbírka má nadnárodní i demokratický charakter – laciné brože za pár korun tu mají své čestné místo vedle značkových šperků i rodinného stříbra. Najdeme tu jak starožitného orla, jehož si bývalá ministryně zahraničí USA pořídila v době svého jmenování, tak zebry, které si vzala na setkání s Nelsonem Mandelou, či valentinské srdce vyrobené její tehdy pětiletou dcerou. Knihu vydal Práh a pořídíte ji za 499 korun.



Harry Potter – filmová kouzla

Skutečně reprezentativní obrazová publikace rozzáří úžasem všechny milovníky filmového hrdiny Harryho Potera. Představuje nejzajímavější postupy tvorby ze všech filmových děl o tomto slavném čarodějnickém učni. Obsahuje ukázky filmářských postupů, přiblížení až odhalení úžasných tajů, kouzel a triků, které ohromují diváky v kinech. Kniha tak přináší strhující proniknutí do tajů kouzel filmářského řemesla slavných režisérů, kteří byli také očarováni dílem spisovatelky J. K. Rowlingové. Vydává Slovart a kniha stojí 799 Kč.

DÁREK MŮŽETE I VYHRÁT

Na této stránce Vám nabízíme několik možností na hezký vánoční dárek. Je na ní také naše pozvánka na veletrh Stříbrné vánoční dny (9. – 12. 12.) v Praze – Letňanech, kde najdete tipů na dárky nepřeberné množství. A nebyla by to Doba seniorů, kdyby nabídka nebyla spojena i se soutěžením. Takže vstupenku na veletrh nápadů i na stránce prezentované dárky můžete vyhrát. Jen je třeba včas odpovědět.

Potěšte o Vánocích své blízké audioknihou

Nechcete kupovat pod stromeček zbytečnosti, ani nic přehnaně praktického? Zkuste darovat svým známým nebo i sobě vánoční balení přípravku Ocuvite® LUTEIN forte. Prospějete hned dvěma smysly: zraku a sluchu. Tento doplněk stravy pro výživu očí je od začátku prosince k dostání

v lékárně spolu s audioknihou Michala Viewegha Povídky o lásce, a to za nezměnnou cenu. Více na www.ocuvite.cz.

Připomínáme také, že o 5 dárkových balíčků Ocuvite® LUTEIN forte se soutěží i v křížovce na straně 11. Připravili jsme ji totiž ve spolupráci s výrobcem tohto doplňku stravy, který byl speciálně vyvinut pro podporu očí tak, abyste si udrželi svůj zrak zdravý po celý život.



Léčivé konopí Bayer & Romsy

Stejně jako v dávné minulosti i v dnešní době je konopí používáno pro své výrazné léčebné účinky. Účinně pomáhá nejen v případě vážných nemocí, ale přináší úlevu a rychlé zhojení i při běžných zdravotních problémech. Zvláště dobře se osvědčuje při léčbě tzv. civilizačních nemocí a chorob spojených se stářím.

Výrobky ANNABIS a Bayer & Romsy jsou výsledkem mnohaletého výzkumu

a aktivního zkoumání účinků konopí. Certifikované odrůdy technického konopí,



kteří jsou používány pro výrobu kosmetických léčivých přípravků, mají potlačeny psychoaktivní účinky. Přípravky na jejich bázi jsou naprosto bezpečné a není třeba se obávat návykových látek a zdravotních následků. Pět čtenářů vyhraje Léčivé konopí v dárkovém balení v hodnotě 560 Kč. Musí nám ale do 15. 12. odpovědět, v které zemi je doloženo první užití konopí jako léku. Napovíme, že v této zemi se letos konala světová výstava.

Veletrh plný nápadů



Loni se konal první ročník. Premiéra velké předvánoční akce Stříbrné vánoční dny proběhla ve veletržním areálu v Praze – Letňanech ve dnech 10. – 13. prosince. Doba seniorů byla jedním

z mediálních partnerů. Počet vystavovatelů předčil veškerá očekávání, na veletrhu se jich představilo 313 z různých oborů. Na jejich nabídku se přišlo podívat 14 200 návštěvníků, kteří často hledali tip na vánoční dárek. Zaujala je i řada doprovodných programů. Jedním ze zlatých hřebů byla pěvecká exhibice člena opery v Calgary pana Darby Taylora. Stručně řečeno:

Stříbrné vánoční dny zaznamenaly úspěch. I proto se letos přihlásilo více vystavovatelů a očekává se o třetinu větší návštěva. Deset čtenářů DS se na veletrh, který se letos koná od 9. do 12. prosince, podívá zadarmo, protože jim pošleme volnou vstupenku. Musejí nám ale do 3. prosince odpovědět, v které zemi leží Calgary, odkud loni přijel pan Darby Taylor.

Prostenal pro muže pomůže

Jsou chvíle v životě partnerském, kdy i po mnohaletém soužití oceníte přítomnost muže po svém boku. Velký nákup v obchodním centru, dlouho plánovaná návštěva divadla, výchovný rozhovor s nezvedeným potomkem... Jenže on v tu nejméně vhodnou chvíli mizí. Ne, že by chtěl. Prostě musí. Nutková potřeba k častému močení, související se zvětšenou prostatou, komplikuje život až 50% mužů nad 50 let a s přibývajícím věkem jejich počet dále roste. A přitom stačí tak málo! 1 – 2 tobolky **doplňku stravy Prostenal s Perfect Complexem**

denně, nejlépe pravidelně a dlouhodobě. **Prostenal s Perfect Complexem** totiž společlivě pomáhá udržovat správnou funkci a zdraví prostaty, normální funkci močového ústrojí a kvalitní proud moči, pomáhá redukovat oxidační působení buněk na tkáň prostaty i uchovávat vyvážený metabolismus mužských pohlavních hormonů.

Prostenal s PERFECT COMPLEXEM je unikátní kombinací tří aktivních látek pro komplexní péči o prostatu a močové cesty. Pět čtenářů může tento prostředek vyhrát, musí však do 15. 12. odpovědět, které látky to jsou? Náš tip: jedna ze tří možností je správná.

1. rostlinné extrakty ze Saw Palmetta, kopřiva dvoudomá a přírodní lykopen
2. rostlinné extrakty ze Saw Palmetta, brusinka a listy břízy
3. rostlinné extrakty ze Saw Palmetta, brusinka a přírodní lykopen

Více informací o produktu je k dispozici na www.prostenal.cz nebo na bezplatné infolince 800 141 141.



