

DOBA seniorů

č. 9 / XIII. ROČNÍK ZÁŘÍ 2017 18 Kč

Cena v předplatném 16 Kč

MARTIN KLÁSEK: SENIORŮ V NAŠEM DIVADLE VZPOMÍNÁJÍ NA DĚTSTVÍ

08

DS REPORTÁŽ

Senioři se
na pár dnů
vrátili
do dětství

20

SERIÁL DS

Sklo, které
dobylo svět:
Vítejte ve
sklárně Moser

27

FINANCE

Když vám
dluhy pomalu
přerůstají
přes hlavu...

04

DS AKTUÁLNĚ

PŘEDSTAVUJEME DVA ZE ČTYŘ
MÍSTOPŘEDSEDŮ RADY SENIORŮ



VÁŽENÍ A MILÍ ČTENÁŘI,

minulé číslo jsme věnovali mimo jiné Mezinárodním sportovním hrám seniorů v Plzni. O tom, jak byly úspěšné, svědčí nadšení účastníků. Do redakce nám o této akci stále chodí příspěvky. Moc za ně děkujeme, plzeňské organizátory a celou Radu seniorů to jistě těší. A omlouváme se, ale rozhodli jsme se je už nezveřejnit i proto, že je, lidově řečeno, čas jít dál. Příspěvky visí na webových stránkách Rady seniorů, v časopise jsme však věnovali prostor věcem jiným, a že se toho událo požehnaně. Inu, náš časopis je i díky vašim příspěvkům jasným důkazem toho, že je u nás spousta aktivních a čilých seniorů.

Na chvilku odbočím, všechny příspěvky, které nám posíláte, jsou automaticky zařazeny na webové stránky Rady seniorů ČR, www.rscr.cz. Pokud svůj příspěvek nevidíte na hlavní stránce, najdete si v levém sloupečku krajskou Radu podle vašeho bydliště a rozkliknete. Tam je vždy deset posledních příspěvků. Sem dáváme většinu příspěvků v plném znění a se všemi snímky. V časopise jsou pak verze upravené s jednou, maximálně dvěma vybranými fotkami. Tolik jen pro všechny, co se nás ptají, jak nakládáme se zaslanými příspěvky. Několik dopisů přišlo tentokrát s otázkou, kdy máme redakční uzávěrku. Odpověď najdete v tomto čísle na straně 30 v rubrice Tribuna čtenářů, kde na dopisy s tímto dotazem odpovídám.

V minulém čísle jsme vám zprostředkovali Mezinárodní sportovní hry seniorů, teď vás pozveme do dětství. Olomoucká krajská Rada seniorů totiž zorganizovala pro své členy retro tábor v přírodě – jakousi vzpomínku na školu v přírodě a pionýrský tábor. Jak to vypadalo, kde senioři byli, co všechno dělali a hlavně, jak se jim tam líbilo, to vše najdete v naší reportáži na straně 8. Dlužno dodat, že k našemu překvapení jsme později zjistili, že Olomoučtí nejsou jediní, kdo tábor pro seniory pořádá, ba dokonce nejsou ani první, jak zjistíte u zpráv z regionů.

I v tomto čísle najdete seznam prodejních míst Doby seniorů. Pripomínáme, že vzhledem k jeho délce ho musíme otiskovat postupně, takže je možné, že to bude chvíli trvat, než na něm najdete místo ze svého okolí. Kompletní seznam prodejních míst najdete na webových stránkách Rady seniorů, www.rscr.cz. Zde najdete také odkaz, kde si můžete předplatné Doby seniorů objednat. Další možností je využít objednávkový kupon, který pravidelně otiskujeme v časopise. Není ale v silách redakce jednotlivým zájemcům předplatné vyřizovat nebo časopisy zasílat. Omlouvám se všem a prosím, abyste využili jednu z výše uvedených variant.

Tolik úvodem.

U zářijového čísla přejeme příjemnou zábavu.

Lenka Desatová

OBSAH

03 DS

- 03 DS aktuálně – Pozvánka předsedy RS ČR k volbám
- 04 DS aktuálně – Představujeme místopředsedy Rady seniorů
- 06 DS rozhovor na aktuální téma – JUDr. Jan Šťovíček, prezident Autoklubu ČR
- 08 DS reportáž – Táborová škola seniorů
- 15 DS soutěž
- 30 DS Předplatné
- 31 DS seznam prodejních míst

12 ZE ŽIVOTA KRAJŮ

- 12 Mikulovští na výletech
- 12 II. retro tábor pro seniory
- 12 Kouzelná trička
- 13 Řečka na evropském šampionátu bronzový!
- 13 Senioři na Prašivé
- 13 Výsadek Jihlavských v Náměšti
- 14 Seniorští sportovci u náměstka hejtmana kraje
- 14 Seminář Sdružení obrany spotřebitelů
- 14 4. mezinárodní sportovní hry Svazu důchodců 2017
- 15 Otevřené sportovní hry Moravské Ostravy a Přívozu
- 15 Mezinárodní konference o geoetice

16 ROZHOVOR MĚSÍCE

Martin Klásek

20 SERIÁL

21. díl – Kouzlo křišťálu Moser

22 BEZ ČEKÁRNÝ

- 22 Právní poradenství
- 23 Bytové poradenství
- 24 Veterinární poradna
- 25 Kosmetika
- 26 Poradna zdraví
- 27 Finance

28 SOUTĚŽE

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

30 TRIBUNA ČTENÁŘŮ

Dopisy

SEJDEME SE U VOLEB

Blíží se opět volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR. Rada seniorů považuje volby za velmi důležitou událost. Od složení vlády se často odvíjejí i činy směřující k seniorské populaci. Politici vládních stran rozhodují o sociálním postavení a kvalitě života seniorů. Oni mají odpovědnost za nastavení penzijního a sociálního systému, za každoroční valorizace penzí, za finanční dostupnost nájemního bydlení, za kvalitní zdravotní péči i za seniorské benefity. I proto se předseda Rady seniorů dr. Zdeněk Pernes rozhodl oslovit seniorské voliče následujícím dopisem.

Vážené seniorky i senioři,

20. a 21. října se sejdem u volebních urn. Do Poslanecké sněmovny kandiduje 31 politických subjektů. Pro seniorskou populaci jsou volby velmi důležité. Říjnové volby rozhodnou o nezbytné penzijní reformě, ve které 3. sjezd Rady seniorů ČR požaduje uplatnit 11 vstřícných seniorských nástrojů. Mimo jiné zavedení 13. výplaty starobního a invalidního důchodu a zavedení „jednorázového příspěvku důchodci“ staršímu 70 let podle výše důchodu.

Dalšími volebními tématy Rady jsou zákon o sociálně dostupném bydlení a státní výstavba 10 000 seniorských bytů do roku 2022. Dále doprava osob nad 70 let na železnici a v dopravních integrovaných systémech zdarma. Požadujeme také nejméně padesátiprocentní seniorské slevy v kultuře a vzdělávání. A v neposlední řadě právní nárok na seniorské zastupování a schválení zákona o seniorech, který je v sousedním Rakousku. Když to jde v Rakousku, určitě to půjde také v Česku, jenom chtít, páni politici!

Po pozitivních zkušenostech již posedmé svoláváme do krajů předvolební kulaté stoly o seniorských tématech. Senioři budou mít příležitost oslovit politiky, zhodnotit jejich práci ve vládě a sněmovně a také zjistit, s čím do voleb jdou. Předvolební krajské kulaté stoly Rady seniorů ČR se budou konat pod heslem „Co politické strany udělaly a udělají pro to, aby se seniorům žilo lépe“. Zveme všechny politické strany, které mají nyní zastoupení v Poslanecké sněmovně, a současně také ty, které mají podle aktuálních sociologických výzkumů na vstup do sněmovny na-



ději. Nynější poslanci, kteří znovu kandidují, budou vyzváni, aby ze své čtyřleté působnosti ve vztahu k seniorům složili účty.

ORGANIZÁTOŘY KULATÝCH STOLŮ JSOU KRAJSKÉ RADY SENIORŮ A MODERÁTOREM PŘEDSEDA RADY SENIORŮ ČR. PROGRAM JE JEDNOTNÝ:

1. Zahájení – předseda, předsedkyně krajské Rady seniorů
2. Úvodní zhodnocení předsedy Rady seniorů ČR, co která současná parlamentní politická strana v uplynulých čtyřech letech pro seniory vykonala
3. Třiminutová úvodní vystoupení pozvaných kandidátů na poslance
4. Dotazy seniorů pozvaným kandidátům
5. Dvouminutové odpovědi oslovených kandidátů
6. Závěr – předseda, předsedkyně krajské Rady seniorů

Předvolební krajské kulaté stoly Rady seniorů ČR se uskuteční v září ve třech krajích, všechny vás srdečně zveme:

Kraj Vysočina – 5. září, 9 hod. – Klub seniorů, Okružní 13, Jihlava

Plzeňský kraj – 21. září, 10 hod. – velká zasedací síň krajského úřadu, Škroupova 18, Plzeň

Zlínský kraj – 26. září, 14 hod. – obřadní síň Magistrátu statutárního města Zlína, náměstí Míru 12, Zlín

Vážené seniorky, vážení senioři,

vyzývám každého z 2 415 000 příjemců starobních penzí v České republice k osobní a odpovědné účasti na říjnových volbách. Sledujte důsledně politické strany a politická hnutí, jak ve svých volebních programech pracují se seniorskými tématy a požadavky Rady seniorů ČR vůbec. A pokud se rozhodnete kroužkovat, podpořte kandidáty 60+. Nezapomeňte prosím, že při říjnových volbách rozhodujete o své budoucnosti. Předajte naše poselství všem seniorským přátelům a známým.

Jako dárek k Mezinárodnímu dni seniorů 2017 prosadila Rada seniorů ČR spravedlivější, dokonalejší a progresivnější valorizaci penzí a také bezplatné očkování proti pneumokokovým infekcím účinnější vakcínou osobám 60+. Všichni to zhodnotíme v lednu ve svých peněženkách. Přejí všem pevné zdraví, úctu a důstojný život.

Zdeněk Pernes

PŘEDSTAVUJEME VEDENÍ RADY SENIORŮ

V minulém čísle jsme vás seznámili se statutárním místopředsedou Rady seniorů Ing. Milanem Tarabou a s místopředsedou JUDr. Václavem Roubalem. Dnes představíme další dva. I jich jsme se zeptali na to, co v roli místopředsedů hodlají dělat v nadcházejících čtyřech letech.

MÍSTOPŘESED ALOIS MALÝ



1. JAK DLOUHO PŮSOBÍTE V RADĚ SENIORŮ?

Působím v ní od roku 2008.

2. JAK DLOUHO PRACUJETE VE PROSPĚCH SENIORSKÉ POPULACE?

Celou tuto dobu bezplatně pracuji pro seniorskou populaci jak v krajích, tak v obcích.

3. CO SE VÁM ZA TU DOBU PODAŘILO, ČEHO SI NEJVÍC CENÍTE?

Nejvíce si cením toho, že se mi v Ústeckém kraji podařilo založit krajskou Radu seniorů. To byl první krok, druhým krokem, na který jsem hrdý, a za který svým spolupracovníkům děkuji, je, že jsme dokázali na Ústecku seniorské hnutí opravdu sjednotit. U nás je úplně lhostejné, kdo je z které organizace, všichni jsme tým a to nám dává velkou sílu a pozici. Možná to čtenářům bude připadat jako samozřejmé. Mé zkušenosti však jasně dokazují, že ne všude to tak je. Někde panuje mezi jednotlivými organizacemi nebo

mezi organizací a centrálou rivalita. Zbytečná. Ale komplikuje to situaci všem. Proto si tak cením toho, že my jsme jednotní.

Dále mě těší fakt, že se nám podařilo navázat velmi dobrou spolupráci s vedením kraje. Vedení kraje nám naslouchá, seniorská problematika jej zajímá a neváhá nás podporovat i finančně, takže my jako krajská rada pak díky tomu můžeme poskytovat seniorským organizacím finanční příspěvky na jejich volnočasové aktivity. Ani toto není ve všech krajích běžné a my si této spolupráce velmi vážíme.

4. JAKOU PROBLEMATIKU BUDETE MÍT V NADCHÁZEJÍCÍCH ČTYŘECH LETECH NA STAROSTI?

V nadcházejícím období mi zůstává, stejně jako v předchozím období, problematika krajů a regionů. To znamená, že do mé gesce patří sjednocování problémů v jednotlivých krajích, poněvadž v každém kraji je situace jiná, a to platí o většině oblastí, které se seniorů dotýkají. Počínaje zabezpečením sociálními

službami přes dostupné bydlení až po dopravu zdarma. Někde je situace vynikající, skoro ideální, jinde je to, nebojím se použít to slovo, katastrofální. Jsem si vědom toho, že náprava stavu bude i nadále vyžadovat jednání jak s novými ministry, tak s hejtmany i starosty. A je jasné, že nebudou vesměs jednoduchá.

5. CO V RÁMCI RADY SENIORŮ CHCETE ŘEŠIT? A JAK VIDÍTE SVÉ ŠANCE NA ÚSPĚCH?

Hodlám stále všem trpělivě vysvětlovat, že senior není osoba, která sedí za pecí a nic nedělá. Pokud se mi podaří tento náhled populace zlepšit, budu velmi rád.

6. CO JE PRO VÁS NEPŘÍPUSTNÉ, Z ČEHO NEHODLÁTE USTUPOVAT?

Není absolutně možné, aby v dnešní době stále existovali reprezentanti státu, kteří si myslí, že senioři jsou společnosti na obtíž a není nutné jim cokoli poskytovat. Toto se musí bezpodmínečně změnit! Senioři si zaslouží úctu, a to nejen z důvodu věku, a jak se dříve říkávalo, šedin, ale také proto, že v drtivé většině pro tuto společnost odpracovali dlouhé desítky let! A z tohoto svého cíle neustoupím!

7. CO BYSTE CHTĚL ČTENÁŘŮM DS VZKÁZAT?

Chci jim vzkázat, aby ukázali tento časopis svému okolí, a byl bych rád, kdyby si ho v hojném množství předplatili. Je to totiž jediný časopis, který pravdivě vypovídá o seniorech a o všem, co pro ně Rada seniorů ČR dělá.

EXTRA INFO

Jméno: Alois Malý

Věk: 72 let

Rodina: Ženatý.

Co nejraději dělám ve volném čase: Jsem na chatě v přírodě.

Oblíbené jídlo: Španělský ptáček.

Oblíbené pití: Pivo, červené víno.

Životní motto: Pomáhat všem, kteří to potřebují.

FRANTIŠEK PRÁŠEK



1. JAK DLOUHO PŮSOBÍTE V RADĚ SENIORŮ?

Od května letošního roku, kdy jsem byl na 3. sjezdu RSČR zvolen jejím místopředsedou. Občas jsem se v minulosti účastnil zasedání předsednictva nebo kolegia, když jsem zaskakoval jako zástupce Svazu důchodců ČR za Ing. Oldřicha Pospíšila. Takže s činností Rady i vedením jsem poměrně podrobně obeznámen.

EXTRA INFO

Jméno: František Prášek

Věk: 81 let

Rodina: Pocházím z 5 dětí, mám dvě dcery a čtyři vnoučata.

