

Ostravské vánoční tipy 2010

Betlémy na hradě

3. 12. 2010- 9. 1. 2011

10. ročník výstavy betlémů na Slezskostravském hradě se koná tradičně v galerii a nově také v malém sále.

Vánoce jsou každoroční příjemnou tečkou za úspěšným rokem. V domech se rozzáří svíčky, zavoní purpura a všichni se na chvíli zastavíme a necháme se unést vánoční atmosférou. Hradní prostředí dodává betlémům své kouzlo a návštěvníci se mohou opět těšit na velmi příjemný sváteční zážitek.

Jubilejní desátý ročník nabídne více než 150 betlémů, jak historických tak od autorů současné tvorby.

Výstavu doplní i vhodné aranžmá složené převážně z ručně vyrobených vánočních ozdob, vánočních stromečků, dekorací aj.

Hlavní doprovodnou akcí bude tradiční Vánoční jarmark (11. - 12. 12. 2010), který umožní vychutnat si báječnou vánoční atmosféru a koupit dárky pod stromeček pro své blízké.

Vstupné

Dospělí: 70 Kč

Děti od 3 let, ZTP, důchodci: 40 Kč

Hromadné vstupné (20 osob): 35 Kč



Příběh planety země

Pavilon C; Výstaviště Černá louka
v Ostravě - do 31. 12. 2010

Výstava vás poutavou formou seznámí s nejdůležitějšími geologickými procesy formujícími naši planetu a jednotlivými vývojovými etapami života na ní, od jejího vzniku až po současnost a blízkou budoucnost.

Návštěvníci si zde mohou prohlédnout dioramata devonského korálového útesu, karbonského černouhelného močálu a hnědouhelného močálu s třetihorním savcem rodu Schizotherium, prožít cestu do středu Země a do nitra sopky, chůzi po žhavé lávě a zemětřesení na vlastní kůži.

Hlavními exponáty jsou rekonstrukce exotických biotopů a modely pravěkých zvířat. Výstava provází také současností s doklady tvořivé i ničící role člověka jako nového činitele ovlivňujícího planetu Zemi.

Otevírací doba:

PO – PÁ: 8:00 – 18:00

SO – NE: 9:00 – 19:00

Od 24. – 26. 12. a 31. 12. 2010 bude zavřeno.

Vstupné: dospělí 50 Kč; děti a mládež do 18 let vstup zdarma.

více na: www.svet-techniky-ostrava.cz

Festival Souznění - 16. - 19. 12. 2010

V Moravskoslezském kraji letos proběhne již 12. ročník mezinárodního festivalu Souznění s adventními a vánočními zvyky, koledami a řemesly.

V předvánočním čase posledního adventního víkendu jej můžete navštívit na veřejných prostranstvích, v kostelech, koncertních sálech v Ostravě, Kozlovicích a ve Václavovicích u Havířova. Festival Souznění nabídne koncerty a představení domácích souborů i hostů ze zahraničí, ukázky lidových řemesel a tradic. V Kozlovicích, domovské obci hostitelského souboru Valašský vojvoda proběhne Vánoční jarmark s ukázkami lidových řemesel, vystoupení souborů a skupin různých žánrů, zvykoslovné obchůzky a bohatá nabídka regionální gastronomie.

Festival vyvrcholí v neděli odpoledne v Domě kultury města Ostravy.

Představí se na něm řezbář s betlémy a další řemeslníci při výrobě vánočních ozdob ze slámy a šustí, ručním malováním vánočních baněk, zdobením perníků, háčkováním a paličkováním, ručním tkaním koberců, výrobou zuberské výšivky - krajky, síťování, výrobou ozdobné i spotřební keramiky, košíků a jiných věcí z proutí.

Připravena je i ochutnávka a prodej specialit regionální i zahraniční tradiční kuchyně, valašské speciality i ukázka výroby sýrů, korbáčiků. Chybět nebude také populární ochutnávka vařonky, medoviny a jiných produktů z medu.

Večer proběhne tradiční Galakoncert. V neděli si také v Domě kultury budete moci prohlédnout Mezinárodní výstavu betlémů a vánočních pohlednic významných kumštýřů i dětských tvůrců. Více o programu na str. 8





Nostalgické vánoce



Když mi letos poprvé kolegyně řekla: „Tak a zase jsou tady vánoce,“ nevěřicně jsem se na ni podíval. Vždyť ještě ani nevybledlo její opálení z dovolené. Ale pak jsem zašel do supermarketu, a když na mě z regálů vykukovaly vánoční ozdoby, musel jsem jí dát zapravdu.

V myšlenkách jsem se vrátil k jedné mé pacientce, která vyhledala mou péči, jen pár dnů před Štědrým večerem, zcela vyčerpána fyzicky, ale hlavně psychicky. „Pane doktore, chtěla bych zrušit vánoce,“ zoufale se tvářila a vyprávěla, že letos jim to nějak nevychází. Děti popsaly řadu stran dopisu Ježíškovi s tím, co všechno by chtěly najít pod stromčkem. A že to nebyly laciné tretky, ale většinou technické vymoženosti nebo značkové oblečení. Manžel přišel o práci a v prosinci už dostal jenom podporu v nezaměstnanosti. Trápí je vysoké splátky z půjček, banka jim ani jednu splátku nepovolila odložit. Pacientka si kromě své práce v obchodě, vzala ještě navíc úklid, aby rodina měla více peněz. „A kdy mám doma uklidit? A napéct cukroví jsem také ještě nestihla,“ plakala a seděla tam bledá, zoufalá... Když odcházela, snad byla trochu klidnější, v ruce předpis a za sebou dlouhý rozhovor se mnou, ve kterém jsme se společně snažili najít trochu jiný přístup k vánocům a její situaci.

A přesně o tom to je - co vidíme ve vánocích, v těchto křesťanských svátcích narození Krista. Obávám se, zda se nám trochu nezvrhly v nákupní horečku, kdy se snažíme předhánět v množství a finanční hodnotě darů, které vršíme pod nazdobeným stromem plným barevných cinkrát. V tom nám ze všech sil pomáhají všudypřítomní obchodníci se svou lákavou nabídkou zboží, které na nás křičí ze všech reklam, protože jim jde jen o jedno - prodat.

Snad patříte k několika málo soudným lidem, kteří se velmi rozmyšlejí, čím své blízké na vánoce obdarují. Někdy je to soudnost, někdy nutnost - neboť čas utahování opasek dosud neskončil. Je dobré myslet na to, že o vánocích bychom si mohli odpočinout, nabrat trochu sil a třeba i věnovat více času sobě navzájem, celé rodině. Trochu si vyjít ven a z množství pamlsků, které vánoce provázejí, si rozvázně vybrat jen něco málo z nich.

Pokud patříte k těm, kteří, i když je to štte, tak musejí uklízet, pak třeba nezapomeňte „uklidit i své nitro“. To není tak jednoduché jako vytřepat koberec. Přece jen je dobré se pozastavit v duchu nad tím, jaký život vedeme, zda jdeme cestou klidné spokojenosti, zda jsme dobrým vzorem svým dětem, zda my - dospělé děti se dostatečně věnujeme svým rodičům, a zda myslíme aspoň trochu na své zdraví, které máme jen jedno.

Když už se budete vzájemně obdarovávat, nezapomeňte také na objetí, polibek, pozornost. A nakonec - vždyť radost si můžeme dělat celý rok, nejen o vánocích.

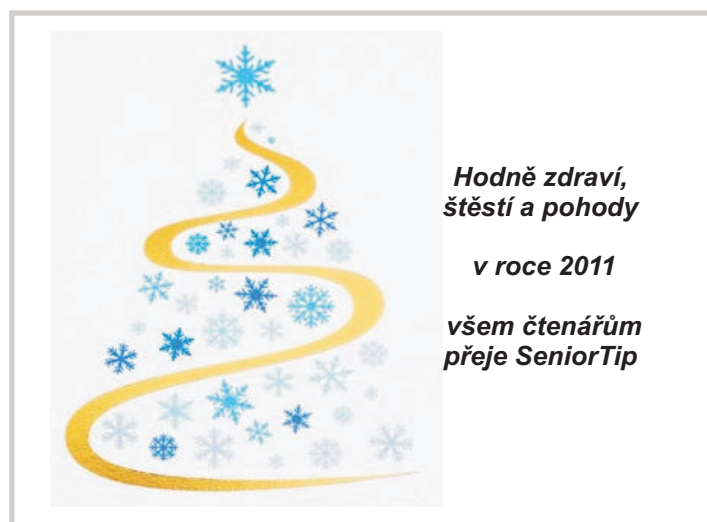
Jedno je jisté - vánoce se svými nároky přináší frustraci všem, kteří je mají takřkajíc na starost - tedy především dospělým a rodičům. Je na místě se v rodině dohodnout, jak se budou vánoce slavit. A že na tuto záležitost mohou mít muži a ženy, matky a tchýně velmi často diametrálně odlišný názor není třeba připomínat. Proto je dobré si ujasnit, co vlastně od vánoc očekáváme a jak toho dosáhneme.

Vánoční doba je pro řadu lidí také obdobím, kdy si připomenou, že jim chybí jejich blízcí. Co s tím? Nebraňte se vzpomínkám, ale také se jimi nenechávejte zcela pohltit. Vzpomeňte na to dobré, co jste s tím člověkem zažili a v duchu poděkujte, že jste tu možnost měli. A jestli se vynoří vzpomínky nepěkné, zkuste odpustit. Ne kvůli tomu, který vám ublížil, ale kvůli vám samým. Ne nadarmo se říká, že odpuštění osvobozuje.

Říká se také, že o vánocích se otvírají lidská srdce, najednou si dokážeme vzájemně projevit více lásky a nestydíme se za ni. Máme tak příležitost k usmíření s těmi, se kterými se nám to dosud nepodařilo. Když myslím na vánoce, vzpomenu si na povídku z knihy Slepíci polévka pro duši, ve které autor radí, abychom se naučili "prokazovat laskavost a konat nezištné krásné skutky". To mne dále přivádí ke vzpomínce na kreslený seriál Johnnynho Harta, ve kterém se postava Wileyho ptá: "Co se stalo s laskavostí?" A ve verších se ptá dále: *Proč lidi nelitují síly, aby jiným trable způsobili? Proč schválně druhým štěstí hatí, ač vědí, že se jim zlo dvakrát vrátí? Proč tak rádi zraňujeme i ty, které milujeme? Proč člověk milá slova svede? Vždyť jedna rána k druhé vede. Proč se nechováme, jak nám velí jeden slogan známý? Vedme si tak, jak bychom chtěli, aby se jednalo s námi. Proč chyby druhých nám tak vadí, jeden sotva uvěří. Odpuštění a láska vystřadí čertův zadek ze dveří.*

Přeji vám klidné vánoční svátky a do příštího roku mnoho dnů, v nichž se se svými blízkými obejmete a políbíte. Přeji vám hodně zdraví, abyste své lékaře navštěvovali jen preventivně...

