

CENA 150 Kč

Rodinný život

3/26

ROČNÍK
XXXVI.

TÉMA ČÍSLA
RODIČE²

ČASOPIS
RODINNÝ ŽIVOT
ČEKÁ ZASLOUŽENÝ
ODPOČINEK

Více na str. 46

**Vladimír
Kořen**
Bojí se něčeho?

PORADNA

Já ti to říkal

TÉMA

Náhradní péče

SVĚDECTVÍ

Když matka
musí pustit

Obsah

3 ÚVODNÍK JAKO O VLASTNÍ	22 CHLAPI SOBĚ DOMÁCÍ CÍRKEV	Praktik
4 ROZHOVOR KAŽDÝ DEN MŮŽETE ŘÍCT: „JÉ, TO JSEM JEŠTĚ NEVIDĚL“ VLADIMÍR KOŘEN	Rodinná kuchařka	34 KÁMOŠ MOBIL POŘÁDEK DĚLÁ PŘÁTELE
9 DĚDOVY FÓRKY I VE MNĚ DŘÍMAJÍ TEMNÉ A VRAŽEDNÉ SÍLY	23 KLÁŠTERNÍ RECEPTY Z KUCHYNĚ SESTER SCHÖNSTATTSKÉHO HNUTÍ	35 ŽIVÁ FARNOST KOSTEL PLNÝ BAREVNÝCH AKTOVEK I NADĚJE
Téma: Rodiče²	25 RECEPT S PŘÍBĚHEM PRIESSNITZOVA VODOLÉČBA ŠUNKOU V PÁŘE	36 DÁMSKÁ JÍZDA VERONIKA FILIPOVÁ
10 ROZHOVOR JAK PÁN BŮH DOROVNÁVÁ MANŽELÉ VEČEŘOVI	26 KŘÍŽOVKA	38 PÁN BŮH ZAPLAŤ FARNOST ROUDNICE NAD LABEM
14 SVĚDECTVÍ KDYŽ MATKA MUSÍ PUSTIT	27 TVOŘÍME S DĚTMI BAREVNÝ MOTÝL	40 RODINA NA CESTÁCH DO MEDOVÉHO KRÁLOVSTVÍ MARLENKA
15 INFO NÁHRADNÍ PÉČE V ČR	Na hlubinu	
16 ROZHOVOR DOBRÁ RODINA ZDENĚK SOUDNÝ	28 RÁDCE CO TO TAM MÁŠ NA TOM MOBILU?	Mezigenerační vztahy
19 FEJETON CHARITKA, ANĚL A OSTATNÍ	29 MOUDRA POCTA BABIČKÁM	41 Z KAZACHSTÁNU DO ČESKA
	30 Z RODINNÉHO ŠUPLÍKU NOVÁ ŠMOUHA A MARIÁNSKÁ LAHVIČKA ANEB O KRÁSE POMÍJIVÉ I VĚČNÉ	42 PŘÍBĚH RODINY NĚMCOVÝCH
20 SLOVO ODBORNÍKA ATTACHMENT	31 PORADNA JÁ TI TO ŘÍKAL!	44 KNIHOMILKA FILM
	32 HRDINA HISTORIE HRDINA – ANO ČI NE? PADOUCH ČI HRDINA? ČLOVĚK!	45 PODZIMNÍ AKCE PRO RODINU
		46 ZA DVEŘMI REDAKCE

Rodinný život 3/26 ROČNÍK XXXVI. Září 2026

ŠÉFREDAKTORKA
Šárka Chlupová

REDAKCE
Markéta Matlochová
Eliška Chovancová
Ondřej Kuběnka
Luboš Nágl

FOTOGRAFIE
Šárka Chlupová

KOREKTURA
Jana Kopová
Jitka Škařupová

GRAFICKÁ ÚPRAVA
Eliška Chovancová

VYDÁVÁ
Centrum pro rodinný život
Biskupské náměstí 2
779 00 Olomouc
tel.: +420 587 405 250
mail: rodinnyzivot@ado.cz

www.rodinnyzivot.eu
Číslo účtu: 2800068926/2010

TISK
Profi-tisk group s.r.o.,
Olomouc

PŘÍŠTÍ ČÍSLO 4/26
vychází v listopadu 2026
Evidenční číslo MK ČR E11060
ISSN 1214-0856
Olomouc 2026



