

■ Konference časopisu NŽT	str. 2
■ OHL ŽS hodnotí	str. 3
■ Vedení NeRV informuje	str. 4
■ Světové unikáty	str. 6
■ O zdraví	str. 7
■ Určeno nejen řidičům	str. 8
■ Sport	str. 9
■ Akční nabídka rekreace	str. 10
■ Tipy na výlet	str. 11
■ Pažitka je zdravá	str. 12
■ Blahopřejeme	str. 12

Kolokvium ŽelAktuel se letos v květnu konalo již po dvacáté čtvrté. To je dobrá tradice. Svědčí jak o systematickosti těchto akcí, tak i o tom, že se na železnici něco aktuálního stále děje. A také o tom, že existuje skupina lidí, která má zájem na téma železnice hovořit a pro železnici něco udělat. Již podruhé se kolokvium ŽelAktuel sešlo v prostorách Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR. Je to důkazem, že i mezi politiky existuje skupina lidí.

Minulé kolokvium bylo věnováno pokračujícímu procesu restrukturalizace železnice, čtvrtému železničnímu balíčku a otevírání trhu. Nepochybně pomohlo vytříbit názory na tyto procesy a zvýšit informovanost o jejich průběhu. Avšak všechny ty „... izace“, kterými železnice za poslední desetiletí prošla, nejsou cílem lidského snažení ve věci železnice. Jsou jen více či méně zdařilým nástrojem k dosažení cílů. Ale známe ty cíle? Vnímáme vůbec, čeho si společnost od železnice žádá, co od ní očekává, co může že-

lezniční společnosti nabídnout, jaký v sobě má potenciál společenské užitečnosti?

KOLOKVIUM ŽelAktuel 24

lezniční společnosti nabídnout, jaký v sobě má potenciál společenské užitečnosti?

Cestujícím jedoucím ve vlaku i obyvatelům bydlících v domech podle silnic, přetížných dálkovou nákladní dopravou, je v zásadě úplně jedno, jak tyto své vnitřní problémy železnice vyřeší. Už je ani nebaví číst noviny s monotónně se opakujícími zprávami o otevírání trhu, soutěžích, stížnostech, žalobách, soudech a odvoláních. Občané chtějí, aby vlaky jezdily často a včas, aby byly rychlé, pohodlné a bezpečné. A také aby z ulic a silnic zmizely záplavy automobilů, které je dnem i nocí obtěžují. Aby za jejich peníze byla nakupována nová vozidla od renomovaných výrobců a ne nové posudky od renomovaných advokátních kancelářů.

A tak nezbude, než si zvyknout, že na železnici určité přirozené monopoly existují, podobně jako v dalších síťových odvětvích – vodárny, kanalizace, elektrická vedení. Nikdo už v Praze nepostaví další depo kolejových

Sociální geografie

Lidská společnost prožívá velký šok. Stroje a chemie nahradily lidskou práci v zemědělství, vesnice a s nimi i menší města ztratily smysl své původní existence, obyvatelstvo se stěhuje do měst. Tam jsou pro ně pracovní příležitosti, školy, obchody, sportoviště, kultura. Ale není tam klidné bydlení. A tak venkov v okolí velkých měst získává novou funkci. Vesnice již nejsou bydlištěm zemědělců pracujících na okolních polích, ale bydlištěm občanů pracujících v blízkých městech. Osídlení se polarizuje. Vznikají stále větší, šťastnější a bohatší města (a je-

jich blízké okolí) pulsující životem mladých rodin a smutný chudnoucí a stárnoucí venkov (včetně odlehklých měst), bez pracovních příležitostí a bez mladých rodin. Hranicí mezi územím bohatství a rozvoje a územím chudoby a útlumu je možnost denního dojíždění do velkých měst.

Rozumným cílem je zapojit celou plochu území státu do systému společné tvorby a spotřeby hodnot, vymýtit chudobu, přinést aktivitu a perspektivu i lidem od odlehklých oblastí. To je úloha pro dopravu:

- zrychlit a zkvalitnit regionální dopravu v okolí velkých měst tak, aby plocha území aktivního života v jejich okolí byla co největší,

- navzájem rychle a kvalitně propojit velká města a tím vytvořit zdravou polycentrickou strukturu osídlení, která souvisle pokryje celou plochu území státu soustavou navzájem kooperujících měst a k nim náležících aktivních regionů.

Role železnice v udržitelné multimodální mobilitě

Společnost potřebuje rychlou a kvalitní mobilitu osob i věcí. A to takovou, která šetrně využívá zdroje energie i zdroje pracovních sil, nepoškozuje lidské zdraví, přírodu a negativně neovlivňuje klimatické podmínky.

K zajištění mobility lze využít mnoho dopravních módů. Avšak logika velí snažit se vždy používat takový druh dopravy, který se ke splnění dané přepravní úlohy nejlépe hodí. Tedy nehovořit o konkurenci, ale o kooperaci či o komplementaritě různých přepravních módů. Železnice je velmi výkonný dopravní systém, schopný zajišťovat přepravní výkony s nevelkými náklady, avšak vyžaduje vybudovat a udržovat liniovou infrastrukturu. Z toho pak vyplývá role železnice v multimodální mobilitě – železnici přísluší zjišťování silných a pravidelných přeprav, tam je efektivní. Nemá logiku snažit se aplikovat železnici pro slabé a nepravidelné přepravy, ty efektivněji zvládá flexibilnější individuální doprava.

