

## **6 Seznam příloh**

**Příloha č. 1: Základní leták kampaně Dny zdraví (obrázek)**

**Příloha č. 2: Barevný leták kampaně Dny zdraví (obrázek)**

**Příloha č. 3: Leták Střevotour (obrázek)**

**Příloha č. 4: Přepis článků celostátního tisku (text)**

**Příloha č. 5: Přepis vybraných článků regionálního tisku (text)**

## 7 Přílohy

Příloha č. 1: Základní leták kampaně Dny zdraví (obrázek)

# DNY ZDRAVÍ

## ČEREN 2011

---

**SOBOTA 16.10. 2011**

**Cvičení maraton**  
 Tělocvična v Lázních Aurora  
 vstup studentský 180 Kč, ostatní 180 Kč /  
 14:00 – 18:00

- cvičí: Honza Wlasek, Michal Winter a Kuba Mařík
- Kickbox aerobik, bodyforming, zumba
- Tombola, pít a spousta zábavy!



---

**PÁTEK 21.10. 2011**

**Fitness s esbním tréninkem**  
 Fitness Bertiny lázně / vstup zdarma / 15:00 - 19:00

- Profesionální trenér poradí i přefineje jak správně posilovat.



---

**NEJEDLE 23.10. 2011**

**Leďte si nedělní wellness**  
 Wellnesscentrum Aqua Viva v Lázních Aurora / vstup s letákem zdarma /  
 8:00 - 12:00

- Leták ze sobotního posilování jako jednorázová vstupenka do wellnesscentra (sauna, fitness) pro 1 osobu na 1 hodinu zdarma

Více programů čtenářů



---



info na [www.lazneboroska.com](http://www.lazneboroska.com)

**Příloha č. 2: Barevný leták kampaně Dny zdraví (obrázek)**

OÚ Bolatice ve spolupráci s místními lékaři, ZŠ a MŠ Bolatice a dalšími organizacemi pořádá

# DNY ZDRAVÍ

 **V BOLATICÍCH** 

v rámci kampaně Národní sítě zdravých měst (NSZM ČR)

## DEN ZDRAVÍ - 9.10.2012

od 17:00 do 20:00 hod. v sále Kulturního domu Bolatice

V rámci tohoto dne si můžete nechat otestovat změny rytmu srdce pomocí časové a spektrální analýzy, vyšetřit za pomoci přístroje zatížení v celém těle jak po energetické stránce, parazitální, virové a bakteriální a zatížení buněčné, získat informace o kavitaci (neinvazivní liposukci), změřit objem plic, tlak krve, množství cukru v krvi, ochutnáte výrobky zdravé výživy z naší školní jídelny, ochutnáte ovocné šťávy, seznámíte se s produkty doplňkové stravy, s různými kompenzačními pomůckami pro handicapované a seniory, můžete se poradit s odbornými lékaři (stomatolog, interní lékař, praktický lékař pro dospělé), ohledně prevence rakoviny prsu, péči o pleť, ohledně výživy a homeopatie, seznámit se s protahovacími cviky na páteř a se základy první pomoci, seznámit se s programy a benefity VZP.

## POCHOD ZA ZDRAVÍM - 14.10.2012

od 9:00 hod. od Kulturního domu Bolatice

Pochod Naučnou stezkou v Chuchelenském lese v délce cca 10 km se startem od 9:00 hod. od Kulturního domu Bolatice. Na trase pochodu si můžete zaházet na cíl, sešplhat kopec pomocí lana, zalovit rybičky, zastřílet ze vzduchovky, atd. Pro účastníky pochodu je připraveno i malé občerstvení!

## BESEDA o Gemmoterapii- 23.10.2012

od 17:00 hod. v Obřadní síni OÚ Bolatice

přednáška a následná beseda s lékaři o léčbě pomocí pupenů

**Přijďte, zapojte se do aktivit pro zdraví  
a podpořte tak své vlastní zdraví! Každý účastník obdrží malý dárek!**

Ministerstvo životního prostředí  
České republiky

Tato akce je pořádána v rámci projektu  
Zlepšení kvality projektu MA23 v obci Bolatice, financovaného z Revolvingového  
programu Ministerstva životního prostředí

Příloha č. 3: Leták střevotour (obrázek)

**Třebíč** SRDEČNĚ VÁS ZVEME NA ZAHÁJENÍ KAMPANĚ  
**DNY ZDRAVÍ**  
 V RÁMCI **STŘEVOTOUR**  
 VE ČTVRTEK **4. ŘÍJNA 2012** OD 9 DO 16 HODIN  
 KARLOVO NÁM. TŘEBÍČ

**VSTUPE S NÁMI DO STŘEVA ~ poznání obrání**

- Vstup se na vstupu do měřicího stanoviště váha a měření tlaku.
- Prezentace výtvarného průvodce a zdravotní sestry z oddělení gastroenterologie.