Objevování českého roku

Úplný název knižní novinky zní Český rok od jara do zimy a svůj křest měla v magický čtvrtek 11. 11. Pozoruhodná kniha, jejíž autorkou je Milada Motlová, pojednává o českých lidových tradicích a je určena čtenářům od 12 do 100 let. Prostě všem, koho zajímá, odkud pocházejí a z jakých kořenů vyrostli. Koho fascinují nejruznější zvyky, tradice, svátky a rituály. Český rok, jak ho mnozí neznají, je podán velice čtivou formou, na kterou jsme u jeho autorky ostatně už zvyklí. Vkusně a s citem pro věc ilustroval Tomáš Řízek. Z knížky se dovíte mnoho zajímavého i poučného. Třeba jakou roli hrálo jmelí v životě starých Keltů, co je to paškál, co se dělá o Družebné neděli či třeba kdy a proč se slavily svátky bláznů a další

zajímavosti. Kniha čtenáře vede ke kořenům našich lidových tradic, přibližuje smysl rituálů a význam zvyků v životě lidí a vysvětluje, jak mnohé pohanské slavnosti splynuly s křesťanskými svátky a jaký mají ohlas v dnešní době. Je doplněna folklorními texty – verši, písněmi, koledami, pranostikami, pověstmi a pohádkami – i ukázkami z děl českých klasiků a legendami, příběhy o životě svatých. Se souhlasem autorů i vydavatele z ní budeme v roce 2011 pravidelně přinášet ukázky v našem Kalendáři na str. 26 - 28. Obsáhlá a vskutku reprezentativní kniha stojí 897 Kč, při koupi prostřednictvím www.fortunalib.cz ji pořídíte o 25 % levněji.

A POZOR: Jeden čtenář DS ji může vyhrát i s podpisy autorky, ilustrátora a kmot-



ry, populární herečky Zdenky Hadrbolecové. Musí ale správně odpovědět na otázku, kdy se slavil svátek Mládětek. Napovíme, že souvisel s krutovládcem Herodesem a číslem 4444. Na odpovědi kvůli výrobním lhůtám čekáme jen do 15. prosince!

(fav) ■

Foto: autor

Pár návodů pro chladné dny

Je čas podzimních plískanic a také zima už klepe na dveře. Společně s těmito jevy přicházejí nachlazení, kašel a chřipky. Nemusíme hned běžet k lékaři či pro chemii do lékárny. Často pomůže čaj z receptáře po babičce. Tentokrát jsme v něm proti nachlazení (a to i jako prevenci) objevili:

Šípkový čaj

Potřebujeme: 2–3 lžice šípků, ¼ l vody, 1 lžičku medu a 1 lžičku citronové šťávy

Příprava: Šípky přelijeme vodou, uvedeme do varu a pak 10 min. louhujeme.

Poté scedíme, přidáme citronovou šťávu a med.

Lipové bonbony

Proti kašli si můžeme vyrobit lipové bonbony. Potřebovat budeme 120 g medu, 100 g krystalového cukru, 2 lžice velmi silného lipového čaje, šťávu z poloviny citronu.

Postup: Med, krystalový cukr, lipový čaj a citronovou šťávu vaříme tak dlouho, až se při zkoušce drátěným očkem vytvo-

ří tzv. velká perla. To je signál, že kapka cukru s medem na talíři ztvdne. Hmotu následně vylijeme na navhčenou nebo namaštěnou desku a mokrým nebo namaštěným nožem nakrájíme na kostičky. Kostičky po ztuhnutí ukládáme do sklenice pod víčko, aby nezvlhly.

Kloktadlo

Účinné kloktadlo při silné bolesti v krku se připravuje jako nálev z máty peprné, šalvěje a květu heřmánku. Je třeba kloktat co nejčastěji, nejlépe každou půlhodinu.

(zl) ■

TIPY LETEM

Také na prosinec připravila Pražská informační služba (PIS) řadu zajímavých akcí. Z nich jsme vybrali:

1. st. Jak naši předkové slavili Vánoce? Přednáška autorky populární encyklopedie o Vánocích PhDr. Valburgy Vavřínové, Ph.D. Omezený počet účastníků na 30 osob. Začátek v 16.30 v sále PIS, Arbesovo nám. 4, Praha 5, učebna v přízemí. Cena 70/50 Kč.

4. so. Národní divadlo. Celková prohlídka vybraných prostor. Začátek každou půlhodinu od 8.30 do 11.00 před vchodem do historické budovy. Objednané skupiny (nad 15 osob) mají přednost. Cena 140/100 Kč. (Obdobná akce také 12. a 19. 12.)

5. ne. Prohlídka kostela sv. Anny na Starém Městě. Vyprávění o historii kostela spojené s výkladem o Anenské čtvrti a její templářské minulosti. Omezený počet účastníků na 40 osob. Začátek v 11.30 před vchodem do Divadla na zábradlí. Cena 70/50 Kč.

7. út. Skryté poklady středověké Prahy. Na vycházce si připomeneme některé ne běžně přístupné prostory v okolí Staroměstského náměstí (sál s pozdně gotickou klenbou v paláci Ericsson, podzemí pod Týnskou školou, palácem Kinských). Omezený počet účastníků na 40 osob. Začátek v 16.30 u kašny na

Malém náměstí, Praha 1 – Staré Město. Cena 70/50 Kč.

11. so. Palác Lucerna. Prohlídka vybraných prostor. Začátek ve 13.00 v pasáži Lucerny pod schodištěm do kinosálu (tram. č. 3, 9, 14, 24 „Václavské náměstí“). Omezený počet účastníků na 50 osob. Jednotná cena 100 Kč.

12. ne. Za Golemem na Josefov. Vycházka pro děti v rámci cyklu „Děti, poznejte Prahu!“ Vhodné pro děti od šesti let (v doprovodu dospělé osoby). Zajímavé povídání o památkách Židovského Města spojené s návštěvou Staronové synagogy. Na závěr čeká děti malý vědomostní kvíz se sladkou odměnou. Omezený počet účastníků na 2 x 30 osob. Začátek akce v 10.00 u Staronové synagogy (Červená 5, Praha 1 – Staré Město). Cena 70/50 Kč + vstupné do synagogy 35 Kč.

