

Hrníček pro Tebe slavil úspěch



Udělat radost osamělým seniorům, to byl prostý cíl výzvy Hrníček pro Tebe. Nepoužívané hrníčky z domácností se dárkově zabalily a putovaly jako dárky do havířovských domovů pro seniory a dále i do ostatních domovů v rámci Moravskoslezského kraje. Celkově se vybralo a dárkově zabalilo 566 hrníčků. V Havířově se projektu zúčastnili a hrníčky shromážďovali členové klubů seniorů,

zaměstnanci Magistrátu města Havířova, zaměstnanci Úřadu práce Havířov, žáci za ZŠ Marie Pujmanové a připojil se i přespolní Senior klub Bohumín, Aktivní senioři Bruntálu, Spolek Senioři Martinov nebo seniorské kluby z Frydku-Místku. S nápadem na tento projekt přišla paní Urszula Anna Kubičková z odboru sociálních věcí havířovského magistrátu a její kolegyně Miroslava Lepíková ji podpořila.

Hrníček pro Tebe byl také dobrou příležitostí k aktivizaci členů seniorských klubů. Společně jsme udělali radost řadě babiček a dědečků v domovech, kteří jsou osamělí a opuštění, což bylo cílem této výzvy. Děkujeme všem, kteří se do projektu Hrníček pro Tebe zapojili," dodává autorka nápadu Urszula Anna Kubičková. (RaL)

Ostrava ocenila nejaktivnější seniory

Město Ostrava ocenilo nejaktivnější seniory za rok 2021. Ceny vítězům předal Zbyněk Pražák, náměstek primátora města Ostravy. Společným jmenovatelem oceněných byla činnost pro ostatní a pomoc druhým.

Na pomyslných vítězných příčkách 15.ročníku ankety města "Senior roku" stanuly hned dvě osobnosti, paní Hedvika Juřinová a pan Josef Juřeník. Vítězným klubem seniorů se stala zájmová organizace číslo 15 Kreativ.



Ocenění seniorů roku 2021

Osobnost kraje

Cena hejtmana Osobnost Moravskoslezského kraje je vyhlášena. Kraj také vyzývá občany, aby zasílali nominace do ankety. V rámci slavnostního večera bude předáno i Ocenění dobrovolníka BoSmePartyja.



„Chceme nahlas říci DĚKUJEME. Každoročně využíváme příležitosti, abychom upozornili na výjimečné firmy, obce a další subjekty, které jsou plnohodnotnou součástí naší společnosti, zajímají se o ni, není jim lhostejné, co se v ní děje, snaží se přispět k tomu, aby se rozvíjela a nabízela našim občanům nejrozličnější možnosti. Společenská odpovědnost by měla být nedílnou součástí firemní, ale i životní filozofie nás všech. Zájem o okolí a přijetí zodpovědnosti získaly během pandemie v posledních dvou letech nové rozměry. I proto letos naše oceňování nechceme a nesmíme vynechat," uvedl hejtmán Ivo Vondrák. Krajský úřad přijímá nominace do ankety Osobnost Moravskoslezského kraje až do konce března 2022.

Více na str.11

Stezka Valaška - stezka mezi korunami stromů Pustevny

Turisté na Pustevnách se mohou podívat po okolních panoramatech z pěkné výšky - ze stezky Valaška, jejíž součástí je patrně nejdelší skleněná vyhlídková plošina v Evropě, jakož i 150 metrů dlouhý zavěšený "himalájský" chodník. „Pro vytvoření 660m dlouhé stezky bylo vykáceno přibližně deset zdravých stromů a asi patnáct stromů, které už měly zlomené špičky, nebo byly na základě dendrologického posudku špatné. Samotná věž je vysoká 22m," konstatují Ing.Petr Káňa a Zdeněk Kořistka ze společnosti Beskydská panoramata s tím, že: „Na vyhlídce s průhlednou podlahou i zábradlím stojí návštěvníci sedm metrů v prostoru a téměř 30 metrů nad zemí.“

Jak vás vůbec napadlo postavit tak impozantní projekt v přírodě a kde jste čerpali inspiraci? „Inspiraci jsme čerpali jak v zahraničí, tak i na první stezce podobného druhu na Lipně. Hlavně jsme ale cítili, že podobná atrakce může přispět k zviditelnění našeho regionu. Více na str. 24



MUDr. Růžena Mašková: O tom, že covid prohloubil už tak dost hluboké příkopy, o pozitivních v depresivní situaci, o roli psychiky při onemocnění, o pejskovi pro lepší náladu, o árii z Prodané nevěsty na záchytce, i o tom, že humor a smích se vždycky hodí...



MUDr. Růžena Mašková

Covid poznamenal naši společnost opravdu hodně, po všech stránkách, a zejména v omezeních proti šíření této infekce. V podstatě se na dva roky rozpadl společenský život, což odnesla kultura, sporty, nejrůznější akce, ale i diskuse v hospůdkách, kdy si „štamgasti“ leccos vyříkali a zažehnali třeba i mračna svárů. Tímto strádáním zároveň covid prohloubil (už tak dost hluboké) příkopy ve společnosti. Lidé jsou čím dál nervóznější, rozhádanější, což se promítá i do atmosféry v rodinách a trpí tím taky malé děti, navíc odkázané čím dál víc na "výchovu" počítačem. Naštěstí svatý Petr koncem ledna přispěl aspoň trochu sněhovou nadílkou, takže z "ponorkového" prostředí v rodinách mohly děti ven, věnovat se zimním radovánkám.

Na druhou stranu se však v této depresivní situaci daly a dají najít i pozitiva. Utlučený shon a ruch totiž zároveň umožnil lidem pozastavit se, zamyslet se nad sebou, věnovat se více svým koníčkům a četbě knih (knihovny zůstaly otevřené), případně pozměnit žebříček hodnot.

Co se týká úmrtí, ve svém okolí nevím o nikom, kdo by zemřel přímo na covid. Znáám pár případů úmrtí na zhoubné nádory, ovšem u těch nelze covid považovat za příčinu smrti. Dokonce jsem přesvědčená, že mnohem víc než covid, je ovlivnil stres, případně deprese. U nádorových onemocnění totiž hraje psychika obrovskou roli, protože tělo člověka je souborem fyzických i duševních záležitostí.

Mohu to ilustrovat na případu mé velmi dobré známé. Je mladší než já a prodělala operaci zhoubného nádoru. Její manžel byl o jejím zdravotním stavu informován, těžce ho snášel a byl impulzivní. Jednoho dne dostal infarkt, kterému na místě podlehnul, zatímco jeho žena stále žije - a je tomu přes deset let. Jenže ona je pořád v relativní pohodě a hledí na svět pozitivně.

Právě pozitivní vidění světa je skutečně velmi důležité, a jestli si kvůli stabilně lepší náladě pořídí člověk třeba pejska, je to v pořádku. To mohu dokumentovat dalším případem. Když jsem pracovala na poliklinice v Porubě, byla tam mladá kolegyně - hodná a pečlivá matka dvou dětí, která byla po operaci s rakovinou prsu, po níž se neustále a úzkostlivě pozorovala. Občas své obavy přišla konzultovat se mnou. Zároveň byla až přepečlivá v domácnosti (v tom jsem si z ní rozhodně nebrala příklad) a její děti toužily po pejskovi, což ona - právě kvůli přehnané pečlivosti - rozhodně odmítala. Shodou okolností měla v tu dobu fenka našeho kolegy štěňátka, a když za mnou ta doktorka opět přišla se svými úzkostmi, poradila jsem jí, ať si jedno štěňátko vezme. „Bude dělat loužičky, něco roztrhá, rozbije a ty budeš uklízet a nebudeš tolik pozorovat sama sebe,“ dodala jsem. Takže si vzali fenečku kokršpaněla a já jsem přesvědčena, že jí to zachránilo život. Pejsek sice nezničil její přehnaný smysl pro pořádek, občas mi děti zavolaly, že pejsek rozbil nějakou vázu, tak ať mamince přijdu domluvit, ale žádné komplikace s nádorem už se neobjevily.

A když už jsem u příběhů, jak pozitivní vidění světa lidem prospívá, přidám ještě třetí, poněkud humornější. Ten ukazuje, jak mocný je zpěv, a že někdy pomůže i zákrok, od kterého by to člověk nečekal. Když jsem sloužila na záchytce, přivezli tam členku divadelního operního sboru, která to přehnalas konzumací alkoholu - a byla tedy pěkně rozjetá. Nebylo možno ji ztlumit, dokonce nepomáhalo ani napomínání mužských "spolunocležníků". Vzala jsem to tedy "do svých rukou" - upozorňuji, že nemám hudební sluch, ani hlas... Postavila jsem se za dveře a začala zpívat árii z Prodané nevěsty „Utiš se dívko, utiš se a důvěřuj v slova má“. Ta členka operního sboru na okamžik zmlkla (zřejmě nevěřila vlastním uším), a pak spustila, ať s tím okamžitě přestane, že se to nedá poslouchat. Na to jsem jí odvětila, že když může ona vyvádět, tak já mohu zpívat a dodala jsem, že budu tak dlouho zpívat, jak dlouho bude ona řádit. No a pod touto hrozbou se uklidnila a usnula. Jsem přesvědčená, že žádný jiný zákrok by na ni tak pozitivní účinek neměl.

Humor a smích se vždycky hodí, zvlášť v těžších dobách - a věřili byste, že už jsem slyšela i anekdotu na covid? S tou se s vámi tentokrát rozloučím:

Soudce: „Tak, obžalovaný, řekněte nám, co přesně se stalo.“

Obžalovaný: „No, přišel jsem ze šichty trochu dříve a načapal jsem svou ženu a šéfa v ložnici.“

Soudce: „Co bylo pak?“

Obžalovaný: „No, potom oba zemřeli na covid...“

Časopis SeniorTip vychází za podpory těchto institucí:

OSTRAVA!!!

 **OSTRAVA!!!**
MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ

 Moravskoslezský
kraj

 **HAVÍŘOV**



Slovo, které se v posledních dvou letech hodně skloňuje - coronavirus

Již dlouho lákají nejen ostravské seniory, ale také seniory z blízkého okolí tradiční setkávání, která probíhají pravidelně vždy první Úterý v měsíci v Domě kultury AKORD v Ostravě - Zábřehu. Tato setkávání jsou známá svým zajímavým a pestrým programem.

Ne jinak tomu bylo na lednovém setkání, kdy byla avizována beseda s MUDr. Rastislavem Maďarem. Samozřejmě téma besedy se nabízelo v současné době samo - pandemie nemoci Covid-19. Pan docent zaujal seniory povídáním o všech dosud známých skutečnostech, provedl je průběhem jednotlivých vln pandemie s upozorněním na situace, které rozvinutí a nástup dalších vln pandemie způsobily. Senioři se také dozvěděli obecné zásady platné i při jiných respiračních onemocněních a nakonec pan docent trpělivě odpovídal na mnoho otázek k dané problematice. V tomto čísle přinášíme také našim čtenářům krátký rozhovor.



Doc. MUDr. Rastislav Maďar, PhD.

Významný vědecký pracovník a popularizátor očkování. Od roku 1997 se specializuje v oboru epidemiologie, prevence a kontrola infekčních nemocí, nemocniční nákazy, cestovní a tropická medicína. Od října 2020 je děkanem Lékařské fakulty Ostravské univerzity. 22. října 2021 byl řádem milosrdných bratří oceněn Cenou Celestýna Opitze za zásluhy na rozvoji lékařské vědy, za aktivní činnost při rozvoji zdravotnictví v zemích třetího světa, a za obětavé a vysoce profesionální působení v týmu Ministerstva zdravotnictví ČR při boji s pandemií Covid-19.

Coronavirus - povězte odkud se toto slovo vzalo. Jak virus vznikl a kde je jeho původ.

„Virus vypadá jako okolí slunce - sluneční korona, odtud pochází jeho název. Tento virus je skutečně velmi fotogenický.“

Na začátku pandemie jste řekl, že na část populace neplatí nic jiného než tvrdé zásahy. Situace se stále vyvíjí. Vy jste zastánce roušek venku i uvnitř. Stále to platí? Je něco, co byste dnes řekl jinak?

„Ta citace platí i dnes, jsou k tomu poměrně přesné sociologické průzkumy. Je to nezpochybnitelný fakt. A pokud jde o roušky, venku byly smysluplné za jisté epidemiologické situace, rozhodně to neplatilo pro celou dobu pandemie. Teď by měly ještě nějakou dobu zůstat i venku na hromadných akcích, kde není možné dodržet rozestupy. A alespoň do poloviny března uvnitř budov, podle vývoje epidemické situace.“

Byla učiněna určitá opatření, a přece jsme byli v určitou dobu nejhoršími na světě. Kde byla chyba?

„Těch chyb bylo dost a jejich podrobná analýza by vydala na celou brožuru. Zjednodušeně řečeno, bylo to otevření škol do vysoké virové nálože v populaci v září 2020, předčasné rozvolnění před Vánoci stejného roku, následně nepozorované rozšíření britské varianty na našem území, dále vpuštění varianty delta do škol na podzim 2021 a naposledy vlašný přístup ke kontrole varianty omikron. Dohromady jsme měli už 6 vln a s nimi i zbytečně velké množství mrtvých.“

V médiích se objevují zprávy, že velká část populace je promořena. Co to znamená? Je to dobře? Objasněte prosím pojem "promořování".

„Promoření znamená, že lidé získají imunitu proděláním nemoci. Je to standardní epidemiologický výraz z odborné terminologie. Promoření se však může připustit jen tehdy, pokud neohrozí délku nebo následnou kvalitu života. U koronaviru na něj však spoléhat nejde, přičemž nejvýraznější je to vidět právě u omikronu.“

Je oprávněné domnívat se, že už je vyhráno?

„Vyhráno ještě určitě není, ale čekají nás snad lepší měsíce, než se zase ochladí a situace se zhorší.“

Jaký je způsob přenosu infekce?

„Hlavním způsobem nákazy je přenos virů vzdušnou cestou na krátkou vzdálenost - to je pro virus nejjednodušší a pro člověka nejhůře kontrolovatelná cesta.“

Co nevidět tady bude léto, hodně lidí se těší na dovolenou a chystají se i navzdory opatřením vycestovat. Co v souvislosti s tím doporučujete?

„Vyhybat se davům cizích lidí a kde to nebude možné, použít ochranu dýchacích cest. Koronavirus nezmizí, i když bude jeho výskyt v létě dočasně snížený.“

Máte hodně zkušeností s očkováním i díky vašemu cestování po světě. Navštívil jste již více jak 90 zemí světa. Jaký máte na očkování pohled. A jste zastánce povinného očkování v souvislosti s nemocí Covid-19? Mezi seniorskou veřejností je stále ještě hodně lidí, kteří nejsou očkováni. Co byste jim vzkázal?

„Očkování jako takové zachránilo společně s hygienou rukou a dostupností pitné vody nejvíc životů v historii lidstva. Nejsem však zastáncem vynucování očkování. Je absolutně nezpochybnitelné, že očkování je dostatečně bezpečnou formou, jak zabránit těžké formě nemoci a úmrtí. A pokud se někdo vakcín bojí, ať to udělají stejně jako jejich lékař. Drtivá většina zdravotníků je očkovaných.“

Co byste vzkázal lidem do dalších týdnů, měsíců, co se situace Covid-19 týká?

„Ať ještě vydržíme. Když člověk poleví nebo udělá chybu na úplném konci, bylo předchozí omezování se vlastně zbytečné. Už to snad dlouho trvat nebude.“

Jste děkanem Lékařské fakulty Ostravské univerzity. Není to přece jen spíše manažérská pozice? Neutrpí tím vaše lékařská praxe a co vaše zahraniční mise?

„Stále si držím svůj pravidelný den s pacienty na poliklinice v ordinaci centra očkování a cestovní medicíny a nové centrum jsme otevřeli pro pacienty i na lékařské fakultě. Mise v rozvojových zemích zkomplikoval v minulých dvou letech coronavirus, ale už plánujeme další letos v létě. I za účasti našich studentů.“

Děkuji za rozhovor.

Ludmila Holubová



Místopis na dosah *aneb* Možná tam doj(e)dete

Milí "poutníci" SeniorTipu, nejen na těchto stránkách se můžeme přesvědčit, jak čas neúprosně kvačí. Pokusme se však potlačit podobné myšlenky o čase a neduzích a raději povzbudit energii k cestě za pozitivními zážitky. Dnes vás povedu do města, které historicky daleko převýšilo Ostravu, neboť mělo silné ambice v zemské politice. Když rakouská monarchie ztratila roku 1842 podstatnou část Slezska, stalo se správním centrem zbylé části tzv. Slezska rakouského.