**VSTUPE S NÁMI DO KAMIONU ÚSTNÍ HYGIENY**

- Pro děti: hra o zdraví měření kůže, rážku, cholesterolu a krevní tlak, výživa a ovoce
- Prezentace STŘEVA a ústní hygieny, zdravotní sestry, MUDr. O. Křátek
- Informační centrum bezpečnosti potravin (Ministerstvo zemědělství)
- Kulturní a vzdělávací programy
- Střevotour 2012 - výzva k lepšímu zdraví
- Ochráněná zelená jídla - zdravá máma

**PROGRAM PRO DĚTI NA PÓDIU:**

- Růžka a dva vystupující děti a rodičův přítel, Žuří a zajímavých kuchařů
- od 9:30 hod. - představení Divadla pro všechny Třebíč, Město - Dítětemyš, příprava kuchařů a kuchařek
- od 10:00 hod. - hudební dvojice NANA A STANISLAV
- od 14:00 hod. - skupina MYSLEK



#### **Příloha č. 4: Přepis článků celostátního tisku (text)**

##### **Na náměstí vyroste střevo, Mladá fronta DNES- Vysočina, Jaroslav Paclík, 1. 10. 2012, str. 2**

TŘEBÍČ Ve čtvrtek odstartuje série akcí v rámci třebičských Dnů zdraví. „*Všechny jsou vypsány na letáku, který je k dispozici na radnici nebo v informačním centru,*“ uvedla za Zdravé město Iveta Ondráčková. První akcí je Střevotour ve čtvrtek od 9 do 16 hodin na Karlově náměstí. "Zájemci se mohou vydat do makety tlustého střeva," řekla Ondráčková. Na náměstí bude připravena i zábava pro děti, zdravotní poradna a možnost ochutnávky zdravých jídel.

##### **Je čas na životní změnu?, Metro, Iva Málková, 4. 10. 2012, str. 15**

Nastal podzim a národ si nedává cíle, že bude hubnout, přestane kouřit...Čeká na Nový rok nebo na úplněk či pondělí. To je však spíše o vnější motivaci, která často nevede k trvalému cíli. Nečekejte na význačné datum a zkuste se zamyslet nad vnitřní motivací, která je pohonem k životní změně. Jaké slůvko vám naskočí ve vztahu k hubnutí? Musím zhubnout? Někdo (lékař, rodina) na mě klade tlak a není to svobodné rozhodnutí a tlaku se často bráním hrou ano, ale... Chtěl bych zhubnout? Člověk by chtěl, ale ještě není opravdu rozhodnutý něco ve svém životě změnit. V tomto stádiu je výhodné zvážit zisky a ztráty z životní změny. Co mi přinese zhubnutí? Co tomu budu muset obětovat? Pomůckou pro bilancování vám může být program na [www.stobklub.cz](http://www.stobklub.cz), kde se v interaktivních lekcích otestujete, zda nastala ta pravá doba na hubnutí. Nečekejte však na magické datum Nového roku, to by vás mohlo stát hodně kilogramů navíc. Zkuste si s hezkým počasím podzimu dát za cíl, že třeba ujdete každý den o pár kroků více a že uděláte dílčí změnu ve stravovacích návycích, která vám nebude nepříjemná. Koupíte si kvalitní šunku, zkusíte pro vás neznámou zeleninu či nějaké exotické ovoce nebo si dáte k televizi místo chipsů dvě deci vína. A třeba vám naskočí - chci hubnout, protože cítím, že je to pro mě dobré a správné a není tam už žádná brzda ale... A pokud chcete inspiraci, přijďte si vyzkoušet šestnáct druhů pohybu a ochutnat desítky druhů nutričně vyvážených chutných potravin na Den zdraví 21. října. Citát: třeba vám naskočí -chci hubnout, protože cítím, že je to pro mě dobré a správné.

