

SENIORSKÉ LISTY

A close-up portrait of Marie Formáčková, a woman with short, wavy brown hair, wearing black-rimmed glasses and a dark top with a patterned neckline. She is smiling warmly at the camera.

Marie Formáčková **Život mi to vždycky nějak sám zrežíroval a já neutekla**

STRANY 8–9

**Na povinnou zdravotní
prohlídku budou moci
postarší řidiči až od 70 let**

STRANA 5

**Krajské sportovní hry
se vyvedly a přálo i počasí.
Zlato putovalo do Lomu**

STRANA 7

Foto: Archiv Marie Formáčkové



SEVEROČESKÉ DIVADLO MĚNÍ SVOU TVÁŘ!

Od července bude Divadlem města Ústí nad Labem

Kulturní scénu v Ústí nad Labem čeká významná změna. Od 1. července 2025 ponese Severočeské divadlo nové oficiální jméno – Divadlo města Ústí nad Labem. Změna názvu symbolizuje užší propojení s městem, jeho obyvateli a současným směrem, kterým se instituce ubírá.

Spolu s novým názvem divadlo představuje i zcela novou vizuální identitu. Autorem loga a grafického stylu je uznávaný grafik Mikuláš Bačanský, který pro divadlo vytvořil moderní, nadčasový a srozumitelný vizuál. Nové logo je čisté, přehledné a přitom výrazné – snadno použitelné v tisku i digitálním prostoru.

„Chtěl jsem vytvořit vizuál, který působí profesionálně, ale není odtazitý. Divadlo je dynamický prostor plný emocí a příběhů – a nový design by měl přesně tohle vyjadřovat,” říká Mikuláš Bačanský.



Divadlo města
ÚSTÍ NAD LABEM

„Nový název i vizuální styl reflektují naši dlouhodobou snahu otevřít se více městu a veřejnosti. Chceme být divadlem, kam lidé rádi přicházejí za kulturou i za společenským setkáváním,” doplňuje jednatel divadla Tomáš Christian Brázda.

A divadlo rozhodně nezahálí ani během prázdnin. Divadelní orchestr vyrazí ven a během léta se představí na několika místech pod širým nebem – například na zahradě Českého rozhlasu Sever, nádvoří ústeckého muzea nebo na Severní Terasé. Promenádní koncerty mají jedinečnou atmosféru a jsou skvělou příležitostí, jak si vychutnat hudbu v letním rytmu města.



Internetoví podvodníci cílí na starší generaci



Ústecký kraj – Internet je plný lákavých nabídek, slibů rychlého zbohatnutí a možností investic, které vypadají až příliš dobře na to, aby byly skutečné. Podle Elišky Kubíčkové z oddělení tisku a prevence krajské policie se bohužel právě tyto nabídky často ukážou jako dobře promyšlené podvody, které mají jediný cíl: vylákat peníze z důvěřivých lidí. Policisté v posledních měsících evidují stále více případů, kdy se oběti stali senioři, kteří naletěli podvodníkům vydávajícím se za investiční poradce, bankéře či zájemce o koupi zboží přes internet.

Investice lákají na nereálné zisky

Jednou z nejčastějších metod podvodníků je slib astronomických zisků při minimální investici. Pachatelé často využívají sociální sítě k šíření falešných inzerátů nebo se vydávají za známé osobnosti. Nedávný případ z Děčína ukazuje, jak může taková situace dopadnout. Podvodník přes sociální síť nabízel zaručeně výhodné investice a přesvědčil ženu, aby mu poslala pět tisíc korun. Postupně ji zmanipuloval k dalším platbám, až její celková ztráta dosáhla téměř devatenácti tisíc korun.

Pozor na odkazy a kupující

Další častý podvod se týká internetového prodeje. Senioři často prodávají zboží přes sociální sítě, což podvodníci dobře vědí. V jednom případě kontaktoval ženu údajný kupující, který jí zaslal neověřený odkaz na dopravu zboží. Po vyplnění údajů k bankovnímu účtu pachatel převedl z jejího účtu více než padesát pět tisíc korun.

Jak se bránit?

Podvodníci často mění své strategie, ale jejich cíl je stejný. Zmanipulovat důvěřivé lidi k odeslání peněz nebo citlivých údajů. Bankéři, policisté nebo úředníci nikdy nebudou žádat o přístupové údaje či převody peněz po telefonu. Pokud vám někdo nabízí investici se slibem vysokých výnosů bez rizika, buďte obezřetní. Neposílejte nikomu přihlašovací údaje k bankovnímu účtu a neklikajte na podezřelé odkazy.

Senioři jsou častým cílem

Dříve narození jsou pro podvodníky často snadným terčem kvůli své důvěřivosti. Policisté doporučují, aby si senioři ověřovali všechny nabídky u svých blízkých nebo na oficiálních stránkách bank a institucí. Pokud máte podezření na podvod, neváhejte kontaktovat policii.

Senioři chtějí důchod hotově. Je to nevýhodné



Ústecký kraj – Přestože většina důchodců v současnosti využívá bankovní účet, téměř půl milionu seniorů si stále nechává penzi vyplácet v hotovosti. Přestože je to za rok na poplatcích vyjde skoro na 900 korun. Hlavním důvodem je podle mluvčího České pošty Matyáše Vitíka zvyk, nedostatek bankomatů v menších obcích a důvěra v poštovní doručovatele.

Počet příjemců hotovostní výplaty postupně klesá, ale nijak zásadně. Zatímco v roce 2024 si takto nechávalo důchod vyplatit přes 580 tisíc lidí, na konci roku jich bylo 524 tisíc. Některé mohlo odradit to, že se od letošního února poštovní poplatek za výplatu penze zdvojnásobil.

Momentálně se platí za jednu výplatu 78 korun, což činí téměř 900 korun za rok. Poplatek si neúčtuje pošta, ale přímo ho strhává Česká správa sociálního zabezpečení z důchodu.

Organizace jako například Linka seniorů upozorňují, že tím roste diskriminace lidí, kteří z různých důvodů nemohou využívat online služby. Výjimku mají důchodci, kterým byl důchod přiznán před rokem 2010, tedy převážně lidé nad osmdesát let. Za ně nadále hradí poštovné stát. Česká správa sociálního zabezpečení doporučuje seniorům, aby si penzi nechávali zasílat na bankovní účet, který je bezpečnější a pohodlnější. ■ gz

Zhoršený zrak ovlivňuje paměť i psychiku

Ústecký kraj – Špatné vidění není jen otázkou nepohodlí, ale může výrazně ovlivnit zdraví a každodenní život seniorů. Neřešené oční vady, jako je šedý zákal, zvyšují riziko demence, deprese i sociální izolace. „Mozeček potřebuje vizuální podněty, aby zůstal aktivní. Pokud se kvalita vidění zhoršuje, mozek dostává méně informací, což může vést ke zhoršení paměti a myšlení,“ vysvětluje neuroložka Helena Hyclová.

Senioři se špatným zrakem se často méně pohybují, bojí se chůze po nerovném terénu, čímž roste riziko pádů a úrazů, jako jsou zlomeniny kyčle. Pravidelné kontroly u očního lékaře by proto neměli zejména důchodci podceňovat. Pokud si vyslechnou třeba diagnózu šedý zákal, není třeba



Foto: Pixabay

se obávat. Operace může nejen obnovit zrak, ale i pozitivně ovlivnit paměť a mentální zdraví. „Po zákroku lidé často ožijí, znovu začnou číst, sledovat televizi a více se zapojují do života,“ říká oční lékařka Lucie Valešová. ■ gz

Seniorská obálka může zachránit život

Ústecký kraj – Seniorská obálka je jednoduchý, ale velmi užitečný nástroj, který může dokonce i zachránit život. Jde o formulář s důležitými zdravotními informacemi, který pomáhá záchranářům, lékařům i policii v případě nouze. V případě, kdy je člověk v bezvědomí nebo špatně komunikuje, z ní záchranáři vyčtou všechna důležitá data o jeho zdravotním stavu. V Ústeckém kraji je projekt

stále aktivní a senioři si mohou obálku stáhnout online nebo vyzvednout na úřadech. Stačí jen vyplnit údaje o zdravotním stavu, lécích a kontakty na blízké osoby. Obálku je pak dobré umístit doma na vnitřní stranu vchodových dveří nebo na lednici, aby byla snadno dostupná pro zdravotnické záchranáře či policii. K dispozici je i malá kapesní varianta, kterou lze nosit v peněžence. ■ gz

PARTNEŘI SENIORŮ V ÚSTECKÉM KRAJI

Levným taxíkem k lékaři i za rodinou

Ústecký kraj – Senioři v Ústeckém kraji mají k dispozici speciální taxislužbu Taxík Maxík, která jim usnadňuje cestování po městě. Služba je určena obyvatelům starším 70 let a držitelům průkazů ZTP či ZTP/P, kteří se potřebují dostat k lékaři, na úřady, do sociálních zařízení nebo za kulturou.

V Ústí nad Labem Taxík Maxík funguje ve spolupráci s pečovatelskou službou. Bílo-žlutý taxík je možné objednat v pracovní dny od 7:00 do 15:00 hodin na telefonním čísle 702 192 417. Cena za jednu jízdu je 60 korun, doprovod platí 30 korun, a pokud má klient průkaz ZTP/P, jeho doprovod cestuje zdarma.

Podobná služba funguje i v Mostě, kde Taxík Maxík jezdí už sedmým rokem. Službu si můžete objednat telefonicky na čísle 778 767 676 v pracovních dnech od 7:00 do 15:00 hodin.

Zájem o službu stále roste. Dva vozy opatřené nápisy Taxík Maxík najezdily loni v Mostě dohromady téměř 28 000 kilometrů. Cena za kilometr je 40 korun. Taxík Maxík je důležitou službou, která pomáhá seniorům zůstat mobilní a nezávislí. ■ gz

Populace stárne, domovy nejsou nafukovací

Ústecký kraj – Najít místo v domově pro seniory je na severu Čech poměrně obtížné. Ústecký kraj i města regionu se dlouhodobě snaží zlepšit jejich dostupnost, aby odpovídala rostoucím potřebám stárnoucí populace.

