

SENIORSKÉ LISTY

ÚSTECKÉHO KRAJE

ROZHOVOR

Pavel Trávníček: Popelka je symbolem Vánoc pro půlku Evropy

STRANY 12-13

HRY SENIORŮ

Prestižní mezinárodní hry seniorů bude hostit Ústecký kraj a Most

STRANA 7

BRONZOVÁ BABIČKA

Když jste hodní na lidi a usmějete se na ně, tak se oni usmějí na vás

STRANY 10-11

TEPLICE

Zámecké náměstí

14. a 15. 12.	Vánoční trhy
14. 12.	
10:00	Zahájení stánkového prodeje
13:00	Troubení ze zámeckého balkónu
13:05	MŠ Cibuláček Dubí
13:30	Komořinka ZUŠ Bilina
14:00	Troubení ze zámeckého balkónu
14:05	Krušnohorský pěvecký sbor
14:30	Zpívanky z kopečka MŠ Na kopečku
15:00	Troubení ze zámeckého balkónu
15:05	Audite Silente Bohosudov
16:00	Troubení ze zámeckého balkónu
16:05	Zvuková zkouška
17:05	Koncert Bez toho nejsou Vánoce
18:30	Hambaeos
15. 12.	
10:00	Zahájení stánkového prodeje
13:00	Troubení ze zámeckého balkónu
13:05	Legato ZUŠ Teplice
13:30	Pramínek MŠ Teplická
14:00	Troubení ze zámeckého balkónu
14:05	Pěvecký sbor ZUŠ Teplice a Duchcovský pěvecký sbor J. Moravcové
14:30	Písklata ZŠ Maršovská
15:00	Troubení ze zámeckého balkónu
15:05	Poupata ZŠ Maršovská
15:30	Zvuková zkouška
16:00	Troubení ze zámeckého balkónu
16:05	Krušnohorská dudácká muzika Most
17:00	Troubení ze zámeckého balkónu
17:05	Komorní sbor Teplice
17:30	PAVEL A KÁČA (Pavel Houfek a Katka Rousová)
18:00	Brixihho komorní soubor
19:00	Kostel sv. Jana Křtitele: Česká mše vánoční J. J. Ryby

Planetárium

25. 12., 19:00	Vznik a vývoj hvězd
29. 12., 19:00	Vznik a vývoj hvězd

Konzervatoř Teplice

4. 12.	Adventní marimba 2019
4. 12.	Koncert Alžběty Vlčkové (violoncello) a Jany Vychodilové (klavír).
Zazní díla R. Schumanna, B. Martinů a dalších autorů.	
12. 12.	J. J. Ryba: Česká mše vánoční
15. 12.	J. J. Ryba: Česká mše vánoční
17. 12.	Vánoční koncert teplické konzervatoře (J. J. Ryba: Česká mše vánoční atd.)
28. 1. 2020	Koncert Josepha Ellera (klarinet) a Michaely Hajíčkové (klavír) (JD)

Jazz club

7. 12., 20:00	Ben Poole
14. 12., 20:00	Jiří Dědeček
20. 12., 20:00	Tony Ackerman a Zdeněk Jahoda – Vánoční koncert

Krušnohorské divadlo

5. 12., 19:00	Vánoční koncert Fešáků s hostem
8. 12., 10:30	Půjdeme spolu do Betléma
13. 12., 19:30	Honza Nedvěd
14. 12., 19:00	Ondřej Havelka and his Melody Makers
18. 12., 19:00	Janek Ledecký – Vánoční turné 2019
24. 1., 19:00	Lázeňský ples

Dům kultury

10. 12., 19:00	Vánoční koncert Orchestru Václava Hybše
17. 12., 19:00	J. J. Ryba – Česká mše vánoční
1. 2020, 13:30	Novoroční koncert SČF

Regionální muzeum

Výstavy	
do 2. 2. 2020	Umění v nouzi!? Kunst in Not!?
do 12. 1.	Chceme čistý vzduch! Přes ekologii ke svobodě

BÍLINA

Městské divadlo

10. 12., 19:00	Pravda
6. 12., 9:00	Malostranská zimní pohádka
20. 12., 17:00	Bílé Vánoce Lucie Bílé
20. 12., 20:00	Bílé Vánoce Lucie Bílé

DUCHCOV

Zámek

4. 12., 17:30	Adventní koncert ZUŠ Ivana Kawaciuka
7. 12., 10:00	Vánoce na zámku v Duchcově
8. 12., 15:00	Vánoce na zámku v Duchcově
22. 12., 15:30	Vánoční koncert Trio Martinů

Dům kultury

6. 12., 19:00	Duo Jamaha
Duo Jamaha působí na scéně přes 20 let. V současném složení, které tvoří otec Alfonz a syn Marian Kotvanovci, působí už 11 let. Výběr písní této hudební skupiny je multizánrový, pro všechny věkové generace.	

ROUDNICE NAD LABEM

Galerie moderního umění

9. 12., 17:00	České Vánoce
---------------	---------------------

Zámek, nádvoří

7. 12.	Adventní trhy
Chrám Českobratrské církve evangelické	
8. 12., 17:00	Vánoční koncert – vystoupí vokální skupina PětPě a instrumentální soubor Ambiam

Hotel Koruna

11. 12., 19:00	Vladimír Hron – One Man Show – Popové Vánoce
----------------	---

Zámek, nádvoří

7. 12., 9:00	Adventní trhy
--------------	----------------------

Hotel Koruna

30. 12., 17:00	Silvestr nanečisto – tradiční předsilvestrovský večer nejen pro seniory. K tanci a poslechu hraje kapela Evergreen. Malé pohoštění a příchitek v ceně vstupného.
----------------	---

DĚČÍN

Oblastní muzeum

7. a 8. 12.	Vánoční muzejní trhy 2019
Tradiční adventní trhy na muzejním nádvoří.	

Masarykovo náměstí

do 22. 12.	Vánoční trhy
------------	---------------------

Zámek

6. 12., 18:00	Degustace francouzských vín a pokrmů
7. 12.	České nebe

SD Střelnice

3. 12., 18:00	Taneční kurzy (mládež) – 10. lekce
5. 12., 19:00	Hana Zagorová
11. 12., 20:00	Lucie Bílá
12. 12., 15:00	Zasedání zastupitelstva města Děčín

14. 12., 18:00	Závěrečný věneček
----------------	--------------------------

25. 1., 20:00	Myslivecký ples
---------------	------------------------

Městské divadlo

1. 12., 19:00	Hrdinové
3. 12., 19:00	Přece, že neslyším, když teče voda
4. 12., 19:00	Mocná Afrodité
7. 12., 17:00	Jak jsem se ztratil aneb Malá vánoční povídka
9. 12., 19:00	Lakomec
10. 12., 19:00	Vánoční salón Fešáků
11. 12., 19:00	Gala 1
12. 12., 19:00	Lobby Hero
13. 12., 19:00	Shirley Valentine
15. 12., 15:00	Vánoční koleda
17. 12., 19:00	Vánoční koncert DSO
18. 12., 19:00	Vánoční koncert DSO
23. 12., 19:00	Vánoční koncert orchestru Václava Hybše

MOST

Městské divadlo

2. a 4. 12., 19:00	Sluha dvou pánů
11. 12., 19:00	60 s aneb ŠEDESÁTKY
13. 12., 18:00	Vánoční koncert Korálku
14. 12., 18:00	Vánočky
16. 12., 19:00	Staročeské Vánoce
17. 12., 19:00	Vánoční koncert Bohuše Matuše

1. Náměstí

do 23. 12.	Adventní trhy
------------	----------------------

Autodrom

7. 12.	Kurz pro řidiče for family
--------	-----------------------------------

LOUNY

Oblastní muzeum

do 1. 12.	Výstava: Rok 1918 na Lounsku
-----------	-------------------------------------

KD Zastávka

8. 12., 14:00	Pravidelné odpoledne s Lounskou tříničkou – Mikulášská
26. 12., 14:00	Pravidelné odpoledne s Lounskou tříničkou – Vánoční
31. 12., 20:00	Silvestr 2019

LOVOSICE

Sál LOVO Divadlo

26. 12., 20:00	The Beatles Revival
Velký vánoční koncert, hostem bude legendární Karel Kahovec	

RUMBURK

KD Střelnice

14. 12., 17:00	Tyršovské zvonky slavi 20 let
15. 12., 19:00	Peleton – taneční odpoledne
18. 12., 19:00	Lenka Filipová a hosté
6. 2., 19:00	Pavel Šporcl

Muzeum

do 31. 12.	Unikáty se sbírek rumburského muzea
------------	--

LITOMĚŘICE

Mírové náměstí

6. 12.	Slavnostní rozsvěcení vánočního stromu
7. 12.	Adventní jarmark

CHOMUTOV

Městské divadlo

5. 12., 19:00	Michal Prokop a Framus 5
10. 12., 19:00	Práskni do bot

Náměstí 1. Máje

do 24. 12.	Adventní trhy
------------	----------------------

ŽATEC

Regionální muzeum

do 30. 12.	Vánoční výstava betlémů
12. 12., 17:00	Krása papírových betlémů – přednáška

KADAŇ

Cavern Club Střelnice

4. 12., 19:00	Spirituál Kvintet
---------------	--------------------------

KLÁŠTEREC NAD OHŘÍ

Kulturní dům

10. 12., 19:00	František Nedvěd a Tiebreak
----------------	------------------------------------

LITVÍNÓV

Galerie zámku Valdštejnů

do 31. 12.	Karel Hanzík – Sochy
------------	-----------------------------

BENEŠOV NAD PLOUČNICÍ

Zámek

1. – 6. 12.	Vánoce na Státním zámku Benešov nad Ploučnicí
-------------	--

ÚSTÍ NAD LABEM

Lidické náměstí

do 23. 12.	Ústecké Vánoce
3. 12., 14:00	Den pro seniory
DDM, Kamelie, Staropražští Pardálové, Karel Bláha, Marcel Zmožek	
4. 12., 17:00	Folkové Vánoce
RAŠ, Bob a bobí, Poutníci	
8. 12., 14:00	II. adventní neděle
Michal Wolf, Jolana Smyčková, Petr Lüftner, Ústečtí trubači	
13. 12., 14:00	Středověké Vánoce
14. 12., 15:00	Rockové Vánoce 14:00 Labe
Tarantule, Cumbal, Skalp, Black Sabáka, The Rumble of Skulls	
19. 12., 17:00	Rozsvítíme Ústí
20. 12., 17:00	Den pro zdravotně postižené
21. 12., 14:00	Den plný muzikálu
Michal Hejč, Pavel Vitek, Bohuš Matuš...	
22. 12., 14:00	IV. adventní neděle
J. A. Náhlavský, Radegast, Total, Bonifanti, Depeche Mode revivalci	
23. 12., 12:00	Slavnostní zakončení
Primátorská rybí polévka, Radka Sehnoutková, Eliška Lüftnerová, Brass Bombers, Leona Machálková, Lenka Graf...	

Dům kultury

9. 12., 19:00	Vojtěch Dyk a B-Side Band
12. 12., 19:00	Přistě ho zabiju já sám
Divadelní komedie	
16. 12., 20:00	Partička
17. 12., 19:30	Vánoční salon Fešáků

Národní dům

5. 12. 20:00	Ústecký folkový podzim – Fleret „Vánoce na Valašsku“
17. 12. 20:00	Karel Piňhal – Recitál

Zoo

24. 12.	Štědrý den v zoo
---------	-------------------------

Činoherní studio

6. 12., 19:00	Mládež bez boha
10. 12., 19:00	Mládež bez boha
11. 12., 19:00	Stepín vlk
17. 12., 10:00	Vánoční hra aneb O tom slavném narození Pan Kolperta
19. 12.	Vánoční hra aneb O tom slavném narození Vánoční hra aneb O tom slavném narození
23. 12., 14:00	Vánoční hra aneb O tom slavném narození
27. 12., 15:00	Vánoční hra aneb O tom slavném narození
28. 12., 19:00	Mládež bez boha

Severočeské divadlo

3. 12., 19:00	Zasněžená romance
10. 12., 19:00	Louskáček
13. 12., 10:00	Louskáček
14. 12., 17:00	Vánoční koncert ústeckého dětského sboru
15. 12., 15:00	Louskáček
20. 12., 19:00	J. J. Ryba – Česká mše vánoční
21. 12., 15:00	Louskáček
22. 12., 17:00	J. J. Ryba – Česká mše vánoční
26. 12., 18:00	Vánoční koncert Bendova komorního orchestru a jeho hostů

Hraničář

2. 12., 19:30	Nabarvené ptáče
---------------	------------------------

ZUBRNICE

Skanzen Zubrnice

7. a 8. 12.	Vánoce v Zubrnici
-------------	--------------------------

Z OBSAHU

- 5** Prestižní cena pro zakladatelku jazykové olympiády



- 7** Most bude hostit Mezinárodní hry seniorů



- 9** O televizní signál senioři v domovech nepřijdou

- 10** Bronzová babička roku je z Teplic



- 16** Co se děje v seniorských klubech v Ústeckém kraji



- 27** Křížovka

- 31** Seniorská obálka

Důchodová komise chce nastavit minimální penzi



Ústecký kraj | O zásadách nastavení případného minimálního důchodu v Česku jednala vládní důchodová komise. Návrh na rozdělení nynějšího starobního důchodu na dvě části, tedy minimální solidární penzi a zásluhovou část, tak dostává konkrétnější podobu. Minimální důchod by se mohl pohybovat kolem třiceti procent průměrné hrubé mzdy, která v současnosti činí necelých 34 tisíc korun.

„Jednali jsme o třech variantách. Variantou taktéž bude ta, kdyby byl nulový dopad na veřejné finance. Ukazovali jsme rozpětí asi 10 až 11 tisíc korun (minimální penze). Vše je činěno s ohledem na stav veřejných financí. Budou se rozpracovávat jednotlivé modely a v tuto chvíli bych nerada predikovala, zda ta částka bude 10 000, 6000, 11 000,“ uvedla předsedkyně Komise pro spravedlivé důchody Danuše Nerudová. O konkrétních technických parametrech bude komise jednat 10. ledna, kdy by měla mít k dispozici propočty. ■ sl

DŮCHODY

Česká správa sociálního zabezpečení na konci června vyplácela přes 2,89 milionu starobních, invalidních a pozůstalostních penzí. Starobních důchodců bylo téměř 2,41 milionu.

SLOUPEK

Milí čtenáři, milí senioři, těší mě, že vás mohu opět oslovit prostřednictvím Seniorských listů.



Velkou rychlostí jsme propluli dalším rokem a opět se můžeme těšit na ty nejkrásnější svátky v roce, na Vánoce. Období adventu a předvánoční doba je časem, kdy člověk rád bilancuje a vzpomíná, co se mu za celý rok přihodilo. Co pěkného zažil, koho ze svých přátel potkal i koho nového zajímavého poznal.

Já bych rád vzpomněl na to, co pro seniory dělá každoročně Ústecký kraj. Senioři mají v populaci naší země stále větší zastoupení a o to více je potřeba zdůrazňovat jejich zásluhy za práci odvedenou v jejich produktivním věku, podporovat jejich sportovní, kulturní i společenský život a nezapomínat na ně. Spolu s Krajskou radou seniorů pořádáme každé léto krajské sportovní hry seniorů. Se zájmem sleduji, jak se dokáží účastníci těchto her bavit a radovat při sportovních kláních. Nechybí jim elán ani vitalita, mohou také čerpat ze studnie svých bohatých zkušeností.

První říjnový den si vždy připomínáme Mezinárodní den seniorů a Ústecký kraj i letos k této příležitosti přichystal pro seniory literární soutěž Senior Art, ve které mohli využít svůj literární potenciál. Jsem rád, že se z pořádání této soutěže stala dobrá tradice. Nosným motivem pro rok 2019 bylo téma: Ústecký kraj – včera a dnes. Tradici se rovněž stala soutěž o Nejaktivnější klub seniorů a letošní novinkou byl 1. ročník soutěže o titul Babička roku. Na společné vyhlášení výsledků a předávání cen vítězům všech uvedených soutěží pak Ústecký kraj tradičně zajistil svozové autobusové spoje ze všech oblastí našeho regionu.

Ne všichni senioři mají takové štěstí, aby se mohli účastnit sportovních her či jiných společenských aktivit. Naštěstí mezi námi stále žijí lidé s dobrým srdcem, kterým není jejich situace lhostejná. Pro tyto případy vznikl projekt Ježíškova vnučata a letos se koná její čtvrtý ročník. Tento projekt propojuje všechny generace a přináší radost těm dříve narozeným. Splnění jejich vánočních přání přináší dárcům hřejivý pocit u srdce a seniorům radostný úsměv na tváři.

Na závěr bych chtěl zdůraznit, že našich seniorů si musíme vážit po celý rok, nejen v období vánočních svátků. Každý jednou zestárneme a budeme mít obrovskou radost, když nám mladší generace budou naslouchat a učit se z našich životních příběhů a zkušeností.

Za Ústecký kraj vám přeji klidné a veselé prožití svátků vánočních a mohu slíbit, že budeme i nadále podporovat mnohé aktivity seniorů, a podílet se tak na zajištění jejich kvalitního a důstojného stáří.

Váš hejtmán, Oldřich Bubeníček

SENIORSKÉ LISTY

Chcete dostávat více výtisků Seniorských listů?

Přání a požadavky na doručení nebo doručení většího počtu výtisků zasílejte na e-mail redakce@seniorskelisty.cz. Uveďte vždy úplnou adresu, e-mail a telefonní číslo.

Víte o zajímavých počinech seniorů nebo pro seniory?

Tipy a příspěvky zasílejte na e-mail redakce@seniorskelisty.cz, využít můžete i facebook – Seniorské listy. Pozvánky nám můžete sdělit i telefonicky na číslech 605 262 193 nebo 724 227 752.

Projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky.



SENIORSKÉ LISTY ÚSTECKÉHO KRAJE – tiskovina ÚK, MKČR E 23047 | Projekt je spolufinancován ze státního rozpočtu České republiky. Materiál odráží výhradně názory autora a MPSV ČR nenese zodpovědnost za žádné užití informací v něm obsažených. Kontakt zadavatele: Ing. Petra Lafková, lafkova.p@kr-ustecky.cz | Zhotovitel: Media Concept s. r. o., 17. listopadu 7, 400 10 Ústí nad Labem, kontakt na zhotovitele: Miroslav Pakosta, telefon 602 464 749, e-mail redakce@seniorskelisty.cz. | Neoznačené fotografie: archiv redakce.

Ke stým narozeninám i legionářská medaile



Ústí nad Labem | Krásné životní jubileum sta let oslavil 8. listopadu Michal Skiba. Narodil se na Ukrajině v Zakarpatské Rusy, většinu svého života ale prožil pan Skiba na severu Čech. Až do vysokého věku byl velice aktivní, jeho koníčkem bylo zahrádkářství. Ještě v 95 letech dělal správce ústecké tržnice. Má čtyři děti, šest vnoučat a devět pravnoučat. Je velmi komunikativní a má rád lidi. Nyní je kvůli zdravotnímu stavu prvním rokem v Domově pro seniory V Klidu na Severní Terasě. K přání se připojili zástupci Armády ČR a Policie ČR a Československé obce legionářské, protože pan Skiba sloužil za války ve Svobodové armádě a později i u Veřejné bezpečnosti, kde dosáhl hodnosti majora. K narozeninám dostal i nejvyšší legionářské vyznamenání – Pamětní medaili I. stupně. ■ gz

Johannes Turi se po 75 letech vrátil

Proboštov | Na místa, kde prožil útrapy války, se po padesáti letech vrátil pan Johannes Turi. „Jako dvanáctiletý válečný uprchlík našel v lednu 1945 na pár měsíců azyl v naší obci. Spolu s dalšími dětmi byl ubytovaný v přízemí domu na rohu ulice Kapitána Jaroše a U Parku (číslo popisné 114). Tehdy to byla hospoda s názvem Friling, od roku 1951 až do letošního června sloužil prostor jako školní jídelna,“ přibližuje místostarosta Proboštova a na Teplicku Roman Nešetřil. Pan Turi rodák z Maďarska německé národnosti chodil i do místní školy a při náletech na nedaleké Drážďany či Ústí nad Labem se spolu s ostatními schovával v krytu umístěném ve sklepech školy. Také se v Proboštově tehdy bohužel dozvěděl, že jeho otec padl na frontě. ■ gz

Šmejdům se ztíží prodej

Ústecký kraj | Změnu občanského zákoníku, která by nekalým prodejcům zboží či služeb takzvaným „šmejdům“ zpřísnila uzavírání obchodů po telefonu, připravuje ministerstvo spravedlnosti. Pokud by podnikatel telefonicky kontaktoval spotřebitele, musel by mu svoji nabídku ještě poté doručit v textové podobě. Smlouva by byla uzavřena až v okamžiku, kdy by spotřebitel odeslal stejnou formou svůj souhlas.

Podle ředitele a zakladatele organizace Život 90 Jana



Lormana jsou terčem šmejdů hlavně senioři proto, že mají málo mezilidských vztahů, jsou submisivní a méně asertivní. Často se také nechťejí přiznat k tomu, že se stali

obětí podvodu. Činnost šmejdů se z různých prodejních předváděcích akcí rozšířila například do energetiky. Proto ministerstvo průmyslu chystá novelu energetického zákona, kde bude nový druh podnikání nazvaný zprostředkovatelská činnost v energetice, nebo třeba úpravu možností odstoupení od smlouvy. Česká obchodní inspekce uložila v roce 2018 šmejdům 15 pokut za celkem 4,7 milionu korun, ale v roce 2014 to bylo 260 pokut za celkem 29 milionů. ■ sl

Seniorská obálka jede, připojují se další města

Ústecký kraj | Záchranářům v Ústeckém kraji pomáhají už rok v péči o osamocené seniory takzvané Seniorské obálky nebo také I. C. E. karty. Tiskopis, ve kterém senioři vyplní informace o tom, kterými nemocemi či alergiemi trpí a jaké berou léky. Spolu s kontaktem na jejich blízké. Obálku pak umístí v bytě na viditelném místě pro případ zásahu záchranářů.