**Jak si užít týden, Blesk pro ženy, Dita Černá, Simona Procházková, 15. 10. 2012, str. 72**

Vaše aktivní neděle, Den zdraví. Máte nadváhu, chcete žít zdravěji? Společnost STOB pořádá zvláštní den nejen pro lidi s kily navíc. Vyzkoušíte si třeba zumbu, tai-chi a další aktivity, můžete si zahrát turnaj v ping-pongu nebo volejbalu. Gurmáni ochutnají výborná a zdravá jídla. Nechte si změřit tělesný tuk či cholesterol a poradte se o svých problémech s odborníky. Akce se koná 21. 10., více na [www.stob.cz](http://www.stob.cz).

**Kateřina Cajthamlová podepíše svoji knížku, Mladá fronta DNES- Karlovarský kraj, autor zed, 16. 10. 2012, str. 2**

Den zdraví nejen pro diabetiky je připravený na 18. října v Alžbětíných lázních. Mezi 10. až 18. hodinou si zájemci budou moci nechat změřit cukr v krvi, cholesterol, krevní tlak, BMI či využít konzultací. Přednášet bude i Kateřina Cajthamlová. Při autogramiádě od 16 hodin podepíše svoji knížku.

**Den zdraví nabídne brouky na talíři, Mladá fronta DNES- Praha, Eva Bártová, 17. 10. 2012, str. 2**

Sdružení Stop obezitě pořádá akci pro příznivce zdravého životního stylu. Součástí programu bude třeba turnaj v ping-pongu, odborníci zájemcům změří cholesterol a poradí se správným jídelníčkem. Zájemci dokonce budou moci ochutnat pokrmy z hmyzu. Akce začíná v neděli v 10 hodin v Základní škole Rakovského v Modřanech.

**Přijede muž z Panamy, zná dobře trh s banány, Mladá fronta DNES- Vysočina, Jaroslav Paclík, 19. 10. 2012, rubrika zpravodajství**

Jak se pěstují férové banány? Odpověď na tuto otázku se dozvedí zájemci na setkání, které připravila nevládní nezisková organizace Na Zemi ve spolupráci se zdravým městem. Akce se uskuteční příští týden ve středu od 10 hodin v Třebíči. „*Antonio Jordan Jimenez působí v družstvu Coobana v Panamě. Je manažerem banánových farem,*“ uvedl Ivan Přibík, mluvčí trebičské radnice. „*Jimenez bude vyprávět o pěstování banánů, fungování obchodu a o své práci,*“ doplnil Přibík. Na setkání mohou lidé přijít do budovy městského úřadu na Masarykově náměstí 116/6. Muž z Panamy přijde do velké zasedací místnosti v přízemí. Více informací k tématu lze najít na [www.fairtrade.cz](http://www.fairtrade.cz).

**Každý krok se počítá, Metro, Iva Málková, 19. 10. 2012, str. 20**

Národ tloustne, protože se málo hýbe. Využijte slunného víkendu, který nás čeká, k pohybové aktivitě, jež vás bude těšit. Pokud jste zvyklí trávit víkend pasivně u televize, zkuste to jinak. Nejpřirozenější člověku je chůze. Představte si v myslí, co vás bude více těšit - rodinná idylka, nebo božský klid v lese? Vyrazte poránu a nejen, že se úžasně zrelaxujete, nachodíte doporučovaných 10 000 kroků za den, ale ještě nepřijdete domů s prázdnou. V lese stále roste mnoho druhů hub, nejspíše však narazíte na suchohřiby. Houby nejsou jen pochutinou nebo kořením, ale mají i určitou výživovou hodnotu. Obsahují průměrně 2,8 % bílkovin, které mají příznivé složení aminokyselin. Obsah tuků a jednoduchých sacharidů je zanedbatelný, významný je však obsah vitaminů (skupiny B, někdy i E, D a C a karotenů) a minerálních látek. Houby vám tedy mohou zpestřit jídelníček a díky nim můžete připravit i nutričně vhodný pokrm, když to nebudou zrovna houby smažené v trojobalu. A pokud po nich toužíte, odstraňte přebytečný tuk ubrouskem. Pokud vám činí potěšení trávit čas pospolu se svými blízkými, zkuste hledání pokladů - geocaching. Propadnete-li této disciplíně, nachodíte kroků možná ještě více. Vědečtější založení chodci mohou využít sporttestrů, aby zkontrolovali svůj tep - zda je jeho hodnota například optimální pro spalování tuků, nebo zvyšování kondice, anebo si změří množství nachozených kroků pomocí krokoměru. A pokud chcete vyzkoušet 16 druhů zajímavých pohybových aktivit, přijďte v neděli 21. října na Den zdraví. Info na [www.stob.cz](http://www.stob.cz).

