

Procházka za sochou - 6. část cyklu

Milí přátelé architektury a umění, když procházíme centrem Moravské Ostravy, možná bychom ani nevěřili, že dosavadních pět procházek za sochou zdaleka nevyčerpalo bohatství sochařské práce v této lokalitě. Minule byly hlavním tématem bankovní domy a jejich výzdoba, dnes budeme pokračovat sochařskými zakázkami podobného určení. V prvních dvou zastaveních opět figurují jako zákazníci dva bankovní domy. Charakter výzdoby jejich paláců se však bude lišit. Na dnešní trase také nemůžeme pominout ani zájem zcela jiné než finanční korporace.

TRASA VI. : 1.obchodní a kancelářský dům (28. října 205/45) → 2. komerční a bytový dům (Zámecká 488/20) → 3. tyršova → 4. komerční a bytový dům (Nádražní 1222/14 a Čs. Legií 1222/22)

1. Nejprve se zastavíme na třídě 28. října u hotelu Imperial a budeme sledovat budovu naproti, kterou si možná připomenete jako svého času skvělý Dům potravin. V 90. letech zažil nevalné proměny, kdy sídlo zkrachované banky Moravia vystřídala změt obchodních stánků podivného vzhledu s nejrůznějším zbožím, a reputaci domu nespravily ani pozdější obchody vyšší kategorie. Ve dvacátých letech minulého století však byl vybudován jako filiálka České průmyslové a obchodní banky a v roce 1924, kdy byla stavba dokončena, se do jejího průčelí dostaly i vysoké reliéfy dvou alegorických svalnatých mužských postav, které představují **Průmysl** a **Obchod**. ▼



Jsou charakterizovány velmi volně, **Obchod** dokonce oděn pouze ve sporé suknici a jen gesto ruky a balíky u nohou

naznačují práci s penězi a obchodní transakce. Postavy působí téměř jako samostatné sochy, vystupující ze stísněných výklenků. Jsou zpracovány z umělého kamene. Jejich autora zatím žádný dokument neprozrazuje, můžeme se však domnívat, že pražský projektant (O. Nypl) mohl volit sochaře ze svého domácího prostředí. Druhá hypotéza ukazuje na začínajícího ostravského sochaře Augustina Handzela, který měl už za sebou rozměrnou výzdobu průčelí české banky Union na Nádražní ulici (viz procházka č. 5) a jemuž by bylo možno připsat i způsob hladké sumarizující modelace. Když se rozhodovalo o členění průčelí, dům se stal terčem kritiky. Dnes je však spolu s figurální výzdobou můžeme vnímat jako projev klasicizujících forem, které sice nepatrně vybočovaly z ideálních proporcí, a podpořily výraz solidního bankovního ústavu. Obě postavy pak vyjadřovaly prosperitu založenou prací a řadí se do galerie soch v architektuře pro Ostravu meziválečného období příznačných.

2. Někteří si možná ještě vybaví obchodní dům Rozvoj, zdatní pamětníci budou vědět, že dříve to bylo „u Chamrada“, ale málokdo asi zažil budování onoho paláce na Zámecké ulici, který patřil původně Italům. Byl totiž sídlem italské pojišťovací společnosti Riunione Adriatica di Sicurtà, a byť jej projektoval v té době už úspěšný ostravský architekt Karel Kotas, dominantou nárožní věže připomínal tradiční konfiguraci italské stavební kultury. (Karel Kotas se v Moravské Ostravě prosadil jako architekt řady



Česká průmyslová a obchodní banka, (reliéf Obchod)

veřejných budov nebo nájemních domů, projektoval také v Brně.) Budova z roku 1927 vynikla tehdy nejen svým jednoduchým a současně působivým členěním s akcenty vytažených nadokenních říms v nárožní vertikále, ale také sochařskou výzdobou v téže části. Ve druhém nadzemním podlaží obepíná věž a současně ji spolu s okny rytmizuje dělený **figurální reliéf**.

Pokračování procházky na str. 5



Palác pojišťovny Riunione Adriatica



Každý máme to své...



Jak tak jde čas, uvědomuji si stále častěji, jak podrobněji vnímáme své okolí. Mnohdy jsme kritičtí, zejména mezigeneračně - tedy ti dříve narození - ke svým potomkům a z mnoha pohledů i ti „naši mladí“ směrem k nám. Je to častá věc, a v této

souvislosti si rád vzpomenu na slova francouzského spisovatele Françoise de La Rochefoucaulda: „*Jestliže jsi neměl porozumění s mým mládím, nečekej, že je budu mít já s tvým stářím.*“ Napadá mě také, že jak se do lesa volá, tak se z lesa ozývá - prostě, že když nejsme schopni se chápat navzájem, pak se těžko domluvíme. A sáhněme si trochu do svědomí - jsme vždy dobrým vzorem pro naše mladé?

Rád bych se dnes s vámi podělil o příběh paní Marie (jméno je smyšleno), který mi vyprávěla jedna má pacientka:

„Nedávno jsem se dívala z okna, bylo dopoledne a já neměla co dělat. Všimla jsem si, jak se sousedka Marie z vedlejšího domu snaží o lopotnou chůzi. Před časem chytila nějaký virus a přestaly jí sloužit nohy. Chodila o holích, ale vlastně to ani na chůzi moc nevypadalo. Sledovala jsem ji, jak se zjevným úsilím zdolává krok za krokem. V tu chvíli to vypadalo, že „spěchá“ na autobus. Když jsem ji ale pozorovala, začala jsem se bát, že sousedka ten autobus nestihne. Každý její krok byl výsledkem nesmírné snahy o posun kupředu. Obě francouzské hole ji zaměstnávaly tak, že její kožená kabelka bouchala o tu pravou a měla co dělat, aby jí nevypadla z ruky. Chůze vypadala asi takto: předsunula pravou hůl a dotáhla pravou nohu. Pak to samé udělala s holí v levé ruce, ale když se měla alespoň trochu spolehnout na pravou nohu, aby dostala kupředu i nohu levou, téměř upadla. Její tělo se zastavilo tak padesát centimetrů nad chodníkem. A do toho ta kabelka...“

Když jsem ji tehdy pozorovala, zpotila jsem se při pouhé představě tak namáhavé chůze. Napadlo mne, že by možná bylo fajn, kdyby si sousedka Marie pořídila invalidní křeslo. Třeba takové to moderní, to by se jí jezdilo! Když jsem ji pak asi za dva dny potkala na ulici, jak opět urputně zdolává metr za metrem, dala jsem se s ní do řeči. Zeptala jsem se ji, zda už někdy uvažovala o invalidním vozíku. Že by se nemusela tolik chůzí trápit. Také mě zajímalo, jak je to drahá záležitost? Nebo by měla nárok takový vozík dostat od zdravotní pojišťovny? Ale co se nestalo? Sousedka Marie na mne pohlédla a řekla: Ať to vypadá, jak chce, ale já jsem děvenko hrdá na to, že stojím na vlastních nohou. Až budu chtít na vozík, budu mrtvá.“

Když jsem příběh vyslechl, pocítil jsem na jednu stranu jakýsi smutek, že paní sousedka musí prožívat něco tak bolestivého, na druhou stranu jsem si uvědomil, že neznám mnoho lidí, kteří by se za takových okolností raději nenechali

vozt. Přesto vždy, když mám možnost tento příběh „poslat“ dále, dělám to rád. Avnímám hezké reakce - že jsou lidé, kteří vlastní hrdost vidí v samostatnosti, třeba jen při lopotné chůzi. A také jsem zaznamenal jednu velmi zajímavou reakci, která mé přemýšlení o této statečné paní posunula zase o něco dále. Jedna mladá žena mně po vyslechnutí příběhu paní Marie řekla: „Hm, kdybych takového člověka viděla - protože teď vím, že existuje - pak by už mně samé v podobné situaci nebylo tak nepříjemné. Uvědomila bych si, že nás takových je více. Je dobré vidět na veřejnosti, že někomu může na vlastní chůzi záležet a je mu jedno, jak to vypadá. Tak se i ti kolemjdoucí naučí, že to může být normální...“

Dojala mne tato moudrost mladé ženy, sotva odrostlé vysokoškolačky. A paní Marie? Té si nesmírně cením za její přístup k životu, a ač nejsme od sebe hodně let vzdáleni, je pro mne příkladem osobního nasazení a optimismu.

Tento příspěvek k vám milí čtenáři doputuje před létem, před dovolenými. A jak už to v tuto dobu bývá, rád bych se přimluvil, abyste na sebe v létě s odpočinkem nezapomínali a někdy si vyjeli. Alespoň na několik dnů opusťte všední každodennost, vydejte se někde, kde vám bude pěkně, navštivte vzdálené příbuzné nebo přátele, dopřejte si nějakou maličkost navíc, masáž nebo něco pěkného na sebe či dobrého do žaludku. A pokud dáte na mou radu - hodně se rozhlížejte, koho zajímavého potkáte, co uvidíte a podělte se dopisem nebo e-mailem s redakcí. Moc rádi si vaše dojmy a názory či nové příběhy přečteme, případně se o ně podělíme se čtenáři SeniorTipu.

Několik vtipků na dovolenou:

"Že se vám chce jet na dovolenou kamsi do ciziny," povídá stařenka, "ještě tam někde můžete chytit aj ten adidas!"



Z prázdninové cesty: "Nemáš pocit, že jsme zabloudili (?)" ptá se žena manžela, který řídí automobil. "Proč myslíš?" "Mám dojem, že toho psa jsme přejeli už před půl hodinou."

Správce rekreační chaty vítá pana Nováka: „Uděláme všechno, abyste se zde cítil jako doma!“ „Proboha, já myslel, že si sem jedu odpočinout!“

Dvě blondýnky čekají na odlet letadla na dovolenou a jedna najednou říká: "Hele, ti únosci musejí být ale hodně silní, když unesou tak velké a těžké letadlo."

Druhá se na ni otočí a řekne: "Ty jsi ale pitomá... Oni ho unesou nahoře, když je malá a lehká..."

Krásné léto přeje

MUDr. Hugo Přibyl, Ph.D.

Zpravodaj SeniorTip vychází za podpory těchto institucí:

OSTRAVA!!!