Aktuální situace ale ukazuje, že kapacity jsou téměř využity. Čekací doby se liší podle konkrétního zařízení, ale v podstatě jde o roky. „V základní síti sociálních služeb Ústeckého kraje je 36 domovů pro seniory s celkovou kapacitou 2 871 lůžek,“ upřesnila



Foto: Pixabay

krajská mluvčí Magdalena Fraňková. S ohledem na demografické trendy a stárnutí populace je potřeba rozšířit kapacity domovů pro seniory. Ministerstvo práce a sociálních věcí připravuje novelu zákona

o sociálních službách, která by měla podpořit rozvoj terénní péče a umožnit seniorům zůstat déle v jejich domácím prostředí. Kromě toho se plánuje rozšíření kapacit v některých zařízeních v kraji, aby se snížil tlak na stávající domovy.

Jedním z klíčových řešení je podpora terénní péče, která umožňuje seniorům žít doma a využívat služby přímo v jejich přirozeném prostředí. Tento přístup nejen snižuje potřebu lůžkových zařízení, ale také zlepšuje kvalitu života seniorů. ■ gz

Pojďte si zasoutěžit, hledá se babička Ústeckého kraje

Ústecký kraj – Každý věk má svou krásu a babičky jsou důkazem, že život plný radosti nekončí. „Být babičkou znamená radost, zkušenosti a lásku, kterou předáváme dál,“ říká předsedkyně Krajské rady seniorů Květoslava Čelišová.

Soutěž Babička Ústeckého kraje 2025 hledá ženy, které svým přístupem k životu inspiřují druhé, rozdávají úsměvy a hrdě nesou svou roli v rodině i společnosti. Nečekejte a přihlaste se do konce srpna a úterý 16. září v Domě kultury v Ústí nad Labem bude

patřit vám. Stačí mít trvalý pobyt v Ústeckém kraji a věk 60+, vyplnit přihlášku a připravit se na den plný milých setkání a zábavy. Do přihlášky uveďte jméno a příjmení, datum narození, bydliště, původní profesi, osobní zájmy. Nezapomeňte na osobní charakteristiku, dále na informaci, jakou do soutěže volíte disciplínu, a váš e-mail a telefon. Přihlášku odešlete na e-mail: v.janouchova@seznam.cz. Čekají vás tři disciplíny – krátké představení, volná disciplína podle vašich schopností a módní přehlídka. Každá



účastnice získá krásné ceny a vítězky budou korunovány a ověnčeny šerpou. Nejlepší z nich pak bude reprezentovat kraj v celorepublikovém finále. Přihlášku najdete na webu seniorskelisty.cz. ■ gz

INZERCE

Rodina Kia Ceed.

Akční model SPIN.

Movement that inspires

rcc
realcentrum cars s.r.o.

REALCENTRUM Cars s.r.o.
Podhoří 374/2a, 400 10 Ústí nad Labem
Tel.: 472 744 039 | E-mail: kia.prodej@realcentrum.cz | www.kia-usti.cz

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂ (WLTP). Kia Ceed: 5,3 - 6,4 l/100 km, 121 - 146 g/km. Kia Ceed SW: 5,3 - 6,4 l/100 km, 121 - 146 g/km. Kia ProCeed: 5,6 - 6,3 l/100 km, 128 - 143 g/km. Kia XCeed: 5,9 - 6,6 l/100 km, 134 - 148 g/km. Vyrobení vozidla je pouze ilustrativní a může obsahovat doplňkovou výbavu. Pro bližší informace navštivte www.kia-usti.cz



Na povinnou zdravotní prohlídku budou moci postarší řidiči až od 70 let

Ústecký kraj – Řidiči v seniorském věku možná nebudou muset na povinnou zdravotní prohlídku už v 65 letech. Poslanecká sněmovna totiž schválila návrh, který posouvá první lékařskou kontrolu na 70 let, následné prohlídky pak zůstávají každé dva roky. Pokud změnu schválí Senát a podepíše prezident, novinka začne platit od ledna.

Změna přichází kvůli lepšímu zdravotnímu stavu seniorů, kteří jsou dnes aktivnější než v minulosti. Zjednoduší se také silniční kontroly. Řidiči už nebudou muset mít potvrzení o zdravotní způsobilosti u sebe, protože bude dostupné v registru řidičů.



Doposud motoristé musí na první lékařskou prohlídku v 65 letech, následně v 68 letech a pak každé dva roky. Praktický lékař při kontrole posuzuje zrak,

sluch, koordinaci a případné zdravotní komplikace, které by mohly ovlivnit schopnost řídit. Pokud lékař zjistí vážné zdravotní omezení, může řidiče nechat řídit jen v určitém okruhu, například pouze ve městě nebo v blízkosti bydliště. „Cílem tohoto opatření je umožnit řidičům, kteří mají zdravotní potíže, aby mohli dál bezpečně využívat dopravu, například na cestu k lékaři nebo na nákup,“ vysvětluje Ministerstvo dopravy. Povinnost pravidelných prohlídek tak zůstává, ale odsunutí prvního vyšetření na 70 let má ušetřit čas i administrativu seniorům, kteří jsou zdravotně v pořádku. ■ gz

Šmejdi zase útočí, lidé musí být obezřetnější

Ústecký kraj – Nejstarší generace je dlouhodobě jednou z nejzranitelnějších skupin, pokud jde o kyberkriminalitu. Podvodníci stále častěji cílí na seniory prostřednictvím internetu, e-mailů či telefonátů a lákají z nich nemalé obnosy. Vydávají se za banky, zdravotní pojišťovny, policii i sociální správu. V posledních měsících

narůstá počet podvodů, kdy šmejdi útočí na stařečky coby bankéři nebo policisté s historkou o tom, že jsou jejich úspory v ohrožení. „Senioři by si měli být vědomi, že žádná banka ani policie nevyžaduje přes telefon okamžité převody peněz nebo sdělování citlivých údajů. Pokud se setkají s takovým požadavkem, musí ihned ukončit

hovor a vše ověřit přímo u instituce,“ varuje Veronika Hodačová z odboru prevence Policejního prezidia ČR. Podvodníci se neomezují pouze na falešné telefonáty či e-maily. Lákají oběti i na takzvané výhodné investice do kryptoměn, podvodné nákupy na bazarech nebo fiktivní romantické vztahy přes sociální sítě. ■ gz

Pitný režim je důležitý. Sklenice vody na ex nic neřeší

Ústecký kraj – Nastavit si a dodržovat pitný režim je s příchodem horkých letních dní důležitější než kdy jindy. Dostatek tekutin pomáhá tělu udržet energii, podporuje mozkovou činnost, chrání klouby a zajišťuje správnou funkci ledvin i trávení. Přesto spousta seniorů pije velmi málo a riskuje dehydrataci nebo jiné vážné zdravotní komplikace.

Senioři totiž často necítí žízeň tak intenzivně jako mladší lidé. Pokud ale nedostatečně pijí, může dojít k dehydrataci organismu. Pomalu přichází pocit žízně či sucha v ústech, bolesti hlavy, únava, pokles tvorby moče, nebo i teplota či nevolnost. Pokud je dehydratace významnější či dlouhodobější, zrychluje se také puls,

mohou se objevovat svalové křeče, pokles krevního tlaku a může dojít i ke ztrátě vědomí, zmatenosti i kómatu. „V nejhorším případě dochází k rozvoji dehydratačního šoku, kdy je osoba bezprostředně ohrožena smrtí ze selhání oběhu,“ varuje primář interního oddělení prostějovské nemocnice Miloslav Špaček.

Starší lidé navíc mají sníženou koncentrační schopnost ledvin a obvykle i mnohá další přírodní onemocnění. Často také užívají léky na odvodnění, které situaci ještě zhoršují. Důležité je proto zejména v letních měsících dbát na doplňování tekutin, a to i v případě, že člověk nepocituje žízeň. „Ideální je čistá voda, minerálky nebo slabý čaj popojený průběžně během dne. Iontové nápoje jsou



vhodné spíše pro mimořádné fyzické výkony,“ radí lékař. Sirupy nebo sladké minerálky dodávají zbytečný cukr, který zvyšuje riziko cukrovky a metabolických onemocnění. Lepší alternativou je přírodní voda, kterou lze dochutit citronem, mátou nebo kousky ovoce.

Je dobré si nastavit připomínky nebo pít vždy v určitém intervalu. Vypít najednou velké množství vody není ideální. Tělo ji neumí efektivně využít a může dojít k rozředění elektrolytů v krvi. ■ gz

Neobvyklí studenti měli samé jedničky

Krupka – Předáním vysvědčení a slavnostním obědem vyvrcholil 1. ročník Seniorské základní školy v Krupce. Neobvyklí studenti, kteří se tři měsíce potili ve školních lavicích, převzali certifikát o absolvování školy a také vysvědčení. Všichni se samými jedničkami.

Účastníci Seniorské základní školy se čtyřikrát týdně věnovali předmětům, jako historie, IT dovednosti, cizí jazyky, tvůrčí činnosti, zdravý životní styl, hudební výchova, bezpečnost nebo tělesná výchova. ■ gz

Sklářský podnik slaví 100. výročí

Teplíčko – Společnost AGC Automotive Czech, jeden z předních evropských výrobců autoskel, slaví 100 let od zahájení výroby v závodě Chudeřice u Teplíc. Historie podniku sahá až do roku 1925, kdy jej založil Edmund Weinmann. Od té doby se závod vypracoval na klíčový pilíř evropských aktivit sklářské skupiny AGC. Z Chudeřic v současnosti pochází přibližně každé šesté autosklo pro vozy vyrobené v Evropě. Dlouhá tradice řemeslného umění a inovací zůstává základem i pro budoucnost výroby. Společnost nyní zahájila výstavbu nové výrobní linky na vrstvená čelní skla, která přinesou vyšší automatizaci a výrobní kapacitu. ■ pr

Hasiči vysvětlovali, jak vyvážnout z plamenů

Ústí nad Labem – Domovy pro seniory se stále více zaměřují na požární bezpečnost, aby chránily své obyvatele a pomohly jim lépe reagovat v krizových situacích. V rámci prevence probíhají odborné přednášky. „Jsou velmi přínosné nejen pro klienty, ale i pro zaměstnance domovů,“ uvedl náměstek ústeckého primátora Tomáš Vlach. Pokud začne hořet v podobném zařízení, často dochází ke ztrátám na životech. Začátkem roku například zahynula při požáru v domě s pečovatelskou službou v Drahovicích sedmaosmdesátiletá žena. ■ gz

Oranžová kola pomáhala v ústeckém letním kině

Na konci května se v ústeckém letním kině konal Family festival – akce plná zábavy pro malé i velké, která měla zároveň charitativní rozměr. Jedno ze stanovišť patřilo skupině ČEZ, která do Ústí nad Labem přivezla svá známá oranžová kola. Návštěvníci festivalu tak měli možnost svou energii pomoci dobré věci.