Zhruba sedminásobně nižší spotřeba energie a s tím související nižší produkce klimaticky poškozujících globálních exhalací a zdraví poškozujících lokálních exhalací jsou silným motivem k převedení významné části přeprav osob i věcí ze silnic a dálnic na železnice. K tomu je však nutno:

- zajistit takovou kvalitu přepravní nabídky, aby železnice motivovala cestující a přepravce k tomu, aby ji použili,

- zajistit takovou kvantitu (kapacitu) přepravní nabídky, aby železnice zvládla uspokojit rostoucí přepravní poptávku.

Nástrojem k tomu jsou moderní technologie. Cílem není konzervovat železnici jako nostalgický skanzen minulosti, ale přebudovat ji na moderní dopravní systém 21. století. Cestujícím i nákladním přepravcům je potřeba nabídnout služby železnice tam, kde jim to přinese největší efekt.



Ing. Martin Kolovratník, místopředseda Hospodářského výboru PSP ČR, předseda Podvýboru pro dopravu



Ing. Martin Kolovratník
místopředseda Hospodářského výboru PSP
(redakčně kráceno – M.N.)

ROK 2018 JE ROKEM, KDY SE KONALA PRVNÍ ODBORNÁ KONFERENCE ČASOPISU NŽT

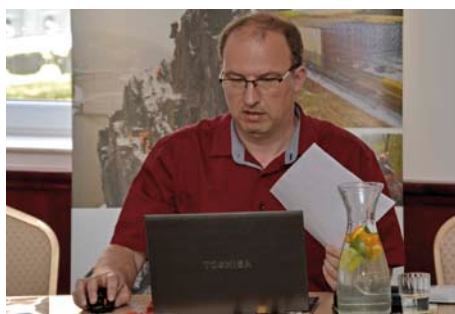
Poprvé za pětadvacet let vycházení odborného recenzovaného neimpaktovaného časopisu *Nová železniční technika* byla zásluhou společnosti STRIX Chomutov zorganizována odborná konference tohoto média.

Jmenovitě je třeba ocenit zásluhy člena představenstva této společnosti Radka Frydrycha a člena dozorčí rady Václava Klána, jejichž organizační schopnosti opravdu neměly chybu.

Dopolední část patřila otevřenému jednání redakční rady, jehož řízení se z organizačních důvodů ujal místopředseda prof. Ing. Vlastislav Mojžíš, CSc. Redakční rada projednala přípravu červnového vydání, které má poprvé samostatnou přílohu, zahrnující informace Centra technické normalizace ACRI, respektive přehled o vývoji v oblasti železničních (drážních) norem, spadajících do jejich kompetence. To je důležité pro všechny, kteří ke své pracovní činnosti tyto normy potřebují. Jim je určena důležitá informace, že časopis je nejen možno objednat prostřednictvím e-mailové adresy uvedené v něm, ale že tuto tiskovinu je možno také zakoupit ve všech ČD centrech, která jsou dostupná ve větších nádražích.

Odpolední část patřila partnerům časopisu a spolupracujícím firmám. V úvodu vystoupil zástupce generálního partnera SUDOP Brno, předseda rady vydavatele Ing. Jiří Pelc, který účastníkům odborné konference NŽT představil prostřednictvím audiovizuální prezentace celou historii časopisu od svého vzniku až po současnost, a to s výhledem do dalších let, kde je snahou vedení časopisu do jeho přípravy zapojit maximum spolupracujících firem ze všech oblastí kolejové dopravy.

Garant akce, společnost STRIX Chomutov, se prezentoval programem Nemeton. Tato společnost se zaměřuje na oblast pozemního a zejména speciálního stavitelství, skalní i důlní sanace, měření pohybů skalních masívů, na speciální hloubkové velkopřeměrové vrty, injektáže, neexplosivní trhací práce technologií DARDA, jakož i na kompletní inženýring v oblasti bezpečnosti práce po-



Předseda rady vydavatele NŽT a zástupce generálního partnera společnosti SUDOP BRNO, Ing. Jiří Pelc při přednášce o historii časopisu



Ing. Zdeněk Mouřeček z VÚKV seznámil s hodnocením jízdních vlastností vozidel s vlivem velkých tlačných sil v soupravách vozů



Člen rady vydavatele, generální ředitel VÚKV Ing. Zdeněk Malkovský, Ph.D. svoji přednášku zaměřil na Opotřebení kol nákladních vozů



Ing. Emanuel Mergl z VÚKV přednesl problematiku aerodynamických efektů

váděných prací. Turisté a sportovci se mohou s touto firmou setkat také prostřednictvím obchodu STRIX SPORT, který je zaměřen na outdoorové vybavení.

Co dokáží napáchat bludné proudy, nad tím žasli i odborníci na železniční problematiku, za nimiž stojí řada významných staveb. Ukázalo se, že tato problematika byla dlouhodobě podceňována a náprava bude do budoucna stát nemalé peníze. Zajímavým a pro posluchače přitažlivým způsobem tuto problematiku přednesl představitel společnosti JEKU Ing. Bohumil Kučera.