Jeho intelektuální vrstvy se klonily k osvícenství, svou lóži zde měli svobodní zednáři, od počátku 19. století bylo v provozu stálé divadlo a tzv. Gymnaziální muzeum. Od poloviny téhož století se stalo správním centrem se sídlem Zemské vlády slezské a Slezského zemského sněmu. Matice opavská a Matiční gymnázium byly výrazem národních, tj. českých, snah proti převaze německého obyvatelstva. Z něho však mj. vzešla řada osobností, které silně poznamenaly nejen lokální kulturu. Vydáme se do Opavy a tam za architektem uznávaným, obdivovaným, ale i kritizovaným. Zastavíme se kousek od východního nádraží, kam pohodlně z Ostravy dojedete, totiž před domem určeným dnes pro kulturu a čtenářské potítky.

Opava, Nádražní okruh 695/27 - Dům kultury Petra Bezruče



Ve výše zmíněném čase, roku 1850, byla na podporu obchodu, průmyslu a živností zřízena Obchodní a živnostenská komora. Jakoby paradoxně, musela vyklidit své působiště z uměleckoprůmyslového muzea (dnes Slezské zemské muzeum), jehož vznik sama iniciovala, a postarat se o vlastní sídlo. K tomu



Alegorie Kovářství (asi), pískovcová socha (J. Obeth)

povolala architekta s tehdy již značným renomé, Leopolda Bauera. Šlo o rodáka z blízkého Krnova, pocházejícího z rodu znalého širšího evropského podnikatelského prostoru, ale také rodu se silným kulturním uvědoměním. Na vyšší průmyslové škole v Brně se v 80. letech 19. století setkal s Josefem Hoffmannem, Adolfem Loosem a dalšími později proslavenými architekty. Stavitelem praxí prošel v Toruni a Düsseldorfu, než se roku 1892 zapsal na vídeňskou Akademii výtvarných umění a tam po krátké době zakotvil v ateliéru slavného architekta a urbanisty Otto Wagnera.



Dveře hlavního vstupu s figurálními reliéfy, Alegorie fyzické a duševní práce

Oproti přísnému akademickému programu zvládnout vysokou architekturu na základě studia i reprodukce historizujících forem získal právě tam vzhled i do nastupující secese a navíc



Hlavní schodiště v ústřední patrové hale pod střešním světlíkem

schopnost ctít ve stavbě nejen krásu, ale i její užitnost. Obojí vážil v široké typologické škále - projektoval kostely, administrativní nebo lázeňské budovy, soukromé vily, obchodní a industriální stavby, navrhoval restaurace, sportovní i spolková zařízení, divadla i památníky. Jeho celoživotní tvorba se rozepnula mezi znalostí historických forem a monumentální modernitou, mezi schopností použít okázalý dekor i střídavý geometrismus, mezi privátní intimností a rozsáhlým veřejným prostorem. Vše navíc s citem pro účinný materiál.

Dvojakost historizujícího a modernistického je patrná i ve vývoji budovy pro Obchodní a živnostenskou komoru v Opavě. První Bauerův návrh po vyhlášení soutěže v roce 1908 a s příslibem dostatečné finanční podpory se podobal tradiční zámecké budově s osovým rizalitem, nápadně odlišenými podlažními a průběžným figurálním vlysem pod hlavní římsou. Stavba byla zahájena na jaře roku 1909 a za rok a půl hotova.

Architekt však původní verzi zásadně změnil. Stavbu sevřel kolem patrové haly se širokým schodištěm a prosvětlené barevným střešním světlikem. Podařilo se mu vyvážit hmotu, linie i dekor, stejně jako reprezentativnost s účelností. V základních pohledech je stavba symetrická a tam, kde je zapotřebí řešit vnitřní prostory účelně, volí nenápadnou asymetrii. V mohutném hlavním bloku jsou umístěny reprezentativní a zasedací místnosti, navazující křídla sloužila administrativě. Na promyšlenou koncepci kompoziční se váže symbolika, zdůrazňující - a zřejmě i uspokojující - podnikatelské sebevědomí, jemuž měla komora sloužit. Vně i uvnitř. Na čelních pilastrech vysokého řádu, jež ohraničují okna slavnostního sálu, jsou v rytmicky osazených reliéfech reprezentována slezská města, na zvýrazněném kladí představených sloupů figurují alegorie řemesel v podobě nadživotních mužských postav. Sochařské práce obstaral Josef Obeth. Monumentalitu a vzrůsnost celku uzavírá mansardová střecha, do níž jsou zasazeny tři vikýře jakožto vyvýšení oken dvoupatrového hlavního sálu.



Detail vitraille ze slavnostního sálu, Alegorie lidských dovedností (A. Zdrázila)

Na řadu dalších pozoruhodných momentů už nelze pro omezený prostor textu upozornit; nezbývá než se s tímto dodnes atraktivním - a nutno říct že také dobře udržovaným - objektem opavské architektury seznámit na místě. Oceníte nejen ušlechtilé materiály, ale i dobové řemeslo. Na rozdíl od možná daleko populárnější Bauerovy opavské stavby, obchodního domu Breda, který dnes pod zámkem a ochrannou sítí chátrá.

PhDr. Marie Šťastná, Ph.D.

Pěchotní srub MO S-5 Na trati

Pěchotní srub je jeden z prvních postavených v ČSR, patří do systému stálého pohraničního opevnění stavěného v letech 1935-1938.

U Bohumína se před druhou světovou válkou stýkaly hranice Německa a Polska, navíc hranice na Hlučínsku a Těšínsku byly vytyčeny až po roce 1918 a neměly proto z historického hlediska dlouhého trvání. Naše země neměla dostatek peněz na špičkové vyzbrojení své armády na úroveň sousedních silných zemí a navíc po roce 1933 začal silně hrozit fašismus, a tím možnost vzniku války. Proto se uplatnila strategie opevnit hranice proti možnému vpádu.

Zajímavostí tohoto vojenského objektu je, že se jedná o dva samostatné, takřka zrcadlové objekty, které rozdělují silnice (bývalá železniční trať). Objekty jsou spojeny 22 m dlouhou podzemní chodbou. Jde o jedinou stavbu tohoto druhu v celém pevnostním systému, která byla prohlášena za kulturní památku.



Na vybavení či zbraně si v bunkru můžete i sáhnout. Při prohlídce uvidíte např. ubikace vybavené replikami dobového nábytku. Ve střeleckých místnostech patří mezi raritu protitankový kanón nebo těžký kulomet s plně funkční lafetou, kterou nadšenci vojenské historie sami dva roky vyráběli.

Více na : www.bunkr-bohumin.cz

Otevírací doba: duben - září

1.4. - 30.9. sobota-neděle 14 - 18 h.

Pondělí - pátek zavřeno. Po telefonické domluvě lze však domluvit jakýkoli den.

Tel. č.: 604 148 470; 732 450 251

Pták roku 2022

Víte, že existuje anketa, ve které se od roku 1992 každoročně uděluje titul Pták roku? Je to kampaň České společnosti ornitologické (ČSO) a veřejnost každý rok s napětím očekává, který z opeřenců se stane aktuálním Ptákem roku. Udělení tohoto čestného titulu upozorňuje na zajímavé ptačí druhy žijící kolem nás a vybízí veřejnost k jejich sledování a ochraně. Ptáka roku vybírá výbor ČSO a obvykle se jím stávají pro lidi zajímavé, známé nebo u nás hojně druhy, které je možné snadno pozorovat nebo se přímo aktivně zapojit do jejich ochrany.

ČSO vyhlásila **ptákem roku 2022 zvonka zeleného**. Pomyslné žezlo mu předává káň lesní. Udělením titulu zvonkovi chtějí ornitologové upozornit na to, že ptáci, které považujeme za obvyklé a všudypřítomné, nemusejí být běžní napořád, pokud budeme do jejich životů a životního prostředí nešetrně zasahovat. Se zvonkem zeleným se můžete setkat v otevřené zemědělské krajině s poli, sady a pásy křovin, ale žije i v lidských sídlech včetně největších měst, kde vyhledává zahrady a parky, a to plošně v celém Česku. Za posledních deset let se snížila populace zvonků o dvě třetiny. Ohrožuje ho závažná ptačí choroba trichomonóza. Ta je pro savce včetně

člověka sice neškodná, pro ptáky je ale smrtící. Kvůli ní je zvoněk jedním z nejrychleji ubývajících druhů posledního desetiletí. Zvonky zelené lze u nás pozorovat celoročně. Na jaře je můžeme slyšet jak zpívají na zahradách z vrcholů stromů. Na podzim se hejna zvonků sdružují a potulují se po polích krajinou, kde sbírají semena a další rostlinnou potravu. V zimě rádi přilétají do zahrad a na krmítka, kde si vybírají především slunečnicová semena.



Zářivě žlutá páska v křídle v zeleném kabátku, mohutný kuželovitý zobák a hlasitý zvonivý hlas jsou hlavní znaky zvonka zeleného. Jméno odkazuje na jasný hlasitý zpěv, který připomíná zvonění malého zvonečku, či domovního zvonku. To ale nebylo důvodem k pojmenování, protože jméno vzniklo dříve, než lidé začali zavádět elektřinu do domů.



Historický kalendář Ostravska

Leden - březen

13. ledna 1922 byla vydána vyhláška o sloučení sedmi moravských obcí (Moravská Ostrava, Přívoz, Mariánské Hory, Vítkovice, Zábřeh, Hrabůvka, Nová Ves) v jednu místní obec pod názvem Moravská Ostrava. Podle původního záměru z roku 1919, jehož hlavním iniciátorem byl správní komisař a pozdější starosta Moravské Ostravy Jan Prokeš, mělo nové velkoměsto vzniknout sloučením patnácti moravských a slezských obcí.

19. ledna 1922 se v Brně narodil Otakar Trhlík, profesor, pedagog a český dirigent. V letech 1948-1952 působil jako dirigent a zástupce šéfa opery Státního divadla v Ostravě, kde mimo jiné uvedl premiéru Našich furiantů Rudolfa Kubína. Vrcholným obdobím jeho uměleckého života bylo v letech 1968-1986 působení v čele Státní filharmonie Ostrava (dnes Janáčkova filharmonie Ostrava). Během několika let se mu podařilo z filharmonie vytvořit reprezentativní těleso středoevropské úrovně. Pozornost zaměřil na interpretaci hudby Leoše Janáčka, jehož celé orchestrální dílo kromě Glagolské mše nahrál na gramofonové desky. I po odchodu do penze byl aktivní jako pedagog a výkonný umělec. Janáčkovu filharmonii naposledy dirigoval při provedení Smetanovy Mé vlasti v Ostravě a Havířově v lednu 2004. Zemřel 27. srpna 2005 ve Frýdku-Místku.



Otakar Trhlík diriguje Státní filharmonii Ostrava – přelom 60. a 70. let 20. století.

27. ledna 1922 ve Vídni zemřel Jan Nepomuk Josef Maria Wilczek, důlní podnikatel, cestovatel a milovník lovu. Pokračoval v důlním podnikání předků v Polské Ostravě, u Dolu Trojice založil koksovnu. Po krvavém potlačení hornické stávky 9. 5. 1894, při které bylo 12 horníků zastřeleno a 23 těžce zraněno, přijel 11. května z Vídně, aby se informoval o průběhu událostí. Příštího dne hovořil s pětičlennou delegací horníků, důrazně je varoval před "štváči a lháři", zcela odmítl jejich požadavek na zvýšení mzdy o 25 % a žádal obnovení přerušené práce. Rizikem pro neposlušné bylo vypovězení z bytů v koloniích či propuštění z práce. O několik dní později poskytl rozhovor deníku Neue Freie Presse, který vzbudil značný rozruch mezi poslanci a ministry. Vyjádřil přesvědčení, že ke střelbě nemuselo dojít, kdyby dalo vedení dolu k dispozici vojsko, které vzbuzuje u horníků daleko vyšší autoritu než četnictvo. V roce 1872 přitom na financování své polární výpravy k Nové Zemi (souostroví v Severním ledovém oceánu na severu Ruska) vydal z vlastních prostředků téměř 40 tisíc zlatých.

3. února 1922 se konala ustavující schůze Vodohospodářského svazu pro povodí řeky Odry v Opavě za účasti 300 členů a zástupců úřadů. Významným dokumentem z tohoto zasedání se stala rezoluce čs. vládě a příslušným ministerstvům pro výstavbu prvního úseku odersko-dunajského průplavu pro 600 tunové lodě od říčního přístavu na Odře v Kozlí (Kožle) až do Ostravy.

18. února 1997 na veletrhu Styl v Brně, v soutěži Obchod roku na českém a slovenském textilním trhu, obdržel ostravský Módní dům Ostravica - Textilia, a. s., prestižní cenu Zlaté ramínko. Ocenění svědčilo o úspěchu, jakým se tento slavný obchodní dům dokázal vypořádat se změnou ekonomických podmínek a udržet si své zákazníky i v podmínkách tržní konkurence. Již o tři roky později však úspěšná éra módního domu skončila. Poté, co se novým majitelem stal Kamil Kolek, došlo 20. dubna 2000 při provádění nepovolených



AUF DER ERSTEN POLAREXPEDITION (1872).

Vorne: Prof. Hans Höfer, Wilh. Burger, Max Frh. v. Sterneck.
Rückwärts: Ferd. Mühlbacher, Gf. Hans Wilczek, Georg Paierl.
Photographie von W. Burger.

Účastníci polární výpravy v roce 1872, Hans Wilczek stojící uprostřed.



KALENDÁRIUM

Reklamy obchodního domu Textilia v novinách ve 30. letech 20. století.



Kupujte dětské ošacení ve speciálním oddělení pro dětskou módu v módním domě
TEXTILIA akc. spol.
 II. poschodí

stavebních úprav ke zřízení stropů a k narušení statiky starší části objektu a touto havárií započalo jeho dlouholeté chátrání. V uplynulých týdnech získal projekt obnovení a rekonstrukce obchodního domu stavební povolení a s jeho novým otevřením se počítá v roce 2023.

15. března 1922 byla uveřejněna statistika bezvěreckého hnutí na Ostravsku. Župní organizace Sdružení sociálně-demokratických bezvěrců v Moravské Ostravě sdružovalo ve 40 sekcích 4175 členů. Kromě tzv. kacířských večírků, divadelních představení a nesčetného množství přednášek uspořádali v roce 1921 28 táborů a 50 necírkveních pohřbů. Ostravsko patřilo k centrům československého bezvěreckého hnutí a nejvýznamnějším duchovním oponentům křesťanských církví.

15. března 1972 byl zastaven provoz Žofínské huti v Ostravě (stála za dnešním Národním divadlem moravskoslezským), když v 11.57 hod. provedla parta taviče Šimona Siroty poslední odpich. "Žofínku", jak jí Ostravané běžně říkali, začala v roce 1871 stavět První rakousko-uherská vysokopeční společnost. Tato huť skotského typu měla produkci překonat vše, co tehdy v českých zemích i v celé



Pohled na Žofínskou huť z Žofínské ulici v 50. letech 20. století.

habsburské monarchii v oboru existovalo - denně 100 tun surového železa. V roce 1873 byla huť dokončena, ale až do roku 1880 kvůli hospodářské krizi a nedostatku odbytu byla mimo provoz. Huť posléze odkoupilo Vítkovické horní a hutní těžířstvo, rozšířilo ji a učinilo jedním z provozů Vítkovických železáren. Před svým zrušením Žofínská huť produkovala ročně až 500 tun železa, zaměstnávala 260 lidí a za dobu své existence vyprodukovala více než 8,5 mil. tun surového železa. Huť svojí polohou přímo v centru města představovala pro obyvatele i nadměrnou ekologickou zátěž, vedle zvýšené hladiny hluku to byly zejména zdraví škodlivé exhalace. Jen za rok 1966 vyprodukovala na 1600 tun prachu. Vysoké pece a objekty někdejší Žofínské huti byly demolovány v roce 1975. Jediným zachovaným pozůstatkem je Trojhalí na Nové Karolině. ▼



29. března 1912 se Ostravsko dostalo na program jednání říšské rady, když skupina českých poslanců při projednávání horního zákona podala návrh na zákonné stanovení minimální mzdy v hornictví. Svou iniciativu odůvodnili tím, že podobnou osnovu zákona schválil anglický parlament a jejich návrh má bránit libovolnému vykořisťování pracovní síly důlních zaměstnanců a zajišťovat minimální mzdový příjem při stoupající drahotě všech životních potřeb. Dovozovali, že ačkoliv těžba uhlí a výkonnost hornictva v Rakousku rok od roku stoupá, dělnictvo to nepociťuje na svých výplatách, neboť hlavní zisky z těžby a zvyšování cen uhlí zůstávají v kapsách podnikatelů. Při hlasování byl tento návrh zamítnut. Sociálnědemokratický Duch času hlasování v říšské radě komentoval: „Měšťáckým poslancům je zájem uhlobaronů bližší, nežli existence 150.000 havířů.“

PhDr. Antonín Barcuch,
 Archiv města Ostravy

Čtvrtletník aktualit a zajímavostí nejen ze života seniorů.
 Vydává Společnost senior, z. s.