Prostřednictvím šlapání na oranžových kolech podpořili dva místní subjekty: Krajskou radu seniorů Ústeckého kraje a zařízení Klokánek Ústí nad Labem – fond ohrožených dětí. O kola byl mezi návštěvníky velký zájem, což se pozitivně odrazilo i ve výsledné částce, kterou Nadace ČEZ organizací věnovala. Krajská rada seniorů Ústeckého kraje získala od Nadace ČEZ 50 427 korun, šek osobně převzala Věra Nechybová (na snímku vpravo). Organizace Klokánek Ústí nad Labem si



díky šlapajícím návštěvníkům odnesla 50 874 korun.

„Touto cestou bych chtěla poděkovat všem, kteří v rámci Family festivalu usedli

za oranžové kolo a pomohli dobré věci. Vážíme si podpory, kterou nám návštěvníci touto formou vyjádřili. Zároveň děkuji také Nadaci ČEZ

za finanční podporu, která je pro nás nesmírně důležitá,“ uvedla předsedkyně Krajské rady seniorů Květoslava Čelišová.

ÚSTECKÝ SEN-ART 2025

VÝTVARNÁ A LITERÁRNÍ SOUTĚŽ PRO SENIORY

VÝTVARNÁ SOUTĚŽ

Soutěž je určena pro seniory ve věku nad 60 let s trvalým pobytem v Ústí nad Labem, včetně uživatelů služby domovů pro seniory, jejichž zřizovatelem je město Ústí nad Labem. Senioři mohou soutěžní práce doručit tajemnici Rady seniorů Ústí nad Labem do budovy PB – Centra na adrese Mírové náměstí 3097/37, Mgr. Lence Jaremové od 15. června 2025 do 29. srpna 2025.

Soutěžní kategorie:

1. ruční práce
2. kresba, malba, grafika
3. fotografie.

Každý ze soutěžících může předat maximálně jednu práci v každé kategorii. Přihlášením do soutěže autor výtvaru dle soutěžní kategorie souhlasí s jeho prezentací na výstavě a na webu statutárního města Ústí nad Labem, a to bez nároku na honorář. Vyhodnocení soutěže provede odborná porota, která z každé kategorie vybere tři nejlepší práce. Všechny práce musí mít popisek se jménem a příjmením, věkem a kontaktem (adresa a telefon) na autora. Fotografie budou do soutěže přijímány pouze zarámované! Vyhlášení vítězů a výstava děl soutěže

SEN-ART 2025 proběhnou již tradičně na oslavách Dne seniorů.

LITERÁRNÍ SOUTĚŽ

Soutěž je určena pro seniory ve věku nad 60 let s trvalým pobytem v Ústí nad Labem, včetně uživatelů služby domovů pro seniory, jejichž zřizovatelem je město Ústí nad Labem. Senioři mohou svá literární díla posílat buď e-mailem na adresu: lenka.jareмова@mag-ul.cz, nebo poštou na adresu: Odbor sociální péče, Magistrát města Ústí n. L., Velká Hradební 2336/8, 400 01 Ústí nad Labem, přičemž v levém horním rohu bude uvedeno Sen Art 2024.

Soutěžní kategorie:

1. próza
2. povídka
3. poezie.

Ústecký SEN-ART 2025 se koná pod záštitou primátora města Ústí nad Labem PhDr. Ing. Petra Nedvědkého. Literární soutěžní příspěvky mohou soutěžící doručovat od 16. 6. do 29. 8. 2025. Nově je potřeba vyplnit a přiložit i přihlášku. Formulář přihlášky bude ke stažení na webových stránkách města pod odborem sociální péče, nebo bude k dispozici na podatelně úřadu.

LETNÍ AKCE

Ústí kultury

Léto na Střekovské nábřeží 2025
KOLÓCAFÉ

4. 7. Šavlozubý ponežky
11. 7. Blackout Bluegrass Band
18. 7. Pavel Klímt
25. 7. Dušan Šivák
1. 8. Emzet Duo
8. 8. Fanda & Jeho banda
15. 8. Samuel Němec
22. 8. Pavel Houfek
29. 8. Matěj Koudelka

Ústecké slavnosti
Městské sady
25. - 27. 7. 2025
František Nedvěd ml., Inflagranti, Taši děle, Stará škola, Marcel Zmožek, ABBACz, Doubravanka, ASI2071, Světovo divadlo, Pocta Waldemaru Matuskovi, Ústecké Baldini, Tom Petty Tribute, Black Sabáka, Jifi Helekal

Marek Ztracený (je) zpátky Tour 2025
Arasé letního kina
25. 7. 2025
Přesně po dvou letech se Marek Ztracený představí svým fanouškům naživo v rámci svého plánovaného (je) ZPÁTKY tour! Můžete se také těšit na skvělou zpěvačku Kateřinu Marii Tichou jakožto hudebního hosta a zachraňovat životy se budou se záchranářem Markem Dvořákem, a tím to rozhodně nekončí...

Rock in Ústí nad Labem 2025
Arasé letního kina
9. 8. 2025
Tradiční série open-air festivalů Rock in Town se představí v nové podobě – s upraveným názvem a rozšířeným počtem zastávek Rockin.cz 2025 a nabídnou jedinečnou open-air vystoupení kapely Škvor, kterou na různých místech doprovází další velká jména jako Olympic, Walda Gang, Panoptiko, Arakain a Helenine OEL.

Děti ráje
Arasé letního kina
16. 8. 2025
Výpravna koncertní verze nejúspěšnějšího českého muzikálu Děti ráje v rytmu pianí Michala Davida.
účinkují: Sagvan Tofi, Braňo Polák, Aneta Vrzalová, Karolína Gudašová, Neurvitřová, Tomáš Lóbi, Jakub Moulis, Michaela Nosková

Kompletní přehled akcí konaných v Ústí nad Labem naleznete na:
<https://www.usti.cz/volny-cas/kalendar-akci.html>

Krajské hry se vyvedly. Zlato putovalo do Lomu

Ústí nad Labem – Krajské sportovní hry seniorů, které tentokrát hostil areál ústecké Základní školy Neštěmická, znají své vítěze. Pomyslné smeknutí klobouku ale patří všem aktivním seniorům, kteří se odvážili změřit si své síly v deseti disciplínách.

Celkem se do Ústí sjelo 21 týmů z celého kraje, aby soutěžily v deseti různých disciplínách. Konkrétně šlo o bollo-ball, šipky, hod na koš, střelbu na branku, chůzi, disc-golf, snack-golf, hod tenisovým míčkem na cíl, pétanque a lukostřelbu.

Během slavnostního zahájení předsedkyně Krajské rady seniorů Květoslava Čelišová popřála všem účastníkům hodně úspěchů. Poděkovala také partnerům i hostům, mezi kterými nechyběl náměstek hejtmana Jiří Kulhánek, ústecký primátor Petr Nedvědický, teplický primátor Jiří Štábl nebo



předsedkyně Rady seniorů ČR Lenka Desatová. Novinkou letošního ročníku byly slavnostní sliby účastníků a rozhodčích.

Pak už se naplno rozběhly soutěže, ve kterých seniori předvedli své odhodlání i sportovní nadání. Nejlepším týmem se stal klub

seniorů z Lomu. Na druhém místě skončili soutěžící z týmu Most číslo 1 a třetí se umístili sportovci z Meziboří. Vítězný tým získal možnost reprezentovat Ústecký kraj na celostátních sportovních hrách v Karlových Varech, které se uskuteční letos v červenci.

Mezi jednotlivci byl nejlepší z mužů Karel Bůžek z klubu Teplice B a z žen pak Galina Svobodová z Lomu. Z rukou hejtmana Richarda Brabce pak všichni převzali pohár a medaili. Na organizaci her se společně s Krajskou radou seniorů aktivně podíleli i mladí fotbalisté FK Viagem, žáci Základní školy Neštěmická v čele s ředitelkou Marií Čáповou i lidé z Dobrovolnického centra.

V Ústí nad Labem se tyto hry konaly vůbec poprvé. Minulý ročník je hostila střední škola v mosteckých Velebudicích. „Bylo mi velkou ctí a radostí tyto hry zorganizovat a sledovat, s jakým nadšením, energií a úsměvy jste se všichni zapojili. Ať už jste závodili, fandili, nebo se jen nechali unášet pohodovou atmosférou, děkujeme, že jste byli u toho,“ řekla místopředsedkyně Krajské rady seniorů Věra Nechybová.



Ústecký kraj

Ústí

MOST

Teplice

SOVK

BAUHAUS

TAMDA FOODS

METRANS

N Carbon Neutral Transport



ST SEVEROČESKÁ TEPLÁRENSKÁ

METROSTAU

SENIORSKÉ LISTY



Marie Formáčková: Život mi to vždycky n

Během své bohaté novinářské kariéry Marie Formáčková zpovídala snad všechny známé osobnosti, na které lze pomyslet. To ji nakonec přivedlo k psaní životopisných knih. Na nostalgické vzpomínání si moc nepotrpí a svých dvaasedmdesát let považuje za senzační věk.

GABRIELA ZLÁMALOVÁ

Jste autorkou či spoluautorkou desítek knih, zejména životních příběhů mediálně známých osobností. Prozradíte, které osobnosti vám zůstaly nejvíce v paměti z rozhovorů, které jste vedla?

Rozhovorů jsem napsala během svých novinářských let hodně, spočítané je nemám, a pokračuji v tom dokonce i dnes, protože kromě knížek pořád tu a tam někoho vyzpovídám. Asi jsem měla štěstí, protože se mi nikdy nestalo, že by mě někdo odmítl, nebo bych se s ním nepohodla. Asi si dobře vybírám. A právě na základě mých novinářských „známostí“ vznikly i moje knížky.

Co vás ovlivňuje v rozhodnutí, že zrovna o tomto člověku napíšete knihu?

Abych pravdu řekla, takové rozhodnutí jsem ještě nikdy neudělala. Pokaždé mi to zafungovalo opačně, že totiž dotyčná osobnost byla požádána o knihu a mě si k tomu přizvala. Někdy to bylo na

základě mnohaleté známosti, někdy to byla náhoda.

