

Netradiční skupina dárců

Mezi dárcce krve se v době koronakrizy zařadili i členové baletu Národního divadla moravskoslezského. Netradiční skupinu dárců krve přivítali 23. dubna v Krevním centru FN Ostrava. Poprvé v životě usedli do odběrových křesel členové souboru baletu ND moravskoslezského. A zastupovali národy napříč zeměkoulí.

„Jako tanečník teď svou práci ostatním pomáhat nemohu, tak jsem se rozhodl pomoci alespoň touto formou,“ řekl před svým prvním odběrem v životě sólista baletního souboru Rei Masatomi z Japonska. Spolu s ním přišli poprvé darovat krev i další kolegové, kteří do ostravského souboru přišli ze zahraničí.

Tanečnický doprovodila i šéfka baletu divadla Lenka Dřimalová. Ta vysvětlila, co pro ni bylo posledním impulzem k takovému kroku. „Když si na ulici lidé pletli Reie s Číňanem a nepříjemně na něj pokřikovali, tak jsem si řekla, že bychom tímto krokem vyjádřili, že i cizinci nám mohou pomoci a že je potřeba, abychom v těchto těžkých dobách drželi pohromadě,“ vysvětlila Lenka Dřimalová.



I pro manažerku Krevního centra Fakultní nemocnice Ostrava Bc. Naděždu Kalužovou byla tato dárcovská skupina premiérou. „Bylo to úžasné. Ještě nikdy se nám nepodařilo získat dárcce mezi umělci. A tím, že nám tady i zatančili, tak vytvořili i takovou zvláštní atmosféru.“

„Krevní centrum fakultní nemocnice patří k největším transfúzním oddělením v zemi. Dárci na rozdíl od jiných měst chodí i v této době pravidelně. V těchto dnech jsme např. vypomohli nemocnici v Motole,“ popsala aktuální situaci v dárcovství krve vedoucí laborantka Krevního centra Bc. Oldřiška Lakotová.



Poděkování

Velké poděkování přichází ze Zoo Ostrava. Brány Zoologické zahrady a botanického parku Ostrava jsou znovu otevřené a za tuto dobu tam zamířilo okolo osmi tisíc lidí.

„Oproti loňsku je to výrazně méně. Nízká návštěvnost může být způsobena okolnostmi týkajícími se koronavirové pandemie (např. tím, že je možné zakoupit vstupenku pouze online), bezesporu k ní ale přispěla i skutečnost, že jsou zavřené hranice s Polskem. O co méně lidí do



zoo v těchto dnech přišlo, o to více jich zoo podpořilo peněžními dary. Za dobu uzavření zoo lidé přispěli neuvěřitelnou částkou 400 tisíc Kč! Zájem o podporu dokonce převýšil období před vánočními svátky, kdy lidé symbolicky adoptují zvířata jako dárek pro někoho ze svých blízkých. Všechny darů si velmi vážíme a moc za ně děkujeme,“ říká Šárka Nováková, tisková mluvčí Zoo Ostrava.

Pomoc studentů Ostravské univerzity

I studenti Ostravské univerzity výrazně přispěli ve Fakultní nemocnici Ostrava ke zvládnutí mimořádné situace, která nastala po nástupu pandemie. Pomáhali v první linii i na odděleních. Do pomoci se zapojilo více než 80 budoucích lékařů i dalších zdravotnických profesí. Intenzivní spolupráce FN Ostrava se studenty Lékařské fakulty Ostravské univerzity začala prakticky okamžitě po vypuknutí epidemie.

„Přesně si vzpomínám, že první schůzka studentů s vedením fakulty byla z jejich iniciativy. Studenti nám představili svůj štáb s tím, že budou práci studentů dobrovolně a bez nároku na odměnu sami organizovat,“ vzpomíná na začátek spolupráce proděkan LF OU doc. MUDr. Václav Procházka, PhD., MSC, MBA, který působí ve FN Ostrava jako vedoucí lékař angiolinky.



Jeho slova potvrzuje i JUDr. Jana Paják z FNO, která práci studentů v nemocnici koordinovala. „Dohodli jsme se, že studenti nastoupí na triážní místa, ale i na kliniky, které potřebovaly akutní výpomoc. Musím říci, že to pro nás byla obrovská pomoc. Vystřídal se zde kolem 80 studentů a podle reakcí našich lékařů byli velmi ochotní a hlavně šikovní,“ říká Jana Paják.

„Někteří studenti nás oslovili ještě předtím, než jsme měli konkrétní požadavky nemocnice s tím, že chtějí nastoupit hned a kamkoliv, kde to bude potřeba,“ vyzdvihla iniciativu budoucích lékařů Mgr. Michaela Škerková, doktorandka OU a dodala, že nikdo z nich se neptal na to, jestli za pomoc v nemocnici dostane peníze.

Studenti potvrdili, že svou dobrovolnickou pomoc nabídli hlavně proto, aby pomohli nemocnici zvládnout péči o pacienty a taky získali pro svou budoucí praxi neopakovatelnou zkušenost.

„Ta komunikace s pacienty mě hodně posunula a zřejmě i ovlivnila při výběru oboru, kterému se budu chtít po medicíně věnovat,“ svědčila se po své poslední službě na triážním místě studentka 2. ročníku Eliška Petříková.

MUDr. Růžena Mašková: O tom, že než tyfus, to raději koronavirus, o tom, co procvičuje četba, o skládání účtů, o probuzené přírodě i tréninku paměti, o tom, co z paměti lovit, co nelovit a o excelentním sprostákovu na záchytce...



MUDr. Růžena Mašková

Nemine den, abychom nebyli zahlceni zprávami o koronaviru. Ale já vám něco řeknu: kdyby místo něho bouchnul třeba tyfus, bylo by to mnohem horší - postižení by nevycházeli z domu ani v případě, že by nebyl zákaz vycházení a drželi by se doma u záchodu... Navíc se z toho stalo ošklivé politikum. V zahraničí dávají naši vládu za vzor, jak dobře se s pandemií vyrovnala, zatímco naše opozice neustále hovoří o "naprosté katastrofě". Takže nejlepší je takovým řečem vůbec nenaslouchat, nenechat si jimi rozhodit vlastní psychiku a naopak využít novou situaci ke zklidnění, k zamyšlení, k přehodnocení žebříčku hodnot v sobě. Koronavirus nám zlehka naznačuje, jak ošidné je neustále se honit za vrcholovými výkony v průměru, v ekonomice i sportu, jak lidské sebevědomí je nemístně vysoké. Lítáme na Měsíc, posíláme sondy na Mars - a přitom virus tak malý, že není ani vidět, dokáže zacvičit s celým světem.

Zvlášť senioři by nyní mohli strádat tím, že jsou omezené kontakty lidí, ale to na druhou stranu zase poskytuje příležitost porozhlédnout se po domácnosti, leccos vylepšit, spravit, nebo se dostat ke knihám, na které pořád nebyl čas. Četba procvičuje mozek, emoce i duši, proto je důležitá. Koronavirem byly poznamenány i Velikonoce, největší svátek křesťanů v roce. Kostely byly prázdné, bohoslužby přenášely televize, a proto prý je sledovalo mnohem více lidí. To je dobře, protože nauka, slova a rady, které nám Ježíš Kristus zanechal, mají dodnes vysokou hodnotu. Bez nich bychom se nemohli radostně dívat do vlastní budoucnosti, bez nich se do člověka vkrádá strach z konce. Podstatné přitom rovněž je, že ze všech skutků, i z těch, kdy se nikdo jiný nedíval, budeme skládat účty. Jistě, všichni tomu

nemusí věřit, ale pro každého bude lepší, když se podle toho bude chovat.

A vidíte: pandemie, nepandemie, příroda si pořád jede po svém. Ukazuje nám radostnou jarní náladu, vše se probudilo ze zimního spánku, dny se prodlužují, vše raší, kvete, zpívá... Ta stálá aktivita přírody je obdivuhodná a kdo se umí dívat, ten to v sobě vnímá. Čist se dá zkrátka i v přírodě.

Nyní načnu zdánlivě poněkud "jiný soudek" a sice paměť. Ta u seniorů slábne, a může za to řada faktorů. Jednoznačně neblaze ji ovšem ovlivňuje stres a nadměrná zátěž nebo sklon k depresivním stavům. A jsme znovu u koronaviru: nevěnujte mu přemrštěnou pozornost. Ono bude vlastně úplně nejlepší, když budete akorát dodržovat rady hygieniků a veškeré statistiky s mrtvolami, či hřímání politiků budete zcela ignorovat... Moment, kde jsem vlastně přestala? Aha, u paměti... Příznivě si ji můžete ovlivnit pohybem, zdravou stravou a tréninkem. Jakým konkrétně? Můžete luštit křížovky, sudoku, osmisměrky, můžete se věnovat vědomostním soutěžím, počítat nákupní položky z hlavy, skládat puzzle nebo hrát šachy a karty. Ale můžete udělat i věci neobvyklé, například jít na nákup jinou trasou, než běžně chodíte, udělat rutinní záležitosti poslepu nebo si vyčistit zuby levou rukou. K tomu všemu nám nové podmínky v pandemii dávají prostor - máme čas více naslouchat i pozorovat. Vždyť všechno můžeme využít i v náš prospěch.

A přidám ještě trochu statistiky. Většina lidí si pamatuje: 10 % z toho co čtou, 20 % z toho co slyší, 30 % z toho co vidí, 50 % z toho co slyší a vidí, 70 % z toho co řeknou a 90 % z toho co dělají. K tomu všemu ale rovněž patří jedna důležitá věc. Kdo chce a může, ten si z paměti vyloví zážitky pěkné, což ho udržuje při zdravém rozumu a dobré náladě. Kdo rád v paměti loví zážitky nepříjemné, kterými chce jiné lidi obviňovat, ten škodí především sám sobě. Jinými slovy, je lepší vzpomínat na to příjemné a křivdy nechat být. Ostatně, kdož jsi bez viny, hod' první kamenem, není-liž pravda?

Asvé povídání uzavřu tradičně příběhem ze záchytce:

Co byste řekli tomu, že na záchytce může nějaký čas strávit i bytost, která se alkoholu nikdy ani nedotkla? Sprosták to tedy byl, to ano, ale naprosto střízlivý: papoušek. Přivezli ho se ženou středních let, opilou a agresivní. Měla papouška v restauraci, tam vyváděla, ale odmítla ho dát z ruky - tak ho přivezli. My jsme ho ubytovali, on vzal za vděk vodou, ovšem jeho pestrá slovní zásoba svědčila o tom, že jeho majitelka umí opravdu pepně nadávat. Za ty výrazy by se nemusel stydět ani světem protřelý dobrodruh.

Časopis SeniorTip vychází za podpory těchto institucí:

OSTRAVA!!!

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

 Moravskoslezský
kraj

 **HAVÍŘOV**



Náměstek hejtmána MSK Jiří Navrátil: Všem, kteří pomáhají, často na hranici svých sil, patří velký obdiv a díky

V nepokojné době celosvětové pandemie, kdy lidé zažívají mnoho nevšedních zkušeností a obav o své zdraví či zdraví svých blízkých, udělal Moravskoslezský kraj několik důležitých kroků k vzájemné pomoci a solidaritě. Konkrétněji si o těchto aktivitách povídáme s Jiřím Navráilem, náměstkem hejtmána MSK pro oblast sociální, který uvádí:

„Klíčové bylo spuštění portálu Spolu to dáme, kde lidé mohou nabízet a využívat dobrovolnickou pomoc. Mezi dobrovolníky se hlásí fyzické osoby i organizace, a to prostřednictvím finanční nebo materiální podpory.“



Náměstek hejtmána Jiří Navrátil a hejtmán MSK Ivo Vondrák (vpravo)

Další významnou pomocí - zejména pro lidi, kteří nemají přístup k internetu a nejsou zkušení v nových technologiích - bylo zřízení telefonické linky pro seniory, která zároveň slouží i neslyšícím a cizincům. Pro zajímavost, podnět na zřízení linky jsme dostali přes krajský facebook právě od seniora, jenž je sice aktivní na internetu, ale zná spoustu starších lidí, kteří nejsou zblhlí v surfování na sociálních sítích nebo webových stránkách.

MSK také inicioval spolupráci se společností T-Mobile, díky níž dostanou klienti z krajských domovů pro seniory k dispozici tablety pro spojení se svými rodinami. Bezplatně nám tyto tablety zapůjčil T-Mobile CZ po dobu, kdy jsou uzavřeny domovy návštěvám kvůli šíření koronaviru. Další kroky podpory kraje pak směřovaly k poskytovatelům sociálních služeb, jimž byla poskytnuta metodická doporučení k řešení různých situací, které vznikly v souvislosti s šířením nákazy.“

Opatření proti šíření koronaviru a různá omezení nepochybně doléhají na psychiku lidí. Mohou domácnostem, v nichž je třeba zdravotně postižený senior, pomoci tzv. odlehčovací stacionáře?

„Odlehčovacími stacionáři máme zřejmě na mysli ambulantní sociální službu denního stacionáře, která je zaměřena na klienty vyžadující vysokou míru podpory - zejména se jedná o lidi s postižením, či seniory. Bohužel, této sociální službě byla pozastavena činnost po dobu trvání nouzového stavu, a to na základě nařízení vlády, stejně jako týdenním stacionářům a některým dalším sociálním službám.“

Jakými dalšími aktivitami se tedy může kraj v oblasti sociální pochlubit?

„Záměrem MSK v oblasti sociální je systémová podpora. To



Náměstek hejtmána MSK pro oblast sociální Jiří Navrátil

znamená nikoli podpora prioritně "jednorázových akcí", ale dlouhodobá a celistvá podpora rozvoje aktivit, které zvyšují kvalitu života lidí žijících na území kraje. Uvedu nejdůležitější z nich:

- Senior Pointy - kontaktní místa, kde mohou senioři získat informace o místních seniorských sdruženích a spolcích, z oblasti bezpečnosti, prevence, mohou se zúčastňovat různých besed a přednášek.
- Senior Pasy - ucelený a jednotný systém slev na výrobky a služby poskytované držitelům karet Senior Pas. Senior Pas přináší celoroční slevy v rozsahu 5 - 50%, doplněné o sezónní a bonusové slevy v oblastech zdravotnictví, wellness aktivity, lázeňství, cestování, stravování, ubytování, vzdělávání, muzea, spotřební nákupy aj.
- IN.F.Obálka (Informace jako Forma ochrany) - je plastová obálka, která obsahuje inf. leták s pokyny k vyplnění, propisku, magnetku nebo samolepku (s nápisem: Zde je IN.F.Obálka, s telefonními čísly na složky záchranného systému). Aktivita je zaměřena na zvýšení kvality života seniorů a podporu jejich bezpečí. Ovšem máme i mnoho dalších aktivit, od hlásičů požárů a detektorů oxidu uhličitého, přes seniorské cestování, rodinné pasy, až po podporu formou dotačního programu.“

Jaký příběh solidarity a nezištné pomoci Vás v této hektické době nejvíce zaujal?

„V současnosti se mezi námi objevují hrdinové, o kterých jsme před několika dny či týdny vůbec nevěděli. Každý příběh pomoci druhému člověku mě velice oslovuje. V těchto dnech mne zaujal



příběh, který jsem četl na facebooku kraje, týkající se zdravotní sestřičky Romany Pazdziorové z Havířova. Ona už pátý týden odebírá vzorky při testování na koronavirus a stejně jako ostatní je v pořádném fyzickém i psychickém zápřahu. Těch příběhů je nespočet a všem, kteří pomáhají, často na hranici svých sil, patří velký obdiv a díky.“

S náměstkem hejtmána MSK Jiřím Navráilem rozmlouval Jiří Muladi



Jiří Dudek: Se souvky je to jako s hříby - ale chodíte na ně po celý rok

Úvodem pro ty, kteří nevědí, co je to souvek. Jde o kámen různého mineralogického složení, který vzniká jako důsledek ledovcové činnosti - tlaku, obrušování a transportu. Kde jsou nalezeny, tam souvky podávají důkaz o tom, že území bylo v dávných dobách pod ledovou pokrývkou. Český název „souvek“ zavedl geolog a přírodovědec prof. Cyril Purkyně (1862 - 1937).

V roce 2007 začal pan Jiří Dudek z Hlučína intenzivně sbírat pazourky a další ledovcové souvky. Vyhledával je v Hlučíně, Darkovicích, Markvartovicích, Hati, Darkovičkách, Kozmicích, Bolaticích, Jilešovicích, v ramenech Odry u Bohumína a na mnoha dalších místech. Vznikla tak kolekce 6 000 kusů, zahrnující mnoho druhů souvků krystalických i sedimentárních.



Zasluhou starosty Bolatic Mgr. Herberta Pavery a s finanční podporou z Programu rozvoje venkova ČR i občanského sdružení Místní akční skupina Hlučínsko se pak ve Skanzenu lidových tradic a řemesel v Bolaticích podařilo připravit objekt, v němž je od roku 2013 sbírka trvale umístěna.

Jiří Dudek: „Jde o největší sbírku ledovcových souvků v České republice. Při jejím vzniku pomohl s určováním exponátů geolog RNDr. Zdeněk Gába ze Šumperka, odborník na ledovcové souvky. Při určení prvních sběrů souvků byl rovněž nápomocen pan Petr Dybowicz z Opavy, který mi usnadnil vytřídění mých prvních nasbíraných kamenů a uvedl mne do světa souvků. Pak už je to jako s hříby: dokud jsou, tak chodíte. U kamenů je to stejné, až na jeden rozdíl - chodíte na ně po celý rok.“



Jaká je hodnota takové sbírky?