Pilotní odzkoušení proběhlo loni na podzim na Litoměřicku, a protože se to osvědčilo, tak se připojují další města a obce v kraji. Například Bohušovice nad Ohří, Most, Teplice nebo Ústí nad Labem.

Projekt Seniorská obálka je určen pro seniory, kteří žijí ve svém domácím prostředí sami. Zájemce podle návodu nebo s pomocí ošetřujícího lékaře vyplní tiskopis „obálky“ a ten umístí na viditelném místě v bytě. Takovým místem může být lednice nebo vnitřní strana vchodových dveří. „Věříme, že službu starší občané využijí a že přispěje ke zlepšení jejich pocitu bezpečnosti,“ řekl teplický primátor Hynek Hanza.

Tiskopis a návod k vyplnění si mohou občané vyzvednout na podatelkách měst a obcí zapojených do projektu a ke stažení jsou i na jejich webových stránkách.

„Od letošního listopadu budou k dispozici a volně ke stažení na webových stránkách Města Bohušovice nad Ohří informace o Seniorské obálce spolu s odpovídajícími tiskopisy. Na Městském úřadu pak budou mít zájemci o Seniorskou obálku připraven set, jehož obsahem je barevný formulář, pravidla pro vyplnění, plastová obálka, klips magnetický/lepicí. S vyplněním formuláře jsme vám připraveni pomoci,“ dodává sociální pracovnice Jana Kochrdová. ■ gz

Tiskopis Seniorské obálky najdete na stranách 31–32

Třetina seniorů si v důchodu půjčila peníze

Ústecký kraj | Více než třetina českých seniorů, konkrétně 34 procent, si během důchodového věku půjčila peníze. Hlavními důvody pro pořízení půjčky byl přechodný nedostatek financí, což uvedlo 36 procent respondentů. Dalšími důvody byla možnost pořídit si něco, co by z důchodu nebylo možné (25 procent a snaha pomoci někomu z rodiny (15 procent).

Pro 45 procent seniorů je hlavním kritériem pro výběr půjčky výše úroku, v pořadí druhým nejdůležitějším je rychlost vyřízení (13 procent). Více než třetina (36 procent) seniorů si půjčila částku vyšší než 40 000 korun. Téměř 28 procent dotázaných svoji půjčku

stále splácí. Během sjednávání půjčky pocítovalo pět procent seniorů psychický nátlak. Vyplývá to z podzimního průzkumu společnosti Ipsos. „Lidé v důchodovém věku jsou při uzavírání finančních půjček častým terčem nejrozumnějších podvodných triků. Mezi neférové praktiky patří například vysoké poplatky za zákaznický servis, zpoplatnění telefonních hovorů a jejich záměrné natahování, špatné čitelné podmínky pod čarou nebo vysoké pokuty za pozdní splátku půjčky. Obecné doporučení je uzavírat finanční půjčku vždy u prověřené instituce, vzít si dostatek času na detailní prostudování podmínek a poradit se předem

s někým z blízkého okolí, kdo má s uzavíráním půjček zkušenosti,“ říká generální ředitel služby Zonky Pavel Novák.

Pro seniory mají nevýhodné půjčky nebo půjčky přesahující jejich finanční možnosti fatální následky. Například podle České asociace streetwork rostou počty exekucí u osob pobírajících důchod, nejvíce je to v Karlovarském, Ústeckém a Libereckém kraji. ■ sl

V exekuci je až 120 tisíc lidí nad 60 let, z toho téměř 40 % čelí třem a více exekucím. Z výzkumu vyplývá, že až čtyři procenta seniorů z celé České republiky se kvůli splátkám dostalo do finančních problémů.

Zakladatelka olympiády získala prestižní ocenění

Ústí nad Labem | Bohemistka a emeritní profesorka ústecké Univerzity Jana Evangelisty Purkyně Marie Čechová obdržela Cenu Milady Paulové za rok 2019. Získala ji za celoživotní přínos v oblasti jazykovědy.

Jako univerzitní profesorka přednášela Marie Čechová během své profesní dráhy především teorii spisovného jazyka a jazykové kultury, morfologii, stylistiku a didaktiku češtiny, vedla i semináře frazeologické či stylistické. „Neopominutelná je také její organizátorská činnost. Zaslouženého respektu si Marie Čechová vydobyla jako vedoucí katedry českého



a slovenského jazyka na FF UK, kterou byla v nelehkých normalizačních časech. V roce 1985 převzala funkci vedoucí redaktorky časopisu Český jazyk a literatura a vykonává ji dosud. Je nepochybně její zásluhou, že časopis vychází

do dnešních dnů. V roce 1972 založila Olympiádu z českého jazyka a dodnes je své olympiádě věrná,“ uvádí děkan pedagogické fakulty Jiří Škoda.

Profesorka Čechová je hlavní autorkou a spoluautorkou několika řad učebnic a metodických příruček, mluvnic a cvičebnic pro žáky základních a středních škol. Seznam její publikační činnosti je rozsáhlý. Cenu uděluje Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ve spolupráci s Národním kontaktním centrem – gender a věda Sociologického ústavu Akademie věd České republiky. ■ gz

Lounská granátová srdce mají své držitele



Certifikát Granátového srdce. Foto: L. Bába

Louny | Při setkání seniorů se kromě zábavy i oceňovalo. Lounská granátová srdce dostali ti nejobětavější seniori nebo ti, kteří mají vztah k Lounům. V letošním roce ocenění obdržela Božena Jirků, ředitelka Konta Bariéry a Senzačních seniorů, za mimořádný vztah k Lounům. Spolupracuje s Lenkou Sýkorovou, podporovala závody vozíčkářů EHD. Lounské granátové srdce si odnesl i bývalý lounský starosta Radovan Šabata a dále ho získali členové senior klubu Marie Schusterová, Eva Nováková, Leo Dušek, Marie Georgiesku-Flociusová a sociální pracovnice Domova pro seniory Gabriela Hetzerová.

Granátová srdce předával místostarosta Vladimír A. Hons, který nad celou akcí převzal záštitu. ■ gz

Senioři válčí s platbou za bydlení

Ústecký kraj | Dvě třetiny lidí seniorů v Česku bydlí ve vlastních domech nebo bytech. Zhruba 35 procent z nich má čtyřpokojový byt, 30 procent vlastní třípokojový byt. Vyplývá to z výsledků průzkumu společnosti Residomo mezi 1 010 seniory ve věku od 60 do 85 let. Za ideální považuje vlastnické bydlení 84 procent lidí. Necelá polovina přiznává, že někdy má s finančním zvládnutím svého bydlení problémy.

Senioři se často snaží upravit své bydlení tak, aby vyhovovalo jejich potřebám. Týká se to nejčastěji přestavby koupelny, bezbariérového přístupu nebo lepšího zabezpečení. Dům by pak měl být v lokalitě, kde si mohou i špatně pohybliví lidé bez problémů dojet na

nákup, k lékaři nebo se sejít s vrstevníky.

Podle průzkumu polovina seniorů vynaloží na bydlení dvacet až čtyřicet procent příjmu. Svou vlastní situaci hodnotí špatně 15 procent respondentů a 28 procent mívá problémy jak kdy. Naopak 57 procent zvládá hospodařit bez problémů. Finanční situace ale není nejčastěji zmiňovaným důvodem, který by je přiměl stěhovat se.

Ve výhledu deseti až 20 let počítají necelé dvě pětiny oslovených s tím, že využijí zařízení pro bydlení seniorů – preferují domy s pečovatelskou službou. Seniorů má v Česku přibývat. Zatímco v současnosti jich je přes 20 procent, v roce 2050 to má být dvojnásobek. ■ sl

Certifikát UNESCO je uložený v Krupce

Krupka | Hornický region Krušnohoří/Erzgebirge, který byl letos zapsán na Seznam světového kulturního a přírodního dědictví UNESCO, obdržel z rukou zástupce Ministerstva kultury České republiky oficiální certifikát potvrzující tento zápis. „Jsem nesmírně rád, že se podařilo úsilí celého týmu

lidí dotáhnout do úspěšného konce. Nyní máme díky městu Krupka v Ústeckém kraji první zapsaný soubor památek UNESCO a já věřím, že do budoucna nezůstane pouze u tohoto jednoho,“ řekl hejtman Ústeckého kraje Oldřich Bubeníček. Oficiální dokument je v tuto chvíli uložen v Krupce. Hornický region

Zubní pohotovost bude o hodinu delší

Děčín | Provozní doba stomatologické pohotovostní služby v Děčíně bude od 1. ledna 2020 o hodinu prodloužena. Děčín se rozhodl do této služby investovat od příštího roku více peněz. „Lékařská zubní pohotovost je benefit, který zvyšuje životní úroveň obyvatel města a který ne každé město svým obyvatelům nabízí,“ říká radní města Ondřej Smíšek, který prodloužení pohotovosti vyjednal s Oblastní stomatologickou komorou. Zubní pohotovosti tak od 1. ledna 2020 budou moci lidé využít v sobotu, v neděli, o všech státních svátcích a také 31. prosince, a to od 8:00 do 12:00 hodin, vždy v ordinacích sloužících stomatologů dle rozpisu. Ten je zveřejňován na webových stránkách města Děčín v sekci Zdravotnictví a sociální služby. ■ sl

Domov zdobí výstava fotografií z kalendáře



Bystřany | Poetické fotografie ze tří charitativních kalendářů od autorů Tíny Janochové a Roberta Zauera můžete až do 6. prosince vidět na výstavě v Domově důchodců Bystřany. „První z nich má veselou seniorskou tematiku a vznikl přímo ve spolupráci s Domovem důchodců Bystřany. Druhý z kalendářů je krajinářsko-básnický a třetí je dřevěný, ekologický a fotografie v něm zobrazují různá přírodní i vytvořená zátíší,“ říká Robert Zauer. ■ gz

Krušnohoří/Erzgebirge tvoří 22 součástí, z nichž 17 se nachází na území Saská a pět v České republice. Českou část reprezentují Hornická krajina Jáchymov, Hornická krajina Abertamy – Boží Dar – Horní Blatná, Rudá věž smrti, Hornická krajina Krupka a Hornická krajina Mědník. ■ sl

Mezi osobnostmi se senioři neztratili

Ústecký kraj | Mezi pěti laureáty Ceny hejtmána jsou tři ocenění seniorského věku.

„Všechna ocenění jsou opravdu zasloužená, vybrali jsme ty nejlepší z nejlepších. Jsem rád, že udělování Ceny hejtmána se stalo v Ústeckém kraji hezkou tradicí, a věřím, že v kraji bude stále dost pracovitých, úspěšných lidí, ze kterých se bude vybírat pro ocenění v dalších letech,“ řekl ústecký hejtmán Oldřich Bubeníček.

Cenu za regionální rozvoj získala bývalá ředitelka Agrární komory Most sedmasedmdesátiletá Ludmila Holadová, v oblasti zdravotní a sociální ji obdržel primář infekčního oddělení ústecké Masarykovy



nemocnice osmapadesátiletý Pavel Dlouhý, v kategorii sport pětáctýřetiletý Pavel

Budínský, který 15 let trénoval A mužstvo BK Děčín. V oblasti kultury cenu dostal

šestašedesátiletý Miroslav Rejha, který v roce 1980 založil dechový orchestr Lounská třináctka a celá léta je jeho kapelníkem a za vědu a výzkum byl oceněn šestasedmdesátiletý profesor Jiří Cihlář, který se odborně se věnuje dvěma oblastem – didaktice matematiky, teorii pravděpodobnosti a matematické statistice. Působí v Jednotě českých matematiků a fyziků.

Cena hejtmána Ústeckého kraje oceňuje výjimečné občanské zásluhy o rozvoj kraje. Celkem už je v kraji 35 laureátů tohoto ocenění. Letos se vybíralo z 27 občanských nominací. Ocenění převzali z rukou hejtmána diplom a šek na 50 tisíc korun. ■ gz

Nejaktivnější kluby jsou z Mostu, Ústí a Děčína

Ústí nad Labem | Letošní ročník umělecké soutěže pro seniory z celého Ústeckého kraje Senior Art 2019 zná své vítěze. Soutěž každoročně vyhlašuje Ústecký kraj. Zároveň známe i nejaktivnější klub seniorů. Vítězové byli vyhlášeni na krajském dni seniorů v ústeckém domě kultury. Novinkou letošního roku byla soutěž Babička roku Ústeckého kraje 2019. „Vážím si vaší práce a vašich životních zkušeností. Ústecký kraj pravidelně podporuje Krajskou radu seniorů a všechny aktivity, kterými může zpříjemnit seniorům podzim života,“ řekl hejtmán Oldřich Bubeníček.

Uměleckou soutěž Senior Art vyhlásil Ústecký kraj poštěstí, a to v kategoriích – poezie a próza. Celkem soutěžilo 34 umělců, 16 v kategorii poezie, 18 v próze. V kategorii poezie získala první místo Zdeňka Chládková, druhá skončila Dana Jírová a třetí Libuše Štěrbová. Vítězem v kategorii próza se stal Vladimír Pospíchal, druhý byl Jan Malý a třetí František Srb.

Nejaktivnějším klubům v regionu věnoval Ústecký kraj celkem 30 tisíc korun, vítěz dostal 15 tisíc, druhý 10



Výherci soutěže Senior Art: František Srb, Jan Malý, Vladimír Pospíchal, Dana Jírová, Libuše Štěrbová a Zdeňka Chládková. Foto: sl

a za třetí místo bylo 5 tisíc korun, které mohou kluby využít na své aktivity. Vítězným je letos Klub seniorů v Mostě č. 2, druhým Klub důchodců ČD – lokomotivní depo z Ústí nad Labem a třetím Základní organizace Senioři – školská – OROS Děčín. Krajská rada seniorů odměnila ještě dvěma tisíci osm klubů, a to KČT klub seniorů Krásná Lípa, Klub důchodců Ústí nad Labem, Klub seniorů Meziboří, Klub aktivních seniorů Jirkov, Klub seniorů Trmice,

Klub seniorů Litvínov č. 6, Klub seniorů Pohádka Varnsdorf, Klub seniorů Most č. 3.

V rámci krajského dne seniorů se se premiérově uskutečnila soutěž Babička kraje. V ní vyhrála čtyřiaosmdesátiletá Miloslava Bálesová z Teplic, která náš kraj úspěšně reprezentovala i na celorepublikovém finále v Olomouci, kde skončila bronzová. Druhou příčku získala sedmadešátiletá Danuše Jírová z Ústí nad Labem, která byla zároveň i nejstarší

babička v soutěži. Třetí skončila dvaosmdesátiletá Marie Horáková z Varnsdorfu. Miloslava Bálesová se také stala Babičkou Seniorských listů. „Mám velikou radost, ale zároveň vím, že je to i zodpovědnost. Že získám vítězství i cenu Seniorských listů jsem nečekala. Kávovar mě moc potěšil a už se těším, až si dáme kafičko s kamarádkami nebo s dětmi,“ řekla dojatá vyherkyně. ■ gz

Rozhovor s Babičkou kraje na stranách 10-11.

Prestižní hry seniorů míří na sever Čech

Mezinárodní hry seniorů bude v roce 2020 hostit Ústecký kraj a město Most.

Podle předsedy Krajské rady seniorů Aloise Malého se Mostu sjedou z celého Česka ale i ze zahraničí senioři, kteří chtějí trávit svůj život aktivně. Třetí- ně účastníků letošních mezinárodních her seniorů bylo přes osmdesát let.

„Mezinárodní sportovní hry osobně vnímám jako propagaci sportovních aktivit vhodných pro starší generaci k posílení zdravého životního stylu, zároveň jde o důležitou společenskou událost, kde dochází k navazování přátelských vztahů,“ řekl hejtman Oldřich Bubeníček s tím, že by také rád představil účastníkům her krásy Ústeckého kraje. Sportující senioři poznají totiž především Mostecko. „Využijeme příležitost i k představení dalších míst našeho regionu, protože žádný z krajů České republiky se nemůže pochlubit tolika významnými body nebo momenty české historie na svém území. Ať už se jedná o horu Říp svázanou s pověstí o příchodu praotce Čecha se svou družinou nebo Stadice s Přemyslem Oráčem či památný milostný příběh Oldřicha a Boženy odehrávající se v Peruci. Na tyto tři základní místa navazují další, které rozhodně stojí za to navštívit,“ uvedl hejtman. Připomněl i přírodní a turistické zajímavosti regionu jako



Hry seniorů letos hostily České Budějovice v Jihočeském regionu. Příští rok to bude statutární město Most v Ústeckém kraji. Foto: RS

je například České Švýcarsko, projížďky lodí po Labi, vinice v Českém středohoří, Krušné hory, královská města na Ohři, včetně Žatecka a množství dalších míst.

„Velmi nás těší, že se právě v našem městě Most uskuteční mezinárodní sportovní hry seniorů. Je to pro naše město velká výzva připravit sportovní prostředí a disciplíny pro tolik seniorů,“ řekla náměstkyně primátora Mostu Markéta Stará a podotkla, že hry jsou zároveň důležitou společenskou událostí, kde dochází k navazování přátelských vztahů. „Jsem ráda, že je o sportování mezi seniory zájem. Jejich pozitivní reakce jsou pro nás organizátory největší odměnou. Že na sport není pozdě ani ve vyšším věku dokazují naši mostečtí

senioři. Cením si jejich nadšení, s nímž se pouštějí do každé akce. Jsem za tato setkání moc ráda a věřím, že naše seniory nejen potěší, ale že si i zaslouží,“ dodala náměstkyně primátora.

V Ústeckém kraji žije asi 240 tisíc seniorů. Ústecký kraj s Krajskou radou seniorů vytváří prostor pro komunikaci, konzultaci, spojování úsilí a dosahování přínosných výsledků ze společných aktivit ve prospěch rozvíjení občanské společnosti. „Proto trvale a systematicky podporujeme i Krajskou radu seniorů, a to například při vydávání Seniorských listů, při oslavách Mezinárodního dne seniorů, při zapojení rady seniorů jako stálého připomínkového místa při přípravě koncepcí a strategií

Ústeckého kraje, při koordinaci a vzájemné podpoře aktivit organizovaných ve prospěch života seniorů,“ podotkl hejtman Oldřich Bubeníček.

V. mezinárodní hry seniorů se uskuteční 7. až 10. července 2020 v Mostě. Vyjdou na zhruba 700 tisíc korun. Pořadatelé očekávají účast týmů z Německa, Polska, Maďarska nebo ze Slovenska. Hlavním cílem organizování her je propagace sportovních aktivit vhodných pro starší generaci. Soutěží se v 10 disciplínách: Běh na 30 metrů s míčkem na raketě, běh s kolečkem zatíženým břemenem, hod na dálku, běh na 60 metrů, hod míčem na koš, hod šípkami do terče, bollo ball, střelba na malou branku, hod míčkem na cíl a hod kroužky na jehlan. ■ sl

KRAJSKÁ RADA SENIORŮ

Mezinárodní hry seniorů 2020 budou velkou prezentací kraje i Mostu

Mezinárodní hry seniorů se pořádají už čtyři roky. Každý rok vždy v jiném kraji. Kolegium Rady seniorů ČR schválilo pořádání her v příštím roce v Ústeckém kraji. S vedením kraje jsem jednal už v loňském roce. Je nutno poznamenat, že pořádání her je velká prezentace kraje jak v České republice, tak i v zahraničí. Každým rokem se her, mimo 14 krajů, zúčastní také družstva z Maďarska, Polska a Slovenska. Příští rok navíc potvrdilo účast i družstvo z Německa. Každé družstvo se skládá z devíti závodníků a kapitána.



Slavnostního zahájení se účastní ministryně práce a sociálních věcí, hejtmané, primátoři a další významné osobnosti politického i podnikatelského prostředí. Na slavnostním večeru předává poháry a medaile vítězům osobně předseda vlády Andrej Babiš.

Každým rokem se akce zúčastní kolem 220 seniorů. Zajistit pro tolik osob na tři dny ubytování, stravování, stadion, autobusy a podobně je velmi náročné. Proto se zvolilo město Most, které má v učilišti ve Velebudicích velký ubytovací, sportovní

a stravovací areál. Jeden den pak slouží k návštěvám zajímavých míst kraje. Náklady nejsou malé, zhruba 700 tisíc Kč. Něco dá kraj, něco ministerstva, něco pořádající město, velké podniky kraje a další. Termín her je už závazně dojednaný na 7.–10. července 2020.

Je samozřejmostí, že hry natáčí televize, rozhlas a informují o nich i další média, a samozřejmě i Seniorské listy. Krajská rada seniorů věří, že V. mezinárodní sportovní hry seniorů proběhnou ke spokojenosti všech a budou velkou prezentací jak Ústeckého kraje, tak města Mostu.

■ Alois Malý, předseda Krajské rady seniorů Ústeckého kraje

Důchodkyně přišla o celoživotní úspory

Ústecký kraj | O téměř 800 tisíc korun přišla 73letá seniorka. Během dvou dní se stala obětí několika podvodů a krádeží. Její celoživotní úspory skončily v rukou mladého muže, který využil seniorčiny důvěřivosti a samoty. Dvoudenní smůlu završila žena dopravní nehodou. Naštěstí se v tomto případě nejednalo o skutečný příběh, ale pouze o fikci, která byla součástí dvoudenní konference zaměřené na bezpečí seniorů.

