

Přejeme všem šťastný nový rok 2011!

DOBA seniorů

č. 1 / VII. ROČNÍK LEDEN 2011 14 Kč

Cena v předplatném 11 Kč

Ivo Medek Kopaninský:

Nemám čas na lenošení

**TESTOVALI JSME
BIOBEAM 940**



**Jak si vypočítáte
penzi v roce 2011**



**NÁŠ NOVÝ SERIÁL
Legendy
bez svatozáře**



Pomozte nadaci najít Českou ženu roku

Odmítají platit za špatné vládnutí

Vláda Petra Nečase čelila 8. prosince jednodenní protestní stávce zaměstnanců státní a veřejné sféry a mnoha shromážděním ve všech krajských a vybraných městech České republiky. Konaly se celkem na 21 místech a přímo se do nich podle odhadu odborářů zapojilo 148 000 lidí, dalších 190 tisíc akci vyslovilo solidaritu. Šlo o jednu z největších protestních akcí v posledních letech. Účastníci protestovali proti snižování platů ve veřejné sféře a ve službách, proti škrtům v sociálních dávkách, změnám v zákoníku práce, proti likvidaci benefitů.

Na Palackého náměstí v Praze kvůli tomu přišli asi dva tisíce lidí. Vedle vlajek a transparentů, se kterými přišli zaměstnanci Národního divadla, byla vidět hesla „Zastavme asociální reformy“, „Škrtat umí každé dítě, společnost se škrtat nedá“, nebo „Dvacet let totality demokratických zlodějů“.



Mezi řečníky byl i europoslanec a bývalý odborový předák Richard Falbr. Prohlásil mimo jiné, že ministr financí Miroslav Kalousek chce destabilizovat stát. „Něco podobného se dělo už po roce 1948. Teď ještě zbývá, aby přišla vláda s heslem 70 000 lidí do výroby,“ poznamenal. Předseda Českomoravské konfederace



odborových svazů Jaroslav Zavadil uvedl, že odbory protestují proti způsobu, jakým vláda připravuje reformy. Odbory podle něj přijdou s vlastními návrhy.

Odboráři na shromáždění přečetli svou výzvu vládě, poslancům a senátorům. Mj. se v ní uvádí: „Vždy jsme deklarovali, že



příjmy státního rozpočtu vedle rozumných úspor, které podporujeme, musí zajistit především zdanění šedé ekonomiky, podpora ekonomického růstu a zavedení pro-

gresivní daně u vysokých příjmů.“ Účastníci protestu se také veřejně ohradili proti podle nich nepromyšleným změnám a odmítají, aby platy policistů, hasičů, civilních zaměstnanců, úředníků, pracovníků ve zdravotnictví a sociálních službách, ve školství a kultuře sloužily jako „rozpočtové záplaty“. „Odmítáme platit dluhy za špatné vládnutí!“, končí prohlášení. Na odborářskou akci reagoval i prezident Klaus. Podle jeho slov šlo o údajně nezodpovědný počín a odboráři prý svou stávkou chtěli odčinit to, že neprotestovali, když se problém veřejných financí rozbíhal. Zadlužení státu se mělo řešit již dávno a na jeho vyřešení je třeba hlubších reforem, a ne jen částečných škrtů, uvedl. Podle prezidenta problém začal počátkem právě končícího desetiletí, kdy byla u moci ČSSD. Podle odborů za destabilizaci veřejných financí ale může především neodpovědné snižování daní za vlády Mirka Topolánka.

(red) ■

Glosujeme: Skutečně milionové hoši!

Velmi štědře se ke svým devíti zaměstnancům zachovala společnost IZIP, která spravuje elektronické zdravotní knížky. Loni jim totiž vyplatila 59 miliónů korun. Každý z nich si tak vydělal průměrně 546 tisíc korun měsíčně, a to převážně z peněz pojištěnců Všeobecné zdravotní pojišťovny (VZP). Horentní částky do-

stávali i přesto, že projekt elektronických zdravotních knížek nefunguje tak, jak by měl. Zdravotní údaje o pacientech totiž sdílí přes internet jen minimum lékařů. Navíc měla firma po odečtení platů zisk jen pět miliónů. Společnost IZIP provozuje pro VZP elektronické zdravotní knížky se zdravotními daty zhruba 2,3

milionu z celkem 6,5 milionu pojištěnců, kteří knížku mají. VZP už za elektronické knížky zaplatila přes miliardu korun. Měsíční paušál firmě IZIP, která systém provozuje, činí 20 miliónů korun. Co dodat? Šetřit zjevně nemusí všichni. Nu což, aspoň víme, proč se i od důchodců vybírají poplatky u lékaře...

Novoroční slibování

Je tu opět nový rok. Kromě zjištění, že jsme zase o rok starší je to také doba, kdy hodnotíme rok právě uplynulý. A říkáme si, co v tom dalším budeme dělat lépe. Ve dnech kolem příchodu roku tak víc než jindy můžeme slyšet, že ta či onen už určitě skončí s cigaretami a začnou něco dělat pro svoji kondici. Další už ví, o kolik chce zhubnout či co provede pro to, aby vylepšil své finance. Atd. atd.

**RÁD BYCH VÁS JMÉNEM
VLÁDY UBEZPEČIL, ŽE
TENTO ROK BUDE LEPŠÍ,
NEŽ TEN DALŠÍ.**



Nejde zdaleka jen o naše soukromá přání. V době kolem nového roku slibují i politici. A tak znějí projevy o potřebě šetření a snižování státního dluhu. Přitom vlastně před pár dny bylo oznámení o vydávání státních obligací v hodnotě více než sto miliard korun, což není nic jiného než skrytá forma dluhu. Jinak ovšem ale stát chybějící finance zřejmě neumí zís-

kat... Opět slyšíme o odpovědnosti, zlepšování kondice státu, o potřebě boje proti korupci. Viz i zatím poslední skandál kolem ministra Drobila.

Předsevzetí a sliby ale mají hodnotu jen tehdy, když se stanou činy. Bohužel, o činech to dosud až tak příliš není. Bez nich však předsevzetí mají hodnotu prázdné slámy. Ta malá soukromá i ta velká politická. Skutečností je, že změna je možná. Je to v první řadě o nás samotných. Proto závěrem novoročního povídání raději básničku mého dlouholetého přítele Františka Novotného. Má název PF a je z jeho básnické sbírky Blažení:

Nepřeji nám shon a „ber kde ber“
Nepřeji srdcím tep podle děrné pásky
Namísto krve nepřeji nám zmrázky
A nepřeji nám život na úvér

Ne nepřeji nám příliš velké cíle
Sluší k životu mít i pár nejistot
A více slušnosti by přišlo také vhod
Ať krásné ovoce nebývá uvnitř shnilé

Ať pocítíme jasně svůj mozek svaly kosti
Ať pilně vychutnáme svou každodenní chuť
Bez barvy razítek a přebytných schůzí
Ať žijem podle svého a ne jen ze známosti

Dovolte mi, abych Vám v duchu této básně Františka Novotného i já popřál vše nejlepší v roce 2011 a hodně sil v boji proti prázdným slibům, aroganci a blbosti. A ať se vám splní všechna osobní předsevzetí.

František Vonderka

šéfredaktor

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

né 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 foto se nevracejí.

DALŠÍ ČÍSLO VYJDE

28. ledna 2011.



**Rada seniorů
České republiky**
občanské sdružení

PORADNY RS ČR

Sídlo pražské poradny Rady seniorů České republiky je v Domě odborových svazů v Praze 3, nám. W. Churchilla 2.

Telefonní spojení: 234 462 073-7

oblast sociální: 234 462 074

oblast právní: 234 462 074

oblast bytová: 234 462 076

E-mail: poradna.praha@rscr.cz

Poradny Rady seniorů ČR jsou i letos pro všechny seniory zdarma.

Návštěvní hodiny:

Každý pracovní den (8-14 hod.) je otevřena poradna sociální. Pracovníci poradny vyřizují každé pondělí a středu (14-16 hod.) otázky právní, každé úterý a čtvrtek (14-17 hod.) otázky bytové.

Aktuální informace k práci jednotlivých poraden najdete také na www.rscr.cz.

KONTAKTNÍ ÚDAJE

REGIONÁLNÍCH PRACOVISŤ RS ČR:

Hradec Králové:

Dům odborových služeb,
Gočarova 1620 – kancelář 405
Telefon: 495 521 048

E-mail: poradna.hradec.kr@rscr.cz

Vedoucím regionálního pracoviště je
Prof. RNDr. PhDr. Jan SOLICH, CSc.

Ostrava:

Ostrčilova 4/2691, 5. patro
Telefon: 599 445 532

E-mail: poradna.ostrava@rscr.cz

Vedoucím regionálního pracoviště je
Ing. Oldřich POSPÍŠIL.

Brno:

Dům odborových služeb,
Malinovského nám. 4 – kancelář 414
Telefon: 532 269 414
e-mail: poradna.brno@rscr.cz

Vedoucím regionálního pracoviště je
Ing. Pavel BŘEZA.

Regionální pracoviště pracují v obdobném režimu jako pražské ústředí.

UPOZORNĚNÍ

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

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

Věcný dialog **prospívá všem**

Vedení Rady seniorů na konci roku uskutěnilo několik jednání, která dokumentují snahu nejrepresentativnějšího českého seniorského uskupení o co nejširší dialog k otázkám, které se dotýkají života českých starobních důchodců. I když šlo o jednání s různými partnery, témata byla podobná. Chystané reformy a jejich možné dopady na stávající starobní důchodce, otázky bydlení zejména osamocených seniorů, výše důchodů a jejich valorizace, ale třeba také možnosti využívání evropských fondů českými seniory. Že nešlo jen o nějaké obecné výměny názorů, ale o hledání styčných bodů a možných společných postupů, potvrdilo už jednání s vedením ČSSD. Kromě toho, že se probírala již zmíněná témata a hovořilo se tom, co obě strany v tomto směru podnikají, hodnotily se i výsledky dosavadního



Předseda RS ČR Zdeněk Pernes ministru Jankovskému předal studii, týkající se nájemního bydlení seniorů v Praze

dialogu. ČSSD tak v minulosti například podpořila mnohé legislativní iniciativy, k nimž dala podnět Rada seniorů ČR. Shoda přitom panuje zejména v tom, že je třeba zabránit tomu, aby chystané vládní reformy drasticky ovlivnily životní úroveň starobních důchodců. Nejenom slovy, ale praxí by se mělo stát to, k čemu se ČR zavázala přijetím dokumentů, týkajících se příprav na stárnutí společnosti. ČSSD se hodlá podle slov svého úřadujícího předsedy Mgr. Bohuslava Sobotky zasadit o to, aby odborníci z řad seniorů byli více využíváni v činnosti pro seniory. V tom tato strana zastává obdobný postoj jako prezident Klaus, který potřebu většího zapojování seniorů do práce se seniory a to např. v oblasti sociálních služeb, zdůrazňoval během přijetí zástupců RS ČR na Hradě o 14 dní dříve.



Během jednání v Lidovém domě

Na setkání s ČSSD se hovořilo i o spolupráci na úrovni krajů, kde je tato strana většinou u moci a má díky tomuto postavení i jiné možnosti případné podpory seniorských aktivit než na celostátní úrovni. Ačkoli to ve všech krajích ještě nefunguje podle představ RS ČR a existují rezervy, spolupráce s Asociací krajů ČR je celkově už nyní pro obě strany prospěšná a zajímavá. Na jednání 30. listopadu bylo rozhodnuto, že ČSSD a RS ČR uzavřou dohodu, ve které budou definovány oblasti a formy vzájemné spolupráce. Nebude začínat od nuly: naváže na to, co už se podařilo.

V poněkud jiném duchu se nesla následující dvě setkání na ministerstvu práce a sociálních věcí a na ministerstvu pro místní rozvoj. Už proto, že šlo o první oficiální jednání s jejich novými šéfy, kteří do funkcí nastoupili po volebním vítězství současné pravicové vládní koalice. I zde byly však rozhovory otevřené a věcné a v mnohém užitečné. U ministra práce a sociálních věcí Dr. Ing. Jaromíra Drábka (TOP 09) se 2. prosince hovořilo o dotačním programu MPSV, týkajícím se podpory veřejně účelných aktivit seniorských organizací s celostátní působností, o dosavadní a možné budoucí činnosti Rady vlády pro seniory a stárnutí populace, využití evropských fondů pro české seniory a samozřejmě také o důchodové reformě, zejména pak o možnostech Rady seniorů, vyjádřit k ní své, často velmi kritické, připomínky. Tuto možnost ministr přislíbil. Zástupci RS ČR připomněli rovněž svůj požadavek, aby se nějakým způsobem řešila situace osamělých seniorů, kteří v Praze, ale i v některých dalších městech, nejsou schopni platit nájem a nedosáhnou na pod-

pory, neboť žijí v nadměrně velkých bytech. Do úvahy se přitom nebere, že chybí možnost, přestěhovat se do bytů menších. Jen v Praze je takových seniorů 7 000, přičemž více než polovina má důchod pod 8 000 Kč, z nichž po zaplacení nájmu zbudou částky, ze kterých se dá jen živořit. Ministr Drábek problém označil za velmi palčivý, rychlé paušální řešení však nevidí. Dostupnost nájemního bydlení pro osamělé seniory má být zahrnuta do nové koncepce sociálního systému ČR.

Obdobně problém hodnotí i ministr pro místní rozvoj Ing. Kamil Jankovský (VV), který zástupce RS ČR přijal 6. prosince. Pomoc lze v podobných případech, podle jeho slov, poskytnout v rámci sociálního systému, ministerstvo pro místní rozvoj podle jeho slov může a také chce podněcovat výstavbu malometrážních bytů, což je ovšem dlouhodobější záležitost. Vyzdvihl během rozhovoru myšlenku komunitních center, jaká jsou ve Švýcarsku a uvedl, že by podobný pilotní projekt chtěl zahájit brzy v ČR. Uvítá přitom



Na závěr jednání na MPSV vzniklo toto skupinové foto

spolupráci seniorů. Hodlá rovněž podpořit panelovou diskusi na téma nájemního bydlení seniorů, která by se měla uskutečnit na jaře roku 2011 a měla by mj. rozvinout věcnou debatu k tomuto tématu.

(fav) ■

Foto: autor

Slovo předsedy RS ČR k novému roku



Vážení přátelé,

přichází nový rok 2011 a Rada seniorů České republiky si Vás již po šesté dovoluje prostřednictvím svého časopisu Doba seniorů oslovit a popřát vše nejlepší. Ano, od zítřka vychází již sedmým rokem, v době hospodářské krize to není málo. Jsem rád, že se podařilo udržet seniorskou cenu, tj. 14 Kč za 32 stran barevného formátu. Jistě se mnou budete souhlasit, že u podobného titulu jde o cenu bezkonkurenční. Řekněte to prosím přátelům a známým.

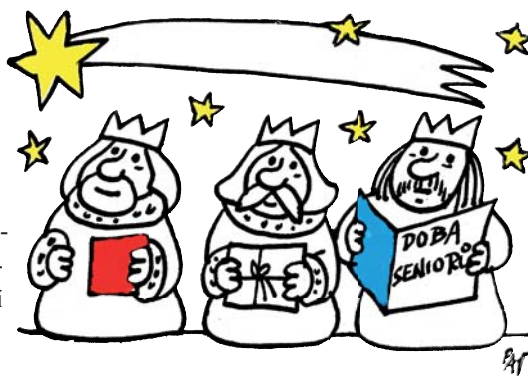
Ve své novoroční prognóze jsem si před dvanácti měsíci dovolil připomenout, že rok 2010 nebude pro velké skupiny seniorů rokem jednoduchým. Že dojde ke zdražení léků, k navýšení nájemného v nájemních bytech, k nárůstu cen elektřiny, plynu, tepla, vody a komunálního odpadu. Že dojde k podstatnému růstu cen základních životních potřeb. A to v podmínkách nulové valorizace penzí. Bohužel téměř vše se vyplnilo, v celostátním průměru vzrostlo nájemné o 8,5 %, cena plynu o 6,7 %, tepla o 3,4 %, vodného o 3,8 %, stočného o 4,9 %, cena léků předepsaných lékařem o 23,5 %, ústavní zdravotní péče o 3,4 % a cena sociálních služeb o 2,2 %. Obáváme se,

že důsledkem nulové valorizace penzí meziročně dále poklesne jejich reálná kupní síla o 2,4 až 2,6 % a sociální postavení českých seniorů se propadne až o jeden procentní bod. Ze 41,2 % v roce 2009 na 40,2 % v roce 2010. Půjde o nejvyšší meziroční propad reálné kupní síly penzí za posledních třináct let a sociálního postavení příjemců starobních penzí za posledních sedm let! Ve svém novoročním vystoupení jsem také připomenul, že rok 2010 bude velkým rokem volebním, kdy volební výsledky podstatně ovlivní podmínky života seniorské populace, která je na rozhodování politiků přímo závislá. Dovolím si v této souvislosti ještě jedenkrát poděkovat všem seniorům, kteří svoji přítomností obohatili jednání 11 předvolebních krajských kulatých stolů organizovaných Radou seniorů České republiky a také všem seniorům, kteří svoji občanskou povinnost splnili nejen ve volbách květnových, ale také v říjnových. Ano, národ rozhodl, máme novou vládu, nové poslance, nové senátory a nové

zastupitele. Jako předseda Rady seniorů se ale musím ohradit proti demagogické, arrogantní a hystericky vedené volební kampani proti generaci seniorů. Doufám, že podněcování mezigenerační nenávisti již pokračovat nebude! Odpovědní jsou nejen politici a média, ale také školy a rodiny. Rada seniorů bude vyžadovat, aby veřejnoprávní a také seniorskou populaci placená média své pořady k podněcování mezigenerační nenávisti již nadále nepropůjčovala.

V roce 2011 budou penze navýšeny, a to o 60 Kč základní výměry a 3,9 % procentní výměry, tj. u starobní penze průměrné o 371 Kč.

