

life

OSTRAVA

***vždy připraveni, když
jde o pohodlí...***

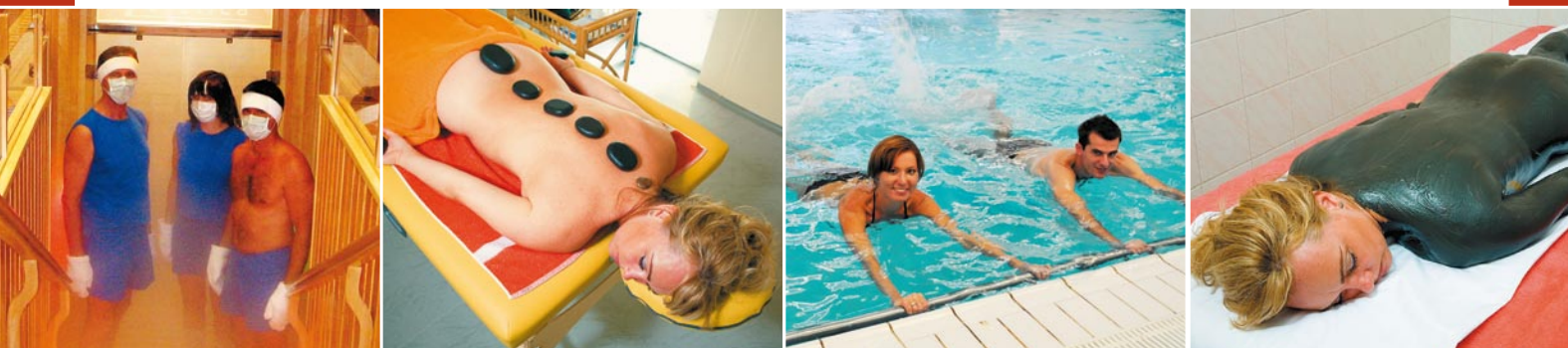
město • život • styl • leden–únor 2009

OSTRAVA **life**

NAUČTE SE ŽÍT DÉLE...

V lázních Teplice nad Bečvou, které leží v překrásném prostředí lemovaném řekou Bečvou v srdci Moravy, na vás čekají odborníci na kardiorehabilitaci. Vydatný přírodní zdroj minerální vody s vysokým obsahem oxidu uhličitého je nejlepším přírodním prostředkem k rozšiřování cév. Od 1. března 2009 budeme léčit i cukrov-

ku a dětskou obezitu. Kromě klasické léčebné péče poskytujeme pobytové programy se zaměřením na prevenci, krásu či relaxaci pro každého, kdo chce věnovat alespoň pár dnů v roce regeneraci svého těla. Ochutnejte lázeňskou pohodu v Teplicích nad Bečvou na týdenním nebo víkendovém pobytu.



PŘIJEĎTE DO ŠPIČKOVÝCH KARDIOLÁZNÍ V TEPLICÍCH NAD BEČVOU

LÉČBA A PREVENCE

Zdravé srdce
Manager Individual
Léčba arktickým mrazem
Pobyt na odvykání kouření
Malý léčebný pobyt
Léčba pohybového aparátu
Nordic Walking

KRÁSA A WELLNESS

Štíhlá linie ■ Wellness
Zadáno ženám
Mořské klima ■ Vitalita

VÍKENDY A RELAX

Mořské klima víkend
Relaxace víkend
Víkend ve všední den

Pro děti do 12 let poskytujeme slevu ve výši 50 %
z hotelového ubytování a stravy.

Pobyty rezervujte telefonicky na **581 81 81 81** nebo mailem na **lazne@ltnb.cz**
Lázně Teplice nad Bečvou a.s., 753 51 Teplice nad Bečvou č.p. 63
www.ltnb.cz




**Lázně
Teplice
nad Bečvou**

editorial



Vážené čtenářky, vážení čtenáři!

Reakce na celosvětovou krizi, která dosud v Česku plně neudeřila, by se daly shrnout do laického, ale naprosto srozumitelného poznatku: Jedni přežijí, jiní ne. Samozřejmě mne neberte doslova. A ačkoli celkový výhled ekonomiky pro letošní rok nevypadá zrovna příznivě a optimismem nehýří prakticky nikdo, v obchodech se dá očekávat výraznější pokles cen. Šéfa RPG Real Estate Tonyho Aksiche zřejmě tato skutečnost nechá chladným, protože patří k lidem, kteří nakupují jen to, co potřebují.

Průšvih ale je, když je k životu potřebný kus čerstvého chleba s máslem a medem ke snídani stejně jako stotisícová liška kolem krku a nejnovější model večerních šatů. Tomu velmi dobře rozumí snad každá žena. Peníze se dají utratit za ledacos a určitě nejkrásněji za cestování. Spolu s LIFE se podívejte do atraktivní destinace, které vévodí dvojhlavý orel. Jak potvrzuje známý gerontolog Hugo Přibyl, dělat si radost a užívat si života s patřičnou dávkou optimismu je naprosto vynikající recept na dlouhověkost. Za přečtení stojí čtyři zajímavé výpovědi zástupců současné generace 65+. Jejich nadhled, nezměrná aktivita a chuť učit se stále nové věci jsou záviděníhodné.

Pozveme vás také na japonskou delikatesu na vyhlášenou Stodolní ulici. Odsud to je jen skok do Janáčkovy konzervatoře, kde se plných pětapadesát let úspěšně setkávají hudební a dnes také taneční, pěvecké a dramatické múzy.

A ještě něco. Premiéru mají rubriky Esence a Čočka. Naši fotografové fotili tak blízko Ostravy, až se o jednotlivých záběrech v redakci vedly spory, zda se přece jen vše neodehrává v některém známém lyžařském centru mimo republiku a ne kousek za městem.

Doufám, že se vám svět spolu s LIFE alespoň na chvíli v ospalém a poněkud šedivém únoru probarví. Další dávka pestrých informací z Ostravy na vás čeká 24. února.

Marie Polaková

2-3
MADE IN
stále v pohybu

4-5
ESENCE
dobře už bylo

PERSONA GRATA
Soňa Javůrková šéfuje
kreativnímu týmu

6-9
ROZHOVOR
„Jediné, s čím jsem se v Kanadě
nikdy nesetkal, byly hořící
haldy,“ říká Tony Aksich.

Ostrava LIFE / město • život • styl / zpravodajský a společenský magazín / leden-únor 2009
Registrační číslo: MK ČR E 18160 • Vydavatel: Vydavatelství X-PRESS s.r.o., Skoupova 1114/4, 702 00 Ostrava • Tisk: Grafico s.r.o.
Redakce: Šéfredaktor: Marie Václavková, marie@ostravalife.cz • Redaktoři: Těňa Artušenkova, tana@ostravalife.cz,
Dagmar Štefková, dasa@ostravalife.cz, Petr Bidzinský
Spolupracovníci: Foto: Jirí Urban, Jirí Zerzoň, Karel Kita • Karikatury: Václav Šipoš • Sazba: Marek Kuča
Anglické texty: George Dvorský
Adresa redakce: Brandlova 6, 702 00 Moravská Ostrava, tel. č.: +420 725 589 050-053
redakce@ostravalife.cz • Reklama: Lucie Reiterová, lucie@ostravalife.cz, +420 591 121 521, +420 725 589 052

life
OSTRAVA

10-11
ZAOSTŘENO NA
Auto roku 2009 – Škoda Superb

ŽOLÍK
kdo hledá, ten najde
VOILÀ
paráda pro čtyřnohé miláčky

12-13
ČOČKA
kdo maže, ten jede

14-19
TÉMA
pozvěte své stáří dál

20-21
ROKujeme
first and last minute? Proč, ne!

TELEPORT
země dvojhlavého orla

22-23
NÁVŠTĚVA
rektor Alan Krautstengl rád
spolupracuje se schopnými

DELIKATESA
sushi je více než jídlo



Foto: J. Zerzoň



houslová fantazie / Hbité prsty a výrazné hlasy. To byla kombinace, která vévodila 2. Novoročnímu koncertu, jehož finanční výtěžek putoval Hospici sv. Lukáše. Chrámovou fantazií se blýskl především houslový virtuos Jaroslav Svěcený. V Katedrále Božského Spasitele se představili také varhanista Josef Popelka i hvězdy operního nebe, například polská sopranistka Ewa Stoschek nebo italský tenorista Luciano Mastro. Ačkoliv teplota v katedrále nebyla nejvyšší, prezentované skladby dokázaly bez problémů zahřát.

rekordní zoo / Kvalitní produkt se prosadí za každé situace. Tohle si mohou říkat v Zoo Ostrava, protože jim loni výrazně stoupla návštěvnost. A to přibližně o třicet čtyři tisíc. Konečné číslo zní 363 944 milovníků zvířat. K rekordu zajisté pomohla první expozice nočních zvířat a mořské akvárium. S inovacemi není konec. Letos by měla být otevřena expozice Malá Amazonie, kde bude možné vidět mimo jiné tropické druhy pavouků a žab.



mistr flamenca / Skoro nevěřili svým očím. Taneční mistr José León v Domě kultury města Ostravy rozkmital nohy takovým způsobem, že by snad i ti nejuznávanější fotbaloví žongléři zbledli závidí. Ne nadarmo tento charismatický andaluský rodák platí za dvojnásobného světového rekordmana. V prvním případě zvládl 27 úderů nohama za

sekundu, ve druhém pak 1 056 úderů nohama za minutu. Program El poder del flamenco pasion ozdobil také kytarista Dieguito Cortés a taneční skupina Fantasía Española.

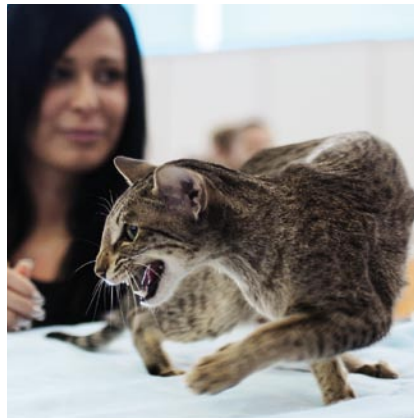
Art plný hororů / Kdo se bojí, nesmí do lesa. Tak zní jedno známé pořekadlo. Zřejmě se jím řídí v kině Art. Zde si střihli poněkud netradiční akci Projekt 100. Během sedmi dnů promítli osm převážně hororových snímků. Nutno poznamenat, že v nabídce figurovaly opravdové skvosty. Jmenovitě například Psycho, Upír z Nosferatu nebo Nosferatu: Fantom noci. Co se týká návštěvnosti, tak si zbývá přát jedině. Aby nikdo z příchozích neuvedl do praxe heslo – těžce na cvičišti, lehce na bojišti.

Ostravak Ostravski se připomenul / Příslaví sejde z očí, sejde z mysli na tajemného Ostravaka Ostravského neplatí. Tato nepopulární bytost se široké veřejnosti dosud neodhalila. Ačkoliv své postřehy už nepíše nikterak pravidelně, občas se připomene. Tentokrát obdivovatelům poslal text: „Zdravím a přeju všechno fajne v Novym roce a kryze ať se v dupu uhrýže!“ Teď už se jenom nabízí otázka, zda Ostravak Ostravski napsal přání s chybou, nebo na fanoušky myslí jen první den v roce...



výškařští elegáni / Nezaujatý pozorovatel by si myslel, že se nachází na závodě nejlepších kamarádů. Pátý ročník Ostravské latky se totiž odehrával v naprosto kamarádkém tónu. Skoro to vypadalo, že výškaři mají větší radost z toho, když latku zdolal jejich soupeř, než oni sami. A tak se nebylo čemu divit, že v této pozitivní atmosféře předvedl ruský vítěz Andrej Těrešin do té doby nejlepší světový výkon roku, a to 231 centimetrů.

svobodný Kowolowski / Výtvarník a performer František Kowolowski vsadil na představy. Jeho výtvarům dominovaly ve Výstavní síni Sokolská 26. Ostatně, dá se konstatovat, že žádná jistota už v dnešním uměleckém světě neexistuje. To samé platí v souvislosti s originalitou. Na každém rohu číhají jen kopie nějakých obšlehnutých produktů. Jinak nic nového. Práce rodáka z Třince nepochybně vyvolá bouřlivé reakce. A tak to má být.



kočky v akci / Neustálé fintění a snaha o vylepšení tvářičky i tělíčka. K tomu byl občas připojen posměšně závistivý pohled reagující na to, jak vypadá konkurence. Ne, tohle se netýkalo žádných modelek na další soutěži krásy. Na Výstavišti Černá louka se sešly opravdové kočky. A hned šestnáct plemen. Nechybělo ani vzácné Soroke z Afriky. Kočičí parádnice a fintilové si několik minut slávy náramně užívali.



Cimický jakožto básník / Není pouze uznávaným psychiatrem. Vitální šedesátník Jan Cimický zastává názor, že poezie by neměla vyprchávat ze života. I proto napsal básnickou sbírku Stopami dláždění Mademoiselle Paris, jejíž křest se uskutečnil v Domě knihy Librex. Básně vznikaly v průběhu čtyřiceti let, a jak název napovídá, jsou inspirovány hlavním městem Francie. Zde se Cimický poprvé ocitl v roce 1966. Přiznal, že měl to štěstí následně zážitky z cesty vyprávět světově uznávanému básníkovi Jaroslavu Seifertovi.



nechtěl urazit / Miloš Zeman po delší době zavítal do Ostravy. Tentokrát soukromě. Nenechal si ujít výstavu Sváry zření. V Galerii výtvarného umění bývalý premiér pečlivě přecházel od obrazu k obrazu. Díla ho oslovila natolik, že se zdržel déle, než měl původně v plánu. Milovníky jasných rozhodnutí zamrzl akorát fakt, že se bránil označit nejhezčí obraz. Podle svých slov by urazil všechny ostatní.



pozor na rukavice a paruky / Myslíte, že čarodějnice existují leda tak v pohádkách? Činohra Národního divadla moravskoslezského lehce přesvědčila o opaku. Kdo viděl její Čarodějnice z pera Roalda Dahla, si po představení podezřívavě měřil každou ženu s rukavicemi a parukou. Zvláště sledoval, zda si před dítětem nezacpe nos. Pokud ano, dobře věděl, že je to čarodějnice! Pohádkový příběh, který je určen dětem i dospělým, prostě všem, kdo se chtějí krásně bít, hodně smát a držet palce dobru v boji proti zlu, uvedlo ostravské divadlo v české premiéře. V rolích čarodějnic se představily A. Gasnářková, G. Mikulíková, P. Kafková a R. Klemensová.