Co nejraději dělám ve volném čase: Celý život jsem aktivně sportoval, v mládí závodně.

Působil jsem jako trenér mládeže ve volejbalu. Víc než 40 let jsem organizoval a vedl dětské tábory – odborářské, tělovýchovné a skautské. Rovněž jsem přednášel jako lektor. Mojí zálibou je turistika, příroda a velkou láskou je Šumava.

Oblíbené jídlo: Veškeré polévky, švestkové knedlíky, houbová omáčka.

Pít: Bílá káva (caro) a citronáda.

Životní motto: Jako klukovi se mi dostala do rukou Kniha lesní moudrosti od E. T. Seaton a motto v této knize se stalo mým životním krédem. Tady je: Protože jsem poznal trýzeň žízně, snažil jsem se vyhloubit studnu, aby i jiní z ní mohli pít.

2. JAK DLOUHO PRACUJETE VE PROSPĚCH SENIORSKÉ POPULACE?

V seniorské organizaci (Svaz důchodců ČR – SDČR) působím už 19 let. Vedu turistický oddíl seniorů v Praze.

3. Jsem předsedou základní organizace SD tamtéž. Deset let jsem byl členem Městského výboru hl. města Prahy, z toho 6 let jejím místopředsedou. Nyní jsem už 6 let místopředsedou SDČR.

3. CO SE VÁM ZA TU DOBU PODAŘILO, ČEHO SI NEJVÍC CENÍTE?

Podařilo se mi zaktivizovat ty dříve narozené k pohybu – turistika, re-

pro volnočasové aktivity a celoživotní vzdělávání seniorů. A v neposlední řadě získávat sponzory pro financování projektů a činností RS ČR.

5. CO V RÁMCÍ RADY SENIORŮ CHCETE ŘEŠIT? A JAK VIDÍTE SVÉ ŠANCE NA ÚSPĚCH?

Chodím na Radu vlády pro otázky seniorů a stárnutí populace, kterou řídí na Ministerstvu práce a sociálních věcí paní ministryně Marksová. Jsem členem obdobné komise na Magistrátu hlavního města Prahy. A všude se snažím propagovat zejména pohybové aktivity pro seniory.



kondiční plavání, sportovní hry seniorů. A z toho mám opravdu radost. Čím víc se budou ti dříve narození hýbat, tím méně budou navštěvovat lékaře, budou se cítit zdravější, pohyblivější a spokojenější.

4. JAKOU PROBLEMATIKU BUDETE MÍT V NADCHÁZEJÍCÍCH ČTYŘECH LETECH NA STAROSTI?

V nadcházejícím čtyřletém funkčním období budu mít na starosti volnočasové aktivity a celoživotní vzdělávání seniorů. Budu se účastnit i jednání s ústavními činiteli, hejtmany krajů a primátory statutárních měst i s politickými stranami. Hodlám organizovat a řídit činnost komise

6. CO JE PRO VÁS NEPŘÍPUSTNÉ, Z ČEHO NEHODLÁTE USTUPOVAT?

Rád pracuji s lidmi, kteří jsou naladěni na stejnou notu. Nesnáším faleš a přetvářku a za nejhorší lidskou vlastnost považuji závist. Z té se totiž odvíjejí další negativní lidské vlastnosti.

7. CO BYSTE CHTĚL ČTENÁŘŮM DS VZKÁZAT?

Čtenářům DS přeji pevné zdraví, dobrou náladu a dobré boty při zdolávání krás naší krásné vlasti. A nezapomeňte jít na podzim k volbám.

Lenka Desatová

Foto: archiv

JUDr. JAN ŠŤOVÍČEK

NOVÝ PREZIDENT AUTOKLUBU O SVÝCH PLÁNECH I SPOLUPRÁCI S RADOU SENIORŮ

V průběhu léta se předseda Rady seniorů dr. Zdeněk Pernes setkal se zástupci Autoklubu ČR, s nímž má Rada seniorů podepsanou dohodu o spolupráci. Výkonný ředitel Mgr. Adam Eliáš a manažer Ing. Libor Budina informovali Zdeňka Pernese především o změnách, které v Autoklubu ČR nastaly po valné hromadě ve vedení společnosti. Do čela této organizace byl zvolen renomovaný sportovní právník JUDr. Jan Šťovíček. Sportovní fanoušci jej budou znát jako právníka, který pomáhal známému českému cyklistovi Romanu Kreuzigerovi. Zeptali jsme se ho, co jej do autoklubu přivedlo. Jak vidí budoucí spolupráci s Radou seniorů a co Autoklub pod jeho vedením pro seniorskou populaci chystá?

PANE PREZIDENTE, V POVĚDOMÍ ŠIRŠÍ VEŘEJNOSTI, ZEJMÉNA TÉ ČÁSTI, KTERÁ SE ZAJÍMÁ O SPORTOVNÍ DĚNÍ, JSTE SPJAT S OBHAJOUBOU ČESKÝCH SPORTOVců, NAPŘÍKLAD CYKLISTOU ROMANEM KREUZIGEREM. MÉNĚ SE VÍ, ŽE V AUTOKLUBU ČR PŮSOBÍTE UŽ DELŠÍ DOBU. MŮŽETE NAŠIM ČTENÁŘŮM ŘÍCT, JAK DLOUHO, ČÍM SE ZABÝVÁTE, A CO VÁS PŘIMĚLO KANDIDOVAT DO ČELA TÉTO ORGANIZACE?

V Autoklubu a v mezinárodních motoristických federacích působím už skoro 20 let. Motorismus mě vždy fascinoval, proto jsem sám jezdil závody na motocyklu i v autě, a v mezinárodních federacích se věnoval svému řemeslu právníka jako soudce disciplinárních orgánů. Třeba i ohledně formule 1. Od roku 2012 jsem byl prvním viceprezidentem Autoklubu a vloni jsem se rozhodl kandidovat na jeho prezidenta. Díky podpoře našich klubů se mi povedlo uspět. Mým cílem je Autoklub reformovat na moderní organizaci s celospolečenským dosahem, a to nejen v oblasti motosportu, ale i v oblasti obecného motorismu. Vždyť auto nebo motocykl jsou dnes u nás v každé rodině.

KDE VIDÍTE SVÉ PRIORITY, ČÍM SE BUDETE ZABÝVAT?

Určitě bych se chtěl víc než můj předchůdce zabývat bezpečností silničního provozu. To je jeden z pilířů naší činnosti a naši členové právem požadují vyšší aktivitu v této oblasti. Angažovali jsme manažera pro tuto problematiku, pana Libora Budinu, o kterém jistě uslyšíte, protože připravuje řadu zajímavých projektů zaštiťovaných Autoklubem.

KDE VIDÍTE MOŽNÉ PRŮSEČÍKY SE SENIORSKOU POPULACÍ?

Tyto průsečíky vidím ve vzdělávání seniorů – účastníků silničního provozu, v oblasti zdravotně postižených seniorů – motoristů a v legislativněprávní oblasti. A to zejména spoluprací na společných projektech a vzájemným informováním při legislativněprávních návrzích tvorby a změn právních předpisů.

**ČÍM BY AUTOKLUB ČR MOHL BÝT PROSPĚŠNÝ RADĚ SENIORŮ, PO-
TAŽMO ČESKÝM SENIORŮM, A ČÍM BY NAOPAK RADA SENIORŮ PODLE
VÁS MOHLA BÝT PROSPĚŠNÁ AU-
TOKLUBU?**

Myslím si, že oboustranně prospěšných forem spolupráce je opravdu

mnoho. Budeme potěšeni, když Rada seniorů bude ve svých materiálech publikovat aktivity Autoklubu se seniorskou tematikou. Podporovat je při žádostech o dotace či granty při společných programech. Dále bychom rádi využili odborné konzultace, protože jsem přesvědčen, že lidé v postproduktivním věku mají mnoho zkušeností a vědomostí, které mohou využívat po dlouhou dobu, dokonce je i rozvíjet.

Autoklub ČR chce být prospěšný Radě seniorů v podobném měřítku, a to ve všech svých oblastech působnosti. To znamená v oblasti bezpečnosti silničního provozu, motoristického sportu a zájmové činnosti.

PRVNÍ KONKRÉTNÍ PROJEKT, NAD NÍMŽ BY SE MĚLY OBĚ ORGANIZACE SETKAT, NASTÍNL VÁŠ VÝKONNÝ ŘEDITEL MGR. ELIÁŠ NA SETKÁNÍ S PŘEDSEDOU RADY SENIORŮ ZDEŇKEM PERNESSEM. MOHL BYSTE HO TROCHU PŘEDSTAVIT?

Jedná se o vzdělávací program, který je určen široké aktivní motoristické veřejnosti seniorského věku. Tento projekt hodláme uspořádat napříč celou republikou, a to v centrech bezpečné jízdy, která jsou sdružena v Asociaci center pro zdokonalovací



výcvik řidičů AČR organizované Autoklubem ČR. Základním předpokladem pro realizaci je získání finančních prostředků z Fondu zábrany škod na základě podané žádosti.

Hlavním cílem vzdělávacího programu je navázat na celoživotní zkušenosti řidičů seniorů a v praxi si ověřit další řidičské návyky. Jedná

se například o správné zásady krizového brzdění na různém povrchu vozovky a manévrování s vozidlem. V neposlední řadě pak i rozšíření informovanosti řidičů v oblasti legislativy, zdravotvědy a o funkcích a možnostech nových technologií ve vozidlech a jejich významu pro bezpečnost silničního provozu.

Máme v úmyslu uspořádat pro seniory zdarma přes 30 kurzů asi pro 4000 řidičů.

CO VÁS VEDLO K MYŠLENCE JE USPOŘÁDAT?

Těch důvodů je hned několik. Všichni víme, že změny v populaci jsou takové, že skupiny občanů seniorského věku se rozšiřují. Aktivně se účastní dění kolem sebe, jsou mnohdy nepostradatelnými členy pracovních týmů či vedoucími jednotlivci, ale i na zaslouženém odpočinku se věnují různým činnostem, mezi něž patří i aktivní užívání motorových vozidel. Jsem přesvědčen o tom, že podobné typy vzdělávání jsou obohacující pro všechny věkové skupiny. Nicméně jsme v této oblasti nezaznamenali větší aktivitu, která by mířila do rozšiřujících se řad seniorů, kteří navíc celý život přispívají do veřejného rozpočtu.

Samozřejmě bychom rádi navázali na uzavřené memorandum o spolupráci mezi Autoklubem ČR a Radou seniorů z listopadu 2015 a kooperovali na společném projektu.

O PODOBNÉM PROJEKTU MLUVILI I VAŠI PŘEDCHŮDCI, BOHUŽEL SE HO NEPODAŘILO REALIZOVAT. VĚŘÍTE, ŽE TENTOKRÁT VŠE DOTÁHNETE DO ZDÁRNÉHO KONCE?

Věřím, že ano. Minulý projekt byl mířen spíše na krajskou úroveň pro menší počet osob a zaměřen čistě na teoretickou část.

Nebyl to v zásadě špatný projekt, ale snažili jsme se od něj z větší části oprostit, konzultovat s dalšími odborníky a dotčenými osobami. Myslím, že se povedlo připravit dobrý koncept zaměřený na praktickou část s celorepublikovým dosahem s rozmanitým obsahem. Tyto aspekty by mohly být klíčem k úspěchu a věřím, že projekt zaujme i vaše čtenáře.

CO BYSTE NAŠIM ČTENÁŘŮM VZKÁZAL?

Přeji vám co nejbezpečnější silnice s co nejméně lhostejnými řidiči. Autoklub ČR chce dělat vše pro to, aby byl pro vás přínosem a podporoval vás na vašich cestách.

Lenka Desatová

TÁBOROVÁ ŠKOLA SENIORŮ

Letní měsíce bývají spojeny s tábory a podzimní či jarní měsíce míváme zase spojené se školami v přírodě. Nicméně obojí se týká dětí. Jenže krajská Rada seniorů Olomouckého kraje se rozhodla tábor a školu v přírodě tak trochu spojit a uspořádat Táborovou školu v přírodě.

Prostě něco mezi školou v přírodě a táborem. Navíc na něj nevezla školáky, ale „své“ seniory. Ti jeli nejen za odpočinkem, ale dost možná putovali i proti proudu času do dob svého mládí a dětství, vypravili se i za svými vzpomínkami.

Jak to na takové seniorské táborové škole v přírodě vypadalo? „Pro seniory jsme připravili pětidenní pobyt v rekreačním středisku Sigmy Lutín v Domašově nad Bystřicí. Nachází se na rozhraní Nízkého Jeseníku a Oderkých vrchů, je zasazeno do příjemného lesního prostředí a nabízí úžasné zázemí – hřiště, bazén se solárním ohřevem i posezení u táboráku. Říkali jsme mu retrotábor pro seniory. Rozeslali jsme instrukce ohledně dopravy, počítali jsme s tím, že ne všichni budou chtít jet společným autobusem, kdo měl zájem, mohl přijet i sám. Připsali jsme, co je v ceně, doporučení, co vzít s sebou i co se dá na místě koupit. Zájem o akci předčil naše očekávání. Byli jsme zaskočení, kapacita 106 účastníků byla naplněna velmi rychle,“ vypráví šéfka krajské Rady seniorů Olomouckého kraje Milena Hesová s tím, že v pokynech zdůrazňovali zejména vzít si s sebou repelent (přípravek) proti klíšťatům a komárům, protože areál se nachází v přírodě obklopené lesy. Připomínali i kartičku pojištění a nezbytné léky. „Jídelníček jsme neposílali, aby měli účastníci také

nějaké překvapení, jen jsme uvedli, že jídlo se bude podávat pětkrát denně a pokud je někdo diabetik, stačí, když to nahlásí u příjezdu. A doplnili jsme, že v jídelně bude pití k dispozici 24 hodin denně, mysleli jsme i na možnost uvařit si kafe nebo čaj.

Senioři byli, stejně jako děti na táboře, rozdělení do oddílů. Program byl připraven na každý den. Obsahoval besedy, celodenní výlety, táborovou olympiádu, karaoke spojené s pěveckou soutěží o ceny, karneval se soutěží o nejvtipnější masku. Nechyběly další soutěže a kvízy, turnaje, cvičení a meditace v přírodě, celotáborová hra s hledáním pokladu či kreativní tvoření... A nechyběla ani takzvaná canisterapie, o kterou se postaral pes jedné z účastnic – český teriér Borek. „Každý účastník si mohl svou aktivitu v připraveném programu vybrat sám, podle svých možností a zájmů. Táborová škola byla vhodná i pro méně pohyblivé či osoby se zdravotním postižením,“ vysvětluje Milena Hesová a dodává, že cílem táborové školy byla aktivní, ozdravná, hravá rekreace seniorů v netradičním prostředí, kde se budou cítit jako doma. „Počítali jsme s tím, že si účastníci zavzpomínají na dobu svého dětství, ale poznají i něco nového a navážou nová přátelství. Chtěli jsme jim ukázat paletu aktivit a činností pro udržování aktivního stáří co možná nejdéle.“

Organizátoři byli sice unavení, ale účastníci odjízďeli spokojení a nadšení se slibem, že se příští léto opět sejdeme. A o to tady šlo! „Na táborovou školu přijeli i senioři se značnými zdravotními problémy, kvůli kterým se už pár let nemohou účastnit klasických rekondičních pobytů a dovolenkových zájezdů. Úsměv na tváři a slzy díky při loučení, zvláště od těch, kteří brzy budou slavit devadesátiny, byly dostatečným poděkováním organizátorům a silnou motivací pro pořádání dalšího ročníku,“ doplnila předsedkyně Hesová s tím, že ona i celá krajská Rada seniorů Olomouckého kraje děkují nejen vedení Olomouckého kraje, ale i všem partnerům a sponzorům, kteří se podíleli na doprovodném zážitkovém programu, ať už aktivně přímou účastí, nebo pasivně formou příspěvku a cen do soutěží. Zvláštní poděkování patří Krajské policii Olomouckého kraje, která připravila ukázkový program namířený na prevenci a ochranu seniorů s odměnami, a také pojišťovně Ministerstva vnitra, která kromě prevence měření tuku, tlaku, zraku, soutěže o ceny věnovala navíc finanční podporu na zážitkový program.