Zodpovědný redaktor: Ing. Ludmila Holubová
 Redakční rada: Marie Kalinová, Ing. Jiří Muladi,
 Hana Kuchařová, Eva Mudrová.

Registrační značka MK ČR E 14221
 Adresa redakce: Společnost senior, z.s. Na Jízdárně 18,
 702 00 Moravská Ostrava IČ 265 95 982
 Tel.: 724 276 672 ; 728 466 105
 Neprodejné. Po přečtení nevyhazujte, předejte prosím dál...

E-mail: info@seniortip.cz

www.seniortip.cz



Koptské textilie Slezského zemského muzea

Poznejte zručnost koptských tkalců na nové výstavě v Historické výstavní budově v Opavě. Unikátní sbírka tkanin ze sbírky Slezského zemského muzea pochází z 3. až 12. století z území dnešního Egypta.

Výstava Koptské textilie Slezského zemského muzea poprvé v úplnosti představuje sbírku 51 kusů koptských tkanin deponovaných na umělecko-historickém pracovišti Slezského zemského muzea. Tyto dekorativní fragmenty koptských tunik a závěsných látek, tkané v gobelínové vazbě, byly vytvořeny mezi 3. až 12. stoletím našeho letopočtu na území dnešního Egypta prvními vyznačujícími křesťanství, narozenými v této oblasti, zvanými Kopty. Opavskou sbírku v první polovině výstavy (leden - květen) doprovodí koptské látky ze sbírek Muzea v Bruntále a Městského muzea Krnov. V její druhé polovině budou opavský textil doplňovat exponáty z textilních sbírek Severočeského muzea v Liberci, Moravské galerie v Brně a Germanisches



Nationalmuseum v Norimberku, jež na výstavu poskytlo také fotografický materiál spolu s Českým egyptologickým ústavem. Na výstavě dále spolupracovali Vlastimil Drbal z Českého centra pro středomořskou archeologii v Praze a Renate Johanna Pillinger z Vídeňské univerzity. Repliky tunik vyrobila společnost Coptic M.E.

Výstava probíhá od 4. února do 4. září 2022 v Historické výstavní budově, Komenského 10, Opava. Otevřeno: úterý–neděle 9–12 a 13–17 hodin.

Světové Muzeum a Knihovna Bible v Jablunkově

Světové Muzeum a Knihovna Bible vytváří kvalitní a důstojné místo, které zpřístupňuje unikátní exponáty Biblí a duchovních knih veřejnosti. K vidění je tam zhruba čtyři sta kusů historických náboženských knih a křesťanské literatury od poloviny 16. století.

V budově starého kláštera si prohlédnete expozici věnovanou nejznámější knize - Biblí a dalším duchovním knihám. Spatříte zde například Melantrichovy Bible pocházející z let 1549 a 1556, Bible psané v řeči černošského kmene Zulu či Biblí psanou v umělé vytvořeném jazyce esperantu. Zajímavostí je ruční přepis evangelia podle Marka na cigaretovém papírku či Bible do vody, která je vystavena skutečně ve vodě. Je vyrobená z tajného materiálu, dárce jej neprozradil. Není to plast ani papír.

Bible také chodí v balících od dárců z celého světa a každá má svůj příběh.



Nejmenší bible pochází ze Švýcarska a je psaná v angličtině.

Například obrovská letitá a ručně vyráběná leporela, vyprávějící dětem biblické příběhy, přivezla osobně dvaosmdesátiletá žena ze Zlínska. Je mezi nimi i knížka s názvem Hvězdička, kterou ručně psala a malovala nemohoucí Jana Janigová ze Staré Turé. Postižení jí dovolilo držet tužku jen těsně u očí.

Dělnické kolonie v Ostravě

Jedna z městských částí dnešní Ostravy - Vítkovice, jsou ukázkou toho, jaké změny přinesla průmyslová revoluce. Výrobou železa se z malé vesnice stalo průmyslové centrum a to znamenalo vznik dělnické kolonie, kostela, radnice, tržnice, hospod a škol...

Dělnické kolonie z konce 19. století díky své architektonické propracovanosti i občanské vybavenosti předběhly svou dobu. Městská část Ostrava-Vítkovice navazuje na nedaleký areál bývalých vítkovických železáren. S narůstajícím počtem zaměstnanců železáren přirozeně rostla potřeba nabídnout jim sociální zázemí. Vznikly tak kolonie pro úředníky, dělníky, společenský dům, hotel, nemocnice, tržnice, školy, jesle, radnice i kostel. To vše se společným jmenovatelem, kterým je reálné neomítnuté zdívo. Dodnes si Vítkovice uchovaly atmosféru a jsou městskou rezervací, která pro příští generace zakonzervovala místní kolorit - domy postavené z červených pálených cihel.

Hornickou kolonii tvoří souvislá řada dvojdomků v Lidické ulici a části ulic Nerudovy a Tržní. Domy jsou postaveny z neomítnutých červených režných cihel a u každého domku je malá zahrádka, kde mohli nájemníci pěstovat zeleninu a chovat zvířata (na rozdíl od zaměstnanců Baťových továren ve Zlíně. Ten dovozoval svým dělníkům pěstovat pouze květiny, stromy a okrasné keře, neboť domy, které pro ně postavil, měly sloužit jen odpočinku).



Chystáte se do Ostravy a zajímáte se o historii? Prohlídku si můžete objednat a vydat se po stopách ostravské historie. Vyberete si ze široké škály nabízených komentovaných prohlídek a poznáte Ostravu. Město, které vás překvapí.

Ostravský informační servis - pobočka Věž. Prokešovo náměstí 1803/8 702 00 Ostrava. Tel.: +420 599 443 096 E-mail: vez@ostravainfo.cz www.ostravainfo.cz

Vydání časopisu podporují:





KULTURA V KRAJI

Muzeum Novojičínka

Žerotínský zámek Nový Jičín

**KRAJINA ODERSKÉ NIVY - 30 let
CHKO Poodří****Výstava - do 1. května 2022**

Výstava představuje hlavní ekosystémy této oblasti, zásadní změny a zásahy, kterými prošla CHKO Poodří během 30 let své existence. Dále představuje krajinu rybníků, luk a lužních lesů, kterou se vine nespoutaný tok meandrující Odry.

Seznámíte se s krajinou, kde se řeka ještě volně rozlévá do okolí, zaplavuje louky i lužní lesy a spoluutváří tak jedinečné mokřadní území - Oderskou nivu.

**Železniční muzeum
v Ostravě**

výpravna budovy nádr. Ostrava-střed

**Výstava - do 24. 4. 2022****OSTRAVSKO-FRÝDLANTSKÁ
DRÁHA**

Nevztahuje se jen na železniční trať vedenou z nádraží v Ostravě-Prívově do Frýdlantu. Železnice měla spojit ostravsko-karvinskou uhelnou oblast s průmyslovými podniky ve Frýdku a Místku a také se železárnami v Lipíně, Bašce a Frýdlantu. Osobní doprava z Ostravy-Vítkovic do Frýdlantu byla zahájena dnem 1. ledna 1871. Přeprava osobních i nákladních vlaků v celé trase z Prívově až do Frýdlantu byla povolena k 21. květnu 1871. Další budovanou trať byla Místní dráha ze Svinova-Vítkovic a Polanky do Těšína. Více zajímavého se dozvíte při návštěvě muzea.

Výstavní síň

Sokolská tř. 26, Moravská Ostrava

**Tomáš Haleš (1955)****Výstava - do 25. března 2022**

Ostravský rodák malíř Tomáš Haleš absolvoval Akademii výtvarných umění v Praze v letech 1974 až 1980 u profesora Jana Smetany. Po podpisu Charty 77 emigroval v druhé polovině 80. let pod nátlakem do Rakouska.



V současnosti žije a pracuje ve Vídni, Gmündu a v Praze. Představuje se velkoformátovými obrazy inspirovanými přírodními fenomény (kameny, lomy, ledovce, mořská pobřeží, fjordy) a historií světové malby.

**Ocelové dámy****30. března 2022 - v 15 hod.**

Road movie, ve které věk už není ani číslo. 75letá Inkeri uhodila svého manžela Tapia pávní a plánuje pohřbit jeho tělo na zahradě. I při očekávání doživotního vězení je ještě čas na to žít – konečně. Inkeri tedy musí ihned odejít. Cesta Finskem je plná okouzlujících stopařů, vzpomínek a hříšného tance...

Muzeum Krnov

Flemmichova vila

**Lichtenštejnové ve službách
monarchie****Výstava - do 3. dubna 2022**

5. března uběhlo 400 let od doby, kdy Karel I. z Lichtenštejna získal Krnovské knížectví. Vláda Lichtenštejnů byla v průběhu staletí spojena s rozvojem celého regionu. ("Pevně a jasně" je heslem knížecího rodu).

Putovní výstava, kterou připravilo Muzeum Novojičínka ze sbírek muzejních a památkových institucí, vypovídá o působení jednoho z nejvýznamnějších šlechtických rodů Evropy na Moravě a ve Slezsku a má za cíl připomenout odkaz knížecího rodu ve vojenských dějinách střední Evropy. Návštěvníci mají možnost zhlédnout originální exponáty se vztahem k rodu Lichtenštejnů, které se dnes nacházejí ve sbírkách Muzea Novojičínka. Mezi unikátní exponáty, které v České republice nemají obdoby, se řadí vojenské hulané uniformy z přelomu 19. a 20. stol. a výstavu doplní i soubor historických fotografií ze sídel, která byla ve vlastnictví knížecího rodu.





Miss Babča a ŠTRAMÁK ROKU 2022 se poprvé koná za finanční podpory Moravskoslezského kraje a také se oficiálně koná jako krajské kolo. Poslední Miss Babča je paní Dagmara Samsonová z Bruntálu a Ostravským ŠTRAMÁKEM se stal v roce 2019 pan Vojtěch Mader.



Po dvouleté vynucené odmlce se v letošním roce opět naplno rozjíždí příprava VI. ročníku soutěže pro seniory: MISS BABČA a ŠTRAMÁK ROKU 2022. Po celou dobu je také soutěž spojována se dvěma jmény - Šarkou Zubkovou z Úřadu městského obvodu Ostrava Jih a Mgr. Zdeňkem Kačorem, za společnost AKORD & POKLAD, s.r.o. Právě s ním se pobavíme o letošním ročníku této soutěže.

Co nového přináší letošní VI. ročník:

Hlavní změna je asi ta, že letošní ročník Miss Babča a ŠTRAMÁK ROKU 2022 se poprvé koná za finanční podpory Moravskoslezského kraje a také se oficiálně koná jako krajské kolo. V minulosti se mohli přihlásit i mimoostravští zájemci, ale přece to mělo spíše lokální rozsah. To si vzpomínáme, protože poslední Miss Babča je paní Dagmara Samsonová z Bruntálu a Ostravským ŠTRAMÁKEM se stal Vojtěch Mader.

„Přesně tak. Nicméně Miss Babča má svoji tradici již od roku 2015, ale Ostravský ŠTRAMÁK - jako soutěž pro seniory - se poprvé uskutečnil v roce 2019. Všichni víme, že ženy ve starším věku bývají aktivnější, a tak dostávají více prostoru a příležitosti. To jsme chtěli změnit a dát šanci i mužům - seniorům. Vznikl Ostravský Štramák, který běžel souběžně s Miss Babčou. Ohlas byl velký a bylo to i oživení v rámci dramaturgie soutěže, proto jsme se rozhodli v tom pokračovat. Jenom jsme soutěž pro letošní ročník už nazvali jenom ŠTRAMÁK ROKU, aby to slůvko ostravský nebylo omezující.“

To znamená, že pokud je letošní ročník pojímán jako krajská záležitost, budou probíhat i nějaká předkola těchto soutěží?

„V březnu spouštíme masivní informační kampaň, kdy dáme všem na vědomí, že se tato soutěž koná. Využijeme všechny dostupné prostředky, aby se o možnosti zúčastnit se této soutěže dozvěděli lidé i v těch nejmenších obcích moravskoslezského kraje. Spustíme oživené webové stránky www.babca-stramak.cz, kde budou všechny potřebné informace i on-line přihlášky. Tam také najdou zájemci i propozice soutěže. Uzávěrka přihlášek bude 2. května 2022. Po ní budou následovat osobní konzultace se všemi přihlášenými do soutěže.“

Počkejte, to jako budete za každým přihlášeným jezdit domů?

„Ne, to samozřejmě ne. Máme v plánu na základě přihlášek a místa bydliště soutěžících určit místo v daném okrese, kam pozveme soutěžící, abychom jim dali několik dobrých rad pro přípravu na soutěž. V týmu bude s námi i paní Anna Kührová - účastnice mezinárodní soutěže Miss Babička - a také odbornice na typologii postav, aby poradila, jak se upravit a který typ oblečení je pro soutěžící vhodný. Objedeme tak všech 6 okresů v našem kraji. Chceme se jak ženám, tak mužům věnovat, aby věděli, do čeho jdou a nebyli ve stresu z toho, co je čeká v okresních výběrových kolech.“

Takže do finále postoupí soutěžící z jednotlivých okresních kol. A ta budou probíhat jak?

„Vše připravujeme tak, aby okresní kola byla tři. Do jednoho termínu vždy sloučíme dva okresy Bruntál, Opava (21. 6.), Nový Jičín, Frýdek-Místek (22. 6.) a Ostrava, Karviná (23. 6.).

Všetchna okresní kola proběhnou u nás v AKORDU a budou veřejně přístupná. Z každého kola postoupí 3 nejlepší Miss Babčy a po jednom Štramákovi. Do finále tedy postoupí 9 seniorek a 6 seniorů.“

Samozřejmě vše se může přizpůsobit podle počtu přihlášených z jednotlivých okresů anebo sloučit dohromady... Chápu, že zatím je to předčasné. Uvidíte podle zájmu, ale když už vyberete finalisty do soutěže, co se bude dít dál?

„Další novinkou, díky finanční podpoře Moravskoslezského kraje, je dvoudenní soustředění soutěžících v AKORDU v měsíci srpnu, kde pro mimoostravské bude zajištěn i nocleh. Smyslem soustředění je nejen se lépe vzájemně poznat, ale společně zapracovat na choreografii slavnostního nástupu, módní proménady, zkoušky jednotlivých volných disciplín, naučit se mluvit na mikrofon atd. Také přijdou zástupci módního salónu MOLET, aby proměřili soutěžící seniorky, kterým na finále zapůjčí společenské šaty na závěrečnou proménadu.“

Vidím, že opravdu nechcete ponechat nic na náhodě.

„Víte, se Šarkou už máme za sebou pět ročníků a víme moc dobře, jak se vyplatí se soutěžícími pracovat dopředu. Jak je pomalu na finále připravit tak, aby si to užili a měli z toho dobrý pocit úplně všichni - i když Miss Babča 2022 bude jenom jedna a ŠTRAMÁKEM se stane také pouze jenom jeden ze soutěžících mužů.“

Kdy vlastně finále vypukne?

„Finále proběhne v AKORDU 6. října 2022. Opět chceme, aby to byla zábava nejen pro soutěžící, ale i pro diváky. Pro Miss Babču to finálním kolem neskončí, neboť bude ještě reprezentovat Moravskoslezský kraj v celostátním finále Miss Babička, které se připravuje na listopad 2022 v Olomouci.“

Děkuji za rozhovor a na závěr slova držitelky poslední Miss Babča z roku 2019, kterou se stala paní Dagmar Samsonová. Jak s odstupem let vzpomíná na účast v soutěži:

„Do soutěže mne přihlásili senioři od nás z Bruntálu. Nejdříve jsem se zdráhala, ale pak jsem si to rozmyslela a řekla si, a vlastně proč ne. Je to výzva. Dnes jsem jim za to



vděčná, že mě přihlásili. Pro mne to bylo jedno z nejúžasnějších a nejzajímavějších období mého života. Organizace soutěže byla naprosto perfektní. Všichni soutěžící jsme začínali doslova "nepolíbení". Všechny účastnic bylo na takové akci poprvé a neměly jsme žádné zkušenosti. Vlastně jsme byli všichni závislí na Zdeňkovi a na Šárce, jak nás povedou a co pro nás připravili. Nejnáročnější bylo zvládnout choreografii společného vystoupení na úvod. Jezdila jsem do Ostravy na zkoušky, a to bylo velmi důležité. Jedině tak jsme to zvládli. Hlavně to považuji za přínos, protože se mezi soutěžícími utužovaly vztahy.