OSTRAVA!!!
MORAVSKÁ OSTRAVA
A PŘÍVOZ



Tip na výlet - Přírodní rezervace Rezavka

Tip na výlet vám doporučuje Klub seniorů - oddíl turistiky Společnosti senior se sídlem v Ostravě, Na Jízdárně 18. Jejich kroky tentokrát zamířily do velmi zajímavých míst, do kterých není nutno dlouho cestovat, neboť je najdete přímo v Ostravě. Tipem na výlet je přírodní rezervace s naučným chodníkem - Rezavka. Navštívíte-li PR Rezavka, přesvědčíte se, že přestože je sevřena dopravní infrastrukturou (dálnicí D47, ulicí Rudnou a železnici Poslaneckou spojkou) je přírodním klenotem Ostravy, který nabízí nejen oddech a relaxaci, ale i ponaučení.



Přírodní rezervaci Rezavka tvoří komplex vzácných lesních, lučních a vodních biotopů, charakteristických pro údolní nivu řeky Odry, která pramení v Oderských vrších. Osu území tvoří trvale zvodnělé staré rameno Odry, které má spolu s napájecí strouhou Mlýnkou velký význam pro udržování místního vodního režimu, protože regulací Odry z let 1930-1970 jsou v daném úseku minimalizovány pravidelné záplavy. Strouha Mlýnka je dokonce starší než známá Zlatá stoka na Třeboňsku.



Přírodní rezervace Rezavka byla vyhlášena v roce 1998 a se svými 83,68 ha zaujímá místo v seznamu maloplošných chráněných území.

Předmětem ochrany je lužní les kolem trvale zvodnělého slepého ramene Odry a rozsáhlé rákosiny na březích Vrbenského rybníka.

Žije zde mnoho chráněných druhů rostlin např. sněženka podsněžník (*Galanthus nivalis*), lilie zlatohlávek (*Lilium martagon*) a krušík modrofialový (*Epipactis purpurata*) a z živočichů např. čolek velký (*Triturus cristatus*) a skokan ostronosý (*Rana arvalis*). Významnost přírodní památky podtrhuje přítomnost vzácných druhů hub, např. ohnivec rakouský (*Sarcoscypha austriaca*), štavnatka narudlá (*Hygrophorus leucophaeus*), belochoroš jabloňový (*Aurantiorus fissilis*), ostropórka lužní (*Oxyporus latemarginatus*), pevník kaštanový (*Lopharia spadicea*) aj.

Nový informační systém (na 10-ti tabulích) poskytuje návštěvníkům detailní informace o tom, jaké druhy ohrožených živočichů a rostlin se zde vyskytují. V severozápadní části rezervace u Vrbenského rybníka byla navíc instalována ptačí pozorovatelna, která slouží pro environmentální výchovu žáků, ale i pro širokou veřejnost. Cennou lokalitu „Rezavka“ zpřístupnil Český svaz ochránců přírody v rámci projektu obnovy naučné stezky v roce 2009. Přírodní rezervaci se zachoval komplex velmi vzácných lesních, lučních a vodních biotopů.



PR Rezavka je dostupná: MHD - ulice Rudná, zastávka U korýtka (směr od Poruby) - linka č. 45. Délka procházky je cca 3 km a trasa naučné stezky je vedena po lesních cestách. Začátek je pod ulicí Rudná, zastávka U korýtka (první inf. tabule), pak pokračujete směrem k železniční trati, dále lesními chodníčky kolem informačních tabulí a kolem rybníka zpět k železničnímu mostu Polanecké spojky.



Pozvánka do Zoo

Hlídáte o prázdninách vnučata? Nevíte jak je zabavit či jak jim připravit originální zážitek? Návod je jednoduchý, vyjděte si s nimi do ostravské zoologické zahrady. Díky oblibě u návštěvníků mají některé akce v zoo dnes již několikaletou tradici, především **komentované krmení zvířat**, které probíhá až do konce srpna každý den.

Návštěvníci tak mohou pozorovat zvířata mnohdy z bezprostřední blízkosti a zároveň se dozvědět zajímavosti o jejich chovu v zoo i aktuální situaci ve volné přírodě, která není mnohdy nijak příznivá.

Časový harmonogram komentovaného krmení v Zoo Ostrava:

9:30	pandy
10:15	vydry (v expozici Čitván)
10:30	medvědi a hulmani (v expozici Čitván)
12:30	hroši (v pavilonu Tanganika)
13:00	šimpanzi (v pavilonu opic)
13:30	žralůčci (v pavilonu Papua)
14:45	medvědi a hulmani (v expozici Čitván)

Pro mnohé ve volné přírodě ohrožené druhy zvířat se tak chov v lidské péči, potažmo v zoologických zahradách může stát poslední možností, jak tato zvířata uchovat pro další generace.



Evu znal z televizní obrazovky každý

Tak to skutečně bylo, protože Eva Mudrová, tehdy ještě Kunertová byla první ostravskou hlasatelkou Československé televize. Ale než k tomu došlo, předcházela tomu řada událostí, na které jsme si s paní Evou zavzpomínaly.

Eva Mudrová se narodila v Hati u Hlučína, ale s rodiči prošla řadu míst v kraji, neboť její otec- četník byl často překládán z místa na místo. Když otec odešel do důchodu, usadila se rodina v Českém Těšíně, kde měla příbuzné, ale také se tam všem líbilo. Z Evy měla vyrůst zdatná úřednice a proto pilně navštěvovala Obchodní akademii právě v Českém Těšíně. Na tu dobu vzpomíná moc ráda, protože nejen město a jeho okolí se jí doslova dostalo pod kůži, ale měla ve škole výborné profesory a samozřejmě kamarády. „Vzpomínám třeba na našeho třídního profesora Pavla Ruska, který založil u nás ve škole pěvecký soubor. Byl velmi kulturně vzdělán, miloval divadlo, a to na mne působilo nesmírně pozitivně,“ říká paní Eva. Pan profesor Rusek se stal také dirigentem pěveckého sboru „SLEZAN“, který byl výborný a působil po celém Slezsku i Moravě. (Jak jsem se dočetla v současných Těšínských listech, pan profesor Pavel Rusek, slaví ve zdraví a pohodě svoje devadesáté narozeniny.)

Léta studia ubíhala a Eva stále více toužila dělat něco jiného než úřadovat v účtárně - dobře zpívala, recitovala a tak si myslela, že by se dobře uplatnila i někde jinde. Ten zajímavý osudový okamžik v životě maturantky Evy byl, když kamarád a redaktor Československého rozhlasu - studio Ostrava, Pavel Pácl jí nabídl, zda by to nechtěla zkusit u nich v Ostravě, třeba jako hlasatelka. Poté následovaly různé zkoušky, kterými úspěšně prošla a v roce 1952 přišla do Ostravského rozhlasového studia. „Měli jsme možnost nejen ohlašovat pořady, ale zúčastňovali jsme se i různých pásem a publicistických pořadů, které se v Ostravě hodně natáčely. To byla pro mne velká škola v praxi...“ vzpomíná paní Eva.

V roce 1955 se stal opět jeden malý zázrak - začala vysílat ostravská televize. Vyškolení hlasatelé tehdy nebyli a televize "sáhla" do rozhlasu. Tak se Eva, tehdy stále ještě Kunertová, ocitla na obrazovce. Jistě k tomu přispěl i její milý zjev, což se snoubilo s vyškoleným hlasem. Ráda vzpomíná na ty doby, kdy běžel ve studiu živě pořad „Hádej, hádej hadači“, kde byl hlavní postavou umělec Josef Kobr. „Ráda jsem s ním na tomhle pořadu pracovala, ještě v tzv. studiu U Havránků. Měli jsme velký ohlas a tak se stávaly i různé příběhy. Jednou jsme vyhlásili pro diváky soutěž o cenu, kterou obdrží, když přinesou co nejvíce starého papíru a textilu přímo do budovy studia. Nedovedeš si Hani představit co se tenkrát dělo. Za pár chvil byla chodba a přilehlé místnosti plné sběru.“



Rok 1955 - Eva Kunertová



Březen 1968 ČT Ostrava

Kuriózní tehdy bylo, když přiběhl nějaký vážený pan profesor, že prý mu dcera přibalila do sběru jeho disertační práci, na které pracoval dva roky...

Pak do Ostravské televize přišel velmi zdatný redaktor a publicista Jan Neuls, který zrealizoval zajímavé pořady, kterými se Ostravské studio dostávalo velice dobře do povědomí občanů. A protože Neulsovy pořady měly úspěch, Ostrava dostala od pražského studia starší přenosový vůz. To znamenalo velký pokrok. Postupně pak vznikaly z dílny Jana Neulse pořady nazvané „Ostravské vteřiny“, a to už bylo vysílání celostátní. Eva v Ostravských vteřinách působila jako reportérka a seznámila se s režiséry Ivo Paukertem a Františkem Mudrou. „S Františkem to nebyla žádná láska na první pohled, spíše naopak. Ale při společné práci, jak jsme se poznávali láska vykvetla a samozřejmě z toho byla i svatba a později naši dva potomci, Jan a Hanka.“

František měl velice rád přírodu, takže o ní nepřetržitě točil. Za čas byl velice uznávaným režisérem různých pořadů. Možná, že si čtenáři vzpomenu na „Lovy beze zbraní“, které rovněž proslavily ostravské studio. Eva se svým manželem natočili i řadu pořadů v Praze. Život měli doslova hektický, ale přesto si společně vybudovali chalupu a našli si čas na svoje děti, které jsou dnes už dospělé. Jan se dal po otci a pracuje v Praze v televizi. Upřednostňuje hudbu a kulturu.

Po srpnu 1968 se řada věcí, pořadů a lidí ve sdělovacích prostředcích změnila a také Eva si musela hledat nové místo. „Našla jsem zaměstnání v Severomoravských mlékárnách, kde byl mladý kolektiv. Přijali mne dobře a dodnes tam mám své přátele,“ říká Eva. Po roce 1989 se vrátila na několik let do rozhlasu, kde natočila řadu živých pořadů a byla šťastná, protože jak říká - „rádío ctím jako svoje kmenové pracoviště...“

Dnes už by si mohla užít klidnějšího seniorského věku, ale nedá jí to. Stále se pouští do různých činností - v rádiu uváděla několik let se svým spolu-hlasatelem Ivanem Šedivým přání s písničkami. Když Ivan zemřel, uváděla pořad chvíli i sama. V současné době už písniček nechala, ale vytváří pořad „Apetit“, který je v rozhlase velmi oblíben. Do „Apetitu“ zve zajímavé hosty (potěšilo mne, že na jeden pozvala i mne), kteří mohou o svých životních zážitcích poutavě a s nadhledem vyprávět. Je obdivuhodné jak to Eva vše stíhá. Zajímavé lidi musí vyhledat, vyzpovídat je a připravit si pro vysílání scénář. Musí spolupracovat s hudebním redaktorem a pak hodinu živě vysílat. Ale zdá se, že právě toto je její recept na stálou svěžest a dobrou pohodu. A tak přeje, ať to té naší milé paní Evě Mudrové - první ostravské televizní hlasatelce ještě hodně dlouho vychází a ať se má co nejlépe po všech stránkách!