Vyšehrad a jeho tajemné legendy. Prohlídka areálu včetně hřbitova a kasemat někdejší barokní pevnosti. Začátek ve 14.00 před kostelem sv. Petra a Pavla. Cena 70/50 Kč.

14. út. Znovuzrození Bílkovy vily. Prohlídka vily sochaře Františka Bílky, nedávno nově otevřené po dvouleté rekonstrukci, spojená s procházkou po okolí. Omezený počet účastníků na 25 osob. Začátek v 16.00 před vchodem do Bílkovy vily, Mickiewiczova 1, Praha 6 - Hradčany. Jednotná cena 70 Kč + vstupné do vily 60 Kč.

18. so. Poutní místo Loreta. Prohlídka areálu (ambity, kostel Narození Páně, Svatá chýše, klenotnice). Omezený počet účastníků na 35 osob. Začátek ve 14.00 před vchodem do objektu na Loretánském náměstí. Cena 70/50 Kč + jednotné snížené vstupné do Lorety 90 Kč.

25. so. Tradiční procházka areálem Pražského hradu. Začátek ve 14.00 u sochy T. G. Masaryka na Hradčanském náměstí. Cena 70/50 Kč.

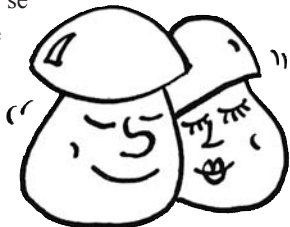
26. ne. Vánoční Hradčany a Nový svět. Dozvíte se, kde jsou nejkrásnější pražské jesličky, kde bydlel Karel Hašler, kde byl smutně proslulý „Hradčanský domeček“ a další zajímavosti. Začátek ve 14.00 na stanici tram. č. 22, 25 „Pohořelec“. Cena 70/50 Kč.

31. pá. Pražská strašidla na Hradčanech a Malé Straně. Tradiční silvestrovská vycházka s povídkami o tajemných bytostech v hradčanských a malostranských ulicích. Začátek v 16.00 u pomníku hvězdářů na Pohořelci (tram. č. 22). Cena 70/50 Kč. Pražská strašidla na Starém Městě. Vycházka s vyprávěním o pražských legendách a tajemných bytostech staroměstských ulic a uliček. Začátek v 17.00 na Ovocném trhu před vchodem do Stavovského divadla. Cena 70/50 Kč.

Pozn: V případě omezeného počtu účastníků je vhodné využít předprodeje PIS. (red) ■

Dědův houbařský rok – prosinec

Vánoce se kvapem blížily. Dvůrek i starou lípu pokrýval sněhový poprašek. Na ulicích se objevily kádě s rybami. A lidé si nosili pod paží nebo přes rameno zabalené stromky. Iděda Zdvořáček, jak

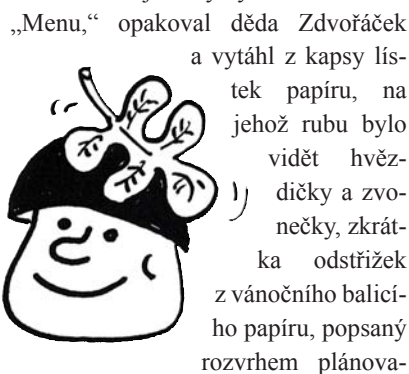


říkal, aby dodržel tradici, přešel z rumu na borovičku. Babka Babánková pekla vánoční cukroví a uklízela byt, až se jí za smetákem prášilo. Přesto nepřestala myslet na svého souseda dědu Zdvořáčka a jeho lásku k houbám, které, jak on říkal, najde za každého počasí. Proto ji náhle vyrušil zvonek u bytových dveří, za kterými stál zrovna ten, o kom byla řeč, či zrovna mysl - děda Zdvořáček.

„Šťastný a veselý Vánoce přeji, sousedko,“ spustil děda, „u vás to voní jako u cukráře. Co budete vařit na Štědrý den? Zase bramborový salát a řízek z kapra? Co kdybyste se mnou letos vyzkoušela houbařské vánoce? Nesu tady v tašce pěkný trs čerstvých penízovky sametonohé, doma mám nasušené, zamražené i zavařené houby z letní a podzimní sezóny.“

Babka Babánková se zarazila, „teď v zimě a čerstvé houby, to snad není možné. S těmi houbařskými vánocemi, taky nevím, nevím. Přece jenom tradice je tradice a z hub jsme měli u nás doma na

vánoce jenom černého kubu s krupkami a na stromečku skleněnou muchomůrku jako ozdobu. A jaké by bylo menu?“



„Menu,“ opakoval děda Zdvořáček a vytáhl z kapsy lístek papíru, na jehož rubu bylo vidět hvězdičky a zvonečky, zkrátka odstřížek z vánočního balicího papíru, popsaný rozvrhem plánovaných jídel, „tak sváteční menu mám už připraveno.“

Snídaně 24. 12. - šípkový čaj - ze stráně odnaproti trhaný na podzim při západu slunce.

Perník s houbami - 1 kg hladké mouky, 250 g práškového cukru, 100 g kostkového cukru, 150 g tuku, 4 vejčka, 4 lžice medu, 60 g mletých sušených hub, 1 lžička mletého hřebíčku, 2 lžičky skořice, 2 lžičky prášku do pečiva, 2,5 dl černé kávy, citrónová kůra.

Postup je následující: Do mouky vmícháme koření a houby, 2 vejce, tuk (máslo nebo hera), kávu, prášek do pečiva a med. Z kostkového cukru připravíme karamel, zalijeme ho vodou, rozmícháme a necháme vychladnout. Studený karamel přidáme do mouky; hmotu těsta vymícháme tak, aby byla vláčná, necháme ji 30 minut stát. Těsto přikryjeme, aby nevyschlo. Vyválíme z něho, asi 2 mm tlustou plac-

ku a vykrájíme vánočními tvořítky různé figurky. Potřeme je vajíčkem a 10 - 15 min. pečeme ve vyhřáté troubě. Upečený perník ozdobíme polevou z práškového cukru, vody, vaječného bílku a citrónové kůry. Můžeme použít i rozpuštěnou čokoládu.

Oběd 24. 12. - **vánoční houbová polévka z penízovky sametonohé** - 300 g penízovky sametonohé, silný vývar z 500 g kostí (nebo koncentrát z polévkové kostky), 2 brambory, 1 cibule, 200 g kořenové zeleniny, 30 g másla, 20 g hladké mouky, stroužek česneku, kmín, zázvor, polévkové koření, sůl, petrželka.