Konferenci připravilo Krajské ředitelství policie Ústeckého kraje v aulách Univerzity Jana Evangelisty Purkyně a připravena byla pro posluchače univerzity třetího věku. Stovku seniorů se čtyřmi tématy seznamovali odborníci v daných oblastech. Každá z přednášek byla doplněna a přiblížena tematickým divadelním představením Divadla VeTři.

Tématu trestné činnosti páchané na seniorech a prevence se ujal Martin Charvát, vedoucí odboru obecné kriminality Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje.

Kromě shrnutí nejčastějších rizikových situací a různých legend nastínil možnosti, jak se nestát obětí trestného činu. Apeloval také na to, aby lidé nebyli lhostejní ke svému okolí a všímali si dění kolem sebe. Herci Divadla VeTři ho doplnili názornými příběhy, ve kterých si důvěřivá seniorka pustila do svého bytu údajného pracovníka jisté energetické společnosti a také se nechala na veřejnosti zmanipulovat podvodníkem k výběru peněz z bankomatu.

O bezpečném pohybu v kyberprostoru informoval Martin Kožíšek ze společnosti Cz.nic. Jeho téma bezpečnosti na sociálních sítích doplnili herci „internetovou seznamkou“. Osamělá seniorka Boženka se seznámila s podvodníkem, který se vydával za českého vojáka působícího v zahraničí. Potřeboval prý peníze na návrat do vlasti a ženě slíbil společnou budoucnost.

O citlivém tématu domácího násilí hovořila Martina Vojtíšková, vedoucí



intervenčního centra Spirála. Přítomné seznámila s možnostmi, kam se v případě problémů v rodině obrátit. Divadelním představením se posluchači přenesli ke vztahu seniorky a jejího vnuka. Ten si zvykl na pravidelnou finanční podporu ze strany babičky. V okamžiku, kdy žena odmítla dát vnukovi peníze na mobil, začaly problémy v podobě slovních i fyzických útoků.

Závěr konference byl věnován tématu zvládání dopravního chaosu. Toho se chopili Jiří Ušák, vedoucí odboru služby dopravní policie Krajského ředitelství policie Ústeckého kraje, a dopravní expert Jan Pechout. Promítané spoty „senior v dopravě“ doplnili herci o chování starší řidičky za volantem vozu. Žena se navíc neuměla chovat ani při přecházení vozovky. ■ sl

POLICEJNÍ PORADNA | POLICIE PŘED VÁNOCI VARUJE PŘED KAPSÁŘI



Po roce Vánoce, Vánoce přicházejí... Svátky, které by měly být plné klidu a pohody, bez zbytečných stresů a nervozity, zda jsme již dostatečně všechno nakoupili a jsme připraveni. Bohužel u mnohých z nás tomu tak ovšem není. Vánoční čas má spousta lidí spojený s vánočním shonem, kdy obchodní centra jsou přeplněná k prasknutí, vánoční trhy plné lidí shánějící dárky a s tím samozřejmě souvisí i přeplněná parkoviště.

Právě tohoto vánočního shonu často využívají kapsáři, kteří si v přeplněných obchodech a na vánočních trzích vyhlédnou svou oběť, která je zaujata výběrem vhodného dárku pro své blízké, a nevěnuje tak pozornost svému okolí. V nestřeženém okamžiku jí obratný kapsář vytáhne peněženku z nákupní tašky, kterou má odloženou v nákupním vozíku, a během chvilky ji tak připraví o našetřené úspory na Vánoce. Vzhledem k tomu, že čím dál tím více seniorů se již pohybuje na internetu a usnadňuje si vánoční nakupování využíváním internetových obchodů, tak i oni se vystavují riziku, že se stanou obětí podvodníků. Chvála na nějaký výrobek, která se tváří jako nezávislá recenze. Ve skutečnosti jde o reklamu na něco, co nefunguje. Zpráva, že někdo něco vyhrál nebo získal zadarmo. Velmi výhodná časově omezená nabídka. To jsou nejčastější způsoby, jakými internetoví podvodníci cílí na seniory. Obdobně jako v uplynulých letech mají i letos policisté během předvánočního období posílený výkon služby. Od prvního adventního

víkendu se hlídky více pohybují v ulicích, v obchodních centrech a i na přilehlých parkovištích. Abychom si ale všichni užili vánoční pohodu se vším všudy a nestali se obětí kapsáře, tak je velice důležité nezapomínat na prevenci.

Kapesní krádeže:

- Buďte ostražití, když jdete od bankomatu či z peněžního ústavu. Zloději si své oběti tipují často právě zde. Nezapísejte k platební kartě PIN kód.
- Větší finanční hotovost nevystavujte na odív, toto pravidlo dodržujte i v případě cenných věcí.
- Peněženku nenechávejte na vrchu kabelky nebo nákupní tašky, nenoste ji v průhledných taškách.
- Nenechávejte kabelku nebo peněženku při nakupování bez dozoru – toto pravidlo platí zejména při nákupu s pojízdnými košíky.
- Noste kabelku těsně u těla s rukou na zapínání, nejlépe vpředu na břiše. Méně tím zloděje vyzýváte a navíc mu ztěžujete provedení krádeže. V případě, že nesete zavazadla a balíčky, mějte kabelku mezi tělem a těmito předměty. Nevhodná jsou zavazadla umístěná na zádech.
- Muži, vše důležité noste v náprsních kapsách, nikoli zadních kapsách u kalhot.

Jako každoročně varují policejní pyrotechnici před neuváženým nákupem, neodbornou manipulací a dalším nevhodným chováním v souvislosti se zábavní pyrotechnikou. Policisté vám přejí krásné a poklidné vánoční svátky.

■ Veronika Hyšplerová, Policie ČR Ústecký kraj

Domovy seniorů o televizi nepřijdou

Domovům pro seniory s přechodem na nový digitální standard televizního vysílání DVB-T2 pomůže stát. Ministerstvo průmyslu a obchodu připravilo speciální dotační program, z něhož bude možné prostřednictvím krajů poskytovat do vybraných zařízení sociálních služeb příspěvek na nákup set top boxu, televize nebo úprav antén.

Podle vedoucí sociálního odboru Ústeckého kraje Petry Lafkové jsou peníze určeny pro pobytová zařízení sociálních služeb, která provozují obce, svazky obcí, příspěvkové organizace obcí nebo krajů, spolky, církve či obecně prospěšné společnosti.

Jsou domovy pro seniory v Ústeckém kraji připravené na přechod na DVB-T2, aby senioři nepřišli o televizní vysílání?

Domovy pro seniory, a nejen ty, ale všechna pobytová zařízení sociálních služeb v kraji se snaží s přechodem na nový standard pozemního televizního vysílání DVB-T2 co nejlépe vypořádat. Svědčí o tom i skutečnost, že komise rady asociace krajů pro sociální věci, které předsedá ústecký hejtman Oldřich Bubeníček, se velmi intenzivně zapojila do spolupráce s ministerstvem průmyslu při přípravě dotačního programu pro přechod na nový standard pozemního televizního vysílání DVB-T2.

Ministerstvo pro vybraná zařízení sociálních služeb připravilo speciální dotační program. Jak bude kraj peníze rozdělovat a na základě

jakých kritérií bude zařízení vybírat?

Rozdělení alokace 20 milionů Kč, původně se hovořilo o 50 milionech Kč, do krajů bude probíhat podle směrného čísla v zákoně o sociálních službách. V případě Ústeckého kraje to činí 9,71 %, což představuje částku zhruba 1,942 milionu korun. Ústecký

pomoc, 12. zařízení sociální rehabilitace, 13. odlehčovací služby.

Je možné, že v Ústeckém kraji bude domov pro seniory, který nebude po přechodu na DVB-T2 mít televizní signál?

Takový katastrofický scénář nechceme předjímat, ka-

o prostředky, které k tomuto účelu vynaloží, na ministerstvu požádat. Termín pro podávání žádostí kraje je do 15. září 2020. My jsme tedy nyní učinili to, že v návrhu rozpočtu na rok 2020 pracujeme s částkou dle směrného čísla, víme, že prostředků by bylo potřeba více, a na tuto

částku budeme v prvním čtvrtletí 2020 vyhlašovat dotační program. Takže všichni oprávnění žadatelé bez rozdílu právní formy a zřizovatelských funkcí budou žádat kraj o dotaci. Připravujeme elektronický formulář pro podávání žádostí.

Kolik peněz podle vašeho odhadu bude v Ústeckém kraji potřeba na věci související s přechodem na DVB-T2?

Jsme limitováni směrným číslem ve výzvě, prozatím pracujeme s částkou 1,942 milionu Kč. Nicméně pokud jsou mé informace správné, ze strany ministerstva by mohla být předmětná výzva opakována, ale to se uvidí dle zájmu ze strany krajů.

Pokud nějaké zařízení nedosáhne na ministerskou dotaci, jsou další možnosti, jak financovat přechod domovů pro seniory na DVB-T2?

O dalších dotačních možnostech zatím nevíme, bude pak věcí zřizovatelů nebo samotných pobytových sociálních služeb, jak se k dané věci postaví. ■ sl



kraj prostřednictvím odboru sociálních věcí si pro rok 2020 nárokuje tuto částku v návrhu rozpočtu tak, aby mohl vyhlásit dotační program. Vyhlášení dotačního programu plánujeme začátkem roku 2020. Pokud jde o vybraná zařízení, jedná se dle podmínek výzvy o zařízení, jež jsou poskytovateli sociálních služeb dle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a poskytují alespoň jednu z následujících sociálních služeb v pobytové formě: 1. domovy pro seniory, 2. domovy pro osoby se zdravotním postižením, 3. domovy se zvláštním režimem, 4. sociální služby poskytované ve zdravotnických zařízeních lůžkové péče, 5. chráněné bydlení, 6. týdenní stacionáře, 7. azylové domy, 8. domy na půl cesty, 9. terapeutické komunity, 10. zařízení následné péče, 11. zařízení pro krizovou

ždý poskytovatel na přechodu na nový standard pozemního televizního vysílání DVB-T2 pracuje dle svých možností.

V rámci dotace mohou o dotaci pro své domovy žádat kraje už od září. Požádal Ústecký kraj?

S ohledem na skutečnost, že se jedná o shodnou podobu podávání žádostí jako v případě kotlíkových dotací, kraj nejprve musí předfinancovat a teprve poté si

PŘECHOD NA DVB-T2 V ÚSTECKÉM KRAJI

Jako první v Ústeckém kraji skončí s vysíláním DVB-T malý dokrývač multiplexu 4 v Litoměřicích, který se odmlčí 9. ledna 2020. Zásadnější ale bude vypínání multiplexu 1 České televize na vysílačích Ústí nad Labem – Buková hora a Chomutov – Jedlová hora, k němuž dojde 30. ledna 2020. Multiplex 2 se přidá skoro o dva měsíce později, 23. března 2020. Nejdéle bude možné v DVB-T naladit multiplex 3, který z Bukové hory a Jedlové hory ukončí vysílání k 20. dubnu 2020.

Bronzová Babička: Když jste hodní na lidi a

V premiérovém republikovém finále ankety Babička roku České republiky skončila na třetím místě Babička Ústeckého kraje a Seniorských listů Miloslava Báležová z Teplic. V republikovém finále, které se konalo v Olomouci, soupeřila s dalšími třinácti vítěžkami krajských kol.

Jste bronzovou babičkou Česka, čekala jste stupně vítězů?

Nečekala. Byla jsem překvapená, protože jsem viděla, že dalších třináct účastnic má krásná vystoupení. Vůbec jsem to nečekala a z bronzu jsem měla obrovskou radost. V klubu před odjezdem na finále jsem říkala, že snad budu alespoň čtrnáctá (*smích*).

Jak jste prožívala celé olomoucké finále? Byla tréma?

Trošku byla, ale pak to ze mě celé opadlo. Na řadu jsem šla až předposlední, tak jsem to stihla ze sebe střeptat.

Kdo vám v Olomouci fandil?

Z Teplic jsme jeli z klubu čtyři, ale přijela mě podpořit i rodina. Dcera a dva vnuci byli přímo v sále a ostatní to uvidí na fotkách. Všichni fandili a posílali mi i hlasy. Obrovské překvapení mě čekalo po návratu z Olomouce, kdy mě na nádraží v Teplicích přivítali kamarádi a kamarádky z klubu se zákusky, místo chleba se solí. To mě moc dojalo.

Jak jste se vlastně připravovala na finále?

Každý večer od krajského kola do finále mi to doslova šrotovalo v hlavě. Původně jsme měli mít přípravné dvouminutové povídání o sobě, o městě a kraji, ve kterém žijeme. Tak jsem na tom pracovala, třináctkrát jsem to přepisovala a nakonec jsem to ani nepotřebovala. Na místě nám řekli, že nám každému dají stejnou otázku a na tu budeme přímo na pódiu



V olomouckém finále skončila ústeckokrajská babička na třetím místě.

Foto: Babička roku

odpovídat. Toho jsem se trochu bála, ale zvládla jsem to.

Pomohlo vám, že jste se v Babičce kraje, jak se říká, otrkala a věděla, do čeho ve finále jdete?

Pomohlo moc. Já koukala i na Slágr TV na televizní přenos, kdy oni uváděli svoje babičky. Takže jsem věděla, kam jedeme a co se bude dít. I tak mě překvapil ten zaplněný olomoucký sál.

S čím jste soutěžila v jednotlivých disciplínách na finále?

Zpívala jsem píseň od Antonína Dvořáka - Largo.

V českém jazyce. Většina lidí zná tu nádhernou hudbu, ale málokdo zná česká slova. Pak jsem přednášela svou básně, kterou jsem kdysi objevila a která se publiku i porotě líbila.

V Ústí na Babičce kraje jste nastoupila v sokolském kroji, zopakovala jste to i v Olomouci?

Ano. Já jsem sokolka, od mládí jsem cvičila a chodila do Sokola. Teď už ale necvičím, protože kamarádky, se kterými jsem chodila cvičit umřely, a já se sama večer chodit do Sokolovny bojím.

Takže jsem ráda, že si kroj můžu příležitostně při slavnostní příležitosti obléct. Na sokolských sletech jsme tančily Věrnou gardu.

Řekla jste si po vystoupení ostatních babiček ve finále, tak ta je dobrá?

To jsem si říkala a záviděla jsem jim to. Byla tam dvaadvadesátiletá babička, která vyhrála zlato. To byste koukali, jak krásná žena to v tomhle věku byla. Tak jsme ji všechny objímaly a přály jí a ona se z toho tak těšila. A ona mi i řekla: „Půjdeme i příští rok, já už byla víckrát

usmějete se na ně, tak se oni usmějí na vás

a je to skvělé. “Takže té jsme všechny mohly jen závidět. Také bych se toho věku chtěla dožít a třeba i dožiju, ono stárnutí s partou lidí je lepší. Tak kdo ví.

Takže v celorepublikovém finále byla velká konkurence.

Byla velká. Všechny babičky byly skvělé, to jsem vůbec nečekala.

A která z těch disciplín pro vás byla nejtěžší?

Pro mě nebyla žádná těžká. Já hlavně chtěla zvládnout vyzpívat tu píseň. Protože já jsem altovka, tak to vytáhnout do toho skoro sopránu. Ale u žádné disciplíny bych neřekla, že bych ji nezládla.

Vy zpíváte Largo bez hudebního doprovodu. To je těžké...

Pro mě ne, já jsem byla i radší. Já když zpívám s hudbou, tak buď nasadím brzy, nebo pozdě. Takže je lepší, když si zpívám sama a jsem si svou paní v té písni, takže se nemusím soustředit na hudbu.

Litovala jste třeba na chvíli, že jste do soutěže šla?

Ne, nelitovala. Nejdřív jsem lidem v klubu vynadala, do čeho mě navlékli, ale oni mi řekli, že mě jednoznačně navrhli, že se všichni na mně shodli. Nejdřív jsem nechtěla, ale pak jsem řekla: „No, co mám s vámi dělat“ (smích).

Takže vás nominoval seniorský klub?

Nominoval mě Svaz postižených civilizačními chorobami z Teplice.

Na z celé soutěže nezapomenete?

Na tu atmosféru, na to, jak jsme si to s babičkami přály navzájem. Na tu radost, když se té druhé něco povedlo.

Vy jste v ústeckém semifinále ale zvítězila i v novinářské Babičce Seniorských listů. Čekala jste dvojnásobnou výhru?

To vůbec ne. Já z toho byla nejdřív zmatená. Nejdřív jsem dostala šerpu a dárek od Seniorských listů, takže jsem seděla a už ani moc nedávala pozor. Nevěděla jsem, že bych ještě mohla nějakou cenu dostat. Pak na jednu slyším, prosíme sólo pro Miloslavu Báležovou. Tak se mi to stáhlo v krku, že to není možné. A když přišel s další šerpou pan primátor Ústí, tak mu říkám: Nežlobte se, ale já už jednu cenu mám, dejte to někomu jinému. A on řekl, že ne, že si to zasloužím, a políbil mi ruku.

Od Seniorských listů jste k šerpě dostala i kávovar a říkala jste, že si kávičku dáte s kamarádkami, daly jste si ji?

Ano, ale představte si, že mi to nejdřív nešlo, neohřívala se mi voda. Takže jsem volala pravnučce, aby nám poradila, jak na to. Nakonec se to podařilo a kávu jsme si kamarádkami daly. Jenže za čas se mi podařilo při mytí nádobí nádržku na vodu shodit na zem a rozbít, ale pravnučka mi náhradní nádržku objednala a už zase můžu zvat kamarádky na výbornou kávu.

Jak se vám vlastně žije coby seniorce?

Moc dobře, jsem spokojená. Mám malý byteček s balkonem a krásným výhledem na Teplice. Nejhorší je pro mě bouřka. To jsou celé hory jako v ohni a já se i teď schovávám v ložnici pod peřinou. Mám skvělé sousedy a všeobecně lidi kolem sebe.

Jak moc je současné generace jiná než ta vaše?

My jsme si víc povídali. Současná generace je věčně na mobilu. Ale řekla bych, že jsou zase chytřejší a jezdí do světa. A ty vymoženosti. Už jen ty pleny. Představte si vyvařit a vyžehlit pleny pro čtyři děti. To teď ty maminky neznají. Plenu vezmou a vyhodí do koše. Mají plno výhod, co my jsme neměli.



Rozumíte si s moderními technologiemi? Počítačem, chytrým telefonem.

Já mám starý mobil, obyčejný. A dotykový nechci. Mám televizi, rádio a to mi stačí.

A když třeba platíte, tak hotově nebo kartou?

Dřív jsem platila jen hotově. Ale loni jsem měla infarkt a řekla si, co kdyby se se mnou něco stalo, tak jsem si zřídila účet v bance a platby mi jdou z účtu. Ale mám

ráda nějakou korunu u sebe, a když musím platit kartou, tak se ptám, jak na to, a stejně to tam často dám opačně (smích).

Jaký je váš recept na spokojené a šťastné stáří?

Mít všechny lidi kolem sebe rád a být vstřícný. Protože, když jste hodní na lidi a usmějete se na ně, tak se oni usmějí na vás. A tak je život pak radostnější a veselejší. Když ke mně chodí vnoučata a pravnučata a povídáme si o všem, tak to jsem pak ráda. ■ sl

PROFIL

Babička Ústeckého kraje, Babička Seniorských listů a bronzová Babička roku Miloslava Báležová se narodila v roce 1935 v Praze. V kojeneckém věku byla předána do pěstounské péče v Litomyšli, kde prožila část dětství. Když se ale musela později vrátit ke své vlastní matce, tak se jí život obrátil vzhůru nohama. Naštěstí se ale zase vrátil k milovaným pěstounům. Měla pestrý život, vystřídala několik zaměstnání, ale většinu času prodávala potraviny v Bílině a Teplicích. Má čtyři děti, sedm vnoučat, čtrnáct pravnučat a dvě praprávnučata. Ráda pracuje na zahradě, tančí, zpívá a hraje karty. Její osud je zaznamenán v Národní kronice, která by měla být největším archivem událostí, jež mají obnovovat paměť národa.

Ve finále Babičky roku porazily Miloslavu Báležovou jen vítězka Jarmila Chudobová z Královéhradeckého kraje a stříbrná Marie Záhorová z Olomouckého kraje.

Oslava Dne seniorů s vítězi Sen Artu 2019



Město Ústí nad Labem pro své seniory opět připravilo oslavu Dne seniorů v Domě kultury.

Sešlo se zde několik set seniorů, které přivítal primátor města Petr Nedvědký společně s náměstkyní Věrou

Nechybovou. Součástí programu bylo vyhlášení vítězů soutěže Sen Art 2019. V kategorii ruční práce vyhrála paní Ludmila Hodková se svými ručně dělanými šperky. Kategorii malba ovládl pan Jindřich Pouliček a v kategorii



fotografie uspěla paní Hana Dvořáková. Ceny však obdrželi všichni soutěžící.

Samy seniorky si připravily ukázkou izraelských tanců, vystoupily děti z DDM, tradičně již zahrála oblíbená kapela OLI a jako hlavní hvězda

večera vystoupil Marcel Zmožek. Na známé hity tančili seniory až do večerních hodin a parket byl po celou dobu zcela zaplněn. Tradičně již byl připraven raut s občerstvením a vstup zcela zdarma. Těšíme se na rok 2020.

