

DOBA seniorů

č. 8 / VIII. ROČNÍK SRPEN 2012 18 Kč

Cena v předplatném 16 Kč

Odkrývá osudy českých četníků

16
JIS



Náhradní babičky do rodin

18
JIS



Nová soutěž o řecké moře

15
JIS



3
JIS



Důchodci žádají Senát o pomoc





**Rada seniorů
České republiky**
občanské sdružení

PORADNY RS ČR

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

KONTAKTNÍ ÚDAJE

REGIONÁLNÍCH PRACOVISŤ RS ČR:

Brno:

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

České Budějovice

Žižkova 12/309
Tel.: 387 718 313
E-mail: Jc.rscr@seznam.cz
Úřední hodiny: úterý, středa vždy 9.00 – 13.00
Předsedou KRS JCK je Václav Minařík

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.
Webové stránky krajské rady:
www.ms-seniors.cz

Plzeň

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

Zlín

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

UPOZORNĚNÍ

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

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

Kyselé politické okurky

Okurková sezóna, kdy ani bulvár nemá co nabídnout, se u nás nekoná. Mohou za to opět hlavně politici. Nemyslím teď na scény, které provázely vydání poslankyně TOP 09 Vlasty Parkanové k trestnímu stíhání. Že se ministr Kalousek chová jako grobián, veřejně konstatovala i koaliční partnerka Peake, za jeho excesy musel Kalouska dokonce (naoko) pokárat i premiér. Víc než tyto trapné ekvilibristiky mě zaujalo, jak se opět odpoutala pozornost od toho základního a sice, že v případě letadel Casa šlo o předraženou zakázku a že ta letadla vlastně ani nelétají. Státu tak vznikla obrovská škoda, která – jak jinak – byla opět uhrazena z kapes daňových poplatníků. I další kauzy, ať už vinaření exhejtmána Ratha či jiné zlodějny ukazují, že jejich aktéři právě na to spoléhají. Že dále platí heslo z cizího krev neteče a když už se něco provalí, nemusejí se lumpové příliš obávat o svůj (nakradený) majetek. Příklad za všechny: Exstarosta Chomutova Alexandr Novák vzal úplatek 40 milionů, pokutu dostal jen 5 milionů. To se přece dá za pár let v chládku vyměnit...

Není divu, že se také velmi rychle zapomělo na vztekla slova ministra Kalouska, že když parlament vydá členku jeho strany, je lepší imunitu zcela zrušit. Kapříci si prostě rybník nevypustí a když už, tak se jen trošku plácne do vody. Slovně se odsoudí některá ustanovení připomínající feudální šlechtické výsady, ale k tomu se dodá, že změny by měly platit až pro ty, kdo přijdou po těch, kdo je odsouhlasili. A hlavně, že zrušení doživotní imunity by nemělo mít zpětnou platnost. Nevím, ale mám pocit, že autoři podobných podmínek asi nemají čisté svědomí. Jiný důvod nevidím a budu rád, když ho někdo konečně sdělí.

Ale zpět k veřejným penězům, které nyní tak chybí. Jisté je, že velkou část spolykala neschopnost a korupce. Odpovědní jsou ale dále v nedohlednu. EU si dupla a kvůli nejasnostem zastavila přítok dotací.

Normální český občan si může dupnout až u voleb. Zatím může jen naslouchat příznání vlády, že stagnace ekonomiky bude hlubší a snižování dluhu pomalejší, než jak se slibovalo. Přeloženo do češtiny, dluh roste rychleji než dřív, chystejte se na další škrtky, jakými bylo třeba snížení valorizací penzí. Že to nebude jen přechodný krok a pokud současná vláda nepadne, přijdou další poplatky a daně.

PROČ DŮCHODCI POŘAD
NARÍKAJÍ? VŽDYT SI MOHOU
PŘILEPSIT ŽEBRÁNÍM.



Ano, vyhlídky jsou děsivé. Další utahování opasků. Ve stejné době ministr Drábek přichází s tím, že je nutné zvýšit platy politiků a soudců. Prý to tak chce Ústavní soud a je to tedy vynucený krok. Ministr financí se usmívá a říká, že potřebnou půlmiliardu škrtne jinde. Že by třeba zase u důchodů? „Musíme respektovat rozhodnutí Ústavního soudu,“ komentuje po výbuchu nevole veřejnosti Drábkův úlet premiér. Podpořili ho i další spojivci z vládní koalice. Že předseda Ústavního soudu podobný výklad rozhodnutí této instituce popřel? Nevadí, podle novočeských zvyklostí jde přece jen o názor proti názoru. A jak už řekl otec českého neoliberalismu: žádné peníze nesmrdí, navíc, když potečou do vlastní kapsy. Morálko, zhasni.

František Vonderka

šéfredaktor

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

předplatné agentura A.L.L. Production, s.r.o., box 732, 111 21 Praha 1, Tel.: 234 092 851, e-mail: dobasenioru@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

31. srpna 2012

Žádali o pomoc předsedu Senátu

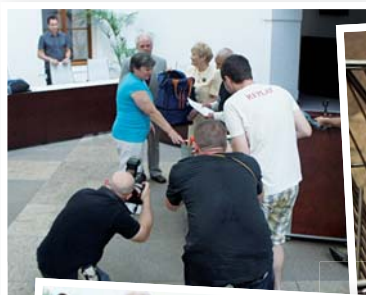


Delegaci Rady seniorů ČR přijal na její žádost 13. července předseda Senátu ČR Milan Štěch. Důvod: Senioři předsedu horní komory parlamentu přišli požádat, aby

splnila svou roli po-
jistky. Konkrétně aby
vetovala zákony, které
poškodí české seniory
a některé z nich mo-
hou dokonce existen-
čně ohrozit. Jedná
se jak o změnu valori-
zace penzí, tak také
o změny v oblasti pří-
spěvku na bydlení. Ty,
jak bylo zdůrazněno, by
mohly seniory připravit
o celoživotně nabývaný
majetek. Už dnes je situ-
ace některých osaměle
žijících seniorů v Praze,
Brně či Ostravě velmi
tristní. Jen se velkými
obtížemi platí náklady
na bydlení, které dosa-
hují 90 a více procent
jejich příjmu. Někteří
doslova živoří, na den
jim často zbývá kolem
padesáti korun. Chybějí
prostředky na nákup předepsaných léků, na
poplatky v nemocnicích, potraviny, nápoje
a další základní životní potřeby.

■ Z přijetí u předsedy Senátu

Jak známo, Rada seniorů se v této zále-
žitosti po neúspěšných pokusech o věcný



Pod peticí s požadavky českých
seniorek a seniorů bylo v den jejího
předání ve sněmovně 27 063 podpisů.
Na adresu Rady seniorů však nadále
docházejí další podepsané petiční archy... Samotné předání
místopředsedkyni petičního výboru Haně Orgonikové se
v parlamentu konalo za značného zájmu médií.

dialog s odpovědnými ministry obrátila jak
na premiéra Petra Nečase, tak také na před-
sedkyni sněmovny Miroslavu Němcovou.

Ani jeden z nich si bohužel na seniory ne-
našel čas, předlohy zákonů byly ve sně-
movně vládní většinou schváleny bez
ohledu na jejich protiseniorský obsah. Na
jejich zastánce (seznam poslanců, kteří
byli pro jsme přinesli v minulém vydání
DS) nezapůsobila ani masová demonstrace
seniorů 30. května ani desítky tisíc podpisů
pod peticí se seniorskými požadavky.

Předseda Senátu při jednání se zástup-
ci Rady seniorů ČR slíbil, že v duchu je-
jich požadavků členy horní komory parla-
mentu osloví. Dodal, že senátoři za ČSSD
zákony budou vetovat, protože na ně mají
podobný, ne-li totožný názor jako senioři.
Uvedl také, že požadavky seniorů podpoří
jistě i někteří další senátoři. Zástupcům
seniorů doporučil, aby se snažili osobně
oslovit všechny senátory.

V další debatě Milan Štěch vyslovil ná-
zor, že zlepšení situace seniorů bude dlou-
hodobou záležitostí. Příčinou není jen sou-
časná krize, ale také politika Nečasovy



vlády, která umocňuje její nega-
tivní dopady. Jako příklad uvedl
špatný výběr daní, obecný pokles
HDP, pokles výroby, např. ve sta-
vebnictví o 10 %, předražené veřejné za-
kázky, pokračující korupci, rozbujelou še-
dou ekonomiku. Rozsah negativních jevů
je už tak veliký, že je budou muset řešit
i vlády, které přijdou po té současné.

(fav) ■

Foto: autor

Podněty ze sněmu slovenských důchodců

Slovenští přátelé z Jednoty důchodců na Slovensku (JDS) měli 27. června již svůj 9. sněm. Jednání sněmu mělo důstojný a kultivovaný průběh, vysoce reprezentativní delegace vlády byla vedena premiérem Ficem. Za českou stranu se sněmu zúčastnili předseda RS ČR Dr. Pernes a 1. místopředseda RS ČR a předseda SDČR Ing. Pospíšil. Jejich informace a pozdravy byly ohodnoceny silným potleskem. Načerpali jsme mnoho poznat-



Členové české delegace s předsedou JDS RNDr. Kamilem Vajnorským (uprostřed).

ků, můžeme porovnávat, jak se řeší krize v Česku a jak na Slovensku, je to poučné. Vedle tripartitního dialogu vytvořila nová vláda další konzultativní orgán pod názvem „Rada solidarity a rozvoje SR“. Právě zde jsou projednávány náměty na řešení krize od představitelů odborů a občanských sdružení a to včetně představitelů seniorské populace. Na Slovensku mají problém s kapitálovým spořením, kdy 9 % vyvedených příspěvků z průběžného penzijního systému každoročně způsobuje ztrátu cca 900 milionů EUR. Chybějící prostředky se vypůjčují na finančním trhu za 4 až 5 procentní úrok, přitom povinné kapitálové spoření nezhodnocuje ani inflaci. Proto se připravují systémové změny, a to převedení principu povinnosti na princip dobrovolnosti a sazba vyvedených prostředků z průběžného penzijního systému se sníží z 9 na

4 procentní body. Nová slovenská vláda připravuje také změny valorizace penzí. Na Slovensku jsou peníze valorizovány progresivněji než u nás, a to ½ inflace a ½ růstu nominálních mezd. V Česku se důchodcům kompenzuje 100 % inflace a 1/3 růstu reálných mezd. Nově se má valorizovat o pevnou částku jednotně všem, a to o 10 € měsíčně u penze starobní a o 10,4 € u penze kombinované. Na novém systému vydělají starodůchodci, u kterých jsou peníze nižší než průměrné. Jde o přechodné opatření do roku 2016, poté se uplatní mechanismus indexace penzí dle růstu životních nákladů důchodců. Přátelé z Jednoty důchodců v této souvislosti říkají „ale pokud mzdy porostou rychleji než životní náklady důchodců, budeme chtít rozdíl doplatit“. Daň z přidané hodnoty se na Slovensku zvyšovat nebude, naopak ke zpřísnění dojde u regulace cen energií. Dle požadavku Evropské komise se připravuje koncipovat institut minimálního důchodu, který bude vyšší než dávky hmotné nouze. V jeho konstrukci se budou zohledňovat odpracovaná léta. Pan premiér slovenské vlády považuje za degradující,



Jednání sněmu může inspirovat i v ČR

když 30 000 starobních důchodců musí žádat o dávky hmotné nouze. Do roku 2016 se nebude zvyšovat důchodový věk, poté chtějí převzít český model, tj. důchodový věk zvyšovat podle střední délky života. Dále se připravuje reforma třetího pilíře, tj. penzijního připojištění se státním příspěvkem, ve kterém je zapojeno 700 000 pojištěnců.



Na sněm slovenských seniorů se dostal i premiér.

V České republice je rozhodnuto též. Daň z přidané hodnoty u potravin, nápojů, léků a dalších základních životních potřeb pravicové vlády zvýšila z 5 na 15 %. Valorizace důchodů se sníží ze 100 % kompenzace inflace na kompenzaci třetinovou. Mladým důchodcům budou sníženy peníze až o 600 Kč měsíčně, zavádí se neomezený důchodový věk. Pracujícím důchodcům jako jediné sociální skupině byly zrušeny slevy na dani, navyšuje se přímá úhrada léčiv. Poskytnutí nové sociální dávky tzv. příspěvku na náklady na bydlení ve výši 50 % příjmů rodiny, ale jen do výše tzv. limitních nákladů, je podmíněno testováním a prodejem celoživotně nabývaného majetku, do neřešitelné situace budou vrženy desetitisíce seniorů v Praze, Brně a v dalších velkých městech. Státem garantované slevy na železnici byly seniorům jako jediné sociální skupině zrušeny, a to v podmínkách, kdy jsou nově donuceni do měst vyřizovat sociální dávky. Zaváděné kapitálové spoření od roku 2013 je dobrovolné, sazba vyvedených prostředků z průběžného penzijního systému jsou 3 procentní body. A v neposlední řadě instituty minimálního důchodu, vánoční příspěvek seniorům s nízkými pří-

jímy, státem hrazené rekondiční pobyty starobním důchodcům, ani seniorská tripartita v Česku neexistují.

Smyslem všech výše uvedených opatření má být snížení deficitu státního rozpočtu pod 3 % HDP. A to v Česku i na Slovensku. Je vidět, že cesty k dosažení cíle mohou být různé.

Zdeněk PERNES

předseda Rady seniorů ČR

Rada seniorů posiluje pozice

Pražský magistrát byl v úterý 4. července svědkem dosud ojedinělé události: představitelé Rady seniorů ČR, vedení jejím předsedou Zdeňkem Pernešem, se tu setkali s primátorem města, doc. MUDr. Bohuslavem Svobodou, CSc. Šlo o první oficiální setkání obou stran.

Představitelé Rady seniorů ČR přišli primátora informovat o svém záměru, založit regionální zastoupení své organizace pro hlavní město. Při této příležitosti primátora seznámili s hlavními okruhy činnosti RS ČR, které zahrnují od hájení zájmů a formulace stanovisek starší generace, přes různé legislativní připomínky a podněty, organizace dobrovolných aktivit i bezplatné poradenství pro důchodce.

Primátor na zářij plánovaný vznik regionální rady uvítal a přislíbil jí dopředu svoji podporu.

Na otázku Doby seniorů, co si slibuje od vzniku regionální rady seniorů pro Prahu uvedl, že v praxi by to podle jeho

představy měl být orgán, který mu bude tlumočit, jaké jsou specifické problémy pražských seniorů: „Tyto problémy nejsou obecné, ale vždy jde o konkrétní problematiku v konkrétním čase a místě. Určitě jsou tak například rozdílné předsta-



vy ohledně bezpečnosti seniorů v Praze než třeba v Písku.“ Primátor řekl, že regionální rada by měla být jakýmsi čidlem, jehož prostřednictvím by se dovídal,

co seniory v Praze trápí a co by chtěli řešit. Pokud tomu tak bude, zřejmě asi jednou z prvních palčivých otázek, které mu toto čidlo nahlásí, bude bydlení v obecních magistrátních bytech. Podle nejnovějších informací totiž v nich má být nájemné

zvýšeno na maximální možnou částku, kterou umožňuje zákon. Dosud tam lidé platili od 73 do 110 Kč za metr čtvereční, nově by mělo jít o 90 až 148 korun. Zvýšení se dotkne obyvatel zhruba 5100 magistrátních bytů. Současně se zvýšením nájmu chce město nájemníkům poskytnout i dočasné slevy tak, aby nájemné zůstalo v současné výši. O zrušení slev by měla

v budoucnu rozhodovat rada města. Ty současné mají platit do konce roku. Co nastane pak, nenahání strach jenom seniorům...

(fav) ■

Miliardy pro církve

Přes odpor opozice schválila Sněmovna v sobotu 14. července návrh zákona o majetkovém vyrovnání státu s církvemi. Stát má podle vládního návrhu vydat církvím až 56 procent někdejšího, jimi údajně vlastněného, majetku v hodnotě zhruba 75 miliard korun. Zbytek má v příštích třiceti letech doplatit 59 miliardami korun. Stát by naopak měl postupně přestat hradit platy duchovních. Pro vládní předlohu hlasovalo 93 ze 182 přítomných poslanců, 89 jich bylo proti. Přijata byla až napotřetí – první dvě hlasování byla zpochybněna. Schvalování církevních restitucí se táhlo už od červnové schůze poslanců, sněmovnou tak prošly až v pátém dějství.

Pro přijetí zákona, který je jedním z nejkontroverznějších bodů této parlamentní „sezóny“, hlasovali: **ODS** – Walter Bartoš, Václav Baštýř, Jan Bauer, Marek Benda, Zdeněk Boháč, Jan Bureš, Jan Čechlovský, František Dědič, Pavel Drobil, Radim Fiala, Dana Filipi, Jana Fischerová, Jan Florián, Ivan Fuksa, Zdeňka Horníková, Tomáš Chalupa, Miroslav Jeník, Radim Jirout, Lenka

Kohoutová, Jan Kubata, Jaroslav Martinů, Václav Mencl, Petr Nečas, Miroslava Němcová, Vít Němeček, Jan Pajer, Jiří Papež, Jaroslav Plachý, Jiří Pospíšil, Aleš Rádl, Ivana Řápková, František Sivera, Pavel Staněk, Zbyněk Stanjura, Pavel Suchánek, Pavel Svoboda, Igor Svoják, David Šeich, Marek Šnajdr, Boris Šťastný, Jiří Šulc, Petr Tluchoř, Tomáš Úlehla, Jan Vidím, Vladislav Vilímc, David Vodrážka, Ivana Weberová, **TOP 09** – Jiří Besser, Zdeněk Bezcený, Ludmila Bubeníková, Josef Cogan, Jaromír Drábek, Jaroslav Eček, Jan Farský, Petr Gazdík, Martin Gregora, Alena Hanáková, Leoš Heger, Jan Husák, Jitka Chalánková, Rudolf Chlad, Michal Janek, Luděk Jeništa, Ladislav Jirků, Miroslav Kalousek, Jana Kaslová, Daniel Korte, Rom Kostřica, Patricie Kotalíková, Václav Kubata, Helena Langšádlová, František Laudát, Jaroslav Lobkowicz, Jiří Oliva, Vlasta Parkanová, Gabriela Pecková, Stanislav Polčák, Anna Putnová, Aleš Roztočil, Jaroslava Schejbalová, Karel Schwarzenberg, Jiří Skalický, Jan Smutný, Bořivoj Šarapatka, Renáta Witoszová,

NEZAŘAZENÍ – Lenka Andrýsová, Dagmar Navrátilová, Viktor Paggio, Karolína Peake, Jiří Rusnok, Jana Suchá, Martin Vacek, Radim Výsloužil.

