

## Svět zdraví – znamená zhubnout zdravě



Paní Jarmila (54) začala přibírat po druhém dítěti. V padesáti letech se rozhodla, že se svou nadváhou zatočí. Jenže nastal problém. Nepomohla jí dělána strava, z hubnoucích přípravků mívala zažívací potíže, zkusila krabičkovou dietu, tukožroutské polévky, ale každý pokus měl vždy jen krátkodobý efekt.

„Až na jednom třídním srazu mi spolužačka doporučila Svět zdraví a jejich výživový program. Docházím na pravidelné konzultace již třetí měsíc a cítím se bezvadně.“ neskryvá radost paní Jarmila.

### Komplexní nutriční typologie

Poradny Světa zdraví využívají speciální metodu tzv. Komplexní nutriční typologii, která odhalí, jaký je člověk metabolický typ, tedy jak jeho tělo spaluje jednotlivé druhy potravin. Na základě výsledku hodnocení pak specialista Světa zdraví sestaví vhodný osobní stravovací plán pro konkrétního klienta.

„Metabolismus má každý člověk jiný. Metabolický typ napovídá, jak si naše tělo umí poradit s jednotlivými makroživinami. Sacharidy, bílkoviny a tuky. Pokud je někdo

proteinový typ a jeho strava je složena převážně ze sacharidů, není jeho výživa ideální. Úpravou jídelníčku dojde k tomu, že se klient celkově cítí lépe a také se mu lépe hubne.“ říká Tereza Trenzová, DiS, specialista Světa zdraví z vyškovské pobočky.

A co vy? Nedaří se vám zhubnout? Jíte správně? Zjistěte si, jaký jste metabolický typ.

Ve Světe zdraví Vám také zjistíme, jaký máte metabolický věk, kolik máte vnitřního tuku, zda dodržujete správný pitný režim. Naši specialisté pomocí Komplexní nutriční typologie mohou odhalit i závažná onemocnění.

Neriskujte své zdraví, navštivte naši poradnu co nejdříve.

Tel. 513039160  
www.svet-zdravi.cz

**OKNA-DVEŘE** KTV servis, s.r.o.  
Brněnská 98  
682 01 Vyškov  
tel: 517 330 344  
www.ktvservis.cz

dřevěná-plastová-hliníková  
garážová vrata  
parapety  
žaluzie  
sítě

**ZIMNÍ SLEVY**

\* stavební hloubka 88 mm  
\* tři těsnění ve standardu

## Nominujte „Sportovce Vyškova 2013“

Komise pro sport a tělovýchovu Rady města Vyškova žádá sportovní oddíly a kluby o zaslání návrhů na nominace do ankety „Sportovec Vyškova 2013“. Navržená jména sportovců v kategoriích jednotlivci a sportovní kolektivy zdůvodněte jejich nejlepšími výkony a úspěchy v roce 2013, doložte například výsledkové listiny a kontakty na sportovce a jejich oddíly. Na základě těchto návrhů odborná komise vytvoří anketní lístek, který bude od ledna nabídnut sportovní i odborné veřejnosti ke hlasování. Po tomto hlasování bude

vyhlášeno 10 nejoblíbenějších sportovců a 5 sportovních kolektivů. Upozorňujeme, že do ankety mohou být nominováni pouze sportovci vyškovských sportovních klubů nebo sportovci s trvalým bydlištěm ve Vyškově.

V rámci ankety můžete také nominovat „Sportovní osobnost Vyškova“ a „Trenéry roku 2013“.

Své návrhy pošlete nejpozději do 10. 1. 2014 na adresu: K. Müller, MěÚ Vyškov, OŠKS, Masarykovo nám. 1, telefon: 517 301 292, e-mail: k.muller@meuvyskov.cz.

## Poděkování bezplatným dárcům krve

Oblastní spolek ČČK Vyškov pořádá od roku 2000 v reprezentativním sále Besedního domu předávání medailí a zlatých křížů prof. MUDr. Jana Janského dárcům, kteří bezplatně darují krev na HTO Nemocnice, p.o. ve Vyškově. Slavnostní akce se konají za podpory Města Vyškova a za účasti představitelů a zástupců Města Vyškova, Nemocnice Vyškov, Zdravotní pojišťovny MV ČR, Všeobecné zdravotní pojišťovny. Tato akce se uskutečnila i na sklonku loňského roku.

Zlatý kříž 1. třídy převzali pan Václav Heryng a Břetislav Musil.

U příležitosti Světového dne dárců krve předal hejtmán Michal Hašek zlaté kříže 2. třídy dárcům Jihomoravského kraje, mezi nimi byli přítomni Jan Dobeš a František Kostelka.

Zlatý kříž 3. třídy za 80 odběrů krve převzali dárci: Milan Broušek, Jaroslav Doležel, Emil Durák, Karel Kusák, Jaroslav Matějka, Jan Nejedlík, Miloš Rosák, Jiří Švehla, Vladimír Tesař, Jiří Turek, Libor Vavruša.

