

ČESKÝ

## METROPOL



### Profesor MUDr. Jan Pirk, DrSc

- Narodil se v dubnu 1948.
- Je ženatý, má dva syny a pět vnoučat.
- Přednosta Kardiocentra a Kliniky kardiiovaskulární chirurgie Institutu klinické a experimentální medicíny v Praze (IKEM) začal v roce 1972 na chirurgii v nymburské nemocnici. Kromě dvou atestací z chirurgie složil jednu z kardiocirurgie a jednu z cévní chirurgie.
- V pětatřiceti letech odjel na rok do New Orleans, kde pracoval pro Ochsner Medical Foundation. V roce 1990 zase za-

- hájil roční praxi ve fakultní nemocnici v Dánsku.
- Profesor Pirk je členem několika významných českých i zahraničních vědeckých orgánů a lékařských společností.
- V roce 1991 se stal přednostou Kliniky kardiiovaskulární chirurgie IKEM, od roku 1995 je také přednostou Kardiocentra IKEM. Od mládí sportuje, v kategorii nad 60 roků patří k nejlepším běžcům ČR.

**Hyundai i30 Patriot**  
Plně vybaven včetně klimatizace a litých kol  
jen za **269 900 Kč**

WWW.DORDA.CZ

ČESKÁ LÍPA, Žitavská 3112, Tel.: 487 829 746

**DELTA** obchodní centrum  
Fügnerova ul., u tramvají MHD

**Mimořádná vánoční nabídka**

**Získejte 100 Kč**  
poukázku na nákup vánočního kapra za výměnu tohoto kuponu v OC DELTA (trafika Peal - vchod z Revoluční ulice)  
OC DELTA Vám přeje krásné Vánoce

## Politika mě neláká

Proslulý kardiolog Jan Pirk má za sebou tisíce úspěšných operací srdce. O to svě se vzorně stará. Sportuje od mládí. Nebýval vrcholovým sportovcem, a snad proto má stále chuť sportovat. V kategorii nad 60 roků patří k nejlepším běžcům republiky. Svou kondici nedávno opět potvrdil v tradičním závodě Velká Kunratická.

■ **Pane profesore, trasa Velké Kunratické leží téměř pod okny IKEMu. V Krčském lese často trénujete. Jak se vám letos na domácí trati dařilo?**

V naší kategorii jsem doběhl šestý, sešlo se nás asi sto sedmdesát. Z tohoto pohledu to není špatný výsledek. Loni jsem však skončil třetí a předloni Velkou Kunratickou vyhrál. Letos jsem běžel za 17:23 min., každý rok se čas zhoršuje přibližně o dvacet vteřin. Je to smutné, ale je to tak. Srdíčko to do kopců už tolik nevytáhne.

■ **Porovnejte své nasazení ve sportu a v medicíně?**

V medicíně je mnohem větší, vždyť se jí věnuju deset hodin denně. Sportu průměrně hodinu a půl. Jsou dny, kdy nesportuju vůbec. Únava po celodenním operování je úplně jiná než po závodě. A naopak, když jsem velice unavený po operování a jdu si zaběhat nebo zaplavat, tak ze mne ta únava úplně spadne.

■ **Co vám sport kromě relaxace po práci ještě dává?**

Přiznávám, že jsem soutěživá povaha. Sportovat jen tak a nezávodit by mě tolik nebavilo. Zároveň je mi blízké staré sokolské heslo ve zdravém těle zdravý duch. Člověk je v pohodě, když ho nic nebolí. Sport sice neprodlužuje život, to máme dané převážně geneticky, ale zcela jistě jeho aktivní část. Ve věku šedesáti let dohoním ujždějíci tramvaj, vyběhnu do čtvrtého patra po schodech. Operování srdíček a řízení takového celku jako je Kardiocentrum přináší stresy. Já ty látky, které se mi v těle vytvoří stresem při pracovním procesu, při

sportování spálím. Když z nějakého důvodu nemohu několik dní trénovat, říká manželka: Jsi už nesnesitelný, jdi si zaběhat. Člověku se vyplaví endorfiny a je pak v pohodě.

■ **Manželka sportuje s vámi?**

Ona se mnou sportovala před svatbou. Dnes říká, co jsem to dělala za blbiny, abych se ti zalíbila!

■ **Přesto jste, šťastně ženatý stále s jednou ženou. Společné koníčky tedy nepovažujete pro spokojené manželství za podstatné?**

Myslím si, že společné koníčky nejsou tak důležité! Samozřejmě že někdy jedeme na kole na výlet. Manželka jezdí svým tempem, nejraději na Třeboňsku, kde jsou roviny. Mě z toho pak bolí zadek, protože na kole strávíme hodinu a nic neujedeme (směje se). Nebo si dopoledne dáme do těla s kamarády a odpoledne pak vyjedeme s manželkami.

■ **Jak se díváte na módní obměny manželek za mladší „modely“?**

Mě se tahle obměna vyhnula. Zatím, protože nikdy neříkej nikdy! Nevíme, co nás v životě ještě potká. Ale mám velice tolerantní a ohromně obětavou manželku, která žije pro vnoučata. Máme jich pět a jedna větev naší rodiny by bez ní vůbec nemohla fungovat. Syn i snacha mají náročná zaměstnání a tři děti. Manželka je babičkou na víc než sto procent.

■ **Někteří vaši kolegové - lékaři vstoupili do politiky. Neláká vás jejich příklad?**

Rozhodně ne, zatím mě vstup do politiky neláká. Nejvíce mě stále baví operovat lidská srdce. V politice, alespoň tak, jak jsem to měl možnost vidět, se především mluví a je nutno poslouchat často nesmyslné žvásty, a to považuju za ztracený čas. To, že lékaři vstupují do politiky, je jev pozoruhodný a je to možná dáno tím, že lékaři, kteří si získali důvěru pacientů, pravděpodobně získávají důvěru i jako politici.

■ **Vrátíme se ke sportu. Jak se díváte jako lékař na ten vrcholový?**

Jako všechno má i vrcholový sport dvě stra-

ny. Slavní vrcholoví sportovci jsou ikony úspěchu, někteří vydělávají i slušné peníze. Jakmile však v určitém věku nestačí špička, přestává je sport bavit. Známe jen málo vrcholových sportovců, kteří i ve vyšším věku dál rekreačně sportují. Nás, kteří jsme nikdy špička nebyli, sport baví pořád (usmívá se).

■ **Měl jste někdy na operačním stole sportovce, kteří si zničili srdce?**

Ano, ale nebylo to sportem. Na stůl se mi dostávají bývalí sportovci, kterým je dnes přes osmdesát. Oni si srdíčko většinou nezničili nezřízeným životem nebo sportem, dostávají se k nám v souvislosti s věkem. Měl jsem však na operačním stole mnohem mladšího špičkového fotbalistu, který si srdce nezahuntoval fotbalem, ale tím, že kouřil. Byl to jeden z nejznámějších československých reprezentantů. Jeho jméno nemůžu prozradit, protože se ho už nemohu zeptat, jestli smím. Neumřel po operaci, ale mnohem později. A nebyl jediný!

■ **Veřejnost má často pocit, že medicína zanedlouho učiní člověka prakticky nesmrtelným. Hovoří se o kmenových buňkách, které prý vbrzku opraví celé tělo.**

Musím vás zklamat. Celé tělo možná, ale srdíčko zatím ne. Když jsem byl student medicíny v šedesátých letech, říkal nám profesor Lhotka, kterému bylo tehdy padesát, že když on byl studentem medicíny, jejich učitelé jim říkali, že chirurgie brzy zmizí, protože všechno vyřeší preventivní medicína...

■ **Tak mě alespoň potěšte sdělením, že tempo vývoje medicíny se zrychluje a naděje lidí na dlouhověkost je reálná...**

Nemohu mluvit za celou medicínu, která se už nedá celá obsáhnout. V kardiologii se však kmenové buňky vrátily zpátky do laboratoří, protože jednou bude tento způsob možná nadějný při léčbě srdečních onemocnění, ale zatím nemají kmenové buňky v klinické medicíně nejmenší význam.

původní rozhovor najdete na [www.tydeniky.cz](http://www.tydeniky.cz)  
Text: Manfred Strnad, foto: Petr Moidl



Dárek k uzavřené smlouvě až do konce listopadu 2010!

dárek k uzavřené smlouvě



**Naše povinné ručení chrání ty venku i vás**

**CSOB Pojišťovna**

[www.csobpoj.cz](http://www.csobpoj.cz)

Liberec Jablonecká 648/8, tel.: 485 252 916-7 Česká Lípa Zámecká 79/2, tel.: 487 877 535 Jablonec nad Nisou Podhorská 7, tel.: 483 320 030 Semily Špidlenova 36, tel.: 481 622 119 Turnov Antonína Dvořáka 321, tel.: 481 324 841

**METROPOL**  
krátce

z regionů

**Stoletá léčebna**

**Cvikov** | Spirituál kvintet přijel poblahopřát pracovníkům a klientům ke 100. výročí vzniku Dětské léčebny ve Cvikově. O historii léčebny pohovořil primář MUDr. Daniel Schneberger, který zde pracuje celých 25 let. Ústav byl otevřen 2. prosince 1910 pro 30 dětí v zimě a 60 dětí v létě. „Věřím, že naše léčebna respiračních emocí bude i nadále nabízet výhodné služby jak dětem, tak dospělým,“ uzavřel primář a připomněl například nejčerstvější novinku - začlenění Dětské léčebny Cvikov do portálu poskytovatelů Lázeňsko-zdravotnických služeb.

**Energetici jsou připraveni**

**Děčín** | Poruchové čtyři Skupiny ČEZ čekají v následujících dnech a měsících nástahy zimního období, které s sebou mnohdy nesou zvýšený počet poruch a následných výjezdů. Těch už letos jednotlivé čtyři v severočeském regionu absolvovaly přes devět tisíc. V terénu se energetici neobejdou bez těžké techniky, ale k poruchám často vyrazí i na skútru či na sněžnicích. K dobře a rychleji odvedené práci by měly přispět investice do modernizace vybavení montérů i samotné techniky. V pohotovosti je v severních Čechách na 66 pracovníků poruchové služby Skupiny ČEZ. V případě kalamitního stavu způsobeného nepříznivým počasím dochází až ke zdvojnásobení počtu pracovníků v pohotovosti a povolání subdodavatelů firem.