Zbývá slovo na závěr: Příkladů máme kolem sebe dost a pokud to jen trochu zdravotně jde, nevzdáváme žádnou činnost. Nemusíme být herci, hlasatelé, novináři, výtvarníci, stačí, když oživíme své koníčky a touhy z mládí, kdy jsme na ně pro starosti všedních pracovních dnů neměli dost času. Nevzdáváme životní radosti, nezamykejme se doma, nezůstáváme pouze při hlídání vnoučat, hledejme a hýčkejme si i ty své zájmy. Vždyť život je dar a ten se nesmí jen tak lehce zahodit.

Hana Kuchařová

Foto: František Krasl a archiv ČT Ostrava



Rok 2005: 50. výročí ČT Ostrava



Procházka za sochou, pokračování ze strany 1

Mohutné, klidně modelované postavy v nadživotní velikosti jsou dílem Julia Pelikána, sochaře, který působil především na střední Moravě a v Ostravě se objevil výjimečně právě v součinnosti s architektem Kotasem. Budova si se sochou v tomto případě výtečně porozuměla, a to jak formální řečí, tak obsahem. Sochař, jinde zdatný například v pomníkové a komemoratívni tvorbě, vyšel vstříc dobovému proudu civilistních témat, která opustila idealizované alegorické postavy a na scénu uvedla postavy z běžného denního života, představitele občanských profesí, řemesel, obchodu nebo dokonce dělníka.



Palác pojišťovny Riunione Adriatica, střední část reliéfu

Na pojišťovacím paláci je vysoký reliéf z umělého kamene rozdělen do tří skupin s jedenácti postavami, které představují opět bohatství z plodů lidské práce, její opory a jistoty (**Obchod, Spořivost, Pojišťovnictví, Hornictví, Zemědělství, Čas, Doprava, Stavebnictví**; trojice postav jako **Hojnost** nebo **Blahobyť**). Sochy působí současně monumentálně i důvěrně. Jsou umístěny v příznivé pohledové výšce a barevně vystupují z pásu proskleného patra, v němž byla za první republiky umístěna kavárna. Na autorské kresbě architekta Kotasě je zřejmé, že autor rozjasnil barvami také její interiér, což příjemně kontrastovalo s vnějším budovy. Civilistně tematizované sochy se zde rozvinuly a tvoří významný článek ve výzdobě reprezentativních palácových budov mladého československého státu.

3. Třetí zastávka bude tak řečeno „tváří v tvář“ **podobizně Miroslava Tyrše**.



Pomník ve veřejném prostranství Ostravy byl v té době na rozdíl od jiných českých i moravských měst vzácností. O to víc jej slavili jeho iniciátoři, obec sokolská, a tisk zmiňuje i slavnostní řeč tehdejšího starosty Moravské Ostravy Jana Prokeše při odhalení. Byla to významná společenská i politická událost, jak ostatně dokládají dobové fotografie. V roce 1932 byla

na rohu ulic Tyršovy a Čs. legií odhalena pamětní deska, na jejímž architektonickém ztvárnění se opět podílel architekt Karel Kotas (viz předchozí zastávku) a reliéf s ostře řezanou charakteristikou Tyršovy hlavy vytvořil pražský sochař Bohumil Kafka. Ten mimochodem patřil ještě před první světovou válkou ke špičce českého secesně symbolistního sochařství.

4. A ještě kousek popojdeme ulicí Čs. legií. Na jejím ústí do Nádražní stojí rohový bytový a obchodní dům, který na počátku 20. století nechala postavit Živnostenská banka pro Čechy a Moravu. Při jeho dokončení se na obou průčelích ocitl totožný **reliéfní vlys**, na němž se pohybují děti při výkonu zaměstnání dospělých. Vypravují vlak, dolují uhlí, taví železo, pracují jako kováři i stavitelé. Tyto náměty v malebných reliéfech z roku 1902/1903 signalizují hodnoty fyzické práce a jsou časným předobrazem podobných témat ve výzdobě daleko pozdějšího objektu, porubského domu „Věžičky“, který takto představuje děti jako nadějnou budoucnost socialismu. To už je však jiné místo, jiný čas a jiná historie.

Procházky za sochou připravuje
Marie Šťastná



Bytový a obchodní dům; reliéfní vlys na němž se pohybují děti při výkonu zaměstnání dospělých. Vypravují vlak, dolují uhlí, taví železo, pracují jako kováři i stavitelé.



Historický kalendář Ostravska

Duben - červen

1.dubna 1992 zahájila svou činnost městská policie v Ostravě. Prvních 80 absolventů (z toho 16 žen) přípravného kurzu se objevilo především v centru města, na Svinovských mostech, v Mariánských Horách a ve Vítkovicích. Současně usedlo do učeben dalších 70 adeptů. Celkem byl počet městské policie plánován na 800 mužů a žen.

2.dubna 1907 Ostravský deník zveřejnil řeč poslance dr. Fajfrlíka, kterou pronesl na zasedání zemského sněmu. Týkala se katastrofálního stavu životního prostředí v Ostravě. „To, co teče v Ostravici, není voda, ale inkoust, který zapáchá a celou Moravskou Ostravu otravuje. Naši obecní otcové běhali jako splašení po celé Moravské Ostravě, odbývali jednu komisi za druhou a přemýšleli o tom, jak by této katastrofě zabránili. A když už nic jiného nešlo, navezli do struh a řeky sta a sta fůr vápna, aby aspoň zápach odstranili.“

2.dubna 2002 do základu vyhořela jedna z nejvýznamnějších kulturních památek na území města - třetí nejstarší dřevěný kostel v ČR - kostel sv. Kateřiny v Hrabové ze 16. století.

10.dubna 1997 ve výběrovém řízení na dodavatele sanačních opatření k nápravě ekologických škod na území bývalé koksovny Karoliny zvítězila OKD - Rekultivace, a. s. Cena prací byla stanovena na více než jednu miliardu korun.

21.dubna 1942 byl v OKR při dolech Jiří a Jindřich v Moravské Ostravě zřízen první pracovní výchovný tábor pro dělníky, kteří odmítli vyrábět pro říši. Bydleli pod dohledem v Cihelní ul. Pobyt v táboře byl považován za vězení s odnětím práva svobodného pobytu, přičemž trestanci byli nuceni pracovat jako ostatní důlní dělníci, ovšem za nižší mzdu, která činila 30-50% mzdy běžné. Koncem roku 1943 již fungovaly tři takové tábory. Jejich osazenstvo se rekrutovalo z řad absentérů, pachatelů drobných přestupků proti pracovní disciplíně apod.

27.dubna 1947 v 10 hod dopoledne byla slavnostním výkopem zahájena stavba zimního stadionu Josefa Kotase, první umělé lední plochy v Ostravě. Stadion byl dokončen již v říjnu 1947 a zastřešen v roce 1951 jako první v republice. Při příležitosti jeho slavnostního otevření 28. října 1947 bylo sehráno hokejové utkání Čechy vers. Morava. ▼



14.května 1912 v Badenu (Rakousko) zemřel podnikatel David Gutmann (narozen 2. 12. 1878 v Lipníku nad Bečvou). Podílel se na založení několika místních drah, zejména Kroměřížské a Studénsko-štramberské. Spolu s bratrem Wilhelmem se stal majitelem vápencového lomu ve Štramberku a vápenky. Byl společensky velmi aktivní, byl členem řady podnikatelských a humanitních společností a bývá počítán k nejúspěšnějším mecenášům rakouského umění.



17.května 1997 u příležitosti 100. výročí založení pivovaru Ostravar zavítaly nejméně tři tisíce lidí na jeho prohlídku spojenou s bezplatnou konzumací dvou piv. Od ledna 1997 se pivovar stal jednou ze tří obchodních jednotek akciové společnosti Pražské pivovary, třetí největší pivovarnické skupiny v republice

3.června 1912 moravský zemský sněm v Brně schválil vydání zákona o omezení tanečních zábav. Vycházel z katastrofálního stavu veřejného pořádku v Moravské Ostravě a v okolních městech zejména v době dělnických výplat. I když byly ve všech podnicích s hostinskou koncesí prováděny častější a přísnější policejní prohlídky a dohled na dodržování živnostenského řádu, zůstaly i nadále některé hospody, ale i vinárny semeníštěm nezákonné prostituce a místem nadměrného požívání alkoholu.

6.června 1962 v Ostravě zemřel kulturní pracovník, komunální politik Jan Jařabáč (narodil se 29. 10. 1887 v Klokočově, místní části Příbora). V roce 1921 se stal vládním komisařem Orlové, v období 1924-1938 byl třikrát zvolen starostou. Jako čelný představitel Orlové měl Jařabáč zásluhy na vyřešení řady komunálních problémů města a na jeho stavebním a hospodářském rozkvětu (bytová výstavba, rozšíření starých a stavba nových školních budov, rozšíření a rekonstrukce městského vodovodu, stavba radnice 1928, pošty 1932 atd.).

7.června 1912 se v Rudě nad Moravou narodil čs. důstojník, účastník zahraničního odboje za 2. světové války Antonín Drexler (zemřel 31. 10. 1980 ve své rodné obci). Už počátkem června 1939 ilegálně překročil protektorátní hranici do Polska a připojil se k čs. vojákům v Malých Bronowicích u Krakova. Bojoval pak ve Francii jako velitel kulometné rot 1. čs. divize. V Británii byl zařazen zprvu jako velitel pěší čety a po absolvování kurzu velitelů tankových jednotek sloužil jako velitel tankové čety, rot a konečně tankového praporu. Účastnil se invaze na pevninu a při obléhání přístavu Dunkerque byl v únoru 1944 těžce zraněn. V roce 1948 se nad ním jako nad většinou jeho bojových druhů z Anglie začaly stahovat politické mraky, z armády byl propuštěn a zatčen.