„Ledovcové dědictví je naší kulturní památkou. Z toho důvodu jsem se rozhodl sbírku zpřístupnit a dát lidem na vědomí, jaká krása kolem nás leží, do čeho to vlastně kopeme u svých domů a na zahrádkách, tak jako jsem to dříve dělal i já. Hodnota sbírky, vzhledem k věku souvků, je nevyčíslitelná - a především její vědecká hodnota je značná. Shromážděný

soubor navíc doplňují nové sběry. Sbírkou souvků informuje návštěvníky o přírodních památkách pocházejících z dob pleistocenních zalednění Hlučínska a dalších částí moravskoslezské oblasti. Toto ledovcové dědictví zde doslova leží pod nohama - a přitom o něm většina obyvatel regionu nic bližšího ani neví.“

Můžete tedy konkrétněji přiblížit, o jaké exponáty jde?

„V muzeu jsou souvky nordické čili severské. Těch je nejvíc. Pocházejí z různých oblastí Skandinávie, ze dna Baltského moře a jeho ostrovů. Mezi nejvýznamnější v našem regionu patří souvky pocházející z Norska. V expozici jsou však zastoupeny také souvky blízké, které sem ledovec dopravil kupříkladu z Dolního Slezska a souvky lokální (například z Jeseníků a Karpat). Zvláštní skupinu pak tvoří vúdčí souvky, jejichž oblast původu je dobře známa, a jejichž hornina je makroskopicky snadno poznatelná, takže lze z jejich výskytu činit různé závěry, např. o směru ledovcového transportu. Zároveň stojí za zmínku, že jsem do elektronické podoby převedl seznam tisíců bludných balvanů - s detailními popisy, mapami, obrazy a zeměpisnými souřadnicemi - který vytvořil za šest let pan Rudolf Pelikán.“

Abychom byli přesní, ve Skanzenu lidových tradic a řemesel v Bolaticích jsou výstavy dvě...

„Ano, ta první, expozice souvků, byla otevřena v roce 2013 a druhá, expozice „Experimentální archeologie“ - jak kdysi žili lovci na Hlučínsku, byla otevřena v roce 2019. Přitom počet exponátů se od otevření značně rozrostl, například pazourků je už v obou výstavách více než 12 000 kusů. Obě expozice jsem připravil a daroval obci Bolatice s tím, aby je zachovala pro další generace.“

S jakými vědeckými institucemi spolupracujete?

„V roce 2013 jsme navázali kontakty s vysokými školami a institucemi, které se zabývají geologií a archeologií v celé republice, včetně muzeí. Sbírkou souvků slouží rovněž jako výukové pracoviště pro základní školy - k tomuto účelu byly zpracovány materiály pro žáky. Ale i v tisku najdete spoustu článků o naší činnosti. S tím, co děláme, se mimo jiné snažíme seznamovat lidi, kteří souvkovou a archeologickou minulost neznají. A informace jsou předávány i do zahraničí, organizacím, které se také zabývají sběrem souvků.“

Jakou máte zpětnou vazbu od laické veřejnosti?

„Zájem veřejnosti je značný, zejména při akcích ve skanzenu, ale i ze škol. Kromě toho od roku 2015 jsou ve skanzenu dvakrát ročně pořádány setkání "souvkařů", které jsou určeny právě i široké veřejnosti. Lidé zde mohou donést své nálezy a my je jim určujeme. Jak říkám, zájem je velký a každý rok chodí na schůzky další noví zájemci. Taktéž je zde skupina, která se zabývá minulostí Hlučínska z hlediska osídlení v pravěku - na jejím kontě je celá řada nálezů. Ty první byly publikovány a nálezy z nich předány do „Muzea Hlučínska“ v Hlučíně. Průzkum v terénu ovšem pokračuje a připravují se publikace dalších nálezů. Od roku 2015 pak vydáváme čtyřikrát ročně zpravodaj „Souvky“ a všechna čísla jsou přístupná na stránkách skanzenu: www.bolatice.cz. Ostatně, pokud se někdo chce začít zabývat sběrem souvků, nejlépe by bylo, kdyby přišel na naše setkání ve skanzenu.“

Jiří Muladi

Foto: archiv Jiřího Dudka



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

Milí čtenáři SeniorTipu, dnes v našem místopisu nabídnou pohled k objektu, který je na dobré cestě stát se zajímavým a přitažlivým místem, i když už ne výlučně jako památka. Vzhledem k možnostem dopravy padla volba na souřadnice poblíž Ostravy, dosažitelné meziměstským spojem, třeba autobusem z Ostravy směrem na Orlovou. Ale ještě chvíli máte čas, protože stavení a přilehlé jeho prostory nejsou zatím pro návštěvníky připraveny. Stojí však za obhlídku zvenčí (a možná při troše štěstí se dá vstoupit do zahrady) a k výletu přibrat i okolní krajinu s vodními plochami a bohatou zelení.

Rychvald: zámek (Orlovská ul. Rychvald, zastávka Starý dvůr)



▲ Zámek v Rychvaldu (před rekonstrukcí) měl svá nejlepší léta, kdy byl plně obývaný a udržovaný, za sebou už v 19. století. Tehdy se ze šlechtického sídla stal objekt sloužící převážně zemědělským účelům. Jako by se obloukem vrátilo jeho dávné určení. Kořeny místa sahají totiž až do pozdního středověku, kdy se na místě nacházel hospodářský dvůr. Ten patrně patřil benediktinskému klášteru v Orlové; benediktini se v těšínském Slezsku mj. významně podíleli na osídlování regionu a zúrodnování půdy. Odtud se až dodnes udrželo označení jejich rychvaldského majetku - Starý dvůr. Je to i název zastávky, na níž byste přímo před zámkem vystoupili.



Nádvoří, dnešní stav

V poslední čtvrtině 16. stol. zakoupil dvůr od těšínských knížat Burian Barský z Baště a na místě nechal zbudovat renesanční sídlo. Tři křídla jsou dvoupodlažní, jediné přízemní křídlo západní sloužilo jako chlévy a stáje. Do zámku se vstupuje jednoduchým portálem v severním průčelí. Erby, připomínající několik dalších majitelů, však zanikly. Přestože čtyřkřídla budova s uzavřeným dvorem zejména ve 20. století značně utrpěla,

dodnes je patrný její slohový ráz v dochovaných konstrukcích. Do nádvoří se v jednopatrových křídlech otevírají arkády, prolomené segmentově nebo půlkruhově zaklenutými průchody, vnitřní i vnější průčelí jsou osazena jednoduchými obdélníkovými okny. Okrově probarvené fasády jsou opticky členěny bílými lizénovými rámci a uvnitř nádvoří plasticky rytmizovány vysazenými opěráky. Ve sklepeních se dochovaly, respektive byly renovovány, valené klenby, v přízemních částech byly zachráněny zbytky valených nebo stlačených kleneb s lunetami, místy dokonce s tzv. hřebínky, modelovanými ve štuku. Nejlépe bylo vybaveno obytné východní křídlo a k němu přilehlá, rovněž obytná část křídla severního. Na severovýchodním nároží se dochovala domácí kaple s dřevěnými lavicemi, jednoduchým oltářem a sochou světce.



Upravená kaple

Od doby třicetileté války se v Rychvaldě vystřídalo několik rodů a až koncem 18. století se sňatkovými manévry dostal do majetku aliančního rodu Larisch-Mönnichů. Jeho příslušníci sídlo přizpůsobovali novým hospodářským podmínkám, patrně i s vyhlídkou na výhodu, kterou v 60. letech 19. století znamenala trasa nově zbudované Košicko-bohumínské dráhy, čímž vzniklo významné napojení také na celou Severní dráhu císaře Ferdinanda. Obyvatelé zámku tak mohli pohodlně cestovat jak do Vídně, tak do rakouského Slezska nebo Haliče; měli zastávku přímo u svého sídla. Dalším sňatkovým řízením na počátku 20. století spadl zámek a rychvaldské panství v podobě věna do majetku rodu Starhembergů. Ti jej museli opustit v roce 1945.

Od padesátých let se naplňoval osud zámku podle scénáře mnohých jiných šlechtických sídel, sloužil opět jako - ovšem chátrající - hospodářský objekt, až se začaly hroutit konstrukce a okolí zarůstalo náletovými křovinami a plevelem. Hrozila likvidace památky.



Edikulový portál po rekonstrukci

Na konci prvního desetiletí našeho století se zchátralého zámku ujal nový majitel a zahájil náročnou rekonstrukci. Přestože není hotovo a přestože se už nedala v omítkách obnovit původní psaníčková sgrafita, zámecká budova se rozsvítila, obkroužena novou zdí. Kolem je téměř dohotoven terén se sympatickou zahradou. Ještě nějakou dobu potrvá, než se vstup otevře hostům, nabídne ubytování i restaurační, případně lázeňské požitky. Je však možné si docela živě představit, jak třeba Starhembergové projížděli alejí vedoucí od zámku k polnostem nebo jak se hospodařilo na okolních rybnících nebo lesích. Na přelomu jara a léta by taková observance, byť ne z kočáru, určitě stála za to.

PhDr. Marie Šťastná, Ph.D.

Pozn.: Fotografie jsou pro aktuální nedostupnost vnitřního areálu objektu reprodukovány ze zdroje <https://www.smira-print.cz/stavebnicinnosti/73-rychvald-zamek>



Historický kalendář Ostravska

Duben - červen

2. a 3. dubna 1960 odstranilo v rámci "estetizace" 600 příslušníků Lidových milicí, členů civilní obrany a Čs. červeného kříže pomocí bagrů, autojeřábů a další mechanizace z náměstí Lidových milicí (dnes Masarykovo náměstí) veřejné toalety, trafiky, kašnu a především "religiózní" mariánský sloup z roku 1702 a sochu sv. Floriána z roku 1763. Podél chodníků byly umístěny osmimetrové sloupky veřejného osvětlení a začaly úpravy místa, kde byla posléze v roce 1962 instalována socha milicionáře, jejímž autorem byl Vladislav Gajda. Akce, která probíhala rovněž v noci, byla příspěvkem Lidových milicí k 15. výročí osvobození Ostravy. Mariánský sloup, nejstarší dochovaná barokní plastika ve městě, se vrátil na náměstí 24. října 1992. Socha sv. Floriána byla v roce 1983 umístěna u kostela v Hrabůvce a na Masarykovo náměstí se po zrestaurování vrátila až 4. května 2008.



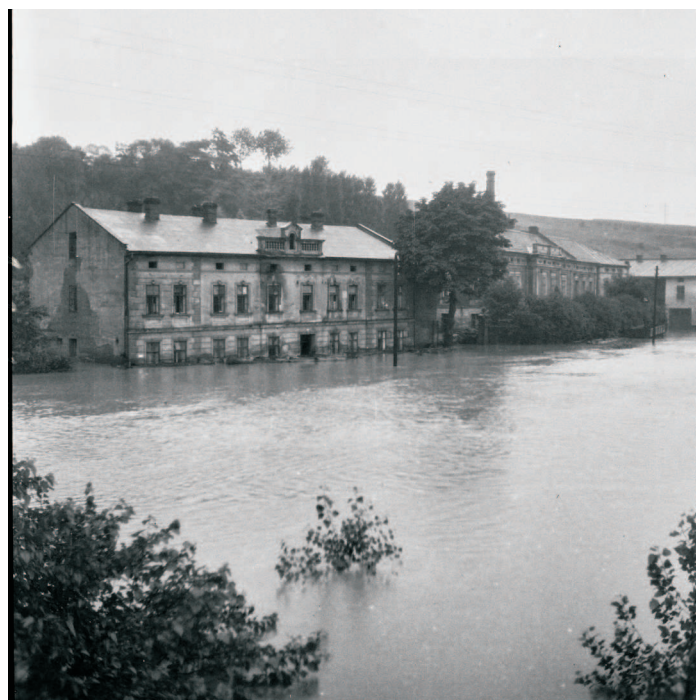
Radniční strana náměstí s mariánským sloupem, sochou sv. Floriana a kašnou kolem roku 1880

15. dubna 1890 došlo k mohutné stávce horníků a dělníků za uznání Svátku práce a zlepšení hmotných a pracovních podmínek. Zahájili ji horníci Wilczkových dolů v Polské Ostravě a postupně se přidávali horníci dalších dolů, dělníci Vítkovických železáren, chemické továrny v Hrušově a dalších. Stávkovalo na 50 tisíc zaměstnanců. Byly přivolány vojenské oddíly z Opavy a Olomouce a ve Vítkovicích došlo ke srážkám a krveprolití. Celkově si stávka vyžádala 7 obětí z řad dělníků. Před soud bylo pohnáno 131 dělníků a 33 bylo odsouzeno. Vedení některých dolů přistoupilo na menší ústupky. Po potlačení stávky se na počátku 90. let začalo na Ostravsku rozvíjet organizované dělnické hnutí. Významný vliv na jeho rozvoj měla činnost Petra Cingra a založení odborového spolku Prokop a jeho časopisů Odborné listy a Na zdar.

30. dubna a 1. května 1945 byly svedeny úspěšné osvobozovací boje o hlučinské obce Hošťálkovice, Lhotku, Petřkovice a Koblov (Moravská Ostrava byla již osvobozena). Německá armáda ustupovala směrem k Antošovicím a do Hrušova přes most přes Odru, který za sebou navečer téhož dne vyhodila do povětří. Celkem si boje vyžádaly životy téměř 60 rudoarmějců a 10 místních občanů. V noci z 30. dubna na 1. května bylo dokončeno po několikadenních bojích osvobozování důležitého

železničního uzlu Svinova, kde padlo v blízkosti nádraží do obklíčení asi 3000 německých vojáků. Zahynulo přitom 106 rudoarmějců a 12 místních občanů.

19. května 1940 způsobily deště trvajících od 18. do 20. května ve Slezské Ostravě povodeň, která byla současníky považována za největší vůbec. Večer 19. května stoupla hladina řeky Lučiny o 4,8 metru nad normál, Ostravice byla 4 metry nad běžným stavem, rozvodněná byla také Odra v Nové Vsi, Přívoze a Hrušově. Nejhorší situace byla ve Slezské Ostravě. Zárubek, kolonie Centrálka a Podzámčí byly zatopeny, 127 rodin muselo před živlem uprchnout a byly nouzově ubytovány. Trať Ostravsko-karvinské dráhy a Báňské dráhy byla v prostoru dolu Zárubek podemleta tak, že kolejnice visely volně ve vzduchu.



Povodeň na Zárubku v květnu 1940

25. května 1920 se správní komise města Moravské Ostravy usnesla zřídit českou veřejnou knihovnu a čítárnu a ustavit čtyřčlennou knihovnickou radu. Stalo se tak na základě zákona o veřejných knihovnách obecních, který stanovil, že obce s více než 400 obyvateli musí do konce roku 1920 zřídit veřejnou obecní knihovnu. Zároveň bylo dohodnuto jednat se spolky Veřejná knihovna a čítárna v Moravské Ostravě a Dělnickou akademií v Moravské Ostravě o převzetí jejich spolkových knihoven a čítáren. Knihovna spolku Deutscher Volksbildungsverein byla jednoduše prohlášena za veřejnou obecní knihovnu. Obec dala knihovně k dispozici místnosti v německé obecní škole v Hasnerově ulici (dnes Purkyňova ulice).

27. května 1920 se v obci Klopotovice (okr. Prostějov) narodil dirigent a skladatel Vladimír Brázda (zemřel 6. srpna 1920 v Ostravě). V ostravském divadle působil od roku 1939 ve funkcích sbormistra, dirigenta a šéfdirigenta opery. Spolupráci s operním ansámblem ukončil až v roce 1995. Brázda je jednou z největších osobností v historii ostravského divadla v oblasti operety a muzikálu, jímž dovedl vtisknout osobité





KALENDÁRIUM

pojetí svou neobyčejnou muzikálností, vynikající hudební pamětí a hlubokým citem pro tyto žánry. Ve více než 5000 představeních uvedl 118 operních a 20 baletních premiér. Vladimír Brázda byl též činný jako hudební skladatel a akter mnoha rozhlasových a televizních pořadů.

3. června 1895 se uskutečnilo slavnostní otevření Německého domu (Deutsches Haus) v Moravské Ostravě, který stál do roku 1946 na volném prostranství na dnešním náměstí Dr. Edvarda Beneše. Po velkolepém úvodním ceremoniálu si německá ostravská veřejnost mohla prohlédnout vyzdobené prostory novostavby realizované podle návrhu architekta Felixe Neumanna. Zlatým hřebem oslavy byl koncert v zaplněném slavnostním sále. Od samotného počátku se Německý dům stal útočištěm celé řady německých spolků, které využívaly jeho prostor ke svým schůzím, valným hromadám a slavnostem. Byly zde pořádány koncerty vojenských a závodních kapel, divadelní představení, vystoupení pěveckých spolků, plesy, kabaretní vystoupení, přednášky a řada dalších společenských akcí dobročinného a zábavního rázu.