Zejména opoziční, ale i někteří koaliční poslanci, do vládní předlohy vložili ustanovení, podle něhož církve budou muset prokázat, že jim majetek skutečně patřil. Neprošly opoziční návrhy, aby ze zákona vypadla finanční náhrada, aby mohl být církvím vrácen jen majetek, který nejen vlastnily, ale také užívaly, nebo aby nebyl od daně z příjmu osvobozen první prodej restituovaného majetku. Opozice neuspěla s návrhy na zamítnutí a na vrácení předlohy do druhého čtení. Opozice také argumentovala, že v době vládních škrťů a úsporných balíčků si státní rozpočet nemůže tak vysoké odškodnění církví dovolit.

Bývalá chartistka, spisovatelka Lenka Procházková, kvůli restitucím podala dokonce trestní oznámení. Katolická církev podle ní nemá na vrácení majetku nárok, protože jí podle jejího názoru nepatřil, jen ho spravovala.

Návrh nyní putuje do Senátu. Tam má však opozice většinu, předpokládá se proto, že bude vetován.

(red) ■

Za krásami Slovenska

Z regionu Most – Litvínov každoročně navštíví kolem 150 seniorů Slovensko ve třech týdenních turnusech. Někteří již po několikáté. Cílem je chata Kožiar v Demenovské dolině s krásným výhledem na Chopok. Každý den se jezdí na výlety. V řa-

plňuje program na celý týden, který je velmi rozmanitý. Senioři si prohlédnou Nízke i Vysoké Tatry, svezou se na vorech (plťích) v krásné přírodě Piennin. Navštíví skanzeny, kostely, kláštery, doly, projedou se lodí po přehradní nádrži, projdou si doliny, svezou se lanovkami, navštíví jeskyně, muzea, hrady.

V letošním prvním turnuse se svezli na Čiernom Balogu vláčkem se starou parní mašinkou až k lesnímu skanzenu, který rovněž prošli, což v seniorech zanechalo veliký dojem. Během výletu shlédli krásné scenérie druhé strany Chopku. Je mnoho zážitků a program v turnusech se částečně obměňuje. K celkové pohodě pobytu samozřejmě patří i návštěvy

dách našich seniorů jsou i zdatní sportovci, kteří si udělají svůj program a denně chodí na horské túry. Celkový program je tomu přizpůsoben. S místním průvodcem se na-

kolib a chat, kde senioři ochutnávají místní speciality, nákup klobás, slaniny a vyhlášených sýrů, nejsou vynechány ani výborné cukráry. Senioři si nemohou nechat ujít



minerální prameny, které rádi ochutnávají. Výborným relaxačním zážitkem je koupání v termálních lázních Bešeňová, které je zařazeno dvakrát do týdenního turnusu. Kromě cesty tam i zpět se najede po Slovensku 800 – 900 km. Dvě diskotéky na chatě Kožiar jsou také oblíbené, jakož i přednáška člena Horské služby s promítáním diapozitivů. Je to jen krátký strohý výčet toho, co senioři na Slovensku prožijí.

K celkovému krásnému pobytu přispívá i ochotný personál chaty, příjemné ubytování a výborná strava. Nejlepší odměnou pro náš regionální výbor SD ČR, který tyto pobyty pro seniory zajišťuje, je konstatování účastníků při loučení, že to bylo krásné.

Iva FRANCOVÁ ■

předsedkyně RV SD ČR Most – Litvínov

Odešel velký český vědec

Velmi smutnou zprávu jsme dostali 16. července z Ústavu organické chemie a biochemie v Praze: Ve věku 75 let zemřel český chemik světového významu, profesor Antonín Holý.

Objevitel účinných látek, které jsou součástí léků proti AIDS, viru pravých neštovic, pásového oparu, virového zánětu oční sliznice a proti virové hepatitidě typu B. Přípravek Viread, který vznikl na základě Holého výzkumů, je v současné době nejúčinnějším dostupným lékem proti AIDS. Je autorem zhruba 650 odborných studií, několika knih a 60 patentů.

Peníze za své objevy si nenechával pro sebe. Pomáhaly také k tomu, že jeho mateřský ústav se stal jedním z nejlépe vybavených vědeckých pracovišť v České republice.

Antonín Holý se narodil 1. září 1936 v Praze. Na Matematicko-fyzikální fakultě Univerzity Karlovy vystudoval v 50. letech organickou chemii. V roce 1963 začal působit jako vědecký pracovník na Ústavu

organické chemie a biochemie (ÚOCHB) Československé akademie věd. V 90. letech se stal ředitelem tohoto ústavu.

O profesoru Holém se hovořilo i jako o možném kandidátovi na získání Nobelovy ceny.

To ovšem chce i hodně diplomacie. Vyžaduje, aby kandidát také jezdil po světě a přednášel o tom, proč jsou jeho objevy přínosné. To se ovšem od profesora Holého

■ Pan profesor ukazuje ampulku s lékem Viread.



nedalo čekat. Nejen kvůli jeho skromnosti, ale také vzhledem k vážnému onemocnění jeho hlasivek. Doba seniorů byla jedním z posledních médií, kterým v lednu 2009 poskytl rozhovor. Už tehdy jen šeptal a odpovídal na otázky raději psal na papír...

Nobelovu cenu nakonec nezískal. Projevila se tehdy opět i česká malost, která nedokázala za chemického génia bojovat a lobbovat ve světě. Odborníci z USA a Německa už v roce 2009 tvrdili, že kdyby podobný vědecký velikán žil u nich, tato pocta by ho určitě neminula. Antonín Holý získal řadu jiných ocenění: Hanušovu medaili České společnosti chemické, Descartovu cenu Evropské unie, čestný doktorát belgické univerzity v Gentu, řadu čestných profesur, např. na univerzitě v Manchesteru, a v roce 2007 Státní cenu Česká hlava. Osobně měl největší radost z toho, že jako profesor vychoval řadu nadějných žáků a svých nástupců. O ty se staral doslova do poslední chvíle.

Byl nejen velký vědec, ale i velký člověk. Čest jeho památce.

(fav) ■

Dodržíme pitný režim

Pokud lidské tělo nemá pravidelný přísun dostatečného množství tekutin, nemůže organismus zajišťovat řádnou látkovou výměnu, špatně funguje krevní oběh, nervový systém, trávicí trakt, ledviny, játra nebo jiné žlázy s vnitřní sekrecí, protože látky, které voda v našem těle rozpouští se nemohou vstřebávat a buď našim tělem bez užitku projdou nebo se v něm naopak ukládají a vytvářejí usazeniny, které našemu tělu škodí.

Když málo pijete

- jste unavení a může vás bolet hlava
- vaše sliznice trpí a vysychají
- ledviny odvádějí nadměrnou práci a hrozí riziko zánětu
- pokožka se odvodňuje, vysušuje až loupe a rychleji stárne
- dlouhodobý nedostatek vede až k závažným zdravotním potížím

Nedostatek tekutin je nebezpečný zejména pro starší. Jako jeden z důsledků stárí a změn v organismu je totiž i ztráta pocitu žízně. Tento signál je velmi důležitý, protože jím organismus ohlašuje mírnou dehydrataci a nutnost doplnění tekutiny. Starší člověk si však nebezpečí neuvědomuje. Navíc, ve vyšším věku, se přidružují problémy, např. inkontinence, které seniора naopak nutí k nižšímu příjmu tekutin.

Pokud se senior dostaví k lékaři se zdravotními potížemi a je upozorněn, že jsou zapříčiněny špatným pitným režimem, může se stát, že následuje tzv. nárazový

příjem tekutin, kdy se postižený snaží vše rychle dohnat. Tento náraz rychlého příjmu většího množství tekutin však může být pro organismus šokem, který nemusí zvládnout. Přílišné a náhlé zavodnění může způsobit nadměrné zatížení ledvin a dokonce jejich selhání.



Dospělý člověk má kolem 40-60 %

podílu vody v těle, který se s postupujícím věkem snižuje. O to více bychom měli dbát, aby organismus dostal tolik tekutin, kolik potřebuje.

Už bylo uvedeno, určitě neplatí, že čím více tekutin, tím lépe. Vypijete-li bez zjevného důvodu více než 4 litry za den, nadměrně zatěžujete ledviny. Optimální dávka je podle okolností 2-3 litry tekutin denně.

Jednorázová mírná dehydratace není nebezpečná, avšak její dlouhodobá forma je velmi častá a je velkým problémem celé populace.

Optimální je střídat nápoje a nezaměřovat se jednostranně pouze na jeden druh. Dnes není problém si vybrat, protože obchod nabízí řadu balených vod, čajů ovocných, zelených nebo černých, bylinných nápojů i minerálek. Nosit s sebou neustále nějaký nápoj by pro seniory mělo být pravidlem. Pak se nemůže stát, že na ulici star-

ší člověk zkolabuje a místo na procházce v parku skončí v nemocnici na kapačkách.

Důležité desatero

- Nečekejte, než pocítíte žízeň.
- Pro organismus je dobré, když se naučíte vypít sklenici čisté vody hned ráno ještě před snídaní a před každým jídlem. Vlažná voda se šťávou z půlky citronu vytvoří v žaludku zásadité prostředí. Aktivují se enzymy, které jsou potřebné pro dobré trávení.
- Pijte průběžně během dne, nikoliv jednorázově.
- Mějte sklenici vody nebo láhev s tekutinou neustále na dosah ruky.
- Dospělí by měli denně vypít minimálně 1,5 litru nealkoholických neslazených nápojů. Neměly by to být limonády.
- Káva, silný černý čaj a alkohol se do pitného režimu nezapočítávají.
- Doporučuje se omezit konzumaci limonád a slazených minerálních vod, včetně těch, které jsou slazené umělými sladidly.
- Chladné nápoje (okolo 10 °C) lépe tlumí pocit žízně než přechlazené nápoje. Vyšší teplota než 10 °C není na závadu.
- Nepřehánějte to s nadměrným pitím minerálních vod. Je to přílišná zátěž na ledviny. Zajděte k lékaři, který poradí jakou minerálku pít vzhledem k vašemu zdravotnímu stavu. Minerální vody nejsou vhodné při zvýšeném krevním tlaku.
- V letních měsících je nutné příjem tekutin ještě zvýšit vzhledem ke zvýšenému pocení.

(red) ■

Soutěž pro zdravé oči

Oči vyžadují ochranu zejména od středního věku, kdy se zvyšují rizika takových onemocnění, jako je věkem podmíněná makulární degenerace. Je důležité vyhledávat potraviny, kde se vyskytují lutein a zeaxanthin. Doplnky stravy lze zvážit v případě, pokud je vám více než padesát let, trpíte nadváhou, vysokým krevním tlakem, kouříte, ve vaší rodině se vyskytla makulární degenerace nebo vám již lékař poškození sítnice diagnostikoval. Tomuto důležitému tématu je věnována i naše malá letní soutěž, ve které hledáme odpověď k následující otázce:

VĚKEM PODMÍNĚNÁ MAKULÁRNÍ DEGENERACE JE NEMOC

A) oči B) kosti C) srdce

Náš tip: náповědu můžete získat na www.ocuvite.cz.

5 výherců se může těšit na balení doplňku stravy Ocuvite LUTEIN forte 60tbl., premií pro jednoho vylosovaného ze správných odpovědí, které dojdou do 10. srpna, budou populární vycházkové teleskopické hole pro usnadnění chůze (Nordic Walking). I pak budete mít šanci na výhru v podobě doplňku stravy, protože zde na odpovědi čekáme na známých adresách (viz tiráž na straně 2) až do 20. srpna.



Paragrafy o bydlení ⁶

Stanovení výše nájemného

Při jednání o nájemném by tedy nájemce a pronajímatel měli přihlížet zejména ke stavu, dispozici, velikosti a vybavení bytu (zejm. z hlediska podoby sociálního zařízení, způsobu vytápění, způsobu ohřevu vody, úložných prostor v bytě apod.), dále k typu (cihla, panel), stáří a technickému stavu domu. Důležitými ukazateli jsou také vybavení domu (výťah, recepce, dostupné služby, možnosti parkování) poloha domu z hlediska umístění (centrum či okraj obce), okolní zástavby (sidliště, vilová čtvrť), z hlediska zeleně, dopravní obslužnosti, občanské vybavenosti (lékař, pošta, škola, obchody, restaurace). Nermalou roli hraje i poloha domu z hlediska zatížení životního prostředí emisemi – chemickými látkami, prachem a hlukem, tedy zda se dům nachází v těsné blízkosti frekventovaných silnic, železnic nebo naopak v blízkosti klidných ulic či náměstí, zda jeho součástí je balkon, lodžie či terasa.

Vodítkem při jednání o nájemném mohou být pro pronajímatele a nájemce „mapy nájemného“ pro jednotlivé obce, připravované Ministerstvem pro místní rozvoj, zveřejňované na webových stránkách ministerstva www.mmr.cz. Pomůckou může být i inzerovaná výše nájemného, za kterou obdobné byty v dané obci nabízejí realitní kanceláře nebo vlastníci (v tomto smyslu je třeba podotknout, že nabídky realitních kanceláří jsou v současné době zpravidla vyšší, než je nakonec nájemné dohodnuté v samotné nájemní smlouvě). Nájemce a pronajímatel se mohou dohodnout i na vypracování znaleckého posudku. V zadání pro jeho zpracování by měly strany požadovat odhad obvyklé ceny tak, jak je definována v zákoně č. 151/1997 Sb.

Nedojde-li ke sjednání nájemného dohodou, může pronajímatel písemně navrhnout nájemci zvýšení nájemného, přičemž nájemné jednostranně zvýšené podle zákona č. 107/2006 Sb. se nepovažuje za dohodnuté. Pronajímatel se nemůže

obrátit na soud přímo, aniž by nájemci předtím návrh nezaslal. Pokud nájemce se zvýšením nájemného souhlasí, musí souhlas sdělit písemně pronajímateli a to ve lhůtě dvou měsíců od doručení návrhu. Povinnost hradit zvýšené nájemné v tomto případě vzniká prvním dnem třetího kalendářního měsíce od doručení návrhu. Pokud nájemce s návrhem nesouhlasí, může, ale nemusí ve stejné lhůtě nesouhlas sdělit pronajímateli. Pronajímatel je ve lhůtě dalších třech měsíců oprávněn navrhnout, aby výši nájemného určil soud. Počítání času a lhůt se řídí ustanovením § 122 občanského zákoníku:

Odst. 1 „Lhůta, určená podle dní, počíná dnem, který následuje po události, jež je rozhodující pro její počátek. Polovinou měsíce se rozumí patnáct dní.“

Odst. 2 „Konec lhůty určené podle týdnů, měsíců nebo let připadá na den, který se pojmenováním nebo číslem shoduje se dnem, na který připadá událost, od níž lhůta počíná. Není-li takový den v posledním měsíci, připadne konec lhůty na jeho poslední den.“

Odst. 3 „Případně-li poslední den lhůty na sobotu, neděli nebo svátek, je posledním dnem lhůty nejbližší následující pracovní den.“

Pro zachování lhůty je podstatný okamžik doručení návrhu, nikoliv okamžik jeho předání poštovním doručovatelem.

Modelový příklad:

Nájemci byl doručen návrh na zvýšení nájemného 18. 10. 2011, tento den si nájemce návrh na zvýšení nájemného převzal na poště.

a) Nájemce s návrhem souhlasí. Souhlas musí sdělit pronajímateli písemně do dvou měsíců od doručení návrhu, tj. nejpozději do 19. 12. 2011 (lhůta by měla skončit 18. 12. 2011, ale vzhledem k tomu, že tento den byla neděle, končí lhůta následující pracovní den, tj. v pondělí 19. 12. 2011) Povinnost hradit zvýšené nájemné vzniká

Krok 1	Krok 2	Krok 3	Krok 4
Nájemné v obecních bytech			
Datum výpisu: 10.7.2012			
Lokalizace bytu:			
Název obce:	Prachovice		
Okres:	Prachovice		
Kraj:	Jihočeský		
Vlastnosti bytu:			
Podlahová plocha bytu:	45 m ²		
Další vlastnosti bytu se v případě nájemného v obecních bytech podrobně nerozlišují.			
Informace o nájemném v obecních bytech:			
Sjednané nájemné:	16,4 – 34,7 Kč/m ² /měsíc		
Celkem za uvedený byt:	738 – 1562 Kč/býtměsíc		
Datum aktualizace:	31.10.2011		

■ Ukázka použití mapy nájemného MMR.

prvním dnem třetího kalendářního měsíce od doručení návrhu, tj. dne 1. 1. 2012.

b) Nájemce s návrhem nesouhlasí. Nájemce může, ale nemusí ve lhůtě do 19. 12. 2011 sdělit svůj nesouhlas pronajímateli. Pokud nájemce pronajímateli nesdělí písemně, že s návrhem souhlasí, má se tedy za to, že s návrhem nesouhlasí. Pronajímatel je oprávněn ve lhůtě dalších 3 měsíců podat návrh na zvýšení nájemného k příslušnému soudu, tzn. ve lhůtě do 18. 3. 2012. Pokud pronajímatel v této lhůtě návrh k soudu nepodá, celý postup podle odstavce 2 § 696 se opakuje.