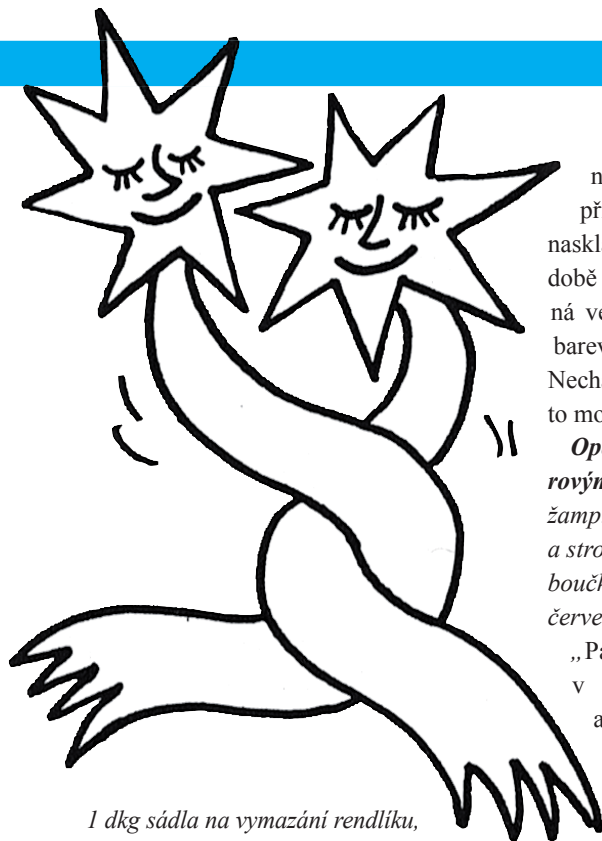


Do silného vývaru z kostí dáme nakrájené očištěné houby, na kostičky nakrájenou zeleninu, na půlky překrájené očištěné brambory, celou cibuli, kmín a sůl. Vaříme tak dlouho, až brambory změknou. Ty potom vyjmeme z polévky, dokonale rozmělníme a opět do polévky vrátíme. Polévku zahustíme světlou jíškou. Ochutíme polévkovým kořením, zázvorem a vaříme ještě 15 minut. Na závěr vytáhneme z polévky cibuli, přidáme česnek, utřený se solí, zamícháme a jednotlivé porce zdobíme petrželkou. Podáváme s chlebem nebo pečivem.

Vánoční houbový kuba: 20 dkg čerstvých nebo 2 dkg sušených hub, 25 dkg trhaných krup, stroužek česneku, 2 dkg husího nebo vepřového sádla, 1 dkg másla, cibule,

■ Penízovka sametonohá





1 dkg sádla na vymazání rendlíku, majoránka, pepř, sůl, kmín.

Trhané krupky uvaříme ve slané vodě se stroužkem česneku a sádlem. V jiné nádobě uvaříme houby a rozsekáme je na drobné. Do rendlíku, vymazaného sádlem, dáme vrstvu vařených krup, na ně položíme houby a opět přikryjeme krupkami. Na ně položíme máslo, podle potřeby podlijeme masovým vývarem a dáme na půl hodiny zvolna péci.

Štědrovečerní večeře 24. 12. - **falešná štika v rosolu:** 250 g i více nakládaných masáků v octě, želatina, naloženou, nebo uvařenou zeleninu, kyselou okurku, rajské jablko, vejce na tvrdo.

V létě jsem si naložil na kyselo celé hlavičky muchomůrky růžovky - masáka

na tuto dobrotu. Masák má bílé maso připomínající rybi. Houby úhledně naskládáme do misky nebo formy v podobě ryby. Potom okolo umístíme vařená vejce, rozkrájenou okurku, zeleninu, barevně srovnáme a zalijeme želatinou. Necháme vychladit. Na vánočním stole je to moc pěkné.

Opékané kloboučky z hub s bramborovým salátem: hlavičky zakoupených šampiónů obalované v mouce, vajíčku a strouhance, bramborový salát nebo kloboučky sušených bedel vysokých, příp. červenajících.

„Pamatujete si, sousedko, jak jsem v létě sušil celé hlavičky bedel a ukládal je do sklenice od okurek?

Tak teď je položím na talíř, podlijí mlékem a 20 minut počkám.

Kloboučky se nasáknou a jsou jako čerstvé. Potom je obalím a máme řízečky jedna báseň.

Tak co tomu říkáte sousedko, představte si, že to všechno ještě zalijeme dobrým lipovým čajem z květů naší lípy nebo něčím lepším, třeba trnkovým vínem z keře, co jsem pod ním

v květnu sbíral čirůvky májovky, případně Vaším ořechovým likérem.

To potom zazvoní Ježíšek přinese nám nějaké ty dárečky a budeme vzpomínat na všechno dobré co jsme zažili. Ráno potom můžeme společně jít na penízovku sametonohou, které se říká Vánoční houba.“

Jiří MIKA ■

Kresby: Miroslav PAVLÍK

Prosinec

Za celý rok dala země lidem hojně darů a teď usíná.

Na střechy snížil se s klidem, vlhký u teplého komína.

Ve stavení život neustává, všechno se chystá na hody, voní jehličí i kamna žhavá. je to vůně míru, pohody.

Zimo, obcházej si naše prahy. krabáťte se, cesty, od zmrazků, buď si ještě na sluníčku záhy, ale stále je čas na lásku.

(František Hrubín, ze sbírky Mánesův orloj)

Penízovka sametonohá

(Flammulina velutipes)

Je to známá zimní houba. Roste hlavně v zimních měsících (od listopadu do března), ale může se vyskytnout po celý rok. Vyrůstá v hustých trsech na odumírajících, ale často i živých listnatých stromech. Najdeme ji na kmenech, větvích nebo pařezech hlavně maďalů, vrb a topolů. Vydrží velmi nízké teploty, její růst zastaví jen velký mráz (-10 °C). F. Smotlacha ji nazval houbou vánoční, protože se najde právě o vánočních svátcích, někdy i pod sněhem.