Německý dům (zcela vpravo) v Moravské Ostravě, pohled směrem na dnešní náměstí dr. Edvarda Beneše, 30. léta 20. století

8. června 1950 byl Státním soudem v Praze k trestu smrti odsouzen Jan Buchal z Ostravy, jediný mimopražský účastník politického procesu s tzv. vedením záškodnického spiknutí proti republice v čele s dr. Miladou Horákovou. Stal se tak první obětí stalinských represí na Ostravsku.

Jan Buchal, štábní strážmistr SNB ve výslužbě a člen národně socialistické strany, se po únoru 1948 nesmířil s komunistickou diktaturou, avšak žádnou protistátní činnost nevyvíjel. Stal se obětí provokace orgánů Státní bezpečnosti. Zatčen byl 25. října 1949, převezen do ruzyňské věznice a po několika měsících podroben nesmírně krutým výslechům. Soudní proces, umně "moderovaný" nechvalně známým prokurátorem Josefem Urválkem, byl jen dobře režírovaným divadlem. Rozsudky byly předem známé, rozhodovalo o nich nejvyšší vedení tehdejší KSČ. Všech třináct obžalovaných bylo uznáno vinnými, čtyři rozsudky byly absolutní. V roce 1968 byly sice zrušeny, avšak plné rehabilitace se Janu Buchalovi a ostatním dostalo až v roce 1990.

PhDr. Antonín Barcuch,
Archiv města Ostravy

Významných a mezinárodních dnů se slaví celá řada. Pojďme si některé připomenout.

1. duben - Mezinárodní den ptactva

První duben nepatří jen aprílovým žertíkům, ale i všem opeřencům. Už více než 100 let se tento den slaví Mezinárodní den ptactva. Prvního dubna roku 1906 byla podepsána mezinárodní Konvence o ochraně užitečného ptactva. A právě na památku podpisu této konvence se již od roku 1906 slaví 1. duben jako "Mezinárodní den ptactva". Jedním z jeho hlavních cílů je obrátit pozornost veřejnosti k nebezpečím ohrožujícím ptáky na celém světě a pomoci tak jejich ochraně a ochraně jejich stanovišť. K efektivní ochraně ptactva tedy nestačí pouhá ochrana jednotlivých druhů, ale spolu s ní je zároveň nutná i ochrana stanovišť těchto druhů.

11. duben - Světový den Parkinsonovy choroby

U příležitosti výročí narození anglického chirurga Jamese Parkinsona, který poprvé popsal chorobu, si svět připomíná tento den. Počet pacientů s Parkinsonovou nemocí a parkinsonskými syndromy v České republice je několik tisíc. Výskyt však plynule stoupá s věkem a ve věkových kategoriích okolo 65 let věku je již mezi 1-2 % populace. Jde o neurodegenerativní onemocnění, které postihuje starší osoby, ale objevuje se i u pacientů v produktivním věku.

16. duben - Světový den hlasu

V roce 2002 byl 16. duben vyhlášen Světovým dnem hlasu. Cílem akce je připomenout, jak moc je pro nás hlas důležitý a jakému nebezpečí je denně vystavován.

Co je hlas? "Hlas" je zvuk, který vzniká vibrací hlasivek. Hlas je pro člověka cenným nástrojem a je nejpoužívanější formou lidské komunikace. Správná péče a používání zvyšuje pravděpodobnost, že náš hlas bude trvale zdravý.

18. duben - Mezinárodní den památek a sídel

Vyhlášen byl roku 1983 organizací UNESCO. Od roku 2001 má den památek vždy nějaké téma. V rámci tohoto dnu bývají zpřístupňovány nejruznější památky, otevírají se nové okruhy na hradech či zámcích, konají se prohlídky s průvodci v historických kostýmech.

6. květen - Mezinárodní den proti dietám

Jestli už máte plné zuby lidí, kteří se vás ptají, jak to jde s vašimi novoročními předsevzetími ohledně hubnutí, pak je pro vás tento den jako stvořený. Za tímto poněkud bizarním dnem je ale dobrá myšlenka. Tento svátek existuje už od roku 1992, kdy byl založen na podporu sebelásky a zdravého vztahu k vlastnímu tělu. Tento den nám také může posloužit jako způsob, jak otevřít vážnou debatu o tlaku moderní doby na fyzický vzhled nebo na nezdravé stravovací návyky. Nebo to můžete vzít s humorem a říct si, že některé dny jsou tu zkrátka proto, abychom si je naplno užili - vynechte ranní cereálle a dejte si místo toho třeba kus dortu.

30. květen - Svátek sousedů

Zakladatelem tohoto svátku je někdejší francouzský poslanec Atanase Périfan. I on uznává, že ne vždycky má na sousedy náladu, ale přesto tento svátek považuje za velký přínos a říká: "I mně, když přijdu domů po namáhavé práci, se chce zavřít dveře, lehnout si na kanape, nalít si pivo a pustit televizi. Takhle se ale nedá žít pořád! Svátek sousedů je teprve začátek, záminka, jak se přiblížit druhým lidem, jak s nimi promluvit, sdílet své zážitky." Cílem svátku je sblížení lidí žijících v jednom domě, v jedné ulici, v jedné čtvrti. A také to, aby se lidé více zajímali o své okolí.

(bal)

Bílovecký zámek zahájí v polovině června jubilejní, desátou sezonu!

Příprava jubilejní 10. sezóny bíloveckého zámku je v plném proudu a návštěvníci se mohou těšit na mnoho novinek. Zámecké brány se otevrou v sobotu 13. června a v časech od 14, 15, 17 a 18 hodin budou probíhat už i prohlídky.

V průběhu desetiletí prošel zámek neuvěřitelnou proměnou, prázdné sídlo se plní mobiliářem, vznikl zde i prohlídkový okruh v pokojích bývalých šlechtických majitelů - hraběcí rodiny Sedlnitzkých a několik krásných expozicí. To vše vidělo již přes 60 tis. lidí!

„Několik let je zde k vidění např. zámecká kaple sv. Hyacinta s náhrobky majitelů zámku, apartmán poslední šlechtické majitelky zámku hraběnky Hermíny Balbíny Sedlnitzké z Choltic nebo různé expozice. Nově se podařilo prodloužit prohlídkovou trasu o pokoj baronky Margarety Sedlnitzké, rozené von Eichendorff, která do Bílovce často zajížděla ve 20. letech minulého století.“



Ve velké jídelně zámku přichází uvidí také repliky původních zámeckých dveří, které se do zámku vrátily po 75 letech a novou historickou instalaci včetně porcelánu, broušeného skla a dobového prostírání,“ láká návštěvníky zdejší kastelán Eduard Valeš a pokračuje: „Součástí zámecké prohlídky jsou také expozice Lov a myslivost v proměnách doby, expozice historických kol Bílovecké Šlapátko nebo také výstava obrazů světoznámé malířky Rosany de Montfort. Nově vzniká expozice ve sklepení zámku je věnována nejstarším dějinám tohoto krásného šlechtického sídla. Nebudou zde chybět ani artefakty nalezené při zdejších archeologických výzkumech.“



Nádvoří, které původně kryly nevzhledné betonové panely prošlo také velkou proměnou. V průběhu desetiletí zámek dostal novou fasádu, okna, některé pokoje byly nově vymalovány, vracejí se zde parkety a repliky původních dveří. „Jsme velmi rádi, že se nám daří zámek postupně opravovat a zpřístupňovat. Díky opravenému nádvoří zde vznikl nádherný prostor pro pořádání nejrůznějších kulturních akcí, které jsou hojně navštěvovány,“ říká Renata Mikolašová, starostka města Bílovce, a dodává: „Fakt je, že se o tuto památku stará nejen město, ale především pan Kastelán Eduard Valeš. Ocenily to i významné šlechtické a továrnícké rody, jejichž zástupci k nám zavítali. Navštívila nás např. hraběcí rodina Sedlnitzkých z Choltic, kníže Thun und Hohenstein, hrabě Tenczin nebo paní Bancalari - dcera posledního továrníka Salchera a jiní.“

Každé zahájení zámecké sezony provází kulturní program. Letos si Zámecká divadelní společnost připravila krátkou historickou frašku z roku 1730 s názvem Velmi těžký den architekta Gansse. Diváci tak uvidí, jak se mladý krnovský stavitel Georg Friedrich Ganss snaží přesvědčit majitele bíloveckého panství barona Karla Sedlnitzkého o důležitosti přestavby jeho požárem poškozeného zámku. Baron však není na nějaké "novoty" zvědavý. Zbytek děje už nesmíme ani naznačovat...

Galerie na Rychtě Úvalno



Rychta v Úvalně je kulturní památka z r. 1699, dříve byla sídlem rychtářů. Výstavní síň funguje pět let a má speciální *genius loci*.

HANA MIKULENKOVÁ VÝSTAVA - TALKING TO YOU

1. 6. - 1. 8. 2020

Hana Mikulenkova prezentuje malby, které tvořila v uplynulých letech na Bali. Velká část z nich ještě nebyla prezentována v Česku, tak zažijí svoji premiéru s diváky v Úvalně. Diváci uvidí i novou tvorbu, která intenzivně vznikala také v uplynulých měsících během nouzového stavu naší země.

Radana Zapletalová z Galerie ZaZa říká: „Tvorbu Hanky sleduji mnoho let. Její obrazy jsou plné života. Mám ráda její přístup k barvám a razanci, s kterou divákovi předkládá svůj křehký vztah k přírodě a krajině. Je velmi vnímavá a dokonale zachycuje ve svých obrazech jak esenci exotických vůní dalek, tak měkkost tvrdé krajiny hor. Stále překvapuje.“

Autorka ukáže divákům obrazy, které v sobě mají tropický odraz jejího pobytu na ostrově Bali. Staví své obrazy na vrstvách akrylu a výrazné barevnosti. Obrazy působí odvážně, ale zároveň v sobě mají křehkost. Název výstavy Talking to you je odkazem na hovory, které vedeme. A s kým je vedeme, je otázka.

„Myslím si, že v uplynulých měsících jsme těchto vnitřních rozhovorů museli zažít spoustu nebo hovory a myšlenky s něčím, co nás přesahuje a měli jsme spoustu otázek. Jak se říká, kdybychom to uměli vyjádřit slovy nebyl by tady důvod k malbě. Vnímám moje malby jako výpovědi a zároveň miluju proces malby a její neustálé možnosti. Inspiruji se přírodou, její dynamikou a růstem, pozitivními barvami a světlem. Těším se na dialog mezi mými obrazy a diváky. Jsem ráda, že je můžu prezentovat, protože cesta obrazů do Česka byla dlouhá.“ říká autorka.

Vydání časopisu podporují:





„Kdo dokáže dobře naplánovat park, může také plánovat město.“ **Marc Antoine Laugier (1713 - 1769)**

Děkuji za park

Projekt "Děkuji za park" připravují pracovníci Ostravského muzea již delší dobu. Celý projekt zakončí výstava, plánovaná pro rok 2021. V současném každodenním životě však nastala neočekávaná a nechtěná doba. V důsledku koronavirové pandemie jsou omezeny možnosti vycházení a většina z nás je se svým okolím kontaktována jen pomocí telefonů, mailů či sdělovacích prostředků - rozhlas, televize, internetové portály. Rozhodli jsme se trochu předběhnout plánovanou výstavu a aspoň s částí už teď přijít za Vámi. Na webových stránkách Ostravského muzea můžete shlédnout zpracované prezentace ostravských parků. Věříme, že se Vám prezentace k parkům budou líbit a nad historickými fotografiemi zavzpomínáte na místa, která se stále mění. www.ostrmuz.cz/website/mainmenu/dekuji-za-park/

Označení park se používalo již ve středověku pro lovecké obory, z nichž některé se v průběhu století přeměnily na parky, např. pražská Stromovka. Park, jak jej známe dnes, neboli sad s okrasnými stromy a květinami, se začal formovat v Anglii v 18. století převážně u šlechtických sídel. Vznikl na protest proti barokní přísně geometricky tvarované zahradě francouzského typu. Všimnout si rozdílů mezi francouzskou zahradou a anglickým parkem můžeme např. v Kroměříži. Podzámecká zahrada je příkladem romantického anglického parku, Květná zahrada příkladem pečlivě zastříhané francouzské zahrady.



Květná zahrada Kroměříž

Městské parky začaly v našich zemích vznikat na konci 18. století, kdy se bouraly městské hradby a v některých městech nadšenci osazovali valy okrasnými stromy a keři.

V Opavě začali s parkovou úpravou bývalého prostoru hradeb již v roce 1834 a dnes se mohou pyšnit rozlehlými Městskými parky na tzv. Hradebním okruhu. V Ostravě vznikl nejstarší městský park od roku 1852 na bývalém jezdeckém cvičišti při Staré střelnici na slezskoostravském břehu řeky Ostravice. Stará střelnice i park jsou již dávno zničené a upomíná na ně pouze pozůstatek lávky (opravené schodiště), po které návštěvníci parku překonávali řeku.



Park Opava

Proč jsou pro nás městské parky tak důležité?

Přispívají ke zdraví obyvatel a okrase města, jsou ukazatelem kvality života ve městě, vytvářejí protiváhu zastavěnému prostředí a pokoušejí se nahradit nedostatek přírodní volné krajiny ve městě. Plní také funkci společenskou, shromaž-



Park Ostrava-Plesná

dovací a rekreační. V parcích se setkávají lidé, pořádají se zde kulturní a sportovní akce. Parky nám umožňují zregenerovat tělo a harmonizovat duši. Stromy a květiny v parku snižují teplotu vzduchu, hluchost a prašnost. Odštiňují světelné znečištění a zvlhčují klima. Pozorování barevnosti a morfologické rozlišení vyvolává v pozorovateli ozdravné procesy, pocit klidu a bezpečí.



Komenského sady Ostrava

Některé ostravské parky jsou registrované jako „Významné krajinné prvky“ (VKP), které přispívají k udržení biologické stability v městském prostředí. Více viz <http://www.ochranaprirody.cz/obecna-ochrana-prirody-a-krajiny/vyznamne-krajinne-prvky/>. V Ostravě je zaregistrováno 137 VKP, z toho je 32 % parků a lesoparků.

Zdenka Rozbrojová, Kateřina Barcuchová
Foto zdroj: internet

Zveme Vás k online prohlídce ostravských parků, které, jak věříme, navštívíte a také v nich fotíte. Budeme rádi, když se stanete pozorovateli přírody a biodiverzity v parcích. Fotografujte přírodní zajímavosti ve vašich parcích a fotografie posílejte přes www.uschovna.cz na e-mail grondelova@ostrmuz.cz, do předmětu zprávy napište „Děkuji za park“. Dovolte nám zpracovat vaše fotografie do seriálů, ze kterých vzniknou virtuální procházky parkem, a zpřístupnit je na webu Ostravského muzea. Potěšíte ty, kteří nesmějí vycházet ze svých domovů a touží pozorovat změny v přírodě s příchodem jara a možná i brzkého léta.

Děkujeme rovněž za Vaše názory vyjádřené v anketě k ostravským parkům přístupné na adrese: <https://www.surveio.com/survey/d/S8B6Q8T0I5T3A7N9A> Výsledky ankety použijeme v připravované výstavě o ostravských parcích.



Bohumínští tanečníci psali dopisy seniorům z domovů



Dojemná setkání na dálku zažívá v těžkých koronavirových časech šedesátka seniorů z městského Domova Cestmína v Bohumíně. Právě na tuto skupinu obyvatel dopadla omezení vlády velmi tvrdě. Návštěvy blízkých a kontakt s vnějším okolím jsou pro ně už dva měsíce tabu.

Tanečníci z bohumínského souboru Radost a Impuls proto vzali do ruky tužku a papír a začali psát seniorům vřelé dopisy. To vše v rámci projektu Radost dělá Radost. A dědečci s babičkami jim spontánně odepisují. „Oslovili nás pracovníci, kteří vedou mladé lidi v tanečním souboru Radost&Impuls, jestli by děti nemohly potěšit naše seniory a napsat jim dopis, nakreslit obrázek nebo poslat malý dárek,“ líčí začátek přátelství na dálku ředitelka bohumínského centra sociálních služeb Petra Chalupová.

Děti vytvořily celkem šedesát dopisů a společně s obrázky a dárčky je zaslaly do domova. Jeho pracovníci pak předali poštu jednotlivým klientům, eventuálně pomohli s přečtením. Překvapení senioři začali na nečekanou korespondenci spontánně odpovídat. „Někteří zvládají napsat odpověď sami, jiní vzkazy diktují ošetřovatelům a ti je pak přepisují do počítače a posílají mailem. Klasické papírové psaní předáváme vedoucím souboru, kteří je pak distribuují jednotlivým dětem,“ vysvětluje Chalupová.

Mladí tanečníci, kteří by za normálních okolností těšili svým vystoupením početné publikum nebo sbírali medaile na soutěžích, tak místo toho objevují kouzlo komunikace, která

pomalou upadá v zapomnění. Díky tomu se bohumínští senioři necítí tak osamělí. Na první osobní návštěvy totiž budou muset vydržet do konce května, některé domovy zvažují až červnový termín. Po rozvolnění přísných opatření v zařízeních pro seniory chce Radost & Impuls navštívit dědečky a babičky a na zahradě je potěšit tanečním vystoupením.

Dopisování v koronavirové době není jedinou dobročinnou aktivitou, díky níž mají bohumínští senioři žijící v domovech pestřejší dny. Už pátým rokem funguje v Bohumíně projekt Hodinový vnuk, do něhož je zapojena dvacítko bohumínských gymnazistů a středoškoláků. Z Bohumína se tato myšlenka rozšířila i do dalších českých měst.

