

Milí čtenáři, taky vás překvapilo, že už máme před sebou závěr roku? Přichází období rozjímání, zklidněme tedy svou mysl a přizpůsobme se adventnímu času.

Vaše redakce

ZVEME VÁS DO KNIHOVNY

1. 11.–20. 12. / vestibul

Sametová revoluce

Výstava publikací o listopadových událostech a jejich významných osobnostech.

6. 11.–5. 1. / studovna

Sametové putování

10 velkoformátových panelů ukazuje rok 1989 očima soudobých novin a časopisů.

20. 12.–31. 1. / vestibul

Až na vrcholky hor

Výstava publikací o malých pohořích i horských velikánech.

4. 12. v 16.30 / studovna

Knihovnické středy

Marek Zágora / Život a dílo renesančního génia Leonarda da Vinci

Před pěti sty lety zemřel renesanční umělec a všestranný myslitel Leonardo da Vinci (1452–1519), jehož dílo je dosud opředené řadou záhad a mýtů.

10. a 11. 12. v 14.30 / učebna

Efektivní vyhledávání v katalogu

Účastníci semináře se seznámí podrobněji s on-line katalogem a naučí se v něm efektivně vyhledávat. Přihlašte se [zde](#).

17. 12. v 16.00–20.00 / oddělení speciálních fondů

Vánoční deskohraní

Odpoledne s deskovými hrami a vánoční atmosférou.

UPOZORNĚNÍ

Dne 5. 12. bude od 12.00 knihovna uzavřena a provoz ve studovně bude od 9.00 do 12.00 omezen. Ve dnech 23.–26. 12. 2019 a 28. 12. 2019–1. 1. 2020 bude knihovna uzavřena.
Dne 27. 12. bude provozní doba od 9.00 do 16.00 hodin.
Knihy můžete vracet do biblioboxů před knihovnou.

KNIHOVNA V TELEVIZNÍM VYSÍLÁNÍ

Reportáž o křtu audioknihy pro nevidomé a slabozraké Mrtvou neměl nikdo rád ve vysílání České televize naleznete [zde](#).

Reportáž z vernisáže výstavy Sametové putování ve vysílání televize Fabex naleznete [zde](#).

3x SE ZNÁMOU OSOBNOSTÍ

Josef Kaluža



Narodil se ve Frýdku-Místku, kde také vystudoval průmyslovou školu. Během studia Janáčkovy konzervatoře v Ostravě již hostoval v Národním divadle moravskoslezském. Po jejím absolvování získal angažmá ve Slezském divadle v Opavě, následně v Divadle Petra Bezruče. Nyní hraje už čtrnáct sezón v Komorní scéně Aréna. Mohli jste jej vidět také v několika drobných filmových a seriálových rolích, případně znáte jeho sympatický hlas z mnoha rozhlasových čtení. S Josefem Kalužou jste se mohli v naší knihovně setkat při křtu audioknihy pro slabozraké a nevidomé Mrtvou neměl nikdo rád, kterou zároveň namluvil ve studiu Českého rozhlasu Ostrava.

Můžete se s našimi čtenáři podělit o některý z Vašich nejsilnějších čtenářských zážitků?

Každá dobrá kniha je pro mne silný zážitek. Těžko hledat ten nejsilnější. Je to podobné jako s jinými typy umění, např. hudbou. Člověk je ovlivňován věkem a taky momentální náladou. Zvláštní kapitolou je pro mě poezie.

Jaký je Váš vztah ke knihám?

Knihy mám rád. Nejsem typ, který se jimi musí obklopot, takže v knihovně mám opravdu jen pár těch „zásadních“. Vyrůstal jsem ale v době, kdy kniha byla jedno z mála médií (vyjma dvou programů v televizi), odkud se člověk mohl dozvědět o světě kolem více. Vlastně celé dětství jsem proležel v knížkách. Často k velké nevoli rodičů. Teď už není tolik času. Jsem majitelem průkazky do knihovny a často ji používám.

Co právě čtete?

Už několik let mám na záchodě verše Jana Vladislava, například. Jinak právě knihu Zabiják od Zoly.