10.června 1962 se na Černé louce v Ostravě konala první celostátní výstava Ostrava 62 - za socialistické životní prostředí, která se zařadila mezi tři největší výstavy v republice: Brněnské veletrhy, Liberecké výstavní trhy a Ostrava 62. Plocha výstaviště se zvětšila a rozšířila až po břeh Ostravice a soutok s Lučinou. Byl postaven amfiteátr pro 1000 návštěvníků a nový pavilón „K“. 25 nejlepších výrobků bylo oceněno vyznamenáním Zlatý kahan. Největší zájem kupujících byl o chaty, nábytek a bytové doplňky. Výstavu tehdy navštívilo na 200 tisíc návštěvníků.

PhDr. Antonín Barcuch



Armáda na své důchodce nezapomíná a s jejich podporou stále počítá

V našem kraji žije několik set vojenských důchodců, kteří jsou sdruženi v klubech v Ostravě, Bruntále, Frýdku-Místku, Novém Jičíně, Opavě a Příboru. Pro všechny se Krajské vojenské velitelství v Ostravě snaží vytvářet co nejlepší podmínky. V kraji působí tzv. rada vojenských důchodců, bez které si těžko umím představit, že by ředitel a jeho pracovníci mohli úspěšně pomáhat při řešení potřeb a problémů nás důchodců - bývalých vojáků a občanských pracovníků.

Ostravský Klub vojenských důchodců je rozdělen do tří sekcí. Tyto sekce při organizování různých zájmových, společenských, kulturních a sportovních akcí spolupracují. Díky tomu je nabídka pro seniory velmi pestrá, zajímavá a přitažlivá. Ať už je to zájezd na jižní Moravu včetně posezení ve vinném sklípku, vycházky do okolí Ostravy, Poodří, Beskyd a Jeseníků anebo předvánoční návštěva polského Krakova.



Na vycházce na Haldu Ema

Nezapomíná se na jubilanty, ani na setkání představitelů Krajského vojenského velitelství s důchodci, kteří dosáhli „kulatého“ životního jubilea, aby si s nimi pohovořili o jejich starostech a radostech a předali drobné dárečky. I tato pozornost je ze strany jubilantů vděčně přijímána. Výbor sekce spolupracuje s Českým rozhlasem Ostrava a jednotlivým jubilantům prostřednictvím



Vojenští důchodci při výletu do Zlatých Hor

rozhlasových vln posílá v době jejich narozenin hudební pozdravy.

Tuto činnost klubů by bylo obtížné zajišťovat bez významné a účinné pomoci a podpory Krajského vojenského velitelství. V Ostravě se o vojenské důchodce z celého kraje stará už řadu let Bc. Irena Pohludková. Pro každého, kdo z nás se na ní obrátí má čas, umí ho vyslechnout a se svými spolupracovníky hledat řešení jeho problému. Je už tradicí, že členové sekce ostravského klubu se setkávají dvakrát do roka na jarním a podzimním aktivu. Podzimní setkání sekce bývalých pracovníků místních vojenských správ se konalo v KD Akord v Ostravě Zábřehu a patřilo k jednomu z nejzajímavějších. Nový ředitel ostravského KVV plk. Ing. Jaroslav Hrabec se nám představil, seznámil se svojí vojenskou kariérou a s tím, čeho by chtěl v příštích letech ve své funkci dosáhnout. Především nás pak zaujal prezentací, kterou připravil. Seznámil nás v ní se současnou situací a problémy v Armádě ČR a jejími perspektivami jak je řeší nedávno zpracovaná Bílá kniha.

Mnohé informace slyšeli, zejména ti nejstarší vojenští důchodci poprvé. Milé bylo pozvání na Den Krajského vojenského velitelství, který se konal 7.ledna 2012 v ostravském obchodním centru Avion a kde byla široké občanské veřejnosti představena činnost armády. Zástupci Univerzity obrany seznámili především mladé lidi s možnostmi studia a profesního uplatnění v naší armádě.

Forma prezentace, kterou ředitel plk. Hrabec zvolil a která byla uplatněna na shromáždění s důchodci poprvé, zaujala a významně přispěla k posílení zájmu seniorů o aktuální problémy armády. Přesvědčila je, že se na bývalé vojáky a občanské pracovníky nezapomíná, ale i připomněla, že armáda s jejich podporou stále počítá.

Plk.v.v. Jaroslav Hlaváček, Karviná



Napsali nám pohodoví turisté z Ostravy - Poruby

Náš zájmový turistický oddíl - org. č.05 je součástí Svaz důchodců ČR se sídlem v Ostravě - Porubě na ul. M. Majerové. V současné době je v naší skupině 64 členů, nejstarší členkou je Anička Hajdová, která letos oslaví 90. narozeniny. Scházíme se v klubu, kde při kávě nebo čaji mimo jiné hodnotíme naše výlety a zároveň připravujeme a plánujeme další akce. Nezapomínáme na narozeniny členů, které oslavujeme malým občerstvením. Oslavencům zazpíváme naši oblíbenou písničku, která začíná slovy "Přejeme ti (Aničko), přejeme ti zdravíčko... Nezapomínáme ani na naše dlouhodobě nemocné a srdečně pozdravujeme naši bývalou vedoucí Elišku Tešnarovou.



Vysoké Tatry - Štrbské pleso

Naší hlavní činností jsou ale pravidelné sobotní turistické pochody podle zpracovaných itinerářů. Vše bedlivě zaznamenáváme a v loňském roce ušla nejvíce kilometrů Melánka Kusynová a to neuvěřitelných 539 km, za což obdržela VČS botičku s gratulací. Cílem pochodů je pokochat se v přírodě, upevnit zdraví, získat kondici, nabrat nové síly, ale hlavně být v pohodě. Příjemným zpestřením je i posezení s občerstvením v restauracích, které na svých cestách potkáme. Nejčastěji směřujeme do malebných moravskoslezských Beskyd. Oblíbené jsou týdenní turistické pobyty - např. ve Vysokých Tatrách, na Šumavě, jižní Moravě, v Karlové Studánce, Orlických horách, Boskovicích, ve Znojmě... Na letošní podzim plánujeme pobyty v Krkonoších a opět v Karlové Studánce. Poděkovat je potřeba Pavlu Medňanskému, který připravuje autokarové zájezdy spojené s turistikou.

Mohl bych vzpomenout i další akce, jako smažení vaječiny, opékání buřtů, Mikulášská zábava, MDŽ, soutěž v šípkách apod., ale hlavně bych rád popřál všem turistům hodně hezkých chvil v naší krásné přírodě.

Jaroslav Gřeš, vedoucí ZO turistiky



Kulturní centrum Poruba

p.o., Opavská 1118

Procházka starou Ostravou III. 12. června 2012 - 10.00 hod.

Beseda L. Salamonovičové o stavebních památkách Ostravy. Pořad z cyklu pro seniory „Žijme aktivně - budme duševně fit!“

Místo konání: Dům s pečovatelskou službou Průběžná 6222, O. - Poruba.

Vstupné: 50 Kč, senioři vstup zdarma

Výstavní síň

Sokolská tř. 26, Moravská Ostrava

Otevřeno: pondělí-pátek 8:00 - 17:00 hod.

Vstupné: dospělí - 20 Kč; děti, studenti, důchodci - 10 Kč



ZDENĚK SÝKORA (1920 – 2011)

12. 6. – 27. 7. 2012

Výstava nedávno zesnulého autora bude přehledem jeho grafického díla. Abstraktní a nenapodobitelná tvorba Z. Sýkory se od strukturální geometrie dostala až do polohy mezi systematickostí a náhodou. Sýkorova metoda spočívá v číselné řadě generované počítačem, která určuje barevnost, tvar a pohyb struktur nebo linií v obraze.

JIŘÍ ŠIGUT (1960)

23. 8. - 5. 10. 2012

Jiří Šigut se představí nejnovější sérií akrylových maleb „Portréty“. Jako předloha slouží autorovi digitální snímek, který je v počítači barevně a tvarově redukován. Okruh portrétovaných je soustředěn na silnou generaci představitelů geometrických tendencí v českém a slovenském výtvarném umění (např. Zdeněk Sýkora, Jan Kubiček, Stanislav Kolíbal, Radoslav Kratina nebo Milan Dobeš.)

ROMAN TRABURA (1960)

11. 10. - 16. 11. 2012

Traburova vyprávěcí, romantická obrazotvornost pracuje s ironickou nadsázkou a černým humorem. Fantaskní, tajuplné, až apokalyptické vize se odvíjí na rozhraní skutečnosti a fikce, jsou groteskním komentářem událostí současného světa, respektive chaosu jeho mediálního obrazu. Autor sám charakterizuje svou tvorbu jako surfování ve vlastní psychologické džungli.

Galerie výtvarného umění v Ostravě

Poděbradova 1291/12, Ostrava 1



Výstava Šapitó Františka Tichého v Kabinetu grafiky ostravského Domu umění, Jurečkova 9 - do 1. 7. 2012.

Představuje díla Františka Tichého z fondu Galerie výtvarného umění v Ostravě, jednoho z nejpozoruhodnějších umělců české výtvarné scény 20. století. Tichý byl nejvíce ovlivněn uměleckými směry romantismem a poetismem. Z jeho děl je cítit určitá naléhavost i melancholie. V mnoha ohledech právě tyto prvky gradují v jeho tolik obdivovaném cirkusovém prostředí, které výstava přibližuje. Jméno umělce je spojováno se světem klaunů, žonglérů a artistů, se kterými se seznámil v rodné Praze. Tato láska a obdiv k cirkusovému světu jej provázela až do konce života. Spoustu varietních umělců znal osobně a uzavíral s nimi přátelství.



František Tichý, Břichomluvec II.,
1948, papír, lept, 40,5x31,5 cm

Podle dochovaných pramenů první známé dílo inspirované cirkusem Tichý vytvořil již v r. 1926. Jedná se o litografii s názvem „Mávající klaun“, dá se ale předpokládat, že cirkusová zákoutí byla tématem jeho kreseb již mnohem dříve. Co se týče techniky jejich provedení, objevují se zde nejen litografie, ale i suché jehly a lepty, v nichž dosahoval uměleckého mistrovství.

Otevírací doba:

úterý - neděle ; 10 - 18 hodin

Výtvarné centrum Chagall

Brušperk, Galerie Výtvarného centra Chagall

Vernisáž 21. 6. 2012 v 17.00 hod.