Její klobouk je široký 2–8 cm, nejdříve klenutý, později rozprostřený, s ostrým, v mládí lehce podvinutým, v dospělosti někdy průsvitně rýhovaným okrajem. Pokožka je medově žlutá, žlutooranžová, někdy až kaštanově hnědá, lysá, za vlhka slizká a lesklá. Střed klobouku tmavší, okraj světlejší. Lupeny středně husté, ke tření (noze) zúžené připojené, zprvu bělavé, později žlutooranžové. Třeň válcovitý, často stlačený, sametově ojněný, pod kloboukem žlutooranžový, směrem k bázi (spodku plodnice) tmavě hnědý až černohnědý. Vůně mírná, houbová, chuť nasládlá a velmi příjemná.

Nemůžeme ji zaměnit za žádnou jedovatou houbu. Snad jen upozorníme na hořkou třepenitku svazčitou. Růstem v trsech a trochu i zbarvením se jí také podobá jedlá a velmi dobrá opeňka měnlivá, která má na třeni šupinky a na klobouku typický tmavší pruh.

Penízovka sametonohá je jedlá houba, patří k tomu nejlepšímu, co může les nabídnout. Nemusíte se bát toho, že když vyrostla za mrazivého počasí, že je pak zdraví škodlivá. Její plodnička se totiž mrazem nepoškodí. Po rozmrazení opět ožívá. Konzumují se ale pouze kloboučky, třeně jsou pro tuhost hůře stravitelné.

Velmi chutná zejména v polévkách, protože vařením získává jemně kořeněnou vůni. Vynikající je také v různých zeleninových salátech, ale také v rizotu, polévkách či omáčkách. V kombinaci se šťavnatou modřínovou, která se objevuje koncem listopadu, je výborná osmahlá pouze cibulkou a na topince. Patří k tomu nejlepšímu co může les houbařům nabídnout. Má podobné léčivé účinky jako hlíva ústřičná a rovněž se dá pěstovat. Snadno ji z přirozeného stanoviště můžeme naočkovat na vhodné špalvy nebo stromy nedaleko našeho bydliště.

Pokud jde o již zmíněné léčivé účinky, z penízovky sametonohé se vyrábějí kapky, které jsou běžně k dostání v bioprodejnách i lékárnách. Zlepšují činnost slinivky, pomáhají při ischemické chorobě srdeční, paradentóze, kandidóze a silně čistí pokožku. Velice dobře působí proti akné, jehož zbavuje při pravidelném užívání téměř dokonale. Z penízovky sametonohé bylo rovněž izolováno protirakovinné antibiotikum flumulin, jenž se zdá být v testech velice účinné.

Zdeněk LESÁK ■



Kacíř sjednocoval Evropu

Českým králem byl zvolen v březnu 1458. Umírněný kališník vystupoval programově jako „král dvojího lidu“, tj. husitů i katolíků; opíral se přitom o basilejská kompaktáta jako základní zemský zákon. Před korunovací musel Jiří z Poděbrad slíbit papežským legátům, že zachová posluš-



Mikoláš Aleš zvěčnil setkání poraženého Matyáše s „husitským“ králem Jiřím na svém známém obraze.

nost papeži a bude v zájmu obnovení víry vystupovat proti radikálům. Protože musel svůj slib splnit, vystoupil v roce 1461 proti jednotě bratrské. Větší zásahy proti kališníkům ale neudělal. Papež Pius II. vyžadoval po Jiřím, aby přistoupil na katolickou víru a kališnictví zrušil. Na to ale Jiří nepřistoupil. Věděl, že jednou dojde k jeho neshodám s kurií a snažil se získat spojence. V letech 1462 – 64 se proto šířilo po západní Evropě jeho poselství tamním katolickým vládcům. Jeho cílem bylo vytvoření

Všeobecné mírové organizace („Smlouva o nastolení míru v celém křesťanstvu“) křesťanských panovníků, v níž by se všichni snažili o upevnění trvalého míru na principu národní svrchovanosti států, zásady nevměšování se a řešení sporů před mezinárodním soudním tribunálem („*obecným konsistoriem*“); Evropa se měla sjednotit v boji proti Turkům, „nejzarputilejším nepřátelům jména křesťanů“ a vyhnat je z bývalých křesťanských zemí. Ve spolku se počítalo s vůdčí rolí Francie. Naopak o papeži návrh takřka nehovořil a přiznával mu jen malé pravomoce. A v tom byl kámen úrazu. Převratná a v mnohém svou dobu předbíhající myšlenka vytvoření středověkého „společenství národů“ (období dnešní OSN či EU) nakonec nenašla pochopení. Jiříkovo úsilí mohlo jen stěží uspět v podobě, v níž byla ignorována právě papežská moc.

Boj mezi českým králem a kurií nabíral na obrátkách. Vznikala vnitřní opozice. Katolické panstvo vytvořilo tzv. Zelenohorskou jednotu a s požehnáním papeže Pavla II. zahájilo boj proti králi. Dělo se tak s požehnáním papeže Pavla II., který 23. prosince 1466 Jiřího z Poděbrad prohlásil za kacíře a vyhlásil proti němu křížové tažení. V jeho čele byl Jiřího bývalý zeť, uherský král Matyáš. V únoru 1469 byl však Matyáš poražen bitvou u Víslé. V zajetí slíbil, že se bude snažit



Jiří z Poděbrad v Norimberské kronice z roku 1493

o smíření Jiřího s papežem. Slib nedodržel, po propuštění se katolickými pány nechal zvolit za českého krále. Jiří z Poděbrad za této situace pochopil, že se mu stěží podaří vytvořit vlastní dynastii a udržet královskou korunu pro rod Poděbradů, a nabídl ji proto polským Jagelloncům. Krátce nato, 22. března 1471, nečekaně zemřel. Pohřben byl v královské hrobce v chrámu sv. Víta. Stal se jediným českým panovníkem, který nepocházel z panovnické dynastie, ale z panského stavu domácí šlechty. Po něm vládli již pouze králové z cizích dynastií.

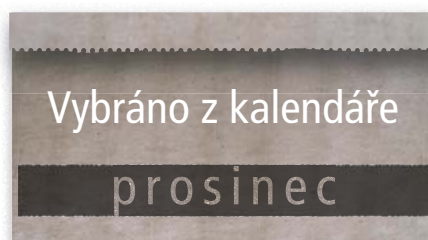
Na rozdíl od katolických pánů na Moravě a v pobočních zemích kališníky ovládaný Český sněm Matyáše jako krále odmítl a přiznal právo na českou korunu Vladislavu Jagellonskému. Ten se stal českým i uherským králem a země Koruny české byly opět spojeny.