šťastný Beckett

Šťastné dny podle Samuela Becketta zavítaly do Komorní scény Aréna. Nicméně nemusí to být zas tak úplně pravda. Zvlášť, když se v jeho textech hrdinové dostávají do situací, kdy zjišťují, že pro ně není ve světě místo. Z toho vyplývá, že v inscenaci figuruje silný nádech existencialismu. Šťastné dny jsou výjimečné tím, že autor do hlavní role své hry poprvé obsadil ženu. Hlavní postava Winnie, navzdory fyzickým handicapům, hledí radostně vstříc budoucnosti, těší se na světlo, které přijde s novým dnem. Přitom mluví a mluví, aniž by cokoli řekla. V jejím monologu rezonuje přihloupý optimismus i nejasné tušení blížícího se stínu. Na výsledné podobě tohoto absurdního příběhu se nepochybně podepsalo to, že u Becketta propukly v roce 1930 těžké depresivní stavy, které jej přivedly do psychiatrické léčebny. Přes to všechno pak v roce 1969 získal za svou tvorbu Nobelovu cenu. V hlavní roli Winnie se představí Dana Fialková, jako Willie bude viděn Vladislav Georgiev.



šermířské zápolení / Kdyby jakýkoliv filmový režisér chtěl natočit nový film o nepřekonatelném d'Artagnanovi, a hledal někoho, kdo věrohodně ztvární jeho mladá léta, určitě by si vybral na Českém poháru v šermu. Jednotlivé zápasy v žákovských kategoriích měly vysokou úroveň. Závodníci jsou sice teprve na začátku své kariéry, nicméně jejich rychlé ruce, hbitost či postřeh klidně mohou soupeřit s profesionály.



připili si bílým vínem / Všechno vystudoval dálkově – vysokou školu, práva i konzervatoř. „Chtěl jsem být muzikantem nebo právníkem. Nakonec jsem ukončil Vysokou školu báňskou. Celý život se řídím heslem – vším čím jsem byl,

byl jsem rád. I horníkem. To mi doporučil otec. Měl jsem dva zaměstnavatele – Kamenouhelné doly v Kladně a pak Státní báňskou správu,“ vzpomínal uznávaný odborník na horní právo Roman Makarius při křtu knížky Memento důlních nehod v českém hornictví. „U nehody v roce 1820 jsem osobně nebyl, ale havárie z let osmdesátých až devadesátých minulého století jsem vyšetřoval. V díle jsem chtěl vzdát hold všem, kteří za práci zaplatili životem. Mým největším přáním je, aby v příštích letech nebylo o čem psát.“ Jak dodal spoluautor Petr Faster, téměř za každou nehodou v šachtě je lidské selhání. „Už po celá dvě století existence hornictví se opakují stejné chyby. Zdá se, že ani sebelepší předpisy nezabrání neštěstí, pokud nejsou dodržovány. O tom je i tato naše publikace.“ Aby si našla cestu ke všem, kdo o bezpečnosti v dolech rozhodují, na to si autoři připili archivním vínem.



sen o labuti / Ojedinělý projekt Sen o labuti na Čajkovského hudbu měl premiéru v Divadle loutek. Na jevišti tančili herci se členy skupiny Setkání. Zdraví i handicapovaní rozehráli pohádkový příběh plný fantazie o snech, touhách a radostech. „Děj se dotýká všech zdravotně postižených. Prokletí černé labutě bere dětem možnost vyjádření. Ale nemůže jim vzít jejich citění a vlastní pestrý svět,“ říká autorka projektu Věra Racková. Základem představení se stala báseň s názvem Labutí píseň, kterou složila jedna z bývalých členek skupiny Setkání. –p, t-



Společnost Multi Development zastavila realizaci
několikamilardového projektu New Karolina už na začátku listopadu.



krize je opravdu tady!

Krize už dorazila a je opravdu všude kolem nás. Nejprve jsme se nejméně rok dozvídali o nějaké hypoteční krizi daleko ve Spojených státech, posléze o světové finanční krizi. A finanční krize se rychle změnila v ekonomickou krizi taženou silným poklesem výroby především v automobilovém průmyslu. Stávající výsledky vedou analytiku ke zhoršení původních predikcí. Hospodářský výhled americké ekonomiky na letošní rok počítá se zápornými hodnotami, tempo vývoje HDP je odhadováno na -1,5 % v roce

2010 se očekává růst o 0,9 %. Eurozóna na tom bude podobně – očekáváme HDP ve výši -0,6 % v roce 2009 a 0,5 % v roce 2010. Krize proniká také stále hlouběji do České republiky. Česko, které se zdálo být relativně poklidným ostrůvkem uprostřed rozbouřených vod, po „měkkém přistání“ v roce 2008 s růstem HDP 4,2 %, očekává další léta mnohem chudší, s vývojem HDP v rozsahu 0 až 2,5 %. Jak dlouho krize potrvá? Experti hovoří o dvou, možná třech letech. Nicméně ani v delším časovém horizontu nebude růst

takový, na který jsme byli zvyklí z minulých let. Světová ekonomika, stejně jako ta česká, se z krize bude vzpamatovávat velmi pozvolným tempem. Na druhou stranu je to ekonomický cyklus, který se pravidelně v kratších, či delších časových intervalech a s různou intenzitou opakuje. Nečeká nás nic strašného. „Vzduch se pročistí“, zrealní se ceny vstupů – především surovin, ale také práce a nemovitostí. Proto nepodléhejme panice, ale dobře už bylo.

Petr Antonín, Raiffeisenbank a.s.

komerční prezentace

RPG | SLUŽBY

PROFESIONÁLNÍ PROVOZ A ÚDRŽBA NEMOVITOSTÍ

V současné době zajišťujeme provoz a údržbu více než 5 000 bytových domů v Moravskoslezském kraji a také 190 816 m² komerčních nemovitostí a administrativních center.



RPG Služby, s.r.o., Kounicova 2929/5, 701 68 Ostrava, info@rpgsluzby.cz, tel.: 595 630 160, fax: 595 630 161

www.rpgsluzby.cz

Janáčkova konzervatoř Ostrava je otevřena ve dne v noci

„Všechno co dělám, chci vykonávat co nejlépe,“ takové je životní krédo ředitelky Janáčkovy konzervatoře a Gymnázia v Ostravě Soni Javůrkové. Svou školu zná dokonale. Jako žákyně sedmé třídy poprvé překročila její práh v roce 1977. Tehdy navštěvovala experimentální třídu u profesora Zdeňka Duchoslava. Od roku 1988 učí na konzervatoři hru na klavír.

se ředitelské funkci plně věnovat nemohla. Asi to není příliš dobré na sebe prozrazovat, ale práci si nosím i domů. Mnohé nápady přicházejí za mnou v klidu domova. Snad není ani chvilka, kdybych na školu nemyslela,“ říká energická žena s širokým úsměvem. A tak se zdá, že se snad vůbec nedokáže rozhněvat. „Naopak. Jen se zeptejte mých kolegů. Dovedu být hodně protivná. Nejvíce mne vytáčí intriky, lež a neupřímnost. To se prostě neznám,“ okamžitě dojem z usměvavé tváře vyvrací.

Od roku 2007 se konzervatoř rozrostla o čtyřleté gymnázium. Dvě třídy navštěvuje čtyřicetka žáků. „Snažíme se podchytit další talenty. V současném světě, kde převládá technokracie a peníze, je to velmi těžké. Rodiče se bojí dát všestranně nadané děti na úzce umělecky zaměřené školy. Právě těm jsme chtěli umožnit, aby měly šanci rozvíjet svůj talent, a přitom absolvovaly klasické gymnázium.“

Chválila i Beňačková

Loni oslavila konzervatoř 55. výročí od svého vzniku. Mohlo by se zdát, že škola dosáhla



Od klavíru k počítači

Celý život ji baví předávat druhým lidem krásu hudby, její poselství. „Umění patří k životu a je potřebné pro naši duši jako voda a chléb pro tělo. Bez dotyku s ním jsme odsouzeni k pouhému živoření. Jsem ráda, že jsem svou pedagogickou činností přispěla k výchově nových umělců nebo těch, kteří dále umění hry na klavír předávají. V současnosti mne nejvíce těší, když žáci dokážou rozeznat srdce posluchačů a diváků.“

Přeměna pedagoga v manažera nebyla vůbec jednoduchá. „Zpočátku jsem studovala Školový management na Masarykově univerzitě v Brně. To, abych vždycky věděla, o čem je řeč a mohla rozhodovat se znalostí věcí. Janáčková konzervatoř se stala mým životem, mou rodinou. Ve škole trávím více času než doma. A jsem velmi vděčná za zázemí, které mám v rodičích, manželovi a dětech. Bez nich bych

Bez mecenášů to nejde

Soňa Javůrková v poslední době dokáže stále častěji delegovat povinnosti na podřízené a kolegy. „Jsem ráda, že se mohu na spolupracovníky plně spolehnout. Táhneme za jeden provaz. Není to totiž jen o odučení hodin podle rozvrhu. Naše škola je studentům přístupná i večer a o víkendech. Mohou sem chodit cvičit kdykoli, připravovat se na koncerty, taneční vystoupení nebo divadelní představení. Jsme jediná česká konzervatoř, která má všechna čtyři obory – hudební, pěvecký, taneční a dramatický. Hodin, které tu zaměstnanci s žáky tráví, je bezpočet. Odměnou jsou pak spokojení diváci a posluchači. Naše akce přitahují stále více lidí. Stali jsme se součástí kulturního života Ostravy,“ říká ředitelka, která hodně sil věnuje shánění sponzorů, mecenášů, donátorů a dárců. Bez nich, jak konstatuje, se škola ani její žáci neobejdou.

svých cílů. Pyšní se jmény pedagogů, kteří vchovali řadu hvězd současného uměleckého světa. Stačí jmenovat Ivo Kahánka, Martina Kasíka, Petra Altrichter, Martinu Jančkovou, Natašu Novotnou nebo Richarda Kročila. Ti všichni patří k umělecké špičce nejen v České republice. Za studenty přijíždějí do Ostravy takové osobnosti, jako jsou Zdeněk Mácal nebo Jitka Čechová. Vysokou úroveň školy chválila i Gabriela Beňačková.

„Pohled do budoucnosti mne hodně láká. Manažer musí mít podobně jako dobrý interpret velkou fantazii, vůli a předem vědět, kam chce dílo dotáhnout. Jak má skladba v poslední fázi znít. Mou vizí je, aby se naše škola dala srovnávat s podobnými institucemi v zahraničí, aby její jméno mělo prestiž a lákalo ke studiu nejen žáky z jiných zemí, ale aby se pro věhlasné umělce stalo prestiží učit v Ostravě,“ dodává S. Javůrková. -t-



T. Aksich: „Myslím, že člověk nemusí být zrovna kouzelník, aby mohl pracovat v realitách.“

lidé si budou muset zvyknout na zcela jiné vzorce nakupování

Kanaďan usazený v Česku Tony Aksich, generální ředitel RPG Real Estate, investuje své manažerské dovednosti, čas a energii do realit. Učí se česky, miluje moře, ale na rozbouřených vlnách trpí mořskou nemocí. Chystá se na Colours of Ostrava a říká, že jedině, s čím se v Kanadě nikdy nesetkal, byly hořící haldy.

Co nebo kdo rozhodl o vašem působení v Česku?

Moje cesta do Ostravy začala v Moskvě. V létě 2007 jsem tam přednášel na konferenci a oslovil mě člověk z týmu Zdeňka Bakaly. Popsal mi, jakými realitními aktivitami se v Česku zabývají, a zeptal se, zda by pro mě nebylo zajímavé se k této práci připojit. V prosinci 2007 jsem přijel za Zdeňkem Bakalou do Prahy a jak se lidově říká, padli jsme si do oka. V lednu 2008 jsem poprvé přijel do Ostravy, abych navštívil alespoň některá místa, kde se nacházejí nemovitosti RPG Real Estate, seznámil se s týmem lidí a projekty, které realizují. To pro mě byla jedinečná příležitost mnohem lépe porozumět tomu, jaká práce by mě tady

v Ostravě čekala a kolik příležitostí by mi nabídla. No a od dubna 2008 už jsem v Česku. Část svého času sice trávím v Praze, ale většinou jsem v Ostravě.

Jakou jste měl před příchodem do Ostravy představu o své práci?

Věděl jsem, že RPG Real Estate připravuje zajímavé projekty v oblasti developmentu, ať už je to projekt Jindřich Plaza, regenerace bývalého dolu Dukla nebo řada dalších. Věděl jsem ale také, že spoustu práce mají v RPG především s bytovým fondem, který v roce 2006 převzali ve velmi zanedbaném stavu, a že budoucnost bydlení v těchto bytech je pro celý region velmi citlivou otázkou. Mám za sebou pětadvacet let působení v Kanadě a ve Spojených státech. Pracoval jsem od Atlantiku až po Pacifik, především v severovýchodní a středozápadní části Spojených států. Za ty roky jsem získal bohaté zkušenosti s nejrůznějšími typy projektů, jako je budování nových průmyslových zón, renovace starších průmyslových objektů, přestavba opuštěných továren na bytové domy, výstavba nových domů i nákupních center, měl jsem na starosti rozsáhlé portfolio nemovitostí kanadských železnic – bylo to prostě

široké spektrum nejrůznějších činností. A tušil jsem, že všechny moje zkušenosti se mi po příchodu do Ostravy budou hodit. Popravdě řečeno, jedině, s čím jsem se v Kanadě nikdy nesetkal, byly hořící haldy. I těmi se tady musím zabývat a vlastně až tady jsem zjistil, že něco takového jako hořící halda může vůbec existovat.

