

ČESKÝ

## METROPOL



**PK FROST, s r.o.**  
výhradní distributor  
značky ALGIDA v ČR

přijme zaměstnance na HPP  
na pozici  
**OBCHODNÍ ZÁSTUPCE**  
pro region severní Čechy.

Kontakt:  
vaclav.cimpa@pkfrost.cz  
tel. 737 217 391.

### Dny města Mimoně

18. - 21. srpna 2011



19. 8. Rockfest:  
Rimortis, KISS Praha revival,  
Nightwish Praha revival

20. - 21. 8. Dostihová pouť  
(dostihy, atrakce, zábava)

21. 8. Koncert italské barokní hudby: Ad vocem  
Muzeum: obrazy Ivo Pešáka



## Člověk musí umět hrát pro radost

Téměř tři roky dělal divákům TV Nova společnost jako milý, ale nešikovný doktor Všetěčka. Po roční seriálové pauze vstoupil coby povahově nečitelný kpt. Hlaváček do děje primáckých Cest domů. Stejně jako seriálových rolí si užívá i hraní s vlastní kapelou a roli divadelních, kterých má na svém kontě nespočet. Jediná role, o kterou by nestál a odmítl by ji, je role Martina Písaříka.

■ Váš ferman je tak nabitý, že si nemohu odpuštit otřepanou otázku – Jak všechnu svoji práci stiháte?

Těžko, ale stihám. Sama práce mě nabíjí, co vydám, to dostanu. Není to samozřejmě tak doslova, takže spát někdy taky musím. A pravda, nejsem v tomhle směru úplně zodpovědný.

■ Pokud vím, ani o prázdninách si moc volna neužíváte, čekají vás Letní Shakespearovské slavnosti a role Persyho ve hře Jindřich IV. Baví vás Shakespeare nebo máte raději odlehčenější role?

Setkání se Shakespearem je pro každého herce zážitek. A mě baví i ta herecká rozmanitost, hrát každý den něco jiného. Jeden den lidi rozesmát a druhý den je rozplakat.

■ V Shakespearových hrách jste účinkoval i v kamenných divadlech, užíváte si hraní pod širým nebem jinak?

Atmosféra Pražského hradu je výjimečná. A ten otevřený prostor má svoje kouzlo. Rád chodím po zámeckých schodech na představení. Je to něco jiného než když jdu Vodičkovou ulicí a všude řinčí tramvaje a spěchají lidé.

■ Stejně jako Shakespeare si rád hrajete se slovy, skládáte písničky pro svoji kapelu

Akustik, která slaví druhé narozeniny. Máte v hudební branži nějaké výraznější ambice nebo si hrajete jen tak pro radost?

Člověk musí hrát pro radost, já to jinak neumím. Hudba mi tu radost dává. Ale samozřejmě musí být pro koho hrát a s tím už je spousta organizace a starosti. Navíc moji muzikanti se hudbou žijí a z radosti nájem nezaplátí. Jestli mám nějakou ambici, tak jen aby na nás chodili lidi a my pro ně hráli co nejčastěji.

■ Uslyšíme vás na nějakém festivalu?

Letos už festivaly nestihneme. Spoléhám se na organizační pomoc určitých lidí, ale nezdařilo se. Zatím kapelu organizuju sám a nemám ani tolik času, ani ty správné kontakty. Příští rok už si hrání na festivalech nenecháme ujít.

■ Vraťme se na okamžik k seriálům. Diváci mají často tendence si spojovat roli s hercovou reálnou osobností, jsou vám postavy Oskara Všetěčky nebo Tomáše Hlaváčka v něčem podobné?

Určitě ano. Každý člověk má v sobě více poloh, charakterů. Herec je musí umět v sobě objevit a oživit. Hraju vlastně sebe, jen někam charakterově uhnutý. Ale diváci si někdy až příliš spojují seriálové postavy s realitou. My jsme jen herci, interpreti. Budeme kýmkoliv.

■ Na jednu stranu jste ochoten být kýmkoliv, na druhou ale říkáte, že roli Martina Písaříka byste odmítl. Co by vám na ni tak vadilo?

Asi to, že bych mu musel porozumět. A to já bych ještě nedokázal.

Text: Jana Lupoměská, foto: TV Prima

### Martin Písařík

• narodil se 1.7. 1979 v Praze • vystudoval hudebně dramatický obor na Státní konzervatoři, muzikál na Konzervatoři Jaroslava Ježka • je v angažmá Městských divadel pražských, věnuje se dabingu, muzikálu, vystupuje se svojí kapelou Akustik • účinkuje ve filmu a TV, popularitu mu přinesla role MUDr. Všetěčky v seriálu Ordinace v růžové zahradě, v současné době ho na obrazovkách vidáme jako Tomáše Hlaváčka v primáckých Cestách domů

WWW.DORDA.CZ WWW.DORDA.CZ



### FOCUS CLASIC

nyní již za 279 990 Kč

Svezte se Fordem Focus a nechte se svést jeho špičkovými jízdními vlastnostmi, vysokou praktičností a bohatou standardní výbavou, to vše s podpisem Ford Kinetic Design. Za svůdných 279 990 Kč nyní získáte Sdveřový Focus Trend Plus s motorem 1,6 Duratec (100 k).

Nabídka platí do vyprodání zásob nebo do odvolání.  
Sptrība a emise CO<sub>2</sub> pro model Focus 1,6 Duratec (100 k):  
mesto/mimo mesto/kombinovana - 8,7/5,5/6,7/100 km, CO<sub>2</sub>: 159 g/km.  
Foto je pouze ilustrační. Více info. na www.dorda.cz nebo www.ford.cz.



Feel the difference

**AUTO**

**DORDA**

ČESKÁ LÍPA

RANGE ROVER LAND ROVER HYUNDAI

Ford STK EMISE www.stkcl.cz

Žitavská 3112, Tel.: 487 829 741

## Spolupráce kraje s Prazdrojem pokračuje

z krajů

**Plzeňský kraj | Hejtman Milan Chovanec a generální ředitel Plzeňského Prazdroje Douglas Brodman podepsali 14. července deklaraci o pokračování vzájemné spolupráce, která začala v roce 2004.**

Plzeňský kraj s Plzeňským Prazdrojem plánuje společné aktivity v oblasti marketingu, propagace, cestovního ruchu, kulturních a společenských vztahů. Zároveň si budou vyměňovat informace z oblasti veřejné správy a budou spolupracovat s reprezentací Plzeňského kraje v Bruselu. „Vnímáme Plzeňský Prazdroj jako významného partnera pro naše akce, spolupracujeme především v oblasti cestovního ruchu. Naposledy s námi



Na snímku zprava hejtman Plzeňského kraje Milan Chovanec a generální ředitel Plzeňského Prazdroje Douglas Brodman při výměně deklarace.

Plzeňský Prazdroj přivítal prezidenta republiky tím, že jsme společně uvařili speciální várku piva, které si prezident velmi pochvaloval," uvedl hejtman Plzeňského kraje Milan Chovanec. „Spolupráce s Plzeňským krajem byla dosud velmi dobrá. Je mnoho oblastí, na které můžeme navázat a současně rozvíjet náš obchod a šířit věhlas Plzeňského kraje," říká Douglas Brodman, generální ředitel Plzeňského Prazdroje. Vzájemná propagace a prezentace v tuzemsku a zahraničí formou poskytování tištěných materiálů a multimediálních nosičů o kraji a o pivovaru pro využití a nabídku na veletrzích a výstavách obohatila celkovou nabídku zájemcům - turistům a návštěvníkům. *Text a foto: KÚ PK*

## Výměna mostu v rekordním čase

**Chrastava |** Provizorní most v Chrastavě, který nahrazuje secesní most zničený při loňských srpnových povodních, byl zprovozněn v rekordním čase, za pouhých 12 dnů. Provizorní most totiž musel být 15. července uzavřen z důvodu havarijního stavu způsobeného dlouhodobým zatížením. Výměna mostu byla velmi rychlá, nový most byl vyskládněn ze skladu v Doksech a během jediného dne osazen na místo původního mostu. „Celý administrativní proces, který předcházel výměně, se podařilo s přispěním všech stran zvládnout během jediného týdne," uvedl náměstek hejtmána pro dopravu Libereckého kraje Martin Sepp.

