

VYDALA
Revírní bratrská pokladna, zdravotní pojišťovna



www.zdraveihrave.cz

8

Jednou odpoledne šel Honzík pěšky ze školy a u zahrady paní sousedky zase viděl partu rošťáků, jak ubližují Žerykovi. Tahali ho za ocas, zavírali ho do boudy, šťouchali do něj klacky a různě ho zlobili. Tentokrát si však Honzík řekl, že to tak nenechá a Žerykovi pomůže. Využil příležitosti, kdy paní sousedka zakřičela z okna na kluky, aby pejska nechali být. Parta syčáků na chvíli ztratila pozornost a v tom Honzík starého Žeryka popadl a utíkal k nejbližší louce, seč mu nohy stačily.



9

Po cestě přeskočil plot, který cestu odděloval od louky, a když se ohlédl za sebe, musel se smát. „To jsou mi ale siláci, na starého psa si troufají, ale přelézt plot jim dělá problémy,“ pomyslel si, když viděl, jak se jeden z nich horko těžko snaží zdolat plot, ve kterém byla díra akorát tak veliká, aby jí mohl prolézt. I se Žerykem se usadil na stromě a sledoval, jak se jeho tři pronásledovatelé s touhle překážkou vypořádají. „Kdyby Žeryk mohl, taky by se smál nahlas,“ vyprávěl později Honzík, „protože hned ten první se v té díře zaseknul a další dva se ho pokoušeli dostat ven.“ Tři výtečníci už na další akci neměli dost sil, a tak raději Honzíkovi a Žerykovi zmizeli z cesty.



10

Honzík pak přivedl Žeryka zpátky paní sousedce a vyprávěl jí, co se stalo. Ta stará paní Honzíkovi děkovala: „Ty můj malý hrdino, jsi tak statečný a v dokonalé kondici, že jsi utíkal jako Zátopek! Jen tak dál, zdravě jez, sportuj a ani ty, ani náš pes Žeryk se nemusíte nikoho bát!“ A ti tři nespportovní výtečníci? Ti se u plotu paní sousedky už nikdy neukázali. Začali přemýšlet o tom, že takhle by jim každý utekl a tak raději začali trávit volný čas sportem na místním hřišti. A dobře udělali!



Jak se přihlásit k RBP?

Nejjednodušším způsobem je návštěva kontaktního místa RBP. Nezletilé pojištěnce může přehlásit pouze zákonný zástupce.

Nutno vzít průkaz pojištěnce dosavadní ZP, rodný list nebo občanský průkaz.

Datum pojištění u RBP je závislé na datu podepsání Přihlášky k registraci RBP:

- podpis od 1. ledna do 31. března 2017 – pojištěncem RBP od 1. července 2017
- podpis od 1. července 2017 do 30. září – pojištěncem RBP od 1. ledna 2018
- novorozenci jsou pojištěni u té ZP, u které je pojištěna matka v den narození, změnit pojišťovnu lze vždy k prvnímu dni nejbližšího pololetí.

Kde naleznete podrobnosti k preventivním programům RBP?

www.rbp-zp.cz



PŘÍBĚH O HONZÍKovi

který se díky zdravé
životosprávě stal
malým hrdinou

2

Bylo pěkné odpoledne a Honzík se vracel ze školy. Když se blížil k domovu, už zdálky viděl partu kluků, kteří trápili pejska jejich staříčké paní sousedky. Téměř devadesátiletá paní se pokoušela svého zvířecího kamaráda chránit, ale špatně se jí chodilo, a než se stihla vůbec dobelhat ke dveřím, tři výrostci byli už zase v trapu.



3

Honzík měl Žeryka i paní sousedku moc rád, a tak mu to bylo líto. „Ale co zmůžu proti třem klukům, a ještě navíc starším. Ty nepřeperu,“ pomyslel si a šel smutně dál. Doma všechno pověděl mamince.