Ještě před koronavirovou krizí navštěvovali studenti seniory v místních domovech osobně a trávili s nimi volný čas. „Po vyhlášení nouzového stavu sestavili naši členové vědomostní kvízy pro seniory z moravskoslezských domovů. Aktuálně jednáme s jednotlivými zařízeními, kdy se do nich budeme moci vrátit osobně. V první vlně totiž budou zřejmě otevřeny jen pro nejbližší rodinné příslušníky,“ vysvětlil duchovní otec projektu Ivan Sekanina s tím, že do té doby se pro ně pokusí vymyslet alespoň venkovní program v podobě koncertu či vystoupení.

(bal)

Bílovecký dům dětí a mládeže získal na boj s COVID-19 pět nových šicích strojů

Dům dětí a mládeže v Bílovci se stal jednou z organizací, která se velmi rychle zapojila do pomoci potřebným. Vznikl zde jedenáctičlenný tým lidí, který během uplynulých několika týdnů našel přes tisíc roušek pro místní nemocnici, hasiče, domov s pečovatelskou službou, seniory ale i další obyvatele. Zpočátku šily ženy z bíloveckého DDM roušky na vlastních a zapůjčených šicích strojích. Rychlá pomoc Nadace ČEZ na boj s COVID-19 ve formě finančního příspěvku umožnila zakoupení pěti nových šicích strojů. Ty se od chvíle, kdy byly do Bílovce přivezeny, takřka nezastavily.



„V prvních dnech po vyhlášení nouzového stavu byl tlak na potřeby roušek obrovský. Proto jsme se rozhodli pomoci. Kdo měl doma šicí stroj, přinesl ho a pustili jsme se do práce. Ostatní zaměstnanci a dobrovolníci měřili, stříhali, žehlili a balili. Pro zvýšení produktivity jsme však potřebovali více švadlenek, respektive šicích strojů. Prostřednictvím sociálních sítí jsme požádali širokou veřejnost o jejich zapůjčení a jsme velice vděční za to, že se našli lidé, kteří nám stroj

zapůjčili,“ popisuje úžasnou bíloveckou symbiózu v pomoci potřebným ředitelka DDM Bílovec Tamara Knoppová a pokračuje: „Když jsme se dozvěděli o grantu Nadace ČEZ na boj s COVID-19, neváhali jsme a zkusili jsme štěstí. Byli jsme doslova překvapeni, jak rychle nadace reagovala.“

Zaměstnanci DDM Bílovec i dobrovolníci, kteří sem denně chodí pomáhat, budou roušky šít ještě určitě několik týdnů, a to nejen pro seniory a členy záchranných složek, ale i pro děti, které by se měly postupně začít vracet do škol i některých kroužků. „Jakmile pomine potřeba po rouškách, šicí stroje nebudou u nás zahálet. Už teď jsme rádi, že díky této dotaci budeme moci otevřít například kurzy šití pro mládež i dospělé,“ dodává Tamara Knoppová.

„Jak se říká: kdo rychle dává, dvakrát dává. A to v současné situaci platí dvojnásob,“ dodává starostka města Bílovce Renata Mikolašová. „Jsme velmi rádi, že máme v Bílovci tolik ochotných lidí, kteří se takřka okamžitě zapojili do různých forem pomoci v boji s tímto neviditelným nepřítelem. K nim patří také ředitelka DDM Bílovec Tamara Knoppová, její tým zaměstnanců i dobrovolníci, kteří přiložili ruce k dílu. Díky rychlé reakci domu dětí a mládeže a ještě rychlejší reakci Nadace ČEZ však mohou tuto pomoc vykonávat za mnohem lepších podmínek - na šicích strojích, které budou jistě dobře sloužit ještě mnoho let.“

(lhat)



Ostravští dobrovolníci ADRA pomáhají



Dobrovolníci ADRA v Ostravě pomáhají s donáškou nákupů potravin a léků nejohroženějším skupinám obyvatel - osamělým seniorům a lidem v izolaci, kteří nemají přirozenou síť sociálních kontaktů ze strany rodiny, sousedů či známých a zároveň si nemůžou objednat nákupy on-line.

„Bezprostředně po uveřejnění výzvy nás začali kontaktovat naši dobrovolníci, kteří se chtěli do pomoci aktivně zapojit. Momentálně jsou jich desítky, ale očekáváme, že jejich zájem vzhledem k situaci ještě poroste“, uvádí vedoucí dobrovolnického centra ADRA Ostrava Dagmar Hoferková. „Na druhé straně nám telefonují senioři nebo jejich příbuzní a známí, kteří mají o využití služby zájem. Naše koordinátorka tyto žádosti registruje a zároveň "páruje" konkrétního dobrovolníka a seniora. Pro realizaci nákupu zohledňujeme co nejbližší dojezdovou vzdálenost. Prozatím dokážeme poptávku po nabízené službě pokrýt z vlastních zdrojů a dobrovolníků. Jaký však bude další vývoj a potřeba ukážou následující dny“, dodává Dagmar Hoferková.

Jednou z prvních zapojených dobrovolnic byla i Kateřina Molitorová. Položili jsme jí pár otázek:

Katko, jak dlouho děláte dobrovolnici?

„Budou to už skoro dva roky, co jsem se rozhodla pomáhat osamělým seniorům. Momentálně mám dvě seniorky, ke kterým docházím domů.“

Proč jste se rozhodla reagovat na naši výzvu, když už vlastně seniorům pomáháte?

„Myslím, že je potřeba v tuto dobu seniory chránit. Určitě je lepší, když nemusí realizovat nákupy sami a vyhnou se riziku nákazy. Proto jsem nabídla svou pomoc. Mám auto, takže můžu zajistit i více nákupů najednou, případně udělat větší nákup.“

Nebojíte se?

„Ne, ADRA nám předala přesný postup, jak máme nákupy realizovat tak, ať chráníme sebe i seniora. Myslím, že při dodržení tohoto postupu se není čeho obávat.“



Jak tedy proběhl váš první nákup?

„Koordinátorka Adry mi předala telefonický kontakt na pana Jaroslava ze Zábřehu, který nemá v současné době nikoho, kdo by mu nakoupil. Hned jsem mu zavolala a domluvili jsme se, co bude chtít nakoupit. Pan nemá ledničku, takže jsme nákupní seznam vzájemně konzultovali, ať mu nákup vydrží alespoň na dva až tři dny. V předem domluvenou dobu jsem si pak u něj vyzvedla nákupní tašku, seznam i příslušný obnos. Nákup s účtenkou a zbylou hotovostí jsem pak pověsila na kliku dveří. Neustále jsme přitom byli v telefonickém kontaktu.“

Budete chtít v této formě pomoci pokračovat?

"Určitě ano, jsem ráda, že alespoň touto formou můžu být užitečná. Myslím, že právě v těchto chvílích je lidská solidarita potřebná a každý z nás by se měl o své okolí zajímat intenzivněji, než kdy jindy."

Mgr. Katarína Kijonková

DOBROVOLNICKÁ CENTRA ADRA

Organizace ADRA má v celé České republice síť patnácti dobrovolnických center, která ročně vysílají do přijímajících organizací více než 2700 dobrovolníků. Do pomoci se zapojilo všech patnáct center. Všichni dobrovolníci jsou v souladu se Zákonem o dobrovolnické službě pečlivě vybíráni, proškoleni a pojištěni. Organizace ADRA zajišťuje, aby se k momentálně nejzranitelnější části populace dostali pouze spolehliví a prověření lidé, kteří nebudou mít tendenci využít současnou situaci ve svůj prospěch.

CHCETE SE STÁT DOBROVOLNÍKEM?

Přijďte kteroukoli PRVNÍ STŘEDU V MĚSÍCI mezi 10. a 17. hodinou do našeho dobrovolnického centra na pohovor pro nové zájemce. K pohovoru s sebou nic nepotřebujete. Ani není nutné se předem objednávat. Stačí, když přijдете první středu kteréhokoli měsíce, a vše potřebné se dozvíte na místě.

Záleží na Vás, u které cílové skupiny máte zájem pomáhat. Můžete si vybrat z široké nabídky našich dobrovolnických programů. Pokud potřebujete poradit, kde bude Vaše pomoc nejvhodnější, obraťte se s důvěrou na nás.

Jako dobrovolník můžete přinášet radost nejen klientovi, za kterým budete docházet. Podle zkušeností dobrovolníků je jejich práce naplňuje a umožňuje jim zamyslet se nad uspořádáním vlastních hodnot. Kontakt: Helena Mrázková, tel. 605 784 584 mail: helena.mrazkova@adra.cz

**STAŇ SE
DLOUHODOBÝM
DOBROVOLNÍKEM**

Zveme Vás k osobnímu setkání po domluvě na tel: 605 784 584

Martinovská 164, Ostrava





ČINNOST KRS MSK V DRUHÉ POLOVINĚ ROKU 2020

Slovo předsedy Krajské rady seniorů MSK

Vážené seniorky a senioři, milí čtenáři,

v době, kdy budete číst tyto stránky časopisu, budeme snad mít za sebou velkou část uvolňování nařízených omezení vzhledem k vyhlášené krizové situaci pro koronavirovou pandemii. Věřím, že situace a náš život se bude dál vyvíjet příznivě!

Jak již jsem napsal ve svém příspěvku na našich webových stránkách, www.ms-seniors.cz,

drtivá většina vládních opatření přispěla ke zlepšení a především ke zvládnutí vzniklé epidemie, i když nás čeká ještě náročné období. Po celou dobu byla a je KRS MSK připravena poskytnout na vyžádání pomoc potřebným radou nebo zprostředkovat pomoc ve spolupráci s vyčleněnými silami samosprávy či státní správy měst a obcí.

Rada seniorů ČR účinně řešila problémy seniorů ve spolupráci s ministryní práce a sociálních věcí Janou Maláčovou, Svazem měst a obcí a Českou televizí (donáška nákupů, hotových jídel, léků, vyplacení penzí v místě bydliště, 3. program ČT, aj.).

Naše seniorské aktivity byly samozřejmě zbržděny a veškeré dění se zaměřilo na přeplánování akcí a jejich organizační zajištění v jiných termínech. Některé organizace a jejich členové zabezpečily šití roušek pro svá města a obce, poskytovaly pomoc více potřebným.

KRS MSK kromě zrušení zasedání svých orgánů (předsednictva, krajské rady), řešila jednu zásadní změnu. Zrušila Krajské sportovní hry seniorů v Ostravě dne 3. června 2020 v areálu TJ Ostrava. Změnu termínu jsme projednali se



všemi zainteresovanými složkami a spotrovní hry proběhnou 2. září 2020 podle stejných zásad a propozic, které jsme již zveřejnili v měsíci únoru na webových stránkách. Samozřejmě jsme posunuli termín přihlášek na 31. července 2020, které zašlete na e-mailovou adresu aktivita-krs@ms-seniors.cz.

Další naše velké akce zůstávají beze změn v termínech, které jsme měli naplánované. Oslavy Mezinárodního dne seniorů dne 1. října oslavíme v Kulturním centru obce Píšť v okrese Opava (přihlášky do 31.8.2020), 22. října organizujeme Seniorskvíz 2020 v obci Střítež v okrese Frýdek-Místek. S Kulturním domem AKORD v Ostravě pak řešíme způsob provedení soutěže "Miss babča" a "Senior štramák". Výsledek řešení se dozvíte včas včetně organizování dalších našich akcí. Také proběhnou kampaně o "Nejaktivnější seniorskou organizaci MSK" a Senior/ka MSK 2020". V závěru roku proběhne volební konference, na které budeme volit nové řídicí orgány KRS MSK na období 2021-2024.

Vážení senioři,

doufám, že prožité jarní období v době mnoha omezení ve vás nezanese jen negativní pocity a naopak o to víc budete chtít využít podzimu k dobré kolektivní zábavě, při které budeme jen vzpomínat na všechna omezení s nostalgií a budeme hrdí na to, jak jsme vše zvládli.

Přeji vám a vašim rodinným příslušníkům a známým plno sil a zdraví do dalšího období! Mějte se krásně a zdravě!

Na závěr mi dovolu, a zajiště i za vás, poděkovat bez vyjmenovávání všem těm, kteří se o nás, seniory, v těch nejhorších časech epidemie postarali a starají! **Děkuji!**

Ing. Pavel Gluc, předseda KRS MSK

OSTRAVSKÝM SENIORŮM

v roce 2020

SETKÁVÁNÍ
SENIORŮ

ŠKOLIČKA
NETRADIČNÍCH
SPORTŮ

INFORMACE

O ALZHEIMEROVĚ CHOROBE
A TESTOVÁNÍ PAMĚTI

VÝPRAVY
PŘÁTELSTVÍ

JEDNORÁZOVÉ
A DLOUHODOBÉ
SPORTOVNÍ TURNAJE

Podrobné informace k jednotlivým aktivitám naleznete na webových stránkách

www.1.ms-seniors.cz v sekci „Aktivity OOC SENIORS v roce 2020“

nebo na telefonním čísle 773 564 628

Veškeré zveřejněné aktivity budou realizovány v rámci projektu realizovaného v rámci projektu Ostravským seniorům v roce 2020.

OSTRAVSKÉ ORGANIZAČNÍ CENTRUM spolku **SENIORS**, s.r.o.

HLAVNÍ PARTNER PROJEKTU

OZO!!!



Nákup na internetu



www.sos-msk.cz

Popularita on-line nákupu na internetu v poslední době neuvěřitelně vzrůstá a to napříč všemi věkovými skupinami.

Hlavními výhodami jsou nízké ceny, pohodlný nákup a velký výběr zboží! Nemusíte běhat po celém městě, zboží si můžete jednoduše nechat doručit až domů. Máte čas si vše v klidu prohlédnout, porovnat alternativy, pročíst zkušenosti ostatních kupujících a prostudovat detailně parametry, což je velké plus hlavně u zboží, na které máte specifické požadavky, jako je například elektronika.

Nezanedbatelnou výhodou nákupu přes internet jsou v mnoha případech a nižší ceny, než v kamenném obchodě. Některé firmy také při nákupu nad určitou částku nabízejí dokonce poštovné zdarma.

Také paní Lenka si nákupy on-line pochvaluje, přes internet si dnes pořizuje snad všechno. Naposledy to byly kuchyňské potřeby. Hodně nakupuje kosmetiku, oblečení, doplňky, dokonce i boty. Když pořizuje něco dražšího, vybere si zboží na internetu, jde se na ně podívat do kamenného obchodu a nakonec si je z internetu za nejvýhodnější cenu objedná. Takto objednává hlavně elektroniku a domácí spotřebiče.

PROTIKLAD	BLOK STÁTŮ	CITO-SLOVCE BOLESTI	PLK			KOLEM (KNIŽ.)	OBYVATELÉ SVĚTADÍLU	CITÁT
OPADÁNÍ						DO KTERÉHO PROSTORU ČAROVNÉ		
NÁŠ MALÍŘ					ŠIKMO			
ZKR. ATLETICKÉHO KLUBU		CHEMICKÝ PROSTREDEK PROTI HMYZU			ŘÍMSKY 49			
SLOV. PÁDOVÁ OTÁZKA			ZN. LUTECIA			ZN. ASTATU		
	PEREJE NA ŘECE KATANGA	SPZ HRADCE KRÁLOVÉ	SLEPIČÍ SLABIKA		MÍSTO TOHO	NEJMENŠÍ BUVOL		
		ČÁST ODY			SPOJKA PODRADÍCÍ			
Tajenka								
SPZ ROKYCAN			ŠACHOVÝ KOEFICIENT				PLATIDLO FR. IE	MAŘ. BÁŠNÍK (ENDRE)
			USOUŽIT					
BABYLÓNSKÝ BŮH ZROZENÍ					AMER. KOSMONAUTICKÁ SPOLEČNOST OSOBNÍ ZÁJEMO			
POBÍDKA TAHOUNŮ (NÁŘEČNÉ)			TVOJE			PŘED-LOŽKA S 2. PÁDEM		
			NĚM. JÁ			PŘÍKOŘÍ		
	BACILY					OBYDLÍ VČEL (MN. Č.)		
						OPAK LESKU		
	ZKR. PROCE-SORU	NÁZEV PÍSMENE CH			ZKR. MISTROV-STVÍ SVĚTA		NÁSTROJ VOZKY	ANGLICKÁ ROCKOVÁ KAPELA Z BIRMI-GHAMU
		HOVOR			POPĚVEK			
KÓD KOSTARIKY			Tajenka					
			ŘÍMSKY 501					
DĚTSKÉ LÉKÁŘSTVÍ								
PŘEDÁVAT VĚDO-MOSTI						ZKRATKA NAŠÍ BÝVALÉ MĚNY		

Rady právníka - Uzavření smlouvy na dálku

Získat věc, po které toužíme, je v dnešní době jednodušší než dřív. Nakupovat zboží můžeme také na dálku bez toho, abychom se fyzicky setkali s prodávajícím. Takto můžeme k nákupu využít např. telefon nebo internet. Nemáme sice možnost si zboží prohlédnout a vyzkoušet, můžeme však získat zboží, které v kamenném obchodě neseženeme, zboží za zajímavější cenu a z pohodlí domova. A když zboží, které dorazí vypadá jinak, než jste si podle obrázku na internetu představovali? I tuto situaci lze řešit. **Spotřebitelé mají při nákupu přes internet právo odstoupit od kupní smlouvy bez udání důvodu a bez jakéhokoli sankce a to do 14 dnů od převzetí zboží.**

Pozor existují výjimky, kdy tak učinit nelze a je potřeba si koupit přes internet dobře rozmyslet:

- zboží upravené na přání zákazníka;
- audio a video nahrávky a software jestliže spotřebitel poruší originální obal;
- knihy;
- zboží, které nelze vrátit z hygienických důvodů.