AKCE PRO SENIORY V DOMĚ KULTURY

2. 12., 13:00	Senioři ČR (restaurace)
2. 12., 10:00	Izraelské tance (DDM)
2. 12., 15:00	Bridžový klub (Káčko)
3. 12., 13:00	Senioři ČR (restaurace)
3. 12., 14:30	Aktivní spolek seniorů (restaurace)
3. 12., 10:00	Malířský kroužek (DDM)
4. 12.	Trénink paměti a cvičení z technických důvodů odpadají!
5. 12., 9:00	PC kurz (DDM)
5. 12., 9:30	Pěvecký kroužek (restaurace)
9. 12., 13:00	Senioři ČR (restaurace)
9. 12., 10:00	Izraelské tance (DDM)
9. 12., 15:00	Bridžový klub (Káčko)
10. 12., 13:00	Senioři ČR (restaurace)
10. 12., 10:00	Malířský kroužek (DDM)
10. 12., 14:30	Ústecký Arcus – Vánoční posezení
11. 12., 13:00	Senioři ČR – Vánoční posezení (restaurace)
11. 12., 13:00	Trénink paměti odpadá!!
11. 12., 14:00	Cvičení (Káčko)
12. 12., 9:00	PC kurz (DDM)
12. 12., 9:00	Klub dovedných rukou (DDM)
12. 12., 9:30	Pěvecký kroužek (restaurace)
14. 12., 13:00	Svaz tělesně postižených
16. 12., 13:00	Senioři ČR (restaurace)
14. 12., 10:00	Izraelské tance (DDM)
14. 12., 15:00	Bridžový klub (Káčko)
17. 12., 13:00	Senioři ČR (restaurace)
17. 12., 10:00	Malířský kroužek (DDM)
18. 12., 13:00	klub důchodců Spolchemie (restaurace)
18. 12., 14:00	Cvičení (Káčko)
19. 12., 9:00	PC kurz (DDM)
19. 12., 9:30	Pěvecký kroužek (restaurace)

Případné změny programu budou včas vyvěšeny!
Bližší informace : Mgr. Lenka Jaremová (777 990 100)

Ústí a dopravní podnik vydají brožuru pro seniory



Dopravní podnik města Ústí nad Labem ve spolupráci s městem připravuje brožury k novému elektronickému odbavovacímu systému MHD pro seniory. Tyto brožury se budou distribuovat seniorům prostřednictvím Rady seniorů města Ústí nad Labem a všech seniorských klubů, kde zároveň bude předvedena ukázkou na simulačním

zařízení EOS - elektronický odbavovací systém.

Karty, které obdrží seniory nad 70 let na dopravním podniku, plně hradí statutární město Ústí nad Labem. Cena jedné karty je 99 Kč, pro seniory nad 70 let samozřejmě zdarma.

O změnách bude město i dopravní podnik včas informovat.

Vyšší penze mohou zlepšit kvalitu stravy

Čeští senioři se stravují nezdravě. Myslí si to sedmdesát procent respondentů průzkumu poradenského portálu Neztratitsevestari.cz.

Jako hlavní důvod uváděli účastníci průzkumu nejčastěji omezené finanční zdroje seniorů. Cestu ke zlepšení vidí veřejnost ve zvyšování důchodů a dotacích na seniorské stravování. Průzkum na vzorku 3000 respondentů realizovala společnost Rondo Data.

„Z průzkumu nám také vyplynulo, že pětadvacet procent lidí nemá dostatečné informace, jak by se měli senioři zdravě stravovat. To je jeden z důvodů, proč jsme zprovoznil poradenský portál Neztratitsevestari.cz, kde senioři i jejich rodiny najdou odpovědi jak na tyto otázky, tak i informace týkající se stáří, aktuální novinky i rady profesionálů, které pomohou při řešení životních situací,“ říká Denisa



Ratajová z organizace Sue Ryder, která portál provozuje.

Průzkum ukázal, že Češi považují otázku stravování seniorů za důležitou (74 %) a o stravování svých seniorských příbuzných se zajímají. „Vědí tedy, alespoň rámcově, jak se stravují (85 %). Za spíše nezdravě považuje jejich stravování šedesát procent, za nezdravě devět, za spíše zdravě necelých sedmadvacet a za zdravě pouze 4,2 procenta,“

říká Tomáš Kučera ze společnosti Rondo Data, která průzkum realizovala.

Jako hlavní překážky zdravého stravování průzkum označil omezené finanční zdroje (49 %), dietní omezení (16 %) a zdravotní problémy jako jsou obtíže při polykání, žvýkání či snížená chuť k jídlu (16 %).

Na dotaz, zda si myslí, že mají dobré informace, jak by se měli senioři zdravě

stravovat, převažovaly odpovědi, že ano. Že mají spíše dostatečné informace, odpovědělo čtyřicet procent lidí, za spíše nedostatečné je považuje 35 % respondentů, za dostatečné patnáct procent, za nedostatečné pak deset procent. Jako nejčastější zdroj informací uvádějí ve třiašedesáti procentech respondenti internet, dále pak s odstupem doporučení blízkých (12 %), odborné publikace (10 %), informace od lékaře (10 %) a časopisy (5 %).

Cestou k lepšímu stravování seniorů by mělo být dle respondentů zvyšování důchodů (36 %) či dotace seniorům na stravování (21 %) a o zlepšení stravování seniorů by se měl zasadit stát (43,4 %) a rodina (41,1 %).

Průzkum na vzorku 3000 respondentů realizovala společnost Rondo Data, která se zaměřuje na průzkumy veřejného mínění a výzkumy trhu. ■ sr

Město Chomutov je oporou svým seniorům

Město Chomutov se stále snaží seniorům usnadnit život. Jednou z velkých investičních akcí nejen tohoto roku je rekonstrukce sociálních zařízení v chomutovském domově pro seniory.

„Akce je poměrně rozsáhlá a náročná. Koupelny totiž procházejí kompletní rekonstrukcí tak, aby co nejvíce vyhovovaly potřebám seniorů a zároveň byl zvýšen komfort jejich bydlení. Rozdělili jsme ji tedy celkem do tří let, neboť i v průběhu oprav musíme zachovat pohodlí klientů,“ prozradil náměstek primátora statutárního města pro sociální oblast Mgr. Milan Märč.

Další novinkou, kterou město pro seniory zajišťuje, je SoS doprava. „Tato služba výrazně usnadňuje přepravu nejen seniorů, ale i zdravotně handicapovaných osob. A to zejména k lékařům, na

úřady, do knihovny, ale také třeba na hřbitov,“ doplnil Milan Märč a dodal, že za jednu jízdu je účtována paušální částka 30 Kč a zbytek město doplácí.

V Chomutově se ale nezapomíná ani na kulturní vyžití. „Každoročně pořádáme celodenní společenskou akci v Městském divadle Chomutov s názvem Chomutov svým seniorům. U této příležitosti jsou v průběhu celého dne prezentovány volnočasové, pohybové i vzdělávací aktivity, ruční práce a součástí je také široká nabídka bylinek a šperků nebo poskytované poradenské služby. Letos byla akce doplněna o módní přehlídku a vystoupení Základní umělecké školy Chomutov. A v podvečerních hodinách se mohli účastníci pobavit při vystoupení Vladimíra Hrona a následně tancem či jen poslechem produkce kapely Chillí Band Viliama



Béreše,“ přiblížila ředitelka organizace Sociální služby Chomutov Mgr. Alena Tölgová.

Mezi další akce, které město Chomutov a Sociální služby Chomutov pořádají pro seniory, jsou např. Art senior Chomutov, tedy soutěž převážně pro aktivní seniory, a to v ručních pracích. Soutěž je rozdělena do čtyř kategorií: kresba a malba, keramika, paličkování a výšivka, fotografie a hodnocena je

širokou veřejností. Vítězové jsou následně oceněni na výše zmíněném slavnostním večeru seniorů.

„Mezi naši každoroční akce patří také konference na netradiční témata, letos např. Virtuální svět a jeho rizika, čímž se laické veřejnosti, tedy i seniorům, snažíme přiblížit zajímavá a občas náročná témata. Tyto odborné konference se mezi veřejností těší velké oblibě,“ zakončila Alena Tölgová.

Pavel Trávníček: Popelka je symbolem Ván

Herec, dabér, divadelní režisér a principál vlastního divadla Pavel Trávníček radí pracovat, dokud to jde. Nehádali byste, že energický a velmi aktivní princ z pohádek příští rok oslaví sedmdesátku. Baterky mu dobíjí malý synek. V Severočeském divadle několik měsíců zkoušel a už má za sebou úspěšnou premiéru muzikálu Zasněžená romace.

GABRIELA ZLÁMALOVÁ

Vypadáte výborně, hýříte energií, máte na to nějaký zvláštní recept?

Recept mám a je úplně jednoduchý (*smích*). Musí se hodně pracovat a málo spát.

Takže žádné zahálení?

To určitě ne. Většina lidí ten důchodový věk vnímá jako takový konec. Ale jak říká jeden můj kamarád: „Jít do penze a chodit na ryby je to nejhorší, co můžeš udělat. Musíš pořád pracovat. Cvičit hlavu, učit se texty. Jinak tě to zabije a člověk ztratí vnitřní motor, který ho někam žene.“ A s tím se ztotožňuji a radil bych to všem, co to jde, tak se zapojovat, pracovat a nebyť sám někde zalezlý.

Chtěl jste být vždy herec?

Ne, já jsem chtěl být zubař, ale také jsem byl hodně sportovec, takže jsem váhal. Napřed jsem chtěl být reportér. Líbil se mi totiž slavný slovenský reportér Gabo Zelenaj, který se vyznačoval tím, že strašně rychle mluvil, což se mi jako klukovi hrozně moc líbilo, takže jsem vždycky říkal já bych chtěl být sportovní reportér. Pak jsem ale chtěl být zubař a dopadl jsem tak, jak jsem dopadl.

Natácel jste s legendárním režisérem Václavem Vorlíčkem, jak na natáčení vzpomínáte?

Václav Vorlíček, dá se říct, byl pro mě takový filmový táta, protože u něj jsem začínal. Navíc u filmu je to tak, že režisérovi se úplně naprosto věří. Na place byla báječná atmosféra. Václav byl totiž velice galantní člověk s jemným humorem. Nevyráběl na place, jako někteří režiséři, dusno. On byl intelektuální člověk, takže s ním se dobře pracovalo.

Měl jste to štěstí a hrál jste s legendami, jako byl například Vladimír Menšík. Jak vám třeba zrovna on přirostl k srdci?

Tak zrovna Vladimír Menšík přirostl k srdci úplně každému, protože byl nesmírně kolegiální. A i když je spojován s různými historkami, tak to byl opravdu velký profesionál, vždy byl připravený. Byl to člověk s úžasným humorem.

Já měl jednu dobu to štěstí, že jsem s ním jezdil jeho pořad „Křeslo pro hosta“, tak jsem s ním nějakou dobu strávil. U něj jsem viděl tu genialitu jeho fantazie. On se neopakoval. Některé historky měl takzvaně kmenové, ty říkal častěji, ale jinak úžasně improvizoval a to byla pro mě škola, která byla k nezaplacení.

Blíží se Vánoce a k nim patří Popelka. Vnímáte ji jako symbol televizních Vánoc? Díváte se?

Ted' už se nedívám. Ale symbol Vánoc to je a pro velkou část Evropy, pro Norsko a samozřejmě Německo. Takže k Vánocům patří. Dnes je to pro mě už hlavně taková sentimentální vzpomínka, ale bylo to fajn natáčení. A zajímavý fakt je, že tehdy vůbec nikoho, když se to točilo, nenapadlo, že by to mohlo tak moc slavné.

Jak jste se k roli prince dostal?

Normální cestou, jak se dnes říká castingem, tehdy to byly kamerové zkoušky. Takže takové to postavte se z profilu, anfas, dobře, děkujeme, na shledanou (*smích*). A teď se to začalo kombinovat. Koho k němu, koho k Libuše.

Zmiňujete krásnou Libušku Šafránkovou,



Pavel Trávníček s manželkou Monikou a synem Maxmiliánem.

Foto: archiv PT

nezamiloval jste se do ní třeba?

(*Smích*) Libušku si musí zamilovat každý. Ona když přišla, tak kolem sebe šířila z duše strašný dobro, pohodu a lásku. Ona je velice něžná, takže ji měli rádi úplně všichni.

V Popelce vám zdatně sekundoval bývalý ministr kultury herec Vítězslav Jandák. Jak se s ním hrálo?

To byla doba, kdy Slávek ještě netušil, že bude ministr

(*smích*). Ale on byl bezvadný. On je takový chlapák, lidově řečeno, řízek od rány. A myslím, že i jako ministr byl dobrý a i jako šéf filmového festivalu ve Zlíně.

A jak to natáčení pod taktovkou režiséra Vorlíčka probíhalo?

Natáčelo se hlavně ve velmi svízelných podmínkách. Z technického hlediska to není jako dnes, kdy to jde velmi snadno. Tehdy museli kluci donést tři obrovské lampy. Václav vždy mávl

oc pro půlku Evropy

rukou někam do dálky a řekl: „Támhle, je to asi půl kilometru, tam donesete ty světla.“ A tak to bylo se vším. Nebo ta kamera, když jsem ji nedávno viděl, to je prostě něco neuvěřitelného. Technicky to bylo hodně náročné a my jsme třeba udělali jen dva, tři záběry za den. Dnes je to šup, šup, a když to nejde, tak to smažte, dáme to znovu.

Pohádka vznikala, na saském zámku Moritzburg, který je z našeho kraje nedaleko. Každý rok se zde pořádá i výstava k Popelce, byl jste se někdy na výstavě podívat?

Ano, od začátku té výstavy jsme tam byli každý rok. Pojedeme tam i tentokrát. My jsme taková rekvizita Moritzburgu. Návštěvníky, co tam přijdou, což jsou často i české zájezdy, pozdravíme, provedeme. Lidé mě poznávají a ptají se, co tam dělám, tak jim vždy odpovím, že jsem na zámku přeci doma (*smích*). Jsem moc rád, že nás na Moritzburg stále zvou. Určitě všem doporučuji návštěvu. Ten zámek je nádherný, na jezeře.

Ale nemáte trochu pocit, že si Němci tu pohádku přivlastňují?

Ono to bylo vlastně bráno tak nějak napůl. V pohádce hrají němečtí herci. Král, královna, macecha. Německá byla i produkce. A upřímně řečeno, je fakt, že přes německou stranu se pohádka dostala do Evropy. Myslím, že Barrandovu by se to tak snadno tehdy nepodařilo.

Máte své zájezdové divadlo, můžete nás na něco pozvat?

Hrajeme po celé republice, je to taková ta tradiční forma hraní, zájezdy. Ale moc nás to baví. Teď jsme tedy byli častěji na Moravě. Hrajeme především komedie. Nedávno jsme měli premiéru francouzské detektivní komedie Vysoká hra, v hlavní roli s Yvettou Blanarovičovou. Na tu bych vás pozval. A další věc, na

kterou bych vás pozval, je hra, kterou jsem napsal, která se jmenuje Sborovna. Ta není o záčcích darebácích, ale naopak o učitelích, které mají své mouchy. Je to velká sranda.

Máte blízko k Ústeckému kraji?

Ano, jezdím sem, v Klášterci nad Ohří mám sestru. A celý podzim jsem zkoušel v Severočeském divadle v Ústí nad Labem.

A co jste zkoušel v ústeckém divadle?

Zkoušeli jsme Zasněženou romanci, kterou jsem napsal já s Tomášem Vondrovicem. Je to muzikál, při kterém uvidí diváci živou kapelu na jevišti. Známy krásný příběh plný tance a zpěvu s hudbou Glena Millera, takže swingovky. Příběh kapely, která získá angažmá v Sun Valley i se svou hvězdou Vivien Dawnovou. Všechno běží hladce až do chvíle, kdy se manager Jarry Allan přizná, že očekává dítě z válčící Evropy a slíbil, že se o něj bude starat celá kapela. Hraje například Tereza Mátllová, která alternuje s Jolanou Smyčkovou, Glenna Millera hraji já, milionáře hraje Dan Hůlka a mnoho dalších.

Jste hodně aktivní. Máte malého synka, řekl byste, že i on vám dodává energii?

To je to nejdůležitější na světě, to je to nejlepší, co mě potkalo, a mnoho věcí šlo stranou. Ubral jsem ve spoustě povinností, protože můj Maxmilián mi stojí za to. Neuvěřitelně si ho užívám a on mi tu energii opravdu dodává.

A ptát se, co rád děláte ve volných chvílích, je tedy asi zbytečné?

Ale ne, když mám volno, tak velice rád pracuji na zahrádě, kterou mám hezkou, stylově upravenou. Rád se o ni starám. A když mám čas, tak si jdu rád zahrát tenis. Ten hraji už od mládí, kdy to ještě ani nebyl takový módní sport. A v zimě docela slušně lyžuji, takže i na lyže jezdíme.



Elegantní a pohádkovému princovi by blížící se sedmdesátka nikdo nehádal. Foto: archiv PT

PROFIL

Pavel Trávníček se narodil se 26. října 1950 v Konici a je český herec, moderátor, dabér a divadelní režisér. Vystudoval JAMU, hrál v brněnském Divadle bratří Mrštíků, v Divadle E. F. Buriana a v Městských divadlech pražských. Byl i uměleckým ředitelem Hudebního divadla v Karlíně. V současné době vede Divadlo Pavla Trávníčka. Do diváckého podvědomí se zapsal díky rolím princů ve známých českých pohádkách. Moderoval zábavný hudební pořad DO-RE-MI. Věnuje se i dabingu a svůj hlas propůjčil Alainu Delonovi, Johnu Travoltovi, Melu Gibsonovi nebo Alanu Aldovi. Byl čtyřikrát ženatý a má tři syny.



Litvínov zve do zámku Valdštejnů

Litvínovský zámek Valdštejnů, který byl přestavěn podle návrhu Františka Maxmiliána Kaňky do dnešní barokní podoby v letech 1732-1743, je celoročně přístupný. V současné době nabízí několik expozic a výstav. Do 11. ledna příštího roku zhlédnete interaktivní výstavu LITVÍNOVSKÉ ZÁMECKÉ IMAGINÁRIUM DIVADLA BRATŘÍ FORMANŮ A JEJICH PŘÁTEL. Bratři Formanové se svými přáteli výtvarníky obýdli zámeckou galerii loutkami, akrobaty, cirkusovým šapitó, pohádkovými imaginacemi, hybohledy a kuklostroji, obrázky i divadelními dekoracemi. Povedlo se jim otevřít prostor, kde fantazie nemá hranice, hrát si je povoleno a více než žádoucí. Výstava je rozdělena do několika částí. Přes kouzelný les se dostanete do hýbacího a hravého cirkusu. Jako hub po dešti je tu naseto hybohledů a kuklostrojů – kouzelných dřevěných bedýnek, které ukrývají drobná panoramata a historky. Stačí zatočit klikkou, rozpohybovat postavy a příběh začíná...

PŘEHLÍDKA ŘEMESEL, NÁPADŮ, ZRUČNOSTI A VTIPU aneb Vánoce po celý rok se stala od roku 2001 tradiční každoroční výstavou vánočních stromků v období adventu. Výstava byla poprvé zahájena v Galerii Radniční sklípce. Po zrušení galerie se přemístila do prostorů zámku Valdštejnů. Výstava nabízí celoroční inspiraci na ozdobení vánočních stromků i přehlídku nápadů, řemesel a zručnosti. Po roce jsou vánoční ozdoby nahrazeny novými. Výtvarníci je vyrábí ze zcela netradičních materiálů. Použity už byly flakony od parfémů, korek, sirky... Na výstavě nechybí ani vánoční klasika, zdobené perníky, skleněné koule, paličkovaná krajka... Letos se můžete těšit na artistry ze dřeva, hodně pracné 3D hvězdičky z korálků, ozdoby z papíru, origami, poprvé budou k vidění pletené vločky a jiné.



Vystavující: Petra Hanáková, Věra a Lenka Drengubákovy, Eva Šišková, Lenka a Ivana Paulovičovy, Anna Kropáčková, Lenka Fílová, Jaroslava Číhalíková, Ivana a Jana Chytkovy, Monika Tvrzníková, Kateřina Rybová, Hana Fejfar, Karolína Stráníková, Martin Lhoták, Roman Kubec, Dekor.perník, Klub paličkářek Herdulky, Patchwork klub Litvínov, RAUTIS, a. s. Poníklá.

Ve stálé expozici zámku najdete SOCHY STANISLAVA HANŽÍKA. V galerii jsou vystaveny busty známých herců R. Hrušínského, V. Brodského, J. Kemra, S. Neumanna nebo oceněná díla v zahradě Svářeč, B. Hrabal. Součástí výstavy jsou fotografie Josefa Sudka. Některé z vystavených soch se objevily v českém filmu Pupendo. Výstavy HRAČKY A HRY DĚTÍ ZE ŠLECHTICKÝCH RODIN a HRAČKY HUSCH vyráběné v Litvínově byly prodlouženy do konce roku 2020. Hračky zapůjčili sběratelé M. Smaha a M. Widentský. Výstava HRAČKY A HRY

DĚTÍ ZE ŠLECHTICKÝCH RODIN je doplněna historickým nábytkem z Oblastního muzea a galerie v Mostě.

Chystané akce v zámku:

11. prosince ČESKO ZPÍVÁ KOLEDY
12. prosince
ZÁMECKÉ DÍLNIČKY – výroba kapříků ze dřeva

www.litvinov.cz

Litvínov, ul. Mostecká čp. 1, GPS: 50°35'50.656"N, 13°36'37.222"E,

www.litvinov.cz

Pokladna: tel. 603 151 600, otevřeno celoročně ÚT-NE

Prohlídky imaginária Divadla bratří Formanů: 9.00, 11.00, 14.00, 16.00 hod.