Archiv zdarma

Nezapomeňte, že můžete listovat celým archivem časopisu za posledních 36 let! Stačí na webu časopisu v záložce ARCHIV zadat vaše ID a PSČ.

rodinnyzivot.eu/archiv



Anketa

Máte poslední možnost zúčastnit se ankety Čtenáři čtenářům otištěné v čísle 2/26! Nebo nejjednodušeji zde přes QR kód. Vyhodnocení již v příštím, posledním čísle!



Jako o vlastní

„Vždyť já se o vás starám skoro jako o vlastní!“ traduje se výrok naší biologické maminky, která si nás neadoptovala ani nekoupila od obchodníků s bílým masem. I když by to leccos vysvětlovalo...

Proto je výrok humorný a použitelný jako připomínka našeho radostného dětství, kdy jsme se o každou pochutinu museli dělit s ostatními sourozenci a vařečka se nepoužívala jen na míchání.

Ne všechny děti vyrůstají s oběma rodiči, a to ještě svými biologickými. Pokud jste doposud rozlišovali jen dvě formy náhradní péče – adopci a pěstounství, můžete se dále dočíst i o přechodné pěstounské péči, poručenství, svěřenectví nebo o u nás poměrně novém termínu hostitelské péče.

Vařečka se nepoužívala jen na míchání.

Rodiče tak představují širokou škálu velmi potřebné pomoci dětem, které z nejrůznějších důvodů vyrůstají bez možnosti výchovy rodiči vlastními. A to obzvláště po změně legislativy z roku 2025, kdy se umístění dětí do tří let věku do ústavní péče eliminuje právě kvůli snaze, aby jim byla co nejrychleji poskytnuta péče náhradní.

Bylo by hezké, kdyby šel adoptovat i časopis. Rodinné centrum ho pipalo 36 let. Užijte si třetí (předposlední) číslo posledního ročníku (čtete na str. 46).



ŠÁRKA CHLUPOVÁ

Šéfredaktorka, výtvarnice a pedagožka, ilustrátorka knih, koordinátorka mezinárodních projektů; v redakci pracuje přes 25 let.

A portrait of a middle-aged man with short, light brown hair and blue eyes. He is wearing a dark blue blazer over a light-colored shirt with a small blue floral pattern. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is blurred, showing warm, out-of-focus lights.

Každý den
můžete říct:
„Jé, to jsem
ještě neviděl“

**Rozhovor s moderátorem
Vladimírem Kořenem**



Následující řádky vás vtáhnou do světa syrové reality na hony vzdálené té virtuální. Tyto příběhy se skutečně staly a místo děje je taktéž reálné a vygooglitelné. Kromě památkově chráněné lokality Horka, kde sídlí stejně vzácný čolek velký, obývají zdi bývalého mlýna mnozí protagonisté následujících příběhů...

I ve mně dřímají temné a vražedné síly

Několik dní jsem ponechal běh světa svému osudu, nestaral se o Down Jonesův index či svačiny politiků na jachtách ve Středomoří. Žil jsem sobecky sám sebou a staral se jen o své požitky, zasazené na několik dní do krás jihočeské krajiny, rybníků a kaváren. Nechal jsem si od průvodců povědět, co se před staletími dělo za zdmi krumlovského zámku, prohlédl si zámecké divadlo, propletl se mezi nekonečnými davy asijských turistů do některé z kaváren a za soumraku smočil svůj kotníček na Lipně.

