age.

Život je nádherný v každém věku 1–2/2025

Jaro je pohlazení po duši

10 Babička, která všem vytřela zrak

16 Zlatohorská mincovna oživuje pětisetletou tradici

24 Jděte za hlasem svého srdce

Srdcaři, děkujeme, že s námi rozdáváte radost a naději!

11. ročník celostátního projektu Srdce s láskou darované přinesl další stovky nádherných dobrých skutků! Do jejich realizace se zapojily tisíce malých i velkých srdcařů.

Podrobné informace o všech ročnících projektu Srdce s láskou darované najdete na www.srdceslaskou.cz včetně galerie všech soutěžních prací.

Srdce s láskou darované je také na Facebooku! **www.srdceslaskou.cz**

POSEL DOBRÝCH ZPRÁV
Časopis o mezigenerační spolupráci
a životních hodnotách

Život je nádherný v každém věku

Z obsahu

5 **ÚVODEM**

6 **SRDCE S LÁSKOU DAROVANÉ 2024/2025**
Základní informace k 11. ročníku projektu

10 **OSOBNOST AGE** / Babička, která všem vytřela zrak

14 **ZASTAVENÍ** / Jana Svačinová: Tak bohatý kulturní život naši klienti doma neměli

16 **TRADICE** / Více než pětisetletá tradice ožívá! Díky Zlatohorské mincovně

22 **PRO ŠKOLY** / Luxor: Spolehlivý partner pro vaši školu

24 **CESTA ZA SNEM** / Veronika Kremzová: Když získáte odvahu jít za hlasem svého srdce, dějí se divy

29 **POZVÁNÍ** / Mezinárodní varhanní festival vstoupil do jubilejního 30. ročníku. S poselstvím dobra a lásky

32 **ZAOSTŘENO** / Dítě je tím nejkrásnějším, co nás v životě potkalo, tvrdí drtivá většina rodičů. Jak se jim daří sladit péči s prací?

36 **CO ŘÍKAJÍ HVĚZDY** / Jaro a léto 2025. Zapracujte na svém lepším já! / Dokonalá žena podle hvězd

Vydavatel:
ANTECOM

ANTECOM s.r.o., Blatenská 2166/7, 148 00 Praha 4
IČ: 2836 2926, produkce@antecom.cz, www.antecom.cz
Redakční servis: +420 602 313 176
Šéfredaktorka: PhDr. Jana Jenšíková, jednatelka společnosti ANTECOM, vydavatelství časopisů TRADE NEWS a AGE
Redakce: Mgr. Miloslav Jenšík, PhDr. Věra Vortelová, Ing. Martina Hošková, Ing. Mgr. Daniel Libertin
Grafická úprava: Ing. Valeria Ashhab
Produkce: Mgr. Marek Jenšík

Vydání: jaro 2025
Vydáno v Praze jako dvouměsíčník. MK ČR E 20841 / ISSN 1805-5524

Za obsah inzerce zodpovídá inzerent.
Žádné části textu nebo fotografií nesmí být používány, kopírovány nebo jinak šířeny v jakékoliv formě či jakýmkoliv způsobem bez písemného souhlasu vydavatele.

Srdce, co pohladí…

Neseme vám srdíčko,
ať zahřeje vás maličko.
Ručičkou vás pohladíme,
úsměv na tvář vykouzlíme.

Kousek lásky tady máme
a k vám ji teď posíláme.
Srdce, co z nás teplo dává,
radost všude kolem mává.

Když je svět smutný a šedý,
srdce naše dá mu naději.
Úsměvy se rychle šíří
jako světla, co na jih míří.

Nebe modré dívá se ráno,
vidí, jak ses pousmálo.
Děti tančí kolem stolu,
štěstí dává srdce spolu.

Když společně zpíváme,
srdce naše rozdáváme.
Nechme starosti daleko pryč,
lásku máme – to je klíč!

„Ať každé srdce najde to, co právě potřebuje – radost, úsměv nebo pohlazení."
Toto srdíčkové poselství vám posílají děti ze třídy Motýlků MŠ Oty Synka v Ostravě. Protože i malé gesto může mít velký význam. Protože laskavost má kouzelnou moc – dokáže zahřát, potěšit a pohladit každého.

Báseň napsala paní učitelka Eva Durníková a zhudebnila ji pomocí aplikace Suno. Na projektu se dále podílely její kolegyně – paní učitelka Veronika Šádková a paní asistentka Maja Magdalena Šicová.

Pohladit vás může zhudebněná zde:

Laskavé slovo je jako jarní den.
(Ondřej Havelka)

O (nejen jarním) pohlazení po duši

Taky jste se už na jaro těšili tak, že se vám o něm i zdálo? V jedné z knížek o výkladu snů jsem se dočetla, že snít o jaru je super! „Jarní sny" symbolizují radost, optimismus, osobní růst, transformaci a pozitivní změny. Toto roční období nám totiž přináší nejen příslib nového začátku, další šanci, naději, ale také v praxi předvádí, že i změna může být krásná. A to všechno dnes potřebujeme víc než jindy, na tom se určitě všichni shodneme.

Rozkvétající jaro vede naši duši, aby se naladila na jarní vlnu a užila si pocit štěstí. A šťastná duše? Ta dává mnohem víc prostoru laskavosti, přátelství, lásce.

Obrovskou dávku pohlazení po duši jsme s letošním jarem dostali všichni, co už jedenáct let stojíme za projektem Srdce s láskou darované. Ovšem tentokrát za tím samotné jaro bylo jen okrajově. S prvním jarním dnem jsme totiž začali listovat přihláškami. Poslali jste nám jich mnohem víc než vloni – 120! A nádherných projektů je za nimi ještě daleko víc, protože v některých přihláškách jsme jich objevili hned několik. Opět se ve větší míře zapojily celé školky a školy, přispěli rodiče a další podporovatelé. Tisíce pohlazení a dobrých skutků napříč celou naší republikou!

Ve dnech, kdy vychází toto číslo AGE, porota ještě hodnotí. Ale jedno aktuální SRDCE od dětí z Ostravy připojujeme už nyní. Aby pohladilo i vaši duši. Protože ta dokáže láskou rozkvést.

Jaro je nový začátek. Tak pojďme spolu s ním tvořit! A nechme si při tom čas na pohlazení své duše!

S láskou

Jana Jenšíková,
zakladatelka projektu
Srdce s láskou darované
a šéfredaktorka AGE

Rodina 11. ročníku celostátního projektu Srdce s láskou darované

Záštita

POSLANECKÁ SNĚMOVNA PARLAMENTU ČESKÉ REPUBLIKY

Hlavní partner

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Soutěž vyhlašuje a pořádá:

ANTECOM

Významní partneři:

ČPP VIENNA INSURANCE GROUP

LUXOR

OCP Oční centrum Praha

AV MEDIA komunikace obrazem

MATTEL

Zapf Creation

Partneři a podporovatelé

www.osobninaramek.cz

Olga Krumlovská

Anička Churavá

Stela Furmanová

Marie Košťálová

divadlo Spejbla a Hurvínka

milujeme kameny.cz

Irena Chřibková

www.auditeorganum.cz

PERFORMIA

centropen

Partneři a podporovatelé

Krajánek ve světě

mailstep

AMOS vision

TEP factor team adventures

RADUN

DUHOVÁ KOČKA

Granát Turnov

Zlatohorská mincovna

Mediální partner

age.

11 důvodů, proč být u 11. ročníku projektu Srdce s láskou darované

1 **Někdy jen stačí dát si znát, že má člověk člověka rád,** říkají naši srdcaři. A Srdce s láskou darované vám v tom pomůže! Vaše společná práce potěší někoho, komu právě není do zpěvu, kdo vaši snahu ocení a komu dodáte tolik potřebnou sílu.

2 **Objevíte recept na radost.** Když někomu uděláte radost, přinese to hřejivý pocit a radost i vám. Vyzkoušejte to a uvidíte, že to stoprocentně funguje! Protože nejšťastnější je ten, kdo pomáhá.

3 **Srdce s láskou darované je zábava.** Budete s kamarády vymýšlet nové věci, pracovat na společném díle, pod rukama vám vznikne něco jedinečného, na co budete právem hrdí.

4 **Zapojit se do celostátního projektu, který má dlouhou tradici, je prestižní záležitost.** Navíc reprezentovat svoji školu nebo organizaci, to se jen tak někomu nepoštěstí.

5 Díky soutěži **můžete získat nové přátele, ale také se něco nového dozvědět a něco zažít!** Práce ostatních týmů vás určitě inspirují a obohatí.

6 Jak říkají organizátoři, **vítězem Srdce s láskou darovaného je každý, kdo se zúčastní.** Takže zklamání či nezdar jsou naprosto vyloučené.

7 Soutěžních kategorií je moc, **šance na medailové umístění je tedy vysoká.**

8 Třeba právě vy budete pozváni na **slavnostní vyhlášení vítězů přímo do Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky.** A to je opravdu zážitek!

9 **No, a koho by nepotěšil dárek?** Těch je tradičně nachystáno velké množství a určitě se budou líbit.

10 **I po letech vám zůstanou krásné vzpomínky** na to, že jste právě vytvořili něco jedinečného a udělali **dobrý skutek**.

11 **A být součástí 11. ročníku – to je jednou za život, tak si to přece nenecháte ujít!**

Vaši organizátoři Srdce s láskou darovaného

Porota 11. ročníku
celostátního projektu Srdce s láskou darované

„Každý ročník Srdce s láskou darovaného mě znovu utvrzuje v tom, že má hluboký smysl. Už jedenáct let. A že má cenu za něj bojovat. Přejme Srdci s láskou darovanému, aby ještě hodně dlouho bilo a bylo… A mějte ho dál rádi, tak jako ono má rádo vás. SRDCAŘI, děkujeme, že s námi šíříte radost a naději!“

JANA JENŠÍKOVÁ
jednatelka vydavatelství ANTECOM,
zakladatelka projektu
Srdce s láskou darované

MARKÉTA PEKAROVÁ ADAMOVÁ
předsedkyně Poslanecké
sněmovny Parlamentu ČR

„Celý počin Srdce s láskou darované má už dlouho své zcela nezastupitelné místo i v mém srdci. Děkuji pořadatelům, že pokračují i v další dekádě, a věřím, že se do 11. ročníku opět aktivně zapojí tisíce malých i velkých srdcařů z celé republiky. Těším se, co krásného vytvoří.“

„Srdce s láskou darované přináší nejen radost a tvůrčí zážitky, ale také nás obohacuje a učí. Je to nádherná vlna radosti, pozitivní energie, a hlavně naděje do budoucna. Proto naše ministerstvo tuto smysluplnou aktivitu podporuje a je dlouholetým partnerem tohoto projektu.“

MARIAN JUREČKA
ministr práce
a sociálních věcí

IGOR ROLÍNEK
za ČPP

„Srdce s láskou darované zhmotňuje krásné příběhy, které pomáhají vykouzlit úsměv na tváři a potěší srdce těch, kteří naši podporu potřebují. Díky společnému nadšení a úsilí se podařilo vytvořit unikátní projekt, který spojuje a ukazuje nám všem, že naděje pro lepší svět tu stále je.“

„Dobro, láska, úsměv a štěstí. To jsou atributy, které provázejí příběhy z projektu Srdce s láskou darované. Obdivuji a těší mě, jaký přesah Srdce má. Podpora fantazie a kreativity společně s myšlenkou pomoci, rozveselit nebo podpořit druhé je nádherná. Přeji Srdci spoustu dalších SRDCAŘŮ!“

MICHAL NESVADBA
umělec,
který svou tvorbu zasvětil dětem

JIŘINA VACKOVÁ
herečka, produkční,
pedagožka

„Setkání SRDCAŘŮ ve sněmovně moderuji již několik let a pokaždé mě mile překvapí, s čím novým děti přijdou, kolik dobra dokáží rozdat dál a jak se jim podaří za dvě hodiny naplnit sněmovnu láskou. Přeji projektu ve druhé dekádě spoustu dalších nadšenců, aby ten náš svět mohl být zase o něco veselejší a krásnější.“

„Od malička vnímáme srdce nejen jako orgán, ale především obrazně: symbolizuje lásku, laskavost, to, že máme srdce na pravém místě. To vše je Srdce s láskou darované. Nese myšlenku lásky jako nejsilnějšího mezilidského vztahu, který se nedá koupit."