Prohlídky ostatních expozic:

10.00, 13.00, 15.00 hod.

Vstupné: dospělí 50 Kč, důchodci 30 Kč, děti a studenti 20 Kč, rodinné vstupné 90 Kč.

ZAJÍMAVOST

Kino slaví devadesátiny výstavou

Doba vzniku duchcovského kina Lípa byla ve znamení filmařské revoluce. Do kinematografického průmyslu vstupoval zcela nový fenomén, který si záhy podmanil celý svět - zvuk. Byl to konec éry němého filmu a začátek slavné éry ozvučeného filmového pásu. Kino Lípa nechala vystavět tehdejší městská rada dle projektu českolipského projektanta Richarda Brosche, mimo jiné tvůrce kina na Střekově, v Trutnově, Vítkově a na dalších místech. Kino bylo vybaveno stejně kvalitní zvukovou technikou, jakou se v té době chlubilo pražské kino Lucerna. Diváci do kina Lípa poprvé přišli v sobotu 30. listopadu 1929. Vešlo se jich tam 732 a v úvodu večera viděli krátký němý film Dux ein Stadtbild, který na objednávku města natočila v Duchcově pražská filmová společnost AB. Hlavním trhákem večera byl německý velkoformát se zvukem Die weisse Hölle vom Piz Pallü (Bílé peklo). Údiv diváků nad novou filmovou technikou byl nezměrný. K 90. výročí otevření kina Lípa je k vidění výstava filmové a projekční techniky unikátní sbírky sběratele Miloše Štěpána ve vestibulu kina. ■ bovi



Pavel Tůma maluje už dlouho voňavé břízy

Na zámku v Trmicích představitel senior Pavel Tůma (68) několik svých obrazů, doma jich moc nemá, ale namaloval jich kolem tří stovek. Rozdával je přátelům, svou šikovností dělal radost těm druhým. Sám o sobě tvrdí, že je samouk, nikdy do žádného malířského kurzu nechočil, ale klidně si troufne na olejomalbu. Ve čtvrté třídě namaloval úhlem strom a učitelka si ho nechala na památku, asi věděla proč. Nikdy žádnou výstavu neměl, ale kdyby posbíral všechna svá díla, zaplnila by jedno patro v muzeu. Největší plátno údajně měřilo na délku dva metry, do auta se to nevešlo. Nejraději maluje přírodu, ale když ho přemluví kamarád, tak udělá výjimku. Jednomu namaloval parní lokomotivu, jinému německý tank,



dalšímu rozkvetlý záhon. Jen jednou maloval portrét, bylo to v hospodě a objektem byl vousatý myslivec. Jako raritu rád ukazuje obrazy, které maloval podle českých známek. I rámy vybírá zajímavým způsobem. Velký rám od zrcadla dostal výměnou za malý obrázek, jindy zase ležel dlouho na půdě u sousedů. Když má

nápad, odnese kuchyňský stůl stranou a dlouze se zamyslí. Kompozici si připraví tužkou, s barvou začíná pracovat od nebe. Někdo sbírá platidla, plechovky od piva, pěstuje tulipány, rodák z Trmic Pavel Tůma obdivuje staré mistry a rád maluje voňavé břízy.

■ Miroslav Vlach, Regionální obec Slováků žijících v Ústí n. L.

Pestrý podzim ústeckých seniorů

Klub důchodců z Ústí nad Labem se na podzim opravdu nenudil.

Hezká akce se konala 21. října, kdy nás potěšila studentská kapela, s novým názvem Jiný kafe. Hrála oblíbenou dechovku a swing. Seniori mohli hudbu poslouchat, ale také si mohli zatancovat. Akce byla věnována 101. výročí založení Československé republiky.

Další, velice povedený, byl taneční karneval, který byl věnován módě 1. republiky. Zahrála nám kapela Old Boys. Ze 150 zúčastněných seniorů se jich sto obléklo stylově.

Mimo tyto společenské akce byli seniori na týdenním pobytu ve Vysokých Tatrách, kde všem přálo počasí, i když už byla sněhová pokrývka. Spokojeno bylo všech 53 účastníků. Dalších osmdesát seniorů bylo na rekreačním pobytu ve Sloupu, kde bylo nejen výborné počasí, ale rostlo i mnoho hub.

Pod vedením paní Frankové se v listopadu uskutečnil ještě jeden pobyt v polském Pobierowu. Vedoucí těchto akcí si zaslouží velkou pochvalu.

Nyní nás čeká 11. prosince vánoční taneček a budeme se nejen loučit se starým rokem, ale těšit se na bohatý program v novém roce 2020!

■ Za výbor Jarka Vogelová z Klubu důchodců Ústí nad Labem

V domově v Dobčicích slavili sté narozeniny

Krásných 100 let oslavila paní Helena Pečivová žijící v dobčickém domově seniorů. Paní Heleně k jejímu jubileu osobně poblahopřál za všechny občany Severní Terasy starosta Jaroslav Šimanovský (zcela vpravo) společně s primátorem Petrem Nedvědickým (druhý zleva), náměstkem Tomášem Vlachem (čtvrtý zleva), s členkami Komise pro občanské záležitosti i spolu s vedením Domova pro seniory Dobčice.

■ Domov pro seniory Dobčice



V mosteckém okrese máme zaregistrováno celkem 21 klubů seniorů

Rada seniorů se snaží pro své členy zajišťovat každým rokem nové a atraktivní destinace tak, aby naši seniori poznávali stále něco nového. Od roku 2013 zajišťujeme dovolené s cestovní kanceláří IMT TOUR se sídlem v Bojnici. Za tuto dobu jsme absolvovali dovolenou v Bojnici a také v lázních Luhačovic s příjemným ubytováním v hotelu Adamantino v těsné blízkosti přehrady. Seniori se také podívali na Pálavu - do kraje vína a kulturních památek. V penzionu pod Kraví horou v Bořeticích jsme si

užívali ochutnávky vín, burčáku a hlavně krásných výletů do Lednice, Valtic, Mikulova a okolí. Zajímavé a poutavé bylo putování s prezidentem Svobodné spolkové republiky Kraví hora Bořetice, s návštěvou vinných sklípků. Již druhým rokem zajišťujeme dovolenou ve slovenských lázních Rájecké Teplice. Jsou to malé, ale kouzelné lázně s překrásným lázeňským komplexem Aphrodite. Pro naše seniory bylo zajištěno ubytování i s lázeňskou péčí v hotelu Skalka, který je obklopen rozlehlou parkovou částí s příjemným



venkovním posezením. Ani zde nebyla nouze o výlety. Návštěva Těrchové nebo památkové rezervace Čičmany, kde krása malovaných domů musí

uchvátit každého návštěvníka. Pro nás to bylo o to milejší, když jsme tam potkali partu motorkářů přímo z našeho regionu. Po krátkém povídání a s pozdravem „vždycky Most“, jsme se s touto partou nadšenců rozloučili. V letošním roce jsme měli možnost zajistit pro seniory novou destinaci Západní Tatry - Roháče v obci Zuberec s překrásnou přírodou, perfektními výlety a také v Hodoníně, kde bylo zajištěno ubytování v hotelu Panon.

■ Ilona Marková, Regionální výbor Mostecka

V dešti zaniklým Vitímem a na Bukovou horu



Máme za sebou další úspěšné cestování. Při nákupu jízdenek nám pokladní oznámila, že rychlík má zpoždění, abychom jeli osobákem, který stál na nástupišti. Bylo nutné se rychle rozhodnout. Vyjeli jsme o 15 minut dříve, než bylo plánováno. Tímto se omlouvám, pokud jsme někomu ujeli. Na nádraží v Těchlovicích rozbalujeme pláštěnky a deštníky, jak jinak, zase prší. Hned od nádraží začíná 5 km stoupání. V půli cesty narazíme na sněh. Na vrcholku Bukové hory již pod nohama křupe. Následuje malá svačina, vrcholové foto a cesta dolů. Procházíme zaniklou obcí Vitím. Lesem se dostáváme až k Malému Březnu. Zavřená hospoda nám ani trochu nepříjemný čekání na zpáteční vlak.

■ Turisté z Litoměřic

Rekondiční pobyt ve Sloupu se vydařil



Svaz tělesně postižených z Chomutova uspořádal pro své členy rekondiční pobyt ve Sloupu v Čechách. Součástí tohoto pobytu bylo zdravotní cvičení, masáže, vycházky do blízkého okolí, soutěže, společenský večer i výlet na zámek Lemberk a do Baziliky svatého Vavřince a svaté Zdislavy. Na tento pobyt účastníkům přispělo město Chomutov, za což všichni účastníci rekondičního pobytu vřele děkují.

■ I. Bubeníková, Svaz tělesně postižených, místní organizace Chomutov

Deset družstev se utkalo v Makovém klání

Do Podkrušnohorských domovů sociálních služeb se sjelo 10 družstev z různých domovů pro seniory, aby změřily své síly při XVIII. ročníku Dubskeho koláče. Soutěžilo se v devíti disciplínách, kde se testovaly znalosti soutěžících z oblasti vaření, ale i to, jak šikovně by si v kuchyni senioři počínali. Disciplíny byly zaměřeny na jemnou motoriku a paměť. Naše soutěž je originální především tím, že se nejen měří síly v disciplínách, ale každé družstvo přiveze zákusek upечený hráči v jejich domově. Každý rok je zadání jiné. Letos se pekl zákusek s mákem a byla to výborná volba. U zákusků hodnotíme nejen chuť, ale i jejich vzhled. Součástí programu bylo dnes již neodmyslitelné překvapení, které letos zajistila skupina Bolly Ladies, která nejen že nádherně tančila, ale účastníky i rozžhábala. K odpolední kávě a koláči nám zahrála kapela Olí, která je v našem domově pravidelným hostem, a moc rádi si s nimi vždy zatancujeme a zazpíváme. Sportovní klání bylo velmi napínavé až do posledního okamžiku. Dvě družstva získala stejný počet bodů a bylo tedy potřeba zařadit ještě jednu disciplínu, abychom se dozvěděli, kdo



vyhrál a kdo byl druhý. Pořadí bylo tedy následující. První místo v kuchařských soutěžích vybojovalo jedno z našich družstev, a to z teplického domova U Nových lázní, na druhém místě se umístili soutěžící z DPS Orlická a třetí místo vybojoval tým ze senior centra Pohoda. V hlavní disciplíně, kde se hodnotí jak vzhled, tak i chuť koláče, zvítězil koláč z ústeckého domova pro seniory Severní terasa, druhé místo si „vypekli“ účastníci z teplického domova U Nových lázní a třetí místo získal koláč z domova důchodců Chlumec. Každoročním sponzorem této akce je Český porcelán Dubí,

jehož krásné ručně zdobené talíře se během let staly neodmyslitelnou součástí celé akce. Dalšími sponzory byly: krupská lékárna paní Markové a město Bílina. XVIII. Dubský koláč proběhl hladce, atmosféra byla velmi pohodová, přátelská a já jsem za to moc ráda. Chtěla bych tedy poděkovat všem, kdo se na přípravách a realizaci podíleli, všem kdo přijeli, přivezli nádherné, božsky chutnající zákusky a hráli fair. Děkuji a doufám, že se příští rok opět všichni sejdem, abychom si užili hezký den plný zábavy a chuti.

■ Kateřina Zemanová, PDSS Dubí – Teplice, p.o.

Duchcovští senioři se vydali na zámek Pátek

Užili jsme si další výlet. Tentokrát jsme se ocitli v okrese Louny na břehu řeky Ohře, abychom navštívili zámek Pátek. Užili jsme si zde i Medovinobraní. Plný autobus se tak vypravil poznat, pro nás zatím neznámý zámek s ochutnávkou medoviny. A i když přšelo, všichni byli spokojeni. Samotný zámek, který je v rekonstrukci, se už může pochlubit několika pěkně vybavenými místnostmi. V té první nás zaujala opravená stropní freska a plno obrazů a keramiky. V zadní části jsme viděli výstavu o životě cestovatele Emila Holuba, o vynálezci řetězového mostu Bedřicha Schnircha a králi orchidejí Bedřichu Roezlovi. Dokonce tam byl starý ruční mandl na prádlo, kteří si někteří z nás ještě pamatují. V horní části otevřených



prostor nás čekal ukázka staročeské kuchyně, oblečení hospodyně, kuchyňské doplňky, hračky atd. Na nádvoří hrála hudba z 19. století, šermovalo se, nechyběl stánkový prodej různých výrobků. Hlavně se ale prodávala medovina, víno a med. Blízko se nacházela restaurace, takže

jsme se i dobře najedli. Od podzimu je zámek otevřen jen o víkend. Zájemci o prohlídku mohou kontaktovat pana kastelána Chaloupku na mobilním čísle 731 005 123. Za rok se tam vydáme znovu a těšíme se na další zrestaurované prostory.

■ Marie Polívková, ČČK Duchcov

Vlasta Součková je stříbrná knihovnice Ústecka

Byla to opravdu velká sláva - v naleštěném sále Severočeské vědecké knihovny Ústí nad Labem se křtila bílá kniha nazvaná Knihovny Ústeckého kraje v novém miléniu. Šampaňským nešetřil Jaroslav Dubský, Jitka Sachetová a ředitelka knihovny Jana Linhartová. Potom byla představena odborná komise a finále soutěže Knihovnicků Ústeckého kraje 2019 mohlo začít. Nemyslete si, každou knihovnu navštívila pětice odborníků a otázek přímo na tělo bylo dost a dost. Hodnotilo se snad všechno, co má nějakou souvislost s knihou. Propagace, webové stránky, facebook, práce s předškoláky i školáky, vlastní aktivita, spolupráce s místními organizacemi, republikové akce, statistika nebo dokumentace. Třetí místo obsadila Alena Veselá z Měrunic na Teplicku. Druhá



byla Vlasta Součková z Trmic. Vyhrála Věra Jaborová z knihovny Hrobce u Roudnice. Naše želízko v ohni paní Součková pracuje v záměcké knihovně skoro dvacet let a slavnostnímu ocenění byla přítomna malá delegace z Trmic. Prvním gratulantem byl

samořejmě manžel, potom přišla na řadu starostka města Trmice Jana Oubrechtová s manželem, nechyběla Eva Tomsová z klubu seniorů. Byla tam skutečně velká konkurence a komise se pěkně zapotila.

■ Miroslav Vlach, Regionální obec Slováků žijících v Ústí n. L.

V Trmicích slavili narozeniny



Krásné životní jubileum triadevadesátileté oslavil Vlastimil Procházka z Trmic. Pan Procházka žije se svou rodinou, která se o něj pečlivě stará. Je stále při síle a užívá si péči o zahradu. Přišla mu popřát i starostka Trmic Jana Oubrechtová a za sociální komisi Eva Tomsová.

■ Eva Tomsová, sociální komise města Trmice

Oslavili jsme 12 let od založení klubu



Užili jsme si oslavu našeho trmického Klubu seniorů. Fungujeme už mnoho let a velmi rádi se scházíme. Uvítala nás krásná výzdoba k tomuto výročí, kterou pro nás připravily vnučky jedné naší členky. Vedoucí Eva Tomsová připravila malou výstavku historických fotografií Trmic. Občerstvení spolu s Evou Tomsovou přichystala Jana Vybíralová. Pozdravil nás přišla starostka Trmic Jana Oubrechtová. Popřála nám mnoho zdraví, úspěchů v naší činnosti a slíbila další dobrou spolupráci. Celé odpoledne se vzpomínalo, prohlížely se kroniky a fotky, no prostě pohoda.

■ Lenka Vávrů, kronikářka Klubu seniorů Trmice

Užili jsme si zájezd na Valeč



Cílem zatím posledního výletu našeho Klubu seniorů v Roudnici n.L., byl zámek Krásný Dvůr. Vyjeli jsme z Roudnice za deště. Doufali jsme, že pršet přestane a na nás se usměje sluníčko. To se také stalo, k zámku jsme již dojížděli za krásného počasí. Měli jsme vybraný základní okruh. Procházeli jsme osmnácti místnostmi vybavenými mobiliářem především z 18. a 19. století. Po prohlídce byla možnost prohlídka záměckého anglického parku s mnoha romantickými stavbami. Někdo si místo procházky vybral návštěvu kavárny. V pravé poledne jsme už vyjížděli na oběd do obce Valeč, kde jsme měli objednanou prohlídku Valeče a kostela Nejsvětější Trojice. Obci s 310 obyvateli vévodí barokní zámek, který se opravuje od 90. let. Fasáda září novotou, ale uvnitř zámku zatím žádný mobiliář není. Unikátní jsou sochy v záměckém parku z dílny M. Brauna. Po Kuksu je jich zde nejvíce. Park zářil podzimmními barvami a my jsme se spokojeni vraceli domů do Roudnice.

■ M. Machová, Klub seniorů v Roudnici n. L.



Rada seniorů města Ústí nad Labem pro nás v Domě kultury uspořádala Den seniorů. Společensko-zábavná akce Svátek seniorů byl zcela zdarma včetně hojného občerstvení a kulturních zážitků. Akci moderovala Alena Skalová a David Kozlok. K tanci a poslechu hrála hudební skupina OLI a speciálním hostem byl Marcel Zmožek. Všechny přítomné přivítala a popřála krásné odpoledne Květoslava Čelišová, která je předsedkyní Rady seniorů Ústí. Nechyběl ani primátor Petr Nedvědícký, který odměňoval a rozdával květiny. Byli jsme též vyzváni k pietní minutě ticha za zemřelého umělce Karla Gotta. Než začala taneční zábava, konalo se vyhodnocení Babičky roku 2019, kterou se na druhém místě stala 97letá bývalá učitelka Danuška Jírová. Přednesla nám několik básní, které sama složila. Ve výtvarné soutěži získal první místo Oldřich Paulíček.

■ Lenka Vávrů, kronikářka Klubu seniorů Trmice

Jubilující malíř Vladimír Šavel chodí po světě s očima otevřenýma

Malíř, pedagog a kurátor teplické galerie Vladimír Šavel junior je rodákem z Ervénic, ale žije dlouhá léta v Teplicích. V listopadu oslavil významné životní jubileum. A jak jinak než prací – velkou výstavou v Galerii Zahradní dům v Teplicích.

Jste úspěšným malířem, ale také učíte, která z těchto činností je nebo byla pro vás ta oblíbenější?

Nelze říci, že by některá z činností měla prioritu...souběžně jsem se svou uměleckou činností vždy učil. Ať na základní škole, lidové škole umění nebo na škole vysoké. A o oblíbenosti nelze mluvit vůbec. Jedna činnost postupovala druhou, navzájem se obohacovaly, ale na druhou stranu i omezovaly a vyčerpávaly.

Uměl byste sám sebe jako malíře charakterizovat?

Jsem kreslíř, grafik a malíř, který je realista, a proto potřebuji bezprostřední kontakt s okolním světem. Ten je pro mne inspirací a impulzem. Jeho podněty rozvíjím a vždy směřuji k realitě nové, která je poznamenána mým JÁ.

Co byste řekl o své tvorbě, jak byste ji přiblížil?

V minulé odpovědi jsem naznačil směřování. Ve své tvorbě se zaměřuji na krajiny – zejména na městskou vedutu, zátiší – hlavně květinová a v poslední době na tvorbu figurální.

Vše v kresbě, grafice či malbě. Mé podstatě nejvíce

asi vyhovuje kresebný lineární záznam, který je následně propracován světlem a stínem v plně plastický účín. Často obohacen barvou, kdy z tmavé plochy jako solitéry vystupují v až barokním principu světla.



Obrazy Vladimíra Šavla Jaro a Podzim.

Na co se v tvorbě nejraději zaměřujete?

Jak jsem předeslal, tak v poslední době se zaměřuji hlavně na figuru. Jsou to otisky lidského – ženského těla, aktů, které doplňuji kresbou či malbou, stříkáním spreji, dalšími otisky - tisky a podobně. Snažím se zachytit půvaby a krásy ženského těla, byť mnohdy s hořkou lyričností a s lehce ironicky erotickým podtextem.

Kde berete inspiraci?

Inspiraci hledám všude ve svém okolí. Snažím se chodit

s očima otevřenýma, dělat si kresebné záznamy nebo fotografuji. Ve svém archivu mám tak zásobu podnětů pro svou tvorbu.

Co pro vás malování znamená?

Výtvarná tvorba je pro mne vším. Jak říkával otec, den bez čárky je dnem ztraceným.

A co vás na malování nejvíce baví?



Foto: archiv VŠ

Nedá se říci, co člověka baví nebo nebaví. Snažím se pracovat na daném díle se zaujetím. Mnohdy jdou ruku v ruce radost, urputnost a řehole.

Pocházíte z uměleckého prostředí, mělo to v dětství na vás vliv?

Samozřejmě, rodinné prostředí, které bylo velice inspirativní, ovlivnilo mne i mého bratra. Chodili jsme k otci do ateliéru nebo s ním do plenéru, kde jsme kreslili a malovali, abychom následně některé kresby realizovali v grafice. Navštěvovali jsme výtvarné oddělení lidušky, kde učil. Chodili jsme modelovat k jeho kolegovi sochaři Václavu Kyselkovi, navštěvovali jsme ateliéry dalších výtvarníků a nasávali atmosféru a snažili se pro sebe zachytit věci podstatné pro uměleckou tvorbu. Vše nabyté a poznané nám umožnilo rozvinout i studium na střední uměleckoprůmyslové škole. U bratra pak studium na Akademii a u mne na katedrách

výtvarné výchovy na pedagogické a filozofické fakultě.