Zlaté medaile za 40 odběrů krve obdrželo celkem 48 dárců. Přítomné dárci pozdravil a květinové dary Města Vyškova předal starosta Ing. Karel Goldemund.

Podle MUDr. Marie Pojezné, náměstkyně pro zdravotní péči Nemocnice, p.o. Vyškov, je darování krve vysoce morální a humánní počin. Zástupci zdravotních pojišťoven přítomné seznámili se svými nabídkami a programy pro dárci krve a kostní dřeně a rovněž poděkovali za darování nejdražší tekutiny pro záchranu zdraví.

Předseda ČČK Vyškov Mgr. Miloš Nevřala zdůraznil význam „darování krve“ pro naše zdravotnictví a také všem přítomným i nepřítomným dárcům krve popřál příjemné prožití vánočních svátků a v novém roce pevné zdraví, hodně štěstí

a spokojenosti v soukromém i pracovním životě.

Medaile prof. MUDr. Janského předávali zástupci ČČK, předseda Mgr. Miloš Nevřala a členky Eliška Štolfová, Marie Pernicová, Mgr. Vlasta Kudličková, Jana Brandýsová, Eliška Tvrzníková a Danuše Adamcová.

Dárkové tašky rozdala klientům Zdravotní pojišťovny MV paní Zita Lysáková. Dárkové balíčky převzali klienti Všeobecné zdravotní pojišťovny od Ing. Michala Seidla.

Stříbrné medaile za 20 odběrů

krve získalo celkem 95 dárců. Město Vyškov zastupoval, dárci pozdravil a květinové dary předával místostarosta Břetislav Usmul.

Slavnostní setkání zpřijemnilo svým hudebním programem žáci Základní umělecké školy Františka Sušila Rousínov pod vedením a za hudebního doprovodu Mgr. Radka Dočkala a paní učitelky Hany Jánkové. Na klavír hrála a také zpívala Zuzana Salcburgerová, na altovou zobcovou flétnu zahrál Milan Bubniak, na housle Martin Košťál, na klavír Jakub Švejnoha a Tomáš Nguyen zpíval a hrál na zobcovou flétnu.

Hudební vystoupení záků ZUŠ Rousínov navodilo sváteční atmosféru a přítomné dárci i hosty zaujalo, což vyjádřili svým upřímným potleskem.

**Bronzové medaile za 10 bezpráspěvkových odběrů krve obdrželo 108 dárců** na trans-

fuzním oddělení vyškovské nemocnice.

Výkonná rada OS ČČK Vyškov tímto vyjadřuje poděkování Městu Vyškov a Zdravotní pojišťovně Ministerstva vnitra ČR za finanční příspěvek (na organizační zajištění akcí pro bezpráspěvkové dárci krve našeho regionu), Městskému kulturnímu středisku za slavnostní atmosféru a našim sponzorům – Restauraci Besední dům Vyškov – paní Marii Kašíkové; Rostěnice, akciové společnosti (za pohoštění a dárkové poukázky).

Oblastní spolek ČČK Vyškov děkuje všem dárcům krve za jejich hluboce lidský postoj, kterým nezištně přispívají k záchraně zdraví a životů svých spoluobčanů.

Danuše Adamcová, ředitelka Úřadu OS ČČK Vyškov



**Sportovní taneční klub**  
DSP Kometa Vyškov, o.s.  
Dita a Martin Kubínovi  
trenéři dvojnásobných Mistrů ČR 2013  
pořádají  
**!!NÁBOR NOVÝCH ČLENŮ!!**  
od 6 let  
dne 13. 1. a 15. 1. 2014 od 17.–18.00 hod.  
v malé tělocvičně ZŠ Tyršova, Vyškov  
Dozvíte se, jak se stát mistry a tančit vše co hvězdy STARDANCE  
info. 737 116 123, m.kubin@centrum.cz, www.kometa-vyskov.cz, Facebook

ZŠ Vyškov, Purkyňova 39, p. o. Vás zve  
na **Den otevřených dveří**  
ve čtvrtek 16. ledna 2014 od 16.00 hod.  
Prohlédnete si prostory naší školy  
a uvidíte žáky při práci.  
**Těšíme se na Vás!**  
K zápisu 4. února od 14.00 do 17.30 hod.  
se mohou dostavit všichni předškoláci z Vyškova  
a okolí, kteří mají zájem navštěvovat naši školu.