FRANTIŠEK KINSKÝ
správce rodového majetku, moderátor a organizátor kulturních akcí

LENKA HELENA KOENIGSMARK
manažerka, lektorka, zakladatelka humanitárního centra Dobrodějna

„Setkání SRDCAŘŮ ve sněmovně bylo pro mne velmi emotivní a dojemné. Vidět tolik dětí, které se od malička učí pomáhat slabším, byl velký zážitek. Protkaný tím, že jde pořád o děti, které jsou bezprostřední, chvilkami divoké a plné elánu. Věřím, že i díky projektu Srdce s láskou darované budou mít dobře nastavený morální kompas do dospělosti."

„Je až neuvěřitelné, kolik radosti, porozumění a lásky Srdce s láskou darované za dobu své existence přineslo. Vnímám sounáležitost a lásku jako ty hodnoty, které učí děti vytvářet pevné a laskavé mezilidské vztahy. Věřím, že podpora dětské kreativity je klíčová stejně jako příležitost porozumět mezigeneračním vztahům. Ráda přispěji svými zkušenostmi a nadšením tomuto skvělému projektu."

ANDREA JANEKOVÁ
vedoucí lékařka centra kataraktové, refrakční a vitreoretinální chirurgie, Oční centrum Praha (OCP)

LUCIE SPÁČILOVÁ
za společnost Performia

„U Srdce s láskou darovaného se mi líbí, že je otevřené. Děti si samy vybírají, čemu by chtěly pomoct, co by chtěly ve společnosti zlepšit. A vidí, že to dokážou. Navíc je to velmi pozitivní událost, která věnuje pozornost tomu, co se děje dobrého. Mám radost, že u toho s Performií můžeme být a projekt podpořit."

„Již několik let moderuji slavnostní setkání SRDCAŘŮ a je mi ctí, že mohu navíc nově zasednout do poroty. Tento projekt je mému srdci velmi blízký, mám rád děti, pracuji s nimi mnoho let a líbí se mi moc, že jsou díky této myšlence motivované někomu nezávazně a upřímně pomoci."

JAN ONDER
moderátor, tanečník, herec

JANA ŠREJMA KAČÍRKOVÁ
operní pěvkyně, trojnásobná držitelka Ceny Thálie

„Srdce s láskou darované považuji za úžasný projekt. Pomáhá uvědomit si, že v životě vlastně opravdu záleží jen na pár důležitých hodnotách. A láska, úcta a přirozená lidská slušnost jsou ty nejzásadnější. Proto mu držím palce ze všech sil, aby nádhernými skutky naplnilo i druhou dekádu."

Babička, která všem vytřela zrak

Danuše Nováková

Vítězka mezinárodní soutěže Babička roku 2024 se narodila v roce 1934 v jihočeském Táboře jako prostřední ze tří dětí do rodiny majitele truhlářství. Od dětství se věnovala baletu a zpěvu. S manželem vychovala dvě dcery, má vnučku, dva vnuky a čtyři pravnoučata. Od roku 2016 je klientkou Domova pro seniory v G-centru v Táboře.

„Všechny nás ovládla tréma, zatímco hlavní aktérka kolem sebe nepřestala šířit humor a dobrou náladu. Doprovázeli jsme naši klientku, devadesátiletou Danuši Novákovou, do společenského centra Univerzity Tábor na soutěž Babička roku Jihočeského kraje 2024. V historii našeho pečovatelského zařízení to bylo poprvé," pobaveně vzpomíná na loňský srpen ředitelka Domova pro seniory v G-centru Tábor Jana Svačinová.

Průměrný věk klientů a klientek pobytových služeb se tady pohybuje kolem osmdesáti osmi let a psychická a fyzická kondice některých z nich by leckoho mladšího překvapila. Když se sociální pracovnice obrátily na zdejší dlouholetou klientku s přihláškou do soutěže, trochu váhala. „Sociální pracovnice mě přesvědčovaly, že vědí, na co mám, a měla bych to zkusit," vysvětluje mi paní Nováková, proč nakonec na účast v klání kývla.

Neposedná holka od Lužnice

Doma si někdy zoufali, co s malou drobnou holkou, co nepostojí, neposedí. Ráda tancuje a zpívá. A tak pětiletou rodačku z Tábora, která v něm prožila celý život, poslali do baletní školy, kterou tehdy vedla československá občanka německé národnosti provdaná za Čecha. A trefili se do černého. Během několika let se v Danuši plně rozvinul její taneční talent

a projevila píle. Kdo tenkrát chodil na představení v táborském divadle, i po letech vzpomínal na dětská baletní představení, jichž se před osmdesáti lety účastnila.

„Jenomže po válce přišel odsun, paní lektorka s manželem odešla do Německa a baletní škola byla zrušena. Já mám ale tanec a zpěv v genech a celý život je miluju. Záhy se mi nabídla příležitost pokračovat v mých zájmech v rytmice pod hlavičkou místní Jednoty sokolské, kde jsem prožila krásné chvíle, na něž dodnes ráda vzpomínám."

Bez knížek si neumím život představit

S narozením dcer se paní Danuši život změnil, na koníčky nezbýval čas. „Jenže neumím složit ruce do klína, a tak jsem spojila jiné příjemné s užitečným. Pustila jsem se do šití a pletení, které vzhledem k omezené nabídce dětského oblečení za minulého režimu běžně ovládala většina maminek. Šatník mých dcer tenkrát nesl stopy mých improvizací, na něž občas s humorem společně zavzpomínáme. Když to jen trochu šlo, což s malými dětmi bylo jen zřídka, vyšetřila jsem pro sebe chvilku na čtení. To miluju! Hlavně o historii. V G-centru máme velkou knihovnu, v níž si vždycky něco vyberu. I když mi oči už neslouží jako zamlada, neumím si život bez knížek představit," pokračuje Danuše Nováková. Vítězka celostátního kola Babička roku 2024 však dostala do vínku také záviděníhodnou paměť a smysl pro dramatický přednes. Právě recitací Erbenovy básně Polednice a svým smyslem pro humor okouzlila nejen porotu, ale vyvolala aplaus celého několikageneračního publika na celonárodním kole v Olomouci.

Důchod neznamená nečinnost

„Narodila jsem se ve třicátých letech jako druhé ze tří dětí majitele truhlářství v Táboře a většinu času jsme strávily s maminkou, která se starala o rodinu. Tenkrát se na pracovním trhu objevovalo žen ze středních a vyšších vrstev jen poskrovnu, aby dostály svému poslání matky a nebraly mužům práci. Po válce, a zejména po únoru osmačtyřicátého, brala tradiční rodina postupně zasvé. Na pracovním trhu chyběly kvalifikované síly. Dveře ke vzdělání se otevřely ve větší míře i ženám.

Vybrala jsem si obor zdravotní sestry podle srdce. Mám ráda lidi, tak jsem tehdy nastoupila do vyšší sociálně zdravotní školy, jejíž žákyně praktikovaly v táborské nemocnici. Po škole jsem jako zdravotnice zamířila do mateřské školy Pod Kotnovem, ale moc dlouho jsem se tam ‚neohřála'. Stát potřeboval lidi do výroby a los padl na nejmladší členku pracovního kolektivu – na mě. Tak jsem nedobrovolně posílila řady zaměstnanců národního podniku Elektroisola a do zdravotnictví jsem se už nikdy nevrátila."

Kvalitu svého života si tvoříme každý sám.

<
Vítězky olomouckého finále soutěže Babička roku 2024: uprostřed zlatá Danuše Nováková za Jihočeský kraj, stříbro získala Eliška Černá z Královéhradeckého kraje (vlevo) a třetí pozici vybojovala Marie Zajícová z Olomouckého kraje

Čtvrtý ročník Babičky roku přinesl nejen zábavu, ale i překvapení

Vítězstvím v mezinárodní soutěži Babička roku 2024 se může od loňska pochlubit zatím její nejstarší účastnice. Šarmantní, tehdy devadesátiletá Danuše Nováková svou vitalitou, neutuchajícím zájmem o společenské dění a dramatickým talentem ukázala všem příslušníkům mladších generací, že o kvalitu svého života se musí každý postarat sám. Slavnostní finále soutěže uspořádala 29. října 2024 olomoucká Rada seniorů za přispění MPSV ČR a Olomouckého kraje a pod záštitou ministra práce a sociálních věcí Mariana Jurečky a olomouckého hejtmana Ladislava Oklešťka v areálu Výstaviště Flora Olomouc.

Přišel rok 1955 a Danuše Nováková si bere svou první a poslední lásku. Silvestr devětačtyřicátého totiž slavila tehdy šestnáctiletá studentka s partou v hospodě U Nováků na Kechrovce. „Tam jsme si s budoucím manželem podali ruku a šestého února na svátek Danuše jsme si poprvé dali pusu. V šestapadesátém se nám narodila první dcera Danuše a nastoupila jsem na mateřskou dovolenou. Po krátké době přišla na svět druhá dcera Vladimíra."

Že by si po mateřské a se dvěma dětmi mohla vybrat práci podle svých představ? Čirá iluze! „Máte školku nebo hlídání?" Zní jí dodnes v uších omletá otázka na osobních a kádrových odděleních, kde se poptávala po zaměstnání. Nakonec kvalifikovaná zdravotní sestra zamířila za pult jedné z opraven obuvi a punčoch národního podniku Obnova. Začala od píky – příjmem oprav – a časem se zorientovala i v materiálech a obuvnických postupech. A protože byla manuálně šikovná a manažersky zdatná, její nadřízený si ji vybral na pozici asistentky. Osvědčila se natolik, že pracovní kariéru končila jako krajská vedoucí Kožedělného a gumárenského podniku s tisícovkou pracovníků. V pětapadesáti zaklepal na dveře důchod a dalších sedmnáct činorodých let strávila v roli brigádnice a hlídací babičky.

S vnoučaty jsme si užívali

„Než jsme šli s manželem do důchodu, koupili jsme si kousek od Borovan, nedaleko říčky Stropnice chatu. Tam jsme s vnoučaty trávili celé prázdniny. Někdy jsme popojeli kousek vlakem, courali po okolí a navštěvovali pamětihodnosti. Třeba tvrz Trocnov známe i s legendami jako své boty. Nemusím červenou knihovnu, zato knížek o českých dějinách jsem za celý život přečetla mraky, tak jsem měla vnoučatům co vyprávět. Poslouchali se zájmem a dodnes na to vzpomínají. Jako já na maminčino vyprávění o jejím dětství a době, kterou si už nedokážeme představit."