Ve srovnání s rokem letošním jde o pokrok, na vykompenzování růstu životních nákladů důchodců v roce 2010 a 2011 to ale stačit nebude. Právě tento požadavek jsme uplat-



nili při vyjednávání s ministrem Drábkem, které sice bylo korektní, ale požadované navýšení průměrné penze o dalších 267 Kč se prosadit nepodařilo. Pan ministr argumenty RS ČR vnímá, bere je vážně, deficit na penzijním účtu mu ale, jak řekl, neumožňuje požadavky akceptovat. Byla to ale vláda premiéra Topolánka, která zastupováním pojistného na úrovni čtyřnásobku průměrné mzdy připravila penzijní účet o 16 miliard Kč ročně. V roce 2011 bude nadále pokračovat skokový růst nájemného. V Praze již může dosahovat regulované nájemné až 128 Kč za 1m², požadavky až na 100 % navýšení nájemného jsme zaznamenali v Ostrově, Ústí nad Labem, v Litvínově a v dalších okresních městech, kde regulace nájemného letošním rokem skončí. Přitom sociální ochrana seniorského bydlení, zejména osamocených seniorů je stále nedokonalá a pro příští rok se již progresivní změny nestihnou. Radě seniorů ale přísliby byly. Dostali jsme k připomínkování parametrické úpravy zákona č.155/1995 Sb.,

o důchodovém pojištění, tzv. „Malou penzijní reformu“, která bude platit od října 2011. Kromě nového nastavení výpočtu penzí, které postihne 80 % nových příjemců se má sjednotit penzijní věk mužů i žen, a to bez ohledu zda vychovávaly a pečovaly o děti, či nikoliv. Dále reforma obsahuje změnu konstrukce základní výměry penzí a také změnu mechanismu valorizace penzí. O vyšší než minimální, zákonnou valorizace penzí se již s vládou vyjednávat nebude! Rok 2011 bude také rokem příprav a dohadování dalších 7 reforem, ze kterých alespoň 4 budou mít k seniorům velmi silný vztah. Např. tzv. „Velkou penzijní reformu“ mají senioři zaplatit vyšší cenou základních životních potřeb. Odhadujeme, že při zvýšení DPH z 10 na 19 % dojde k nárůstu inflace o 2,6 % a životních nákladů důchodců o 3,9 %. Senioři tak svůj důchod zaplatí ještě jednou. Ve zdravotní reformě má dojít k navýšení přímých plateb pacienta, Rada seniorů usiluje, aby u seniorů tomu tak nebylo. Pro prosazení důstojných životních podmínek seniorů hledáme spojení. Oslovili jsme všechny parlamentní politické strany, první jednání se uskutečnilo s vedením ČSSD. Rada seniorů ČR vyhlásila mezigenerační solidaritu a podporu požadavkům odborářů, při ohrožení skromných sociálních jistot generací třetího a čtvrtého věku vyjdeme do ulic společně. Při návštěvě pana prezidenta na Hradě jsme vnímali jeho odpovědnost a také naději. Pokud to bude nezbytné, požádáme ho, aby své kompetence využil a špatné zákony, poškozující seniorskou populaci vetoval. Zabezpečit slušný a spokojený život starobním důchodcům, kteří si svůj důchod nejen zaplatili, ale také vytvořili hodnoty, ze kterých společnost dodnes profituje, je prvořadou povinností politiků. Věřím, že naši nově zvolení politici odpovědnými jsou.

Vážené seniorky, vážení senioři,

přeji Vám pevné zdraví, pohodu v rodinách a žádné velké starosti. Osobně Vám slibuji, že se budeme snažit, aby těch starostí bylo co nejméně.

S úctou Váš Zdeněk PERNES

předseda RS ČR

Adventní setkání s čínštinou 会晤

V sobotu 4. prosince Český svaz žen, který je jednou z organizací Rady seniorů ČR, uspořádal v Kounicově paláci v Praze již tradiční Adventní setkání. O dobrou vánoční pohodu se staralo hudební duo Jimi. V úvodu celého setkání vystoupil čínský dětský soubor. Všechny přítomné udivila perfektní čeština z úst čínských dětí. Během svého vystoupení předvedly ukázky tradičního čínského tance, přípravy pravého čínského čaje s ochutnávkou, několik kouzelnických kousků, vynikající hry na klavír, ukázky bojových umění ap. Nechyběla ani krátká lekce čínštiny, a tak jsme se naučili říkat Dobrý den, Česká republika, Čína, Vánoce... Dalším bodem programu bylo

vystoupení pěveckého sboru Klubu aktivního stáří Zbraslav Asociace samaritánů České republiky. To již vánoční atmosféra nabírala na síle, kterou umocnilo nabízené zboží u stánků v krásném interiéru paláce. Mohli jsme obdivovat a také zakoupit Jabloneckou bižutérii, vánoční ozdoby, keramiku, knížky, přáníčka a mnoho dalšího.

Na závěr se losovala tombola, ale to již doba pokročila a účastníci setkání se



■ Pěvecký soubor seniorů ze Zbraslavi

s dobrým pocitem pomalu rozcházeli domů.

Zdeněk HŘEBEK ■

Foto: autor

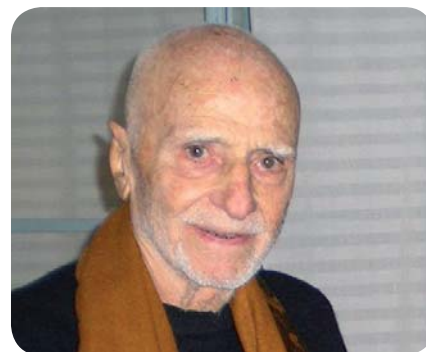
Smutný odchod krále komedie

V pondělí 29. listopadu se ve věku 95 let rozhodl svět opustit režisér Mario Monicelli, který patřil k legendám italského filmu. Syn žurnalisty a divadelního kritika vystudoval historii a filosofii, což ovlivnilo jeho pozdější tvorbu. Svoji první filmovou kritiku napsal v roce 1932, o dva roky později natočil svůj první amatérský film. V roce 1936 se stal asistentem režie, samostatně začal pracovat od roku 1949.

Monicelliho filmy *I soliti ignoti* (1958), *La grande guerra* (1959) a *La ragazza con la pistola* (1968) byly navrženy Americkou filmovou akademií na Oscara v kategorii nejlepší zahraniční film. Na Berlinale v roce 1957 získal za snímek *Otcové a synové* prvního Stříbrného medvěda, další dva následovali v letech 1976 a v roce 1982. V roce 1991 byl na festivalu v Benátkách za celoživotní dílo oceněn Zlatým lvem.

Jako režisér natočil více než 60 filmů a napsal kolem 90 scénářů. Příležitostně pracoval i v televizi a zahrál si i ve filmu a to i sám sebe. Naposled v roce 2008 v dokumentárním filmu Roberta Salinase a Mariny Catucci *Una Storia da Ridere*, breve biografie di Mario Monicelli.

Byl označován za krále tragikomedie a do svých filmů s oblibou dosazoval jako hlavní představitele zejména Alberta Sordiho a Vittoria Gassmana. Právě s posledně jmenovaným a s dalšími hvězdami jako Marcellem Mastroiannim a Claudií



Cardinalovou vytvořil v roce 1958 slavný film *I Soliti ignoti* (Zmýlená neplátí).

Mario Monicelli svůj život dobrovolně ukončil skokem z pátého patra římské nemocnice San Giovanni. Podle jejího mluvčího v ní byl kvůli rakovině prostaty a v době své smrti byl již téměř slepý.

(fav) ■

Rekordmanka s PF

Paní Anna Chalupná (78) ze Střídky obesílá každoročně u příležitosti vánočních svátků přibližně 70 adresátů nejen z řad příbuzných, přátel a známých, ale také významných světových osobností. Její přání jsou psána tak výmluvným a upřímným způsobem, že pouze výjimečně nepřichází odpověď. Zpáteční dopisy jí přišly např. od Olgy Havlové, Václava Klause, George Bushe nebo papeže Jana Pavla II. Její vytrvalé úsilí bylo proto zaevidováno do České databanky rekordů.

(zl) ■

Cestovní kancelář
LOTOS
Řecko • Chalkidiki • Stavros



ŘECKO 12 DNÍ VČETNĚ DOPRAVY
5.700 - 7.400 Kč

CK LOTOS SEZÓNA 2011 KATALOG ZDARMA

VÝRAZNÉ SLEVY PRO DĚTI A SENIORY

www.cklotos.cz • tel.: 466 985 652

Panovníci na zámku

V nově vzniklé zámecké galerii v Kvasinách byla 26. listopadu zahájena první výstava – v pěti místnostech tu je k vidění soubor 101 vyřezávaných dřevěných kolorovaných reliéfních obrazů českých panovníků Jarmily Haldové (59), špičkové řezbářky ze Sedloňova v Orlických horách, pod názvem Panovníci návštěvou na zámku. Při slavnostním otevření, na něž přišlo několik desítek návštěvníků, zazpíval rychnovský pěvecký sbor X-tet. Stalo se tak za přítomnosti autorky a mj. také syna zakladatele kvasinské automobilky 82letého Ing. Karla Janečka, stále aktivního profesora houslové hry na Konzervatoři Pavla Josefa Vejvanovského v Kroměříži.



K záměru vytvořit galerii postav českých panovníků a panovnic ji vedl celoživotní zájem o historii, v níž jsou panovníci významnou a mnohdy rozhodující součástí. „Práci na postavách předcházela důkladná příprava - studium literatury, nejen historické, ale i dalších oborů – kunsthistorie, dějin odívání, textilu, šperkařství, zbroje a výzbroje, historiografie, numizmatiky apod. Je napínavé a vzrušující dopátrat se například, odkdy se mohla nosit ta která čapka, kopí nebo jiný detail, který bude postavu charakterizovat. Chtěla jsem své postavy poznat jako živé lidi, ne jako vznešené bytosti v obřadních rouchách. Pochopit pohnutky k jejich činům a neposuzovat jen důsledky. Hledání toho všeho se mi tak stalo zajímavou detektivkou a získala jsem sympatie nebo aspoň pochopení



i pro postavy, ke kterým naše česká historická paměť chová předsudky,“ uvedla před časem a při zahájení dodala: „Jestli se toho dožiju, tak jich bude 132, mezi nimi i poslední český král Karel I.“ V jeho osobě se personifikoval zánik rakousko-uherské říše 11. listopadu 1918, kdy podepsal manifest, kterým abdikoval. Zajímavá výstava bude otevřena do 28. února 2011 v pondělí až pátek 9 – 16 hodin.

(jokr) ■

Foto: autor

NOMINAČNÍ LÍSTEK | Česká Žena 2011



- Nadace Žena vyhlašuje zahájení nominací s uzávěrkou 31. srpna 2011
- Nominace jsou přijímány písemně do 31. srpna 2011 na adrese vyhlašovatele, tj. Nadace Žena, Sladkovského 28, 326 00 Plzeň nebo elektronicky na adrese: ceskazena@nadacezena.cz
- Do ankety může být nominována kterákoli žena, která je občankou České republiky nebo na tomto území trvale žije
- Česká Žena je ta, která bude pro ostatní inspirací a která zaujme svou výjimečností na osobní, ale i společenské úrovni (např. svým významným činem, zásluhou, objevem...). Ocenění „Česká Žena“ je především uznáním osobních kvalit nositelky, jejich morálních hodnot, znalostí, dovedností, schopností, ale i talentu či úspěšnosti.
- Ženu může nominovat kdokoli z řad veřejnosti; zároveň s nominací musí být zveřejněno zdůvodnění této nominace
- Nominace probíhají od 2. října 2010 do 31. srpna 2011
- Kandidátky musí vyslovit souhlas s účastí v anketě
- Kandidátky musí zároveň souhlasit s tím, že jako potenciální nositelky ocenění „Česká Žena“ se zároveň pro následné období stávají „tváří Nadace Žena“
- Výherkyní ankety a nositelkou ocenění „Česká Žena“ se stane ta z nominovaných kandidátek, která obdrží ve veřejném hlasování nejvyšší počet bodů
- Udělení titulu Česká Žena bude vyhlášeno na slavnostním večeru dne 1. října 2011 (Kounický palác, Panská 7, Praha 1)
- Aktuální informace sledujte na www.nadacezena.cz

Jméno a příjmení nominované, titul

.....

Kontakt:

Zdůvodnění nominace:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jméno, příjmení a kontakt navrhovatele

.....

Podpis:

Bytová poradna DS

Co platí pronajímatel?



Drobné opravy v bytu musí hradit jeho nájemce. Tak praví občanský zákoník a odkazuje na podrobnosti ve zvláštním předpisu, který vydá vláda.

Od roku 1995 je tímto předpisem vládní nařízení č. 258/1995 Sb, vydané k provedení občanského zákoníku, konkrétně jeho paragrafy č. 5 a 6. Nedávno bylo novelizováno.

Nájemníkům se zvedá cenový strop, do kterého hradí drobné opravy v pronajatých bytech. U oprav, které nevyjmenovává občanský zákoník, se totiž zvýšil ze současných 300 na 500 korun. Byl také zaveden celoroční horní limit pro objem položek, které nájemník hradí. Z důvodu ochrany nájemníka je nepřekročitelná suma stanovena na 70 korun na metr čtvereční obytnej plochy bytu, která je přesně definována. V době zvyšování regulovaného nájemného by tak neměl nájemce doplácet neúměrně na zanedbaný byt.

Okruh definovaných oprav, které hradí nájemce, je v upraveném vládním nařízení také nepatrně zpřesněn a modernizován. Mezi drobné opravy se řadí například opravy podlah, oken a dveří, výměny vypínačů a zásuvek nebo opravy svítidel a zvonků stejně jako měřičů tepla nebo teplé vody a certifikace vodoměrů. Mezi náklady spojené s běžnou údržbou bytů patří podle nařízení například udržování a čištění bytu, malování včetně oprav omítek, opravy obkladů nebo tapetování.

Co tedy zbývá na vlastníka domu či bytu, aby jako pronajímatel hradil? Odpověď je jednoduchá: u drobných oprav vše ostatní, co nemusí hradit nájemce bytu. Také u oprav, které vládní nařízení jako drobné neupravuje, musí vlastník hradit vše, co je nezbytné, pokud se s nájemcem nedohodne jinak.

Zbývá vyřešit otázku nezbytnosti oprav. Občanský zákoník totiž zaručuje nájemci výkon práv spojených s nerušeným užíváním bytu a také užívat společné prostory

v domu. Pokud tedy dojde k závadám, které tomu brání, a jež nehradí sám, je třeba, aby nájemce na ně vlastníka upozornil prokazatelným způsobem a umožnil provedení oprav. Zákoník také ukládá nájemci povinnost odstranit závady a poškození v bytu, které způsobil sám nebo ti, s nimiž bydlí.

Často se diskutuje o odstranění závad se současným prováděním stavebních úprav v bytu, zda je nájemce musí strpět, či je může odmítnout. Stavební úpravy uvnitř bytu musí vlastník provádět podle zákoníku výhradně se souhlasem nájemce. Nájemce je musí strpět, nemá-li vážné důvody je odmítnout. Jde-li o úpravy nařízené příslušným orgánem státní správy, musí je nájemce umožnit, jinak odpovídá za škodu, která nesplněním této povinnosti vznikla.

Nájemce nesmí podle zákoníku provádět stavební úpravy ani jinou podstatnou změnu v bytu bez souhlasu pronajímatele, a to ani na svůj náklad.

Závěrem znovu k otázce položené v nadpisu. Někteří nájemci bytů se táží, co vlastně je pronajímatel taxativně povinen v bytu na svůj náklad opravovat, seřizovat či čistit.

Jak z předešlého vyplývá, není taxativní výčet možný, byť se některé příručky o to pokoušejí. Proto obecná odpověď zní: nic, co mu není nařízeno a co jinak nevyplývá z obecné povinnosti odstraňovat překážky bránící řádnému užívání bytu, pokud je nezpůsobil sám nájemce a ti, kdo s ním bydlí, nebo které jako drobné závady musí zajistit nájemce na svůj náklad. Tato odpověď samozřejmě vede k řadě sporů, založených právě složitou právní úpravou povinností.

Lze jen s určitou dávkou optimismu předpokládat, že časem dojde ke zjednodušení legislativy i v tomto směru a praxe bude odpovídat úrovni známé ve vyspělých zemích Evropy. Tam se má za obvyklé, že např. ústřední či etážové vytápění pronajatého bytu musí fungovat a je úplně jedno, jestli vyžaduje opravu drobnou či jinou. Jinak by pronajímatel na trhu s nájemními byty brzy zkrachoval.

Ing. Karel HANAUER ■
předseda bytové komise RS ČR



Rady letem

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

DOTAZ: Ovoce a zelenina ve vietnamských obchodech vypadá docela dobře, ale jakmile přinesu nákup domů, do rána mám ovoce vždy a zeleninu skoro vždy zkaženou. Prohlížím každý kus, ale není to většinou poznat. Zejména hroznové víno, broskve, pomeranče, mandarinky... Existují nějaké kontroly podobných obchodníků?

ODPOVĚĎ: Záruka na nebalené potraviny je 8 dnů a v této lhůtě je můžete reklamovat. U těchto „obchodníků“ však pravděpodobně neuspějete, protože přestanou rozumět česky, takže jim tam pošlete kontrolu z České obchodní inspekce. Nejlepší obranou je přestat u tohoto obchodníka nakupovat.

DOTAZ: Koupila jsem vnukovi playstation3 a po 14 dnech jsem ho reklamovala, znovu má poruchu po dvou měsících, ale jinou. Mohu žádat vrácení peněz, když jsem ho koupila před 4 měsíci?

ODPOVĚĎ: Zatím nemůžete, protože podle § 622 odst 2 Občanského zákoníku máte právo na výměnu věci nebo odstoupení od kupní smlouvy v případě, že nemůžete věc pro opětovné vyskytnutí vady po opravě nebo pro větší počet vad řádně užívat. Tento pojem je v soudní praxi vykládán tak, že uvedený nárok vznikne při vyskytnutí třetí stejné nebo čtvrté různé závady. Dále máte stejná práva při výskytu vady, kterou nelze odstranit. Zda zvolíte výměnu věci nebo odstoupení od kupní smlouvy a tedy vrácení peněz, záleží pouze na Vás. Podle § 598 Občanského zákoníku můžete od prodejce požadovat náhradu nákladů spojených s reklamací tedy jízdné, poštovné atd.

DOTAZ: Dnes jsem šel do centra města a v blízké prodejně (Coop market) jsem vrátil deset prázdných láhví od piva s tím, že až se budu vracet z města, zastavím se tam a koupím si pivo nové. V prodejně mně ale řekli, že aby mi mohli dát za vrá-

ceně láhve peníze, musím si něco koupit. Domnívám se, že postupovali nesprávně. Jak se mohu bránit - kromě toho, že v této prodejně nebudu láhve vracet či tam nakupovat?

ODPOVĚĎ: Prodejce nemá právo vázat peníze za vrácené lahve na další nákup. Ty jsou vaše, můžete si je prostě vzít a odejít. Pokud to nebude akceptovat, oznamte mu, že tam pošlete na kontrolu Českou obchodní inspekci.

DOTAZ: V pondělí 29. 11. 2010 se maminka zúčastnila předváděcí akce firmy Beck International s.r.o. S touto firmou sepsala smlouvu a dovezla si domů zboží. O dva dny později si nákup rozmyslela a chtěla odstoupit od smlouvy. Obchodní zástupce jí sdělil, že to již nejde a pokud bude na odstoupení trvat, bude muset zaplatit pokutu 5000 Kč. Bude stačit napsat písemnou žádost o odstoupení od smlouvy a zboží zaslat na adresu firmy? Může si firma nárokovat nějakou pokutu?