Výši nájemného soud určí ke dni podání návrhu k soudu.

Podle ustanovení § 696 odst. 3 může soud o výši nájemného rozhodnout také v případě, kdy bylo nájemné sjednáno svobodnou dohodou, jde o nájem na dobu neurčitou a došlo k podstatné změně okolností, za nichž pronajímatel nebo nájemce při sjednávání nájemného vycházeli. Zda došlo k „podstatné změně okolností“ bude muset v případě sporu posoudit soud. I v těchto případech musí pronajímatel či nájemce postupovat způsobem uvedeným v odst. 2, jak shora uvedeno.

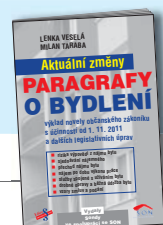
Podle ust. § 696 odst. 4 může obdobně i nájemce navrhnout snížení nájemného v případě, že se na nájemném s pronajímatelem nedohodl nebo v případě, že se s pronajímatelem na nájemném sice svobodně dohodl, ale jedná se o nájemní smlouvu na dobu neurčitou a došlo k podstatné změně okolností, za nichž bylo nájemné sjednáno.

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

Příště: Přechod nájmu bytu



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



Smluvní nájemné: nejčastější otázky

Bliží se termín, kdy i v Praze a dalších velkoměstech skončí možnost jednostranného zvyšování nájmu pronajímateli a nájemné se stane otázkou vzájemné dohody. Přinášíme proto odpovědi na otázky, které jsou v této souvislosti nejčastěji kladeny.

■ **Může pronajímatel uplatnit jednostranné zvýšení nájemného z bytu až v roce následujícím po skončení možnosti jednostranně zvýšit nájemné dané zákonem?**

Rozhodně ne. Možnost jednostranného zvýšení nájemného v čase je striktně vymezena zákonem. Pokud možnost jednostranného zvýšení skončila v roce 2010, může být nájemné jednostranně zvýšeno pouze v tomto roce. Tento výklad se bude následně týkat i obcí, kde možnost jednostranného zvýšení nájemného skončí v roce 2012. Jakákoliv další úprava nájemného pro následující období je již smluvní, a to na základě dohody nájemce a pronajímatele.

■ **Jak bude určováno nájemné po skončení možnosti jednostranně zvýšit nájemné?**

Po 1. 1. 2013 bude možné nájemné změnit pouze dohodou obou smluvních stran, popř. soudní cestou v souladu s novelou občanského zákoníku (viz otázky k novele občanského zákoníku).

■ **Je pravda, že s ukončením deregulace končí staré nájemní smlouvy a je potřeba uzavřít smlouvy jiné, jinak nájem končí?**

Není. Nájem trvá za stávajících podmínek, pokud se pronajímatel a nájemce nedohodnou jinak. Pronajímatel může nadále nájem vypovědět pouze z důvodů stanovených v zákoně.

■ **Co musí obsahovat nájemní smlouva?**

Podstatné náležitosti nájemní smlouvy jsou upraveny v ustanovení § 686 občanského zákoníku. Nájemní smlouva musí obsahovat označení bytu (adresa, podlaží, ve kterém je byt umístěn, číslo bytu, dispozice bytu - výčet místností a jejich půdorysných rozměrů, zařízení a vybavení bytu atd.), jeho příslušenství a rozsah

jejich užívání. Problém rozsahu užívání pronajaté věci se týká především příslušenství bytu, kdy může být konkrétně vymezen způsob užívání např. kůlny mimo byt, zákaz umísťovat hořlavé předměty ve sklepních prostorách apod. Dále musí smlouva obsahovat způsob výpočtu nájemného a úhrady za plnění spojená s užíváním bytu nebo jejich výši. Nájemní smlouva musí mít písemnou formu. Absence uvedených náležitostí a písemné formy způsobuje absolutní neplatnost nájemní smlouvy. V případě, že není sjednána doba nájmu, má se za to, že smlouva o nájmu byla uzavřena na dobu neurčitou.



U velkoplošných bytů nabídka už překračuje poptávku...

■ **Lze při stanovení úhrady za užívání bytu zahrnout nájemné a úhradu za plnění spojená s užíváním bytu (služby) do jedné částky?**

Ne, nelze. Rozsudky Nejvyššího soudu, např. 26 C do 4836/2007, ze dne 20. 1. 2009, bylo jednoznačně rozhodnuto, že smlouva o nájmu bytu musí obsahovat zvlášť stanovení nájemného a zvlášť stanovení úhrady za plnění spojená s užíváním bytu, jinak je smlouva absolutně neplatná.

■ **Lze měnit nájemní smlouvu v průběhu užívacího vztahu?**

Ano, dohodou lze změnit nájemní smlouvu (dohoda stran – § 516 občanského zákoníku). Pronajímatel a nájemce mohou změnit nájemní smlouvu tak, že dojde ke změně konkrétního závazku nebo nahradit stávající závazek závazkem novým. Je samozřejmé, že každá změna nájemní smlouvy musí být provedena pí-

semně, a to ve formě dodatku ke stávající nájemní smlouvě.

■ **Může pronajímatel v případě, kdy končí možnost jednostranně zvýšit nájemné v roce 2012, zaslat nájemci najednou oznámení o zvýšení nájemného pro rok 2011 a 2012?**

Ne, v žádném případě. Brání tomu procesní překážka, kdyby nebylo možné podat řádně žalobu na neplatnost jednostranného zvýšení nájemného v daném roce a rovněž skutečnost, že v rámci jednoho období pro zvýšení nájemného může dojít ke změně kvality bytu.

■ **Může nájemce dostat výpověď z nájmu uzavřeného na dobu určitou ještě před uplynutím této doby?**

Ano, ale pouze z důvodů uvedených v občanském zákoníku.

■ **Kdy může pronajímatel vstoupit do bytu užívaného nájemcem?**

Bez souhlasu nájemce nelze do bytu vstoupit. Občanský zákoník proto obsahuje ustanovení, která umožňují pronajímateli vstup do bytu pouze ze závažných důvodů a za účasti nájemce. Jedná se o následující případy:

■ pronajímatel je oprávněn požadovat přístup do bytu za účelem kontroly, zda nájemce užívá věc řádným způsobem (§ 665)

■ po podané výpovědi nebo 3 měsíce před skončením nájmu a předání věci je nájemce povinen, není-li dohodnuto jinak, umožnit zájemci o další pronájem prohlídku bytu v přítomnosti pronajímatele (§ 681)

■ nájemce je povinen umožnit pronajímateli, po předchozí písemné výzvě, instalaci a údržbu zařízení pro měření a regulaci tepla, teplé a studené vody, jakož i odpočet naměřených hodnot. Nájemce je též povinen umožnit přístup k dalším technickým zařízením, pokud jsou součástí bytu a patří pronajímateli (§ 692)

■ nájemce je povinen umožnit pronajímateli provádění oprav, které má nést pronajímatel a stavebních úprav (§ 695).

(red) ■

Poradna pro práci s PC

Nepoužívejte hloupá hesla

Původ hesel spadá až do středověku, kdy se za pomoci hesla rozpoznávali vlastní lidé od nepřátel. Bylo to obvykle nějaké předem domluvené slovo. V současné době jsou však hesla nejčastěji využívána při práci s počítačem. Uživatel je často od ostatních odlišen svým uživatelským jménem (login). Při přihlášení do systému uživatel kromě svého unikátního loginu zadává také heslo. Hesla a různé číselné kódy jsou neodmyslitelnou součástí internetu. Pomáhají nám chránit peníze na bankovních účtech, zprávy v emailu, důvěrné dokumenty v počítačích i přístup k osobním údajům na internetu. Mnozí lidé ale důležitost hesla podceňují a často používají velice hloupé a snadno odhalitelné kombinace.

Na začátku června letošního roku se podařilo hackerům ukrást více než šest milionů přístupových hesel k uživatelským účtům na sociálních sítích. Toho využil bezpečnostní analytik Mark Burnett a z dostupných dat sestavil seznam nepoužívanějších hesel na internetu. Podle

výsledků lidé používají opravdu velmi hloupá a snadno zjištělná hesla. Nejpopulárnějším heslem je password, což v překladu znamená jednoduše heslo. Toto slovo lidé používají neustále i přesto, že odborníci před ním varují již několik let. U nás je mu na roveň postaveno heslo – veslo. Zpravidla jej totiž hackeři používají jako jeden z prvních klíčů při prolamování účtů. To samé platí i o číselné kombinaci 123456, která se umístila ve statistikách na druhém místě.



Zatímco mnoho lidí zlepšilo bezpečnost a sílu svých hesel, je stále obrovské množství těch, kteří používají již dávno profláknutá hesla. Bylo zjištěno, že více jak 91 % uživatelů z testovaného vzorku používá jen tisíc různých kombinací hesel.

O bezpečnosti hesla rozhoduje i jeho délka. Speciální programy hackerského podsvětí dokážou čtyřmístné heslo, složené z číslic od nuly do devítky, prolomit do dvou

minut. Svůj smysl má i častá změna hesla například u internetového bankovníctví.

V tabulce vidíte, kolik různých kombinací z čísel a malých i velkých písmen je možné vytvořit. Pro představu je u každého údaje napsán i přibližný čas, který hacker potřebuje na to, aby vaše heslo prolomil.

počet znaků	počet kombinací	potřebný čas na prolomení
4	456 976	1,5 minuty
8	208 827 064 576	2,5 hodiny
12	95 428 956 661 682 200	121 let

Jak je z tabulky patrné, delší hesla se prolamují pochopitelně hůře. Většina lidí bohužel používá jako heslo jméno svého domácího mazlíčka, případně nějaké povědomé slovo, které se jim dobře pamatuje. Čtyřmístné heslo či oblíbené jméno tak není pro zkušeného hackera žádný problém.

Nepropadejte ale zbytečně panice. Pro hackery jsou přitažlivější renomované servery, než vaše emailové schránky (i když každý hacker někde začínal a hesla do e-mailu jsou dobrý trénink).

Zdeněk HŘEBEK ■

Proč mít cestovní pojištění

Cestovní pojištění je prostředkem, který pomáhá, aby se zahraniční dovolená stala poklidným a příjemným místem odpočinku. Bez něj by se mohla proměnit v drahou noční můru.

Cestovní pojištění nejčastěji kryje rizika spjatá s náhlým onemocněním, úrazem, ztrátou zavazadel nebo škodou způsobenou třetí osobě během návštěvy zahraničí. Samozřejmě existují i další možná pojištění, která bývají dost pestrá – od pojištění zpoždění letadla přes pojištění storna zájezdu až po léčebné výlohy spjaté s nemocí či úrazem spolucestujících zvířecích mazlíčků. Pokud jste občany Evropské unie a platíte si zdravotní pojištění ve vlastní zemi, máte nárok na to, aby vaše zdravotní pojišťovna v rámci institutu tzv. evropského zdravotního průkazu uhradila náklady na vaši zdravotní péči i v zahraničí. Týká se to však pouze zemí Evropské unie a základní zdravotní péče v zařízeních, která jsou plně

financována z veřejných zdrojů. Náklady na léčbu v zahraničí často mnohonásobně převyšují náklady na léčbu v ČR a v řadě zemí se při lékařském ošetření vyžaduje spolu-



účast pacienta. Pokud byste si ke svému běžnému zdravotnímu pojištění do zahraničí nepořídili cestovní pojištění, mohla by vás tato „úspora“ přijít na nemalé finanční prostředky. Například ošetření zubů je často plně hrazeno pacientem; pokud by pacient nebyl připojištěn, jeho domácí pojišťovna by mu po návratu nic neproplatila.

Cestovní pojištění nabízí většina českých pojišťoven, jak klasických zdravotních, tak komerčních, které se zabývají i jinými oblastmi pojištění. V současné době dokonce již není ani zapotřebí chodit na kamenné

pobočky pro zřízení cestovního pojištění, vše lze zařídit po internetu. Při této variantě nabízí řada pojišťoven slevu, protože tím ušetří na administrativních nákladech a nákladech za provize ze zprostředkování.

Roli při stanovení ceny pojištění sehrávají: místo pobytu (Evropa, svět s USA či svět bez USA), dále pak věk pojištěného, délka zahraničního pobytu a zaměření cesty (pracovní, turistická či se sportovním zaměřením). A nakonec samozřejmě i kvalita pojištění ochrany. Doporučujeme sjednávat vyšší pojistné částky zvláště na léčebné výlohy (obvykle se do nich řadí i repatriace, neboli převoz ostatků do vlasti v případě úmrtí) a vyšší pojistné částky na asistenční služby.

Zřízením pojištění smlouvy o cestovním pojištění získáte záruku, že se o vás postará asistenční služba, se kterou pojišťovna, u které jste si pojištění sjednali, spolupracuje. Asistenční služba funguje 24 hodin denně, a to v českém jazyce. Telefonní číslo na asistenční službu a podstatné informace o ní získáte při sjednání pojištění. **(red) ■**

SUDOKU

Uvedte písmena a číslice z označených políček.

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

ZJISTÍTE, O CO JDE?

Prázdninové zábavné hledání ve školometské češtině v minulém čísle DS čtenáře zjevně pobavilo a tak pokračujeme i v srpnovém vydání. Tentokrát jsme si pro inspiraci zašli do knížky MUDr. Pavla Jedličky „140 českých přísloví 'vědeckou' češtinou“.

Zmetkovitost produkční činnosti jedince setrvávajícího v klidovém stavu je nulová.

Pozitivní mezilidský vztah s jistou sběratelskou hodnotou nepodléhá korozi.

Používateli chůzi k transportu své osoby do jediné složky fluidní kontinentální hydrosféry se ti povoluje maximálně jedenkrát.

Kraniálně vedeným úderem proti stavební přepážce nemůžeš dosáhnout její fenestrace.

VÝHERCI NAŠICH SOUTĚŽÍ

SUDOKU: (A13A) Milan Hromádka z Prahy; **ZJISTÍTE, O CO JDE?** Šlo o tři přísloví: 1. Jablko nepadá daleko od stromu, 2. Chytrost nejsou žádné čáry, 3. Bez práce nejsou koláče – Jana Sluková z Liberce. Výherci dostanou stolní kalendáře Proměny Vaška Neckáře na rok 2013. Do hry je věnovala zpěvákova umělecká agentura COUNTRY DJ Aleš Trdla s.r.o. Na řešení soutěží z tohoto vydání Doby seniorů čekáme na známých adresách (najdete je v tiráži na str. 2 dole) do 20. srpna. Pokud použijete elektronickou poštu, nezapomeňte uvést svoji normální poštovní doručovací adresu.



Vzpomínky na fotografiích

Až do 19. srpna můžete v románsko-gotických prostorách Staroměstské radnice v Praze vidět zajímavou výstavu fotografií Jovana Dezorta s názvem Praha před padesáti lety. Snímky zachycují úsměvně i vážně, jak se tenkrát v Praze žilo. Jistě překvapí i potěší každého návštěvníka výstavy, zejména pak pamětníky.

Milí přátelé „Záložky Vráti Ebra“!

Přeji Vám celé léto plné slunce, co nejméně televize a tak hodně pohody bez rozčilování. Pro takový čas jako by byly určeny i tři knížky, které tady rád připomínám a lehce nabízím (k dostání jsou u některých knihkupců a především pak v Paláci knih Luxor v Praze na Václavském náměstí 41 – pro orientaci: po jezdících schodech v 1. patře). Knížky lze objednat i na dobírku na emailové adrese info@neoluxor.cz.

Houby převážně nevážně – O houbách, jejich sbírání a trapasech kolem nich zde s úsměvem píšou Petr Jančařík, Josef Mladý, Zdeněk Thoma, Valerie Zawadská, Zdenka Lorencová, Marie Tomsová, Marie Břeňová a další. Nechybí tu verše Jaroslava Seiferta, houbařské desatero, text písničky o houbách, kterou rád zpíval Jaroslav Štercl... Motto knížky, kterou ilustroval Miroslav Pavlík: „Všechny houby jsou jedlé. Některé jen jednou.“

Víno vínečko aneb Je vinno víno? – Tady najdete pro pobavení vinné desatero, hádanky, výroky, citáty, přísloví, neznámé verše našich známých básníků na téma víno. Motto knížky, kterou ilustroval Miroslav Pavlík: „Pro mnoho lidí skončila věda a technika definitivně vynálezem vývrtky.“

O pivu, pijácích a nepijácích – Kniha byla nikoli napsaná, nýbrž opsaná z dřívějších i současných novin a časopisů, polozapomenutých knížek a ročenek, včetně kuriózních vývěsek a zápisů v hospodách a hospůdkách.

Najdete zde hostinské desatero, pivní otčenáš, hospodské hlášky a vyhlášky, malý pivní slovníček, texty pivních lidových písní, anekdoty o pivu, výroky a citáty. Motto knížky, kterou ilustroval Jiří Šrámek: „V pivu je málo vitaminů, proto ho musíme pít hodně!“

Srdečně Vás zdraví ze stanu v lesích až na Častoboři

Václav Ebr

Výhra s osobností

Připomínáme několik osobností z české historie, které se narodily v měsíci srpnu. Hezkou knížku z produkce nakladatelství Agentura KRIGL dostane ten, kdo nám do 20. srpna napíše, jak se on či ona zapsali do dějin. Výherce vylosujeme ze všech došlých správných odpovědí.

1. 8. 1912 – Otakar Jaroš, **3. 8. 1889** – Otto Gutfreund,
7. 8. 1927 – Jiří Malásek, **15. 8. 1868** – Jan Eskymo Welzl,
24. 8. 1919 – Jaromíra Kolárová, **25. 8. 1925** – Miroslav Plzák,
30. 8. 1934 – Zdena Frýbová.