MUDr. Hugo Příbyl, Ph.D.



Zpravodaj SeniorTip vychází za podpory těchto institucí:

OSTRAVA!!!





Vycházky i v zimě: Kostel, který stojí za návštěvu

Jižně od Moravské Ostravy a Vítovic, na levém břehu řeky Ostravice, byla okolo roku 1250 za vlády krále Přemysla Otakara II. založena zemským hejtmanem moravským a zároveň biskupem Olomouckým obec Hrabůvka. Veškeré pozdější dějiny a to až do roku 1912 jsou úzce spjaty s obcí Hrabová, kam byla Hrabůvka přifařena. Věřícím obou obcí sloužil malý dřevěný kostelík vystavěný asi roku 1564. Obě obce za třicetileté války značně utrpěly. Na počátku 19. stol. měla Hrabůvka pouhých 197 obyvatel. Již ale na počátku století dvacátého, díky hospodářskému rozmachu stoupl počet obyvatel na 3052. Výše zmíněný kostelík tak již přestal postačovat stále rostoucí farnosti a tak byly podnikány první pokusy o stavbu většího a zděného kostela. ▼



První zmínky o těchto snahách se datují do roku 1850. Avšak až o třicet let později, za přispění P. Kocvrliha bylo započato se sbírkou. Byl to P. Antonín Mohampl v roce 1905 za jehož přispění bylo opět započato s jednáním. Na žádost jeho i občanů Hrabůvky se celé této záležitosti ujal s horlivostí jemu vlastní probošt a poslanec Dr. A. C. Stojan z Kroměříže. 29. prosince 1908 byla založena Jednota Panny Marie v Hrabůvce. Ta přijala usnesení o zbudování nového jubilejního kostela na památku šedesátiletého panování jeho veličenstva císaře a krále Františka Josefa I.. Také byl vyřešen spor mezi občany obou obcí a jako nejvýhodnější místo pro stavbu byl zvolen pozemek v Hrabůvce. Začaly přípravné práce. Byly dovezeny cihly a 3. února 1909 vykonal P. Antonín Mohampl za účasti mnoha věřících přípravné modlitby při nichž byl uspořádán slavnostní průvod na staveniště.

Kronika uvádí: *"Byl krásný pohled na průvod s třiceti okrášlenými a cihlami naloženými vozy, které za zpěvu - Tisíckrát pozdravujem Tebe - vjížděly na stavební místo, na němž byla poprvé uctěna Královna posvátného růžence."*

Vypravíte-li se do Hrabůvky pak se můžete po procházce zastavit i na malé občerstvení.

Jak chutná v podzemí aneb nevšední zážitek.

Představte si, že sedíte několik stovek metrů pod povrchem země. Při práci se najednou dostaví pocit žízně a začínající chuť k jídlu. Vytáhnete svačinu, sednete si na co právě narazíte a uděláte si podzemní siestu. Kolem vás jezdí důlní vozíky s uhlím, vzduchem poletuje prach a to vše doprovází hluk důlních strojů. Zkrátka „idylka“. Haviři by o tom mohli vyprávět.

Že po takovém zážitku netoužíte? Ani se vám nedivím. Přesto obdobné prostředí můžete navštívit. Tady však vozíky s uhlím stojí v klidu. Hluk tvoří pouze vaše hlasy a zvuk vzdálené hudby. Přitom si v klidu pochutnáte na jídle, které si vyberete a neušpiníte se. Všude kolem je čisto. Ani sedící umouněný haviř v pracovním šatu vás nevyvede z míry. Možná se jen trochu leknete, když půjdete hledat místnost, kam i císař pán chodí pěšky. Tu totiž hlídá zmíněný důlní mužík.

A kam jsem vás to vlastně pozval? Do objektu s názvem „Pivnice u Hajcmana“, která se nachází v Hrabůvce, dvě zastávky tramvají od kostela P. Marie, královny posvátného růžence. Interiér restaurace je navržen právě ve stylu důlního pracoviště. Takže tady najdete nejen hajcmany (důlní vzpěry), ale také vozíky s uhlím, sbíječky, důlní koleje, ukázkou šatny pro haviře a další zajímavosti. A protože důlní činnost na Ostravsku skončila v závěru minulého století, s nadsázkou se dá říci, že se ocitáme i v netradičním muzeu.



Bohoslužby v kostele Panny Marie, královny posvátného růžence

po: 6:30
út: 17:00
st: 6:30
čt: 17:00
pá: 6:30 / 17:00
so: 7:00 / 17:00
ne: 7:00 / 8:30 / 10:00



Danému prostředí odpovídají i zajímavé názvy nabízených jídel. Dáte-li si např.: „Maso z ohňa, což je kura, bravek, špek z Londyna, bile muchomurky“, jste napnuti, co vám vlastně přinesou. Přitom je to grilovaný talíř se třemi druhy masa, anglická slanina a žampiony.



Nebo „Ryba z Ostravice vykupana v bylinách pečená na uhlí“, přeloženo do srozumitelné řeči, jedná se o pstruha na roštu. Pro labužníky je například připraven „Jazyk z byka z dymu, ostrý křen, žluta mačka“, jedná se o uzený jazyk, křen, hořčici a chléb. Pro milovníky polévek je připravena „Ostra zupa s knoblochom a fajnou šunkou“, což je česneková polévka se šunkou. A tak bych mohl pokračovat dále.

Otevřený důl už v Ostravě nenajdete. Avšak zažít hornickou atmosféru můžete i jinak. Při návštěvě uvidíte vše co patřilo a patří k této náročné práci. Každý stůl je na památku pojmenován po jednom dole. I když je Ostrava často s posezením spojována jen se Stodolní ulicí, je dobré, že na netradiční posezení lze vyrazit i do jiných částí města.

Libor Klásek





Úžasný balet v Národním divadle moravskoslezském, nejen ve Vánočním příběhu

Když se řekne v Ostravě balet, většinou jeho pravidelných návštěvníků se vybaví jméno jeho šéfa pana IGORA VEJSADY. Milý, přátelský, ale také velmi náročný ke všem svým svěřencům i k sobě.

Není snad dne, kdybyste ho nepotkali ve zkušebních baletních sálech nebo na zkouškách na jevištích některého z divadelních budov Antonína Dvořáka, nebo Jiřího Myrona. Ale skulinka v nabitém programu se přece našla - a tak bylo setkání dohodnuto.



Než jsme přešli k jeho poslední letošní baletní premiéře, kterou uvádí v choreografii Williama Fomina s dobře známým titulem LOUSKÁČEK P. I. Čajkovského, položila jsem mu pár otázek, které ochotně, i když ve velkém časovém spěchu zodpověděl.

Co Vás přivedlo do Ostravy a kolik let už zde působíte ?

"Letos to bude čtrnáct let. Strašně to utíká. Přišel jsem do Ostravy na konkurz, který vypsal tehdejší ředitel divadla Ilja Racek. Ostrava mne velmi lákala. Navíc jsem si považoval i tehdejšího šéfa baletu Alberta Janíčka..."

Měl jste za sebou už kariéru sólového tanečníka ve světě. Proč jste ji vlastně přerušil.

"Bylo to zaviněno také mým úrazem patní kosti, což je pro intenzivní tanec velmi nepříjemné, ale chtěl jsem zkusit i něco nového. Neodolal jsem a na konkurz se přihlásil. Tehdy jsem tančil v německém Manheimu, také v Izraeli v Kibutzu v Dance contemporary copany. Prostě jsem to v Ostravě zkusil a vyšlo to."

Trvalo dlouho než jste si vybudoval soubor podle svých představ?

"Upřímně řečeno, trvalo mi to tři sezóny. Člověk musí lidi poznat, vědět, co od nich může chtít, oni zase od něj."



Já chci dělat divadlo pro všechny generace, takže na repertoáru je klasika i některé moderní záležitosti. Musíme neustále zvyšovat technickou i uměleckou úroveň baletu. A musíme na sebe všichni slyšet. To je jako v každém vztahu. Ale Ostrava mne přijala dobře a soubor rovněž. Měli jsme hned a máme dosud dobrý zvuk, přízeň všech médií a toho si opravdu velmi vážím. Za ty roky co balet vedu jsem na scénu uvedl asi 25 premiér,

a to v různých choreografiích známých umělců i ze zahraničí. Dále je to také účinkování třeba v operách a na různých představeních mimo divadlo, pořádání workshopů, prostě je toho opravdu dost."

Máte dostatek tanečnic a tanečníků?

"Momentálně bych mohl postavit dva soubory. Hlásí se mi mladí tanečníci od nás, ze Slovenska, Polska, Rakouska, Německa, dokonce máme výbornou Japonku a také Američanku. Prý je láká náš repertoár a dobrý kolektiv baletu. Nemohu je samozřejmě všechny vzít do souboru. Na překážku jsou finance."

Máte šťastnou ruku i ve vybírání sólistů, třeba jste hned odhadl Lukáše Lepolda.

"To jsou zkušenosti a musím říci, že se obvykle ve svých výběrech nemýlím. Nyní přicházejí opravdu talentovaní lidé. Velkou "zásobárnou" jsou konzervatoře, třeba ta brněnská, kterou jsem sám absolvoval, ale i ta naše - ostravská. Velkou bolestí baletu je samozřejmě dosti předčasný odchod do důchodu. Málokomu je dáno, aby v plné síle tančil i po čtyřicítce. Takové zářné příklady ale existují, třeba naše primabalerina Olga Borisová-Práčíková, která vystudovala v Kyjevě a přišla k nám na zkušenou. Už tady zůstala a je skvělá. Také třeba Jana Kosíková, primabalerina v Brně. To je dar a štěstí, když se tak dlouho drží na vrcholu. Všichni na tom tak nejsou a důchody jsou velmi malé. Žádný zvláštní fond pro baletní tanečníky neexistuje, jako třeba v Holandsku. Ale nějak se to pokusíme změnit. Vždyť za tolik dřiny a rozdávání krásy si slušný důchod tito lidé určitě zaslouží."

Ale ještě se zastavme u repertoáru. Co byl Váš nejoblíbenější titul v moderním baletu?

"Určitě si diváci pamatují na balet Beatles, který byl velmi zdařilý a také velmi obtížný balet Requiem na hudbu Antonína Dvořáka. Z Klasiky zase vzpomeňme třeba Copélii, Romea a Julii, Giselle a nyní tři balety Petra Iljiče Čajkovského. Uvádíme Spící krasavice / Šípková Růženka / Labutí jezero, které je ve velké oblibě už několik sezón a v prosinci přibude právě Louskáček. Byl to můj cíl, zařadit všechny tyto klasické balety do jedné sezóny a jsem rád, že se zdařil."



Balet Louskáček vedl choreograficky William Fomin, který je podle šéfa baletu velmi charismatická osobnost. Je to tanečník, který v současné době pracuje v Maďarsku.

Premiéru bude doprovázet výstava fotografií ze života a práce vynikajícího tanečníka Emericha Gabzdyla, který v roce 1938 přijal nabídku na místo baletního mistra, choreografa a prvního sólisty v rodné Ostravě.