## Dotace pro Třemošnou

**Plzeňský kraj |** Rada Plzeňského kraje schválila dotace pro Třemošnou na vybudování protihlukových opatření podél části silničního obchvatu města. Délka stěny bude cca 250m v blízkosti zastavby rodinných domů v lokalitě Orlík. Dotace bude poskytnuta ve výši 70% nákladů na vybudování stěny, maximální výše ale nepřesáhne částku 2,5 mil. Kč. Finance budou poskytnuty za podmínky, že další nezávislé měření hluku prokáže, že protihlukovou stěnu nemusí stavět vlastník stavby silnice 1/27 Přeložka Třemošné, tedy ŘSD. Dotace městu Třemošná musí ještě projít schvalováním v Zastupitelstvu Plzeňského kraje.

## Na místě činu

**Liberec |** V krajské metropoli se uskutečnilo již 2. výjezdni zasedání k problematickým místům konceptu nového územního plánu. Přítomna byla i primátorka města Martina Rosenbergová. Prohlédla si sedm míst, ke kterým byly vzneseny námítky nebo připomínky veřejnosti z hlediska ÚP a šest dalších míst vybraných zejména z hlediska rozvoje města. „Forma konzultací přímo na místě je přínosná pro všechny zúčastněné. Často se po vyslechnutí argumentů obou stran a obhlídce dotyčného prostoru jeví eventuální výstavba ve zcela jiném světle," uvedla primátorka.

## Turistické vizitky

**Česká Lípa |** Městské informační centrum zařadilo do prodeje další turistickou vizitku s motivem Pekla. Tyto vizitky jsou mezi turisty zvláště v letní sezóně velmi oblíbené. V současné době má MIC v nabídce čtyři druhy vizitek – náměstí T. G. Masaryka, Vlastivědné muzeum a galerii, hrad Lipý a Peklo. Vášnivým sběratelům jsou k dispozici také razítka s námětem České Lípy, která patří rovněž do turistického deníku.

## O záchranu živnosti

**Mladá Boleslav |** Hejtman Středočeského kraje David Rath se 22. července sešel se zástupci drobných živnostníků z Mladé Boleslavi, kterým hrozí likvidace jejich provozoven, umístěných na pozemku škodovky. Příslib doby trvání nájmu byl na 35-50 let. Nyní však, po 16 letech, nechce společnost smlouvy prodloužit a město Mladá Boleslav vydalo nařízení stavby zbourat. Tento postup města se živnostníkům pochopitelně nelíbí, proto se obrátili o pomoc a radu na hejtmána Středočeského kraje Davida Ratha. Přestože na straně živnostníků je také velká část obyvatel Mladé Boleslavi, vedení města na jejich názory nedbá. Hejtman David Rath se ihned obrátil dopisem na předsedu představenstva Winfrieda Vahlanda s prosbou o přehodnocení stanoviska firmy k prodloužení nájemních smluv. Na důvody a další podrobnosti tohoto problému by se zároveň rád zeptal přímo vedení podniku na plánované návštěvě, kterou do Mladé Boleslavi chystá v první polovině srpna. *(od dop.)*

## Hejtman ve věznici

**Liberecký kraj |** Hejtman Stanislav Eichler navštívil Institut vzdělávání vězeňské služby ČR ve Stráži pod Ralskem a Věznici Rýnovice v Jablonci nad Nisou. „Zajímalo mě například, jak pracuje toto resortní vzdělávací zařízení, které je jediné svého druhu v České republice a zajišťuje profesní teoretickou a praktickou přípravu příslušníků a občanských pracovníků Vězeňské služby. V Rýnovicích mne zase zajímalo školské a vzdělávací středisko," uvedl hejtman, který si prošel jednotlivé učebny a pavilony v obou institucích. Podle něj se na obou vězeňských pracovištích shodli, že práce příslušníka vězeňské služby není společensky oceňována tak, jak by si zasloužila. V září se proto zúčastní slavnostního vyřazení absolventů kurzů IV VS. *(od dop.)*

## Další krok k omezení hazardu

**Praha |** Rada hlavního města Praha se rozhodla vyzvat dopisem Ministerstvo financí ČR ke zrušení vydaných povolení k provozování videoloterních terminálů a jiných přístrojů podobných výherním hracím přístrojům na místech, která jsou v rozporu s příslušnou obecně závaznou vyhláškou hl. m. Prahy. Tento krok umožnil průlomový nálezn Ústavního soudu ze dne 14. června 2011.

„Hlavní město Praha se mnohokrát zásadně ohradilo proti tomu, aby ministerstvo financí neustále zvyšovalo počet povolení k provozování interaktivních videoloterních terminálů na území Prahy. Ústavní soud ale řekl, že snaha obcí o regulaci umístění těchto přístrojů nezasahuje do kompetencí tohoto ministerstva. Je teď tedy přípustné, abychom si regulovali umístění videoloterních terminálů obecně závaznou vyhláškou sami. A my tuto cestu využijeme," uvedl primátor hl. m. Prahy Bohuslav Svoboda.



tění videoloterních terminálů obecně závaznou vyhláškou sami. A my tuto cestu využijeme," uvedl primátor hl. m. Prahy Bohuslav Svoboda.

Od 1. 1. 2008, kdy nabyla obecně závazná vyhláška účinnosti, došlo ke snížení počtu hracích míst z 1 422 na 944. Během posledních tří let se také radikálně snížil počet výherních hracích přístrojů, které povoluje magistrát, a to z 8 229 na 3 995 kusů. Bohužel za ten samý čas se díky aktivitě ministerstva financí mnohonásobně zvýšil počet videoloterních terminálů, a to z 682 na 7 894 kusů. „Na tento neuvěřitelný nárůst jsme jako město neměli žádný vliv, povolení těchto terminálů má totiž podle zákona o loteriích doposud v gesci ministerstva," potvrdil primátor Bohuslav Svoboda. „Právě proto jsme opakovaně předložili Parlamentu České republiky návrh novely zákona o loteriích a jiných podobných hrách, který nabízel efektivní řešení při snížení provozování hazardu na území obce," dodal primátor. *(met)*

## Šek pro Iuventus, gaude!

**Jablonec n. N. |** Šek na 50 000 korun předal starosta Jablonce nad Nisou Petr Beitl sbormistrovi Tomáši Pospíšilovi. Ten přivezl se sborem Iuventus, gaude! z rakouského Gratzu titul mistrů světa v kategorii duchovní hudby.

„Mistra světa jsem na půdě jabloncké radnice ještě nepřijímal," svěřil se starosta a blahopřál mladým zpěvákům a zpěvačkám mnoho úspěchů v další práci. K finančnímu obnosu, který je odměnou pro sbor za jejich umístění na světovém šampionátu, připojil ještě jeden slib: „Protože tady teď nejste úplně všichni, někteří se už rozjeli na prázdniny, chystáme vám ještě jeden dárek na 1. září. Tím bude výlet, jehož cíl je ještě tajný," sdělil přítomným starosta Beitl. Tomáš Pospíšil vyjádřil poděkování za finanční obnos. „Víme, že není zcela obvyklé, aby město podporovalo dětský pěvecký sbor, a proto si toho vážíme. Víme, že další úspěšný český sbor, pražské Zvonky, přijetí na radnici nečeká, protože tam má vedení městské části jiné priority. Jsme opravdu rádi, že Jablonec podporuje nejen sport, ale také kulturu, tedy i nás." Sbor představil přítomným i svá



ocenění, která si z Rakouska přivezl. Tři zlaté medaile, diplom s titulem mistra světa v kategorii duchovní hudby z Mistrovství světa dětských a mládežnických sborů a titul šampiona mezi mládežnickými sbory z Šampionátu Grand Prix. A co čeká mistry světa dál? „V nejbližší době nás čeká společný koncert s Hradišťanem, a to hned počátkem října. Na jaře příštího roku pak vystupuje

me v Jelení Hoře společně s Jelenohorskou filharmonií. A velkou výzvou je také olympiáda pěveckých sborů příští rok v létě v USA, kam nás doporučili dva američtí porotci. Zda budeme usilovat o účast, se musíme rozhodnout hned na počátku školního roku. V případě kladného rozhodnutí pak budeme muset hledat sponzora," vysvětlil Tomáš Pospíšil.

*Text a foto: MÚ Jablonec n. N.*



**DOMOV PRO SENIORY CHODOV**

WWW.SENIORDOMOV.CZ

**Domov pro seniory Chodov, Donovalská 2222, Praha 4**  
přijme do pracovního poměru zaměstnance na pozici

**„všeobecná registrovaná sestra do nepřetržitého provozu“**  
(12hodinové směny).

- nástup dle dohody
- platové podmínky dle Nařízení vlády č. 564/2006 v platném znění.