Správné řešení z minula: Jindřich Plachta: český herec, Hanuš Bonn: český básník, Julius Fučík: český hudební skladatel a dirigent vojenských hudeb, Johann Gregor Mendel: vědec, zakladatel genetiky, Stanislav Remunda: herec a divadelní režisér, Emil Artur Longen: český dramatik, režisér a herec. Správně odpověděla a potřebné štěstí při losování tentokrát měla Kamila Vašková z Rokycan. Dostane podobně jako výherce z minulého kola knížku Peníze nebo prachy, kterou sepsal Vráta Ebr a ilustroval Karel Benetka. Nejvíce problémů tentokrát soutěžícím způsobil skladatel Julius Fučík, kterého si mnozí spletli s jeho jménem, který byl novinářem a za odbojovou činnost byl popraven nacisty.

Seriál DS k bibli

Daniel v jámě lví

32

Prorok Daniel (Můj soudce je Bůh) se stal rádcem krále Kýra v Babylóně.



Uctíval vroucně Boha Hospodina, i když Kýros, pohanský panovník, se klaněl modlům. Babylónští sloužili modle Bělovi (hebrejsky Baal = Pán, bůh slunečního bož-

stva). V chrámu obětovali denně 12 měřic mouky, 40 ovcí a 6 džbánů vína. I otázal se král Kýros proroka Daniele – Proč ty nikdy neprosíš o přízeň pána slunce a neklaniš se Bělovi? Nezdá se ti dost silný, mocný a živý bůh? Nevidíš, kolik toho denně sní a vypije? – Daniel se usmál – Nepleť se, králi. Já se klaním živému Bohu, Stvořiteli nebe i země. Ten mi daroval život a poznání těla, kde je má duše pouhým a dočasným hostem. Dnes klíčem slov otevírá branku a učí mne v lásce a v míru s lidmi žít, ale třeba zítra tu už nebude.

Život na zemi se podobá cestě po neznámém a krásném domě. Tajemné chodby vedou ke dvěřím ráje.

A já se modlím v duchu, radostně zpívám a tiše sním v tomto vzácném stavení. Jednou otevřu bránu a vejdu do paláce věčnosti. Ale Běl? Kdo to je? Nic neří ani nepije. Je to jen socha, z mědi a hlíny, do ruďa žárem ohně rozpálená. –

Král s Danielem vstoupil do Bělova chrámu. Kýros začal uctivě chválit Béla, klaněl se a při tom položil na oltář i božské dary, chutné pokrmy a jiskřivé víno. Daniel nenápadně rozesel po dlažbě jemný popel, aby na zemi spatřili stopy hoduujícího bůžka, který přikvačí k darům jídla a pití. Kněžím o tom neřekli. Odešli a dveře chrámu uzamkli.

Druhý den se vrátili už na úsvitě. Odešli a otevřeli kované dveře do chrámu. Pohlédli na oltář, ale dary jídla a vína tam už neležely. I zaradoval se král – Hle, mé dary jsou pryč. Běl je živý pán hvězd a divotvorný bůh. – Ale Daniel se usmál – Moudrost rodí v mysli zbožnost a víra v dobro v nás pěstuje i dobré skutky.



Tak proroka Daniela v jámě se sedmi lvy zvětšil v roce 1890 britský malíř francouzského původu Briton Rivière.

Ale falešná nauka Béla a jeho zlodějské činy se v prachu dlažby usadily. Díky živému Bohu Hospodinu nám paprsky slunečního světla ukáží, co jsme večer neviděli. – A Daniel s úsměvem ukázal na dlažbu. V prachu bylo vidět šlápoty. Stopy sandálů a šlépěje bosých dětí vedly od oltáře ke skrytým dvířkům do sloupoví. Tudy chodili kněží a jejich rodiny tajně v noci, aby nanosili Bělovy obětní dary domů a z nich si připravili chutnou hostinu.



Jeden z četných Danielových údajných hrobů. Tento se nachází v iránské Suse na místě zvaném Shush-e Daniyal.

I rozhněval se král a nechal zbořit sochu modly i falešný chrám. Babylónští uctívali také příšerného draka. Kýros věřil, že je rovněž bohem.

Daniel se ptal – To zubaté hádě je bůh? Draka porazím i bez meče, pokud mi to ovšem dovolíš. Dobro i zlo jsou plody našich skutků, nikoli hrozny z vinice Boží. Otcové sbírali poklady pozemské, já však teď hledím na dary nebeské a učím se žít z Knihy knih. V ní je psáno: Dobré skutky půjdou před tebou a Bůh tě přijme. A tak mi dovol donést božímu drakovi božskou

hostinu. – Král souhlasil. Daniel uvařil smůlu, tuk a chlupy a naházal horu toho ládování lopatou drakovi, který na nic nečekal, vše hltavě spolýkal, potom uleh, bolestí zařval a pukl.

– Nejsem vítězným bojovníkem ani záhubcem božského draka – pravil Daniel – nad pověrami zvítězila nenasytná díra, hladovému v břiše pukla a hledte, jak se dál otevírá. Z hladu závisti i z nenávisti roste záhuba.

Zlo vychází z dračích úst a bojácným pohledem se sráží strachy do závaží našich srdcí. –

Babylónští se bouřili a žádali o potrestání drakobijce. S těžkým srdcem vydal král Daniele sluhům kněží, kteří ho za trest hodili do lví jámy. Sedm lvů dostávalo denně dvě ovce a dva odsouzence. Tentokrát nedostali k jídlu nic, aby byli ještě hladovější než sám drak a sežrali proroka. Jenže lvi se Daniele ani nedotkli.

Po sedmi dnech přišel král, aby truchlil nad přítelem. A co to nevidí? Daniel sedí v jámě lvy hladí jako přítulná koťátka a laská se s nimi.

Překvapený Kýros přikázal neprávem potrestaného proroka vytáhnout z jámy zmaru a dosadil ho do královského úřadu.

Daniel otevřel okno k Jeruzalému a děkoval Bohu za dary odvahy, moudrosti a síly, které překonaly nástrahy a krále Kýra přivedly k rozhodnutí, aby se potomci Abraháma vrátili svobodně domů, do vlasti svých předků, k městu Jeruzalému.

Pro DS píše **ThDr. Jan SCHWARZ**

Příště: Proroctví o Mesiáši

VÍKEND SPLNĚNÝCH PŘÁNÍ V MALEBNÝCH LÁZNÍCH MŠENÉ

Chtěli byste vyzkoušet něco nového, načerpat sílu do dalších dní a přitom nechcete cestovat letadlem nebo trávit dlouhé hodiny v autě?

**MÁME PRO VÁS
IDEÁLNÍ TIP NEJEN NA
LETOŠNÍ DOVOLENOU**

Zavítejte do malebných rodinných lázní nedaleko Prahy. Tyto malé české lázně jsou příjemným útočištěm nejen pro všechny klienty, kteří si potřebují léčit své neduhy především pohybového ústrojí, ale také pro uspěchané manažery, maminky s dětmi, babičky i dědečky. Zkrátka pro všechny, kteří potřebují znovu dobít energii a načerpat nové síly.

V nabídce lázní naleznete nejen **tradiční lázeňskou léčbu** hrazenou pojišťovnami, ale také regenerační týdenní



pobytu můžete zdarma parkovat na uzavřeném parkovišti, zahrát si petangue, ping-pong, půjčit si kolo, hole na Nordic Walking nebo využít tenisový kurt.



a víkendové pobyty. Vybrat si můžete z mořských či slatinných víkendů, nechybí ani pobyt Lázně na zkoušku. Ve své nabídce mají lázně nepřeberné množství **koupelí, masáží, peelingů** či zábalů, ale také nezapomínají na tradiční rehabilitační cvičení, bazénovou terapii a parafin. Klienti zde mohou využít také nabídky **wellness** s pedikúrou, manikúrou, kosmetikou, kadeřnictvím i saunou.

Pobytem v lázních můžete také potěšit své nejbližší.

Zvolte si například **Víkend splněných přání** se slevou až 55% a odpočítejte si již za pouhých 1 368 Kč za ubytování s polopenzí na víkend. Během víkendového

Ale jaký by to byl pobyt v lázních bez lázeňského programu?

K uvedenému ubytování a stravě si můžete zvolit jeden z pěti balíčků lázeňských procedur a vychutnat si tak čokoládové procedury, medové, mořské či bylinné. Více o pobytu Víkend splněných přání ale i další nabídku týdenních a víkendových wellness a léčebných pobytů naleznete na www.msene.cz.

Kontakt:

Lázně Mšené, a.s.
Lázeňská 62, 411 19 Mšené-lázně
Tel.: 416 866 007, 009
e-mail: lazne@msene.cz
www.msene.cz

Ukázka z křížovkářského speciálu vydavatelství Enigma, který je právě na trhu

POMŮCKA: ACER, ANKA, JUDIKÁT, PLI, OVE	NOČNÍ PTÁK	SÍŤ ČERPACÍCH STANIC	1. DÍL TAJENKY	CHEM. ZN. STRÁBRA	HROB	TURECKÉ HLAVNÍ MĚSTO		UZENINA ZASTAR.	ODDALOVAT	 www.enigmasro.cz				
AFRICKÁ POUŠŤ							INICIÁLY DIRIGENTA VLACHA							
STÁT V USA							SPZ NOVÝCH ZAMKŮ PRÁDNÉ PLODINY							
ZADNÍ ČÁST KRKU				VLOŽENÍ ALE										
MOŘSKÝ PTÁK					KANAD. ZPĚ- VÁK PAUL ? AUTOKLUB MORAVA					MONGOL- SKÝ PASTEVEC	STÁTNÍ VÝBOR PRO ROZVOJ ZKR.	PŘEDLOŽKA	HUSARSKÝ KABÁTEC	SKOK NA VELKÉ PARDUBICKÉ
	MASA	VAŘENÁ MASA DRUH PALMY						HLADIT OPIS						
DRUH OVOCE							VÁLEČNÁ PLACHETNICE DIRIGENT VÁCLAV ???							
OSLOVENÍ VZNEŠENÉ ŽENY						ZBOŽÍ SLOVENSKÝ PODBRADEK						ŘÍMSKÝCH 9 2. DÍL TAJENKY		
OTEKLÁ ČÁST TĚLA					CHYTAT VĚTRÍK						ITAL. LIBER. STRANA IT. ZKR. FORMA			
ROZTAVENÁ HMOTA HOVOROVÉ				KULIT DRUH ROSTLINY						VIBRACE NÁŘEČNÉ POLNÍ PRÁCE				
ODCHYLKA OD NORMY								SPZ OSTRAVY LESNÍ ZVÍŘATA					KORÁLOVÝ ÚTES	ZOLŮV ROMÁN
	TŘÍDA HOVOROVÉ	LÍNÝ ČLOVĚK PŘEVODOVÝ KOTOUC						RODÁK ZÁSTUP PŘI VÝUCE						
HLODAVEC							OPERETNÍ ZPĚVAČKA POVEL PRO PSA							
VAZAL						PISEČNÝ PŘESYP ZPRACOVÁ- VAT ZUBY					POVRCHO- VÁ VODA STAŘEŠINA			
TROPICKÝ ZÁCHVAT					MYSY HRANIČNÍ POPLATKY					SLOVANSKÉ VESNICE SPZ TABORA				
STŘEDO- EVROPSKÁ UNIVERZITA ZKR.				STARÁ ANGL. MÍRA PRŮZRAČNÝ				TADEÁŠ DOMÁCKÝ ORIENT. NO- SIČ BRĚMEN					ČÍSLOVKA ŘADOVÁ	SKUPINA ODVOZENÁ OD ETANU
INICIÁLY PREZI- DENTA NOVOTNÉHO			PLAVIDLO TĚLOCVIČNÁ POLOHA					OTOMAN CESTOVAT AUTEM						
	HOMÉROVA BÁSEŇ AČKOLIV						SOUĐ. ROZ- HODNUTÍ LUDOLFO- VO ČÍSLO							
JAVOR BOTANICKY					VÝZVA					KYSELÉ POCHUTINY				
POVEL PRO KONĚ					SEKNOUTI					PŘÍMÝ PŘENOS				

Vyhráli s Dobrou seniorů!

Časopis Křížovky pro každého žádejte v srpnu
od 7. a 21. 8. 2012 na novinových stáncích.

Tajenka z minulého čísla: **Pecnář pekl rezný chléb.** Správně luštili a štěstí při losování ze všech správných odpovědí měli: H. Kalousová z Třebenic, Marie Volfová z Dobříše, Vladislav Šejnoha z Nové Paky, Emilie Horáčková ze Slaného a Věra Rybová z Hradce Králové. Blahopřejeme! Výherci dostanou knižní výhry, které pro ně připravil sponzor naší velké křížovky na str. 14, známé pražské vydavatelství ENIGMA, vydatel časopisu Křížovky pro každého. Na řešení křížovky z tohoto čísla čekáme na známých adresách (viz tiráž na straně 2 dole) do **20. srpna**. Hodně zábavy při namáhání mozkových závitů!

VYHRÁVÁNÍ v DS pokračuje

Do Doby seniorů jsme dostali elektronický dopis paní Boženy Kopečkové z jihomoravských Dolních Kounic: Chtěla bych touto cestou poděkovat redakci Doby seniorů za hezkou soutěž o Řecku a ještě větší dík patří paní Haně Repkové z CK LOTOS, která věnovala do soutěže zájezd do Řecka, kterého jsem se zúčastnila. Oběma děkuji za prožité dny u moře. K dopisu byla jako doklad hezkých zážitků přiložena fotografie naší výherkyně u bazénu apartmánového komplexu Filipos ve Stavrosu. Paní Božena se tak mj. stala dalším svědkem toho, že dovolená v Řecku patří k tomu nejlepšímu, co se ve světě nabízí. Česká média přitom o této zemi často píšou tak, jako by se jí měl každý turista obloukem vyhnout. Jako důvod se uvádějí např. stávky. Ty jsou dnes zcela běžným jevem i jinde a jejich po-

koupit např. chléb, či na poště zaplatit složenky?“

Řekové jsou líní, nepracují, berou horentní platy atd.

„To bude asi podobné jako s průměrným platem v ČR, na který většina běžných pracujících nedosáhne. Když se podíváte do nezávislých statistik, mají běžní pracující Řekové – nikoli vysocí státní úředníci – odpracováno ročně daleko více hodin než většina Evropanů. Příklad třeba ze Stavrosu: Ráno v 8 otevrou obchod, ve 14 zavřou a mají siestu: kdo by také vydržel v teplotách nad 36 ve stínu dělat? V 17 hodin opět otevřou a zavírají kolem jedné v noci. Zdá se Vám to jako flákání?“

V Řecku hrozí občanská válka

„Řekové, kterým jsem říkala, že se u nás toto rozšiřuje ve sdělovacích prostředcích, si jen významně ťukali na čelo a ptali se, jestli autor tohoto výplodu už sedí na uzavřeném oddělení psychiatrie.“

Zdá se, že hororové líčení řeckých poměrů v českých médiích má odvést pozornost od poměrů doma. Od pokračující křiklavé korupce, od toho, že navzdory vyhlašované odpovědnosti rekordně roste státní dluh a vládní škrty jen dále oslabují krizi zasaženou ekonomikou a ta se v ČR propadá na samé dno.

Důležitější než slova je vždy vlastní poznání. Jak říká majitelka CK LOTOS:

„Opravdu se dobře bavím, když přijedou čeští turisté a už po prvním dni se nevěřícně ptají, jestli jsou opravdu v tom krizovém Řecku, o kterém se už 3 roky píšou u nás pouze katastrofické zprávy.“



Spokojenost ze snímku přímo vyzařuje...
Výherkyně B. Kopečková druhá zleva.

Šanci poznat, jak tomu opravdu je, bude mít i další čtenářka nebo čtenář Doby seniorů. A to v době od 18. září do 1. října. Na toto období, kdy je tam velmi příjemně, je totiž vystaven výherní poukaz na pobyt v apartmánovém komplexu Filipos v letovisku Stavros na poloostrově Chalkidiki (výherce získá bezplatnou dopravu moderním autobusem a poukaz na ubytování). Poukaz opět věnovala CK LOTOS.

A kdo ho dostane? Ten, kdo správně odpoví na naši soutěžní otázku a bude pak mít potřebné štěstí při losování:

Chalkidiki, kam zamíří náš výherce, je poloostrov, který připomíná dlaň se třemi prsty. Výběžky se jmenují Kassandra, Sithonia a Athos. Víte, na kterém z nich se nachází autonomní mnišský stát Agion Oros (Svatá hora) se svými slavnými kláštery?

Na odpovědi čekáme do 20 srpna. Po zkušenosti z minulosti budeme vedle výherce losovat i náhradníka (pro případ,

že výherce by jet nakonec nemohl). Vylosovaný náhradník (pokud nepojede) od redakce jako cenu útěchy dostane mobilní telefon Aligator, vybavený vyhledávací funkcí locator.

(fav) ■



čet stoupá i v ČR. Paní Hanu Repkovou, která turisty do Řecka vozí už 22 let, jsme požádali o komentář i k dalším mediálním „důvodům“ které jsou uváděny, proč se bát cesty do Řecka:

V Řecku není jídlo, benzín...

„Za celých 22 let jsem nezažila, že by obchody nebyly plné zboží, velmi mnoho položek je dnes levnějších než v ČR, nemluvě o nesrovnatelně vyšší kvalitě např. potravin. To samé platí o pohonných hmotách, jezdím autem a nestalo se, že bych nemohla natankovat.“

V Řecku nechtějí brát eura, berou pouze libry a dolary.

„Dovedete si v zemi, kde je euro úředním platidlem, představit, jak tisíce Řeků dostanou svůj plat či důchod a běží si ho vyměnit za dolary, aby si následně mohli



Pomohl objevit svět Četnických humoresek



„Četnickým humoreskám se podařilo rehabilitovat četníky, a že jsem označován za jejich duchovního otce, na to jsem velmi pyšný,“ říká Michal Dlouhý

Je čestným členem občanského sdružení Četnická pátrací stanice Praha. Sám o sobě říká, že pracuje u policie a odpočívá u četníků – to jsou jeho dva světy.