Jak to vidíte dnes s časovým odstupem, rozhodoval a postupoval byste stejně?

Vezmu to nejprve z hlediska mé práce týkající se našeho bytového fondu, protože ten mě v současné době zaměstnává nejvíce. Musím popravdě přiznat, že teprve po důkladném seznámení se s problematikou nájemního bydlení v Česku jsem pochopil, o jak komplexní problém se jedná. Po několika měsících mého zdejšího působení si ale troufám říci, že jdeme správným směrem. Úkolů, které v této oblasti máme, je samozřejmě celá řada, takže jsme si nejprve museli stanovit priority. Už jsme nastartovali rozsáhlý program, jehož cílem je postupná regenerace našich bytových domů, provedli jsme řadu restrukturního změn uvnitř společnosti, abychom zefektivnili její fungování, hledáme nové možnosti financování, zajímáme se o legislativní stránku celé věci, velmi nás zajímá sociální

aspekt nájemního bydlení. Existuje spousta výzev, s nimiž se musíme potýkat a před námi je ještě mnoho práce. Mám však dobrý pocit z toho, co všechno se nám za tak krátkou dobu podařilo.

A to další hledisko?

Pokud se týká našich developerských aktivit, jsme samozřejmě jako všichni ostatní ovlivněni stávající celosvětovou hospodářskou situací. Byť si to někteří lidé neradi připouštějí, Ostrava není v žádném případě ostrov oddělený od okolního světa, kterého by se vývoj světové ekonomiky nijak nedotýkal. Vidíme problémy, které mají tak velké společnosti, jako jsou Orco nebo ECM. To víte, že sledujeme, jak ostatní developéři pozastavují své projekty a některé nejsou realizovány vůbec. I my už dnes musíme k našim projektům přistupovat zcela jinak třeba jen proto, že je mnohem náročnější zajistit jejich financování. Finanční krize začíná ovlivňovat velké podniky a tím dochází k dominovému efektu.

Zažil jste někdy něco podobného?

Ano, krizi reálního trhu v Severní Americe v roce 1989. V tomto ohledu mám možná určitou výhodu, mohu porovnávat. Stejně jako tam, i tady bude muset ubýt projektů stavěných na spekulativním základě. To jsou například kancelářské budovy, které někdo nejprve postaví a pak doufá, že si někdo postavené prostory pronajme. Abyste dnes mohli začít jednat s bankami o financování, je zapotřebí mít před samotným zahájením projektu zajištěné nájemce, kteří obsadí minimálně 25 až 30 procent prostor. Pokud nemáte alespoň padesátiprocentní obsazenost, tak nemá ekonomický smysl s projektem vůbec začínat. Proto musí developéři v současné době mnohem pružněji reagovat na poptávku trhu a jemu přizpůsobovat i rychlost projektování a výstavby svých projektů.

Jak dlouho bude podle vašeho názoru tato krize trvat?

To je samozřejmě velmi těžké odhadnout. Pozitivní na tom je, že každá krize jednou skončí. Proto jsem z dlouhodobého hlediska optimista. Náročnější bude překonat střednědobé období, protože projekty, jejichž realizace se původně plánovala na 2 až 3 roky, se dnes mohou protáhnout třeba na 5 až 8 let. Lidé si budou muset zvyknout na zcela jiné vzorce nakupování, změnit přístup ke spotřebnímu životu nebo si uvědomit, že už nebude tak snadné získat hypotéku. Ale to všechno se dá samozřejmě překonat. Jen je teď těžké odhadnout, jak rychle.

Zmínil jste, že lidé si budou muset zvyknout na jiné vzorce nakupování. Podle čeho nakupujete vy a vaše žena?

Já nakupuji podle toho, zda to či ono potřebuji, nebo nepotřebuji. Moje žena nakupuje podle toho, zda si to či ono může dovolit.

Na vašich webových stránkách jsem se dočetla, že se učíte česky. Děláte pokroky?

(smích) Mám výbornou lektorku Kateřinu Bulandovou, s níž se snažím minimálně jednou týdně studovat, ale jsem radši, když nám to vyjde dvakrát za týden. Moje výhoda je nesporně to, že i když jsem Kanaďan, tak

mám po tatínkovi, který byl námořním kapitánem, chorvatské kořeny a slovanské jazyky mi proto nejsou úplně cizí. V Chorvatsku jsem prožil nejedny prázdniny, především v Dubrovniku a na okolních ostrovech. Naučil jsem se chorvatsky a Chorvatsko je pro mě dodnes druhým domovem. Navíc jsem kdysi studoval ruštinu. Protože mluvím i francouzsky a španělsky, mám pocit, že jazyky jsou něco, co mi trochu jde. A tak se ani češtiny nebojím. Při prosincovém setkání všech zaměstnanců RPG Real Estate jsem si dokonce troufnul už i na projev jen v češtině. A vypadalo to, že mi lidé rozumí. Ale k běžné konverzaci se budu muset ještě propracovat.

Zmínil jste se, že váš otec byl námořním kapitánem. Máte dobrodružství v krvi?

Rád poznávám nové věci a prozkoumávám nová místa, ale upřímně řečeno, raději na pevnině. Na lodi za nepříznivého počasí mívám většinou mořskou nemoc.

Nechybí vám v Česku moře?

Moře mi samozřejmě chybí, ale učím se žít i s řekami a jezery. A kromě toho, že jsem se přestěhoval do České republiky, mám to do Dubrovniku sotva půldruhé hodiny letadlem místo dřívějších osmi až deseti hodin, které jsem musel strávit na cestě z Kanady. Do Chorvatska mohu mnohem častěji.

Svůj pracovní život jste spojil s Českou republikou. A mohu se zeptat na váš osobní? Rodina je zde s vámi? Jak snáší váš pracovní sprint?

Svůj rodinný život bych pravděpodobně rozdělil do dvou částí. Tu jednu tvoří mé děti, tu druhou má žena. Děti mám dvě. Dcera letos končí studia na univerzitě a poslední čtyři roky už je z domu, takže pro ni moje působení v Česku není nijak velkou změnou. Stále se setkáváme o svátcích a při rodinných příležitostech nebo v létě v našem domě v Chorvatsku. Mladší syn momentálně studuje střední internátní školu, domů jezdí obvykle co šest týdnů. Manželka je naším tmelícím prvkem. Když přijíždí syn ze školy domů, je s ním u nás v Montrealu. Potom zase přijíždí za mnou do České republiky. Musím říci, že rodina mě maximálně podporuje a chápe, že jsem dostal jedinečnou životní příležitost poznat něco úplně nového. Všichni mají Českou republiku moc rádi a zamilovali si i zdejší kulturu. Někdy se ženou chodíme na koncerty vážné hudby, byli jsme v Národním divadle, v Ostravě jsme navštívili několik jazzových večerů v klubu Parník, byli jsme i na Shakespearovských slavnostech na Slezskoostrovském hradě. Jen mě mrzí, že jsem v létě nestihl Colours of Ostrava, ale to snad napravím.

Vyžaduje práce v realitách zvláštní talent?

Myslím, že člověk nemusí být zrovna kouzelník, aby mohl pracovat v realitách. Je to napul věda a napul umění. Ta vědecká část je celkem snadná. Jde o finanční analýzy, o předpovídání vývoje trhu, o odhadování chování našich konkurentů. A to umění spočívá ve schopnosti vybrat optimální projekty, které stojí za realizaci, ale také třeba ve schopnosti jednat s úřady, s městy a obcemi,

Znáte Lék na špatnou náladu?

Vlastně špatnou náladu nikdy nemívám. Existuje rčení, které říká, že sklenice může být buď poloprázdná, nebo ještě zcela plná, podle toho, jak se na to člověk dívá. A já se snažím dívat na věci kolem sebe optimisticky a vždycky se snažím hledat spíš řešení než problémy. To je můj recept na dobrou náladu.

Prozradíte váš idol?

Asi Alexandr Veliký. Muž, který vždy věnoval spoustu času přípravě svých bitevních plánů, ale potom šel navíc do každé bitvy v čele svých vojsk. To je styl vedení, který se snažím uplatňovat i já. Přemýšlet o projektech, ale potom se nebát zašpinit se při jejich realizaci od práce.

Komu fandíte v hokeji? Česku nebo Kanadě?

(smích) To víte, vždycky fandím Kanadě. Ale přitom doufám, že mají v týmu alespoň pár Čechů.

Kterou životní etapu považujete za nejdůležitější?

Určitě nejzajímavější je pro mě životní etapa, kterou procházím právě nyní. Žiji v nové zemi, v nové společnosti a mám před sebou celou řadu výzev.

s představiteli regionu nebo i s ministerstvy, aby projekty nezůstaly jen na papíře.

V čem spočívá tajemství úspěchu ve vysoké pozici?

Podle mě je tajemství úspěchu vrcholného manažera celkem prosté. Člověk musí mít jasnou představu, co chce dělat. Za druhé si musí vytvořit tým lidí, kteří mu chtějí pomoci jeho cíle realizovat a musí jim umět své představy jasně popsat a komunikovat s nimi. A za třetí je důležité, aby všichni chápali stanovené cíle stejně a táhli za jeden provaz. Takže když to zrekapituluji, k úspěchu je zapotřebí mít vizi, umět svou vizi odkomunikovat a mít dobrý tým. To je základ pro to, abych mohl své projekty představovat našim vlastníkům a ti aby pak mohli zajišťovat jejich financování. Samotný úspěch je ale celkem relativní pojem a pro každého může znamenat něco jiného. Já jsem momentálně spokojený, když vím, že jsou věci pod kontrolou a že jdeme správným směrem.

Které lidi rád vidíte, když jste v Česku? Máte zde přátele?

Upřímně řečeno, ty skutečné přátele si člověk získává tak do osmnácti let. Lidí, které jsem

potkal v Česku, jsou vesměs nějakým způsobem spojeni s mým pracovním životem, a tudíž máme spoustu společných zájmů. Takže se dá říci, že už tady mám hodně dobrých známých.

Existuje projekt vašich snů?

Projektem mých snů je docílit regenerace našeho bytového portfolia, zvýšit kvalitu života nájemníků a zajistit našim vlastníkům ekonomickou návratnost jejich investic – přesně v tomto pořadí. Je těžké vybrat ze všech projektů, které jsem v životě realizoval, jen jeden. Výjimečných projektů byla celá řada, ať už to byly stavby na zelené louce, projekty týkající se brownfieldů, výstavba průmyslových i rezidenčních objektů. Na

ty všechny si pamatuji. Ale upřímně říkám, že ještě nikdy jsem se nesetkal s rezidenčním projektem takového rozsahu, jako zde v Ostravě. Je to pro mě obrovská výzva, abych tady po sobě něco dobrého zanechal.

Jak vlastně vnímáte město Ostrava?

Dnes, po několika měsících pobytu, ji vidím úplně jinak, než když jsem sem přijel poprvé. Při své úplné první návštěvě jsem viděl starší průmyslové město s několika regionálními developerskými projekty. Ale tehdy jsem ještě nedokázal ocenit energii, kterou toto město má. Je to podnikatelská i kulturní energie, energie lidí, kteří zde žijí. Proto je pro mě dnes Ostrava mnohem zajímavějším a komplexnějším městem, než jak jsem ji viděl původně.



people will have to get used to completely new shopping patterns

The Canadian citizen living in the Czech Republic, Tony Aksich, is the General Director of RPG Real Estate. He invests his managerial skills, time and energy in real estate. He learns Czech, loves the sea, but suffers from the sea sickness on stormy water waves. He is looking forward to Colours of Ostrava and says that the only things he has never encountered in Canada are burning slag heaps.

What or who has decided on your activities in the Czech Republic?

My journey to Ostrava started in Moscow in summer 2007. I gave a speech at a conference there and I was addressed by a man from Zdeněk Bakala's team. He described me the real estate activities the company is involved in the Czech Republic and he asked me if I might be interested in joining their team. I visited Zdeněk Bakala in Praha in December 2007 and we really clicked as it is often said. In January 2008, I came to Ostrava for the first time to visit at least some places where the properties of RPG Real Estate were located. I met the team of people and discussed the projects they were implementing. It was a unique opportunity to understand much better the kind of work which I would be involved in Ostrava, and the opportunities which would be offered to me. I have now been in the Czech Republic since April 2008 and I spend a part of my time in Praha, but I mostly live in Ostrava.

What did you think about your new job before coming to Ostrava?

I knew that RPG Real Estate was preparing some interesting projects in the development area, the project Jindřich Plaza, the regeneration of the former Dukla mine and many others. I also knew that RPG had a lot of work with the housing stock which they had

taken over in 2006 in a much neglected state and that the future housing in these flats was a very sensitive issue for the whole region. I have had twenty-five years of experience from my work in Canada and the United States. I was active from the Atlantic to the Pacific Oceans, mostly in the northeast and mid western parts of the United States. In those years, I got a lot of experience from many different kinds of projects – the construction of new industrial zones, renovations of older industrial buildings, conversion of abandoned factories to housing blocks, and constructions of new houses and shopping centres. I looked after an extensive property portfolio of the Canadian Railways – simply, a wide scope of very different activities and I had the feeling that all my experience would be handy after my move to Ostrava. Honestly said, the only things I had never encountered back in Canada were burning slag heaps. I have encountered burning slag heaps to have to deal with it.

How do you see it now, after 9 months? Would you do it all the same way again?

I will speak first about my work related to our housing stock because I am currently most busy with it. I must honestly admit that I have understood the complexity of this issue only after the in-depth analysis of the issue of rental housing in the Czech Republic. However, after several months of work, I am convinced that we are now going in the right direction. There are a number of tasks we have in this area and we have had to establish our priorities among them. We have already started an extensive renovation programme, the goal of which is the progressive regeneration of our housing blocks. We have done a number of restructuring changes in the company to make its functions more efficient and we continue to look for new funding opportunities. We are interested in the legislative part of the whole rental issue and also in the social aspect of the rental housing. There are a lot of challenges which

we must deal with and there is a lot of work ahead of us. However, I have a good feeling about all the things we have done in such a short time.