**Vozidla pro hasiče**

**Liberecký kraj** | Euroregion Nisa rozhodl o uvolnění 10 mil.Kč z takzvaného Fondu malých projektů pro 13 příhraničních obcí poškozených srpnovými povodněmi. Každá obec si nyní bude moci pořídit zásahové vozidlo pro jednotku dobrovolných hasičů. Konkrétně se jedná o obce Heřmanice, Višňová, Raspenava, Frýdlant, Dětrichov, Chrástava, Oldřichov v Hájích, Hrádek nad Nisou, Nový Bor, Nová Ves, Bílý Kostel nad Nisou, obec Lázně Libverda a obec Skalce u České Lípy.

**Druhé místo pro Studenec**

**Semilsko** | Už téměř měsíc se může obec Studenec na Semilsku chlubit skvělým 2. místem, které získala v těžké konkurenci dalších 11 obcí z 11 zemí ve finále evropské soutěži Entente Florale - Evropská kvetoucí sídla. Starosta Jiří Ulvr si vedle diplomu odvezl domů také osmikilogramovou plaketu ze stříbra. „Naše obec obdržela v loňském roce v soutěži Vesnice roku 2009 v Programu obnovy venkova Zelenou stuhu za péči o zeleň a životní prostředí. Následně jsme se stali také vítězem celostátní Zelené stuhu,“ popsal cestu ke stříbru Jiří Ulvr.

**ČSOB Pojišťovna je nejlepší pojišťovnou roku 2010**

ČSOB Pojišťovna je univerzální pojišťovnou nabízející celou řadu životních i neživotních pojištění pro fyzické i právnické osoby. Objemem předepsaného pojistného se aktuálně řadí na 4. místo mezi všemi pojišťovnami českého trhu. Její členství v silné finanční skupině ČSOB zajišťuje jejím klientům komplexnost a kvalitu poskytovaných služeb srovnatelnou se zeměmi EU. ČSOB Pojišťovna je podle Hospodářských novin nejlepší pojišťovnou roku 2010.

**Povinné ručení od ČSOB Pojišťovny v roce 2011 nezdrazí**

ČSOB Pojišťovna má pro řidiče hned několik dobrých zpráv. Tou první je, že nebude od příštího roku měnit své sazby povinného ručení, tedy nezdrazuje. Příjemné překvapení čeká každého nového klienta. Jako dárek dostane užitečnou soupřavu, která obsahuje reflexní vestu, kartu první pomoci (povinná od 1. 1. 2011), formulář záznamu o dopravní nehodě

s propiskou, fotoaparát, metr a pastel na vozovku. Většinu nehod nyní už musí zdokumentovat řidiči přímo na místě. Věříme, že tato soupřava pomůže především nehodu správně a rychle zaznamenat. Z našich statistik totiž vyplývá, že téměř každý druhý řidič nehodu nezdokumentuje správně. Zbytečně se tak prodlužuje doba likvidace škody a tudíž i výplata peněz. Od 1. 1. 2011 zavede ČSOB Pojišťovna pro nové i stávající klient



Mgr. Milan Landa  
regionální ředitel ČSOB Pojišťovny  
• v ČSOB Pojišťovně od roku 2009  
• pro region Ústecký a Liberecký kraj  
• regionální síť tvoří 35 kanceláří a 150 pojišťovacích zprostředkovatelů

zdarma novou službu „Povinné ručení Bez starostí“, což znamená, že bude za své klienty s povinným ručením jednat i v případech, kdy je nabourá jiný řidič. Zajímavý je i výčet bonusů a slev na povinném ručení - za roční četnost placení pojistného: sleva 3%, dále • pokud má klient i jiné pojištění u ČSOB Pojišťovny - sleva 5%, dále • pokud bydlí v regionu s nízkou nehodovostí - celkem 42 vybraných okresů - zvýhodnění 10%, pokud má vozidlo starší 9 a více let - zvýhodnění 15%, za každý rok bezeškodního průběhu - bonus 5% (maximálně 50%) a sleva dobrého řidiče = řidič ve stáří 29 let a více s minimálně 12 měsíci bezeškodního průběhu sleva 30%. (met)

**Cena kvality pro stavební společnost SYNER**

**Praha, Liberec** | Španělský sál Pražského hradu se stal poněkud dějstvím předávání Národních cen kvality České republiky.

Z rukou člena předsednictva České společnosti pro jakost Pavla Ryšánka převzal certifikát CZECH MADE Robert Špott, výkonný ředitel stavební společnosti SYNER, s.r.o. (na snímku uprostřed). Liberečtí stavaři první titul za kvalitu získali v roce 2003 a pravidelně jej obhájí. „Vážíme si všech oborových ocenění, kdy tato cena navíc zdůrazňuje skutečnost, že česká firma s přehledem dokáže konkurovat nadnárodním koncernům,“ uvádí ředitel Robert Špott na adresu SYNER, za kterým stojí výhradně český kapitál. Cena ČR za jakost je nejvyšším tu-



zemským oceněním, které mohou organizace získat v oblasti managementu kvality. Toto ocenění hodnotí firmu či organizaci nejen po stránce

kvality produkovaných výrobků či služeb, ale i kvality managementu, vztahu k zaměstnancům i k životnímu prostředí. (od dop.)

**Klíč od bran Václavu Havlovi**

**Trutnov** | Čestné občanství, symbolické klíče od bran města a Kulturní cenu města Trutnova, které si letos připomíná 75. výročí první písemné zmínky, obdržel v listopadu bývalý prezident ČR, spisovatel a dramatik Václav Havel.

Ten je spjat s Trutnovem a Trutnovskem od druhé poloviny 60.let, kdy v osadě Hrádeček zakoupil chalupu, která se v minulosti stala centrem setkávání osobností, nepohodlných komunistickému režimu. Podle slov Václava Havla představuje i dnes chalupa na Hrádečku místo, kde je nejraději. (met)

**Huňáci měli narozeniny**

**Praha** | V sobotu 20. listopadu oslavili tři lední medvědi ze Zoo Praha narozeniny. Při návštěvě hlavního města je můžete přijít pozdravit i vy.



Nejstarší z trojice ledních medvědů, samice Bora, se v sobotu dožila krásných 24 let. Nejmladšímu Tomovi budou zanedlouho 3 roky a s předstihem oslavila své narozeniny i sedmiletá samice Alberta, která se narodila na začátku prosince. Úspěšný chov ledních medvědů v pražské zoo začal již v roce 1942. Text: Šárka Jansová Foto: ZOO Praha

**Pokus o světový rekord v Trutnově**

**Trutnov** | Vytvoření největší galerie znaků měst a obcí České republiky vyrobených z odpadových materiálů je cílem pokusu o světový rekord, který vyhlásila Agentura Dobrý den Pelhřimov se společností EKO-KOM.



Zadání úkolu znělo - vyrobit reliéf o rozměru 100 x 100 centimetrů výhradně z odpadových materiálů, určených ke třídění. Z Trutnova se k němu přihlásily dvě základní školy - ZŠ Mládežnická a ZŠ pro žáky se specifickými poruchami učení v Trutnově - Voleticích. V prvním případě použili žáci ke zhotovení městského znaku odhadem až 25 000 nastříhaných kousků plastových brček, ve druhém zvolili jako komponenty víčka od pet lahví (na

snímku). V obou případech zaslouží malí autoři velkou pochvalu. V týdnu od 13. do 17. prosince budou všechny znaky prezentovány na krajských vý-

stavách a v lednu 2011 budou vystaveny na veletrhu Regiontour v Brně, kde dojde i ke zmiňovanému pokusu o světový rekord. (od dop.)

**ParkerStore pomohlo Jedličkovu ústavu**

**Liberec** | Společnost Chvalis, premier distributor firmy Parker Hannifin, otevřel v liberecké části Dolní Hanychov nové prodejní centrum ParkerStore. Za každého návštěvníka slavnostního otevření věnovaly firmy Parker a Chvalis 100 korun na dobročinné účely. Představitelům Jedličkova ústavu v Liberci byla nakonec předána symbolická částka 11 111 korun.

„Slavnostní otevření se uskutečnilo 11. 11. a pásku jsme přestříhli v 11 hodin a 11 minut. Proto jsme se rozhodli také Jedličkovu ústavu věnovat částku plnou jedniček. Bavili jsme se s představiteli ústavu a těší nás, že skutečně můžeme

pomoci dobrému a užitečnému projektu v Libereckém kraji,“ prohlásil Milan Chvalina, jednatel společnosti Chvalis. Akce, která se nesla v duchu svatomartinského rautu, se zúčastnilo více než pět desítek lidí. (met)

**Jak darovat krev**

**Jablonec n.N.** | Od zodpovědného dárce bezpečně k pacientovi - to bylo motto konference nazvané Cesta krve. V jabloneckém Eurocentru ji 24. listopadu uspořádal místní oblastní spolek Českého červeného kříže.

Hlavním cílem konference bylo zpopularizovat dobrovolné dárcovství krve, a to zvláště mezi mladou generací. Proto také v sále byli mladí lidé ze středních škol Jablonce, Tanvaldu a Železného Brodu. Důležitost dárcovství krve vyzdvihl poslanec Parlamentu ČR a ředitel Nemocnice Jablonec Vít Němeček. O svém rozhodnutí darovat krev mluvil také místostarosta Petr Tulpa, který je návštěvníkem transfúzního oddělení v Liberci dva roky. Jak se rozhodli dobrovolně darovat krev vysokoskoláci, vysvětlil Michal Sivák, který představil projekt Studentská krev. (od dop.)

**AMB servis**  
**AUTO MOTO**  
Údolní 212/1, 147 00 Praha 4 Braník  
(areál pivovaru Braník)  
**tel.: 606 626 857**  
**Kupón na slevu 15%**  
[www.ambservis.cz](http://www.ambservis.cz)

**studio 4live**  
PORADENSTVÍ • NÁVRHY • INTERIÉRY  
• kuchyňské studio • vestavné skříně •  
• plovoucí podlahy • návrhy 3D zdarma •  
**ČESKÁ LÍPA**  
ALBERT - pasáž  
tel. 721 522 443  
e-mail: lipa@studio4live.cz  
[www.studio4live.cz](http://www.studio4live.cz)

# Neuromodulační centrum by mohlo rozšířit škálu služeb

**Liberec | Krajská nemocnice Liberec, a. s., by mohla od příštího roku opět rozšířit své specializované služby.**

V minulých dnech kolektiv ambulan- ce pro léčbu chronické bolesti ve spolupráci s oddělením centrálních operačních sálů prokázal, že nemocnice je schopna zajišťovat služby neuromodulačního centra. Provedl v regionu první unikátní operace dvou pacientů, kteří až dosud trpěli silnými neztížitelnými chronickými bolestmi. První operaci provedl MUDr. Václav Masopust, specialista z Ústřední vojenské nemocnice ve Střešovicích, kterému asistoval vedoucí lékař ambulance pro léčbu chronické bolesti a primář oddělení centrálních operačních sálů KNL, a. s., MUDr. Jaroslav Krch. Při druhé operaci si oba lékaři role vyměnili. Primáři Krchovi jsme po operaci položili několik otázek.