S Helenou Růžičkovou vás pojilo mnohaleté přátelství. Jak vznikaly knihy ve spolupráci právě s ní? Máte na jejich tvorbu nějaké zvláštní vzpomínky?

Na Helenu si vzpomenu každý den. Byla prvním slavným člověkem, s nímž jsem po skončení školy a nástupu do časopisu Vlasta udělala rozhovor, během let jsem těch rozhovorů s ní udělala spousty, a když došlo na knížky, začaly jsme je psát spolu. Naše první tři knihy byly o tom, jaké to je, když je člověku diagnostikována zákeřná choroba, byly to Deníky mezi životem a smrtí a psaly jsme každý den. Helena se stala součástí naší rodiny, já zase té její, prostě jsme byly kamarádky, byť byla o patnáct let starší. Vždycky říkala, že jsem její mladší sestra, kterou nikdy neměla.

Jaké výzvy jste překonávala při tvorbě rozhovorů s lidmi, jako Zita Kabátová či Karel Gott?



Se Zitou Kabátovou jsem se seznámila, když jí bylo čtyřicet, a byla to náhoda. Šla jsem udělat rozhovor do motolské léčebny pro dlouhodobě nemocné se zpěvačkou Vlastou Průchovou a tam náhodou potkala Zitu. Přišla si paní Průchové postěžovat, že o ní vyšla knížka, a když autorům zavolala, že je tam plno nepřesností, užasli, že ještě žije, kdyby to prý věděli, knihu by napsali s ní a ne o ní. A tak jsme se domluvily, že to napravíme, a stalo se. Celkem jsme spolu napsaly osm knih, devátou už jsme nedopsaly. Dožila se devětašestáti a její paměť, vitalita a radost ze života na mě udělaly obrovský dojem. Karla Gotta jsem znala jako novinářka léta, mnohokrát jsem ho zpovídala, a když měl v roce 2000 koncert v Carnegie Hall v New Yorku, vzal s sebou několik novinářů, já byla mezi nimi a napsala o tom knížku.

Byl vždy vlídný, laskavý, nezapomenutelný.

Kromě psaní jste jezdila po celé republice besedovat. Co vás na besedách nejvíce těší?

Besedovat jezdím stále a opět je to spojené s lidmi, s nimiž jsem se znala, dělala s nimi rozhovory a psala knihy. Nejčastěji jezdím s Josefem Dvořákem, s nímž se znám také dlouhá léta. Napsali jsme spolu pět knih, šestou máme rozepsanou a besedy s ním jsou za odměnu. Fakt se na to těším a žasnou, kolik se toho do jeho života vešlo, každé jeho vystoupení je jiné, neopakuje se a má v sobě jakési kouzlo, kterému jak diváci, tak i já s radostí podléháme. Vejde na jeviště, podívá se na lidi a najednou je všem dobře.

Co vás nejvíce těší a těšílo na práci se známými osobnostmi? Máte nějaký

PROFIL

Česká novinářka, publicistka, spisovatelka a pedagožka Marie Formáčková se narodila 20. prosince 1952 v Benešově. Absolvovala Petrohradskou státní univerzitu a Univerzitu Karlovu. Dvacet let působila v redakci časopisu Vlasta, kde byla od roku 1989 šéfredaktorkou, později vedla časopisy Květy a TV Revue. Od roku 2000 se věnuje psaní knih na volné noze. Je autorkou či spoluautorkou desítek titulů, zejména životopisů známých osobností, například Heleny Růžičkové, Zity Kabátové či Júlia Satinského. Napsala také řadu kuchařek a knih o zdravém životním stylu ve spolupráci s odborníky. Jako středoškolská učitelka získala ocenění za pedagogickou činnost v anketě Zlatý Ámos.



Ějak sám zrežíroval a já neutekla

nezapomenutelný příběh ze zákulisí?

Příběhy ze zákulisí nevyprávím, nikdy jsem o nikom neřekla nic, s čím by nesouhlasil nebo co by sám neprozradil. Lidi, o nichž píši, mám ráda a jsou mi blízcí. Je to logické, když s někým píšete knížku, tak se dostanete do jeho života a sblíží vás to.

Než jste šla takzvaně na volnou nohu, tak jste šéfovala kdysi nejznámějšímu ženskému časopisu. V redakci Vlasty jste pracovala dvacet let. Co vás na této práci nejvíce bavilo?

Šéfredaktorkou jsem se stala po listopadu 1989 a prostě mě kolegové v té dramatické době do této funkce zvolili. Nechci se jako šéfredaktorka hodnotit, byla jsem v redakci, kterou jsem dobře znala, s lidmi, s nimiž jsem se kamarádila. Bylo to fajn, prožila jsem ve Vlastě krásná léta, skoro bych řekla nezapomenutelná, a kdyby nebylo Heleny Růžičkové, asi bych novinářinu neopustila. Ale Helena onemocněla, zůstala postupně na světě sama. Byly jsme kamarádky, tak jsem šla na volnou nohu, začala psát knížky a díky tomu jsem s ní mohla být. To by při šéfredaktorování nešlo.

Jakým největším výzvám jste během vaší kariéry musela čelit?

Marně přemýšlím, jestli jsem vůbec někdy nějakým výzvám čelila. Asi ne. Život mi to vždycky nějak sám zrežíroval a já neutekla, když přišlo něco nového. Když se dnes ohlížím, a to ve svých letech už mohu, tak mám pocit, že jsem toho dostala od osudu víc, než jsem si zasloužila. Měla jsem bezvadné dětství, hodné rodiče, skvělé starší bratry, práci, která mě bavila a baví stále, ani na manžela, byť jsme rozvedení, si nemohu stěžovat, a na děti už vůbec ne.

Jak vnímáte proměnu novin a časopisů od doby, kdy jste byla

šéfredaktorkou, do současnosti?

Média se změnila zásadně. Když jsem začínala, psali jsme články na mechanickém psacím stroji, diktafon byl zázrak, chodilo se do tiskárny na korektury. Bylo to ve srovnání s dneškem složitější, ale mělo to své kouzlo, dodnes třeba vzpomínám na vůni tiskárny, tu jsem milovala. Dnes je to jednodušší, novináři si mohou pár kliknutími vyhledat všechny informace, my chodili do archivu a knihoven, ale každá doba má svá plus a mínus. Dnes je to technicky jednodušší, ale nejsem si jistá, jestli jde technika ruku v ruce s kvalitou. Občas mám pocit, že nikoliv.

Co vás inspirovalo k toliké různorodé činnosti? Od práce v médiích po psaní knih.

Nikdy jsem nic neodmítla. Když přišla nějaká nabídka, vzala jsem ji, říkala si, že by mě možná mrzelo, kdybych to neudělala. A nikdy jsem nelitovala. Například jsem několik let učila ve věznici, z toho posléze vznikly knihy o justičních omylech, také jsem napsala pár detektivních knih a povídek, Sama jste novinářka, tak víte, že něco zajímavého se najde za každým rohem.

Jaké byly vaše klíčové životní okamžiky, které vás nejvíce ovlivnily?

Měla jsem několikrát štěstí, které mi zpočátku jako štěstí ani nepřipadalo. Například jsem po základní škole chtěla jít na gymnázium, ale moje máma usoudila, že lepší je ekonomická škola, dnes obchodní akademie. Tak jsem tam šla a naučila se těsnopis, což mi v době těžko dostupných diktafonů nesmírně ulehčovalo život, ale hlavně díky této škole rychle píši, dříve na stroji, dnes na počítači, a to všemi deseti a naslepo. A to je asi důvod, proč jsem těch knížek napsala tolik.

Sama jste již seniorka. Jak vnímáte postavení seniorů v dnešní společnosti? Co by se podle vás mělo změnit?

Vždycky jsem se spoléhala na sebe, nečekám, že se mi o dobrý životní pocit postará společnost. Nikdy jsem nebyla na úřadu práce, nikdy nepobírala žádné dávky, snažila jsem se být soběstačná, postarat se o svou rodinu, a to se mi podařilo. Já vím, že dnes se objevuje na sociálních sítích hodně článků, v nichž se o seniorech laskavě nemluví, ale já bych to nepřeceňovala. My, dnešní senioři, se nemáme za co stydět. Pracovali jsme, zůstane

toho tady po nás hodně. Teď už to má v rukou další generace a přála bych jí, aby jednou mohla říct totéž, co tvrdím já. Byli jsme skvělí a jsme pořád.

Jaké aktivity nebo projekty byste doporučila seniorům, aby si udrželi aktivní životní styl?

Hlavně musíme trénovat mozek, protože ten je základ. Dnes nám medicína vymění klouby, takřka všechny orgány, ale mozek se zatím netransplantuje. Tak o něj pečujme. Zita Kabátová tvrdila, že se člověk musí denně naučit něco nového, třeba cizí slovíčko, básničku nebo něco ze zeměpisu. Ona si bystrila rozum při televizní soutěži AZ-kvíz a mělo to výsledek. Dožila se takřka stovky a pořád jí to výborně myslelo.

Ohlíváte se za něčím ve vaší kariéře s nostalgií?

Na nostalgii si nepotrpím. Co jsem prožila, bylo fajn, nic bych na tom neměnila, ale zároveň bych ani nechtěla být mladší. Je mi dvaasedmdesát a připadá mi to jako senzační věk. Děti jsou dospělé, kariéra je uzavřená a už se mohu věnovat jenom tomu, co mě těší. Tak to dělám a často si řeknu – kéž by to takhle ještě nějaký čas vydrželo.

Máte ještě nějaké nesplněné sny, ať už osobní, nebo profesní? Na co se těšíte?

Žádné nesplněné sny nemám a těším se na každý nový den.

Když máte trochu volného času, jak ho ráda trávíte?

Mám spoustu volného času. Když se mi nechce nic dělat, tak nic nedělám, pustím si něco pěkného v televizi, dám si něco dobrého k jídlu nebo si pozvu pár přátel a uděláme si mejdan. Mimochodem, každý měsíc se u mě doma koná večírek s mými spolužáky z vysoké školy, už se takhle scházíme léta a je to pro nás jako živá voda. A to bych svým vrstevníkům také radila, přátelství bychom si měli pěstovat a hýčkat.



Spolu jsme silnější – příběh, který mění životy ve Štětí

Jako dlouholetá členka Svazu tělesně postižených MO Štětí bych ráda představila inspirativní příběh naší organizace, která se od roku 2002 stala nepostradatelnou součástí života ve městě Štětí. Naším posláním je hájit potřeby osob se zdravotním postižením, bez ohledu na věk, a vytvářet prostředí plné podpory, porozumění a vzájemného respektu.