And the other point of view?

When it comes to our development activities, we are, similar to all others, influenced by the existing worldwide economic situation. Despite what some people think, Ostrava and the Czech Republic is not an island separated from the surrounding world. We clearly see problems of large companies like, Orco and ECM. We surely follow how other developers have suspended their projects, or are not implementing them at all. We also have to approach our projects in a different way, often because it is much more difficult to organise their funding. The financial crisis starts to influence big enterprises and that causes the domino effect.

Have you ever experienced anything like it?

Yes, the crisis of the real estate market in the North America in 1989. From this point of view, I have a certain advantage that I can compare. Today's problems are similar to those of the past – there will have to be here fewer projects based on speculations. There are, for example, office buildings, which get built first by somebody who hopes to rent them later. If we wish to discuss funding with banks nowadays, we need to have tenants, who would occupy at least 25 to 30% of spaces, before we start the project. When you do not have at least 50% occupancy secured, there is no economic reason to start the project. Developers must therefore react flexibly to market demands and adjust project speed and project construction to turn out projects proceeds faster.

In your opinion, for how long is this crisis going to last?

Of course, it is very difficult to judge. The positive thing is the fact that every crisis will

finish one day. Therefore, I am an optimist from the long term point of view. It will be much harder to overcome the medium-term period because of the nature of our projects, where the implementation was originally planned to take 2 to 3 years, could now take over 5 to 8 years. People will have to get used to very different forms of shopping, to change their attitudes and consumers' way of life, or to realise that it will not be easy to get a mortgage. However, this all could be overcome, but it is very hard to judge how fast.

You mentioned that people would have to get used to different forms of shopping. How do you and your wife do the shopping?

I purchase things which I really need. My wife must decide if she could afford this or that, when she goes shopping.

I have read on your web pages that you were learning Czech. Have you made any progress?

(laughter) I have got an excellent lecturer Kateřina Bulandová with whom I try to study at least once a week. However, I prefer having lessons twice a week. Undoubtedly, my advantage is the fact that I am a Canadian. I have inherited from my father, who was a ship captain, some Croatian roots and Slavic languages are not too unfamiliar to me. I often went to Croatia on holiday, mainly to Dubrovnik and the islands close by. I have learnt some Croatian and Croatia has been my second home. In addition, I also studied Russian in the past. As I also speak French and Spanish, I feel that languages are not too difficult for me to learn. Thus I am not afraid of Czech. When we had the meeting of all RPG Real Estate employees in December, I was courageous enough to have a speech only in Czech. It seemed that people understood me. However, I will have to do some more work before I would be able to have a common conversation.

You have mentioned that your father was a skipper. Do you have adventure in your blood?

I enjoy learning about new things and exploring new places, but honestly said, I prefer to stay on the land. During stormy weather, I am often sea sick on ships.

Don't you miss the sea in the Czech Republic?

Of course, I do miss it, but I am learning to live with rivers and lakes only. Anyway, when living in the Czech Republic, it takes less than an hour and a half to get to Dubrovnik by air. I used to travel eight to ten hours en route from Canada to Croatia. I can go to Croatia much more frequently.

You connected your working life with the Czech Republic. May I ask you about your family life? Do you have your family with you? How does it adjust to your busy working life?

I would probably divide my family life into two parts. One consists of my children and the other one belongs to my wife. I have two children. My daughter is going to finish her studies at the university this year and she has spent last

four years away from home. My activities in the Czech Republic do not mean a big change to her. We still meet during holidays and family reunions or in our house in Croatia in summer. My younger son studies at the moment at the secondary boarding school and comes home usually after every six weeks. My wife is our binding component. When my son comes home from school, she is with him in our Montreal home. Then, she comes back to me to the Czech Republic. I must say that my family supports me very much and understands that I have a unique life opportunity to learn about something completely new. They all love the Czech Republic and its culture very much. My wife and I occasionally go for classical music concerts and we also attend the National Theatre. In Ostrava, we attended several jazz nights in the Parník Club and we visited the Shakespearean Festival in the Silesian Ostrava Castle. I regret that I could not visit Colours of Ostrava last summer, but I hope to go this year.

Does the property-related work require any special talent?

I think that a person involved in real estate business does not have to be a magician. It is partly science and partly art. The scientific part is quite easy. It relates to financial analyses, forecasting of the market development, and judgements on the behaviour of our competitors. The artistic part is based on the skill to select optimal projects, which are worth implementing, but also the skill to deal with bureaucrats in cities or municipalities, with representatives of the region, but also with ministries. It is important to take intelligent risks or all projects would remain only on paper.

Where is the secret of success in a high position like yours?

In my opinion, the secret of success of a top manager is quite simple. The person must know quite clearly what he really wants to do. Secondly, he must create a team of people who wish to assist him in implementation of his objectives. He must be able to describe his ideas clearly and he must communicate his ideas to the team. Thirdly, it is important that they all understand the established objectives and pull on the same rope. When I summarise it, for the success you need a vision, you must know how to communicate it and you must have a good team. This is the basis on which I can present my projects to our owners who, then, arrange for the funding. However, success is quite a relative term and it can mean something completely different to different people. I am momentarily happy knowing that things are under control and that we are going in the right direction.

Which kind of people do you like to see while in the Czech Republic? Do you have any friends in here?

Honestly speaking, you get really close friends only before you get eighteen years old or in your university years. People, who I met in the Czech Republic, are mostly connected to my working life and we thus have many common interests. I may say that I have many good friends here.

Do you know the medicine for a bad mood?

In fact, I am never blue. There is the saying that a glass can be a half empty or a half full. It depends on how a person sees it. And I try to see things around me in an optimistic way and I always prefer looking for solutions rather than problems. This is my recipe for the good mood.

Could you reveal your idol?

He would be probably Alexander the Great. He was the man who always paid a lot of time to the preparation of his battle plans, but, then, he stayed in front of his armies in every battle. This is the management style which I try to implement myself. You should think about projects, but then you should not be afraid to get dirty from work on their implementation.

Whom do you support in the ice-hockey matches? The Czech Republic or Canada?

(laughter) You know, I always support Canada. However, I always hope that they have at least some Czechs in their team.

Which stage in life you consider the most important?

The life stage I am just going through is certainly the most interesting to me. I live in a new country, in the new society and there are a large number of challenges in front of me.

Does any project, which you dream about, exist?

The project I dream of is to achieve the regeneration of our housing portfolio, to increase the quality of life of our tenants, and to ensure an economic return on investments for our owners – precisely in this order. It is difficult to select just one project from all projects, which I have implemented during my life. There were a number of extraordinary projects – from greenfield constructions to projects related to brownfields, constructions of both industrial and residential objects. I remember all of them. But I honestly say that I have never encountered a residential project of the size existing here in Ostrava. It is a great challenge for me to leave something good behind.

How do you see the City of Ostrava?

Today, after several months of staying in here, I see it completely differently, when compared with how I saw it during my first visit. During my first visit, I saw an older industrial city with several regional developers' projects. At that time, I was not able to appreciate the energy possessed within the city. It is an entrepreneurial and cultural energy, the human energy of people living here. For this reason, Ostrava is now for me much more interesting more complex city, when I compare it with my first impression.

Auto roku 2009 v kategorii střední a vyšší střední třídy! Potěšení pro oči a radost z možnosti každodenního využití. To je nový Superb mladoboleslavské automobilky Škoda. Vzhled navazuje na generaci malých vozů škodovky. Zcela individuální přístup činí ze Superbu fascinující vůz. Při čelním pohledu působí nesmírně dynamicky, majestátně a luxusně. Prostornost interiéru, zejména v zadní části vozu, a použité materiály zvyšují už tak mimořádný komfort cestování.

Na nové přístrojové desce jsou ovládací prvky uskupeny do jednotlivých funkčních celků. Kruhové přístroje s bílými stupnicemi, které jsou zasazené ve stříbrné orámovaných tubusech, mají zajišťovat výbornou čitelnost jak ve dne, tak i v noci. Přehledně uspořádané a jednoznačně rozlišitelné ovládací prvky jsou podsvíceny zeleně, tedy barvou značky Škoda. Ve střešním panelu jsou namontovány LED diody pro difuzní osvětlení CatVision. Bílé světlo dodává interiéru exkluzivní atmosféru. Škoda Superb kombinuje díky patentované konstrukci dvoudílných pátých dveří TwinDoor praktické výhody karoserie liftback s elegancí karoserie sedan. Podle potřeby je možné otevřít pouze víko zavazadlového prostoru, nebo může řidič zdvihnout celé víko i se zadním sklem pomocí chytrého a snadno ovladatelného mechanismu. Superb přichází s několika úplnými novinkami. Poprvé se ve



každodenní luxus

vozech značky Škoda objevuje kolenní airbag řidiče s bočními airbagy vzadu, parkovací asistent a Bi-Xenonové světlomety s funkcí AFS. Mezi další nové prvky patří automatická 7^o převodovka DSG, kterou lze ovládat i pomocí tříramenného multifunkčního volantu, nebo 3,5litrový benzinový šestiválec. Nový Superb je vydařený model. Neschází

mu prestiž, síla ani komfort. Podvozek velmi dobře tlumí nerovnosti a vůz je stabilní i ve vysokých rychlostech. Pokud hledáte auto prostorné, pohodlné a důstojně vypadající, je Škoda Superb tím pravým vozem pro vás. -d-

Autocentrála s. r. o., Markvartovická 7, Hlučín
Cena: od 569 900 Kč, www.skoda-auto.cz

komerční prezentace

moderní Indiana Jones

Přemýšlíte, kam vyrazit o víkendu? Co takhle zkusit něco nového a dobrodružného? Pokud si rádi hrajete na detektivy, milujete hádanky, hlavolamy i dlouhé procházky přírodou, pak je tu geocaching.

Princip této sportovně-turistické hry je jednoduchý. Podle zeměpisných souřadnic je třeba najít cache, který na daných místech ukrývá jiný hráč. Reč je o malé schránce s pokladem. Může jím být samolepka, figurka nebo šiška. Fantazii se pochopitelně meze nekladou. Pokud se vám některý cache zalíbí a chcete si jej odnést, platí nepsané pravidlo nechat za něj ve schránce náhradu. A tak kromě drobných dárek můžete objevit putovní poklady, nejčastěji to jsou speciální mince nebo kořisti označené kovovou známkou s identifikačním kódem. Poklady lze najít prakticky všude – pod kamenem, v dutině stromu nebo jeskyni. Chce to jen velkou dávku trpělivosti, vytrvalosti a hlavně notnou dávku dobré nálady! Novodobým hledačům stačí navigační systém GPS. Ke všem pokladům se ale nedostanete jen podle zadávaných souřadnic. Multicache vyžadují splnění několika dalších úkolů. Často jde o několik otázek, jejichž odpovědi vás dovedou k místu uložení samotného cache.

A k čemu tohle všechno? „Zpočátku mne geocaching nijak zvlášť neoslovil. Přesto jsem vytrval. Po čase jsem v něm našel zálibu. Výlety dostaly najednou smysl. Koncem týdne se už nemohu dočkat, kdy zase za něčím vyrazím,“ říká dlouholetý příznivec této dobrodružné zábavy s tím, že při hledání zdoláváte strmé kopce, prodíráte se trnmi, motáte v pavučinách a odoláváte klíšťatům. Ale radost z nálezů a překonání všech překážek pak stojí za to!

Na celém světě je v současnosti schovaných více než 670 tisíc pokladů. Tak neseďte doma a vyrazte pro jeden z nich! Máte před sebou dlouhou cestu. Za zkušeného hledače jste považováni teprve tehdy, když za sebou máte více než sto nálezů. Hře se věnují celé rodiny s dětmi i prarodiči. Všichni tvrdí, že kouzlu hledání se podléhá snadno. Obtížnější je přestat.

www.geocaching.cz

voilà

psi s oblečkem nekoušou

Pes nejlepší přítel člověka – říká se o čtyřnohých chlupáčích, bez kterých si mnozí z nás nedovedou svůj život ani na moment představit. Proto bychom pro ně udělali první poslední. V podobném duchu uvažuje známá ostravská módní návrhářka Jitka Stauder. Ze svého návrhářského klobouku vykouzila další zajímavý počin. Tentokrát jde o nadčasové a střihově originální psí oblečky. Jsou ušity z bavlny s elasthanem, umělých kožešin a různých nepromokavých materiálů a jistě potěší každého domácího mazlíčka. Všichni se totiž v takovém vkusném oblečku cítí jako celebrita z titulní stránky módních žurnálů, a navíc se nemusí bát mrazu. Zkrátka, vše je děláno pro to, aby si pesek dopřál co největšího luxusu a pohodlí. Ačkoliv tento módní doplněk z kreativní dílny Jitky Stauder míří především ke krátkosrstým, takzvaným kabelkovým, psům a ke středně velkým plemenům, na zakázku lze vyhotovit cokoliv. Návrhářka je dokonce schopna vytvořit takový psí obleček, který by ladil se šaty či kostýmkem majitelky, a to včetně kabelky. Popřípadě lze navrhnout tašku pro přenos drobnějších plemen, například yorkšířků. A to už jsou nadstandarty, které se jinde takřka nevidí. Jenže, když někdo umí, tak proč se spokojit s málem.

www.myspace.com/stauderfashion



SLEZSKÉ VINAŘSKÉ CENTRUM

Prodej Vína

Možnost archivace Vašeho vína v ideálních skladovacích podmínkách s kapacitou až 250 000 lahví

Prostory k pořádání soukromých a společenských akcí, seminářů, výstav

Velkoplošná projekce

Degustace za účasti someliéra

Selská izba - Restaurace



Bližší informace:

tel.: +420 739 321 206

e-mail: sekretariat@svic.cz

WWW.SVIC.CZ



Cestovní kancelář ERLI specialista na Maďarsko



Termální lázně,
Budapešť,
Balaton.

tel.: 596 111 871, 733 533 849 www.erli.cz



Zveme Vás na „Maďarský den“, který pořádáme v sobotu 14. 3. 2009 v rámci veletrhu „Dovolená“ na výstavišti Černá louka v Ostravě – ochutnávka vína, maďarský folklor, tombola.

sněhový začátek roku

Žádné Dolomity, žádné Alpy... Tato fotoreportáž vznikla na prahu roku 2009 přímo v Ostravě a blízkých Beskydech. Husté sněžení a mrazy, které zavládly první lednový týden, komplikovaly ve většině evropských měst hromadnou dopravu, uzavíraly letiště, zastavovaly vlaky a školáky posílaly na zimní prázdniny. Podle meteorologů tolik sněhu nebylo od roku 1987, z čehož měli obrovskou radost zejména příznivci zimních sportů. V ostravských parcích se proháněli běžkaři, na okolních rybnících se to hemžilo bruslaři a v oblíbeném lyžařském středisku Skalka se oddávaly sjezdovému lyžování a jízdě na snowboardu stovky Ostravanů.