ODPOVĚĎ: Pokud byla smlouva uzavřena na veřejné akci, pak je právo kupujícího odstoupit od smlouvy do 14 dnů bez udání důvodů a jakékoliv sankce a to podle § 57 odst. 1 Občanského zákoníku.

DOTAZ: Prosím o sdělení, zda při odstoupení od spotřebitelské smlouvy je nutno vracet zboží v originálním obalu. Slyšela jsem, že ne, ale nevím, ze kterého ustanovení to vyplývá.

ODPOVĚĎ: Pokud odstupujete od smlouvy uzavřené prostředky komunikace na dálku např. po internetu, vztahuje se na váš úkon opravdu úprava podle § 52 a násl. občanského zákoníku (OZ). Dle § 53 odst. 7 OZ můžete odstoupit bez udání důvodů. Za jakých podmínek tak lze učinit stanoveno není a tudíž je ani zákon nevyžaduje. Případný požadavek na vrácení zboží v originálním obalu je ze strany prodejce bez opory v právu zejména s přihlédnutím k § 55 OZ, který zakazuje odchýlení od úpravy spotřebitelských smluv v neprospěch spotřebitele.

Vzhledem k tomu, že Sdružení obrany spotřebitelů nedostalo včas slíbené státní dotace, je v současné době omezena jeho činnost. Práci byly nuceny zastavit i některé, jak ukazuje česká praxe, velmi potřebné poradny. Nadále však funguje elektronická poradna na adrese **www.spotrebitel.info**. Doufáme, že situace se v zájmu ochrany spotřebitelů brzy vyřeší.

Počítačová poradna DS

Posíláme velký soubor dat



Jistě se Vám někdy stalo, že jste chtěli někomu poslat soubor o velkém objemu dat (např. foto z dovolené), ale poštovní server e-mail vrátil jako nedoručitelný. Váš soubor nebyl doručen, protože velikost přílohy přesáhla povolenou mez.

Co v takovém případě udělat? Posílat fotografie jednotlivě, by nám i přijímací straně zabralo mnoho času. Pokud budou zasílané snímky určeny pouze k prohlížení na monitoru, můžeme je zmenšit některým programem na úpravu fotografií (např. ACDSee Photo Manager). Ale i tak je soubor celkově stále příliš objemný. Pro vlastní přenos máme několik možností. Jednou z nich je komprese přenášeného souboru. Nejčastěji používané nástroje na kompresi souborů dat jsou jistě WinRAR a WinZip. Stáhnout si je můžeme bezplatně např. z www.slunecnice.cz, nebo www.stahuj.cz. Po nainstalování programu a po jeho spuštění se nám po krátké době zobrazí hláška, že program si můžeme zakoupit. Jednou z možností je kliknout na ikonu zavřít a můžeme kompresní program používat dále zadarmo a bez omezení. Pouze s touto malou otravnou hláškou.

Komprese - WinRAR



Program používá kvalitní systém a dosahuje velké úrovně komprese. Obecně lze říci, že při nejlepším stupni komprese je velikost zkomprimovaného souboru kolem 50 % velikosti původního. Samozřejmě záleží na typu souboru, např. obrázky typu jpg komprimovat téměř nejdou, neboť už samy o sobě komprimované jsou. Výsledný soubor poznáte podle koncovky rar. Např. dovolena.rar. Na straně přijímací je ovšem nutno mít nainstalovaný stejný nebo kompatibilní kompresní program, s jehož pomocí soubor zase rozbalíme.

Dělení na části

Další velmi užívanou funkcí je možnost rozdělení komprimovaných dat na více částí (např. na velikost diskety, CD či

Vámi určenou velikost). Tato funkce Vám umožní přenést velké soubory, které by se jinak na Vámi určené médium nevešly. Tuto funkci program umožňuje pouze u formátu Rar.

WinRAR nebo WinZip?



WinRAR umí pracovat i se soubory typu zip.

WinZip ale nezvládá většinu pokročilejších funkcí, které umí WinRAR. Na druhou stranu je komprese do formátu zip mnohem rychlejší, ale nedosahuje takového kompresního poměru.

Skype



Další jednoduchou možností, jak přeposlat velký objem dat je využití komunikačního programu např. Skype. Zde bez problémů projde i velký soubor a jeho přijetí druhou stranou vidíme v grafickém znázornění. Je dobré, pokud je současně uskutečněno skypové propojení obou počítačů.

Uložiště na internetu

Jak jsem již mnohokrát psal, vše v počítači lze dělat několika způsoby a všechny mohou být správné. Je tomu tak i v tomto případě. Jako další z možností lze využít některé internetové uložení. Uložení proto, že zde soubor uložíte a protějšek si ho stáhne třeba později. Většinou tato doba od uložení ke stažení bývá časově omezena. Omezit lze i počet povolených stáhnutí. Pro stahování je nutné zadat přístupovou cestu, heslo či kód, aby si náš soubor z uložení nemohl stáhnout někdo cizí. Na internetu je dnes řada uložení k tomuto účelu. Protějšku proto musíte oznámit, kde posíláte soubor najde.

Kompresní programy ocení všichni, kteří mají permanentní nedostatek místa na disku či potřebují přenést rozsáhlejší množství souborů nebo velký objem dat na jiný počítač. To se týká také přenosů po Skype nebo internetovém uložení ap. Využití najdou také tam, kde je třeba archivovat velké množství dat a zajistit jejich bezpečnost.

Zdeněk HŘEBEJK

Recepty na Silvestra i Nový rok

Příchod nového roku je spojen s oslavami a ty u většiny z nás s konzumací alkoholu. Když se pije mnoho, často nastává kocovina. Většina z nás to již někdy zažila - bolest hlavy, sucho v puse, žaludeční nevolnost a celkový třes. Někdy se oslava zvrhne a jedna sklenička se promění v trochu více skleniček. Jindy stačí pouze jedna, dvě a stejně se následky dostaví. Říkáme, že nám ten alkohol vůbec nesedl. Kocovina trápí člověka od doby, kdy si oblíbil alkohol pocházející ze zkvašeného ovoce. Lihové nápoje vyrábějí lidé tisíce let, není proto divu, že si od pradávna předávali tipy, jak kocovinu předjet. Existuje řada známých i méně známých způsobů, jak se proti nepříjemnostem rána dne poté preventivně pojistit. Vybrali jsme čtyři nejdůležitější:

1. Nikdy nepijte na lačno. Například dva krajíčky celozrnného chleba pomohou vázat alkohol.
2. Abyste předešli dehydrataci, kterou alkohol způsobuje, vypijte alespoň půl litru čisté vody bez bublinek před ulehnutím do postele. Další dvě sklenice filtrované vody si dejte ráno po probuzení. Do vody můžete přidat čerstvě vymačkaný citron.
3. Nepijte kávu. Kofein dále prohlubuje dehydrataci organismu.
4. Před plánovanou oslavou nebo alespoň před spánkem užívejte 2-3 gramy vitamínu C společně s kvalitním B komplexem. Ráno příjem vitamínů zopakujte.

Další osvědčené rady

Skutečně spolehlivou metodou, jak kocovinu předcházet, je omezit množství požívaného alkoholu.

- Jezte kyselé okurky. Je to velmi oblíbený, jednoduchý a účinný způsob jak

se zbavit kocoviny. Vyrovnají kyselost v žaludku a udělá se vám po nich dobře.

- Tělesné aktivity jako 20 min. rychlé chůze na čerstvém vzduchu pomohou okysličit krev a zahnat kocovinu. U těžších stavů je však lepší zůstat v teple a v klidu v posteli.
- Velmi účinnou může být už ranní sprcha. Začněte s teplou vodou, pak na 1-2 minuty studenou. Celý cyklus zopakujte 2-3 krát. Rozproudí to krev a „probudí“ mozek.
- Po tupém ránu můžete zkusit i tento vyprošťovák: Uzenou kýtu uvaříme s bobkovým listem, celým pepřem a novým kořením doměkka. Červenou řepu oloupeme, nakrájíme a uvaříme. Oba vývary přecedíme a smícháme. Dochutíme octem, mletým pepřem a solí. Vývar se pije horký z hrníčků a zajíká se uzeným masem s křenem. Tento vývar vás zaručeně postaví na nohy, ať už jste vypili cokoliv. Chce to jen čas.
- Chybí-li nálada na veliké vaření, stačí vložit rozmačkaný česnek do talíře, přidat trochu soli a sádla a zalít horkou vodou. Pro dochucení můžeme přidat petrželku.
- Na kocovinu je dobré taky dopřát si hrnek zeleného čaje, který urychluje regeneraci.
- Čaj z heřmánku či máty zklidní váš žaludek a zmírní bolest hlavy.
- Ještě v tu noc, kdy jste se oddávali alkoholu, smíchejte půl šálku čerstvě vymačkané pomerančové nebo grapefruitové šťávy a půl šálku medu. Pomalu vypijte. Tento nápoj údajně snižuje hladinu alkoholu.
- S bolestmi hlavy by si mohl poradit tento nápoj: Šálek silné černé kávy vychlaďte na přiměřenou teplotu a přidej



- Kocovinu zahání i obyčejné polévkové koření. A jak byste ho měli užívat? Stačí čajová lžička polévkového koření tzv. „maggi“. Pokud je kocovina silná, pomůžou lžičky dvě. O výsledek se postarají soli v maggi obsažené.

Mýty a omly

- Káva a nápoje obsahující kofein sice tlumí únavu, ale výrazně podporují dehydrataci organismu. Bloádou antidiuretického hormonu vedou k další ztrátě vody, což tělo nadále oslabuje.
- Běžně dostupné léky proti bolesti sniží část obtíží, většina z nich, zvláště tolik oblíbený šumivý aspirin však může zesílit žaludeční potíže a jeho požití může v extrémních případech vést až ke krvácení žaludeční sliznice.
- Další přísun alkoholu (tzv. „vyprošťovák“), utlumí příznaky aktuální kocoviny a vyčerpává rezervy organismu. Vzniká kombinovaná otrava (ethanol + acetaldehyd) s daleko horšími pozdějšími následky. Pokud se tedy budete řídit dle přísloví „čím ses zkazil, tím se sprav“, kocovinu akorát oddálíte.

(zl) ■

Výherci vánočních soutěží

Křížovka str. 11: (Ocvíte Lutein Forte vám přeje příjemné vánoce) – Jana Hájková z Prahy, Jana Divišová z Dolan, Pavla Tůmová z Letňan, Lenka Boštická z Chrástán, Anna Koutná z Jablonce; **Léčivé konopí Bayer & Romsy: (Čína)** – Květoslava Foltýnová ze Zábřehu, Helga Strnadová z Chodova, Libuše Kučerová z Ostravy-Poruby, Václav Tomášek

z Prahy a Jindřiška Linerová z Týna nad Vltavou; **Stříbrné vánoční dny: (Kanada)** – Oto Rasocha z Prahy, Bohumila Svobodová z Prahy, manželé Pacákovi z Liberce, Milena Takáčová z Prahy, Rudolf Skoták z Mladého Smolivce, Alena Zedníková z Nymburka, Marie Primusová z Prahy, Alexandra Hauzrová z Rumburka; **Prostenal s Perfect Complexem:**

(rostlinné extrakty ze Saw Palmetta, kopřiva dvoudomá a přírodní lykopen) – Jaroslav Jeřábek z České Lípy, František Halamka z Petrovic, Mgr. František Foit z Uherčic; **Kdy se slavil svátek Mládětek: (28. prosince)** – Jitka Pintová z Prahy. V závorkách jsou uvedena správná řešení. Výhercům blahopřejeme. Každý z nich dostane avizovaný dárek od sponzorů našich soutěží. Výhercům vstupenek na veletrh jsme je už poslali.



**Bojíte se zvýšení
nájmů od ledna
2011?**

**Nevíte, jak se
domluvit
s pronajímatelem?**

**Cítíte se
ohroženi?**

nabízí bezplatnou telefonickou
konzultaci všem nájemníkům
v bytech s regulovaným nájemným

Týká se konec deregulace k 31. 12. 2010 i Vás?

Regulované nájemné končí pro všechny nájemní byty s výjimkou Prahy, krajských měst mimo Olomouce a Ústí nad Labem a měst nad 10 tisíc obyvatel ve Středočeském kraji. V těchto místech deregulace skončí až za dva roky. Pokud se Vás konec deregulace netýká, výši předepsaného nájemného si můžete ověřit na webové kalkulačce regulovaného nájemného www.mmr.cz.

Konec deregulace se Vás týká a pronajímatel Vám navrhl nové nájemné. Jak se v takové chvíli zachovat?

Po 1. lednu 2011 se Vámi obývaný byt sice ocitl mimo režim regulace nájemného, ale to neznamená, že nájemní smlouva končí. Nyní už nemůže pronajímatel jednostranně nájem zvyšovat. Může Vám pouze navrhnout novou úroveň nájemného. Proto pečlivě čtěte, co je Vám od pronajímatele zasíláno. Nepodepisujte bezhlavě každý návrh! Vyjednejte! Pošlete svůj vlastní návrh výše nájemného!

Nájemné se mi každopádně od ledna zvýší. Mám malé příjmy a nemám aktuálně možnost hledat menší byt. Mohu získat nějakou sociální podporu?

Ano. Je třeba se nejprve obrátit na místní Úřad práce (může sídlit třeba na městském úřadě) a o podporu v podobě sociálního příspěvku na nájemné požádat. Tato podpora není žádnou ostudou, ale naprosto standardní pomocí státu v komplikované životní situaci. Pokud příspěvek nepostačuje, ještě je možno zkusit požádat na sociálním odboru místního úřadu a zjistit, zda nemáte nárok na doplatek na bydlení v režimu zvaném hmotná nouze.

Volejte

+420 224 861 138

(Ministerstvo pro místní rozvoj ČR)

nebo

+ 420 234 463 343

(Sdružení nájemníků ČR – Praha)

+ 420 604 598 939

(Sdružení nájemníků ČR – Olomouc)

Další kontakty na poradny Sdružení nájemníků ČR

www.son.cz

Pište info@mmr.cz nebo son@cmkos.cz

Seriál DS k bibli

13

Osudný faraonův sen



Po dvou letech měl faraón zvláštní sen.

Stál u řeky a z Nilu náhle vyplavalo sedm tučných krav a pásly se. Po nich se vynořilo z vody

dalších sedm krav, ale byly na kost vyhublé. Vrhly se divoce ke břehu a pohltily krávy tučné. Faraón se neklidně převaloval na lůžku. A zdál se mu další sen. Na jednom jediném stéble vyrostlo sedm plných klasů. Potom vypučely klásky, opět jich bylo sedm, ale vypadaly bídně. A kupodivu, prázdné klásky pohltily plné a vzrostlé.

Probudil se faraón, egyptský král, protíral si oči z podivného nočního vidění a moudrce k sobě povolal, aby mu živé sny vyloužili. Ale žádný z nich je vysvětlit nedovedl.

Sen někdy otevře potměšlé sklady tajemně vyhlížejících a dávno zatoulaných událostí. Poztrácené myšlenky nás znovu napadají a snaží se dohonit čas našeho života. A lidi, rozběhaní po světě, se rozpomínají a touží potkat zapomenuté přátele. Tehdy se i vrchní číšník rozpomenul na moudrého Josefa ve vězení a pověděl panovníkovi o chlapci, který dokázal i zdánlivě zapeklité sny rozluštit a určit podle nich lidské osudy.

Faraón poslal pro Josefa a popisoval mu, co ve snu viděl. Josef naslouchal a pak prohlásil – Slovatný faraóne, sám Bůh Hospodin ti zjevil, co se už brzy stane. Sedm krav tučných a sedm plných klasů znamená počet úrodných let. Hubené krávy a prázdné klásky předpovídají neúrodu, kdy nastane hlad. Proto je potřebné vyhledat moudré muže, kteří z tučné úrody shromáždí zásoby na sedm let hladových. –

Faraón se zamyslel. Najde někoho jiného, kdo by měl v sobě tolik moudrosti a Božího ducha? Z ruky stáhl prsten, zlatý kroužek navlékl Josefovi a zvolal – Tebe ustanovím nad zemí egyptskou. Jsi Cofnat



Paneach, správce a zákonodárce Egypta, do šarlatového roucha oblečený půjdeš se mnou, osvobodíš zemi od chudoby a lid uchráníš před smrtí hladu. –

Josef se uklonil a službu přijal. V srdci však zůstal věrný jedinému Bohu, Hospodinu. Nezpychl ani nezpanštěl. A co předpověděl, to se stalo. Nejprve přišlo sedm let hojnosti a Egyptané si lebedili blahy. Ale Josef svázal úrodu a ukládal ji do nových královských sýpek. Potom se rozmohlo sucho, přišla neúroda a zbědovaní volali po jídle. Ale nebylo nic. Až těžká robota, kterou ještě nedávno prováděli s reptáním při stavbě kamenných sýpek, se proměnila na hrad hojnosti. Už nebyla jen úmornou dřinou pro nechápavé, ale nadějí všech.

A faraón vyhlásil – Jděte ke správci. Josef sbíral klásky a nechal namlít mouku pro léta neúrody. – A Josef, Cofnat Paneach, kráček skromně k sýpkám. Jákobův syn a dědic Izraele i v dalekém Egyptě věděl, co je třeba k životu. Otevřel tajné zásobárny a rozdával všem hladovým pytle s obilím a mouku.

A hle! Láska vyrostla do podoby velikého klasu a život vítězil v boji proti smrti. Nad pyramidou se ukázal žebřík. Trpěl se na slunci. Andělé po něm sestupovali shůry a lidem u sýpek při nadělování vaků žehnali.

Chléb se stal sluncem naděje. Chutnal všem, zblízka i zdálky, bohatým, bédným i k smrti hladovým.

Usměvavý Josef dohlížel na spravedlivé rozdávání zásob a na děkování a po-

Josef vykládá faraónův sen na obraze německého malíře Petera von Cornelia (1783 – 1867)

zdravý lidu odpovídal – Hospodin je dárce dědictví i v zemi zaslíbené! On je mé světlo a můj strážce! Chránil mě na cestě k vám, abych ho poznal a svědčil o Boží lásce i v cizině. Pro jeho lásku jsem odpustil závistivým a nehodným bratřím. Nesoudím nikoho ani za prokázané viny! Věřím v odpuštění!

Nad chléb života, nad pokoj, radost a lásku tady už nic není! – A lidé se smáli a děkovali faraónovi, že má ve službách tak obětavého a hodného správce. Úrodou tučných let porazil Josef nouzi Egypta a v čase bídy zachránil lid pouště před zoufalou smrtí hladu.