Kontaktní osoba: **Bc. Jana Klímová** (personalistka), tel. 267 907 433, email jana.klimova@seniordomov.cz



# NA VÝLET VEŘEJNOU DOPRAVOU

## Zkuste i Vy cestovat s IDOLem!

Chcete zažít příjemný jednodenní výlet beze stresu kde zaparkovat a strachu z krádeže Vašeho plechového miláčka? Zkuste absolvovat výlet trochu jinak, s využitím prostředků veřejné dopravy. Cestování vlakem, autobusem, tramvají nebo lanovkou je možná trochu pomalejší, ale na sobotním nebo nedělním výletě přece nemusíme nikam spěchat. Pro výlet veřejnou dopravou Vám mohou být inspirací následující informace.

### ELEKTRONICKÁ JÍZDENKA IDOL+

Jízdenku IDOL+ je možné zakoupit ve všech příměstských autobusech označených logem IDOL a na vybraných železničních pokladnách, také označených logem IDOL. Pro nákup jízdenek IDOL+ je třeba opuscard, případně rozšířená Liberecká městská karta (LMK). Jízdenky IDOL+ platí 24 hodin od okamžiku nákupu a jsou vydávány ve dvou variantách:

- **IDOL+ v ceně 120 Kč**, která je určena pro jednu osobu bez ohledu na věk
- **IDOL5+ v ceně 250 Kč**, která je určena až pro pět osob bez ohledu na věk (na skupinu 5 cestujících postačuje jedna opuscard nebo rozšířená LMK)

Jízdenky IDOL+ mají shodnou platnost jako ostatní jízdenky IDOL, platí tedy v příměstských autobusech označených logem IDOL, v osobních a spěšných vlacích a prostředcích MHD v Liberci, Jablonci nad Nisou, České Lípě a Turnově.

### PAPÍROVÁ JÍZDENKA LIBNET+

Jízdenku LIBNET+ je možné zakoupit ve všech příměstských autobusech označených logem IDOL, na železničních pokladnách a také u průvodčího přímo ve vlaku. Území, kde platí jízdenky LIBNET+, je vyznačeno na

mapce platnosti. Jízdenky LIBNET+ platí v den nákupu až do čtyř hodin dne následujícího a existují ve třech variantách:

- **LIBNET+ v ceně 160 Kč**, která je určena pro jednu osobu bez ohledu na věk
- **LIBNET5+ v ceně 320 Kč**, která je určena až pro pět osob bez ohledu na věk
- **LIBNET kolo v ceně 90 Kč**, která je doplňková a je určena pro přepravu jednoho jízdního kola

Na území Libereckého kraje platí jízdenky LIBNET+ nejen v osobních a spěšných vlacích, ale také v rychlicích a platí také pro jednu jízdu lanovou dráhou ČD na vrchol Ještědu a zpět. Samozřejmostí je platnost v příměstských autobusech a prostředcích MHD.

V Německu platí jízdenky LIBNET+ na území dopravního svazu ZVON ve všech příměstských autobusech, ve všech prostředcích MHD a také v osobních a spěšných vlacích.

V Polsku platí jízdenky LIBNET+ v osobních a spěšných vlacích na železničních tratích vyznačených na mapce, v MHD ve městech Boleslawiec a Zgorzelec a v příměstských autobusech společností PKS Zgorzelec, PKS Boleslawiec, PKS Jelenia Gora a PKS Voyager.



## ZÁŽITKY BEZ HRANIC!

Vybrali jsme pro vás místa, která stojí za to navštívit. Pro prázdninové cestování využijte zvýhodněné turistické jízdenky IDOL+ nebo LIBNET+ pro celou rodinu.

### TIP NA VÝLET S JÍZDENKOU IDOL+

#### VÝLETNÍ AREÁL PĚNČÍN

Výletní areál se nachází poblíž autobusové zastávky Pěnčín, Dřevěnka, na kterou se lze dopravit autobusovou linkou č. 841 Jablonec nad Nisou – Maršovice – Pěnčín, Alšovice – Železný Brod.

### TIP NA VÝLET S JÍZDENKOU LIBNET+

#### JELENIA GÓRA

Jelenia Góra je město v Dolnoslezském vojvodství na jihozápadě Polska. Do Města Jelenia Gora se dopravíte vlakem ČD z Liberce s přestupem v Kořenově nebo v Harrachově na vlak polské společnosti Przewozy Regionalne, ve vlacích platí jízdenky LIBNET+.

#### VODOPÁD KAMIEŃCZYKA SKLÁŘSKÁ POREBA

Vodopád najdete v blízkosti města Sklářská Poreba, které je jedním z nejznámějších turistických středisek v Polsku. Vodopád padá z výšky 27 m do kaňonu dlouhého 100 m. Šířka vodopádu je asi 15 m. Vodopád leží v přísně chráněné krajinné oblasti Krkonošského národního par-

ku. V blízkosti vodopádu se pak nachází úkryt Kamiencyk.

Výjimečným zážitkem je i samotná jízda po železniční trati překonávající Novosvětský průsmyk a navazující trať po polském území je nejvyšše položenou železniční tratí na území Polska.

Z Tanvaldu do Kořenova vede unikátní ozubnicová trať, a pokud byste se chtěli o této jedinečné trati dozvědět více, navštivte muzeum ozubnicové dráhy, které je umístěno v budově kořenovského vlakového nádraží. Bližší informace nejen o muzeu, ale i o trati, se dozvíte na internetových stránkách [www.zubacka.cz](http://www.zubacka.cz).

#### HRAD OYBIN

Hrad Oybin je lázeňské a výletní městečko na jihovýchodě Saska v okrese Zhořelec, poblíž hranic s Českou republikou. Městečku dominuje mohutná pískovcová stolová hora s ruinami stejnojmenného hradu a kláštera. Do městečka Oybin se snadno dopravíte vlakem, například z Liberce do Zittau, kde před železniční stanicí začíná úzkorozchodná trať do stanice Kurort Oybin. Jízdenky LIBNET+ platí bez jakéhokoli příplatku také na parní úzkorozchodné vlaky.



Vodopád Kamiencyka



Nádraží Kurort Oybin



Mapové podklady: Katedra geografie FPNP - Technická univerzita v Liberci GIS Libereckého kraje

# Hlavní sestra Hana Bláhová není v liberecké nemocnici nováčkem

Krajská nemocnice Liberec

**Management Krajské nemocnice Liberec, a. s., se v době pro zdravotnictví ne příliš příznivé postupně stabilizuje. Novým členem vedení se po úspěchu ve výběrovém řízení od 1. července 2011 stala Mgr. Hana Bláhová.**

Nahradila tak Mgr. Ladislavu Kohoutovou a po ní ještě Marii Fryaufovou, která byla zastupováním hlavní sestry pověřena po dobu pěti měsíců. Stejně jako její předchůdkyně, i Mgr. Hana Bláhová, bude nadále vést početný ošetrovatelský úsek a koordinovat ošetrovatelskou péči, sociální služby, zdravotnické i nezdravotnické služby, včetně metodické koordinace laboratorních a vyšetřovacích pracovišť. Po nástupu do funkce jsme jí položili několik základních otázek.

**■ Co vás vedlo k tomu, že jste se přihlásila do výběrového řízení na pozici hlavní sestry v Krajské nemocnici Liberec, a. s.?**

Svoji práci, práci zdravotní sestry, mám od počátku své kariéry velmi ráda. Proto je moje nové zaměstnání pro mne další pracovní postup v mé profesi zdravotní sestry. Samozřejmě musím říci, že mne lákalo známé prostředí největšího zdravotnického zařízení v kraji, kde jsem po střední škole, jako mladá zdravotní sestra, začínala.

**■ Kde jste v posledních letech pracovala?**

Tři a půl roku jsem působila v pozici vrchní sestry chirurgického oddělení v jablonecké nemocnici, což bylo jedno ze tří největších pracovišť této nemocnice. Chtěla bych podotknout, že tato moje práce v pozici vrchní sestry chirurgie, v nemocnici s téměř domácím prostředím, byla od počátku velice příjemná a vždy na ni a své nejbližší spolupracovníky budu ráda vzpomínat.