O tom, že její slova o spokojenosti nejsou nijak nadnesená, svědčí i následující příspěvek, který na adresu Mileny Hesové dorazil.

Milá paní předsedkyně,

posílám Vám slíbené veršované hodnocení našeho pobytu v táboře. Pokud šéfredaktorka rozhodne, že je to k otištění nevhodné, zlobit se nebudu. Kdybych byla malířem, jako můj švagr Libor Vojkůvka, k jednotlivým slokám bych nakreslila obrázek – například chatky, masky a tak dále. Ale na to nemám! Doufám, že můj škrabopis rozluštíte. Díky všem za vše!

S pozdravem Eva Vojkůvková alias Červená Karkulka

POZOR! Nepřehlédněte, čtete!

Víte, že existují ozdravné lázně pro seniory?

Ano, jsou v přírodě a dobrou náladou zde jednoduše léčí seniorům těla i duše.

Já jsem v Domašově nad Bystricí v táboře Sigmy Lutín byla, na vlastní oči všechno viděla, plno legrace zažila a pár veršů o pobytu v Krajské táborové škole složila. HOLA, HOLA!

Krajská táborová škola v přírodě volá!

SOS zprávu jsme slyšeli, kufry sbalili a do tábora dojeli.

Uvítaly nás sruby, chatky, některé staré asi stejně jako my.

Pryčny pod námi vrzaly, zuby i protézy poránu zimou cvakaly,

ale my jsme to nevzdali, pěkně až do rozcvičky chrupkali.

Pak jsme kolem bazénu klusali, abychom naše staré kosti rozhýbali, po rozcvičce rychle do jídelny.

Kuchařky se snažily, aby naše bříška a chuťové buňky dobrou snídaní, obědem či večeří zaplnily.

My jsme také nelenili, do řady soutěží se zapojili, například různé kvízy, hra Člověče, nezlob se, výroba hvězdiček, vše dohromady tvořilo vydařený zábavný balíček.

Jednoho dne bylo vyhlášeno celostátní pátrání po seniorských uprchlících z Olomouckého kraje. Přijela krajská policie, vzala nám otisky prstů, nasadila pátrací alkoholické brýle, testy z dopravy.

Naštěstí nikdo z nás nebyl dopaden, usvědčen a „antonem“ odvezen.

Velké manévry nastaly, když ženské na terč střílely.

Samozřejmě, mnohé dámy terče mýjely, broky až do vojenského prostoru v Libavě letěly.

Vojáci si mysleli, že začala 3. světová a tak málem do úkrytů běželi a barikády stavěli.

Ve zdravém těle zdravý duch, na startech nás bylo jako much.

Hod na cíl granátem, slalom s koštětem a míčem, z toho plyne poučení:

muži byli rychlejší, takže ode dneška jim doma patří uklízení.

Do branky jsme se občas míčem trefili,

když jsme si ve „svatyni“ některé naše politiky představili.

O medailové pozice nás často hosté z Bardějova připravili, my jsme jim to ale přáli, byli veselí a milí.

Všichni jsme sice nevyhráli, ale důležité je, že jsme se zúčastnili.

Osobitě kouzlo měly chvíle při muzice –

cimbállovka, country, karaoke se nám líbily velice.

Tančili jsme při nich na parketu jako mladí kluci a děvčice.

Náhle ticho.



Ptáci z okolních lesů to vzdali a málem do teplých krajín odlétávali, když „český slavík“ se slavící a ještě jeden i z ciziny (Bardějova) zaduli z plných plic a v pěvecké soutěži zazpívali.

Díky paní doktorce a její odborné přednášce jsme zjistili, že mozek miliardy buněk má.

Bude dlouho trvat, než je „alzík“ s „parkinsonem“ stačí zlikvidovat a do domovů a LDN nás odstěhovat.

Díky patří i dvěma našim pánům řidičům, bez nichž bychom nikam nedojeli.

Výlet do kostela ve Staré Vodě a do Bruntálu na zámek byl skvělý.

U Královské studánky jsme se napili, bolavá kolena, ramena i seniorské oči omyli.

Bruntálskou cukrárnu jsme útokem vzali

a aspoň na třech zákuscích a zmrzlině si pochutnali.

Po návratu z výletu nás pobavily příběhy dvou dam.

Paní Jiřinka Stoklasová vyprávěla,

jak se v telce točí erotické scény, jak létala a kvůli tašce s oblečením, zavěšené na rezervě paliva, na zemi padala.

Trocha poezie nikoho nezabije.

Paní spisovatelka Jaruška Pechová nás seznámila s tím,

jak se tvoří verše, povídky a kuchařky,

že hubnout s plným talířem se dá,

což rada je velmi dobrá.

Prý je to lehčí z prázdného talíře,

i když je to k nevěře.

Není tábor bez táboráku,

plameny u našeho z opékaných špekáčků

stoupaly až do oblaků.

Třešničkou na dortu se stal náš maskarní karneval,

který ten v brazilském Riu úplně odrovnal.

Sešla se směsice krásných maskovaných těl, svůdně se vlnila,

když jejich průvod v čele s pionýry a námořníky šel.

Půvabné Japonečky s podprdelníčky,

čerti, dámy s kloboučky, ježibaba a myšky s něžnými čumáčky.

Smrtku, tu jsme hnali,

ještě na cestu s ní nejsme zralí.

Bohužel, dvě Karkulky se vlka nedočkaly,

protože ho vylekal starý hejkal Halekal,

který pachové stopy vlčí pečlivě zametal.

Bičík v ruce, černou kůží potažená domina a vodítko s její plazící se obětí, nikdo se neubráníl slzám dojetí.

Milá byla i kočička bílá se svým černým kocourkem,

fotbalistky z Bělkovic, kuchařky s vařečkami a dobrotami.

To vše by nefungovalo bez „ELITY“, v jejímž čele poskakovala cudná matka představená s krycím jménem Milena. Blízko její pravičky

jásaly za masky převlečené pracovitě a ochotné včeličky – budoucí novičky.

Všechny se o naši zábavu vzorně staraly, ale i nemilé věci s úsměvem zvládaly.

Přejeme jim, aby se za tuto neplacenou dřinu do nebe dostaly.

Celý pobyt i s počasím byl O. K. Za vše díky, Krajská seniorská rado!

Doufáme, že se za rok zase někde shledáme a sejdem.



Za spokojené seniory sepsala Červená Karkulka

Předcházejte nečekanému

**Nedovolte
pneumokokovému
zápalu plic
vás překvapit.**



**Předcházejte
nečekanému**

Další informace naleznete
na **www.prevenar13.cz**

**Nechte se očkovat proti
pneumokokovým infekcím.**

**Vakcína Prevenar 13 se aplikuje v 1 dávce a pomáhá
snížit riziko onemocnění pneumokokovým zápalem plic.**

Poradte se o očkování se svým lékařem.

Prevenar 13 je registrovaný léčivý přípravek (vakcína proti pneumokokovým infekcím), jehož výdej je vázán na lékařský předpis. Přečtěte si, prosím, pečlivě příbalovou informaci. Prevenar 13 neposkytuje 100% ochranu proti typům pneumokoka, které vakcína obsahuje, a nechrání před typy neobsaženými ve vakcíně či jinými mikroorganismy, které způsobují zápal plic.



Pracujeme společně pro zdravější svět™

Pfizer PFE, spol. s r. o.,
Stroupežnického 17, 150 00 Praha 5
tel.: +420 283 004 111, fax: +420 251 610 270
www.pfizer.cz

Prevenar 13





II. RETRO TÁBOR PRO SENIORY



Český červený kříž, Svaz diabetiků a Rada seniorů Strakonice pořádala II. retro tábor pro seniory v rekreačním zařízení Šumava–Olšina, které se nachází na okraji vojenského prostoru Boletice. Program byl zaměřen na společenské hry, soutěže a lehké sportovní disciplíny. Nechyběly oddílové soutěže a večerní posezení s kytarou a zpěvem. Senioři se vydali i na výlety do Stožce, Českého Krumlova a Horní Plané. Tábor se líbil, zavzpomínali jsme na dětská léta.

Marcela Štveráková

Foto: autorka

MIKULOVŠTÍ NA VÝLETECH

Mikulovští senioři absolvovali o prázdninových měsících v rámci projektu Poznáváme obce regionu dva zajímavé výlety.



Při tom prvním si mohli prohlédnout interiéry židlochovického zámku, který nyní patří Lesům ČR a slouží především k luxusnímu ubytování (státních návštěv, lovců v „bažantí“ sezoně, ale i svateb a kongresů). Druhá návštěva je zavedla do Hrušovan nad Jevisovkou, kde obdivovali stropy radnice malované mladičkým Alfonsem Muchou v době jeho mikulovského pobytu.

Náš projekt Poznáváme obce regionu měl letos skončit. Protože, jak říkají Mikulovští, už všude byli. Ale bude pokračovat i dalšími návštěvami. Za těch několik let vyrostly i jiné obce do krásy a mají se také čím chlubit.

Dobromila Vlčková

Foto: autorka



KOUZELNÁ TRIČKA



Seniorky ze Svazu diabetiků a Sdružení zdravotně postižených se letos už potřetí sešly při malování triček. Při práci jim byla radou i ukázkou nápomocna lektorka Marcela Nováková. I díky její pomoci byly konečné výsledky opravdu nádherné.

Marcela Štveráková



Foto: autorka

ŘECHKA NA EVROPSKÉM ŠAMPIONÁTU BRONZOVÝ!

Dlouhodobě úspěšný seniorský atlet z TJ Domažlice Bedřich Řechka se letos zúčastnil ME seniorů, které se uskutečnilo v druhém největším městě Dánska, v Aarhusu. I přes zdravotní potíže dokázal ve vrhu koulí vybojovat bronzovou medaili. Gratulujeme! Plzeňský kraj, který jeho účast finančně podpořil, může být na svého sportovce právem hrdý. Vždyť evropského šampionátu se zúčastnilo celkem 3800 sportovců ve věkových kategoriích 35 až 95 let.

Karel Knap



SENIORŮ NA PRAŠIVÉ

Členové Klubu důchodců ze Strítěže u Českého Těšína se vypravili z Komorní Lhotky po turistické trase na Prašivou. Její dominantou je dřevěný kostelík. Zdejší turistická chata postavená už v roce 1921 prošla významnou rekonstrukcí díky nadšeným chatařům a dobrovolníkům. Důchodci obdivovali, jak nádherně je zrenovovaná Bezručova místnost i historický Valečkův sál. Počasí seniorům přálo a tak při venkovním posezení a občerstvení připravovali další plány na prázdninové výlety.

Karel Moškoř

Foto: autor

VÝSADEK JIHLAVSKÝCH V NÁMĚŠTI

V rámci Policejní akademie pro seniory jsme se vydali na exkurzi na vrtulníkovou základnu armády ČR v Náměšti nad Oslavou. Nejprve jsme si prošli stálou expozici, jejíž součástí jsou exponáty všech typů letadel, které v Náměšti v minulosti sloužily. Následovala prohlídka hangáru, kde právě probíhala revize technického stavu několika vojenských vrtulníků. Díky poutavému výkladu por. Ing. Malíka se seniori dozvěděli řadu zajímavostí a navíc si mohli prohlédnout vrtulníky zblízka. Mezi účastníky exkurze byli i dva bývalí vojáci naší armády, kteří se na základnu vrátili takřka po padesáti letech, a jen koukali, jak se vše změnilo. Největším překvapením pro ně bylo, že se seniori mohli podívat i do



prostor, kam v minulosti běžný civilista nemohl strčit ani nos. Exkurzi seniori ukončili prohlídkou vojenské hasičské jednotky.

Po celou dobu je provázela velmi příjemná paní Jitka Soukupová, kte-

rá ochotně odpovídala na nekončící dotazy. Seniori jí touto cestou chtějí poděkovat, stejně jako náčelníkovi základny a jeho tiskové mluvčí.

Pavla Radová

Foto: autorka

SENIORŠTÍ SPORTOVCI U NÁMĚSTKA HEJTMANA KRAJE

Nejlepší seniorští reprezentanti severní Moravy a Slezska se sešli s náměstkem hejtmana pro sociální věci Jiřím Navrátillem. Kapitán reprezentačního týmu a vedoucí delegace mu představil stříbrného medailistu Miroslava Fofera a dvojnásobného zlatého medailistu a celkového ví-

těže devítiboje kategorie mužů do 70 let Karla Moškoře. Předal mu rovněž výtisk Doby seniorů s reportáží z akce a věnoval mu svou účastnicou medaili jako poděkování za finanční podporu týmu.

Jan Mika

Foto: Radim Fryč, fotoreportér KÚ



SEMINÁŘ SDRUŽENÍ OBRANY SPOTŘEBITELŮ

Senioři z Libereckého kraje absolvovali v Centru Vlasty Buriana v Liberci další seminář z cyklu Bezpečí pro seniory. Tentokrát na ně čekala přednáška a diskuse s předsedkyní Sdružení obrany spotřebitelů Moravy a Slezska Marcelou Reichelovou a práv-

ničkou sdružení Ing. Mgr. Renatou Horákovou o povinnostech prodejců, poskytovatelů energií, ale i právech odběratelů a kupujících a jejich možnostech obrany.

Miroslava Palečková

Foto: autorka

4. MEZINÁRODNÍ SPORTOVNÍ HRY SVAZU DŮCHODCŮ 2017

Už tradiční mezinárodní sportovní hry Svazu důchodců se letos uskutečnily ve městě, které letos slaví 750 let od svého vzniku – ve Frýdku-Místku. Organizace akce se ujala KR SDČR MSK, záštitu nad ní převzali ministryně práce a sociálních věcí Mgr. Michaela Marksová, ministryně pro místní rozvoj Ing. Karla Šlechtová, hejtmán MSK prof. Ing. Ivo Vondrák, CSc.,

a primátor města Frýdku-Místku Mgr. Michal Pobucký, DiS.

Závodilo se v prostorách střední průmyslové školy, obchodní akademie a jazykové školy, kde bylo zajištěno i ubytování a stravování. Her se zúčastnilo celkem 15 družstev, z toho 2 družstva z Jednoty důchodců na Slovensku a jedno ze Stowarzyszenia z Polska.

Soutěžilo se v deseti disciplínách – šipky, ruské kuželky, hod granátem na cíl, běh, golf-snog, bollo-ball, běh s kolečkem se zátěží, běh s míčkem na tenisové raketě, házení kroužky na cíl a střelba hokejkou do malé branky. Všechny disciplíny byly hodnoceny podle věkové kategorie a zvláště pro muže a ženy.