**■ Hned na úvod, jak operace dopadly?**

Výkony proběhly bez komplikací a už po prvních týdnech došlo u obou pacientů k výraznému snížení bolesti. První, který byl po dvou operacích a stabilizaci páteře a chodil o berlech, mohl po výkonu berle odložit a o polovinu snížil užívání silných léků proti bolesti a tím se mu výrazně zvýšila kvalita života. U druhého pacienta, jenž absolvoval v minulosti tři operace páteře, došlo díky neuromodulaci ke snížení bolesti asi o polovinu a udává také zlepšení spánku a kvality života. První operace trvala zhruba hodinu, druhá o půl hodiny déle. Pokud jde o délku trvání výkonu, záleží na tom, jak rychle se dostaneme s elektrodou pod kontrolou RTG do správného prostoru v oblasti míchy, za jak dlouho se nám podaří najít správnou polohu jejího uložení, aby brnění vyvolané elektrickým proudem pokrylo co nejpřesněji bolestivou oblast, a jaká je spolupráce s pacientem.

**■ Co si laik pod názvem neuromodulace může představit?**

Neuromodulace jsou invazivní postupy, které se používají tehdy, pokud klasické léčebné metody u chronické neztížitelné bolesti selžou. Rozumíme jí buď stimulaci různých částí nervového systému, především míchy nebo mozku elektrickým proudem, který přerušuje vedení bolesti v nervovém systému nebo podání



Druhou neuromodulaci v liberecké nemocnici provedl primář oddělení centrálních operačních sálů MUDr. Jaroslav Krch.

silných analgetik pomocí pump do mozkomíšního moku nebo mozkových komor u rozsáhlých nebo centrálních bolestí. Jednou takovou skupinou, u které se tyto metody nejvíce používají, jsou pacienti po operacích bederní páteře, kteří již mají za sebou jednu nebo více operací a další operace již není možná. Při bolestech do jedné končetiny se zavádí pod kontrolou rentgenem v místním umrtveni k míše skrze silnější jehlu jedna elektroda, pokud má pacient bolesti v obou končetinách a navíc ještě v zádech, zavádějí se buď ploš-

né elektrody, nebo dvě až tři drátové elektrody, jež se uloží po obou stranách míchy. V případě našich prvních dvou neuromodulací jsme zaváděli pacientům jen jednu drátovou elektrodu, oběma pacientům pro silné bolesti pravé dolní končetiny. Elektrody se ještě po následující zkušební období, které trvá obvykle 3-5 dní, nechají vyvedené s napojeným stimulatorem z těla ven, aby se pacienti naučili se stimulatorem zacházet a našly se vhodné parametry a frekvence pouštění elektrického proudu, které budou pacientovi k potlačení

bolesti nejvíce vyhovovat. Pak následuje druhá fáze operace, kdy se v celkové anestezii zanoří stimulator do kapsy na břiše a kůže se zašije. Po dalších třech dnech, kdy se pacient naučí spouštět stimulator přes kůži a nejsou žádné komplikace, se pacienti pouští domů.

**■ Jakou má tato metoda tradici?**

Ve světě se neuromodulace provádějí zhruba dvacet let a jejich indikace zejména v anglosaských zemích je poměrně široká a celosvětově se jich ročně provádí tisíce. V ČR se tato metoda provádí asi deset let, přičemž je limitována hlavně finančními prostředky, protože jedna neuromodulace vyjde podle druhu zavedené elektrody na 300 – 500 tisíc korun. Průkopníkem v ČR je především Nemocnice Na Homolce, Nemocnice v Motole a Ústřední vojenské nemocnice ve Střešovicích, dále byla schválena neuromodulační centra ve fakultních nemocnicích v Plzni, Brně, Ostravě a Olomouci. Celkem byly od VZP schváleny finanční prostředky na 40 až 60 neuromodulací ročně.

**■ Proč hovoříte v minulém čísle?**

Protože se v posledních letech počet těchto operací neustále snižoval. V současné době se jich nejvíce provádí v Motole a ve Střešovicích,

ale v některých dalších centrech se jich už provádí minimálně. Je to škoda, protože pacientů, pro které jsou tyto metody vhodné, je mnohem víc, než kolik se jich ročně odoperuje, a hrozí, že pojišťovny pro příští roky sníží prostředky na jejich provádění.

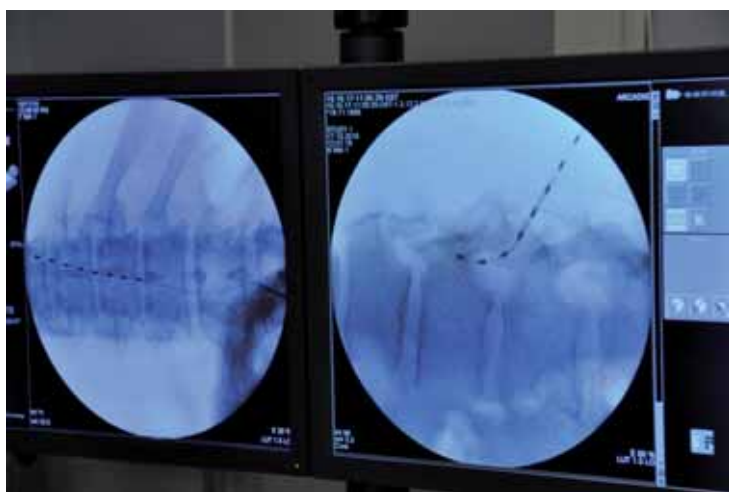
**■ Uskutečnění prvních dvou operací nahrává tomu, že by se KNL, a. s., mohla stát novým neuromodulačním centrem?**

Naše nemocnice o to usiluje. Chceme, aby i pro pacienty z naší spádové oblasti byly tyto metody od příštího roku více dostupné. Nejbližší centrum je totiž až v Praze. Prokázali jsme, že k provádění výkonů jsme technicky i personálně dobře vybaveni. Máme tu všechna potřebná pracoviště včetně oddělení neurochirurgie, ambulance pro pacienty s chronickými bolestmi a řadu specialistů, kteří se na indikaci, operaci a léčbě pacienta podílejí. Před neuromodulací se musí pacient podrobit důkladnému komplexnímu vyšetření, které zahrnuje podrobné neurologické a elektrofyziologické vyšetření, vyšetření magnetickou rezonancí, imunologické vyšetření, vyšetření odborníkem pro léčbu bolesti a jedním z nejdůležitějších vyšetření je psychologické vyšetření. Vedle schopnosti diagnostiky a provedených výkonů jsme prvními dvěma operacemi demonstrovali také to, že se o pacienty umíme postarat. Nyní čekáme na rozhodnutí a domluvu vedení odborné společnosti pro studium a léčbu bolesti se zdravotními pojišťovnami, jak se stanoví počet neuromodulačních center a kolik operací bude pro příští rok schváleno. Máme připraveno dalších asi 20 – 30 pacientů, kteří připadají v úvahu pro tyto zákroky.

**■ Hovoříte o limitujících faktorech?**

Neuromodulace je poměrně nákladná operace, která stojí zhruba půl milionu korun. Nákladný není ani tak samotný výkon, jako stimulator. Limitem je ale také počet pacientů, které schválí zdravotní pojišťovny, i když je známo ze zahraničí, že cena jednoho přístroje se splatí ve srovnání s množstvím drahých léků, které jinak pacient musí na bolest užívat, během dvou až tří let

Text: Václav Sedláč,  
foto: Jaroslav Tvrzník



Zavádění elektrody pomocí jehly bylo sledováno rentgenem.

## Psychiatrické sympóziium se vydařilo

**Liberec | Krajská nemocnice Liberec, a.s., byla v minulých dnech hostitelem další významné zdravotnické akce. Tradiční už VII. psychiatrické sympóziium - regionální setkání odborníků z oblasti péče o duševně nemocné - zde připravilo oddělení psychiatrie pro dospělé KNL, a. s., se Spolkem lékařů ČLS JEP Liberec.**

Po sympóziích z minulých let, která byla populárněji laděná a věnovala se tematicky např. sexuologii, stigmatizaci v psychiatrii či hysterii, mělo to letošní užší zaměření na nežádoucí účinky a komplikace léčby antipsychotiky.

„Po první přednášce primáře MUDr. Pavla Mohra, Ph.D., z Psychiatrického centra Praha, který se věnoval problematice kognitivního deficitu při léčbě antipsychotiky, poskytl aktuální přehled diagnostiky a léčby abnormálních pohybů a extrapyramidového syndromu primář MUDr. Michal Maršálek, CSc. Problematiku metabolických a endokrinních příznaků u nemocných schizofrenií prezentoval v rozsáhlém sdělení prof. MUDr. Jaromír Švestka, DrSc., z Psychiatrické kliniky Fakultní nemocnice a Lékařské fakulty Masarykovy nemocnice v Brně. Bohatě diskutován byl také příspěvek odborného asistenta MUDr. Jiřího Masopusta, Ph.D., z Psychiatrické kliniky Fakultní nemocnice a Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Hradci

Králové. Součástí jeho sdělení k tématu rizik a možností prevence žilního tromboembolizmu při léčbě antipsychotiky byla i vlastní výzkumná data. Vzhledem k interdisciplinárnímu charakteru témat byly vysoká kvalita a aktuálnost všech prezentací oceněny nejen psychiatry, ale také dalšími přítomnými odborníky, zejména z oblasti interního lékařství,“ uvedla tisková mluvčí KNL, a. s., Alexandra Kittnerová.