**■ Vraťte se ještě dál do minulosti, do vašich studií.**

Střední zdravotnickou školu jsem absolvovala v Rumburku. V době ukončení mého studia jsem bydlela v Liberci, a tedy využila pracovní možnosti a nastoupila do zdejší nemocnice. Zde se mi podařilo naplnit mé přání, pracovat jako chirurgická zdravotní sestra. Působila jsem tu téměř 12 let. Postupně jsem se vypracovala z řadové sestry na staniční sestru oddělení cévní chirurgie a posléze přijala nabídku funkce staniční sestry na JIP. Práce na JIP byla, je a vždy bude, vysoce specializovaná. V té době jsem absolvovala ba-

kalářské studium oboru ošetrovatelství na Lékařské fakultě UK v Hradci Králové a následně se přihlásila na navazující magisterský obor na Univerzitě Palackého v Olomouci. Studium jsem dokončila v době, kdy jsem byla na mateřské dovolené.

**■ Jak se mi podařilo zjistit, praxi získanou v obou nemocnicích jste stačila ještě rozšířit o další velmi zajímavou aktivitu...**

Chtěla jsem využít svoji druhou specializaci získanou magisterským studiem a v roce 2006, v době mé druhé mateřské, jsem uspěla ve výběrovém řízení na pozici odborného asi-

stenta Ústavu zdravotnických studií při Technické univerzitě v Liberci, kde působím dodnes. Po dohodě s vedením KNL, a. s., budu na univerzitě působit i nadále, což přinese užitek pro obě strany, tedy TUL a KNL a. s.

**■ To znamená, že jste se prostřednictvím praxe svých studentů a spolupráce KNL a TU opět vracela na dobře známá místa?**

Bylo to příjemné navštěvovat pracoviště krajské nemocnice a potkávat se s bývalými kolegy. Po nějaké době se rozběhla spolupráce technické univerzity i s jabloneckou nemocnicí, kde jsem po nějakém čase nastoupila, po absolvování výběrového řízení, na plný úvazek jako vrchní sestra chirurgie.

**■ Jste ve funkci měsíc, co se vám v tak krátké době podařilo udělat?**

Převzala jsem veškerou agendu a postupně se seznamuji s platnými dokumenty nemocnice. Samozřejmě průběžně navštěvuji a seznamuji se s provozem jednotlivých oddělení, hovořím s vrchními sestrami, staničními sestrami a řadovými sestrami o jejich práci a jejich potřebách. Jsem si dobře vědoma toho, že naše nemocnice je akreditována, což je vizitka kvality a bezpečí péče o pacienta. Snažím se proto plynule navázat na vše, co bylo na mém úseku v minulosti dobře nastaveno. Ještě musím zmínit práci na pokračující přípravě dalšího ročníku vědecké konference, kterou KNL a. s. organizuje s Technickou univerzitou.

**■ Vaše vyžití je veliké, jak relaxujete, abyste vše zvládla?**

I přes to, že jsem pracovně vyčerpána, jsem maminka dvou dětí. Mám třináctiletého syna a šestiletou dceru. Snažím se s manželem být s nimi neustále v pohybu. Jezdíme na kole, na bruslích, chodíme na procházky atd. Můj syn závodně lyžuje, tak v zimě lyžuji také, a pokud mám čas, velmi ráda čtu.

## V babyboxu našlo azyl druhé novorozence

**Liberec** | Necelý den staré novorozence bylo v pátek, 8. července, časně ráno - přesně ve 3:50 hodin - odloženo do babyboxu zabudovaného u vjezdu do areálu Krajské nemocnice Liberec, a. s. „Chlapec, který dostal jméno Ondřej Pátek, byl v dobrém zdravotním stavu,“ uvedla vrchní sestra dětského oddělení Petra Plašková. Miminko se narodilo ve čtvrtek 7. července, vážilo 3,62 kilogramů a měřilo 50 centimetrů. Maminka nechala v babyboxu i dopis, ve kterém si přeje, aby se dítě dostalo do adoptivní rodiny, kde mu prý bude lépe. Chlapec je 53. dítětem odloženým do babyboxu v České republice a druhým novorozencem, který našel azyl v liberecké, dobře zabezpečené schránce, jež byla otevřena v červnu 2008. V říjnu 2009 to byla holčička, která dostala jméno Andrea Neděle.

Věříme, že se oba „plaváčkové“ dostanou do náruče milujících rodin. „Takové děti, protože nejsou známi jejich skuteční rodiče, mají možnost se rychle dostat do procesu adopce. Pro náhradní rodiny je pak určitým handicapem, že neznají všechna zdravotní hlediska ze strany pravých rodičů,“ říká MUDr. Marie Haková, ředitelka Kojeneckého ústavu a dětského domova v Liberci. Ta má obrovskou radost, že se jejímu zařízení, které pečuje i o handicapované děti a po většinu roku je plně vyčerpáno, zdárně daří uskutěčňovat i zahraniční adopce. Během letošních letních měsíců získaly nový domov v náhradních rodinách dvě děti v Dánsku, jeden chlapec v Německu a další ve Švédsku.

## Šňůra života a zdravé srdce Podjěštědí

Opět před nástupem do prázdnin a dovolených se uskutečnila přímo v centru Liberce na Náměstí Dr. E. Beneše edukativní akce podpořená Českou kardiologickou společností s názvem „Šňůra života a zdravé srdce Podjěštědí“.

Stejně jako vloni se do ní aktivně zapojily zástupkyně Kardiocentra Krajské nemocnice Liberec, a. s., a Zdravotnická záchranná služba Libereckého kraje, jejich ukázky z každodenní činnosti pak doplnili členové Hasičského záchranného sboru a Městské policie Liberec. Svůj stánek zde měl i Český červený kříž.

Cílem projektu bylo demonstrovat hlavně pro děti školního věku poskytování laické resuscitace, která patří k základním lidským znalostem. Ty si jí na vlastní kůži vyzkoušely a seznámily se i s využitím automatických defibrilátorů. Pořadatelé věří, že díky opakovaným ško-



žáci libereckých ZŠ si se zájmem vyzkoušeli laickou resuscitaci včetně použití defibrilátoru. Na jejich počínání dohlíželi zástupci Zdravotnické záchranné služby Libereckého kraje a Krajské nemocnice Liberec.

lením a praktickým ukázkám se podaří získat u mládeže dovednosti v poskytování první pomoci a zvýší se tak šance na přežití kritických pacientů v terénu, než dorazí lékařská pomoc. Navštěvníci, mezi kterými se před radnicí zastavili i dospělí, si měli možnost vyslechnout přednášky o udržení srdce v kondici, o odvykání kouření či o obezitě. Řada z nich si nenechala ujít příležitost bezplatného změření krevního tlaku.

Vyvrcholením akce byla simulace dopravní nehody s vyproštěním a ošetřením vážně zraněných osob, kterou provedli členové pořadajících složek.

## Léto provází závažné úrazy

Ani během letních prázdnin se dveře na traumatologii Krajské nemocnice Liberec netrhnou. Podle předností liberecké traumatologie MUDr. Richarda Lukáše se velmi výrazně zvyšuje závažnost poranění. Důvodem je především rychlost. Lidé totiž často riskují a neuvědomují si, jak vážná poranění si mohou způsobit neopatrnou jízdou na silnicích, ale také při rekreačních sportech. Liberecké traumacentrum ošetřuje každoročně přibližně 160 až 180 pacientů se zraněními, která bezprostředně ohrožují život. Na tři letní měsíce přitom připadá více než 30 procent z tohoto počtu. „Zejména se množí závažné úrazy související s hustším provozem na silnicích, s větším množstvím cyklistů a také například s množstvím sportovců na kolečkových bruslích. V posledních letech se více setkáváme s úrazy horolezců pohybujících se na skalách v našem regionu. Nejsou vzácná ani poranění vznikající na lezeckých stěnách. Na počátku léta každoročně ošetřujeme poranění krční páteře a míchy, ke



kterým dochází při skoku do mělké vody. Podíl alkoholu na vzniku úrazů bohužel také neklesá,“ uvedl přednosta Traumacentra KNL, a. s., MUDr. Richard Lukáš. A kde lidé nejvíce riskují? „Lehkomyšlnost, nezáušnost, podceňování nebezpečí a přeceňování vlastních sil a nezodpovědnost stojí v pozadí většiny závažných zranění. Nejvíce hazardu je, jak se zdá, v silniční dopravě. Mnoho občanů si neuvědomuje, jak závažné jsou následky dopravních nehod. Stále také trvá lehkomyšlnost při jízdě na kole. Cyklistů, kteří helmu nepoužívají, neubývá,“ varuje přednosta. Přitom stačí málo, být opatrný a především také rozvážný. „Dodržování dopravních předpisů je pravděpodobně nejrozumnějším způsobem, jak předejít tomu, abychom se na silnicích vzájemně pobili. Bylo by dobré pochopit, že aktivní způsob života spojený se snahou o pohyb, rychlost a vzdálenost sám o sobě přináší nebezpečí. Nerozvážností a furiantstvím jdeme katastrofě rázným krokem naproti,“ dodává MUDr. Lukáš.