Svou účastí i diskuzními vystoupeními pozvedli prestiž konference Ing. Ladislav Minář, CSc., jednatel společnosti KOLEJCONSULT & servis, Ing. Danuše Marusičová, technická manažerka ACRI, Ing. Zdeněk Tomšíček ze spo-

lečnosti STRABAG Rail, Ing. Pavel Šťastný, člen představenstva a obchodní ředitel společnosti Chládek a Tintěra a Ing. Bedřich Bulíčka, MBA, člen dozorčí rady a správní ředitel společnosti CZ LOKO.

Konference se vydařila a snad se podaří zajistit, aby se stala tradicí a především diskuzním fórem odborníků na železniční dopravu na všech stupních řízení, politiků, kteří o kolejové dopravě rozhodují a uvolňují pro ni potřebné finanční prostředky. A v neposlední řadě i úředníků, kteří drží v ruce ono veledůležité razítko znamenající souhlas k vlastní realizaci.

**Milan Sedlák,
Foto: Jan Buchta**



Zleva Ing. Ivan Dobeš, Radek Frydrych, zástupci rady vydavatele NŽT, uprostřed Václav Klán ze společnosti STRIX Chomutov, vedle Ing. Jaroslav Grim, Ph.D. a Ing. Zdeněk Malkovský, Ph.D., rovněž zástupci rady vydavatele NŽT

PŘEDSTAVENSTVO SPOLEČNOSTI OHL ŽS SVOLALO ŘÁDNOU VALNOU HROMADU

Představenstvo akciové společnosti OHL ŽS svolalo na den 28. května 2018 řádnou valnou hromadu. U té příležitosti přednesl 1. místopředseda představenstva a generální ředitel společnosti Ing. Roman Kocůrek výroční zprávu za období roku 2017.

»Rok 2017 byl v novodobé historii OHL ŽS, a.s. velmi významný a přelomový. Naším cílem bylo dokončit transformaci společnosti zahájenou koncem roku 2016. Byl to náročný rok, plný změn a každodenní tvrdé práce. Chtěl bych tímto poděkovat všem našim zaměstnancům, kolegům z vedení společnosti i akcionářům za podporu a úsilí, které věnovali budování naší lepší budoucnosti.

OHL ŽS, a.s. oslavila v roce 2017 úctyhodné 65. výročí své existence. Jako v životě každého člověka, tak i v historii jakékoli společnosti se zcela jistě objeví lepší a horší časy. Můžeme říci, že v posledních čtyřech letech prošla naše společnost těžkou zkouškou, kdy se ukázala potřeba přizpůsobit se měnícím podmínkám. Rok 2017 byl završením určitého přerodu, na jehož konci stojíme opět silní a pevně na nohou.

Současně jsme se museli vypořádávat s dramatickým poklesem infrastrukturních projektů a s některými problematickými zakázkami z minulosti, zejména zahraničními. Přizpůbili jsme tomu organizaci, způsob řízení, obchodní model i strategii našeho působení na stavebním trhu, abychom mohli čelit těmto omezením, a to vše nás semklo, poučilo a posílilo.

Nové vedení začalo striktně uplatňovat nový přístup k řízení rizik a selekci obchodních příle-

žitostí, které jsou v souladu s naší nastavenou strategií. Soustředili jsme se především na český a slovenský trh, všechny nabídky jsou vždy podrobeny velmi přísné rizikové analýze. Naším cílem nebyly objemy výnosů za každou cenu, ale budování zdravé zásoby práce s přijatelnými riziky a ziskem. A výsledky se začaly projevovat. Odměnou nám bylo, že jsme zdvojnásobili úspěšnost nabídek a v porovnání s rokem 2016 jsme výrazně navýšili zásobu práce pro další období.

V průběhu roku 2017 jsme získali 110 nových zakázek, nejvíce Divize M – Morava, největší objem Divize Z – Železnice. Mezi nejvýznamnější projekty patří „Revitalizace trati Břeclav–Znojmo“, „Fakultní nemocnice Olomouc, klinika interní medicíny“, „Rekonstrukce budovy Památníku národního písemnictví v Praze“, „Rekonstrukce budovy Janáčkova divadla v Brně“, „Rekonstrukce SZZ ve Veselí nad Moravou“, „Rekonstrukce budovy „A“ v nemocnici České Budějovice“ a „Optimalizace trati Český Těšín–Dětmárovice“. Důležitou událostí roku 2017 byl podpis dodatku na slovenském projektu dálnice „D1 Hubová–Ivachnová“, kde po tříletém přerušení předpokládáme obnovení prací po vydání EIA (vyhodnocení vlivů na životní prostředí) na jaře roku 2018. Chtěl bych také zmínit největší železniční zakázku desetiletí „Modernizace trati Sodoměřice–Votice“, kde jsme byli v prosinci 2017 výběrovou komisí zadavatele vybráni jako dodavatel a v březnu 2018 proběhl podpis smlouvy.

Rok 2017 byl také rokem finanční stabilizace společnosti. S ohledem na finanční výsledky v posledních letech a důvěru akcionářů v bu-



Generální ředitel OHL ŽS, a.s. Ing. Roman Kocůrek

doucnost OHL ŽS, a.s. byl v prosinci 2016 a dubnu 2017 rozhodnutím valných hromad navýšen základní kapitál společnosti. Celkový přínos pro kapitál společnosti z obou navýšení byl 1,6 mld. Kč.