Výstava potrvá do 10. 9. 2012

IVO ŠKUTA / JIŘÍ STANĚK - obrazy

Ivo Škuta se ve svých pracích zabývá společenskými problémy, údělem člověka v dnešní společnosti. V poslední době pracoval na fantaskních krajinách, které byly odrazem autorovy skepse ze vztahu člověka k přírodě.



Ivo Škuta: Našeptávač

Jiří Staněk náměty své tvorby nachází ve snech a fantaziích, pro jejich zachycení využívá široké spektrum výtvarných technik - od linorytu, leptu či suché jehly až po kresbu a malbu.

Ostrava, Autorská výstavní síň

Vernisáž 28. 6. 2012 v 17.00 hod.

Výstava potrvá do 5. 9. 2012

OSTRAVA VE VÝTVARNÉM UMĚNÍ



Návštěvnícky jedna z nejúspěšnějších výstav minulosti, představí opět téma našeho města v kresbě, grafice, malbě, fotografii a soše.



Evropská hlavní města kultury 2012

Titul "Evropské město kultury" se každý rok uděluje vybranému městu na základě Rady ministrů kultury Evropské unie v Bruselu. Tento titul se uděluje s cílem podpory evropské kulturní spolupráce, jak při vyznávání společných kulturních hodnot, tak při ochraně a rozvoji kulturních bohatství jednotlivých států. Titul je jedním ze způsobů, jak přilákat návštěvníky na širokou nabídku kulturních a společenských akcí, které se v městech organizují. Kromě přílivu turistů a investic je udělení titulu jedním ze způsobů jak zvýšit povědomí o daných městech u lidí v celé EU. Projekt byl zahájen v roce 1985, aby přispěl ke sblížení obyvatel Evropy. Každé vybrané město připravuje program kulturních akcí, při nichž představuje své historické a kulturní dědictví.

V roce 2012 nese titul Evropské město kultury portugalský **Guimaraes** a slovinský **Maribor**. Během letošního roku se v nich odehraje široká paleta kulturních akcí - představení opery, současného tance, klasické i populární hudby, filmu, divadla, výstavy výtvarného umění, literatury a architektury. Cílem je přitáhnout zájem investorů a turistů i zviditelnit vybraná města.

Guimaraes

Guimaraes je město v severozápadním Portugalsku. Často se o něm hovoří jako o kolébce portugalského národa. V roce 1110 se tu narodil první portugalský král Afonso Henriques, a o 20 let později odtud zahájil reconquistu - znovudobývání ztracených území na Maurech.



Guimaraes byl prvním sídlem panovníka, než se hlavním městem stala Coimbra. Na vršku stojí hrad, který dal postavit na přelomu 11. a 12. století otec Afonsa, Jindřich Burgundský. Vystoupit lze až k věži Torre de Menagem s pěknými výhledy.

Ruina hradu je vzhledem ke svému stáří celkem v dobrém stavu. O kousek dál je malý kostel, kde byl Afonso Henriques údajně pokřtěn. Další v řadě je Vévodský palác už z 15. století - dnes je v něm muzeum.

V centru města je ještě několik dalších kostelů a jiných památek. Guimaraes leží na úpatí 617 metrů vysokého, zalesněného vršku Penha, na nějž se dá vyjet lanovkou.



▲ Střed města byl pro svou historickou hodnotu v roce 2001 zapsán na Seznam světového dědictví Unesco. ▼



Maribor

Maribor si zase pozval umělce z celého světa. Chce tak umožnit dlouhodobé mezinárodní kulturní výměny, tzv. program kulturních ambasad. V programu zvaném Klíče od města dostanou obyvatelé středověkého Mariboru možnost spojit svého tvůrčího ducha se svým městem - jako spoluvůdci i návštěvníci výstav, pouličních akcí a koncertů.

Maribor byl významnou křižovatkou, kde vedle sebe v minulosti v míru žily různé kultury a navzájem se obohacovaly. Druhé největší město ve Slovinsku je univerzitním, hospodářským, finančním, kulturním a turistickým centrem severovýchodního Slovinska.



Most přes řeku Drávu

Maribor má něco málo přes 100 tis. obyvatel. Městem protéká řeka Dráva a je to město historické s dlouholetou vinařskou tradicí. Je tam nejstarší vinná réva, která má přes 400 let a je zapsaná v Guinnessově knize rekordů.



Historické centrum města

Ve městě působí významné divadlo a je zde druhá největší slovinská univerzita - založená v roce 1975. Jsou zde také galerie, muzea a sportovní kluby.

Stará historická část Mariboru nabízí nezapomenutelné zážitky, bez jejichž prozkoumání by návštěva města byla jen poloviční. Stěžejními centrálními prostory Mariboru jsou Hlavní náměstí (Glavni trg) a Slomškovo náměstí (Slomškov trg). Na Hlavním náměstí se tyčí morový sloup. Toto umělecké dílo má připomínat někdejší tragédii ze 17. století, kdy celá třetina Mariborčanů zemřela na černou smrt.



Františkánský kostel v Mariboru

Na témže náměstí se nachází také stará renesanční radnice (Rotovž), kterou se dá projít na Radniční náměstí (Rotovski trg). Na Slomškově náměstí je pak k vidění pomník (z roku 1991) postavený v upomínku mariborskému biskupovi Martinu Slomškovi.

Abri-Light

komplexní řada vložek pro lehkou inkontinenci

- ▶ Řeší problém s lehkou inkontinencí – především u žen
- ▶ Nový Odour Systém efektivně odstraňuje zápach
- ▶ Air Plus Systém efektivně chrání pokožku a umožňuje jí dýchat
- ▶ Anatomický tvar zajišťuje maximální bezpečí a diskrétnost
- ▶ Samostatně balené
- ▶ **Unikátní boční bariéry**

ABENA®

Prodyšné

**Plně hrazeno
zdravotními pojišťovnami!**

K dostání v lékárnách
a výdejnách zdravotnických potřeb



www.abena.cz
www.abenashop.cz

veselé dámy to znají...



Je současná společnost připravena na dlouhověkost?

„Byl jsem přijat s těžkým zánětem pravé nohy a začínající sepsí. Propuštěn jsem byl po čtrnácti dnech úspěšné léčby. Po celou tu dobu jsem mohl sledovat profesionální práci, laskavý přístup a nesmírnou obětavost všech zdravotníků...“



Podobná slova chvály od pacientů zaznívají na oddělení geriatrie v **Městské nemocnici Ostrava** častěji. Zdejší **primář MUDr. Rostislav Sojka** k tomu říká: *„Poděkování samozřejmě potěší zvláště, když se podaří pacienta vyléčit - ale musím přiznat, že vždycky se to nepovede. Případy kardio-vaskulárních chorob u seniorů umíme léčit celkem dobře, ovšem horší je to u mozkových příhod, onkologických onemocnění, anebo demencí, které přibývají.“*

Jednatřicet lůžek je zde permanentně vytižených. Geriatrické oddělení vzniklo před devíti měsíci, s cílem pečovat o seniory s chronickými nemocemi v ambulantní péči a také jim umožnit co nejlepší soběstačnost ve vysokém věku. A jakou roli při těchto snahách hraje psychika pacientů?

MUDr. Sojka: *„Obrovskou, kolem padesáti až šedesáti procent. Proto se také snažíme spolupracovat s psychiatry a v maximální míře vrátet seniory do kruhu rodiny. Ovšem o pozitivní vztah k životu, mentální i pohybovou aktivitu a konzumaci vyvážené stravy by se měl snažit každý člověk už preventivně - zvláště nyní, kdy se průměrná délka života stále zvyšuje. U mužů je nyní průměrný věk dožití 75 let, u žen pak ještě o 6 let vyšší.“*

Na téma „Jak je současná společnost připravena na dlouhověkost?“ měl MUDr. Sojka v květnu i přednášku v ostravském klubu Atlantik, kterou připravilo Koordinační centrum seniorů a zdravotně postižených v rámci cyklu - Setkávání s odborníky.

Zaznělo na ní mimo jiné, že ačkoli se kvalita života v průměru zlepšuje, na fakt, že patříme mezi nejrychleji stárnoucí populace v Evropě, není naše společnost připravena ani ekonomicky, ani společensky.

Jiří Muladi

Naše pozvánka

Pozvánka platí na pátý ročník tradiční akce **Lidé lidem**, který se bude konat ve čtvrtek **21. června od 9 do 17 hodin na Masarykově náměstí v Ostravě**. Představí se na ní organizace, které ve městě poskytují sociální služby a související aktivity.

Součástí programu budou kulturní vystoupení organizací a sdružení poskytující sociální služby. Návštěvníci se mohou těšit na nejrychlejší taneční, hudební a divadelní představení, to vše v podání uživatelů sociálních služeb a souvisejících aktivit. Připraveny jsou soutěže, interaktivní rukodělné dílny, klauni, laserová střelnice a ukázky práce s terapeutickými psy mnoho dalších. Akci pořádá Magistrát města Ostravy, odbor sociálních věcí, školství, sportu



Ilustrační foto

a volnočasových aktivit, ve spolupráci s dalšími organizacemi a je v souladu se stanovenými cíli a opatřeními 3. Komunitního plánu sociálních služeb a souvisejících aktivit ve městě Ostrava na období 2011 - 2014.

Záštitu nad akcí převzal náměstek primátora Martin Štěpánek.

Otázky a odpovědi

V průběhu přednášky s besedou byly položeny také dotazy, na které MUDr. Sojka odpovídá:

Existuje nějaký laický test, který by zjistil příznaky počínající demence?

Existují jednoduché testy zjišťující příznaky i počínající demence, ale není možné tyto testy si provádět sám, či se svými známými. Je vždy nutno zhodnocení odborníkem (psychiatrem, neurologem, geriatrem).

Někde jsem četla, že zhoršování čichu naznačuje, že se nedožijí tak vysokého věku jako jedinci, kteří ho mají v pořádku?

Nevím o tom, že by někdo seriózně zkoumal vliv čichu na délku života. Postupné zhoršování čichu s věkem je normální a je způsobeno ubýváním čichových nervových zakončení. Se zhoršováním čichu se současně zhoršuje i chuť, proto obvykle lidé s horším čichem i méně jí a mohou hubnout. Což však spíše přispívá k prodloužení věku. Souvislost mezi délkou života a čichem dosud nebyla prokázána.

Slyšela jsem, že kurzy pro veřejnost rozvíjejí paměť i u seniorů. Jsou o tom nějaké doklady?

Ano, kurzy, při kterých dochází k zapojování mozku, vedou ke zlepšování paměti.