## **Příloha č. 5: Přepis vybraných článků regionálního tisku (text)**

### **Dny zdraví zahájí na Karlově náměstí ve čtvrtek Střevotour, Třebíčský deník František Vondrák, 2. 10. 2012, rubrika zpravodajství, str. 2**

Na Dny zdraví jsou v Třebíči připraveny více, než tři desítky nejrůznějších akcí. Tento týden startuje v Třebíči akce s názvem Dny zdraví, které pořádá Zdravé město Třebíč se svými partnery. „Zahájení kampaně se uskuteční ve čtvrtek na Karlově náměstí v rámci Střevotour,“ informovala koordinátorka Zdravého města Třebíč. V centru města bude od devíti ráno do čtyř hodin odpoledne postavena maketa tlustého střeva o velikosti 9 \* 4 metry. Skrz ni vás provedou zkušení průvodci a zdravotní sestry z oddělení gastroenterologie. Ale nebude to jediná zajímavá atrakce na náměstí. Přijede kamion ústní hygieny, budete si moci zdarma nechat změřit tuk, cukr a cholesterol v krvi a podívat se na ukázkou první pomoci. Budete rovněž moci navštívit informační centrum bezpečnosti potravin Ministerstva zemědělství či ochutnat regionální potraviny nebo zdravá jídla, která připravili studenti Hotelové školy Třebíč. Na pódiu se vystřídají se svým vystoupením děti z trebičských škol a zájmových kroužků, hudební dvojice Vanda a Standa a od druhé hodiny odpolední skupina AppendX. V Tyršových sadech od desíti hodin dopoledne organizují Běh naděje. Spoustu a zajímavých akcí ale budou moci zájemci navštívit i v dalších dnech. V sobotu to bude například Sobota v pohybu ve Sportovní hale TJ Spartak Třebíč. Dny zdraví potrvají v Třebíči až do 20. října.

Výběr akcí:

ČTVRTEK 4. ŘÍJNA Od 9.00 do 16.00 – Zahájení na Karlově náměstí. Střevotour a řada doprovodných akcí. Od 10.00 do 16.00 – Běh naděje. Start v Tyršových sadech u sochy plk. Švece. Cíl: Sokolský stadion. SOBOTA 6. ŘÍJNA Od 9.30 do 12.30 – Sobota v pohybu v hale TJ Spartak Třebíč. NEDĚLE 7. ŘÍJNA Od 17.45 do 18.45 – Zumba toning v Redgym Račerovická. PONDĚLÍ 8. ŘÍJNA Od 8.00 do 17.00 – Den otevřených dveří v Centru pro zdravotně postižené. Komenského nám. 12. ÚTERÝ 9. ŘÍJNA Od 17.30 do 18.30 – Fitness dance v sále ZŠ Kpt. Jaroše. Od 18.00 do 19.00 – Tai chi ve Státním gymnáziu Třebíč. STŘEDA 10. ŘÍJNA Od 9.00 do 17.00 – Den otevřených dveří v Domově pro seniory – nám. Curieových 657. ČTVRTEK 11. ŘÍJNA Od 13.00 do 16.00 – 4. Biotrh v MŠ. MŠ Čtyřlísk v Kubišově ul. PÁTEK 12. ŘÍJNA Od 18.00 do 19.00 – Poweryoga ve Sportovním areálu Laguna.