Rok 2017 byl z hlediska našeho cíle stabilizace společnosti a vytvoření dobrých podmínek pro budoucí bezproblémové fungování společnosti úspěšný. Vytvořili jsme si vynikající pozici pro rok 2018 i roky následující. Možná, že se tu a tam něco mohlo udělat lépe, i výsledky mohly být lepší, ale jsem hluboce přesvědčen, že máme být na co hrdí. Jsme zde pro naše zákazníky již 65 let a ještě dlouho budeme. Jsme připraveni na budoucí výzvy, máme tradici, efektivní organizaci, úspěšně realizované stavby i schopné a zkušené zaměstnance. Udělali jsme maximum pro to, abychom splnili naše cíle v roce 2018 a v letech dalších ke spokojenosti zákazníků, akcionářů a všech zaměstnanců OHL ŽS, a.s. »

ŽELEZNIČNÍ STANICE OLOMOUC MÁ NOVOU MODERNÍ TVÁŘ

REKONSTRUKCE ŽELEZNIČNÍ STANICE OLOMOUC OBDRŽELA CENU ČASOPISU STAVEBNICTVÍ

Časopis Stavebnictví udělil společnosti OHL ŽS, a.s. cenu za rekonstrukci železniční stanice Olomouc. Stavba bodovala v kategorii Železniční a tramvajové stavby nad 150 milionů korun v soutěži ČDS&T, kterou vypisuje Ministerstvo dopravy.

Ve čtvrtek 30. března proběhlo v žst. Olomouc slavnostní ukončení stavby Rekonstrukce železniční stanice Olomouc. Cílem projektu bylo kromě celkové modernizace železniční stanice Olomouc také zvýšení traťové rychlosti v úseku s důsledkem na zkrácení jízdní doby, zejména u rychlíkové dopravy. Stavbu realizovalo sdružení firem pod vedením OHL ŽS, a.s.

V žst. Olomouc proběhla komplexní rekonstrukce hlavních a předjízdňových kolejí, včetně

vybudování nové peronizace stanice. Zřízení byla nová ostrovní nástupiště s mimoúrovňovým přístupem a oprava se dotkla také staničního podchodu. Na nástupiště, stejně jako do zrekonstruovaného podchodu, se nyní cestující dostanou pomocí eskalátorů. Významnou součástí rekonstrukce byla také modernizace mostů a propustků v daném rozsahu stavby.

Rekonstrukce uvedla žst. Olomouc do vyhovujícího stavebnětechnického a provozního stavu. „Výsledkem je především zavedení vyšší traťové rychlosti až do 160 km/hod na dostatečně dlouhých úsecích. Další důležitou částí modernizace bylo zajištění požadované propustnosti a vybavení tratě takovým

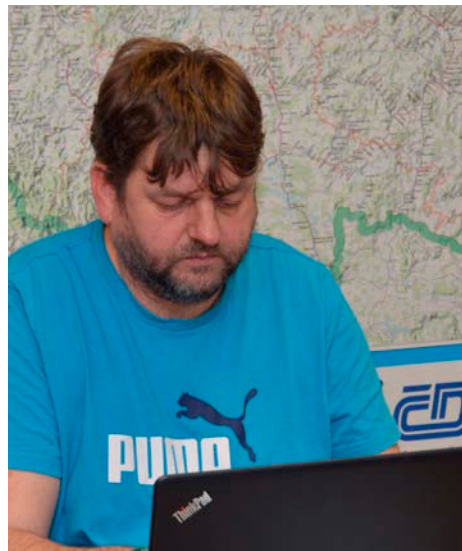
technologickým zařízením, které umožňuje zabezpečení provozu na odpovídající úrovni,“ uvedl ředitel Divize Z – Železnice OHL ŽS, a.s. Ing. Roman Veis.

Vlakové cesty do všech traťových směrů byly zabezpečeny novým staničním zabezpečovacím zařízením. Rekonstrukce se dotkla také el. rozvodů, napájení a osvětlení. Do stavby byla rovněž zahrnuta modernizace trakčního vedení v celém dotčeném úseku. Modernizováno bylo sdělovací zařízení včetně zřízení integrovaných telekomunikačních zařízení. Nově je využíván automatizovaný systém dispečerské řídicí techniky.

Rekonstrukce žst. Olomouc patří do souboru staveb modernizace železniční sítě ČR.

Jednání vedení NeRV

v uplynulém období

19. – 20. června – CZECH RAILDAYS Ostrava
Bc. R. Dousková, M. Novotný25. června – pojištění odpovědnosti AŽD Z.
závod Novotný25. až 26. června – organizační a technické za-
jištění MČR veteránů stolní tenis – Přerov
Bc. R. Dousková, M. Novotný27. června stížnost pracovně právní otázky
OHL ŽS Brno Novotný28. června personální otázky DZ (uvolnění za-
městnance na VI. Vsesokolský slet) Praha
Bc. Dousková1. července pracovně právní záležitost (hrubé
porušení kázně) DZ Praha
Bc. Dousková, Novotný2. července legislativní zajištění činnosti
ZO TRILEX Hrádek nad Nisou
Bc. Dousková, Novotný3. až 4. července příprava srpnového čísla Ma-
gazínu Bc. Dousková, Novotný9. až 10. července připomínkování návrhu vy-
hlášek předložených Ministerstvem zdravot-
nictví Bc. Dousková, Novotný10. července jednání Představenstva OSŽ
Bc. Dousková12. července připomínkování změn zákonů
předložených Ministerstvem školství tělový-
chovy a sportu v oblasti maturitních zkoušek
Bc. Dousková, Novotný18. července zajištění ubytování a stravování
funkcionářů pro školení na Ostružné
Bc. Dousková, Novotný

Předseda ZO Trilex s. r. o.