Odborníkům se letošní sympóziium opět líbilo, což dokazuje poděkování jednoho z účastníků adresované vrchní sestře psychiatrie Mgr. Jolaně Strnadové: „Vážena paní magistro, velmi Vám děkuji za Vaše aktivity, které vyústily ve vysoce úspěšné sympóziium u vás v Liberci. Také děkuji za nápadité dárečky, které jste nám věnovala a které jsem si rozbalil až dnes ráno doma a měl z nich opravdovou radost. Přeji Vám mnoho úspěchů ve Vaší funkci a jsem se srdečným pozdravem,“ prof. MUDr. Jaromír Švestka, DrSc. (se)

## Pacienti přivítali Advent

Liberec | Dobrovolnické centrum Dobromysl Krajské nemocnice Liberec, a.s., vedené Mgr. Tomášem Hendrychem, nemohlo ve svém programu zapomenout na pacienty se zpríjemněním závěru letošního roku. V listopadu připravilo pro klienty a personál oddělení cévní chirurgie zajímavý třídílný seriál koncertů libereckých umělců. Na ně navázal obdobný cyklus, který měl za cíl připomenout pacientům blízké svátky. První se uskutečnil 24. listopadu k zahájení Adventu a představil se na něm soubor bicích nástrojů Aries, ve druhém 1. prosince účinkoval Generace Gispel Choir a ve třetím 2. prosince Pavel Fajt s bicími a perkusí. Pásmo nazvané S hudbou v nemocnici si vyslechli nejen hospitalizovaní klienti, ale i celá řada zaměstnanců nemocnice. Koncerty proběhly v zaměstnanecké jídelně, a to nejen kvůli vhodnému prostředí, ale také z důvodu nabídky občerstvení, kterou pro hosty i umělce připravil Catering KNL, a. s.

## Ordinace dentální hygienistky

**Liberec | Od listopadu je v Krajské nemocnici Liberec, a. s., v provozu další velmi vítaná služba, která může ulehčit práci zubním lékařům.**

Na oddělení ústní, čelistní a obličejové chirurgie, vedeném primářem MUDr. Ladislavem Dzanem, je již v provozu ordinace dentální hygienistky, která může lidem pomoci v řadě problémů se zubním kámenem či záněty dásní. Lidé mohou využít jejich služeb dva dny v týdnu, a to každou středu a pátek v době od

8 do 16 hod. Zdravotníci zdravotníkům, tak by se dala nazvat sympatická akce, která zahrnuje v ordinaci nabídku prvního bezplatného vyšetření zaměstnanců nemocnice zdarma. Ordinace dentální hygienistky je v budově D, v přízemí vpravo. Pro pacienty je nevhodnější objednat se telefonicky na číslo 485 312 187.



Stravovací oddělení Krajské nemocnice Liberec, a. s., očekává, že v letošním roce dovrší vydání 1 200 000 jídel. Potvrzují to dosavadní výsledky – od ledna do konce září se prostřednictvím tohoto oddělení připravilo 934 636 porcí. Oddělení zaznamenává dynamický rozvoj – v roce 2007 připravilo 742 056 porcí, v roce 2008 vydalo 868 581 porcí a loni 935 108 jídel.  
Foto: Václav Sedláč

# MODUS sahá po evropských penězích

novinky z MODUSU

Česká Lípa | Hospodářská recese se nevyhnula téměř žádnému průmyslovému podniku, pocítila ji i společnost MODUS, spol. s r. o., která ve zdejších závodě produkuje osvětlovací techniku. Společnost je díky dynamickému rozvoji největším producentem osvětlení v ČR a nejnákladnější exportér v tomto oboru, když během uplynulých 17 let dokázala zvýšit několikanásobně roční výrobu svítidel. Společnost disponuje vlastním vývojovým oddělením i špičkovými technologiemi v oblasti dělení a tváření plechů. V roce 2005 jich vyrobila 938 tisíc kusů při průměrném měsíčním obrátu 40 milionů korun, za pět let to bylo už 1,3 miliardy kusů při průměrném měsíčním obrátu 57 milionů korun. Pravidelně se účastní úspěšně dotačních výzev v rámci Evropských fondů pro regionální rozvoj.

Během hospodářské recese společnost zrealizovala úspěšně projekty zaměřené na inovace produktů a procesů a dosáhla tak na evropské peníze z dotačních fondů. Byly podpořeny projekty zaměřené na vývoj a výrobu nových svítidel s použitím LED technologie. „Jme opravdoví průkopníci v oblasti LED technologie. Právě teď vycházíme na trh s novou řadou veřejného osvětlení, ve kterém je instalovaný LED modul. Oproti zářivkám má tato novinka o 60% nižší spotřebu energie a několikanásobnou životnost. Na jaře příštího roku nabídneme další převratnou novinku ve světě osvětlení. Bude to svítící panel osázený

LED čipy. Svítidlo bude velice tenké, univerzální pro použití a výhody jsou nízká spotřeba energie, dlouhá životnost a na rozdíl od použití standardního řešení se zářivkou toto světlo neblíká a nezatežuje tolik zrak,“ říká jednatel společnosti Milan Dolejší.

V současné době byl firmě schválen nový dotační titul pro inovaci produktů a technologií. To umožní zakoupit ve světě nejrychlejší řešení na řezání plechů laserem a robotické pracoviště na laserové svařování korpusů svítidel. „Tato investice nás posune výrazně dopředu, hlavně co se kvality týče. Bude me tak schopni konkurovat těm nejlep-



Nové vystřikovací a děrovací automaty, na jejichž pořízení získala firma MODUS v roce 2009 dotaci z Evropského fondu pro regionální rozvoj, přispívají k vysoké kvalitě a efektivnosti výroby svítidel.

ším západním firmám. V současné době zaměstnáváme 400 zaměstnanců a doufáme, že budeme moci lidem nabídnout i nadále dobré perspektivní pracovní podmínky,“ říká jednatel společnosti. Společnost již několik let úzce spolupracuje s Technickou univerzitou v Liberci formou bakalářských a diplomových prací, projektů zaměřených na zlepšení výrobních procesů a nově i v rámci doktorského studia. S libereckým Institutem kreativity a inovací je realizován projekt KREATIX s cílem vytvořit nové koncepty svítidel. Jedná se



o naprosto nový sofistikovaný pohled, jak správně odhadnout budoucí směr vývoje výrobků. Společnost MODUS patří mezi významné exportéry, a přestože vliv silné koruny ji výrazně trápí, zájem o rozšiřování teritoria své působnosti ve světě neopouští. Zatímco v roce 2005 prodala do zahraničí 56 procent produkce svítidel, loni to už bylo téměř 64 procent. To vše podtrhuje správnou strategii věnovat se dotačním projektům.

Text a foto: Václav Sedláček

**MODUS**  
ČESKÝ VÝROBCE SVÍTEL

Největší výrobce svítidel přijme do svého výrobního závodu v České Lípě do trvalého pracovního poměru:

**NÁSTROJAŘE**

Podmínky: vzdělání - nástrojař  
údržba opravy a broušení nástrojů, přípravků, forem, výroba malých dílů, práce na soustruhu, frézce, brusce na plocho, detailní čtení výkresové dokumentace

Kontakt: Jana Dobrovolná, tel. 484 847 121, dobrovolna@modus.cz

## Kdo neplatí za plyn, prodělá

O dost peněz mohou přijít zákazníci Pražské plynárenské, kteří jsou jejími dlouhodobými dlužníky. Firma jim totiž neposkytne zádnou z výhod, které náleží všem řádně platícím odběratelům. A to se neplatícím může prodražit.



Pražská plynárenská poskytuje svým odběratelům například opravy plynových spotřebičů zcela zdarma. Stejně tak jsou u ní bezplatné opravy netěsností bytových rozvodů v rámci zásahu Pohotovostní služby. Zákazníci Pražské plynárenské mají k dispozici i celou řadu dalších výhod: mohou získat odměnu za získání nového zákazníka, slevu na nákup nového plynového spotřebiče, která dosahuje až 30% vč. montáže zdarma nebo slevy, které lze čerpat v rámci věrnostního programu Zákaznická karta u téměř 90 partnerů. Naproti tomu klient, který je v databázi Pražské plynárenské evidován jako neplatící, riskuje velké výdaje. Pokud se mu porouchá plynový spotřebič, vyjde ho oprava, kterou mají řádně platící zákazníci zdarma, na zhruba tři tisíce korun. Jinak bez-

platné opravy případných netěsností bytového rozvodu v rámci zásahu Pohotovostní služby ho budou stát průměrně dva tisíce korun. Zanedbatelné nejsou ani částky, které zákazníci Pražské plynárenské mohou získat v rámci bonusového programu firmy – se Zákaznickou kartou Pražské plynárenské ušetří za rodinnou dovolenou až sedm tisíc korun. Stejnou částku uspoří třeba i při nákupu nového plynového kotle nebo jeho montáži. Příznání bonusů je ale podmíněno vyrovnaním všech závazků vůči firmě. „U nás se prostě neplatit nevyplatí,“ říká vedoucí odboru fakturace a pohledávek Pražské plynárenské Ing. Vladimíra Benešová. Pokud některý zákazník Pražské plynárenské začne dlužit, protože se dostal do nepředvídatelné situace, měl by svého dodavatele kontakto-

vat a domluvit se s ním na způsobu řešení. Pražská plynárenská je připravena přistoupit k jeho problému s maximální vstřícností. „Chápeme, že se někteří naši zákazníci mohou dostat do obtížné situace, která jim zabránila přechodně plnit závazky. Proto jsme ochotni domluvit se s každým na individuálním řešení,“ vysvětluje Benešová. Zdlouhavé a nákladné vymáhání dluhů soudní cestou je pro Pražskou plynárenskou až poslední možnost. Svým zákazníkům se především snaží nabídnout řešení, které by vyhovovalo oběma stranám. První upomínka tak například ještě neznamená sankce – dlužníkovi není vyměřeno žádné penále. „Bohužel jsou lidé, kteří o žádnou dohodu nestojí. Ti potom musí počítat s následky, které vyplývají ze soudního řízení apod.“ doplňuje Benešová.

## Na parketu krotili býka

V soutěži Star Dance, kterou každou sobotu večer vysílá ČT 1, tančí slavné osobnosti jako o život. A jde jim to skvěle. Velkým překvapením soutěže je introvertní zpěvačka Aneta Langerová, která předvádí na parketu ladné a téměř dokonalé krokové variace. Tanec v krvi má ale i Monika Absolonová. Po vášnivém Paso Doble prohlásila: „Už se mi roztančila i žebra, ale bolest necítím, léky naštěstí zabírají skvěle.“ Jako motýl se při Slow Foxu pohybovala i Jitka Čvančarová a dělala tak čest Nadaci Motýlí křídla, již je patronkou. Za dámmami nezůstal pozadu ani mužný toreador Saša Rašilov a dle svých slov se snažil býka na parketu ukecat. Pavel Kříž, kte-



řý v minulých kolech překvapil stepováním, obohatil svůj Slow Fox působivou prací s hůlkou.

Text a foto: Šárka Jansová

## Relikviář sv. Maura na pražském hradě

Bečov n.T., Praha | Mimořádná bezpečnostní opatření si vyžádal převoz relikviáře sv. Maura z Bečova nad Teplou do hlavního města.