Odpoledne se účastníci her vydali na komentovanou prohlídku města



s historikem Mgr. Petrem Juříkem. Zajímavé postřehy a zajímavé příběhy se líbily.

Druhý den ráno byl v plánu výlet na hrad Hukvaldy, dolní oblast Vítkovic a Landek. Večer pak čekalo vyhodnocení. Medaile a velmi pěkné diplomy byly rozdány. Všichni měli opravdu radost. S napětím se čekalo na vyhlášení vítězného družstva, tím se stal tým z Ústeckého kraje.

Oldřich Pospíšil

Foto: autor



OTEVŘENÉ SPORTOVNÍ HRÝ MORAVSKÉ OSTRAVY A PŘÍVOZU

13. září se ve sportovním areálu TJ Ostrava uskuteční sportovní hry seniorů městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz. Akce, kterou pořádá Ostravské organizační centrum spolku SENIORS – členská organizace krajské Rady seniorů a Koordinačního centra seniorů Ostrava, se mohou zúčastnit i další senioři z celého města, z krajů republiky, ba i z EU, takže i vy jste srdečně zváni. Propozice a přihlášku najdete na www1.ms-seniors.cz. Další informace vám rádi poskytnou na telefonním čísle **773 564 628** nebo pište na oc@ms-seniors.cz.

MEZINÁRODNÍ KONFERENCE O GEOETICE

13.–20. ŘÍJNA 2017:
PRAHA A PŘÍBRAM

Pokud vás zajímá poněkud jiný pohled na přírodní jevy, nenechte si ujít mezinárodní konferenci o geoetice, nad níž převzal záštitu místopředseda vlády ČR pro vědu, výzkum a inovace MVDr. Pavel Bělobrádek, PhD, MBA. Konference bude probíhat od **13. do 20. října v Praze a Příbrami**.

Bližší informace o programu a ceně na e-mailech:
nemec.geo@seznam.cz; p.kalenda@volny.cz;
dolezalova@diamo.

Soutěž Vítejte ve světě kávy

Pravidelní čtenáři Doby seniorů jistě vědí, že jednou z organizací sdružených v Radě seniorů je Sdružení českých spotřebitelů, z. ú. Jeho cíle jsou jasné – hájit oprávněné zájmy a práva spotřebitelů na vnitřním trhu EU a ČR. To, nač klade sdružení velký důraz, je preventivní stránka ochrany zájmů spotřebitelů, neboť, jak uvádí ve svých materiálech: „Jen poučený spotřebitel se dokáže účinně hájit.“

I proto spatřila světlo světa knižní edice s názvem Jak poznáme kvalitu? Publikace mají podporovat vnímání různých úrovní a stupňů kvality potravin, včetně identifikace určujících kvalitativních ukazatelů při výběru potravin. Každoročně přibývají další komodity potravin. Dlužno dodat, že autory knih jsou vždy odborníci z daného oboru. Nově nyní vychází kniha Svět kávy.

Dozvíte se v ní o historii, pěstování, technologiích a postupech výroby. Nechybějí ani informace, které běžným spotřebitelům umožní zlepšit orientaci v kvalitě této komodity na trhu, což mohou následně využít při rozhodování, výběru a nákupu. Nechybí ani část zaměřená na různé mýty a fámy, které se čas od času objevují v médiích, a kniha se snaží uvést je na pravou míru. Autorkou textu je Ing. Lenka Brzoňová, absolventka VŠCHT; v průběhu svého profesního života působila v Balírnách obchodu, p. ř., ve společnosti Douwe Egberts, čili je přední odborníci v oblasti kvality kávy a čaje u nás.



Zaujala vás krátká informace? Patříte mezi ty, kteří si den bez šálku lahodné kávy nedokážou představit? Pak máte jedinečnou šanci knihu vyhrát. Stačí odpovědět na soutěžní otázku a mít trochu štěstí. Pět výherců pak od nás obdrží Svět kávy.

Soutěžní
otázka

Která země je největším producentem kávy na světě?

Odpovědi posílejte na adresu Doba seniorů, nám. W. Churchilla 2,
130 00 Praha 3 nebo na mail dobasenioru@rscr.cz

MARTIN KLÁSEK: V NAŠEM DIVADLE SENIORŮ VZPOMÍNÁJÍ NA DĚTSTVÍ



Po Josefu Skupovi a Miloši Kirschnerovi je Martin Klásek teprve třetím představitelem, který propůjčil svůj hlas Spejblovi a Hurvínkovi, zároveň je i uměleckým šéfem souboru divadla, režisérem, autorem a spoluautorem mnoha her. Jako následovník Miloše Kirschnera se definitivně stal „otcem“ obou loutek v roce 1996. Dvě dřevěné postavičky, které nás proslavily po celém světě, dodnes baví malé i velké diváky, volná místa bývají v hledišti málokdy. Štafetu po nedávno zesnulé ředitelce divadla paní Heleně Štáchové přebírají její děti, dcera Denisa a syn Miki. Divadlo, tak jak si sama přála, jede dál.

JAK SE STANE, ŽE ŠESTNÁCTILETÝ KLUK PŘIJDE DO DIVADLA PRO DĚTI A UŽ V NĚM ZŮSTANE?

Pocházím z divadelní rodiny. Tatínek byl hercem, děda zapáleným ochotníkem, maminka baletkou. Dětství jsem prožil v Českých Budějovicích, tam jsem chodil do dramatického kroužku a i sem tam statoval v dětských rolích v Jihočeském divadle. Chtěl jsem studovat na konzervatoři, ale nepřijali mě, proto se táta dohodl s panem Kirschnerem, který mě vzal k sobě do divadla.

A tak jsem tu – už skoro 45 let...

CHTĚL JSTE SE STÁT LOUTKOHERCEM?

Původně jsem chtěl studovat činohru. Měl jsem být na rok v divadle elévem, a pak zkusit přijímačky znovu. Pan Kirschner chtěl, abych poznal divadlo od píky, takže jsem začal jako jevištní technik – tahal zájezdové bedny s kulisami, pomáhal stavět konstrukce na jevišti. Tenkrát jsem zažil i první

zahraniční zájezd – do NDR a NSR. To bylo něco pro mě, byl jsem nadšený.

A PAK JSTE ZAČAL VODIT LOUTKY?

Měl jsem tři měsíce možnost pozorovat loutkoherce při práci, ukázali mi, jak se to dělá. Vodit marionety je docela těžké, ale mně to kupodivu šlo. Po roce jsem zjistil, že od 18 let je možné nastoupit na DAMU i bez maturity, takže mi bylo „elévství“ prodlouženo. Pak paní Štáchová objevila mou schopnost promluvit hurvínkovskou fistulkou, a já si zahrál ve své první inscenaci Hurvínek mezi broučky, to bylo v roce 1974.

JAKÉ TO BYLO?

Na Spejbla jsem měl tenkrát moc „mladý“ hlas, ale pan Kirschner vybral tu hru proto, že v ní vystupuje především samotný Hurvínek. Byl jsem nadšený a dopadlo to tak, že do školy jsem nešel a zůstal v divadle.

TAKŽE JSTE ŽÁDNOU ŠKOLU NEVYSTUDOVAL?

Mám školu života, jsem vlastně „dítětem“ Divadla S + H. Kolem mě byla spousta vzdělaných lidí, od Miloše Kirschnera bylo hodně co se naučit, od lektora dramaturgie jsem dostával spoustu knížek, z kterých jsem se doma musel učit, a oni mě pak zkoušeli. Nejsem úplně „nepopsaný list“, jen na to nemám papíry...

MOHL BY I DNES U VÁS USPĚT NĚKDO, KDO NEMÁ DIVADELNÍ ŠKOLY?

Kdyby měl talent a předpoklady, proč ne. Absolvent DAMU, konzervatoře nebo jiné herecké školy má výhodu v tom, že ovládá jevištní řeč, jevištní pohybovou kulturu, ale my s ním zpočátku musíme přesto hodně pracovat, aby se naučil především vodit marionety, které jsou základem naší tvorby. Třeba takový Michal Barták, který fantasticky vede Hurvínka, má stavební průmyslovku.

KTERÉ PŘEDSTAVENÍ BYLO NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ?

Těžko říct, co bylo nejúspěšnější – za celou éru divadla se tu hrálo 280 premiér, a skoro vždy máme vyprodáno. S dramaturgyní Denisou Kirschnerovou jsme před několika lety začali s uváděním inscenací z takzvaného zlatého fondu, které možná v mládí navštívili i vaši čtenáři, samozřejmě v novém nastudování. Tak třeba veleúspěšný titul ▶

- Spejbl versus Drákula byl v 70. letech natočen na LP desku, naši příznivci ho znají, pamatují si na něj. Trochu jsme zmodernizovali text, písničky zůstaly, diváci jsou spokojeni.

SPEJBL SE NARODIL V ROCE 1920, HURVÍNEK O ŠEST LET POZDĚJI. ZMĚNILI ZA TU DOBU NĚJAK SVOU VIZÁŽ?

Mnozí to ani nepostřehli, ale významně se změnili v tom, že mají širší, zakulacenější obličejíky. Hurvíněk má jinou barvu kalhotek a kšandiček – z modré a zelené, které se v televizi ztrácely, má teď šedé kalhotky a fialové kšandičky. Také dnes Hurvínka a Spejbla používáme ve třech hracích velikostech. Charakterově zůstali stejní, jen dbáme na to, aby byli současní. Aby především Hurvíněk s Máničkou mluvili jako dnešní děti, které je tak snáze přijmou za své hrdiny.

KOLIK HURVÍNKŮ A SPEJBLŮ MÁTE PŘIPRAVENÝCH V ZÁKULISÍ?

Loutek máme 26 párů, v různých převlecích. Není čas je během představení převlékat. V jednom představení můžou hrát tak tři čtyři Hurvínkové. Když chystáme premiéru, občas potřebujeme nové loutky, například i jinak oblečené než obvykle.

ZAMOTALY SE VÁM NĚKDY NITĚ, NEBO JAKÝ „LOUTKOVODIČSKÝ PRŮŠVIH“ SE MŮŽE STÁT?

To víte, že zamotaly, jsme jenom lidé. Nejvíc se zapotím, když při hře na forbíně, přímo před lidmi, praskne nit na hlavě třeba Spejblovi. Má pak hlavu nakřivo a dívá se jedním směrem, protože se s ní špatně manipuluje. Ale vůbec nejhorším snem loutkovodiče je, když mu vypadne z ruky vahadlo, na kterém loutka visí. To je pak konec. To se mi naštěstí zatím nestalo, ale různá „okna“, tedy výpadky textu při dialogu Spejbla s Hurvínkem, už za sebou mám.

JSTE I AUTOREM NĚKOLIKA DIVADELNÍCH HER. JAK SE V PRŮBĚHU ČASU HRY PROMĚŇUJÍ?

Nemůžou být stejné jako před třiceti čtyřiceti lety, protože dřív se žilo jiným tempem, tehdejší děti obklo-



povaly jiné věci než dnes. Ty dnešní mají mnohem víc informací, jsou méně trpělivé. Proto se snažíme ubírat text, dělat co nejvíc obrazů, aby bylo na co koukat, a děj měl větší spád. Přidáváme písničky, mezihry, které děti zaujmou. V textech pro dospělé je důležité, aby Spejbl s Hurvínkem byli současní, aby měli možnost si občas štouchnout do dění kolem nás a po svém to komentovat.

HURVÍNEK MÁ HLÁSEK VYSOKÝ, SPEJBL ZASE HLUBOKÝ, KOHO Z NICH BYLO OBTÍŽNĚJŠÍ NAPODOBIT?

Oba hlasy jsou uměle tvořené, což je pro hlasivky poměrně namáhavé. Určitě víc práce mi dal Hurvaj. Dal mi zabrat, zpočátku jsem dokonce musel chodit na obstrukce k foniatrovi, aby se mi na hlasívkách neudělaly uzlíky. Dnes, po letech praxe, to ze mě jde úplně samo. Se Spejblem i Hurvínkem jsem naprosto sžitý, můžu jejich hlasy říkat bez nácvičku cokoliv.

NEDÁVNÝ ODCHOD VAŠÍ PANÍ ŘEDITELKY BYL SMUTKEM NEJEN

PRO JEJÍ RODINU A PŘÁTELE, ALE I VELKOU ZTRÁTOU PRO DIVADLO. JAK TĚŽKÉ JE POKRAČOVAT?

Helenka je tu pořád s námi. Máme na repertoáru stále hry, v nichž používáme playback s jejím hlasem, i když Máničku už mluví její nástupkyně Maruška Šimsová, kterou si sama vybrala. Velkou zásluhou Helenky byl i před lety vyhraný spor o vlastnictví ochranné známky S + H. Všem se nám ulevilo, protože jsme se obávali, aby se nedostali do nepovolaných rukou a neskončili, jako třeba Ferda Mravenec, v Německu. Helenka nám moc chybí, těžké je to pořád.

PANÍ ŠTÁCHOVÁ BYLA AUTORKOU I MNOHA HER...

Uměla na povel a na klíč napsat cokoliv, z legrace jsme jí říkali naše „Aloisie Jirásková“. Právě začínáme zkoušet inscenaci, kterou napsala, ale už nestihla zrežirovat. Za Helenku to s jejím synem a kolegou Ondrou Láznovským v úctě a s pietou dokončíme. Premiéra bude 3. října, představení se jmenuje Hurvíněk v Hajanech a je určeno předškolním dětem.

EXTRA INFO

31. srpna přichází do kin film Hurvínek a kouzelné muzeum. Animovaný 3D příběh pro celou rodinu vznikl více než 7 let za účasti špičkových animátorů a trikařů mnoha evropských zemí, prošel výrobou v Česku, Německu, Dánsku, Belgii a Rusku. K Martinu Kláskovi a nedávno zesnulé Heleně Štáchové se jako dabéři jednotlivých hrdinů představí Martin Dejdar, Jiří Lábus a mnozí další. Poetika a humor našich typicky českých postavíček v nejmodernějším filmovém pojetí určitě potěší děti i dospělé.

VAŠE DIVADLO ČASTO ZAJÍŽDÍ I DO DALEKÉ CIZINY. KDE SE SPEJBLOVI A HURVÍNKOVI LÍBÍ NEJVÍC?

Kde se líbí jim, to nevím, ale mně především v Německu. Za ty roky, co tam pravidelně hostujeme, už nás dobře znají a řekl bych, že nás přímo vyhlízejí. Máme tam obrovskou diváckou základnu. Ale i když přijedeme poprvé do země, kde nás zatím neznali, sklízíme všude sympatie, nepamatuji se, že by nás někde přijali chladně. Vzpomínám, jak se japonské děti a jejich maminky úplně tetelily blahem a užívaly si, když si Hurvajs dělal z taťuldy legraci, protože u nich se to nedělá, tam je otec váženou hlavou rodiny.

INTERPRETI HLAVNÍCH POSTAV VAŠEHO DIVADLA MUSÍ MÍT DOBRÉ JAZYKOVÉ SCHOPNOSTI...