Foto: Jan Buchta

SMÍ PACIENT NAHLÍŽET
DO SVÉ DOKUMENTACE?

Ano, ale je to složité!

Pacient má zákonné právo kdykoliv si vyžá-
dat kopii nebo výpis ze své zdravotní doku-
mentace.Složitost a komplikace dané zákonem však
odrazují jak lékaře, tak pacienta. Pacient musí
navštívit osobně lékaře a uhradit související
náklady, pro lékaře to pak znamená zvýše-
nou administrativu. Ve skutečnosti se to má
tak. V případě, že poskytovatel nedokáže zá-
jemci nahlížení zajistit, musí mu pořídit kopii.
Lhůta činí 5 dnů ode dne, kdy lékař informoval
pacienta, že nahlížení není možné. Kopii zdra-
votnické dokumentace je možné si vyžádati
zpětně. Ten kdo dokumentaci uchovává, má
na vyřízení žádosti 30 dní.Elegantní řešení může přinést „Zdravel“,
elektronický systém, který celý proces zjed-
nodušuje, jak pro lékaře, tak pro pacienta. Pa-
cient má přehled o svém zdravotním stavu
a nemusí hlídat spoustu termínů. Lékař nemu-
sí nic tisknout, hledat ani opatřovat doložka-
mi. V ideálním případě posílá jedním kliknu-
tím vše pacientovi a navíc v souladu s GDPR.Kromě pacienta mají právo nahlížet do do-
kumentace nebo pořizovat výpisy další oprá-
vněné osoby, které si určil sám pacient. Mohou
to být např. zákonný zástupce, pečující osoba,
osoby blízké apod.Další informace naleznete v Zákoně o zdra-
votnických službách a podmínkách jejich po-
skytování (zákon č. 372/2011 Sb.) a ve Vyhlá-
sce o zdravotnické dokumentaci (vyhláška
č. 98/2012 Sb.).Celý systém „Zdravelu“ klade velký důraz
na bezpečnostní opatření, která se prolína-
jí všemi procesy od registrace uživatele, přes
zobrazení dat až po archivaci a ochranu dat.

M.N.

MÝTY O POSLEDNÍ VŮLI

Je nutné sepsat závěť
u notáře a musí u toho být
dva svědci?Sepsání bezproblémové závěti je poměrně
jednoduchý úkon. Vždy je však dobré se po-
radit s notářem. Mezi lidmi koluje o sepsání po-
slední vůle řada mýtů

Například:

1. Své dítě mohu vydědit, protože se se
mnou nestýká;
2. Majetek je v manželství společný, děti bu-
dou dědit až po smrti druhého z manželů;
3. U sepsání závěti musí být vždy dva svědci;
4. Pozůstalost a dědictví jsou stejná věc.

Své dítě mohu vydědit, protože se se mnou
nestýkáNikoliv. Důvody k vydědění jsou uvedené
v Občanském zákoníku. Neopominutelného
dědice/vlastní nebo osvojené děti/ lze vydě-
dit pouze, když prokážete zákonné důvody.Důkazem může být svědectví, dopis,
v němž neopominutelný dědic odmítá po-
moc apod.Důvodem pro vydědění nemusí být, že Vás
dítě nenavštěvuje. Záleží na chování a jedná-
ní obou stran. U soudu je potom třeba proká-
zat, že se rodič s dítětem o styk snažil. V opač-
ném případě, pokud by se s dítětem nestýkal,
nijak ho nevyhledával, tak soud může roz-
hodnout, že vydědění je neplatné. Také je
třeba zvážit, zda se vydědění bude týkat
i vnoučat, či nikoliv. Zůstavitel může vydědit
své dítě, ale majetek může odkázat vnukům,
např. s podmínkou, že majetek nabudou až
po jejich zletilosti.Majetek je v manželství společný,
děti budou dědit až po smrti druhého
z manželůToho nelze dosáhnout sepsáním závěti. Mu-
selo by proběhnout složité jednání u notáře.
Jednání by se musely účastnit i děti. Dědictví
po prvním zemřelém by se dobrovolně muse-
ly vzdát dědického práva. Dále je potřeba za-
jistit, aby po smrti druhého z rodičů veškerý
majetek zdědily. V tomto případě je třeba vy-
hledat služby notáře.