Téměř metr a půl dlouhý relikviář je vyrobený z pozlaceného stříbra, pozlacené mědi a je ozdobený téměř dvěma sty drahými kameny. V jeho útrobách se nacházejí ostatky sv. Jana Křtitele, sv. Maura, sv. Timoteje a sv. Apolináře. „Relikviář svatého Maura je zcela jistě jednou z nejvzácnějších památek na našem území, přestože nemá žádnou vazbu k českým dějinám. Pochází z dnešního území Belgie, kde jej nechalo vyrobít benediktinské opatství pro uložení ostatků sv. Jana Křtitele,“ řekla o historii sarkofágu ředitelka Národního památkového ústavu

Naďa Goryczková. Tato cenná památka se dostala v 19. století na území Čech a do vlastnictví rodu Beaufortů. Když rod po 2. světové válce opustil svá bečovská panství, uschoval někdo z rodiny vzácný relikviář do hradní kaple. Tam ho se svým týmem v roce 1985 našel kriminalista František Maryška. Ve Vladislavském sále pražského hradu je vedle relikviáře vystavena i kopie českých korunovačních klenotů. Návštěvníci tak mají až do 27. února příštího roku příležitost porovnat mistrovskou práci zlatníků. (od dop.)

MODUS

Email: trade@modus.cz

WWW.MODUS.CZ

## Digitalizace aneb jak se připravit na přechod na digitální televizní vysílání

**Zajímá vás, proč se vlastně u nás přechází z analogového televizního vysílání na digitální? Jaké výhody Vám digitalizace přinese nebo co je potřeba pro příjem digitálního signálu udělat? V naší nové poradně o digitalizaci se dozvíte vše podstatné.**

### Proč digitalizace?

Digitální vysílání je modernější způsob přenosu televizního signálu, který umožní efektivněji nakládat s frekvencemi, na nichž televizní stanice vysílají. Co to ale znamená pro běžného diváka? Zatímco v analogové éře se do jednoho vysílacího kanálu „vešel“ pouze jeden televizní program, u digitálního vysílání to je hned několik programů a další služby, jako např. elektronický programový průvodce (obdoba tištěných přehledů televizních programů). Tento balík programů, který běží na jednom vysílacím kanálu, se nazývá „multiplex“. Nyní v České republice vysílají čtyři.

### Harmonogram vypínání analogového vysílání?

Protože však není vysílacích kanálů nazbyt, musí se postupně uvolnit vysílací frekvence současných analogových televizí, tedy ČT 1, ČT 2, Novy, Primy a regionálních vysílatelů, na kterých se pak zahájí digitální vysílání. Vypínání probíhá postupně podle harmonogramu, který v květnu 2008 schválila vláda. Dokument **Technický plán přechodu** je pro lepší pochope-

ní označován jako „jízdní řád digitalizace“. Ten rozděluje Českou republiku do třinácti ucelených územních oblastí. Pro každou z nich uvádí datum spuštění digitálního vysílání a zároveň nejzazší termín vypnutí analogového vysílání.

### Výhody a nevýhody digitálního vysílání?

Jasnou výhodou digitálního vysílání, kromě kvalitnějšího a stabilnějšího obrazu, je především mnohem větší programová nabídka. Zatímco v analogové éře u nás celoplošně vysílaly pouze čtyři televizní programy, tedy ČT 1, ČT 2, Nova a Prima, po přechodu na digitální vysílání se jejich počet několikrát znásobil.

Další výhodou je **elektronický programový průvodce (EPG)**, jakási obdoba tištěného televizního programu, z něhož se divák pomocí dálkového ovladače dozví, jaký pořad právě sleduje, jaký pořad bude následovat a může si prolisťovat program zvolené televize na týden dopředu. EPG obsahuje také krátké texty o pořadu a může být doplněn i o fotografie.

Digitalizace má jistě i své nevýhody. Tou největší je pro mnoho lidí **nutnost počáteční investice** do digitálního přijímače. Set-top-box ke starší televizi se dá pořídit již od 700,- Kč, moderní televize s digitálním tunerem je již samozřejmě dražší.

Další nevýhodou je, že v případě slabého či nekvalitního signálu, (který může být způsoben i špatnou přijímací anténou nebo neudržovanými rozvody po



domě), může digitální vysílání zamrzat, **kostičkovat**, nebo se nezobrazuje vůbec. Na druhou stranu, v případě dobrého signálu, divák získá kvalitní čistý obraz bez šumu, zrnění či duchů, které známe z analogového vysílání. Digitální vysílání je v porovnání se stávajícím analogovým daleko odolnější vůči různým rušivým vlivům, např. nepříznivému počasí.

### Jaké jsou možnosti příjmu digitálního vysílání?

Diváci nemusí po vypnutí zemského analogového televizního vysílání využívat pouze zemský digitální signál. Digitální televize vysílá také přes kabelové rozvody, IP protokol a satelit.

### DVB-T Příjem vysílání přes anténu (zemské vysílání DVB-T)

Zemský digitální příjem je nejlevnějším způsobem, jak se dostat k digitální televizi. Je šířen zemskými vysílači a přijímá se vhodnou anténou. Představuje také jediný nezaplatný příjem

televize, nepočítáme-li sledování nekódovaných satelitních programů. V České republice je zemský příjem televize také zdaleka nejoblíbenější, využívá jej největší počet domácností, které jsou v dosahu digitálního signálu.

### DVB-C Příjem vysílání přes kabelovou televizi (kabelové vysílání DVB-C)

Kabelové digitální televizní vysílání šířené kabelovými televizními rozvody je možné přijímat buď v analogové podobě, nebo digitálně. Vypínání analogových televizních vysílačů se kabelové analogové televize netýká. Záleží čistě na poskytovateli kabelové televize, zda a kdy se rozhodne analogové vysílání ukončit a plně se soustředit na provozování kabelové digitální televize. Měsíční poplatky jsou závislé na objednané programové nabídce. Také není dostupná ve všech lokalitách.

### DVB-S Příjem vysílání přes satelit (satelitní vysílání DVB-S)

Satelitní digitální televizní vysílání je šířeno orbitálními družicemi (satelity) a přijímá se satelitními parabolickými anténami. Oproti dosud rozšířenějšímu zemskému příjmu má mnoho výhod například v tom, že poskytuje skoro 100% pokrytí území signálem a širokou programovou nabídku. Divák tedy nemusí čekat, kdy v jeho regionu začne vysílat zemský digitální vysílač. Jednou z nevýhod je, že mnoho televizních programů má kódovaný satelitní signál a bez přístupové karty se k němu divák nedostane. Všechny čes-

ké televizní programy, které jsou vysílány terestricky, jsou zároveň šířeny přes satelit nekódovaně. To platí i pro stovky zahraničních programů.

### IPTV Příjem vysílání přes internetový protokol (IPTV)

IPTV je digitální vysílání přes pevnou linku, ať už jde o metalický nebo optický kabel. Poskytuje všechny možnosti doplňkových služeb, s nimiž si diváci digitální televizi obecně spojují. Je plně interaktivní, prostřednictvím zpětného kanálu lze například objednávat filmy do domácí videotéky. Lze ji přijímat téměř všude, kde je zřízena pevná telefonní linka s možností datových přenosů ADSL. IPTV je vždy placenou službou. Je také vhodné se informovat u svého operátora, zda je služba ve vašem případě dostupná.

Nezapomeňte, že u všech druhů příjmu musíte platit tzv. **koncesionářské poplatky**.

### Kde získat více informací

Proto, aby byli televizní diváci informováni o všech změnách, které bude přechod na digitální televizní vysílání provázet, byla zřízena speciální informační linka: **800 90 60 30**, která je v provozu v pracovní dny od 8 do 19 hodin. Navíc jsou všechny potřebné informace přehledně umístěny na webových stránkách [www.digitalne.tv](http://www.digitalne.tv).

Příště více o programové nabídce, anténách či set-top-boxu.

Více informací získáte na:  
[www.digitalne.tv](http://www.digitalne.tv)

Informační linka:  
**800 90 60 30**  
(v provozu v pracovní dny od 8:00 do 19:00 hod.)

přecházíme na  
**digitální tv**

## Mirjam a Daniel Landovi uvádějí svůj film TACHO

**Daniel Landa nedávno dokončil ve spolupráci s manželkou Mirjam film Tacho, který má v kiněch premiéru právě v těchto dnech.**

■ **Dane, vaše manželka dělala k filmu režii a scénář a vy scénář a hudbu. Vzpomenete si na nějaké stěžejní okamžiky, kdy jste měli rozdílný názor?**

My se vždycky domluvíme, prioritou byl především ten film, na nějaké ješitnosti soubor se nehrajeme. Jakmile je někde víc než jeden člověk, dochází pochopitelně k názorovým odlišnostem. Jsme ale především profesionálové, a tak svoji práci chápeme.

■ **A na co máte naopak v běžném životě názory zcela stejné?**

Shodneme se v mnoha věcech. Jak říkám, je to běžné jako u jiných lidí, kteří se mají rádi.

■ **Ještě nedávno jste byl zavřený celý den ve studiu a skládal jste hudbu k filmu. Kde jste bral inspiraci?**



Zleva Timothy Otis, Robert Mellor, Olga Lounová, Daniel Landa, Christopher Rithin, Julian Pindar.

Tacho se množstvím zkomponované originální hudby blíží téměř k hudebnímu filmu, i když jím ve skutečnosti vůbec není. A já se u toho krásně bavil a práce na Tachu byla z muzikantského hlediska jedna z nejkrásnějších. S výsledkem jsme velice spokojeni, uvidíme

ale co říkají diváci, budou-li nějak. Hudba pro film se ale skládá jinak, než na sólovou desku. Jste přitom mnohem svobodnější a můžete se vyblbnout. Právě muzikou určujete, s jakou emoci divák prožívá dané scény.

■ **Ve filmu hrajete automobilového**

závodníka Alexe, který trpí nádorem na mozkou a čeká ho poslední rozhodující závod. Myslíte si, že právě vážná nemoc může přinést v závodě jakési uvolnění, zbavení se strachu?

Těžko říct. Asi to je případ od případu. Na druhou stranu, v takových chvílích je člověk konfrontován s vlastní konečností tak razantně, že dopady jsou různé.

■ **Vy sám také závodíte a nějakou neohodu už jste zažil. Máte při závodech strach nebo vítězí síla adrenalinu?**

Strach do závodního auta nepatří, adrenalin pokud možno taky ne. Je třeba se koncentrovat a pobavit se.

■ **Je tedy vůbec něco, z čeho máte v životě strach?**

Neřeším osudové věci, které možná jednou přijdou nebo také ne. Je třeba se s tím poprat, až to nastane. Strach je nepřítel čisté mysli.