Text: Věra Vortelová
Foto: archiv Olomouckého kraje a G-centra Tábor

Oční centrum Praha

KOMPLEXNÍ OFTALMOLOGICKÁ PÉČE

Od diagnostiky po mikrochirurgii

Odbornost
a profesionalita

Lidskost
a vstřícnost

Dokonalá
technologie

Efektivita
a funkčnost

Skvělá
dostupnost

Vše na jednom
místě

www.ocp.cz

Vidět jasně!

Oční centrum Praha
Holešovice 1637
170 00 Praha 7

M 603 289 736
T 220 807 757
@ recepce@ocp.cz

Jana Svačinová:

Tak bohatý kulturní život naši klienti doma neměli

Stačí jedna návštěva táborského G-centra a tradiční představa o imobilních a netečných seniorech vezme zasvé. „Samozřejmě, že takových klientů jako paní Danuše Nováková, vítězka soutěže Babička roku 2024, je menšina. Vždyť jejich průměrný věk se pohybuje kolem osmaosmdesáti let a do pobytových služeb bereme ty, kteří mají v žebříčku závislosti trojku a čtyřku. Ale nemělo by překvapit, když návštěvník na chodbě narazí také na klienty, co míří do technických dílen, počítačových učeben, rehabilitačních místností, na zahradu nebo do knihovny," vyvádí mě z omylu ředitelka centra Jana Svačinová.

^
Pohled do atria Domova seniorů G-centra Tábor

>
Muzikoterapeutické lekce bývají hojně navštěvovány i klienty, kteří nehrají na žádný hudební nástroj

Kde byste AI nehledali

Tady dokonce klienti se zkušenostmi s digitálními technologiemi testují i základní potenciál umělé inteligence. Technologicky nejzdatnější využívají vlastních notebooků, ostatní zájemci mají k dispozici stolní počítače zřizovatele. „Důraz klademe hlavně na obezřetnost s využíváním internetového bankovnictví, jinak mají volnou ruku." Ptám se, co mají nejraději, a odpověď je jednoznačná: VR brýle. Přinášejí zábavu i terapii, pomáhají zlepšovat kognitivní a senzorické funkce a omezovat pocit sociální izolace zejména u nepohyblivých seniorů.

„Přes veškeré úsilí personálu dopadl na naše klienty zejména za covidové pandemie pocit sociální izolace. Velmi se nám osvědčuje využívání nástrojů virtuální reality. Prostřednictvím 3D brýlí se mohou zájemci vrátit do svého rodiště, na místa, která kdysi navštívili a spojují s nimi příjemné zážitky. Dokonce jsme si ověřili, že u klientů s určitým stupněm demence lze tímto způsobem vyvolat reálné vzpomínky, na něž pak dokáží navázat smysluplným rozhovorem," oceňuje ředitelka přínos technologií pro zkvalitňování péče v sociálních službách.

Prokrastinace – zapovězený termín

Všichni dohromady si rádi bystří mozek různými kvízy a besedami s uměleckými osobnostmi, známými ještě za jejich mladších let. V doprovodu navštěvují sportovní akce, třeba turnaje v pétanque, jichž se účastní jako diváci, případně jako soutěžící.

Občansky spíše pasivní část společnosti asi překvapí relativně velký zájem osazenstva o společenské a politické dění. Někteří klienti systematicky sledují vnitropolitické i zahraničněpolitické dění, diskutují o něm a pravidelně se účastní voleb.

Mezi ženskou částí klientely patří mezi nejpopulárnější činnosti ruční práce. „Máme tu velmi šikovné aktivizační pracovnice, které s dámami pletou ponožky pro nedonošené děti, pletené panenky nebo společně s dětmi zpívají za klavírního doprovodu, tančí a povídají si. Mezi oblíbené aktivity patří také programy arteterapie, zvláště bubnování, a canisterapie. Očekávanou událostí jsou návštěvy drobných domácích zvířat. Mezi milované návštěvníky patřil třeba terapeutický poník a králík. Jeden králík byl svého času i naším spolubydlícím. Kromě psů, náročných na čas, náš pobytový řád umožňuje i trvalou přítomnost koček a ptáků chovaných v kleci," pochvaluje si Jana Svačinová.

Text: Věra Vortelová
Foto: archiv G-centra Tábor

< Posilování motorických dovedností patří k oblíbeným aktivitám klientek bez ohledu na věk

G-centrum Tábor

Bylo založeno před pětadvaceti lety jako příspěvková organizace zřízená městem Tábor. Zajišťuje sociální služby pro jeho občany. Sdružuje šest sociálních služeb: Domov pro seniory, Domov se zvláštním režimem, Pečovatelskou službu, Denní stacionář, Domov pro ženy a matky s dětmi a Odlehčovací služby. O zhruba 150 klientů Domova pro seniory pečuje 225 pracovníků ve čtyřiadvacetihodinové péči, sedm dní v týdnu. Od roku 2023 je jeho ředitelkou dlouholetá pracovnice zařízení Mgr. Jana Svačinová, MBA, MSc.

Velké mechové jezírko najdete v rašeliništi v národní přírodní rezervaci Rejvíz v Jeseníkách

Více než pětisetletá tradice ožívá! Díky Zlatohorské mincovně

Zlatohorsko vám učaruje. Nejstarší kamenná rozhledna v Jeseníkách, zbytky hradu Edelštejn, vyhlídka na Výří skále, poutní místo s kostelem Panny Marie Pomocné, lyžařský areál Příčná nebo Rejvíz, odkud se můžete vydat k Velkému mechovému jezírku uprostřed rašelinišť. Samotné Zlaté Hory, historické hornické město v podhůří Jeseníků nedaleko polské hranice, byly po staletí spjaty s těžbou zlata a mincovnictvím. Již v 15. století získaly právo razit mince a knížecí mincovna zde vyráběla haléře, dukáty i reprezentativní zlaté a stříbrné ražby.

^
Tento pětidukát z roku 1748 je vzácným svědectvím o důležitosti Zlatých Hor jako historického mincovního centra

Zlomový objev

Dlouhá léta však chyběly písemné prameny a přímé důkazy, které by jednoznačně prokazovaly ražbu přímo ve Zlatých Horách. A tak byly mnohé zlatohorské ražby mylně připisovány jiným mincovnám, například v Nise, Vratislavi, Mnichově či Praze. Tento omyl trval až do nedávného objevu historických dokumentů, které potvrdily existenci konkrétních ražeb právě ve Zlatých Horách – včetně unikátního pětidukátu Filipa Gottharda Schaffgotsche.

Pětidukát se představuje. Místo narození: Zlaté Hory

V roce 1748 si biskup Filip Gotthard Schaffgotsch objednal speciální emisi těchto mincí jako symbol mincovního práva. Zajímavostí také

je, že byly raženy z razidel určených původně pro stříbrné mince, což je činí jedinečnými nejen historicky, ale i technicky.

Unikátní zlatý pětidukát z roku 1748 se v nabídce aukčních síní objevil v tomto století dvakrát, pokaždé však s chybným určením mincovny. V roce 2001 se prodával v dražbě švýcarské firmy Hess-Divo AG a v roce 2022 u firmy Künker v Osnabrücku v hodnotě 40 tisíc eur. Minci se podařilo získat soukromému sběrateli ze Slezska, čímž se symbolicky vrátila do místa svého vzniku. Doplnila tak doposud tři známé exempláře, z nichž dva zbývající mají sběratelé v cizině. Mince má ryzost 986/1000, váží 17,28 g a její průměr činí 34,5 mm.

Obnova mincovního dědictví

Zlatohorská mincovna usilovně pracuje na rekonstrukci historického pětidukátu, který plánuje představit široké veřejnosti již během několika měsíců, a to ve Vlastivědném muzeu

^
Pohled na město Zlaté Hory

<
Až pojedete do Zlatých Hor, za návštěvu stojí také Zlatorudné mlýny, které najdete ve Zlatokopeckém skanzenu. Jedná se o historickou repliku vodou poháněných středověkých hornických mlýnů, která je zhotovena podle dochovaných dobových nákresů

^
Jeseníky, Biskupská kupa (889 m). Část Zlatohorské vrchoviny, leží na česko-polské hranici 2,5 km od Zlatých Hor. Na jejím vrcholu stojí nejstarší rozhledna v Jeseníkách

>
Společnost Halen, jejíž je Zlatohorská mincovna součástí, byla založena před třiceti lety. Sídlí v centru města nedaleko impozantní stavby farního kostela Nanebevzetí Panny Marie

Jesenicka ve městě Jeseník. V současnosti jsou prováděny zkušební ražby této repliky. Tímto krokem se nejen oživuje kus zapomenuté historie, ale zároveň se Zlaté Hory opět zapisují na mapu významných mincovních center.

Jak se vize proměnila ve skutečnost

Když mluvíme o Zlatohorské mincovně, musíme představit zlatohorskou společnost Halen, kterou před třiceti lety založili jednatelé Čestmír Petroš a Dalibor Prejda. Ve svém podnikání prošli několika fázemi až k dnešní hlavní produkci – nábytkovému kování Antik. Snem Čestmíra Petroše však vždy bylo vrátit do Zlatých Hor výrobu mincí a medailí. Tuto vizi se mu podařilo proměnit v život v roce 2009, kdy proběhla historicky první ražba.

Od té doby se Zlatohorská mincovna dynamicky rozvíjí a v současnosti uchovává v archivech a trezorech přibližně 3000 raznic. Ročně zde vzniká na 100 000 kusů mincí, čímž se opět stává významným hráčem na poli svého oboru. Razí nejen repliky historických mincí, ale i medaile současného charakteru a zakázkové ražby do kovů běžných i drahých.

Její zákazníky najdete mezi městy, obcemi, firmami, organizacemi, ale třeba i divadly, muzei, sportovními kluby, zoologickými zahradami nebo jednotlivci, kteří si zde objednají třeba jen jednu medaili s textem *Vítám Tě na svět. Tvoje babička*. Ta je většinou stříbrná nebo zlatá.

Právě kusová výroba a originální design na zakázku je hlavní předností této mincovny. Zjednodušeně se dá říct, že vám tu do deseti dnů splní téměř každé přání.

Medaile ze Zlatohorské mincovny už čekají na 300 finalistů 11. ročníku Srdce s láskou darovaného

Hrdý partner celostátního projektu

Srdcaři každým coulem

Novodobé mincovní tradici se ve Zlatých Horách daří právě díky pozitivní energii Čestmíra Petroše a jeho týmu. A že jsou to opravdoví srdcaři, k tomu máme jeden důkaz za všechny: až se budou v Poslanecké sněmovně Parlamentu České republiky vyhlašovat výsledky 11. ročníku celostátního projektu Srdce s láskou darované, přítomné děti z mateřských a základních škol ze všech koutů Čech a Moravy i se svými pedagogy budou dekorovány originálními medailemi vyrobenými právě ve Zlatohorské mincovně, která je organizátorům projektu věnovala.

Zpracovaly: Lenka Buchtová Páleníková a Jana Jenšíková
Foto: Shutterstock a archiv Zlatohorské mincovny, www.kudyznudy.cz, www.zlatehory.cz

< Ve Zlatohorské mincovně pracují srdcaři. Uprostřed (čtvrtý zleva) jednatel Čestmír Petroš se svou ženou Pavlínou

Zlatohorská mincovna

Ruční ražba mincí

Hrdý partner **11**. ročníku celostátního projektu Srdce s láskou darované

www.vyrobaminci.cz

Zopakujme si pravidla 11. ročníku

O co nám všem společně jde

Podpora tradičních lidských hodnot, jako jsou láska, přátelství, rodina, vzájemná úcta.
Podpora týmové práce a rozvoj tvůrčích dovedností dětí.
Podpora mezigeneračního dialogu.
Radost z vlastnoručně vytvořených výrobků i z darování, sdílení radosti v kolektivu.