Takže přísloví o tom, že jablko nepadá daleko od stromu, na vás a vašeho bratra sedí dokonale, co?

Ano, toto přísloví platí dokonale. Bez práce a píce by však jakýkoliv talent či vliv prostředí byly na nic.

Jste autorem mnoha výstav, která je nebo byla pro vás ta nejdůležitější?

Všechny realizované výstavy jsou důležité. Vystavuji a představuji svá díla, mé děti, které mám rád. Významná byla třeba výstava v Galerii Kulturmodell v německém Passau.

Vystavujete více v Čechách, nebo v zahraničí?

Výstavy realizuji doma i v cizině. Jednou převažují domácí, jednou cizí. V poslední době je však omezují a spíše se zaměřuji na tvorbu v ateliéru. Času je nějak čím dál méně.

A co poslední výstava? Kde a kdy můžeme vidět vaše díla?

V polovině října byla zahájena velká výstava v Galerii Zahradní dům Teplice k mému životnímu jubileu. Výstavou Inventura 70 jsem totiž oslavil své 70. narozeniny.

Co komerční stránka umění?

Díky tomu, že stále učím, není pro mne komerční stránka umění prioritní...i když jakýkoliv prodej potěší. S mnohými pracemi se však ani rozloučit nechci.

Sice nejste rodilý Tepličan, ale žijete zde, jaký máte k městu vztah?

K městu Teplice mám vztah velice kladný, až vřelý. Jsem patriotem, neboť tak nádherné město, které znovu

PROFIL

Vladimír Šavel jr. se narodil 8. listopadu 1949 v Ervénicích. Vystudoval obor monumentální malby na Střední uměleckoprůmyslové škole v Uherském Hradišti. Studoval na katedře výtvarné výchovy pedagogické fakulty v Ústí nad Labem, na katedře výtvarné výchovy pedagogické fakulty a na katedře dějin a teorie výtvarného umění filozofické fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Přednáší na katedře výchov uměním na pedagogické fakultě Univerzity J. E. Purkyně v Ústí nad Labem a na pedagogické fakultě Technické univerzity v Liberci. Je kurátorem Galerie Zahradní dům v Teplicích.



vstává z popela, si to zaslouží. Dokladem tohoto vztahu k městu je i množství vedut s jejími krásami, která jsem za ta léta, co zde žiji a tvořím, udělal.

A jaký je váš vztah k Ústeckému kraji?

Jak k městu, tak i vztah k našemu kraji mám velice pozitivní. Miluji tu krajinu lemovanou Středohořím a Krušnými horami, která se v posledních letech pomalu probouzí z mnohaleté devastace. Vyrażím sice za tvorbou i do jiných destinací, ale sem se rád vracím, tady jsem doma!

Máte v kraji nějaká oblíbená místa?

Budu se opakovat, nejoblíbenější jsou ale asi Teplice, kde žiji a pracuji. Ztvárnil jsem je v řadě obrazů a grafických cyklů.

Hodně cestujete, tak může porovnávat. Jak se podle vás žije seniorům u nás?

Sice hodně cestuji, ale nejsem schopen erudovaně posoudit a srovnat život seniorů u nás a v cizině.

Oslavil jste letos na podzim významné jubileum. Změnilo se tím pro vás něco?

Pominou-li zdravotní obtíže, tak nezměnilo a doufám, že nezmění!

Co děláte rád ve volných chvílích?

Abych se přiznal, příliš volného času nemám... učím na univerzitě v Ústí a v Liberci, kurátoruji galerii v Teplicích, ale hlavně se věnuji své výtvarné tvorbě. Ta je pro mne prioritní a dominantní. Veškerý volný čas proto věnuji své práci v ateliéru.

Určitě máte ještě plno plánů, prozradíte nějaké?

Plánů je hodně...ale, zatím ještě, pokud budu mít síly, přednášet na fakultě v Ústí i v Liberci, věnovat se zmínované kurátorské činnosti v teplické galerii a hlavně umělecké tvorbě. Ještě jsem v ní neřekl poslední slovo. Úkolů je hodně.

■ gz

Rodinné setkání maminek a babiček



Poslední pondělí před adventem proběhlo setkání maminek z Rodinného centra Jeřabina a babiček z teplické Zvonkohry. Sešli jsme se v klubu důchodců na Nové Vsi, společně si zazpívali, představili se a zahráli divadlo O perníkové chaloupce, kde byla dokonce krásná opravdová perníková chaloupka, kterou babičky upekly a děti s velkou chutí olupovaly. Také si pro nás babičky připravily zdobené perníčky, i to se setkal s velkým úspěchem. Všichni byli ze setkání velice nadšení a shodli jsme se, že podobnou příležitost ke vzájemnému obohacení brzy zopakujeme. Děkujeme Heleně Vochtářové a všem ostatním babičkám za oboustranně prospěšnou a příjemnou akci a těšíme se příště snad ještě před Vánoci.

■ Ludmila Mráčková,
RC Jeřabina

Máme nové koupací lůžko a sprchovací křeslo

Poskytnutý nadační příspěvek od Nadace ČEZ jsme použili na nákup koupacího lůžka za 65 tisíc korun a sprchovací židli za 35 tisíc korun pro naše uživatele s omezenou mobilitou či pro plně imobilní uživatele. Koupací lůžko a sprchovací křeslo umožňují rychlé, jednoduché a bezpečné sprchování kombinované s komfortem koupání. Používáním sprchovacího lůžka se ulehčila namáhavá fyzická práce pracovníků přímé obslužné péče při manipulaci s uživateli při jejich koupání. Pořízením tohoto vybavení se zlepšila úroveň námi poskytované péče.

■ Petra Vaněčková,
Domov Velké Březno

Seniorské listy pomohly aneb S Hankou do Kanape

Milí přátelé, povím vám, co jsem zažil. Jednoho dne mi volá paní, že je z Litvínova, je osamocená a že se v Seniorských listech dočetla o naší organizaci „SPOLU proti samotě“. Vnučka jí prý našla na mě telefon.

Pak že se asi dva týdny rozmýšlela, zda má vůbec zavolat, jestli nebude na obtíž. Tak jsem jí ujistil, že rozhodně na obtíž není a že volá správně. Řekla mi, že by se ráda scházela s nějakou partou seniorů, aby nebyla tak sama. A protože jsem měl právě čerstvě po „námluvách“ s teplickým denním seniorským centrem Kanape, navrhl jsem jí, že by mohla přijet do Kanape na pravidelnou kavárnu. Zeptal jsem se samozřejmě i na to, jak je mobilní, a ona že má hole, ale jestli to není moc daleko od nádraží, že ráda dojde. Vymyslel jsem



tedy nejjednodušší cestu od vlaku, aby měla co nejméně zatáček a byla pokud možno po rovince. Vyzvedl jsem paní Hanku na nádraží a vyrazili jsme. Přijela, i přestože bylo vyloženo ošklivo a stále mrholilo, až přišlo. Tak jsem nad ní alespoň cestou držel deštník, aby nezmokla, a ukazoval jí cestu od nádraží do Kanape, aby to příště už zvládla sama. Na místo jsme dorazili za necelou půlhodinu, byl to docela výkon, ale paní Hanka si vůbec nestěžovala. V Kanapi nás uvítala milá Helena a po

chvilí oddychu a po doušku kávy jsem místní seniorské společnosti paní Hanku představil. Posadila se poblíž paní z Oseku, se kterou se hned daly do hovoru. Na fotce už jdou spolu na nádraží a možná se z nich stanou kamarádky. Každopádně ten den paní Hanka udělala první krok ze své samoty a věřím, že už to bude jen lepší. A když už takhle vystoupila ze své komfortní zóny, budeme pro ni hledat další, třeba i Litvínovu bližší, možnosti setkávání.

A proč vám to tu píšu? Určitě ne proto, abyste mě jakkoliv opěvovali, jak jsem báječný, ale abyste viděli, jak asi bude vypadat náš program „PROPOJOVÁNÍ“, na který hledáme dobrovolníky. Propojování osamocených lidí s už existujícími zájmovými organizacemi.

■ Robert Zauer,
SPOLU proti samotě

Uskutečnil se už dvacátý ročník turnaje v kuželkách

V našem libochovickém domově důchodců jsme pořádali 20. ročník turnaje v kuželkách. Účast ostatních zařízení byla hojná, k našemu domácímu družstvu se připojilo ještě 11 družstev – DPS Chotěšov, MěSSS Kadaň, DUT Litoměřice, DPS Šluknov, DD Milešov, DSP Louny, DD Roudnice nad Labem,

DSP Orlická-Ústí nad Labem, DD Severní Terasa- Ústí nad Labem a DBH Rumburk a DSS Dubí – Teplice. Ráno přivítala hosty vedoucí domova Andrea Krčmářová a nám všem popřála úspěch do soutěže a poté zahájila program vystoupením paní učitelka z Libochovické ZUŠ Lucie Zahradníčková se svými

děťmi. Pak se první soutěžící odebrali k boji. O zábavu se postaral i hudební skupina Neon. Po výborném obědě jsme rozdali zasloužené ceny a zveřejnili výsledky turnaje. Celý den se moc vydařil a všem účastníkům i organizátorům moc děkujeme.

■ Andrea Krčmářová, vedoucí
Domova důchodců Libochovice

Kadaňští senioři si užili Oktoberfest ve Věžní

Stoly obsazené do posledního místečka, obsluha v tradičních bavorských krojích roznášá sklenice se zlatavým mokem. Za pár okamžiků pozvednou všichni svůj třetinkový „tuplák“ a společným prvním lokem zahájí v pořadí druhý ročník „Oktoberfestu“ v kadaňském Domově pro seniory. „Vždy se snažíme skloubit tematické akce s danými možnostmi a okolnostmi. Nyní je říjen, svátek piva se nabízí. A jak je vidět na počtu stolovniců, trefili jsme se do vkusu.“ vysvětluje volbu bavorské tradice ředitelka



Domova Lenka Raadová. Pro obyvatele kadaňského zařízení není Oktoberfest novinkou. Premiéru zde měli před dvěma lety. „Ano, dva roky zpátky, to to ale letí. Vloni jsme vynechali, a příští rok? Bylo by to fajn,“ ohlíží se významně jedna z návštěvnic na

paní ředitelku. Ta zatím nechává otázku dalšího konání otevřenou. „Ještě jsou plné skleničky a už se plánuje další ročník,“ směje se šéfka a dodává, „uvidíme, je to ještě daleko. Pro letošek bych ráda poděkovala všem, kteří se na přípravě krásného dne podíleli. Díky míří také do chomutovské hospůdky Podkova k Honzovi a Petře Obersteinovým za pomoc v oblasti materiální vybavy a Mirovi Zimovi za skvělý hudební doprovod celé akce.“

■ Zdeněk Moravec,
Domov pro seniory Kadaň

Cyklorikša rozdávala radost v Roudnici

Dvacet jízd a 25 ujetých kilometrů. Skoro třicet nadšených seniorů si užilo podél řeky Labe výlet, který pro ně byl opravdu mimořádný. Projekt Cykloterapie postupně vstupuje do povědomí nejen místních, ale i přespolních nadšenců, kteří chtějí dopřát především seniorům vyjížďku po cyklostezce v elektrické cyklorikše. Spolupráce s dobrovolníky, kteří prošli školením, obsluhují rikšu a jsou pro seniory kamarádkým doprovodem, funguje doposud výborně. Zdravé město Ústí nad Labem se tak stalo jedním z prvních tří měst v Česku, které rikšu pro své seniory pořídilo a uvedlo do provozu. Zájem o rikšu projevíli mimo jiné také v Roudnici nad Labem, kde se stala jedním



z hlavních lákadel tamějšího Cyklobraní – Zažít Roudnici jinak. Rikša najela celkem 25 kilometrů podél řeky Labe a svezla bezmála třicet nadšených seniorů. „Krásné to bylo. Rádi bychom se svezli častěji,“ shodli se do jednoho. Většina z nich na kole nesejde desítky let. Nejstaršímu pasažérovi bylo 87 let, do rikši nastoupil i s manželkou. „Ani nemůžeme vyjádřit, jak úžasné to bylo. Je úžasné, když se

myslí i na důchodce.“ Rikša byla do Roudnice nad Labem půjčena na jeden den díky vstřícnosti města Ústí nad Labem a Domova pro seniory ve Velkém Březně, kde je od začátku léta k dispozici klientům, kteří ji rádi a často využijí. Rikšu přijel do Roudnice řídit proškolený pilot Martin Urbánek z Ústí nad Labem ve svém volném čase. Jezdilo se za krásného počasí na cyklostezce přímo u Labe, která je pro výlety ideální. Roudnice nad Labem díky místním dobrovolníkům a podpoře města rikšu pořídí na cyklistickou sezónu 2020. „Peníze na tento projekt byly předběžně schváleny,“ uvedl místostarosta Vlastimil Čtverák.

■ Viktor Nosek,
Roudnice n. L. a MmÚ

Domino uspořádalo Halloweenskou zábavu

Poslední říjnové odpoledne jsme v denním stacionáři uspořádali již tradiční Halloweenskou zábavu, kam jsme pozvali i klienty z chráněného bydlení a DOZP Boletice. Kromě strašidelné výzdoby čekalo na klienty odpoledne plné hudby, dobrot a také kouzelnické představení, které nesmělo chybět ani letos. Návštěvníci nezapomněli ani na vhodné kostýmy a masky, které si pro tuto příležitost připravili. Halloweenské odpoledne plné masek a zábavy bylo nezapomenutelným zážitkem pro všechny zúčastněné. Již se všichni těšíme, že si to příští rok zopakujeme.

■ Jitka Studená,
denní stacionář Domino

Teplíční senioři slavili v Mušli a vyhlásili výherce Seniorského oka

Den seniorů v Teplících připravila a uskutečnila teplická okresní organizace SPCCH a také Klub seniorů Českobratrská. Program se uskutečnil v šanovské Mušli. Mezi seniory přišel primátor statutárního města Teplice Hynek Hanza, který poblahopřál důchodcům k svátku, a pak už začala pestrá dvouhodinová zábava. Jako „předkrm“ se na pódiu objevila šestiletá taneční skupina Hejno vran z Ústí nad Labem, která návštěvníky příjemně naladila. Na ženách zazářily žluté sukně a mašličky na hrudích. Průměrný věk tanečnic byl 61 roků. Následovalo vystoupení talentovaného dvaadvacetiletého zpěváka Jana Dvořáka z Chomutova. Přednesl s velkým citem několik muzikálových árií. Jeho vystoupení bylo oceněno obrovským potleskem a pochvalnými výkřiky. A pak před diváky předstoupili „Mužoreti“ z Hořic. Džentlmeny při oděni do černých klobouků a obleků, mnohým zdobila klopky sak nejružnější vyznamenání. V rukou hrdě nesli paraplatu – nepostradatelnou taneční pomůcku. Byla legrace a přesto těmto starším pánům nechyběla noblesa. Soubor se zrodil před šesti lety a jmenuje se ARTrosa. Návštěvníci



s nadšením přivítali i ukázkový výcvik asistenčních psů z Prahy. Pes Skípi bude už na Vánoce předán nevidomému pánovi a bude ho provázet celým životem. Ostatní pejskové chodí pravidelně na návštěvy do domovů důchodců a za mentálně postiženými dětmi. Fenka čivavy, která konečně začíná poznávat lidskou lásku – pochází totiž z množírny – je oblíbenou společnicí ležících seniorů. Den seniorů také zpestřily svým vystoupením dvě hudební skupiny. A sice teplíční Kacíři a skupina Windiband z Krupky. Součástí programu bylo i předání ocenění vítězům fotografické soutěže „Seniorské oko“, kterou uspořádala teplická okresní organizace SPCCH a Klub seniorů Českobratrská. Vítězem se stal Petr Prokel, druhé místo obsadil Oldřich Holub a třetí byl Petr Knorr.

■ Zdena Večerníková,
ZO SPCCH Teplice

Při oslavách nám hraje v klubu seniorů harmonikář z Louky

Klub seniorů v Louce u Litvínova je počtem členů 28 malý, ale svou aktivitou se může porovnávat i s větším klubem. Scházíme se v klubovně 2x měsíčně, společně slavíme nejen životní výročí členů, ale i další, např. MDŽ, Velikonoce, Den matek, Den seniorů a ukončení roku. Pro dobrou náladu nám při oslavách zahraje harmonikář z Louky. Naše členky navštěvují na pozvání spřátelených klubů akce v Meziboří, Bílině, Braňanech, Bílině a Horním Jiřetíně. Také se účastníme akcí pořádaných Regionálním svazem České republiky tj. Liga zábavy – vědomostní soutěže a Sportovní hry seniorů v Litvínově. V letošním roce jsme uspořádali 19. října Posvícenskou zábavu v našem Kulturním domě nejen pro místní seniory, ale také pro spřátelené Kluby seniorů z Meziboří, Bíliny, Braňan, Horního Jiřetína a další příznivce. Zahřát přijela kapela až ze Strakonice. V zaplněném sále se linuly krásné, nejen šumavské melodie, o které se postarali tři muži ve věku od 72 do 89 let. Svými písněmi nás rozezpívali. Členky klubu v čele s předsedkyní Dášou Volfovou se postaraly o bohatou tombolu plnou překvapení. Do tomboly



přispěli i členové klubu z Meziboří. Překvapení večera byla promenáda masek, do kterých se převlékli přítomní senioři, a tak zpestřili taneční zábavu. Činnost všech klubů Regionu Most je Radou seniorů v Ústeckém kraji hojně podporována po celý rok již od jejího vzniku. Předsedkyně klubu Dáša Volfová spolupracuje s vedením obce. Obecní úřad v Louce u Litvínova nám bezplatně poskytuje klubovnu pro naše setkávání, každoročně přispívá finanční částkou z rozpočtu obce na naše aktivity. Na pozvání předsedkyně mezi nás zavítají představitelé obce. Vyslechnou naše radosti i starosti, potěší nás, poinformují nás o dění v obci. Jsme rádi, že jim senioři nejsou lhostejní.

■ Maria Novotná,
KS Louka u Litvínova

Předsilvestrovské seniorské odpoledne

Klub seniorů a město Chlumec vás zvou do Kulturního domu na Předsilvestrovské seniorské odpoledne. Akce se uskuteční 27. 12. od 14:00. Vystoupí Petra Černocká, Vladimír Hron a další. Vstupné je 50 korun. Lístky jsou od 9. prosince v předprodeji v pokladně Městského úřadu v Chlumu.

■ Klub seniorů Chlumec

Žatečtí senioři žijí naplno

I v letošním roce uspořádala naše organizace pro členy akce, které doufáme příjemněly život našim seniorům. Nejednalo se pouze o tradiční akce, jako je posezení s harmonikou nebo sportovní odpoledne v areálu Sever Žatec, kterého se zúčastnilo 28 soutěžících, ale i o rehabilitační 11denní pobyt, pořádaný ve spolupráci s OO SPCCH Klášterec, v lázeňském městě Hajdúszoboszló v Maďarsku, kde se rekreatovalo 38 členů, a týdenní pobyt Nové Hutě na Šumavě, kterého se zúčastnilo 29 členů, ale i další akce, jako byl výlet do Dubí, Duchcova a Teplic. Jeli jsme se ale i pokochat krásnou přírodou kolem řeky Berounky a navštívili hrad Zbiroh. Poslední cíl naší cesty bylo město Beroun s krásným náměstím a přilehlým okolím. V tomto roce ještě plánujeme navštívit roudnické adventní trhy.

■ Jitka Hrbáčková,
ZO SPCCH Žatec

Varnsdorftí senioři se nenudí



Senioři z Varnsdorfu jsou velmi aktivní. V letošním roce se zúčastnili sportovních her v Košťanech u Teplic. Jezdí také na výlety, letos byli na zámku Dětenicích, navštívili i zámek Veltrusy, elektrárnu Ledvice. Těší se ale i na další akce – mimo jiné na buřtování či na další výlet do Prahy. Přijďte mezi nás.

■ J. Fuxa, Senioři z Varnsdorfu

Připravujeme soutěž Výlov milešovského rybníka

V našem domově důchodců proběhl osmý ročník akce „Výšlap na Milešovku“, který se nesl v trampském duchu a velice se vydařil. Svítlo nám sluníčko, při příchodu si každý účastník opekl na ohni vuřty a k tomu se podávalo nealko pivo. Po občerstvení se všichni přesunuli na společenskou místnost, kde proběhlo zahájení akce s kávou a muffiny. Jako překvapení pro soutěžící bylo vydařené a vtipné vystoupení zaměstnankyň, které svým výkonem rozesmály všechny přítomné. Po vystoupení se rozesmátí soutěžící vrhli se vši vervou na deset disciplín, které byly různorodé, ale všechny k danému tématu, např. poznávání větvíček stromů, navlékání tkaniček, postavení



táboráčku, vázání uzlů a další. První místo, Krtkův dort, vyhrála naše úspěšná p. Milena, která se o něj rozdělila se všemi soutěžícími. Všichni nakonec odjížděli s dobrou náladou a úsměvem na rtech a to pro nás bylo další vítězství dne. Tímto zdaleka nekončíme, čekají nás soutěže v jiných domovech, návštěva Zahrady Čech, výlety, nákupy, posezení při kávě v cukrárně, připravujeme ještě jednu soutěž, a to náš

tradiční „Výlov milešovského rybníka“, kterým vždy ukončujeme sezonu soutěží a začínají nám přípravy na Vánoce. Tento rok máme opět naplánovanou spolupráci s Ježíškovými vnoučaty. Tato výzva se může týkat i vás, kteří byste měli zájem se do této dobročinné akce zapojit a potěšit tím naše seniory. Jelikož Vánoce jsou svátky klidu a míru, chceme vtáhnout do domova tu pravou vánoční pohodu. Začneme výzdobou, pečením cukroví a adventními vystoupeními. Náš domov Vám všem přeje klidný a pohodový zbytek roku.