Pamatujte: Hlavními výhodami nákupu na internetu jsou nízké ceny, pohodlný nákup a velký výběr zboží!

Ušetříte také

Jakou další výhodu Vám nákupování na internetu může přinést se dozvíte z naší tajenky.



MEZIGENERAČNÍ DIALOG



Vztahy mohou být ovlivněny věkem, životními zkušenostmi rodičů, dětí, vnoučat - jejich odlišnou rolí v rodině, kulturními vzory a stereotypy. Stejně tak je ale vztah závislý na osobních vlastnostech a přístupech lidí. Jsou dány mnoha faktory, které stojí za pozornost. Jejich pozitivní vývoj ovlivňuje výchovu a formování osobních vlastností a znalostí nejmladší generace.

V rámci jednoho z ročníků ankety Senior roku vyhlásilo město Ostrava také literární soutěž pro žáky 5.-9. ročníků základních škol - např. na téma „Jak vnímám svou babičku, svého dědečka?“ Do soutěže bylo zasláno množství slohových prací, z nichž vám některé v tomto vzpomínání přiblížíme.

Můj nezapomenutelný zážitek s prarodiči Dovolená na Slovensku



S babičkou a dědečkem mám spoustu zážitků, ale ten z dovolené na Slovensku byl prostě nejlepší ze všech. Prarodiče měli objednaný týden v Tatrách na Slovensku a řekli mi, že pojedou taky.

Babička s dědečkem jezdí do Tater každý rok, je to takový jejich druhý domov. A já jsem tam měla jet poprvé a strašně moc jsem se těšila, protože jejich zážitky a příběhy z minulých dovolených v Tatrách, které mi vyprávěli, byly úžasné a často i dost zábavné.

V neděli ráno jsme vyjeli, cesta byla dlouhá, ale s občasnými zastávkami příjemná. Když jsme dorazili do penzionu, ubytovali jsme se a šli si prohlédnout Tatranskou Lomnici, ve které naše dovolená začala. Je to krásné město s vlakovým nádražím, kavárnami a restauracemi na každém rohu.

V pondělí ráno jsme svižně vstali z postele připraveni zdolat Štrbské pleso, počasí nám přálo. Ve vlaku jsme byli jako první a když jsme dojeli na místo, byl tam nával lidí. Babička říkala, že tolik lidí tam ještě nikdy nebylo. Cesta nahoru byla namáhavá a cesta dolů ještě víc, my jsme to však zvládli. Ale večer, když jsme se vrátili do penzionu, jsme šli okamžitě spát.

V úterý jsme se chystali projít po lesích, které byly nad městem, avšak začalo pršet. Sotva kilometr od penzionu jsme se museli vrátit zpátky. I přes špatné počasí jsme si dokázali najít zábavu. S babičkou jsme seděly na balkóně, pozorovaly déšť, povídaly si a smály se. Miluju babiččiny smích, vždycky když se usměje, na tvářích se jí udělají růžovoučké dolíčky. Děda relaxoval, otevřel si pivo, četl si slovenské časopisy, které si hned první den koupil v trafice, občas nás i poslouchal a taky se musel zasmát.

Pršelo celou noc, ale ve středu ráno se už vyjasnilo, tak dědu napadlo, že bychom mohli navštívit Skalnaté pleso. Koupili jsme si lístek a nasedli jsme do kabinkové lanovky. Čím více jsme stoupali, tím úžasnější byl výhled. Tatranská Lomnica najednou vypadala jako malý bod na mapě. Po výstupu z lanovky nás ohromil studený vítr, ale na ten jsme našťastí měli šály a teplé mikiny. Prohlédli jsme si červenou lanovku, která zrovna vyvážela turisty na Lomnický štít, a

vydali jsme se pěšky dolů. Cesta byla kamenitá, ale my jsme si ji zpříjemnili zpíváním. Po sestupu ze Skalnatého plesa jsme jeli vlakem zpátky do penzionu a večer jsme si zašli do restaurace na výbornou večeři. Večer jsme opět spěchali do postele.

Ve čtvrtek ráno jsme se nemohli rozhodnout, kam půjdeme. Protože bylo horko, tak babičku napadlo, že si projdeme Slovenský ráj, který je umístěný kolem řeky a lesa. Slézali jsme tam přes různé překážky a někdy se zdálo, že babička s dědou mají více energie než já. Když jsme konečně zdolali všechny překážky, stavili jsme se na oběd v jedné dobré restauraci. Děda potom prohlásil, že tak moc se už dlouho nenajedl. Po návratu do Tatranské Lomnice jsme si zašli na moučník do kavárny.

V pátek jsme si řekli, že z chození po horách a překážkách nás už trochu bolí nohy, a tak jsme se vydali autem do města Poprad. V centru bylo strašně hodně stánků a obchůdků. S babičkou jsme se musely podívat do každého obchodu s oblečením, děda zatím na nás musel čekat a smál se nám, že jsme prostě „ženy“. Potom děda navrhl, že si na oběd místo do restaurace zajdeme na hamburger. Když jsme ho jedli, děda s babičkou vzpomínali, že v Popradě jsou nejlepší hamburgery, nezbývalo mi než souhlasit. Když jsme se v pozdní odpoledne vrátili do města, šli jsme se ještě naposledy projít, protože už byl poslední den dovolené. Zašli jsme si do kavárny a děda mi koupil velkého plyšového medvěda, kterého jsem pojmenovala Andy. Děda mi vždycky musí koupit nějakou hračku, ale Andy není jen nějaká hračka, je to můj mazánek, protože to je nejmilejší dáreček od mého dědečka.

V sobotu ráno jsme se museli sbalit a odjet. Jen neradi jsme se loučili s Tatranskou Lomnicí a vyjeli jsme. Kousek před slovenskými hranicemi jsme se ještě stavili na prohlídku hradu Strečno. Když jsme dojeli domů, ještě jsem jeden den spala u babičky a dědy, a pak jsme vyrazili za mamkou na chatu.

Byla to ta nejlepší dovolená s babičkou a dědou a jsem strašně ráda, že mě vzali sebou. Dokonce mi slíbili, že mě příště opět vezmou do Tater s sebou. Už se nemohu dočkat!

Dora Pummová, ZŠ Vratimov

Jak mě dědeček zachránil

Když mi bylo 6 let, přijela k prarodičům návštěva z Čech. Sotva se všichni usadili ke stolu, babička přinesla oběd, který všem velice chutnal. Po něm jsme se rozhodli, že se všichni půjdeme vykoupat do řeky Morávky. Jakmile se vše připravilo, vyrazili jsme.

Přišli jsme k řece a já byl první ve vodě, i když jsem vůbec neuměl plavat. U vody byl strom a na něm špalíčky, po kterých se dalo bezpečně dostat nahoru na větev, která ve výšce dobrých tří metrů čněla nad vodní hladinu. Z té se skákalo přímo dolů.

„To nic není,“ řekl jsem si a ... když se nikdo nedíval, vylezl jsem na větev. „Hop !!!“ řekl jsem a odrazil se od větve. Když jsem letěl dolů, připadal jsem si jako parašutista. Žbluňk (!) ozvalo se a já byl pod vodou. Dno bylo hlouběji, než jsem čekal a já neuměl plavat. Začal jsem se topit. Někdo zavolal: „Topí se,“ ale to už mě držel děda a táhl mě ke břehu. „Ty jsi ale pěkný pajtaš!“ řekl mi a měl pravdu.

Dnes už tam ten strom dávno není. Vzala ho s sebou povodeň. Ale já, já tady díky dědovi jsem.

Michal Ivan Filipovský,
ZŠ Ivana Sekaniny, Ostrava - Poruba



Nejen jak jsme začínali v Porubě

Pamětníci, vzpomínejte! Tentokrát nahlédněte do příběhů z publikace projektu **Knihovny města Ostravy** nazvaného **Paměť Ostravy**.

Píše se rok 1956. Máme dva roky po svatbě, čekám rodinu a hledáme byt. Manžel konečně po praxi na stavbách dostal zaměstnání u Báňských projektů i s bytem v novostavbě v Porubě. Žádné poplatky, žádné vlastnictví. Nájem celkem nízký. Mé první bydliště bylo v Porubě na Vítězného února - rohový dům směrem k tehdejší Leninově třídě. Dole byly dva obchody (jsou tam dosud, ale s jiným zbožím), mlékárna a potraviny.



V domě bydleli samí mladí manželé, kteří již měli malé děti, nebo je čekali. Jedna budoucí maminka náhle dostala bolesti a nevěděla si rady. Neměli ještě zařízený byt - jen matrace ke spaní. Pomohla jí sousedka a než přijela přivolaná sanitka (na základě telefonátu z obchodu), tak už tady byl zdravý chlapeček. Kočárky jsme měli na chodbách. Nikdy se neztratily. To jen k doplnění k našemu domu.

Já s manželem jsme si koupili rozkládací gauč pro naši ložnici. Byli jsme šťastni, protože brzy měla přijít na svět naše holčička. Bohužel měla jsem rizikové těhotenství, proto jsem se zařizováním jen toho nejdůležitějšího nemohla manželovi pomáhat. Holčička se narodila a těšila jsem se na nový domov. Jaké bylo mé překvapení, když mne manžel při našem prvním příchodu s dceruškou do nového domova přivítal v předsíni v kleče se žehličkou v ruce - žehlil parkety, podlahu, protože zaplavil z koupelny předsíň. To bylo naše uvítání.

Leninka, jak jsme říkali nynější Hlavní třídě v Porubě, byla rozkopaná, stavěli stále nové a nové cihlové domy. Chtěla-li jsem jít na poštu nebo do obchodu, tak malou do náruče - s kočárkem to nešlo. Všude vše rozkopané, plno bláta. Nákup - odložila jsem dítě na pult, nakoupila a s dítětem v náruči šla pomalu zpět. Ale prošlo několik pro nás krásných let - i Poruba, každým dnem krásněla.

K novým domům patřily i dvorky. Měli jsme tam stojany pro věšení prádla a pískoviště. Neprali jsme ve vlastních pračkách, na ty jsme neměli. Denně několik desítek plenek se muselo vyvařit, vyprat na valše a pak žehlit. Po čase většina domů měla společné prádelny, kde byly pračky s plynovým vytápěním. A to byl vždy horor, zapnout takovou pračku, aby i ohřívala současně vodu. Ve sklepních prostorách vedle prádelny byly i sušárny s mandlem. Vše se používalo společně a bezplatně. V domech byly sešity se seznamy nájemníků, evidovalo se, kdo, kdy bude "okupovat" prádelnu, sušárnu s mandlem. Nebyl strach nechat pověšené prádlo venku nebo v sušárně. Nevím, že by se někomu něco ztratilo. Ale byly kritiky některých žen, jak ta či ona prádlo má čistě vyprané, bílé nebo zašedlé. Nebyly bělící prášky a do pračky jsme strouhaly mýdlo a k tomu přidávaly sodu na zlepšení kvality vody.

Po dvou letech jsem nastoupila do práce, také do Báňských projektů s tím, že dcerušku budu vozit do jeslí. Malé se tam ale nelíbilo, byla často nemocná, a proto po nedlouhé době jsem musela dát výpověď a pro Báňské projekty jsem jen psala doma rozpočty staveb. Dítka v kočárku na balkoně a já psala. Manžel mi vždy připravil papír s kopíráky. Muselo se propisovat 9krát. Psací stroj jsem měla půjčený z kanceláře. Psávala jsem do noci, aby

manžel mohl hotové vzít ráno do práce. Za napsanou stránku rozpočtu byla 1 koruna. Alespoň malý přínos do domácnosti.

Po uplynutí mateřské dovolené jsem nastoupila do práce v družstvu Slezanka v Petřkovicích. Ráno jsem v 6 hodin vodila dceru do školky. I tam nebyla šťastná. Často jsem ji slýchávala po mém odchodu plakat. Vracela jsem se kolem 16 hod. tramvají domů. Dceru jsem hned ze školky vyzvedla, převlékla do domácího oblečení, obvykle se zástěrkou a bylo-li hezky, dala k ostatním dětem na dvůr na pískoviště, na které jsem viděla z kuchyňského okna. Manžel dělal přesčasy - projekty do večerních hodin, abychom měli větší příjem. Podporovali jsme finančně ještě jeho nezaměstnanou maminku a švagrovou. Jednoho dne přijela švagrová, která mi po mém příchodu z práce sdělila, že jde sama na procházku. Brala jsem to v úvahu. Zanedlouhou koukám na pískoviště, dcera nikde. Jen v zástěře jsem vyběhla ven, hledala dítě. Běžela jsem po dnešní Hlavní třídě, kde mi strážník řekl, že jakési dítě odvezli do nemocnice, že vběhlo pod auto. Byla jsem šílená strachem. Ale tu jsem zahlédla, jak mé špinavé dítě šlo proti mně s tetičkou. Zlobila jsem se, že mi švagrová nefekla, že si bere dítě, nikdy předtím to neudělala. Byla jsem přešťastná, že se nic nestalo. Švagrová, svobodná, bezdětná si neuvědomovala, že mohu mít o dcerku starost. Rozčílila jsem se tak, že odejela a nikdy již bez své matky, vdovy, nepřišla. A horor ve školce. Učitelka si mne jednou vzala stranou s dotazem, proč mám jen jedno dítě, že by bylo lepší, kdyby dcera měla sourozence, aby nevzala vždy hračky do kouta, kde si hrála sama. Neodpověděla jsem. Přála jsem si mít více dětí, ale byla jsem velmi nemocná a jen s obtížemi jsem dojížděla do vzdálené práce.

Poruba 1963: Leninka už krásná, všude chodníky, a na jejím konci se odbočí průchodem do kina Dukla. Na vedlejší ulici jako dnes byla škola, ZŠ J. Fučíka, kam dcera začala chodit do 1. třídy. Jednou přišel manžel domů, že koupil lístky do kina. Protestovala jsem, že nemohu dceru nechat doma. Ale nic nepomohlo. Uložila jsem malou do postýlky a šla. Dcera o našem odchodu věděla, souhlasila s tím, že bude spinkat. Jaká muka jsem však zažila, když jsem při příchodu na dvůr našeho domu viděla, jak dcera sedí na kuchyňském okně. „Maminko chtěla jsem letět jako pan TAU v televizi.“ Naštěstí se jí nepodařilo otevřít okno. Nikdy jsem již dítě samotné doma nenechala. Z prvňáčka se stala třetáčka a soudručka učitelka doporučila dceru na ZŠ Matiční do Ostravy. To byla škola, kde se mimo ruštiny od 3. třídy učila i němčina. Dcera jezdila denně sama tramvají až z Poruby. Doba byla klidná, dnes si to nedovedeme představit. Učila se opravdu dobře. Po devíti letech nastoupila do Vítkovic na zdravotní školu. Měla jsem z ní radost, když jsem ji viděla v bílém stejnokroji s čepečkem. A na 1. máje se setkávaly budoucí sestřičky u nás. Blízko bylo totiž vždy seřadiště průvodu. Často holky mrzly v bílých šatíčkách, a tak jsem půjčovala všem svetry, které pak v průvodu svlékly. Uběhlo 61 let, co jsme založili v nově budované Porubě rodinu - domov. Co vše se za ta léta změnilo. Dnes je z dcery už babička dvou vnoučat - kluků a já prababička, která už jen vzpomíná, kde jsou ty šedé domy, kde jsou malé potravinové krámký, mlékárny, NARPA papírnictví, řeznictví, kde jsme stáli frontu na maso, kde byla zelenina, ovoce ZELOVOC, opravny punčoch. Na mnohé jsem už zapomněla. Život jde milovými kroky dál. Neměli jsme televize, telefony, mobily, nemohli jsme jezdit do západních států, děti nestudovaly v cizině a přece jsme žili a vychovali je, snad dobře. Přeji našim potomkům, ať mají hezký život a jsou spokojeni, jako jsme byli my, i když mnohé, co jsme chtěli, nebylo, bylo nedosažitelné.

Eva Svatošová *1934



Petřkovičtí senioři bilancovali

Letos v únoru se konala výroční členská schůze Klubu Seniorů v Petřkovicích, na které jsme hodnotili minulý rok. Pozdravit nás přišel starosta Petřkovic Ivo Mikulica a předsedkyně Městské organizace Seniorů ČR v Ostravě Anna Pinterová. Naše činnost byla velmi aktivní, zejména byly na programu oblíbené kulturní a společenské akce, zájezdy spojené s exkurzemi, společné vycházky po okolí, ale i další aktivity.

Starosta ochotně odpovídal na otázky seniorů ohledně rekonstrukce Kulturního domu, služby Seniortaxi apod. V diskusi Anna Pinterová poděkovala výboru za dosavadní práci, za to, že, dokážou skvěle ke spokojenosti všech zvládnout svoji práci. Poděkovala rovněž taneční skupině „Country girls“ za úspěšnou reprezentaci nejen naší organizace, ale i Městské a Krajské organizace seniorů ČR. Dále vyzvedla činnost sportovního družstva pod vedením pana Josefa Fialy, které rovněž zastupovalo naši i Krajskou a Městskou organizaci seniorů ČR na sportovních hrách, ve kterých se umísťovali na předních místech.