Miss Babča z roku 2019, paní Dagmar Samsonová

Co se týká finále soutěže, tak je přirozené, že nervozita byla. Každý si uvědomoval, že musí vystoupit v tak velkém sále před lidmi, mluvit sám za sebe, a že to bude náročné. Nicméně musím říct, že jsme všichni cítili podporu od obecenstva a byla tam skvělá atmosféra. Pro mne samozřejmě bylo nejsilnějším zážitkem to, že jsem byla vyhlášena diváky jako Miss sympatie a následně porotou jako Miss Babča 2019. Všem bych to přála zažít a proto říkám, běžte do toho! Je to úžasné a krásně si to užijete. Myslím totiž, že si to zasloužíme i v našem krásném zralém věku prožít ještě něco tak úžasného."

A co byste na závěr vzkázala našim čtenářkám?

"Děvčata, jestli jen trochu přemýšlíte, zda byste se této soutěže měly zúčastnit, neváhejte ani chvíli. Věřte, že to, co se vám dnes zdá jako něco nepředstavitelného vám obohatí váš život. Získáte nové zkušenosti a poznáte mnoho zajímavých lidí. Navíc, já už se těším na den, kdy budu moci jedné z vás předat korunku pro Miss Babča 2022."

S protagonisty soutěže Miss Babča Zdeňkem Kačorem, Šárkou Zubkovou a vítězkou soutěže Dagmar Samsonovou rozmlouvala Ludmila Holubová

Kontaktní údaje:

Pro přihlášení do soutěže a v případě jakýchkoliv dotazů a informací volejte: tel. číslo Z. Kačor 725 059 550 nebo Š. Zubková 604 658 732.

E-mailové kontakty: z.kocor@dk-akord.cz nebo sarka.zubkova@ovajih.cz

Osobnost kraje

Pokračování ze str. 1

Slavnostní vyhlášení ankety je plánováno na letošní květen. „Dobrovolnictví je jedním z důležitých projevů společenské odpovědnosti. V nejtěžším období pandemie jsme jej podpořili kampaní BoSmePartyja, díky které v našem kraji přibýlo lidí, kteří jsou ochotní nezištně pomáhat seniorům, klientům sociálních zařízení a dalším potřebným. Dobrovolníka jsme vloni ocenili poprvé, věřím, že tak vznikla tradice, která dobrovolnictví podpoří a upozorní na něj.

Cena samozřejmě děkuje nejen jedné konkrétní osobě, má být poděkováním všem, kteří se do dobrovolnictví zapojili," vysvětlil hejtman kraje Ivo Vondrák a doplnil, že nominace v této soutěži mají zasílat organizace, ve kterých dobrovolníci působí, a ADRA. Toto ocenění totiž kraj vyhláší společně s Regionálním dobrovolnickým centrem.

Do ankety Osobnost Moravskoslezského kraje mohou lidé zasílat nominace pomocí formuláře, který najdou v regionálním tisku. Vyplněný formulář mohou zaslat poštou na adresu Krajského úřadu MSK nebo naskenovaný e-mailem na adresu osobnost@msk.cz. Nominovat lze také elektronicky, na webových stránkách kraje je k dispozici elektronický formulář.

FN Ostrava otevřela Onkologickou kavárnu

Fakultní nemocnice Ostrava má poprvé ve své historii vlastní tým dobrovolníků. Právě oni zajistí každodenní provoz kavárny, která vznikla v prostorách čekárny chemoterapeutického stacionáře Kliniky onkologické.

Čekárnou kliniky denně projde až 150 pacientů, často s doprovodem. Od konce prosince se mohou všichni občerstvit kávou nebo čajem. „Prozatím máme přihlášených 18 dobrovolníků. Potřebovali bychom ale tým, ve kterém jsou seniorky, ženy na rodičovské dovolené i nezaměstnaní, rozšířit," uvedla koordinátorka dobrovolnické činnosti ve FN Ostrava Simona Honsová a připomněla, že tuto práci může dělat člověk, který je trestně bezúhonný, očkovaný nebo po prodělaném covidu. Další podrobnosti zájemci o dobrovolnictví obdrží na adrese simona.honsova@fno.cz nebo na telefonním čísle 704 682 531."



Otevření kavárny přivítal i přednosta Kliniky onkologické FN Ostrava doc. MUDr. Jakub Cvek, Ph.D., MBA. „Každý pozitivní vjem, který můžeme našim pacientům během jejich pobytu na naší klinice nabídnout vítám. K úspěšnému uzdravení určitě napomáhá i prostředí, ve kterém se nemocný léčí," uvedl docent Cvek při slavnostním otevření kavárny. Její plynulý provoz pomohou zajistit také studenti Střední školy hotelnictví, gastronomie a služeb Šilheřovice. Jednou z dobrovolnic je Eva Ščiglová. Před odchodem do důchodu pracovala jako vedoucí skladu. V kavárně chce pracovat i proto, že pacienta s onkologickou diagnózou měla ve svém nejbližším okolí.



Dvoustránka Krajské rady seniorů

Vážení senioři a čtenáři SeniorTipu,

úvodem se chci krátce vrátit k roku 2021. Po volební konferenci (prosinec 2020) Krajská rada seniorů Moravskoslezského kraje (dále jen KRS) v roce 2021 pracovala v novém složení, ve kterém je nyní zastoupeno více seniorských organizací kraje. Přes vydaná hygienická opatření k pandemii covid-19, kdy činnost KRS a organizací seniorů kraje byla značně omezena, byla zabezpečena plánovaná jednání KRS s organizacemi seniorů, byly uskutečněny aktivity představitelů seniorských organizací okresu Frýdek-Místek a města Ostravy. Dále byly zorganizovány přednášky s důrazem na bezpečnost seniorů. V průběhu roku 2021 se do naší krajské organizace přihlášly další kluby a organizace seniorů, čímž se zvětšil celkový stav krajské organizace na 61 organizací obcí a měst kraje s celkovým počtem zhruba 8500 seniorů. V roce 2021 došlo k celkovému navýšení o 10 nových organizací oproti roku 2020.



Krajská rada seniorů vyhlásila kampaň "Hledáme neaktivnější seniorskou organizaci v boji proti "covidové pandemii", jejichž výsledky byly vyhlášeny s udělením plaket v rámci kulturního programu setkání seniorů kraje 1.10. 2021 v Českém Těšíně.

V měsíci říjnu 2021 se nám po roce odkládání podařilo zorganizovat 3. ročník Seniorského kvízu. Akce proběhla v rámci oslav MDS v obci Střítež a zúčastnilo se 21 tříčlenných družstev z kraje. Soutěžilo se v 10 tématických okruzích po 10 otázkách a zvítězilo družstvo Ostrava 2. SeniorKvíz se těší velkému zájmu seniorů. Akce byla podpořena obcí Střítež a zorganizována byla na vysoké společenské úrovni.

Získané finanční prostředky formou dotací a darů ekonomicky a materiálně zabezpečily další rozvoj činnosti KRS, která byla zaměřena především na vytvoření podmínek k podpoře zdravého stárnutí seniorů kraje, jejich setkávání se, výměně zkušeností a vzájemné pomoci jednotlivých seniorů a seniorských kolektivů. Rovněž zabezpečily personální oblast ekonomické činnosti a administrativy KRS. Největší podporu jsme získali od Moravskoslezského kraje.



V roce 2021 KRS zorganizovala 3x řádné jednání KRS (Velká Polom, Frýdek-Místek, Ostrava) a 2x korespondenční. Předseda KRS se zúčastnil mimo jiné 1x zasedání předsedů KRS v Praze a 3x Kolegia RSČR rovněž v Praze, dvě byla řešena korespondenčně. V měsíci květnu jsme na 4. sjezdu korespondenčně zvolili nové vedení RSČR a důstojně oslavili 10. výročí založení KRS. V září a říjnu proběhly naše největší krajské akce, které byly podrobně vyhodnoceny v průběhu roku 2021 a o kterých jste si vše přečetli na stránkách SeniorTipu. Byly to krajské sportovní hry v Kopřivnici (2. září) a Setkání seniorů kraje s oslavou MDS

1. října v Českém Těšíně. V listopadu jsme zajistili účast reprezentantky kraje v republikovém finále Miss Babička 2021 v Olomouci, kterého se zúčastnila paní Honyšová z ostravského klubu Akord.



Pro propagaci naší práce a našich akcí jsme využívali především elektronickou komunikaci, webové stránky, seniorský tisk - časopisy Doba seniorů a čtvrtletník SeniorTip. Na velké akce v městech byla přizvána lokální média (Kopřivnice, Český Těšín) včetně ČT.

Vážení senioři,

KRS ještě v prosinci 2021 zaslala Radě seniorů ČR "Stanovisko KRS" k řešení problematiky možného zrušení slev jízdného pro seniory, k podpoře jednání s ministry nové vlády ČR a zpracovala na rok 2022 plán práce, se kterým vás v tomto vydání ST seznamujeme. Rok 2022 bude složitý, ale jsem přesvědčen, že po určitém útlumu seniorské činnosti způsobeném pandemií Covid-19, se činnost především v klubech a organizacích seniorů postupně vrátí k normálu. V únoru letošního roku KRS vyhlásila kampaň "Senior/ka kraje roku 2022". Podmínky podání přihlášek, způsob vyplnění a hodnocení navrhovaného seniora/ky jsou zveřejněny na webu. Výsledky kampaně budou vyhlášeny 1.10. 2022 v rámci slavnostního odpoledne oslav MDS. Na měsíc duben připravujeme v obci Háj ve Slezsku vědomostní jarní SeniorKvíz a v posledním týdnu měsíce června 2022 krajské sportovní hry. Termíny podání přihlášek a organizace provedení budou rovněž včas zveřejněny na našich webových stránkách www.ms-seniors.cz.

Vážení čtenáři, milí senioři,
přeji vám všem prožití krásných jarních dnů a především pevné zdraví. Těším se na setkání při našich společných akcích.

Předseda Krajské rady seniorů MSK
Ing. Pavel Gluc

Nepřehlédněte!



Krajské sportovní hry se budou konat 28. června v Kravařích. V současné době pracujeme na propozicích, které obdržíte a také budou i na webové stránce. Přihlášky zašlete do 16. května 2022.

Krajská rada seniorů Moravskoslezského kraje vyhlásila pro rok 2022 kampaň "Senior/seniorka kraje roku 2022", propozice a pokyny k podání přihlášky jsou k dispozici na webových stránkách KRS.



Moravskoslezského kraje

Krajská rada seniorů představuje plán aktivit pro rok 2022



Plán práce Krajské rady seniorů Moravskoslezského kraje vychází ze závěrů sjezdu Rady seniorů České republiky, Střednědobého programu Rady seniorů České republiky, ze Stanov Rady seniorů České republiky a dokumentů přijatých na zasedání Krajské rady seniorů Moravskoslezského kraje a jejího předsednictva.

Hlavní úkol:

Trvale usilovat o řešení problémů seniorů a jejich organizací, popřípadě řešit spoluúčast seniorů na rozhodovacích a připomínkových rozhodnutích samosprávních orgánů MSK. Dosáhnout stavu, kdy se o problémech života seniorů nebude rozhodovat bez možnosti vyjádření se samotných seniorů.

Další úkoly:

a/ oblast vnitřního života:

1. Pokračovat v upevňování spolupráce s představiteli samospráv kraje a zejména obcí s rozšířenou působností především se zaměřením na seniorskou populaci.
2. Poskytovat pomoc poskytovatelům služeb při organizování odpočinkových, relaxačních a dovolenkových pobytů seniorů.
3. Prostřednictvím web. stránek KRS a seniorských periodik zvýšit informovanost seniorů o dění v seniorském hnutí v kraji, městech, obcích a v samotných organizacích seniorů.
4. Vyhlásit kampaně "Hledáme nejaktivnější seniorské organizace v roce 2022" a "Senior/ka roku 2022".
5. Spolupracovat s hospodářskými, podnikatelským subjekty, neziskovými organizacemi a spolky kraje s cílem vytvářet podmínky pro další zkvalitnění života seniorů.
6. Provést setkání představitelů KRS MSK se zástupci klubů a organizací v okresech Karviná, Bruntál a Nový Jičín, zorganizovat setkání k seniorské problematice se starosty městských částí Ostravy.
7. Tam, kde dosud nebyly ustanoveny, podporovat vytváření a ustanovení městských rad seniorů s důrazem na statutární města kraje. Organizačně a metodicky podporovat územní rady seniorů a členské organizace kraje při pořádání okresních a mikroregionálních aktivit.
8. Svými zástupci v celostátních seniorských orgánech a institucích důsledně prosazovat zájmy a potřeby moravskoslezských seniorů, úzce spolupracovat s krajskými radami seniorů České republiky.
9. Podle pokynů RSČR provést v krajské organizaci RSČR jednotnou evidenci členů a zavést nové členské příspěvky.

b/ oblast zájmové, kulturní, sportovní činnosti a bezpečnosti seniorů

1. Uspořádat setkání seniorů kraje u příležitosti Mezinárodního dne seniorů 1. října 2022.



2. V červnu zorganizovat "Krajské sportovní hry seniorů 2022". Zabezpečit přípravu a účast reprezentačního družstva seniorů na celostátních sportovních hrách RSČR.

3. Být připraveni na vyžádání organizačně a metodicky poskytnout pomoc seniorským organizacím kraje při organizaci různých kulturních, sportovních aktivit nebo poznávacích zájezdů a případně být nápomocni při naplnění početního stavu organizované akce.

4. V rámci zábavného odpoledne uspořádat přehlídku uměleckých dovedností seniorů (říjen).

5. V dubnu a říjnu uspořádat všeobecný SeniorKvíz.

6. Pokračovat s organizací besed ke zdravotní a bezpečnostní problematice přímo v místech organizací s důrazem na společenskou bezpečnost seniorů. Prostřednictvím organizace SOS zdarma nabídnout klubům a organizacím přednášky s důrazem na oblast nekalých praktik vůči seniorům.

7. Významně podporovat mezigenerační aktivity.

8. Ve spolupráci s KD AKORD v Ostravě-Zábřehu zorganizovat soutěž "Miss Babča 2022" a vítězku soutěže delegovat do republikového finále RSČR.

9. Prostřednictvím okresních koordinátorů pravidelně informovat seniorské organizace kraje o možnostech a nabídkách umělců, souborů, lektorů a jiných obdobných subjektů a předávat doporučení z organizování různých kulturních, sportovních aktivit nebo poznávacích zájezdů. Být nápomocni při naplňování početního stavu organizované akce, případně být připraveni na vyžádání poskytnout organizační a metodickou pomoc při její realizaci.

c/ oblast mezinárodních vztahů a mezinárodní spolupráce

1. Navázat spolupráci se slovenskými seniory a seniory Polska.

Všechny uvedené termíny v Plánu práce mohou být v závislosti na vývoji pandemie COVID 19 v České republice změněny nebo akce zrušeny! Upřesnění termínů a případné změny budou včas řešeny a informace zveřejněny především na webových stránkách krajské rady www.ms-seniors.cz a v e-mailech členským organizacím KRS.

Rozsah a způsob provedení a zabezpečení plánovaných akcí se bude odvíjet od získaných dotací a ekonomického zabezpečení! Plán práce byl schválen na 5. zasedání Krajské rady seniorů v Ostravě 9. prosince 2021

Možnosti e-mailového spojení s Krajskou radou seniorů Moravskoslezského kraje:

web.krs@ms-seniors.cz

pro zveřejňování příspěvků o činnosti (krátká zpráva + foto)

aktivita-krs@ms-seniors.cz

přihlášky na vyhlášené akce KRS MSK

krajska.rada@ms-seniors.cz

řešení problémů života seniorů a v seniorské činnosti

Pamětníci, vzpomínejte! Vzpomínky, které si nosíme v hlavě mají nevýhodu, dokud je nenapišeme na papír nebo nevyprávíme, nemůže do nich nikdo nahlédnout...