Asi před dvěma měsíci jsem četla, že psychiatři Městské nemocnice v Ostravě podali hromadnou výpověď. Byla to pravda? Pokud ano - jak se to vyřešilo?

Ano, je to pravda a již je tento stav vyřešen. Byl jmenován nový lékař primářem psychiatrie v Městské nemocnici Ostrava.

Dá se čelit Parkinsonově nemoci? A jaké jsou její počáteční znaky?

Předcházet Parkinsonově nemoci není možné, neboť neznáme přesnou příčinu. Je jí možné však léčit. Parkinsonova nemoc je způsobena nedostatkem dopaminu a projevuje se nejčastěji mimovolnými pohyby, nejčastěji třesem, dále stavy ztuhlosti a pomalosti.



Velká neznámá ...

Nevidíme ji. Zcela jednoduše prostupuje betonovými zdmi, vrstvou železa a oceli. Ani velká vodní clona nezabrání, aby se k nám dostala. Mám na mysli energii, která je neustále obklopena tajemnem a bez nadsázky se dá říci, že rozděluje lidstvo téměř na dva stejné tábory.

Jednotný názor na ni nemají ani fundovaní odborníci. Hovořím o bioenergii. O síle, kterou využívají lidové léčitelé, biotronici. Abychom to tzv. tajemno lépe pochopili, rozhodl jsem se navštívit jednoho z biotroniků, o kterém vím a mám ověřeno, že patří k těm opravdu fundovaným. Jmenuje se Jaroslav Hejduk. Řada Ostravanů ho určitě zná. V našem městě a okolí už pomohl mnohým z nás. A proč jsem si vybral právě jeho? Před několika lety jsem měl zdravotní obtíže, ze kterých mně pomohl. Protože vím, že na biotroniky se nejen laici, ale i lékaři dívají nevěřičně, pozval jsem si k rozhovoru obě strany. Protože praktická lékařka mne požádala, abych její jméno neuváděl (mnoho jejích kolegů se na léčitele dívá poněkud jinak) vyhověl jsem a čtenářům se za to omlouvám.

Tady je stručný výtah více než hodinového rozhovoru.

Co to vlastně ta bioenergie je?

J.Hejduk: Každý člověk vyzařuje energií, kterou v sobě má: nazýváme ji bioenergie - prána. Mám-li tuto energii nějak popsat, tak jednoduše řečeno - vypadá jako mlha.



Kdy jste zjistil, že máte tu schopnost onu energii využívat a jak se projevuje.

J.H.: Tuto schopnost pročišťování energií jsem zjistil v roce 1985. Tím, že jsem se pohyboval a vyrůstal v rodině, kde moje babička, maminka i strýc měli tyto senzibilní schopnosti a zajímali se o mystiku energetického působení, tak jsem měl k tomu všemu blízko již od útlého mládí.

Jakým způsobem na své klienty působíte? Jak poznáte, jejich zdravotní problémy?

J.H.: V podstatě bych řekl, že lidé jsou jako baterky od auta. Potřebují dobít energii a ta má v těle vliv na celý organismus. Startuje imunitní a obranný systém na větší obrátky a tím vlastně nastartuje regenerační a uzdravovací pochody. Tato léčba se nazývá práno terapie. A odpověď na druhou část otázky - jak poznám, kde má nemocný problém? Já mám velkou výhodu v tom, že mám natolik citlivý zrak, že dokážu vidět na krátkou dobu auru člověka - zhruba asi 1 až 2 minuty a hodně se orientuji podle barvy a skvrn, které jsou v auře

vidět. Dalším mým pomocníkem při zjišťování, kde má člověk problém, je citlivost v mých rukách. Cítím v nich buď chlad nebo teplo, tzv. mravenčení, ale i pocit jako by mi někdo ruce přitahoval či oddaloval od těla apod.

Amůžete pomoci každému?

J.H.: Záleží na tom, jak k moji terapii každý člověk přistupuje. Dobít energii je možné každému, ale důležité je tuto energii nejen usměrnit na patřičná místa, ale i odvést z těla tu opotřebovanou, opálenou, která už tam nemá být. K tomu je potřeba více vzájemného setkání. A tady se dostávám k tomu, zdali má dotyčný člověk ke mě důvěru a také trpělivost. Vyčistit auru a zprůchodnit energetické dráhy, které se nazývají meridiány, není otázka jednoho sezení, ale vyžaduje oboustrannou trpělivost a čas. Někomu stačí pár sezení a cítí se dobře, ale někdo musí přijít vícekrát. Pokud bych to shrnul, tak pomoci mohu každému jen v tom případě, když se otevře a chce pomoc přijmout. Po pravdě musím říci, že nejde pomoci úplně každému. Někdy se spojuje více faktorů, např. vliv negativních geopatogenních zón, pracovního prostředí, neustálý stres v práci, minimální odpočinek apod. To vše se projevuje na zdraví člověka.

To jsou věci, které bychom mohli ovlivnit sami, což bohužel často neděláme. Ale vraťme se k Vašemu způsobu působení na člověka. Jak probíhá?

J.H.: Doba působení energií na nemocného je zcela odlišná. A to ne podle diagnózy, ale podle toho, jak je nemocný zanesen opotřebovanou energií. Jak je vlastně vybitý a oslabený. Já působím energií na nemocné 10 až 30 minut. Ale mohu říci, že někteří lidé si naberou - nasají tuto energii i za pouhou jednu minutu. Potom se čakry samy uzavřou a další působení je zbytečné.

Předáváte lidem energii. Odkud ji berete?

J.H.: Práno terapie je využití energie slunce-země-vzduchu a kosmické energie. Jsem věřící člověk a proto o tuto energii pro nemocné vždy požádám. Je to energie "Duchovní obrovské síly". Někdy jsem sám překvapen o její síle a říkám si, to snad ani není možné. Teď jsem tu měl pod rukama hrčku a najednou tam není. Během mého působení zmizela.

Hovoříme o tom, že pomáháte. Ale naskytá se otázka - nemůže biotronik nebo léčitel člověku ublížit?

J.H.: Může, ale to pouze v případě, doporučí-li vysadit léky aniž by měl k tomu oprávnění. Tím může pacientovi jeho zdravotní stav zhoršit. Pokud lékař najednou uvidí rapidní zlepšení zdravotního stavu, tak užívání léků sám upraví. Jinak je to s úpravou aury či zprůchodněním meridián a dobítí energie. Tam lidem nelze ublížit.

Říká se, víra tvá tě uzdravila. Není to jen autosugesce, která člověku pomůže odstranit problém, protože věří tomu, že jste to Vy, kdo pomohl?

J.H.: Řada lidí si to myslí, ale je to práce s energií člověka. Zprůchodnit jeho energetické dráhy takzvané meridiány a do čaker dodat potřebné množství energie, aby se organismus mohl regenerovat. Říkám tomu vlastně dobítí baterek.

Co na to říkáte Vy, paní doktorko?

Podle mne, je každý člověk psychosomatický - to znamená, že je to jedno tělo a duše tedy celý člověk. Já jsem studovala klasickou západní medicínu, která je založena na důkazech. Tedy v těle je něco co se pak léčí. Přesto věřím, že jsou metody, které léčí jinak - a to je podíl biomedicíny - léčitelů.



ROZHOVOR

Podívejte, mnoho z nás je dnešním rychlým tempem života psychicky unaveno, jsme vystresováni. A tady si myslím, že ty jiné metody léčení než klasickou medicínou mohou člověku hodně pomoci. Věřím tomu, že jsou lidé, kteří mají určité schopnosti - chcete-li „léčitelské“. Ale je velmi těžké rozlišit, kdo je má a kdo to jen předstírá.

Už jste se s někým takovým potkala?

Osobně ne, takže nemám žádnou zkušenost. Ale od svých pacientů vím, že někteří z nich léčitele sami vyhledávají. Buď jsou zklamáni západní medicínou a hledají pomoc jinde nebo slyšeli, že fungují i jiné metody. Anebo využívají obě metody najednou. Na způsobu léčby je vždy důležitá otázka důvěry. Buď něčemu věřím nebo ne. Psychika hraje i v medicíně velkou roli.

To máte pravdu. Myslíte si, že spolupráce lékaře a léčitele by mohla být také jednou z cest jak zlepšit zdravotní stav pacienta a jeho psychiku?

Ano, v tom problém nemám. Já osobně jsem pro alternativní medicínu. Mnoho z nás, v ordinaci se s tím často setkávám, má často problémy způsobeny i tím, jakým způsobem žijí. Naše tělo nestačí té rychlosti doby, těm všem neustálým změnám. Znovu se dostávám k tomu spojení těla, psychiky, myšlení. A v tomto smyslu spolupráce lékaře a léčitele je určitě prospěšná. Někteří lékaři se však na alternativní medicínu dívají „přes prsty“. Nechci je obhajovat, ale jak poznáte, že ten nebo onen biotronik, léčitel je opravdu dobrý. Má ty schopnosti, o kterých společně mluvíme a není to pouze pseudoléčitel, který tahá z lidí peníze. Takže opakuji, ano spolupráce lékaře a léčitele skutečně může některým pacientům výrazně pomoci.

Často slyšíme rčení, že je něco mezi nebem a zemí, co si neumíme vysvětlit. Jaký názor na to máte?

Základ západní medicíny je v tom, že si lékař a pacient musí věřit. A přesto jsou věci, které dosud neumíme v medicíně přesně vysvětlit. Zkrátka něco vidíme, ale rozumem to nevysvětlíme. Já osobně věřím, že jsou energie, které nás ovlivňují a mohou pomáhat. Vždyť na tom je založena i čínská medicína. Kdo z nás by neslyšel slovo čakra, které jsou vysvětlovány jako energetická regulační centra našeho těla. Ale zase si řekněme, kdyby čínská medicína byla všemocná, tak bychom se věnovali pouze jí.

J.Hejduk: Já mám takový pohled - lidé čerpají energii ze slunce, země, vzduchu, ale také potřebují energii duchovní a kosmickou, která má vlastně na našem uzdravení největší vliv. Takže něco mezi nebem a zemí určitě je.

Pane Hejduku, můžete se léčit Vy sám? A jak poznáme dobrého léčitele?