A Louskáček, ten přiblíží svým pohádkovým dějem vánočního večera a oživlých hraček tu správnou vánoční atmosféru dětem i dospělým. Tak se těšíme na premiéru nově připravovaného baletu, který má podtitul "Vánoční příběh", ale i na další baletní představení, která pro nás v Národním divadle moravskoslezském připravují. Třeba na další představení "Sněhurka a sedm trpaslíků", kterou i děti sledují se zatajeným dechem

Hana Kuchařová



Historický kalendář Ostravska

Říjen - prosinec

2.října 1910 byl v Ostravě uspořádán letecký den. Původně na něm měl vystoupit český aviatik inženýr Kašpar. Jeho účast se sice nepodařilo zajistit, avšak své umění předvedl letec polského původu ing. Adolf Warchalowski. Ten dokonce svůj stroj do Ostravy dopravil o týden dříve a vystavil jej pro diváky na Nové střelnici.

16.října 1910 byl vysvěcen kostel Růžencové Panny Marie v Hrabůvce. První iniciativa, která se týkala stavby společného kostela pro Hrabůvku a Hrabovou je z 50. let 19. stol. Avšak dva kostelní konkurenční výbory se nedokázaly shodnout na místě stavby a vymanit se z osobních sporů. Se stavbou bylo proto započato až v roce 1909 jen pro Hrabůvku. Projekt a stavební realizace byla zadána stavební firmě F. Grossmann a F. Fiala z Moravské Ostravy. Kostel byl vysvěcen na počest 60tiletého panování císaře Františka Josefa I.. Jde o jednoduchý novoromantický kostel, který je dobrým příkladem konzervativního vkusu objednatelů. Finanční zajištění stavby (stála 89000 korun) není zřejmé a obec řešila problémy s tím spojené ještě v roce 1922. Prostranství před kostelem zdobí barokní socha sv. Floriána z roku 1763, která sem byla přenesena z moravsko-ostravského náměstí.

20.října 1910 se v Opavě narodila spisovatelka, výtvarnice, ochránkyně přírody Joy Adamsonová (zemřela 3.1.1980 v Keni). Proslula především rehabilitací zvířat narozených v zajetí pro život ve volné přírodě. Mimořádný úspěch s výchovou lvice Elzy zobrazuje kniha původně v angličtině (1960), později přeložená do 33 jazyků a zpracovaná televizně a filmově.

26.října 2000 začala nejvýznamnější návštěva toho roku. Ostravu navštívil belgický královský pár král Albert II. s královnou Paolou.

Na Nové radnici se setkali s primátorem E. Tošenovským a dalšími představiteli města a poté se vydali na procházku centrem Ostravy, které zaplnily stovky zvědavých občanů. Následoval slavnostní oběd s mysliveckým menu v Hotelu Imperial. Program královského páru pokračoval návštěvou Opavy.



12.listopadu 1910 sehrála ostravská činohra první představení svého prvního zahraničního zájezdu. Hrál ve vídeňském Dělnickém domě. Zájezd uspořádal ostravský divadelní ředitel Karel Komarov ve spolupráci s vídeňskou Jednotou Máj. Ostravská činohra ve Vídni sehrála čtyři představení: Jiráskovu Vojnarku, Morálku paní Dulské od G. Zapolské, Její pastorkyni Gabriely Preissové a Hilbertovu Vinu. V ostravském tisku byl vídeňský zájezd označován za skvělý. Např. Lidové noviny psaly, že "společnost ředitele Komarova skončila pohostinné hry v Dělnickém domě se značným úspěchem. Obě nedělní představení byla výborně navštívena. Zejména také uspořádání scény překvapilo péčí, jaké tu i v dřívějších pohostinných hrách nebylo. Alois Jirásek poslal k prvnímu večeru vřelý telegram, v němž projevuje také sympatie k Čechům vídeňským."

26.prosince 1910 v Karvině jednala konference tří set delegátů ostravsko-karvinského kamenouhelného revíru o sociálních poměrech hornictva. Požadavkem účastníků byly vyšší mzdy a zavedení osmihodinové pracovní doby. Těžaři však požadavky horníků počátkem roku 1911 odmítli.

PhDr. A. Barcuch

LÁZEŇSKÉ POBYTY 2011

7-13DENNÍ LÉČEBNÉ ZÁJEZDY VČETNĚ UBYTOVÁNÍ, STRAVY A LÉČEBNÝCH PROCEDUR

Mariánské Lázně

Hotel **MONTY*****



již od
6.800,-

Dunajská Streda

Hotel **BONBON******



již od
5.000,-

Kúpele Dudince

Hotel **FLÓRA****



již od
4.450,-

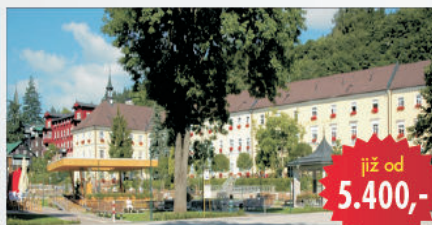
Vysoké Tatry - Vrbov hotel **MORAVA****



již od
3.950,-

Janské Lázně

Hotel **TERRA*****



již od
5.400,-

Bardejovské Kúpele

Hotel **OZÓN*****



již od
4.450,-

Nástupní místa: Olomouc, Brno, Praha, Ostrava, Frýdek-Místek, Havířov, Český Tešín, Třinec
Telefonní kontakt: 558 655 649 Stačí zavolat a vše vám zašleme poštou!

www.mlk-tours.cz



Lidé lidem

Sociální služby dostaly hlavní slovo v prostorách Domu kultury města Ostravy na třetím ročníku akce nazvané Lidé lidem. Návštěvníci zde shlédli nejrůznější taneční, hudební a divadelní představení, výrobky z interaktivních rukodělných dílen, laserovou střelnici i ukázky práce terapeutických a záchranářských psů. Vystoupení doplnily rozhovory s představiteli pracovních skupin: Senioři, Občané se sluchovým postižením a Občané ohrožení sociálním vyloučením. Součástí akce byla rovněž konference s podtitulem „Změny a úskalí při pomoci lidem s handicapem“.

Jedno z témat, o kterém se na konferenci hovořilo, bylo také kineziologické tejpování. Jde o metodu vycházející z myšlenky, že k udržení zdraví a jeho znovunastolení je důležitá svalová aktivita. Jak pro pohyb těla, tak např. pro krevní, lymfatický oběh a udržení tělesné teploty mají totiž svaly velký význam. Pokud dobře nefungují, může to vést k celé řadě onemocnění i s trvalým poškozením. Tato idea vedla k rozvoji elastických pásek, které po přilepení na tělo podporují svaly v jejich činnosti. Ale nejen to. V podkoží jsou zároveň umístěny receptory, krevní a lymfatické cévy, nervová vlákna i další součásti našeho organismu. Proto se užitím tejpovacích technik dosahuje ozdravného účinku u mnoha různých potíží.

Problematické dobrovolnictví se věnoval stánek obč. sdružení STOP (Svoboda, Tolerance, Osvěta, Podpora). „Těšíme se na každého, kdo má zájem o informace a možnosti dobrovolnictví v Ostravě,“ říká ředitelka Ivona Šťovíčková. „Být dobrovolníkem znamená věnovat nezištně svůj um a energii ve prospěch ostatních a nám se tady už přihlásilo šest lidí což považujeme za úspěch. Ve dvou minulých ročnících se totiž nepřihlásil nikdo. Ukazuje se tak, že dobrovolnictví je u nás na dobré cestě, ačkoli ve srovnání se zahraničím zatím pokulhává. Ale v příštím roce očekáváme ještě větší aktivity, protože to bude právě evropský rok dobrovolníků.“



Akci Lidé lidem připravil Magistrát města Ostravy (odb. soc. věcí a zdravotnictví) ve spolupráci s neziskovými org. Eko-info centrum, Centrum pro rodinu a sociální péči i s Městskou nemocnicí Ostrava. Právě při ní funguje už dvacet let Dětský rehabilitační stacionář, který se představil jako ojedinělé zařízení svého typu na území města a širokého okolí. Nabízí se zde komplexní rehabilitační léčba formou denního pobytu pro děti s různými formami mozkové obrny, s vrozenými vývojovými vadami, stavy po úrazech mozku a pohybového aparátu. Těmto pacientům je zajištěna komplexní péče odborníků s cílem ovlivnit zdravotní stav natolik, aby byla umožněna kvalitní integrace handicapovaných i jejich rodin do zdravé populace. (di)

Procházka se srdcem na dlani

*Říká si Šedý vlk. Tato přezdívka vznikla, když se mu překulila čtyřicítka a on měl najednou malou pleš a čím dál více šedivých vlasů. Začali mu tak říkat kamarádi z oddílu stolního tenisu (hrál jej dvacet let závodně, nedaroval žádnému soupeři ani míček zadarmo a bojoval o co nejlepší výsledek jako vlk o svou kořist). Kamarádů má dodnes moře a líbí se mu, že ho pořád berou jako zdravého chlapa, takže bowling či dárky na internetu si rozdávají bez jakýchkoli úlev: vozičkář **Josef Procházka**.*



Ahoj Pepo, co si dáš? Mohl bych ti nabídnout trochu vína, džus nebo raději čaj? Na radu jedné léčitelky jsem si koupil Roibos - chutná zajímavě a je prý děsně léčivý. Ted' mě napadlo: Jak vůbec vnímáš alternativní medicínu?

„Jestli mohu, tak nejraději mám červené víno, které je pro mne spolu s manželkou novou krví po šedesátce. Spím pak jako nemluvně. V mládí jsem měl po dobrém vínečku „myšlenky chlupaté“, ale nyní držím krok s novou dobou a myšlenky mám holátkové. Spíš se snažím, jako kmet v nejlepších letech, abych neztratil se svou ženou ten nejkrásnější kontakt, který znám. Mít manželku o 22 let mladší je mnohem víc, než milionová výhra ve Sportce. Mazlení a milování mám i ve svém věku raději než pití urologického čaje, který také nemá chybu, protože pomáhá a chrání. Nejvíce však chrání moje zdevastované ledviny paraplegika točený Prazdroj. A milování s manželkami nebo milenkami by mělo být jednoznačně zařazeno do alternativní medicíny. Nic to nestojí, nemusím dojíždět na rehabilitaci a výsledek je vidět ihned. Milovat a být milován je to nejhezčí a nejlepší co znám. A v mém stavu to platí dvojnásob.“

Asi znáš otázku, která napadne téměř z každého člověka v momentě, kdy se ocitne na dně: Proč zrovna já? Takže jaký je tvůj příběh o vozičku a proč zrovna ty?