Během těch pár dnů jsem si taky uložil do své operační paměti mnoho obrazů urozených pánů a paní a jejich více či méně urozených dětí a taky nějakých těch pravo či levobočků a dalších odboček, jak je život lidstvu od nepaměti přináší. Snažil jsem se mezi gobelíny, intarzovanými komodami a tepanými mečíky najít někde zasutého ducha té doby. Protože sličná průvodkyně pohovoří, kdo kdy hrad obléhal, kdy panství přešlo do jiných alabastrových či hrabivých ruček, ale jaký byl všední den hradního pána, když se zrovna neobléhalo nebo naopak nedobývalo, je pro historiky asi příliš fádni a nezajímavé. Mě by to ale zajímalo velmi. Víc než vyřezávaný kazetový strop rytířského sálu rožmberského hradu, vytvořený Vredemanem de Vries na počest sňatku pana Voka s Marií Magdalenou z Kolovrat.

Zdá se mi, že krom knížete Schwarzenberga budu mít dalšího oblíbeného feudála. Rozmařilý Petr Vok, zadlužený u bratra až po uši,

praštil jednoho dne do stolu (samo-zřejmě, že za tím byla jako vždy cherechez la femme – mladičká a krásná choť), začal rozumně hospodařit a splatil všechny dluhy. Přestál dvě tehdejší ekonomické krize a hospodářsky pozvedl svůj kraj. Což ještě nebylo všechno. Za svého života nezvýšil žádnou daň ani nepřidal novou. Hospodařil bez rozpočtového schodku a na treboňském zámku se dvakrát denně dávalo zdarma jídlo všem chudým, nezaměstnaným, homelesákům a pocestným. A v dějepise nás učili, že to byl sobecký a tmářský feudál. Škoda, že s takovým zpátečnickým programem nejde některá ze současných politických stran do voleb. Hned bych jí dal svůj hlas.

Po cestě zpátky domů mě dostihla radostná sms, která mi sdělila, že moje dědečkovské konto se zase zvýšilo. Což bude v praxi znamenat nápor na moje finanční rezervy v podobě zlatých náušniček, stříbrných botiček a brilantových přívěsků. Moje nová princeznička je spanilá dívčina jménem Marínka, a když jsem ji měl v povijánku v náručí a držel k ní uvítací projev, zdálo se, že je

s takovým stavem věcí velmi spokojená. Za odměnu jsme pak obdrželi na týden jejího staršího bratra Samuela, aby si novopečená máma aspoň trochu odpočinula.

Takže vnouček už vesele víří třetí den našim domem a znovu mi připomíná, jak neuvěřitelnou schopností tyhle malé děti disponují. Nikdy nezachytíš nadzvukovou rychlostí letící skleněnou vázu ze stolu dřív, než se roztrhne na zemi za nadšeného hýkání malého netvora, a sirup naleje do papučí tak nepozorovaně, že až sladká bažina, slepující dokonale a neoddělitelně prsty u nohou, mě utvrzuje v tom, že i kdesi hluboko ve mně dřímají temné a vražedné síly.



LUBOŠ NÁGL

Emeritní sekretář pro pastoraaci Arcibiskupství olomouckého; je ženatý, má 1 manželku, 11 dětí, 19 vnoučat a 1 pravnouče.



Když matka musí pustit

Byla samoživitelka. Neměla rodinu, jen své děti. Ty byly jejím světem – důvodem, proč vstávala i ve dnech, kdy už tělo sláblo. V dlouhém boji s těžkou nemocí postupně došly finanční prostředky. Přátelé jí nabídli malý byt. Neměla peníze na nájem, neměla kam jít. Měla nemoc, která postupovala, a děti, které milovala.

Jednoho dne musela udělat rozhodnutí, které žádná matka udělat nechce. Odevzdat své děti do dětského domova. V té době mě požádala o doprovázení. O naslouchání. O pomoc hledat odpovědi na otázky, které neměly snadná řešení. Nešlo o právní kroky ani o organizaci péče. Šlo o vinu, bolest, strach a lásku, která se musela vzdát každodenní blízkosti, aby děti mohly žít.