Ano, je důležité, aby byli jazykově nadaní, přinejmenším aby měli výborný hudební sluch a byli schopni se naučit výslovnost, která je v exotických jazycích hodně obtížná. Arabština, čínština, japonština – tam se přízvuky, tedy ony významotvorné tóny, musí opravdu nadřít. Já sám jsem použil už 14 jazyků, Spejbl s Hurvínkem už mluvili 24 jazyky.

MÁTE POCIT, ŽE DÍKY VAŠIM ŽIVOTNÍM ZKUŠENOSTEM SE VÁŠ VZTAH K VAŠIM DŘEVĚNÝM KAMARÁDŮM NĚJAK PROMĚŇUJE?
Samozřejmě. Jak jsem se stal otcem a nabíral rodičovské zkušenos-

ti, chápal jsem čím dál víc Spejblovy starosti s rošťárkami jeho malého neposedy. A jak mé děti rostly, viděl jsem dětskou problematiku ze stále větší blízkosti. No a dnes, když jsem dědečkem, ověřuju si mnoho věcí na své desetileté vnučce.

VÍDÁTE V HLEDIŠTI VAŠEHO DIVADLA I SENIORY?

Vídáme je velmi často, vodí k nám vnučata, někdy i pravnoučata, chtějí jim ukázat „svého Spejbla a Hurvínka“, chodí i na představení pro dospělé. Vzpomínají při tom na své dětství a je to velmi dojemné. Setkání s nimi nás utvrzují v tom, že Hurvínek se Spejblem si vydobyli lásku všech generací a z toho máme radost.

DOKÁŽETE NA SPEJBLA A HURVÍNKU V DOBĚ SVÉHO VOLNA ZAPOMENOUT?

Těžko. Mám je pořád v hlavě, pořád s sebou. Když mě něco napadne, vytahuju notýsek a zapisuju, co by se dalo použít. Divadlo je celým mým životem, takže jsem rád, že tu obě děti Kirschnerových pracují. Deniska je dramaturgyně a stává se ředitelkou divadla, její bratr je výtvarníkem, režisérem, autorem. Divadlo bude ve správných rukou.

MĚL BYSTE PRO NAŠE ČTENÁŘE NĚJAKOU RADU, CO BY JIM CHTĚLI SPEJBL A HURVÍNEK VAŠÍM PROSTŘEDNICTVÍM VZKÁZAT?

Rád použiju náš loutkářský žargon: Všem přeju, aby se do nich nedal nikdy červotoč.

Děkuji za rozhovor.

Eva Procházková

Foto: Ondřej Kepka, archiv Martina Kláska



KOUZLO KŘIŠTÁLU *Moser*

Skleněná krása, které vzdávali hold světoví panovníci i celebrity, je náplní dnešního dílu našeho seriálu o unikátech, objevech, vynálezech i raritách, které vzešly z krajů českých a moravských a svým tvůrcům vydobily slávu, obdiv, úctu a uznání, i když ne vždy za jejich života... Dnes zamíříme do Karlových Varů, kde již 160 let vzniká sklo, které je vyhlášené po celém světě.

Na počátku dnes proslulé značky byl jen obchod a rytecká dílna, kterou si Ludwig Moser otevřel v centru Karlových Varů před 160 lety, tedy v roce 1857. Později spustil i provoz vlastní sklářské huti. Ta navzdory světovým válkám a dalším historickým událostem neskončila v propadlišti dějin, ale funguje dodnes.

NEDOKONČENÁ STUDIA

Přesto se všechno mohlo vyvíjet jinak, a proslulé moserské sklo by možná nikdy nemuselo spatřit světlo světa... Stačilo jen, aby Ludwig Moser dokončil svá studia... Ale vezměme to od počátku.

Muž, který se nesmazatelně zapsal do dějin světového sklářství, se narodil 18. června 1833 jako prvorozený syn Lazara a Henriette Moserových. V Karlových Varech absolvoval základní školní vzdělání, pak vychočil čtyři třídy reálky ve Vídni a po návratu pokračoval na reálce v Lokti. Jenže v roce 1848 studia zanechal. Různé historické prameny uvádějí, že to bylo z rodinných nebo z finančních důvodů.

RYTEC SKLA A KRESBA

Ať už byly důvody Ludwigova odchodu ze školy jakékoli, faktem zůstává, že se ocitl jako učeň v dílně známého karlovarského rytce skla Antona Heinricha Mattoniho. Současně s tím se učil kresbě u Ernesta Antona. V Mattoniho dílně vydržel Moser jen dva roky. Pak se pokoušel si najít práci jako rytec skla. V roce 1850 se tak vydal do Prahy, z níž putoval do Úsobí u Havlíčkova Bro-

du, aby se na sklonku téhož roku vrátil do svého rodiště... Následujícího roku opět vyrazil do české metropole a tentokrát už práci našel – u významného obchodníka se sklem Wilhelma Hoffmanna. I zde ale navštěvoval kreslířskou školu.

Do Karlových Varů se vrátil v roce 1853 a nastoupil jako rytec v dílně Antona Heinricha Pfeiffera. Jenže ani tohle místo se mu nepozdávalo. Proto se následujícího roku opět vy-

EXTRA INFO

S historií světově proslulé sklárny se můžete seznámit v jejím muzeu v Karlových Varech, kde vám ji poutavým způsobem přiblíží.

pravil hledat výnosnější práci.

Došel až do Berlína, kde získal zaměstnání v rytecké dílně na Markgrafenstrasse. Pracoval tu sedm měsíců a stal se členem místního řemeslnického spolku. Jeho rytiny s loveckými motivy šly v Berlíně na odbyt. Možná právě tento úspěch vedl k tomu, že se Ludwig rozhodl se osamostatnit.

Roku 1855 se tedy vrátil do Karlových Varů a od Antona Heinricha Mattoniho, u něhož kdysi působil jako učeň, si na Staré Louce pronajal butik. V březnu 1857 si za 65 zlatých pronajal prostor v domě Město Výmar



na Zámeckém vrchu a právě zde zřídil ryteckou dílnu a obchod se sklem. Toto jeho rozhodnutí bylo významné. Ve věku svých necelých čtyřia dvaceti let položil Ludwig Moser základ výroby dnes světově proslulého skla. V té době se tu sklo ale nevyrábělo. Moser ho odebíral ze sklárny v Harrachově a na Šumavě.

PODNIKATELSKÝ DUCH

Obchod prosperoval. A tak v březnu roku 1862 Moser otvírá další prodejní místnost v domě Zlatý klíč, č. p. 21, na Mlýnském náměstí. O čtyři roky později dochází ke stěhování z domu Město Výmar do nového obchodu v domě Červené srdce na Staré Louce, č. p. 339. V šedesátých letech patří k největšímu artiklu firmy zejména velký výběr zrcadel, zlacených rámců a toaletek. Podnikatelského ducha projevil i po roce 1867, kdy bylo v Karlových Varech zavedeno plynové osvětlení. Bryskně zařadil do nabídky „plynové lustry a nástěnná svítidla jak z křišťálu, tak bronzových se skleněnými ověsky“.

DVĚ MANŽELKY

Šedesátá léta byla nejen obdobím rychlého rozvoje Moserovy živnosti. Přinesla i důležité změny v jeho osobním životě. 18. června 1858 se oženil s Lottivulpou Sarou Benediktovou, s níž měl celkem šest dětí. Jednu dceru a pět synů. Zda se rozešli,



nebo Sara zemřela, prameny neuvádějí, faktem ale je, že 22. listopadu 1870 se oženil podruhé, a to s Julií Meyerovou (1848–1922). Narodili se jim čtyři synové – Gustav, Karl, Leo a Richard.

NEJPRESTIŽNĚJŠÍ VÝROBCE KŘIŠTÁLU

Během prvních deseti let existence živnosti se Moserovi podařilo vytvořit prosperující, pevně postavený obchod. V závěru šedesátých let přikročil k realizaci svých dalších představ. Zaměřil se na rozšíření vlastní produkce, přičemž nové možnosti hledal především u luxusního, broušeného a rytého dekorativního skla. Postupně navazuje spolupráci s předními karlovarskými rytci a kontakty navázal i s rytci severočeskými. V závěru šedesátých let si Moser uvědomil význam prezentace produkce a systematicky začíná propagovat své výrobky na výstavních akcích. A dlužno dodat, že úspěšně sbíral medaile. Úsilí prosadit se ve Vídni bylo korunováno ziskem medaile Za zásluhy na světové výstavě pořádané ve Vídni roku 1875. A tehdy byl Ludwigu Moserovi udělen titul c. k. dvorního dodavatele. Tímto prestižním a pro další úspěšný rozvoj firmy potvrzením prvotřídní úrovně výrobků dosáhl cíle, který si kladl. Oficiálně se mu tím dostalo zařazení mezi nejlepší výrobce skla v Rakousku-Uhersku. V průběhu sedmdesátých let se částečně mění složení nabídky. Moser se zaměřuje výlučně na prodej nápojového a dekorativního skla.

Závislost na dodávkách skla a značná vzdálenost pro přepravu přiměly Ludwiga uvažovat o stavbě vlastní hutě. Roku 1892 se mu po dlouhých průtazích podařilo získat svolení od karlovarské městské rady.

Moser si získal pověst nejprestižnějšího výrobce křišťálu v Rakousko-Uherské monarchii. Stal se dvorním dodavatelem císaře Františka Josefa I., perského šáha Musaffereddina i anglického krále Eduarda VII., což

jeho pověst umocňovalo a samozřejmě se na Mosera a jeho dílo soustředil zájem dalších státníků a panovníků. V roce 1892 vybudoval Ludwig Moser vlastní sklářskou huť a soustředil se na výrobu ekologicky čistého bezolovnatého křišťálu, který se taví dodnes.

KRIZE

Ludwig zemřel v roce 1916, pro sklárnu to ale konec neznamenal. Naopak, jeho nástupci v tradici a odkazu úspěšně pokračovali.

Za působení Lea Mosera, technického a uměleckého ředitele sklárny v letech 1908–1932, se změnila výtvarná orientace sklárny. V tomto období vznikaly dekorační



techniky, které jsou dodnes charakteristickými znaky moserovské produkce. Typickými atributy se stalo broušení na hrany, zdobení oroplastickým, tedy leptaným a zlaceným dekorem a využívání jedinečných moserovských barev. Z tohoto období pocházejí nápojové soupravy Splendid, Copenhagen, Paula či Royal. I díky tomu se už v roce 1922 sklárna Moser stala největším výrobcem luxusního nápojového a dekorativního skla v Československu. První značková prodejna Moser byla otevřena v centru Prahy v roce 1925. Později se tuzemský prodej rozšířil do dalších tří značkových prodejen a prostřednictvím exkluzivních zástupců je značka úspěšně prezentována i ve světě.

Roku 1932 ukončil Leo Moser své působení ve sklárně. Následujícího roku bylo zrušeno členství ve správní radě Richardu Moserovi, oba pak prodávají svůj akciový podíl České Unionbance. Roku 1934 vypršel mandát ve správní radě i poslednímu z bratrů, Gustavu Moser-Millotovi. Leo Moser pak působil jako technický a umělecký ředitel skláren v Poděbradech a v Nových Dvorech, patřících společnosti Josef Inwald, a. s., Praha-Zlíchov, v srpnu 1938 pak odešel do Francie, kde spolupracoval se sklárnou St. Louis. Richard Moser se věnoval své diplomatické funkci anglického vicekonzula.

SOUČASNOST

Nakonec však sklárna Moser přečkala krizi i obě světové války a v Karlových Varech působí dodnes. Úspěch Ludwiga Mosera spočívá ve výrobě ekologicky čistého bezolovnatého křišťálu, jedinečném barevném spektru, vynikajícím designu od nejprestižnějších výtvarníků a v dokonalém ručním zpracování všech křišťálových výrobků.

Pro rozvoj této tradice sklárna Moser spolupracuje i dnes s nejndanějšími výtvarníky, skláři, brusiči a rytci, jejichž umění pomáhá vytvářet mistrovská díla ve svém oboru. Po celou dobu existence sklárny se její výrobky prezentují na nejvýznamnějších světových výstavách, kde získávají mimořádná ocenění. Výjimečná umělecká díla vyžadují vybranou mezinárodní prodejní síť. V současné době je sklárna akciovou společností s výhradně českým kapitálem a přibližně 320 zaměstnanci.

Lenka Desatová

Foto: archiv Moser

Za poskytnutí fotografií děkujeme sklárně Moser.

EXTRA INFO

V letošním roce slaví sklárna 160 let svého vzniku. Při této příležitosti spatřila světlo světa speciální kolekce 80 uměleckých děl inspirovaných nejúspěšnějšími a nejvýznamnějšími díly sklárny Moser, jež vznikla v různých uměleckých vývojových obdobích celé historie sklárny. Vrcholem kolekce je lustr pro Ludwiga. Křišťálový lustr je vysoký 220 cm, má průměr 190 cm a váží 200 kg. Světovým unikátem jsou ramena zlacená v několika vrstvách 24karátovým zlatem. Na ramenech lustru je zavěšeno 133 ověsků z ručně foukaného a broušeného křišťálu zdobených oroplastikou a 24karátovým zlatem. Dílo vznikalo bezmála rok a podílelo se na něm 40 lidí.

VYVÝŠENÝ POZEMEK SOUSEDA DĚLÁ NEPLECHU

Dobrý den, vlastníme rekreační chalupu se zahradou. Nad zahradou je pozemek souseda, který se rozhodl bez našeho svolení udělat navážku šterku. Opravil si tak cestu ke své chatě, která začíná u naší zahrady, tato cesta patří obecnímu úřadu. Je to slepá cesta, umístěna na pozemku obce. Navíc jsme se doslechli, že zde chce stavět garáž a dílnu. Od té doby, co takto zasáhl do stavu cesty, nám při silnějším dešti stéká voda na náš pozemek. Voda s sebou strhává i šterk. Vozy, které po této cestě projíždí, ji posouvají čím dál tím více k našemu plotu. Sloupky se začínají naklánět. Navštívili jsme majitele chaty,

aby udělal opatření v tom smyslu, aby byla voda odvedena, tak aby nám neničila úrodu a zbudované posezení. Taktéž, aby zamezil hrnutí zeminy z cesty na náš plot. Majitel nemá vůbec zájem cokoli řešit, vysmál se nám s tím, že si tam udělal na své náklady úpravy, ale cesta je na obecním pozemku. Já si myslím, že může, ale jen tehdy, dokud neškodí svému okolí, a to i obci. Já zase mám právo užívat svůj pozemek, tak jako dosud. Jak se mohu bránit a donutit majitele, aby pozemek upravit tak, aby zabezpečil, že nám nepoteče stékající voda na naši zahradu? Nemíním neustále pracovat na odstranění následků stékání vody. Navíc nám stékající voda způsobuje škodu na zasazené zelenině i květinách.

MÁTE PRAVDU V TOM, ŽE:

Každý má právo užívat svůj pozemek do té doby, než začne **svým konáním porušovat práva jiných či jim dokonce způsobuje škodu.**

Většinou se to týká sousedů, tak jako ve Vašem případě. V případě, že soused udělá nějakou úpravu, která způsobí jeho sousedům újmy, tj. škodu na jejich majetku nebo tento je nucen provádět úklid nánosů bahna, které přinesla voda, apod., je povinen zajistit např. odvádění dešťových vod tak, aby na Váš pozemek – zahradu dešťové vody nevtékaly (odklonit stok vody) či vybudovat jiné zařízení, které by zabránilo sesuvu půdy a posouvání cesty, tak aby Vám zajistilo nerušené užívání Vašeho pozemku – zahrady.