## Zachyťte kamerou, jak žijí lidé s diabetes mellitus

Jednou z nejvíce rozšířených chorob v České republice je cukrovka čili diabetes mellitus. V současné době jí trpí téměř jeden milion lidí. Těžko si může zdraví člověk představit, jaké to je žít s diabetem a každodenně čelit tomuto onemocnění. Proto je vítána každá aktivita, která na tento problém upozorní.

Jednou z posledních je vyhlášení unikátní fotografické soutěže „Řekni cukr... a zmáčkní spoušť!“ Zúčastnit se jí může prakticky každý zájemce z řad diabetických pacientů, jejich rodin, příbuzných, přátel či známých. Prostě každý, koho se nějakým způsobem týká onemocnění zvané cukrovka. Blíže informace k soutěži lze získat na webových stránkách [www.rok1.cz](http://www.rok1.cz), které mají za cíl upozornit na zdravotní, spo-

lečenský i ekonomický problém spojený s epidemií nemoci diabetes mellitus a současně informovat o novinkách, trendech a poskytnout rady pacientům a jejich rodinám. Tyto webové stránky s názvem jsou určeny všem diabetickým pacientům, jejich rodinným příslušníkům, blízkým, ale i lékařům, zdravotníkům a také novinářům. Diabetes mellitus se nedá vyléčit. Život s touto nemocí není jednoduchý, při-

naši celou řadu omezení a povinností, vyžaduje od pacienta zásadní změnu chování a životního stylu. Dobrá zpráva je, že se diabetes dá léčit a při dodržování zásad a spolupráci pacienta s lékařem lze žít šťastný a plnohodnotný život. Provozovatel stránek doufají, že jejich obsah diabetikům alespoň trochu pomůže v jejich nelehkém každodenním úsilí. „Soudím, že diabetes je závažný problém. Jsem však přesvědčen, že znalostmi a možnostmi současné medicíny se může větší část následků tohoto problému vyřešit. Považuji proto za svou povinnost napomoci tomuto řešení,“ uvedl Prof. MUDr. Milan Kvapil, CSc., MBA,

jeden z českých specialistů, který tuto aktivitu podporuje. Pacientům s diabetes mellitus pomáhá rovněž Krajská nemocnice Liberec, a. s., která disponuje specializovaným diabetologickým centrem, jež je součástí Národního diabetologického programu. Jeho cílem je zajistit specializovanou a konzultační činnost pro diabetology a pacienty s diabetem pro spádovou oblast Libereckého kraje. Centrum má lůžkovou a ambulantní část. Obě části jsou umístěny v 5. patře budovy interního pavilonu nemocnice. Lůžková část centra má 28 lůžek pro diabetiky, přijímá diabetiky z ušší spádo-

vé oblasti Liberce, kteří potřebují hospitalizaci z jakéhokoliv interního nebo diabetologického důvodu. Navíc po předchozí domluvě s ošetřujícími diabetology přijímá diabetiky z širší spádové oblasti, pokud je nutno řešit specializované problémy diabetu. Ambulantní část centra má specializované poradny pro mladé diabetiky I. typu, těhotné s diabetem, poradnu pro léčbu diabetické nohy. Kromě léčebné komplexní péče o diabetiky zajišťuje toto centrum i skupinové a individuální edukační programy.

Stránky KNL připravil Václav Sedláček

# Na patologii odhalí nejednu vážnou diagnózu

**Při sledování seriálů, kde patologové pomáhají odhalit velmi složité případy vražd, obdivujeme jejich zručnost a metody, které používají. Jejich skuteční kolegové v českých nemocnicích sice nedostávají podobné případy, ale jejich práce je stejně obdivuhodná.**



Primář oddělení MUDr. Antonín Blüml.

Ostatně, jejich pracoviště se pitvání zemřelých věnuje téměř okrajově, v Krajské nemocnici Liberec, a. s., je to zhruba 30 procent, ze zákona se to týká všech zemřelých dětí a mladistvých do 15 let a ostatních neočekávaně zemřelých a u těch, u kterých si to vyžádá ošetřující lékař. Oproti minulosti se totiž pitevni diagnóza s lékařským vyšetřením zemřelého téměř vůbec neliší.

V čem tedy spočívá práce nevelkého kolektivu patologicko-anatomického oddělení, které mimochodem patří k nejstarším pracovištím liberecké nemocnice? To nám prozradil při naší návštěvě jeho primář MUDr. Antonín Blüml.

„Naší hlavní činností, na které se podílí nevelký tým pěti lékařů a kolem 20 laborantů a ostatních zdravotnických pracovníků, jsou bioptická vyšetření vzorků buněk a nádorových tkání, získaných po výtěrech z cytologie a odběru tkání hlavně endoskopickými metodami při podezření na nádorové onemocnění. Výsledek může pomoci včas odhalit diagnózu a v pozitivním případě přesnit léčbu. V loňském roce bylo na našem oddělení vyšetřeno zhruba 13 tisíc pacientů převážně z Libereckého kraje. Vedle standardních vyšetření provádíme denně několik peroperačních biopsií, vzorků nádorů, které nám lékaři pošlou přímo z operačního sálu. Okamžitě se provádí analýza, aby bylo před samotným zákrokem patrné nejen, zda jde o zhoubný nádor, ale také na základě výzkumu jak se bude tento novotvar pravděpodobně chovat a jaké jsou tendence jeho šíření do lymfatického systému pacienta. Statistika dále říká, že jsme v roce 2010 zkoumali přes 99 tisíc preparátů, což je pro náš tým úctyhodný pracovní výkon. V minulosti se pacientovi něco vyřízlo a nikdo se tím už nezabýval. Dnes zkoumáme skutečně každý vzorek. Všechny práce, počínaje příjmem tkáně, zhodnocením, úpravou, zaevidováním a zpracováním, které se provádí většinou ručně, a konečným vyšetřením a vyhodnocením pre-



Laborantka Monika Kestlerová obsluhuje rotační mikroton, na kterém se tkáň zalitá do parafinového bloku krájí na několik mikronů tenké plátky, jež se před vyšetřením ještě obarvují.

parátů, jež si žádá letité zkušenosti a případně konzultace s dalšími specialisty – patology ze spolupracujících fakultních nemocnic v Praze Motole a Hradci Králové, vyžadují naprostou přesnost a preciznost. Správná diagnóza se mnohdy rovná záchraně života pacienta. Naše oddělení

je zařazeno do mezinárodních programů pro výzkum rakoviny prsu. Díky němu a vysoce specializovanému imunohistochemickému vyšetření můžeme aplikovat pacientkám speciální léčbu šitou na míru. Další naší významnou aktivitou je zapojení do výzkumu zhoubného novotva-

ru mozku nazvaného Glioblastoma multiforme, kterého ročně odhalíme zhruba 15 případů a jako jediné pracoviště v Evropě se současně podílíme na studii posuzující genetické změny chování nádorových buněk tohoto tumoru,“ vysvětluje primář Blüml.

## Při cestě do exotických zemí je dobré se nechat očkovat

**Cestování a poznávání zemí a života jejich obyvatel je velice krásná věc, která však pro cestovatele, jež si vybírají často i exotická místa, představují celou řadu zdravotních rizik. Proto je na místě na ně upozornit a nabídnout určitá řešení.**

V první řadě, než se vůbec pro cestu rozhodneme, získáme si kvalifikované informace. Ty základní, které se týkají očkování, nalezneme u praktických lékařů a v očkovacích centrech. Jedno z takových speciálních pracovišť – středisko cestovní medicíny – působí při infekčním oddělení Krajské nemocnice Liberec, a. s. Primář MUDr. Adamu Vitoušovi (na snímku) jsme k této problematice položili několik otázek.

**■ Do kterých lokalit a proti čemu by se měli lidé nechat očkovat před jejich návštěvou?**

Existují očkování, bez kterých vás do některých zemí nepustí. Proti žluté zimnici - některé země subsaharské Afriky a proti invazivním meningokokovým onemocněním - např. poutníci do Mekky v Saudské Arábii. Ostatní očkování jsou doporučená (neboli doplňková k základnímu pravidelnému v rámci očkovacího kalendáře). Nejběžnější se očkuje proti hepatitidě A a břišnímu tyfu. Vždy je vhodné zkontrolovat i platnost pravidelných očkování, např. proti tetanu. Další se klientovi doporučuje individuálně s přihlédnutím k rizikům dané lokality, charakteru pobytu a zdravotnímu stavu, jako je např. alergie.