A všichni zpívali: Výklad snů vysvobodil Josefa z vězení, faraón ho určil správcem země a hrozivá léta hladu ukončila bídu hostinou a společnou radostí, zpěvem vděčnosti a oslavou Boha Hospodina, není bohatství, ale život v dostatku.

Josef poznal, že i ten nejkrásnější svět se bez lásky mění v led. Z úrodné oázy srdce pak vytryskne gejzír jedu.

Đábel od počátku světa zápasí s Bohem o člověka. Bojištěm jsou naše životy.

Ztracený ráj hledá každý poutník, bloudí světem a volí mezi dobrem a zlem.

Seriál DS ke Knize knih připravuje
ThDr. Jan SCHWARZ

Příště: Setkání s bratry po letech

Kniha plná sesbírané blbosti



My Češi jsme národ tvořící chtěný i nechťený humor. A právě ten nám dodává pokorný úsměv nad různými nesmyslnými vzkazy, ná-

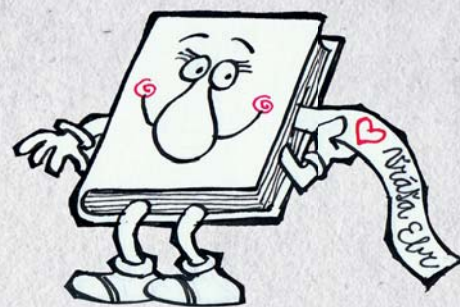
vody, pláboly a nadávkami.

Ach ti dobří obrozenci, kteří před sebou měli tolik vznešených úkolů, než aby se zabývali něčím takovým, jako jsou nelogické, ale vážně se tvářící různá písemná sdělení, úřední vyhlášky, soudní žaloby, sousedské omluvy, firemní urgence, doporučené obsílky a jiné, až neuvěřitelné nesmysly, vyexpedované na samý okraj

literatury. To vše dnes už tvoří podklad pro poklad lidové vynalézavosti proti češtině, o mluvě nemluvě.

Koktejl namíchaný z drobníček pomíjivých blbostí složených z drobných zákazů, nařízení, pokynů, výhružek, jaké si jen člověk dokáže vymyslet, jistě příjemně osvěží.

Velká kniha všech malých blbostí, kterých se dopouštíme či oni se dopouštějí, patří k nezvyklé sbírce českého folkloru. Toto neliterární dílo ze života našeho lidu na ulicích, v kancelářích, v čekárnách, v obchodech, rozhlasových studiích, v redakcích a na dalších místech, která všichni důvěrně známe, dlouhodobě zaznamenával a dnes vybral a uspořádal Vráť Ebra,



dříve knihkupec, dnes moderátor a archivář. Pravý lesk této knížce dodal svými obrázky Luboš Drastil, kreslíř známý nejen z příspěvků do různých časopisů.

A aby humoru tohoto ražení nebylo málo: stejný autor pracuje na samostatném titulu Velká kniha všech malých zkomolenin. Sbíрка prohrěšků proti mateřštině bude doplněna citáty známých osobností a kresbami Bronislava Bakuse.

(vebr) ■

Uzel na kapesníku

Premiéra Ebrovin

Už 4. ledna se v Salmovské literární kavárně (Salmovská 16, Praha 2) od 19,19 hod. koná klubový večer Ebrovin. Účinkujícími hosty premiéry pořadu v roce 2011 budou herec Jiří Novotný, kreslíř Zdeněk Hofman, moderátorka Marie Tomsová a herečka Libuše Švormová. Na kytaru bude hrát a k tomu zpívat Pepe Štross.

Změna je život

Vše jednou končí. Skončila tak i naše spolupráce s knihkupectvím Kanzelsberger, které bylo několik let sponzorem našich soutěží na str. 15. Pomoc to byla velká, loučíme se proto v dobrém. Děku-

jeme a samozřejmě se nebudeme vyhýbat další případné spolupráci. Chceme ale také dát šanci jiným vydavatelům, kteří se chtějí zviditelnit na stránkách seniorského tisku a podpořit ho i věnováním cen do soutěží. Ty jsme přemístili ze strany 15 na stránku knihkupce v.v., aby soutěžení i místem bylo ke knihám o trochu blíže.

(red) ■

NADÁVÁM

V pověstných zápisničkách Vráti Ebra jsme tentokrát zapátrali po odpovědích slavných právě na toto stále aktuální téma.

Na den, že utíká rychle, na slunce, že nesvítí 24 hodin, na zimu, že trvá 100 let, na houby, že nerostou furt, na složenky, daně, inkaso....

Zdeněk TROŠKA, režisér

Na politiky a na sebe!

Ladislav ŽUPANIČ, herec

Nejčastěji nadávám na to, když lidi nadávají na všechno.

Jitka MOLAVCOVÁ, zpěvačka

Na osud, že mě poslal do tohoto světa moc brzy.

Richard ADAM, zpěvák

SUDOKU

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

Na půdě, kde je tma, visí na šňůrách pomíchané černé a bílé ponožky.

Kolik nejméně ponožek musíte z půdy přinést, aby bylo zaručeno, že máte alespoň jeden pár ponožek stejné barvy? Podotýkám ještě jednou, že na půdě je tma a proto netušíte, jakou barvu ponožky zrovna ze šňůry berete.

Sudoku sudá – lichá se luští podle běžných pravidel s tím, že v políčkách pro vpisování sudých čísel jsou slabě vyznačena písmena S, což usnadňuje luštění. Tajenku tvoří součet čísel ze šesti vytečkovaných políček.

PONOŽKY

VÝHERCI NAŠICH SOUTĚŽÍ

Sudoku: (18) – Zdeňka Sluková z Frýdlantu nad Ostravicí; **Tři dcery:** (Anežka sedí vpravo) – Jaroslav Novotný z Hradce Králové; **Devět koulí:** (První vážení: 3 a 3 koule. Buď je na jedné straně ta lehčí, v případě rovnosti je lehčí mezi třemi zbývajících. Druhé vážení: z trojice kde je lehčí koule zvážíme libovolné dvě koule, tak poznáme, která je lehčí, v případě rovnosti je lehčí třetí z trojice, která zbyla) – Ing. Ota Kopsa z Doudleb nad Orlicí. Správné řešení je uvedeno v závorce. Výhercům blahopřejeme. Na řešení dnešních úkolů čekáme na známých adresách (viz tiráž na str. 3) do 20. ledna.

					TĚŽKÁ PRÁCE	VÝSTRAHA		JAPONSKÁ LOVKYNĚ PEREL	BOBIZAČNÍ SLABIKA	1. DÍL TAJENKY	PÁLKOVACÍ HRA	HRDINA (zastar.)	NÁRODNÍ LIGA (zkrat.)	OSLÍ CITOSLOVCE
				EGYPTSKÝ BŮH SLUNCE			MOŘŠTÍ PTÁCI							
POMŮCKA: DOIT, REA RYAL,	ÚDER NOHOU	PLANETKA	HAZARDNÍ HRA	OLYMPIJSKÝ VÝBOR (zkr.)			PŘÍPRAVKY NA MOŘENÍ							
				ŽENSKÉ JMÉNO			INIC. SPISOV.							
POTŘEBA HOROLEZCE								SERIÁLOVÁ SESTRA					FOTBALOVÝ KLUB	ZÁCHVATY ŠILENSTVÍ
								HROMADA SLÁMY						
OPUCHLOST								SVATEBNÍ OBŘAD						
								SKUPINA PĚVCŮ						
KRÁTKÝ KABÁTEK							POŘADOVÁ ČÍSLOVKA				NIZOZEM. JEDN. OBJEMU			
							OCHRANA ZBOŽÍ				SICILSKÁ SOPKA			
	ASIJSKÝ VOZÍK	ŠPANĚLSKÁ EXKRÁLOVNA				TO I ONO						HOVOROVÉ PŘITAKÁNÍ		
		2. DÍL TAJENKY				ŘECKÉ PÍSMENO						POPĚVEK		
PRODLOUŽENÁ BOČNÍ ZED					NABOB									
					JMÉNO PAPOUŠKA									
MĚSÍC PLANETY SATURN					SHAKESPEARŮV KRÁL				EMBLÉMY					
					CÍLE				TANEC					
HMYŽÍ CITOSLOVCE			REPORTÉR TV NOVA					PLATIDLO VEL. BRITÁNIE					ČÁST ÚST	OTCOVÉ (knižně)
			DĚLANÁ Z TOPASU					NEVĚRNICE (handlivé)						
BEZKŘÍDLÝ HMYZ							12 MĚSICŮ					NEMOCNÍČNÍ ODDĚLENÍ		
							NEVĚDĚTI					LETEC		
	STOLNÍ HRY					NAIVKA (hovor.)							LATINSKÁ SPOJKA	
	LEPIDLO					SEŘAZOVAT							NAPODOBE-NINA	
ŠVÉDSKÉ JEDNOTKY OBJEMU					DOVÁDĚTI									
					HALÍŘ (angl.)									
EDUARD (domáčky)				DOKONČIT VÝZDOBU									KORÁLOVÝ ÚTES	ASIJSKÝ STÁT
				ČÁST TĚLA										
LOM NA PÍSEK									DIBLÍK					
									ÚLEK					
	NÁRODNÍ PARK (zkrat.)	ŽENSKÉ JMÉNO						POHYB, SE VZDUCEM						
		NÁZEV HLÁSKY						INIC. HER. STAŠOVÉ						
NECHYSTAT PŘIVÍTÁNÍ										BOD V DŽUDU				
OSNOVA					NOVINY					KORNOUTICE				

Vyhráli s Dobrou seniorů!

Správné znění tajenky z minulého čísla: **Vánoce a zábava radost k životu přidává.** Správně řešili a štěstí při losování tentokrát měli: Věra Jelínková z Prahy, Ludmila Kubátová z Nové Vsi, Ludmila Stuchlá z Lán, Růžena Šustová z Prahy a Růžena Smolíková z Prahy. Výhercům blahopřejeme k dárku, který pro ně připravil sponzor naší křížovky na str. 14, vydavatelství Enigma. **Na tajenku z tohoto čísla čekáme do 20. ledna.** Přejeme příjemnou zábavu při luštění.

Vážení čtenáři,
křížovky pro Vás připravuje redakce čtrnáctideníku
Křížovky pro každého.



**V tomto měsíci 11. a 25. ledna
na novinových stáncích.**

Naše legendy bez svatozáře ¹

Zahajujeme prvním dílem náš nový seriál. Dovíte se v něm zajímavosti o slavných osobnostech z historie české kultury, které se obvykle v oficiálních životopisech a ani v učebnicích neuvádějí. Jaksi se totiž nehodí do oděru posvátné úcty a slávy, která jejich jména obvykle obklopuje. Cílem našeho seriálu není hledat nějaké senzace. Nejsme bulvár a stavíme jen na doložených faktech. V našem seriálu chceme jen ukázat, že i slavné legendy české kultury byly jen lidé z masa a kostí, prožívaly v životě, podobně jako my obyčejní, radosti i strasti a často měly i své pověstné třinácté komnaty...

Zborcená láska Jaroslava Vrchlického

Představuji si někdy, jak se kupecký synek Emil Frída z Loun toulal po romantických březích říčky Vrchlice. Ze Slaného, kam chodil na gymnázium, to k nim měl poměrně daleko. Později ve studiích pokračoval v Praze, ale pro potíže s matematikou přešel do Klatov, a tam konečně gymnázium dokončil. Na přání rodiny se v Praze přihlásil na bohosloveckou fakultu, ale po roce se s ní rozloučil. Následovala fakulta filozofická, ani tady ale nedostudoval. Naskytla se možnost jet do Itálie jako vychovatel slechtických dětí. Ta cesta mu velmi otevřela obzory.

Obzory mu v mnohém rozšiřovala také Sofie Podlipská. Na svou dobu velmi vzdělaná a společensky dobře situovaná dáma. Byla mladší sestrou Johanky Rottové, provdané Mužákové, kterou naše literární historie zná jako spisovatelku Karolinu Světlou. Obě sestry, Němky rodem, ale Češky a vlastenky volbou, znamenaly pro českou vlasteneckou společnost mnoho. Až někdy zabloudíte na Malý rynek za Staroměstským náměstím, projděte se okolo domu U Rotta.

Johanka, Karolína Světlá, zahořela kdy si silným citem k Janu Nerudovi, básníkovi o čtyři roky mladšímu. Vztah její mladší sestry Sofie k mladému studentu Frídovi asi nebyl vášnivým vztahem o dvacet let starší dámy a naivního studentika. Spíš se z korespondence zdá, že zralá Sofie pomáhala nezralému básníkovi rozjasňovat chmury jeho duše, hledat cesty z úzkostí, způsobených především nevírou v sebe sama a mladickými nejistotami.

Zda v přípravě dcery Ludmily pro manželství s Vrchlickým byl i nějaký kalkul, nebo jenom snaha spojit dvě mladé duše,

těžko soudit. Faktem je, že se v roce 1877 konal sňatek už úspěšného básníka a mladé, krásné, ale naivní Ludmily Podlipské. Manželské štěstí zpočátku kvetlo, první dcera byla určitě dítětem lásky. Vrchlický svou Ludmilu velmi miloval a ve svých básních mnohokrát oslavil. Která žena by také odolala autorovi tak krásných veršů.

Zdá se ovšem, že Ludmila nebyla ta éterická bytost z básnickových snů. Spíše to byla žena zralá a smyslná, navíc odkojená tehdy módními romány o velkých, často zlomených láskách, o občasných velkých návratech se srdceryvným odpuštěním. A v tom jí do cesty vstoupil romantický Cyrano té doby, herec Jakub Seifert. Slavný deklamátor, člen Prozatímního i Národního divadla, vynikající představitel Rostandova hrdiny. Jezdili společně na letní byt do Chuchle a když vyhlášený pražský lamač dívčích srdcí Seifert odhodil svůj širák před mladou paní Ludmilou, bylo dokonáno. Zrodil se vztah vášnivý a trvalý. Věděla o něm takřka celá Praha, s výjimkou manžela.

Zda básníka první informovala jeho sestra nebo přímo manželka, není podstatné. Jisto je, že Ludmila poslala Vrchlickému dopis ve stylu svých oblíbených románů. Přiznala se k selhání, přiznala i to, že dvě z jejich tří děti nejsou jeho. „*Tvoje něha, jemnost mně byla chladností, žárčila jsem na Tvou práci. Ty oddaloval jsi se ode mne, slunce mé, jež mně dobrou činilo, mizelo a zbývalo jen temno. Vždyť jsem měla dítě své, to mi nedostačovalo, byla jsem vášnivá, a ukazovala jsem se chladná, ledová. Byli jsme v Chuchli, byla jsem tam tak sama, mě vášni rostla zhoubná*

křídla. Tys neviděl, byls něžný, kde jsem Tě chtěla mít bezohledného, zdál jsi se mi bezcitným.“

Očekávala asi, v duchu oněch románů, velké odpuštění a smíření. Nepřišlo, básník se nervově zhroutil, se ženou se rozešel, podle některých pramenů i rozvedl. Pravdou je, že obě děti uznal za vlastní a zejména Eva Vrchlická jeho památku velmi ctěla jako herečka i spisovatelka.

K rodinné krizi se přidala i krize umělecká, navíc se básník dost nepříjemně rozešel s mladou uměleckou generací, zjevně zatrpkl a když ho v padesáti oslovovali: důstojný kmete, jako kmet už také vypadal. Nedožil se ani šedesátky, mozková příhoda ho roku 1908 takřka vyřadila ze společnosti. Uchýlil se do ústraní a návštěvy své bývalé ženy prý důsledně odmítal.

S odstupem století můžeme cítit jenom smutek ze vzpomínky na básníka, který se té lásky, za kterou by šel světa kraj, vlastně nedočkal. Kdybyste se někdy ohlíželi za jeho obsáhlým dílem, v úctě smekněte. Kolik toho vytvořil tento velikán prakticky za pouhých dvacet let plodného života.

Pro DS píše
Josef HEJNA

Příště: Osudový mariáš Karla Poláčka

Jaroslav Vrchlický, vlastním jménem Emil Frída (*17. února 1853 Louny – †9. září 1912 Domažlice). Jeho dílo obsahuje přes 200 svazků, mj. přes 80 básnických sbírek a 50 divadelních her.

Svým dílem připravil půdu pro symbolismus. Chtěl vytvořit poezii, která by se vyrovnala evropskému básnictví a ztělesňovala harmonický ideál člověka. Zabýval se historickými náměty, pře-

devším vývojem lidstva a pokoušel se o sbírky zachycující jeho vývoj. Vrchlický patřil také k nejvýznamnějším českým překladatelům, překládal z 18 národních literatur.

Důchod není důvod pro lenošení

Mládí prožil na pražské periférii, chalupě v Orlických horách a cestováním po venkovských oblastech ČSR. Do pracovního procesu byl zařazen jako učeň-zedník, vyučil se však štukatérem. Dnes je známý jako literát, ale ještě více jako restaurátor historických zbraní či výtvarník-kolážista. Několik let se podílel na animovaných filmech, pět let se vyskytoval v pražském surrealistickém uskupení. Kratší dobu spolupracoval s francouzskými banalisty. Žije, pracuje a nadále tvoří v Přední Kopanině, okrajové lokalitě Prahy 6.

■ **Nedávno jste oslavil čtyřiasedmdesátku, ale vaše vitalita je obdivuhodná. Nevypadáte, že byste se chystal do důchodu... Jaký máte recept proti stárnutí?**

V důchodu už asi 14 let jsem, ale nevidím v tom důvod pro lenošení. Nápadů pro tvorbu mám habaděj, ale nyní k stáru si víc vážím ubývajícího času, proto výběr a autencizura před jejich realizací je mnohem přísnější. Co se týká receptu proti stárnutí: ještě před takovými dvěma roky bych to odbyl bonmotem, že to jsou ženy, bicykl a topení dřevem. Dnes bych k tomu dodal, že vzhledem k poměrům panujícím na silnicích jsem na kolo rezignoval, zajímavé ženy rezignovaly na mne a trhání pařezů mne spíš unavuje. Navíc věřím tomu, že nepoužívané orgány zakrní a užívané se opotřebují, takže asi nezbude než ta veselá mysl, co prý je půl neduživcovy zdraví. Také nepochybuji, že pro moji duševní pohodu je důležité moje záměrná a cílená samota, umožňující vhodně narušovat životní stereotyp.