Věděla jsem, že bez fungujícího rodinného zázemí nemůžeme poskytovat domácí hospicovou péči. Bylo zřejmé, že bude nutný lůžkový hospic. Přijímala to velmi těžce. Do poslední chvíle věřila, že se její stav nebude zhoršovat. Jako by naděje byla posledním mostem, kterého se držela – nejen pro sebe, ale především pro své děti.

Ve skromném pokojíku, kde později bydlela, psala svým dětem dopisy. Pečlivě vybírala slova. Skládala fotografie, na nichž byl zachycen jejich společný život. Ne pro minulost, ale pro jejich pokračování. Aby jednou věděly, kým byla. Jak moc je milovala. Jak mnoho pro ni znamenaly.

Až na dřeň jsem cítila její bolest. Navštěvovala jsem ji a byla svědkem neuvěřitelného mateřského hrdinství. Ne v patosu, ale v tichu. V každém dopise, v každé fotografii, v každém rozhodnutí, které bolelo víc než nemoc sama.

Mluvilysme spolu hodně také o Bohu. Byla katolička, ale nesla

v sobě hluboké zranění z církve. Věděla jsem, že svátost nemocných by pro ni mohla být velkou pomocí. Zároveň jsem cítila, že nesmím tlačit. Některé věci potřebují dozrát v tichu. Jednoho dne mě sama požádala o návštěvu kněze. V tom gestu bylo přijetí její situace. Smíření. A také rozhodnutí vydat se na cestu do lůžkového hospice.

Blížily se Vánoce. A jako každá maminka chtěla se svými dětmi prožít Štědrý večer. A podařilo se to – v lůžkovém hospici. Byla usmažená ryba, bramborový salát, ticho i smích. Byl to večer, který nepatřil nemoci ani systému, ale rodině. I když měla jinou podobu, než si kdokoli z nich přál.

Věděla jsem, že je připravená odejít. Její hlas slábl. Přestala psát zprávy. A pak odešla tiše. Statečně. S velkým odkazem pro své děti – a zároveň pro mě.

Často se mluví o náhradní rodinné péči v souvislosti s dětmi. Já jsem se s ní setkala na konci života. V péči o matku, která musela své děti pustit, aby mohly žít. Tento příběh mi ukázal, že i dospělý člověk na konci života potřebuje v určitých situacích náhradní vztahy – lidi, kteří na čas ponesou to, co on už nést nemůže. Ne jako náhradu, ale jako most.

Věřte mi, že právě takové chvíle v nás zůstávají navždy.



JANA SIEBEROVÁ

Zdravotní sestra, aktivistka hospicového hnutí a spisovatelka.



Chtěli byste si přečíst kromě tří posledních titulů avizovaných v posledních dvou číslech i další knihy Jany Sieberové?

Vrhněte se na další dvě – nepřestanete, dokud nedočtete do konce.



Druhá kniha **Naděje na konci cesty** navazuje volně na autorčinu prvotinu. Jana Sieberová věrně kráčí ve šlépějích své učitelky a křestní kmotry Marie Svatošové. Stejně jako ona neúnavně přednáší, hoří a zapaluje, rozsévá semínka, zalévá je modlitbou, vírou jim pomáhá klíčit, růst a zrát. Z inspirace hořické Duhy už vzniklo v našich zemích více než dvacet domácích hospiců. V této knize se dočtete o povolání pracovníků ke službě umírajícím a také se seznámíte s dalšími příběhy hospice Duha.

Třetí knihu Jany Sieberové vydalo nakladatelství Don Bosco v Bratislavě a nakladatelství Triton v Praze s názvem **Proč se lidé bojí smrti**. Autorka v příbězích z doprovázení vystihuje potřeby umírajících lidí, jejich obavy, strachy a úzkosti, ale také silnou potřebu naděje. Kniha se může stát příručkou nejen pro zdravotníky, ale také pro těžce nemocné a jejich rodiny.