Vzpomínka na květnové pobožnosti

Měsíc květen je v archivu města Příbor zakotven! Je tady sepětí generací! Už naše maminka (ročník 1931) byla na první májové pobožnosti v prostoru kapličky PASEKY (Zemanova kaplička). Paseky se rozkládají mezi dvěma městy na Lašsku - je tu Kopřivnice a je tady Příbor. Okolo naší kapličky jsou samá pole! A když skončila práce na poli, tak se po celý měsíc květen - s přicházejícím večerem - věřící majitelé zemědělské půdy scházeli právě v této kapličce. První a poslední májová pobožnost byla slavnostní. Děvčata byla oblečena v bílých šatech. Začínal se modlit růženec. Zpívaly se vybrané písně v nám dobře známé lokalitě - Písně k panně Marii Pasecké. Následovaly Litanie loretánské. Májový obřad vrcholil zpěvem s prosbou za dobrou úrodu na poli. Zde se květnovým pobožnostem říká "MÁJŮVKY".

Stejně tak vzpomínka patří i pouti k sv. Janu Nepomuckému v lokalitě Příbor - Benátky. Před poutí se věřící scházejí u kapličky Panny Marie Lurdské - každý den, po celý týden. V neděli odpoledne - k modlení sv. růžence - hraje kapela muzikantů. Zpívají se dvě písně k sv. Janu Nepomuckému. Je přítomen i místní farář našeho města Příbor - Jindřich Švorčík. Závěrem kapelník Zdeněk Pukovec se svým Sdružením hudebníků Příbor hraje pochody Františka Kmocha. Jsme na Lašsku, a tak následuje pohoštění - malé kulaté koláčky a nechybí ani káva a víno.

Karel a Vladimíra Greinerovi



Začtete se do vzpomínkových příběhů z publikace projektu Knihovny města Ostravy nazvané Paměť Ostravy

Čtení v Ostravě

Již více než před 50 lety, v krásných 60. letech, jsem hnán touhou čerpat všelijaké možné vědomosti, začal navštěvovat tenkrát zcela nově otevřenou knihovnu v kulturním domě

na náměstí SNP v Ostravě-Zábřehu (dnes KD Akord).

Velmi se mi zde líbilo a po škole jsem zde trávil mnoho času prohledáváním regálů, čtením úryvků všemožných knih a záhy jsem již jako pokročilý čtenář znal autory, kteří mne nejvíce oslovili, jejich knihy byly pro mne velmi přitažlivé a zábavné, a tak jsem již po příchodu rovnou zamířil k oddělení, kde se pod daným písmenem skrývala jejich díla, která jsem si postupně půjčoval domů, kde jsem pak některé z nich četl i dvakrát či třikrát, tolik jsem byl do své nové záliby ponořen.

Po zhruba jednom roce, během něhož jsem málokterý den vynechal, abych navštívil "svou" novou knihovnu, jsem před knihovnou potkal své tehdejší spolužáky, kteří nebyli zdaleka tak čtenářsky zdatní a nadchnuti touto zálibou jako já. Zjevně si mysleli, že i já jsem jako oni a svůj volný čas po škole trávím při venkovních dětských hrách jako oni, nikdy

jsem jim také o svém způsobu trávení volného času nic nepovídal, snad ze strachu, abych se nestal terčem jejich posměšků.

Toho dne mne tito nečtenáři překvapili, jelikož již toho dne očividně "mou" knihovnu navštívili, protože mne hned varovali, ať tam nechodím, jelikož se právě koná soutěž ve znalosti četby, o čemž jsem skutečně nevěděl. Tato informace mne však naopak velmi zaujala a ihned jsem pospíchal dovnitř, abych se této pěkné soutěže mohl zúčastnit. Soutěžní otázky pro mne coby ostříleného knihomola byly velmi jednoduché a k údivu mému a ještě více k údivu mých nečtenářských spolužáků, kteří mé klání sledovali coby fanoušci, jsem s přehledem tuto nečekanou soutěž vyhrál a odnesl jsem si první věcnou cenu, bohužel si již po tolika letech nepamatuji, co to přesně bylo. Od té doby jsem nepřestal být věrným návštěvníkem knihoven, v posledních letech se jedná především o knihovnu ve Výškovcích.

Jiří Ptáček

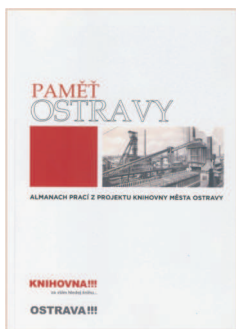
Panu učiteli s láskou

Na druhém stupni základní školy jsme před téměř čtyřiceti lety měli dostat za třídního učitele člověka, který mně naháněl strach, protože měl velkou autoritu nejen u dětí, ale i u kolegů a kolegyň. Byl vysoký, hřmotný a všude jej bylo plno. Když někoho okřikl, bylo to slyšet po celé škole. Hned 1. září mě strach přešel. Pan učitel Antonín Uher si nás všechny získal během první vyučovací hodiny. Nejen, že měl hluboké znalosti předmětů, které učil, ale patřil mezi ty, kterým se říká renesanční lidé. Zkrátka měl přehled o všem, ale jeho největší láskou byl dějepis. Tuto lásku jsme sdíleli společně, protože mně maminka vyprávěla odmala místo pohádek příběhy z našich i evropských dějin a vypěstovala ve mně celoživotní zájem o historii.

Vyučovací hodiny pana učitele byly nejlepší, nejzajímavější a všichni jsme se na ně těšili, protože dokázal pro historii nadchnout i ty největší zlobivce a záškoláky. Dokonce při svých hodinách nechával otevřené dveře, jak jsem až později pochopila, asi trpěl klaustrofobií. Plánoval pro naši třídu školní výlety, ale ne jen tak ledajaké. Jezdili jsme autobusem na čtyři i pět dní po naší vlasti a viděli tak celé jižní Čechy, část Moravy a celou Prahu. Náš pan učitel s chováním žáků nikdy problémy neměl. Vzpomínáme na tyto výlety i po mnoha letech, kdy jsme zajeli s autobusem na kraj lesa, a na propan butanu se vařily v hrnci párky pro všech čtyřicet účastníků, celou cestu se hrálo na kytary a zpívalo, na společnou noc v klášteře v Jindřichově Hradci, na procestované hrady a zámky a na to, jak nás v Praze neskutečně bolely nohy. Viděli jsme díky němu mnohé památky, zajímavosti a dozvěděli se podrobnosti, které si ještě dnes pamatujeme. Když teď cestujeme s manželkou a syny po republice, vždy si vzpomenu na místa, kde jsme byli s naším panem učitelem a jsem mu vděčná, že jsem měla možnost trávit čtyři roky v jeho třídě, nasávat informace, které nám vždy zábavnou formou poskytoval a také tímto způsobem zkoušel.

Po skončení gymnázia, když už jsem pracovala v knihovně, jsem jej stále navštěvovala v jeho kabinetě a chodila jsem se s ním radit o besedách, které jsem dělala pro základní školy. Pan učitel vždy přišel na setkání spolužáků a všichni jsme se na něj těšili, protože jsme i po mnoha letech cítili, že nás má rád, není mu jedno, jak se nám vede a je hrdý na naše úspěchy. Bohužel již není mezi námi, ale pro mě už navždy bude nejlepším učitelem a také člověkem a jsem ráda, že jsme se v životě potkali.

Ivana Timková





To byly časy

Peču králíka. Voní z trouby tak líbezně, že vyvolal vzpomínky, nakonec až překotné. Však poslyšte.

Dětství - doma jsme mívali velkou králíkárnou; o králíky se staral děda Gross a králíček často voněl na talíři. Mívali jsme i slepice, krůty i husy a jednou dokonce i prasátko. To bylo za války, dávno tomu, chov zvířat byl tehdy zakázán. Kontrolovat to chodil náš soused, pan učitel Králíček a ten u branky vždy řekl - vy nemáte jistě nic (!), ačkoliv dobře věděl, co se u nás na dvorku děje - a nejen u nás. To byla tehdy od něj velká statečnost. Obilí a šrot se sháněl tajně, poněkud ve mlýně. Doma jsme měli šroták na ruční pohon a ten se používal u dědy v pokoji, protože jeho okno vedlo do zahrady, odkud to na ulici nebylo slyšet. Husy se vykrmovaly v dřevěné posadě ve sklepni prádelně, aby nebylo slyšet jejich kejhání. Ale ony byly intenzivním krmením tak oblíbené, že většinou spaly. Maminka je krmila šiškami, které se pro ně pekly na plotně v kuchyni; ráda jsem z nich uždibovala.



Tenkrát, za války, nebylo skoro žádné maso, a tak to bez tajemného domácího chovu nešlo. Všechno bylo na příděl a všeho byl nedostatek, masa, mouky, cukru... Mléko se nalávalo šufánkem z velkých nádob do bandiček a ještě mlékařka ho dolila vodou, aby vyšlo pro všechny. Jednou maminka dostala někde smetanu; jedli jsme ji ušlehanou nábožně večer za zataženými okny, já poprvé v životě (narozena 1935) a dodnes na to nemůžu zapomenout.

Nebyla ani zubní pasta, jen malé růžové kostky bůhví z čeho. Kartáčkem se po tom šmudlalo a tím se čistily zuby. Ovšemže to nepěnilo. Neexistoval toaletní papír, řezaly se noviny na malé kousky a ty byly k dispozici na venkovním hajzlíku, kam se chodilo i v noci. Potmě ovšem, svítit se nesmělo kvůli náletům. Nebyl ani tabák, jen málo - také na příděl - a tak, kdo měl zahrádku, pěstoval si tam svůj tabák. U nás byl záhon tabáku pod kuchyňským oknem.

Ke konci války Němci vláčeli průvody zajatců pěšky také našimi ulicemi a to byli takoví ubožáci, že lidé, i když sami měli nouzi, těm zajatcům dávali, co mohli k jídlu; většinou to němečtí vojáci tolerovali. Živě si pamatuji, jak na jednom chodníku po takovém transportu zůstaly drobký z chleba. To se o něj ti chudáci poprali.

Pro vodu se chodilo ke studni na zahradě. Až po válce, v padesátých letech to bylo možné svépomocí napravit. To tenkrát přišli soudruzi na kontrolu, zda jsme materiál neukradli a já jako malá holka jsem je vodila po domě a oni všude šťourali a vidlemi píchali do sena na dvorku. Tatínek byl v práci, maminka měla nervy nadranc, brácha taky byl někde, tedy jsem je vodila já; myslím, že se i přede mnou styděli. Taková to byla ubohost.

Ale zpátky k válce. Na jejím skoro již konci se začaly objevovat konvoje německých uprchlíků před postupující Rudou armádou. Seděli hladoví na různých vozech, někoho táhli koně, někoho dokonce krávy a i ta zvířata sotva stála na nohou. V naší ulici se na několik týdnů taky usadili, neměli už sílu jít dál. Němky s dětmi získaly útočiště ve škole, takže my domácí děti jsme měly prázdniny. A zase, i jim lidi dávali jídlo, i těm zvířatům, na tu bezradně se nedalo koukat. V té době, pamatuji si, jak maminka plakala, že nám nemůže dát víc jídla. Musela nám odměřovat cukr, chleba, všechno - bratr dospíval, ten trpěl nejvíc.

Nebyly pořádné boty, v létě nosily ženy i děti dřeváky, na zimu šli ševci válenky ze všeho možného a kdo měl doma podrážkovou kůži, to byl král.

Po válce, v létě, šli domů i odzbrojení němečtí pěšáci, odpočívali na náměstí pod lipami na úpatí kostela. Už jsme se jich nebáli. Ale esesmani takové štěstí neměli. Ti z našeho okolí byli pochyťáni, zavřeni ve statku u Adamců a nakonec vedeni přes město k židovskému hřbitovu. Tam jsme si jako děti hrávali, ale s tím byl navždy konec. Esesmani tam museli vykopat jámu a v ní všichni skončili, postřílení horlivými chlapy. Leží tam kdesi dodnes, ještě dnes slyším jejich poslední kroky i střelbu, která se potom nesla do daleka. V létě roku 1945 bylo město plné ruských vojáků, oficií bydleli po domácnostech. U nás bydlel Pavel Arsentijevič Tkačenko, ukrajinský učitel. Často se napil, a potom plakal a vylejval ze sebe všechnu hrůzu, kterou prožil. Jednou mi plakal do mých vlasů, on věděl, že už se domů ke svým dětem nevrátí, protože všichni "Rusové", kteří viděli, jak se žije u nás, dokonce po válce, nesměli se domů vrátit, aby o tom nemohli vyprávět. Když se s námi Pavel loučil, plakali jsme všichni a rodiče mu dali na cestu dárky pro jeho ženu i děti. Potom jsme mu psali, ale on nikdy neodpověděl, až jsme po čase pochopili, co se s chudákem stalo. Bůh ví, jak skončil.

Ještě z války hrozná vzpomínka z odvodu koní; sedláci museli dát Němcům své koně s vědomím, že ta ušlechtilá zvířata jdou do války na smrt. Jejich hospodáři byli zoufalí ze své bezmoci. Pamatuji se i na dobu počátků Protektorátu a na to, jak maminka poprvé přinesla domů lístky na přídělové jídlo a plakala do šuplete, kam lístky ukládala. Až po válce byli všichni plni elánu, chodilo se nadšeně na brigády. I maminka chodila sklízet řepu a cokoli bylo třeba. Všichni chtěli znovu normálně žít. Ale všechno dopadlo jinak. To už jsem dojížděla vlakem do primy gymnázia a tu jednou ráno v davu lidí jdoucích z nádraží do města, proti nám běželi kameloti různých novin a křičeli - byl únor. My jsme pak stáli zděšeně před gymplem a nechápali, že zemřel milovaný Jan Masaryk. V padesátých letech mě nechtěli místní soudruzi pustit k maturitě, protože "maminka nosila klobouky a já jsem se povyšovala". Na štěstí, ředitel gymplu, i když dosazený komunista, byl rozumný, dokonce mi o tom řekl a maturitu jsem absolvovala.

Bratr byl před únorem předsedou tehdejšího Svazu mládeže, hoši měli dobrou kapelu a hráli i divadlo a bylo to fajn. Ale po únoru převzal žezlo po bráchovi jistý místní ožrala a bylo po všem. Mne zachránilo, že jsem se mohla uchýlit mezi mládež na gymplu. Je pravdou, že jsem nikdy v životě nikoho neoslovila "soudruhu", vždy jen pane a paní a přežila jsem to. No holt jsem se "povyšovala".

Celé dosavadní klasické vzdělání bylo pokřiveno dědkem Nejedlým. Na gymplu zrušil první čtyři třídy, primu až kvartu a já jsem se z primy musela vrátit do měšťanské školy. Když jsem se později na gympl vrátila do bývalé páté třídy, do kvinty, majíc dle očekávání před sebou čtyři klasické třídy s řečtinou i s latinou, zas bylo zle. Nejedlý zkrátil studium ze čtyř na tři roky, zrušil řečtinu a z latiny udělal nepovinný předmět a jiné úpravy. Když jsme z tohoto zmatku nakonec přece jen odmaturovali, vyrobili jsme si krásné maturitní tablo pro veřejnost. Ale protože jsme v záhlaví uvedli staré označení školy "Reálné gymnázium", cenzura nám tablo spálila v kotelně. Na ty roky mohu vzpomínat s jistou láskou jen díky profesorům a profesorkám, kteří se v těch poměrech snažili nás o nic neošidit. A že jsou tyto vzpomínky opravdu překotné, není divu; mnohé jsou víc než sedmdesát let staré.



Překrásná příroda, křišťálově čisté ovzduší a dobrosrdeční místní obyvatelé

Stalo se už tradicí, že **Klub učitelů seniorů města Havířova** organizuje ozdravné a rehabilitační pobyty na Slovensku. Zejména Vysoké Tatry - Tatranská Štrba a Starý Smokovec byly v minulých letech jejich oblíbené destinace. Tentokrát padla volba na méně známé místo-Pieniny, které leží severovýchodně od Vysokých Tater.

Překrásná příroda, křišťálově čisté ovzduší a dobrosrdeční místní obyvatelé - Gorale jsou dokonalou vizitkou Pieninského národního parku. Ubytovali jsme se přímo v jeho středu - v chatě Pieniny penzionu "U Gorala", kterou vede skutečný goral Ján Gondek. Perfektní personál a vynikající jídlo a pití jsou zde samozřejmostí.