(fav) ■

2. prosince 1946 – V Bratislavě byl zahájen soudní proces s představiteli fašistického slovenského státu. Jeho prezident Jozef Tiso v něm byl jako válečný zločinec odsouzen k trestu smrti, který byl vykonán 18. dubna 1947.

3. prosince 1967 – Jihoafrický chirurg Christiaan Barnard provedl v Kapském Městě první úspěšnou transplantaci lidského srdce. Ačkoli operace byla úspěšná, pacient Louis Washkansky po 18 dnech zemřel na zápal plic. Nyní se celosvětově provádí cca. 4000 transplantací srdce ročně. Barnard navštívil v září roku 1969 Prahu.

6. prosince 345 – Zemřel Svatý Mikuláš z Myry. Už za svého života byl tento katolický biskup velmi oblíbený mezi lidem. Proslul štedrostí k potřebným a jako zachránce nespravedlivě obviněných. Oslava jeho svátku je spojena s rozdáváním dárek dětem.



8. prosince 1980 – John Lennon, bývalý člen skupiny The Beatles, byl smrtelně postřelen úchylným vrahem před svým newyorským bytem. Lennon byl i sám autorem mnoha nezapomenutelných hitů jako např. Give Peace A Chance, Mother či Imagine.

13. prosince 1980 – byl ukončen provoz tramvají na Václavském náměstí v Praze

14. prosince 1935 – Pro nemoc abdikoval první československý prezident T. G. Masaryk.

17. prosince 1989 – V USA byl odvysílán 1. díl dnes již kultovního seriálu Simpsonovi.

21. prosince 1834 – Poprvé byla uvedena divadelní hra Josefa Kajetána Tyla Fidlovačka aneb Žádný hněv a žádná rvačka, ve které zazněla píseň Kde domov můj?.

30. prosince 2006 – V Bagdádu byl brzy ráno oběšením popraven bývalý irácký diktátor Saddám Husajn. Tajná videonahrávka jeho popravy vyvolala celosvětový skandál.

31. prosince 1970 – Definitivně se rozpadli The Beatles, jedna z nejpopulárnějších beatových skupin všech dob. Když renomovaný hudební časopis Rolling Stone v roce 2003 sestavil žebříček nejlepších alb v dějinách populární hudby, Beatles se do první desítky dostali celkem čtyřikrát (včetně 1. místa za Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band).

Společně zkrášlují obec



Ve známém východočeském letovisku Potštejn, známém svým hradem (dějištěm Jiráskova románu Poklad, což dokumentuje i pamětní deska) a letoviskem, kam zajižděl na letní pobyty Tomáš Garrigue Masaryk, byl v říjnu založen Okrašlovací spolek v Potštejně, o. s. Hned se také pustili do práce. Jejich první brigáda na obnově tzv. spáleného mostu přes trať na jižním svahu v části Farářství, k němuž vedla zarostlá pěšinka, proběhla v sobotu 30. října. „Udělalí jsme kus práci,



ce, kromě jiného jsme odstraňovali náletové dřeviny. Místo prokouklo, je to první fáze. Následovat bude umístění laviček a ještě vztyčení historicky cenného návěstidla, které ČSD už nepotřebovaly. Na jaře, doufám, se vyhlídka zaskví v celé své plánované kráse a do Potštejna přibude opět jedna turistická zajímavost. V prů-

běhu brigády nás na „Spáleném mostě“ pracovalo 22,“ řekla Době seniorů předsdkyně sdružení Lenka Nováčková (52).

Okrašlovací spolek navazuje na tradici „Spolku pro okrašlování a ochranu domoviny v Potštýně“, jehož předsedou byl univerzitní profesor dr. Jan Urban Jarník. Byl mj. autorem Průvodce zátiším potštýnským a okolím, vydaným roku 1911. (Od konce 19. století až do roku 1924 se používal název Potštýn nad Orlicí.) O činnosti tohoto spolku podávají svědectví i jeho výroční zprávy z let 1887-1915.

Na otázku, co bylo hlavním důvodem návratu k těmto historickým kořenům, Lenka Nováčková odpověděla: „Od zpřístupnění zámku veřejnosti se právě na tomto místě pravidelně schází mnoho místních občanů i návštěvníků. Přes léto do městečka jezdí také Pražáci a Brňáci a tráví zde chvíle odpočinku. Tak tomu bývalo v minulosti dávne i blízké. Protože všem těmto lidem záleží na vzhledu Potštejna i na jeho kulturní a společenské úrovni, založili jsme právě spolek, jehož cílem je přispívat k všestrannému zkrášlení obce Potštejna a jeho okolí a tím volně navázat na činnost Okrašlovacího spolku, založeného v roce 1882.“

Ve stanovách občanského sdružení se také uvádí: Posláním spolku je podporovat rozvoj místní kultury, cestovního ruchu, tradičních řemesel a výroby, chránit přírodu a krajinu, udržovat a rozšiřovat zeleň v obci i jejím okolí, spolupracovat



při utváření vzhledu s ohledem na historická, památková a vlastivědná hlediska. Hlavní náplní spolku je společná práce na podporu všech uvedených cílů a záměrů.

A paní Nováčková k tomu dodává: „Spolek má za sebou zakládající schůzi, dlouhodobé cíle jsou stanoveny a proběhla už i první společná akce. Po úmorném odpoledni a následném posezení u ohně jsme se rozcházelí s báječným pocitem z dobře odvedené práce. A nejdůležitější na tom všem je,“ pokračuje zakládající členka spolku Nováčková, „že jsou mezi námi také odrostlejší senioři i úplné mláďa. To mne na tom těší ze všeho nejvíce! Nápadů máme nepřehledné množství, pracovitých rukou je také hodně, tak jdeme do toho.“ Senioři tvoří zhruba třetinu členů spolku. Jak se DS dověděla, věk je vůbec neomezuje v jejich aktivitě, často jdou i příkladem. Velmi činnorodí jsou tak např. manželé Soukupovi (Věra 64, Vladimír 73 let), v důchodovém věku jsou také i manželé Šrámkovi a nestaršími členy spolku jsou Anna a Vladimír Plockovi, kteří už oba oslavili osmdesátku.