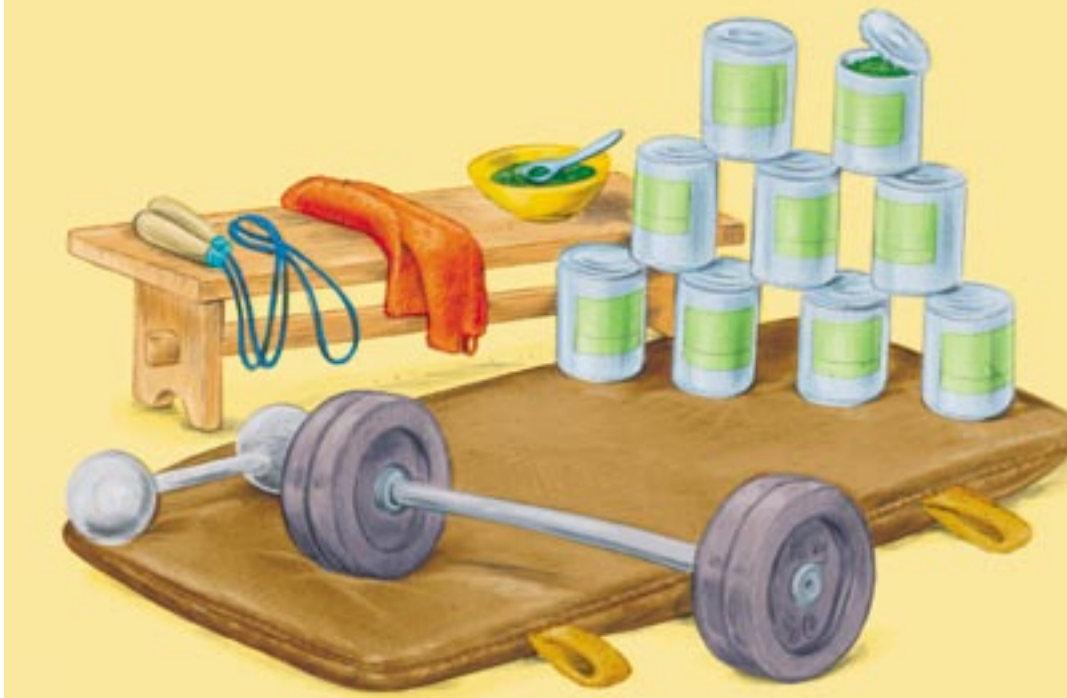
4

„Kdybych byl superhrdina, to bych jim ukázal,“ rozohnil se Honzík. „Poslyš, Honzíku, a co mají všichni ti tví superhrdinové společného?“ zeptal se najednou tatínek, který si do té chvíle četl noviny. „Mají nadpřirozené schopnosti, jsou silní a neohrožení,“ přemýšlel Honzík. „Přesně tak. Ty jsi ale obyčejný kluk a nadpřirozené schopnosti nemáš, tak co ti zbývá?“ „Být silný a neohrožený,“ odtušil správně Honzík.



5

„Vzpomeň si třeba na Pepka námořníka,“ pokračoval tatínek, „ten taky neměl žádné superschopnosti, ale vždycky vyhrál. A víš proč?“ Honzík to hned trklo. „No, protože jedl špenát, pořád zvedal činky a všemožně cvičil.“



6

A tak se Honzík rozhodl, že z něj taky bude hrdina. Při tělocviku se činil a žádné cvičení nezanedbal. Do školy i ze školy chodil pěšky nebo jezdil na kole či koloběžce a podle rady svojí maminky začal zdravě jíst.



7

K snídani si dal chleba se sýrem a šunkou, k tomu papriku a rajče, k svačině jogurt, ovoce a housku, k obědu si vybíral to, co bylo lehké a nesmažené, ke svačině baštil zeleninu a jogurtové nápoje a k večeři třeba tvarohovou pomazánku s ředkvičkami. Šlo mu to náramně k duhu a pomalu začínal sám sebe vidět jako jednoho ze svých oblíbených hrdinů. A brzy se mu naskytla příležitost, jak se takovým malým hrdinou skutečně stát.