SLUŽBY, O KTERÝCH MOŽNÁ NEVÍTE

DiploGuru pomůže s diplomkou

Napsat bakalářku nebo diplomku není žádná sranda. První akademická práce je trochu jako první palačinka, většinou se nepovede přesně podle tvých představ. Je trochu divná a rozkydlá, možná ji spálíš, možná se přilepí... Nakonec ji sníš a tu druhou už uděláš líp.

Každý, kdo někdy bakalářku nebo diplomku psal, ihned po odevzdání ví, co by udělal jinak nebo líp. Nečekej na to, až získáš vlastní zkušenosti, a přijď si pokecat s někým, kdo už sám psal, napsal a obhájil nebo pomáhal s psaním studentům.

Kurz *Napíšu diplomku* shrnuje během 3 setkání základní životní objevy při psaní akademické práce očima studenta, jako jsi ty. Žádné stostránkové manuály, žádné od reality odtržené semináře, jen vlastní zkušenosti. Atmosféra: na pohodu. Přínos: prokazatelný.

Sleduj: facebook.com/napisudiplomku

Tvůj DiploGuru

Víte, že jsme opustili sklad na ulici Fráni Šrámka a přestěhovali 1050 m regálů knih do skladu v Kunčičkách? Knihy jsme stěhovali v přepravkách s přesnou číselnou řadou od 1 po 216. Zároveň jsme přestěhovali cca 600 m polic, které jsou už v Kunčičkách připraveny pro další knihy.

ZE ZÁKULISÍ

Aktivně podporujeme neziskové organizace

Podzim byl na spolupráci s neziskovkami opravdu bohatý. Od 7. do 13. 10. jsme aktivně podpořili Týden pro mobilní hospice. Ptáte se jak? V pondělí 7. 10. jsme pochodovali knihovnou ve slušivých bačkůrkách, abychom podpořili Papučový den, a po celý týden jste u nás v půjčovně viděli pohodlné křeslo s infuzním stojanem, bannerem a letáčky pro vysvětlení účelu kampaně Doma. Na vedlejší stoleček jsme zároveň připravili minivýstavku knih o paliativní péči. Víme, že hospicová péče stojí za podporu každého z nás, a Mobilní hospic Ondrášek má u nás jednoznačně palec nahoru.

V následujícím týdnu jsme se zúčastnili Krajské potravinové sbírky. Věnovali jsme 23,5 kg potravin za téměř 1200 Kč Potravinové bance v Ostravě pro lidi v hmotné nouzi. A ve středu 13. 11. jsme odvezli charitativní organizaci Moment o.p.s. oblečení, obuv, kabelky, hračky a drobnou keramiku pro další prodej v prospěšných second handech. Z výtěžku prodeje Moment podporuje činnost Denního stacionáře Žebřík, Mobilního hospice Ondrášek, organizací Kola pro Afriku, Save Elephants, nadačního fondu CCBC a Lesního klubu Bezinka. Spolupracujeme takto již od roku 2015 a dělá nám to radost.



HANDICAP

Blind Friendly Web

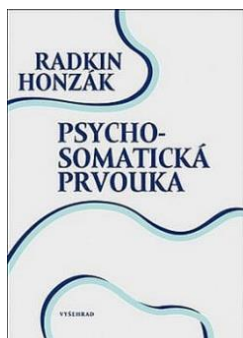
Již zhruba tři měsíce můžete využívat nové webové stránky naší knihovny. Jednou z priorit při jejich tvorbě bylo i to, aby byly co nejlépe přístupné také čtenářům se zrakovým handicapem, tedy aby byly "blind friendly". Co to v praxi znamená?

Zjednodušeně se dá říct, že stránky musí umožňovat přečtení i bez použití zraku, například každý obrázek musí mít svou textovou variantu (pro očečítače obrazovky), nelze využít k předání nějaké informace pouze barvu apod. Důležitá je také jednoduchá a srozumitelná navigace – mimo jiné správné označení názvů jednotlivých podstránek a korektní drobčková navigace. Zrakově handicapovaný uživatel musí mít vždy jednoduchou možnost zjistit, kde přesně se ve struktuře stránek nachází. Nezbytné je rovněž správné zadání odkazů – v případě, že odkaz vede např. na dokument ve formátu pdf, měla by být tato informace na stránkách uvedena. Je také třeba, aby byl web plně ovladatelný z klávesnice.