**■ Využívají se tyto služby?**

Ano, povědomost o centrech cestovní medicíny roste, lidé se objednávají s předstihem, nicméně zdaleka ne všichni konzultaci vyhledávají.

**■ S čím jste se v uplynulém roce setkali - co si lidé ze zahraničí "přivezli" domů?**

Nejběžnější zdravotní komplikací cest nejsou infekce, ale úrazy a kardiovaskulární nemoci. Je dobré nenechat při cestě rozum doma. Nejčastějším infekčním onemocněním na cestách je průjem. V posledních dvou letech je vyšší výskyt chřipky. Následuje hepatitida A. Léčili jsme i poměrně vzácnější kožní parazitární nemoci. Vážnější importované infekce zpravidla prová-



zí horečka, která by měla být signálem k návštěvě lékaře.

**■ Čemu se hlavně vyvarovat při pobytu v jižní Evropě, v Turecku, nebo v tradičních afrických destinacích?**

Země Evropy zejména západní a severní, Severní Ameriky, Austrálie a Japonsko jsou relativně bezpečné. Zásadou však zůstává dodržení základních hygienických pravidel včetně konzumace vhodného jídla a pití. Za nejrizikovější oblasti je považována subsaharská Afrika, Amazonie a oblasti jihovýchodní Asie, kde je před cestou doporučena konzultace odborníka, jelikož se jedná o oblasti s výskytem malárie či žluté zimnice.

**■ Jaká jsou obecná pravidla očkování pro cestovatele?**

Je třeba se včas, alespoň čtyři až šest týdnů před odjezdem, informovat u svého lékaře nebo v našem očkovacím centru o povinném nebo doporučeném očkování. Plán se často musí přizpůsobit individuálním potřebám každého cestovatele. Připomínám, že do určitých zemí jsou některá očkování povinná a před vstupem na jejich území musíte například prokázat známou v mezinárodním očkovacím průkazku, že jste byl minimálně před 10

dny očkován proti žluté zimnici. Mezinárodní zdravotnická organizace doporučuje očkování proti hepatitidě B pro každého cestovatele. Každý občan, nejen cestovatel, by si v první řadě měl zjistit, zda mu nevypršela doba účinnosti vakcíny proti tetanu. Přeočkování proti tomuto smrtelně nebezpečnému onemocnění by se mělo provádět každých 10 až 15 let.

**■ Měli bychom upozornit patrně i na hepatitidu typu A?**

Tento typ žloutenky, který je celosvětovým problémem, je vysoce nakažlivý a šíří se blízkým kontaktem člověka s člověkem nebo požitím kontaminovaných potravin či vody. Prvními příznaky jsou horečky, únava, pocit na zvracení, zvracení a průjem. Za jeden až dva týdny se zvětší játra a může se objevit žloutnutí kůže, to je pozorovatelné hlavně na bělmu očí. Neexistuje žádná specifická léčba hepatitidy A. Ke zmírnění jejího průběhu, což může trvat až půl roku, přispívá odpočinek a vhodná výživa. Riziko infekce snižuje dobrá hygiena. Chránění proti této chorobě jsou ti, kteří infekci prodělali nebo jsou očkováni. Děti i dospělí by měli být očkováni jeden měsíc před dobou, kdy chtějí být chráněni.

## Na dovolenou vezeme malou cestovní lékárníčku

I když se vám dosud nikdy na dovolených nic nepříjemného nepříhodovalo, neriskujte, a vybavte se na cestu vedle zdravotního pojištění i prostředky zdravotnické první pomoci. Navíc, pokud si vybereme exotickou zemi, necháme se na doporučení lékaře v centru očkování a cestovní medicíny včas očkovat.

„Vybavení lékárníčky by mělo obsahovat prostředky pro ošetření a také materiál potřebný pro členy výpravy, zvláště když jsou mezi nimi děti, ženy a alergici. V lékárníčce by neměl chybět základní obvazový materiál a dezinfekce na ošetření drobných úrazů včetně nůžek a pinzety. Přibalíme prostředky na snížení teploty a na průjem včetně prevence na cestu, dále kapky či spreje na rýmu a podráždění očních spojivek, prostředky na zmírnění bolesti a svědění při alergiích na slunce a při štípnutí hmyzem nebo medúzami, osvědčené léky proti bolestem hlavy a v krku. Protože budeme patrně hodně vystaveni slunci, nezapomeneme na ochranný krém s dostatečným ochranným faktorem. Pro večerní zklidnění pokožky poslouží prostředky s obsahem panthenolu. S vybavením lékárníčky nám poradí v každé lékárně, určitě najdou i některý preventivní přípravek s lactobacily, který pomůže našemu zažívacímu ústrojí vyrovnat se s tamní, pro nás nezvyklou stravou. Ženy by neměly zapomenout přibalit si na cestu prostředek proti vaginální mykóze,“ říká Mgr. Martin Mi-

sař, vedoucí lékárník Krajské nemocnice Liberec, a. s.

Při koupání v moři dáme pozor na mořské ježky, z nichž některé druhy jsou i jedovaté, kteří se vyskytují hojně především u chorvatského pobřeží. Ranky po odstraněných ostnech omyjeme vodou a bolest zmírníme octem, při větším počtu poranění, z kterých se nám navíc nepodaří odstranit ostny, raději navštívíme lékaře, případně místní lékárníku. Místo požáhané medúzou je dobré rychle ochladit a pálení zmírnit potřením octem, cibulí nebo citronem. Pomoci by mělo rovněž antihistaminikum. Při větším rozsahu popálení rovněž raději vyhledáme lékaře, který může nasadit antibiotika a doporučí několikadenní klid bez slunění a koupání. Pobyt v zahraničí nám mohou zneříjemnit i komáři, proto sebou vezeme repelenty a další osvědčené prostředky na jejich odpuzování jak při pobytu v přírodě, tak i v interiéru. Zvláštní kapitola ochrany proti bodnutí komárů platí pro pobyt v malarických oblastech Afriky, Asie a Latinské Ameriky, kde se doporučuje nasazení antimalarika ještě před odjezdem z domova na základě doporučení lékaře. Do oblastí, kde panují zaostalejší hygienické návyky a kde se budeme pohybovat ve vysoké koncentraci lidí, odborníci doporučují očkování proti žloutence a břišnímu tyfu.

**SLEVA 15%** na veškerý sortiment opalovacích přípravků

**Akce platí do konce srpna 2011 v obou nemocničních lékárnách a zdravotnické prodejně v areálu KNL**

• Nemocniční lékárna (naproti P10) • Nemocniční lékárna - výdejna u vrátnice (u PCHO) • KNL a.s., Husova 10, 460 63 Liberec

**Sleva bude poskytnuta po předložení tohoto kuponu**

Sleva se nevztahuje na zboží v akční nabídce, slevy nelze sčítat a nelze je kombinovat s dalšími slevami!



## Do Roztockého mlýna za čertem Roháčkem

Výlet pro malé i velké výletníky můžete začít na návsi podkrkonošské obce Roztoky u Semil, odkud je to k mlýnu příjemná desetiminutová procházka.



Roztocký mlýn je starým potocním mlýnem, dříve také nazývaným jako drnčák, krcálek nebo klapáč, v romantickém Fiedlerově údolí. Údolí nese jméno slavného mlynářského rodu Fiedlerů, který na tomto mlýně provozoval mlynařinu nepřetržitě tři století. Mlynářské řemeslo si tedy Fiedlerové předávali z otce na syna od roku 1685 až do roku 1941. Později mlýn chátral, rekonstrukce se dočkal až v roce 1990 a dnes tu na návštěvníky čeká výlet do historie podkrkonošského mlynářství a pecnářství. Především dospělí zaujme výstavní expozice dosud funkčního mlýnského zařízení ze 17. až 19. století. Raritou je tzv. štoska – jediné dochované mlýnské zařízení v České republice, které soužilo k čištění krupice, z roku 1840. Děti se můžou těšit na čarodějnice Albinu, Terezku a Žofii a také čerta Roháčka, kte-

rý prý každému splní tajné přání. Navíc je pro ně ve mlýně připravena výstava loutek Kašpárka a původních hraček dětí ze mlýna. Návštěvu Roztockého mlýnu můžete spojit s výletem k nedaleké rozhledně U Borovice, která byla postavena v blízkosti obce Roprachtice v roce 2009 na podnět roprachtického rodáka Františka Hubaře. Kamenná rozhledna stojí na plochem hřbetu v nadmořské výšce 669m a své jméno získala po nedaleké borovici. Zajímavostí je, že na její stavbu byly použity kameny z rozzebraných starých objektů z okolí. Z 18m vysoké rozhledny, která vám možná připomene obrannou věž středověkého hradu nebo maják, jsou daleké výhledy na Jizerské hory, Krkonoše, Orlické hory a na údolí řek Jizery a Kamenice. Dvakrát do roka je prý vidět i Milešovka.