■ **Vaší doménou jsou koláže. Jak jste se k tomuto druhu umění dostal, nebo kdo Vás inspiroval?**

To vyplynulo tak nějak samo ze sebe, asi mne zaujala ta překrásná absurdita v jejich spojování. V půli padesátých let, když jsem coby student výtvarné průmyslovky s nimi

začínal, se právě na veřejnosti příliš vzorů nevyskytovalo. Štýrský a Toyen jako by nikdy neexistovali, Hoffmeister si tvořil na chalupě do šuplíku, sem tam byl nějaký trapně krotký pokus od Štěpána v Dikobrazu. To už v šedesátých letech se s kolážemi roztřhl pytel a zdobily od přebalů knih po filmové plakáty. Také mám nějaké takové na svědomí. Je pravda, že koláží jsem udělal ze všeho nejvíc. Ale být proto výlučně kolážista se rozhodně necítím. Kromě této profese se zabývám malbou, kresbou, plastikami z různých materiálů, objekty, asamblážemi, papél-picadem a dalšími výtvarnými technikami. Na počátku šedesátých let jsem pro sebe objevil stamp-art, domnívám se, že jsem první, kdo se mu věnoval systematictěji. V posledních letech rozšířilo rejstřík mých činností také psaní, vydal jsem žertovnou knížku „Epos o Jírovi“. A protože veškerou tuto činnost v zájmu zachování tvůrčí svobody provádím zcela nekomerčně, živil jsem se restaurováním historických zbraní a zbroje. Je to činnost náročná nejen na čas a já jsem pyšný, že mám pro tento obor dokonce ministerskou licenci.

■ **Proč jste se ocitl na seznamu umělců, kterým bylo v minulém režimu zapovězeno vystavovat?**

Takhle bych to neformuloval. Uvádím, že jsem v ČSR od roku 1968 do roku 1988 nevystavoval, což je pravda. Jenže já se o to záměrně nesnažil, takže mi vrchnost nic zakázat nemohla, což jí neskonale hnětlo. Není pochyb, že v opačném případě by to s radostí učinila. Vždyť mi dělala potíže i s restaurováním. Obdobná situace byla ostatně i u cestování: skoro u každého výsledku se mne soudruzi ptali, proč si nežádám o výjezdní doložku. Určitě jim nešlo o moji zcestovalost.

■ **Jak jste se vyrovnal s obdobím, kdy jste nemohl pracovat a vystavovat v Československu?**

Zpočátku jsem se snažil uplatnit kolážový um v televizních reklamách a populárně naučných filmech. Ale neustálé handrkovačky s rozličnými komisemi mi to brzo znechutily, takže jsem zvolil vnitřní emigraci. V sedmdesátém mém jsem se rozvedl a – opět po dvouleté válce s úřady – zakoupil zbědovaný dům ve vsi na





okraji Prahy. V tristním prostředí dvora, ve kterém byl jezeďácký kravín. Učinil jsem z něj enklávu svobody, opevněnou hnojem. Bylo to v rámci daných možností velice šťastné řešení, díky němuž přežívám ve svém i dnes. Můj skromný šestitisícový důchod by mi na nějaký nájem sotva stačil.

■ Co Vám v té době nejvíce pomáhalo?

S prací přátelů, s žitím přítelkyně, které si mimochodem považovaly faktu, že u mne mohou vše a nemusí nic.

■ Jak vnímáte současnou dobu? Vidíte vedle kladů i něco, co by se mělo zlepšit?

Mně by bohatě stačilo, kdyby zde fungovala opravdová demokracie místo té trapné parodie na ni. Ale toho se nedočkám. Když vidím, jaká jména dávají hofráti svým čerstvě narozeným potomkům, je mi jasné, že sami vidí po svém vládnutí tuto zemi v příští generaci za neobyvatelnou. A proto se snaží preventivně těmi cizokrajnými jmény svým aplégrům to v budoucnu v cizině usnadnit. Ještě, že se toho nedočkám! I když při mé smůle, čert ví... Moje babička se dožila sto a čtvrt roku a matka je také naživu.

■ Ke které ze svých prací máte nejbližší vztah?

Vlastně ke každé, kterou právě dělám. Těší mne, když vše dostává svou podobu, daří se a není příliš odlišná od představy, která mne k její realizaci vedla. Často inspiruje k další. Jenže jakmile je hotova, už jsou s ní jenom starosti s deponováním, rámováním, převozy, publikováním, vystavováním atd. Ale protože Vy máte na mysli nějakou konkrétní, tak tedy: ve sbírce Pražské plynárenské a.s. se nalézá moje koláž „Telefonát do východního Berlína“. Pojednává o tom, kterak stačí zvednout sluchátko k mezinárodnímu hovoru a v tu ránu z každého štokrlete vykukne fízl. Rok vzniku: 1968. Nabídl jsem ji tehdy – víceméně z hecu – do jakési společné výstavy. Byla soudružskou výběrovou komisí odmrštěna prý pro nedostatečnou výtvarnou úroveň. Dnes její reprodukce zdobí přebal exklusivní britské publikace „Collage the making of modern art“, kam jí vybralo renomované nakladatelství Thames a Hudson.

■ Optimismu a humoru, zejména toho černého, máte na rozdávání.

Jaký recept máte na dobrou náladu?

To již jsem odpověděl v první otázce. Ale doplním: Aby mi mozek pozitivně a v pohodě pracoval, tak k tomu je nezbytné dodržovat striktně nařízení, která jsem

pro svá obydlí stanovil. Totiž, že televize v nich může bez problému natáčet, ale nikdy vysílat. (Čas od času si můj brloh – jak to nazvala Ester Kočíčková při jednom natáčení – skutečně TV půjčuje. Že prý by tak zanedbané prostředí jako kulisu těžko jinde hledali). Prostě se bavím sám.

■ Nyní často vystavujete v různých městech České republiky. Jaký zaznamenáváte ohlas návštěvníků na Vaši tvorbu?

Zápisy v návštěvních knihách výstav bývají tak pozitivní, že se až občas obávám, zda nedělám líbivou tvorbu. Ale sem tam to nějaká přemýšlivá duše uvede na pravou míru, že jí z mého humoru také mrazí. Lhal bych ale, kdybych tvrdil, že mne netěší zápisy typu: „Dnes jsem se tady po čtyřech dnech deštivé dovolené poprvé pořádně zasmála“. Autorovi je vždycky příjemné ujištění, že nedělá svoji práci zbytečně. Nejsem v tom vyjímka.

■ Existují rozdíly mezi mladým a starším publikem?

Reakce na mou práci je mezi mládeží a dospělci pozoruhodně shodná, názorové rozdíly jsou mezi nimi zanedbatelné. Měl jsem nedávno v Písku ve své expozici možnost debatovat s exkurzemi tříd gymnázií a výtvarné školy. Vlastně tam

■ V kavárně divadla Na zábradlí





Pro své srdce chceme jen to nejlepší...

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



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

DiaChrom®

Nízkokalorické stolní sladidlo vynikající chuti pro snižování cukru a cholesterolu.



Žádejte v lékárnách.
www.diachrom.cz

měly problém s pochopením věci jenom některé velice mladické dívky. Přiznávám, že to bylo u několika možná až příliš eroticky laděných výtvorů.

■ Máte v některé z Vašich knih návštěv nějaké kuriozní zápisy?

Asi nejužitečnější zápisy obsahuje návštěvní kniha z výstavy konané v prostorách cukrárny „U Myšáka“ blahé paměti. Publikum si ji pletlo s Knihou přání a ztížeností, takže se hemží zápisy jako: „Co tu jsou platné prima obrazy, když podáváte studený kafe a je na něm málo šlehačky. A taky málo cukru!“

■ Navštívil jsem Vaši výstavu v Prácheňském muzeu v Písku loni v září. Ve stejnou dobu zde byla umístěna též expozice o díle Jára Cimrmana. Máte podobný smysl pro humor. Jaký je Váš vztah k němu a k jeho tvorbě?

Jak jinak než pozitivní. Já mám vůbec rád 19. století a vlastně dobu až do I. světové války. Mít možnost výběru kdy žít, už bych tam byl. To, že by moje svobodomyšlná povaha byla nucena se smířit s tím, že jsme v monarchii poddaný bych snad překousl. Za tu pohodu by to určitě stálo.

■ Jedním Vaším vystavovaným dílem je netradičně pojatý autoportrét. Pro jakou příležitost jste ho vytvořil?



■ Ivo Medek Kopaninský při práci

Pro výstavu v Alšově jihočeské galerii na Hluboké, s názvem: Autoportrét ve 20. a 21. století. Chtěl jsem se vyhnout obligátnímu zobrazení s vytřeštěným pohledem do zrcadla, zrcadlově obrácenému. Tak jsem to pojal jako vlastní ciferník s životními příhodami od pěti do pětadesáti let.

■ Jaké akce chystáte pro letošní rok? Kam nás můžete již nyní pozvat?

Na jaře, přesný termín ještě není určen, mám mít menší výstavu v prostorách ústavu Libri prohibiti na Senovážném náměstí v Praze. A nyní je v jednání expozice, která bude umístěna v chodbách Senátu Parlamentu České republiky.

Za rozhovor poděkoval **Zdeněk HŘEBEK** ■

Foto: autor a archiv IMK

Vizitka Ivo Medka Kopaninského

Datum a místo narození: 26. prosince 1936 v Domažlicích.

Kariéra: Vyučen štukatérem, absolvoval Průmyslovou školu bytové tvorby v Praze, obor výtvarné techniky pro interiéry a exteriéry. Byl zaměstnán jako věšeč obrazů v Národní, později Středočeské galerii. Delší dobu byl viceprezidentem Masarykovy akademie umění. Koláží se zabývá od roku 1956, v roce 1961 pro sebe objevil techniku stamp artu. Před sovětskou okupací realizoval řadu návrhů na knižní přebaly, plakáty, praktikoval vlastní výstavní činnost. Podstatnou byla jeho tvorba výtvarných podkladů pro krátko i středometrážní filmy, z nichž několik obdrželo vysoká zahraniční ocenění. Zlatá medaile za výtvarné zpracování populárně-naučného animovaného fil-

mu se zdravotní tematikou (Mezinárodní filmový festival v Moskvě 1971), stříbrná medaile (Sofie 1971). Nezanedbatelná je i jeho restaurátorská činnost - je uznávaným specialistou na historické zbraně. Dosud publikoval pouze časopisecky a vydal knihu Epos o Jírovi.

Ocenění: Je nositelem, Ceny Masarykovy akademie za tvůrčí činnost (1992), Evropské medaile Franze Kafky (2000) a Světové ceny Salvatora Dalího (Aliance Salvador Dalí International 2005). Uspořádal celkem 59 samostatných a 80 společných výstav. Česká televize o něm natočila tři reportáže a medailony.

Ukázka tvorby: Na webových stránkách www.ivomedekkopaninsky.ic.cz lze najít další informace a některé koláže.

Bible je hlavně o lidech

Už řadu měsíců v Době seniorů zveřejňujeme seriál (viz str. 12) věnovaný knize, která patří ke kořenům evropské civilizace. A nejenom její. Také náš seriál se pro autora, ThDr. Jana Schwarze, stal odrazovým můstkem k napsání knihy Tajemné dveře do domu bible. Právě v těchto dnech ji vydalo nakladatelství Alfa, Beta Books. Dobrý důvod, proč pastora Schwarze požádat o rozhovor...

■ Co Vás vedlo k napsání této knihy?

Bible je nazývána Knihou knih. V knihovně přátel jsem ji však objevil zaprášenou a netknutou. - Nediv se, v některých částech se těžko orientuji a často neudrím potřebnou pozornost. Je to někdy složitější než louskání telefonního seznamu, a tak jsem dvířka k záhadnému domu Bible definitivně zavřel - svěřil se mi kamarád. A já se tehdy rozhodl Tajemné dveře do domu Bible znovu otevřít a stát se vrátným pro rozjímavé a pozorné čtenáře ve 21. století.

■ Můžete pro naše čtenáře stručně přiblížit obsah?

První část věnuji starozákonným příběhům, které jsem doplnil výklady z Talmutu, midraše a další judaistické literatury. Začal jsem od Adama, který vyrostl z prachu země a žil 930 let a pokračoval dál, přes Noemovu archu a potopu světa k Abrahámovi, otci izraelského národa, Jákobovi a jeho synům, přes otroctví v Egyptě a návrat do země zaslíbené, pokračuji dobou královskou a proroky, až k závěrečnému Poznání zákona i lidského srdce. V druhé části jsem shromáždil pro vnímavé čtenáře „mapku“ příběhů dodatečných chodbiček z tajemného domu Bible. Do závěru jsem vložil Vtipy místo doslovu, z nichž je patrné, že ani humor nemusí být pro čtenáře Bible žádný hřích.

■ Mnoho dnešních seniorů vyrůstalo a dospívalo v době, kdy se odlišná než vládnoucí ideologie neuznávala. Víra byla na indexu. Dnes je jiná situace, ale pokud jde o počty věřících, nějak zvlášť nevzrostly, spíše naopak. Čím to podle Vás je?

Já jsem také vyrůstal v čase, kdy doba byla, jak se říkalo „těhotná událostmi“. V době pražského jara 68. roku jsem jako desetiletý klučina ministroval v kapucinském klášteře v Třebíči u P. Kassiana. Kapucínští mnichové Vavřinec

a Štěpán se stali mými duchovními vůdci a učiteli. Dodnes vzpomínám na jejich laskavost a vlídnost, s níž mě učili sloužit, nejen u oltáře, ale pomáhat lidem, opravovat kříže v polích, prostě otevírali můj duchovní zrak a já jsem jim za mnohé rady dodnes vděčný. Jenže pak přišla normalizace. Prezidenta Ludvíka Svobodu, kterého jsem vítal v Třebíči u radnice a poslouchal sousedy, jak vzpomínali na jeho poválečné působení ve funkci předsedy zemědělského družstva v nedalekém Hroznatíně, armádního generála Ludvíka Svobodu vystřídal Gustáv Husák a začaly čistky. Pro mne to v 9. třídě znamenalo, že jsem se nedostal na gymnázium a šel se učit instalatérem na Destilu do Slavkova u Brna. A protože jsem v srpnu při výročí okupace napsal na Masarykovu rozhlednu v Třebíči na Hrádku se svými přáteli nápis PRAVDA ZVÍTĚZÍ, pokračovaly mé problémy až do chvíle zatčení a nástupu trestu na plzeňských Borech.

To byla škola, věda a víra, modlitba, pouta, výkon trestu a pochodování na kovošrot. Ale vrátím se k otázce. Proč řady věřících tak prořídly?

Jan Werich kdysi pravil, že faráři si z Pánaboha udělali řemeslo. Já budu ve výrazech poněkud tvrdší - Z živého duchovního kvasu se leckde stala žvanírna o Pánu Ježíši. Jaký zázrak učinil tehdy tam a potom zase jinde a někde se k tomu přidala učená teologická přednáška. Jenže problém živé víry je v Čechách a nejen Čechách mnohem složitější. Český národ si nese v historických genech zkušenosti z doby reformace a následné protireformace. To dědictví si neseme v krvi jako genetický odkaz našich předků.

Já jezdil v dětství na kole do Kralic nad Oslavou a poslouchal o bratřích, kteří tady, v černých komžích a po nocích tiskli ilegálně jakousi Bibli českou a učil jsem se, jak přijít těm událostem „na kloub“.



Hrdinství a obětavost našich předků se pak nějak vytratila a nastala doba, kdy se razilo heslo - Přežít za každou cenu. - Není divu. Po Bílé Hoře přišli Habsburkové, Hitler, import komunismu, Stalin, Brežněv, Husák... Ale tady musím říci, že jsem za svůj život právě mezi komunisty poznal taky své přátele, kteří mi pomáhali. Tak jsem se dopídl, že Karel Marx se vlastně jmenoval Ašer Mardocheus a byl to vnuk trevírského rabína. Marx se snažil zavést synagogální prvky do politiky - v synagoze si přece lidé byli bratry a kasu měli společnou. Když si uvědomíme, že v té době umíraly dvanáctileté děti ve fabrikách na tuberkulózu, byl to čin hodný mistra. Život prostě není černobílý. Církev má řadu kvalitních teologů, mohu jmenovat např. prof. Tomáše Halíka, ale také profesora Zdeňka Kučeru z Husitské fakulty, Jana Blahoslava Láška a další. Byla doba, kdy přijmout komunismus bylo znakem hrdinství, pak se projevilo totéž v křesťanském svědectví víry. Já bych k tomu pouze dodal, že život musíme měřit nejen na délku, v čase, ale i do hloubky.

■ Bible je o Bohu, ale snad právě proto do značné míry o obecných lidských hodnotách, ať už jde o charakterové vlastnosti nebo vztah k bližnímu.

Bible otvírá etický kodex člověku v historickém záznamu. Člověk člověku



Pastor Jan Schwarz v době, kdy byl hlavou československé církve husitské

by měl být bratrem, který podá v případě potřeby pomocnou ruku a ne vlkem, který si nashromáždí majetek do vlastní stodoly a zamkne před druhými lidmi dveře svého domu.

■ Říkal jste, že knihu jste začal psát i proto, že u známých jste našel Bibli, na kterou sedal prach a bylo vidět, že ji nečtou. Nesedá ale prach i na mnohé hodnoty, které hlásá?

Kritický výklad a rozbor deuterokanonické literatury ukazuje, že Bible je obyčej-

ná kniha, v níž lze nalézt i chyby. Nač to popírat? Ale tady už záleží na tom, co kdo hledá. S biblickými prameny je to jak na venkovském dvoře. Hospodář nese zrní pro slepice a odnáší si vejce z kurníku. A prasátko se na tom samém dvoře roční na hnojišti a blaženě ryje v nadílce a říká - Podívejme se, copak to tady

máme? - Takže na nás záleží, jakou roli si v životě zvolíme.

■ Často slyšíme, že křesťanství je jedním z pilířů evropské kultury. Mnozí lidé ale nevěří, jsou ateisté. V čem vidíte význam četby Bible nebo knihy, která ji vysvětluje pro tyto lidi? Jen v tom, co je řečeno v první větě mé otázky?

Bible stojí v samých základech euroamerické civilizace. Prezident Abraham Lincoln žil s Bibli v ruce, v době války Severu proti Jihu se snažil zrušit pouta otroctví. Lidé, věřící i nevěřící, by také měli v Bibli objevit inspiraci do dalšího života.

Pokud najdou odvahu k takovému následování, potkají se s Kristem třeba jako nevěřící Tomáš... A třeba uvěří.

■ **Nezlobte se za to filozofování, ale osobně mám dost pocit, že církev u nás se věnovala po roce 89 primárně jiným věcem než péči o duši národa.**

Lidé se po roce 89 obraceli s důvěrou k církevním institucím a náboženským společnostem, aby tady pro své rodiny objevili kdysi ztracený duchovní poklad... A najednou poznávali, že v církvích jde taky o majetek. A řekli si - Bůh na konci 20. století - to jsou peníze, tak na co potřebujeme církev. - Na jedné straně chápu, že institucionalizace církve přinesla mnohým zklamání, na straně druhé - živé duchovní společenství lidí, kteří čtou Bibli a inspirují se k dobrému životu - to je naděje pro nás v současnosti a vlastně pro celý svět.