**PODLAĀŘSKÉ PRÁCE**  
MG SYSTEM

- \* Plovoucí podlahy
- \* Parkety třívrstvé
- \* Renovace parket
- \* PVC – LINO – KOREK
- \* Bohatý výběr vzorků

Gula Michal, Rašovice 225  
Mob.: 777 177 770, tel.: 517 379 911

Masáže Renata Suchánková  
Rekondiční, havajská,  
bankovní a další  
CAMBRIDGE DIET  
Objednávky: 607 663 350  
www.masaze-renata.cz

**LÉKÁRNA U RADNICE**  
v Rousínově  
hledá na výpomoc  
(zkrácený úvazek)  
**LÉKÁRNÍKA ASISTENTA**  
a.gava@seznam.cz  
Tel.: 720 539 333

**TANEX**  
Pavel Sobotka  
ul. Sportovní 12a, Vyškov  
(naproti plaveckému bazénu)  
**STÍNÍČÍ TECHNIKA**  
• žaluzie, markýzy  
• sítě proti hmyzu  
• předokenní rolety  
• látkové rolety (i střešní)  
**PODLAĀŘSKÉ PRÁCE**  
• PVC, CV, lino, marmoleum  
• koberce  
(bytové, zátežové)  
• korek (přírodní, barevný)  
• plovoucí podlahy  
• shrnovací dveře  
• čištění a ošetření PVC, CV,  
marmolea a vinylových  
podl. krytín – domácnosti,  
kom. prostory  
tel./fax: 517 348 416  
GSM: 736 534 500  
E-mail: tanexvyskov@quick.cz  
www.almara.cz/tanex

**ÚČETNICTVÍ, MZDY**  
Daňové evidence  
pro firmy i OSVČ  
mobil: 606 486 427  
e-mail: krizkova@galvera.cz  
www.galvera.cz

Chcete udělat něco pro své zdraví  
a mít ideální váhu?  
Žádné hladovění ani jednovárné diety vašemu tělu neprospějí,  
právě naopak. Abyste měli jistotu, že svým stravováním přinášíte  
tělu co největší užitek, poraďte se s výživovým poradcem  
v Centru zdraví a vitality; Vyškov, Palánek 374/1a, III. patro, dveře č. 409  
**Akce!** Do konce ledna 2014 si můžete objednat vstupní  
konzultaci s tělesnou analýzou pomocí přístroje TANITA  
za zvýhodněnou cenu **199 Kč** (běžná cena 600 Kč)  
Zarezervujte si volný termín na tel. **777 672 327**

**ZPRACOVÁNÍ ÚČETNICTVÍ**  
daňové evidence i zpětně. Zpracování  
mezd, daňových výkazů a hlášení,  
zastupování na úřadech. Vyškov a okolí.  
Tel.: 724 874 149

**KOSMETICKÝ SALON**  
**BLANKA**  
KOJÁL, Nádražní 1/2, Vyškov  
**NOVĚ nabízí:**  
• Vyhlazení vrásek  
galvanickou žehličkou  
• Čištění pleti ultrazvukem!  
• **Permanentní prodloužení  
a zhuštění řas**  
– Luxusní značka  
EMPORIO LASHYES  
– Nové řasy 1 000 Kč  
+ 1 doplnění zdarma!  
• Melírování řas a zdobení řas  
kamínky SWAROVSKI  
Tel.: 606 429 676, 702 074 829

**Žaluzie**  
Sítě proti hmyzu  
Dveřní sítě  
**Akce: sleva 10%**  
Tel.: 517 367 326,  
604 863 437

**ČIŠTĚNÍ KOBERCŮ**  
a **SEDAČEK**  
Tel.: 517 367 326,  
mob.: 604 863 437

Srdečně zveme všechny hudební přátele

## Slavnostní novoroční koncert s přípitkem

www.novorocniturne.cz

## Moravské klavírní trio a operní sólisté

(Jana Ryšánková – klavír, Jiří Jahoda – housle, Miroslav Zicha – violoncello)

Operní sólisté: Marta Reichelová – soprán, Roman Hoza – baryton

**14. ledna 2014 v 19 hodin, Besední dům, Jana Šoupala 4, Vyškov**

Program: Novoroční koncert Moravského klavírního tria opět slibuje jedinečný hudební zážitek. Sváteční novoroční nálada v kultivované společnosti, výběr světoznámých árií (Mozart, Donizetti, Verdi, Čajkovskij, Nedbal) v podání špičkových umělců, k tomu přípitek lahodným vínem v kruhu nejbližších.

**Pozvěte své přátele a známé a ukažte jim, že klasická hudba v podání Moravského klavírního tria není hudbou vážnou...**

Na koncertě vám nabídneme za skvělých 190 Kč novoroční DVD, live záznam vyškovského koncertu novoročního turné 2012 Moravského klavírního tria a operních sólistů s hlavní hvězdou, sólistkou tokijské opery Miki Isochi.

Těšíme se na setkání s vámi

Za Moravské klavírní trio www.moravskeklavintrio.cz Jiří Jahoda, houslista



**ÚVĚRY**  
pro živnostníky a podnikatele  
30.000 až 300.000 Kč  
✓ Startovací úvěr  
✓ Překlenovací úvěr  
✓ Účelový úvěr  
Čím více dokumentů dodáte,  
tím lepší cenu získáte!  
Volejte ZDARMA  
**800 303 330**  
www.ProVasePodnikani.cz