Co to tam máš na tom mobilu?

Rodiče, dejte si ruku na srdce. Máte přehled o tom, co vaše děti dělají na svých mobilech, tabletech a počítačích?
A dá se to vůbec uhlídat?

Nejdříve zkuste odhadnout, kolik hodin denně děti průměrně stráví na mobilu. Myslíte si už nějaké číslo? Podle mnoha průzkumů jsou děti do pěti let přilepené na obrazovkách více než hodinu denně, starší děti kolem tří až šesti hodin, mladiství i třeba sedm až devět hodin.

Není potřeba hned bít na poplach. Mobily se staly našimi každodenními pomocníky a slouží k tolika dobrým věcem. Řešení nemusí být okamžitý zákaz, ale rozumné omezení a kontrola. Navíc, než začnete své děti kárat, podívejte se do nastavení svého telefonu (případně do androidí aplikace Digitální rovnováha, kterou jsme již dříve doporučovali v rubrice Kámoš mobil) a zjistěte, kolik času vy sami trávíte u obrazovky. Docela velké číslo, co?

Přirozeně děti hledají na svých zařízeních také zábavu. Buďme k sobě upřímní: scrollování příspěvků na sociálních sítích a sledování videí vám asi nebude cizí. Ale co Fortnite, Roblox nebo Minecraft? Znáte? Hráli jste někdy? Jde o nejrozšířenější hry našich dětí, přesto podle naší ankety mezi rodiči většina netuší, jak fungují.



Nejde totiž jen o sbírání bodů nebo herních měn. Tyto hry jsou spíše virtuálními komunitami a svěbytnými digitálními světy. Děti většinou nehrají samy a na těchto platformách si mohou najít nové parťáky, a to i z opačného konce světa. Procvičují si angličtinu, učí se navazovat vztahy. Komunikace se pak může přesunout na sociální sítě typu Discord či Snapchat. A z kamaráda se může vyloupnout někdo úplně jiný. Říká se tomu dětský grooming – kdy jedinci či skupiny navazují důvěrné kontakty s dětmi s cílem vylákat jejich osobní údaje, fotky, adresu.

Děti nejsou hloupé. Vědí, že s cizími dospěláky se přece bavit nemají. Ale nemusejí včas rozeznat nebezpečí. Jak jim tedy pomoci?

Máte nespočet možností – od zákazu mobilů přes aplikace na rodičovskou kontrolu po metodu důvěřuj, ale prověřuj. Nastavit doma pravidla je základ. Můžete se s dětmi domluvit na časových limitech, což asi děláte. Zkuste ale pozměnit svůj přístup a po těch dvou hodinách hraní, kdy vám dítě odevzdá svůj počítač, se ho zeptejte, co hrálo. Jděte na to pomalu a nebojte se být trapní. Přiznejme si, že online svět se proměňuje šilným tempem, a proto nestíháte sledovat všechny jeho trendy. Svěřte se dítěti, že jej nechcete přehnaně kontrolovat, jen se zajímáte o to, co na mobilu dělá. Protože se v tom prostě nevyznáte, ale zajímá vás to.

„Rodiče by si měli dát pozor na volbu slov,“ radí studentka psychologie z Univerzity Palackého v Olomouci. Jakmile nasadíte nepřátel-

ský tón, dítě to vycítí. „Nejlepší je vyhnout se moralizování, k němuž rodič může snadno sklouznout,“ dodává. Dítě by mělo z vaší strany vnímat opravdový zájem, nikoli absolvovat přednášku od rodiče, který jen maluje čerta na zeď, a přitom o hrách neví zhola nic.

Pokud chcete zabránit prvotnímu šoku a před náletem na své dítě se alespoň základně dovědět, podívejte se na Youtube na rozhovory s odborníky na téma Roblox a dejte si také nějaký letsplay – tedy video, v němž youtuber hraje třeba Roblox a diváci se baví nad jeho skilly (schopnostmi) i faily (neúspěchy).