-m-

Foto: H. Krainová, K. Kita, J. Urban



generace 65+ aneb pozvěte své stáří dál

Průměrný věk se neustále prodlužuje a generace 65+ hledá náplň pro své stáří. Zatímco naše prababičky a naši stařečci se stěhovali na základě individuálních „smluv“ s vlastními dětmi kolem šedesátky do připravených výminků, dnešní generace seniorů dokáže nově získaný úsek života využít naplno a mnohdy s takovou vitalitou a nasazením, že mladší generace jen lapají po dechu a nevěřičně kroutí hlavou. Zástupci generace 65+ řídí soukromé firmy, studují na vysokých školách, brouzdají na internetu, cestují po celém světě, hrají tenis a běhají maraton...

Stárneme. Počet starých lidí ve světě roste o 1,6 % rychleji, než o kolik lidí přibývá. Podle prognózy Českého statistického úřadu bude v roce 2050 u nás žít 2 800 000 obyvatel starších 65 let. To je zároveň věk, se kterým vláda počítá v důchodové reformě pro odchod do penze. Znamená to, že stále větší část dospělého života budou Češi prožívat ve stáří. V novém návrhu Národního programu přípravy na stárnutí na období let 2008 až 2012 se hovoří o tom, že pokud lidé starší 65 let budou tvořit třetinu populace, přestává mít jakýkoli význam rozlišovat mezi službami a produkty pro seniory a těmi ostatními. Záleží jen na tom, jak se skutečnost přítomnosti generace 65+ promítne do sociální politiky, výrobního průmyslu a hlavně celkového životního stylu.

Rána jsou modřejší i moudřejší

„Jsem tvé stáří, pozvi mě dál...“ parafrázuje známou píseň Michaela Kocába ostravský gerontolog Hugo Příbyl při otázce, jak nejlépe a aktivně prožít stáří. Dodává, že samozřejmě tím úplným základem

je vnitřní přijetí faktu, že stárneme a že od našeho 50., 60. roku života to už prostě nikdy nebude jako dříve. Naše klouby a svaly nebudou tak pružné a spolehlivé, některé věci se nám už nebudou chtít dělat vůbec. K tomu budeme muset zajít k očnímu lékaři, protože se při nákupech rozčílíme, že na obalech potravin používají výrobci zoufale malá písmena. Také ranní vstávání nemá podobu svižného vyskočení z postele, ale spíše hlemýžďího zvedání se nejprve do sedu a pak pomalounku na nohy, abychom po třech, čtyřech krocích teprve s picháním všeho možného zjistili, že ještě žijeme. Naše pleť by snesla zásah plastického chirurga a ani v sexu nejsme skotačiví jako zamlada. Řadu věcí si musíme zapisovat, protože bychom si na ně vůbec nevzpomněli. A naopak se nám opakovaně stává, že na některé věci vzpomínáme až příliš často a naše děti, nebo děti jejich dětí nám s převrácením zraku musejí připomenout, že tohle slyšely stokrát.

„Takže se přimlouvám – přijměte jednou provždy, že s vyšším věkem to jakoby už nebude ono. A roky přibývají nám všem, což je jedna z mála spravedlností na tomto světě. Velmi často se totiž člověk se svým stárnutím nesrovná, ale pouze ho trpí. I stáří je ale stále život, a může být velmi krásné. Ostatně,

máme větší nadhled, životní zkušenosti nás naučily, že nic není tak horké, jak se uvaří, že opravdu téměř všechno může počkat do rána, neboť ráno je nejen modřejší, ale i moudřejší,“ říká Hugo Příbyl.

Průměrný věk se prodlužuje

Dynamika stárnutí zemí ve střední Evropě a konkrétně v České republice je skutečně velká. Rodí se méně dětí a prodlužuje se střední délka života, což není v žádném případě negativní společenský aspekt. Naopak, jde o zřetelný signál bohatství a úspěšnosti. Střední délka života se za posledních sedmdesát až sto let vyšplhala ve světě z nějakých 35 let na 67 let a podle dostupných analýz by se měl věk ekonomicky aktivního obyvatelstva ještě zvyšovat.

Hugo Příbyl zastává názor, že se na stáří můžeme dopředu připravit a už před odchodem do penze si najít něco, co nás bude těšit v době, kdy nás nebude honit ani šéf v zaměstnání, ani děsivé termíny uzávěrek a odevzdání projektů.

„Najednou budeme mít mnohem více času a ten se opravdu lépe tráví aktivně a zábavnou formou. Nebojme se třeba začít učit se něco nového. Účelem důchodu jako lidského období není, abychom jej trávili pomalým čekáním na smrt na gauči v obýváku

u televizní obrazovky nebo na lavičce v parku. Ze své zkušenosti vím, že spokojené stáří prožívají lidé, kteří jsou aktivní, jsou stále nějakým způsobem přínosem, podílejí se na řadě činností a tak nějak se nedívají do zrcadla s myšlenkou, že stárnou. Na tohle prostě nemají čas.“

V gerontologii se často hovoří o sociální roli starých lidí jako o roli bez role (rolelesrole). Kapacity v oboru se shodují, že ideální role pro současnou generaci 65+ je vyšší sebevědomí, vědomí odpovědnosti za svoje stáří, vytvoření sebeuspokojujícího životního stylu, a to i přes veškeré limity, které seniorský věk provází.

„Proto se zkusme zamyslet nad tím, jakými bychom chtěli být, až zestárneme, a co pro nás bude asi na stáří nejtěžší, co by nám v pokročilejším věku mohlo přinášet radost,“ radí gerontolog s tím, že stáří totiž vůbec nemusí být smutným závěrem života, stáří má hluboký smysl a hodnotu. Je to jedna z fází lidského bytí a skutečně může být stejně naplňující a smysluplná, jako všechny předcházející. Můžeme zúročit naše zkušenosti, popřípadě je předat mladším. Není ale nutné se zlobit, jestliže to vypadá tak, že o naše moudra nikdo nestojí. Prostě je předejme jako dar. Ať si s nimi ti ostatní naloží, jak umějí. A jestli neumějí? To je jejich problém.“

Jaromír Horák (67) zaprodal duši běhu

Horník, mistr na šachtě, ředitel učiliště, podnikatel, náměstek primátora. A velký propagátor běhu. „Jde o rekreační sport. Navíc máme výhodu, že k tomu nepotřebujeme žádné drahé vybavení, stadiony nebo tělocvičny. Stačí tepláky, vhodná obuv a příroda,“ říká J. Horák, který je předsedou TJ Liga 100 Ostrava. Trasy do vzdálenosti dvaceti kilometrů organizuje už více než dvacet pět let. Patří k nim Štěpánský běh, Běh olympijského dne, Porubský čtvrtmaraton nebo Běh osvobození.

„K nejstarším akcím patří Štěpánský běh, ten se loni konal pojednatřicáté a zúčastnilo se ho sedm desítek závodníků. Kultovní záležitost se stává z nejmladší akce – Čtvrtmaratonu na Hlavní třídě. Na devátém ročníku startovalo v různých kategoriích 117 sportovců. Přijíždějí nejen z České republiky ale i ze sousedních států. A kromě toho, že každý závod má své vítěze, tak se lidé už dobře znají a porovnávají si časy, zda se zlepšují nebo musejí v trénincích přidat,“ usmívá se jejich organizátor. Nepatrným trikem dosáhl toho, že vyhlášení vítězů se účastní všichni přítomní. Vyhrát může každý. Na konci závodů se nepředávají jen diplomy, ale koná se také tombola. Drobný dárek si může odvést třeba ten, kdo doběhl poslední.

Jaromír Horák velmi rád vzpomíná na běh do Drážďan u příležitosti 800. výročí jejich založení. Osm členů štafety uběhlo za třicet osm hodin 470 kilometrů. „Největší obavy jsme měli z tropického vedra, s nímž jsme vůbec nepočítali. Nakonec všichni účastníci absolvovali téměř půl tisíce kilometru bez větších problémů. A to s námi běželi lidé s kardiostimulátory. V tom je právě velké tajemství tohoto sportu. O rok později jsem zorganizoval štafetový běh Ostrava–Katovice–Košice–Miskolc. Maraton přátelství spojil partnerská města Visegrádské čtyřky. Ve všech jsme se setkali s nesmírně vřelým přijetím,“ vzpomíná J. Horák. Letos by chtěl uspořádat podobný běh do Bruselu. „Je mým několikaletým snem. Doufám, že se vyplní.“

Blanka Malá (82) má hlavu plnou nápadů

Třicet let se věnovala sociální medicíně, pracovala jako dorostová lékařka. Od malička byla členkou Sokolu. Kromě lékařské fakulty vystudovala také tělocvik.

„Pohyb miluji. Jezdím na sokolské slety. V Ostravě si říkáme stará sokolská garda a pravidelně se vídáme, pořádáme různé výlety. Třeba do Beskyd. Před třiceti lety jsem začala hrát golf. To je sport, kterému se můžete věnovat do vysokého věku. Pro seniory je nezbytné, aby svůj čas dokázali aktivně využívat a neseseděli sami doma,“ říká jedním dechem členka poradního sboru ostravského primátora a předsedkyně Společnosti Senior, kterou zakládala. „Radost ze života a pocit, že i ve vyšším věku je člověk stále prospěšný a nepřekáží. To je po odchodu do důchodu snad to nejdůležitější. Lidé k nám chodí do různých kroužků – angličtiny, němčiny, naučili se hrát bridž, taroky. Dokonce máme výtvarný kroužek. Zájemci navštěvují Dům umění, kde Jiří Jůza populárním, pro všechny srozumitelným jazykem přibližuje umělce a jejich dílo. Kurzy práce s počítačem a internetem patří k těm nejoblíbenějším. Vydáváme časopis Senior Tip. Nemyslete si, známe i Stodolní ulici! Někteří členové velmi vyrostli v očích svých vnuků – nejenže s nimi komunikují přes e-mail, píšou esemesky, ale dokonce vědí, kde najdou Sherlock's Pub nebo Boomerang,“ vypočítává B. Malá. Vzápětí se chlubí dárky od členek kroužku ručních prací. „Na háčkování, pletení nebo šití jsem nikdy nebyla. Pokaždé žasnu, co lidské ruce dokáží vytvořit ze zdánlivých maličkostí, jako jsou klubičko přize, vlina nebo drátky.“

Nejvíce ji těší, že stále více lidí nachází ve Společnosti Senior nové známé i naplnění volného času. „Už mne nepotřebují, všechno běží samo. Občas tam zajdu popovídat si. Ale mám v plánu nové projekty. Ještě o nich nemohu mluvit, teprve se rozbíhají. Inspirovala mne knížka, v níž spisovatelka popisuje osobní zkušenost. Přes veškerou snahu se jí nezdařila výchova adoptovaných romských chlapců. Náš projekt je zaměřen na vytváření vztahů těch nejmenších se zvířaty. Třeba aspoň jednu dušičku ovlivníme.“





galerista Petr Pivoda (69) se stále učí

Petr Pivoda vystudoval Vysokou školu chemicko-technologickou. Prošel různými pozicemi od laboranta a výzkumného pracovníka po personálního ředitele a profesní kariéru uzavřel v administrativních funkcích v Praze. „Výtvarné umění mne sice bavilo od malička, ale pochopil jsem, že žádný vynikající umělec ze mne nebude. Zhruba před čtyřmi lety mne potkalo velké štěstí – oslovil mne podnikatel Pavel Šmíra a nabídl mi, zda bych chtěl vybudovat galerii se současným výtvarným uměním. Souhlasil jsem. Tak vznikla Galerie Beseda. Od té doby jí věnuji veškerý svůj čas. Nečekaně se mi splnil můj celoživotní sen,” říká P. Pivoda.

Pod jeho vedením se galerie stala dobrou adresou pro poznání současného českého výtvarného umění. Kvalitní program je podmíněn neustálým studiem, udržováním kontaktů, objížděním výstav druhých galerií, kontakty s umělci. „Nelze dávat prostor jen ostravským umělcům, chci přivážet a seznamovat návštěvníky také s tím nejlepším, co vzniká mimo náš region. Třeba díly Michaela Rittsteina, Tomáše Císařovského, Vladimíra Jarcovjaka nebo Jaroslava Šerých. Loni se po Jiřím Davidovi prezentoval postmodernista Lukáš Mišfek a pak Daniel Balabán. Navíc jako jedni z mála v Česku vydáváme k výstavám kvalitní barevné katalogy. Ty nám ostatní docela závidí. Texty si často píše sám,” konstatuje kurátor. Pod jeho správu patří galerie na Hukvaldech a v Kopřivnici. Za necelých pět let uspořádal přes sedm desítek vernisáží.

„Výstavní prostory poskytujeme i umělcům nejmladší generace, kteří na sebe upozorňují v průběhu studií mimořádným talentem a invencí. Pak mám ohromnou radost, když zjistím, že už vystavují v Praze. Pro společnou ostravskou výstavu letos v lednu jsem vybral tvorbu tří mladých autorek z ateliéru Michaela Rittsteina na Akademii výtvarných umění v Praze. Ještě letos bych chtěl do Ostravy přivést olejomalby Milana Knížáka. Jde o velmi zajímavou osobnost. Určitě k současnému českému umění patří,” dodává P. Pivoda.