**Kopretina nabízí spektrum programů nejen pro rodinu, Žďárský deník, autor Kateřina Šouláková, 2. 10. 2012, str. 2**

Kopretina – centrum pro rodiče s dětmi, která je součástí Oblastní charity Žďár nad Sázavou, opět obohatila svoji dosavadní nabídku programů. Středisko Kopretiny v Radešínské Svatce i všechny jeho čtyři pobočky zařadily na podzim letošního roku mezi své stávající aktivity nejen nové besedy a kurzy pro rodiče, ale i zábavně vzdělávací programy pro děti. Pracovnice Kopretiny v Bystřici nad Pernštejnem upozorňují zejména na předporodní kurz, který povede od 4. října porodní asistentka Zuzana Novotná. Od září se klientky zdejší Kopretiny mohou také setkávat v rámci tzv. růstové skupiny, a to pod vedením psychologičky Elen Sejrkové, stejně jako v Radešínské Svatce, Radostíně nad Oslavou nebo Velkém Meziříčí. Pobočka ve Žďáře nad Sázavou od září pořádá cyklus seminářů nazvaný Kojení a správná péče o vaše miminko s laktační poradkyní Šárkou Pohankovou. Současně lze využít i zprostředkování individuálního laktačního poradenství. Nastávající maminky mohou nově navštěvovat cvičení s názvem Příprava na porod. Program nezapomíná ani na maminky s dětmi po šestinedělí, kterým nabízí tréninkové a pohybové aktivity pod vedením zkušené lektorky. Středisko Kopretiny v Radešínské Svatce i pobočka ve Velkém Meziříčí rovněž podporují ženy v těhotenství a rovněž v mateřství obdobnými kurzy. Ve Velkém Meziříčí se Kopretina úspěšně zapojila do kampaní Evropský týden mobility a Dny zdraví, které zaštiťuje město. V rámci týdne mobility nabízí pracovnice poměrně originální program v podobě sportovního dopoledne na dopravním hřišti, výletu vlakem na zříceninu hradu Rokštejn nebo akce s názvem Auta za koně. Dny zdraví přinesou také tematické přednášky.

Rozšířený

provoz

V Radostíně nad Oslavou byl rozšířen provoz centra. Rodiče s dětmi se zde mohou setkávat již 3x týdně. Všechny pobočky na podzim připravují besedy s odborníky na témata z oboru gynekologie, pediatrie, dětské psychologie nebo první pomoci. Nezapomínejme ani na stálou programovou nabídku. Na každé pobočce fungují aktivity na podporu rozvoje jemné motoriky a tvůrčích dovedností. Rodiče se učí stimulovat správnou koordinaci těla a motorickou zdatnost dítěte při tréninkových a pohybových aktivitách, známých jako Barevné cvičení. Delší dobu se těší oblíbě i takzvané Čteme dětem. V rámci Kopretiny se díky Tříkrálové sbírce daří doposud provozovat i pro rodinnou poradnu. Poradenství především z oblasti rodinných a partnerských vztahů zde

poskytuje Hana Jelínková, pracovnice s dlouholetou praxí. Klienti většinou potřebují doprovodit na cestě k řešení svého problému, vyslechnout nebo zprostředkovat další odbornou pomoc, nejčastěji právní, lékařskou, psychologickou nebo ze sféry sociálních služeb. *„Jsem ráda, že Kopretina má rodičům i dětem stále co nabídnout, a to nejen díky novým aktivitám. Zájem rodin je vždy impulsem pro další rozvoj centra a naší práci,“* sdělila Zdenka Šrámková, vedoucí Kopretiny.

**Břeclav ovládly dva týdny plné zdraví, Nový život – rubrika událostí, 4. 10. 2012, str. 5**

Břeclav – Měření krevního tlaku, sálová cvičení, poradenství, slevy na masáže, lekce orientálních tanců, ochutnávky a dny otevřených dveří. To vše nabízí druhý ročník břeclavských Dnů zdraví, kterými město žije od úterý do devatenáctého října. Do projektu se opět zapojily lékárny, fitness a wellness podniky, pohybová centra i neziskové organizace. Na bezplatné ochutnávky bio výrobků a prezentace alternativní kosmetiky zvou například v bioobchůdku a čajovém ostrůvku nedaleko břeclavské synagogy. Zítřejší program se tam bude věnovat tradičnímu čínskému medikamentu, houbě Reishi, kterou dynastie Ming označovala jako elixír nesmrtelnosti. Břeclavští ji budou moci ochutnat v čaji či kávě. *„Další týden budeme pokračovat s terapií kartami, meditacemi, ochutnávkou biosušenek, pravých ovocných čajů, netradiční čokolády, zdravé nutely či alternativních životabudičů. Dojde ale i na šumavské bylinné víno,“* doplnila výčet majitelka obchůdku Kateřina Antlová, která zdůraznila, že seznámení s alternativními produkty bude výhradně zdarma. Veškeré ochutnávky a prezentace budou přichystané v prodejně. V případě příznivého počasí se přesunou před ni do ulice U Tržiště. Zítra si budou moci zdarma zájemci zkusit i lekce orientálního tance pro děti a dospělé. A to od půl třetí do šesti hodin v pohybovém centru Narin. Podrobný program na [www.breclavskydenik.cz](http://www.breclavskydenik.cz).