Zajišťujeme sociální poradenství, půjčování kompenzačních a ortopedických pomůcek, organizujeme volnočasové aktivity, ozdravné pobyty, tematické zájezdy a sportovní hry. Snažíme se odstraňovat bariéry a aktivně podporujeme integraci našich členů do společnosti.

Ozdravný pobyt, který mění životy

Jednou z klíčových aktivit je náš každoroční ozdravný pobyt v rekreačním středisku AERO Holany. Týdenní setkání dětí i dospělých se zdravotním postižením probíhá



v duchu slunce, pohybu a neobyčejné sounáležitosti. Program zahrnuje venkovní cvičení, ergoterapii, arteterapii, společné vycházky, koupání, večerní programy, soutěže, diskotéky i tradiční táborák.

Nezapomenutelným zážitkem byl například společně vytvořený obraz – velké letadélko, symbol střediska, namalované klientkou s výtvarným nadáním, doplněné podpisy účastníků z různých měst. Tento obraz jsme s úctou věnovali městu Štětí a společnosti MONDI Štětí jako poděkování za

dlouholetou podporu, která výrazně přispívá ke zlepšení kvality života našich členů.

Most mezi generacemi i světy

Rozdíl mezi nejmladším a nejstarším účastníkem činí 76 let, přesto mezi nimi vzniká přirozená spolupráce, vzájemná úcta a porozumění. To potvrzuje, že integrace není jen slovo – je to živá realita, kterou každý den naplňujeme činy.

Naše aktivity přesahují rámec péče o klienty – propojujeme svět zdravých

a hendikepovaných, dětí, seniorů i pečujících osob. Ukazujeme, že každý člověk má svou hodnotu, přínos a právo na důstojný a aktivní život.

Děkujeme za podporu

S hlubokým vděkem děkujeme městu Štětí, společnosti MONDI Štětí a.s., Klubu seniorů, spolku Dobrovolně a dalším partnerům, kteří nám pomáhají měnit příběhy jednotlivců i celých rodin. Vaše podpora má skutečný dopad.

Těšíme se na rok 2025

Další pobyt v Holanech máme naplánovaný na poslední srpnový týden roku 2025. Bude opět integrační, terapeutický, radostný a naplněný lidskostí. Těšíme se na nové tváře, silné příběhy a další okamžiky, které znovu potvrdí: **Spolu jsme silnější.**

■ Hospodárka Svazu tělesně postižených Štětí
Ilona Müllerová

Pečovatelská práce není jen o pomoci, ale i o empatii a respektu

Pečovatelská práce je náročné povolání, které vyžaduje nejen fyzickou sílu, ale především empatii, trpělivost a odolnost vůči stresu. Každý den se pečovatelské týmy setkávají s lidmi, kteří potřebují pomoc nejen s běžnými činnostmi, ale také s důstojným zvládnutím stáří nebo zdravotních problémů. O své zkušenosti se podělily Kateřina Kašková a Michaela Kupeřová, které pracují v Domově pro seniory Střekov. Hovořily o tom, co je k této práci přivedlo, jak vypadá jejich běžný pracovní den, ale také o radostech a těžkostech, se kterými se při péči o seniory setkávají.

Co vás přivedlo k práci pečovatelské? Bylo to vaše dlouhodobé přání, nebo jste se k tomu každá dostala náhodou?

Chtěla tomu náhoda. Obě rády pomáháme lidem, a protože jsme bohužel neudělaly maturitní zkoušky na zdravotní škole, tak začít pracovat jako pečovatelská nám přišlo nejbližší k našemu oboru.

Jak vypadá váš běžný pracovní den? S jakými situacemi se nejčastěji setkáváte?

Náš běžný pracovní den spočívá v péči o seniory. Naše pracovní náplň je především pomoc s osobní hygienou, zajištění stravy, dopomoc s každodenními činnostmi.

Přiblížíte nám, jaké vlastnosti a dovednosti jsou podle vás pro práci pečovatelskou nejdůležitější?

Člověk, který si přeje být pečovatelem, tak musí umět být hodně empatický, vřelý, vstřícný a hlavně odolný vůči stresu.

Co považujete za nejtěžší aspekt své práce? A co vás naopak nejvíce těší?

Nejtěžší aspekt pro pečovatele je smíření se smrtí jako takovou. Těší nás, když můžeme lidem zpříjemnit poslední chvíle jejich života.

Jak se proměnila péče o seniory nebo osoby se



zdravotním postižením v posledních letech?

Změn proběhlo hodně. Klade se důraz na péči, která respektuje jejich jedinečnost a důstojnost. Nejde jen o pomoc v každodenním životě, ale o to, aby se klient cítil v bezpečí, vážený a stále součástí společnosti. Když péče vychází z porozumění a empatie, může přinést nejen komfort, ale i pocit hodnoty a jistoty. Přístup ke klientům je stále kvalifikovanější a vše dělá lépe proškolený personál. Jsou zapojeny více modernější technologie.

Máte nějaký silný nebo emotivní příběh ze své práce, který vám utkvěl v paměti?

Míša – Příběhů máme plno. Jednou mi v bývalé práci zkolabovala klientka, kterou jsme s kolegy resuscitovali půl hodiny do příjezdu záchranářů, ale klientka přes všechnu naši snahu zemřela, poté jsme zjistili, že měla plicní embolii a nedalo se ji zachránit.

Káťa – Poznala jsem v práci klientku, která shodou náhod byla dobrou kamarádkou mé prababičky, která zemřela, když jsem byla ještě malá. Klientka mi ráda o mé prababičce vyprávěla, a tím jsem si k ní vytvořila hlubší vztah než k ostatním. Když klientka zemřela, tak mě její smrt hrozně zasáhla.

Jaký je váš pohled na dostupnost a kvalitu pečovatelských služeb v Česku? Co by se podle vás mohlo zlepšit?

Rozhodně je více seniorů než samotných domovů pro ně. Takže by pomohlo mít více domovů nejen pro seniory, ale i pro lidi se zdravotním postižením. ■ pr

Historie, kultura i bezpečnost na našem programu

Květen byl pro členy spolku aktivních seniorů plný zážitků. Měsíc zahájili tradiční návštěvou Dílničky výroby ručního papíru a Muzea Křišťálový dotek. Nejvíce se těšili na výklad paní inženýrky Ireny Štyrandové, ta měla v té době předváděcí stánek na Litoměřickém hradě. Seniori ji navštívili tam a odnesli si ručně vyráběné papírové suvenýry. V muzeu je jako vždy pohltil poutavý výklad manželů Huňátových o historii exponátů i o osudu pomníku dětí

zachráněných sirem Wintonem. Sedmého května se skupina vydala do Klášterce nad Ohří, kde navštívila Muzeum porcelánu. Přestože vlak měl zpoždění, výstava byla skvělá a seniori pořídili mnoho fotografií. Po prohlídce zavítali do lázní Evzenie, kde si užili procházku i ochutnávku minerálního pramene. Dalším výletem byl 17. května Hrad Červený Újezd, který všechny uchvátil. Místní skanzen, kréma i sbírka vesnických budov z celé republiky ukázaly

obdivuhodné úsilí majitele. Měsíc zakončila návštěva stanice HZS v Petrovích 21. května, kde se seniori dozvěděli o nebezpečích požáru. Letos poprvé proběhla akce ve spolupráci s místní starostkou Zuzanou Hůlovou, která podpořila zapojení petrovických seniorů. Po školení následovalo příjemné posezení ve srubu dobrovolných hasičů s občerstvením a hudebním doprovodem.

■ Ludmila Husáková,
SAS Ústí nad Labem

Putování po hradech, jeskyních i lomu Amerika

Na hradě Okoří světla už nehoří. To byla první zastávka našeho jednodenního poznávacího výletu. Bílá paní ještě spala, ale my jsme si s chutí zazpívali. Naše cesta pokračovala do Berouna, která leží na soutoku Berounky a Litavky. Na náměstí jsme si prohlédli sochu Jáchyma Barranda, který inicioval k výzkumu této krajiny. Ve

městě se zachovaly dvě městské brány.

Poté jsme navštívili chrám Sv. Jan pod Skalou, u kterého je jeskyně, ve které žil i zemřel 1. český poustevník sv. Ivan. Využíval stejně jako mnozí poutníci vydatný jeskynní pramen. Průvodce nás seznámil s historií chrámu a kláštera. Posledním místem našeho putování byl lom

Amerika v Českém krasu. Jeho hloubka 67–80 metrů a rozloha 750 x 15 metrů láká filmaře. V současné době je přístup k okraji lomu z bezpečnostních důvodů zakázán. Záběry lomu je možné vidět v některých filmech, například Limonádový Joe. Plní dojmů se vracíme domů.

■ Zuzana Hausenblasová,
Klub aktivních seniorů Děčín

Chomutovští turisté navštívili pramen řeky Ohře

Chomutovští turisté, členové i nečlenové Klubu českých turistů, se poslední květnovou sobotu vydali na dlouho očekávaný výlet za hranice. Cílem jejich cesty byl pramen řeky Ohře, známé také jako Ohárka, který se nachází na území Bavorska na úpatí hory Schneeberg ve výšce 752 m n. m. Autobus dovezl výletníky téměř až k samotnému prameni, který je velmi pěkně upravený a je

obklopen 12 žulovými kameny. Na nich jsou vytesána jména měst, kterými řeka protéká a která se na úpravě pramene podílela. Čelní, o něco větší kámen, patří českému městu Cheb. Skupina 53 turistů se již na začátku putování rozdělila přibližně na polovinu. Jedna část se vydala pěšky třemi různými trasami směrem do Weissenstadtu, zatímco druhá část se vrátila do autobusu a odjela

do zmíněného městečka, odkud zamířila na zříceninu Waldsteinburg s vyhlídkami do okolního kraje. Celodenní výlet se vydařil díky kombinaci přírodních krás, kulturních památek a možnosti výběru z několika tras, a to vše podpořené příjemným počasím. Uskutečnil se za finanční podpory města Chomutov.