Součástí galerie je nekuřácká kavárna Café Beseda. „Nabízíme výtečnou kávu, horkou čokoládu, značková vína i zákusky a sendviče. Na závin nebo čokoládový dort zaběhnou studentky. Občas se svým kamarádům chlubím, že zatímco oni sedí celý den doma nebo krmí holuby v parku, já jsem v kavárně, piji vynikající kávu a ještě sem přicházejí pěkné holky,” uzavírá pobaveně galerista.

Hodnotová dezorientace

Nutno přiznat, že se okolí i samotná generace 65+ někdy chovají, jakoby stáří vůbec neexistovalo. Je to docela schizofrenní pro starší generaci, když si uvědomíme, že popírají svůj věk a dělají vše pro to, aby byli co nejdéle ekonomicky i fyzicky nezávislí, aby nemuseli nikomu za nic děkovat nebo o cokoli prosit. Bohužel, společnost je dnes nastavena na kult mládí a stáří se ve velké části veřejnosti pořád považuje spíše za nemoc než za určité a plnohodnotné období života. Přitom do důchodového věku přicházejí stále bohatší, vzdělanější, samostatnější a sebevědomější generace.

„Hodně záleží na tom, zda společnost, tedy my všichni, chápeme význam stáří. Je nejvyšší čas překonat nebezpečný postoj, kdy plnohodnotní jsou jen mladí. Všichni bychom měli vnímat starého člověka nejen jako něco, co nás obtěžuje, ale jako cenný životní článek. Co zmůže všechna geriatrie a gerontologie, když společnost a lidé v ní nepochopí potřebnost, hodnotu a smysl stáří? Nejde přece pouze o udržování biologických funkcí, ale o přirozené završení předchozích dvou cyklů – dětství a dospělosti,” říká Hugo Přibyl.

Ať si to kdokoli připouští či nikoli, pojem ageismus, odvozený od anglického „age“ (věk) zní skoro stejně jako například rasismus. Přehnané? Ale kdepak. Ageismus je v podstatě připsávání negativních vlastností lidem

Návrh Národního programu přípravy na stárnutí – priority pro období 2008 až 2012:

- udržení a zvýšení zaměstnanosti starších pracovníků, zvyšování jejich pracovní mobility a zabránění jejich vyčleňování z trhu práce,
- podpora a ochrana rovných práv a příležitostí a vyloučení diskriminace z důvodu věku,
- zajištění odpovídající, dostupné a potřebné péče a služeb pro seniory (sociální služby, zdravotní péče, bydlení aj.),
- podpora a rozšiřování celoživotního vzdělávání a podpora příležitostí k individuálnímu rozvoji a posílení nezávislosti,
- zajištění sociálního začlenění starších osob a seniorů.

seniorského věku a přisouzení jakési „nižší kvality“ stáří. Jenže změna v hodnocení generace 65+ i mladší ale musí vycházet také a zejména z ní. Právě lidé v seniorském věku by měli definitivně přestat podléhat dojmům, že čím více budou plakat a požadovat péči a pomoc, tím spíše se o ně stát či lidé kolem postarají. Úspěšnost seniorského věku nelze také vnímat jen skrz výši důchodů nebo příjmů v zaměstnání, které nakonec zcela alibisticky končí v kapsách dětí a vnoučat. Šedivý fenomén současnosti, který drtí čtvrté přikázání Desatera: Cti otce svého a matku svou, aby se ti dobře vedlo na zemi. Přitom chtějí-li ženy a muži pokročilého věku získat potřebnou úctu, musí si začít vážit především sami sebe. Jen pak se může podařit vytvořit „jízdni řád“ ve společnosti, podle kterého se budou moci řídit nejen mladší generace, ale i jednotlivé resorty, které začínou efektivně koordinovat požadovanou podporu zaměstnávání, vzdělávání, zdravotní péči a sociální podporu lidí po 65. roce života.

Recept na spokojený seniorský věk

Hugo Přibyl připomíná, že nejvyššího věku se dožívají lidé na ostrově Okinawa. „Důvodem je, a já se s tím mohu jen ztotožnit, dostatek pohybu, lehká konzumace červeného vína v množství maximálně 3–4 deci denně, životní styl bez přemíry stresu, jídelníček založený na zelenině, ovoci a rybách, a to vše v nevelkém

Jitka Vaňková (70) je přesvědčena, že mozek nesmí zůstat ani chvilku v klidu

Mnoho lidí ji zná z obchodního oddělení Vítkovických železáren a úseku cestovního ruchu Magistrátu města Ostravy. Také její zásluhou se mohou nejen návštěvníci města kochat krásným výhledem na moravskoslezskou metropoli i Beskydy z věže Nové radnice. Mnoho let byla veřejnosti nepřístupná.

„Mozek nesmí zůstat ani chvilku v klidu. Jsem přesvědčena, že člověk musí stále něco tvořit. Ještě se mi nestalo, že bych byla bez práce. Celý život plynule přecházím z jednoho zaměstnání do druhého. A každé je něčím přínosné,” říká J. Vaňková. Šest let je manažerkou kulturních programů Domu knihy Librex Ostrava.

Zajímavé akce se konají třikrát týdně. Její organizační schopnosti jsou obdivuhodné. Jen v rámci cyklů Ostrava do Evropy, Společně v Evropě a Ostrava do světa, svět do Ostravy přijelo do Librexu sedmáct velvyslanců z Evropy i Asie. Na besedách i autogramiádách se objevili prezident Václav Klaus, třikrát Tomáš Halík, spisovatel Robert Fulghum, filozof Václav Bělohradský, herci Ondřej Vetchý, Václav Vydra nebo Milan Lasica, herečka Emilie Vašáryová, fotograf Robert Vano, překladatel Shakespeara Martin Hilský, spisovatelky Halina Pawlovská nebo Bára Nesvadbová. A proč zacházet daleko do historie. Letos v lednu měli Ostravané možnost besedovat s Janem Cimickým, Ladislavem Špačkem nebo Jurajem Jakubiskem a Deanou Horváthovou.

„Teď jedním o výstavě s Janem Saudkem a velmi usiluji o to, aby knihu o svém příbuzném Gustavu Mahlerovi pokřtil v Librexu Zdeněk Mahler. A tak mám snad jen dva dluhy – ještě jsem do Librexu nepozvala amerického prezidenta a papeže,” směje se J. Vaňková.

Vzápětí dodává, že vůbec nemá čas přemýšlet nad nějakými přibývajícímí lety, protože koníčků a zálib má až moc. „Věnuji se vnučce, to je takové moje sluníčko. Hodně čtu, vždyť mne v práci obklopuje 25 tisíc titulů, miluji koncerty Janáčkovy filharmonie, ale i dalších zajímavých hostů, ráda chodím do divadla. Denně cvičím, navštěvuji fit centrum a plavu. A v době dovolené doháním poznávání cizích zemí.”



množství. Tedy, jak by řekl odborník na výživu, kalorická restrikce. V neposlední řadě pak ostarované dbají na duševní pohodu a optimismus. Zprostředkovaně jsem v kontaktu s 96letou paní z Karviné. V dětství a mládí prošla hodně těžkými obdobími, v nichž nechybělo klášterní odříkání, samota i chudoba. Protože ale měla možnost, schopnosti a dostatek pily, naučila se několik cizích jazyků a od svých asi 50 let je začala soukromě vyučovat. Teprve v 93 letech tuto činnost ukončila. Úžasně!” A její recept na aktivní život? Práce, skromná životospráva a hlavně brát věci tak, jak jsou. Život není komplikovaný, my si jej komplikovaný děláme sami – říkává dodnes.

Gerontolog klíč ke zdravému a spokojenému seniorskému věku doplňuje o následující doporučení: Snažit se o relativně klidný život v dobrém prostředí, bez starostí o živobytí, udržovat kvalitní vztahy v rodině a s přáteli. Důležité je rovněž mít možnost pečovat o někoho milovaného, třeba o domácí zvíře. Zbytečné není ani vyvarovat se špatných návyků, jako je kouření, pití alkoholu ve větším množství, naopak je prospěšné udržovat si váhu na optimální úrovni, eliminovat psychickou zátěž na minimum. „Podle mých zkušeností má na kvalitu života vliv každá maličkost, třeba i bydlení na rušné ulici. V každém ohledu v pokročilém věku člověku prospívá tělesná práce a vůbec smyslnost všeho, co dělá. Velmi vítaný je osobní růst v jakémkoli lidském počínání. Začít se dá opravdu v každém věku,” vzkazuje všem seniorům gerontolog H. Přibyl.

Současní sedmdesátníci vypadají díky lepšímu stravování, medicíně a životnímu stylu sotva na pětapadesát. Hranice délky života se posouvají, stejně tak aktivity dříve narozených. Stírají se věkové rozdíly a jsme svědky převratu v demografickém složení populace. Ano, učíme se stárnout s vědomím, že každá generace má svou hodnotu, mladá i ta stará, a že v roce 2050 má být 31 procent české populace starší pětadesáti let.

text: T. Arťušenková, M. Václavková, foto: J. Zerzoň

the generation 65+ or to put it differently: invite your age

The average age gets permanently longer and the generation 65+ looks for some fulfilment. While our grandmas and grandpas moved, on the basis of individual "agreements" with their own children, to prepared house extensions, when they got about sixty, the current generation of seniors manages to fully utilise the newly added part of life often with the vitality, eagerness and in the style, which takes the breath of the younger generation off while they shake their heads in disbelief. Representatives of the generation 65+ manage private companies, they study at universities, search the Internet, travel the world, play tennis, or run marathons...

We are getting older. The number of old people worldwide is on the increase 1.6% faster, when compared with how many people are newly born. According to the prognosis by the Czech Statistical Office, there will be 2 800 000 people older than 65 years of age living in our country in 2050. It is the age which the government considers in its reforms as appropriate for the retirement. It means that Czechs will live a longer part of their adult life when old. The new proposal of the National Programme of Aging Preparations for the period 2008–2012 suggests that people older than 65 years of age will make up a third of our population. There is no reason to differ between services and products provided to seniors and to others. The only important issue is how the existence of the generation 65+ would reflect in the social policies, the manufacturing industry and, especially, in the general living style.

Mornings get more blue but also wiser

"I am your age, please, invite me in..." was rephrased from the well-known song by Michael Kocáb by gerontologist Hugo Příbyl from Ostrava when asked what was the best way of life and how to actively live in an old age. He added that the most important was the internal acceptance of the fact that we are getting older and that after we get 50 or 60-year-old, it will never be as before. Our joints and muscles will not be as flexible and reliable, and we will not be so eager to do certain things. We will have to visit an ophthalmologist because we get nervous when shopping – the manufacturers use unbelievably small letters on food packages. The getting up from the bed in the morning also looks differently from the brisk jumps in a younger age and it reminds us more of a snail's pace when we sit up and slowly stand up on our legs. We realise, after three or four steps, thanks to the pain in many places, that

we are still after all alive. Our skin would not mind the attention of a plastic surgeon and we are not as frisky in our sex life as we used to be when young. We have to take notes about many things because we would not remember them otherwise. And, in contrast, it repeatedly happens that we remember some events too often. Our children or their children remind us of the fact, with their turning eyes, that they had to listen to it many times before.

"I thus urge you – accept once and for all that it will not be as it used to be when you get older. We all are getting older and this is one of not many fair things happening in this world. It occurs often that people do not want to accept their aging, and they just endure it. But the old age is still the life and it can be very nice. In fact, we are more detached and life experience has taught us that nothing is as hot as it seems to be at the first sight, that almost everything could be delayed until the morning because the morning is not only more blue but also wiser," said the gerontologist Hugo Příbyl from Ostrava.

The average age gets longer

The dynamics in aging in Central Europe and specifically in the Czech Republic are really fast. Fewer children get born and the average length of life gets longer. It is definitively not a negative social aspect. Just in contrast, it

The proposal of the National Programme of Aging Preparations – the priorities for the period 2008–2012 are as follows:

- Maintenance and increases in employment of older workers, the increases in their work mobility, and the prevention of their exclusion from the labour market,
- Support and protection of equal rights and opportunities and the exclusion of discrimination based on age,
- Procurement of the relevant accessible and required care after old people and services for seniors (social services, healthcare, housing, etc.),
- Support and extension of the lifelong education and the support of opportunities for an individual development and the strengthening of independence,
- Procurement of the social inclusion of older people and seniors.

is a clear signal related to the richness and success of the society. The average length of life in the world has got longer from 35 to 67 years of age during the last seventy to one hundred years. According to some accessible analyses, the age of the economically active population should become even longer in future.

Hugo Příbyl is of the opinion that we can prepare for the old age beforehand and that we can find something we would later enjoy even before our retirement. We should get prepared for the time when we will not be so busy because of our boss or because of deadlines.

"We will get suddenly much more time and it is much better to spend it in an active way and in an entertaining form. Do not be afraid of learning something new. The purpose of retirement as a stage in our life is not the slow waiting for our death on a sofa in our living room in front of a TV screen, or on a bench in a park. I know from my experiences that people enjoy the old age only when they are active, when they feel that they still somehow contribute to or participate in a number of activities. Happy retirees do not observe themselves in mirrors thinking about their aging. They are simply too busy for that."

In gerontology, experts often speak about the social role of old people as the role without a role (the roleless role). They agree that the ideal role of the current generation 65+ relates to higher self-confidence, the awareness of the responsibility for the old age, the creation of a self-satisfactory life style despite all limits accompanying the seniors' age.

"Let us think, therefore, what kind of person we would like to be in our old age, what will be the most difficult for us and what could be the source of our enjoyment during our advanced years," advised the gerontologist adding that the old age does not have to be a sad end of our life. The old age has got a deep meaning and value. It is just one of the stages in life and could be as fulfilling and purposeful as any previous stage. We can take advantage of our experience and possibly transfer it to the younger generation. However, we should not be angry when it looks like nobody wants to listen to our wisdom. We should transfer it as a gift. Let others manage it as they wish. And when they cannot manage it? Then, that is their problem."