■ **Vaše poslední CD NIGREDO, prý odrážá váš pohled na svět. Co to slovo znamená a co vás osobně na světě nejvíc štve?**

Nigredo je jedna z počátečních fází alchymického procesu. Znamená zčernání, absolutní chaos, smrt. A ptáte-li se, co mě nejvíc štve, dá se to shrnout na různé vlastnosti lidí.

■ **Trpíte nějakou, byť jen malou fobií?**

Trpím fobií z novinářů. Ale poslední dobou se to dost zlepšuje, už jsem se dokonce potkal s osobnostmi i mezi novináři. Můj obraz novináře coby zakomplexovaného potouchlého zkruslače skutečnosti poněkud narušili.

■ **Máte tři dcerky Anastázii, Roxanu a Rozálii a k tomu ještě manželku. Jaké je to žít s tolika ženskými pod jednou střechou?**

Všechny mě mají omotaného kolem prstu. Na druhou stranu jistě šance mám, prosadit se dokážu, když to považuji za nutné.

■ **Na co se v současnosti nejvíce těšíte?**

Až si sednu na premiéře do kina a podívám se konečně na náš film na velkém plátně. *Text: Šárka Jansová, foto: archiv*

## Vánoční dárky z Kittelovy apatyky

### Kitl Životabudič

Medicínální sirup pro povzbuzení a vyčerpání. Vyrobeno z hroznového cukru a 5 posilujících bylin. Užívá se nejlépe ředěný, po ránu, nebo ve chvílích únavy. Neobsahuje alkohol.



### Kitl Meducínka

Medicínální sirup pro období chřipky a nachlazení. Vyrábí se z propolisu, bylinek, vitamínu C a jablečné šťávy. Neobsahuje alkohol.



### Kitl Šláftrůnk

Medicínální víno na dobrou noc. Vyrobeno dle tajného receptu z révéového vína a 7 léčivých bylin s uklidňujícími účinky.



Kde lze výrobky z Kittelovy apatyky zakoupit?

- ✦ v lékárnách a prodejnách zdravé výživy (seznam na [www.kitl.cz](http://www.kitl.cz))
- ✦ objednávkou na adrese Kitl s.r.o., Pasiřská 60, 466 01 Jablonec nad Nisou, nebo na tel. 485 305 143
- ✦ přes e-shop na: [www.kitl.cz](http://www.kitl.cz)

**Kitl**  
...z léčivých bylin

## Prodej hotelového komplexu v Rakousku



Prodej luxusního hotelového komplexu (7 800 m<sup>2</sup>) nacházejícího se přímo v srdci Tyrolských Alp v údolí Stubai vzdáleném 18 km od Innsbrucku a 20 km od věhlasného ledovce Gletscher. Hotel se stylovým interiérem disponuje hotelovou halou s odpočinkovou částí, recepcí, restaurací a jídelnou, konferenční místností, wellness centrem a lyžárnou a 58 pokoji se 150 lůžky. Je ideálním místem pro celoroční vyžití. Hotel disponuje též vlastním parkovištěm.

**vipreality**

další informace a nemovitosti na [www.vipreality.cz](http://www.vipreality.cz)

**VOLEJTE ZDARMA 800 532 532**

METROPOL horoskop

horoskop

**Beran 21. 3. - 20. 4.**  
Když se obrátíte trpělivostí a shovívavostí, podaří se vám urovnat všechny spory s rodinou i přáteli a začne se vám dařit i v jiných oblastech. Finanční situaci nevylepšíte sázením, ale systematickým úsilím.

**Býk 21. 4. - 21. 5.**  
Máte dost energie na lásku i na práci, jen vás trochu deprimuje, že vaše mládí, milénky, milenci i vinylové desky mají omezenou životnost. Nepřipouštějte si to a všechno, co jste si naplánovali, se zdaří.

**Bliženci 22. 5. - 21. 6.**  
Pokud máte pocit vyčerpání, zkuste se zamyslet, jestli příčinou toho není váš neuspokojivý vztah. Nemusíte drahou polovičku hned opustit, ale můžete začít přemýšlet o změně. Zbavte se stereotypu.

**Rak 22. 6. - 22. 7.**  
Nejste zrovna milovníci předvánočního shonu, proto se mu vyhněte tím, že ho budete ignorovat. Užijte si příjemný adventní čas duchovními prožitky. Dárky stihnete nakoupit ještě na štědrý den.

**Lev 23. 7. - 23. 8.**  
Překvapíte sami sebe tím, jak se dokážete radikálně vzepřít nátlaku, který je na vás vyvíjen. V zájmu vaší pohodlnosti a touhy po klidu se konfliktům raději vyhýbáte, tentokrát se budete bránit zuby nehty.

**Panna 24. 8. - 23. 9.**  
Netrapte se vymyšlením originálních dáreků pro své milé a raději si zajděte na víno s přáteli nebo na masáž. Ať vymyslíte, co vymyslíte, stejně se s největší pravděpodobností nezavděčíte. Nestresujte se.

**Váhy 24. 9. - 23. 10.**  
Někdy jste přehnaně opatrní až bojácní, a to vám dost často škodí. Když se zbavíte svých zábran a využijete své bystrosti i vloh manipulovat s finančními prostředky, podaří se vám dobře vydělat.

**Štír 24. 10. - 22. 11.**  
Mějte víc sebevědomí v milostných záležitostech. Vaše nejistota, že nejste dobrými milenci, vám otravuje život. Nebojte se svých partnerů na to zeptat, uvidíte, že vás jejich reakce povzbudí.

**Střelec 23. 11. - 21. 12.**  
Opět se začínáte dětským těšit na Vánoce. To je období, kdy jste ve svém životě, proto občas zapomínáte na slušné vychování. Advent neberte jen jako důvod k oslavám, večírkám a radovánkám.

**Kozoroh 22. 12. - 20. 1.**  
Od svých blízkých očekáváte, že vás budou všemožně hýčkat a překvapovat. Zkuste je někdy předejít a vymyslete něco úžasného, čím je obdarujete. Dělat radost druhým je příjemnější víc, než si myslíte.

**Vodnář 21. 1. - 19. 2.**  
Nepřehlížejte signály, které vám naznačují, že ve vašich vztazích není něco v pořádku. Velkým omylem je domnívat se, že vyřešíte problémy tím, že před nimi utečete, nebo počkáte, až se vyřeší samy.

**Ryby 20. 2. - 20. 3.**  
Propady vašich nálad kulminují s příchodem mrazivého počasí. Obalte se trpělivostí a vlněnými svetry, protože zima bude dlouhá a krutá. Stále mějte na mysli, že zase přijde jaro a pak léto.

Připravila: Ludmila Petříková

**ZAŽIJTE ATMOSFÉRU LEGENDÁRNÍHO KONCERTU VE WEMBLEY V ROCE 1979!**

**ABBA THE CONCERT**  
PERFORMED BY ABBAGAIN

**TOUR 2011 6. 2. Ústí n. Labem**  
2. 2. Pardubice ■ 3. 2. Ostrava ■ 4. 2. Zlín  
5. 2. Praha ■ 8. 2. České Budějovice ■ 12. 2. K. Vary

Vstupenky: tel. 222 897 333, [WWW.TICKET-ART.CZ](http://WWW.TICKET-ART.CZ)

**QUEEN ESTHER MARROW'S**

**THE HARLEM GOSPEL SINGERS SHOW**

**14. 12. PRAHA KONGRESOVÉ CENTRUM**

vstupenky: tel. 222 897 333, [www.ticket-art.cz](http://www.ticket-art.cz)

krížovka

NAPOVÍME: Smolarek, OMON, AB, Úzice, Aim.	Její osoba	Tlakový stroj	Zrak	Vevnitř	Osklivý člověk	NAPOVÍME: EDS, Eloa, Sme, item, Olsen, Ori.	Obec u Kralup nad Vltavou	Značka kilo-newtonu	Český sbornísta	Úpině	↓	Zavýsknutí	Eden	Obvykle jarní polní práce	<b>2</b>	Nálepka na lahvi
Těžký kov					Jev	Jméno herce Sharifa					Vymílání hornin					
<b>4</b>											Radovat se					
Snad				Francouzsky „přítel“				Včelí produkt				Cestovatí autem				
Autor výroku: Jan Žižka	Tklivá touha	<b>3</b>	Projev nadšení					Iniciály Klepáčové						Stáří		
Slavný polský fotbalista									Nálev					Mladé obilí		
Kravička									Německy „tedy“					Protože		
														Podoba jména Eliška		
Elektronické zabezpečení automobilu (zkratka)					Zvýšená nota d											
Souvislé pořadí																
Vodácké lodky						Sibiřský veletok	Speciální oddíl SNS	Řeka v Petrohradu	Zkratka souhvězdí Orion	Důvod k potrestání	Rovněž (z latiny)	Ludolfovo číslo			Rimských 2000	
															Zlá starfena	
	Cizopasně houby	Tes	Ebur											Poukázka na zboží		
			Slovenský deník											Mojí		
Anglická zkratka pro uzeny kaučuk				Vyslouzilec										Peprná bylina		
				Značka kosmetiky										Značka milisekundy		
<b>1</b>																
Japonská úprava květin								Jméno Komenkého								Pobídka

**Vánoční kuba s houbami podle Zdeňka Pohlecha**

300g krupky, 50g másla, 2 cibule, 750ml zeleninového vývaru, 60g másla, 15g sušených hub, 3 stroužky česneku a pepř. Můžeme dochutit majoránkou.

Kroupy vypereme a necháme okapat. V hrnci osmažíme nakrájenou cibuli, přidáme kroupy a rovněž krátce za stálého míchání osmažíme. Kroupy přelijeme vývarem, osolíme. Omyté houby namočíme asi na 1 hodinu do studené vody. Nasekáme a asi 15 minut podusíme s kmínem a solí. Houby promícháme s kroupami, nasypeme do vymazaného pekáče a pečeme v předehřáté troubě 20 minut. Dobrou chuť.

**Potíže je nutno poměřovat s ohrožením života** (Eisberg) bylo správné znění tajenky v minulém čísle. **Diář na rok 2011 obdrží Anna Železná z Jablonce nad Nisou.** Úspěšný vylosovaný luštitel dnešní krížovky obdrží **CD Vánoční koledy.** Těšíme se na vaše odpovědi na adresách: **Severočeský Metropol, Kostelní 10/5, 460 01 Liberec,** nebo **krizovka-liberec@tydeniky.cz** (napíšte telefonní spojení, abychom vás mohli kontaktovat) nejpozději 10. prosince 2010.