K historii četnictva se dostal přes svou diplomovou práci na vysoké škole a tématu zůstal věrný. Velmi rád pomáhá sejmout z četníků nespravedlivou nálepku zrádců, kolaborantů a nepřátel lidu.

Letopočty, rozmístění četnických stanic, jednotlivé kriminální případy i historky z natáčení sype z rukávu na besedách napříč celou republikou. Vděční posluchači jsou zahrnuti informacemi o počtech četníků, jejich hodnostech, služební kariéře, výstroji, zbraních. Vždyť historie četnictva na našem území se začala psát už v roce 1849, rok po nástupu císaře Františka Josefa. Za první republiky bylo u nás kolem 14 000 četníků na zhruba 2 800 četnických stanicích, 40 pátracích stanicích, ale i v pohotovostních oddílech, silničních kontrolních stanicích a dokonce i v několika četnických leteckých hlídkách. Jejich posláním bylo chránit společnost před zločinem a pečovat



Pan Michal přichází na besedy v četnické uniformě a budiž zaslouženou pozornost. Vlastní velké množství písemných památek, fotografií, dobových dokumentů i kalendářů četnictva. Jak sám říká, na každé z besed se setkává s dětmi či příbuznými četníků, kteří svými vzpomínkami a materiály z rodinných archivů pomáhají dotvářet mozaiku jeho poznatků. „Setkání to bývají velmi milá a emotivní, ti lidé jsou vděční, že mo-



(49), vrchní policejní rada, spisovatel a scénárista, odborný poradce v České televizi. Aby se odlišil od populárního herce stejného jména, na internetu ho najdete pod označením „Četník Michal Dlouhý“.

o veřejný pořádek a bezpečnost. Znali perfektně svůj rajón, jejich pracovní nasazení bylo obrovské, společenská prestiž vysoká. Vrchní strážmistr patřil ke společenské elitě každého města či obce.

hou s pýchou na své předky vzpomínat a přestat se tvářit, že neexistovali, jak se o to pokoušel minulý režim. Vždyť kdo z nás by věděl něco o četnících, nebýt Četnických humoresek?

Mým „policejním tátou“ byl kriminalista JUDr. Miroslav Dočekal, který si mě po škole vzal k sobě na oddělení kriminální policie. Říkal, že si umím moc dobře hrát s počítačem, že mám neuvěřitelnou paměť a vůbec, že se mu hodím. To on mě doporučil jako odborného poradce kriminalistiky režiséru Dušanovi Kleinovi a tím odstartoval mou televizní kariéru. Jsem mu za to vděčný. Spolupracoval jsem na seriálu Hříchy pro pátera Knoxe, s režisérem Hášou na Čapkových povídkách a pak i s několika dalšími režiséry na různých kriminálních filmech.

Osudovým režisérem se pro mne stal Antonín Moskalyk. Přišel jsem za ním, slavným režisérem, neznámý začátečník a předložil mu svůj nápad seznámit pomocí skutečných příběhů širokou veřejnost se zásluhou prací prvorepublikových četníků. Nejen, že mě nevyhodil, ale vzal ten nápad za svůj a prosadil ho – a nemyslete, jednoduché to nebylo.

Pan režisér věnoval projektu posledních více než deset let svého života, posílám mu tam nahoru své velké díky. Odešel v době své největší slávy, bohužel třetí sérii četníků už nedokončil a štafetu po něm přebrala jeho dcera Pavlína. V březnu roku 2006, dva měsíce po smrti jejího otce, jsem spolu s ní přebíral cenu „Týtý“ – zrcadlo Kurta Gebauera za nejúspěšnější seriál roku 2005.“

Brněnská pátračka vstoupila do našich domovů a díky veliteli Arazimovi ve skvělém podání Tomáše Töpfera, a také díky všem, kteří se na seriálu podíleli, jsme se začali seznamovat s nelehkým životem četníků, přísnou disciplínou, s buldočím úsilím v honbě za zločinci. Mnohé osoby a všechny případy mají své reálné základy, dokonce i jména pocházejí z pátračky v Hradci Králové.

„Čtu hlavně odbornou literaturu, kterou potřebuji ke své práci,“ odpovídá na mou další zvědavou otázku pan Dlouhý. „Ale když mám čas, sáhnu po Švejkovi, mám ho doma hned v několika vydáních a velmi rád z něj cituji. Haškova karikatura četnického života – vzpomeňme na nepovedenou eskortu či fundovaného informátora Pepka Vyskoče – mě nepřestává bavit.“

Pan Michal Dlouhý je i spisovatelem. Dopsal již svou dvanáctou knihu z četnického prostředí a v plánu má minimálně



dvě další. Knihy s názvy např. Případy z pátrací služby, Četnické trampoty, Četnický pes Alto, Páté přikázání, Za císaře pána, jsou samozřejmě k mání i na jeho

besedách a zájemci si je odnášejí s vlastnoručním věnováním autora. Jsou plné skutečných autentických příběhů, vybraných z dobového tisku, odborné literatury i vzpomínek pamětníků.

Již v příštím roce se můžeme těšit na dokumentární cyklus Brněnské televize, nazvaný stručně „Četníci“. Dokumenty, svědci, skutečné osudy protagonistů seriálu Četnické humoresky, to všechno nám nabídne moderátor pořadu Tomáš Töpfer v jednotlivých půlhodinových dílech za doprovodu četnické hymny. V plánu je i seriál Četnické historky ze Slezska a Četnické trampoty z pátračky v Uherském Hradišti.

Naše četnictvo mělo i v mezinárodním srovnání výborný zvuk, byli jsme na špičce dobové kriminalistiky. Český četník Ladislav Havlíček dokonce dal v roce 1931 základ kriminalistické metodě mechanoskopie, která je dodnes užívána. V seriálu Dobrodružství kriminalistiky je této metodě, s jejíž pomocí je možné usvědčit kasaře či bankovní lupiče, věnován jeden díl.

Jen za první republiky u nás přímo ve službě zemřelo více než 100 četníků, v době protektorátu se mnozí zapojili do protinacistického odboje a byli zatčeni či popraveni, jiní v řadách protektorátního četnictva s nasazením vlastního života brzdili vyšetřování gestapáků, drobnými úskoky pomáhali získat čas pro likvidaci důkazů či útěku hledaných osob. „Byli to z drtivé většiny vlastenci,“ říká závěrem četník Michal Dlouhý, „přál bych si, aby se všichni dozvěděli, že službě obětovali všechno, že si zaslouží naši úctu a dík.“

Eva PROCHÁZKOVÁ ■

Foto: autorka a archiv Michala Dlouhého

Zájem o náhradní babičky



Rodiny s malými dětmi mohou díky projektu Evropské unie získat pro své ratolesti náhradní babičku, zatímco seniorky jim mohou pomoci s hlídáním „náhradních“ vnoučat. U nás zatím jen na Brněnsku.

V životě žen hrají důležitou, ne-li nejdůležitější, úlohu vztahy. K partnerovi, dětem, rodičům, sourozencům, příbuzným i známým. Láskyplné vztahy ženu dělají šťastnou, naplňují její život a přispívají k pocitu pohody. Tuto vyrovnanost určitě není možné docílit „jen“ např. na základě úspěchů v práci. Jistě, je určitě velmi příjemné mít zaměstnání, která je i koníčkem. Ale k pocitu štěstí potřebujeme sdílet. Dávat i přijímat. Vzájemně se obohacovat.

Kromě vztahu s partnerem je pro ženu (byť se její role a postavení ve společnosti neustále mění, viz i čtenářské ohlasy k soutěži o titul Eurobabičky) nejdůležitější vztah s dětmi a vnoučaty. Mnohé ženy však nemají děti, tudíž ani vnou-

čata. Nebo jejich potomci, třeba i kvůli různým problémům a z nich pramenící nejistotě z budoucnosti, děti v blízké době neplánují. Případně žijí příliš daleko. A právě naplnění potřeby žen předat své zkušenosti, znalosti a lásku a vytvořit nový vztah babička – vnouče umožňuje v květnu zahájený projekt Trojlístek. Je určen na jedné straně ženám, které jsou plné energie a rády by svůj život obohatily o vztah s vnoučetem, které nemají, na druhé straně projekt pomáhá rodinám s malými dětmi, jež babičku postrádají. Buď již nežije, nebo bydlí daleko, případně je pracující nebo nemocná a starost o malé dítě by nezvládla.

Cílem projektu je umožnit setkání tří generací (proto Trojlístek) – potenciální babičky, rodičů a dětí – které se do té doby neznaly. Smyslem pak je vytvoření vztahu, který může trvat léta.

Projekt Trojlístek, který je financován z Evropského sociálního fondu (ESF) a ze státního rozpočtu ČR, vychází ze zkuše-

ností rakouské služby Oma Dienst. Jeho cílem je aplikovat zkušenosti ze zahraničí na české prostředí. Služba Oma Dienst ve Vídni zprostředkovává kontakt mezi náhradními babičkami a rodinami s dětmi. Ročně zajistí kolem šesti set úspěšných kontaktů. U nás si ho za svůj vzalo Centrum pro rodinu a sociální péči. Jeho služba při zprostředkování kontaktu mezi rodinou s dětmi a náhradní babičkou, je bezplatná. Poté, co se adeptky na náhradní babičky přihlásí, jsou pozvány na osobní návštěvu do brněnského Centra pro rodinu a sociální péči. Během individuálního rozhovoru se vyjasní, jaké má uchazečka o roli náhradní babičky představy a v závislosti na nich je jí nabídnuto setkání s potenciální vhodnou rodinou.

Projekt Trojlístek je zatím realizován v Brně a blízkém okolí.

Cílem projektu je usnadnění návratu na trh práce pro rodiče a současně vytvoření pracovních příležitostí pro nezaměstnané ženy. Rodiče malých a školních dětí dostanou možnost seznámit se s ženou, která v rodině bude zastupovat roli náhradní babičky. Tyto ženy s rodinou vytvoří pracovní přátelský vztah, který bude založen na osobní rovině a zároveň doporučeném finančním ohodnocení. Cena za službu péče o děti bude nižší než v komerčním



prostředí, což rodičům umožní zvát náhradní babičku domů častěji. Projekt reaguje na nedostatek míst v zařízeních předškolní péče a na skutečnost, že členové širší rodiny mnohdy nežijí ve vzájemné blízkosti a nemohou si navzájem pomáhat v běžných rodinných záležitostech.

Nejde jen o práci

Cílovou skupinou, které má projekt pomoci k návratu na trh práce a lepší možnosti sladění práce a péče o rodinu, jsou rodiče s malými nebo školními dětmi do 15 let věku a také sólo rodiče (rodiče-samoživitelé) s dětmi do 15 let věku. Projekt dále umožní návrat na trh práce dlouhodobě nezaměstnaným ženám po pětačtyřicátém roce života a ženám v předdůchodovém věku.

Náhradní babičky získají v rámci projektu bezplatnou možnost rozšiřování svých osobních a rodinných dovedností prostřednictvím školení a workshopů. Prohloubí si své znalosti a schopnosti

se myšlenka „náhradní babičky“ teprve rodila. Psaní projektu a možnost zapojení jiných organizací je opět dílo týmové spolupráce a už v roce 2011 sem tam vycházely nějaké články, na jejichž základě se na nás obracely hlavně mladé rodiny se zájmem zapojit se do projektu. V lednu 2012 jsme získali dotaci na Trojlístek a od února začala důsledná a konkrétní příprava, během níž bylo v databázi asi 10 rodin a 7 „náhradních babiček“, se kterými se už vedly rozhovory. Přípravovala se konference na téma Rodina spojuje generace, komunikovali jsme s právníky a pojišťovnou, abychom zajistili našim klientům co nejpríznivější podmínky.



Ano zvažujeme. Dokonce už nyní máme asi 70 zájemců z celé ČR, kterým bychom rádi vyhověli a předali jim kontakty. Bohužel ale nemáme kapacitu na to zvát zájemce z Děčína či Písku k osobnímu pohovoru do Brna a nějakým způsobem jim shánět rodinu či babičku. Chtěli bychom propojit ty kontakty, které máme. Myslím tím, že například předáme telefonní kontakt na paní, která by mohla v rodině hlídat, protože je v nějaké dostupné vzdálenosti, ale víc zatím asi nabídnout nemůžeme. Protože nejsem moc dobrá v zeměpise, už jsem si raději pořídila mapu celé ČR, kterou mám na pracovním stole, aby se nestalo, že propojím nějaké kontakty, které by pak ztroskotaly na nedostupné vzdálenosti...

Jak vnímáte skutečnost, že projekt podpořila RS ČR a zejména její členská organizace Ženy50?

Ženy50 jsou důležitým partnerem projektu, pomáhají nám v různých oblastech (jako je např. příprava konference, vedení pohovorů apod.) a jsou velice aktivní ve své oblasti. Pomohlo nám, že na svých setkáních a akcích získávají zájemce a dodávají odvalu babičkám, které by k nám do Centra pro rodinu a sociální péči možná nikdy nezavítaly. Za to jsme nejvíce rádi.

Za informace poděkoval a hodně úspěchů při realizaci zajímavého a velmi prospěšného projektu popřál
František VONDERKA ■

Foto: archiv DS



v oblasti první pomoci, práci s počítačem, v komunikačních dovednostech, doplní si vzdělání v oblasti vývoje dětské psychiky apod.

V průběhu partnerství mezi náhradními babičkami a mladými rodinami proběhne v rámci projektu společné aktivity, kde bude prostor pro výměnu zkušeností i navázání nových kontaktů. Není tudíž nadnesený dodatek, že jedním výsledků je i upevňování mezigenerační vztahů a z nich následně vyvěrající mezigenerační solidarity.

Časem v celé ČR?

Projekt oficiálně odstartoval letos v květnu.

Na to, jaká je situace nyní, jsme se zeptali jedné z jeho manažerek Mgr. Gabriely Vybíralové.

Na projektu Trojlístek pracoval celý tým lidí už dlouho v přípravné fázi, kdy

Od 1. května, kdy projekt oficiálně začal, jsme měli spoustu práce za sebou, ale i před sebou, protože po velké mediální propagaci se začala hlásit velká spousta zájemců - jak rodin, tak babiček, se kterými vedeme rozhovory a připravujeme pro ně vzdělávací programy a workshopy. V současné chvíli máme 17 babiček, které fungují v nových rodinách.

Trvá stále větší zájem ze strany rodin s dětmi a je nedostatek náhradních babiček?

Zájemců je opravdu dost. Stále píšou či telefonují noví, které zveme k osobnímu pohovoru. Na pomyslné váze aktuálního zájmu mají jednu navrch babičky, jindy rodiny. K dnešnímu dni máme asi 25 rodin, pro které stále nemáme vhodnou babičku.

V Brně jde vlastně o modelový projekt. Zvažuje se časem možnost rozšíření i na další kraje?

Kontakty pro zájemkyně o roli náhradní babičky:

CRSP – Mgr. Gabriela Vybíralová,
tel. 542 217 464,
e-mail: gabriela.vybiralova@crsp.cz

Ženy50, o.s. – Ing. Jana Jarušková,
tel. 728 740 449, e-mail: jaruskova@zeny50.cz

Vyživovací povinnost vůči rodičům

Můj syn mě vyhodil z bytu. O svůj byt jsem přišel, protože jsem neměl dost peněz na placení nájmu. Slyšel jsem, že se o mě musí postarat.

Chtěl bych vědět, zda je to pravda.

Jiří C., Olomouc

Pokud jde o byt, nemám dostatek relevantních informací, proto se k této otázce nebudu vyjadřovat. Doporučuji Vám, abyste zašel do nejbližší poradny Rady seniorů nebo do poradny Sdružení nájemníků (SON) a zde tento problém projednal. Je třeba, abyste s sebou vzal veškeré doklady, které v této věci máte. Především právní titul, na základě kterého máte právo v bytě syna bydlet (např. smlouvu, kterou jste uzavřel se synem o nájmu či pronájmu části bytu, korespondenci s ním).

děť, kolik dětí dotyčný má, jaké jsou jejich majetkové poměry, jejich další vyživovací povinnosti, příjmy rodiče, zda je rodič ženatý (vdaná), rozvedený (rozvedená), tj. zda neexistuje vyživovací povinnost jiné osoby – manžela (manželky), rozvedeného manžela (manželky) apod. Pokud by měl rodič manžela (manželku), je třeba si uvědomit, že vyživovací povinnost dětí je až druhořadá. V praxi to znamená, že by rodič musel nejprve uplatňovat výživné na svém manželovi (manželce). Výživné rozvedenému manželovi (manželce) lze přiznat na dobu tří let od rozvodu a může tak učinit na návrh rozvedeného manžela (manželky) soud.

Rodiči (případně i prarodiči) jsou povinni poskytnout pomoc jejich zletilé děti, jsou-li schopny se samy žít a pokud to není v rozporu s **dobrymi mravy**. Rozpor s dobrými mravy lze spatřovat v tom, když půjde o rodiče, který se o své děti nestaral, zneužíval je nebo týral, o rodiče, který holduje alkoholu a ač má dostatečné příjmy není schopen si díky svému způsobu života hradit ostatní základní životní potřeby, nebo je nezaměstnaný, ale neprojevuje řádný zájem zaměstnání získat.

Zdůrazňuji, že jde o povinnost dětí, ne dítěte – to znamená, že pomoc musí rodič uplatňovat u všech svých vlastních či osvojených dětí. Nelze ji uplatňovat jen po jednom dítěti.

Pokud to rodiče **potřebují**, (např. mají velmi nízký nebo žádný důchod a díky tomu nejsou schopni si zajistit **základní osobní potřeby**), jsou děti, pokud jsou schopny se samy žít, povinny zajistit svým rodičům **slušnou výživu**.