PRÁVNÍ PŘEDPISY:

§ ZÁKON Č. 89/2012 SB., § OBČANSKÝ ZÁKONÍK

Majitelem je však, jak uvádíte, obec, nikoliv majitel chaty. Musíte tedy kontaktovat obecní úřad a zjistit, zda Váš soused měl vůbec k takovému jednání a k úpravám povolení a jaký je tedy skutečný stav a zda se shoduje s tvrzením souseda.

Doporučuji Vám tedy kontaktovat místně příslušný stavební úřad s podnětem k prošetření stavu obecního pozemku (z hlediska zajištění vsakování, resp. odvádění dešťových vod).

SOUKROMOPRÁVNÍ HLEDISKO TÉTO KAUZY

Ze soukromoprávního hlediska upozorňuji na § 1013/1 občanského zákoníku, podle něhož je každý vlastník (tedy i město) povinen zdržet se všeho, co působí, že mimo jiné voda vniká na pozemek jiného vlastníka (souseda) v míře nepřiměřené místním poměrům a podstatně omezuje obvyklé užívání pozemku. Ve Vašem případě je otázkou, zda Vás vnikání vody skutečně podstatně omezuje v obvyklém užívání Vašeho pozemku (za předpokladu, že se tak děje pouze při silném dešti). Nebude-li obec, jako vlastník předmětného pozemku, ochotna napravit závadný stav na základě Vaší písemné výzvy, nezbude Vám, než se domáhat ochrany soudní cestou.

Pro přípravu žaloby můžete využít služeb advokáta www.cak.cz. Zde na levé straně najdete seznam advokátů, a to podle jména, příjmení, adresy

sídla, práva, jimž se advokát zabývá. Je vhodné obvolat více advokátů s tím, že zjistíte cenu jeho služby, neboť mohou být a jsou u každého advokáta jiné, protože jde o smluvní ceny.

Mírně nad rámec shora uvedeného upozorňuji na § 1019/1 občanského zákoníku, podle něhož má vlastník pozemku právo požadovat, aby soused upravit stavbu na sousedním pozemku tak, aby ze stavby nestékala voda nebo nepadal sníh nebo led na jeho pozemek; stéká-li však na pozemek přirozeným způsobem z výše položeného pozemku voda, zejména pokud tam pramení či v důsledku deště nebo oblevy, nemůže soused požadovat, aby vlastník tohoto pozemku svůj pozemek **upravit**. Toto ustanovení se použije v případech přirozeného stékání dešťových vod. Stékají-li prakticky všechny dešťové vody z městského pozemku na Váš pozemek v důsledku navážky zeminy, šterku či zabudování betonových panelů do městského pozemku, nemůže být toto ustanovení aplikováno. Uvádím ho zde pro úplnost.

JUDr. Zdeňka Vejvalková

odborná právní poradkyně RS ČR Brno

STĚHOVÁNÍ PŘI OPRAVÁCH

Dobrý den,

jakožto dlouhodobý abonent D. S. a řádný člen SDČR prosím o radu.

Bydlíme v nájmu (2 + kk) a do většího pokoje zatéká. Majitel domu chce při opravě odkrýt větší část stropu (podhledu), ale když jsem ho upozornil, že nejsme schopni nějak přestěhovat náš nábytek (je nám 72 a 82 let), odbyl mě tím, že sežene pár chlapů, kteří to přestěhují částečně k němu do garáže a částečně na naši terasu.

Jenže terasa je od veřejné komunikace oddělena živým plotem, který je sice neprůhledný, ale nijak zabezpečený (žádná branka apod.). **Co když se něco ztratí nebo třeba jen poškodí. Jak to řešit?**

Děkuji za odpověď.

Jiří Pavelek

Bytový poradce k řešení problému pana Paveleka použil ustanovení nového občanského zákoníku (NOZ, zákon č. 89/2012 Sbírky), která v paragrafech 2235 až 2301 upravují vzájemné vztahy mezi pronajímatelem a nájemcem bytu. Z nich se daného problému týkají zejména § 2259 až § 2262 o úpravách a jiných změnách bytu nebo domu. Pokusme se je citovat a vysvětlovat.

§ 2259

Nájemce je povinen strpět úpravu bytu nebo domu jen tehdy, nesníží-li hodnotu bydlení a lze-li ji provést bez většího nepohodlí pro nájemce, nebo nejde-li o postup pronajímatele na příkaz orgánu veřejné moci, anebo hrozí-li přímo zvlášť závažná újma. V ostatních případech, a lze se domnívat, že jde právě o tento problém tazatele, je změna možná jen se souhlasem nájemce.

§ 2260

Pronajímatel sdělí nájemci nejméně 3 měsíce před zahájením prací alespoň povahu těchto prací, předpokládaný den jejich zahájení, odhad jejich trvání, nezbytnou dobu, po kterou musí být předmětný byt (zde se poradce domnívá, že jde jen o jednu místnost bytu) vyklizen, a poučení o následcích odmítnutí vyklizení; zároveň se pronajímatel zaváže k náhradě účelných nákladů, které nájemci vzniknou v souvislosti s vyklizením, a uvede, jakou zálohu na náhradu nabízí. Neprohlásí-li nájemce do 10 dnů po oznámení, že vyklizení zajistí, má se za to, že vyklizení odmítl.

Tazatel vyklizení neodmítl, ale stanovil si určité podmínky spočívající

v tom, že spolu s manželkou vzhledem k věku nejsou schopni místnost vyklidit. Zde mu pronajímatel nabídl součinnost použít jeho garáž a silné muže. O náhradě, jak se to z dotazu jeví, nejednali, resp. pronajímatel ji pravděpodobně nenabídl.

§ 2261

Je-li nutné vyklizení nejdéle na dobu 1 týdne, postačí oznámit nájemci alespoň 10 dnů před zahájením prací a lhůta k prohlášení nájemce se zkracuje na 5 dnů.

§ 2262

Odmítne-li nájemce byt vyklidit, může pronajímatel navrhnout soudu, aby o vyklizení rozhodl. Toto právo zaniká, nepodá-li se návrh do 10 dnů po nájemcově odmítnutí. Prokáže-li pronajímatel účelnost úpravy, přestavby nebo jiné změny bytu nebo domu a nezbytnost vyklizení bytu, soud návrhu vyhoví; přitom může stranám uložit přiměřená omezení, která lze na nich rozumně požadovat. Před rozhodnutím o vyklizení nelze práce provádět, ledaže to soud povolil. Rozhodnutí soudu v neprospěch nájemce samozřejmě může vést i k rozhodnutí uhradit veškeré výdaje pronajímatele včetně jeho právního zastoupení, soudní výdaje nevyjímaje, tím, kdo soudní spor prohrál.

ZÁVĚRY BYTOVÉHO PORADCE

Tazatel, jak z jeho dotazu vyplývá, zřejmě s pronajímatelem několikrát vyjednával, takže záležitost pravděpodobně spěje k dohodě a nebude třeba volit soudní cestu. Jde jen o to, aby dohoda nebyla v žádném ohle-

du v rozporu s citovanými paragrafy a byla v souladu s rozumným uvažováním.

Tazatel zřejmě bude muset být srozuměn, že postupu pronajímatele, který k odstranění závady na stavební části domu bude muset příčinu zatékání a pak opravu zajistit nikoliv ze střechy, ale právě z předmětné místnosti užívaného bytu; k tomu je nutné v zájmu tazatele z místnosti odstranit dočasně majetek jeho rodiny. Povinnost vyklizení místnosti tedy leží na tazatelově straně, ale na druhé straně je pronajímatel povinen jemu uhradit náklady spojené s vyklizením a tedy i navrácením věcí zpět po uvedení místnosti do předchozího stavu. Pokud bude dohoda sjednána tak, že místo náhrady vše pronajímatel zajistí sám, nelze podle názoru bytového poradce proti takové dohodě rozumně nic namítat. Pokud nelze všechny věci z místnosti uložit v bytu nebo v garáži pronajímatele, bude asi nezbytné větší kusy uložit na terase, která je podle tazatele součástí bytu užívaného jeho rodinou.

Zabezpečení proti zcizení či krádeži je věcí tazatele, ale pokud by k tomu musel sjednat hlídání věcí za úplatu, měl by mu pronajímatel tuto úplatu uhradit. I tato záležitost by mohla být v dohodě obsažena. Bytový poradce doporučuje písemnou formu dohody, kde budou nutné za nájemce podpisy podle nájemní smlouvy; k podpisu tazatele je třeba připojit i podpis jeho manželky, pokud mají společný nájem bytu.

Ing. Karel Hanauer

bytová poradna Rady seniorů ČR Praha



CESTOVÁNÍ S DOMÁCÍMI MAZLÍČKY

I když se léto pomalu chýlí ke konci, stále mnoho lidí se vydává na cesty do zahraničí. Dávno jsou pryč doby, kdy majitelé nechávali své mazlíčky doma a jezdili bez nich. Stále víc našich klientů se vydává na cesty se svým psem i kočkou. A zjištění, že se málokdo v této problematice orientuje, nás přivedlo k tomuto tématu.

Cestování za hranice České republiky se řídí veterinární legislativou. Pro takzvané neobchodní přesuny v rámci EU musí být každý jedinec označen **mikročipem**. Označení **tetováním** je uznáváno, jen když je jasné čitelné a bylo prokazatelně **provedeno před 3. červencem 2011**.

Každý pes nebo kočka musí mít **platný pas**. Majitelé mají často tendenci zaměňovat pas s očkovacím průkazem, někdy s matoucím popiskem mezinárodní očkovací průkaz. Bohužel ani takový očkovací průkaz není dostačující. Každý vystavený pas se váže k veterinárnímu lékaři, který ho vydal a následně pro konkrétní zvíře registroval společně i s údaji o majiteli. Novinkou od 1. srpna 2017 je povinnost přelepovat platná očkování a ošetření proti echinokokóze speciálními průhlednými lepicími štítky nebo lepicí páskou jakožto další ochranný prvek.

Další podmínkou je **platné očkování proti vzteklině** potvrzené ve zmíněném pasu. Při vakcinaci musí být jedinec označen, aby bylo prokazatelné, že byl vakcinován tento konkrétní jedinec a nemohlo dojít k záměně. Očkování proti vzteklině (při první aplikaci nebo při nedodržení vakcinačního schématu) se stává platným až **po 21 dnech** od provedené vakcinace! Právě tato lhůta

je často důvodem sporu mezi veterinárními lékaři a jejich klienty, kteří si včas nezjistili podmínky k vycestování se zvířetem. Veterinární lékař se musí řídit zákony, které dohlíží na jím vykonávanou činnost stejně, jako se řidiči musí chovat podle pravidel silničního provozu.

Není povinností veterinárního lékaře znát podmínky pro cestování do konkrétních zemí. Tato starost náleží přímo majiteli, který má možnost se obrátit na několik institucí a tyto informace si zjistit – vhodné je obrátit se například na Státní veterinární správu. Zákony se každý rok mění, proto by majitel neměl nikdy spoléhat na to, že letos je všechno stejné jako v roce předcházejícím. Někdy jsou to změny k lepšímu, že je méně povinností, ale někdy naopak zase další povinnost přibude. Některé státy požadují 12 až 24 hodin před vstupem na své území **ošetření proti echinokokóze** – takzvané odčervení s účinnou látkou praziquantel. **V pase musí být zaznamenán** podaný lék, výrobce, podaná dávka léku, datum a hodina podání. Mezi tyto státy patří třeba Velká Británie, Irsko, Malta či Finsko.

Při cestování mimo EU je třeba se obrátit například na ambasády, protože se týká i podmínek pro návrat se svým mazlíčkem ze zemí mimo EU.

Jednotlivé státy se v těchto podmínkách dost odlišují, na vině bývá nákazová situace vztekliny v dané oblasti. Podmínky pro cestování nemají přidělovat starosti, ale mají zejména ochranný význam před zavlečením nebezpečných onemocnění.

I přes všechna opatření se i v zemích EU, a to zejména v těch jižních, můžete obávat některých onemocnění, která v naší republice nejsou běžná. Jedná se zejména o exotické infekční nemoci a parazity – mezi nejznámější se řadí tzv. srdeční červivost.

Vždy si před cestou promyslete, jestli chcete podstoupit všechna možná rizika spojená s cestováním se svým mazlíčkem a nebude-li pro něj míň stresující zůstat u někoho z vaší rodiny nebo známých. Pokud se i přesto rozhodnete pro společné cestování, včas si zjistěte, jaké jsou aktuální požadavky pro cestování do konkrétní země.

Přejeme všem klidnou dovolenou a pokud možno žádné komplikace spojené s cestováním i pobytem.

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

JAK PEČOVAT O SUCHÉ VLASY

Drží vaše vlasy špatně tvar, bývají brzy po umytí krepaté, roztřepené, bez lesku a nedají se uhladit? Pokud ano, pak máte suché vlasy. Na trhu však existuje řada vlasových přípravků, které jim dokážou vrátit pružnost, vláčnost a také zdravý lesk.

Říká se, že vlasy jsou korunou krásy. Aby tomu tak bylo i u vás, věnujte svým vlasům takovou péči, jakou aktuálně vyžadují. Někdo má od přírody vlasy masnější a jemnější, jiný naopak bujnou kštici s vlasy hrubšími, hustšími, vlnitějšími a často suchšími, které jsou náchylnější právě na vysušení a poškození.

DEJTE VLASŮM ČAS

Suchým vlasům chybí lesk, vlhkost, je těžké je také upravit do zvoleného tvaru, účes špatně drží, protože jim chybí vláčnost a pružnost a tak někdy se často kroutí všemi směry. To je dáno tím, že vlasové vlákno má narušenou a oslabenou strukturu. Pokud se k tomu přidá ještě poškození vlasů, třeba po častém barvení nebo po trvalé, narušuje se ochranná vrstva vlasu mnohem víc, vlasy se ještě navíc mohou třepit a lámat. Vysušuje je také sluneční záření, takže zejména po létě se vám vlasy mohou zdát

mnohem sušší než po zbytek roku. A samozřejmě jim nesvědčí fénování, kulmování a už vůbec ne používání žehliček na vlasy. Roztřepené konce vlasů se určitě vyplatí zastříhnout, líp se tak zregenerují.

Suché nebo poškozené vlasy, to není konečný stav, se kterým se musíte smířit. Správnou péčí můžete kvalitu vlasů výrazně a hlavně dlouhodobě zlepšit. Bude to však chtít čas a trpělivost.