Setkání seniorů zpestřilo vystoupení taneční skupiny „Country Girls“. Odpoledne pak pokračovalo hudební produkcí Ladislava Řezáče.

Chtěli bychom touto cestou také poděkovat studentům z Ostravské univerzity, kteří nabídli prostřednictvím letáků a informací na Petřkovickém facebooku svoji pomoc seniorům nebo lidem v karanténě v Petřkovicích.

Děkujeme všem lidem, kteří začali šít roušky pro seniory a domovy důchodců i chronicky nemocné. Poděkování patří také Obecnímu úřadu Petřkovic a jejímu sociálnímu odboru, kteří také nabízejí pomoc petřkovickým seniorům. Chceme všem v této velmi těžké situaci popřát hodně zdraví a velkou míru trpělivosti. Všechny akce, které se nemohly v důsledku karantény uskutečnit věříme, že budou nahrazeny v náhradních termínech.

Za výbor seniorů Alena Sanetříková a Jaroslava Petříková



Netradiční videokonference

Díky moderní technice nejsou klienti v Domově seniorů Luna v Havířově izolováni od svých blízkých. Rodinné a sociální kontakty mají v životech seniorů velmi důležité místo. Náhlé oslabení nebo dokonce krátkodobá ztráta těchto vazeb se vždy velmi silně podepisují na psychické stránce klientů domova i na jejich nejbližších.



Tato situace bohužel nastala v souvislosti s epidemií koronaviru, kdy ze dne na den byly zakázány návštěvy blízkých osob klientů. V domově tak byli postaveni před jasný úkol - využít elektronické komunikační prostředky a díky nim zajistit kontakt pro klienty se svou rodinou a blízkými osobami. Senioři si na netradiční způsob hlasového i obrazového kontaktu velmi rychle zvykli a kladných hodnocení se pracovníkům dostává i od jejich blízkých. Odměnou pro ně jsou spokojené tváře po každém absolvování takovéto netradiční soukromé videokonference. A to i například z několika míst současně. Jelikož má mnoho klientů domova seniorů LUNA své blízké nejen daleko od Havířova, ale i v zahraničí, budou v této formě komunikace pokračovat i po skončení tohoto pro všechny nelehkého období.

OZO Ostrava podporuje seniory

Odpadová společnost OZO Ostrava ve čtvrtém ročníku tematických výzev podpoří částkou 333 tisíc korun osm projektů z nové výzvy **Myslíme i na vás!**, která je letos zaměřena na zvyšování kvality života seniorů v Ostravě.

„Původně jsme vyhlásili tři výzvy, ale vzhledem k dlouhotrvajícímu nouzovému stavu a nejistému vývoji hospodářské situace u nás i ve světě jsme přistoupili k realizaci výzvy **Myslíme i na vás!**, kterou jsme letos vyhlásili poprvé. Je zaměřena na seniory, skupinu obyvatelstva nejvíce ohroženou koronavirem. Chceme přispět k jejich příjemnějšímu návratu do běžného života a podpořit rozvoj jejich volnočasových aktivit. Právě těch se totiž osm schválených projektů týká,“ říká Vladimíra Karasová ze společnosti OZO Ostrava.

Podpořen byl projekt Mobilního hospice Ondrášek s názvem Doma až do konce, kde je příspěvek určen na mzdy zdravotnického personálu



pečujícího o nevyléčitelně nemocné v domácím prostředí, a také projekt spolku SENIORS. Ten je zaměřen na uspořádání série setkání seniorů, výprav za poznáním, sportovních akcí a péči o zdraví seniorů v souvislosti s prevencí Alzheimerovy choroby.

Se svými projekty uspěly i dva ostravské domovy pro seniory. V DPS Kamenec ve Slezské Ostravě bude vybudována retro místnost pro realizaci kognitivní terapie a v Domově Korýtko z Ostravy-Jihu se finanční podpory dočká projekt Celým rokem

společným krokem, který je zaměřen na zpestření volnočasových aktivit klientů domova.

S projektem Celoroční naplňování volného času seniorů se zaměřením na zdravý životní styl a osobnostně-sociální rozvoj zaujalo Středisko volného času Korunka z Ostravy-Mariánských Hor, Spolek AktivSen upoutal pozornost projektem Zelená Archa zacíleným na vytvoření a osazení sdílených květináčů a truhlíků v komunitním centru Archa, na vznik seminárny a soutěž o nejlepší výrobek z vypěstované zeleniny.

OZO Ostrava podpoří také Knihovnu města Ostravy a její projekt Společně, který zahrnuje komentované vycházky společně s cyklem besed a přednášek na téma historie, sport, kultura a prevence kriminality v Ostravě. A uspěl i projekt Environmentální osvěta seniorů DPS Gajdošova, který do tematické výzvy přihlásil městský obvod Moravská Ostrava a Přívoz.

Bohumínští senioři v nelehké době

Lidé 65 + patří v této nelehké době do skupiny ohrožených. A v našem městě je takových spousta. Jen v Senior klubu je jich zaregistrovaných víc než 400. Většina z nich je stále aktivních. Byli zvyklí na nejrůznější akce a aktivity, které jim zajišťoval náš klub, město, K3, knihovna, nebo si je vymýšleli sami. Nyní se snaží poslouchat nařízení vlády, které velí ...sedět doma, nechodit mezi lidi, neshlukovat se, nechat si přinést nákupy....



Všichni si přejeme, aby nemocných a nakažených bylo co možná nejméně. Je spousta lidí, kteří jsou doma zcela sami. A ti začínají mít pomalu krizi. Ale ono nejde jen sedět doma, koukat na televizi, do stěn, chodit s kýblem a hadrem od ničeho k ničemu...

Naši senioři jsou skvělí a potřebují být prospěšní. Nejen sobě, rodině, známým, ale i společnosti. Když začala tato špatná situace, dohodla jsem se s některými seniorkami, že ušijeme roušky těm, kteří šít nemohou, neumí, či nemají možnost. Našili jsme je svým rodinám, sousedům, přátelům. Pak šiček začalo přibývat. K dnešnímu dni šije 18 našich seniorek, dalších 20 pomáhá jinak. Dodává potřebný materiál, roznáší či rozvází jej na patřičná místa.



Několikrát denně u nás zazvoní domovní zvonek či mobil se sdělením, že mi nesou látky, nitě, gumy, jehly, trička, ze kterých se dělají tkalouny, nebo od jiných lidí přímo hotové výrobky. Mnohokrát mám chuť zvonek či mobil jednoduše vypnout.



Pak si ale uvědomím, že se jedná o velice důležitou a hlavně záslužnou činnost. A tak dále dělám šičku, žehličku, zásobovačku... bez ohledu na to, že mi chybí třeba dezinfekční prostředek při přebírání materiálu.

Naše seniorky našly přes 2000 ochranných roušek. Dostaly je všechny Domovy pro seniory, onkologičtí pacienti, lidé, kteří je potřebují, seniorky svými výrobky zásobily i policii, řidiče, nemocnici, doručovatelky a mnoho jiných potřebných lidí.



Pravidelně dodáváme velké množství do Centra sociálních služeb, odkud roušky putují na další potřebná místa. Naše ženy šijí ve svém volném čase, mnohdy z vlastního materiálu, na svých elektrických šicích strojích, které jim určitě zvýší číslo na elektroměru. Bolest páteře či očí už některé ani nevnímají. Tak se jim zapsala do podvědomí dobře vykonaná práce.

Všem těmto lidem bych chtěla od srdíčka co nejvíce poděkovat. Poděkovat za to, že se neohlížejí jen na sebe (na to by v seniorském věku měli nárok), ale i na okolí, a pomáhají jak jen mohou. Bez ohledu na to, že je jim 60+ či 80+. Jsou to lidé, kteří odkáziva byli zvyklí pomáhat jiným a toto v nich zůstalo. A těm patří hezká slova a obrovský dík. Protože díků není nikdy dost.

Hana Prágllová,
předsedkyně Senior klubu Bohumín

Senioři klubu z DK AKORD Ostrava - Zábřeh

Protože se z důvodu nařízených opatření nemohlo konat klasické setkání, proběhlo 5. května živé vysílání Senior klubu z DK AKORD, kde Šárka Zubková se Zdeňkem Kačorem informovali o akcích které proběhly v minulém období jako např. "Přeplavme svůj La Manche, mezigenerační projekt, na ZŠ Provaznické - Dopis vnoučeti a další.

Senioři neklesají na mysli ani v době koronavirové. Ze dne na den se museli vzdát většiny aktivit, stejně jako přehodnotit mnohé představy a plány. Náročné podmínky však mezi našimi seniory vedly k nevídanému semknutí. Mnozí šili roušky z domácích materiálů, sháněli gumičky a tkaničky. Někteří vyráběli dezinfekční roztoky, třeba z destilované vody a slivovice. Velké poděkování patří Jarmile Kubiňákové, člence našeho Klubu. Ta v průběhu víkendu ušila 80 roušek, určené domům s pečovatelskou službou. Pomohla také předložská Miss Babča Marie Šubrtová, která v únoru s námi "přeplavala La Manche" a v březnu se pustila do šití roušek pro porodnici a polikliniku v Hrabůvce. S mnohými seniory udržujeme telefonický kontakt a navzájem se povzbuzujeme.

Koronavirus ani špatné počasí neodradilo sedm statečných seniorů od tradičního prvomájového výšlapu na Ondřejník. Nezapomněli jsme ani na prvomájový polibek přes roušku, aby dámy neuschly.



Přejeme všem seniorům hodně zdraví a imunity a těšíme se na setkání v lepších časech. Společně to zvládneme!

Šárka Zubková, referent kultury
Městský obvod Ostrava-Jih



Kněz Leoš Ryška: Tuto zvláštní dobu vnímám jako dar

Stručná vizitka: Mgr. Leoš Ryška (*1963), katolický kněz, salesián, režisér a filmový producent. Spravuje farnost Heřmanice. V roce 2006 založil v Ostravě televizi NOE. Je jednatelem společnosti Telepace, s.r.o. a ředitelem Festivalu dobrých zpráv. S kamerou procestoval spoustu míst v Asii, Africe i Latinské Americe. Řada jeho snímků získala ocenění na tuzemských i zahraničních filmových festivalech.

První otázka našeho rozhovoru je jasná: Jak se Vašich aktivit, Vás osobně, dotkla doba koronavirová?

„Po vyhlášení pandemie jsem se přestěhoval na faru, blíž ke svým farníkům v Ostravě - Heřmanicích. Díky mobilu a internetu jsme propojeni a více než kdy jindy vnímám, jak jsme si blízko. V televizi Noe zažíváme každodenně od diváků obrovskou přízeň. I když jsem vyčerpán, jsem šťasten a tuto zvláštní dobu vnímám jako dar.“



Občas se lze setkat s názorem, že koronavirus je trest Boží. Jak jej vidíte Vy? Může pro lidi znamenat i něco dobrého?

„V žádném případě koronavirus nevnímám jako Boží trest, ale jako výzvu utřepat si nově žebříček hodnot. Příležitost zamyslet se nad tím, jak je život člověka křehký, jak velkou hodnotou jsou vztahy a rodina. Pandemie rovněž ukazuje, jak pomíjivé jsou peníze a mamon. Celý svět spojuje strach, zároveň se ale v lidech probouzí solidarita a zájem o druhé.“

Bohoslužby se nyní uskutečňují v prázdných svatostáncích. Přičemž paradoxně právě v této době by se řada lidí chtěla účastnit bohoslužeb více, než kdy jindy. Jaký z toho máte pocit?

„Lidé si rádi hrají na Pána Boha a svízelná situace, do které jsme se dostali, nás nutí spíše Boha hledat. Je pravda, že bohoslužby, i když virtuálně přes internet, sledoval v mé farnosti čtyřnásobek obvyklých návštěvníků.“

Zvýšila se i sledovanost televize NOE?

„Ano, je to milé zjištění, že nám stoupla nejen sledovanost, ale také štedrost diváků. Žijeme totiž pouze z darů, které



v těchto dnech stále stoupají. Jsme televizi dobrých zpráv a dnes si nás už mohou všude naladit díky DVBT2. Možná právě toto zaměření, vidět svět z té druhé nekomerční, pozitivní strany, láká ke sledování. Také se snažíme pomáhat všude tam, kde je to zapotřebí, nebo kde je nějaká bolest. Nedávno jsme uspořádali benefiční koncert pro italské lékaře, kteří na pokraji svých sil bojují s nedostatkem dýchacích přístrojů. V době tohoto rozhovoru se vysbíralo již 4 400 000 Kč.“

Senioři jsou koronavirem nejvíce ohroženi. Jedno z desatera přikázání přitom říká: Cti otce svého a matku svou. Jak je tomu, podle Vás, v naší společnosti?

„To je těžká otázka. V tomto přikázání je ještě v originálu dodatek ...abys dlouho žil a dobře ti bylo na zemi. Nyní se pozná, jak si kdo svých rodičů váží, kolik času jim věnuje, jak se snaží jim ulehčit stres a tíži těchto dnů.“



Za svou kněžskou praxi jsem zažil smutné i radostné příklady péče o staré rodiče. Z těch smutných vzpomínám, jak jsem navštívil jednu devadesátiletou paní, která měla celý polštář mokrý od slz. Ptal jsem se jí, proč pláče a ona mi vyprávěla o svém synu, který ji přijde navštívit jen v ten den, kdy dostane důchod. Řekne: mami, kde máš ty peníze, já mu je dám

a on bez dalších slov odejde... Pak celý měsíc čeká a trápí se. Ale jsou i opačné zkušenosti, kdy se o své rodiče jejich děti vzorně a obětavě starají.“

Prý jsme národem ateistů - já se už ale mnohokrát setkal s výrokem „v Boha nevěřím, ale něco nad námi je“. Těm lidem říká jeden můj známý „něcisté“. Co uvedete na jejich adresu?

„Každý člověk musí věřit, jinak by nemohl žít. Víra je předpoklad něčeho, co nevidím, a takovou víru mají všichni lidé. Když vidím krásný rozkvetlý strom, který pohybuje větvemi, řeknu, fouká vítr. Já ten vítr nevidím, ale vidím, že se pohybují větve stromu. Nebo také mohu cítit, že fouká vítr, i když zavru oči, díky citlivosti kůže. Stejně je to i s Bohem, nevidíme ho očima, ale můžeme ho vidět rozumem a srdcem. Těm necistům bych vyzval, že pokud něco cítí, tak ať si najdou čas a někdy v noci si lehnou na lavičku a pozorují hvězdné nebe. Tam je odpověď.“



Ze své praxe nepochybně znáte spoustu příběhů. Který z nich Vás v poslední době nejvíce potěšil?

„Potěší mne příběhy, když se někdo zázračně uzdraví, nebo když se manželé před rozvodem opět dají dohromady a mají se rádi víc, než před krizí. Snad mohu popsat jeden příběh z poslední doby, kdy jsem byl přítomen hezké slavnosti křtu. Jednalo se o staršího člověka, který si přál stát se křesťanem až ve svých 70 letech. Obřad byl velmi krásný a dojemný a jak tvrdil onen nově pokřtěný: „Děkuji své ženě, že mi ukázala svou dobrotou a láskou Boha, který dává smysl i mému životu. Až nyní začínám pořádně žít!“

Děkuji za rozhovor.

Jiří Muladi

Ilustrační foto: Magazín Patriot



Povoláním kuchař

Toto téma mne napadlo právě v dubnové "karanténě", kterou zažíváme kvůli "zlému" a hlavně pro nás dříve narozené nebezpečnému viru... Rodiny sedí zavřené v domech, bytech, občas se někdo projde parkem... Šťastný je ten, kdo vlastní zahradu; právě krásné počasí přeje každé činnosti kolem stromků, keřů, záhonů. Rodiny s dětmi musí stále vymýšlet něco nového pro jejich zabavení, doma si hospodyňky krátí čas zkoušením různých receptů. Dobré jídlo vždy dodává lepší náladu a tu zejména nyní všichni moc a moc potřebujeme.

Takže teď jsem nehledala téma mezi vědci či umělci, ale vybrala jsem si gastronomii. V našem panelovém domě bydlí kuchař, který se léta řadil mezi ty nejlepší. Dnes už si užívá zaslouženého odpočinku a léčí svoje kdysi přehlížené neduhy... A tak jsem si ještě kuchařské řemeslo osvěžila zhlédnutím televizního pořadu "Sapík-Babica" a ryze český recept pana Sapíka mne dovedl ke dveřím manželů Květoslavy a Milana Pawlasových. Domluvili jsme si schůzku, a tak hned mohu dát slovo panu Milanovi, jehož žena je také profesionální kuchařka a cukrářka. Napadlo mne, že tihle "profici" možná měli i trochu radost z toho, že si popovídáme o poctivém vaření a české kuchyni...

Pan Milan se narodil před 70 lety v Dolních Bludovicích u Havířova a už od klukovských let se rád "motal" mamince v kuchyni. Hrnce s polévkou, kastrolky s omáčkami i vařící se brambory mu připadaly zajímavé a domácké. Maminka ho neodháněla, s leccím jí mohl i pomáhat. V 9. třídě ZŠ se bez dlouhého přemýšlení rozhodl pro učňovský obor kuchař na škole v Českém Těšíně. "Měl jsem tu učňovskou školu rád. Praxi jsem absolvoval v závodní kuchyni dolu Dukla v Havířově. Pro začínajícího kuchtíka to bylo něco velkolepého. Denně se vařily 2 - 3 tisíce obědů. A to nebylo zdaleka všechno, protože důl měl také svá rekreační střediska v Sobotíně a Rajeckých Teplicích. Tam jsem také vařil..."