**Na Dačičáky čekají Dny zdraví, Jindřichohradecký deník, 5. 10. 2012, str. 2**

Zdravé město Dačice připravilo pro občany a návštěvníky města od soboty do čtvrtka kampaň Dny zdraví 2012, která je zaměřená na zlepšování zdravotního stavu obyvatel a je oslavou zdravého životního stylu v nejširším slova smyslu. *„Aktivity kampaně Dny zdraví vycházejí z předpokladu, že zdraví lze v širším pojetí chápat nejen jako absenci nemoci, ale jako celkový stav spokojenosti z hlediska tělesného, duševního i společenského,“* uvedla vedoucí projektu Zdravé město Dačice Hana Musilová.

Kampaň odstartuje již zítra v 8 hodin turistickým pochodem a cyklovýletem od Sportovní haly v Dačicích. Pro zájemce jsou připraveny trasy od krátkých vycházkových v délce 2, 6, 8, 12 nebo 20 kilometrů až po celodenní cyklistické – 30, 50 nebo 70 kilometrů. V týdnu od 6. do 11. října mohou zájemci zdarma navštívit ukázkové hodiny pravidelných cvičení, jako jsou jumping (trampolínky), cvičení na míčích, zdravotní cvičení pro muže i ženy, taichi, jóga, pilates či v poslední době oblíbená zumba.

Vyvrcholením kampaně bude Veletrh zdraví v městském kulturním středisku ve čtvrtku 11. října, kde se budou prezentovat poskytovatelé sociálních a zdravotních služeb na Dačicku.

Zájemci si budou moci po celý den nechat zdarma změřit tělesné hodnoty – tělesnou hmotnost, tlak, hladinu cukru v krvi, vyšetřit krev a podobně.

### **Jan Burian a Marka Míková v Litoměřicích, Litoměřický deník, 10. 10. 2012, str. 9**

Litoměřice – Koncert písničkáře Jana Buriana spolu s písničkářkou Markou Míkovou se uskuteční v pátek 12. 10. 2012 od 19:00 v Multifunkčním prostoru Okamžik. Koncert nazvaný "Duševní choroby – základ státu" proběhne v rámci kampaně Dny zdraví.

Jan Burian – od roku 1970 vystoupil na více než čtyřech tisících koncertů, většinou sólově za doprovodu klavíru, ale také v různých formacích. V současné době vystupuje mimo jiné i v rockové sestavě svého syna Jiřího. Vydal více než deset samostatných písňových alb, debut Hodina duchů (1989) vyšel již ve třech vydáních, poslední desky jsou věnovány osudům žen – Dívčí válka (2006) a nedokonalosti mužů – Muži jsou křehcí (2007 viz [www.muzijsoukrehci.cz](http://www.muzijsoukrehci.cz)), v dubnu 2010 vyšlo album Dvanáct druhů samoty (a jedna něžná píseň navíc) a na jaře 2012 album Jak zestárnout. Dále je možné ho znát jako spisovatele, televizního moderátora, autora dokumentárních filmů, průvodce... Marka Míková – Marka Míková vystudovala režii a dramaturgii na katedře loutkářství Divadelní fakulty AMU. Hrála v několika televizních filmech (mj. Jak se budí princezny), věnovala se divadelní režii (především v pražském divadle Minor). V letech 1980–2000 hrála na klávesy a baskytaru v legendárních dívčích kapelách Plyn, Dybbuk a Zuby nehty, s nimiž natočila celkem pět alb. Na tvorbě všech tří kapel se také zásadní měrou podílela autorsky. Působila také jako moderátorka v neméně legendárním Rádiu Limonádový Joe. Napsala dvě knížky pro děti: Roches a Bžunda

(2001) a Knihafoss (2007). Ke knížce Knihafoss napsala a natočila malé pětipísňové album. Dnes se věnuje především loutkoherectví a dabingu.