■ Vladka Varmužová,
KČT odbor Chomutov

Malou Paříž nadchli Inflagranti s Marianem Vojtkem

Přestože počasí nebylo úplně ideální, tradiční Malou Paříž s AGC si v altánu u teplického Zahradního domu užila spousta návštěvníků. Nezapomenutelnou hudební neděli pod širým nebem zahájil Big Band Bonit, který svými energickými rytmy rozhybal publikum. V programu pak vystoupili Petr Kalandra Memory Band, připomínající písně legendárních kapel Marsyas, ASPM a Petr Kalandra Band. Večer patřil talentované zpěvačce



Kate Maple a její pětičlenné kapele, která skvěle propojila prvky rocku, americany

a alternativního folku. Závěrečnou hudební lahůdku přineslo populární smyčcové trio Inflagranti společně s muzikálovým zpěvákem Mariánem Vojtkem.

Podle personálního ředitele firmy AGC Flat Glass Czech Libora Sehnala byla akce skvělou příležitostí k setkání a propojení hudby s komunitou. Malá Paříž s AGC tak opět potvrdila, že kvalitní hudba a příjemná atmosféra dokážou vytvořit nezapomenutelné zážitky. ■ pr

Děti přinesly úsměvy seniorům



V rámci mezigeneračního setkávání se klienti naší pečovatelské služby v Chomutově mohli opět těšit z návštěvy dětí z Mateřské školy Abeceda. Výroba velikonočních papírových věnců a malovaných vajíček, které budou zdobit jak domovy našich klientů, tak prostory školky, všechny velmi bavila. Při tvoření se jídelnou DPS Merkur nesly zvonivé a veselé hlásky a spousta smíchu. Děti tradičně předvedly něco ze svého umění v podobě jarních básniček, a jak se říká – to nejlepší na konec. Kluci se chopili svých pomlázek a každou dámu, naše pečovatelské a paní kuchařky nevyjímaje, poctivě vyšupali. Všichni klienti od dětí dostali i krásná velikonoční přání.

■ Eva Lhotská,
Sociální služby Chomutov

Společné objevování a skvělá atmosféra

Poznávací výlet s klienty DPS Chlumec a Telnice tentokrát vedl do minimuzea v Lovečkově. Po zajímavé prohlídce muzea jsme se přesunuli do kempu MARINA ve Valtířově, kde jsme si užili příjemné posezení s občerstvením u břehu Labe, doprovázené skvělou náladou. Velké poděkování patří paní ředitelce Pečovatelské služby Ústí nad Labem Dittě Hromádkové za tento krásný zážitek. Stejně tak si zaslouží ocenění organizační tým v čele s paní ekonomkou Janou Kosíkovou, Zuzkou Vyčichlovou a Petrou Mikulovou, který se postaral o hladký průběh akce. Díky také obci Telnice a městu Chlumec, ale hlavně všem zúčastněným, kteří přispěli k báječné atmosféře. Už teď se těšíme na další výletování a nové společné zážitky.

■ Pečovatelská služba
Ústí nad Labem

Děti z Podbořan potěšily seniory pohlednicemi

V průběhu měsíce května nás v Domově navštívili žáci II. A třídy Základní školy T. G. Masaryka v Podbořanech v doprovodu paní učitelky Simony Klánové. Děti seniorům předaly pohlednice, které řadě z nich udělaly velkou radost. Děti pohlednice samy vytvořily v rámci projektu Psaní od srdce. Všichni jsme se pak zaposlouchali do známé a oblíbené pohádky Čert a Káča, kterou nám děti přečetly. Toto mezigenerační setkání jsme zakončili spontánním povídáním. Za společně strávené chvíle dětem a paní učitelce děkujeme.

■ Domov pro seniory Podbořany

Čarodějnická veselice. Hudba, buřty a zábava

V domově na Výšině jsme uspořádali čarodějnické dopoledne s kapelou Orel. Podávalo se pivečko a buřty, o zábavu bylo postaráno. Když přilétl celý roj krásných čarodějnic, klienti dostali strach, ale vše dopadlo dobře. Odpoledne se potom řádilo s hudbou Mikeš oldies v domově na Ruské. Také se slavilo, tančilo a podávalo se pívko s buřtem, takže si každý přišel na své.

■ Pavla Kutarnia, PDSS Dubí

Setkání plné radosti a přátelství

Ve středu 23. dubna se v příjemném prostředí sálu Restaurace Luna v Chomutově uskutečnilo tradiční Velikonoční setkání Klubu seniorů. Atmosféru radosti a přátelství doprovázeli hudbou i zpěvem Petr Baranijak a Jana Slanářová, kteří roztančili všechny přítomné. Kulturní program ozvláštnil taneční spolek Medovina, který si kromě vystoupení pro naše seniory připravil i speciální číslo v podobě výuky choreografie pro všechny zúčastněné přímo na tanečním parketu, což nenechalo klidným téměř celý sál. Nechybělo ani tradiční kolo štěstí, které přineslo spoustu úsměvů a radost z výhry.

■ Eva Lhotská,
Sociální služby Chomutov

Jarní sezona plná aktivit, setkání a radosti

Zima skončila, a tak členky ČČK Duchcov splnily všechny programy, které si na jaro daly. Oslava MDŽ s doprovodem harmoniky kapelníka Slavíka, velikonoční turnaj v šachu, který vyhrál Ukrajinec Taras Skorohkoda a hned se hlásil jako nový člen. Červený kříž se tak vrátil k roku 1995, kdy se v jeho klubovně začaly hrát šachové turnaje, ty pak od roku 2000 převzal DDM Duchcov, ale po covidu je ukončil.

Pak se jelo na prohlídku zámku Nový Hrad Jimlín a byla tu sbírka obléčení pro Diakonii Broumov. Vyšla na 20 pytlů. Proběhl i trénink



paměti. Na Den matek v květnu bylo přátelské posezení s občerstvením, které nám pomohl zajistit OS ČČK Teplice. Nezapomnělo se ani na dvě členky v Domově důchodců v Bystřanech. Paní Jiřina Čechurová i paní Květa Petrová dostaly jak dárek ke Dni matek, tak i k blížícím se narozeninám, 93 a 91 let.

Zlatá láska spojila zlaté oslavence

V květnu, měsíci lásky, proběhla výjimečná akce v Benešově nad Ploučnicí. Zlatá láska je setkání manželských párů, které jsou spolu 50 a více let. Celkem se zúčastnilo jedenáct párů.

Nejdříve nás přivítala místostarostka našeho města Andrea Kulíková na městském úřadě, kde pronesla slavnostní řeč. Poté se předaly kytičky ženám a muži dostali pamětní

list. Následovala společná fotka a přesunutí se do Klubu seniorů, kde následovalo pohoštění.

Tradičně nechybělo ani rozbití talíře a střepy zameťal nejmladší manželský pár. Následoval slavnostní přípitek a rozkrojení svatebního dortu. Ten rozkrojil zase naopak ten manželský pár, který byl spolu nejdéle. Pak už následovalo společné posezení. Akce se všem moc líbila a mnozí by

20 května se konal už 3. ročník Sportovních her pro seniory. Byl tradičně ve spolupráci s Obcí baráčníků, za což děkujeme rychtářce Jitce Dolejšové.

Až červen ukončí 1. pololetí tohoto roku, sejdou se členky u táboráku s buřtem v blízké odchovně bažantů. Těšit se budou na kytaru i zpívání a samozřejmě v další části roku na další pravidelná setkání v klubovně ČČK Duchcov V Domkách 5 vždy v úterý od 14:00 hodin. Všechny osm akcí se povedlo a ženám dodalo energii.

■ Marie Polívková,
Český červený kříž Duchcov

rádi chtěli, aby se akce po roce opět opakovala. Tímto setkáním jsme také chtěli dát příklad mladé generaci, že to jde spolu vydržet v dobrém i zlém až do smrti.

Moc děkujeme našemu městu Benešov nad Ploučnicí a za všechny sponzorské dary i všem za velkou pomoc při zajištění této tak krásné akce. Vděční zlatí oslavenci.

■ Lída Šumová, BS – Aktiv

Čarodějnický den přinesl radost, soutěže i pochoutky

V našem Seniorcentru Pohoda jsme přivítali konec dubna ve velkém stylu. Tradičním čarodějnickým dnem, který si nenechal ujít snad nikdo. Terasa naší nové kavárny se proměnila v místo plné čarodějek, smíchu a vůně opečených buřtů. Klienti si mohli vychutnat pohodové posezení venku, kde na ně kromě dobrot čekaly i různé soutěže. Nešlo o výkony, ale

hlavně o zábavu – a té bylo opravdu dost. Soutěžilo se s úsměvem, fandilo se s radostí a smích se ozýval široko daleko. Velký úspěch měly také veselé cedulky s nápisy jako „Přes oheň neskáču!“ nebo „Vyčaruj mi ženicha“, se kterými se klienti s chutí fotili. Nápadité rekvizity vytvořily krásné vzpomínky



a oživily celý den. Čarodějnický den byl opět důkazem, že věk není překážkou pro dobrou náladu, hravost a chuť si užívat přítomný okamžik. Děkujeme všem,

kdo se zapojil – a těšíme se na další společné akce plné radosti a přátelství.

■ Jana Ondová,
Seniorcentrum Pohoda

Motorkáři rozzářili den v našem domově

V Domově Velké Březno jsme zažili nezapomenutelné odpoledne plné radosti, hudby a burácení motorů. Již podruhé k nám zavítali motorkáři z projektu Jednou stopou pro, kteří přijeli potěšit naše klienty svou přítomností a hlavně svými stroji. Pro naše klienty jsme společně s návštěvníky připravili bohatý program.

Celým odpolednem nás provázela živá hudba v podání Vojnar Family Band, která navodila tu správnou atmosféru. Nechybělo chutné občerstvení, venkovní hry a především možnost svést se na motorech. Zážitek, který mnohým vykouzlil úsměv na tváři i dojetí v očích. Akce se setkala s velkým ohlasem nejen u klientů,

ale i u jejich rodin a personálu. Velké poděkování patří všem, kdo se na organizaci podíleli. A především motorkářům, kteří znovu potvrdili, že dobré srdce bije i pod koženou bundou. Těšíme se, že se tato krásná tradice stane nedílnou součástí našeho domova.

■ Dana Muziková,
Domov Velké Březno

Kouzelné setkání: Křemílek v nové šále a žížalky do postýlky

Domluvili jsme se na 24. dubna a naším úkolem bylo uplést šálu pro školního Křemílka. Jenže to bychom ani nebyli my, abychom k tomu ještě něco nevymysleli. Paní ředitelka zmínila, že děti budou mít představení s žížalkami. Nám zůstalo hodně barevné vlny z pletení, a tak jsme upletli nejen šálu, ale ještě i žížalky a k tomu jednu stonožku.