„Ano, také mě napadlo proč zrovna já a proč na kole a ne v autě, které je mnohem rychlejší. Ale na dně jsem nikdy psychicky nebyl a ani psychologa jsem nepotřeboval. Začal jsem, hned jak už to trochu šlo, něco dělat. Musel jsem zaměstnat mysl, abych neměl čas připouštět si svůj stav. Začal jsem s něčím, na co jsem dřív neměl čas ani pomyšlení: psal jsem obyčejnou tužkou jen tak na papír básničky, a když pak byl počítač, hodil jsem to do Wordu a ještě vylepšil. Potom jsem psal veselé příběhy, které jsem zažil v životě i v nemocnici. A hodně mi pomohlo dobit baterky, když se mým dvěma synům narodily čtyři dcery, tedy moje vnučky.“



Třeba hlídání Lucinky jsem si usnadnil tím, že jsem ji vždy posadil na koleno, ukazoval jí v počítači zvířátka a pouštěl jí veselé a melodické písničky. Moc se jí to líbilo a mně také. Poznávala většinu zvířátek a v té své hatla - patla mluvě je jmenovala po svém, hafala u pejska a mňoukala s kočičkou a já automaticky s ní. Bylo to nádherné, a když v sobotu a v neděli Lucinka nepřišla, moc mi chyběla.“

Dnes je veřejnost vůči handicapovaným lidem čím dál vstřícnější, přesto jde stále o postoje na dvou různých vlnách. Máš osobní recept na jejich sblížení, na co nejsnadnější odbourávání případných diskriminací?

„Veřejnost je k nám vozíčkářům opravdu mnohem víc vstřícnější. Když jedu k lékařům sám a žena je v práci, vždy někdo pomůže překonat několik vysokých a nebezpečných nájezdů ze silnice na chodník a zpět, abych se nepřevrátil. I na úřadech si nemohu stěžovat na lidi.“

Myslíš, že současný svět podvodů, se na vozíčkářích podepisuje nebo spíš nepodepisuje s plnou dravostí?

„Nejde jenom o podvody, ale také o obyčejnou blbost. Například každý zdravý člověk má k používání několik párů bot. Když ale handicapovaný dostane nový vozík, tak ten starý se musí ekologicky zlikvidovat. To je ovšem složité. Když si koupíte nové boty, tak ty starší, které vám ještě taky slouží, přece nevyhodíte!“

S vozíkem je ovšem postup následující:

když se porouchá (nejenom mně) a je nepojízdný, záadu nejdřív nahlásím lékařce. Lékařka a servisní technik pak vozík musí vidět, a hlavně potvrdit záadu. Poté jde papír s požadavkem od lékařky k reviznímu lékaři. Jakmile ho revizní lékař potvrdí, teprve potom dostanu poukaz na jeho opravu a mohu zavolat opraváře! A ten nepřijede hned, čekám na něj týden někdy i déle...

Takže nemít od kamaráda půjčený jeho rezervní vozík, nevylezu z postele třeba i pár týdnů. Moje pracně nabytá fyzická tak bude pryč. Navíc všechny vozíky jsou mnohonásobně předražené. Ty elektrické stojí skoro více než nové auto, některé i přes 200 000 Kč! Mechanické vozíky kolem 50 000 Kč! I toto je mimo jiné opravdu velké téma pro nápravu v systému.“

Ale vraťme se teď k tobě samotnému. Jsi podruhé ženatý. Co podle tebe znamenají ženy v životě vozíčkáře?

„Moje žena je pro mne to nejdůležitější co v životě mám. Přál bych takový nádherný vztah všem vozíčkářům. Jezdíme spolu na výlety autem, autobusem, tramvají či jen na vozíku po okolí. Já se utahám a žena se pěkně projde. Dáme si cestou káfičko, někdy i zmrzlinu nebo pivínko a v klídku a pohodě někde posedíme. Bez ní si nedovedu svůj život vůbec představit. Doma pomáhám se vším, na co mi síly stačí a všechno, co s mojí ženuškou prožívám si užívám. O tom se mi nezdálo ani v neoptimističtějších snu. Žijeme naplno náš společný život a dokonce lépe než většina zdravých lidiček. Láska a sex je pro mne i v mém věku pořád něco nádherného, a když se zamilujete v šedesáti a rozumíte si s vaší krásnější polovičkou téměř ve všem, pak je život nádherný a nic není nemožné. I to novomanželské zařizování naší nové domácnosti, od lžiček až po ledničku a sedačku. Jako paraplegik s velkou radostí zjistíte, že váš intimní život může být velmi bohatý a uspokojivý. Láska, sex a humor se v našem manželství prostě prolínají.“

Na vojně mi politruk doporučoval k rozšíření obzorů Leninovy spisy. Já mám ale lepší zdroj - vlastní sbírku „Sebraných Špacírových vtipů.“ Vybírám je z emailů, které mi posílají kamarádi i manželka. Ne nadarmo se říká, že smích je kořením života.“

Píšeš také erotické povídky. Jak ses k nim dostal? Vidiš je v obrazech?

„K erotickým povídkám mne přivedly - po mém úrazu v roce 1999 - vzpomínky na to, co bylo a o čem jsem naivně předpokládal, že už nikdy nebude. Nenapadlo mě, jak se hluboce mýlím. Pesimistické myšlení mi změnila až moje druhá žena. Nyní vedu citově a fyzicky bohatý a krásný život. Nesmírně si vážím své ženy Renátky za to, že mě také miluje a stará se o mě s takovou láskou a trpělivostí.“

Uvažoval jsi o principech života, poslání člověka, případně o Bohu už před tím, než ses dostal na vozíček? A mění se tvoje názory s věkem?

„V Boha jsem nikdy nevěřil, ale když mi bylo po úraze hodně ouvej, vzpomněl jsem si na něho a vyčítal mu kde byl, když jsem potřeboval jeho pomoc. Napsal jsem mu i velmi smutnou básničku za vnuka Míšu. Ve čtyřech letech mu doktoři našli ten nejzoubovanější nádor na mozek. Žádal jsem Boha, aby si raději vzal mě a malého Míšu tu nechal. Já jsem si své užil a Míša měl celý život ještě před sebou. Když po roce, den po Vánocích, náš Míša zemřel ve věku pěti let, bylo ve mně tolik žalu, že jsem se musel vybrečet. A nestyděl jsem se za to. Největší bol je ten, když vám zemře někdo nejbližší z rodiny, vnouče či dítě. To se nedá popsat slovy a nikomu to nepřeji. Je to nejsilnější bolest, horší než byla ta moje po úraze...“

Kdyby ti zlatá rybka mohla splnit tři přání, která by to byla?

„Moc bych si přál, aby vědecké týmy na celém světě odhalily během několika let tajemství opětovného propojení míchy. Aby se postupně, hlavně mladým vozíčkářům, dařilo ovládat na sto procent stolici i moč a vrátil se jim třeba jen poloviční cit do všech končetin. Já se toho asi nedožiji, ale věřím, že v roce 2046, na výročí mojí nedožité stovky, už budou vozíčky k vidění jen v muzeu.“

Za druhé bych si přál, aby naši politici na všech úrovních hospodařili transparentně a poctivě s našimi daněmi a dluhy a deficity zaplatili snížením svých nehorázných platů a nezdaněných náhrad. Z nás obyčejných lidí tahají každoročně tisíce korun na zalepení děr ve státním rozpočtu a druhou stranou z toho stejného pytle utíkají desítky miliard na korupce. Jak je možné, že kilometr české dálnice je osmkrát dražší než té německé, když české platy jsou čtyřikrát nižší než ty na západě? To není nikomu divné?

A mým třetím přáním by bylo najít nakladatelství, které by vydalo naše erotické povídky. S manželkou jsme totiž napsali 250 erotických příběhů, jak z našeho života, tak i z vyprávění přátel. Většina těchto příběhů vyšla v celostátních časopisech. Když byly dobré pro celostátní časopisy, tak věřím, že by si je určitě přečetlo i mnoho lidiček, kteří ještě neobjevili to, co jiní. Přečetli by si je nejen ze zvědavosti, ale také pro poučení a hlavně jako rady do života. To by nám s manželkou udělalo velikou radost. Vzdali bychom se i honoráře, protože většina povídek nám byla již zaplacená. A nejsme politici, abychom chtěli a měli vše placeno třikrát.“

Jiří Muladi

Setkání s energií nabitým Pepou Procházkou samozřejmě nelze ukončit jinak, než vesele. Takže na závěr je tady jeden z jeho Špacírových vtipů:

„*Bolí mě ouško*“, stěžuje si dívka na lavičce v parku svému mládenci. Ten ji ouško políbí a ptá se jestli ještě bolí. „*Ani trochu, ale začal mě bolet krk!*“ Mladík ji opět políbí na krku a ptá se zda ji ještě něco bolí. „*Už ne*“, odpoví dívka. Vedle na lavičce sedí starší pán. Nakloní se k mladíkovi a ptá se: „*Hemeroidy také léčíte?*“



Jesličky svatého Františka v kostele sv. Václava v Ostravě 2010

Vánoční hra **Jesličky svatého Františka** se stala tradiční součástí ostravských Vánoc, v letošním roce ji mohou diváci zhlédnout již po šesté. V inscenaci účinkují děti i dospělí a je určena obecnstvu od pěti až do sta let.

Vánoční hra se zpěvy **Pavla Helebranda** je inspirována příběhy a událostmi ze života svatého Františka z Assisi. Tento světec (1182-1226), který se v moderní době stal patronem ekologů, se za svého života proslavil láskou, pokorou a životem v dobrovolné chudobě. Byl také básníkem a svá kázání často lidem přednášel ve formě udivujících divadelních výstupů, které doháněly k smíchu i k slzám. Aby lidem přiblížil noc Božího narození, postavil František v italském Grecciu první jesličky. Tak se stal zakladatelem oblíbené tradice, jež se udržuje až do našich dnů - postavit vlastní betlém v kostele, na náměstí nebo doma pod vánočním stromkem.



Originální libreto hry zahrnuje i původní dochované texty sv. Františka - např. „Chvalozpěv bratra Slunce“. Hra, v níž František a jeho bratři bojují proti nástrahám samotného ďábla, vychází z poetiky lidového divadla, nechýbí jí humor, napětí a překvapivá rozuzlení. Celý příběh prostupuje melodická, emotivní hudba v živém provedení sólistů, vícehlasého sboru a komorního orchestru.

Roli sv. Františka ztvárnil Petr Sýkora-člen činohry NDM, roli sv. Kláry zpívá Veronika Holbová a Simona Mrázová, zlého sedláka Pepína hraje Roman Vlčovič a Vojtěch Kupka (sólista opery NDM), roli čerta pokušitele hraje Juraj Čiernik. Družinu Františkových bratří vede Jiří Halama (sólista opery NDM). V rolích Františkových bratří, sester sv. Kláry, andělů a zvířátek účinkují členové Operního studia NDM vedeného Lenkou Živockou a ostravští amatérští herci a zpěváci. Orchester složený ze členů operního orchestru NDM řídí Jurij Galatenko. Hudební nastudování Lenka Živocká, výprava Tomáš Volkmer, dramaturgie Tereza Pogodová, režie Pavel Helebrand. Představení je bez přestávky a trvá asi 60 minut.