Děkuji za rozhovor.

Já také. A přeji všem seniorům pokud možno příjemné počtení. A samozřejmě hodně štěstí v roce 2011.

Ptal se **František VONDERKA** ■



FOR SENIOR

5. VELETRH PRO PLNOHODNOTNÝ, AKTIVNÍ ŽIVOT

31. 3. – 3. 4. 2011

PRAŽSKÝ VELETRŽNÍ AREÁL LETŇANY

KUPÓN NA 50% SLEVOU VSTUPNÉHO

U pokladny vyměňte za zlevněnou vstupenku.



MOTTO VELETRHU

MLADÉ DOKÁŽE BÝT KAŽDÉ TELE,
ALE **zestárnout,**
HOLENKU, TO **je kumšt.**

(KAREL ČAPEK)

www.forsenior.cz



DOBA SENIORŮ

Výpočet starobní penze

v roce 2011



Rok 2011 bude z hlediska výpočtů starobních důchodů specifický. Vzhledem k tomu, že Ústavní soud ČR zrušil § 15 zákona č. 155/1995

Sb., který definuje výpočtový základ, a odložil vykonatelnost svého rozhodnutí do 30. 9. 2011, **platí jiný výpočtový základ pro důchody přiznávané do 30. 9. 2011 a jiný pro důchody přiznávané po tomto datu do konce roku 2011.** Svě rozhodnutí Ústavní soud odůvodnil tím, že současnou definicí výpočtového základu není u pojištěnců s vyšším příjmem splněn ústavní požadavek přiměřenosti hmotného zabezpečení ve stáří a jeho současná konstrukce vytváří u části pojištěnců výrazné disproporce mezi výší pojištěncem zaplaceného pojistného a výší přiznaného důchodu, čímž je podle ÚS porušena Listina základních práv a svobod.

Nízký důchod je často motivem návštěvy levné tržnice...

Základní pravidla pro výpočet důchodu podle zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, vč. parametrických změn přijatých s účinností od 1. 1. 2010, se nemění. Podle nich se bude postupovat také při přiznávání důchodů v roce 2011. Znamená to, že se sice již pro starobní důchod nehodnotí a nebude hodnotit **doba studia** na střední nebo vysoké škole, ale pouze v případě, že nebyla získána do 31. 12. 2009. **Pojištěnci, kterým vznikne nárok na starobní důchod v roce 2011, ji tedy započtenou pro důchod budou mít.** Pro důchody přiznané v roce 2011 také platí další postupné zvyšování důchodového věku u některých pojištěnců a potřebné doby pojištění pro nárok na starobní důchod z dřívějších 25 až na 35 let. Podle zákona o důchodovém pojištění **má pojištěnec, který dosáhl důchodového věku v roce 2011, nárok na starobní důchod, jestliže získal dobu pojištění nejméně 27 let.**

Nová výše základní výměry

Starobní důchod se skládá ze základní a z procentní výměry. Základní výměra byla podle nařízení vlády č. 281/2010 Sb., o zvýšení důchodů v roce 2011, zvýšena o 60 Kč na 2.230 Kč měsíčně. To se týká všech důchodů přiznávaných po 31. 12. 2010 a důchodů již vyplácených (u nich zvýšení náleží od splátky důchodu splatné po 31. 12. 2010).

Nová výše základní výměry znamená automaticky zvýšení minimálního důchodu. Ten jako institut v zákoně o důchodovém pojištění není, ale je dán skutečností, že výše základní výměry je pro všechny důchody stejná a že je stanovena zákonem minimální výše procentní výměry ve výši 770 Kč. Znamená to, že do 31. 12. 2010 **minimální důchod činí 2.940 Kč (2.170 Kč + 770 Kč) a od 1. 1. 2011 činí 3.000 Kč (2.230 Kč + 770 Kč).**

Výpočet důchodu před 30. 9. 2011

Vzhledem ke zrušení definice výpočtového základu Ústavním soudem ČR



a odložením účinnosti jeho rozhodnutí do 30. 9. 2011, budeme při výpočtu všech důchodů přiznaných v roce 2011 před 30. 9. 2011 ještě vycházet ze stávajícího výpočtového základu. Tím je po dosažení nových hranic pro úpravu osobního vyměřovacího základu nařízením vlády č.283/2010 Sb., **osobní vyměřovací základ (OVZ), pokud nepřevyšuje částku 11.000 Kč. Převyšuje-li tuto částku, započte se částka 11.000 Kč v plné výši, z částky nad 11.000 Kč (první redukční hranice) do 28.200 Kč (druhá redukční hranice) 30 % a z částky nad 28.200 Kč 10 %.** Stejným nařízením vláda stanovila **všeobecný vyměřovací základ za rok 2009 ve výši 24.091 Kč a přepočítací koeficient pro jeho úpravu ve výši 1,0269.**

Příklad

Pojištěnec narozený 12. 5. 1949 má dle přílohy k zákonu o důchodovém pojištění důchodový věk 62 roků a 4 měsíce. Ten do prvního dne 12. 9. 2011. Od tohoto data požádá o přiznání starobního důchodu. Ke vzniku nároku na důchod odpracoval a získal, vč. náhradních dob, 46 roků. Potřebnou dobou pojištění pro vznik nároku na starobní důchod je podle nové právní úpravy platné od 1. 1. 2010 pro pojištěnce, kteří dosáhnou důchodového věku v roce 2011, alespoň 27 let. Tuto podmínku tedy také splňuje.

■ **VZ** = vyměřovací základ pojištěnce (hrubý příjem)

■ **KNVVZ** = koeficient nárůstu všeobecného vyměřovacího základu

■ **RVZ** = roční vyměřovací základ (násobek VZ a KNVVZ)

■ **VD** = vyloučená doba, zejména dny pracovní neschopnosti

■ **Nered.OVZ** = neredukovaný osobní vyměřovací základ

■ **30,4167** = průměrný počet dnů v roce

■ **9131** = počet kalendářních dnů za období 1986 až 2010.

ROK	VZ	KNVVZ	RVZ	VD
1986	50 245 Kč	8,3465	419.370 Kč	15
1987	54 650 Kč	8,1755	446.792 Kč	/
1988	65.870 Kč	7,9932	526.513 Kč	5
1989	68.175 Kč	7,8041	532.045 Kč	/
1990	79.525 Kč	7,5286	598.712 Kč	/
1991	88.124 Kč	6,5240	574.921 Kč	14
1992	89.178 Kč	5,3271	475.061 Kč	/
1993	90.325 Kč	4,2529	384.144 Kč	/
1994	99.564 Kč	3,5874	357.176 Kč	/
1995	100.247 Kč	3,0273	303.478 Kč	/
1996	120.558 Kč	2,5567	308.231 Kč	/
1997	154.781 Kč	2,3129	375.993 Kč	18
1998	168.487 Kč	2,1157	356.468 Kč	/
1999	185.385 Kč	1,9549	362.410 Kč	/
2000	187.784 Kč	1,8339	344.378 Kč	10
2001	189.598 Kč	1,6898	320.383 Kč	/
2002	194.989 Kč	1,5746	307.030 Kč	/
2003	230.341 Kč	1,4753	339.823 Kč	/
2004	360.125 Kč	1,3835	498.233 Kč	/
2005	375.636 Kč	1,3153	494.075 Kč	/
2006	478.785 Kč	1,2339	590.773 Kč	/
2007	482.324 Kč	1,1492	554.287 Kč	/
2008	521.693 Kč	1,0627	554.404 Kč	10
2009	578.595 Kč	1,0269	594.160 Kč	/
2010	622.008 Kč	1,0000	622.008 Kč	/
Úhrn RVZ			11.240.868 Kč	72
$\text{Nered. OVZ} = \frac{11.240.868 \text{ Kč} \times 30,4167}{9131 \text{ dnů} - 72 \text{ dnů}} = 37.742,58 \text{ Kč} = \mathbf{37.743 \text{ Kč.}}$				

Redukce

Nařízením vlády č. 283/2010 Sb. byly stanoveny částky pro stanovení výpočtového základu pro výpočet důchodů v roce 2011 uvedené v § 15 zákona č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění, ve výši 11.000 Kč (první redukční hranice) a ve výši 28.200 Kč (druhá redukční hranice). **Výpočtovým základem pro rok 2011 je tedy osobní vyměřovací základ, pokud nepřevyšuje částku 11.000 Kč. Převyšuje-li, stanoví se tak, že částka 11.000 Kč se počítá v plné výši, z částky nad 11.000 Kč do 28.200 Kč 30 % a z částky nad 28.200 Kč 10 %.**

$28.200 \text{ Kč} - 11.000 \text{ Kč} = 17.200 \text{ Kč}$
 $17.200 \text{ Kč} \times 0,30 = \mathbf{5.160 \text{ Kč}}$
 $37.743 \text{ Kč} - 28.200 \text{ Kč} = 9.543 \text{ Kč}$
 $9.543 \times 0,10 = \mathbf{954,3 \text{ Kč}}$

$\text{OVZ} = 17.115 \text{ Kč} (11.000 \text{ Kč} + 5.160 \text{ Kč} + 954,3 \text{ Kč} = 17.114,3 \text{ Kč} = 17.115 \text{ Kč})$

Procentní výměra = 46 roků pojištění
 $\times 1,5\% = 69\% \text{ výpočtového základu}$

$17.115 \text{ Kč} \times 0,69 = 11.809,35 \text{ Kč}$
 $= 11.810 \text{ Kč}$

Valorizace procentní výměry - 0.

(Nařízení vlády č.281/2010 Sb., o zvýšení důchodů v roce 2011, se týká, pokud jde o zvýšení procentní výměry, pouze důchodů přiznaných do 31. 12. 2010. **Procentní výměra důchodů přiznaných po 31. 12. 2010 by měla být zvýšena v roce 2011.** Pokud jde o základní výměru, ta byla zvýšena naopak nejen u důchodů přiznaných do 31. 12. 2010, ale i u důchodů přiznávaných po tomto datu (viz část "Nová výše základní výměry").

Výše starobního důchodu přiznaného od 12. 9. 2011

Základní výměra	2.230 Kč
Procentní výměra	11.810 Kč
Celkem	14.040 Kč

JUDr. Zdeněk HÁJEK ■

Testovali jsme BioBeam 940

Důvodem testu byly vaše dopisy do redakce. V nich jste se ptali, zda máme nějaké zkušenosti s přístrojem BioBeam 940, jehož reklama se objevila v listopadové Době seniorů. Jde o moderní léčebnou pomůcku, která využívá infračervených paprsků k léčbě neduhů, jako jsou artrózy, bolesti kloubů, svalů, páteře či záněty atd. Potíže, kterými trpí většinou starší lidé. Mají bolesti, ale nikoli peníze na zbytek (BioBeam stojí přes 5000 Kč), a proto nechtějí kupovat pověstného zajíce v pytli. Ostatně ani já reklamě příliš nevěřím a zvláště ne tam, kde jde o lidské zdraví.

Důvod, proč jsme výhradního dovozce požádali o možnost testování BioBeam 940.

Vyhověl nám obratem. Do redakce jsme dostali běžné balení. Kromě přístroje obsahuje podrobný návod, lehce srozumitelný i pro největší laiky. Včetně upozornění, že BioBeam 940 není automatickou náhražkou dosavadní léčby. Může se jí ale stát. Navíc: použití není nutné konzultovat s lékařem, neboť přístroj nemá žádné vedlejší ani negativní účinky a nemá ani žádné kontraindikace. BioBeam 940 mohou používat i pacienti s kardiostimulátorem nebo jiným cizím předmětem v těle. Jelikož jde o bezlékovou formu léčby, je vhodný také pro ty, kdo nemohou užívat různé typy léků - např. diabetici nebo lidé s vysokým tlakem.

A teď k samotnému testu: Přístroj se díky ergonomickému tvaru dobře drží v ruce a lehce se ovládá, součástí balení je ale i sada upí-

nadel se suchým zipem, které ho umožní umístit na místa, kam člověk sám nedosáhne nebo kde by to bylo namáhavé. BioBeam 940 jsem se rozhodl použít na dvě věci: v mládí jsem trpěl revmatickými bolestmi kolen, které se ve vyšším věku (je mi 59) zejména při náhlé změně počasí vracejí a trvají dva až tři týdny. Druhá záležitost přišla nečekaně: upadl jsem na neuklizeném chodníku a odneslo to zápěstí pravé ruky. Podle návodu jsem začal bolestivá místa ozařovat. Ráno a večer vždy asi půl hodiny.

Bolest v zápěstí přestala vystřelovat už druhý den ráno a zcela zmizela následující den. Změnu pobolívání v kolenech jsem začal pociťovat po čtvrtém dnu používání BioBeamu. Po týdnu umkla docela.

Jinými slovy: odešla o týden dřív než jindy.

O tuto zkušenost jsem se samozřejmě podělil v rodině. Dcera (14 let) si shodou okolností namohla sval při lyžování a chtěla samozřejmě vyzkoušet, zda otcem vychvalovaný přístroj pomůže i jí. Pomohl. Bolest, která jindy trvá týden, přešla do tří dnů. Pozn.: nemohu osobně ověřit, jde o její nohu, ale tvrdí to a o víkendu znovu odjela na lyže.



Osobně jsem ale učinil jinou zajímavou zkušenost. Trpím chronickou rýmou. I když zástupce dovozní firmy říkal, že na tento neduh se používá zvláštní přístroj BioNase, nedalo mi to. Po předchozích pozitivních zkušenostech jsem vyzkoušel proti věčně zahleněnému nosu, který umožňuje jen dýchání ústy, BioBeam 940. Nasadil jsem si ochranné brýle, které se společně s přístrojem kvůli ochraně očí dodávají pro použití v oblasti obličeje, a paprsek zaměřil do nosu. Nechci distributorům kazit obchod, BioNase je možná účinnější, ale nosem jsem začal dýchat po čtyřech dnech. A obnovily se částečně i čichové vjemy. Možná jde v mém případě o autosugesci nebo nějaký zázrak, nastal ale po použití BioBeam 940. Kortikoidy obsahující nosní sprej Tinkair už nepotřebuji...

BioBeam 940 po osobním testu prostě doporučuji.

Jeden z našich čtenářů ho může získat i zadarmo. Musí nám však do 20. ledna správně odpovědět na otázku, která firma je výhradním dovozcem této pomůcky pro ČR. Pro pravidelné čtenáře DS by to nemělo být vůbec těžké. Náповěda je ostatně i v našem testu.

(fav) ■

NEJLEPŠÍ PREVENCE: CO NEJČASTĚJI SEX

Největším strašákem zimní sezony je kromě účtů za teplo chřipka. Každý rok se chřipkou nakazí třetina všech Čechů a Česek, u čtvrtiny nemoc propukne a jedno procento národa skončí v nemocnici.

Existuje řada způsobů, jak se s útoky bacilů vypořádat. Někdo u chřipky a rýmy věří na bylinky, někdo na vonné olejičky, další jde do tradiční ordinace, jiný nedá dopustit na homeopatii a třetí sází na vlastní metody. Ať patříte do jakékoliv skupiny, naprosto nejzásadnější je prevence.

Pomáhá cokoli, co vyplavuje endorfiny. Hlavně sport, sex a požívání některých potravin, třeba čokolády.

Příroda je mocná čarodějka, a proto i naprosto přirozené věci jako sex naše tělo ochrání před bakteriemi i viry lépe než nejmodernější farmaceutické přípravky. Lékaři dokonce tvrdí, že kdyby lidé denně souložili, pak by ubylo obrovské množství nemocí. Lidé by se cítili skvěle nejen po fyzické stránce, ale i po té psychické. Vědci z Wilkesovy Univerzity v americké Pennsylvánii na základě dlouhodobé studie říkají, že sex pomáhá zejména seniorům. Pokud mají senioři pravidelný sex, zvyšuje se podle jejich výzkumů množství obranných látek v krvi o celou třetinu!

Pravidelné milování zvyšuje hladinu imunoglobulinu A (IgA), který patří k hlavním protilátkám zneškodňujícím choroboplodné zárodky v krvi. Časté mi-

lování chrání člověka před infekčními chorobami. Ale pozitivní vliv má také na psychiku, neboť chrání před depresemi.

Podle řady studií také působí jako nejlepší lék na bolest. Při orgasmu se navíc vylučuje do těla dehydroepiandrosteron, který posiluje imunitu, opravuje tkáň a udržuje pleť zdravou a mladistvou. Sex a orgasmus také zlepšují spánek a posilují celkově kondici. Při milování se navíc páli i energie.

A nejen to. Podle nové britské studie sex působí blahodárně především mužům na jejich srdce a cévy. Pánové, kteří souložili alespoň dvakrát týdně, jsou prý zasaženi infarktem až dvakrát méně než ti, kteří si sex dopřávají jen jednou měsíčně.

(red) ■

Senioři mohou cvičit venku

V malinkých Lázních Kunratice nedaleko Liberce jsem uviděla velikou věc: pod širým nebem, přímo v lázeňském parku jsou rozmístěny zajímavé tělocvičné stroje pro dospělé. „Máme to tu jak na dětském hřišti,“ čtou moje myšlenky starší pacientky, které v Kunraticích rehabilitují po operaci kloubů. Cvičebně rehabilitační prvky ze dřeva, hliníku a oceli jsou natolik originální a nápadité, že mě rozhodně nemusíte podezírat s úmyslu dělat jim reklamu. Příjemné je také zjištění, že jsou součástí výrobního programu tuzemské firmy Siacity z Liberce. Tam se dozvídám, že jejich vývoj je společným dílem technologů, architektů a lékařů. Aby bylo cvičení na strojích pro dospělé – a pro seniory zvlášť – účinné i bezpečné, navázala firma intenzivní spolupráci s ortopedem lázní MUDr. Jiřím Janatou, původně primářem v krajské nemocnici. Každý detail cvičebního nářadí je podro-

■ Masážní stojan v Lázních Kunratice



■ Bradla v Lázních Kunratice



ben náročnému odbornému zkoumání. Právě klienti Lázní Kunratice ověřují prototypy strojů v exteriéru. Další si už oblíbili obyvatelé Plzně, dvou pražských čtvrtí a Prostějova.