**Dny zdraví nabídly diagnostiku organismu, Plzeňský deník jih, 18. 10. 2012, str. 2**

V Přešticích se od pondělí konají Dny zdraví a tamní Kulturní a komunitní centrum zve obyvatele každý den na zajímavé akce, přičemž mnohých z nich se Přeštičtí zúčastnit možná vůbec poprvé. Včera je do centra například lákala takzvaná patnáctiminutová diagnostika organismu, již prováděla Marcela Kalabzová z Nepomuku. „Každé onemocnění má příčinu, která se dá vždycky najít a vyřešit,“ říká žena, která se specializuje především na parazity, které zjišťuje pomocí biorezonance. *„Každý vir, každá bakterie a každý parazit má nějakou frekvenci, kterou náš přístroj umí zachytit. Po zjištění příčin následuje doporučení alternativní léčby,“* popisuje Kalabzová. Dny zdraví v Přešticích pokračují dnes, kdy se od 8:30 hodin v městském parku koná Den mateřinek, a zítra, kdy je zakončí turistická akce Putování za krásami v okolí Přeštic.

**Vsadili na duševní svěžest, Jihlavské listy, autor zt, 19. 10. 2012, str. 8**

Programem Zdravé město Pelhřimov se město přihlásilo k celostátní kampani Dny zdraví. Tento program nabídl různě zaměřené aktivity. V rámci programu "Cvičení je zábava" se zájemci mohli věnovat bodyformu, stepaerobiku, novince nazvané swedishgym a posilování. Den otevřených dveří v pelhřimovském Centru pro zdravotně postižené představil široké spektrum služeb poskytovaných zdravotně postiženým lidem, Den zdraví na radnici nabídl mimo jiné bezplatné měření ukazatelů zdravotního stavu a možnost konzultace s lékařkou, prezentace služeb pro osoby se sluchovou vadou, ukázky kompenzačních pomůcek pro nevidomé a slabozraké včetně poradenství. Technické služby města Pelhřimova v rámci Dnů zdraví nabídly občanům plavání zdarma a hokejový klub Spartak Pelhřimov umožnil zdarma veřejné bruslení. Dny zdraví se setkaly se zájmem veřejnosti a splnily svůj účel - přinést lidem informace, jak pečovat o zdraví, předcházet obtížím a uchovávat si tělesnou i duševní svěžest.

**Dobrá zpráva pro Pražany, Pražský deník, 20. 10. 2012, titulní strana**

Pro příznivce zdravého životního stylu i pro ty, kteří se teprve na zdravý životní styl chtějí dát a nevědí, jak na to, pořádá společnost STOB v neděli Den zdraví. Podle organizátorů je cílem motivovat lidi k tomu, aby začali dělat něco pro své zdraví. V Š

Rakovského v Praze 4 si zájemci mohou od 10.00 do 16.00 zatančit zumbu nebo řecké tance, zacvičit si klasický aerobik či se uvolnit relaxačním cvičením.

**Bubenická show Marimba tour se blíží do Plzně, Plzeňský deník, 22. 10. 2012, str. 8**

Plzeň – "Hurá do Pekla!" Tak se prý posledních pár dní zdraví členové kapely Marimba. Připomínají si tak, že je ve středu 24. října od 20 hodin čeká koncert v plzeňském kulturním domě Peklo. Marimba přiveze živou bubenickou show, jediné nástroje, která během koncertu zazní, jsou různé druhy bicích, například marimba, vibrafon, tympány nebo zvony. "Máme připravenou pětasedmdesátiminutovou hudební i vizuální show," říká vedoucí kapely Václav Kabát a dodává, že během koncertu budou do hudební produkce zapojeni i jeho návštěvníci: *„Rozdáme hrací roury a při koncertu budeme návštěvníky instruovat, jak je mají během skladeb použít. Samozřejmě, že hrací roury po koncertě vrátet nemusí, mohou si je nechat.“* Plzeňský koncert Marimby se koná v rámci jejího letošního koncertního turné. Kapela již vyprodala karlovarské divadlo, skvěle si zahrála se svými posluchači v Dobříči a do Plzně dorazí z jihočeského Písku, kde koncertuje v úterý 23. října. *„Je to náročné, vždyť postavení pódia nám trvá čtyři hodiny, odměnou nám je ale skvělá atmosféra na koncertech,“* podotýká Václav Kabát.