J.H.: Každý se může léčit sám různými způsoby. Co se týče energie, tam mám výhodu oproti ostatním. Ale nemyslete si, také si musím někdy nechat předepsat antibiotika. Dobrý léčitel se pozná už tím, že vyzařuje do okolí energií, která je hned poznatelná. Má být skromný, klidný, vyrovnaný a pokorný ke každému, kdo přijde pro radu či pomoc. Když pracuji s lidmi a dávám jim energii, vždy poprosím o tuto sílu Pána Boha a najednou cítím, jak mnou proudí. Vidím auru a v nemocném se mění energie na čistou a uzdravující a přitom vlastně ani nevímám, co se kolem mne děje. Držím se slov mé maminky: „Požádej a bude ti dáno“.

Jaký závěr si z našeho rozhovoru vyvodíte, to už záleží na vás samotných.

Mgr. Libor Klásek

INSPIRACE

Léto s pimprlaty

Čeká vás o prázdninách hlídání vnoučat a tím pádem také přemýšlení jak jim zpestřit a naplnit volný čas? Pak vám přinášíme inspiraci kam s dětmi zamířit.

Dvanáct měsíců úspěšného fungování má za sebou alternativní scéna v nové přístavbě ostravského Divadla loutek. Pro veřejnost byla slavnostně otevřena 20. května 2011 a kromě toho, že divadlu umožnila rozšířit programovou nabídku o řadu netradičních aktivit, získala ocenění i za svou architektonickou podobu titul Dům roku 2011.

Alternativní scéna nebude zahálet ani o prázdninách. Na období od **16. července do 19. srpna** připravuje **Divadlo loutek Ostrava** v jejích prostorách interaktivní výstavu, při které se děti mohou osobně seznámit s loutkami z některých divadelních inscenací, pohrát si s nimi a vyrobit si i svou vlastní loutku z papíru.

Výstava bude přístupná vždy v pondělí a v úterý ve 12, 14 a 16 hodin, v neděli pak ve 14 hodin. Nedělní odpoledne dále v 16 hodin obohatí pohádková představení amatérských divadel, která budou probíhat v amfiteátru Divadla loutek Ostrava, a po jejich skončení mohou návštěvníci rovněž na výstavu zavítat.

Vstupenky na letní návštěvy Divadla loutek Ostrava si zájemci mohou rezervovat od 1. července na adrese letospimprlaty@dlo-ostrava.cz



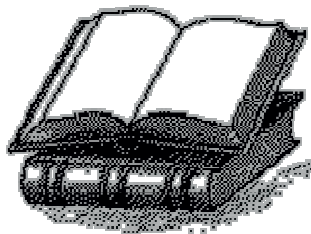
V divadle loutek při "Ostravské muzejní noci"



Váš příběh

Pamětníci, vzpomínejte! Vzpomínky, které si nosíme v hlavě mají jednu nevýhodu, dokud je nenapišeme na papír nebo nevyprávíme, nemůže do nich nikdo nahlédnout. Je velká škoda - odcházejí-li do nekonečna s námi, aniž by zkušenosti, poučení i radost byly odevzdány jiným.

V rubrice „Váš příběh“ se snažíme zabránit této ztrátě. Spolu s vámi chceme popisovat dějiny všedního dne obyčejných lidí od dětství, přes poznávání světa k podmínkám života a práce, až po překážky, které bylo potřeba překonávat. Těšíme se na vaše příběhy. Do jednoho příběhu se teď s námi začtete...



Alkohol a já

Těžké téma! Pátrám v paměti...mám štěstí...patřím mezi tu menšinu, která se poprvé opila doma a k tomu ještě za přítomnosti maminky...

Když se moje matka stala definitivně vdovou, neplakala; žal si odbyla dávno před doručením soudního rozhodnutí, ve kterém stálo černé na bílém, že můj otec a její manžel je tímto prohlášen za mrtvého, a to se zpětnou platností tři roky dozadu, tj. od pětadvacátého září 1944, kdy byl naposledy spatřen, jak stojí na rampě seřadovacího nádraží v Osvětimi před doktorem Mengelem. Rád bych je viděl, ty dva doktory, můj otec právník, Mengele lékař, jak na sebe pohlédli. Moc toho asi nenamluvili, intelektuálové si často rozumějí beze slov. Však také nebyl čas na nějaké povídání, ani to prostředí, jak dnes víme, se nehodilo ke konverzaci...

Jestli z toho měl někdo škodu, tak z dlouhodobého hlediska větší určitě Mengele. Otec byl totiž vyhlášený advokát. Svou kancelář v Praze mít nesměl, to bylo Židům zakázáno, ale jako koncipient byl výborný a proto se do doby, než musel do transportu snadno užíval. Advokátní kanceláře ho zaměstnávaly načerno, majitelé to riskli, protože uměl plynule německy jako česky a v obchodních právech se vyznal stejně jako v právu rodinném. Vyznal se i v ženách, což je u právníka důležité. Okouzloval ženy svou galantností, měkkým pohledem tmavohnědých očí, virtuózní hrou na klavír a kdoví čím ještě. Maminka prý z toho bývala dost vedle, žárlivost byla asi na místě. Co na něm ty ženy viděly, to věru nevím, s tou jeho pleší a malou, obtlouklou postavou. V prstech měl věčně cigaretu, ten musel v tom Terezínu zkusit...

Bylo po válce. Čekali jsme, nezvěstných osob bylo spoustu. V rádiu četli dlouhé seznamy. Táta se nevrátil, život šel dál. Kolem hezké paní učitelky, válečné vdovy, se točili nápadníci. Na malém městě je každý pedagog pod lupou. Musíte si dávat pozor. A ti komunisté ti začali kecat do všeho, do školství, rozdávali ponaučení, kdo s kým může, kam se nesmí, co se patří a co ne.

Objevil se pan Ferdinand, stavitel, majitel firmy do padesáti zaměstnanců. Papírově byla tedy firma v pořádku a Ferdinand také. Moje matka se mu líbila. Zlaté vlasy, zlaté srdce, říkával. Učil mě střílet ze vzduchovky. O prázdninách jsme chodili na houby a na borůvky. Mne poslali napřed, a když jsem se ohlédl, spatřil jsem je, jak jdou po lesní cestě ruku v ruce.

Pak přišel podzim a matčiny narozeniny. Pan stavitel přinesl láhev bílého vína a maminka prostřela na stůl v

obývacím pokoji broušené sklenky. Ty během protektorátních časů za proviant nevyměnila, protože je dostala od mého otce jako svatební dar. Myslím, že tam byla i mísa s obloženými chlebičky, které matka vykouzlila z potravinových přidělů. Našli rozhlasovou stanici s taneční hudbou a Ferdinand se od paní učitelky učil valčík, foxtrot i waltz.

Taneční pár se občas zastavil u stolku, kde jsem seděl já. Popíjeli vstaje. Drželi za tenkou stopku skleničky s jemnou rytinou květiny. Maminka měla přitom odtažený malíček a pan stavitel byl celý uhrátý. Mně sklenici nedali...Brzy jsem zjistil klukovským ostrozrakem, že do špičky kuželovitého prostoru sklínky stékají nedopitky a tvoří tam lákovou hladinku. Zatímco dospělí se bavili, já třináctiletý tercián jsem zvědavě ochutnával zbytky svatopetrského ryzlinku. Dokonce jsem tanečnickům víno doléval, abych maskoval svůj první alkoholický experiment.

„Ty jseš opilý,“ řekla zděšená maminka, když mne vyzvala k tanci. Ferdinand odpočíval v křesle a vykuleně nás pozoroval. Odstrčil jsem ji. „Mami, mně je špatně,“ stačil jsem oznámit. Chlebičky, nedopitky a polka udělaly vzápětí svoje.

Od těch dob uplynulo hodně vody. Účastnil jsem se všelijakých plesů, tanečních zábav, posvícenských tancovaček a soukromých dýchánek. Oslavil jsem i dlouhou řádku narozenin, mezi nimi, bohužel i vlastních. Všude se samozřejmě popíjelo a všude jsem slýchal výtky. „Proč tak málo piješ? Proč už nechceš? Ty se neumíš vožrat? Jako střízlivější budeš protivnější! Nic nevydržíš...“ Nametené spolčnice vám dovedou vynadat do sucharů, mrzoutů, brundibárů, hlupoňů a bručounů. Člověka to mrzí. Vždyť nemají pravdu! Jsem vtipný, společenský, rád vyprávím veselé historky. Jenomže po dvou panáčích vidím zničehonic na prázdné sklenice vyrytý tenký stonek, nesoucí tři kvítky. Pozoruji zbývající kapky nápoje, stékají na dno a zdá se mi, že ve dveřích stojí ženská silueta - matčina...

Nikdo to neví, až na vás. Rodiče tady již nejsou, říkáte... Myslím, že nemáte pravdu, ti jsou v nás pořád, na rozdíl od alkoholu.

Petr Kersch

(Příběh z literární soutěže Kořeny na téma "Dětství")

Občanské sdružení SENIORS

p o ř á d á

v rámci Evropského roku aktivního stárnutí a
mezigenerační solidarity

SENIORIÁDU

tenis
dne 24.června 2012

stolní tenis
dne 26.června 2012

Turnaje a soutěže jsou vypsány pro ostravské seniory
věkové kategorie „55+“.

Vítězové budou vyhlášeni „seniorskými přeborníky
Ostravy“ a stanou se seniorskými reprezentanty Ostravy.

Propozice soutěží a přihlášky možno vyžádat na: t.č. 721
515 012 nebo na E-mailu: seniors-ostava@klikni.cz



NAPSALI JSTE NÁM...

Omluvte, že jsem se rozpovídal

Dnes poprvé mám v rukou zpravodaj Senioritp, o kterém jsem netušil, že existuje. A doslova žasnu, že vychází už čtrnáctým rokem. V posledních letech jsem se zcela zaměřil na péči o mou 85letou manželku, která po mozkové mrtvici ochrnula a dvakrát denně přicházely skvělé sestřičky z domácí péče, aby provedly důkladnější hygienickou očistu, kterou bych sám nezvládl. V době její nemoci jsme oslavili i diamantovou svatbu, kterou u nás provedl neobyčejně vstřícný a milý starosta O.-Poruby Ing. Lumír Palyza s vedoucí matriky. Běžný úklid, praní a vaření mi nedělalo vážnější obtíže, až na bolavá záda. Určitou dobu jsem nechal manželce přinášet obědy. Mám nejlepší sestru pod sluncem. Evelínka je o 4 roky mladší, takže letos měla 80 let a přichází k nám, nyní už jen ke mně, třikrát týdně, aby mi nakoupila, provedla větší úklid a hlavně mne povzbudila. Přitom má doma stejně starého manžela, mého švagra doc. dr. Vladimíra Krejčího, který mi právě věnoval mně neznámý zpravodaj Senioritp.