Cena vstupenky: Dospělí 160 Kč / děti, studenti a důchodci 80 Kč. Chcete-li i vy pomoci svatému Františkovi se stavbou prvního betléma, přineste si prosím svíčku!

Datum představení: 22. 12. - 18:00; 26. 12. - 14:00

více na : www.vazna-hudba.cz / www.pasdetheatre.cz

Program Festivalu Souznění:

Čtvrtek 16. 12. Václavovice; kostel sv. Václava

19.00 - koncert duchovní hudby

Účinkují: Církevní konzervatoř Opava - MgA. Peter Ripka

Pátek 17. 12. Ostrava-Zábřeh; kostel sv. Ducha

19:00 - koncert duchovní hudby

Účinkují: Eva Dřízgová-Jirušová; Veronika Holbová soprán;

Anna Číhalová-Nitrová mezzosoprán; Marian Lukáč baryton;

Petr Martinek tenor; Paolo Gatto - dirigent;

Canticum Ostrava - Jurij Galatenko, sbormistr;

Camerata Janáček - Pavel Doležal, umělecký vedoucí

Sobota 18. 12. Beskydy - Kozlovice www.kozlovice.cz

8:00 - Vánoční jarmark s lidovými řemesly

9:00 - Obchůzky s koledou a volná vystoupení - dvě scény (sál obecního úřadu, venkovní prostranství u obecního úřadu)



Účinkují: Dechová hudba Kozlovice, Sbor ZŠ Kozlovice, Klávesová škola Lenky Lepíkové, Slavík Moravia a další

15:00 hod. Koncert duchovní hudby v kostele **sv. Michaela a sv. Barbory**. Účinkují: Dechová hudba Kozlovice, SPV Kozlovice, Sbor ZŠ Kozlovice, Klávesová škola Lenky Lepíkové, Slavík Moravia, DSPT Valášek z Kozlovic a další

18:30 hod. **Adventně - vánoční pořad**. Úvodní slovo: starosta Kozlovic Miroslav Tofel. Slovem provázejí: Veronika Kubalová a Jakub Kahánek.

Neděle 19. 12. Ostrava
10.30 - **slavnostní Mše svatá; kostel Ostrava-Mar. Hory**
16.30 - Setkání s lidovými tvůrci a řemesly - **Dům kultury města Ostravy**

18.00 hod. **Galakonzert Souznění** v divadelním sále DK MO.

Muzeum vodních mlýnů v Ostravě

Na konci roku byla ostravském **MUZEU MLEJN** otevřena nová expozice ručních šrotovníků a mlýnků na obilí. K dnešnímu datu muzeum disponuje cca 70 ks exemplářů. K vidění jsou ruční strojky pro zpracování úrody. Mezi exponáty jsou zastoupeny exempláře vyrobené firmou Enterprise z Philadelphie, která na základě patentu vyráběla mlýnky již po roce 1800. Od této firmy byla zakoupena licence na výrobu ručních mlýnků panem Porkertem, jehož firma po dobu 126 let ve Skuhrově nad Bělou byla jedním z největších výrobců strojů v Evropě. Dále jsou k vidění strojky tuzemské, z Rakouska- Uherska, Německa, Francie, Švédska, Anglie i z Ameriky.

Jsou zde zastoupeny firmy Enterprise, Porkert, Husqarna, Spong, Alexanderwer, Leinbrock, Peugeot a další. Najdete tu strojky historické, nejstarší exponáty jsou z roku 1874, ale i současné, nejnovější z 21. století.



Mimo železných mlýnků jsou zde i kamenné žarna, na kterých se mlelo na malých hospodářstvích ještě nedávno. V muzeu se nachází rovněž „Kvarto“ - šrotovací stolice, na které si návštěvníci mohou vyzkoušet jak se mlelo na "ruční pohon".

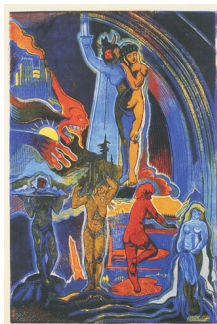


Alfred Kubin a Josef Váchal: Šumava

Galerie výtvarného umění v Ostravě (GVUO) představuje grafiky a kresby obou mistrů spjaté se šumavskou krajinou. Výstava trvá **do 9. ledna 2011**.

"Kubin i Váchal byli obdařeni velkým talentem, výjimečnou obrazotvorností a ryzím zaujetím pro obsah i formu díla. Vytvořili mimořádná a rozsáhlá, mnohoznačná, tajemná a těžko proniknutelná díla," sdělila Hana Klínková, autorka výstavy.

Výstava představuje asi 70 děl, z nichž nejznámější jsou cyklus 35 Kubinových litografií a textů Fantazie na Šumavě (1935-51) a Váchalovy dřevoryty z knihy Šumava umírající a romantická (1931). Při této příležitosti je vystaven reprint knihy Josefa Váchala, kterou v roce 2008 vydal Ladislav Horáček v nakladatelství Paseka.



"Lidé mají možnost si ve zmenšeném reprintu této neobvyklé knihy listovat a obdivovat texty a typografii vytvořenou Váchalem. Reprint knihy si navíc budou moci na výstavě i koupit," doplnil Jan Kudrna, kurátor GVUO.

Přestože Kubinova i Váchalova literární činnost neodmyslitelně patří k jejich tvorbě, výstava se především soustřeďuje na jejich práci výtvarné. Expozici doplňují i vzdělávací programy pro veřejnost, komentovaná prohlídka výstavou a čtení z knih obou umělců.

Jana Šrubařová

Velkolepá výstava o době Jana Lucemburského



V Ostravském muzeu bude **15. 12. 2010** slavnostně zahájena zajímavá výstava „Král, který létal. Moravsko-slezské pomezí v kontextu středoevropského prostoru doby Jana Lucemburského“.

Výstava je oficiální součástí oslav 700. výročí od nástupu Lucemburské dynastie na český trůn.

Hlavní kurátor výstavy a zároveň autor koncepce David Majer připravil s týmem odborníků velkolepý projekt realizovaný ve čtyřech segmentech.

Úvodní segment nazvaný „První rytíři Evropy“ představí dobu Jana Lucemburského v souladu s jeho pověstí statečného rytíře a častého účastníka turnajů, který neustále cestoval po Evropě. Unikátní expozice bude proto tvořena zbraněmi a zbrojí první poloviny 14. století. Součástí této části bude i nové, do nejmenších heraldicko-vexilologických a vojensko-strategických detailů zpracované dioráma jedné ze sekvencí bitvy u Kresčaku.

Druhá, historicko-archeologická část výstavy - „Ostrava středověká“ - bude věnována speciálně oblasti moravsko-slezského pomezí a středověkým dějinám obou Ostrav. To vše bude zařazeno do kontextu dějin Moravy a Slezska v daném období. Budou vystaveny např. archeologické vykopávky, originální listiny a pečeti, ražby Jana Lucemburského anebo

ukázky architektury a architektonické skulptury.

Třetí část nazvaná „Král cizinec“ bude zpracována jako syntéza moravského a slezského umění 1. poloviny 14. století s výjimečnými časovými a teritoriálními přesahy. Velice zajímavý by měl být pokus o rekonstrukci uměleckého prostředí na dvoře královny vdovy Elišky Rejčky v Brně. Prezentovány budou předměty, které spolu úzce souvisí, i když od konce 14. věku jejich vzájemné vztahy pomalu mizí (díla Mistra Michelské madony, rukopisy Elišky Rejčky, architektonické fragmenty z královské kaple na Starém Brně a transfery tamních fresek). Poprvé bude vystaveno několik luxusních kodexů olomoucké Kapitulní knihovny, které budou doplněny nádherným Gelnhausenovým kódexem a Zbraslavskou kronikou z Jihlavy.

Poslední segment „Král diplomat“ představí velice atraktivní díla zlatnictví a uměleckého řemesla. Provenience vystavených předmětů bude velmi pestrá s poukazem na královské diplomatické schopnosti, pro něž byl ve své době velice ceněn. Mezi nejzajímavější exponáty patří část pokladu ze slezské Středy, kolekce pohřebních královských insignií Přemysla Otakara II. a pohřební koruna krále Rudolfa I. zvaného Kaše a několik předmětů z pokladu dómské pokladnice v Cáchách (relikviář sv. Simeona, zlacená agrafa se Zvěstováním P. Marie). Poprvé bude v ucelené kolekci představena moravská a slezská sepulkrální skulptura.

Marek Zágora

Výstava bude k vidění do **31. 3. 2011**.

Výstavní síň Sokolská 26

Moravská Ostrava

Jiří Štourač

(do 7. ledna 2011)

Štouračovu pozici v českém umění přesně udala již před několika lety Hana Larvová v katalogu jeho samostatné výstavy na Staroměstské radnici v Praze. Podle ní „jeho nepočtené výtvarné dílo vzniká pomalu a soustředěně, zcela mimo rámec generační aktivity, stranou české výtvarné scény“ a naopak se „volně váže k introspektivní tradici českého výtvarného umění“. Od té doby uplynulo již více let, a přesto k jeho rozměrným uhlovým kresbám, jimž byl tehdejší komentář určen, přibýly i obrazy a také významné práce na poli ilustrace, základní směřování zůstalo zachováno. Tomuto solitérnímu postavení odpovídá i skutečnost, že jeho obrazy a kresby nepotkáváme ve výstavních síních příliš často.



Štouračovo dílo lze rozdělit do několika období. Jeho vývoj má zřetelnou logiku a každé následující období v sobě zahrnuje poučení z těch starších. Základem jeho tvorby jsou osobní zkušenosti víry po stránce světonázorové a přesvědčení o nosnosti symbolistní tradice v českém umění, po stránce umělecké. Věrný svému osobnímu založení se Jiří Štourač již dávno rozhodl rezignovat na aktualitu a zabývat se pouze tím, co je pro něj podstatné. Proti současnosti s její útočnou vizualitou staví krajiny či místa, uchovávací si svou archaickou krásu, proti současnému umění, které považuje slovy Zdeňka Palce za „vydané nepodstatným významům“, velké mistry minulosti. Proti nejistotě a zmatečnosti dnešní doby pevné zakotvení, vyhraněnost a důslednost svých názorů.

Marcel Fišer

Výstavní síň je otevřena:

Pondělí - pátek: 8.00 - 18.00

Sobota: 10.00 - 14.00

Neděle: 13.00 - 17.00

ABRI-Softpratelné pod

Abri-Soft prateľné podložky – novinka dopĺňujúci radu podložek Abri-Soft, určených k dodatečné ochrane postelí a sedacích nábytku u klientů s inkontinencí.

Na našem trhu budou nabízeny ve dvou provedeních (rozměr 75 x 85 cm) – z nichž jedno je opatřeno záložkami.