V roce 1971 se vyučil a 10 let vařil "pod vlajkou" dolu Dukla, dostal se na půl roku i do Bulharska. "A potom následoval moderní hotel "Merkur" (dnes už bohužel zpusťlý a jak se říká bez života), který kdysi patřil OKD Správa sídlišť. Vše tam bylo krásné a takzvaně "v lesku"... V té době jsem si udělal kurz na "kuchaře-specialistu". Stal jsem se rovněž mistrem učňů, a tak jsem vychoval pár generací kuchařů. Mám velikou radost, že ještě dnes se mnozí z nich ke mně na ulici hlásí..."

Z Merkuuru se pan Milan dostal do tehdejší restaurace "Orion", kterou zaštiťovala JEDNOTA. "Tam jsem jako šéfkuchař působil rovněž 10 let. Restaurace to byla výborná, hojně navštěvovaná. Pořádaly se zde i



taneční večery. Dnes jsou tam bohužel k vidění pouze "slepá", tmavá okna..." Přestože mu česká jídla ve zdejší kuchyni moc chutnala, šel zase o dům dál, a to do tehdy nové, velmi pěkné restaurace "Luna" v Havířově-Podlesí. A tam jako šéfkuchař prožil u sporáku další desetiletí.

V roce 1989 se rozhodl pro delší "kuchařskou pauzu" a jako výborný obchodník a příjemný "prodavač" se pustil do prodeje hudebních kazet, a to na trhu ve Frýdku-Místku. S manželkou Květou se mu dařilo výborně. Stali se nejlepšími prodavači... Radost byla veliká a navíc si mohli dovolit projet Evropu. Poznali hodně zajímavých lidí, byli mezi nimi např. i tehdy populární dvojice Eva a Vašek. Tato původně "odpočinková" práce jim vydržela v plném nasazení další desetiletí.

Ještě nesmíme zapomenout na působení pana Milana ve Špindlerově Mlýně v Krkonoších. To bylo v době, kdy šéfoval v restauraci Luna. Někdy čas (asi 4 roky) pracoval jako šéfkuchař ve velkém rekreačním středisku "Horal". "Tam jsem měl v kuchyni 35 lidí. Prošel jsem celou řadou soutěží, až jsem se dostal do té celostátní. Skončil jsem sice s "bramborovou" medailí, ale v tak velké konkurenci to bylo výborné. Také jsem obdržel několik "zlatých vařeček" a musím říci, že jsem tam udělal kus poctivé práce a byl jsem spokojen." Dnes, v době zcela jiné gastronomie, je už vše minulostí. Ale vzpomínek a také úspěchů v Milanově "řemesle" je tolik, že by vydaly na román, třeba s titulem "Pod pokličkou".

Ještě je třeba říci, že manželé Pawlasovi pracovali spolu pár let i v důchodovém věku. Různé rauty na

plesech, vaření na svatbách a slavnostech. "Když své povolání milujete a máte ho usazené pod kůží, je moc těžké přestat," říká pan Milan Pawlas. Přišla však i studená "důchodová" sprcha. "V důchodovém věku jsem se v různých nových restauracích ucházel o práci, ale moje čtyřicetileté zkušenosti nikdo nebral vážně. Majitelé se mne ptali, jestli umím vařit... Brali mě jen na "zkoušku", bez finančního ohodnocení a ti vzdálenější mi odmítli hradit benzín na dojíždění..."

Říká se, že "tak svět odplácí". Je určitě těžké to ve starším věku skousnout. Mladí lidé v gastronomii jsou dnes jiní, pečou pizzy, vaří "zdravě" a draho a ne vždy si na jejich výtvorech opravdu pochutnáte. Pan Milan ale nezatrpnul, má stále rád své řemeslo. On i jeho paní vědí, že vzpomínky na pestrý a zajímavý život u sporáku jim nikdo nemůže vzít.

Hana Kuchařová

A nebylo by ani možné nepředat vám, našim čtenářům, alespoň dva malé recepty. Tady jsou:

ZÁVITEK KYSELÍK

Na pánev dáme na kostky pokrájenou anglickou slaninu a opečeme. Kyselé zelí propláchneme, přidáme, pepř, sůl, špetku cukru, zamícháme a dáme k opečené slanině. Promícháme.

Libovolné maso (hovězí, vepřové, kuřecí) nakrájíme na plátky, rozklepeme, poklademe na ně připravenou směs, zavineme, naskládáme do pekáčku a zalejeme šťávou z osmažené hladké mouky, cibulky a podlité vodou. Takto připravené KYSELÍKY dusíme.

KOLÁČ Z KYSELÉHO TĚSTA

3 skleničky (nebo hrnečky) polohrubé mouky, 3 hrnečky cukru, 3 hrnečky podmáslí, 1 lžice jedlé sody, 3 lžice kakaa, 3/4 hrnečku oleje. Vše smícháme, plech vymažeme a vysypeme moukou. Nalijeme těsto a pečeme do růžova. Horký koláč pocukrujeme nebo polejeme polevou (čokoládovou, citronovou) dle chuti.



V minulých dvou letech četli preventisté Policie ČR na území moravskoslezského kraje z publikace moravskoslezské policie s názvem „**Černá kronika aneb ze soudních síní**“. Tímto způsobem připomínali základní zásady bezpečného chování. Senioři jsou cílovou skupinou, která je ohrožena trestnou činností.

Kniha obsahuje příběhy zachycující nejčastější nebo nejzávažnější páchané trestné činy na seniorech (např. podvod s legendou vnuk, krádež či loupež, případ domácího násilí i rizikovou situaci v dopravě atd.). Případ je vždy ukončen poučením, jak se v takové situaci zachovat, eventuálně se jí vyhnout. Právě generace seniorů vzpomíná na rubriky "Černé kroniky," které v minulosti informovaly o trestných činech. Zvolený děj jednotlivých povídek, mající většinou dohru v soudní síni, je inspirován zpravidla skutečnými příběhy. A vzhledem k cílovému čtenáři byla publikace doplněna také o křížovky. My vám některé příběhy z knihy přibližujeme a do jednoho příběhu z knihy "**Černá kronika aneb ze soudních síní**" se teď pojděte začít:



Jak se na ně (ne)usmálo štěstí

Vojtěch s Jarmilou si žili spokojeně. Podzim svého dlouhého života trávili ve velkém slunném domě na okraji města, odkud i přes své velké stáří občas vyjížděli na krátké výlety do hor a za svými kamarády. Jednoho dne Vojtěch odložil ranní Blesk a povídá: „Mám úžasný nápad, Jarmilko. Co kdybychom si našli podnájemníka? První patro stejně nevyužíváme a nějaká ta koruna by se nám hodila.“ Jarmila byla k Vojtěchovým nápadům docela skeptická. Vojta někdy tak trochu furiantsky dříve konal, než myslel. „Nevím, nevím Vojtíšku, jestli ten nápad je tak skvělý. Považ, že budeme mít v domě cizího člověka.“ Ale Vojta už svou geniální myšlenku rozvíjel dál: „Podáme inzerát, podnájemníka si nejprve nezávazně oťukneme a smlouvu, tu si najdu na internetu, abych ušetřil.“ Jarmila chvíli vzdorovala: „Ty jsi fakt starý blázen.“ Ale nakonec zvítězila její šetrnost. „Nějaká ta koruna navíc by se nám hodila,“ pomyslela si v duchu.

Své rodinné úspory neměli nejmenší a byli na ně náležitě hrdí. Činily zhruba 180 000 korun a byly podle nich bezpečně uloženy v jejich prádelníku. Jak Vojtěch vždy říkával: „Kdo věří bankám, ten si sám říká a to, aby o peníze přišel.“ Svě tvrzení pak dokladoval četnými novinovými články, zejména ze staršího tisku.

A tak si oba nakonec řekli: „Co je doma, to se počítá.“ Vojtěch zadal na internetu inzerát do místních realitních novin a prakticky obratem u nich zvonil každou chvíli telefon. Některé zájemce odmítli hned při telefonátu. Jiné až poté, co se přišli ukázat. Časem se shodli na tom, že nejlepším podnájemníkem bude muž ve středních letech, svobodný či rozvedený, se zajištěnou prací.

„Však, když je důkladně proklepneme, nemůže se nám stát, že bychom naletěli podvodníkům,“ kasal se Vojtěch. Vojta četl každý den Blesk a všechny figle dle svého mínění znal díky tomu velmi dobře. Jarmila zase pečlivě poslouchala vše, co jí říkaly její kamarádky, které vždy měly nejnovější zvěsti z celého města. Když se dostavil na prohlídku zájemce František, oba svorně prohlásili: „To je on!“

František byl muž ve středních letech. Přišel čistě oblečen a hladce oholen. Slušně a s úsměvem oběma u branky řekl: „Dobrý den. Řeknu Vám máte krásnou zahradu, milostivá paní. A ten dům, to jste stavěl Vy, pane? Hmm, to se hned pozná fachman!“ A pak neznámý dlouze oběma vyprávěl, jak dlouho byl na cestách, jak se s ním manželka rozvedla, protože si našla jiného. „Sám jsem rodinný typ, ale neměl jsem v životě to správné štěstí. Už mě nebaví cestovat pořád do ciziny. Chtěl bych chvíli zůstat na jednom místě a najít si v republice nějakou práci. Zrovna včera jsem byl na pohovoru ve firmě, která sídlí naproti nádraží a zdá se, že jsem se jim líbil.“

„Aby ne!“ pomyslela si Jarmila. Připomínal jí totiž jejího zemřelého bratra Rudolfa, když byl mladší. A tak ještě než odešel, poté co jí opětovně pochválil její růže, stačila se s Vojtěchem domluvit, že podnájemníka konečně našli. Vojtěch už měl připravenou smlouvu, kterou si našel na internetu. A když jim při podpisu smlouvy František na stůl vysázel místo jednoho nájmu rovnou nájmy dva, Vojtěch po jeho odchodu Jarmile povídal: „Řeknu ti, Jarmilko, že svět ještě není tak zkažený, jak jsme si mysleli. Konečně se na nás usmálo štěstí!“ Jarmila jen spokojeně přikyvovala.

František byl vcelku slušný nájemník. Nekouřil, nepil, nikdy nezapomněl pozdravit, a tak jej občas Jarmila pozvala dokonce i na kávu. S Vojtěchem si pak někdy v zahradním altánu zahrál šachy. „Jen kdyby neměl takovou smůlu,“ říkala si Jarmila. „Víte, on by tuze rád pracoval, ale nemůže tady práci sehnat. Však už jsem mu několikrát půjčovala peníze a až bude mít, určitě je vrátí,“ svěřovala se kamarádkám. Vojtěch jen souhlasně pokyvoval hlavou.

Tak to šlo den za dnem, týden za týdnem, měsíc za měsícem. Toho osudného rána chtěla Jarmila z prádelníku vzít peníze na dárek pro Vojtěcha. „Vojtěchu, že ty jsi zase schoval ty peníze jinam?“ zeptala se káravě, když peníze nenašla na svém místě. „Kam jsi je dal?“ trvala na odpovědi Jarmila. Vojtěch totiž sem tam skrýš peněz měnil. On jí ale odpověděl: „Jsou v prádelníku. Pod tím růžovým prostěradlem. Je třeba se řádně podívat.“ Jenže pod prostěradlem nebyly. Nebyly ani pod povlečením a vlastně nebyly nikde. Marně je oba hledali.



Ten den k nim domů František nepřišel a nepřišel ani další den. Starí manželé si až tehdy uvědomili, že už asi čtyři měsíce jim za nájem nezaplatil a peníze, které mu Jarmila půjčila, už dávno převýšily oba nájmy, jež jim na začátku uhradil. „Myslím Jarmilko, že bychom měli zajít na policii, nějak se mi to nezdá,“ povídá zkroutěně Vojtěch a Jarmila souhlasila.



Na policejní stanici, poté co s nimi praporčík Jan Moudrý sepsal protokol, jim kriminalisté ukázali i nějaké fotografie.

„To je František,“ oba se zaradovali, když na jedné z nich poznali známou tvář. Kriminalista se jen pousmál a řekl jim: „Běžte domů. Teď už je to na nás. Až budeme něco dalšího vědět, ozveme se.“

Případ dostal na starost soudce Přemysl Spravedlivý. Ten manžele k soudu pozval jako svědky poškozené. Od soudce se pak oba dozvěděli, že František vůbec nebyl v zahraničí. Jeho bývalá manželka se s ním skutečně rozvedla, protože ji bil a raději pobýval s kamarády, páchal s nimi také trestnou činnost. „Ve vězení je více než na svobodě,“ prohlásil soudce. „Jediné, co byla skutečně pravda, je fakt, že v České republice nikdy nepracoval,“ dodal soudce ještě. Sám František u soudu popsal: „Zapamatoval jsem si, odkud Jarmila nosí peníze, a využil jsem příležitosti. Den předtím, než jsem z domu odešel, byli oba manželé na zahradě a všechny peníze z prádelníků jsem jim vzal. Pane soudce, ale opravdu toho lituji.“

Tomu ale soudce vůbec nevěřil, a tak František byl nakonec pro krádež ušetřených peněz obou manželů odsouzen k trestu odnětí svobody. Soudce nezapomněl v rozsudku stanovit i povinnost oběma manželům zaplatit odcizené peníze.

Když Františka odváděla vězeňská služba do vězení, oba starí manželé přišli ke stolu soudce a zeptali se: „A kdy pane soudce dostaneme zpět své úspory?“

Soudce jim ještě vysvětlil, jak mají postupovat, pokud František nezaplatí peníze dobrovolně. V duchu však myslel na to, že své peníze oba manželé, kteří navíc nebyli ani pojištěni, už zřejmě nikdy neuvidí. František totiž neměl žádné peníze, ani majetek.

POMŮCKA: AMA, DA, KME, UOI	MINISTER. PRÁCE A SO- CIÁLNÍCH VĚCÍ ZKR.	1. DÍL TAJENKY	OZNAČENÍ NAŠICH LETADEL	ZNAČKA RUSKÉHO AUTA	ŠKOLNÍ UČEBNY		SYMETRÁLA	OPAK PŘED	3. DÍL TAJENKY	VYNÁLEZCE TELEGRAFU
TŘÍT						OBILÍ SETÉ NA PODZIM				
VÝROBCE PEČIVA						KRÁTKÝ KABÁT MĚSTSKÁ POLICIE ZKR.				
SEVERO- VÝCHOD ZKR.			ČES. ZPĚVÁK JOSEF ??? DRUH PAPOUŠKA					TITUL DOKTORA ZKR. ŠTĚP		
ČÁST KOSTELA				DOPRAVNÍ PODNIK ZKR. RUSKÝ SOUHLAS			KOČKOVITÁ ŠELMA CITOSLOVCE PODIVU			
	ZÁSTUPY O NĚČEM					ŘEZACÍ NÁSTROJE KALIBR				
ČÁST PLUHU					STŘEVNÍ PARAZIT POLOVINA					HRANIČNÍ PŘECHOD S RAKOU- SKEM
TEODOR DOMÁCKY				HOSPODIN MLÁDĚ SLEPICE						
OBCHODNÍ CENTRUM ZKR.			POVRCH TĚLA JÍZDNÍ ÚTOKY					SLOV. ZVRAT. ZAJMENO JM. ZPĚV. ZAGOROVÉ		
POSLEDNĚ							POVEL VOZKY CITOSLOVCE SMÍCHU			
	SVIT INIC. MODE- RÁTORKY KUBELKOVÉ					SLABĚ DŘÍV ZASTAR.				
ZADNÍ ČÁST KRKU					VDANÁ ŽENA VOJENSKÉ PRODEJNY					PLOŠNÁ VÝMĚRA
SPZ KROMĚŘÍŽE				SETINA HEKTARU PŘÍTEL ČLOVĚKA			LOVKYNĚ PEREL SPZ ÚSTÍ NAD ORLICÍ			
	ŘÍMSKÝCH 55	NEJDRŽÍVE TYP RUSKÝCH LETADEL						EVROPAN MPZ SVAZIJSKA		
2. DÍL TAJENKY						MLÁDĚ OSLA				
VODOROVNÉ PRUHY NA STĚNĚ						VZNEŠENÁ MYŠLENKA				

TAJENKA: Nevěřte cizím lidem, i když působí mile

Poučení Přemysla a Spravedlivého:
Nedejte na sladké a příjemné vystupování, pokud člověka dobře neznáte. Vždy se zamyslete nad tím, koho pouštíte do svého domu. Ne všichni lidé musí být špatní. Bohužel ale, někteří lidé špatní jsou a místo vašich úspor vám potom mohou zbýt jen oči pro pláč.