Účastníkem projektu Srdce s láskou darované se mohou stát kolektivy z mateřských a základních škol, družiny, kolektivy dětí z dětských domovů, ZUŠ, mateřských center a ostatní dětské kolektivy, třeba i děti se svými rodiči (nejméně 2 a nejvíce 30 dětí/kolektiv), které splní stanovená pravidla. Do soutěže se nemohou přihlásit jednotlivci. **Každý ze soutěžních kolektivů může přihlásit i více projektů; škola/zařízení může zaslat libovolný počet příspěvků různých kolektivů.**

U každého projektu je soutěžní jedna fotografie a jeden text libovolného žánru, z nichž bude zřejmé, komu je práce určena a proč. Soutěžící mají možnost dále nahrát do přihlášky až pět fotografií a video dokumentující proces tvorby i předání. Porota bude hodnotit celý tento proces a videoprezentace vítá!

Přihlášku lze podat pouze elektronicky prostřednictvím webových stránek www.srdceslaskou.cz. Podáním přihlášky soutěžící dávají organizátorům soutěže automaticky souhlas s možným publikováním svých příspěvků, fotografií i videoprezentací a se zasíláním časopisu AGE na adresu uvedenou v přihlášce.

Předepsaný formát fotografií je jpg, velikost A4, rozlišení 300 dpi (maximální možné rozlišení/kvalita fotografie; vítězné fotografie se budou zveřejňovat v časopise, proto musí mít tiskovou kvalitu). Předepsaný formát textu/příběhu je word, rozsah od 1000 do 5000 znaků. Videoprezentace by měla mít maximální délku 6 minut (prosíme o dodržení daného časového limitu).

Pozn.: Galerii soutěžních prací na srdceslaskou.cz generuje program přesně podle toho, jak jste přihlášku vyplnili. Věnujte proto jejímu vyplňování náležitou pozornost. Děkujeme.
V předešlých ročnících se bohužel stávalo, že někteří soutěžící použili k videu neoprávněně písně jiných autorů bez jejich souhlasu. Proto byla některá videa administrátorem YouTube smazána. Z toho důvodu použijte vlastní hudbu nebo si předem vyžádejte souhlas autorů písně.

- **Soutěžní příspěvky bylo možné zasílat od 1. 11. 2024 do 20. 3. 2025.**
- Soutěží se ve **2 kategoriích** (u smíšených skupin rozhoduje věk u převažujícího počtu dětí):
  – Základní škola (3. až 9. ročníky),
  – Mateřská škola + 1. a 2. ročníky ZŠ.
- Zvláštní ceny, které platí pro obě kategorie:
  – Zvláštní cena pro školu,
  – Zvláštní cena předsedkyně Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR,
  – Zvláštní cena ministra práce a sociálních věcí za rozvoj mezigenerační spolupráce a solidarity,
  – Zvláštní cena za šíření projektu v zahraničí.
- Speciální cena: slavnostní uvedení pedagoga do Síně slávy Srdce s láskou darovaného za významný dlouhodobý přínos tomuto projektu.
- Soutěž bude vyhodnocena nejpozději do 30. 5. 2025.
- Výsledky budou zveřejněny na webových stránkách www.srdceslaskou.cz a v časopise AGE; v průběhu roku 2025 pak mohou být v AGE a na Facebooku Srdceslaskou uveřejněny jednotlivé příběhy, fotografie, videa, rozhovory s vítěznými týmy, reportáže atd.
- Slavnostní setkání vítězů se bude konat v červnu 2025 v historických prostorách Poslanecké sněmovny PČR v Praze, pokud tomu nezabrání epidemická situace.

Celostátní soutěž Srdce s láskou darované je nedílnou součástí projektu AGE a vydavatelství ANTECOM jako její organizátor postupuje při její organizaci v souladu s pravidly GDPR a ve shodě s nimi jedná v oprávněném zájmu. Předávání cen bude snímáno médii. Z tohoto důvodu vyjadřují hosté svou účastí souhlas s pořízením a použitím audiovizuálního záznamu, který může obsahovat obrazové a zvukové záznamy týkající se těchto osob či jejich projevů osobní povahy.

Luxor: Spolehlivý partner pro vaši školu

Vzdělávání je dynamický proces, který neustále přináší nové výzvy. Naším cílem v knihkupectví Luxor je pomoci školám zajistit kvalitní výukové materiály a pomůcky, které podpoří moderní vzdělávání a usnadní práci učitelům i žákům. Díky více než dvacetiletým zkušenostem na trhu a přímé spolupráci s řadou prestižních nakladatelství přinášíme školám komplexní řešení v oblasti vzdělávacích materiálů a papírenského sortimentu.

Rozsáhlá síť knihkupectví

S více než 35 pobočkami po celé České republice přinášíme široký výběr učebnic, literatury a školních potřeb nejen prostřednictvím našeho e-shopu, ale i v kamenných prodejnách. Díky tomu si mohou školy a jejich žáci snadno a rychle obstarat potřebné materiály na jednom místě.

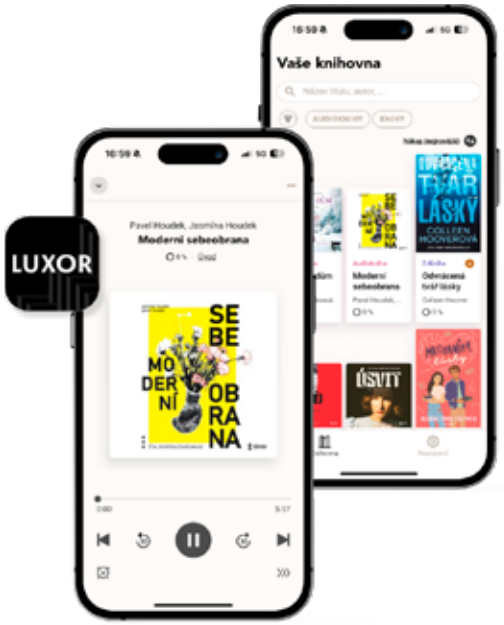
Kompletní nabídka učebnic a pomůcek

Naše nabídka zahrnuje učebnice pro všechny předměty základních a středních škol,

pracovní sešity, výukové hry i digitální nástroje. Spolupracujeme s českými i zahraničními nakladatelstvími, včetně Pearson, Cambridge University Press, Oxford University Press, Vividbooks, Fraus, Klett, Nová škola či SPN.

Elektronické knihy a audioknihy

Moderní vzdělávání se neobejde bez digitálních nástrojů. Proto nabízíme širokou škálu elektronických knih a audioknih, které jsou dostupné také prostřednictvím aplikace Můj Luxor. Vaše škola tak může snadno rozšířit svou elektronickou knihovnu a poskytnout žákům moderní způsob přístupu k odborné literatuře nebo beletrii. S výběrem vhodných titulů do školní knihovny vám rádi pomůžeme.



Distribuční služby na míru školám

Jde nám o víc než jen prodej učebnic – našimi službami se snažíme školám, žákům i rodičům usnadnit pořízení výukových materiálů. Kromě přímé distribuce školám také nabízíme:

- **Hromadné doručení do školy** – žáci (nebo jejich rodiče) si mohou objednat učebnice online, my zajistíme souhrnnou dodávku přímo do školy.
- **Nabídka na míru pro žáky a rodiče** – zvýhodněná cena, rychlý a jednoduchý nákup na jednom místě s doručením domů nebo vyzvednutím v knihkupectví Luxor.
- **Prodej učebnic přímo ve škole** – připravíme prodejní stánek přímo ve vaší škole.

Metodická podpora pro výuku angličtiny

Jako výhradní zástupce nakladatelství Pearson Education a přímý distributor Cambridge University Press poskytujeme školám také komplexní metodickou podporu:

- **Metodické konzultace** – pomůžeme s výběrem vhodných materiálů.
- **Pilotování učebnic** – možnost vyzkoušet nové tituly zdarma ve výuce.
- **Ukázkové hodiny** – lektorka předvede práci s učebnicí přímo ve vaší třídě.
- **Webináře a semináře** – pravidelná školení pro učitele angličtiny.

Věrnostní program pro školy

Chceme dlouhodobě podporovat školy, které s námi spolupracují. Proto nabízíme věrnostní program, díky němuž mohou sbírat věrnostní body pro nákupy zdarma, zajistit pro svou školu besedy se spisovateli nebo třeba získat výhodnější nákupní podmínky.

Text: Marek Palán
Foto: archiv Luxoru

Proč spolupracovat právě s námi?

- **Kompletní řešení pro školy** – učebnice, metodická podpora, papírenské zboží na jednom místě.
- **Individuální přístup** – naše oddělení pro školy pro vás dokáže vytvořit nabídku opravdu na míru.
- **Zkušenosti a spolehlivost** – přes 20 let spolupráce se školami.
- **Rychlá distribuce** – největší knižní distribuce s robotizovaným skladem v ČR.

Rádi s vámi navážeme spolupráci a pomůžeme vaší škole zajistit ty nejlepší podmínky pro vzdělávání. Neváhejte nás kontaktovat!

Ing. Marek Palán
Euromedia Group, a.s.
divize pro školy
+420 602 129 852
www.venturesbooks.cz
www.luxor.cz
www.euromedia.cz

Veronika Kremzová:

Když získáte odvahu jít za hlasem svého srdce, dějí se divy

Když chceme něco v životě změnit, nejdůležitější změna čeká v nás samotných.

Kameny k ní vždycky promlouvaly, a když se jejich kouzlem chtěla obklopit v podobě náramku, nemohla najít takový, který by byl pro ni ten pravý. Tak si jej jednou v noci sama vytvořila. Z odvážné myšlenky, která jeho tvorbu provázela – že by to mohla dělat i pro ostatní –, se stala časem realita. A to i přesto, že v tu bezesnou noc, kdy ji napadla, měla sama pro některé možná kariéru snů: vedla už ve svém mladém věku jednu z pražských klinik zdraví a krásy. Její srdce však volalo po něčem novém a smysluplnějším. Až tedy jednoho dne zaklapla dveře kliniky, sbalila si kufřík a vyměnila svůj dosavadní život manažerky za pořádnou dávku svobody a volnosti, kterou jí přineslo cestování i možnost tvořit pro druhé to, co vždycky chtěla – náramky. Takové, které odrážejí jedinečnost jejich osobností a často jsou možná prvním hmotným projevem toho, co si doopravdy pro sebe přejí. Ta uvnitř i navenek krásná žena se jmenuje Veronika Kremzová. A jak bude z následujícího textu zřejmé, je to velká srdcařka.

Cesta lemovaná zázraky

Když Veronika před osmi lety opustila svou ředitelskou kancelář, nevěděla, co přinese zítřek. „Přemýšlela jsem o tom, kam se bude můj život ubírat. Věděla jsem tehdy jediné – nejprve chci někam odjet, nabrat sílu a odpočinout si."

Náhoda ji nakonec zavedla na měsíční dovolenou na indonéský ostrov Bali, kde si chtěla v klidu promyslet, co dál. Tenkrát si na svou cestu ještě v Praze přibalila malou dřevěnou destičku. Právě tu, na které upletla první náramek.