Slušnou výživou zákon nemyslí pouze výživu, ale též odpovídající bydlení, pomoc při nemohoucnosti, kulturní či sociální vyžití, oblečení atd. Naopak potřeby rodiče mají své meze, když to přeženu, nemůže např. chtít, aby mu děti uhradily zájezd k moři.



Vyživovací povinnost mají děti vůči svým rodičům vždy, i když žijí např. v zařízení pro seniory a jejich příjmy nepostačují na úhradu za pobyt v tomto zařízení.

Pokud zletilé dítě z nějakého důvodu nemůže plnit svoji vyživovací povinnost vůči rodiči, může tato povinnost přejít na jejich děti, tj. na vnuky. V tom případě však může soud (nedohodnou-li se) stanovit pouze výživné na nutnou výživu.

Platí, že pokud se děti (vnuci) s rodiči (prarodiči) nedohodnou na výši výživného, je třeba podat návrh na jeho stanovení k soudu.

JUDr. Zdeňka VEJVALKOVÁ ■

SHRNUTO: Děti, které jsou schopny samy se žít, jsou povinny zajistit svým rodičům slušnou výživu, jestliže toho potřebují. Každé dítě plní tuto vyživovací povinnost takovým dílem, jaký odpovídá poměru jeho schopností, možností a majetkových poměrů k schopnostem, možnostem a majetkovým poměrům ostatních dětí (sourozenců). Dítě má vyživovací povinnost vůči rodičům jen za předpokladu, že už je samo schopno se žít, a jen tehdy, pokud toho rodiče potřebují. Například pokud výživu nezajistí manžel nebo rozvedený druh. Děti nejsou také povinny zajistit rodičům výživu odpovídající jejich vlastní životní úrovni, ale výživu „slušnou“, což může být rozsah výrazně užší.



Pojem postarat se o rodiče naše právní předpisy nedefinují. Povinnosti rodičů vůči dětem a dětí vůči rodičům jsou stanoveny v zákoně o rodině. V tomto případě jde především o výživné, tedy vyživovací povinnost dětí vůči rodičům. Je však třeba zdůraznit, že při posuzování vyživovací povinnosti dětí vůči rodičům je nutno znát všechny skutečnosti rozhodné pro posouzení nároku na toto výživné. Je třeba vě-

Europa Jagellonica

Unikátní výstava v Kutné Hoře

Unikátní výstavu umění a kultury za vlády Jagellonců, tedy v období od konce 14. do konce 16. století, hostí od 20. května do 30. září 2012 Kutná Hora. Na ploše dvou tisíc čtverečních metrů je vystaveno tři sta šedesát uměleckých děl z jedenácti zemí Evropy. Vzácné obrazy, sochy, jedinečné tisky, zlatem vyšívaná roucha či nádherné monstrance, poháry i skutečné rarity doslova oslní.



■ Sklomalby s Friedrichem Hohenzollernským a Sofií Jagellonskou (kolem roku 1499)

Výstava je mezinárodním projektem česko-polsko-německým, od nás poputuje do polské Varšavy a odtud v březnu 2013 do německé Postupimi. Autorem uměleckého projektu je historik umění Jiří Fait.

■ Mistr IW : Vokativní obraz ze Šopky u Mělníka



Proč v Kutné Hoře? Zde byl po smrti Jiřího z Poděbrad v roce 1471 českými stavy zvolen první český král z rodu Jagellonců, Vladislav II. Jagellonci byli kolem roku 1500 nejvýznamnější dynastií v Evropě. Kutná Hora byla v té době v Českém království po Praze druhým nejdůležitějším městem. Díky bohatým zásobám stříbra se proměnila v královskou pokladnici, těžba stříbra umožnila velkorysý sponzorství mnoha jagellonských mecenášů.

„Jestliže nedbáš nadání umělců, rozvaž, co po tobě po smrti zbude,“ řekla Alžběta Habsburská, matka Vladislava Jagellonského. Výstava ukazuje, že po umělcích období jagellonského toho zbylo opravdu hodně.



■ Hans Krell: Český a uherský král Ludvík Jagellonský (1526)

Slavní umělci Lucas Cranach, Mistr Litoměřického oltáře, Hans Krell, Mistr Pavel z Levoče a mnozí další jsou tu zastoupeni výjimečnými díly, z nichž mnohá jsou zpřístupněna veřejnosti vůbec poprvé.

Součástí výstavy je i promítání filmů, dětská dílnička či pracovní listy pro školáky.

Za první měsíc navštívilo výstavu v Jezuitské koleji – galerii GASK – přes sedm tisíc návštěvníků a zájem neutuchá. Výstava je otevřena denně od 10 do 18 ho-



■ Svatá Anna Samotřetí (z kostela Panny Marie na Náměti v Kutné Hoře, kolem roku 1510)

din, seniorům či vozíčkářům doporučují organizátoři využít k prohlídce pondělí, kdy je relativně slabší návštěvnost.

Postižení spoluobčané si mohou zapůjčit invalidní vozík, architekt dbal na to, aby celou výstavu bylo možno vozíkem projet, všude kolem exponátů je dostatečný prostor. Seniori z Prahy mohou k cestě využít bezplatnou autobusovou linku, které je do Kutné Hory 2× denně přiveze. Vstupné je 190 Kč, pro seniory 90 Kč. Vstupenka platí po celý den, takže můžete návštěvu výstavy přerušit, projít se městem či občerstvit v kavárně a zase se vrátit.

V České republice ještě nikdy nebyla tak ucelená výstava umění období pozdní gotiky a rané renesance, exponáty zapůjčily evropské galerie, muzea i církevní instituce. Bylo by škoda ji přehlédnout, je opravdu mimořádná!

(ep) ■

Pohlednice z Prachatic



Město plné aktivit

Osm hodin jsme pak s paní Hankou procházely Prachaticemi, proslulými jako historické, ale i příkladné bezbariérové město. Tam skutečně tělesně postižení, nevidomí, staří, rodiče s kočárky, problémy téměř nemají. Dostanou se prakticky všude.

Navštívily jsme Obec baráčníků Vitoraz, která sídlí na rychtě, kde nás čekala „tetička“ Jaroslava Lelková. Hovořila o tom, jak se daří pokračovat v zachovávaní tradic a zvyklostech nejen Jihočeského kraje,

ním hřišti právě soutěžily v rámci akce, na které se podílela i Seniorská občanská společnost Prachatic. S předsedou jedné ze seniorských organizací Ing. Čestmírem Jiranem jsem zde hovořila o akcích jako je Akademie třetího věku, kurzy na počítačích i o Hudebním podzimu s knihovnou.

Popularitu získala práci

Pokračovaly jsme dále ke sportovnímu areálu s bazénem a komfortním příslušenstvím.

Cestou jsme měly prachatické občany, kteří paní Hanku srdečně zdravili a přidali i pár slov.

Jste ve městě zdá se velmi známá. Čemu se ve funkci referentky pro samosprávu a komunitní plánování konkrétně věnujete? Co vás vlastně vedlo k tomu, že jste si takové poslání zvolila?

Postiženým lidem se věnuji od svých patnácti let. Začala jsem chodit se svým

Byla jsem v Prachaticích. Do tohoto nádherného jihočeského města mě pozvala paní Hanka Rabenhauptová z kanceláře starosty města Prachatic.

Poprvé jsem se s touto energickou ženou setkala letos v březnu v Senátu parlamentu České republiky na konferenci „Aktivní stárnutí a mezigenerační solidarita v ČR“.

Vystoupila na ní s diskusním příspěvkem o programu aktivit Zdravého města Prachatic a Rady seniorů města Prachatic,



■ Autorka v rozhovoru s Čestmírem Jiranem

ukázala nám překrásné výšivky ke krojům, bělostné holubičky a plátěné košile. Dále jsme zašly do sídla Klubu vojenských důchodců, které si jeho členové sami renovovali ze starého objektu bývalých vojenských kasáren, v areálu současné autoškoly. Obdivovala jsem pečlivě vedenou kroniku a to samotným předsedou Emilem Steinmayrem.

Prošly jsme nádherně upraveným Parkem mládež, bohatě

však využívaným seniory, samozřejmě i rodiči s dětskými kočárky, lidmi se zdravotním postižením na nově vybudovaném Mezigeneračním hřišti s rehabilitačními pomůckami. Děti na sousedním doprav-



zaměřeným na zlepšení životních podmínek občanů, zvláště pak sociálních služeb, zdravotní péče a doprovodných služeb nejen pro seniory. Ráda jsem pozváni přijala a do Prachatic se přijela podívat.



■ Hana Rabenhauptová: populární díky práci

budoucím manželem, který je tělesně zdravotně postižený, narodila se nám dvojčata, ta bohužel do roka velmi těžce onemocněla. Studovala jsem střední pedagogickou školu, jezdila několik desítek let na tábory s postiženými dětmi, pracovala na odboru sociálních věcí Okresního úřadu. Také vedu přes třicet let Klub zdravotně postižených. Stále se snažím dále

vzdělávat, např. minulý týden jsem v rámci své dovolené dokončila kurz Smyslové aktivizace seniorů a moc mě to těší. Nabyté poznatky aplikuji ve svém klubu, je to skvělé uvědomování si věci přítomných. Role referenta pro samosprávu pro sociální oblast je specifická, ale má velmi blízko právě k lidem, k neziskovým organizacím, politikům, projektům, na kterých se často i sama podílím. Má druhá velká role dnes na Městském úřadu Prachatic je komunitní plánování ať se již týká sociálních anebo doprovodných služeb. Hlavním nástrojem mé práce je informování veřejnosti všemi dostupnými prostředky: místní kabelovou televizí, internetovými novinami, Radničním listem, zprávami v rozhlasu apod.

Se značkou kvality

Loňského června získal Domov seniorů Mistra Křišťana Prachatic jako první za-



řízení sociálních služeb v České republice certifikát nejvyšší značky kvality. Přesvědčila jsem se při jeho prohlídce, že je to skvělé zařízení. Vybudované přímo na sídlišti stejně jako Dům s pečovatelskou službou napovídá o záměru, že nejsou senioři odsunutí na periferii života, ale naopak jsou jeho součástí.

Líbilo se mi promyšlené vybavení domova, např. dobová obývací část s oválným stolem a židlemi, pohodlný ušák, staré kyvadlové hodiny na stěně, boubelaté hrníčky na kávu s konvicí, sošky zajíce, jelena, květiny, všechno to milé idylické pohodlí starých časů, na které byli obyvatelé dříve zvyklí, a jistě jim připomíná prostředí jejich domova.

Zásluhou ředitelky Ing. Bc. Hany Vojtové tu vznikl projekt Smyslová aktivizace. Na jeho počátku bylo velké přátelství mezi Lorou Werner z Rakouska, zakladatelkou smyslové aktivizace a paní ředitelkou, která



dovedla metodu do ČR. Zřídila vzdělávací centrum a poskytuje získané vědomosti a zkušenosti dalším sociálním pracovníkům po celé ČR. Smyslová aktivizace je metoda aktivizace starých lidí, lidí s demencí a lidí se specifickými potřebami prostřednictvím všech smyslů. Nově se domov připravuje na projekt Zahradní terapie, kdy v podstatě jde také o vzdělávání zaměstnanců a zájemců o danou problematiku, která se týká nejen seniorů, ale i dětí a mládeže. Výsledkem budou nejen školení, konference, ale i vznik zahrady přímo v budově.

Srdce na konci života

Slovo hospic ve mně až dosud vzbuzovalo představu místa, kde lidé v bolesti a beznaději očekávají konec svého života. Při návštěvě prachatického Hospice sv. Jana N. Neumanna jsem si tuto představu poopravila: je to místo důstojného odchodu ze života.

V přípravné kuchyňce jsme potkaly jeptišku, setru Anežku. Patří k boromejkám, které hospici darovaly část majetku a samy sídlí v jedné budově areálu. Byla oceněna titulem Sestra mého srdce. Hospic má ale řadu dalších ocenění např. dobrovolníci získali titul Dobrá parta, nebo hospic certifikát místo Přátelské rodinám.

Sestra Anežka patří k sestrám, které v hospici pracují a pomáhají. Nejde však o církevní zařízení. Hospic je nestátní zdravotnické zařízení a zdravotní pojišťovny hradí jen polovinu nutných nákladů. Ostatní prostředky musí hospic získávat od dárců a sponzorů.

Vedle pobytové služby pro pacienty je zde možnost tzv. přechodných pobytů pro seniory a postižené a sociální, tzv. odlehčovací služba. V areálu vzniklo i Vzdělávací centrum. V září bude otevřen Domov matky Vojtěchy se zvláštním režimem pro klienty s různými druhy demencí, zejména Alzheimerovou chorobou. Hospic nabízí i odborné sociální poradenství a půjčovnu, domácí hospicovou péči apod. Z toho

je zřejmé, že financovat komplex služeb a akcí, které hospic pořádá i pro veřejnost, třeba divadelní představení, koncerty v parku, setkání pozůstalých, dny otevřených dveří, apod. je velmi složité.

Prachatic mají dva domy s pečovatelskou službou, disponují 75 byty zvláštního určení pro občany, kteří pomoc a péči potřebují. Společně jsme navštívily DPS Na Sadech. Město Prachatic zde zřídilo bezbariérové sociální zařízení - komunitní místnost, kde nově funguje PRACHKLUB SENSEN pro aktivní seniory, kteří se zde denně scházejí. Středě tradičně patří individuálnímu poradenství na počítačích a foto kurzům. O jejich vybavení se postarala Nadace Charty 77. Pořádají se tu i kurzy cvičení paměti, kurzy pro sluchově postižené, kurzy odezírání, cvičení jógy pro nevidomé a slabozraké apod.



Titulem „Sestra mého srdce“ oceněná pečovatelka Anežka

Pečovatelská služba, kterou pro město Prachatic zajišťuje Farní charita Vimperk poskytuje služby jako je osobní hygiena, příprava jídla, dovožka obědů, úklid domácnosti, dohled, nákupy, apod. A vzhledem k tomu, že domy byly postaveny z dotace, je zde daleko nižší nájemné než v ostatních městských bytech. Většina klientů také pobírá příspěvky na péči, z nichž jsou služby hrazeny. Pečovatelky pro ně připravují např. tvůrčí dílny, setkání se zajímavými lidmi, přednášky, kurzy nebo výlety. Z Prachatic jsem odjížděla s poznáním, že je to město nakloněné seniorům.

Pohlednici z Prachatic zaslala
Nad'a MIHALOVIČOVÁ ■

(Autorka v Radě seniorů ČR zastupuje
Klub novinářů seniorů SN)

Kolotoče jsou láska na celý život



■ Chlapi od kolotočů si poradí se vším...

„Komedianti jsou ti, kteří hrají komedie – tedy herci, my jsme svěštlí, protože se touláme světem a Vy jste domácí, protože sedíte doma,“ objasňuje mi paní Josefa Novotná (68). Je z dvanácti dětí, narodila se v maringotce a kolotoče jsou její život. Stejně jako všech ostatních, kteří týden co týden skládají a rozkládají své kolotoče, střelnice, stánky.

Chlapi od kolotočů většinou nemají žádné školy, ale od řemesla umí všechno. Jsou automechaniky, zedníci, elektrikáři, svářeči, řidiči. Naučili je to jejich tátové a ti to okoukali zas od těch svých.

Kamarádka paní Novotné je už v důchodu, přesto jezdí dál a pomáhá svým mladým



A ženy? V sezóně obstarávají svou „domácnost na kolečkách“, asistují u atrakcí, starají se o děti. „O pouti je takový cvrkot, že vařit prostě nestíhám, dáme si v poklusu párek a kafe, na víc není čas.“

Na svých trasách po jednotlivých místech se potkávají a zase rozcházejí, rodiny většinou putují stejnou trasou, všichni ostatní se ale znají a kolotočářské děti mají desítky různých tetiček a strýčků.

„Vím, že bych si mohl vydělat víc a pohodlněji, ale neměnil bych, za nic,“ říká mi pan Tříška a řekl by mi to každý z nich. Pan Tříška je takovým „vedoucím stanoviště“ – dojednává smlouvy s úřady, nájem, elektřinu, s majiteli jednotlivých kolotočů a stánků domlouvá, kdo a kde

bude mít svou atrakci a vybírá od nich poplatky. I na velkých poutích, jako je třeba hned ta první jarní – sedlecká – musí všechno klapat.

Sám má krásný autodrom a všech jeho šest už dospělých dětí má své kolotoče. „To je mezi námi takový zvyk, dcery dostávají od rodičů maringotku, synové kolotoč – tedy pokud chtějí zůstat v branži. Ale žádného jsme nepřemlouvali, bylo to jejich rozhodnutí. Když si někdo ze světských bere „domáčího“, musejí se spolu domluvit, jako jedna z mých neteří. Vzala si domáčího a ten mezi nás skvěle zapadl. Je támhle, u toho kolotoče. Opravdu záleží na nich.“

„Jak jsem zvládla v maringotce šest dětí?“ směje se paní Tříšková mému údivu. „Úplně normálně, jsme na to zvyklí, já jsem vyrůstala také tak. A proti svým rodičům máme dnes v maringotkách neskutečný komfort – sprchové kouty, lednice, automatické pračky, televize i počítače.“



■ Paní Josefa Novotná ve své střelnici

Přestože je středa a hlavní nápor návštěvníků začne až o víkendu, pout' už pomaličku začíná ožívat. Procházím hloučkem rozjařených dětí zpátky k paní Novotné. Objímá se právě se svou kamarádkou, potkávají se tak dvakrát za sezónu.

„Kolotoče jsme předali dětem, už máme s tátou věk, že bychom mohli být v důchodu, ale co bychom dělali? Máme svou střelnici, a i když se vždycky na podzim těšíme, až sezóna skončí, na jaře už se zas nemůžeme dočkat, až vyjedeme.“

Seznámili jsme se v dětství, běhávali jsme spolu mezi maringotkami, tehdy nás nenapadlo, že se jednou budeme světem toulat spolu. No a vidíte, jsme svoji už víc než 40 let.