Value disorientation

It should be admitted that some people around and the generation 65+ itself behave sometimes as if the old age did not exist at all. It is quite schizophrenic for the older generation, when we realise that these people refuse their age and do everything to remain economically and physically independent as long as possible. These people do not wish to say thank you to anybody or to ask anybody for anything. Unfortunately, the society has

been today set up for the cult of youth and the old age is still considered by a large part of the public as an illness rather than the fully valuable life stage. At the same time, the retirement age covers now richer, more educated, more self-sufficient and more self-confident generation.

"It all depends very much on the understanding of the society – of us all – how we consider the importance of the old age. The time has come to overcome the dangerous situation, in which only young people are fully acceptable. We all should see an old person as a valuable life resource and not as something bothering us. What can the geriatrics and gerontology do when the society and people in it do not understand the need, the value and the purpose of the old age? It is not only about the maintenance of biological functions, but about the natural culmination of the two previous cycles – the childhood and the adulthood," said Hugo Příbyl.

Allow for it or not, the term agism derived from the English word "age" sounds similar to, for example, racism. Over the top? Just to the opposite. The agism means basically the assignment of negative characteristics to people of the senior age, the attributing of "a lower quality" to the old age. But any change in the valuation of the generation 65+ or a younger one should come up mainly from it itself. Seniors should finally stop feeling that more they lament or ask for care and help, the government and people around them would look more after them. Success of the senior age should not be assessed in accordance with the level of pensions or the income from an employment, which finally gets into pockets of children or grandchildren. The current phenomenon refuses the fourth commandment: Honour your father and mother to feel happy in this world. If men and women wish to be honoured in their advanced years, they must start respecting especially themselves. Only then, there could be a "timetable" created within the society which would be respected not only by the younger generation, but also by individual governmental sectors which would start efficient coordination of the required support of employment, education, healthcare, and the social support of people older than 65 years of age.

A recipe for a happy senior age

Hugo Příbyl read somewhere that people living on the island of Okinawa were achieving the longest life. "The reason was in their exercising, modest consumption of red wines – 30 to 40-centilitre a day at the maximum– the life style without too much of stress, their moderate meals consisting mostly of vegetables, fruits and fish. I can only identify myself with this. An expert on nutrition would call this the caloric restriction. At last but not the least, the islanders looked after their mental peace and optimism. Through some mediation, I am in contact with a lady living in Karviná who is 96 years old. In her childhood and youth, she went through very difficult periods marked by ascetic way of life in a convent, solitude and poverty. However, thanks to a chance, her ability and enough of diligence, she has learnt several foreign languages and started, when she was 50 years old, teaching them privately. She has stopped doing it only when she was 93 years old. It is fantastic! And her recipe for an active life? Work, modest nutrition and, most of all, taking things as one finds them. Life is not complicated, but we make it complicated by ourselves – she still confirms this today."

The gerontologist added his own recommendation as the key to a healthy and happy senior age: "Try for a relatively peaceful life in a good environment without worries related to your livelihood and maintain high quality relations with your family and friends. It is also important to look after someone you love – a pet, for example. It is also good to avoid bad habits like smoking or alcohol drinking in larger quantities. It is good to maintain your body weight at an optimal level and to eliminate any psychological stress to a minimum. From my experience, the life quality is influenced by small things like living in a busy street, for example. Physical work and purposefulness of everything you do help in an advanced age to people. Personal progression is welcome in any human activity. You can start at any age," sent H. Příbyl, the gerontologist, the message to all seniors.

The current seventy-year-olds look, thanks to better nutrition, medicine, and the life style, almost like fifty-five-year-olds. Life limits extend similarly as activities of those born earlier. Age differences become blurred and we are witnesses of a radical change in the demographic composition of our population. Yes, we learn to become older and aware that each generation, both young and old, has got its own value and that 31% of the Czech population will be older than 65 years of age in 2050.

Skutečný příběh.

L'OCCITANE
EN PROVENCE



Dárek z lásky od L'Occitane!

Pro jiskřivé okamžiky plné radosti a svěžesti L'Occitane přichází s unikátní třeptivou toaletní vodou. Nechte se unést smyslnou medovou vůní zahalenou do jiskrného nádechu citronu. Staňte se neodolatelně zářící královnou všech večerů!

Naše prodejny:

OSTRAVA: Jiráskovo náměstí – Kuří rynek;

BRNO: NC Olympia • Masarykova 2;

PRAHA: Na Příkopě 15 • Palác Flóra • Centrum Chodov •

OC Nový Smíchov • Palladium;

PLZEN: NC Olympia

www.loccitane.cz



Nevíte, kam letos na dovolenou? S cestovní kanceláří nebo raději po vlastní ose? Možností je nepřeberné množství, stačí si jen vybrat a rozhodnout se, zda si zasloužený odpočinek užijeme v tuzemsku nebo v zahraničí, na horách nebo u moře, s rodinou, kamarády nebo pěkně o samotě... A protože i v tomto případě platí, že kdo je připraven, není překvapen, otázka LIFE zní následovně:

ANO

Máte už naplánovanou letošní dovolenou?

ANO



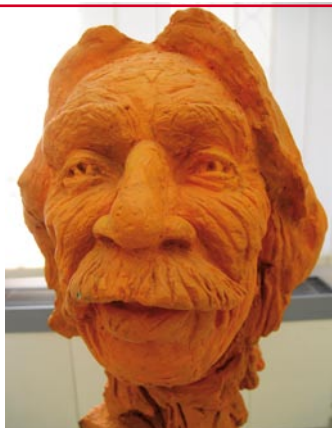
Natalie Maděrová / učitelka

František Dvořáček / podnikatel

Dovolenou už mám vybranou. Jsem zvyklá rozhodovat se několik měsíců dopředu, ani ne tak kvůli nabídkám cestovních kanceláří, ale protože si můžu přes internet koupit výhodně letenky. Jako učitelka mám více prázdnin a málokdy je trávím doma. Nepotřebuji žádný přepych. Stačí mi to, co se vejde do krosny – malý stan, spacák, vařič, pár kousků oblečení a mapa. Navštívila jsem tak francouzské Azurové pobřeží, španělské Katalánsko, kde jsem strávila několik dní u moře. A další rok se vydala do Alp na rafty, Londýna, Skotska nebo jsme si s kamarádkou prohlédly Island. Letos jsem ale byla nemile překvapena. Co minulý rok u jednotlivých leteckých společností v souvislosti s drahou ropou začínalo, to se v lednu plně s celosvětovou recesí projevilo. Cena letenek u nízké nákladových letů sice není vysoká, jakmile se však připočtou všechny poplatky, pak je to poměrně drahá záležitost. Když jsem několik dnů marně brouzdala po internetu ve snaze najít, kam se dá levně doletět, padla mi do oka nabídka výletu do pobaltských států. A jelikož až do Tallinnu je to z Ostravy pouze nějakých 1 400 kilometrů, bylo rozhodnutí snadné. Místo na západ zamíříme na severovýchod. Už se těším na lázeňské a turisticky přitažlivé pobřeží Lotyšska. Perlou severu se nazývá letovisko Jurmala. Písečné duny s borovicovým hájem, který skrývá tisíce dřevěných vil, domků a domů v různých barvách, jsou prý neopakovatelné. Několik stovek z nich jsou chráněnými památkami. Jak se do Lotyšska dostaneme? Zřejmě autem. Musíme jen sehnat podrobnější mapy a zjistit, jak je to v těchto státech s kempy.

Patřím k těm, kteří si jakékoli osobní volno ze zásady neplánují. Znáte to, člověk miní a okolnosti mění. Pokud nesedím v letadle nebo nepřekročím české hranice, neuvěřím, že mám dovolenou. Ale k velkému překvapení rodiny už vím, kam se vypravíme. Nečekáme až do léta. Na začátku února odlétáme do teplých krajů a hlavně manželka s dcerou se nemohou dočkat, až se uvelebíme do lehátek na rozpálené pláži. Jsem zastáncem názoru, že když k moři, tak jediné tehdy, když u nás mrzne, až praští a ostatní lítají po sjezdovkách jako šilenci a stojí dlouhé fronty u sedaček. Právě v polovině ledna jsem se vrátil docela našťavaný z Beskyd, kde byla hlava na hlavě. A to ještě nezačaly jarní prázdniny! Takže moře v únoru má v mém případě zelenou. Zároveň přiznávám, že je to po mnoha letech, kdy jsem byl při rozhodování a zajišťování naší dovolené aktivní já. Obvykle tak akorát postřehnou a zapisují si termín odjezdu nebo odletu. Letos jsem se tedy pochlapil. Ale musím s pravdou ven, za ideální stejně považuji naše, třeba jen prodloužené, víkendy na chatě v Hukvaldech. Okolní lesy plné hub, úchvatná příroda na trase oblíbených cyklistických výletů, štipání dříví a pravidelná setkání s „domorodci“ v místních hospodách nemají prostě chybu. Máme tam spoustu přátel a někdy si říkám, že bych dovedl na tomto kousku země třeba žít trvale. No, čas ukáže. Dnes jsem rád, že se utrhnu z firmy na několik týdnů v roce. A tak příští měsíc hurá za teplem, je třeba balit plavky!

-m, t-



živel v Chagallu

Matka Tereza, Václav Havel, Jaromír Nohavica, Bolek Polívka, ale i Salvator Dali, nebo skupiny Rolling Stones a Beatles. Všichni v plné parádě vtrhli do Výtvarného centra Chagall. Nejednalo se však o schůzku živých s mrtvými, ani o maškarní bál. Věc je mnohem prostší. Obrazy a sochy zde vystavuje Josef Šmek. Dříve nezkontrolovatelný živel, jehož okouzlení umělecký svět pop art, ukázal, že dokáže vytvořit velmi působivé portréty.

-p-



hlavní bulvár ve Vlore



byzantský kostel v Beratu

cesta do země dvojhlavého orla

Dobrý řidič tam z Česka dojde autem za den. Pokud ho nic nezdrží na hraničních přechodech. Když se zastaví v útulné kavárně za poslední celníci, pár kilometrů od černohorského Ulcinu směrem na jih, je k dispozici obchůdek se suvenýry. Kávu může vypít na zahrádce zkrášlené subtropickou vegetací. V létě u stolku s reklamním slunečníkem. K dispozici je občerstvení jako v mnoha letoviscích Evropy, ačkoliv se nachází v zemi, o níž si ještě mnoho lidí myslí, že je pro turisty neatraktivní: V Albánii!

Hodžovy bunkry i historické hrady

Do Albánské republiky, země s dvojhlavým černým orlem ve znaku, od počátku třetího tisíciletí přijíždí stále více návštěvníků i z dalekého zámoří. Zatím hodně nekvalitní silnice, které se ale ve velké míře opravují, by však neměly odradit turisty, kteří chtějí objevit nepoznané. Nevelký stát na Balkánském poloostrově, jehož rozloha je asi pětkrát větší než Moravskoslezský kraj, má co nabídnout k prozkoumání: lokality, kde „lišky dávají dobrou noc“, ale i města s historickými památkami a atraktivními hotely. Také hodně zatím nepřelidněných mořských pláží. Je toho samozřejmě více. Zajímavé je město Skadar (Skhodër). Od jeho hranice cestu lemují políčka, vinohrady. Malebná krajina, v níž se pasou ovce a oslíci. Vysoké hory na obzoru. K obdivování jsou i nové obytné domy. Pozornému oku neujdou ani malé nebo velké betonové bunkry, které se povinně stavěly v době Hodžova komunistického režimu. Až jich bylo téměř milion! Každá rodina měla svůj pro případ, že zaútočí nepřítel. Nejen kapitalistický. Dnes se u nich pořízují památníky fotky.

Národní hrdina Skanderbeg

Fotogeničtější jsou však nové banky, obchody a opravené domy. I ve Skadaru, nad kterým se na kopci tyčí slavný hrad-pevnost Rozefat. Svědek minulosti i původního obyvatelstva – llyrů. Jejich nakonec

prohraného boje proti Římanům. Mnohem později padl do rukou Benátčanů a Turků. V letech 1865–1913 byl jedním z center vojenské moci Osmanské říše. Albánci turistům často doporučují prohlídku měst Lezhe a Kruja. Důvodem je národní hrdina Skanderbeg. Udatný bojovník, který sjednotil albánské klanové náčelníky k odboji proti tureckým okupantům. Dařil se jim 24 let, do jeho smrti v roce 1468. V ruinách katedrály v Lezhe teď stojí Skanderbegova hrobka. Je umístěna v památníku za skleněnými stěnami. Do Kruji se jezdí za bližším poznáním odboje obyvatelstva proti turecké nadvládě. Přehled podává expozice v místním muzeu. Nachází se v budově připomínající nedobytnou hradní pevnost. Projektovala ji Hodžova dcera. Nedaleko jsou pěkné restaurace a rušný bazar. Chvilu v nich strávené zaženou chmurné myšlenky na války a diktátory.

Od Appolonie na vlorský bulvár a dál

Mnoho lidí překvapí informace, že v zemi jsou k vidění i vykopávky starověkých metropolí. Známý je Butrint a Apollonie, kterou založili Korintané okolo roku 600 př. n. l. Římský císař Augustus, nástupce Caesara, jí udělil status svobodného, nedotknutelného města. Albánie, kde se přes padesát procent obyvatel hlásí k islámu, udiví i lokalitami s pravoslavnými kláštery. Návštěva „horního města“ Beratu je nezapomenutelným zážitkem. Desítky starých byzantských kostelů se jeví jako fata morgana. Vždyť země má za sebou staletí turecké nadvlády! Slavné chvíle, kdy se jí zbavila, připomínají například památky ve Vlore. Tento významný přístav Albánie stojí za několik dnů dovolené. Jeho domy lemují záliv, kde splývají Jaderské a Jónské moře. Ve Vlore byl v roce 1912 poprvé vyhlášen nezávislý albánský stát... Město ve dne i v noci pulsuje moderním stylem života. Na hlavním bulváru se reklamami podbízí značkové obchody se zbožím z Itálie, Řecka, Ameriky. Půvabné Albánky směřují na pláž v minisukních... Je třeba se pak zastavit i jinde. V albánských horách, u naftových polí nebo v hlavním městě Tiraně, jejíž „socialistická architektura“ přilákala už mnoho turistů z Ameriky. Česka spíše nadchne moderní výstavba a tamní dobře chlazené pivo!