Celá kolekce Senior fit parku je zatím patnáctidílná. Šest strojů je zaměřeno na celkové protažení a posílení svalů, čtyři typy nářadí slouží k procvičování horních částí těla, dva prvky prospívají břišním a zádočným svalům. Co si pod touto stručnou charakteristikou konkrétně představit? Jednoduchý samoobslužný masážní stroj zad, тренаžéry simulující chůzi s hůlkami, běh na lyžích, jízdu na kole, veslování nebo zvedání činky. A taky známá nářadí jako jsou bradla, hrazda či lavice ke zpevnění břišních svalů. Tři další pomůcky jsou podle lékařů zvlášť vhodné pro posílení motoriky při rehabilitaci po mozkových příhodách – pohyblivá deska, schody a šikmá plocha se zábradlím a protiskluzovou podlahou umožní nácvik chůze v nerovném terénu. Proto se uplatní hlavně v par-

cích lázní, léčeben dlouhodobě nemocných a rehabilitačních center. V terénu jsou všechny prvky vybaveny tabulkou se srozumitelným návodem na cvičení. Montáž není složitá. Stabilitu cvičebního zařízení zajišťuje kotvení v betonovém základu. Při běžném užívání je prakticky bezúdržbové.

„Programem naší firmy je městský mobiliář. Zkušenosti, které s tímto sortimentem máme, jsme uplatnili v naší nové originální výrobní řadě,“ uvedl jednatel společnosti Siacity Ing. Václav Vosáhlo. Základem se stala osvědčená kombinace materiálu, jímž je hliník s možností nejrozličnějších variant barevných nátěrů, nerez, podtrhující čistotu tvarů i stabilitu pomůcky a konečně extrémně tvrdé cizokrajné dřevo jatoba v přírodním elegantním červenohnědém zabarvení. Konstrukční všechny stroje přizpůsobili častému užívání a na nejvyšší míru zvýšili jejich odolnost vůči vandalům. Firma Siacity je jediným českým výrobcem i dodavatelem tohoto cvičebního a rehabilitačního nářadí. To je mimochodem chráněno evropským patentem. Kvalitou si je natolik jistá, že rok po instalaci slibuje zákazníkovi bezplatný servis a garantuje nadstandardní záruční podmínky.

Možností, kde využít Senior fit park nebo jen jeho část se nabízí takřka nekonečná řada. Ucelené kolekce nebo pouze jednotlivé prvky se mohou objevit v sousedství dětských hřišť, své příznivce nacházejí v rekreačních areálech, na sídlištích, v pří-



■ Stroj zvaný Stepař k posílení svalů nohou

městské zeleni. Cena tohoto zařízení odpovídá zhruba nákladům, které bychom vydali za vybavení domácí tělocvičny. A co víc, je zpravidla o dvě třetiny nižší, než obdobné zboží, dovážené z ciziny. Vsadím se, že už někteří z nás uvažují o nákupu prvku pro radost i na vlastní zahradu.

„Víme, že současná generace starších lidí považuje pohyb za běžnou součást svého života, senioři si chtějí zachovat svěžest a kondici do pozdního věku. Naše cvičební nářadí je reakcí na tento trend a těší nás, že je o něj u nás takový zájem,“ dodal Ing. Vosáhlo.

Jana VOKATÁ ■

TIPY LETEM

Z lednové nabídky vlastivědných vycházek Pražské informační služby jsme vybrali:

1. so. Tradiční výstup na Petřín. Pěší procházka na petřínský vrch spojená s povídáním o zajímavostech této pražské dominanty. Začátek ve 14.00 u dolní stanice lanové dráhy na Újezdě (stanice tram. č. 6, 9, 12, 20, 22 „Újezd“). Cena 100/70 Kč.

2. ne. Národní divadlo. Celková prohlídka vybraných prostor. Začátek každou půlhodinu od 8.30 do 11.00 před vchodem do historické budovy. Objednané skupiny nad 15 osob mají přednost. Cena 140/100 Kč. (Obdobná akce také 8., 9., 16. 1.)

Vyšehrad. Prohlídka areálu včetně hřbitova a kásemat někdejší barokní pevnosti. Začátek ve 14.00 před kostelem sv. Petra a Pavla. Cena 100/70 Kč.

8. so. Novoměstská radnice. Prohlídka vybraných prostor radnice (Obecní síně, mázhausu, radniční kaple) spojená s procházkou po okolí. Začátek akce ve 14.00 před vchodem do radnice na Karlově náměstí. Cena 100/70 Kč + vstupné do radnice 50/30 Kč.

9. ne. Malostranské dvorky a dvorečky. Utajená zákoutí Malé Strany. Omezený počet účastníků na 40 osob. Začátek ve 14.00 u Malostranských mosteckých věží, Mostecká ulice, Praha 1 – Malá Strana. Cena 100/70 Kč.

15. so. Rudolfinum – dnes sídlo České filharmonie. Prohlídka vybraných prostor. Pořádáno u příležitosti 115. výročí založení České filharmonie. Začátek ve 14.00 před vchodem do Rudolfinu z Alšova nábřeží. Cena 70/50 Kč.

16. ne. Národní divadlo. Co vyprávějí múzy v Národním divadle. Povídání o historii stavby Národního divadla spojené s prohlídkou vybraných prostor. Vhodné pro děti od šesti let (v doprovodu dospělé osoby). Na závěr čeká děti malý vědomostní kvíz se sladkou odměnou. Omezený počet účastníků na 2 x 40 osob. Začátek v 10.00 před vchodem do historické budovy. Jednotná cena 100 Kč.

18. út. Malostranská beseda. Prohlídka vybraných prostor bývalé Malostranské radnice, nově otevřená po rekonstrukci v letošním roce. Omezený počet účastníků na 25 osob. Začátek v 16.00 před vchodem do Malostranské besedy, Malostranské náměstí 21. Cena 100/70 Kč.

22. so. Prohlídka Profesorského domu s podzemní kaplí sv. Mikuláše. Spojeno s procházkou po okolí. Začátek ve 14.30 před vchodem do objektu (Rooseveltova 27-29, Praha 6, stanice metra A „Dejvická“). Cena 100/70 Kč.

23. ne. Pinkasova synagoga, Starý židovský hřbitov, Chevra kadiša – budova pražského Pohřebního bratrstva. Prohlídka památek židovského ghetta v rámci cyklu „Poznávejte Židovské město“. Začátek ve 14.00 u Pinkasovy synagogy v Široké ulici, Praha 1. Omezený počet účastníků na 30 osob. Cena 100/70 Kč + jednotné snížené vstupné do objektů 75 Kč.

25. út. Rožmberský palác na Pražském hradě. Prohlídka paláce, bývalého Ústavu šlechticů, s obnovenými renesančními a barokními interiéry a novou stálou expozicí. Vstupenky pouze v předprodeji PIS. Začátek v 15.30 před objektem (Jiřská ul. 3). Jednotná cena 140 Kč.

29. so. Petrská čtvrť. Procházka jednou z nejstarobylejších částí Prahy mezi kostely sv. Petra a sv. Klimenta. Prohlédneme si interiér kostela sv. Klimenta, který prošel od svého založení v 11. století gotickou a renesanční přestavbou. Začátek ve 14.00 na stanici tram. č. 3 „Těšnov“. Cena 100/70 Kč.

30. ne. Muzeum Antonína Dvořáka. Prohlídka expozice muzea s výstavou „Antonín Dvořák 1841 - 1904“ spojená s vycházkou po okolí. Začátek ve 14.00 před Lékařským domem na nám. I. P. Pavlova. Cena 100/70 Kč + vstupné do objektu 50/25 Kč.

(red) ■

Tři králové po česku

Svátek je připomínkou králů (mudrců, mágů), kteří se přišli do Betléma poklonit malému Ježíškovi a jejichž prostřednictvím se pak šířila světem zvěst o narození prorokovaného mesiáše. Jména tři mudrců - králů – v české podobě Kašpar, Melichar a Baltazar – začala být uváděna v 9. století a do širšího povědomí se dostala v druhé polovině 12. století, kdy byly jejich domnělé ostatky z Itálie převezeny do katedrály v Kolíně nad Rýnem. Při této příležitosti se také stali z mudrců králové. Důvodem byla lepší srozumitelnost slova král a také biblická proroctví, v nichž jsou jako králové zmiňováni. V českých zemích uctívání tří králů podpořil dar, který obohatil sbírku relikvií Karla IV., kousek kosti údajně z Baltazarovy lebky.

V naší lidové tradici byl svátek Tří králů považován za významný den, což bylo dáno nejen tím, že uzavíral vánoční období, ale i proto, že stojí na začátku roku. A tak se k němu váže i řada pranostik. Zřejmě pod vlivem svátku Zjevení páně se věřilo,

tění budoucnosti: odlévání olova, hledání symbolů života a smrti pod překlopenými hrnečky, pouštění lodiček z ořechových skořápek po vodě a podobně. Někde se usuzoval osud z hořících svíček, dobré bylo, když kouř směřoval rovně vzhůru a svíčka nezhasla. A ovšem bylo třeba uplatnit v magických úkonech posvěcenou vodu a křidu, které si lidé přinesli na Tři krále z kostela. Mezi tříkrálové zvyky pak přibýlo odstrojování stromečku, což se dodneška v některých rodinách drží. Někde se už také ukládal betlém, vytrvalci s ním však vyčkali do Hromnic. Největší pozornost však byla o Třech králích soustředěna na tříkrálové obchůzky a hry...

napsali tříkrálovou křidou na dveře domu nebo i na vrata stodol a stáji iniciály jmen královské trojice, K + M + B, a k tomu náležitý letopočet.



Klanění tří mudrců na mozaice z 6. století. K vidění v bazilice Sant'Apollinare Nuovo v italské Ravenně



Relikviář s ostatky tří králů v Kolíně nad Rýnem

že o půlnoci se voda zázračně mění ve víno, a to na připomenutí Ježíšova zázraku při svatbě v Káni galilejské. Podobně jako tomu bylo v jiné významné vánoční dny, rovněž k tříkrálovým zvykům patřilo věš-

Tříkrálová obchůzka byla posledním koledováním z vánočního cyklu. Kromě přání dobrého roku koledníci deklamovali veršovaný text na památku tří králů. Někde chodili s betlémem, jinde s hvězdou upevněnou na tyčce. Na závěr koledníci

Na tříkrálovou obchůzku chodívali tři chlapi. Krále na nich připomínaly jen papírové koruny na hlavách, přistrojení bývali většinou do přepásaných bílých košil a ten třetí, „černý vzadu“, mívával i kousek tmavého oblečení. Někdy černého krále představovala dřevěná loutka s pohyblivou „klaněcí“ hlavou...

Vedle jednoduchých obchůzkových scének se předváděly také větší hry, které už počítaly s prostorem pro jeviště. Hrály se i na tržištích a herci byli převážně lidé dospělí. Kromě tří králů v nich vystupují pastýři, svatá rodina, krutovládce Herodes, anděl, čert atd., některé varianty vrcholí sporem pastýřů a králů o Ježíška. Na vznik těchto lidových her měly vliv středověké náboženské hry, inscenované v kostelech. To však byly němohry, bez promluvy i beze zpěvu. Dostaly se k nám ze Španělska, kde se předváděly už v 6. století, a to včetně tříkrálových průvodů. V baroku jejich podobu poznamenala divadelní představení pořádaná jezuitskými školami, která se těšila u veřejnosti velké oblibě.

(Se svolením vydavatele i autorky zpracováno podle knihy Český rok od jara do zimy, kterou vydalo nakladatelství Fortuna Libri.)

(fav) ■

Leden v zahradě

V lednu mnoho práce na zahradě dělat nemůžeme. Můžeme však udělat jednu velmi důležitou věc. Pokud je sněhová pokrývka, měli bychom z ovocných stromů odstranit zbylé plody z minulého roku a to zvláště ty plné hniloby. Spadané se dobře na sněhu sbírají. Nejlepší likvidace je uložení do hlubší jámy, posypání vápnem a zahrnutí. V pořadí druhý způsob je uložení do popelnice, třetí způsob je spalení a nejhorší je dát tyto nakažené plody na kompost.

V lednu bychom také měli pravidelně setřásat sněh z jehličnanů, živých plotů a jiných skupinových nebo soliterních okrasných keřů, zkontrolujte oplocení za-



hrady, zazimování vnějších rostlin, naplánujte si větší změny na následující sezónu a připravte seznamy potřebných rostlin. V tomto měsíci bychom měli odstranit ovocným stromům druhotnou kůru, neboli borku, pod kterou se mohou ukrývat koko-

ny škůdci a výtrusy hub. Během teplejšího počasí bez mrazů zalijte stále zelené dřeviny a rododendrony a průběžně zkontrolujte zimující rostliny, případně hlízy ve sklepech.

Ptačí krmítko by během zimy rozhodně nemělo chybět v žádné zahradě. Už proto, že poutá pohledy návštěvníků zahrady. Při výběru volte spíše přirozeně působící barvy a výlučně přírodní materiál (dřevo). Krmítko umísťte na dobře chráněné místo, alespoň 1,5 metru nad zemí a dále od skupiny keřů, aby ptáci měli dokonalý přehled, zda na ně nečihají kočky. Dostat se ke krmítku kočka znemožní i ostatný drát omotaný kolem kmenu stromu, na němž je budka umístěna.

(zl) ■

Co říkají pranostiky

1. ledna

Na Nový rok o slepičí krok.

Na Nový rok déšť - o velikonočních sních.

Jak na Nový rok, tak po celý rok.

Je-li na Nový rok hezky, budou pěkné žně.

V lednu moc sněhu, v červnu moc sena.

Ryje-li krtek v lednu, končí zima v květnu.

6. ledna

Na Tři krále o krok dále.

Na Tři krále mrzne stále.

Je-li na Tři krále větrno, zamíchá se planetami a bude úrodné.

Když v lednu hrom se ozve, hojnost vína je v očekávání.

Leden jasný, roček krásný.

Je-li teplo v lednu, sahá bída ke dnu.



■ Když v lednu včely vyletují, to nedobrá rok ohlašují.

Natankujte zdravou a levnou energii

Poměrně jednoduchou možností, jak se dostat k vlastním vitamínům v zimní době, kdy na zahradě nic neroste, jsou naklíčená semena. Konzumace naklíčených semen obilovin, luštěnin a dalších rostlin je známá již od dob Aztéků. Mimořádná hodnota naklíčených semen spočívá ve zvýšení hladiny vitamínů. Například v sójových bobech mungo se naklíčením zvýší obsah vitamínu C o 553 %. Tímto procesem se také mění polysacharidy klíčků na jednoduché cukry, z nasycených mastných kyselin se stávají polyne-nasycené, proteiny se rozloží na své stavební kameny, na aminokyseliny. Činností enzymů se tak zvyšuje stravitelnost obilných a luštěninových zrn. Klíčky jsou nejbohatším zdrojem vitamínu E a ve srovnání s bílou moukou obsahují několika-



■ Klíčkový salát je plný vitamínů

násobně vyšší množství vitamínů skupiny B, vápníku, hořčíku, železa, fosforu a draslíku. Energetickou bombu si docela jednoduše můžeme vyrobit sami: Klíčit můžeme pomocí sítka s miskou a čisté utěrky anebo pomocí plastových či keramických nakličovadel. Dvě až tři polévkové lžice vybraných semen namočíme přes noc do vody. Druhý den vodu slijeme a semínka chvíli proplachujeme pod tekoucí studenou vodou. Po propláchnutí je dáme do misky napevno překryté gázou tak, abychom nádobku mohli obrátit pro okapání vody. Klíčky 2 až 3x denně proplachujeme a pěstujeme v obrácené poloze na gáze. První dny klíčidlo umístíme na temnější teplé místo, poslední den klíčky vystavíme na přímé světlo. Podle druhu semínka se nám klíčky objeví za 3 až

6 dnů. V originálním klíčidle semínka pouze proplachujeme na sítkách a vyměňujeme vodu v miskách. K naklíčení jsou vhodná prakticky všechna semínka. K těm nejčastěji používaným u nás patří čočka, zelená sója (mungo), pšenice a neloupaný zelený hrách. A recept na energetický salát? K výrobě budete potřebovat 400 g klíčků (naklíčené obilí, luštěniny, apod.), malé čínské zelí, 3 ks malé jarní cibulky, stroužek česneku, 2 středně velké mrkve, šťáva z jednoho citronu, sůl. Zelí, cibulky, česnek a mrkev nakrájíme nebo nastroháme, popř. nadrobíme, do misky vložíme s klíčky a zalijeme šťávou z jednoho citronu, můžeme mírně přisolit. Nakličování zaručuje stálý přísun důležitých látek. Zatímco v každém kousku zeleniny se totiž od okamžiku sklizení neustále snižuje obsah určitých živin, který může po „příchodu“ na stůl klesnout až na minimum, klíčky pěstované v kuchyni produkují vitamíny až do posledního okamžiku před jejich přenesením na talíř.

(red) ■

Proč je Nový rok 1. ledna

Najdeme ho téměř ve všech kulturách, občas ovšem s velmi rozdílnými výpočty let a kalendářů. Také se slaví v různou dobu. Jinak v Číně, Japonsku, v islámském světě, u pravoslavné církve nebo třeba mezi vyznavači relativně mladého náboženství bahai. Měnil se i v evropských dějinách. Starý Řím znal dlouho jen deset měsíců, až později se přidal leden a únor a Nový rok se tak slavil 1. března. V něm totiž nastupovali konzulové do úřadu.

Až roku 191 př. n. l. bylo toto datum přesunuto na 1. leden. Tento den pak jako první den roku uznávali i první křesťané. Představitelé církve však měli k uvedenému datu výhradu, protože nemělo žádný vztah ke křesťanství a navíc se v daný den konaly bujaré slavnosti. Koncil v Toursu roku 567 dokonce prohlásil začátek roku 1. ledna za starý omyl a hrozil těm, kdo se ho budou držet, exkomunikací. Zvyk se nepodařilo vymýtit a tak se církev snažila tomuto dni dát náboženský význam. Tím se stal svátek Obřezání Páně (Circumcisio Domini). Uznán jako začátek roku byl nejdříve v církevním právu. Do stanovení začátku roku na 1. leden papežem Inocencem XII. roku 1691 byl však ve velké části Evropy za počátek roku považován také 6. leden. Ve středověké Evropě bylo jako začátek juliánského roku používáno i mnoho jiných svátků římskokatolické církve: Byl tu třeba vánoční datovací systém, ve kterém nový rok začínal 25. prosince. Další systém začátek roku stanovil

na základě zvěstování na 25. březen. Tento systém, zavedený Dionysiem Exiguusem roku 525, byl používán v mnoha částech středověké Evropy. U velikonočního datovacího systému zase začínal nový rok velikonoční sobotou (nebo někdy na Velký pátek). Tento systém se používal od 11. do 16. století např. ve Francii. U obřízkového datovacího systému je tedy nový rok přisouzen 1. lednu, svátku obřízky Ježíše Krista. Tento den byl již před rokem 700



■ Tak vypadala novoročenka v roce 1466...

v Římě slaven jako Mariánská vzpomínková slavnost Natale sanctae Mariae, který byl však později pod vlivem Byzance zrušen. Ale děl se i opak: Druhý vatikánský koncil v roce 1962 zrušil svátek obřízky a kalendářní reforma z roku 1969 vrátila na tento den Mariánský svátek. V součas-

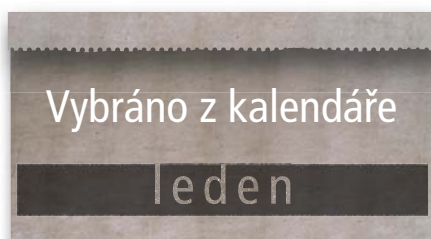


ných kalendářích proto u 1. ledna můžeme vidět následující dodatky: Nový rok, pojmenování pána, svátek boží matky Marie.