Manželé Novotní si svůj život bez kolotočů nedovedou představit

Co děláme v zimě? Táta opravuje, dělá údržbu a já dávám nejprve do pořádku byt. To víte, když v něm půl roku nejste, dá to zabrat. No a po Vánocích začínám vyrábět růže. Nakoupím sto rolí krepového papíru, špejle, drátky a dám se do toho. Než vyjedeme na první štaci, mám jich



Rozzářené dětské oči jsou tu k vidění na každém kroku

tak dvacet krabic od banánů. Byla jsem hodně nemocná, myslela jsem, že už budu

muset ten náš tulácký život opustit. Ale vyhrabala jsem se z toho a už jsem zase tu. Jsem moc ráda.“

O pár metrů dál stojí ve své střelnici jeden ze synů paní Novotné se svou manželkou. I on se na svět usmívá, je vidět, že je ve svém živlu. „To víte, někdy se daří, někdy nedaří. Záleží

hodně na počasí, a také na tom, kolik mají lidé peněz. Nás to moc baví, ale ne u prázdných atrakcí. Lidé chodí méně, nemají nazbyt. A doba se mění, klasické kolotoče už tolik netáhnou. Lákají moderní, adrenalinové, které jsou daleko náročnější technicky i finančně.“

Novotní mají desetiletá dvojčata, Jiřinku a Jarouška. Teď právě si užívají s ostatními dětmi někde mezi kolotoči. „Nemají to jednoduché, musí střídat školy, týden co týden nové prostředí, noví kamarádi. Ale jsou na to zvyklí, zvládli jsme to my, zvládnou to taky. Chodí do čtvrté třídy a ve škole jim to jde zatím moc dobře. Jiřinka zkouší sešívát své první růže, kluk už pomáhá tátovi,“ chlubí se paní Novotná.

„Třeba i oni jednou půjdou v našich stopách. Byli bychom rádi,“ je na své děti pyšný i pan Novotný.

Na place kmitají chlapi v montérkách s náradím v ruce, dokončují se poslední přípravy. Většina kolotočů už je v provozu, u některých se „utahují poslední šrouby“, nanáš se barva na poslední oprýs-



Pan Tráška na schodech své maringotky

kaná místečka. Volají jeden na druhého, vzájemně si přibíhají na pomoc.

Babičky a dědečkové, vnoučata mávající z kolotočů. Rozjásané oči dětí, křik, hudba, smích – typická pouťová atmosféra.

„Možná časem některé menší poutě zaniknou,“ rozmýšlí na závěr pan Tráška, „ale ty větší, tradiční, určitě přežijí. A my s nimi.“

Eva PROCHÁZKOVÁ

Foto: autorka

TIPY LETEM

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

4. so. Valdštejnská zahrada. Vycházka za krásami ranně barokní zahrady, která byla budována současně s palácem pro Albrechta z Valdštejna. Začátek v 10:00 v atrii stanice metra A „Malostranská“. Cena 100/70 Kč.

5. ne. Vyšehrad a jeho tajemné legendy. Prohlídka areálu včetně hřbitova a kasemat, podzemních chodeb někdejší barokní pevnosti. Připomeneme si také nejznámější legendy i záhadu čertova sloupu. Vycházka je vhodná i pro rodiny s dětmi. Začátek v 10:00 před kostelem sv. Petra a Pavla na Vyšehradě. Cena 100/70 Kč.

11. so. Praha a Oskar Kokoschka. Vycházka zaměřená na osobnost výjimečného rakouského umělce, jehož kořeny vycházejí z pražské zlatnické rodiny a kterého velmi inspirovala secese. Začátek v 9:00 před budovou Národního divadla na Národní třídě. Cena 100/70 Kč.

12. ne. Černínská zahrada. Mimořádná pří-

ležitost k návštěvě zahrady, jejíž založení se datuje rokem 1693. Do dnešní pseudobarokní podoby byla přetvořena za první republiky arch. Pavlem Janákem. Začátek ve 14:00 před vchodem do Lorety na Loretánském náměstí, Praha 1, Hradčany. Cena 100/70 Kč.

13. po. Zlatá ulička. Bývá spojována s alchymisty a zlatníky. Kdo jí ale obýval doopravdy a jaké osudy jsou vepsány do jejích zdí? Začátek v 18:00 u kašny před bazilikou sv. Jiří na Pražském hradě. (Vycházka nezahrnuje prohlídku instalovaných expozic v jednotlivých objektech Zlaté uličky). Cena 100/70 Kč.

18. so. Za archeologii a našimi předky do Šárky. Poznávání Šareckého údolí nejen jako zajímavé přírodní lokality a dějiště pověstí o divčím válce, ale především jako významného archeologického naleziště. Vhodné pro děti od šesti let (v doprovodu dospělé osoby). Omezený počet účastníků 30 osob. Začátek v 10:00 na zastávce tram. č. 26 „Divoká Šárka“. Cena 100/70 Kč.

25. so. Praha bezbariérová – Stromovka. Akce pouze pro osoby se sníženou schopností pohybu a doprovod. Povídání o bývalé

Královské oboře a její proměně na anglický park v 19. století, s připomínkou zajímavých objektů, které nám slouží i v dnešní době. Začátek ve 14:00 před hlavním vstupem do areálu Výstaviště (zastávka tram. č. 12, 14, 17 „Výstaviště“). Omezený počet účastníků na 20 osob. Vstupenky je nutné zakoupit předem v předprodeji vycházek. Cena 100/70 Kč.

26. ne. Nordic walking s vycházkou od Baby do Podbaby. Profesionální instruktor této tzv. aerobní aktivity v instruktáži před samotnou vycházkou vysvětlí a předvede základ správného provozování „Nordic walking“. Délka trasy 6 km, doba vycházky včetně instruktáže cca 3 hod. Vlastní speciální hole na Nordic walking si vezmete s sebou. Zapůjčení holí na místě po dobu instruktáže a vycházky za poplatek 30 Kč pouze pro předem přihlášené se vstupenkou z předprodeje! Omezený počet účastníků. Doporučujeme využít předprodeje vycházek. Začátek v 9:30 na zastávce autobusu č. 131 „U Matěje“ (jede od stanice metra A „Hradčanská“). Cena 100/70 Kč.

(red)

Řádky pro zdraví



Důležitý je režim i jeho obsah

Každému vyhovuje něco jiného a závisí značně na vrozeném metabolismu. Měli bychom se vyhnout hladovění přes den a dojíždání se večer a v noci. Jíst 3 hlavní jídla denně. Dbát na dostatek příloh (škrobnatá jídla) a ke každému jídlu kousek čerstvé zeleniny či salátu. Jídelníček usměrňujeme podle výdaje energie v průběhu dne.

Ideální režim sestává ze snídaně, dopolední svačiny, oběda, odpolední svačiny a večeře.

Ráno: snídaní dodáváme tělu energii pro dopolední činnost. Převažovat by měla energeticky bohatá, dobře stravitelná škrobnatá jídla. Po noci je také důležité podpořit čištění těla dostatkem tekutin. Základem je voda, čaj, sklenka minerál-

že poslední jídlo bychom měli přijmout v 18 hodin. Není to dobrá rada. Organismus nebude mít na regeneraci v noci dostatek živin a bude narušován spánek. Záleží na tom, kdy jdeme spát a podle toho se řídíme, kdy se naposledy najíme.

Kvalita jídla

Zdravá a kvalitní jídla jsou:

- jednoduchá přírodní s převahou škrobu rostlinného původu
- čerstvá, nekonzervovaná
- s vysokým obsahem vody a vlákniny – zelenina, ovoce
- málo solená a málo tučná, řídká, kašovitá
- vařená a dušená jídla, polévky, vývar, tekuté omáčky než pečená a smažená

Stravitelnost jídla

Stravitelnost jídla je dána energií a dobou, kterou potřebujeme k jeho stravení. Rozeznáváme:

- Těžko stravitelná koncentrovaná jídla, tzv. junk food, která trávíme více než 12 hodin. Jde o tuhá jídla bez vlákniny, jako tučná masa, uzeniny, zahuštěná tučná pečená jídla a tzv. rychlá jídla z ulice (hamburgery atd.)
- Lehce stravitelná jídla, která trávíme 3-4 hodiny a která nás nabíjejí energií.

Co nám nejvíc škodí

Přejídáme se obvykle masem, sladkostmi a tuky. Zakládáme si tak na vznik řady nemocí srdečně cévních, vysokého tlaku, nemocí žlučníku, jater, slinivky, trávicího ústrojí (vředy) a zvyšuje se výskyt rakoviny tlustého střeva a kloubní nemoci (artritida, dna). Klouby jsou „záchod masa“, cévy zase „záchod špatných tuků“.

Nejvíce nám škodí:

- Nezdravé živočišné, ztužené tuky a směsné oleje.
- **Přepálený tuk** a solení. Přesolování a přemašťování je maskování špatné chuti.
- Zahušťovadla, zahušťování omáček a polévek nadbytkem mouky, jíšky, solamylem. Zhoršujeme tím kvalitu i chuť jídla.
- Dlouho skladované potraviny (v lednici i v mrazáku), často obsahují plísňe a maso hnilobné bakterie.
- Chemicky upravované a konzervované potraviny.
- Potraviny bez vlákniny a vody (vypečená, smažená jídla) bez vitamínů a minerálních látek.

Podle těchto prohrěšků poznáte kvalitu kuchyně. **red**

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

Příště: Desatero, jak s potěšením jíst



Jak by měl vypadat **zdravý talíř**: polovinu jídla tvoří salát a zelenina, čtvrtinu příloha, čtvrtinu maso nebo ryby.

ky, přírodní šťávy ředěné vodou. **Poledne:** potřebujeme obnovit energii vydanou dopolední činností a doplnit energii na druhou polovinu dne. Obědvat bychom měli pestře, masitá jídla, ryby, neopomíjet přílohy – rýže, těstoviny, brambory atd., součástí oběda by měly být vždy zelenina a saláty. **Večer:** večeře je důležitá pro regeneraci během spánku v noci, aby se obnovily (působením hormonu melatoninu) všechny buňky (nervy, cévy, klouby, zažívání a ostatní). Ideální je poslední jídlo 2-3 hodiny před tím, než jdeme spát, podle toho co jíme. Například ovoce můžeme sníst a hned jít spát. Přežívá mýtus,

- vařené přílohy, rýže, těstoviny, brambory
- ryby, bílá masa, drůbež, králík
- čerstvá zelenina, saláty, ovoce

Pro českou kuchyni jsou typická hutná jídla, např. pečená a tučná masa, majonéza, slanina a tučné uzeniny. Málo jíme zeleninové přílohy a saláty. Zapomínáme také na tzv. **probiotika**, což jsou živé mikroorganismy, bakterie mléčného kvašení (laktobacilus), které udržují zdravou mikrofloru střevní, podporují trávení a dodávají živiny a minerální látky, především důležitý vápník. Zdrojem jsou kysané mléčné produkty, např. jogurt, zákys, acidofilní mléko, zakysaná smetana, podmáslí, tvaroh. Kysané zelí, okurky rychlokvašky.

Co říkají pranostiky

Co červenec neupeče, to již srpen neuteče.

Moc hub srpnových - moc vánic sněhových.

Nejsou-li v srpnu hříby, nebude v zimě sněhu.

Co srpen neuvaří, to už září nedosmaží.

■ 4. srpen

Potí-li se Dominik, bude ještě Marek v kožiše.

■ 10. srpen

Vavřinec ukazuje, jaký podzim nastupuje. Je-li o sv. Vavřinci pěkně, možno se těšit na deště.

Vavřinec – první podzimce.

■ 18. srpen

Přinese-li déšť svatá Helena, bývá otava dlouho zelená.

■ 24. srpen

Svatý Bartoloměj zavádí mraky a dělá konec bouřkám.

Hřmí-li po sv. Bartoloměji, bude podzim dlouhý a pěkný.

■ 29. srpen

Prší-li na den stětí svatého Jana Křtitele, zkaží se ořechy.

Na Jana stětí vlaštovky od nás letí.



Vybráno z kalendáře

srpen

1. srpna 1832 – Začala pravidelná doprava koněspřežní železnice na trase České Budějovice - Linec.

2. srpna 1892 – Byl vydán zákon, který zaváděl (od 1. ledna 1900) korunu jako platidlo na území Rakouska - Uherska.

6. srpna 1806 – Abdikací posledního císaře Františka II. formálně skončila Svatá říše římská. Od vrcholného středověku k této předchůdkyni EU náležely vedle Německa dnešní státy Nizozemsko, Lucembursko, Švýcarsko, Rakousko, Slovinsko a český stát, oblast dnešního polského Slezska, bývalé Zadní Zad Pomoransko a Nová Marka (dnes v Polsku), severní Itálie (Lombardie), Alsasko, Lotrinsko a část Burgundska (dnes Francie), jižní kraje Dánska a konečně i větší část belgického území. Od vestfálského míru (1648) byla Svatá říše římská ale již volným seskupením samostatných států (císař bezprostředně ovládal už

jen své vlastní rodové državy). Poté, co se vzdal titulu římského císaře, František II. používal už jen titul císař rakouský, který přijal v roce 1804.

7. srpna 2002 – V ČR začala povodeň, která spolu s povodněmi na Moravě v roce 1997 patří k největším přírodním katastrofám moderní české historie. Dokonce v porovnání s Velkou povodní v roce 1845 byl průtok Vltavy Prahou v roce 2002 ještě o přibližně 20 % větší. Povodní bylo zasaženo 753 obcí, o život připravila celkem 17 osob, 225 000 lidí muselo být evakuováno. Škody dosáhly 73,3 miliard korun, z toho 6 miliard jen v pražském metru.

8. srpna 2008 – Mezinárodní vlak EC 108 Comenius z Krakova do Prahy narazil v železniční stanici Studénka do konstrukce opravovaného silničního mostu, která se několik sekund před tím zřítíla na železniční trať. Zemřelo 8 lidí (5 žen a 3 muži), asi 95 dalších bylo zraněno. Na opravě zúčastněné firmy Ostravské dopravní stavby – ODS (nyní Dopravní stavby Ostrava) a Bögl a Krýsl popíraly jakoukoli odpovědnost. Teprve loni v červnu odpovědní konečně usedli na lavice obžalovaných.

10. srpna 1792 – Pařížský lid během francouzské revoluce vyplnil královský palác v Tuileriích. Král Ludvík XVI. byl uvržen do vězení,

prohlášen za vlastizrádce, sesazen z trůnu a dne 21. ledna 1793 veřejně sťat gilotinou na Náměstí Revoluce. Doplatil na to, že se navzdory společenským změnám stále považoval za vládce z boží milosti a nechtěl si připustit, že doba absolutistické vlády už pominula.

21. srpna 1911 – Mona Lisa, slavná olejomalba od Leonarda da Vinciho, byla ukradena z muzea Louvre v Paříži. Původně byli z krádeže podezříváni stoupenci umělecké moderny – např. básník Guillaume Apollinaire, který byl dokonce zatčen, nebo Pablo Picasso, který musel k výslechu. Skutečný zloděj Vincenzo Perugina obraz dostal až do Florencie, kde ho nabídl ke koupi antikváři Alfrédu Gerimu. Byl však při prodeji zatčen, a tak se obraz vrátil zpět do Paříže, kde byl roku 1913 slavnostně vrácen do Louvru.

24. srpna 2006 – Předseda KDU-ČSL Miroslav Kalousek (dnes TOP 09) začal jednat o menšinové vládě s ČSSD tolerovanou komunisty. Po vlně protestů musel Kalousek o den později na svůj post ve straně rezignovat.

26. srpna 1992 – Předseda vlády České republiky Václav Klaus (ODS) a předseda vlády Slovenské republiky Vladimír Mečiar (VPN) podepsali v brněnské vile Tugendhat dohodu o rozdělení Československa od 1. ledna 1993.

28. srpna 1867 – Do Prahy byly z Vídně trvale navraceny české korunovační klenoty.

(zl) ■



Oznámení abdikace posledního císaře Svaté říše římské v dobových novinách.

Společné zážitky na fotografiích

V moravském městě Uničově se o naplnění volného času důchodců stará neformální sdružení Uničovští důchodci. Pořádá pravidelné návštěvy Moravského divadla v Olomouci, různé zájezdy za poznáním, zajišťuje oblíbená taneční odpoledne za průměrné účasti 80 návštěvníků i pobyty důchodců v rekreačním středisku v Jeseníkách.

stovky snímků z naší činnosti v hale místního kulturního zařízení si prohlédlo na tisíc návštěvníků, a to nejen z řad důchodců. Mohli vidět fotografie z tanečních odpolední, zájezdů, i ze společných návštěv divadla.

Vždy 1. října, za velmi vydatné pomoci městského úřadu a městského kulturního zařízení, pořádáme oslavu Dne seniorů. I to je vždy velký zážitek, protože pobavit seniory přicházejí velmi známé osobnosti. Tak u nás vystoupili například již bohužel



Během pobytu ve Starém Městě pod Sněžníkem nechybělo ani společně posezení s opékáním špekáčků



Výstava fotografií z činnosti sdružení

Společně jsme tak již navštívili např. Ostravu, Opavu, Hradec Králové, Rychnov nad Kněžnou a nyní se chceme podívat i do Brna a na památné bojiště ve Slavkově. K nezapomenutelným zážitkům patřila i účast na jízdě králů v Hluku. Koncem června bylo 29 uničovských důchodců na pětidenním pobytu v rekreačním středisku ve Starém Městě pod Sněžníkem. Zážitky ze společných akcí zachycujeme i na fotografie. Výstavu celé



Z výletu do Opavy

zesnulý zpěvák Pavel Novák, členové operety divadla z Opavy, operetní umělci z Moravského divadla v Olomouci a další umělci. Na letošní oslavu svátku seniorů nám svoji účast slíbila Pavlína Filipovská. Po hlavním programu, kterého se obvykle účastní kolem tři set lidí, následuje ještě taneční podvečer.