Náramky chtěla tvořit i pro své přátele. Takže po pár dnech příjemné aklimatizace v tropickém ráji vyrazila na nákupy do místních obchodů s kameny, kde na ni čekalo překvapení. „Z nekonečných palet druhů kamenů, které v tamních obchodech prodávají, mi samozřejmě nejvíc učarovaly ty, které patřily k nejdražším. Zírala jsem na ně v němém úžasu a zvažovala, jestli si mohu dovolit si je vůbec pořídit, když se náhle mezi dveře obchodu z přelidněné ulice postavil muž. Volal na mě, že mi jde vrátit telefon, který jsem si zapomněla u bankomatu. Pro mě to bylo dobré znamení, že si mám koupit to, po čem toužím. Obchod byl totiž na hlavní třídě města a šance, že vám tu někdo přinese zapomenutý mobil, je opravdu minimální. Tak jsem tehdy nakoupila šňůry těch nejlepších morganitů, měsíčních kamenů a dalších minerálů v nejvyšší kvalitě a po návratu do svého balijského domova jsem z nich vytvořila první náramky."

Už z Prahy měla zkušenosti s marketingem a obchodem, ale protože vždycky zastávala názor, že „nejlepší marketing je pravda", začala tvořit jednoduše tak, jak jí srdce říkalo. Bez plánu. Chtěla se o své výtvory jen tak pro radost podělit na facebooku, který jí zůstal jako jeden z mála kontaktů s původní vlastí. Proto své první výtvory prostě vyfotila a sdílela svou radost právě zde. K jejímu překvapení jí sociální sítě během pár okamžiků přinesly první objednávky.

Dobré věci se násobí

Tak začala tvořivá cesta, která stále trvá. Veronika jezdí po Indonésii, po světě nebo i své vlasti a tvoří osobní náramky. Jedinečné, tak aby každý odrážel osobnost člověka, pro něhož je určený.

„Zásoby kamenů se mi od té doby značně rozrostly, ale nepřestala jsem si užívat radost z každého nově objeveného výjimečného kousku. Při jejich výběru jsem velmi náročná a kupuju spíš minerály vyšší kvality, než je na trhu běžné, tedy dražší. A když váhám nad jejich cenou a koupí, vzpomenu si na toho balijského muže, jak drží v ruce můj telefon.

Postupem času jsem do tvorby zakomponovala stříbrné (občas i zlaté) komponenty, jež jsou dnes již nedílnou součástí náramků. I zde hrála roli náhoda. Jedna malá balijská vesnice, která je pověstná poctivou řemeslnou výrobou stříbrných šperků, je přeplněná obchůdky. Hledala jsem mezi nimi opravdu krásné zboží a hlavně šperkaře, kteří mi dokáží vytvořit něco na míru. Obešla jsem jich desítky, ale neuspěla, i když jsem se řídila plány a doporučeními na spolehlivé kontakty… Když hledání

Nejlepší marketing je pravda.

Veronika Kremzová
Ta, co tvoří náramky a miluje to.

Přirozeně se začlenila do naší rodiny partnerů a podporovatelů projektu Srdce s láskou darované. Rozhodla se, že pro vybrané vedoucí vítězných týmů zhotoví osobní náramek podle jejich přání.

www.osobninaramek.cz

Hrdý partner celostátního projektu Srdce s láskou darované

trvalo dlouho a už jsem si zoufala, připomněla jsem si, že to nejlepší přichází většinou samo jako na zavolanou. Takže jsem zapomněla na svou pečlivou přípravu a prostě jen nasedla na motorku a nechala se svým srdcem zavést do spleti malých uliček, kde jsem spatřila modrou bránu. Nevím, proč jsem právě do ní vjela, ale objevila jsem za ní stříbrný ráj. Místo v tradičním balijském stylu s milými lidmi, krásnou vůní, jezírkem s kapry koi, kde se při zvuku manter tvoří stříbrné šperky. Hned mi bylo jasné, odkud budu stříbrné doplňky odebírat."

Není kámen jako kámen

Možná právě tato intuice, podobné situace a „náhody" přivedly Veroniku k tomu, že význam jednotlivých minerálů vnímá trochu jinak, než jak o nich hovoří většina příruček. Snad i proto, že náramky, které tvoří, nenesou jen „univerzální poselství", ale jsou to osobní náramky, které mají každý svůj jedinečný záměr, neopakovatelnou skladbu kamenů i design.

„Zmíněné encyklopedické významy a popisy účinků kamenů čtu s přimhouřeným okem. Když totiž takových knih projdete víc, zjistíte, že každý kámen lze použít na velkou škálu témat, a někdy to až budí dojem, že skoro všechny na všechno. Pro každé hvězdné znamení jsou sestaveny žebříčky kamenů, ale ne všude jsou stejné, a upřímně, ne vždycky se k sobě také designem hodí. Proto jsem knížky odložila a pracovala na tom, abych nastudované poznatky zase zapomněla. Tak, abych se při tvorbě řídila hlavně svou intuicí a srdcem."

Ať má největší pozornost to nejdůležitější

Osobní náramek je každý sám o sobě takovým malým kouzlem. „Všechno na světě vzniklo z myšlenky, i váš mobil, i časopis, který právě držíte v ruce, a proto ta myšlenka, semínko zázraku, je tím, co se snažím pomocí tvorby náramku kultivovat. Uvědomit si ji, ukotvit ji a pak mít něco hmotného, co ji bude každý den připomínat. Ano, třeba právě náramek.

Když chceme totiž něco ve svém životě změnit, často se snažíme měnit všechno a všechny kolem sebe. Ale ta nejdůležitější změna čeká hluboko v nás samotných. Až si tedy budete příště něco přát, pamatujte, že samotná chvíle, kdy se odvážíte vystoupit z všednosti a zasnít se, je tím, co tvoří."

Zpracovala: Jana Jenšíková
Foto: archiv Veroniky Kremzové

centropen®

Hrdý partner celostátního projektu Srdce s láskou darované

pastelky

SKVĚLÁ KVALITA
ZA SUPER CENU!

JUMBO ERGO

ERGO

trojúhelníkové | zářivé barvy | lehce se ořezávají | odolné proti lámání

www.centropen.cz

DUHOVÁ KOČKA – autorský obchod Lucie Ernestové věnuje vítězům projektu Srdce s láskou darované krásné dárky.

„Každý člověk potřebuje cítit, že je součástí nějakého celku, komunity, party…

Aby ten pocit naplnil, potřebuje vnímat, že je pro celek nějak užitečný. Že je jeho jedinečnou a platnou součástí. Z dětí se stávají dospělí tím, že z opečovávaných se stávají těmi pečujícími.

A právě Srdce s láskou darované vám dává příležitost zažít si pocit toho, kdo pečuje a dává."

Lucie Ernestová

DUHOVÁ KOČKA
LUCIE ERNESTOVÁ
WWW.DUHOVAKOCKA.CZ

Hrdí partneři celostátního projektu

Srdce
s láskou darované

boutique ★★★★
HOTEL RADUN
Est. 1928

Zažijte úslužnost první republiky v krásných moravských lázních Luhačovice.

www.hotelradun.cz

Mezinárodní varhanní festival vstoupil do jubilejního 30. ročníku

S poselstvím dobra a lásky

„Rok 2025 je po čtvrtstoletí opět svatým jubilejním rokem, tedy rokem odpuštění a bratrského společenství. Nese motto *Poutníci naděje*. Je to příležitost pro všechny, kteří hledí do budoucnosti pesimisticky, aby znovu oživili svou naději v dobro a lásku. A to je také poselstvím letošního Mezinárodního varhanního festivalu, který pořádá už po třicáté společenství Svatojakubské Audite Organum," říká ředitelka festivalu a titulární varhanice baziliky sv. Jakuba Irena Chřibková.

„Jubilejní ročník našeho festivalu je příležitostí ohlédnout se za jeho začátky do devadesátých let, kdy se minorité vrátili opět do svého kláštera, baziliky u sv. Jakuba nedaleko pražského Staroměstského náměstí. Ve snaze zachovat charizma baziliky otec Oldřich Prachař, tehdejší provinciál, založil společenství ‚Svatojakubské Audite Organum'. Pod touto hlavičkou se začaly pořádat koncerty duchovní hudby a v roce 1996 se uskutečnil první ročník Mezinárodního varhanního festivalu. Během uplynulých let vystoupila v jeho rámci řada renomovaných umělců z celého světa. Snažila jsem se vždycky o pestrost interpretů, kteří spolu se svatojakubskými varhanami, největšími v České republice, dovedou přednést to nejlepší ze svého umění."

O festivalu tak lze hovořit jako o nejvýznamnějším cyklu varhanních koncertů nejen v Praze, ale v celé republice. Je skvělou přehlídkou světového varhanního umění s nevšedními zážitky. Ty jsou ještě umocněny díky kamerovému systému, který snímá varhaníka při hře, a publikum tak má možnost jeho hrající ruce a nohy sledovat v reálném čase přímo na plátně před sebou.

„Dramaturgie jednotlivých koncertů je plně v rukou interpretů, přesto lze vysledovat témata, která je spojují a spolu pak vytvářejí jednolitý celek. Několik osobností, které nás v minulosti obohatily svým uměním, bohužel už mezi námi není. Proto je každý koncert věnován jedné z nich, abychom nezapomněli na jejich přínos nejen pro náš festival. Jejich krátké medailonky budeme připomínat v souvislosti s jednotlivými koncerty," uzavírá Irena Chřibková.

Připravila: Jana Jenšíková
Foto: archiv Ireny Chřibkové

Hrdý partner celostátního projektu Srdce s láskou darované

30. Mezinárodní varhanní festival se uskuteční ve dnech **7. 8.** až **25. 9. 2025**, vždy ve čtvrtek od 19 hodin. Vedoucí vítězných týmů celostátního projektu Srdce s láskou darované obdrží už tradičně dárkové poukazy od ředitelky festivalu a titulární varhanice baziliky sv. Jakuba Ireny Chřibkové.