Text a foto: Krajský úřad LK

## Objevte krásy Klatovska a Pošumaví

Klatovy se nachází v mírně zvlněném kraji západního Pošumaví a patří do Plzeňského kraje. Historie osídlení Klatovska sahá až do počátků 2. tisíciletí.

Město samé bylo založeno českým králem Přemyslem Otakarem II. roku 1260. Dominanta Klatov, Černá věž, která se nachází přímo na náměstí, byla postavena 1547 až 1557 z neomítnutých tesaných kvádrů dle Antonia de Salla a sahá až do výšky 81 metrů. Na ochoz v pátém patře vede 226 schodů a je odtud krásný výhled na šumavské vrchy. Dalším klatovským skvostem je Jezuitský kostel Neposkvrněného početí Panny Marie a sv. Ignáce, jehož základy byly položeny roku 1656. Pod kostelem jsou rozsáhlé katakomby, do nichž byli pochováváni v letech 1674-1783 řádoví bratři



Černé jezero



Hrad Klenová

a šlechta sympatizující s jezuiti. Těla zemřelých byla konzervována působením zvláštního systému větracích kanálů. Okolí města nabízí spoustu tras pro turistiku či výlet na kole. Za návštěvu roz-

hodně stojí romantický hrad Švihov, kde se natáčel slavný film Tři oříšky pro Popelku a každoročně se tam pořádají akce jako Švihovské léto, Dobývání hradu, Divadlo na hradě nebo Noční prohlídky. K nejvýznamnějším památkám Klatovska též patří Hrad Klenová, jehož mohutné a částečně restaurované zříceniny najdeme na vrcholu u Janovic nad Úhlavou. Hrad je kolébkou rodu pánů z Klenové, kterým náležel až do 16. století a v roce 1564 se v jeho zdech narodil spisovatel a hudební skladatel Kryštof Harant z Polžic a Bezdružic. V hradu si lze kromě běžné expozice prohlédnout i galerii českého moderního umění. Kolem hradu vede zelená turistická trasa, která přichází z Janovic nad Úhlavou, přes Rovnou, Strážic, Březi, Čachrov a Hartmanice (32,5 km). Celý text pozvánky na výlet najdete na [www.tydeniky.cz](http://www.tydeniky.cz).

Text a foto: Šárka Jansová

## Expedice na Islandu aneb s IDIFem do fotografického ráje

Už se asi těžko budu vracet k trávení dovolené poleháváním na pláži či turistickému Marathonu po kulturních či historických památkách tak, jak jsem byla dosud zvyklá. Bylo by to asi jako opustit šťavnatý steak a vrátit se k okoralému hamburgeru. Co že se mi tak převratného přihodilo? Strávila jsem neskutečně pohádkovou dovolenou s malou skupinou fotografických nadšenců. Díky shodě mnoha okolností jsem se zúčastnila expedice fotografů, kterou nabízí a pořádá specializovaný tým profesionálních fotografů z firmy IDIF, kteří nám, amatérským fotografům, děla-

„Tak nám zabili Ferdinanda“, i tak bych mohla parafrázovat mou nejnovější nádhernou zkušenost, jen s tím rozdílem, že „mi zabili dovolenou“, tedy alespoň v tom smyslu, jak jsem ji doposud roky prožívala.



ství světelných podmínek - od silného slunečního svitu, přes úchvatnou oblačnost až po polární záři. Právě jedinečné světelné podmínky a naprosto unikátní ráz takřka nedotčené krajiny

žními zelenými pastvinami v popředí. Sluneční paprsky také neuvěřitelně rozzářily tyrkysové kusy ledových ker, které se volně pohupovaly na hladinách ledovcových jezer, odkud pak putovaly do Ledového moře. Naše expedice touto mystickou krajinou drsného severu začala v Keflavíku, kde jsme si vyzvedli terénní automobily a vydali se do asi 100km vzdáleného hotelu na břehu jezera Thingvallavatn. V jeho okolí neuniklo naší

Milovníci fauny si na Islandu asi na své nepřijdou, protože vegetace je tu druhově poměrně jednotvárná a neposkytuje zvěři dostatek potravy. Nejrozšířenější faunou ostrova jsou bezpochyby ptáci a všudypřítomní koně, kterým jsme věnovali nemalou pozornost. Také početné kolonie papuchálků, alky a chalupy v pobřežních fjordech patří k vděčným námětům fotoaparátů a poskytují určitě veselou a nevšední podívanou. Vidět neohrabané přístání jinak naprosto úžasného papuchálka, které s vervou sobě vlastní opakuje i po předešlých, ne



### Země ledovců, gejzírů a nedotčené přírody

ji průvodce v perfektně zorganizované expedici zaměřené výhradně na zájmy nás fotografů – amatérů, tedy přivést si z výpravy hezké fotografie. Již na začátku musím nadšeně konstatovat, že se to povedlo měrou vrchovatou. Vše sice začalo nenápadně tím, že jsem jako dárek obdržela digitální zrcadlovku a jelikož jsem ji neuměla ovládat, zkušenější kamarád mě doporučil školu digitální fotografie, respektive jejich kurz pro začátečníky, takže jsem na jejich stránkách [www.idif.cz](http://www.idif.cz) vyhledala příslušnou rubriku a opravdu za jeden den se naučila díky nezměrné tr-

pelivosti lektora alespoň ovládnout moderní techniku digitální zrcadlovky a snad i základy kompozice. Co mě však potkalo, a úplně ohromilo v této škole, byly fotografie z expedice ze všech koutů světa a navíc naprosto výjimečné pohledy na jinak všední věci. Tam, na chodbě o přestávce jsem asi dozrála k jasnému rozhodnutí: najdu si z nabídky IDIFu pro začátek ne úplně exotickou expedici a musím to vyzkoušet. Jak to dopadlo?



dělají z návštěvy Islandu naprosto nevšední zážitek. My jsme se na Island vypravili s fotoexpedicí v období první poloviny července, kdy je největší pravděpodobnost hezkého počasí a pro danou oblast minima srážek. V letošním roce se tato předpověď nad očekávání vyplnila a nás tak za dva týdny strávené v tomto doslova panenském koutě světa čekal jen jeden deštivý den. Mohl jsem tak objektivy našich fotoaparátů zachytit leckdy až kýčovitě modrou oblohu s polarizujícími mráčky nad černými sopečnými masivy v pozadí a své-



pozornosti hned několik opravdu působivých míst jako třeba kráter Kerid, gejzír Stokkur a úchvatný vodopád Gullfoss, který je největším evropským vodopádem. Navštívili jsme také peřeje na řece Hvítá a vydali jsme i hlouběji do vnitrozemí do známé oblasti Landmannalaugar. Jestli je něco pro Island nejtýpější, jsou to rozhodně vodopády. Najdete je ve všech částech ostrova tisíce drobných počínaje a desítkami mohutných vodních stěn konče. Island je vodními toky protkán a ledovce celoročně zásobují vodopády neuvěřitelným množstvím vody.

zcela úspěšných pokusech, je jistě ohromující. Fotografické expedice zahrnují širokou paletu oblastí všech kontinentů a zájemcům o fotografii nabízejí unikátní kombinaci cestování s příjemnou partou podobně zaměřených lidí, možnost přiučit se něčemu novému, zdokonalit své fotografické dovednosti a domů si kromě nevšedních zážitků přivést spoustu působivých fotografií. Ucelenou nabídku těchto nevšedních expedic je možné shlédnout na: <http://www.idif.cz/cs/expedice>.