Co k tomu všemu dodat? V první řadě to, že tu spoustu akcí pro důchodce připravuje zejména sedm obětavých členů výboru našeho sdružení. Je také pravdou, že by to nešlo bez finanční podpory města, kde máme na kapitole odboru sociálních

věcí každý rok schválenou slušnou finanční částku. A nelze také zapomenout na poslance evropského parlamentu Ing. Jana Březinu a senátora Ing. Karla Korytáře, kteří nad naším sdružením drží ochrannou ruku a tuto ruku i často otevrou.

Jan BURIAN

předseda neformálního sdružení Uničovští seniori a člen Krajské rady seniorů v Olomouci

Šlapáci objevují skryté poklady

Při ZO Svazu důchodců v Karlových Varech působí klub Šlapáků, kteří i přes svůj věk statečně „šlapou po okolí“. K zajímavým místům, které navštívili, patří i zámek a hrad v Bečově nad Teplou, kde, jak je známo, se našla již celá řada pokladů. Současnou záhadou a pokladem je zachovalá řada starých omítek.



Již druhým rokem zde probíhá akce Národního památkového ústavu Dobrodružství vápna a písku – aneb (NE)TUSENÉ SOUVISLOSTI. Je to jediná možnost, jak se v současné době podívat do zdejšího hradu, který přibližně od roku 1406 vlastnili Rýzmburkové (páni z Oseka) a naposled v letech

1813–1945 rod Beauford–Spontin, kdy přešel zámek a hrad do vlastnictví státu.

Každá generace, která v těchto objektech sídlila, se „podepsala“ na omítkách objektů svým způsobem. Zvláště po roce 1945, kdy zámek sloužil i jako místní škola. Omítky místností i fasáda byly modernizovány a použity zde nové stavební technologie. Zato hrad, na jehož údržbu nezbývaly finanční prostředky a navíc byl chladný a ponurý, umístěný na skále nad moderním zámekem, si zachoval původní zdivo a omítky, čímž se stal unikátem v celých Čechách. Při renovaci objektu to zjistili památkáři a využili tuto skutečnost nejen k získání poznatků o starém staveb-



nictví, ale i k organizování výše uvedené zajímavé akce, která se pro velký loňský úspěch letos opět opakovala, přičemž další možnost je 4. a 5. srpna a to vždy v ná-

vštěvních hodinách v 10:00, 12:00 a 15:00 hod. Pro velký zájem, dostat se do objektu hradu, který je zatím pro veřejnost nepřístupný, a také vzhledem k omezenému počtu účastníků ve skupině při exkurzi, je vhodné se předem objednat na www.hpu.cz či na telefonu 725 358 475.

Protože měla akce tak velký úspěch, vzniklo v roce 2012 pokračování i na Hradě Švihov, pod názvem Dobrodružství vápna a kamene. Zde budou další návštěvní dny 18. a 19. srpna.

Jiří MIKA ■

Foto: autor

Sportovní hry v Praze

Jak už jsme v DS informovali, uskuteční se ve čtvrtek 13. září první celopražské Sportovní hry seniorů. Jejich pořadatelem je pražská organizace Českého svazu důchodců, hry se konají pod záštitou magistrátu hl. m. Prahy a jejich dějištěm bude sportovní areál ZŠ Botičská v Praze 2. Startovat může každý, kdo se 13. 9. v době od 9 do 10 hodin dostaví k prezentaci. Startovné není žádné, jedinou podmínkou je sportovní úbor a lehká sportovní obuv, běhat se bude na tartanu. Do redakce jste se také ptali na konkrétní soutěžní disciplíny. Tuto otázku jsme položili předsedovi organizačního výboru her Ivo Machovi. Z jeho odpovědi vyplývá, že vybrat si můžete z těchto devíti soutěží:

1. Chůze po rovné čáře (15 metrů). Hodnocení: správně 20 bodů, za každý přešlap mínus 2 body.

2. Hod tenisákem do koše umístěného na zemi (3 pokusy). Za každý dobrý hod jeden bod.

3. Skok přes švihadlo. Hodnotí se počet přeskoků za 2 minuty.

4. Hod do dálky. (Ženy – kriketový míček, muži – granát). Dva soutěžní pokusy, hodnotí se dosažená vzdálenost.

5. Kuželky - jedním hodem porazit co nejvíce kuželek. Hodnotí se počet shozených kuželek.

6. Trefování plechovek tenisovým míčkem. Plechovky jsou umístěny na stole do pyramidy. Počet hodů 1, hodnotí se

počet shozených plechovek. Jedna z disciplín, na kterou má opravdu každý.

7. Slalom s pingpongovým míčkem na lžici. Závodník běží mezi lahvemi slalom. Pokud míček spadne, je sebrán a závodník pokračuje do cíle. Měří se čas.

8. Hod medicinbalem (1 závodní hod). Měří se vzdálenost.

9. Běh okolo fotbalového hřiště. Hodnotí se dosažený čas.

Bude se tedy závodit, ale v seniorských disciplínách, a hlavní na hrách bude účast a dobrá nálada. Další informace k této mimořádné akci, která se koná u příležitosti letošního evropského roku aktivního stáří a mezigenerační solidarity, získáte na telefonních číslech **274 773 378** a **604 566 279**, či na e-mailu e-tedd@volny.cz.

(red) ■

DOBA
seniorů

OBJEDNÁVKOVÝ KUPÓN

Roční předplatné 192 Kč / Cena za kus jen 16 Kč

Objednávací ☐

Předplatné formou dárku ☐

složenkou odeslat na adresu odesílatele objednávky

DOBU SENIORŮ objednávat od čísla (včetně) ☐

ZPŮSOB PLATBY

☐ složenkou

☐ SIPO: spojení č.

☐ fakturou: IČO/DIČ

☐ bank. převodem č.ú.

podpis:

Objednávkový kupón vystihněte nebo okopírujte a zašlete na adresu A.L.L. Production s.r.o., Box 21, 112 21 Praha 1. Pokud budete posílat v obálce, připište pod adresu příjemce heslo „**Předplatné Doby seniorů**“. Obratem dostanete složenku, kterou předplatné uhradíte. Můžete využít i bankovního převodu. Peníze odešlete na konto, které je uvedeno na složenke. Zde najdete i Váš variabilní symbol, který nezapomeňte vyplnit. V případě nejasností nebo dotazu zavolejte do zákaznického centra ALL Production s.r.o. na tel.: 840 306 090, kde Vám potřebné údaje rádi sdělí. Dotázat se můžete i prostřednictvím tohoto e-mailu: dobaseniuru@predplatne.cz.

Objednat předplatné DS lze přes internet na adrese: <http://predplatne.cz/katalog/spolecenske-casopisy/> Předplatným můžete udělat radost svým blízkým a přátelům.

jméno:

příjmení:

ulice:

číslo popisné:

město:

PSČ:

telefon:

e-mail:

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

Kde šetřit

Při zajišťování podpisování petičních archů na podporu seniorských požadavků se lidé ptali. Proč nedáváme k podpisu také petici na snížení státního aparátu. Je nás 10 milionů a jaké máme početní složení senátu a poslanecké sněmovny. Počet našich zastupitelů by se měl snížit na jednu třetinu a ušetřilo by se dost peněz. Stejně se odhlasuje, na čem se vedení stran nebo koalice dohodnou. Při přenosech v televizi je vidět, kolik zástupců se účastní debaty a jak málo sledují program. Svůj názor stejně nesdělí, jelikož mají za úkol podpořit názor svého poslaneckého klubu.

CO DŮCHODCE, TO LEVICOVÝ
EXTRÉMISTA. KAŽDÝ CHCE JEN
VALORIZOVAT DŮCHOD!



Na důchodcích se šetří a vláda dává stotisícové odměny svým zaměstnancům, kteří jsou už tak dobře placeni a mají další poradce, kteří stojí nemálo peněz. Zatímco politici a úředníci se platově srovnávají s Evropou, nikdy se nemluví o tom, že české důchody v Evropě patří k těm nejnižším.

Vláda by neměla zvyšovat DPH, která se týká především prostých lidí, ale měla by začít šetřit ve své režii a v oblasti podniků státní správy. Důchodci musí vyjít s tím, co dostanou, i když je to stále složitější. S podporou dětí, případně vnoučat, nemohou počítat, protože i ti mají své vý-

daje a těžko mohou ještě dotovat své rodiče či prarodiče.

František SKÁLA, Mnichovice ■

Nezbytné úspory je třeba hledat jinde než ve stagnaci či snížení životní úrovně důchodců, ale mnohem intenzivněji v racionalizaci nákupů pro státní sektor – ve všech jeho složkách, od státní správy přes zdravotnictví až po armádu ČR. Tam unikají miliardy a ty je třeba zachránit. A to bez ohledu na obtížnost tohoto úkolu při současné nízké odborné a morální kvalitě politiků a vyšších státních úředníků.

Martin VAŠKO, Plzeň ■

Česká společnost je čím dál tím naštvanější a frustrovanější. Jak by taky ne? Vláda totiž většině občanů sebrala naději. Naději v to, že když budou chtít pracovat a dělat svoji práci dobře, bude se jim dařit také dobře. Naději, že Česká republika bude čím dál tím kultivovanější, slušnější a bohatší zemí. Místo toho jim dali jinou vizi. Vizi státu, kde se má neustále škdlit, šetřit a škrtat na úkor i těch sociálně nejslabších. A za této situace vláda přichází s takovými políčky veřejnosti, jako jsou zbytečné trafiky pro kamarády, které zaplatí právě ta veřejnost, po které chtějí, aby šetřila a utahovala si opasky. Chtějí po lidech, aby chápali, že přijdou o práci, o důchody, že budou muset platit u doktora. Aby chápali, že budou muset od nového roku platit víc za léky, za potraviny a za mnohé služby. A co jim za to nabídnou? Jen plivnutí do tváře. Hanba této vlády!

Alena SVOBODOVÁ, Brno ■

Jen zvyšují dluhy

Pokud jde o dluhy a korupci, je tato vláda fiskálně a morálně jedna z nejpokrytečtějších v novodobé historii ČR. Proto přes veškeré pseudoreformy, neboli zvyšování nepřímých daní a vytváření dalších, nadále roste státní dluh České republiky nyní už na 1,681 bilionu korun. Na každého Čecha tak připadá dluh bezmála 154 tisíc korun. Komu ještě chtějí vyprávět o rozpočtové odpovědnosti? Leda

těm, kteří volili TOP09-ODS. Ti, co jim přesto stále věří, si zaslouží další složenku od Kalouska, tentokrát ale na hlavu...

Jiří HAMSAL, Praha ■

Případ Parkanová

Byla-li by „obhajoba“ paní Parkanové a běsnícího pana Kalouska založená na osočování policie ČR pravdivá, jak je možné, že poslanci, kteří byli námi zvoleni ještě proti takovéto policii, která svou „zvůli“ ohrožuje i nás, obyčejné občany, ještě nezasáhli?! Jinak to, co pan ministr financí v souvislosti s „případem Parkanová“ ráčil předvádět, lze porovnat pouze k přísloví o „potrefené kobyle“, která nejvíce kope!

Zbyněk MUŽIK, Valašské Meziříčí ■

Výhra potěšila

Ráda bych poděkovala redakci za výherní poukaz na pobyt ve Švýcarsku (Centrální Alpy) v penzionu Widderhüs v malebné horské vesničce Melchtal, pořádaný CK Bohemia Travel Service. Je zde úžasné prostředí, nejčistší oblast



ve Švýcarsku a pobytové místo je oblíbeným východiskem k četným turistickým trasám s naprosto bezkonkurenční paní vedoucí Ing. D. Steinovou a průvodcem CK Mgr. F. Šmausem. Mohu všem seniorům vřele doporučit

Zdeňka SLUKOVÁ, Melchtal ■

Pozn. red.: Děkujeme za pohled, jsme rádi, že výhra v soutěži Doby seniorů potěšila. Další důkaz, že kdo čte DS, tak vyhrává...

Zasmějte se s DS

Čert ukazuje Luciferovi novou část pekla: „Jsou tu tři kotle – jeden pro zloděje a podvodníky, druhý pro lháře a pokrytce a třetí pro ochlasty a neřestníky.“
„Běžte do háje s takovými zlepšováky. Teď k nám dorazila skupina politiků. To mám každého z nich rozfíznout na tři díly?“

Jdou dva policajti po ulici, když vidí, jak z jednoho auta leze prostitutka, a zakročí: „Tak se nám legitimujte, dámo a pane.“ Zákazník povídá: „Mě nemůžete legitimovat, já mám imunitu.“
A slečna na to: „No, miláčku, už ji nemáš!“

Dva faráři sedí v pěkném počasí po šichtě na lavičce před farou a popíjejí mešní víno.
„Co myslíte, bratře,” prohodí otec Štěpán. „Dožijeme se toho, že Vatikán vydá dekret o zrušení celibátu?“ Otec Jan praví: „Já myslím, bratře, že my ještě asi ne. Ale naše děti už určitě!“

Zácponu sužovaný chudák lamentuje: „Já se na to vyseru, já se nevyseru, i kdybych se posral.“

Pepíček se ptá maminky: „Mami, pročpak se maluješ?“ „Abych dobře vypadala.“ „A kdy to začne účinkovat?“

Děda si přijde uložit do České spořitelny 100 Kč. Pokladník vypíše doklad. Děda se ptá: „A fakt nepřijdu o tu stovku?“ „Nepřijdete, za ty peníze vám ručí celá Erste Bank.“ – „A co když krachne celá Erste Bank?“

„Tak vám za to ručí vláda v čele s panem Nečasem!“ – „A co když krachne vláda v čele s panem Nečasem?“
„Ale dědo, to by vám snad za tu stovku stálo. No ne?“

U doktora: „Pane, jak jste si to udělal, že máte v jazyku tolik třísek?“
„No, víte, pane doktore, když mně se rozlila na podlahu láhev rumu...“

Přijde policajt domů a skočí k ženě do postele. Podívá se na konec peřiny, kde koukají nohy a začne počítat: jedna, dva, tři, čtyři, pět, šest? Jak to? Vyleze z postele, aby lépe viděl a počítá znovu: jedna, dva, tři, čtyři. No proto.

Rozdíly mezi důchodci: Švýcarský důchodce ráno vstane, ukrojí si kus syra, napije se čerstvě nadojeného mléka a jde na procházku do lesa. Francouzský důchodce vstane, sní kuře, napije se vína a jde s ostatními hrát petang. Český důchodce vstane, napije se chlorované vody, vezme si francouzské hole, jde na autobus a jede do práce.

Vyloví poslanec zlatou ryбку, ta se ho ptá, jaké má přání. „Abych už v životě nemusel nic dělat!“ LUP – a sedí v senátu!

Policajt se chlubí, co dostal k vánocům: „Pánové, já jsem jednou dostal Puzzle. Na krabičce bylo napsáno od 3 do 7 let a představte si, já to složil už za rok!“

„Maminko,” skučí syn, „mně se dnes do práce vůbec nechce. Nikdo mě nemá rád, chlapi mi nadávají, ženy se mi posmívají, děti na mě vyplazují jazyk... Já tam nepůjdu!“
„Ale musíš, Pét'o,” domlouvá mu matka, „jednou jsi předsedou vlády, tak musíš!“



Došlo internetem.

Vize budoucnosti

Jedu domu vlakem z práce je mi 73 let a o řidičák jsem již přišel jako zdravotně nezpůsobilý. Poté, co mi ve vlaku štípně lístek průvodčí s berlemi, vystupuji. Z lokomotivy vytahují strojvedoucího na invalidním vozíku. Procházím nádražní halou, kterou hlídá poloslepý policista, podpírán dvěma hluchými kolegy. Vycházím ven a jdu na tramvaj, řidička žádá cestující, aby jí řekli, kde má zastavit, má ztrátu paměti. Vystupuji a mám hlad, v restauraci mi číšník oznamuje, že jídlo dostanu jakmile se podaří dostat kuchaře z komatu. Objednávám si pivo, které číšník kvůli třesu rukou vylije, než dojde k mému stolu. Chci zaplatit, ale číšník nerozezná stovku od tisícovky! Jdu domů, tam se mě ptají mé děti ve věku 48 a 50 let, tati, nemohl bys nám najít nějakou práci? Ne děti moje, na to jste ještě příliš mladí a odložím obě protézy. Pustím televizi a sleduji celostátní velkolepé oslavy narozenin prezidenta Kalouska, který se k naší radosti v plné síle, zdraví a svěžesti dožívá 120 let.

Jak je možné, že si blondýnka při shrabávání listů zlomí nohu? Spadne se stromu.

Rybář chytne zlatou rybu a ptá se jí: „Splníš mi tři přání?“
„Kolikrát ti mám říkat, že mám žloutenku.“

Do rubriky vedle redakce tentokrát přispěli Petr Zíka z Rakovníka a Jiřina Dlouhá z Olomouce. Znáte také nějakou povedenou anekdotu? Pošlete nám ji do redakce, ať se po jejím zveřejnění pobaví i další čtenáři DS!

DROBNÁ INZERCE A OZNÁMENÍ V DS

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

RŮZNÉ

Středoškolačka z jižních Čech hledá přátele na dopisování. Zn.: Z celé ČR

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

Hledám byt v Domě s pečovatelskou službou. Město nebo obec nerozhoduje. Poplatek za nájemní smlouvu zaplatím. Vzkaz ponechte na mobilu 721 120 256. Děkuji za informaci.

DOBA seniorů

Jsme všude tam, kde starší generaci o něco jde

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



Předplatným DS určitě uděláte radost i svým blízkým a přátelům!

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

Doba seniorů je tu i pro Vás. Seznamte se s ní!

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