U sepsání závěti musí být vždy dva svědci

Nikoliv. Pokud sepisujete svoji závěť sám,
vlastní rukou nebo u notáře, musí mít záko-
nem stanovené náležitosti. Mezi ně nepatří
nutnost účasti svědků. Svědci musí být pouze
v případě, že zůstavitel má nějakou smyslovou
vadu (např. nevidomý). Pokud jste schopni na-
psat závěť vlastní rukou a pořídit k ní vlastno-
ruční podpis, není svědků třeba. Pokud toho
nejste schopni, jsou třeba svědci dva.Co může způsobit neplatnost vlastno-
ručně sepsané závěti:

- Nenapíšete ji vlastní rukou – někomu ji
nadiktujete, napíšete ji na stroji nebo počítači
- Bude chybět vlastnoruční podpis
- Neuvedete-li den, měsíc a rok jejího se-
psání
- Sepíšete společnou závěť s manželem
nebo sourozencem
- V závěti může být uveden pouze Váš
majetek, nikoliv někoho jiného (spoluvlast-
nictví).

Pozůstalost a dědictví jsou stejná věc

Každé z těchto slov má jiný význam. Pokud
hovoříme o pozůstalosti, rozumíme tím veš-
keré jmění zůstavitele. Nepatří sem osobní
práva např. právo doživotního bydlení.Hovoříme-li o dědictví, jedná se o část po-
zůstalosti, která připadá dědici.

M.N.

Jak definovat a měřit cenovou dostupnost v nájemních bytech?

Co je dostupnost bydlení?

Z vystoupení a prezentace Svena Bergenstrahleho – prezidenta IUT upravil Miroslav Novotný

Bydlení je dostupné za předpokladu, že může být získáno a udržováno domácností, které je ponechán dostatečný příjem, aby splnila základní výdaje mimo bydlení. Dostupnost není charakteristická pro bytovou jednotku, ale je to vztah mezi bydlením a lidmi. Pro některé lidi je veškeré bydlení cenově dostupné bez ohledu, jak je drahé, pro ostatní není dostupné žádné, pokud není zadarmo.

Nejnáléhavější poptávkou téměř ve všech zemích je poptávka dostupných nájemních bytů.

To znamená nejen sociální bydlení, ale také bydlení pro domácnosti se středním příjmem, u kterých je obtížné najít soukromé bydlení, pro některé domácnosti nemusí být cenově dostupné.

Znamená to především sledovat domácnosti s příjmy nižšími než je průměrný příjem. Bydlení by mělo mít přijatelný standart a velikost bytu, aby se zabránilo přeplněnosti. Podle definice EU o přeplněnosti je domácnost považována za přeplněnou, pokud nemá k dispozici minimální počet místností:

- Jeden obývací pokoj;
- Jeden pokoj pro jeden pár v domácnosti;
- Jeden pokoj pro každou osobu ve věku 18let a starší;
- Jedna místnost na pár stejného pohlaví mezi 12 a 17 lety;
- Jeden pokoj na pár dětí do 12 let;
- Jedna místnost pro každou jednotlivou osobu, která nebyla zahrnuta do předchozích kategorií.

DRONY

Hračky za miliony i za pár stovek

Začít si hrát s dálkově ovládanými i samostatně se pohybujícími stroji je opravdu jednoduché. Nejlevnější čtyř vrtulové stroje lze sehnat za necelý tisíc korun. Nelze předpokládat, že vydrží navždy. Toto jednoduché zařízení umí pouze létat a problém mu způsobí sebemenší závan větru. Seznámení s nimi pak probudí zájem o výkonnější a vybavenější stroje. Kvadrakoptéry již dnes tvoří svébytné odvětví s celou řadou podkategorií. Jen namátkou lze jmenovat profesionální stroje pro fotografy a kameramany, doručování zboží až po závodní drony.

Tam se již cena posouvá směrem od desítek tisíc korun až po miliony včetně vybavení. Zde lze použít rozšířit na záznamy a přímé

přenosy ze vzduchu a to jak optické či pomocí termovize. Hodí se ke snímkování pro mapové podklady. Drahé drony používají paparazzi tam, kde nemají přístup. Nezanedbatelné je použití filmářskými štáby při natáčení záběrů z netradičních úhlů.

Několik rad, které by jste měli vědět o dronech:

1. Můžete si v podstatě pořídit jakýkoliv dron v běžné distribuci. Pozor pouze na vojenské nebo necivilní systémy, zde by vás čekaly problémy. Ty řeší specifická právní úprava.

2. Pro rekreačně sportovní účely (vzletová hmotnost do 20kg) žádné osvědčení nepotřebujete. Každý bezpilotní systém provozovaný k jiným účelům podléhá povolení vydané Úřadem pro civilní letectví (§52 zákona 49/1997Sb., o civilním letectví).

3. Kategorizace bezpilotních systémů: podle hmotnosti 0,91/7/20/150 kilogramů podle použití rekreačně sportovní a jiné

4. Budete-li létat na vlastní zahradě, louce nebo poli bez přítomnosti dalších lidí, tak je vše v pořádku. S dronem se nesmí létat nad třetími osobami a jejich majetkem a jen do výšky 300 metrů nad zemí.

5. Za škody způsobené provozem dronu je vždy odpovědný pilot, případně osoba, která jej do vzduchu vypustila. Každý bezpilotní systém užívaný k jiným než rekreačně sportovním účelům a se vzletovou hmotností nad 20 kilogramů musí být pojištěn.