Pokud vás tato problematika zaujala, navštivte stránky <http://blindfriendly.cz/>, kde najdete řadu zajímavých a užitečných rad.

STOJÍ ZA PŘEČTENÍ

Tentokrát doporučíme trochu netradiční knihy o zdraví.



PSYCHOSOMATICKÁ PRVOUKA

Radkin Honzák

Kniha se věnuje vztahu těla a duše. Psychosomatická prvouka je výsledkem autorova hledání pravdy o zdraví a nemoci. Radkin Honzák se snaží ukázat, že je důležité brát v úvahu sociální a psychologické faktory nemoci.

K vypůjčení [zde](#).

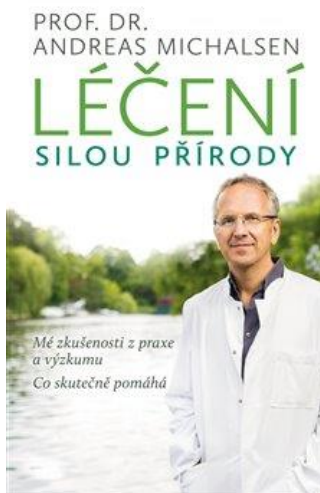
PŘÍBĚHY OBYČEJNÉHO UZDRAVENÍ

Jan Hnízdil, Klára Mandausová

Kniha lékaře Jana Hnízdila je složená z příběhů lidí, kteří byli ochotni naslouchat, vzali svůj rozum do hrsti a uzdravili se. Je doplněná rozhovory na téma komplexní medicíny.

K vypůjčení [zde](#).





LÉČENÍ SILOU PŘÍRODY

Andreas Michalsen

Primář Immanuelovy nemocnice v Berlíně a profesor klinické přírodní medicíny v berlínské univerzitní nemocnici Charité podrobil vědeckému průzkumu tradiční postupy, jako je léčba pijavicemi, pouštění žilou, jóga či půst, a s velkými úspěchy je uplatňuje v klinické praxi. V této knize ukazuje, jak lze čelit výzvám moderního života prostřednictvím metod odbourávání stresu a zdravého životního stylu. V osobně pojatém vyprávění ze své praxe vysvětluje, proč jsou dnes tradiční léčebné postupy aktuálnější než kdykoli dříve.

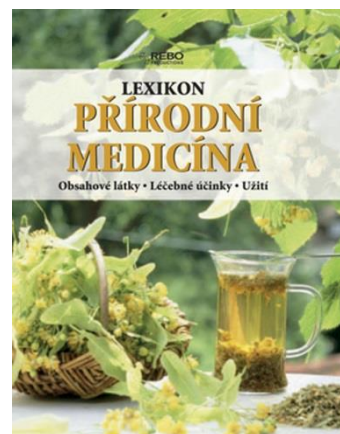
K vypůjčení [zde](#).

PŘÍRODNÍ MEDICÍNA: obsahové látky, léčebné účinky, užití

Anne Iburg

Léčivá síla některých rostlin má blahodárné účinky na lidský organismus, s jejich pomocí se lze zbavit mnoha nemocí a neduhů. Tento lexikon čtenáře zasvětit do umění přírodní medicíny, pojednává o její historii, o homeopatii, fytoterapii a samoléčbě. Poradí, jak léčivé rostliny pěstovat, sklízet, skladovat a zpracovávat. Jádro knihy tkví v obsáhlém přehledu rozmanitých léčivých rostlin a jejich podrobné charakteristice.

K vypůjčení [zde](#).



MOUDROST ĀJURVÉDSKÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU:

Acharya Shunya

Ājurvěda nás učí, že skutečné zdraví je naším přirozeným právem a že důmyslným přizpůsobováním se rytmům přírody můžeme sami sebe znovu uvést do rovnováhy a prožívat optimální zdraví a pocit pohody.

K vypůjčení [zde](#).