Text: Jitka Bláhová, foto: Denisa Tichotová

fotografická expedice

www.idif.cz

IDIF INSTITUT DIGITÁLNÍ FOTOGRAFIE



**Vázení a milí čtenáři a příznivci Metropolu,** tentokrát mne zaujal termín singles, pro který zatím nemá čeština odpovídající překlad. V lapidárním překladu jde o samotáře. V angličtině znamená single jeden, double dva. Možná už tušíte, kam tím mířím. Ano, jde o vztahy především mezi mladými lidmi. Statistika uvádí, že v České republice nyní bydlí bez partnera téměř 30 procent lidí v produktivním věku a jejich počet

stoupá. Dále průzkumy říkají, že více než jedna třetina dětí se rodí mimo manželství a polovina uzavřených sňatků končí rozvodem. Jinými slovy řečeno, pro dnešní dvacátníky a třicátníky je čím dál tím méně pravděpodobné, že vyrostli v trvalém partnerském svazku s oběma vlastními sezdanými rodiči a vlastním sourozencem, či sourozenci. Je na vině společnost, která umožňuje stejnou seberealizaci a ekonomickou i sociální nezávislost mužů a žen? Jsou dnešní

mladí lidé méně zodpovědní, než jejich prarodiče? Jsou dnes dlouhodobé vztahy opravdu přežitkem? Jako by se pojem tradiční rodina, který byl v minulém století naprosto samozřejmým, vytrácel. A komu to prospívá? Po pravdě řečeno jako křesťan mám v tomto případě jasno, ale nikoho neodsuzuji. Odpověď na tyto, pro mne znepokojující otázky, mi třeba pomůže najít dokumentární film režisérky Jany Počtové, jenž přináší otevřené výpovědi šesti

singles, které sledovala v průběhu jednoho roku. Pokud chcete, vážení a milí čtenáři, na toto téma diskutovat, můžete tak učinit na sociální síti Facebook Český Metropol. Převažující názory zkusíme probrat s odborníky.

Nádherné letní dny vám za celý tým tvůrců dnešního vydání přeje

**Ladislava Richterová**  
šéfredaktorka  
richterova@tydeniky.cz

## Vánoce uprostřed léta

Letošní Noc s hvězdami na hradě Houska na Českolipsku v sobotu 6. srpna bude již třináctá v pořadí. Pořadatele akce Martina Franceho z agentury Art Production se Metropol, který je mediálním partnerem benefičního koncertu, zeptal...



Loňský koncert připomínal tak trochu táborovou bojovku, hodně přšlo, došlo k výpadku proudu, vy sám jste měl při odjezdu z akce autonehodu. Nebojíte se, co přinese třináctka?

No, myslím, že horší počasí než bylo vloni už nás snad ani potkat nemůže, jen snad, že by začalo v půlce léta sněžit.

Dvanáctá Noc s hvězdami byla tématicky zaměřena na hrající zpěváky a zpívající herce, bude i ta letošní něčím specifická?

Celá letošní Houska bude překvapení. Protože je to pro někoho možná nešťastný 13. ročník, tak jsme se na tu třináctku připravili a chceme jí trochu obelstít tím, že letošní

slogan pro Housku je: VÁNOCE NA HOUSCE. Takže diváky čeká vánoční výzdoba a zpívat se budou samozřejmě i koledy.

Výtěžek koncertu je každoročně určen k obnově hradu. Ten ale není jedinou benefiční událostí, které jste se ujal jako organizátor. Proč se charitativním a benefičním akcím věnujete tak intenzivně?

Jednak mám silné sociální citění a opravdu mám radost, když se to vše podaří zrealizovat a můžeme pomoci tam, kde je to potřeba, protože mé heslo zní: Když můžu, pomůžu. A kdo ví, kdy budu třeba někdy v budoucnu potřebovat pomoci i já?

Text a foto: Metropol

Mařin Production a hrad Houska uvádí pod záštitou premiéra ČR Petra Nečase, hejtmána Libereckého kraje Stanislava Eichlera, starostky města Česká Lípa Hany Moudré a primátorky Hlavního města Prahy Bohuslavy Svobody. 13. ročník benefičního koncertu Noc s hvězdami na hradě Houska.

**Noc s hvězdami NA HRADĚ HOUSKA**

ŘALEPKOVÁ SVĚTLANA, JANDA DALIBOR, FARNA EWA, VONDRÁČEK PETR, ABSOLONOVÁ MONIKA, VONDRÁČKOVÁ HELENA, FRANCE MARTIN, BLANAROVIČOVÁ YVETTA, BENDIG JAN, HOLKI

Dále vystoupí: JIŘEK ŠIMEK, LEONIA ČERNÁ, JIŘINA ANNA JANDOVÁ, MADALÉNA DĀO, LUKÁŠ KLIMPRICHT, JANA CHLÁDKOVÁ, IVA HAJNÍKOVÁ, JANA KOUTOVÁ, NADĚŽDA KRUPSKÁ, CHI CHI TORNADO, ROXETTE REVIVAL - THE ROCKSET. Moderují: SLÁVĚK BOURA A MARKĚTA MAYEROVÁ, VLASTA VĚBR.

OD 21.00 HODIN NA 1. NÁDVORÍ KONCERT KAPEL: MARCEL A BŘEZINOVÁ & BAND, DATWERK, PETR DVORÁK & WOLNEJ PROUT.

**VÁNOCE NA HOUSCE 6. SRPNA 2011 OD 18.00**

VSTUPENKY ZA 300,- Kč V PŘEDPRODEJÍ SÍTI TICKETSTREAM VČETNĚ CESTOVNÍCH KANCELÁŘŮ ČEDOK, FRIG-TOUR A KNIHKUPECTVÍ KANZELBERGER WWW.TICKETSTREAM.CZ, E-MAIL: INFO@TICKETSTREAM.CZ NEBO V PRODEJNĚ HUDEBNÍCH NÁSTROJŮ MILANA ANDĚLA NA NÁM. T.G.M. 131 V ČESKÉ LÍPĚ NEBO PŘÍMO NA HRADĚ HOUSKA. DĚTI DO 10 LET VSTUP ZDARMA. BLIŽŠÍ INFO NA WWW.HRADHOUSKA.CZ, WWW.MARINPRODUCTION.EU NEBO NA TEL.: 315 693 321.

ZÁJMA PROGRAM VYHRAZEN

## Hipodrom Most láká na dostihy, soutěže i farmářské trhy

Hlavní náplní nedávno založené akciové společnosti Hipodrom Most, jejímž majoritním vlastníkem je skupina společnosti Czech Coal, jsou pochopitelně dostihy. Návštěvníci hipodromu tu ale mohou trávit volný čas například na in line dráze okolo závodiště, pro děti jsou připraveny různé atrakce, včetně sociálního zázemí. Novinkou letošního roku je pořádání sobotních Severočeských farmářských trhů. Pokud jste na mosteckém hipodromu ještě nebyli, máte příležitost v následujících termínech:

- DOSTIHY:**
- 27.8. Velká letní cena (I. kat., 3letí a starší koně, 1 400 m)
  - 24.9. Cena Zimní královny Ústeckého kraje (I. kategorie, 2leté klisny, 1 600 m)
  - 30. - 31.7. Parkurové závody **SPOLEČENSKÉ AKCE:**
  - 31. 7. - 13. 8. Dětský in-line tábor
  - 15. 8. - 26. 8. Příměstský výtvarný tábor
  - 6. 8. Severočeské farmářské trhy
  - 3. 9. 110. výročí MHD na Mostecku a Mostecké slavnosti
  - 17. 9. - 18. 9. Endurance day - vytrvalostní závody
  - 17. 9. Severočeské farmářské trhy



Vítězkou letošního dostihu 3,5letých klisen OAKS společnosti Litvínovská uhelná se stala tříletá ryzka Orphan ze stáje Ekofarma Rybář s jezdcem Janem Rájou.



Princeznou hipodromu pro rok 2011 je Kristýna Martínková. Ukázky z tvorby dalších účastníků a celkové atmosféry dostihového odpoledne přinášíme na www.tydeniky.cz.



Domov pro seniory Chodov, Donovalská 2222, Praha 4 přijme do pracovního poměru zaměstnance na pozici

### „pracovník v sociálních službách v přímé obslužné péči“

do nepřetržitého provozu (12hodinové směny dle harmonogramu).

- podmínkou uzavření pracovního poměru je zejména ukončený kurz pro pracovníky v sociálních službách a trestní bezúhonnost
- praxe v oboru je vítána, ovšem není podmínkou • nástup dle dohody • nástupní plat dle platných platových předpisů cca 14 000 Kč

Kontaktní osoba: **Bc. Jana Klímová** (personalistka), tel. 267 907 433, email: jana.klimova@seniordomov.cz  
**Eva Dvořáková** (vedoucího sociálního útvaru), tel. 267907431, email: eva.dvorakova@seniordomov.cz