Program festivalu a podrobné informace najdete zde: *www.auditeorganum.cz*

70 let 1953-2023 | Granát Turnov

LUXUSNÍ ŠPERKY

TRADIČNÍ VÝROBCE ORIGINÁLNÍCH ŠPERKŮ S ČESKÝMI GRANÁTY
GRANÁT TURNOV

WWW.GRANAT.CZ

Hrdí partneři celostátního projektu
Srdce s láskou darované

Město Vamberk
a Muzeum krajky Vamberk
vás zvou na prohlídku

- trvalých expozic paličkovaných krajek
- specializovaných tematických výstav
- proměny krajky v Čechách od počátku 18. století až do současnosti
- unikátního paličkovacího stroje

Otevřeno celoročně
Více na www.moh.cz/muzeum-krajky

MUZEUM krajky VAMBERK

Srdce
s láskou darované

má svou hymnu

1/

Srdce tluče pomaličku,
zamyslí se na chviličku.
/:K srdci dětí najde klíč,
ví, že tma je dávno pryč.:/

Refrén:

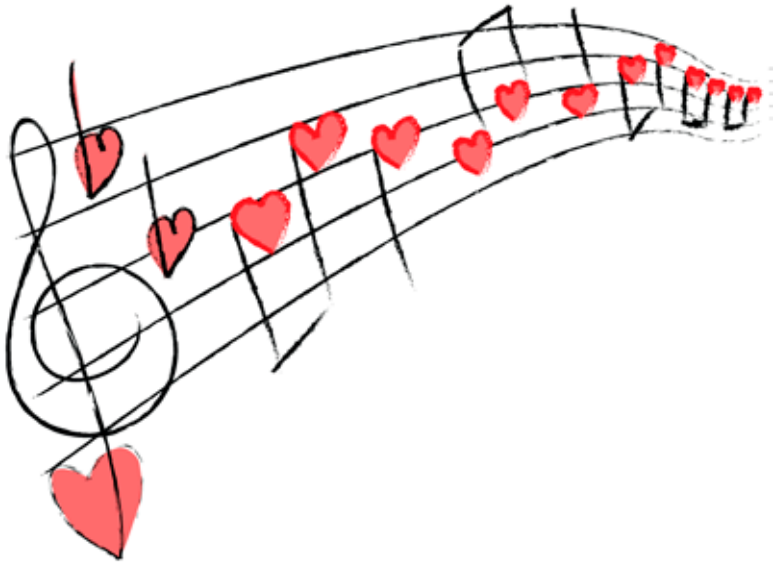
/:Srdce s láskou darované
podávám Ti na dlani.
Stačí dotek, pohlazení,
úsměv mraky odhání.:/

2/

Dospěláku, ohlédni se,
uvidíš náš krásný svět.
/:Srdce láskou otevřené,
cestu, co je samý květ.:/

Refrén:

/:Srdce s láskou darované
podávám Ti na dlani.
Stačí dotek, pohlazení,
úsměv mraky odhání.:/



Text, který vznikl na základě prací zaslaných do soutěže Srdce s láskou darované, zhudebnil Jindra Fritsch.
Písničku si můžete poslechnout na stránkách www.srdceslaskou.cz.

Obdiv poroty mají všichni soutěžící, a všechny jejich práce tak zůstanou zveřejněny na www.srdceslaskou.cz.

Dítě je tím nejkrásnějším, co nás v životě potkalo, tvrdí drtivá většina rodičů

Jak se jim daří sladit péči s prací?

Odpovědi na tuto otázku hledalo i Ministerstvo práce a sociálních věcí. Přinášíme vám některé poznatky, které získalo prostřednictvím dotazníkového šetření realizovaného agenturou SC&C.

Nejvíc dáme svým dětem, když s nimi budeme trávit čas

Velice pozitivním výstupem je zjištění, a to i v době klesající porodnosti v České republice, že pro 97 % rodičů jsou děti tím nejkrásnějším, co je v životě potkalo, a to ve stejné míře pro muže i ženy. Stejné procento rodičů souhlasí, že nejvíce dají svým dětem, pokud s nimi budou trávit co nejvíce času, a 95 % rodičů také uvedlo, že se svým dětem aktivně věnují každý den minimálně hodinu. Péče o děti a jejich

podpora je podle rodičů zájmem obou a společně ji naplňují. Dokladem jsou preference u tvrzení: pracovní postup a kariéra jsou u mě na prvním místě, s nímž souhlasí pouze 12 % rodičů.

Otec na mateřské už není výjimkou

V případě rodičů, kteří mají alespoň jedno dítě mladší šesti let, byla zejména klíčová otázka sladění práce a péče, a i to v rámci rolí otec a matka. 55 % rodičů se domnívá, že na rodičovské dovolené má být ten (myšleno otec nebo matka), u něhož je to vhodnější či finančně zajímavější. Ukazuje se, že společensky začíná být přijatelné, že i otcové mohou být na rodičovské dovolené a/nebo se na ní střídat.

Důvodem malého využívání rodičovského příspěvku ze strany otců jsou z pohledu obou rodičů na prvním místě finance, kde lze primárně odkázat ke gender pay gap neboli platovému rozdílu u mužů a žen, který je v ČR stále dost vysoký (platy žen jsou v průměru o 18 % nižší). Dalším důvodem je názor, že matka je pro děti do tří let nezastupitelná, což si o trochu více myslí otcové než matky. Konečně ani personalisté firem a firmy samotné si podle rodičů příliš nepřejí, aby muži odcházeli na rodičovskou dovolenou. Dalším významným důvodem jsou nedostačující informace.

Otcovská dovolená (pracovní volno při narození dítěte pro otce) se těšila rostoucí oblibě od roku 2018, kdy byla zavedena nejprve v kratší pětidenní podobě, v současné době je 14 kalendářních dní a má velký potenciál. Větší využívání otcovské dovolené by podpořila vyšší dávka, v současnosti je to 70 % denního vyměřovacího základu. Statistiky ČSSZ ukazují aktuálně snížení jejího využívání, ale je třeba tuto informaci číst v kontextu snížení porodnosti, které je v posledních letech významné.

Otcové se stále více podílejí na přímé péči o děti

60 % otců si dovede představit, že by zůstali na rodičovské dovolené (RD). Od roku 2010 se výrazně snížil počet otců, kteří se domnívají, že na RD s dítětem má zůstat jednoznačně matka – v současné době to deklaruje jen třetina otců, zatímco v roce 2010 to byla více než polovina (65 %) a v roce 2020 polovina (51 %). Otcové jednoznačně mění svůj postoj k rodičovské dovolené a také se více podílejí na péči o dítě/děti.

Třetina otců souhlasí, že matky by se měly co nejdříve vrátit do práce, v tomto směru se jedná o posun s ohledem nejen na ekonomické, ale i profesní působení žen. V roce 2024 došlo k nárůstu zapojení otců do činností, které se týkají péče o děti, jako je hraní, mazlení, procházky s kočárkem/na hřiště, uspávání. Rozdíly oproti roku 2010 jsou velmi výrazné, ale také od roku 2020 došlo k dalšímu nárůstu činností. Muži se v roli otců stále více zapojují do přímé péče o děti.

Detaily dotazníkového šetření Pečující osoby v ČR

MPSV ČR zadalo v rámci projektu *Podpora zvyšování kvality služeb v oblasti péče a slaďování pracovního a rodinného života* dotazníkové šetření s názvem Pečující osoby v ČR. Zaměřilo se na otázky, jak se pečuje v České republice rodičům a také těm, kteří pečují o osobu blízkou (neformálním pečujícím), s ohledem na mapování sladění péče a práce. (*Článek v tomto čísle AGE je věnován výstupům u pečujících rodičů – pozn. red.)*

Na rozsáhlý dotazník odpovídali nejen zástupci obecné populace, ale i rodiče pečující o dítě do šesti let a samozřejmě také ti, kteří se věnovali/věnují péči o blízkou osobu v minulých pěti letech po delší dobu, a to minimálně 20 hodin týdně (tedy nejméně polovinu pracovního úvazku). Šetření navázalo na průzkumy Fondu dalšího vzdělávání MPSV z roku 2019 a výzkumy v oblastí otcovství (Aktivní táta 2020 LOM). Cílem bylo zkušenostní a postojové srovnání v čase, tedy zjištění vývoje postojů a zkušeností pečujících. Zastoupení obecné populace bylo nastaveno reprezentativně i v rámci krajů, pohlaví a dalších ukazatelů. Dotazníkové šetření probíhalo metodou CAWI (online) a CATI (telefonické dotazování), a to z důvodu dostupnosti i pro obyvatele bez přístupu či s omezeným přístupem k internetu.

Benefity, které zaměstnavatelé poskytují svým zaměstnancům nejčastěji: flexibilní pracovní doba (41 %), home office/ práce na dálku (33 %), možnost napracovat si (25 %), prohození směn (22 %), placené volno (18 %), možnost vzít si dítě občas do práce (18 %), částečný úvazek na dobu určitou (17 %). Na druhou stranu ovšem 20 % zaměstnanců uvádí, že jejich zaměstnavatelé nenabízejí žádné benefity. V oblasti sladění je tedy stále prostor pro rozvoj a zlepšení, k čemuž přispívá také tzv. flexibilní novela zákoníku práce připravená a aktuálně schválená Parlamentem České republiky.

Předškolní péče je u rodičů nastavena stále v duchu ideálu, kdy dítě do tří let má být převážně s rodičem doma a nemá docházet do zařízení předškolní péče. Výzkum ukazuje na generační změnu: 68 % nejmladších rodičů (18 až 34 let) vítá možnost dětských skupin pro postupný návrat do práce. V této oblasti lze tedy očekávat proměnu zájmu o služby, zejména u dětí v nižším věku.

Zaměstnanecké benefity. Proč mají ženy pocit, že jsou na tom hůř než muži?

Sladění péče a práce se podle 76 % rodičů daří. Výrazně více benefitů ze strany zaměstnavatele přiznávají muži než ženy – naprosto zásadní rozdíl je u placeného volna, ale také v případě flexibilní pracovní doby. Ženy se vidí ve všech ukazatelích podpory ze strany zaměstnavatele v horší situaci než muži, jedinou výjimkou jsou částečné úvazky alespoň na určitou dobu, kdy muže významně převyšují, a ve zdravotní péči o členy rodiny, kde je to vyrovnané. Ale i v takových opatřeních, jako je možnost prohození směn, práce na dálku nebo placené volno, jsou muži deklaratorně v lepší pozici.

Jen třetina rodičů se cítí šťastně

Celkem 9 % rodičů se cítí v sociální izolaci, bez ohledu na to, zda žijí s partnerem nebo ne, což je určitě podnětem pro další zkoumání a otázky k tématu osamělosti. Pouze 30 % rodičů se cítí šťastně a stejně velká část se cítí ve stresu (34 %), pouze každý pátý rodič se cítí zdravý, 16 % rodičů má pocit nedocenění a 10 % nepochopení. Rodičovství je náročné, právě sladění péče a práce je důležitou formou podpory u zaměstnaných rodičů.

Součástí výzkumu byl také vzorek rodičů věnujících se dětem se zdravotním znevýhodněním, což byli ti, kteří deklarovali, že některé jejich dítě do 18 let potřebuje speciální péči. Pro 44 % z nich je obtížné skloubit péči s ostatními stránkami života. Podporu od okolí cítí každý desátý, každý čtvrtý se cítí osaměle. Aby mohli pečovat, nejvíce by potřebovali finanční podporu (59 %), pomůcky a léky včetně pomoci s vybavením, čas a pomoc ze strany zaměstnavatele.

Hlavní problémy rodičů: nedostatek času, financí a skloubení práce s volným časem dětí

Všichni rodiče v rámci sladění péče a práce nejvíce řeší nedostatek času, rodinný rozpočet a jeho udržitelnost a skloubení práce s volnočasovými aktivitami dětí, každý pátý také přílišné pracovní vytížení. Celkem 80 % rodičů uvádí, že se jim daří úspěšně sladit práci a rodinu. Stále přetrvává pocit nedostatku zkrácených úvazků (88 %). V rámci sladění je 78 % rodičů spokojeno s množstvím času, který stráví se svými dětmi, 83 % rodičů vyjde zaměstnavatel vstříc.

Text: Olga Starostová
Foto: Shutterstock

Mgr. Olga Starostová, odborná garantka projektu Podpora a zvyšování kvality služeb v oblasti péče a slaďování pracovního a rodinného života, Odbor rodinné politiky, ochrany dětí a sociálního začleňování, Oddělení koncepce rodinné politiky služeb péče o děti MPSV ČR

BABY born®

Společně

na výlet

Animovaný seriál BABY born sledujte na YouTube @BABYbornvcestine

Znáte z TV

s odnímatelnou vodící tyčí

legrační klakson

BABY born Tříkolka

vhodná pro všechny panenky BABY born velikosti 43 cm i pro Teddyho

www.baby-born.cz

Jaro 2025

Zapracujte na svém lepším já!