Prateľné podložky Abri-Soft přinášejí klientům vysoký komfort díky technologii výroby, kdy 4 vrstvy jsou spojeny v celém rozsahu povrchu tak, že tvoří kompaktní celek a nedochází tak, ve srovnání s jinými podložkami pouze sešitými na hranách, k jejich zmačkání pod klientem - tím je zamezeno otlakům apod.



Vlastnosti a výhody

- **Vysoká sací schopnost** – díky kompaktní vnitřní savé vrstvě, tvořené netkaným materiálem, který je složen z 65 % z polyesteru a z 35 % z umělého hedvábí.
- **Rychlá absorpce** – daná vlastnostmi povrchové vrstvy utkané ze 100 % polyesteru, který je nesmáčivý a umožňuje zvýšenou rychlost průniku tekutiny do savého jádra.
- **Suchá svrchní vrstva** – dosažená kombinací výše uvedené nesmáčivé polyesterové svrchní vrstvy a kompaktního savého jádra.
- **Nepropustná bariéra** – kombinace polyuretanu a polyesteru (světle modrá vrstva) zaručuje, že postel či sedací nábytek zůstanou suché.
- **Jednoduše použitelné záložky** – zasunou se pod matraci a drží podložku pevně na místě.
- **Zaoblené rohy** – snižují opotřebení podložky, obzvláště při praní a sušení a prodlužují tak její životnost.

Praní podložky

Podložku je možno prát až 300 x, při teplotě do 95°C. Díky unikátnímu spojení všech vrstev v celé ploše podložky neriskujete její sražení po vyprání.

obj. č.	název	rozměr	savost	ks/bal.
4172	Abri-Soft prateľná podložka	75 x 85 cm	2000 ml	30
4173	Abri-Soft prateľná podložka se záložkami	75 x 85 cm	2000 ml	30



Pomáhá a chrání

Koupit možno na: www.abenashop.cz





Vztahy mezi generacemi - téma k zamyšlení



Mezigenerační vztahy jsou v současnosti vnímány jako nepřítis harmonické. Od sociologů a psychologů slyšíme o vzájemném nepochopení a zejména o neschopnosti vcítit se do potřeb a problémů druhých. O tom, jaké vztahy panují mezi prarodiči, rodiči a vnoučaty v jednotlivých rodinách, rozhoduje celková atmosféra i historie těchto rodin.

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 rozbor a pochopení. Jejich pozitivní vývoj ovlivňuje výchovu a formování osobních vlastností a znalostí nejmladší generace.

I to je důvod, proč jsou tyto otázky předmětem projektů EU - například projektu „Partnerství“ realizovaného v rámci programu Grundtvig. Na projektu se aktivně podílí i občanské sdružení Společnost senior a k účasti a zapojení zve všechny zájemce. Svůj příběh či názor na mezigenerační vztahy můžete přidat i vy. Do jednoho příběhu se teď s námi přeneste...

Zastav se na chvíli a čti!

Když jsem včera vystupoval z vlaku, přede mnou šla pomalým tempem stará žena. Pospíchal jsem a nevěděl, jak ji předběhnout. Nepříčetně mě vytáčela! Vtom jsem se zarazil a říkám si, kam vlastně pospíchám? Ozvaly se ve mně výčitky svědomí, že jsem se v duchu zlobil na ženu, která měla dost času a navíc za svoji pomalost nemohla. Celý život pracovala a možná si i hodně vytrpěla. A možná i všechno trpělivě nesla. A já jsem takový netrpělivý a malicherný. A to všechno jen proto, abych byl o deset minut dřív doma. Ty minuty i tak promrhám na internetu nebo u televize. Alibisticky to shodím na dobu, ve které žijeme. Všichni jsme hrozně uspěchaní. A večer zjistíme, že jsme toho zase moc nestihli. Frustrovaní zalehneme a usneme spánkem spravedlivých. Přes SMS si vyznáváme lásku, komunikujeme přes chat a do očí si nemáme co říct. Trápí nás účty, kariéra.

Ve schránkách se nám hromadí emaily, protože nemáme čas odepsat. Na polici se nám hromadí knihy, neboť nemáme čas číst, nevíme, jak voní příroda, protože nemáme čas k ní přivonět! Jak dlouho to tak ale vydržíme? Čím víc toho chceme stihnout, tím méně toho stihneme.

Věnujeme velmi mnoho času věcem, které si to nezaslouží. Neumíme se zastavit a uvědomit si hodnotu věcí. Nafotíme spoustu fotografií, ale už si je ani neprohledáme. Vypálíme je na CD a tím to končí. Počítače máme plné hudby, na kterou nemáme čas, máme množství televizních kanálů, které ani nestačíme všechny sledovat. Místo zábavy přichází stres! Stále kontrolujeme mobil, jestli nám náhodou někdo nevolal, přestáváme si vážit krásných věcí, kvůli kterým se vyplácí žít.

Můj děda má 87 roků. V životě nebyl v zahraničí, nemá mobil, poslouchá jednu stanici na svém starém rádiu. A přitom si myslí, jaký krásný život prožil. S úsměvem vzpomíná, těší se z pěkného dne, z vůně

dřeva, ze svých vnoučat. Žil těžký život, ale váží si ho!

To všechno my dnes neznáme. A tak máme infarkty, rakovinu, deprese. A možná by stačilo jen zpomalit! Tvzení, že se to nedá, neobstojí. Zamysleme se, kolik času věnujeme nepodstatným věcem. Zkusme vypnout mobily a počítače a porozprávět si.

Snad jsem si uvědomil svůj rychlý život včas, abych jeho běh zpomalil. Kamarád má chalupu v malé osadě obklopené horami, kde není žádný signál, žádná televize, obchod otevřený jen v úterý a ve Čtvrtek. K posezení slouží jen jedna hospoda s lokálem pět krát pět metrů. Lidé tam k sobě mají blízko, nikam nespěchají, za ničím se neženou. Asi tam zaběhnu, abych zpomalil a nezlobil se na staré lidi, kteří si váží zbytku života a zbytečně nespěchají za smrtí, tak jako mnozí z nás!

Pěkný den a zpomalte...žijete jen jednou...a velmi krátce!

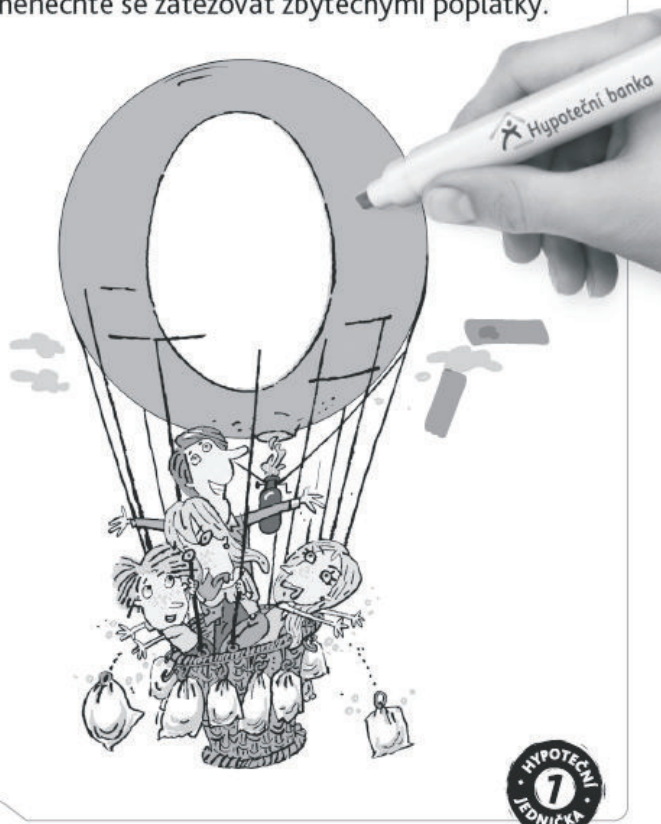
Zprostředkovala Eva Machová

Příběhy zasílejte na adresu:

Společnost senior;
Na Jízdárně 18,
702 00 Moravská Ostrava
Případně na info@seniortip.cz

Neplaťte, když nemusíte!

Pořídte si jedinečnou hypotéku od specialistů a nenechte se zatěžovat zbytečnými poplatky.



Hypoteční banka
ZKRAŤTE SI CESTU DOMŮ

Kontaktujte nás
t.: 599 508 813, 599 508 815
e-mail: info.os@hypotecnibanka.cz
www.hypotecnibanka.cz





RADÍME VÁM

Zateplujeme - revitalizujeme



Ing. Miroslav Balnar

Stále více starších staveb dnes prochází ozdravnou kúrou, která spočívá v jejich zateplení a celkové revitalizaci. S problémy s vysokým procentem tepelných ztrát se dnes nepotýkají jen majitelé panelových domů, ale i obyvatelé starších rodinných domů.

Revitalizované stavby v novém kabátě hýří barvami. Jen málo investorů dnes napadne taková nerozvážnost, že by si tuto rekonstrukci objektu prováděli vlastními silami. Většinou jsou tyto vysoce odborné práce svěřovány specializovaným firmám, které jsou pro toto řádně proškoleny a nesou **záruky za provedenou práci**.

Pro správné rozhodnutí majitelů bytových domů o realizaci komplexní revitalizace domů rozhodně přispívají i dotační programy, které podporují rekonstrukce. Dotační program Zelená úsporám byl koncem října pozastaven.



Nestihli jste si požádat o dotace na zateplení nebo obnovitelné zdroje? Můžete počkat do 1. února 2011, kdy by se měly dotace znovu rozjet.

Odborná firma, která provádí zateplování staveb vám poskytne informace ke správnému rozhodnutí o zajištění výše a typu státní dotace včetně zajištění všech nutných podkladů pro podání žádosti o dotaci jako např. projektová dokumentace, energetický audit, průkaz energetické náročnosti budovy, odborný posudek aj.

V případě, že se rozhodnete zateplovat musíte si předem zodpovědět několik otázek. Např. jakým materiálem budete zateplovat, v jakém stavu je střecha, balkony a okna. V neposlední řadě v návaznosti na zvolenou tepelnou izolaci (nejčastěji polystyren nebo minerální vlna) se musíte rozhodnout pro správný typ povrchové úpravy. Většinou to bývá některá z mnoha druhů pastovitých strukturálních omítek (silikátová, silikonová). Každá z těchto omítek však má jiné fyzikální a technické vlastnosti, které je nutno vzít v úvahu s ohledem na roční dobu ve které provádíme zateplení. Dalším důležitým momentem je návrh tloušťky izolantu tak, aby vyhovoval tepelným normám a zajistil nám, že zateplený objekt odstraní a vyloučí případné plísně. Tloušťku tepelné izolace doporučujeme zjistit výpočtem tepelných ztrát stávajícího obvodového pláště. K tomu nám nejlépe poslouží energetický audit a nově také průkaz energetické náročnosti budovy.