Kromě turistických vycházek do okolí jako je například svérázná dědina Lesnica, historický klenot a nyní lázně Červený kláštor a také polské lázně Szczawnica, jsme absolvovali atraktivní čarokrásnou jízdu na dřevěných vorech - goralských pltích po řece Dunajci. Tato dravá vysokohorská řeka zde ve skalách vymodelovala okolo 9 km dlouhý Prielom, který zde vytváří sedm ostrých zákrut a ty jsou součástí čtyř meandrů mezi skalami tyčícími se až 460 m nad hladinou řeky Dunajec.

Spokojení, odpočatí a plní dobrých dojmů jsme se ovšem rádi vrátili zpět do našeho, také neméně krásného města Havířova.

Vilém Uher, předseda Klubu učitelů seniorů, Havířov

Novoroční vycházka přes šilheřovický kopec

Petřkovičtí senioři jako každým rokem pořádají novoroční vycházku. Letos se nás sešlo opravdu hodně. V pátek 7. ledna jsme se sešli u KD Petřkovice a vyrazili přes šilheřovický kopec, kousek lesem kolem kasáren směrem na Koblov. Někteří šli pěšky (kolem 30 osob) a někteří jeli autobusem, případně se dopravili autem. Procházka to byla celkem náročná, ale cestou jsme se příjemně bavili a také občerstvili dobrým mokaem.

Všichni jsme se ale nakonec sešli v Koblově u pana Januse, kde na nás čekalo občerstvení. Celkem se nás sešlo kolem 55 členů. Moc jsme se všichni na sebe těšili, zábava byla skvělá a doufáme a těšíme se, že se brzy sejdeme na další seniorské akci.

ZO SČR Petřkovice, Jaroslava Petřiková



↑ Senioři z Klubu učitelů Havířov
Goralské plťe na řece Dunajci (ilustrační foto) ↓



Chcete se naučit pracovat s PC?



Máme pro Vás jednoduché řešení: Přihlaste se do **počítačového kurzu pro ZAČÁTEČNÍKY**, který pořádá Spolek Druhé Svítání.

Kurz je určen těm, kteří se chtějí naučit pracovat s počítačem, využívat služeb internetu a elektronické pošty. Naučíme vás organizovat si dokumenty či fotografie do

složek, psát texty ve Wordu a mnoho dalšího. Cílem je naučit seniory těmito základům a pomoci jim překonat strach z nových technologií. Pomalejší tempo výuky a trpělivý výklad lektora je šitý na míru potřebám seniorů. Kurz se skládá z 8. lekcí, kdy každá lekce trvá vždy 2x 45 minut, výuka probíhá 2x týdně dopoledne.

Připraven je i **počítačový kurz pro POKROČILÉ**, kde se dozvíte jak si přenést, uložit a organizovat své fotografie z fotoaparátu či telefonu do svého počítače či notebooku, jak si stáhnout, uložit a upravit obrázek z internetu a mnoho dalšího. Kurz se skládá z 10. lekcí, každá lekce trvá vždy 2x 45 minut.

Výuka bude probíhat v Ostravě - Vítkovicích, na ulici Štramberská 2871/47 (poblíž Mírového náměstí, resp. bývalé restaurace Schönthal - dnes Osaka). Více na: www.druhesvitani.cz nebo tel.: 608 680 276.



Se starým rokem se rozloučili krásnou silvestrovskou vycházkou

I když se to nezdá, tak uběhl již nějaký čas, co jsme vstoupili do nového roku s přáním, aby byl lepší a radostnější než ty dva minulé.

Loňský rok byl poznamenán různými zákazy, přesto jsme však zorganizovali 16 plánovaných vlastních akcí a dalších 26 akcí pořádaných okolními spolky či institucemi jsme se společně zúčastnili. Trvající nejrůznější pandemická opatření pozměnila původní charakter klubové činnosti. Od shromažďování co největšího počtu účastníků bylo upuštěno, ale připravuje se větší počet nejrůznějších aktivit z daleko širšího zájmového spektra, které svým zaměřením oslovují menší počet účastníků. Programy akcí a zájezdů se dolaďují kreativně "pár dnů" předem. Důraz je kladen na pomoc členům a jejich dobrou informovanost o dění v obci prostřednictvím e-mailového informačního seniorského kanálu či úsekovými důvěrníci.

V listopadu po vydařeném Čaji o páté jsme se mnozí setkali při večerní procházce na lampiónovém průvodu a obhlíželi jsme výzdobu v centru naší obce. Rovněž si někteří nenechali ujít možnost návštěv Mezinárodního festivalu outdoorových filmů ve Společenském domě.



Středisko volného času Vratimov ukončilo po 10 lekcích seniorský kroužek výuky rychlé chůze s holemi Nordic Walking 2021 a naše účastnice byly za své výkony odměněny. Rovněž projekt Bejvávalo 2021 byl zakončen zbývajících třemi zájezdy. První byl za poznáním ostravských prvorepublikových kaváren, pracovního procesu v Dolní oblasti Vítkovic a výhledy z věže Nové radnice a z Bolt Tower. Při druhém zájezdu "Tu sme rubali" jsme poznali šachtu Anselm na Landeku a středověkou válcovnu v Liberty. Závěrečný zájezd byl za poznáním zámku v Paskově s oživením vzpomínek ze všech sedmi výprav.

Druhý svátek vánoční si naši senioři již tradičně zpřijemnilí návštěvou vánočního koncertu v kostele sv. Michaela archanděla v Řepištích, kde svůj repertoár přednesl Pěvecký kroužek při ZŠ Řepiště pod vedením Oldřišky Honsové a Svatomichaelský pěvecký sbor vedený Mgr. Hanou Kukučkovou.

Se starým rokem jsme se rozloučili silvestrovskou vycházkou na nedaleké poutní místo do Hájků. Ať jsme se tam dopravili pěšky, autobusem nebo autem, určitě jsme si všichni tuto společnou chvíli užili, po cestě si prohlédli hezky ozdobené domy i zahrádky, připomněli příjemné zážitky z našich předchozích akcí. Ocenili jsme již 44. silvestrovskou účast některých našich členek na tomto místě, zazpívali si, zahřáli se přineseným občerstvením i dobrou náladou a popřáli si sílu a zdraví do dalšího roku. Jen ta pravá sněhová přikrývka nám jaksi scházela.

Pro letošní rok opět připravujeme celou řadu zajímavých akcí, z nichž si bude moci vybrat každý podle svého zájmu. Jen co se blýskne na lepší časy a pomínou omezení. A že společná setkávání všem chybí, víme. Ale musíme se těšit, vždyť po každé zimě přijde jaro.

Tomáš Staníček, Klub seniorů Řepiště

Senioři si turnaj ve hře "Člověče, nezlob se!" užili

Po odmlce z důvodu pandemie se v listopadu konal již XIII. ročník turnaje ve hře "Člověče, nezlob se!". Z epidemičtých důvodů jsme nepozvali zástupce ZŠ M. Kudeřkové, kteří jinak každoročně náš seniorský turnaj omlazují.

Turnaje se zúčastnilo 12 dvoučlenných týmů z klubů města Havířova. Hrál se vždy do dvou vítězů u stolků nebo 25 minut a vybrali se nejúspěšnější dva hráči. V prvním kole bylo vyřazeno 12 hráčů, ve druhém 6, v semifinále 2 a do finále se probojovali 4 závodníci.

Bramborovou medaili získala zástupkyně klubu seniorů Svazu tělesně postižených paní Zuzana Dojčinová, na třetím místě skončila zástupkyně klubu seniorů Dolu Barbora paní Emílie Svobodová, na druhém místě paní Magda Koudelková z Klubu učitelů seniorů a první místo po tvrdém a nelítostném boji vybojovala paní Marie Kolářová z klubu seniorů Dolní Datyně. Každý účastník obdržel věcnou cenu v podobě karet nebo stolních her a malé občerstvení, o které se postaral pořadající Klub seniorů při DPS Karvinská. Ceny, včetně diplomů pro výherce, předávala vedoucí odboru sociálních věcí Ing. Bernarda Urbancová. Dle ohlasů seniorů se odpoledne vydařilo.

Miroslava Lepíková,
odb. sociálních věcí města Havířova



Čas - tři písmenka, ale...



Soupeříme spolu už dlouho. Nejprve naše střetnutí měla podobu drobných potyček ve stylu Toma a Jerryho, pak přerostla v menší šarvátky a nyní už stojíme takřka na pokraji válečného konfliktu. Moje vyhlídky nepatří k nejlepším. Můj protivník mocně posílil, vydatně přezbrojil a začal vést jednotlivé útoky s nebývalou razancí a neutuchající vervou. O kom mluvíme? O čase.

Tři písmenka, ale co vše se za nimi skrývá! Nápad napsat krátké zamyšlení se mi vnučnul zcela prostě. Pořád jsem si opakoval, jak strašně nestíhám a jak nemám čas, až jsem si řekl: Tak o tom sakra napiš! Jenže zároveň s tím mi bleskla hlavou i druhá myšlenka: kolik fejetonů, úvah, básní, školních prací či rovnou celých románů už zaměřilo svou pozornost tímto směrem? Nevím.

To číslo musí být ohromné. Proč se tedy pouštět do něčeho, co už prošlo tolika zpracováními? Ano, nápad na článku o čase je asi stejně originální jako zápletky jistých nejmenovaných seriálů, ale přesto a právě proto se do toho chci pustit. Věřím, že i kdyby těch prací existovaly miliony, moje má smysl, protože se od těch všech bude lišit. Kdybych v to nevěřil, těžko bych mohl psát.

Na čas můžeme nahlížet z různých úhlů. Jinak ho bude vnímat básník a jinak fyzik. První o něm stvoří sáhodlouhé epické dílo, při jehož rozboru se dobrák češtinář bude rozplývat nad jeho géníem a studenti pocítí náhlý nával nenávisti. V hodinách fyziky se zapotíte při výpočtu příkladů s dilatací času. Sice mi je srdečné jedno, o kolik minut zestárne nereálný kosmonaut na nereálné vesmírné lodi letící nereálnou kosmickou rychlostí kdesi v předaleké galaxii, ale reálnou hodinu času tím zabiju.

Já se však chci pozastavit nad jedním fenoménem: „Nemám čas...“ Nezdá se vám, že tohle slyšíte všude kolem sebe až příliš často? Když se s někým bavíte kupříkladu o jeho koníčcích, plánujete nějakou akci, domlouváte se na činnostech, zadáváte úkoly... Neproniká do těchto rozhovorů ona kouzelná a tolik otravná formulka o nedostatku času? Kromě toho není snad zkoušení z cizího jazyka na téma záliby, volný čas, sport..., které by neuvozovalo tohle sousloví. Je tomu skutečně tak? Nemáme čas? Nebo se jedná pouze o náš alibismus? Profesor Arronax a kapitán Nemo spolu jednou na Nautilu rozmlouvali nad tímhle problémem. Došli ke krásnému závěru, že člověk má tolik času, kolik chce. Sám si určí, co kdy udělá, čemu dá přednost a podobně. Úžasné, stejně jako oni dva, jejich dobrodružství a nepotopitelný Nautilus. Ke svému štěstí se od nás liší - žijí pouze ve fantazii, kde je o mnoho lépe než v našem světě. Může tedy něco takového platit i na nás?

Někteří jste odpověděli ano, jiní ne. Svým způsobem máte pravdu vy i vy. Spíše se ale kloním k myšlence, že ne. Nedokážu se ubránit dojmům, že jsme se jako lidstvo ocitli v pasti. Že jsme sami sebe zotročili a spoutali v ohavném kolotoči, z něhož není úniku, a kterému se lze buďto podřídit, či se nechat semlít pod jeho koly. Jen si zkuste vyjmenovat, co všechno musíte udělat během jednoho jediného dne, týdne, měsíce, aniž byste si to přáli nebo tak činili s radostí. Kolik hodin denně skutečně rozhodujete o svém čase vy sami a kolikrát se řídíte rozkazy typu: „Musím...“?

Oponenti teď určitě chrlí námitky. Ano, беру je na vědomí. Určitě se dá z tohoto zakletého kruhu osvobodit. Třeba se na všechno vykašlat a dělat si, co se mně opravdu zamane. Jenže upřímně, pokud nemáte na účtu tolik peněz co já nedokončených úkolů, těžko to vydržíte delší čas. Naše rozhodování je mnohdy redukováno pouze na to, zda volíme po pozdním návratu domů, jestli si ještě na chvíli sedneme k televizi či k počítači, a nebo půjdeme rovnou spát, protože ráno musíme brzo vstávat. Plánujeme, protože nestíháme. Rozepisujeme si úkoly dlouho dopředu a pak se orientujeme podle toho, kolik času nám ještě zbývá, než je splníme. Přežíváme. Proč používám tohle slovo? Trápí mě neodbytný pocit, že spousta lidí už zapomněla žít. Ano, žít. Zní to divně, ale je tomu tak. Zamyslete se, zda skutečně žijete, či jenom přežíváte. Možná ten rozdíl nevnímáte tak silně jako já. Mě čas skoro porazil. Málem jsem zapomněl psát...

Asi by se hodilo vyštourat něco pozitivního na závěr. Napadá mě třeba tohle. Lidé se bojí času a čas se bojí pyramid. Jistě někteří vtipálci by ještě doplnili, že i pyramidy se bojí jedné hvězdy amerických akčních filmů, ale o to mi nejde, alespoň ne v první řadě. Nepostavili pyramidy snad lidé? Nedostáváme se tím tedy zase do jakéhosi zamořtaného kruhu? Svítá tu naděje, že jednou zkročíme i ten čas v náš prospěch nebo, že lidstvo prozře a osvobodí se z okovů, do nichž se samo uvrhlo? Možná, že tohle už někdy někdo napsal. Možná jsem právě objevil Ameriku. Možná mě považujete za podivína. Čert to vem, vždyť i ten Kolumbus tu hroudu země musel znovu objevit...



Tomáš Zárecký

Citáty moudrých o čase:

Ptáte se, jaký je univerzální lék na velkou bolest? Čas.
Božena Němcová, česká spisovatelka

Moře je veliké a oceán času nemá hranic; plivej do moře, človče, a ono se nevzedme, spílej svému osudu, a nepohneš jím.

Karel Čapek, český spisovatel

Nyní je čas pro mě, abych zemřel, a pro vás, abyste žili. Pouze Bůh ví, kdo z nás je na tom lépe.
Sókratés, řecký filozof

Ty nejlepší věci v životě mě nestály žádné peníze. To nejceněnější, co všichni máme, je náš čas.
Steve Jobs, zakladatel firmy Apple

Nemoc našeho věku. Ztrácíme příliš mnoho času naříkáním, že žádný nemáme.
Anna Seghers, německá spisovatelka



Draní peří



Začátkem února polevily tuhé mrazy, přibýlo dne a napadlo hodně sněhu. Sníh zasypal i krmítko pro ptáky, které musel Jeník čistit. Z okna pak s Anežkou pozorovali nálety sýkorek, stehlíků a dalších opeřenců, jak se hladově tahají o každé semínko. Tatínek se na ně ale zlobil:

„V zimě vás krmíme a v létě si odletíte do lesa, nevděčnice jedny!“ Anežka věděla, že jen žertuje,

denně krmítko doplňoval semínky slunečnic, a tím se staral, aby ptáčky netrpěli hladu. Čerstvě napadaný sníh dělal starost jen dospělým, děti z něj měly radost. Byl dobře tvárný, držel pohromadě a hodil se ke stavbě sněhuláků. Udělat z malých kuliček veliké, aby sněhulák měl tu správnou velikost, dalo dětem pořádně zabrat. Od sněhu byly promočené a kolikrát jim z toho stavění bylo tak horko, že si postupně odkládaly oblečení. To se pak maminka zlobila: „Lepší je být v zimě strašákem, než pak v létě mrzákem!“ moudře podotkla a donutila je vzít si suché oblečení. Jednoho velikého sněhuláka si postavily přímo před okny. Místo nosu měl dlouhou mrkev, místo očí uhlíky a na hlavě starý dřevěný hrnec. Nechybělo mu ani koště, knoflíky a okolo krku červená šála. Šálu dostal od maminky, prý ji prožrali moli a byla k ničemu. Sněhulákovi moc slušela a vůbec mu nevadilo, že je samá dírka. „Škoda přešla v užitek!“ smála se a měla radost, že nepotřebná věc se ještě dala využít. Sněhový panák stál bez hnutí jako voják na stráž, ale psovi se nelíbil. Běhal okolo něj, zuřivě štěkal a dorážel. Nejspíš mu ale vadilo zapíchnuté koště. Dobře si pamatoval, že když držel v tlamě slepici, táta po něm hodil koštětem a strefil se. Slepici sice pustil, ale koště se stalo od té doby jeho nepřitelem. Nepomohlo ani domlouvání, ani okřikování, a tak pro klid v domě bylo sněhulákovi koště odebráno a místo něj dostal dvě staré rukavice.