Zejména na rozhraní jara a léta přijdou velké změny a možná i nabídky

Drtivý vliv Pluta ze znamení Kozoroha, který nás už nějaký ten rok hnal k velkým změnám, přinášel do života potíže všeho druhu a hlavně pořádný démonismus, bude paralyzován vynikajícím postavením Jupiteru ve znamení Blíženců. Na tento jeho příznivý obrat se můžeme těšit zejména v květnu a posléze v červnu. V tomto svém postavení slibuje, že konec dobrý, všechno dobré.

Aspekty jsou nakloněné charitativní činnosti a péči o druhé.

Nastává tedy čas, kdy se nám nejen uleví, ale podaří se i zbavit většiny potíží a problémů, které se na nás navalily. Přízeň osudu bude na naší straně. Musíme se ale nejdřív poprat s dubnem, který dokáže přinést nejednu starost. Tento měsíc nebudeme příliš nakloněni diplomacii, nebude tudíž doba vhodná k usmiřování. Zejména neústupní lidé se nepohnou z místa. Pokud jsme se potýkali v minulosti s vážnými zdravotními problémy, pak může ve druhé polovině dubna dojít k jejich oživení.

Pozitivní změny budou směrovány do konce května. V případě partnerských problémů nebo marného hledání partnera se možná objeví někdo, kdo nám přinese do života radost. To slibuje Uran, přes který bude přecházet Slunce. Vynikající postavení Neptunu ve znamení Ryb pak přinese touhu po poznání, velké umělecké vyžití, vztah k ezoterice a léčitelství. Pro studenty a žáky to bude znamenat úspěch ve studiích, pokud se chystají na důležité zkoušky nebo mají namířeno na další školu. Aspekty jsou nakloněné charitativní činnosti, péči o druhé. Budeme otevřeni přírodě, dokážeme dobře a rychle načerpávat ozdravnou energii, proto bychom se měli hodně věnovat turistice a sportu. Konec května a červen je vhodný k velkým, možná i riskantním změnám.

Kalendárium duben–červen 2025

Duben

Úplněk 13. dubna ve 2.21 se jmenuje Růžový. Ovlivní ho zejména dramatické aspekty Pluta a Marsu. Toto spojení je hodně tvrdohlavé a neústupné, lze tedy očekávat, že nebudeme ochotni dělat kompromisy. Ani v soukromém životě, ani v celosvětovém měřítku. Zejména vztahy budou hodně emocionální, budeme mít tendenci dříve jednat, a teprve pak myslet.
Raději nepočítejte s tím, že Štěstěna bude stát na vaší straně. Opak je pravdou, nebezpečí hrozí veliká. Pozor hlavně na hurá akce. Nevěřte rychlému zisku a hezkým slovům, budou falešná.

Novoluní 27. dubna ve 21.30 na tom nebude o mnoho lépe. Rozhodnutí, která uděláme, budou pod značným tlakem. Nenechte se vlákat do nejistých akcí, není doba vhodná zejména na pracovní a finanční rizika. Pokud někomu půjčíte peníze, už je nejspíš nikdy neuvidíte. A pokud podepíšete smlouvu, je dost možné, že nevyjde, nebo přímo skočíte na špek nějakému prohnanému podvodníkovi.
Nechte si v zásadních věcech čas na rozmyšlenou a obraťte se na dobrého přítele nebo odborníka.
Do velkých sportovních výkonů a náročné fyzické práce se raději také nepouštějte. Dny jsou o krásném rozmazlování. Dopřejte si proto raději relax, masáž a vířivku.

Květen

Úplněk 12. května v 18.55 se jmenuje Květinový. Patří k těm hezkým, mnoho věcí srovná a přinese nám radost, chuť posouvat se kupředu, také sportovat a zajímat se o všechno nové. V pracovních záležitostech nastane klid, také vztahy se zlepší, Venuše jako symbol lásky a přátelství se dostává do svého znamení a zde se rozzáří jako Jitřenka na ranním nebi.
Společenské aktivity budou mít zelenou, máte šanci potkávat zajímavé a hlavně prospěšné lidi. Měli byste si vzpomenout na někoho, kdo vás má rád a koho jste dlouho neviděli. Je to nejspíš nějaký starší člověk.

Novoluní 27. května v 5.02 bude vynikající na všechny změny. Do dní kolem tohoto data byste měli směrovat své cíle a hodně odvážná rozhodnutí. Je to dokonce skvělá konstelace na svatby a nové zaměstnání, můžete zkusit i loterii.
Kdo má příznivou konstelaci, může se dočkat příjemného překvapení i tady. Jestli si nevěříte, děláte chybu. V tento čas vám hvězdy a sám osud propůjčí všechno, čím můžete zapůsobit na druhé. Zkuste proto požádat i o nemožné.

Červen

Úplněk 11. června v 9.54 si říká Jahodový. Je vynikající hlavně díky tomu, že se v jeho blízkosti nachází Jupiter, planeta štěstí, která slibuje jen samé příjemné zážitky a milá překvapení. V tyto dny bychom se měli radovat ze života a užívat si příjemných setkání. Pokud jste se v tento čas vydali na dovolenou, vybrali jste si dobře.
Hodně se na své okolí usmívejte. Veselou myslí porazíte i nebezpečného nepřítele nebo dokonce soka. Pokud vás trápí zdraví, máte to špatné za sebou, s každým dalším dnem vám bude lépe a radostněji.

O novoluní 25. června ve 12.31 čekejte příznivý obrat k lepšímu, pokud se vám v poslední době nedařilo, s trochou snahy se vám podaří osud zlomit. Vsaďte na optimismus a radost ze života, s takovým přístupem dojdete v tyto dny nejdál. Je dost možné, že potkáte zajímavou osobu, která se stane vaším životním přítelem a v mnohém vám bude prospěšná.
Důležitým mezníkem bude cesta, proto se jí nebraňte. Jen buďte připraveni na nečekané dobrodružství. Kdy jste si naposledy povídali se svým partnerem nebo dokonce s dětmi o tom, co je trápí? Najděte si čas také pro ně.

Červenec až září

Ať vstoupíme do prázdnin jistě nebo nejistě, nálady se budou rychle měnit.

Nakonec to bude léto, jak má být!

Nebojte se improvizovat, získáte tím výhodu.

První polovina prázdnin bude tak trochu tobogán. I když se dostává Jupiter z Blíženců do Raka, stále ještě se bude v červenci pohybovat v napjatém postavení k Saturnu i Neptunu a také tu máme další divoké aspekty. Znamená to velký neklid, někoho cesta povede nahoru a dolů. I když to na první pohled vypadá, že do prázdnin vkročíme pozitivně, červenec bude měsícem hodně neklidným. Nepodceňovat případná nebezpečí a nepřeceňovat své síly. Zejména kolem červencového novoluní, které může přihnat hodně bouřlivé vody. Nebude rozhodně doba vhodná k rizikům všeho druhu. Zejména zdravotní problémy by se mohly vymstít nebo zdramatizovat. Situace je tak dramatická zejména proto, že se ve velmi nebezpečném aspektu nachází Pluto. Také Uran na začátku Blíženců přináší nečekané změny a jobovky, a to hlavně na cestách. Ve výhodě budou ti, kterým nevadí improvizovat. Pluto jako bůh podsvětí se prosadí hlavně ve druhé polovině července.

Kdo ale vydrží tento tranzit, užije si parádní srpen. Jupiter se dostává do silného postavení a rozzáří nám konec prázdnin, ale také celou první polovinu září. To se už na naši hlavu další kameny neposypou. Situace se naopak obrátí k lepšímu. Ať se tedy děje v první polovině prázdnin cokoliv, nesmíme ztrácet naději a víru. S létem přijde nejen sluníčko, ale postupně také štěstíčko. Od září očekávejte hodně, zejména změny a důležitá rozhodnutí, které bude třeba udělat.

Kalendárium červenec–září 2025

Červenec

Úplněk 10. července, který kulminuje ve 22.36, se nazývá Bouřkový. Vzhledem k tomu, že se v červenci přesouvá Jupiter do znamení Raka, jej lze považovat za velmi příznivý a příjemný. Přinese mnoho hezkých zážitků a milých setkání. Vhodný čas bude na přátelská posezení a různé oslavy. Výborná konstelace bude podporovat cestování za poznáním a bude to vhodný čas na vydařenou dovolenou.
Jste to vy, kdo si bude moct v tyto dny dupat a bouchat do stolu, protože vám půjdou i hodně divoké vody na váš mlýn. Toho byste měli využít a snažit se získat co nejvíc z toho, co jste si naplánovali. Nejděte ale přes mrtvoly.

Novoluní 24. července ve 21.10 přinese nečekané komplikace a notnou dávku démonismu a lidské škodolibosti. Dávejte si pozor na lidi kolem sebe, na lži a pomluvy a také na souhru špatných náhod. Démona můžete potkat i v lidské podobě, proto nikomu nedůvěřujte – jen těm, které dobře znáte. Nic se nesnažte tlačit silou, hlavně fyzické práci se pokuste vyhnout.
Zdraví vás může v tento čas hodně potrápit, vaše energie bude prudce klesat a je dost pravděpodobné, že se dostane až na bod mrazu. Měli byste si dopřát víc odpočinku, než to děláte běžně. Pozor na riskantní sportovní aktivity a hlídejte si taky peněženku. I tam může osud zatnout svůj dráp!

Srpen

Úplněk 9. srpna v 9.54 si říká Jeseteří. Přinese mnoho dobrého a mnohé z nás doslova podrží nad vodou, aby se nedostali do potíží. Pomoc může přijít nečekaně, od člověka, kterého vůbec neznáme. Je dobrý čas na hledání nových přátel a také na novou lásku. Venuše jako planeta lásky vám přeje, tak se nebojte obklopovat láskou a rozkoší.
Kdy jste si naposledy užili drobný, nevinný flirt? Třeba v zaměstnání nebo se sousedem? Hvězdy slibují, že to nebude mít následky.

Novoluní 23. srpna v 8.05 vám přinese zase jen to dobré. Příznivé změny, do kterých byste se měli hrnout po hlavě. Jen tak získáte od této dobré konstelace maximum. Jak budete váhat, vaše šance se den po dni budou zmenšovat, až si štěstí sedne na jiného… Vadí vám něco ve vašem životě tak, že se toho chcete zbavit? Pak je ten správný čas udělat zásadní řez.
Vynikající období na všechno, co si jen můžete přát. Mohou vám vyjít i hodně odvážné kaskadérské kousky. Spoléhejte na planetu absolutního štěstí – na Jupiter, který se dostal do pozitivního postavení. V tento čas by vám mohla vyjít i výhra.

Září

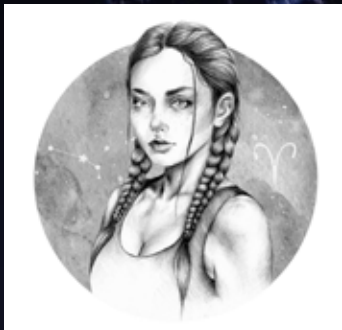
Úplněk 7. září ve 20.08 si vysloužil název Dožínkový nebo také Kukuřičný. Ten slibuje sice třeskutý, ale zato úspěšný posun všech záležitostí kupředu. Možná to bude chtít větší dynamiku a možná i mocné hlasové fondy, abyste hnuli skálou v podobě svého líného Honzy na peci nebo dětí, které nechtějí pochopit, že prázdniny skončily. Bude to asi jen a jen na vás, abyste práskli do koní a popohnali svět.
To, co se vám až dosud nedařilo, se najednou jako zázrakem rozběhne kupředu ve váš prospěch. Počítejte s nějakým příjemným překvapením. Možná byste mohli zkusit i štěstí v loterii, tohle propojení planet by mohlo pustit nějaký ten chlup pro vás.