Jak vyplývá z výše uvedených skutečností, které musíte vždy řešit před vlastním zahájením stavby, jedná se o odborné záležitosti, které je dobré řešit ve spolupráci s odborníky. Taková konzultace se rozhodně vyplatí, neboť zateplením se sníží náklady na vytápění, prodlužuje celková životnost stavby, mohou se volit nová barevná řešení a zejména pak u panelových domů se odstraní tepelné mosty a získá zcela nový atraktivní vzhled budovy.

Při rozhodování o použitém zateplovacím systému je důležité dbát na to, aby systém byl jako celek certifikován. Toto je podstatné z hlediska poskytovaných záruk na systém a rovněž z hlediska technologického. Firmy, které vám mají práce provádět musí mít pracovníky na použitý systém řádně proškoleny a vlastnit certifikát ISO 9001.

Zateplení domu je nutno řešit vždy komplexně. Rozhodně je nesystémové řešení např. letos vyměnit okna a další rok zateplit plášť budovy. Ve vašem rozhodování, kdy začít se zateplením určitě bude hrát důležitou roli okolnost, že ceny energií každoročně stoupají. Proto rychlým a správným rozhodnutím můžete ušetřit mnoho finančních prostředků.

Ing. Miroslav Balnar

Váš partner na cestách do cíle úspor.

STOP ZTRÁTÁM FINANČÍ

PŘÍPRAVA-ROZPOČTY-PORADENSTVÍ

ZELENÁ ÚSPORÁM, DOTACE PANEL

- Provedení zateplení rodinných domů, cihlových bytových i nebytových domů a panelových domů
- Provedení projektů, energetických auditů, PENB-energetických štítků, rozpočtů
- Provedení všech prací spojených s vyřízením úvěrů a získání dotací
- Provedení všech činností pro vyřízení stavebních povolení a záborů

sídlo firmy Ostravsko
RENOMIX plus CZ s.r.o.
 Vratimovská 624/11
 718 00 Ostrava-Kunčičky
 tel./fax: 595 226 390
 ostrava@renomixplus.cz

dále nabízíme:

- zateplovací systémy
- malby a nátěry
- podlahy
- dlažby a obklady

MÍCHACÍ CENTRUM

www.renomixplus.cz

ISO 9001



Rádi vám při rozhodování poradíme:

Ve dnech **16. - 19. února 2011** se koná na Výstavišti Černá louka v Ostravě výstava „**Stavba Ostrava 2011.**“

Při předložení tohoto kuponu vám na požádání zpracujeme bezplatně cenovou nabídku na zateplení vašeho panelového nebo rodinného domu a zdarma poskytneme kompletní poradenský servis včetně zajištění všech podmínek k získání dotací.



Výtvarník Kristian Kodet osobně zahajoval vernisáž v galerii Chagall

Pochází z rodiny českého sochaře Jana Kodeta, je vnukem sochaře Emanuela Kodeta a bratrem herce Jiřího Kodeta. Vlastní uměleckou dráhu začal v letech 1963 - 1964, kdy působil v Městských divadlech pražských. Poté odešel studovat na uměleckou akademii des Beaux Arts do Bruselu, kde také začal poprvé vystavovat svá díla: **výtvarník Kristian Kodet**.

Vzpomínky na jeho dvě emigrace (první do Švýcarska po roce 1968, druhá do USA v roce 1970) dostaly prostor při besedě s návštěvníky galerie Chagall v ostravském Avion Shopping Parku - Kristian Kodet zde zahájil v říjnu výstavu svých obrazů.



Součástí výstavy byla i dražba, kterou vedl PhDr. Petr Pavliňák



Výstava děl Kristiana Kodeta vzbudila opravdový zájem

„Když jsem po letech emigrace v roce 1990 zazvonil u bratra, Jiří byl právě na zahradě. Rozhodl rukama a zakřičel: No prosím, to je dost, že jdeš. Já musel udělat revoluci, aby ses vrátil...“ říká pan Kodet.

Majitelem Výtvarného centra Chagall v Ostravě je od roku 1990 PhDr. Petr Pavliňák, který říká: „S Kristianem Kodetem jsme dobří přátelé už patnáct let a vypili jsme spolu nejednu lahvinku vína.“ Tento neformální vztah se také promítl do atmosféry vernisáže i samotné besedy. „Domov je jen jeden,“ uvedl světoznámý výtvarník, když se lidé kolem něho shromáždili „a nejdříve jsem si myslel, že v Americe nebudu ani umět žít. Ale pak jsme to vyřešili tak, že jsme žili půl týdne na Manhattanu a půl týdne v přírodě, kde se nezamykají domy.“

A jak Kristian Kodet tráví vánoce?

„V Americe se mi stýskalo po zdejších vánocích, zatímco tady se mi stýská po těch amerických. Oslavy svátků jsou pak všude velmi podobné, až na to, že tam se dávají dárky ráno o den později, což bychom nevydrželi. Takže dárky si vždy dáváme klasicky - na Štědrý večer - poté, co se přestaneme dusit kostmi z kapra.“

Nad otázkou, bez čeho by se neobešel a co by mu naopak mohlo být ukradeno, se Kristián Kodet ani dlouho nerozmýšlel. „Pocit, že jsem platný jako člověk i jako malíř, bez toho bych se neobešel. A ukradeno mi může být to, co si nezasevčený člověk o mně myslí.“

Díla Kristiana Kodeta najdete ve sbírkách a galeriích měst jako je Brusel, Paříž, Ženeva, Vídeň, Curych, New York, Toronto, Ottawa, Vancouver, Winnipeg, Los Angeles i dalších. A mimo jiné vytvořil i pomník pro Waldemara Matušku, se kterým se přátelil od šestnácti let.

(di)

LÉČIVÉ KONOPÍ

KONOPNÁ KOSMETIKA KONOPNÝ OLEJ KONOPNÉ MASTI

Akce pro čtenáře časopisu Senior Tip
DOPRAVA ZDARMA! pokud při nákupu velkého balení (100ml, 80ml, 30ml) v internetovém obchodě www.konopnamast.cz zadáte do poznámky heslo „Konopná mast pro tělo slast“

ORIGINÁLNÍ RECEPTURA S KŘÍŽEM

Originální recepturu s křížem žádejte také ve Vašich lékárnách

DÁRKOVÉ BALENÍ 3 + 1 + DÁREK GRATIS 280,- Kč

DÁRKOVÉ BALENÍ 2 + 3 GRATIS 560,- Kč

AKCE DOPRAVA ZDARMA PLATÍ DO 31.1.2011

www.KONOPNAMAST.cz



TVOŘILKY z kroužku „TVOŘIVÉ RUCE“

Charitního střediska Gabriel - komunitního centra pro seniory

Každý čtvrtek od desíti scházíme se pospolu, abychom se usadili vedle sebe u stolu.

Vyložíme své pomůcky, povíme si novinky pak se dáme do tvoření pod vedením Dášeny.

Zkušeností máme dosti, vždyť už nejsme nejmladší, máme jenom velkou lásku k té tvořivé činnosti.

Materiál hromadí se za pomoci každého, kdo si doma úklid dělá, najde něco vhodného.

Textil, papír, knoflík, vlna, vyšívací bavlnky, vše se hodí v naší dílně pro šikovné tvořilky.

Vyrábíme drobné věci pro radost i k užitku, také se zde naučíme zbrusu novou techniku.

I nás totiž ovlivnila tahle dnešní módní vlna, pustíme si internet, nové trendy máme hned.

Ten náš kroužek máme rády, Dáša nám tak trochu radí, Iva nosí krásné vzorky, moc se snaží obě Věrky, přijde-li též Vlastička, hned jsou dobrá kafička.

Všechny holky v této dílně jsou snaživé, ochotné, protože tak rády máme dělat něco pro jiné.

Těší nás to, že svým dílkem pohladíme po duši, k tomu ještě radost, úsměv, neboť smutek nesluší.

Dost už chvály, víme přece, že všem se vše nelíbí, na to máme každý nárok, jen vždy zůstat diskrétní.

Nás však nikdo neodradí, hrajeme si velmi rádi, komu se to nelíbí, ať nechodí do dílny.

Naše dílna v Gabrielu sdružuje nás ve svém centru, poskytuje možnosti, kam můžeme i ty, i ty.

Ve věku, kdy nejsi mlád, máš-li víc než padesát, není dobré nic nedělat, ruce, mozek zanedbávat, proto tady chodíme, jedna druhé vděčíme za přátelství, za radu, vždy za dobrou náladu!

Dagmar Cheicová

a tvořivý kolektiv „Tvořivé ruce“ ↓



Roska Ostrava - nabízí pomoc lidem s roztroušenou sklerózou

Nestátní nezisková organizace Roska Ostrava, regionální organizace Unie Roska v ČR organizuje v Galerii Mlejn v Ostravě svou pravidelnou výstavu svých přátel a klientů.

Veškerá činnost Rosky je věnována lidem s roztroušenou sklerózou mozkomíšní. Roska pořádá takové aktivity, které přispívají ke zkvalitnění života lidí s touto nemocí. Jednou z akcí je právě výstava prací v Galerii Mlejn, která byla zahájena vernisáží 23. listopadu 2010.

Výstava jako už v předcházejících letech se koná v předvánočním období a bude trvat do konce roku.

Muzeum a Galerie Mlejn je otevřeno pondělí až pátek od 10.00 do 17.00 hodin.

Mezi další aktivity Rosky patří např.:

Přednášková činnost a semináře - cílem je přinést informace v oblasti léčby a rehabilitace roztroušené sklerózy, ale také soc. služeb a dávek.

Rekondiční pobyty, sportovní akce - účastníci zde dodržují pravidelný denní režim, jehož cílem je rehabilitace.

I když pohyblivost "roskařů" je omezena, není nutno je vyčleňovat ze sportovního vyžití.

Kulturní akce -

setkání členů Rosky Ostrava nejsou pouze sportovní. Velký ohlas mají různé besídky a setkávání s rodinnými příslušníky a v neposlední řadě také při Vernisáží výstav výtvarných prací členů Rosky Ostrava.

Víte co je arteterapie ?

Pokud nevíte, platí naše pozvánka do Klubu seniorů - Společnosti senior v Moravské Ostravě. Klub sídlí v ulici Na Jízdárně 18. Mimo jiné nabízí např. takové akce, jako arteterapie, která využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů.



Pod vedením paní Olgy Bubeníkové senioři malovali např. kytky a ke konci roku budou vytvářet vlastnoručně malované přáníčka.



Tyto, ale mnoho dalších zajímavých aktivit nabízí pro seniory Společnost senior.

Mimo jiné jsou to zájmové kroužky s rukodělným zaměřením, jazykové kroužky - němčina a angličtina, hraní bridže a další společenské a kulturní akce, turistické vycházky.

Nezůstávejte doma, vyhlaste "stop" nudě a samotě! Vždyť nejlepším receptem proti stárnutí je aktivita.