Do tvoření jsme se zapojili každý svým dílkem zručnosti. Někdo pletl, někdo sešival, další plnili a další tvořili hlavučky, malovali obličejíčky budoucím žížalkám. Celá dílna měla co dělat. Nám se práce moc líbila a o to víc jsme se



těšili na děti. Byli jsme zvědaví, co ony na to. Mezitím děti v MŠ připravovaly Křemílka z kartónu, ale hlavně dávaly dohromady program na společné setkání.

Během setkání nás děti potěšily svým pestrým vystoupením, pásmem básniček, písniček, ale hlavně pohádkou O začarovaném lese. A na

žížalky taky došlo. Při předávání stonožky a žížalek se na našich tvářích zaleskla nejedna slzička, děti byly nejdřív překvapené a pak se ihned s našimi výtvy začaly mazlit a mezi sebou domlouvat, kdo s kterou žížalkou bude spinkat po obědě. A Křemílek dostal také svoji šálu, moc mu sluší. Za svůj předvedený program sklidily děti velký potlesk. Na řadu pak přišlo čtení. Děti se ztišily, posedaly si, kam se dalo, hlavně před babičku, která velmi poutavě četla dva příběhy o Křemílkovi a Vochomůrkovi. A četba zaujala nejen děti. Všichni jsme se zaujetím poslouchali a prožívali příhody dvou

kamarádů z chaloupky z mechu a kapradí. A pak jsme se ještě všichni pustili do společného tvoření děje kolem pařezové chaloupky. Malovali jsme, stříhali, domlouvali se, spolupracovali ve smíšených skupinkách, kde ožíval les, spoustu zvířátek, plno kytiček, stromů, keřů, houbiček, dokonce i strašidel. Společné obrázky jsou jeden hezčí než druhý, všechny vyzařují pohodu, zaujetí a radost, s jakou vznikaly.

Setkání plné úžasných zážitků uběhlo jako voda, nastal čas ukončení, nikomu se nechtělo odejít.

■ Jana Matoušková,
Dana Černá, PDSS Dubí

Ústečtí senioři vítají jaro tancem, výlety i kulturou

Tanečkem Vítání jara jsme zahájili oslavu nejhezčího období roku. Ve spolupráci s MO Severní Terasa bylo v restauraci KD 15. dubna jaro odstartováno. Hudbu nám pan starosta Jaroslav Šimanovský zajistil a ostatní zábava byla jen na nás. Přišli nám s ní pomoci děti ze ŠD ZŠ Stříbrnická, které poezií, ale i tancem zapojily naše členy. Paní Iva Polášková dokáže aktivně propojit obě generace. Také jí děkujeme za zapůjčení sportovního náčiní při procvičování disciplín na Sportovní hry seniorů. Také jarní turistická sezona pracuje dle plánu. Pan Stanislav Vávra a jemu blízcí turisté se o to svědomitě starají. V dubnu jsme zahájili pobyty, které

si opravdu zajistily slunečné počasí. Do oblíbené destinace v Sezimově Ústí odjelo 51 našich členů, s vedoucí Blankou Bednaříkovou, aby si odpočinuli a zároveň se zrekreovali velkým výběrem výletů do okolí, večery s hudbou a tancem, bingem a lázeňskými procedurami. Současně, na přelomu dubna a května, odjela 53člená skupina do Trenčianských Teplic. Paní Bohumila Moravcová vybrala malebné lázně na Slovensku. Komplexní dobrá péče s vhodnými procedurami, výbornou kuchyní a také uspořádáním dvou výletů na Bojnici a do Luhačovic byla vynikající. Počasí všem přálo, a tak byl celý týden opravdu na jedničku. V průběhu května



byla na wellness pobytu skupina 48 seniorů, pod vedením Marie Pšeničkové, v Karlových Varech – Březové. Tento, už druhý pobyt je v oblíbené, protože se také o nás dobře stará celý personál. Nejen dobré procedury, ale i bazén, doplněný pitným režimem a možností si zahrát i bowling. Někteří senioři svůj volný čas tráví aktivně i zde v Ústí. Nabídka kulturních programů do divadla, o kterou se zasloužila Marie Chládková, byla za

částecenné finanční pomoci MO Severní terasa opravdu skvělá. Více než sto našich členů vidělo muzikál Hello, Dolly!, kde hostovala herečka a zpěvačka Kateřina Brožová. Nakonec vás chceme informovat o uskutečnění zájezdu na mimořádnou výstavu Tutanchámon, která byla v Praze. Našich 21 seniorů, za vedení pana Jiřího Pochobradského a Jiřího Dospěla, vidělo úchvatné exponáty. I jízda rychlíkem byla vítanou změnou pro přítomné seniory. Tím ale naše jarní aktivity nekončí. Čeká nás několik jednodenních výletů a exkurzí a také další pobyty nejen v naší krásné zemi, ale i v zahraničí.

■ Jarka Vogelová,
Spolek ústeckých seniorů

V Mariánských Lázních jsme si užili procedury i Zpívající fontánu

O dříve narozených se tvrdí, že se chovají jako děti. Když se to říká, tak jsme si rovnou přivlastnili letošní svátek dětí 1. června. S plnými kufry jsme vyrazili na sedmidenní pobyt do Mariánských Lázní. Ubytovali jsme se v hotelu Excelsior a užívali si lázeňské procedury, stejně jako kdysi egyptský paša Hasan či ruský spisovatel L. N. Tolstoj. A protože i senioři mají rádi svobodu, tak nám náš vedoucí pobytu Aleš Kleprlík a jeho zástupkyně Dana Pravdová nic nevnucovali. Kdo chtěl, hned první den zamířil

na kolonádu ke Zpívající fontáně. Každý den tady zde zazní 9 hudebních skladeb. Jiná parta zamířila k nedaleké soše u fontány ztvárňující Petra Hapku, který složil Hudbu pro fontánu. Prostě toulali jsme se každý den, jak to šlo. Například pět našich členů se vydalo do Národní přírodní rezervace Kladská a všichni jsme zdolali v nadmořské výšce 816 metrů romantické kilometry po dřevěných pražcích chodníku. Šlapali jsme okouzleni voňavou panenskou přírodou zdobenou mokřinami a močály.



Nikdo z nás nezapomněl ani na kulturu. V městském divadle jsme tleskali žákům ze základní umělecké školy. Krásná děvčátka a půvabné slečny tančily jako vily. Dva dny poté, jsme se nasáli příběhu Zamílovaný sukničkář. Jiní senioři zvolili výstavu obrazů, koncert a další potěšení duše.

Samozřejmě, že jsme denně absolvovali několik lázeňských procedur. S obavami jsme vstupovali do vysokých van, kde byla pro nás připravena perličková koupel. Perličky nikde, ale ani silné ženy, pouze štíhlé křehké dívky z Východu, které by seniorům třeba pomohly vylézt z vany. Vše naštěstí dopadlo dobře, a tak jsme se po sedmi svobodných dnech spokojeně vraceli do našich krásných lázeňských Teplic.

■ Věra Lukášková,
SPCCH Teplice

Turistická výprava do Lužice. Dobrodružství, historie a přírodní skvosty

Město Krásná Lípa uspořádalo 26. a 27. května odbornou exkurzi do Horní a Dolní Lužice, na kterou pozvalo členy Klubu českých turistů. Odjezd proběhl za deštivého rána, první zastávkou byl Kreba-Neudorf, kde účastníci prošli dvoukilometrový okruh kolem rybníků z 19. století v biosférické rezervaci UNESCO. Následoval přesun k jezeru Bärwalder See, kde bylo možné sledovat rekultivovanou krajinu zatopených

dolů, zde už vykouklo slunce. Velký zážitek přinesla dvouhodinová zastávka ve Findlingparku Nochten, kde v rovinaté krajině vystupuje 7 000 bludných balvanů, přinesených skandinávskými ledovci. Park vznikl mezi lety 2000–2003 a návštěvníci si užili promenádu mezi rozkvetlou flórou. Významným bodem programu byla návštěva parku v Bad Muskau, považovaného za jednu z nejkrásnějších evropských

krajinářských zahrad v anglickém stylu 19. století, který od roku 2004 patří mezi světové dědictví UNESCO. Poslední zastávkou dne byl unikátní most Rakotzbrücke, obklopený nádherným rododendronovým lesem.

Účastníci přenocovali ve městě Peitz, odkud vyrazili do Sprévského lesa (Spree-wald), známého vodními kanály. Dvouhodinová plavba vedla do staré vesnice Lehde,

kde se účastníci kochali bohatou květenou. Na závěr exkurze následovala návštěva Raddusch, kde stojí mohutná replika slovanského hradiště, v němž je umístěné muzeum přibližující vykopávky a život Slovanů. Exkurze nabídla pohled na přírodní krásy a významná historická místa, která účastníkům přinesla nezapomenutelné zážitky.

■ Václav Hieke,
KČT Krásná Lípa

Už se těšíme na seniorské prázdniny, vyrazíme třeba do Vysokých Tater

Členové naší organizace SPCCH Teplice se už nemohou dočkat, až letní slunce ozáří jejich zavazadla a nastanou seniorské prázdniny. Každé úterý to v klubu Kana-pe bzučí jako ve včelím úlu. Co si vybrat? Kam vyrazit? Je také třeba předem se omluvit vnoučatům, že babička nebo dědeček se právě stávají cestovateli. Organizátoři už mají nabídky připraveny a náš

svaz se mění v takovou malou cestovní kancelář. Je nás skoro 300 členů, takže se tu bojuje i o prvenství „kdo dřív přijde...“

Jaká je letošní nabídka? Tak třeba Vysoké Tatry. Je už přihlášeno 24 členů. Objednaný autobus vyjede z Teplic do Prahy, pokračovat se bude vlakem až na Slovensko. Naše členy ani neodradí, že od května došlo ke

zdražení lanovky. Vyřešit se to dá získáním průkazky na slevu. Kdo nenavštíví cizinu, může zvolit Klatovy. Pro ně se rozhodlo 51 účastníků. Vábí vás lázeňský pobyt s procedurami? Pak jsou tu nádherné Mariánské Lázně. Tam pojedou 20 členů. A když lázně, tak jsou v další nabídce třeba Luhačovice. 56 zájemců se už těší. Do Českého ráje se přihlásilo 40 členů. Výběr

je to skutečně pestrý. Čas běží mílovými kroky. Najednou tady bude prosinec. Už dnes členové plánují oslavit vánoční svátky v pohodě a v klidu v Sezimově Ústí. Tam má namířeno 30 seniorů. Silvestr a Nový rok může oslavit až 50 členů ve Spáleném Poříčí. Naše cestovka je plná kouzel a dokáže splnit jakákoliv přání.