A dál? Vybídněte svého syna, ať vám ukáže své skiny (postavy) ve Fortnite, nebo si zkuste parkour se svou dcerou v Robloxu. Budujte v dítěti důvěru, aby se vám nebálo svěřovat, když ho ve hře něco zarazí. Aby své problémy raději netajilo s tím, že byste mu všechny hry potom zakázali.

ONDŘEJ KUBĚNKA



Pocta babičkám

Rád se dívám na deskové obrazy Mistra Theodorika na Karlštejně. Sv. Ludmila má na obraze uvázaný šátek kolem krku. Víme, že to má naznačovat způsob smrti – uškrcení šátkem. To je Ludmila, babička knížete země české Václava.

Potkal jsem jednou mladého člověka, který měl na tričku napsáno: „Mám problémy, jdu k babičce“. Václav to neměl na triku napsáno, ale k babičce chodil, byl u ní vychován. On si ještě mohl uvědomit, že babička je ta, která stojí u našeho zrození. Babička je ta, která babí, a babit znamená vést porod. Nevím, jestli Ludmila vedla porod Václavův, spíše tam byly jiné ženy, ale protože Václavova matka byla zaměstnána jinak – jako každá matka v současnosti – byla to babička Ludmila, která byla s dítětem. Babička si více pamatuje, je svědkem vzdálených dějů, téměř už se ztrácí. U babiček nás přitahuje vždy nějaká truhla, ty babičkovské truhly jsou vždycky tak tajemné a přitažlivé.

O babičkách si můžeme dovolit i zavtipkovat: Babiček je dvakrát víc než lidí. Každý člověk má dvě.

Ruce babičky jsou jako konejšivé pohlázení oblíbené příkrývky. Obklopují nás a zahřívají na duši i na srdci, a při tom nás chrání před zimou a ostrými hranami světa.

Babička je také většinou klidnější než matka. Co matka kárá a nerada vidí, babička laskavě a s úsměvem přejde, protože má více zkušeností. A proto se jdeme poradit spíše s babičkou než s matkou. Také se snáze svěříme babičce.

Dokonce ve snářích – výkladech snů – se vysvětluje: „babičku ve snu vidět“ – dobrou radu potřebovat.

Některé to vedlo k lidové básničce: Babička všechno dovede, spravit vláček, když nejede, uplést čepici na medvídku, linkovat sešit bez pravítka, zná se se všemi zvířátky a nejlíp vypráví pohádky.

K obrazu babičky patří i to, že se jaksi ztrácí, že sedává u ohně. Kdo

komu dává teplo: plameny stařence, či babička rodinnému krbu?

Babička má čas, který jako matka nikdy neměla – čas vyprávět, čas poslouchat tajemství, čas na mazlení.

Babička mnohdy nedopoví všechny své příběhy, zůstane mnoho nevysvětleného, s čím se kupodivu setkáváme ne v minulosti, o níž vyprávěla, ale ve vlastní budoucnosti. Jak často jsme si už vzpomněli: Vždyť to říkala už naše babička...

Mám problémy, jdu k babičce – měl ten kluk na tričku. Babičku už třeba většina z nás nemá. A proto o babičkách mluvím, abych jim vzdal hold, abych jim poděkoval.

Jedna vnučka napsala: „Když nemám co dělat, jdu si sednout

k babičce, zatímco ona plete. Moje babička voní pudrem a dýchá velmi pomalu, pomalu. Čas od času zvedne oči a trochu se usměje, obvykle však přestane pracovat a oddechovat. Dává mi pocit klidu a bezpečí...”

Kdosi radil babičkám:

Nepotřebuješ být špičková babička, aby tě tvoje vnučata milovala. Jedna nádherná vzpomínka jim vydrží celý život.



PROKOP SIOSTRZONEK

Benediktinský mnich a arcipastýř
břevnovského kláštera.