■ Jana Dvořáková, Miroslava Walterová, Markéta Veinholdová, Františka Novotná, aktivizační pracovnice, Domov důchodců Milešov

Česko-slovenské odpoledne provázela Radost

Seniorský pěvecký soubor Radost z Hrobu u Teplic pěkně rozvášnil ve čtvrtek odpoledne plný sál na zámku v Trmčicích. Když své dobové tanečky a kostýmy představili herci s drsným názvem „Žlučové kameny“, bylo všem jasné, že na tuhle akci se bude dlouho vzpomínat. V první řadě seděl senátor Jaroslav Doubrava, vedle něho předseda Republikové rady OS v ČR Andrej Dan Bárdoš, předsedkyně Obce Slováků žijících v Ústí nad Labem Janka Nedvídková, starostka Trmčic Jana Oubrechtová a další hosté. Celou hodinu se vzpomínalo na Karla Hašlera, jeho písničky zpívali všichni. Když došlo na tu písničku českou, leskly se oči i zkušenému senátorovi. „Náš pěvecký sbor je složen výhradně z místních seniorů,

jediný muž se jmenuje Jaromír Stránský (74), patřičně si ho rozmazluje. Sólistka v originálním moravském kroji se jmenuje Ludmila Holá, vedle ní stála vedoucí Klubu seniorů v Hrobech Věra Folkrechová. Všichni se snaží, dochází pravidelně na zkoušky, baví je to. Když se k písničkám přidají naši ochotníci s tanečkem, je to paráda,“ popisuje vedoucí souboru Radost Pavla Vasebauerová a dodává: „Nejstarší herečkou je paní Doris, s bílým kvítkem za čepicí oslavila letos šestaosmdesát let. Pana Hašlera každý z přítomných zná, ale málo lidí ví, že nebyl pouze písničkář. Narodil se 31. října 1879, v seznamu jeho aktivit bylo herectví, textař, spisovatel, skladatel, scenárista, dramatik, režisér. Když někde zazní jeho Pětatřicátníci, Bílý kvítek, Po



starých zámeckých schodech nebo Strahováček babičky slzí a dědečkové koukají dlouho do země. Já jsem bývalá učitelka, ale tak pilné žáky jsem nikdy neměla.“ Když se na koordináční schůzce sejdou Jana Oubrechtová, Janka Nedvídková, Vlasta Součková a Eva Tomšová, výstupem je vždycky zajímavá akce.

■ Miroslav Vlach, Regionální obec Slováků žijících v Ústí n. L.

Akademie zájmového studia zahajuje svou činnost

Akademie zájmového studia je projekt Gymnázia Teplice, jehož smyslem je nalezení vztahů a společných zájmů mezi školou, jejími žáky a učiteli a veřejností středního a zralého věku i seniory. Významnými partnery jsou Přírodovědecká fakulta UK Praha a Pro arte Buronensi. Připravujeme a zajistíme různé vzdělávací besedy, přednášky, semináře, dílny, výstavy,

koncerty či happeningy. Přednášející získáváme z celé řady fakult UJEP, ústavů Akademie věd, odborných institucí. Historici, architekti, znalci krajiny, života i Vesmíru stejně tak jako další mimořádné osobnosti vědeckého a společenského života. Přijdou mezi nás nejenom umělci z okruhu teplických hudebníků, severočeských výtvarníků ale i další, kteří se rozhodnou podělit se s námi

o svou osobitou výjimečnost. Zvonkohra z.s. SENSEN Teplice Lidé spolu a sobě a Gymnázium Teplice spoluprvářejí a podporují základní princip Akademie zájmového studia. Přijďte mezi nás a budme u toho spolu. Naším mottem je společné poznávání, lidská vzájemnost, upevnění vztahu k životu.

■ Hana Šilhánová, Zvonkohra z.s. SenSen Teplice

Besedy s fotografkou i hasičem seniory nadchly

Na počátku všeho byl nápad. Nápad čtyř žen z tak trochu opomíjeného z ústeckého Střekova zpříjemnit život nejen sobě, ale hlavně svému okolí místo, kde bydlí. Kulturně a společensky jej rozsvítit. Myšlenek na různé akce a aktivity se ženám ve spolku Střek-ON honilo v hlavách hodně, a tak bylo potřeba rozhodnout se s čím začít. Chtěly propojit místní seniory, tak aby se mohli někde sejit, popovídat, ale i obohatit o nové zážitky. Nakonec z toho vzešly „Besedy pro seniory“. Místa pro taková posezení byla okamžitě jasná – restaurace Praha na Střekovském nábřeží a kavárna Káva u řezníka. Obě mají příjemné prostředí a velmi milý a ochotný personál. Prozatím probíhají besedy v restauraci Praha, a to vždy jednou za měsíc. Každá z členek oslovila lidi se zajímavou profesí, nevšedními zážitky či zkušenostmi a seznám hostů byl na světě. Jako první padla volba na ústeckou renomovanou fotografku paní



Ludmilu Hájkovou ze Střekova, která se věnuje nejen fotografování Ústí nad Labem a okolí, ale také Českého Středoohoří. Ta se ukázala být skvělou vypravěčkou, jež zatahla brzy do debaty nad historickými fotografiemi našeho města všechny přítomné včetně pana starosty Petra Vinše, který na akci také nečekaně zavítal. Následné dotazy nebraly konce a atmosféra byla více než vřelá. O měsíc později, v říjnu, se uskutečnilo druhé setkání se seniory věnované tentokrát střekovským dobrovolným hasičům. Ti přijeli i se svým historickým vozem a pod vedením pana Antonína Bauera zvidavým seniorům vyprávěli o tom,

jak se stali dobrovolnými hasiči, co to znamená být takovým dobrovolným hasičem, jaký je rozdíl mezi dobrovolným a profesionálním hasičem, při jakých zásazích mohou pomáhat, na jaké soutěže jezdí a co vše zajímavého je již potkalo. Slovo přišlo i na to, jak se fotili s dětmi z dětského domova do jejich charitativního kalendáře. Přítomné velmi zaujala ukázka výbavy na slaňování a první pomoc. Třetí setkání nad kávou či čajem a výborným sladkým či slaným zákuskem připravovaným restaurací Praha proběhlo v pondělí 18. listopadu a tématem byl zdravý pohyb a rehabilitace, o nichž vyprávěla paní Renata Pešinová, vedoucí fyzioterapeutka RHC oddělení EUC Kliniky Ústí nad Labem. Zároveň také předvedla pomůcky, s nimiž ve své praxi pracuje, a nabídla pro zájemce ukázkovou hodinu rehabilitačních cviků u sebe na klinice.

■ Dita Šimáčková, Eva Železná, spolek Střek-ON

Den úcty ke stáří i s Milanem Drobným

S našimi klienty jsme se zúčastnili „Dne úcty ke stáří“ v domě kultury ve Šluknově. Na místě zahájil vystoupení český zpěvák Milan Drobný a po zbytek slavnostního odpoledne nás bavila hudební skupina Peleton. Všem moc děkujeme za pěkné prožité odpoledne.

■ Domov pro seniory Šluknov

Děti z „lidušky“ měly v domově úspěch

Zavítaly k nám děti ze Základní umělecké školy v Žatci. Vystoupila taneční třída paní učitelky Fábryové, která s námi spolupracuje i při přípravě předtančení na našem plese. Děti nám předvedly folklórní a orientální tance. Ty měly jako vždy u našich seniorů velký úspěch. Děkujeme a těšíme se na příští návštěvu ZUŠ.

■ Domov pro seniory a pečovatelská služba Žatec

Spolek Osmička Ústí usnadňuje život a pomáhá pečovat s lehkostí

Ústecká Osmička poskytuje především prostřednictvím kurzů služby dlouhodobě nemocným a těžce zdravotně postiženým osobám, jejich rodinám a pečovatelům. „Snažíme se připravit klienty na to, co je vlastně čeká a jakým překážkám budou muset čelit,“ říká ředitelka spolku Věra Kosová.

Co spolek Osmička připravil pro své klienty letos?

Zrealizovali jsme náš první projekt financovaný z veřejných zdrojů, zaměřený na podporu vzdělávacích aktivit pro rodiny a pečovatele, kteří se starají o dlouhodobě či těžce nemocné blízké doma. Proběhlo osm zážitkových kurzů, které si získaly dostatek příznivců, kteří se k nám rádi vrací. Většinu kurzů provázela živá diskuse, kde byl prostor pro řešení problémů konkrétních klientů, a vzájemné sdělování zkušeností. Zmínit musím i praktickou část kurzů, která měla velký úspěch. Je lepší si „něco“ skutečně vyzkoušet, než si „o tom“ jen povídat. Důležitá

byla účast odborníků, které se nám podařilo pro kurzy získat a kteří nám pomohli konkrétní témata lépe prezentovat a aktivně vedli diskuse.

Takže je o kurzy zájem, budete pokračovat s jejich pořádáním?

Ano, vzhledem k úspěšnosti těchto kurzů chceme v jejich realizaci pokračovat i nadále. Stále je dost zajímavých, aktuálních témat, která stojí za zpracování. Většinu témat vybírají sami účastníci během diskuse. Za zmínku stojí, že u některých témat kapacita ani nestačí. Takže je budeme časem nejspíš opakovat nebo rozšiřovat, abychom uspokojili poptávku klientů. Kapacita jednotlivých kurzů je 20 osob a přihlásit se můžete na webových stránkách osmicka-usti.cz nebo na telefonu +420 774 441 046 u koordinátorky projektu.

Co kromě kurzů ještě nabízáte?

Ruku v ruce s kurzy jde i individuální poradenství. Jde o poskytnutí informací



o možnostech zdravotní péče v domácím prostředí, konzultace v oblasti architektonických bariér nebo poradenství v oblasti kompenzačních pomůcek. Tuto oblast bychom chtěli v následujícím roce posílit a rozšířit, abychom mohli pokrýt potřebu z terénu. Přibývá rodin, které mají zájem o své blízké pečovat doma, a stoupá i potřeba individuálních konzultací a osobního poradenství.

Takže to má smysl...

V průběhu letošního roku jsme si mohli ověřit, že se naše snahy a úsilí ubírají správným směrem. Že činnost spolku je potřebná, mnoha klientům i jejich rodinám pomáhá vyřešit tíživou životní situaci nebo překonat překážky, které jim brání „pečovat s lehkostí“.

Mnohdy stačí jedna cílená konzultace, výběr té správné pomůcky či praktický nácvik konkrétní situace a rázem se „nepřekonatelný“ problém stává banalitou, rutinní záležitostí, které není třeba se obávat.

S kým spolupracujete, kdo vás podporuje?

Naši partnerskou organizací je agentura domácí péče ACME, se kterou již od počátku plně spolupracujeme a která nás podporuje. Díky této spolupráci máme velmi úzkou návaznost na klienty v terénu, a můžeme tak dobře a pružně reagovat na aktuální problémy a potřeby, které klienty i jejich rodiny trápí.

■ sl

Otužilci si užívají i večerní plavání s čelovkami



Jsme skupina 30 otužilců, která se rozhodně nenudí. Vždy dvakrát v týdnu se koupeme v jezeře Milada. Budeme rádi, pokud se k nám přidáte. Na věku nezáleží – je nám mezi 6 a 76 lety. Pečlivě trénujeme na zimu a i letos doufáme, že se na Miladě setkáme s bruslaři. Každou středu si užíváme i večerní plavání s čelovkami.

■ Jaroslav Puchta

Krásnobřezenské nadchla návštěva muzea



Byli jsme pozváni do ústeckého muzea, k příležitosti 770 let od založení města. Poslechli jsme si krátkou přednášku, navštívili výstavu o městské části Střekov a nakonec se občerstvili v místní kavárně. Za posledních pár let se muzeum ohromně změnilo. I jeho budova září novotou a stala se dominantou centra města.

■ Domov pro seniory
Krásné Březno

Zavzpomínali jsme na zlatého slavíka

Jedno celé dopoledne jsme v našem dobětickém domově věnovali Karlu Gottovi. Jeho písně v podání pana Oldy Holuba vyvolaly vzpomínku na několikánásobného zlatého slavíka. Bylo to moc hezké vzpomínání. I když jsme truchlili, jsme si vědomí toho, že jeho písně tu zůstanou navždy. Je jedno úterní dopoledne jsme zase s klienty využili k tvoření ze spadaného listí. Díky barvám podzimu a trpělivosti všech vznikla krásná dekorace v podobě růží.

■ Domov pro seniory Dobětice

Slavíme pětadvacetiny jirkovského domova

Opravdu je tomu tak, na Mládežnické v Jirkově se slavilo již 25. výročí vzniku domova. Tento objekt je součástí Městského ústavu sociálních služeb Jirkov od roku 1994, kdy byl nově otevřen jako Penzion a Domov pro seniory. Rozhodli jsme se oslavu uspořádat na zahradě, která zařízení obklopuje, a pozvat zástupce města Jirkova, řadu našich příznivců, rodinných příslušníků a samozřejmě klientů, kteří zde žijí. A protože jsme se letos v Městském ústavu sociálních služeb rozhodli pro výběr maskotů obou našich zařízení. V červnu jsme slavnostně U Dubu odhalili „Dubáčka“, který je maskotem tohoto objektu, pro Mládežnickou jsme vybrali jako maskota námořní kotvu. Proč kotvu? Protože naším logem je Maják. Maják pro to, že je z daleka vidět a znamená pocit bezpečí.



A tam kde jsme v bezpečí, rádi zakotvíme a my máme pocit, že se u nás klientům kotví dobře. Když jsme již byli u té námořní tematiky, bylo pro nás jasné udělat oslavu v námořnickém duchu. Na palubu jsme tedy naložili námořníky, námořnice, plavčíky a kapitány a všichni se skvěle bavili při Úletu, který samozřejmě nemohl chybět. Stejně tak nechybělo

něco dobrého na chuť, narozeninový dort a nezbytné vystoupení našich vždy dobře nalaďených sociálních pracovníků, kteří se ihned dali do tance a předvedli i scénky s námořnickou tematikou. Na závěr si všichni popřáli, aby středisko sloužilo nadále, tak dobře jako dosud, ještě spoustu let.

■ Blanka Koblicová, Městský ústav sociálních služeb Jirkov

V Klášterci malujeme pro radost



V Domově pro seniory v Klášterci nad Ohří probíhají pravidelné lekce malování s výtvarníkem panem Pavlem Lakomým. Pod jeho vedením se senioři učí jednoduchou technikou malovat suchým pastelem a minutu po minutě vznikají nádherná díla laděná do podzimních a zimních barev. Terapie malováním přináší seniorům nejen plno nových vjemů a zážitků, ale zároveň dochází k rehabilitaci a procvičování jemné motoriky. Senioři mají také velkou radost, když se svým dílem mohou pochlubit rodině a někteří v sobě také objevují své skryté vlohy.

■ Praková Jana, MÚSS Klášterec nad Ohří

Halloweenské tvoření v Jiříkově

V našem domově jsme si užili Halloween po svém. Připravili jsme si hostinu, malovali jsme a hezky jsme se pobavili. Už teď se těšíme na další akce.

■ Domov Srdce v dlaních Jiříkov

Keramická dílna v oseckém domově

V našem oseckém domově máme i keramickou dílnu, kterou naši klienti rádi využívají. Přímý kontakt s hlínou má totiž vysoký terapeutický účinek. Slouží k rozvoji jemné motoriky, ale především podněcuje fantazii a nabízí hodnotné trávení volného času. V dílně vznikají překrásné a originální výrobky, ze kterých vyzáruje čistota duše autorů. Vlastní činnost zahrnuje zpracování hlíny, stáčení plátů, zdobení razítkováním, rytím a prořezáváním, vytváření mozaiky, práce s formou a točení na hrncířském kruhu, zdobení výrobků barvou, glazurou a korálky, základy drátkování. Uživatelé zde vyrábějí hrnky, vázy, misy, květináče, drobné plastiky a obrázky.

■ Domov Osek

TAJENKA: CITÁT JOHNA LENNONA

POMŮCKA: ANTI, AREA, ESET, IST, ORLY	OKR. SPR. SOCIÁLNÍHO ZABEZPEČENÍ ZKR.	HRA V MARIÁŠI	1. DÍL TAJENKY	VÝPOČETNÍ TECHNIKA ZKR.		ZNAČKA KILO KALORIE	CENNÉ PAPIRY	SLOVENSKÉ UKAZOVACÍ ZÁJMENO		KANCELÁŘ PREZIDENTA REPUBLIKY ZKR.	INSTITUCE	SOK	VĚTROVKA		INICIÁLY RUSKÉHO PROZAÍKA TURGENEVA	ZNAČKA TELLURU	HUSARSKÝ KABÁTEC	OPAK EPIKA
BOTY					POPRÁVČÍ				LEČEBNÝ PROCES						JIHO-EVROPA			
TÝKAJÍCÍ SE SEPE ŽEN. ROD					INICIÁLY ZPĚVÁKA MLÁDKA				3. DÍL TAJENKY						BODY PŘÍMO Z PODÁNÍ			
STŘEDISKO ZKR.				ČÁST JMÉNA SKOTU				RVAVOST									MPZ IRÁNU	
ZCELA POLÍT				POSVÁTNY ZÁKAZ		OVOCE Z ČINY		ČESKO-SLOVENSKÁ REPUBLIKA		JMÉNO ZPĚVÁČKY ROLINS					ŘÍMSKÝCH 1051			
	ČESKÝ BÁSNÍK VLADIMÍR ???	ZÁPIS JMÉNO HEREČKY VRÁNOVÉ				BRODIVÍ PTACI		STARO-EGYPTSKÁ BOHYNĚ		SEKNOUTI	SOLMIZAČNÍ SLABIKA				UZENINA			
OSTUDNÝ ČLOVĚK								ČÁST MALÝCH ÚST					BICYKL					
ODSTRANIT SLUPKU								JIHOASUSKÝ STROM					ŠERMÍŘSKÁ ZBRAŇ				SVAZ	VOJENSKÁ SMLOUVA
							ÚTOK							TÉLOVÝCVIČNÝ PRVEK				
STROMOVÝ POROST				VZNEŠENÁ MYŠLENKA					PŘÍPRAVKA NA ČISTĚNÍ SKLA						KALABA			
				ŽENSKÉ JMÉNO					ŠKOPEK						SHOZENÉ PAROHY			
PROTI RECKY					ANGLICKÁ DĚLKOVÁ MÍRA					KOSATEC						VELEHOR- SKÝ ŠTÍT		
					NEMOCNÁ					STÁTNÍ POKLADNA						OSIVO		
NAHORU NA POVRCH						BEZKEMENNÉ DŘEVINY					PŘESTAT PLANOUT							
						BIBLICKÉ JMÉNO					ZŘÍČENINA NA SEČI							
	SLEPÍČI CITO-SLOVCE	JMÉNO KO-MENSKÉHO					STARÁ ZIL. ČES. AUT					NEOBUTÁ					STŘEDO-ČESKÝ HRAD	ŽIDOVSKÝ UČITEL
		BOLÁK V ÚSTECH					PLOCHÝ KOTOUČ					AMERICKÁ UNIVERZITA						
PÁŘTEL								BRZY							ZNAČKA TRAKTORŮ			
								ROZPOČET ZASTAR.							LIMONADA HOVOR.			
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE ZKR.				ZÁPIS JEDNOHO HLASU					MADRIDSKÝ FOTBALOVÝ KLUB						PEČIVO NA CHLEBÍČKY			
				HAD					KORAL. ÚTES						PRODEJCE NÁBYTKU			
SVAZEK KLESTI					JMÉNO FENKY					KRÁTKÝ OSVIT						TENISOVÝ ÚDER		
					ÚVAHOVÁ PRŮZKA					PRODEJCE NÁBYTKU						SET		
MALÁ CÍRKEVNÍ STAVBA						LITOVATÍ PROVINĚNÍ					TAJNÍ VYSLANCI							
						ČÁSTICE HMOTY					AM. MĚSTO NEW ???							
	VZĚŘENÍ	BRVA					ŘEKY					DOBYTČÍ NÁPOJ					ŠACHOVÝ PĚŠEC HOVOR.	ROVNĚŽ
		PŘÍJEMNÝ					PŘESTO					HYDROKID SODNÝ						
ZTRATITI SE								LEOPOLD DOMÁČKY						UCHAZEČ				
								NÁSTUPY						SUDOKO-PYTNÍK				
PRINCIP ČÍNSKÉ FILOZOFIE				ŘECKÉ PÍSMENO					AFROASIAT						ZNAČKA NÁKL. AUT			
				SPOR					SEVERSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO						ZÁROOKY RYB			
CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO					ČÁST ATLASU					KOVAT						VELKÝ PYTEL		
					LARVA LIDOVÉ					RUSKÁ KULIČKOVÁ POČÍTADLA						NÁZEV POL-SKÉ MĚNY		
ČÁST KRUHU						SUŠENKA					ASTRÁLNÍ STR. ROD							
						BÝVALÝ POKRMOVÝ TUK					MONGOLSKÝ PASTEVEC							
	TECHNICKÁ SPRÁVA KOMUNIKACÍ ZKR.	ZK SNÍŽENÝ TÓN E					ZELENÍ-NOVÉ POKRMY					PRVNÍ ŽENA					SLOVENSKÝ SOUHLAS	KUS
		PŘÍTOK LABE					NECHT											
ZVUK TROUBENÍ			NEPOUŽITÁ VOZIDLA						DRAVÝ PTÁK							OBTÍŽNÝ HMYZ		
			INIC. ZPĚV. TESAŘKA						INICIÁLY HERCE RAŠILOVA							SEVEROVÝ-CHOD ZKR.		
4. DÍL TAJENKY								TKALCŮV NÁSTROJ							SOLDNÍ JEDNÁNÍ			
ŘÁMOVÁ PILA						TEPRVE			PLACENÉ JÍZDY					TERÉNNÍ PROHLUBĚNÍ				

Skončili jsme pátí

I letos nás naši klienti reprezentovali v PDD Dubí na hrách Dubský koláč. Umístili se na pátém místě, za což jim moc děkujeme. Čekali na ně různé hádanky, soutěže, ale i taneční vystoupení. Hlavní částí bylo samozřejmě pečeni skvělých dezertů, které hodnotila porota.