(jokr, red) ■

Foto: Josef KRÁM

DOBA
seniorů

OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN

Roční předplatné 132 Kč / Cena za kus jen 11 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 kupon vystřihněte nebo okopírujte a zašlete na adresu A.L.L. production s.r.o., Box 21, 112 21 Praha 1. Pokud budete posílat v obálce, připište pod adresu příjemce heslo „Předplatné Doby seniorů“. Obratem dostanete složenku, kterou předplatné uhradíte. Můžete využít i bankovního převodu – peníze v takovém případě odešlete na konto, které je uvedeno na složence a jako Váš variabilní symbol (VS) uveďte ten, který rovněž najdete na složence. Pokud objednáte předplatné úplně poprvé a neznáte číslo konta ani VS a chcete platit bezhotovostním převodem, zavolejte do zákaznického centra A.L.L. production s.r.o. (tel: 840 306 090), kde Vám potřebné údaje rádi sdělí. Dotázat se můžete i prostřednictvím e-mailu: dobaseniuru@predplatne.cz. Nezapomeňte, že předplatným můžete udělat radost i svým blízkým a přátelům.

TOTO MÍSTO je určeno pro dopisy našich čtenářů. Věcné diskuzi 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.

Rádi zveřejňujeme

Začátkem října, v rámci Týdne svazu postižených civilizačními chorobami, organizuje naše ZO v Poděbradech každoročně zajímavé akce pro své členy i veřejnost. Protože jsme organizace velice činorodá, hledá se nám stále obtížnější nová oblast zájmové činnosti.

Odebíráme již více let Dobu seniorů a kromě jiného nás velmi zaujala stránka „První pomoc“ od Lenky Šnapkové, Dis. Obrátili jsme se na zveřejněnou webovou stránku a požádali slečnu Šnapkovou o dvouhodinové školení. Dobrovolně se sešlo 50 žen, které se zájmem sledovaly perfektně podané téma první pomoci s ukázkou na figurínách. Odcházely jsme s dobrým pocitem poučení a pochopení této přednášky. Máme mezi sebou zdravotnice a i ty byly nadšeny srozumitelností obsahu, rozsahem znalostí a schopností komunikace slečny Šnapkové.

Všele doporučujeme i ostatním skupinám: „Umožněte lidem poučit se, jak podat První pomoc. Nikdy nevíte, kdy bude potřeba pomoci manželovi, vnoučatům či kamarádce.“

Děkujeme časopisu „Doba seniorů“ za správný tip! A Vám, slečno Šnapková, rovněž!

Ivana TOMKOVÁ ■
předsedkyně ZO CPCCH Poděbrady

DS k Mašinům

Článek je příkladem osobní statečnosti v době, kdy obyčejné kriminální činy jsou společností tolerovány a v tomto případě, kdy došlo nejen k vraždě zajatce, ale i k vraždám dalších osob, které ani v nejmenším nemohou být označovány jako politické.

Máme za to, že vládní názor má daleko k projevům civilizované společnosti, což se ostatně ukazuje i v případě plánovaného kroku k retroaktivitě, např. u vkladů spořitelén. Retroaktivita je v právních řádech civilizovaných zemích používána jen v případech potrestání válečných zločinců (jako tomu bylo, např. v době po 2. světové válce). Používání retroaktivity v jiných případech narušuje tzv. právní

jistotu občana a slouží k nástupu diktátorských režimů.

Závěrem chceme upozornit, pokud by se chtěl někdo zabývat pisateli tohoto příspěvku, že nikdo z nás nebyl v bývalém režimu členem KSČ ani nebyl nijak spojen s StB, což se však nedá říci o některých osobách, které nyní vystupují jako nesmlouvaví antikomunisté a z toho titulu zastávají významné pozice.

Ještě jednou díky za váš příspěvek, který svědčí o tom, že existují další lidé, kterým není lhostejno, co se v této zemi děje.

Nováčkoví a Menšíkoví, Praha ■

Nezapomněli na někoho?

Naši vládní představitelé se svými úspornými balíčky pamatovali snad na všechny kategorie bezúhonných občanů. Nezaznamenal jsem ale nikde zmínku, jak se budou podílet na úsporných opatřeních delikventi v nápravných zařízeních. Jestli se nemýlím, tak pobyt jednoho vězně za jediný den stojí stát, potažmo daňového poplatníka, nejméně 1000 Kč. Průměrný důchodce musí vyžít z průměrného důchodu kolem 11 tis. Kč celý měsíc se vším všudy. I když vezmeme v úvahu nemalé náklady na ostrahu, je z této jednoduché kalkulace zřejmé, že rezervy pro šetření tady jsou. To nepočítám z čeho žijí sociálně slabí, bezdomovci a zaměstnanci, jejichž příjmy jsou mezi životním minimem a průměrným důchodem. Rád bych se nechal přesvědčt o tom, že průměrný vězeň v Čechách se má hůře než průměrný český důchodce, který musí platit i za pobyt v nemocnici.

Z. KVIDERA, Plzeň ■

Pokrytci

ODS v Praze prohrála volby. Ztratila více než polovinu svých příznivců. Z toho, jak vystupují její představitelé to však vypadá, že nezklamali oni, ale že za vše mohou lidé, kteří neoceníli jejich obrovské úspěchy a zásluhy. Primátor Bém tak vyhlásil, že jemu přece nikdo nic nemůže vyčítat. Jako by nebyly vyhozené peníze za přípravu olympiády, opencard či různé předražené stavby, zadávání za-



kázek kamarádům. Jako by nebyla korupce a skandály, připomínající praktiky mafie. Právě to byla příčina propadu ODS v Praze. Že to nechtějí vidět její šéfové, tomu se nelze příliš divit. Nikdo rád nepřiznává špatnosti. Co mne rozčiluje nyní, je něco jiného. A sice, že náhle jakoby oslepli i ti, kdo na zlořády ODS a mafiánské praktiky poukazovali ve svých volebních kampaních. Byly to jen řeči pokrytců, protože nyní po volbách, když jde o dělení prebend, neváhají jednat i s těmi, které označovali za mafiány. Tím se ovšem jen dostávají na jejich úroveň. Vážím si pana Dienstbiera mladšího, že tohle odmítá.