Do medového království Marlenka

– **mazání medu kolem pusy dovoleno**

Frýdek-Místek stojí za návštěvu. Vaše první kroky by měly směřovat do letního aquaparku Olešná, kde se zabaví děti i dospěláci. Bude jen na vás, zda si více užijete bazény různých hloubek se skvělými vodními atrakcemi, dětské brouzdaliště, sadu tobogánů nebo krásnou procházku kolem nádrže Olešná.

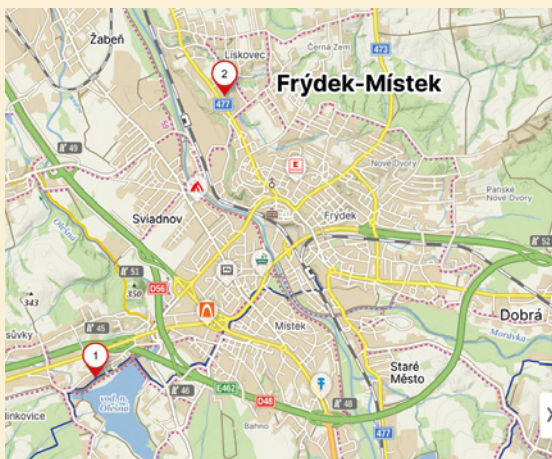


Jakmile se vám bude zdát, že jste se dostatečně pochlubili svou letní formou, a vaše celoroční hubnutí do plavek se tak už pořádně vyplatilo, přejedte ze západní části města do té severní. Čeká vás tam místo medem oplývající, medové království Marlenka. Nemusíte podnikat výpravu za devatero hor. Na jednom místě se nachází sídlo, továrna i návštěvnické centrum. V těsné blízkosti dokonce také lesopark (nebojte, není nijak začarovaný). Právě v návštěvnickém centru začínají exkurze, které potěší každého člena rodiny. Nadlábnete se medovými dobrotami, protože pro každého čeká na stolečku připravený talířek se všemi druhy produktů. Doporučujeme uždibovat po malých kouscích, protože vaši konzumaci bude doprovázet povídání sympatických průvodců, kteří si nezaslouží,

abyste na ně pobaveně či s údivem otvírali plnou pusou. Neminou vás příběhy o tom, jak se z arménské receptu stal náš národní klenot, kde se vzalo jméno celého podniku, kde ve světě se můžou po Marlence utlouct a kolik vážil největší marlenkový dort. Nemyslete si, že půjde o suchou přednášku. Průvodci vás totiž zavedou také do ochozu, z něhož je vidět celá výroba jako na dlani. Dejte si na webu pozor, abyste si rezervovali správný termín. Může se stát, že zrovna přijedete do víkendového provozu a zaměstnanci, pásy a stroje kvůli tomu nebudou pracovat ostošest, ale jen třeba ostopět. Na ochozu možná přehodnotíte svou kariéru, protože Marlenka jako zaměstnavatel umožňuje svým zaměstnancům ujídat, pokud zachovají hygienické předpisy, vše si zbaští před koncem směny a dorazí na tu další. Ptáte se, jak se nováčkům daří odolávat? Dozvíte se od milých průvodců.

Prohlídku zakončíte v obchůdku a v kavárně. Svým příbuzným tedy můžete přivést sladké suvenýry. Vždyť když už začnete tloustnout vy, ať to nemine ani je. Prohlídka zabere asi hodinku. Energií z cukru mohou děti vyběhat v lesoparku. To přece vypadá na den jako obrázek, no ne?

ONDŘEJ KUBĚNKA



EXKURZE V MARLENCE

KDE:

Marlenka 434, Lískovec,
Frýdek-Místek
(20 min z centra Ostravy)

VSTUPNÉ:

dospělý (od 15 let) 189 Kč,
dítě 149 Kč, rodina (2+2) 499 Kč

Dvě až pět prohlídek denně od
úterý do neděle (o víkendech
omezeně).

Rezervujte si termín na webu.

www.marlenka.cz/cs/medove-kralovstvi/exkurze



Foto: archiv Marlenka