6. Všechny bezpilotní systémy lze provozovat pouze v přímém vizuálním dohledu pilota, nepovolí-li Úřad pro civilní letectví jinak. Spolehlivost videopřenosu není vždy zaručena a žádný ze současných dronů nemá komplexní systém detekce a vyhýbání překážkám, ostatnímu leteckému provozu či meteorologickým jevům.

M.N.

Zvýšení traťové rychlosti v úseku Kuřim–Tišnov

Firma SUDOP BRNO byla zpracovatelem realizační dokumentace investiční akce pod názvem „Zvýšení traťové rychlosti v úseku Kuřim–Tišnov“. Investorem zakázky byla Správa železniční dopravní cesty, státní organizace. Projekt práce probíhaly v roce 2015. Realizace byla započata po vydání stavebního povolení začátkem roku 2017.

Stavba se nachází v železniční stanici Kuřim, na dvoukolejně elektrizované celostátní trati Odb. Brno–Židenice–Havlíčkův Brod v obvodu žst. Kuřim.

Původně předpokládaný rozsah stavby zahrnoval kromě žst. Kuřim i mezistaniční úsek Kuřim–Tišnov. Z důvodů vysokých nákladů na realizaci stavby byl rozsah stavby redukován pouze na žst. Kuřim. Název stavby přitom zůstal zachován.

Účelem stavby bylo provést takové stavební a technologické činnosti a vybudovat taková zařízení, která by zajistila modernizaci předmětné železniční stanice s cílem zvýšení rychlosti a kvality jízdní dráhy.

Cílem stavby bylo zvýšení traťové rychlosti ze stávajících 100 km/h na 120 km/h, zlepšení jízdního komfortu pro cestující, zajištění vyšší bezpečnosti železničního provozu, zajištění kvalitnější třídy zatížitelnosti a dosažení potřebného průjezdného profilu.

Náplní stavby byla kompletní rekonstrukce stanice.

Rekonstrukcí této stanice došlo ke zlepšení parametrů trati zejména u průjezdných kolejí. Nedošlo k rozšíření stavby mimo stávající rozsah dopravní infrastruktury.



Železniční stanice Kuřim po rekonstrukci

Foto: Jan Buchta



INSPIRACE SVĚTOVÝMI UNIKÁTY

Možná náhrada za Libeňský most v Praze

Spor o to, zda má být pražský Libeňský most zbourán či zachován, má zastánce na obou stranách. Mnoho obyvatel Prahy se proti jeho likvidaci staví s odkazem na historickou, uměleckou i společenskou hodnotu. Podporovatelé odstranění mostu poukazují naopak na to, že se metropoli takto nabízí možnost získat v dané lokalitě zcela novou památku. Inspiraci budoucí architekti mohou najít na mnoha místech světa.

Situaci podobnou té v Praze řešili v kanadském Edmontonu. Tamní železný most je už příliš zchátralý na to, aby jej mělo smysl opravovat. Město se proto rozhodlo nahradit ho novou stavbou. Na svých stránkách obyvatele podrobně informovalo o každém kroku, který proběhne. Práce začaly v roce 2013 a ke konci roku 2017 skončily. V současnosti je nový most již v provozu, ať již pro automobily nebo pro pěší. K mostu byla postupně přeměrovávána doprava na obou stranách koryta řeky.

Inspiraci si lze vzít i z rekonstrukce Sarajevského mostu v Barceloně a dle jejího vzoru vytvořit podobný, tzv. zelený most. Projekt svého času vzbudil zájem médií. Architekti do něj zakomponovali zelené pergoly, boky proměnili v zelené stěny osázené spoustou květin a také pozměnili prioritu jeho uživatelů, jimiž jsou nově pěší a teprve na druhém místě zůstali motoristé. Povrch mostu je opatřen vrstvou fotokatalytického betonu. Díky rostlinám a této vrstvě tak most aktivně přispívá ke zlepšení ovzduší v dané části města.

Těleso mostu je vybaveno fotovoltaickými panely, čímž se minimalizují náklady na jeho osvětlení v noci. Svítidla jsou pak samozřejmě osazena LED zdroji.

Světová nej...

Zaslouženou pozornost veřejnosti a médií si prakticky od zahájení své konstrukce v roce 2013 udržuje nejvyšší most světa, čínský Pejchan-ťiang. Ačkoli bývá označován jako nejvyšší most na světě, není to tak úplně pravda. Tento titul má pouze tehdy, počítá-li se za výšku mostu vzdálenost jeho plochy od hladiny řeky v údolí. Ta činí 565 metrů. Čínský most je dlouhý 720 metrů. Jeho výstavba trvala společnosti CCCC Highway Consultants tři roky a stála v přepočtu zhruba 2,6 miliardy korun. Otevřen byl poslední den roku 2016.

Nejvyšším dálničním mostem v Evropě je pak francouzský viadukt Millau. Právě ten-

to most bývá někdy považován za skutečně nejvyšší na světě. Most je zavěšený na sedmi pilířích a jeho celková délka činí 2460 metrů. Jeho nejvyšší pilíř měří 343 metrů, vozovka je v tomto místě 245 metrů nad povrchem země. Most překračuje řeku Tarn u města Millau. Most nemá rovný tvar, stáčí se do oblouku.