Důležitá telefonní čísla:

112 - Jednotné evropské číslo tísňového volání
158 - Policie ČR
156 - Městská policie
150 - Hasiči

155 - Záchránná služba
596 618 908, 737 267 939 Linka důvěry - psychologická podpora v akutních krizových situacích
596 110 882-5, 732 957 193 Krizové centrum Ostrava - pomoc lidem v krizové životní situaci a psychické tísní



Nechte si poradit

Čas od času se člověku přihodí, že ho někdo osloví na ulici. Mladým se to stává častěji, protože jste krásní, mladí, neodolatelní a jste zváni do kina, na kafe či přímo na rande. My, kteří již nejsme až tak mladí (což ovšem nevylučuje krásu a přitažlivost!) si musíme, pokud možno bez hořkosti, přiznat, že jsme zastavováni ze zcela jiných důvodů. Někdo nám něco nabízí, o něco nás žádá a také nám chce nezištně poradit. Rady jsou vždy zajímavé a jejich spektrum je obzvláště pestré. Poradci bývají mladí, dynamičtí, kreativní, empatiční, fundovaní. Což volně přeloženo znamená, že srší neuvěřitelnou energií, jsou neodbytní, přesně vědí, jak se momentálně cítíte a své věci opravdu rozumějí. Dozvíte se, kterého mobilního operátora zvolit a proč, jaký bankovní produkt vám naplní duchnu tisícovkami tak, že ji, spolu s fotografiemi svých dětí a vnoučat, nebudete muset stěhovat do domova důchodců.

Další informací, bez které se vážně nemůžete obejít, je, že za rohem otevřeli kosmetický salón, vysvětlí vám, jak je důležité o sebe pečovat, jak nezbytná je tato péče pro vaše sebevědomí a vůbec určitě si zasloužíte trochu toho rozmazlování. Každý z nich zodpoví všechny vaše otázky a to bryskně, s úsměvem a se sympatií, kterou věnuje pouze vám.

Ale pozor. Může vás potkat i to štěstí, že vás osloví člověk, který nenabízí něco tak přízemního, jako jsou tlakové hrnce, pojištění nebo čistící prostředek. Člověk, který vám přináší radostnou zprávu o tom, že jste to právě vy, kdož jste hodni přistoupit k jeho víře. Podrobně vám vysvětlí, proč se té jejich vyšší moci zalíbilo právě ve vás, jak s tímto poselstvím naložit, jak a kterou cestou ho následovat. Úžasné.

Na všechny tyto rádce - sympatické, otevřené, úslužné (nikoli však servilní) jsem si vzpomněla ve chvíli, kdy jsem četla návod k použití pro přenosný telefon. Neměla jsem potuchy, o jak složitou záležitost se jedná. To, že umím číst, nezaručuje, že čtenému porozumím. Přesto, že jsem v návodu i na tlačítkách přístroje

rozpoznala shodné symboly, požadovanou službu se mi nastavit nepodařilo. Návod jsem si přečetla několikrát a pak mi to došlo. Pro jistotu jsem si přečetla i návod k použití žehličky s vyvíječem páry a k automatické pračce. Všechny měly něco společného. Byly psány v několika jazycích, obrázky byly rozmazané nebo tak maličké, že se na nich nedalo prostým okem nic podstatného rozeznat. A jejich styl napovídal, že byly z originálu otrocky přeloženy bez hlubší znalosti toho či onoho přístroje anebo naopak - návod byl zpracován odborníkem, který, žel, nemá hlubší znalost jazyka. Pro uživatele různých "udělátek" to znamená najít někoho známého, který tomu či onomu rozumí. Ale řešením pro příští generace by mohla být odborná péče ve školách. Třeba se už v hodinách literatury učitelé nad Máchovým Májem žáků neptají, co tím veršem chtěl básník říci. Jestli ne, navrhuji, aby se takto ptali nad návody k použití. Koneckonců, kdo poezii hledá, ten ji najde.



Závěrem bych pro stejně tápající uvedla názor jednoho z mých známých. „Návody k použití nečtu. Prohlídnu si obrázek (lupu doma mám). Základem fungování každého přístroje je energie. Většinou je to energie elektrická. Takže přístroj zapojíš a tlačítko, které ho uvádí do chodu taky poznáš (viz obrázek, ne!?). Ty víš, co hlavně od toho aparátu očekáváš. Takže žehlíš, posloucháš muziku, mixuješ, pereš, telefonuješ. Praxe ti ukáže, jaké další možnosti využití přístroj má. A když neukáže, tak je jasné, že je vlastně vůbec nepotřebuješ. Návody k použití jsou většinou jen pro zlost. A ještě k tomu je tisknou na úplně nepoužitelný papír.“

Eva Vlachová

ZRCADLO, ZRCADLO, POVĚZ MI...



Co je nejkrásnější věc na světě? To je otázka hodná filosofů. Napadla mě jen tak, zničehonic, právě když jsem zapínal notebook a snažil se marně vymyslet nějaký alespoň trochu inteligentní námět na fejeton. Lup a najednou mě trkne tohle! Okamžitě začínám zběsile ťukat do kláves a snažím se zachytit to, co se mi právě honí hlavou. V tu chvíli si říkám: A není to právě tohle?

Ano, nápad, to je skvělá věc. A co dál? Zvolil jsem si těžký úkol. No schválně, zkuste něco navrhnout vy. Určitě už se vám v hlavě rojí jeden návrh za druhým. Mně taky a dokonce si bláhově usmyslím, že nevypnu laptop dřív, než je všechny vyjmenuju.

Co třeba vítězství? Ta euforie po vyhraném utkání, oslavy vstřeleného gólu, pocit triumfu nad svým protivníkem po těsném a vyrovnaném souboji, který nakonec strhnete na svou stranu? Úspěch! Další úžasná věc a je úplně jedno v čem. Ať už se daří doma, v práci nebo kdekoli jinde, úspěch je přece úspěch. Umění nadchnout se pro nějakou věc. Zbláznit se do něčeho. Jít si za svými sny a dělat co mě baví nehlédě na nesnáze. Mít názor a stát si za ním. Prosadit správnou věc navzdory překážkám. Přátelé. Rodina. Pohoda. Klid. Štěstí. Zdraví. No dobře, svědomí i láska...

Uf, už nemám sílu psát dál. Dočista mě přešla chuť, vždyť takhle bych mohl pokračovat pořád a stejně bych se konce nedobral, protože by mě pořád napadaly nové a nové věci, pro které stojí za to žít. To bych už nikdy nevstal od počítače... a vida, to je přece taky krásné zjištění, že je tolik krásných věcí kolem nás. Stačí si jich jen všimnout... Na druhou stranu bych to mohl vzít i z opačného konce. Seznam špatných věcí by zabral zrovna tolik místa... No, aspoň že ne víc. I rovnováha je pěkná. Koneckonců, ono po pravdě, tenhle článek je pořádný nesmysl. Copak existuje něco takového jako nejkrásnější věc na světě? Jistěže ne. To nejde určit. Pro každého to je něco jiného a hlavně je těch věcí tolik, že pro jednu nelze vybrat druhou. Takže co závěrem? Svět je krásný, i když má spoustu much...

Tomáš Zárecký



Život je půjčovna



Jsi vlastně vodní tvor, človíčku. Po jednom ze zázraků přírody se objevíš v plodové vodě u maminky v bříšku. Život ti totiž půjčil maminku, která tě v sobě hostí, aby ses mohl bezstarostně vyvíjet. Když je tě po několika měsících tak akorát, zaklepeš na bříško a necháš se porodit. Život ti propůjčí titul "dítě" a zajistí péči dospělých. Seznámí tě většinou i s tatínkem. Život ti půjčí i několik let na hraní. Všechno budeš dělat poprvé. Poznáš bezpečí postýlky, zažiješ jízdy v kočárku. Poprvé se postavíš. Uděláš první krůček. Poprvé se napiješ z lahve. Poprvé půjdeš na nočníček.

Od života sis vypůjčil i genetickou aritmetiku, která ti vypočítá, jak budeš vypadat, co tě bude bavit, jakou budeš mít povahu. Budeš-li se usmívat, nebo vztekat. Čeká na tebe tolik nových zážitků! Stavebnice, pískoviště, vláčky, autíčka, pastelky a pohádky. Život je štedrý, když se k tomu rozhodne. Pravděpodobně ti půjčí i řadu kamarádů a kopací míč. Nebo kočárek a panenku?

Posadí tě do školní lavice, představí ti spolužáky a učitelský sbor. Půjčí ti školní vzdělání. A co teprve, až tě zavede do přírody a uvidíš tu nádheru! Uslyšíš hlasy ptáků a zvířat, šumění listů stromů, voňavé louky plné kopretin, naučíš se plavat, v zimě lyžovat, sáňkovat, poznáš tolik nových situací. Nic ti nebude nesnadné. Tělo poslechně každý tvůj příkaz. Život ti půjčí zdraví, sílu a radost.

Samozřejmě bude záležet na tom, na který schůdek schodiště, po kterém stoupá lidstvo ke své dokonalosti, tě postaví čas. Pravěk, starověk, středověk to zřejmě už nebude, ale nová doba novověku by to být mohla. Copak se asi zrovna bude ve světě dít? Copak o tom bude v učebnicích? Vytvoříš si vlastní názor na společenské události. Zaujmeš k nim postoj. Až na dalším schůdku společnost pozná, jestli byl dobrý, nebo špatný. Život se nedá obejít. Už jsi velký. Život ti půjčí titul "plnoletý" a půjčí ti i jiné tituly, když tě požene ctižádost něco dokázat. Ale život ti bude předkládat i jiné lahůdky než úspěchy v práci. Na stříbrném tácu ti nabídne lásku. „Přeješ si dětskou? Platonickou? Celoživotní? Šťastnou, nebo nešťastnou? Marnou? Romantickou? Nebo spíš erotickou? Nebo všechny?“

Vybral sis platonickou lásku, na kterou nikdy nezapomeneš, která tě přátelsky povede životem jako bílá hůl, když zůstaneš sám a přestaneš vidět svou budoucnost? Nebo se ti podaří v půjčovně života najít i lásku, která se naplní? Ptáš se, jak ji poznáš? Většinou zcela náhodně potkáš člověka, který s tebou rezonuje tak bezprostředně a do detailů, jako bys ho dávno znal. Jeho chování, vzezření i hlas rozbuší tvé srdce a tvou mysl jako zvon. Sotva budeš v jeho přítomnosti popadat dech. „Smím prosit?“ požádá tě o tanec a ty s ním budeš chtít rázem protančit celý svůj život. Rodinný život. Představí ti své vlastní děti a spoustu příbuzných.

Vypůjčený pocit štěstí ti ani na okamžik nedovolí připustit, že tohle štěstí je vypůjčené a dočasné. Někdy má však život sám se sebou co dělat a nahází ti krychlové metry klacků pod nohy. To, když onemocní doba, do které ses trefil svým narozením. Když dává lidem samé příkazy a žádné pochopení. Když na světě opakovaně proti sobě válektvůrci a mírovtvůrci hystericky mávají transparenty, jako by nebylo potřeba laskavějšího a užitečnějšího počínání. To potom před půjčovnou života stojí dlouhá fronta na statečnost, sílu a schopnost odpouštět.

Tvůj vypůjčený život pokračuje. Prožíváš strasti i slasti, ochutnáváš polibky, objetí, kopance, úspěchy, bohatství, chudobu a třeba i slávu. Život ve své půjčovně pozorně sleduje na počítači osudu položky "vypůjčil" a "vrací". Když minutová ručička, kterou si v sobě neseš od narození, začíná být uondaná, nabídne ti život stáří.

Stáří je nelehká disciplína. Vracíš pomalu mrštné pohyby, vracíš pomalu paměť na jména lidí, které jsi celý život obdivoval, na události, které jsi prožil, cos nastudoval. Odcházejí rodiče, tety, strýčkové, spolužáci, lásky, které jsi hýčkal ve svém srdci. Vracíš životu i svůj majetek, věci, které jsi měl rád. Ale získal jsi moudrost a vědomí, že ti zůstalo všechno, co po tobě zůstane.

Zůstanou po tobě děti. Samozřejmě budou stát už o schůdek výš. Když budeš mít štěstí, nová generace k tobě občas posestoupí. Ať už se jí budeš jevit jako geniální ukazatel, nebo odstrašující případ. Tak nelituj, že sis půjčoval.

I půjčovna život má z půjčky užitek. Po schůdkách vývoje zvedá svou úroveň. (Alespoň doufám.) Prostě půjčí lidem život. Lidé během toho života něco vytvoří, vyrobí, vyzkoumají, postaví, a tak se pojišťovna za svou laskavost ještě obohatí.

Človíček by si měl vážit půjčky víc a víc. Uvědomit si její obrovskou cenu, která se nedá docenit. Nehazardovat se životem. Malicherně neriskovat jeho ztrátu. Prosadit si život beze strachu, nervozity, bez nesmyslných komplikací. Takový život by byl klidnější, šťastnější a tím i delší.

Možná by mohl být věčný.
Bůh přece nelže.

Text a kresba: Ludmila Lojdová

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

Zodpovědný redaktor: Ing. Ludmila Holubová
Redakční rada: MUDr. Hugo Příbyl, PhD., 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
Neprodejně.

e-mail: info@seniortip.cz

www.seniortip.cz



S návštěvou vědecké knihovny určitě neváhejte

Moravskoslezská vědecká knihovna v Ostravě se z historického hlediska řadí k těm mladším knihovnám. V příštím roce oslaví „teprve“ 70 let. Od svého založení v roce 1951 sídlí v Nové radnici na Prokešově náměstí v centru Ostravy. K rozhovoru o současných i plánovaných službách knihovny jsme pozvali Mgr. Moniku Oravovou, zástupkyni ředitelky.

Mohla byste nám říct, čím se MSVK liší od jiných knihoven?

Jsme krajskou knihovnou, což znamená pouze to, že nás zřizuje Moravskoslezský kraj, ale máme skutečně „celokrajský“ záběr. Některé funkce naší knihovny jsou dány přímo ze zákona, např. díky právu na povinný výtisk získáváme a natrvalo uchováváme 1 výtisk z každé publikace, která vyjde v našem regionu. Fungujeme i jako metodické pracoviště pro 411 knihoven v kraji. Vytváříme Digitální knihovnu Moravskoslezského kraje, což znamená, že digitalizujeme vzácné regionální knihy a časopisy nejen z našeho fondu, ale i z muzeí, galerií, archivů a dalších institucí.



Monika Oravová

Prioritně se věnujeme vzdělávání, a to návštěvníků všech věkových kategorií, pro které připravujeme pestrou nabídku odborných kurzů, seminářů či přednášek. náš fond obsahuje již více než 1,2 mil. svazků, takže z tohoto hlediska jsme největší knihovnou v kraji. Najdete u nás jak odbornou literaturu, tak beletrii, mapy, průvodce, časopisy, noviny, audioknihy, hudební CD, e-knihy, deskové hry a mnoho dalšího.

Které služby knihovny kromě klasického půjčování knih byste doporučila zvláště seniorům?

Již dva roky nabízíme službu Info Help, která je využívána převážně staršími ročníky. Jedná se o individuální konzultace, při nichž poradíme s chytrým telefonem, internetem, digitálním fotoaparátem. Pokud máte svou rodinu a přátele například v zahraničí, naučíme vás využívat nové komunikační nástroje - sociální sítě, Skype apod. Seniori u nás mohou navštěvovat také zájmové kluby (např. Klub techniků, Klub regionální historie, Klub zdraví...), jejichž aktuální nabídku pro období 2020/21 zveřejníme v červnu, stejně jako témata pro další semestr Virtuální Univerzity 3. věku.

Velmi oblíbené jsou také naše kurzy trénování paměti, které pro zájemce připravují již 3 trenérky paměti 1. stupně. Jako jedna z nich si vás dovoluji pozvat na ukázkové lekce, které budeme určitě po prázdninách pořádat. Jejich termíny zveřejňujeme s předstihem na webových stránkách knihovny www.svkos.cz.



Služba Info Help



Noc vědců před knihovnou - jízda elektromobily

Máte zajímavý program nebo služby také pro seniory s handicapem?

Ano, specializujeme se především na zrakově znevýhodněné čtenáře, kterým nabízíme zhruba 7000 audioknih, máme také knihy v Braillově písmu či deskové hry pro nevidomé. Chystáme rovněž speciální lekce trénování paměti pro tyto uživatele.

Na co dalšího se handicapovaní čtenáři můžou těšit?

Jako každoročně i letos vydáme vlastní audioknihu pro nevidomé a slabozraké. Jde již o šestý titul. Z předchozích bych jmenovala např. Dědictví autorky Evy Tvrdé či detektivku Dům číslo 6 od Nely Rywikové. Jde vždy o regionální autory a náměty a v tomto duchu připravujeme i letošní audioknihu. Nechte se překvapit.

Jaký zajímavý program chystá knihovna v nejbližším období?

Vzhledem k vyhlášenému nouzovému stavu, který dopadl i na knihovny, nás čeká velmi nabitý podzim. Chystáme spoustu nových akcí. Těšit se můžete např. na cyklus Věda ve vědárně (popularizace vědních oborů), nové kurzy pro rozvoj informační gramotnosti, věnovat se budeme také mediální gramotnosti. Pozvat vás můžeme i na Noc vědců či 4. ročník Festivalu ostravských knihoven. Ten organizačně zajišťuje naše knihovna a letos se do něj zapojí již 10 partnerů. S návštěvou naší knihovny tedy určitě neváhejte.

Ať už si k návštěvě knihovny vyberete jakoukoliv příležitost, těšíme se na vás!

Se zástupkyní ředitelky MSVK Mgr. Monikou Oravovou rozmlouvala Marcela Stehlíková

← **Regionální audioknihy**