**Nejlepšími vojáky jsou ti, co moc nepřemýšlejí** (General Pinochet) bylo správné znění tajenky v minulém čísle. Na **film na DVD** se může těšit **Marie Böhmová z Třebíče.** Úspěšný vylosovaný luštitel dnešní krížovky obdrží **CD Vánoční koledy.** Těšíme se na vaše odpovědi na adresách: **PRAŽSKÝ METROPOL, Vinohradská 167, 100 00 Praha 10,** nebo **krizovkapraha@tydeniky.cz** (napíšte telefonní spojení, abychom vás mohli kontaktovat) nejpozději do 10. prosince 2010.

**Nejlepšími vojáky jsou ti, co moc nepřemýšlejí** (General Pinochet) bylo správné znění tajenky v minulém čísle. **film na DVD** obdrží **Kamila Pešanová z Hradce Králové.** Úspěšný vylosovaný luštitel dnešní krížovky obdrží **CD Vánoční koledy.** Těšíme se na vaše odpovědi na adresách: **VÝCHO-DOČESKÝ METROPOL, Čs. armády 287, 500 03 Hradec Králové,** nebo **krizovkavycho@tydeniky.cz** (napíšte telefonní spojení, abychom vás mohli kontaktovat) nejpozději do 10. prosince 2010. Přijemnou zábavu při luštění přeje redakce.

ASTROPORADNA

Naše astroporadna působí na českém trhu již řadu let a zaručuje vám kvalitní a spolehlivé poradenství.

Zkušení poradci z celé ČR jsou vám k dispozici 24 hodin denně.

Využijte pohodlného výkladu přes telefon a zavolejte nám!

Tel.: 906 706 506

Poskytovatel: E.M.A. Europe s.r.o., 1 min/70 Kč vč. DPH, P.O. Box 14, 110 15 Praha 015, www.ema.bz



**Denisa** ★★★★★  
výklad karet, numerologie, kyvadlo  
**STOJÍ ZA VAŠÍ PARTNERSKOU KRIZÍ NĚKDO TŘETÍ?**  
Odpovím vám, zavolejte mi!  
☎ 906 706 506



**Pavlína** ★★★★★  
astrologie, reinkarnace  
**JE VÁŠ ŽIVOT PLNÝ OMYLŮ A CHYB? S pomocí hvězd se jim vyvarujete!**  
☎ 906 706 506



**Květa** ★★★★★  
astrologie, jasnovidectví, výklad karet  
**TRÁPÍ VÁS NEDOSTATEK FINANČÍ? Kdy se budete mít lépe? Prozradím vám to!**  
☎ 906 706 506



**Vanda** ★★★★★  
astrologie, výklad karet  
**SDÍLÍTE SPOLU DOMÁCNOST JAKO DVA CIZÍ LIDÉ? Společně váš vztah dáme do pořádku!**  
☎ 906 706 506



**Gabriel** ★★★★★  
astrologie, výklad karet, numerologie  
**CHCETE SVŮJ VZTAH ZPEČETIT SVATBOU? Povím vám, jaká bude vaše společná budoucnost.**  
☎ 906 706 506



**Nikola** ★★★★★  
výklad karet  
**DĚLÍ SE O VAŠE SRDCE DVA MUŽI? Nevíte, pro kterého se rozhodnout? Poradím vám!**  
☎ 906 706 506

Ve všech pobočkách na Liberecku

Naše povinné ručení chrání ty venku i vás

CSOB Pojišťovna www.csobpoj.cz

inzerce

## Auto Liberec - oáza vozů se čtyřmi kruhy ve znaku Firma Granette přišla opět s unikátem

Známost siluetu Ještědu s pyšně se tyčící stavbou horského hotelu stojícího v nadmořské výšce 1 012 metrů nemusíme s největší pravděpodobností nikomu, kdo někdy navštívil Liberec, představovat.



Na druhou stranu možná nevíte, že ve městě pod Ještědem najdete rodinnou firmu, která se stala jakýmsi signálním majákem a především útočištěm těm šťastným, jejichž srdce bije pro vozy se čtyřmi kruhy ve znaku.

Onou oázou Audi není nikdo jiný, než firma Auto Liberec, s. r. o., sídlící na malém vrcholku kopce v liberecké čtvrti Vratislavice nad Nisou. Už při příjezdu do jejího areálu vám s největší pravděpodobností bude jasné, že se jedná o skutečný rodinný podnik, ve kterém na příchodí nečeká sterilní prostředí velkých autosalonů, ale právě naopak ta skutečně přátelská a vlnná atmosféra, jakou můžete najít snad jen ve svém rodinném kruhu. Nezdá se, že se mezi zaměstnanci a zákazníky vyvine ze vztahu obchodního vztah přátelský, díky čemuž se z jakéhokoliv návštěvy libereckého zastoupení Audi nestává jen například běžná návštěva servisu, ale spíše takové příjemné posezení u kávy s přáteli.

Samozřejmostí z hlediska klientského servisu jsou i 24hodinové služby servis-

mobily, který je připraven pro případ, že náhoda dojde k nepříjemné události a budete potřebovat vytrhnout pomyslný trn z paty. Říkáte-li si, že něco podobného byste chtěli zažít, sympatizujete se značkou Audi, ale ještě vůz této značky nevládněte, nevádi. I v takovém případě jste v Auto Liberec vítáni. Jeden ze dvou prodejců vám kdykoliv rád nabídne a předvede prakticky celou typovou škálu luxusních vozů Audi včetně možnosti nevšední předváděcí jízdy s praktickou ukázkou funkce quattro. Vůbec přitom nevádi, když pro vás nějaký z vozů nebude finančně dostupný, vždyť vybrat si můžete i z široké nabídky použitých vozidel Audi v nabídce vykoupených vozů.

**Co víc si přát?**  
Auto Liberec sice myslí především na příznivce čtyř kruhů, avšak pomocnou ruku podává jak sportovcům, jakými jsou třeba hokejisté Bílí Tygři, tak i těm, co už sportují zřídkakdy, tedy těm dříve narozeným, a to jmenovitě z libereckého domova Marta, nebo prostřednictvím Fondu ohrožených dětí našim nejmladším. Auto Liberec je také partnerem Asociace chovatelů plnokrevných arabských koní a pravidelně zajišťuje dopravu porotě složené z mezinárodních odborníků.  
**Pojedete-li přes Liberec, přijďte také nasát příjemnou atmosféru a třeba si i vybrat svoje příští auto. Upřímně se na vás těšíme.**

Ústí nad Labem | Oslavy konce roku se neobejdou bez dobrého pití, do kterého se vejde i střídmé přituknutí aperitivem či zajímavým koktejlem, v němž hraje prim prvotřídní destilát. Příznivci lihovin se už v závěru tohoto roku dočkali novinky, kterou pro ně připravila společnost GRANETTE, druhý největší producent lihovin na českém trhu, když uvedla do prodeje zcela nový produkt - Vodka 42 Blended.

V předchozích letech slavila úspěch krásnobřežská Vodka 42, a to právě díky unikátnímu poměru mísení trojnásobně destilovaného velebného líhu vyráběného z melasy s důkladně změkčenou a odminerizovanou vodou. Tato vodka je navíc pečlivě filtrována přes filtr z aktivního uhlí, které pochází ze skořápek kokosových ořechů. „Unikátnost vodky Blended (anglický výraz pro vznik něčeho nového, tvořeného dvěma či více částmi) spočívá ve vyvážené kompozici těch nejlepších surovin, z jakých je možno vodku vyrábět. Jde o unikátní kombinaci destilátů z melasy, obilí a vína. Tyto vstupní suroviny dodávají Vodce 42 Blended výraznou texturu, decentní aroma vinné révy a působivou chuť obilného sladů. Tento nápoj patří do společnosti velkých nápadů. Myšlenka kombinovat líh různého původu je v českých podmínkách unikátní a ve světovém měřítku nemá k ojedinelosti daleko. K nové Vodce 42 Blended společnosti Granette a jejich příznivcům mohou pogratulovat,“ uvedl při nedávné řízené degustaci vódek Alexander Mikšovic, uznávaný znalec nápojové gastronomie v ČR i ve světě.



Uznávaný znalec nápojové gastronomie v tuzemsku i v zahraničí Alexander Mikšovic při řízené degustaci unikátního výrobku společnosti GRANETTE Vodky 42 Blended.

českém trhu, tak jako toho dosáhly i ostatní naše výrobky - tradiční Stará myslivčká a její nová sestra Premium, Vodka 42 a všechny ochucené vodky Squash, celá řada značkových vaječných likérů Vaječný sen nebo další speciality,“ říká Juraj Grošo, obchodně marketingový ředitel společnosti GRANETTE.

„Vedle Vodky 42 Blended, za kterou stojí výrobní a marketingový tým v čele s vedoucím výroby Janem Valuškem, uvádíme na vánoční trh už tradičně vinný punč a do obchodních řetězců dáváme destiláty s přídavkem ovocné šťávy a kousky ovoce, tentokrát to bude hruška a švestka pod značkou Formanská řada,“ doplnil ředitel společnosti Granette Pavel Kadlec. (se)

**TipSport arena v Liberci**  
Jeronymova 570/22 • Liberec 7

**PROGRAM AKCÍ PROSINEC 2010**

PŘIJĎTE SE BAVIT DO TIPSPORT ARENY V LIBERCI

**Pretty woman ČR - finále**

4. 12. 2010 21.30 hod.

Hlavním posláním této soutěže krásy je poukázat na přirozenou krásu ženy ve všech směrech. Modelingová kritéria a míry zde tedy nejsou rozhodujícím elementem.

**Bílí Tygři Liberec - HC Plzeň 1929**

9. 12. 2010 18.10 hod.

Po jarním čtvrtfinále play-off opět útočí plzeňští indáni na domácí tvrz Bílých Tygrů. Podaří se libereckým hokejistům i tentokrát uhájit domácí neporazitelnost?

**Vánoce v aréně**

15. 12. 2010 9.30 hod.

Zveme školky a školy z Liberce i okolí na tradiční dopolední akci v aréně určenou dětem. Čeká je promítání pohádek, soutěž v kreslení a mnoho další zábavy.

**Vánoční bruslení**

24. 12. 2010 13.00 - 15.00 hod.

Chcete prožít letošní Štědrý den trochu netradičně? Přijďte si během odpoledne zabruslit, pouze na Štědrý den pro vás připravíme led přímo v TipSport aréně.

**Bílí Tygři Liberec - HC Vagnerplast Kladno**

28. 12. 2010 18.30 hod.