Během novoluní 21. září ve 21.53 bude zatmění. Takové novoluní má vždycky větší význam a bývá silnější. Je k němu ve významném postavení Pluto na začátku Vodnáře, které nás bude tlačit k zásadním rozhodnutím, jež mohou hraničit až se samotnou přeměnou dosavadního života. Doslova salto mortale. Může to znamenat úplně jiný směr, a to jak v práci, tak ve vztahu. Je čas měnit sebe, své okolí, svůj život.
Bylo by dobré plánovat. Budete mít dobré nápady a šťastnou ruku na dobrou volbu. I nákupy budou výhodné a udělají radost nejen vám, ale celé rodině. Tohle budou dny, na které dlouho nezapomenete. Ovšem, zda to bude v dobrém nebo ve zlém, to bude záležet jen na vás.

Text: Olga Krumlovská
Foto: Shutterstock

Dokonalá žena podle hvězd

Která žena by nechtěla být bohyní? Umět okouzlit každého muže právě tím, jaká je! Bez náročných úprav a zásahů plastických chirurgů. Být zkrátka úžasná na těle i duši, aby to vypadalo, že se tak dokonalá už narodila. To, abychom poznaly, v čem spočívá naše přitažlivost a moc dokonalosti, nám může poradit astrologie.



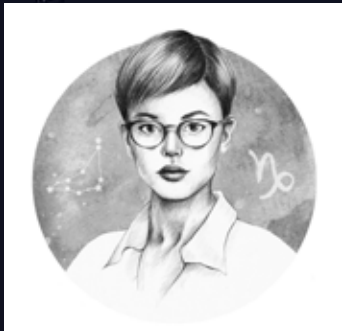
Beran

Bohyně Beran

21. března až 20. dubna

Sportovkyně a bojovnice

U žen Beranů vás většinou zaujme jejich obličej a krásné klenuté obočí, které jej umí skvěle rámovat. Oči bývají jiskrné s bojovným výrazem. Často je výrazná také brada. Postava těchto žen bývá pružná, sportovní, proto se rády oblékají sportovně.



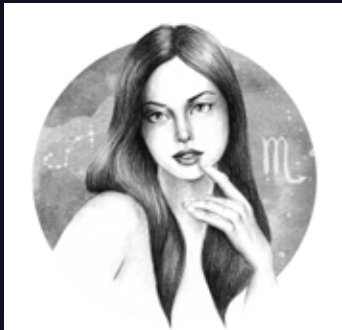
Kozoroh

Bohyně Býk

21. dubna až 20. května

Smyslnost a barvitost

Ženy ve znamení Býka mají většinou velký sex-appeal. Poznáte je nejlépe podle jejich rtů, které bývají výrazné. Na fotkách často rty špulí, aniž by si to mnohdy uvědomovaly. Často se výrazně líčí, milují barvy a vůně, ovšem nepřehánějí to s výstřelky. Jejich velkou zbraní bývá také svůdně zabarvený, melodický hlas.



Štír

Bohyně Blíženci

21. května až 20. června

Mladistvý vzhled a krásný úsměv

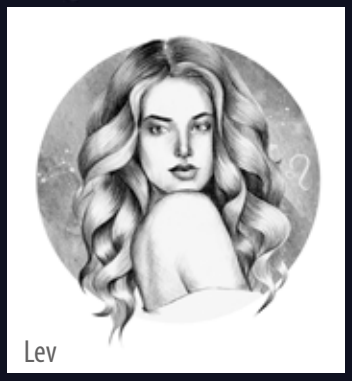
Této ženě se stačí usmát, a když je tento nádherný úsměv doplněný zářivými zuby a dolíčky ve tváři, nikdo jí nemá šanci odolat. Mladistvý vzhled a ve zvídavých očích optimismus. Věčný snílek a smíšek – to jsou ženy Blíženkyně! Charakterizuje je také péče o ruce a nehty, protože když mluví, hodně gestikulují a pozornost okolí se stahuje k rukám.

Bohyně Rak

21. června až 22. července

Zasněný pohled mandlových očí

Ženy Raci jsou připraveny na svém vzhledu a dokonalosti statečně pracovat. I když mají většinou klasické ženské tvary a mohly by inklinovat k nadváze, hodně cvičí a patří mezi nejatraktivnější ženy ze všech znamení. Obličeji dominují mandlové oči a plné rty. Síla jejich očí je v zasněnosti, ten výraz dokáže muže okouzlit.



Lev

Bohyně Lev

23. července až 22. srpna

Vznešenost v každém gestu

Tyto ženy mají aristokratické charizma, jímž si dokážou získávat své oddané poddané. Rytíře, kteří se budou pro ně bít. Žena Lvice musí dbát na svou chůzi a k tomu patří i vzpřímené držení těla. Vůbec by jí neuškodilo trénovat chůzi s knihou na hlavě a také sedět vždycky jako na trůnu. Jako britská královna.

Bohyně Panna

23. srpna až 22. září

Dokonalost a smysl pro detail

Ženy Panny na sobě dokážou neuvěřitelně pracovat. Nechodí si večer lehnout, aniž by si pleť dokonale odlíčily a postaraly se o to, aby byla ošetřena na noc. Nikdy nejdou ven nenalíčené a neučesané. I jejich oblečení musí být dokonalé a do detailu ladit. Stejně tak doplňky a šperky.

Bohyně Váhy

23. září až 23. října

Labutí šíje a krásné oči pod závojem hustých řas

Nádherná dlouhá šíje je pro ženy Váhy typická, měly by ji ukazovat a také ji zdobit. Proto by si měly často vyčesávat vlasy do výše. Mají výrazné oči a muže udolávají svým oddaným pohledem. Mají velký cit pro módu. Protože ale často inklinují ke sladkému, bývají v mnoha případech kypřejších tvarů.

Bohyně Štír

24. října až 22. listopadu

Uhrančivost a svůdnost

Ženy Štírky v sobě mají velkou magickou sílu, kterou dokážou snadno ovládat. Vyzařují takové charizma, že jsou prostě nepřehlédnutelné. Všimnete si uhrančivých očí, ve kterých je vášeň, a sexy bradičky, která si přímo říká o to, aby si muž na ni sáhl. Úsměv těchto žen je tajemný. Útočí tiše a rychle. Vyhlídnutá oběť se většinou vzpamatuje až druhý den ráno.

Bohyně Střelec

23. listopadu až 21. prosince

Pozitivní energie a radost ze života

Ženu Střelce musí mít každý rád, protože je s ní velká legrace, nestěžuje si, nekritizuje druhé, je to žena do nepohody. V tom je její síla. Velká radost ze života je její předností. Ženy Střelci mívají sportovní postavu, krásná stehna a zadeček. Ovšem pohoda a věčný úsměv je to, co je zdobí nejvíc.

Bohyně Kozoroh

22. prosince až 20. ledna

Křehkost a vytrvalost

Jejich síla je v čase. Žena Kozoroh někdy může působit odměřeně, proto by se měla snažit víc usmívat. Její rysy někdy bývají spíš nevýrazné, často je proto zdokonaluje líčením a třeba i brýlemi. Na první pohled ale často upoutá krásnýma dlouhýma nohama modelky. Od tohoto pohledu se muži stěží dokážou odtrhnout.

Bohyně Vodnář

21. ledna až 18. února

Originalita ve všem

Vodnářka musí být vždycky originální. Už svým vzhledem, oblečením a chůzí musí dělat dojem, jako by přiletěla z jiné planety nebo se snesla mezi obyčejný lid nějaká bájná bytost. Měla by se originálně líčit, mít aspoň trochu rebelský účes. Má výrazné rysy, snadno zapamatovatelné. Vodnářky mívají sexy štíhlé kotníky a krásná zápěstí. Proto by je měly zdobit!

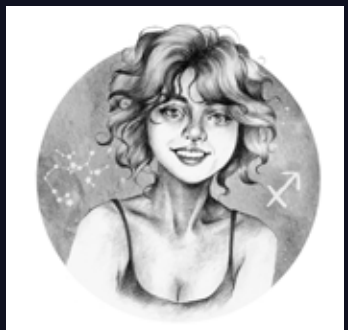
Bohyně Ryby

19. února až 20. března

Smysl pro romantiku

Žena ve znamení Ryb musí být dokonalá princezna. A to nejen vzhledem, ale i chováním. Žena Ryba umí udělat šťastného každého romantického muže. Mívá nejen něžný vzhled, ale i krásné ženské tvary, hluboké rybí oči a nádherné vlasy. Nejvíc ji však dělá přitažlivou její romantická duše.

Text: Olga Krumlovská
Ilustrace: Natalie Krumlovská



Střelec

Bohyně. Dokonalá žena podle hvězd je nejnovější kniha spisovatelky Olgy Krumlovské, kterou nádherně ilustrovala její dcera Natalie.

PhDr. Olga Krumlovská, astroložka a spisovatelka. *Vystudovala Fakultu žurnalistiky Univerzity Karlovy. Pracovala v mnoha médiích, již téměř třicet let publikuje knihy zaměřené na jógu, astrologii a ezoteriku. Za svou publikaci Místa, která léčí získala v roce 2020 novinářskou cenu Czech Travel Press. Je také podporovatelkou projektu Srdce s láskou darované.*

POJISTÍME VÁS VE VŠECH SMĚRECH

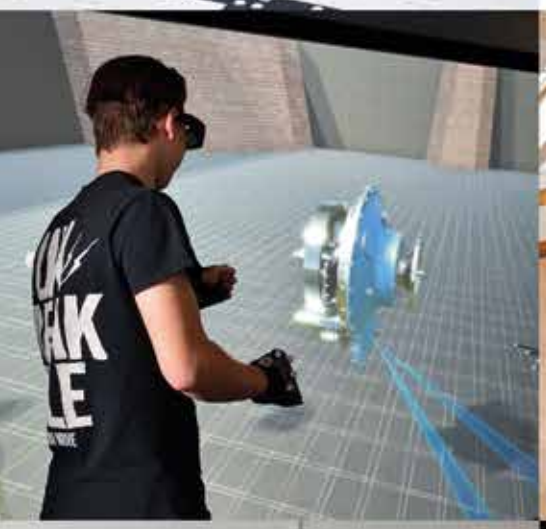
Česká podnikatelská pojišťovna

A je to pojištěno!

ČPP
VIENNA INSURANCE GROUP

MODERNÍ ZPŮSOBY VÝUKY

- INTERAKTIVITA A ZAPOJENÍ ŽÁKŮ
- ROBOTIKA A POLYTECHNIKA
- 3D A VIRTUÁLNÍ REALITA
- VÝUKA JAZYKŮ
- PŘÍRODNÍ VĚDY



Hrdý partner celostátního projektu

Srdce s láskou darované

AV MEDIA SYSTEMS

skoly@avmedia.cz
www.avmedia.cz

OBJEVTE KOUZLO V LUXORU

luxor.cz

VŠECHNO PRO FANOUŠKY
NA JEDNOM MÍSTĚ

Hrdý partner celostátního projektu
Srdce s láskou darované

LUXOR