Římskokatolický církevní rok začíná začíná oproti tomu od 17. století prvním dnem Adventu, neděli, která je nejbližší dni sv. Ondřeje (30. listopad).

Starí Slované v našich zemích používali lunisolární kalendář a Nový rok slavili 25. prosince, tedy ve dnech zimního slunovratu. I po příchodu křesťanských misionářů byl používán vánoční datovací systém, v němž nový rok připadl na 25. prosinec. Systém byl prosazován velmi důsledně, že si vysloužil **stilus Pragensis**. Jeho používání přežívalo až do 16. století. 1. leden se jako Nový rok poprvé objevil v českých zemích za Přemysla Otakara II. a Václava II. v diplomatických pramenech, ve své kronice s ním ale počítal už Kosmas. Českými zeměmi se začal více šířit až v 15. století a ve století následujícím se 1. leden ujal nejspíše vlivem římského práva a díky tisku kalendářů. Nový rok jako církevní svátek byl s konečnou platností v římskoněmecké říši zaveden za císaře Ferdinanda II. Tím byl vlastně s konečnou platností oddělen občanský rok od roku církevního.

(red) ■



1. ledna 1950 – V ČSR byla zrušena stáletí trvající praxe vedení matrik na farách. Napříště budou o matriky pečovat státní orgány.

3. ledna 1521 – Papež Lev X. vydal bulu, jíž exkomunikoval německého kazatele a reformátora Martina Luthera z římskokatolické církve poté, co odmítl odvolat 41 ze svých 95 tezí. To je hlavním dů-

vodem, proč Luther (hlásil se i k odkazu J. Husa a J. Viclefa) pokládá základy nové, evangelické církve.

5. ledna 1887 – J. Rössler-Ořovský sjel na lyžích Václavské náměstí v Praze, což představovalo první použití lyží v Čechách vůbec.

9. ledna 1991 – Listina základních práv a svobod se stala po přijetí Federálním shromážděním součástí ústavního řádu ČSFR.

13. ledna 845 – Na dvoře Ludvíka Němce, krále Východofranské říše, přijalo čtrnáct českých knížat křesťanství.

16. ledna 1996 – Na observatoři na Kleť byla objevena planetka 1996 BG, která později dostala jméno Járacimrman.

21. ledna 1896 – Byl založen fotbalový klub Slavia Praha. Svoje 105. výročí ovšem slavný klub neslaví v nejlepší rozpoložení, zimuje na chvostu tabulky a potýká se s řadou problémů.

26. ledna 1926 – Ve vesnici Ojmjakon v bývalém SSSR byla naměřena historicky nejnížší teplota na severní polokouli (−71°C).

27. ledna 1926 – John Logie Baird předvedl členům britského Royal Institutu veřejně první mechanické televizní vysílání.

31. ledna 1977 – V komunistickém Rudém právu začal být zveřejňován seznam signatářů Anticharty. Režimu tenkrát šlo mimo jiné o to, aby signatáře Charty 77 pokud možno izoloval od většinové společnosti a odradil potencionální sympatiizanty od podpisu prohlášení Charty 77.

Jubilejní bál v Casa Gelmi

Už X. seniorský bál Srdce v tanci se uskuteční 26. února od 18.30 hodin v Casa Gelmi (Korunní 30, Praha 2). Bude se konat ve skutečně proslulém místě: Dům byl postaven ve dvacátých letech minulého století architektem Stivem Vackem. Od jeho otevření v prostoru sídlila vyhlášená hudební kavárna. O něco později bylo v Casa Gelmi otevřeno divadlo „MAJ“, kde se svého času scházela dobrá společnost a kosmopolitní publikum otevřené výměně názorů a různým evropským kulturám.

Začátky umělecké kariéry zde prožil nejen dnešní mnohonásobný zlatý slavík - Karel Gott a jeho skupina Apollo, ale i skladatel Karel Svoboda a řada dalších umělců. V sedmdesátých letech byl prostor divadla proměněn na trikové studio Československé televize a vznikla zde dobová znělka k reklamním blokům „pan Vajíčko“ a několik filmů Jiřího Trnky.

V roce 1997 byl celý prostor zrekonstruován s respektem k původnímu projektu a pražským tradicím. Dnes se tak můžete

bu REMEDIUM, Táboritská 22, Praha 3, tel. 222 712 940, cena 100,- Kč. Na co se účastníci bálu v Casa Gelmi 26. 2. 2011 mo-



■ To, že na seniorských bálech Remedia není nouze o dobrou zábavu, dokumentují naše snímky z jeho IX. ročníku.



obdivovat původní výzdobě s divadelními motivy - masek, harf a faunů.

Vstupenky na X. seniorský bál, který se uskuteční v těchto, dnes již legendárních, prostorách, jsou v prodeji od 3. ledna v Klu-

hou těšit? Organizátoři slibují taneční hudbu různých žánrů v podání orchestru Žižkovanka, výherní tombolu, milé hosty, dobrou náladu a celkově příjemně prožitý večer.

(red) ■

Knihovnou zněl smích



V odbočce Regionální knihovny (RK) na Fryštátském náměstí v Karvině se uskutečnilo další ze setkání, které pro seniory realizuje karvinská RK v úzké spolupráci s veřejnou knihovnou v takřka stotisícovém nedalekém polském městě Jastrzebie-Zdrój. První přednáška z nového přednáškového cyklu se konala v jastrzebské knihovně minulý měsíc za účasti karvinských seniorů. Na další z přednášek třicítka polských seniorů přijela do karvinské RK. Dobře jsme se bavili díky

přednášce profesora Ostravské univerzity Karola Daniela Kadlubiece, který je známým sběratelem folkloru. Přednášku věnoval své knize Hornický smích a při jeho hornických historkách navíc prezentovaných místním nářečím „po našemu“ a mnohdy okořeněných haviřským slangem, často tekly slzy smíchu. O tom, že mnohemu, až na nepatrné výrazy, porozuměli i hosté z Polska nebylo pochyb.

(bř) ■

Foto: autor

DOBA
seniorů

OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN

Roční předplatné 132 Kč / Cena za kus jen 11 Kč

Objednávací ☐

Předplatné formou dárku ☐

složenkou odeslat na adresu odesílatele objednávky

DOBU SENIORŮ objednávat od čísla (včetně) ☐

ZPŮSOB PLATBY

☐ složenkou

☐ SIPO: spojení č.

☐ fakturou: IČO/DIČ

☐ bank. převodem č.ú.

podpis:

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

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

Neblahá zkušenost

Do redakce jsme dostali dopis od paní Soni Chmelové z Litoměřic. Uvádí v něm: „Stala se mi velice nemilá věc. Zasilám vám kopii dopisu zaslaného sice na jiné místo – firmě Beck Reisen - ale prosím o to, aby byl alespoň v hrubých rysech otištěn. Možná, že odvrátím tímto dopisem další nenapravitelné optimisty, kteří jezdí na jednodenní předváděcí akce.“ Obsah dopisu je skutečně otřesný, proto podstatné části zveřejňujeme. Rádi také zveřejníme reakci firem, jichž se kritika dotýká...

Dne 3. 12. 2010 jsem se na pozvání firmy VEKTORS Tour s. r. o. zúčastnila předváděcí akce v obci Trávnice na Litoměřicku. To, co se mi tam přihodilo, mne velice uráží...

Dotazem do VEKTORS Tour, kdo je garantem tohoto předvádění, mi bylo řečeno, že CK VEKTOR Tour s. r. o. zajišťuje pouze dopravu a že neví, pro koho to je. Paní ředitelka CK není přítomna a nikdo neví, jak to s touto předváděčkou je.

Člověk, který nás začal informovat se nám ani nepředstavil a nepředstavil ani své společníky. Hodinu nás informoval o tom, že vše bude v dalších letech jinak a několikrát (minimálně 3x) nám stále něčím vyhrožoval. Mimo to, že nedostaneme oběd, dáreček a že když budeme dělat nepřístojnosti, třeba luštit křížovky, číst noviny a podobně, že nás vykáže z místnosti a nevezme nás zpět do autobusu domů. Nakonec prohlásil, jestli má někdo připomínku. Tak jsem zvedla ruku a řekla jsem, že se mi nelíbí, že nám stále vyhrožuje.

Nenechal mne ani domluvit a začal mne vyhánět z místnosti. Šla jsem si postěžovat ještě k paní, o které prohlásil, že je to zástupkyně firmy, která akci prováděla. Ta na mne také křičela a nenechala mne ani domluvit a rychle odešla. Pak přivolal dva jeho sekundanty, kterým nařídil, aby mne vyvedli. Jsem starý člověk a jestliže osoba, která by mohla být mým vnukem, takto se mnou jedná, je to hanebné. Upozorňuji, že mne vyvedli na mráz, který byl -12 stupňů, bez kabátu a kabely. Asi po čtvrt hodině tahanice mi přinesl další

člověk kabát. Kabelu mi přinesla sousedka, kterou také vykážali, ale která neřekla ani slovo. Když se zeptala, proč ji také vyvádějí, tak řekl, že mu to nařídili... Zúčastnila jsem se více podobných zájezdů, ale takové jednání jsem ještě nezažila.

Mně osobně řekl, že mne do zpátečního autobusu nevezme. Vrátili nám částku, kterou jsme v autobusu zaplatily, to bylo 70 Kč a vyhnali nás na mráz. Je to nelidské, obzvláště při tak vysokém mrazu a při stáří nás obou. Obě jsme starší 70 let. Řekl, ať se dostaneme domů, jak chceme. Jednalo se o zástupce Profi Czech... Obracím se na vás, protože se zmínil o tom, že naše adresy získali ve firmách Beck Reisen a AESKULAP a ještě v jedné, ale tu si nepamatuji. Celé jednání jsem oznámila městské policii Terezín.

Sonja CHMELOVÁ, Litoměřice ■

Pozn. red: V podobných případech doporučujeme obracet se stížnostmi na takové agresivní obchodní praktiky na Českou obchodní inspekci. Pokud jste nesouhlasili s tím, aby někdo Vaše osobní data předával dále, i zde existuje instituce, která má jejich ochranu v náplni práce: Úřad pro ochranu osobních údajů.

Pokrytci

Docela mě pobouřila reakce pana Tůmy a jeho TOP 09 na to, že v Praze vznikla na magistrátu koalice ODS a ČSSD. Nejenom proto, že se hloupě mluví a papouškují to i všechna média o velké koalici, ačkoli ta vzniká spojením dvou nejsilnějších stran, což není případ Prahy. Vadí mi hlavně to, jak TOP 09 a její stoupenci reagovali na to, že v Praze vládnout nebudou, i když získali nejvíc hlasů. Pan Tůma ale nezvládl povolební vyjednávání a podle toho také dopadl. Vulgární řev a osočování vítězné koalice, které jeho nešikovnost doprovázelo, bylo přinejmenším nedůstojné. Nedokážu si představit, co by se dělo, kdyby podobně reagovala ČSSD po posledních parlamentních volbách. Nyní TOP 09 ústy pana Tůmy a Kalouska tvrdí, že pražský magistrát má nadále v rukách mafie. Je to hnus i proto, že v řadě

NA DALŠÍ KONTROLU
PŘIJEĎTE ZA MNOU DO
MNICHOVA.



městských částí TOP 09 vládne společně s ODS. Třeba na Praze 3. Na internetu je stále ještě záznam předvolební schůze, kde její kandidátka na starostku říkala, že pouze volba TOP 09 je reálnou šancí, jak změnit poměry na zkorumpované radnici, ovládané ODS. Nyní je tato paní starostkou a vládne v koalici s těmi, proti kterým před volbami tak vášnivě brojila.

Pavel MÁCHA, Praha ■

Co je dobře?

Volbu pražského primátora provázely protesty. Podpořil je svou účastí i bývalý prezident Havel. Ačkoli koalice vzešla z demokratických voleb, řekl, že Praze se neděje dobře. Před radnicí se přitom rozdávala vajíčka a někteří účastníci protestů řídicího schůze pana doktora Svobodu, který byl řádně zvolen a nikomu nic neudělal, svým řevem nechtěli vůbec pustit ke slovu a nadávali mu do prasat, mafiánů a zlodějů. To je podle pana Havla dobře?

Zlatoše HAVLIČKOVÁ, Kladno ■

Žaloba do Štrasburku?

Všude ve vyspělých zemích existuje vedle sebe nájemní a vlastnické bydlení. Odpovídá to i kulturním tradicím v Evropě. Aby nájemní bydlení dobře fungovalo, musí odpovídat potřebám a skladbě

občanů. Je i podmínkou sociálního smíru. Nejsme všichni stejní, ale jsme lidské bytosti. A máme lidská práva, o kterých rozhoduje soud ve Štrasburku. A která musí stát, vlády a obce v civilizovaných zemích brát v úvahu.

U pořadů na téma nájemního bydlení v našich médiích proto často ztrácím nervy... Jsou jen „přiléváním oleje do ohně“. Vévodí jim trojka bojovníků také za lidská práva, práva ubohých a ukřivděných vlastníků domů, kteří žalují Český stát ve Štrasburku. Jsou to předseda Občanského sdružení vlastníků domů Tomislav Šimeček, místopředseda Robert Aksamit a právní zástupkyně tohoto sdružení Klára Samková. Jejich litému boji, neschopnosti Ministerstva pro místní rozvoj a našich zákonodárců uvést věci na pra-

vou míru a také připravit a schválit odpovídající zákony, můžeme dnes děkovat za tak vyhocenou situaci. Z médií často slyšíme názor, jak se mají dříve regulované nájemy přiblížit k tržním. Vychází z toho, že stokrát opakovaná lež se stává pravdou.

Za současný stav můžeme děkovat také politikům ze začátku devadesátých let. Jsme jedinou zemí v EU z východního bloku, kde došlo k restituci bytových domů a na základě současného stavu je zřejmé, že se to vymstilo jak státu, tak i nájemníkům. Slušných vlastníků domů - restituentů, kteří se o ně starají, je málo. Náš stát umožnil lichvářům a spekulantům, hodně i zahraničním, aby bezpracně bohatli na úkor nájemníků, kteří tuto situaci nezavinili. Vypovídající je i množství

spekulativně vystěhovaných a chátrajících obytných domů. Vidíme je v Praze, její historické části, ale i v mnoha jiných městech. Mnohdy se jedná o architektonicky a historicky cenné objekty. Jsou ostudou těchto měst a hanbou těch, kteří to dopustili. Náš stát si také nepohlídal, jak hospodaří s bytovým fondem obce, když na ně bez určení pravidel převedl zdarma obrovský bytový fond. A tak můžeme vidět i volné obecní byty, u kterých na náklady bydlení běžní občané nedosáhnou.

Statistice našich občanů v nájemních bytech se dostaly do nedůstojné a mnohdy neřešitelné situace. Nedostaly možnost dosáhnout na důstojné a zaplatitelné bydlení. Nájemníci, spojte se. Máte plné právo žalovat Český stát ve Štrasburku.

Eva NOVOTNÁ, Prachatice ■

Zasmějte se s DS

„Jaký je ten nový referent na radnici?
„Hotový orient, pane – samej turek
a samej bakšíš.“

Žena si v obchodě vybírá vysokou skříň.
Prodávač se ptá: „To máte tak vysoký strop?“
„Ne, souseda.“

Pana Novotného přivezou sanitkou do nemocnice.

„Jste ženat?“ ptá se sestra.
„Ano, ale ta zranění mám z autonehody!“

Ve vzrušené parlamentní debatě napadl jistý poslanec nejistého poslance:
„S vámi se bavit, pane kolego, je jako s kozou se modlit. Ovšem koza dá aspoň mléko, kdežto vůl nic!“

Moje přítelkyně je jako cukr, chlubí se Ivan kamarádovi.
To je tak sladká?
Kdepak, tak rafinovaná!

„Viš, jak udržíš pitomce 24 hodin v nejistotě?“
„To nevím, jak?“
„Zítra ti to řeknu!“

Co dělá blondýnka, když je jí zima?
Vleze do rohu.
A proč? Protože je tam 90 stupňů.

Stěžuje si zákazník lékárníkovi, že potravinový doplněk který mu doporučil užívá už dva měsíce a slibovaný účinek nepozoruje. Lékárník povytáhne obočí a diví se: Jenom dva měsíce? Člověče to musíte brát dlouhodobě, nejlépe do smrti a pak už to bude dobré“.

Víte, kdo je to gynekolog? Je to člověk, který hledá problémy tam, kde jiní nacházejí radost.

Optimista je člověk, který na poloprázdnou lahev tvrdí, že je napůl plná.

Utíká zajíc a druhý se ho ptá proč.
„Ministerstvo nařídilo uříznout všem zajícům třetí ucho!“ - „Ale vždyť my máme jen dvě uši?“ - „To vím, ale oni jako obvykle napřed řezou a pak teprve počítají!“

Do rubriky vedle redakce tentokrát přispěli Helena Polášková z Rožnova pod Radhoštěm, Karel Janout z Prahy a Josef Lička z Hranic na Moravě, Zdeněk Kvidera z Plzně. Znáte také nějakou povedenou anekdotu? Pošlete nám ji do redakce, ať se po jejím zveřejnění pobaví i další čtenáři DS!

DROBNÁ INZERCE A OZNÁMENÍ V DS

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

PODĚKOVÁNÍ

Klub důchodců v Braňanech uzavírá jednu etapu svého trvání. Předsedkyně klubu Jaroslava Šedivá (na foto vlevo) odstupuje ze zdravotních důvodů z funkce předsedkyně, kterou vykonávala od založení klubu celých 11 let. Také odstupuje pokladní našeho klubu Milada Boublíková (vpravo), která vykonávala svou funkci také od počátku klubu a vedla si rovněž velmi dobře. Předávají funkce mladším členkám. Oběma patří velké díky.

Za klub důchodců v Braňanech Helena HEJZLAROVÁ



KOUPĚ

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



Swiss
quality

Koňská síla bylin



Funguje a nemastí

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

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

Novinka

Skutečná úleva
s rychlým nástupem
účinku a bez pocitu
mastnoty



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