-e-



bulvár v Drači



mešita ve Skadaru

rád spolupracuji se schopnými lidmi

Zástupci Anglo-American University v Praze a 1st International School of Ostrava podepsali koncem ledna dohodu o spolupráci. „Na pražské soukromé vysoké škole působí mezinárodní sbor pedagogů, kteří vystudovali nebo získali pedagogické a vědecké zkušenosti na univerzitách ve Velké Británii a USA, třeba na Harvardu nebo Yale. Škola je pouhých devadesát šest kroků od Karlova mostu a vzdělávání v angličtině poskytuje od roku 1990,“ říká její rektor Alan Krautstengl.

Jste nejstarší soukromou vysokou školou v České republice. Čím se odlišujete od státních?

Naši studenti si mohou volit tempo studia i jeho skladbu, pochopitelně v rámci požadavků na splnění bakalářského nebo magisterského vzdělání. Pracují průběžně a průběžně jsou také hodnoceni. Odpadá tak stres ze zkouškového období. Další zásadní odlišností je mimořádný důraz na praxi. Ve škole navíc panuje mezinárodní atmosféra. Jen polovina studentů jsou Češi, ostatní pocházejí z celého světa. Všichni tedy mluví výborně anglicky.

V úspěšnosti absolventů při zařazování do praxe patří vaše škola k těm nejlepším...

Na to jsme pyšní. Kromě praktických zkušeností je velkou výhodou mezinárodní nadhled a takzvané „měkké dovednosti“ – soft skills. Zajímá nás

schopnost empatie, komunikativnost, prosadit se, vést tým a nadchnout ostatní pro společný cíl.

Jaké obory se u vás vyučují?

Na čtyřech fakultách je přednášena ekonomika a management, komparativní právo, mezinárodní vztahy a diplomacie a humanitní vědy. Všechny obory mají akreditaci českého ministerstva školství, s výjimkou práva. Diplom uděluje University of Wales a akreditace je britská.

Co vedlo ke spolupráci s ostravským gymnáziem?

Vždy a rád spolupracuji se schopnými, špičkovými lidmi, kteří něco dokázali. První mezinárodní škola v Ostravě má za sebou cestu, kterou se může právem chlubit. Neskrývám, že pro naši školu je region severní Moravy a Slezska velmi zajímavý.

Myslíte si, že jsou čeští studenti dobře vybaveni jazykovými znalostmi?

To nechci hodnotit. Nás se to netýká. Pokud uchazeči neumějí dobře anglicky, nevezmeme je. Skutečně musí prokázat, že je jejich angličtina dostatečně dobrá, aby u nás mohli začít studovat. Chováme se k nim stejně, jako každá jiná zahraniční škola. A musím říct, že při přijímacím řízení odmítáme až čtyřicet procent uchazečů. Tím se odlišujeme od jiných českých soukromých škol.



rektor Alan Krautstengl

Budete pomáhat ostravské mezinárodní škole s programy nebo radou, jak žáky připravovat na další studium?

To bych neřekl. Základní devizou každé vzdělávací instituce je její akademická nezávislost. V každém případě jim rádi sdělíme, jaké požadavky klademe na uchazeče o studium u nás. Ale jakým způsobem strukturují své programy, je výhradně v jejich kompetenci.

Znáte dobře Ostravu?

Jen do určité míry. Netroufl bych se pasovat na znalce tohoto regionu, ale je mi velmi sympatický. První vzpomínku mám ze svých pěti let, kdy jsem byl s maminkou u známých v Hlučíně a moc jsem si to užil. Takže k Ostravě a okolí mám pěkný vztah od útlého věku. (smích) Její rozvoj sleduji sice jen na dálku, ale hodně mu fandím.

-t-

komerční prezentace

Dovolená

Region

Představujeme Vám
Maďarsko

partner
Svaz Maďarů žijících v českých zemích

13. - 15. 3. 2009
Výstaviště Černá louka Ostrava
www.cerna-louka.cz

CESTOVATEL

OSTRAVSKÉ VÝSTAVY

sushi je umění



Gurmáni tvrdí, že sushi není pouhý pokrm, ale životní styl. V Ostravě mohou tuto specialitu s tisíciletou historií ochutnat v Saga Sushi na Stodolní ulici. Zdejší šéfkuchař Dae Il Jeon, který se učil u japonských mistrů, při přípravě sushi používá výhradně originální suroviny. Každý krok je přesně stanoven. Žádný úkon nelze vynechat. A důležitý je i vzhled, který je často malým uměleckým dílem.

Jak už se obvykle stává, sushi nevzniklo náhodou. Ve snaze uchovat ryby co nejdéle čerstvé, je Japonci ukládali mezi vrstvy rýže. Ta postupně vstřebala sladkokyselou chuť nálevu i ryb a první sushi bylo na světě! Doslovný překlad totiž zní – kyselá rýže. Později se začala kombinovat i s jinými surovinami. „Kvalitní rýže je základ. Ideální druh nishiki, která má po uvaření lepkavější konzistenci. Další důležitou pomůckou je omáčka sushinoko z octa, cukru, soli a citrónu,“ prozrazuje majitel Dae Hun Kim.

Aby představa, že jsme se ocitnuli v zemi vycházejícího slunce byla dokonalá, je možné si k sushi, maki nebo makiorolkám z lososa, krabů, tuňáka, kaviáru doplněné o avokádo, houby shiitake, žlutou ředkev nebo okurku, vychutnat jasmínový čaj. Později k večeru je čas na rýžové víno saké.

-t-

šanson v Akordu

Slovenská populární šansoniérka Szidi Tobias míří do Domu kultury Akord. Stane se tak 8. února v rámci propagace její aktuální desky Pod obojím. Členka bratislavského Divadla Astorka Korzo '90, která zároveň hostuje ve Slovenském národním divadle, svým sametově drsným hlasem zapěje skladby z debutu Divý mák a druhého alba Punto Fijo. Zajímavostí je, že na obalu tohoto počínu zpěvačka pózuje těhotná v pruhovaném triku.
www.dk-akord.cz

chansons in Akord

The popular Slovak chanson singer Szidi Tobias will come to the Akord community house. This will take place on the 8th of February during the promotion of her actual recordings "Pod obojím". She is a member of the Astorka Korzo '90 Theatre in Bratislava and she is also a guest performer in the Slovak National Theatre. She will sing, in her velvet rough voice, pieces from her first album Wild Poppy (Divý mák) and her second album Punto Fijo. It is just an interesting feature of this album that the singer poses pregnant and in a striped T-shirt on its cover.

a pozdravujte filozofy!

Výstava o životě a díle významného českého filozofa Jana Patočky se uskuteční v Domě knihy Librex od 10. února. Patočkovy díla a jeho osobnost výrazně ovlivnily soudobé české myšlení zejména v kruzích nezávislé inteligence a disentu 60. až 80. let. K jeho žákům patří například Václav Bělohradský, Pavel Kouba, Ladislav Hejdlánek, Radim Palouš a Zdeněk Pinc. Výstavu s názvem ...a pozdravujte filozofy! zahájí v 16 hodin Jan Sokol.
www.dumknihylibrex.cz

and say hello to philosophers!

An exhibition featuring the life and works of the important Czech philosopher Jan Patočka will take place in the Book House Librex as from the 10th of February. Works by Patočka and his strong personality significantly influenced the current Czech way of thinking, especially among independent intelligentsia and dissent originating in the period from the 1960s to the 1980s. There are, for example, Václav Bělohradský, Pavel Kouba, Ladislav Hejdlánek, Radim Palouš, and Zdeněk Pinc among his followers. The exhibition called "...and say hello to philosophers" will be opened by Jan Sokol at 4 p.m.

syntezátorový Teremin

Jako příběh člověka, který navždy změnil tvář moderní hudby, je avizováno divadelní představení Teremin. Uskuteční se 11. února na prknech Domu kultury města Ostravy. Hra vychází z osudů skutečné postavy – ruského vědce, hudebníka, ale také špióna Lva Sergejeviče Teremina. Muže, o kterém Robert Moog prohlásil, že nebýt jeho, nikdy by nesestrojil syntezátor. O zábavu se od 19 hodin budou starat Ivan Trojan, David Novotný, Jaroslav Plesl, Eliška Boušková a jiní.
www.dkmoas.cz

synthesiser-related Teremin

The performance called Teremin is presented as the story of a man who has changed the face of modern music forever. It will take place on the stage of the Ostrava City Community House on the 11th of February. The piece has been based on the fate of a real person – the Russian scientist, a musician, but also a spy Lev Sergeyevitch Teremin. He was a man about whom Robert Moog said that he would not have built a synthesiser without him. Ivan Trojan, David Novotný, Jaroslav Plesl, Eliška Boušková, and others will start their performance at 7 p.m.

K-Trio přivítá Evropu

Sólo pro dva se odehraje 12. února v Kulturním domě K-Trio. Zavítá zde Intimní divadlo Dáš Bláhové s divadelním představením Evropa, v jehož hlavních rolích budou od 19 hodin excelovat Nela Boudová a Jan Kříž. Příběh vypráví o kulturním a věkovém rozdílu mladého muže a zralé ženy v dnešním uspěchaném světě. Ve světě, ve kterém se lidé na jedné straně sjednocují a na druhé straně mezi sebe staví překážky.
www.kzoj.cz

K-Trio will welcome Europe

The two performers' solo will take place in the K-Trio community house on the 12th of February. The Intimate Theatre of Dáš Bláhová will come there with its theatre piece Europe, in main roles of which Nela

Boudová and Jan Kříž will excel after 7 p.m. The story presents the cultural and age differences of a young man and an older woman in the busy life of today. In the world, in which people unite on one side, but put in obstacles between them on the other.

talentovaný Skřivánek

Kulturní centrum Poruba bude 12. února od 17 hodin hostit finále stále prestižnější pěvecké soutěže Skřivánek 2009. Ta je určena žákům základních škol a studentům středních škol, kteří zazpívají jednu lidovou píseň podle vlastního výběru. Všechny finalisty doprovodí Tomáš Kočko a jeho orchestr. Za odměnu na vítěze v kategoriích od 10 do 15 let čeká postup do regionálního kola celostátní soutěže Zpěvák 2009.

talented Skylark

The Poruba Community House will be visited, on the 12th of February at 5 p.m., by the finale of the prestigious singers' competition Skřivánek 2009 (Skylark 2009). It has been determined for students of elementary and secondary schools, who should sing one folk song which they can select by themselves. All finalists will be accompanied by Tomáš Kočko and his orchestra. The winners in the category from 10 to 15 years of age will progress to the regional round of the countrywide competition Zpěvák 2009 (Young Singer 2009).

téměř originální ABBA

Abba The Show rozduří 13. února ČEZ Arénu. Ačkoliv se nejedná o vystoupení originální kapely ABBA, jistě si fanoušci této švédské legendy rádi zavzpomínají na popovou minulost. Ostatně, účastníci show slibují autentické hlasy a identické kostýmy. V doprovodné roli se představí The National Symphony Orchester of London vedený Matthewem Freemanem. Světla zhasnou a první tóny známých písní zazní ve 20 hodin.
www.arena-vitkovice.cz

the almost original ABBA

The Abba Show will resound in the CEZ Arena on the 13th of February. In spite of the fact that it will not be the performance by the original ABBA band, fans of this Swedish legend will certainly enjoy the pop music of the past. In fact, the show performers promise both authentic voices and costumes. The National Symphony Orchestra of London conducted by Matthew Freeman will accompany the show. Lights will be switched off and the first sounds of the well-known songs will be played at 8 p.m.

ples Harley-Davidson

Už 3. národního plesu se v hotelu Imperial dočkají příznivci kulturní značky Harley-Davidson. Fanoušci motorismu a dobré zábavy se mohou 13. února těšit na skupiny Laura a její tygři, Legendy se vrací nebo zpěváka Karla Emanuela Gotta. Moderátor večera Jiří Basta přivítá kouzelnické číslo a zpestřením jistě bude módní přehlídka. U vystavených motocyklů Harley-Davidson se bude moci každý vyfotit.
www.harley-davidson-ostava.cz

Harley-Davidson Ball

Fans of the iconic brand of Harley-Davidson will enjoy their already 3rd National Ball organised in the Hotel Imperial. Motoring and good entertainment fans can look forward to the 13th of February, when the groups like Laura a její tygři (Laura and her Tigers) and Legendy se vrací (Legends Are Coming Back), or the singer Karel Emanuel Gott will perform for them. The moderator of the night Jiří Basta will also present the performance of a magic and a fashion parade will liven up the event. Everybody will have the permission to get his or her photo taken in front of the exhibited Harley-Davidson motorcycles.



free zone ostrava, a.s.

Spolehlivost na prvním místě

www.freezone.cz

tel: 597 471 537, fax: 597 471 531

e-mail: trade@freezone.cz



První provozovatel Svobodného pásma v ČR
Držitel svědčení AEO



- Obchodování ve Svobodném pásmu
- Poradenství v oblasti mezinárodního plánování daní
- Návrh optimální strategie pro Váš obchodní případ

- Celní služby (deklarace, ručení dluhu, zjednodušené celní postupy)
- Logistika (letecká, železniční, kontejnerová, lodní a kamionová přeprava)
- Skladování a výrobní činnost ve Svobodném pásmu

Twindoor technickou inovací roku



Autosalon Karviná
Ostravská 1946/12
733 00 Karviná-Fryštát
Tel.: 595 390 920, fax: 596 311 666
E-mail: karvina@autocentrala.cz



Autosalon Ostrava
Třebovická 5534
722 00 Ostrava-Třebovice
Tel.: 596 966 333, fax: 596 966 337
E-mail: ostrava@autocentrala.cz



Autosalon Hlučín
Markvartovická 7
748 01 Hlučín
Tel.: 595 042 785, fax: 595 042 821
E-mail: autosalon@autocentrala.cz