Dny plné zimních her utíkaly rychle a z února zbyla už jen půlka. V tu dobu trávil děti večery jen s tátou, protože maminka chodila drát peří. Četl jim pohádky, ale většinou u toho usnul a nedočetl. Když chtěla Anežka vědět, jak to dopadlo, tak musela požádat bratra: „Hanýsku, dočti mi ji.“

Maminka odcházela odpoledne a vracela se až za tmy. Děti věděly, že za týden dračky přijdou zase k nim a bude to týden plný novinek a vyprávění. Když pak oznámila: „Máme hotovo, v pondělí začínáme u nás,“ začaly přípravy. Tatínek přinesl navíc ještě jeden stůl, podle počtu draček, židle a najednou byla velká kuchyň malá. Maminka rozestavila na stoly hrnce s neodraným peřím a jeden připravila do rohu kuchyně. Byl o mnoho větší, měl pokličku a byl určen k přechodnému skladování již odraného peří. Vše bylo připraveno a mohlo se odpoledne začít. Maminka se jen dívala po hodinách a nedočkavě vyhlížela dračky, jako by měla strach, že nepřijdou. Byl zbytečný, k pozdnímu odpolední se začaly trousit jedna po druhé. Vrzly dveře, ozvalo se štěbetání a ona si oddychla. Ženy si oklepaly z bot sních, odložily teplé kabáty, vešly do kuchyně a pozdravily: „Pochválen buď“ a dodaly, že je venku zima. Vybraly si u stolu místo, oblékly zástěry, uvázaly šátky, některé si nasadily brýle a nabraly hrst peří. Draní začalo.

Teplo kuchyně se mísilo s pachem peří, ale větrat se moc nesmělo. Hanýsek jednou nezavřel dveře, přiletěl vítr a rozfoukal kopečky odraného peří po stole. To bylo křiku! Péřový prach zalezl až do nosu, ale kdo chtěl kýchnout, musel od stolu pryč. Teď už děti věděly, že musejí zavírat dveře a také, že se nesmí do peří kýchat. Tatínek se staral o teplo a děti poslouchaly příběhy, které si každá vyprávěčka přibarvovala podle svého tak, aby byly co nejzajímavější. Měly rády zvláště ty o nadpřirozených bytostech, nebo jak chodíval vodník do hospody. Příběhy vždy končily větou: „To se opravdu stalo.“ Když na řadu přišly pohádky, nejvíce se líbila o zlé sněhové královně a jejím království. Anežka prožívala příběh od příběhu. Sama se stala jejich součástí a večer, když usínala, slyšela, jak v komíně sténá a pláče Meluzína, a bála se podívat i do okna, aby tam nezahledla tvář sněhové královně.

Pravidelně, již okolo osmé hodiny, byly hrnce s neodraným peřím prázdné a dračky odcházely. Rychle si sundávaly z hlav šátky, ze zástěr střeplaly na podlahu špinky, oblékaly zimní kabáty a spěchaly domů. Na stole po nich zůstaly jen hromádky jemného odraného peří a pod stolem kopy špínek. Dračky odešly a maminka narychlo uklidila kuchyň. Dráním byl chod domácnosti trochu narušen, ale co naplat, muselo se pokračovat i další den. Když byl krátký masopust, to se draní přehouplo i přes Popeleční středu až do doby půstu. V postní době bylo na příběhy málo času, dračky se nejdříve pomodlily růženec a až pak se mohlo vykládat. Některý rok, když se chovalo více hus, to se dralo déle než týden a ke konci už byl tatínek celý nesvůj. On měl také svůj úkol. Večer, když se dračky rozcházely, naléval jim na cestu něco pro rychlejší krok. Ale to byl úkol malý a byl s ním hned hotov. Proto celé odpoledne trávil ve stodole a sekal dříví. Musel také odklízet sníh a zametat pešítku k brance. Ta byla pořád zavátá novým přídělem sněhu.

Blížil se poslední den

draní a v kuchyni to od rána vonělo. Maminka pekla koláče a chystala pro dračky "federbal". Peří bylo dodráno a za odměnu poctivé práce se alespoň přichystalo pohostění. Uklidila se poslední hromádka odraného peří, z větších husích per se nadělaly "mazačky" na koláče, trochu se zametlo a zavoněla káva. Pro sváteční příležitosti maminka nahrazovala meltu zrnkovou kávou a ta krásně voněla. Upečené koláče byly plněny mákem, tvarohem a někdy i švestkovými povídky. To tenkrát, když bylo hodně švestek a tatínek něco nechal na povídla a „nepřehnal to přes trubky,“ jak říkala maminka. Chleba na talíři byl namazán paštikou domácí výroby a k tomu se přikusovaly kyselé okurky. I děti byly přizvány ke stolu, ale příběhy se už nevyprávěly. Ženy plánovaly, co dřív udělat až na dveře zaklepe jaro. „Pán Bůh vám to zaplat,“ děkovala dračkám maminka, když se rozcházely domů. „To je jen půjčka na oplátku,“ odpověděly, protože dobře věděly, jak to na vesnici chodí. Maminka si oddychla: „Chválabohu, že je hotovo. Anežko, a ty máš na jednu peřinu do výbavy.“ Papírový pytel s peřím zvážila na mincích, zabezpečila proti molům a odnesla pověsit na půdu. Všechno se uklidilo a zase nastal obyčejný zimní den.





Kde ožívá staré řemeslo

Velmi ráda se dozvídám o neobyčejných lidech, řemeslech, výtvarných pracích a prostě o něčem, co nesouvisí s dnešními starostmi, s politikou a nekončícími spory a hádkami... A právě to se mi v minulých dnech podařilo. Bylo až neuvěřitelné přijít mezi skupinu asi šestnácti žen, které s úsměvem na tváři mají před sebou jakési válečky, dřevěné paličky, kotouče bavlnek, nití a dalších potřeb pro ruční práce. Všechny pilně pracují a hledí si svého díla, občas mezi sebou prohodí něco zajímavého a je vidět, že práce se jim daří a pod zručnými rukama vznikají krásná díla.

A copak že to tyto ženy dělají? Paličkují!

Ano, provozují s láskou a obrovskou trpělivostí toto tradiční, umělecké řemeslo, jehož počátky prý spadají až do 16. století. Tuto bohubilou činnost provozují již několik let. Nejříve se dámy scházely v Kulturním důmě Petra Bezruče v Havířově na Hlavní třídě, posléze jim poskytl azyl Český svaz žen, který vede bývalá primátorka města Havířova Milada Halíková. Děvčata se stala členkami svazu žen a za malý finanční příspěvek získala pro tuto svoji zájmovou činnost příjemný prostor. Jedno dopoledne v týdnu se v klubovně svazu na ul. Astronautů scházejí. A právě tam jsem za nimi zamířila.

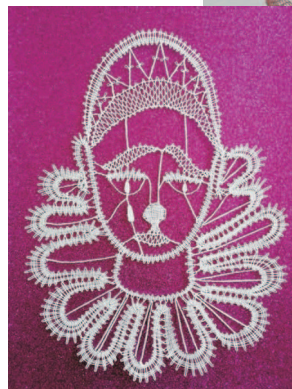


Anna Walová BROŽ Helena Doškářová BÍLÁ PANÍ

Zajímavé seskupení žen s tvůrčím talentem a chutí vytvářet něco krásného si nic nedělá z toho, že v dnešní uspěchané "moderní" době se takováto krása už moc nenosí. A tak tyto ženy, s láskou ke starému vambereckému řemeslu, jsou spokojené a plné elánu. A to i přesto, že jejich křestní listy už trochu zežloutly. To ale vůbec nebrání tomu, aby dokázaly vytvořit příjemný kolektiv a krásné výrobky. Přispívá k tomu i klubovna plná světla s velkým stolem, kde sedí naproti sobě, a to jim velice vyhovuje. Na páteční dopoledne, které mají v klubu vyhrazeno se vždy těší.

Byla jsem moc ráda, že jsem jich bezmála dvě desítky potkala a na vlastní oči viděla, jak hbitě kmitají jejich ruce. Ono se řekne - přehazování nití, ale ve skutečnosti to není vůbec jednoduché. Při práci si ženy povídají, případně jedna druhé předává své zkušenosti. Zajímavé je, že jejich dřívější profese byly velmi různorodé. Učitelky, ženy v domácnosti, lékárnice, dělnice, prodavačky; ale všechny s láskou k tomuto zajímavému a v dnešní uspěchané době klidnému umění. Jak mi řekly, už měly několik výstav, na kterých představily svá díla. Nemohou si vynachválit svoji vedoucí Martinu Davidovou, která umí nejen paličkovat, ale rovněž vše potřebné zařídit. Měly vlastně štěstí, že si v krátké době mohly splnit to, co se jim ve volném čase nejvíce líbí. Navíc jde o umění, které se už pomalu vytrácí.

Nemohla jsem se dost vynadívat na límečky, ozdoby na halenky či svetříčky, nebo různé dečky, andílky i stromečky ještě připomínající Vánoce. Jak mi ženy řekly, vše dělají jen a jen pro radost, nic neprodávají, ale s láskou rozdávají svým bližním a známým. Mají zde i svoji knihovničku s odbornými knížkami a časopisy, které jim ke zdokonalování v této činnosti velmi pomáhají.



Martina Davidová KOSATCE

Věra Furčáková PIEROT

Dozvěděla jsem se, že někdejší škola krajkářství ve Vamberku již skončila a také tam se provozuje pouze zájmová činnost. Ptala jsem se, co je kromě paličkování baví a bylo mi řečeno, že "nepřehazují" jen nitě, ale pěstují turistiku, rády vaří, čtou a pomáhají svým dětem. Dozvěděla jsem se i jedno zajímavé úsloví: "Kdo pracuje rukama, je dělník. Kdo pracuje rukama i hlavou, je řemeslník. Kdo pracuje rukama, hlavou a srdcem, je umělec." A to je právě v této milé klubovně v Havířově názorně vidět. Už se těším na další výstavu této zajímavé ženské skupiny. Určitě přijdeme všichni a budeme nejen obdivovat, ale i podporovat svým zájmem tohle zanikající nádherné řemeslo.

Hana Kuchařová



Zdravotní potřeby Dobrá šance

Ověřený prodejce zdravotních potřeb vám poradí s výběrem a zařídí bezplatné vyzkoušení přímo u vás doma, vše nainstaluje a seřídí, aby byla vámi vybraná zdravotní pomůcka ihned připravena k používání.

Nabízí širokou škálu zdravotních potřeb a pomůcek - podpurná chodítka, invalidní vozíčky, elektrické skútry, náhradní součástky apod...

Nabízí nové i repasované pomůcky 100% kvality i záruční a pozáruční servis. Je schopen pomoci s prodejem zdravotních pomůcek i na výhodné splátky či pomoci s vyřízením nákupu přes nadace.

**NEVÁHEJTE NÁS KONTAKTOVAT
RÁDI VÁM POMŮŽEME**

**VOLEJTE NEBO PIŠTE SMS NA TEL: 730 430 293
E-mail: dobrasance@post.cz**



Senioři v Lichnově mají pestrý program po celý rok

Klub důchodců v Lichnově (u Frenštátu pod Radhoštěm) funguje už déle než dvacet let. V současnosti má 77 členů ve věku 63 až 85 let, o které se stará sedm důvěrníků. Všichni se pravidelně jednou měsíčně scházejí v obecní klubovně, kde tráví společné odpoledne s připraveným programem.

Alena Dobečková, agilní členka klubu říká: „Naš obecní úřad seniory finančně podporuje a z rozpočtu obce hradí především autobusovou dopravu na zájezdy a divadlo. Letos podal žádost o podporu do krajského "Programu na podporu zdravého stárnutí", jehož cílem je zajistit seniorům celoroční zajímavý program pod názvem "Pestrý podzim života v Lichnově". Jsou zde zahrnuty kulturní, společenské a sportovní akce, poznávací zájezdy, besedy s lektorem CETRAT Příbor, vzdělávací seminář s lektorem Dolní oblasti Vítkovice v Ostravě i návštěvy divadla nebo kina.“



Snímek z podzimního zájezdu seniorů do Okrouhlé

Kterou akci jste ve vaší činnosti zahájili letošní rok?

„Setkání klubu se konalo v lednu v klubovně. Přivítání nového roku proběhlo předáním novoročenek, které pro nás vyrobily děti školní družiny. A všichni přítomní byli seznámeni s programem klubu na nejbližší období, který zahrnuje i společný výlet seniorů a dětí do Dolní oblasti Vítkovic, mimo jiné na výstavu s Večerníčkem do království pohádek. Ostatně, Dolní oblast Vítkovice jsme navštívili už v listopadu.“

Patrně byla úspěšná...

„Ano, účastníci zájezdu se podle svých zájmů rozhodli pro různé technické památky. Někteří si prohlédli Národní zemědělské muzeum, jiní Velký svět techniky - Science and Technology Centrum. Další si prošli Malý svět techniky U6 s technickými vynálezy a také bývalý plynojem Gong, který se v současnosti využívá pro vzdělávací i společenské akce. Po zajímavých prohlídkách a po příjemném posezení u dobré kávy kapitána Nema jsme ovšem pokračovali dál. Z parkoviště ve Staříči jsme vyšli na kopec Okrouhlá, který je ve výšce 378 metrů nad mořem. Stojí zde stožár ERER-T vysoký 55 metrů s vyhlídkovou plošinou ve výšce 30 metrů. I od paty rozhledny je pěkný rozhled po okolí. Pak jsme si prohlédli Miniarboretum u Holubů. Prošli jsme ukázkovou zahradou, viděli jezírko, zakrslé jehličnaté dřeviny, čarovníky, listnáče, azalky, túje, vřesy, skalničky a další zajímavé rostliny. A pozdní oběd U Richarda ten neměl chybu.“

Jak u vás slavíte Velikonoce?

„Co se týká velikonoce, v Lichnově od nepaměti vládl zvyk, že v pondělí se chodilo na Velikonocní "kupačku". V tento den měla být dívka vyšlehána, aby byla celý rok zdravá. A měla darovat červené vejce. V Lichnově je dodnes známá Julie Špačková (1881 - 1953), lidová umělkyně, malířka kraslic. Kresba se prováděla čistým včelím voskem, používaly se převážně přírodní barvy, a to černá, červená a žlutá. Vosk se nanášel plechovou trubičkou na vejce a ta se pak barvila v lázni. O kraslice byl velký zájem v okolí a před velikonoce bylo takto vyzdobeno i 20 kop vajíček. Hádanka pro čtenáře Seniortipu: víte, kolik je kopa?“

Paní Alena Dobečková je mimo jiné vedoucí Muzea vystěholectví Lichnov, které se od Velikonoc opět otevírá veřejnosti, a které nabízí stálou expozici o vystěholectví našich krajanů do Ameriky. O tomto muzeu jsme už v našem časopise psali.

Jiří Muladi

Novoroční výstup na Helfštýn

Netradičně pojali začátek nového roku senioři z klubu Společnosti senior, z.s. Vyzvali na tradiční Helfštýnský Novoroční výstup, který se koná každoročně a ani pandemie ho nezastavila.

V areálu hradu nás čekaly stánky s občerstvením. Langoš, párek v rohlíku nebo polévka přišly vhod po vydatné procházce. Viděli jsme dobové kostýmy a také diplomy s razítkem potvrdily naši účast na této zimní akci. Koronavirová opatření nás sice trochu omezovala, ale to nic nezměnilo na kouzelné atmosféře, kterou si zde může každý vychutnat. Hrad Helfštýn je strážcem Moravské brány a prošel rozsáhlou rekonstrukcí. Přístupný byl renesanční palác hradu, který získal znovu jednotlivá patra a navíc prosklenou střechu. Po ocelových lávkách jsme si prošli jednotlivá patra někdejšího šlechtického sídla. Velkým lákadlem byla i nová vyhlídková plošina, odkud se nabízely jedinečné pohledy do okolí. Na hradě se v průběhu roku konají celosvětová setkání uměleckých kovářů Hefaiston a jejich díla zdobí celý hrad.