Ačkoli kladenský tým okupuje dno tabulky, nedá parta kolem Pavla Patery žádný zápas zadarmo. Přijďte se přesvědčit na poslední domácí zápas Tygrů v tomto roce.

PŘIPRAVUJEME

**Ještědská brusle 2011**

9. 1. 2011

Ještědská brusle je nejstarší krasobruslařskou soutěží v Liberci – v roce 2011 se uskuteční již 34. ročník. Přijďte se povídat na výkony krasobruslařských nadějí.

**Mistrovství ČR ve freestyle motocrossu**

12. 5. 2011 19.00 hod.

Z důvodu zranění předních českých jezdců byl závod přesunut na květen příštího roku. Zakoupené vstupenky zůstávají nadále v platnosti i na nový termín.

800 Volejte zdarma  
800 800 007

info@tipsportarena.cz  
[www.tipsportarena.cz](http://www.tipsportarena.cz)

TICKETPRO  
www.ticketpro.cz  
Vstupenky v síti Ticketpro  
www.ticketpro.cz

## PROSINEC 2010

**TANEČNÍ KURZY PRO MLÁDEŽ**

**Jaro 2011**

Pokračuje zápis a předprodej do jarních tanečních kurzů. Taneční probíhají od 10. ledna do 11. dubna 2011 (každé pondělí)

**Sobota 18. prosince**

Vánoční OZZOBÍR TOUR – koncert skupiny

# SLADE

Jako hosté vystoupí Aleš Brichta Band a Traktor

Pořadatel: umělecká agentura PT  
Předprodej: Ticketportal, pokladna DK a evstupenka.cz od 9. 11.

**Středa 1. prosince od 19,30 hod.**

## SCREAMERS

Nový vánoční program nejoblíbenější travestní skupiny.

Vstupenky v předprodeji DK i před začátkem pořadu.

**Čtvrtek 2. prosince od 19 hod.**

**Vánoční koncert Petry Janů**

se skupinou Golem

Jana Václavíková

Vstupenky již v předprodeji v pokladně DK a MIC Liberec.

Pořadatel: Jiří Kaufus

**Neděle 19. prosince v 17 hod.**

## Severáček

Tradiční vánoční koncert dětského pěveckého sboru

Sbormistr: Silvie Pálková

Vstupenky v předprodeji od 1. 12., rezervace na evstupenka.cz

**Úterý až pátek 14. – 17. prosince**

## ČESKÉ VÁNOCE

Denně od 9 do 18 hodin.

Prodejní trhy vánočních dárců a spotřebního zboží.

**VSTUP ZDARMA**

**PŘIPRAVUJEME PLESOVOU SEZÓNU LEDEN 2011**

Pátek	7. 1.	1. PLES Gymnázia a Střední odborné školy pedagogické Liberec
Sobota	8. 1.	1. PLES Gymnázia F. X. Šaldy Liberec
Pátek	14. 1.	1. PLES SPŠ strojní a elektrotechnické Liberec
Sobota	15. 1.	PLES Technické univerzity
Pátek	21. 1.	MOCCA PLES
Sobota	22. 1.	PLES Střední odborné školy a Gymnázia Liberec
Pátek	28. 1.	VOJENSKÝ PLES
Sobota	29. 1.	PLES Střední školy strojní, stavební a dopravní Liberec

Neděle 23. 1. Dětský maškarní karneval – od 15 hod.

**Dům kultury dále nabízí:**

**Fitness centrum FITMEXX – vchodem „A“**  
FITMEXX info na [www.FITMEXX.cz](http://www.FITMEXX.cz)

**Diskotéky A-klub – vchodem „C“**  
Pravidelné diskotéky pátek – sobota  
Info na [www.a-klub.cz](http://www.a-klub.cz)

**PŘEDPRODEJ VSTUPENEK: V POKLADNĚ DK PONDĚLÍ – STŘEDA 14.00 - 17.30 HOD. DÁLE V MIC LIBEREC A VŽDY HODINU PŘED ZÁČÁTKEM AKCE. REZERVACE A PRODEJ VSTUPENEK: WWW.EVSTUPENKA.CZ**

**Změna programu vyhrazena!**  
Předprodej vstupenek dle uvedených termínů a hodinu před začátkem pořadu.  
Předprodej vstupenek v DK po – st 14.00 – 17.30 hod. a v Městském informačním centru Liberec.  
Rezervace a prodej vstupenek: [www.evstupenka.cz](http://www.evstupenka.cz) • vybrané programy na [www.ticketportal.cz](http://www.ticketportal.cz)

GRAND Krásná & Zdravá

NOVÝ BEZPLATNÝ ČASOPIS PRO MODERNÍ ŽENU

**V distribuci od 29. 11.**

kosmetické a kadeřnické salony, nákupní a obchodní centra, kliniky, ordinace, laserová studia a gynecentra, vybrané lékárny, kulturní a wellness centra, prodejny zdravé výživy apod.

[www.grandprinc.cz](http://www.grandprinc.cz)  
d.petrovova@grandprinc.cz  
tel.: +420 775 852 540

Tel.: 482 739 915, 482 739 916, 482 739 917  
fax: 482 739 918, e-mail: [audi@audiliberec.cz](mailto:audi@audiliberec.cz), [www.audiliberec.cz](http://www.audiliberec.cz)

Auto Liberec s. r. o., Tanvaldská 1585, Liberec 30



**Vážení a milí čtenáři a příznivci Metropolu,** nastal adventní čas a proto se tentokrát budu věnovat tomuto období, které není a ani by nemělo být určeno jenom křesťanům, ale všem lidem dobré vůle. Je to doba očekávání, ale také doba „vnitřního“ úklidu, doba odpouštění, doba zázraků. Je to doba, kdy se kalendářní rok pomalu chýlí ke konci a my bychom se měli zamyslet nad tím, co dobrého i zlého nás v něm potkalo. Na to dobré budeme vzpomínat rádi, zlé většinou zahojí čas.

A právě ten čas tak neúprosně letí, že si ani nestačíme krásné zážitky vychutnat. Je to škoda, protože se ve stejné podobě už nebudou opakovat. Pokud je dokážeme vstřebat a uložit do podvědomí, mohou nám ve chvílích nepokoje a složitých situacích vrátit klid, duševní rovnováhu a sílu k další pozemské pouti. Sama po ní kráčím už šest desítek let, a tak mi snad odpustíte tohle mentorování. Ze zkušenosti totiž vím, že prožít adventní čas ve spěchu a stre-

su, že nebude dostatečně naklizeno, napečeno, nakoupeno, nazdobeno, zkrátka na sto procent nachystáno na vánoční svátky, se nevyplatí. Nějakou chybičku nám jistě naši bližní, děti i dospělí, rádi odpustí. Protože to nejčennější, co jim můžeme věnovat, je právě čas. Zajděte spolu na procházku do přírody, na výstavu betlémů, do plavecké haly, na koncert, jedte na hory, dělejte zkrátka to, při čem vám je společně dobře a co odpovídá vašemu naturelu. Ne-

bo se jen tak posadte a povídejte si. Témat najdete jistě spoustu. Advent znamená také těšení se a radost. Udělejte ji tedy sobě i ostatním. Uvidíte, jak vám bude dobře.

Za celý tým tvůrců dnešního vydání Metropolu vám radostně prožít adventu přeje

Ladislava Richteraová  
šéfredaktorka  
richterova@tydeniky.cz

Kontakt pro podnikatele a firmy: Iva Baráková, tel. 607 917 244, barakova@tydeniky.cz, Hana Bergerová, tel. 777 282 997, bergerova@tydeniky.cz

vánoční koncert

**Helena Vondráčková završí 19. prosince letošní úspěšný rok vánočním koncertem v pražské Lucerně. Vzácným hostem bude její dlouholetá kamarádka z Polska, zpěvačka Marila Rodowicz.**

■ Heleno, čím ještě potěšíte svoje příznivce?

Záznam z mých podzimních koncertů ve Státní operě poběží na TV Barrandov přímo na Štědrý den a příští rok vydávám k tomuto koncertu 2CD společně s DVD záznamem. Prvního prosince mě čeká mega koncert v Liberci s Michalem Davidem. Na jaře se opět vrátí do divadla Hybernia muzikál Baron prášil, ve kterém hraji, a také dabuji v jedné zahraniční animované pohádce.

■ Jak se těšíte na Vánoce?

To jsou nejkrásnější svátky v roce. Dodržíme adventní neděle, zdobím dům i za-



hradu, pečú cukroví a stolu. S Martinem budeme koukat na pohádky, poslouchat hudbu a vyrazíme i na tradiční procházku s naším pejskem do lesa. K slavnostní večeři připravuji tradičně kapra a bramborový salát. Navštívíme také rodinu, příbuzné, přátele i sousedy.

■ Vzpomenete si na nějaký krásný vánoční dárek?

Vánoce v dětství patřily vždy k těm nej-

krásnějším. A dárek? Jednoznačně ve-  
de loutkové divadlo a krasobruslařské boty.

■ Máte nějaké přání do nového roku?

Pevné zdraví, pro mě, mého muže a naše blízké. Přeji si, aby mi vydržel hlas a mí fanouškové to se mnou ještě táhli dál.

Text: Šárka Jansová  
Foto: Lenka Hatašová



**SPORT HOTEL**

**Silvestrovský pobyt ve SPORT-V-HOTELu Hrotovice  
POSLEDNÍ VOLNÁ MÍSTA!**

Skvěle vybavený sportovní komplex.  
**Oslava konce roku v ceně!**

volejte: +420 568 860 013-5 • pište: hotel@vstav.cz

[www.hotel-hrotovice.cz](http://www.hotel-hrotovice.cz)




**OKNO STYLE**  
Mezi nebem a zemí. Dokonalá okna

Plastová okna a dveře, garážová vrata a zateplení fasád

Zimní  
**sleva 62%**  
[www.oknostyl.cz](http://www.oknostyl.cz)



České Budějovice, O. Nedbala 8, 775 872 710, Mladá Boleslav, Staroměstské nám. 87, 775 872 724, Hradec Králové, Habrmanova 240, 775 872 706, Plzeň, Na Roudné 1, 775 872 723, Praha 4, Jaromírova 50/216, 734 442 461, Praha 6, Suchdolské nám. 8, 775 872 707, Pardubice, 17. listopadu 236, 775 872 711

**TV pohoda uvádí:**

**Speciál Vánoce 2010**

- kompletní televizní program  
**24. 12. 2010 – 1. 1. 2011**
- 29 stránek křížovek, sudoku, osmisměrek...
- pohodové čtení na svátky
- skvělé sváteční recepty

... a víte to první!



**Právě v prodeji!**