NEPODCEŇUJTE KONDICIONÉR

Suché vlasy vyžadují především hydrataci, která je pro ně doslova životodárná a dokonale oživí jejich vzhled. Aby vlas byl dostatečně pružný a lesklý, potřebuje právě vláhu. Vsaďte proto na pravidelné používání hydratačních šamponů. Protože voda vysušuje nejen pokožku, ale i vlasy, nemyjte je příliš často, jednou až dvakrát týdně postačí. Po spláchnutí šamponu naneste na vlasy kondicionér, opět nejlépe hydratační. Rozhodně ho nevynechávejte, uhladí totiž povrch vlasů a ty se navíc i lépe rozčesávají. Jednou týdně jim dopřejte pořádný vlasový zábal. Naneste po umytí šamponem hydratační výživnou masku, vlasy zabalte do igelitu a pak ještě do ručníku a nechte dva-

cet minut působit. Následně masku z vlasů smyjte a na závěr krátce vlasy propláchněte studenou vodou. Jen lehce je prosušte ručníkem, ale netřete je a vždy je pročešte hřebenem se širšími zuby. Pokud máte vlasy delší, nechte je volně, mokré vlasy nikdy nesvazujte do gumičky, zvyšovalo by se tím jejich poškození a lámání. Do vlhkých vlasů můžete vetřít tužidlo (ideálně opět určené na suché vlasy) nebo pár kapek vlasového oleje, který pomůže udržet hydrataci a vlasy navíc zvláčňuje a dodává jim lesk.

K péči o suché vlasy jsou vhodné i přípravky pro poškozené a krepaté vlasy, které jim dodají chybějící vlhkost, zároveň napomáhají vyhlazovat a zjemňovat povrch vlasů a pomůžou předcházet jejich krepatění.

Simona Lišková

EXTRA INFO

POZOR NA HORKÝ VZDUCH I NATÁČKY

Nezapomínejte na to, že suché vlasy ničí i horký vzduch. Proto na to pamatujte při fénování či kulmování, působení horkého vzduchu omezte na co nejkratší dobu a držte fén 15 až 20 cm od vlasů. Pokud má váš přístroj možnost volby studeného vzduchu, použijte raději ten. Nesvědčí jim ani natáčení na natáčky, protože suché vlasy jsou křehčí a právě působením natáček se mohou lámat. Před použitím natáček vetřete trochu vlasového oleje. Natáčky nemějte na hlavě zbytečně dlouho a rozhodně v nich nespěte.

CHCETE DOSTAT MUŽE K DOKTOROVI? PŘESVĚDČTE O TOM JEHO ŽENU!

Nechci si připadat jako hypochondr. Na běhání po doktorech nemám čas. To jsou jen některé z výmluv, které používají čeští muži, když se jim nechce na preventivní prohlídku.

Podle průzkumu, který si nechala zpracovat společnost Sanofi, chodí na pravidelná preventivní vyšetření jen asi pět procent českých mužů. Ostatní na to kašlou. Buď k prevenci nevidí kloudný důvod, protože se momentálně cítí zdravě, nebo to považují za naprostou ztrátu času. Tak se alespoň vyjádřila zhruba polovina všech oslovených mužů. Část z nich dokonce přiznala, že nemá ani vlastního praktického lékaře.

se. Hrajeme si proto radši na siláky a téma zdraví podceňujeme," vysvětluje sportovec, který se snaží dělat mezi muži osvětu.

Klinický psycholog Michal Miovský k tomu přidává, že se muži cítí dlouho neohrožení. „Pokud v produktivním věku netrpí chronickým onemocněním či většími sociálními problémy, jako je například nezaměstnanost, nehledají informace o zdraví. Nepřipouštějí si, že by je

ního zdravotního výboru Rostislav Vyzula.

JAK NA TO?

Kampaně, které se snaží přivést muže k lékaři, by proto měly cílit i na jejich partnerky. „Ženy reagují jinak. Na preventivní prohlídky chodí častěji, jsou ke svému zdraví zodpovědnější a dokážou k tomu často přesvědčit i své muže," vysvětluje profesor Michal Miovský.

Petr Koukal souhlasí. „Žena často muže přesvedčí. Třeba v mém případě sehrála důležitou roli moje kamarádka a současně praktická lékařka. Ta mě k vyšetření prakticky donutila," přiznal.

Muži prý potřebují i vysvětlit, co všechno jim choroba přinese a jak špatně mohou dopadnout. „Věta, že je rakovina zabije, s nimi přitom absolutně nehne. Ale pokud jim vysvětlíte, že se budou kvůli pozdě odhalenému nádoru varlat počurávat a přijdou o sex, většinou se upřímně vyděsí," dává další recept Koukal.

PREVENCE ŠETŘÍ FINANCE

Preventivní prohlídky, které v Česku poskytují praktičtí lékaři, stojí zhruba půl procenta nákladů zdravotních pojišťoven ročně – tedy asi 1,38 miliardy korun.

Dalších 60 milionů korun spolky screeningové programy, tedy pravidelné testy na nádory prsu, děložního hrdla či tlustého střeva a konečníku. Alespoň jednu takovou preventivní prohlídku v životě absolvovalo zhruba 58 procent žen a jen 26 procent mužů.

Odborníci z Institutu pro zdravotní ekonomiku spočítali, že pokud by lidé chodili na preventivní prohlídky skutečně pravidelně, každoročně by se zabránilo až 43 tisícům zbytečných úmrtí.

Koalice pro zdraví



PROČ MUŽI NEJDOU K LÉKAŘI?

Další muži se na svého doktora naopak vymlouvali – asi 53 procent z nich uvedlo, že je lékař o nutnosti prevence dostatečně neinformoval. Podle českého badmintonisty Petra Koukala, který sám před lety porazil rakovinu varlat, jde ale jen o výmluvy. Skutečný důvod je jiný: „My muži jsme divní. Máme strach a stydíme

mohla přepadnout nemoc," připomíná. Muži se pak ale dostávají k lékaři pozdě.

Třeba rakovinu varlat lékaři odhalí u pětistovky Čechů ročně, třetinu z nich zjistí v pokročilém stadiu – kdy už nádor vyslal metastázy do jiných orgánů. „V takovém případě je ale naděje na uzdravení malá," podotýká onkolog a současně šéf sněmov-

DLUHY A JEJICH DŮSLEDKY

2. DÍL

V minulém dílu jsme shrnuli rozdíl mezi zdravou a nezdravou půjčkou a seznámili se s desaterem zodpovědného dlužníka. Co dělat, když vám dluhy přerůstají přes hlavu.

Pokud nesplácíte, připravte se na postih. Zpočátku po vás bude dluh vymáhat váš věřitel. Pokud jste se opozdili se splátkou, pošle výzvu k zaplacení. Pokud peníze nemáte, snažte se vyjednat s ním na čas odklad splátek nebo jejich snížení. Zároveň se snažte splácet alespoň menší částky. Ukazuje tím snahu a umořujete dluh.

Pokud na **první výzvu** nereagujete, můžete dostat ještě druhou. Lze se ještě pokusit o dohodu, ale pokud neuspějete, věřitel úvěr zesplatní – může chtít všechno a hned. Pokud nereagujete na výzvu nebo neplníte dohody, rozjede se proces vymáhání pohledávek. Ten startuje předžalobní upomínkou.

Společnost rozhodne, dluh bude vymáhat sama, předá ho **externí společnosti, nebo spolupracující advokátní kanceláři**. Setkání s vymahačem bývá pro dlužníka nepříjemné. Vymahač se snaží zjistit sociální situaci a jeho ochotu ke splácení a snaží se ho přimět ke spolupráci. Může vás navštěvovat, posílat vám dopisy, telefonovat a zveřejňovat pohledávky v tisku, na internetu atd. Nemusíte vymahače pustit do bytu, a pokud máte pocit, že jeho metody jsou na hraně zákona, opatřete si raději svědky a obraťte se na Policii ČR. Každopádně pokud se vymahači nepodaří od vás peníze získat, bude následovat soud a exekuční řízení.

KDYŽ ANI VYMÁHÁNÍ NEPOMŮŽE

Pokud se nikomu nepodařilo vás přimět ke splacení dluhu, očekávejte soudní obsílku, často platební rozkaz. Ten může soud vydat bez vašeho vědomí, na základě věřitelem předložených důkazů. Máte 15 dnů na případné podání odporu nebo nabude platební rozkaz právní moci. V tu chvíli může věřitel rovnou za exekutorem.

EXEKUCE

Exekuce je státem povolený a řízený způsob vymáhání dluhů. Provádí ho exekutor – úřední osoba rozhodnu-

tím soudu pověřená vymáháním dluhů. Všichni musejí být členy Exekutorské komory, u níž si také můžeme stěžovat na chování a postupy konkrétního exekutora. Než vám zabaví majetek, musí to zkusit po dobrém:

1. Pošle vyrozumění o zahájení exekuce s tím, že máte 30 dnů na splacení dluhu.
2. Poté zjistí, jestli vám může „sáhnout na peníze“ – obstará účet váš nebo vašeho manžela/manželky, strhnout si dluh ze stavebního spoření atd.
3. Může přikázat srážky ze mzdy nebo z důchodu.

Pokud toto vše nevede k úhradě dluhu může přistoupit k zabavení a prodeji majetku, a to jak movitého (auto, elektronika), tak nemovitého (dům, chata).

Co vám exekutor nesmí vzít?

Musí vám nechat běžné vybavení domácnosti – pračku, ledničku, sporák, snubní prsteny, hračky, zdravotnické potřeby a nástroje potřebné pro výkon profese. Všechno ostatní může zabavit a prodat v dražbě.

NEPŘEBÍRAT POŠTU NEPOMŮŽE

Mylná je představa, že vám pomůže, pokud nebudete přebírat poštu nebo začnete svůj majetek odvázet jinam. Pokud vám dopis nepředá poštovní doručovatel do vlastních rukou, je uložen na poště a 10. den nastává takzvaná fikce doručení – tedy má se za to, že jste si zásilku převzali. A zároveň platí zákaz nakládání s vlastním majetkem. Jakýkoliv jeho prodej, převedení a podobně by v tuto chvíli byl neplatný.

KDYŽ NEVÍTE KUDY KAM...

Pokud se dostanete do situace, kdy si dlouhodobě s dluhy nevíte rady, navštivte některou z občanských poradn (www.obcanskeporadny.cz), případně poradnu při finanční

tísni (www.financnitisen.cz). Zde s vámi proberou bezplatně vaši situaci a možná vás nasměrují k oddlužení.

Oddlužení, lidově zvané osobní bankrot, je zákonem stanovené řešení dlužnickovy neschopnosti splácet své finanční závazky. Těm, kdo splní podmínky, nabízí životní restart. Ochranu před věřiteli, nenavyšování úroků a nakonec po pěti letech i osvobození od dluhů.

JAKÉ PODMÍNKY MUSÍ SPLŇOVAT KANDIDÁT NA ODDLUŽENÍ?

- ▶ Má více věřitelů a je v úpadku (minimálně 30 dnů po splatnosti nebo prokazatelně bez prostředků na budoucí splátky)
- ▶ Dluhy nevznikly podnikatelskou činností
- ▶ Nemá nepoctivý záměr (nezadlužil se se záměrem žádat o oddlužení)
- ▶ Má stabilní příjem, ze kterého během pěti let dokáže umořit alespoň 30 procent dluhů

Formulář žádosti o oddlužení s vámi vyplní insolvenční správce nebo notář a podává se k příslušnému krajskému soudu. Od té chvíle běží třicetidenní lhůta pro věřitele, kdy musejí do řízení přihlásit svoje pohledávky. Pokud soud oddlužení povolí, bude tento formulář veřejně přístupný na internetu. V průběhu oddlužení jste povinni dodržovat jeho podmínky:

- ▶ vykonávat výdělečnou činnost
- ▶ hlásit insolvenčnímu správci jakýkoliv mimořádný příjem, z něj máte povinnost uspokojit věřitele
- ▶ neposkytovat výhody žádnému z věřitelů
- ▶ znovu se nezadlužit

Po uplynutí pěti let a splnění všech podmínek vás soud na vaši žádost oficiálně osvobodí od placení zbývajících částí přihlášených pohledávek.

Rubriku připravuje:

Sdružení českých spotřebitelů, tel. 261 263 574, e-mail: spotřebitel@regio.cz, www.konzument.cz



SUDOKU

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

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

Chlubí se jeden policista na strážnici kolegům: „Kluk dostal k narozeninám puzzle. Bylo tam napsáno 3-7 let. A já to složil ani ne za rok!“

Na věšácích v předsíni zasedací síně francouzské vlády visel nápis: „Určeno jen pro členy vlády!“ Jednoho dne tam kdosi připsal: „Ale mohou se zde věšet i kabáty.“

„Číšníku, že by to vaše pivo mělo říz, to se říci nedá.“

„No vidíte a zrovna máte dva-náctku říznutou sedmičkou.“



BÁSNIČKA

KRÁSY LÉTA – ČAS DOVOLENÝCH

Pryč s dlouhou zimou,
myslíme na prima dovolenou.
Říkáme si, už je to tu,
spěcháme přímo do Čedoku.
Dovolená u moře, výlety, opalování,
přemýšlíme o financování.
Najdou se i dobré cestovky,
s nimi ušetříme i stovky.
Autem, busem, letadlem,
s kterým tam budeme hned?
Kdy a kde nám bude dobře,
abychom viděli krásné moře.
Krásná je i celá střední Evropa,
zajímavých míst je zde celá kopa.
A co naše Česko?
Je stejně krásné
jak sousední Slovensko.
Nejlepší dovolená letadlem,
nejvíce ušetříme časem.
Ti, co se v autobuse, autě moří,
my už se koupeme v moři.
Turistika po horách, dlouhé túry,
můžeme přitom absolvovat odtučňovací kúry.
A co krásné Chorvatsko?
Nebude to brzy Česko?
Proto se táži,
kolik Čechů je pokaždé na každé pláži?
Chůze po horách, Dolomitech, po jejich chodníčku,
chce to pořádné boty a výbornou kondičku.

Každé léto dovolená musí běžet,
nebudeme doma v obýváku u televize ležet!
Na dovolenou má každý občan právo, naději,
dospělí mají radosti víc než dosti,
největší však jejich ratolesti.

Jana Procházková, Ivančice-Němčice

VYHRÁLI S DOBOU SENIORŮ

Správné řešení tajenky ze srpnového vydání DS: ...Já přece vím, co je uvnitř.

Správnou odpověď nám zaslali a štěstí při losování měli **Zdeňka Brucknerová, Sadská, Jiřina Bednarská, Ostrava 8, Václav Štílec, Studenec, Ing. Miroslav Hudec, Praha 3, a Alena Tošilová, Praha 4.** Výhry věnoval sponzor naší velké křížovky, brněnské vydavatelství Markéta Křížovky. To vydává celkem 12 titulů křížovek, které zpřijemní váš den: Křížovky o ceny, Křížovky pro mladé i dospělé, Křížovky pro dobrou náladu, Křížovky pro chvíle pohody, Křížovky veselé pro mladé i dospělé, Křížovky zajímavosti, Veselé křížovky na cestu, Křížovky rozverně, Křížovky pro všechny, Osmisměrky, Křížovky veselé perličky, Křížovky anekdoty. Bližší popis obsahu křížovek najdete na webových stránkách www.krizovky-marketa.cz.

Nabízíme zvýhodněné předplatné, s každým číslem jedno zdarma! Časopis získáte za nižší cenu + poštovné a balné. Předplatné může být i vhodným dárkem. Rádi vám poštou nebo e-mailem zašleme dárkový certifikát.

Tajenku z dnešního čísla pošlete na adresu či mail redakce do **15. září 2017**. Pokud chcete soutěžit o výhry, nezapomeňte napsat korespondenční adresu, kam ji může sponzor křížovky zaslat. Mailová adresa opravdu nestačí!