■ Věra Lukášková,
SPCCH Teplice

Výlet do Slatiňan přinesl týden plný zážitků

Pobyt ve Slatiňanech nám přinesl nové zážitky a rozšířil společná setkání cyklistů s pěšími. Hned první den nás přivítala slavnost Slatiňanské zastavení, kterou město pořádalo ve spolupráci s Národním hřebčínem. Byla to podívaná, na kterou jen tak nezapomeneme – nádherní koně a pestrý program oslav nás naprosto uchvátili. Druhý den jsme nasedli do sedel, ale tentokrát jen na naše jízdní kola, abychom objevovali okolní kraj. Pěší vyrazili do krásné přírody a využili také místní spoje, takže každý z nás si odvezl jiné zážitky.

Ze sedla kola jsme se vydali na Chocení, Pardubice, Kunětickou horu, Hlinsko, Nasavrky, Skuteč, Seč, Hrochův Týnec, Heřmanův Městec, Luže a mnoho dalších malebných obcí, které nás lákaly k zastavení. Upravené vesničky, nové domky, pečlivě udržované zahrádky plné květin. Bylo vidět, že místní lidé si svého kraje váží a žije se jim tu dobře.

■ Jana Wünschová,
KČT Litoměřice

Sklářský pohár slavil 25. výročí, nechyběly legendy

Jubilejní 25. ročník AGC Cupu přinesl na tréninková hřiště FK Teplice skvělou atmosféru a napínavé souboje. Dvanáct amatérských týmů ze závodů skupiny AGC z celé České republiky se utkalo v tradičním turnaji v malé kopané.

„AGC Cup je každoročním svátkem nejen fotbalu, ale i sounáležitosti zaměstnanců a jejich rodin. Letos byl navíc výjimečný. Slavili jsme čtvrtstoletí tohoto krásného sportovního setkání,“ uvedl Libor Sehnal, personální ředitel AGC Flat Glass Czech.

Na hřišti se představily i legendy FK Teplice, včetně Pavla Verbiře, Admiry Ljevackoviče a Radka Diveckého, kteří opět ukázali své fotbalové umění. Jejich zkušenosti a technické dovednosti inspirovaly všechny přítomné, a FK Teplice se nakonec umístil na třetím místě, za vítězným týmem OEM LAM Chudečice a druhým AGC Flat Glass závod Oloví.

Turnaj byl součástí celodenní akce pro zaměstnance AGC a jejich rodiny, včetně



dětí z blízkých dětských domovů, které firma dlouhodobě podporuje. O dětský program se postaralo Divadlo V Pytli Petra Stolaře a studenti Střední školy AGC.

AGC Cup, jenž neproběhl pouze v letech 2020 a 2021 kvůli pandemii, se za

čtvrtstoletí stal významným symbolem firemní kultury a sounáležitosti jednotlivých závodů sklářské skupiny AGC. I díky těmto aktivitám se společnost AGC pravidelně umísťuje mezi nejlepšími zaměstnavateli v České republice. ■ pr

TAJENKA | SKOTSKÉ PŘÍSLOVÍ

POMŮCKA: AIN, OAK, OCE	VAZAL	SPZ OLOMOUCE	SKVĚLE		ŽENSKÉ JMÉNO	NÁDOBÍ	SEVERSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO		PRUH	VYDAT PLODY	JEMNÝ POPEL	LIDOOOP ANGL.		HNĚTAT	CHEMICKÝ PRVEK (BI)	PŘEZDÍVKA PREZIDENTA EISEN- HOWERA	INICIÁLY HEREČKY ADAMOVSKE	ZNAČKA DECIMETRU
NEUKÁZNĚ- NÝ DAV KNÍŽNĚ				JAMAJSKÝ HUDEBNÍ STYL			RÁNA HOVOR.						PISKÁNÍ					
JMÉNO MAKEDON. BÁSNÍKA SOPOVA				DUB ANGL. PRVNÍ ŽENA			HLÁŠKA V KARTÁCH INIC. ZPĚV. VÍTKA						NA ŽÁDNÉ MÍSTO ANGLICKÝ NESOUHLAS					
1. DÍL TAJENKY																	KLÁVESÁ NA POČÍTAČI	SROCENÍ
	POLNÍ PLOŠNÁ MÍRA	SVATEBČAN ZASTAR. 3. DÍL TAJENKY					VYSYCHA- JÍCÍ ŘEKA ČESKO- SLOVENSKÝ					POČET VRCHOLŮ KRYCHLE PLANETA				HORSKÁ SLUŽ. ZKR. DOMACÍ ZVÍŘE		
RACKOVITÝ PTÁK					RODNÉ ČÍSLO ZKR. CHEM. ZN. CERU		TENKÝ POVLAK NĚMECKÁ PŘEDLOŽ. V						TYP KAROSERIE ZHRUCENÍ					
KLÍČ ANGL.				NEURČITÝ PŘEDMĚT PŘEHRAVAČ LP DESEK				JIHO- ASUSKÝ STROM VZTEK						ZNAČKA LIMONÁD ČES. ZPĚV. PETRA ???				
INICIÁLY HERCEA VOJTKA			ROSOLOVITÁ HMOTA CITOSLOVCE UDIVU				MPZ NOVÉ- HO ZELANDU MALÍŘSKÁ POMŮCKA			KRAJOVÝ ODĚV TĚLOVÍČNÝ PRVEK					ŠEŘÍK MOŘIDLO ZASTAR.			
	SEVEŘAN PRÁZDNO				MPZ BYV. JUGOSLAVIE ČÁST CHRÁMU		INIC. ZPĚV. HERMANOVÉ IN. ATLETA ŠEBRLEHO			PŘEHRADA NA VLTAVĚ ZAVÝSKNUTÍ							FRANCOUZ- SKÁ ŘEKA	STOVKY
JAKSI						SLŮVKO ZAKLENÍ ČÁSTICE							ČTVERECNÝ NEROST INIC. HERCE KOHOUTA					
INICIÁLY HEREČKY JANŽUROVÉ			2. DÍL TAJENKY															
ŘÍMSKÝCH 101			DRAVÝ PTÁK				INICIÁLY HERCE TÖPFERA				INICIÁLY ZPĚVÁKA STŘÍHAVKY			PENĚŽNÍ HODNOTA				

Výlet do lázní, na stezku korunami stromů i na Černou horu se vydařil

Skupina 51 seniorů se vydala 5. června na výlet do Janských Lázní. Program zahrnoval návštěvu stezky korunami stromů, Černé hory a samotných Janských Lázní.

Autobus nás dovezl přímo ke vstupu na stezku, která se nachází v srdci majestátních lesů Krkonošského národního parku. Trasa dlouhá 1500 metrů nabídla nádherné pohledy na okolní přírodu od kořenů

stromů až po jejich vrcholky. Po příjemné procházce jsme si u východu dali společný oběd v restauraci Gastro.

Část výletníků se poté vydala na kolonádu v Janských Lázních, zatímco menší skupina zamířila lanovkou na Černou horu. Ta byla sice zahalena v mlze, ale přesto si všichni dali kávu, pořídili pár fotografií a následně se vrátili k autobusu.



Výlet, který bylo nutné plánovat už koncem dubna, dopadl skvěle. Počasí bylo příznivé, všichni se vrátili zdraví a plni dojmů. Děkujeme řidiči Jiřímu Rokosovi z Verneřic

za perfektní jízdu a představitelům města za finanční podporu této akce, která byla součástí Plánu činnosti Klubu seniorů na rok 2025.

Další setkání nás čeká při Narozeninovém sezení, užijeme si i Benešovský slunovrat a Sportovní hry s účastí seniorů z partnerského města Heidenau.

■ Rudolf Čech, Klub seniorů Benešov nad Ploučnicí

Krásnolipská vozíčkářská trasa získala prestižní ocenění

Zástupci Klubu českých turistů Krásná Lípa převzali cenu Adolfa Heyduka za rok 2024. Ocenění uděluje stálá komise Senátu pro rozvoj venkova. Cena se uděluje ve čtyřech kategoriích památkám nejvíce přívětivým ke zdravotně znevýhodněným.

V kategorii Přírodní a geologické lokality ze sedmi nominací získala 1. místo vozíčkářská trasa Krásnolipskem. Cenu předal předseda komise,

senátor Jiří Vosecký. Krásnolipská vozíčkářská trasa, která je první v Ústeckém kraji, je v provozu pět let. Kromě vozíčkářů ji využívají i lidé s kočárky a hojně cyklisté. Letošní předávání proběhlo 5. června v Hrádku u Nechanic.

■ Václav Hieke, Klub českých turistů Krásná Lípa



INZERCE

Barča **KADEŘNICTVÍ**

**DÁMSKÉ
PÁNSKÉ
DĚTSKÉ**

nové trendy i klasika

722 114 355

MOŽNOST OBJEDNÁNÍ TERMÍNU U VÁS DOMA

Truhlářova 1592/32, Ústí nad Labem - Střekov



**V Ústeckém kraji
posloucháme
Český rozhlas
Sever**

88.8 FM

sever.rozhlas.cz

2025/614

LÉTO PLNÉ LÁSKY



 KNIHY DOBROVSKÝ

www.knihydobrovsky.cz

2025/617

28.6. - 31.7.2025



Tvořivá a keramická dílna Domu dětí
a mládeže a ZpDVPP, Ústí n.L.

LETNÍ VÝSTAVA SKŘÍTCI



Galerie hradu Střekov
Ústí nad Labem



 musical school



PLAVÁČEK aneb TŘI ZLATÉ VLASY DĚDA VŠEVĚDA

MUSICAL a DANCE COMPANY I.
pořádá pro všechny od 6 do 14 let
v rámci pravidelné zájmové činnosti

NÁBOR

hlavní a vedlejší dívčí a chlapecké role
pěvecká a taneční company

Bližší informace: MUSICAL SCHOOL - Tomáš Svoboda -
774 784 840, svoboda@ddmul.cz ; www.ddmul.cz

2025/601