Jana Stöhrová

S lítostí oznamujeme, že dne 28. října 2010 nás zasáhla smutná zpráva, že zemřela dlouholetá předsedkyně **Společnosti senior** paní

MUDr. Blanka Malá

Všichni s úctou vzpomínáme.
Redakce





Všechny důchody se od 1. ledna 2011 zvýší

Od lednové splátky roku 2011 se zvýší všechny důchody z českého důchodového systému. Tedy řádné i předčasné důchody starobní, důchody pro invaliditu prvního až třetího stupně, vdovské, vdovecké a sirotčí důchody. V září o tom rozhodla vláda svým nařízením č. 281/2010 Sb.

Základní výměra důchodu, která je společná pro všechny druhy důchodů, se zvýší z 2 170 Kč na 2 230 Kč měsíčně (o 60 Kč). Procentní výměra důchodu, která je individuální a zjednodušeně řečeno závisí na výši příjmů a dobách důchodového pojištění, vzroste o 3,9 %. Navýšení procentní výměry se týká všech důchodů přiznaných před 1. lednem 2011.

Příklad valorizace starobního důchodu:

Pobírá-li v roce 2010 důchodce starobní důchod například 11 216 Kč, tvoří ho základní výměra 2 170 Kč a procentní výměra 9 046 korun. Od lednové splátky důchodu v roce 2011 se základní výměra zvýší o 60 Kč na 2 230 Kč, procentní výměra se zvýší o 3,9 %, tj. o 353 Kč (částka zvýšení se vždy zaokrouhluje na celé koruny směrem nahoru). Celkem tedy důchod vzroste o 413 Kč. Po valorizaci tak bude náležet starobní důchod ve výši 11 629 Kč měsíčně.

O zvýšení důchodu není třeba žádat. Úpravu provede Česká správa sociálního zabezpečení (ČSSZ) automaticky a všichni poživatelé důchodů obdrží oznámení o zvýšení důchodových dávek. Osoby, kterým důchod vyplácí v hotovosti Česká pošta, s. p., dostanou oznámení současně s výplatou zvýšených důchodů za leden 2011. Pokud je zasilán důchod na účet klienta v bance, dostane oznámení poštou jako běžnou listovní zásilku na adresu, kterou má ČSSZ v evidenci; zvýšený důchod bude připsán na účet v lednu 2011.

Nařízením č. 282/2010 Sb. vláda rozhodla, že se od ledna 2011 zvýší o 3,9 % také dva druhy příplatků k důchodu. Jedná se o příplatek k důchodu podle nařízení vlády č. 622/2004 Sb., o poskytování příplatku k důchodu ke zmírnění některých křivd způsobených komunistickým režimem v oblasti sociální, ve znění pozdějších předpisů, a dále podle zákona č. 357/2005 Sb., o ocenění účastníků národního boje za vznik a osvobození Československa a některých pozůstalých po nich, ve znění pozdějších předpisů.

Naopak zvýšen nebude zvláštní příspěvek k důchodu podle zákona č. 357/2005 Sb., ve znění pozdějších předpisů - tato dávka byla valorizována od ledna 2010.

Valorizace důchodů se týká také tzv. dílčích důchodů, které byly přiznány podle koordinačních nařízení Evropské unie nebo podle příslušné mezinárodní smlouvy o sociálním zabezpečení. V tomto případě se základní výměra dílčího důchodu zvýší rovněž, pouze však o poměrnou část z 60 Kč (odpovídající poměru české doby vůči celkové době). Procentní výměra, která rovněž odpovídá příslušnému poměru, se zvýší o 3,9 % své hodnoty.

Jana Buraňová, ČSSZ

Státy, do nichž ČSSZ k 30. 6. 2010 vyplácela nejvíc důchodů

Stát	Počet důchodů
Slovensko	16 304
Polsko	12 269
Spolková republika Německo	10 687
Švýcarsko	2 735
Kanada	2 701
Rakousko	1 964
Bulharsko	1 740
Řecko	1 739
USA	1 620
Švédsko	957

30 astronomických let Hvězdárny a planetária Johanna Palisy v Ostravě



Hvězdárna a planetárium Johanna Palisy, která je součástí Hornicko-geologické fakulty VŠB-TU v Ostravě, oslavila v polovině října 2010 již 30 let své činnosti. Jak jsme se však sami přesvědčili, zaměstnanci této instituce nepropadli nostalgickému vzpomínání, ale připravují celou řadu velkých projektů, které by mohly planetárium i hvězdárnu výrazně

modernizovat.

Na otázku, jak to všechno začalo nám současný vedoucí planetária, Tomáš Gráf odpověděl: „*Nejsem přímým pamětníkem, v té době jsem navštěvoval teprve gymnázium, ale asi se příliš nebudu mýlit, pokud řeknu, že to především mladým lidem bude připadat jako „pravěk“. Historie našeho planetária se začala psát v jiných poměrech a dokonce v docela jiném státě než žijeme dnes. Asi týden poté, co byl na opačném konci světa zastřelen John Lennon, byla ve středu 15. října 1980 slavnostně otevřena instituce pojmenovaná jako Báňská měřická základna, jejíž součástí bylo kromě oddělení seismologie a důlního měřictví také oddělení hvězdárny a planetária. Po celou dobu své existence byla organickou součástí VŠB-TU Ostrava a od roku 2000 nese jméno opavského rodáka, astronoma Johanna Palisy.*“

Za mnohem důležitější, než by byly pompézní oslavy třicetileté existence, považuje Tomáš Gráf řadu menších akcí, kterými chtějí toto výročí připomenout. „*Více než minulost, se snažíme řešit přítomnost a především budoucnost našeho planetária*“, pokračuje ve svém povídání, „*právě letos na jaře jsme jako první planetárium v republice nabídli veřejnosti audiovizuální pořady v planetáriu s prvky stereoskopické, tedy 3D, projekce. Na konci června jsme podali projekt „Vesmírná brána“ do operačního programu Věda a vývoj pro inovace. Pokud by se nám podařilo v příštím roce „zabodovat“, byla by to docela nová etapa rozvoje naší instituce.*“

Jak nám dále vysvětlil vedoucí, jednalo by se o velkou investici do revitalizace celého objektu a jeho přeměnu na moderní centrum komunikace vědy přístupné a srozumitelné pro všechny věkové kategorie. „*Navíc by došlo ke změně celkové koncepce popularizace a vzdělávání, návštěvník by se z pasivního konzumenta stal aktivním aktérem expozic i moderních audiovizuálních pořadů*“, dodal.

Redakce přeje tomuto ambicióznímu týmu jen další úspěchy a gratulujeme ke třicetinám!

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

Zodpovědný redaktor: Ing. Ludmila Holubová

Redakční rada: Mgr. Pavla Pešatová, Ing. Lubomír Pásek, MUDr. Hugo Příbyl, Ph.D., Marie Kalinová, Ing. Jiří Muladi, Hana Juračáková

Registrační značka MK ČR E 14221

Adresa redakce: Společnost senior, Na Jízdárně 18, 702 00 Ostrava 1

IČO 265 95 982

Tel.: 728 466 105

e-mail: info@seniortip.cz

www.seniortip.cz



Karavanisté pěti států se setkali na DAHLIE RALLYE

Osobitý a dobrodružný způsob života i pro seniory

Kytici Jiří Zbyňku Vaňurovi, karavanistovi každým coulem, stejně jako na prvním ročníku této mezinárodní akce, předali manželé Václav a Karla Šperlinovi z Caravan klubu Frýdek - Místek. „Ty jiřiny jsou vlastnoručně pěstované,“ sděluje paní Karla, která se s manželem věnuje caravaningu už čtyřicet let. „Loni nám je sežrali slimáci, takže letos jsme si dali větší pozor.“

Sázky na manželství

Z celkového počtu 202 posádek byla zhruba polovina českých, ale jako mimořádní hosté přijeli na sraz i karavanisté ze Slovinska.

Udělat pro bezmála pětistovku lidí kvalitní program na pět dnů v první dekádě září, to dá pěkně zabrat. Zvláště, když navíc Bečva, protékající kousek od kempu, hrozila záplavou- do vyhlíží z koryta jí chybělo devět centimetrů. „Organizace DAHLIE RALLYE má několik úrovní a detailní zajištění každé z nich je důležité,“ vysvětluje pan Vaňura, předseda Cam-



ping klubu KČT TJ Rožnov. „Každý rok se tato akce pořádá v jiném státě a my jsme se její přípravě věnovali půldruhého roku - zejména to leželo na pětičlenném organizačním výboru, ale svým dílem přispěl i každý z šedesáti členů našeho klubu. V závěru příprav jsme pak téměř uzavírali sázky, které manželství to vypětí přežije a které ne...“

Na zahájení DAHLIE RALLYE byli přítomni nejen zastupci z rožnovské radnice (do městského parku byly také zasazeny čtyři památné lípy), ale i prezident Federace Campingu a Caravaningu České republiky Bohumil Starý a předseda Klubu českých turistů Jan Stránský. Na adresu organizačního zajištění padala jen slova chvály.



Zbyněk Vaňura (vlevo) a Václav Hronek v organizačním štábu se pro úsměv nechodí daleko.

Když chlap dostane květiny, obvykle je za tím něco výjimečného. Zbyněk Vaňura je dostal při zahájení 14. ročníku DAHLIE RALLYE - Rožnov 2010, u příležitosti setkání přátel campingu a caravaningu zemí V4: České, republiky, Maďarska, Polska a Slovenska.



▲ Karavanisté berou do přírody i domácí mazlíčky.

◀ Manželé Václav a Karla Šperlinovi z Caravan klubu Frýdek-Místek projeli během posledních čtyřiceti let téměř všechny státy Evropy a mají karavan vlastní výroby.

„To mohu jedině potvrdit,“ uvádí Jiří Zatloukal z Karavan klubu Frýdek- Místek. „Organizačně jsem se podílel na pěti celostátních akcích karavanistů, takže mám představu, co všechno musel tým Zbyňka Vaňury absolvovat. Kromě toho, osobně ho znám už patnáct let, velmi si ho vážím a v oblasti caravaningu znamená skutečný pojem. Taký má kolem sebe fantastické chlapy, příjemné lidi, kteří umí odvést kus práce a to všechno se samozřejmě na výsledku projevilo, klobouk dolů.“

Ano, klobouk dolů. Mimo jiné i proto, že Zbyněk Vaňura má sedmasedmdesát let, které by mu ovšem nikdo nehádal. „Za to může moje žena a fakt, že caravaning je osobitý a dobrodružný způsob života. Taková kombinace nedovoluje stárnout,“ říká tento nestor s úsměvem.

A proč se vlastně tak mimořádná akce, již se za posledních 14 let zúčastnilo 1563 posádek a téměř 4000 karavanistů, nazývá DAHLIE RALLYE? „Když jsme ji chtěli uspořádat poprvé, věděli jsme, že v podzimním čase už kvetou jenom jiřiny,“ objasňuje Zbyněk Vaňura. „Ovšem název Jiřinová rallye by zahraniční karavanisté patrně neuměli vyslovit... Botanicky se ale jiřina řekne dahlia a s tím už žádný problém není.“

(di)



V chladnějším podzimním počasí ať dámy nepohrdnou panáčkem domácí slivovice.