Do Ostravy jsem přišel s rodiči a se sestrou po okupaci Sudet, a prožil v tomto městě léta povinné školní docházky.

Jako jediný student učitelského ústavu jsem byl v lednu 1945 nasazen pracovním úřadem na důl František v Přívoze na těžkou práci při dobývání uhlí. Bylo mi tehdy 17 let - měl jsem fírcí číslo 111. Můj o 4 roky starší přítel, který rovněž pracoval v dole, ale na mnohem lepším pracovišti s daleko menší prašností a malým hlukem, mi pomohl k přežazení do jejich party. Tím přítelem na celý život byl pozdější ředitel Janáčkovy filharmonie a vysokoškolský učitel PhDr. Ivo Stolařík. V roce 1939 jsme se poznali a sblížili v Husově sboru, kde hrál na harmonium.

Po maturitě jsem začal učit v Píšti, vystudoval filozofickou fakultu Univerzity Palackého a do "PŘÁTELSKÉ" okupace byl členem vědecké rady. Do Ostravy jsem přišel z Nového Jičína, kde jsem byl vedoucím okresním školním inspektorem, a nastoupil na odbor školství a kultury SmKNV jako vedoucí pedag.odd. školní inspekce v Smkrají. Díky přátelskému vztahu s ministrem školství prof. Vladimírem Kadlecem i jeho náměstkyní Marií Jungmanovou se mi podařily v tom nádherném "JARU 1968" tři věci, o kterých jsem napsal do Almanachu Wichterlova gymnázia. Bylo to zřízení Krajské ped. psych. poradny, poradny nadstavbové Sociálně právní školy a osmiletého studia při gymnáziu.

Pomáhalo mi mnoho obětavých, iniciativních a báječných lidí. Patřila k nim i ředitelka Kojeneckého ústavu v O.- Zábřehu MUDr. Věra Polášková, děkan Ped. fakulty prof. Vlastimil Uher, doc. Knop a další. Při okupaci jsem složil funkci na SmKNV a stal se ředitelem gymnázia. Nelze nevzpomenout vstřícnost tehdejší předsedkyně ONV v O.-Porubě a mnoha dalších. Na škole se nezdravilo Čest práci, učitelům se neříkalo soudruhu a všem studentům se vykalo a raději jsme je oslovovali křestními jmény. Existovali jsme pouze dva školní roky, pak byli prohlášeni za kontrarevoluční hnízdo, které chce vychovávat socialismu nepřátelskou elitu a podle toho bylo s námi v roce 1970 naloženo.

V lednu 1990 jsem byl po 22 letech, ale už více než 62letý pověřen řízením školství, mládeže a tělovýchovy na SmKNV.

Prožil jsem krásné manželství, můj téměř 62letý syn i 55letá dcera, všechna vnoučata i provnučata mně dělají jenom radost. Omluvte starého člověka, že se tak rozpovídal. Za pomoci syna dávám dohromady rodokmen, zatím je v něm 214 osob a dostali jsme se až do konce 18.století. Těším se na další číslo zpravodaje.

PhDr. Karel Pinkas, Ostrava-Poruba

Promoce U3V - Ekonomická fakulta VŠB-TUO

Slavnostní promoce Univerzity třetího věku se konala 24. dubna v Nové Aule v Ostravě-Porubě. Osvědčení o úspěšném absolvování studia obdrželo z rukou děkanky fakulty Dany Dluhošové 95 studentů, kteří úspěšně zakončili šest semestrů přednášek určených pro seniory.

Nejstarší účastníci je 71 let. O studium mají větší zájem ženy, mužů promovalo devatenáct. „Těší nás, že mnozí absolventi U3V chtějí dále ve studiu pokračovat,“ zdůraznila koordinátorka studia Marcela Palochová. „Připravili jsme pro ně navazující jedno-semestrální studium pod názvem Post univerzitní přednášky - aneb co na U3V nebylo. Jedná se o sedm přednáškových bloků, jejichž náplní budou například: Rodinné finance, Základy společenského chování, Specifika moravskoslezského regionu, Rizika současného finančního trhu a další.“

Šestý ročník tříletého studia U3V opět začíná v září a přihlášeno je už několik desítek seniorů. Podmínkou přijetí je věk od 55 let a ukončené středoškolské vzdělání. V prvním roce studia získají posluchači znalosti z ekonomie, základů ekonomiky a managementu podniku a práva.

Šestý ročník tříletého studia U3V opět začíná v září a přihlášeno je už několik desítek seniorů. Podmínkou přijetí je věk od 55 let a ukončené středoškolské vzdělání. V prvním roce studia získají posluchači znalosti z ekonomie, základů ekonomiky a managementu podniku a práva.

Informace a přihlášku lze získat na: www.ekf.vsb.cz/u3v nebo na tel. čísle 597 322 266.



**MYKOLOGICKÁ PORADNA
OSTRAVSKÉHO MUZEA**

Každé pondělí 15:00 - 16:30 (květen - říjen)

Aktuální informace na:
www.ostrmuz.cz

Vydává Společnost senior, občanské sdružení za přispění grantu Statutárního města Ostravy a Městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz.

Zodpovědný redaktor: Ing. Ludmila Holubová
 Redakční rada: Mgr. Pavla Pešatová, MUDr. Hugo Příbyl, Ph.D.,
 Marie Kalinová, Ing. Jiří Muladi
 Registrační značka MK ČR E 14221
 Adresa redakce: Společnost senior, Na Jízdárně 18,
 702 00 Ostrava 1
 IČO 265 95 982
 Tel.: 724 276672 ; 728 466 105
 e-mail: info@seniortip.cz

www.seniortip.cz



Když dovolená léčí

Cestování, dovolená, odpočinek. Kouzelná slova, která lákají snad každého. Dokud to zdraví a věk dovolí, cestuje asi každý z nás. Někdo raději po Česku, jiný do zahraničí. Ale co když začnou bolet klouby nebo s věkem rostou obavy z cestování? Co když už pouhá rekreace nestačí nebo my nestačíme tempu organizovaných zájezdů?

Jedná se o problém, který tíží především seniory. Často jsou tak s přibývajícím věkem stále více odsouzeni k trávení dlouhých dní sami doma, na lavičce uprostřed anonymního sídliště nebo jen s několika sousedy v obci, daleko od dětí, které už dávno vylétly z rodného hnízda. Startuje začarovaný kruh, který seniory postupně odřezává od kontaktů s okolím, posiluje jejich obavy z neznámého prostředí, uzavírá je doma, krade jim záliby, chuť žít a odvahu pouštět se do nových činností

Právě **Wellness hotel MAS** v Jižních Čechách se s těmito riziky rozhodl bojovat. V projektu **Zdravé stárnutí** nabízí lidem od 55 let tzv. **Rekondiční pobyty**. S nadsázkou je nazýváme dovolenou pro seniory. Nejedná se však o pouhou dovolenou, ale v širším smyslu o sociální službu, která přináší seniorům nejen odpočinek, ale i úlevu od chronických pohybových obtíží a vtahuje je znovu do aktivního života.

Rekondiční pobyty mají za cíl mimo jiné umožnit seniorům vytvářet nové sociální vazby a nové kontakty, dodat jim motivaci a v rámci individuálních možností je podpořit v aktivním trávení volného času.



Reference našich klientů - Svaz zdravotně postižených občanů města Bzenec

"Jako každý rok, tak i letos jsme si zajistili týdenní rekondiční pobyty, abychom trochu upevnili své zdraví. Letos jsme k tradiční Jelenovské a Luhačovicím přidali týden v Sezimově Ústí. Protože nikdo z nás tam ještě nebyl, hlodal v nás trochu pocit nejistoty a nedůvěry. Skutečnost však předčila všechna naše očekávání. Jejich autobus nás přivezl až přímo ke vchodu hotelu (zpět nás opět odvezl), zavazadla nám byla dopravena až k pokoji, ubytování pěkné, čisté s příslušenstvím a plazmovou televizí.

Toto všechno lze snad vidět v každém jiném hotelu, co však není

všude samozřejmostí, to je přístup všech zaměstnanců ke klientům. Maximální ochota, pozornost i starostlivost o naše blaho po všech stránkách!

Jedinou výtku jsme měli ke kuchařům, protože vařili tak vynikajícím způsobem, že většina přibrala na váze. I když někteří už byli na rekondičních pobytech na různých místech, všichni se shodli na tom, že tento pobyt byl nejlepší. Proto bychom ho chtěli v příštím roce zopakovat."

Za Svaz zdravotně postižených občanů Bzenec

Vlasta Čmelíková

Rekondiční pobyty v Hotelu MAS*** Sezimovo Ústí

Cena pobytu obsahuje kompletní služby **včetně autobusové dopravy z určených míst**, pro skupiny nad 40 osob - nástupní místa dle požadavků.

- 7 nocí s polopenzí (bufetový způsob)
- 1x uvítací nápoj
- 1x výlet s prohlídkou vily a památníku manželů Benešových a města Tábora
- 1x masáž s termozábalem
- 1x hydroterapie
- 3x cvičení v bazénu, rehabilitace
- 5x ranní cvičení
- 2x společenský večer

- služby delegáta a stálý zdravotní dohled
- volný vstup do hotelového bazénu
- možnost dokoupení obědů za zvýhodněnou cenu
- možnost dokoupení fakultativních výletů
- cena již obsahuje městské poplatky a zákonnou sazbu DPH

volné termíny a ceny 2012

30. 6. - 7. 7.	5 399 Kč
7. 7. - 14. 7.	5 399 Kč
14. 7. - 21. 7.	5 399 Kč
21. 7. - 28. 7.	5 399 Kč

Příplatek za plnou penzi 450 Kč (6 obědů) ; Příplatek za jednolůžkový pokoj 2 300 Kč.

Sleva - 300Kč z ceny pobytu pro klienty s vlastní dopravou.

Kde najít informace:

Hotel MAS, Náměstí Tomáše Bati 417, 39102 Sezimovo ústí II.
tel.: +420 381 275010 nebo +420 724 720 811;

email: recepce@hotelmas.cz

web: www.hotelmas.cz

Chcete udělat něco pro své zdraví a pohodu? Ozvěte se nám - jednotlivci i skupiny - všechno ostatní už zajistíme my. S námi nemusíte být sami.