Navštívit tento krásný hrad je opravdu zážitek. Jedná se o jeden z nejrozsáhlejších hradních komplexů v Evropě, proto neváhejte ani vy a určitě si tam výlet naplánujte.

Jana Hrnčárková, Společnost senior, z.s.





Mají v sobě zakódováno: Musíme pomáhat!

Z tiskové zprávy Horské služby:

„Volal pán, že jeho manželka při přechodu sjezdové trati uklouzla na zledovatělém sněhu. Při pádu dosedla na jednu nohu a přivodila si vážné poranění v kotníku. K tomu ještě v podstatě sjela část sjezdovky a skončila zraněná v lese,“ popsal okolnosti prvního případu Jaroslav Pavlica, zasahující člen a dispečer Horské služby Beskydy. Po konzultaci pro zraněnou paní letěl vrtulník Letecké záchranné služby z Ostravy. „My jsme pacientku zatím ošetřili, poskytli jí tepelný komfort a zafixovali nohu do vakuové dlahy. Po přiletu se lékař pomocí palubního jeřábu spustil k nám a ženu si převzal. My jsme ji pak společně připravili k transportu a ihned po odletu vrtulníku zamířili k dalšímu případu zlomeného kotníku,“ uvedl k výjezdu Jaroslav Pavlica s tím, že druhý případ i další následující zásahy HS se podařilo vyřešit s pomocí posádek sanitních vozů.

Můžete ve stručnosti představit tým, který se celoročně stará o bezpečnost, případně záchranu turistů i sportovců v horách moravskoslezských Beskyd?

Radan Jaškovský, náčelník Horské služby Beskydy: „Horská služba (HS) působí v Beskydech již od roku 1951, nyní máme celkem osm stanic včetně Domu HS ve Frýdlantu nad Ostravicí. V současné době je ve službě 13 profesionálních záchranářů a 44 dobrovolných členů. Jejich kvality a odbornost prověřujeme po celý rok nejen mnohými výjezdy k osobám v nouzi, ale i řadou náročných výcviků a školení.“

Ke kolika případům ročně vyjíždíte a jak si na tom stojíte ve srovnání s horskými službami v jiných krajích?

„Po řadu roků se počet našich výjezdů každoročně zvyšoval a stejně tomu bylo i v ostatních oblastech. Poslední dvě, tři sezóny nechci s uplynulými lety srovnávat, protože v počtu návštěvníků Beskyd a tím i v počtu zásahů hrály roli faktory jako počasí, krize kolem Covidu a podobně. Nicméně jde o stovky zásahů ročně, méně než například v exponovaných Krkonoších, ale více než třeba v Orlických horách.“

Jak se na dobrý výkon v terénu musíte připravovat - po fyzické i psychické stránce?

„Stát se členem Horské služby je sice náročné, ale nikoliv nemožné. Zájemce, tzv. čekatel musí projít Základní školou HS a několik let pomáhat, cvičit se a vzdělávat. To samozřejmě nekončí tím, že se stane plnoprávným dobrovolným členem, nebo dokonce později zaměstnancem. Každý rok se objevují nové metody zdravotnického záchranářství, přicházejí nové technologie a to vše musíme vstřebat. A kromě toho neustále cvičíme dokonalé zvládnutí všech potřebných činností.“



Hláška: jsem záchranář z horské služby, to zní! Ovlivnily filmy o borcích z horských služeb nějak vaše postavení ve společnosti? (Případně, co jiného ovlivňuje váš status?)

„Není snad film či televizní inscenace s tématem horské služby, který by byl vůči nám a naší práci zaměřen negativně. A návštěvníci hor tyto příběhy znají a samozřejmě je to ovlivňuje. Na druhou stranu se pak ale na nás často dívají jako na supermanky, kterými rozhodně nejsme. Jsme normální lidé, kteří pomáhají ostatním. Je to naše práce, poslání a zároveň v naprosté většině případů i koníček.“

Dokážete srovnat vaši výbavu, techniku a možnosti dnes s tím, co jste měli k dispozici před dvaceti lety?

„Technologie se neustále vyvíjí a naše znalosti ruku v ruce s tím. Před 20 lety jsme neměli GPS, neměli jsme terénní čtyřkolky, dokonce čtyřkolky s pásy, neměli jsme



propojenou počítačovou síť, neexistovaly pro nás nesmírně přínosné mobilní aplikace jako je Záchranka. To vše pochopitelně ovlivňuje naši činnost a současně klade velké nároky na zvládnutí nového.“



Co zásadního radíte, zvláště seniorům, pro návštěvu hor v zimě a co v létě?

„Ať v zimě či v létě platí jedna zásadní rada: Vždy dbejte doporučení Horské služby. Neriskujte. Buďte zodpovědní. Uvědomujte si vlastní síly, schopnosti a aktuální zdravotní stav. A nikdy nezapomeňte na fakt, že v horách se i letní slunné počasí může během několika minut změnit na něco, co byste raději chtěli zažít v teple a v suchu u krbu.“

Jakou máte zpětnou vazbu od lidí, kterým jste pomohli? A vychováváte si následovníky?

„Někteří lidé nás berou jako nutné zlo, jiní jako cosi, co platí svými daněmi, a tak jen chtějí dokonalý servis. A pak je většina těch, kterým jsme pomohli v nouzi, a ti nám jasně dávají najevo, že si naší práce váží. Vždyť ví, že řada našich členů, které pak potkají při ošetření, pracuje jako dobrovolná část bez nároku na odměnu jen a jen proto, že ti kluci mají v sobě zakódováno: Musíme pomáhat!“

Jiří Muladi
Ilustrační foto: HS



Prísloví versus realita: může oko vypadnout z důlku? A proč lháři méně mrkají?



Prísloví a rčení, ve kterých figurují oči nebo zrak, existuje spousta. Kolik je na nich pravdy podle odborníků? Mohou např. oči opravdu vypadnout z důlku a skutečně chuť při jídle ovlivňuje náš zrak?

Sejde z očí, sejde z mysli

Staré pořekadlo odhaluje až s překvapivou přesností to, na co neurovědci teprve postupně přicházejí. Člověk totiž nevidí očima, ale mozkiem. Svě o tom vědí například kouzelníci, kteří dokáží odvést pozornost diváků tak, aby před jejich očima mohli dělat věci, které "nevidí". „Do oka dopadají paprsky viditelného světla, které se již na sítnici zpracovávají a posílají jako informace do mozku. Zde se ale obrazy nevytvářejí úplně nově, ale jde o neustálou aktualizaci již viděného. Informace jsou totiž filtrovány. O tom mohou vyprávět např. hospodyňky. Pokud stále stejné prostředí vidají denně, mohou předpokládat, že je doma uklizeno. Případných nedostatků si všimnou, až když na danou věc zaměří pozornost. Jde o tzv. funkční slepotu,“ říká Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik Gemini.

Jíst očima

Informace, které člověk o světě přijímá, přicházejí skrze smysly. A ze smyslu je v tomto ohledu naprosto prioritní zrak, kterým člověk přijímá až 80% všech informací z okolního prostředí. V přírodě existují rostliny a živočichové, kteří jsou jedovatí a mozek stále vyhodnocuje, zda potrava, kterou se člověk chystá požít, nepatří do této nebezpečné kategorie. „O důležitosti barevnosti potravin vědí své i výrobci cukrovin a jiných laskomin, které jsou zpravidla pestrobarevné, což dětské oko zaujme. V tomto kontextu je zajímavé, že příroda za výrobci gumových medvídků nezaostává, protože vitamíny, které oči potřebují ke své výživě, jsou obsaženy v zelenině a ovoci výrazných barev, jako jsou žlutá, červená, modrá, černá a samozřejmě zelená,“ uvádí Kateřina Klimešová, lékařka zlínské oční kliniky Gemini. Oko je ve skutečnosti opravdovým jedlíkem. Významný podíl vitamínů a minerálů, které člověk přijme z potravy, je totiž určen pouze pro zrakový systém. „Na kvalitu zraku má vliv zdravý životní styl, zejména složení stravy, která by měla být co nejpestřejší, bohatá na vitamíny a minerály. Pro oči jsou významnými potravinami například vejce, mořské ryby, dále kukuřice, sója, borůvky, česnek, rajčata, ořechy, semínka a hlavně olivový olej. V Evropě prozatím nejsou tolik známy prospěšné účinky kurkumu na lidské zdraví. Je prokázáno, že kromě velmi pozitivního vlivu na zrak má také protinádorový efekt,“ dodává Pavel Stodůlka.

Aby ti nevypadly oči z důlku

U tohoto přísloví použili naši předkové skutečně velké množství fantazie. Oči z důlků vypadnout nemohou. „Oči jsou napevno spojeny s mozkiem pomocí zrakového nervu. Tedy kdybychom neměli ‚důlky‘, vypadáme jako hlemýždi a máme ‚oči na stopkách‘. Kromě toho, aby se oči mohly v důlcích otáčet, jsou spojeny s lebkou vazy a okohybnými svaly. Aby se mohly otáčet hladce, leží ještě v peřince tuku, jímž jsou oční důlky celé vyplněny. Pokud se ale

soustředíme na nějakou činnost, pak méně mrkáme a máme oči doširoka otevřené. Pro pečlivého pozorovatele to potom může vypadat, jako by oči z obličeje vystupovaly,“ popsala Kateřina Klimešová.

Řekneme si to z očí do očí

Je vědecky potvrzeno, že pokud lidé nemluví pravdu, mají problém udržet oční kontakt. „Zkušenější lháři však umějí pohled do očí opětovat. Zjistilo se ale, že takoví lidé mrkají mnohem méně než v přirozené situaci, patrně kvůli soustředění, aby nebyli svou chybou odhaleni při lži. Poté, co dokončí nepravdivou výpověď, mrkají zase naopak mnohem víc. I v takovém případě je však potřeba umět rozlišovat, protože je řada nemocí, které způsobují sníženou frekvenci mrkání například u onemocnění štítné žlázy,“ řekl Pavel Stodůlka.

Oko do duše okno

Nejen přímý, laskavý pohled, ale i jiné emoce mají souvislost s očima. „Dokonce jde o hmatatelný projev emocí - oči umějí ukázat okolí, že člověk je smutný nebo velmi veselý. Zvířata určitě mohou být smutná i veselá, ale jen lidé umějí tyto emoce doprovázet pláčem. Jsme jediní tvorové na zemi, kteří umí plakat dojetím, radostí i ze smutku,“ vysvětlil Pavel Stodůlka.

Spát na jedno oko

Lidské oko se nepřestává pohybovat ani během spánku. Odpočinek ale potřebuje. „Oči pod zavřenými víčky neustále vykonávají koordinované pohyby. V takzvané NREM fázi spánku se jedná jen o pomalé valivé pohyby, v REM fázi spánku jsou typické rychlé pohyby očí. Pravidelné střídání těchto spánkových cyklů je důležité pro dostatečnou regeneraci oka po celodenní námaze. Čím méně je světla v místnosti kde spíme, tím je spánek hlubší a tedy účinnější,“ doporučil Pavel Stodůlka.

S nekvalitním spánkem mohou souviset i různé spánkové poruchy. Jednou z nich je spánek s otevřenými očima - nepříjemné a nebezpečné onemocnění. „Pokud je oko ve spánku otevřené, rohovka není dostatečně chráněna a dochází k jejímu vysychání, zánětům, poškození rohovky či následným poruchám vidění. Příčiny mohou být různé. S návštěvou očního lékaře je ale ve všech případech lepší neotálet. Příčina spánku s otevřenými očima může být jak na straně oka, tak na straně víčka. V případě oka může jít o vývojovou poruchu, takzvané velké oko nebo oko, které příliš vystupuje z očníce. To se vyskytuje u onemocnění štítné žlázy, u nádorových onemocnění, zánětů nebo například po úraze. V případě víček se často jedná o obrnu lícního nervu nebo o pouřazový či pozánětový stav,“ popsál Pavel Stodůlka.

(dur)





Stezka Valaška získala trofej „Nejlepší počín cestovního ruchu v Moravskoslezském kraji“ naprosto zaslouženě

Pokračování ze str. 1

„Návštěvníci Beskyd atrakci tohoto typu vítají. To se potvrdilo jak v návštěvnosti, kdy k nám zavítali lidé z celé ČR, ale taky z Polska, Slovenska, dokonce i z Austrálie či Japonska. Stezka Valaška získala v prvním ročníku soutěže Ceny cestovního ruchu Moravskoslezského kraje 2019 první místo v kategorii „Nejlepší počín cestovního ruchu v MSK“. Byla postavena bez jakékoliv dotace, jen z bankovních úvěrů, které se budou splácet ještě mnoho let.“



Plány na stezku vznikaly 5 let, stavět se začala v létě 2017. S čím jste se museli při realizaci nejvíce „porvat“?

„Nejtěžší bylo vybrat vhodnou lokalitu, která by umožnila postavit takovou atrakci a zároveň splňovala přísné limity ochrany přírody. Vše jsme od počátku konzultovali se zástupci CHKO Beskydy, kteří nám lokalitu doporučili, a na jejich vyžádání jsme museli předložit studii o vlivu stavby na krajinný ráz. Následně dlouhý proces s razítky a povoleními až do konečného stavebního povolení. Veškeré požadavky na ochranu přírody jsme splnili. Vše trvalo oněch pět let.“



Nejvyšší patro věže je ve výšce 1099 m n. m. a za dobrého počasí je možné dohlédnout na Jeseníky či Velkou Fatru, stejně jako na haldy u polského Rybníku. S jakými pocity jste shlíželi taková panoramata?

„Samozřejmě vidět do tří zemí, upozorňovat návštěvníky, co vše na horizontu můžou vidět (k tomu slouží informační tabule s fotkami do čtyř světových stran), ale i vidět z výšky blízká města a různé krajinné prvky, je naprosto ojedinělý zážitek. A že to není jen fráze, dokazují krásné odkazy například na fcb, kde nám návštěvníci posílají své prožitky.“

Nakolik jsou zde zohledněni senioři a handicapovaní lidé? A jaké máte odezvy od návštěvníků?

„Pro seniory a ZTP je zlevněné vstupné. Dělali jsme si průzkum cen a Stezka Valaška vyšla jako jednoznačně nejlevnější atrakce podobného druhu. Tuto pozici si chceme udržet i do budoucna. Návštěvníci si informaci o porovnání cen mohou přečíst ještě před vstupem na stezku a taky na několika dalších info tabulích v průběhu celé trasy.“

Stezka Valaška je turistická atrakce, dostane lidi a rodiny z domovů do přírody. Jak hodláte návštěvníkům obohatit program v blízké budoucnosti?

„Stezku jsme koncipovali se zaměřením právě na rodiny s dětmi. Jsou zde adrenalinové atrakce jako je například lanový himalájský chodník, či skleněný skywalk, ale také dětská atrakce lanového chodníku již před stezkou, nebo třípatrové dětské hřiště až do výšky cca 14 m. Děti si mohou zaskákat na devíti trampolínách na věži ve výšce 12 m, nebo na loni otevřené síťové trampolíně, která má plochu cca 150 čtverečních metrů. Všechny tyto atrakce jsou zdarma. Na stezce lze i posedět u občerstvení, nebo v částech, kde jsou lavičky a lehátka (to se týká samozřejmě období od dubna do října kvůli počasí). Tímto se také lišíme od jiných podobných atrakcí. No a co budoucnost? Každý rok se snažíme otevřít další druh atrakce a Stezku Valašku tak nabídnout návštěvníkům obohacenou o novinku. Chystáme tobogán, který bude na věži, a začínáme vymýšlet tzv. hobitín, pohádkové domečky pro děti. Zároveň v průběhu roku pořádáme na stezce různé akce, Velikonoce, Dravci na stezce, dětský den se zvířátky atd.“

Jak si vede zdejší chodník slávy - a vzhledem k unikátu, jakým stezka je, neměly by na něm být i Vaše otisky?

„Chodník slávy, tzn. otisky nohou a rukou v betonové desce od významných osobností z moravskoslezského a zlínského kraje, se stal hezkým doplňkem naší stezky. Otiskli se zde již mořeplavec Richard Konkolski, automobilový rallye závodník Karel Loprais, fotbalista Milan Baroš, člen skupiny Kryštof Richard Krajčo, nebo zpěvačka Helena Žeťová. A seznam se bude dále rozšiřovat... Jelikož jde o chodník slávy, tak asi uznáte, že v této společnosti by naše otisky být neměly:-)“

Děkuji za rozhovor.
Jiří Muladi

Otevírací doba : březen - duben 9:00 - 17:00 hod.
květen - červen 9:00 - 18:00 hod.