Libuše KOLÍNSKÁ, Praha 9 ■

Pozn. red.: Bohužel, neděje se tak jen v Praze, ale i na jiných místech, že předvolební sliby - a to všeho druhu - jsou velmi rychle zapomenuty. A není to také nic nového. Např. Věci veřejné do velké politiky vstoupily s tím, že je třeba ji zprůhlednit a zbavit se tzv. dinosaurů, jejichž doménou je právě neprůhledná politikaření a čachry v pozadí. Jak to dopadlo v politické praxi činitelů VV, už jsme mohli vidět. Voliči je ovšem už také v komunálních a senátních volbách za to patřičně odměnili...

Ať platí odpovědní

Vláda i parlament chtějí ušetřit velké peníze. Přitom současnou ekonomickou situaci způsobili hlavně ti, co vládli. Kolik bylo ne kvalifikovaných rozhodnutí,

úplatků v armádě, při stavbě dálnic, na obecních úřadech, u soudů a většinou se nic nezjistilo, ruka ruku myje a nikdo tedy za nic nemůže. Kdy vrátí pan Klaus miliardy, které si vypůjčil z důchodového fondu na lepení děr v rozpočtu své špatně hospodařící vlády? Kdy bude zabaven majetek zlodějů, tunelářů a korupčníků? Pokud by se tak stalo a za chyby a zlodějný platili ti, kdo je způsobili, měly by-

chom nejenom potřebné finanční prostředky, ale i skutečně právní stát. Zatím to nemáme a tak díry v rozpočtu musí lepit důchodci a lidé s nízkými příjmy.

Jaroslav DOHNAL, Hluk ■

Šotek řádl

Ano a stalo se tak v listopadovém vydání Doby seniorů. Při krácení příspěvku našeho dopisovatele jedno slovo vložil

a z pana Góreckého, který zvítězil v plaveckém závodě na 25 metrů učinil navíc i předsedu karvinského Klubu seniorů. Třeba jím jednou skutečně bude, ale zatím není a volby v městském klubu seniorů se uskuteční až v lednu 2011. Za chybu se všem, kterých se dotkla, omlouváme.

František VONDERKA ■

šéfredaktor DS

Zasmějte se s DS

„Přemýšlel jsi někdy o tom, co bys dělal, kdybys měl plat jako předseda vlády?“

„To ne, ale přemýšlel jsem, co by asi dělal premiér, kdyby měl plat jako já.“

Teorii původu nově podávající moravští vědátři: Člověk pochází ze švestky!!!
Zdůvodnění: Ze švestky je slivovice, ze slivovice opice a z opice člověk!

Říká zdravotní sestra pacientovi po operaci: „I vy jeden rošťáku! Kdybyste se slyšel! Celou dobu co jsme vás operovali, jste vykřikoval samá neslušná slova!“ – „A nebylo to tím, že jste mi zapomněli dát narkózu?“

Poslanec dostal pod stromeček dvě lahve dobrého koňaku. Manželka prohodí: „Tak vidíš, už i Ježíšek ví, že ses v tom parlamentu naučil chlastat.“

Přijde skotský Ježíšek na Vánoce k dětem a ptá se: „Děti, co si ode mě koupíte?“

Vyloví poslanec zlatou rybku, ta se ho ptá, jaké má přání.

„Abych už v životě nemusel nic dělat!“
LUP - a sedí v senátu!

„Dal jsem manželce pod stromek psa.“

„A proč psa?“

„Už se těším, jak mě s ním bude posílat večer ven!“

Franto, co dostaneš k vánocům? Člověče, asi chlapa. Viděl jsem ho u manželky ve skříni.

Učitel zadává úkol na hodinu: „Takže, studenti, dnes si napíšeme práci, ve které máte zhodnotit ekonomickou a hospodářskou situaci v České republice na konci roku 2011. No a ty poněkud slabší ve znalostech mateřštiny upozorňuji, že v prdeli se píše s měkkým i.“

„Dneska si už i bohatí utahují opasky,” nadhodil pan Vávra.

„Máš pravdu,” povzdechl si přítel, „ale opasky na kufrech, když letí na Kanáry!“



Dostali jsme elektronickou poštou. Název fotky: malý umělec.

Nemocný jde na operaci, ale až po dovolené. Protože mu to nevyhovuje, ptá se lékaře: „Pane doktore, nedalo by se dříve?“ „No, kdybyste dal, tak dalo!“

Na taneční zábavě přijde chlapík za kapelníkem a říká, aby mu zahráli státní hymnu.

„Teď na Silvestra?“

„Víte, já už bych chtěl jít domů, ale jedna ženská mně sedí na klobouku!“

Chlapík si po obědě v restauraci prdne. Strašně se stydí, a tak aby zakryl, co se stalo, trochu zavrže židli. Nahne se k němu chlapík odvedle a říká: „Úplně jiný zvuk, co?“

„Másla je dneska dražší,” upozorňuje dědu prodávačka v potravinách. „Nevadí,” praví kmet, „dejte mi včerejší.“

Do rubriky vedle redakce tentokrát přispěli Jana Plachá z Rožnova pod Radhoštěm a Jiří Vaško z Horní Břízy. 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 došlých odpovědí poštou.

BLAHOPŘÁNÍ

Kulaté životní jubileum v podobě svých 80. narozenin oslaví 28. prosince paní Marta Vonderková z Příbora. Vše nejlepší, hodně zdraví a mnoho dalších let jí touto cestou i jménem všech jejích sourozenců a četných přátel a známých přejí děti, vnuci, vnučky a pravnučka. Zn.: Babi, už se těšíme, jak to s Tebou oslavíme!



KOUPĚ

Koupím pozemek, rybník nebo RD, byt, starším lidem možno zaplatit privatizaci, nájem a zřízení věcného břemene na dožití nebo i obstarání menšího bytu. Vzájemná pomoc, jen solidní jednání. Telefon: 724 260 137



Swiss
quality

Koňská síla bylin



Funguje a nemastí

Unikátní masážní přípravek vyrobený z 25 druhů bylinných a rostlinných extraktů podle tradiční, generacemi prověřené receptury. Vyvážený obsah těchto substancí zaručuje široký a silný účinek po aplikaci na pokožku.

Některé z těchto bylinných extraktů obsahují látky, o kterých je známo, že ulevují při bolestech kloubů, svalů, páteře. Láh obsažený v přípravku se po aplikaci odpařuje, díky tomu se aktivní látky rychleji dostanou k pokožce a uspíší nástup účinku.

Novinka

Skutečná úleva
s rychlým nástupem
účinku a bez pocitu
mastnoty



K dostání ve vybraných lékárnách a prodejnách zdravé výživy
www.herbamedicus.cz