SUDOKU (6), vyhrává Josef Novotný, Liberec

	BODLÁK	1	ZNAČKA AMERICIA	ÚDOLÍ kniž.	OSVĚDČENÍ mn. č.	SLOVENSKÉ HORY	M	TEN I ONEN	CELNÍ KÓD KAJMAN. OSTROVŮ	ODLA-MOVAT	ODPAD PŘI ŘEZÁNÍ	JMÉNO HEREČKY MANDLOVÉ	NÁRODNÍ LIDOVÁ ARMÁDA něm. zkr.	KÓD LETIŠTĚ TAŠKENT
POSTUPNĚ SPADNOUT							KDO OKUPUJE							
OSAMĚ-LOST							3 KOMERČNÍ BANKA zkr.							
TLAK KRVĚ zkr.			LETECKÁ JEDNOTKA OLGA dom.					JINAK zast. KORÁLOVÝ OSTROV						
OZVĚNA				JIHO-SLOVAN ELIŠKA dom.			ORG. SLOUČENINA SLOVENS. REPUB. zkr.						POČÍNAT SI TAKTICKY	OBYVATEL INDIIE
LETECKÉ ÚTOKY							BÝTI NEMOCEN KROPIČÍ NÁDOBA							
M	NÁSTROJE K ŘEZÁNÍ V PRAVÉM ÚHLU					ČÁSTI STŘECH LETEC						KDYŽ zast. NEMNOHO		
MALÁ ŠELMA					PŘED-LOŽKA JAKÉ MNOŽSTVÍ			POPĚVEK OSOBNÍ ZÁJMENO				KÓD MAKEDONIE INICIÁLY KRYLA		
SMYČKY				BIOGRAF HRÁČ V KOŠÍKOVÉ				PRACOVAT NA STAVU DRAVÍ PTÁCI						DÁVAT RÁNY NOHOU
LINKA DŮVĚRY zkr.			KUSY DŘEVA NAŠ HUMORISTA								TĚLOCVIČNÍ PRVEK ZASTĚNÁNÍ kniž.			
DRAVÝ PTÁK								INIC. HERCE SOBOTY MAĎARSKÝ ZÁPOR			ORG. ZAHR. OBCH. zkr.			
PŘIVÉST K ŽIVOTU							VOJENSKÝ PAKT NOVINKA zast.					OPICE OLYMPIJ. VÝBOR zkr.		
M	OVLÁDNOUT	LAHODNÝ NÁPOJ kniž.	2			NEPOHODLÍ řidč. MEGALIT. STAVBA								
OPOTŘEBOVAT JÍZDOU					PŘEVYŠOVAT ZÁSTUP LIDÍ									
POLICEJ. SPORTOV. KLUB zkr.				ZÁZRAK HLAVNÍ MĚSTO MALI				VYDÁVAT ZVUK HODIN						
ZNAČKA ASTATU			OBAL NA CHMEL TATR. NÁR. PARK zkr.											
NEROZ-TAVOVATI														
JINAM					ŠKUBÁNÍ V OBLIČEJI ZKR. SOUH. DORADO									
CHEMICKÝ PRVEK zn. V						TU MÁŠ OSOBNÍ ZÁJMENO								
ÚTOČIT														
NÁSADY K SEKYŘÁM							TAS, NVA, KY AMIN, BAMA KO DILIT, NEM BALOT, MKD							

HONEM KAMERU!



Včera jsem běžel dvacet kilometrů v hodině. To ti nevěřím. Zeptej se Emila, běžel se mnou. No to ...

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

Bližší popis obsahu našich křížovek najdete na našich webových stránkách www.krizovky-marketa.cz.

VÁŽENÁ REDAKCE,

děkujeme za otištění článku při příležitosti 10. výročí založení našeho klubu – KS kulturní dům Šimanovská, Praha 14. Nejsem redaktor a je mi 90 let, takže mě moc potěšilo, že jste můj text zpracovali a otiskli. Přeju vám hodně úspěchů ve vaší práci.

J. Makalová

VÁŽENÁ PANÍ MAKALOVÁ,

snažíme se dělat časopis pro všechny seniory, pro ty známé, i pro ty docela neznámé a také pro ty budoucí. Velmi nás těší příznivé ohlasy a jsme rádi, když čtenáři berou Dobu seniorů za svůj časopis a mají chuť ho s námi, prostřednictvím svých příspěvků dotvářet. Proto děkujeme i za váš příspěvek a budeme se těšit na další.

Redakce

VÁŽENÁ PANÍ ŠÉFREDAKTORKO,

dovoluji si moc poděkovat za zveřejnění mých dvou článků, ani jsem v to moc nedoufala. O to jsem měla větší radost, když jsem si v pátek 28. 7. Dobu seniorů koupila, a to hned dva výtisky, abychom měli do kroniky Svazu důchodců v Humpolci. Víím, že příspěvků máte plno, jak píšete ve svém úvodníku, proto opravdu moc děkuji. Přeji vám samé dobré a zajímavé zprávy z různých regionů, pohodu v práci i v životě. Prosila bych o jednu informaci, dokdy je stanoven termín posílání příspěvků do vašeho časopisu, zda by toto šlo dát na vědomí třeba i v úvodníku v zářijovém nebo jiném čísle.

Děkuji, s pozdravem
Jana Reichertová, Humpolec

VÁŽENÁ PANÍ REICHERTOVÁ,

děkuji za váš dopis, potěšil mě, a stejně jako v případě paní Makalové, i vám děkuji za příspěvky. Doba seniorů může být pestrá a mapovat události i ve městech i vískách jen díky dopisům našich čtenářů-se-

niorů. Těžko bychom to stihli objet a zmapovat sami, proto děkujeme!

Co se týče uzávěrek, je to různé, přesné datum platné pro všechna vydání neexistuje, mění se. Ale můžete použít následující vodítko – DS vychází poslední pátek v měsíci. Ideální je mít příspěvky kompletně pohromadě nejpozději dva týdny před tímto termínem. Aby stihly projít editorskou úpravou, korekturou, byl čas na grafické zpracování a druhou, případně třetí korekturu a samozřejmě také na předtiskovou přípravu. V každém vydání Doby seniorů je napsáno, kdy vyjde ta příští. Pokud od tohoto data odečtete dva týdny, máte termín naší redakční uzávěrky. Co přijde později, se zařadit může, pokud zbývá prostor a čas, ale nemusí. Výjimkou jsou samozřejmě významné, předem ohlášené akce, na které se nechá volný prostor, a pak se do něj prostě musíme trefit, nebo aktivity Rady seniorů, reagující na aktuální vývoj.

Lenka Desatová

DOBÝ DEN, VŠEM V REDAKCI

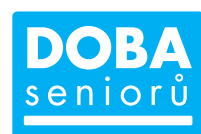
v příloze posílám příspěvek od nás z východního cípu ČR. Mám jenom jeden dotaz, kdy míváte uzávěrku jednotlivých čísel, abych mohl do budoucna s tím počítat? Budu nyní posílat občas info ze severu Moravy a Slezska. Děkuji za odpověď.

Karel Moškoř

VÁŽENÝ PANE MOŠKOŘI,

děkujeme a vítáme vás mezi našimi přispěvateli nebo chcete-li dopisovateli. Váš příspěvek zařazujeme a těšíme se i na další. Na datum uzávěrky odpovídá šéfredaktorka v předchozí odpovědi, proto jen stručně: nalistujte stranu 32 Doby seniorů, podívejte se na datum, kdy vyjde další číslo, a od něj odečtete 14 dní. A máte aktuální redakční uzávěrku.

Redakce

**OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN**

Roční předplatné 192 Kč / Cena za kus jen 16 Kč

Objednávací ☐Předplatné formou dárku ☐

složenku odeslat na adresu odesílatele objednávky

DOBU SENIORŮ objednávám od čísla (včetně) ☐**ZPŮSOB PLATBY**☐ složenku☐ SIPO: spojení č. ☐ fakturou: IČO/DIČ ☐ bank. převodem č.ú. podpis:

Objednávkový kupon vystříhnete nebo okopírujete 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 bankovní převod. Peníze odešlete na konto, které je uvedeno na složenke. Zde najdete i Váš variabilní symbol, který nezapomeňte vyplnit. V případě nejasností nebo dotazu zavolejte do zákaznického centra ALL Production, s. r. o., na tel.: **840 306 090**, kde Vám potřebné údaje rádi sdělí. Dotázat se můžete i prostřednictvím tohoto e-mailu: dobaseniuru@predplatne.cz.

Objednat předplatné DS lze přes internet na adrese:

www.predplatne.cz/katalog/spolecenske-casopisy

Předplatným můžete udělat radost svým blízkým a přátelům.

jméno:

příjmení:

ulice:

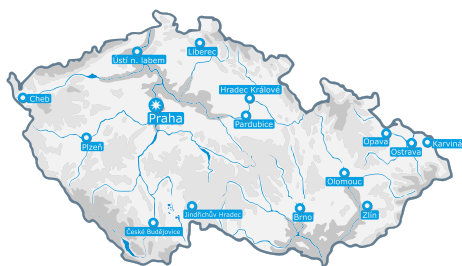
číslo popisné:

město:

PSČ:

telefon:

e-mail:



☎ 234 462 074-7

🌐 www.rscr.cz

📍 **Rada seniorů České republiky**
(Dům odborových svazů)
130 00 Praha 3



**Rada seniorů
České republiky**
zapsaný svaz spolků

PORADNY RS ČR

Brno

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

České Budějovice

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

Hradec Králové

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

Kladno

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

Ostrava

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

Plzeň

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

Ústí nad Labem

Poradna SON a KR seniorů ÚK
Velká Hradební 2, 400 01
Ústí nad Labem, telefon 702 819 424

Zlín

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

PRODEJNÍ MÍSTA 2. ČÁST – kompletní seznam najdete na webových stránkách Rady seniorů www.rscr.cz

POTRAVINY	Na Bamboušku 264	Praha 5–Lipence	TRAFIKA–KOVAŘÍK	Vacínova 876/10	Praha 8–Libeň
POTRAVINY–LESO	Elišky Přemyslovny 437	Praha 5–Zbraslav	STÁNEK LAGARDERE–NEVIMA	Budínova /u nemocnice Bulovka	Praha 8–Libeň
TABÁK–ZBRASLAV	Přimero 1396	Praha 5–Zbraslav	TABÁK–HLEBA	Poznaňská 446/30	Praha 8–Bohnice
CITI TABÁK–FINEX GLOBAL	M–Nové Butovice /vestibul/	Praha 5–Stodůlky	Citi tabák–Finex Global/Lodžská	Lodžská 399/26 /OC Odra–přízemí	Praha 8–Bohnice
DĚDIČ – D + D	Jugoslávských partyzánů 952/30	Praha 6–Bubeneč	CITY TABÁK–FINEX GLOBAL	Zhořecká 514/2	Praha 8–Bohnice
POTRAVINY–T. P. HONG	Kladenská 126/51	Praha 6–Vokovice	TABÁK–POKORNÝ	Mazurská/aut.zast.Poliklinika Mazur	Praha 8–Troja
TABÁK–ČERNÝ	Na hutích 582/3	Praha 6–Dejvice	TABÁK–SAMCOVÁ	Střelnická /roh Zdišská/	Praha 8–Kobylisy
TABÁK–CAROLINE DESING	Čs. armády 872/33	Praha 6–Bubeneč	STÁNEK	Hornátecká /MHD Sídliště Kobylisy	Praha 8–Kobylisy
CITI TABÁK–FINEX GLOBAL	Evropská 695/73	Praha 6–Vokovice	SLUNEČNICE–SALIM	Černého 428/4	Praha 8–Střížkov
STÁNEK HDS–DANKANYCH	Dejvická /před č.36/	Praha 6–Bubeneč	TRAFIKA–TUAN HA LUONG	Frydlantská 1306/22	Praha 8–Kobylisy
TRAFIKA–BABKA	Makovského 1225/19	Praha 6–Řepy	TABÁK–ŠTĚPÁNÍK	Opálcova 1658/2 (OD Ládví)	Praha 8–Kobylisy
TRAFIKA–VOREL/Suchdol/	K míram 1205/2	Praha 6–Suchdol	KNÍHKUPECTVÍ–ŠIMSOVÁ	Třeboradická 1067/31	Praha 8–Kobylisy
POTRAVINY–JP PRAHA	Výhledské náměstí 1088/1	Praha 6–Suchdol	CITI TABÁK–FINEX GLOBAL	Pod sídlištěm /u M–Kobylisy–aut.zas	Praha 8–Kobylisy
Tabák–Pech	Bělohorská 231/99	Praha 6–Břevnov	TRAFIKA–HOZÁKOVÁ	Binarova /KD Ládví/ 1661	Praha 8–Kobylisy
TABÁK	Bělohorská 672/129	Praha 6–Břevnov	TABÁK–KOUTNÁ	Slancova 1255/16	Praha 8–Kobylisy
TRAFIKA–KANCIN	Dělnická 464/49	Praha 7–Holešovice	VALMONT 185 /BŘEZINĚVES	Ďáblická 1061	Praha 8
TABÁK	Strossmayerovo náměstí /před č.12/	Praha 7–Holešovice	POTRAVINY–XUAN THUY PHAM	Ďáblická 118/63	Praha 8–Ďáblice
TABÁK–SLAVÍKOVÁ	Dukelských hrdinů 967/10	Praha 7–Holešovice	VALMONT 169–PRAHA	K Ďáblicům 1117/1	Praha 8–Dolní Chabry
TRAFIKA–HUKAL	Milady Horákové 533/28	Praha 7–Holešovice	POTRAVINY–THI LIEU CAO	Osecká 713/5	Praha 8–Dolní Chabry
TRAFIKA	Janovského /vchod Šternberkova/ 767	Praha 7–Holešovice	TABÁK–HOJAČ	Veltruská 557/27	Praha 9–Prosek
MINI MARKET–VAN BINH TA	Ovenecká 524/12	Praha 7–Holešovice	POLIKLINIKA–ŠPINKOVÁ	Lovosická 440/40 /poliklinika Prose	Praha 9–Střížkov
TRAFIKA–SLAVÍKOVÁ&PĚTRÁSEK	Milady Horákové 492/65	Praha 7–Holešovice	VALMONT CR, spol. s r. o.	Vysočanská	Praha 9–Prosek

Šéfredaktor Ing. Lenka Desatová. Adresa redakce a inzerce: Nám. W. Churchilla 2, Praha 3–Žižkov, 130 00, e-mail: dobaseniuru@rscr.cz.
Kontakt výlučně pro inzerci: obchod@reflexadvertising.cz. S redakcí se můžete také spojit prostřednictvím pražské poradny RS ČR. Vydává Rada seniorů ČR (www.rscr.cz). Grafická úprava: Matouš Johanides. Tisk: Triangl, a. s. Rozšiřují PNS a Česká pošta, předplatné agentura A.L.L. Production, s. r. o., box 732, 111 21 Praha 1, tel.: 234 092 851, e-mail: dobaseniuru@predplatne.cz. Registrace MK E 16412, ISSN 1801-5859. Články vyjadřují názory autorů a nemusejí být totožné s názorem redakce. Nevyžádané texty a fotografie se nevracejí.

JSME VŠUDE TAM, KDE STARŠÍ GENERACI O NĚCO JDE

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



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

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

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

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