■ DSS Litvínov

Ve Štětí pomáhají aktivním seniorům

Náš klub důchodců najdete na adrese Školní 700 ve Štětí, v přízemí domu s pečovatelskou službou. Navštívit nás můžete vždy v úterý, středu, ve čtvrtek a v neděli od 13.00 do 17.00 hodin. Návštěva klubovny, účast na společenských odpoledních a posezeních je bezplatná. Posláním našeho klubového zařízení je napomáhat k aktivnímu a trvalému zapojení občanů důchodového věku a zdravotně postižených občanů do kulturního a společenského života obce, umožnit rozvíjení zájmové činnosti, navazování a udržování společenských kontaktů. Zařízení je určeno pro potřeby občanů důchodového věku a občanů zdravotně tělesně postižených v působnosti města Štětí a jeho místních částí. Provoz zajišťuje správa klubu a činnost je koordinována Odborem sociálních věcí.

■ Klub důchodců Štětí

Krajina duše na teplickém zámku

Zahájili jsme podzimní semestr hudebních seminářů s Petrem. Hudba má mnoho podob. Poznávejme a odhalujme je společně, poslouchajme, ptejme se, vnímejme, prožívejme. Na teplickém zámku jsme si užili zasvěcené a odborné vyprávění o hudbě, jejích tajemstvích a náročné kráse. Kouzelným světem nás provázel muž, odborník, který své profesi zasvětil život a dal celé své srdce, Petr Kašpar.

■ Hana Šilhánová,
Zvonkohra z.s., SenSen Teplice

Děčínští senioři uspěli v soutěži první pomoci

V prostorách Armex Sportcentra se uskutečnila každoroční Soutěž v první pomoci. „Na soutěž v první pomoci jsme se se třemi našimi klienty, kteří projevili zájem se zúčastnit, připravovali déle než měsíc. Probírali jsme jak teoretické znalosti, tak i ty praktické, na které jsme se museli více soustředit z hlediska větší náročnosti,“ uvedla vedoucí stacionáře Jitka Studená. S praktickou přípravou nám pomohl i mluvčí Zdravotnické záchranné služby Ústeckého kraje Prokop Voleník v rámci akce Škola Děčín 2019, který našim klientům umožnil trénink resuscitace na cvičné figuríně a ochotně nám ukázal a vysvětlil správný postup. V prostorech sportovní haly



Armex se soutěžilo v 18 disciplínách, kde soutěžící mohli ukázat své znalosti a dovednosti při poskytování první pomoci. V rámci této soutěže pro družstva a jednotlivce se zdravotním postižením z celého regionu se letošního ročníku

zúčastnilo celkem 11 družstev. Mezi družstvy zvítězil tým DOZP Oleška – Kamenice, p.o., druhé místo patří našemu dennímu stacionáři Domino – Centrum sociálních služeb Děčín, p.o. a třetí místo obsadilo družstvo pořádající organizace Cesta do světa, pobočný spolek Slunečnice, z.s. Po slavnostním vyhodnocení družstev a jednotlivců následovalo vystoupení děčínské taneční skupiny Prestige, která předvedla velkolepou taneční show. Závěrečný raut pak byl příjemným zakončením pro všechny účastníky soutěže. Naši klienti si akci velice užili a rádi se zúčastní i příštího ročníku.

■ Centrum sociálních služeb,
Děčín

Pocta profesorce Jitce Švábové

Pátý vzpomínkový koncert na legendární ústeckou pedagožku, profesorku sólového zpěvu, jež vychovala řadu vynikajících operních sólistů, kteří se uplatnili na domácích i světových scénách, se uskutečnil v ústeckém muzeu. Jitka Švábová (4. 11. 1911 Ústí nad Orlicí – 30. 6. 2003 Ústí nad Labem) se začala pedagogické činnosti věnovat již po dokončení konzervatoře v Praze roku 1947. Po krátkém působení v hlavním městě trvale zakotvila na LŠU v Ústí nad Labem. Více než padesát let kultivovala zdejší kulturní prostředí a věnovala se mnohým amatérům i profesionálům, kteří k ní do Ústí dojížděli z celé republiky a později i ze zahraničí. Vychovala několik generací

vynikajících sólistů, operních pěvců, působících na našich i světových scénách. Za úspěšnou pedagogickou činnost a šíření dobrého jména české kultury u nás i ve světě jí ministerstvo kultury udělilo medaili Artis Bohemiae Amicis. Zemřela 30. června 2003 uprostřed práce s účastníky mezinárodního mistrovského kursu. Po koncertě se konalo setkání žáků a příznivců prof. Jitky Švábové, autogramiáda umělců. Součástí večera byl i doprovodný program (promítání, výstavka, setkání s posluchači). Návštěvníci obdrželi CD k 5. výročí vzpomínkových koncertů a získali informace o vzniku Nadace prof. Jitky Švábové.

■ Muzeum,
Ústí nad Labem

Aktivizujeme jirkovské seniory

Cílem Klubu aktivních seniorů je aktivizace seniorů v Jirkově. Posláním je pomoc seniorům, osobám v tíživé životní situaci, osobám osamělým s organizační volného času, v navazování kontaktů, začleňování do společnosti, umožněním

jejich seberealizace účastí na kulturním životě, na výletech, zájezdech, besedách k různým tématům, účasti na výkácích občanských vědomostí (např. finanční gramotnost, informační technologie).

■ Milena Karbusová,
Klub aktivních seniorů, Jirkov

Hravé odpoledne na „Dvořákovce“



V Domově pro seniory A. Dvořáka nás opět navštívili žáci 9. ročníku z 18. základní školy společně s paní učitelkou Editou. Tentokrát si pro naše obyvatele připravili několik společenských her, které si s nimi chtěli zahrát. Mezi oblíbené patřilo především Člověče, nezlob se, Bingo a karty Prší. Žáci se po příchodu pohotově posadili mezi naše uživatele, začali si s nimi povídat a připravovat se na hru. Bylo velmi příjemné sledovat, jak se již při minulých návštěvách žáků vytvořilo pouto mezi dvěma generacemi, které se další a další návštěvou prohlubuje. Výsledkem toho je i to, že někteří žáci ve svém volném čase dochází za některými našimi uživateli na návštěvu a popovídat si. Celé odpoledne proběhlo v příjemné atmosféře a my už se těšíme na další setkání, které se uskuteční v průběhu prosince.

■ Martina Kameníková, Městská
správa sociálních služeb v Mostě

Došlo na Namibii, trénování paměti, tenora i útulek

Kulturní program v říjnu jsme odstartovali hned dalekou cestou až do Namibie. Sice jsme fyzicky nikam nescetovali, ale naopak k nám docestovala lektorka z pražské Celesty se svým cestopisem o Namibii s prvky trénování paměti seniorů. Hodinu a půl měli klienti možnost zhlédnout zajímavou prezentaci s vlastními fotografiemi přednášející z cest po Africe. Druhou oblíbenou akcí byla návštěva harmonikářky, která mezi naše klienty pravidelně dochází a hraje/zpívá pro radost našich obyvatel.

Uprostřed měsíce jsme pro naše seniory opět zařadili oblíbenou muzikoterapii ve formě audio a video projekce oblíbených písní jejich mládí, včetně toho, že si sami mohli vyžádat skladbu na přání. Největší událostí byla opětovná návštěva velice oblíbeného Dua Ruggieri – italský tenorista a klasická baletka. Tato dvojice k nám přijela již po několikáté a jejich vystoupení je všemi velice oblíbené. Další tradiční akcí byla návštěva senior klubu Zlatý podzim, ve kterém proběhla hudební zábava, při

které si opět klienti připomněli skladby svého mládí. Celý měsíc uzavřela návštěva Útulku pro opuštěná a toulavá zvířata na Starém Městě. Senioři měli možnost projít si celý útulek, prohlédnout si zvířata v něm žijící a pak se jim věnoval zaměstnanec útulku, který jim povyprávěl o některých životních příbězích jejich čtyřnohých obyvatel. Pro zvířátka jsme i přivezli nějaké dobroty, abychom jim přilepšili.

■ Dita Hornová, Domov pro seniory a Domov se zvláštním režimem

Procházka Prahou s Karlem Hašlerem



Naši klienti jak v domově U Dubu, tak na Mládežnické v Jirkově měli možnost projít pomyslnou procházkou starou Prahu s písničkami Karla Hašlera v podání pana Karla Šedivého. Krásné skladby, které se vážou k mnohým místům staré Prahy, rozezpívaly celý sál, zároveň se návštěvníci dozvěděli mnoho nových zajímavostí o Karlu Hašlerovi a také o jeho milované Praze.

■ Blanka Koblicová, Městský ústav sociálních služeb Jirkov

Reprezentanti teplické Arkadie skončili bronzoví

Uskutečnilo se X. setkání partnerských organizací projektu „Spolupráce a výměna nápadů, metod a postupů v pomoci osobám se zdravotním postižením ve střední Evropě“. I přesto, že nakonec vycestovalo pouze pět uživatelů služby sociálně-terapeutické dílny Arkadie z Teplic a Úpořin se dvěma asistenty, dokázali jsme obsadit stupně vítězů a získali krásné 3. místo z dvanácti zúčastněných týmů ze tří zemí. Všichni účastníci a účastnice velmi obětavě bojovali a na hřišti podali výborný výkon," komentuje účast svých svěrenců asistentka Karolína Sedláčková. K dalšímu programu patřila exkurze do nově rekonstruovaných prostor hotelu a restaurace chráněných dílen ZAZ ve Swierzawě, prohlídka hradu Grodno a návštěva cisterciánského opatství v Křešově.



Již nyní se připravují další dvě společná setkání v tomto roce, listopadové u partnerů v Gardelegenu a prosincové opět hostí Arkadie v Teplicích, v rámci své předvánoční akce Živý betlém.

Účast Arkadie v tomto projektu, který navazuje na projekty předchozí, trvá už řadu let a má pro přípravu lidí s handicapem na pracovní

uplatnění značný význam. Výměna zkušeností zaměstnanců, kteří klienty na pracovní uplatnění připravují, je stejně důležitá jako zvyšování motivace klientů, kterou pozitivně ovlivňuje poznávání života v partnerských organizacích a setkávání se zahraničními partnery.

■ Karel Klášterka, Arkadie Teplice

Česko-německá dovolená ve Spreewaldu

Již po šestnácté se díky výrazné podpoře z Česko-německého fondu budoucnosti sešla na společné dovolené skupina 6 osob se zdravotním znevýhodněním, zaměstnanců chráněných dílen nebo uživatelů sociálních služeb a dva jejich asistenti z Arkadie, o.p.s. a stejně složená skupina 9 osob z Lebenshilfe Gardelegen. Tentokrát se dovolená uskutečnila v německém turistickém ráji, v Burgu v lužicko-srbském Spreewaldu. Už

při cestě tam navštívili hrad Stolpen nedaleko od česko-německých hranic. V dalších dnech se kromě jiného dosyta zrelaxovali v lázních Spreewaldterme, na zapůjčených bicyklech absolvovali celkem více než 50 km projížděk po krásné rovinaté krajině Spréwského lesa, navštívili muzeum pravěkého osídlení Slavenburg, skanzen v Lehde nebo se nechali povozit pramci po Sprévě a přilehlých říčkách, kterých je v kraji více než tisíc

km. „Každý si našel v bohatém programu to svoje, a když se k tomu přidalo dobré jídlo, ubytování a především sluníčko, dovolená neměla chybu!“ konstatuje asistentka Alena Tonová, jinak vedoucí sociálních služeb Arkadie. Jako každý rok již plánují příští dovolenou, která by se dle tradice střídání hostitelů měla uskutečnit na nějakém krásném místě v České republice.

■ Karel Klášterka, Arkadie Teplice

Den Charity s filmem V erbu lvice

Dny otevřených dveří v České Kamenici, Ústí nad Labem, taneční vystoupení dětí z nízkoprahového zařízení v Lovosicích či hudební vystoupení hudební skupiny v Domově na Dómském pahorku v Litoměřicích. Tak se slavil letošní Den Charity v litoměřické diecézi. Celodenní program byl připraven v Domově pokojného stáří v Libošovicích. „Den začal promítáním historického filmu V erbu lvice, poté následovala bohoslužba v kapli sv. Matky Terezy a odpoledne program pokračoval zábavným vystoupením oblíbeného hereckého páru paní Evy Hruškové a pana Jan Přeučila. Zároveň si zájemci po celý den mohli prohlédnout náš Domov. I když spadlo pár kapek, náladu nám to nezkažilo, všichni si Den Charity užili,“ hodnotí sociální pracovnice v Libošovicích Soňa Rytinová.

■ Diecézní charita Litoměřice

Vánoční vyrábění ze dřeva a větvíček

V naší klubovně jsme tvořili vánoční výrobky ze dřeva a větvíček, které se budou prodávat na prodejní výstavce v Ústí nad Labem. Všem moc děkujeme za krásné výrobky, za které se skutečně stydět nemusíme. Stále více se těmito akcemi utvrzujeme, že tyto workshopy mají skutečný smysl.

■ Domov pro seniory Šluknov

Lovosický Úsměv připravil Den zdraví

V lovosickém centru kultury Lovoš se konal Den zdraví. Přilo 149 zájemců. Den zdraví zahájila přednáška Lenky Tiché Zdraví na nohách, která pracuje jako fyzioterapeutka Rodinného střediska Mozai-ka v Lovosicích, kde se věnuje převážně dětem. Zdravotní problémy s nohama či nejružnější deformity postihují nejen dospělé, kteří jsou dlouho na nohou, ale i sportovce. „Často se setkávám s vadami nohou, jako jsou kladívkové prsty nebo vbočený palec. Takové deformity, pokud nejsou indikovány k operaci, se neobejdou bez kvalitního cvičení ve formě cílené fyzioterapie. Deformity, které je nutné operovat, je samozřejmě také důležité cvičit. Adjustační ponožky vám pomohou od kladívkových prstů,“ říká fyzioterapeutka Lenka Tichá. Lékařky Ladislava Matějčkové a Daniela Marhonsová měřily zájemcům cholesterol a glykemii. Přichází si také mohli nechat změřit tlak krve a samovyšetření prsu na modelu učily proškolené edukátorky.

■ Eva Hozmanová,
Úsměv=Zdraví Lovosice

Lounští senioři nesedí s rukama v klíně

Město Louny má partnerské město v Německu již 47 let. Náš lounský klub seniorů má partnerský vztah se senior klubem Volkssolidarität 15 let a to jsme oslavili dne 22. října v Zschopau. S hosty se sešli představitelé - zastupitelé Radnice v Zschopau. Za Město Louny se zúčastnili starosta Pavel Janda a místostarosta Vladimír Hons. Dalšími vzácnými hosty byli pan Hubert Sigmung - rodák z Mostu, který napsal knihu o svém dětství, jejíž český překlad zní „Dům ve Štocherově ulici“. V programu vystoupily soubory Senior Melody Louny a Volkssolidarität Zschopau. Bylo to velice milé a přátelské odpoledne s dalším vzpomínkovým programem a závěrem i mezinárodním tancem. Před tím se uskutečnilo mezinárodní setkání v Praze v knihovně Václava Havla od SENSENU „Dopis vnoučeti“.



Tento projekt vznikl v Polsku a zapojení jsou do něj Němci z Heidelbergu a Prahy. 4. října jsme byli na obnoveném Dni seniorů v Praze na Žofíně, který pořádá jako v minulosti ŽIVOT 90 pod. Zde se senioři setkali s ministryní MPSV, herci,

zpěváky. Dále se mohli seznámit se s aktivitami, pomůckami pro seniory, včetně další osvěty a informací. Ve středu 2. října byla oslava v Lounech, o které jsme vás již informovali, s udílením „Lounského granátového srdce“ a 30. září byly dvě akce - jedna krajská v Ústí n/L a druhá v Praze, o těch jsme již také psali.

Tak vidíte, senioři jsou aktivní a nesedí doma s rukama v klíně nebo na lavičce a nekrmí holuby, případně nepřepínají v televizi seriály a nežijí jen životy seriálových hrdinů. Nebuďte doma sami a uživejte stáří v aktivitách, které se vám nabízejí. Závěrem musím dodat, že bez finanční podpory Města Louny, bychom nemohli všechny aktivity zvládnout. Děkujeme.

■ Vilma Svobodová,
manažerka Pomoc bližnímu
Louny

Štýrští koně od Ježíškových vnoučat potěšili

Věřte nevěřte, ale až 7. listopadu se nám podařilo realizovat poslední přání z Ježíškových vnoučat. Jak už to tak chodí, jednou to nevyšlo z naší strany, pak ze strany Ježíška – pana Parohy. Náš klient pan Šulc si přál návštěvu u koní, chtěl si splnit svůj celoživotní sen. Pan Paroha pozval pana Šulce do své stáje, kde spolu s manželkou chovají 4 štýrské koně. Pán měl možnost dva z nich krmit a hladit. Jelikož je upoután na invalidní vozík, na projížďku si netroufal, ale i tak zářil štěstím a svoji chvíli si patřičně užil. Pro zpestření mu majitel umožnil



zhlédnout krmení opice a vyslechnout historky, které má tato opička na kontě. Touto cestou bychom chtěli panu

Parohovi poděkovat za jeho volný čas a laskavý přístup.

■ Domov pro seniory
a pečovatelská služba Žatec

VÝZVA

Jste aktivní senioři? Jednotlivci nebo seniorské skupiny?

Chcete se o své zážitky z nejružnějších akcí, výletů, koncertů podělit se čtenáři Seniorských listů? Posílejte nám příspěvky, fotografie, videa i pozvánky na e-mailovou adresu redakce@seniorskelisty.cz nebo volejte na telefonní číslo 607 154 021. Těšíme se na vaše příspěvky.

Turistický výlet nejen na libochovický zámek

Tento výlet pro všechny seniory z Litoměřic i okolí směřoval do města Libochovice, hlavně na prohlídku exteriéru zámku a nejen tu. První šestičlenná skupinka, která do zámku jít nechtěla, odešla s Pepou Šourou k židovskému hřbitovu na jeho prohlídku.

Další velká skupina si prohlédla s průvodcem interiéry zámku a poté jsme se společně sešli v zámeckém parku.

Slunce nám navodilo milou atmosféru ve stále ještě kvetoucím francouzském parku. Dále jsme sešli pod zámek a okružní cestou kolem židovského obecního památného domu a procházkou historickými uličkami kolem bývalé synagogy jsme se ocitli opět na náměstí. Zde většina účastníků odešla již ve 13:00 na vlak a nechala si ujit bohužel právě to, co je v Libochovicích to nej a co jsem

chtěla všem (nakonec jen sedmi) ukázat. Je to ta nejpůsobivější ulička, kterou Libochovice mají. Nemohli jsme od jejího kouzla odpoutat svůj pohled.

Po posezení v milé restauraci jsme došli do lesoparku u řeky Ohře a užili jsme si procházku se zřejmě posledními, ještě teplými paprsky slunce, které se odrážely v paletě barev spadaneho listů.

■ Turisté z Litoměřic



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Projekt: Implementace politiky stárnutí
na krajskou úroveň
CZ.03.2.2.63/0.0./0.0./15_017/0006207
Copyright © ZZS JMK, 2018



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA

**Údaje slouží k informaci v situaci tísně
a ohrožení zdraví nebo života
VYPLŇTE TISKACÍM PÍSMEM**

DATUM VYPLNĚNÍ				ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA	
JMÉNO A PŘÍJMENÍ, TITUL				DAT. NAROZENÍ NEBO R.Č.	
ALERGIE					
NEMOCI					OD KDY ?
LÉKY – NÁZEV			DÁVKA	DÁVKOVÁNÍ	
KONTAKTY NA BLÍZKÉ OSOBY					
POŘADÍ	JMÉNO A PŘÍJMENÍ	MĚSTO	VZTAH	TELEFON	
1					
2					
3					
JMÉNO A KONTAKT NA PRAKTICKÉHO LÉKAŘE					
Souhlasím s využitím těchto údajů pro potřeby IZS při mém ošetření.		 podpis			

www.seniorivkrajich.mpsv.cz



Ústecký kraj





Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Ústecký kraj

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA



Údaje slouží k informaci v situaci tísně a ohrožení zdraví nebo života.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Ústecký kraj

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA



Údaje slouží k informaci v situaci tísně a ohrožení zdraví nebo života.

V PŘÍPADĚ NALÉHAVÉ POMOCI

I.C.E. KARTA



Ústecký kraj

155 Záchránná služba

150 Hasiči

158 Policie ČR

156 Městská policie

112 Integrovaný záchranný systém



Údaje slouží k informaci v situaci tísně a ohrožení zdraví nebo života.