K nejzvláštěji vyhlížejícím mostům na světě patří určitě most Laguna u vesnice Garzón v Uruguayi. V porovnání s předchozími čtyřproudými díly vypadá jako státní silnice, ovšem jeho dominantním prvkem je kruh, který dva silniční proudy mezi sebou uzavírá. Cílem zdánlivě nesmyslného tvaru mostu je snaha zpomalit projíždějící řidiče, aby si mohli pořádně užít výhled na lagunu. Stavba mostu trvala pouze 12 měsíců, dílo nahradilo tradiční raftový přívoz.



Viadukt Millau

Foto: wikipedia



Most Laguna Garzon

Foto: wikipedia



Libeňský most v Praze

Foto: wikipedia

Nejdivočejší jízdu si pak nepochybně užívají motoristé na japonském mostě Ešima Ohaši, jenž přetíná jezero Nakauimi. Kvůli lodím projíždějícím pod ním museli architekti navrhnout jeho nájezdovou rampu s úhlem stoupání 6,1 % na jedné straně a 5,1 % na straně druhé.

Jízdu přes most slabší povahy připodobňují k jízdě na horské dráze. Betonový most, který je třetí největší svého druhu na světě, je dlouhý 1,7 km, spojuje města Matsu a Sakaiminato.

Nové výrobní technologie využívající metody 3D tisku pronikají do stavebnictví v posledních letech čím dál intenzivněji. Ani mosty nejsou výjimkou. První takto vyráběné přemostění vzniká v nizozemském Amsterodamu. Po delším utajování, kde přesně má být most vztyčen, je v současnosti již známo, že překlene jeden z nejstarších a nejznámějších kanálů – Oudezijds Achterburgwal. Společnost MX3D svůj most tisknou z oceli. Most je v současné chvíli již vytištěn. Čekají ho další testy, ať již kvůli zátěži, z hlediska strukturních vlastností atd. Na podzim by měl být most, včetně elegantních spirálovitých zakončení, hotov, jeho instalace je naplánována na začátek roku 2019.



Milí přátelé,

jako každý rok, i letos jsem na léto připravila téma související s tímto ročním obdobím.

Spálení od slunce – jak se projevuje a jak dlouho se hojí.

Zapomněli jste se natřít opalovacím krémem, usnuli jste na dece či v křesle? Špatnou zprávou je, že vás čeká zčervenání kůže a bolest. Dobrou zprávou je, že nepřijemná bolest nepotrvá věčně. **Spálení od slunce je poškození kůže způsobené ultrafialovým zářením (UV) ze slunce.** Příznaky spálení se objeví několik hodin po pobytu na slunci. Celkový účinek na pokožku a její poškození se naplno projeví až za 24 hodin. Dlouhodobé poškození, kam patří zvýšené riziko rakoviny kůže, se může objevit až po letech. Kůže si dlouho pamatuje spálení od slunce. Podívejme se, co tělo dělá pro to, aby odstranilo a opravilo poškozenou kůži, a jak dlouho mu to bude trvat.

Dělení spálení: Mírné spálení se projevuje obvykle červenou kůží a mírnou bolestí. Může trvat tři až pět dnů. Kůže se může v rámci regenerace několik dní i trochu loupat.

Středně závažné spálení je bolestivější. Pokožka bude začervenalá, opuchlá a na dotek teplá až horká. Středně závažné spálení přetrvává přibližně týden, než se úplně zahojí. Pokožka se může ještě několik dalších dnů loupat.

Závažné spálení si někdy vyžaduje návštěvu lékaře, případně i nemocnice. Vy-

značuje se bolestivými puchýři a hodně červenou kůží. K úplnému zahojení mohou být potřebné až dva týdny.

Existují faktory, které mohou ovlivnit dobu přetrvávání příznaků spálení. Každý člověk reaguje na sluneční záření jinak. Následující faktory mohou spálení zhoršit, i následné hojení trvá déle: *světlá pleť, *pihy, *případně zrzavé nebo světlé vlasy, *pobyt venku mezi 10:00 a 15:00 hodinou, kdy je sluneční záření nejintenzivnější, *vysoké nadmořské výšky, *ozónové díry, *návštěva míst nebo pobyt blízko rovníku, *solárium, *užívání určitých léků, které způsobují kůži citlivější na spálení (fotosenzibilizující léky).

Klinické projevy. Zčervenání pokožky se začíná objevovat za dvě až šest hodin po pobytu na slunci. Vrcholu dosáhne přibližně po 24 hodinách, o další jeden až dva dny vymizí. Zčervenání po závažnějších spáleních může trvat déle.

Bolest ze spálení se objeví v průběhu šesti hodin a vrcholí přibližně za 24 hodin. Po 48 hodinách začne slábnout. Bolest můžeme zmírnit pomocí léků proti bolesti (ibuprofen, acylpyrin). Úlevu poskytují i studené obklady postihnutých míst.

Otok může přetrvávat až dva dny, při závažném spálení i déle. Mírnit jej můžeme protizánětlivými léky (ibuprofen) nebo použitím krému s kortikosteroidy.

Vyrážka se může objevit šest hodin po pobytu na slunci. Přetrvává i tři dny, v závislosti na závažnosti spálení. Použijte studené obklady a gel z aloe vera, pokož-

ce se uleví a vyrážka zmizí rychleji.

Puchýře, které mohou vzniknout při středním až závažném spálení, se začnou objevovat šest až 24 hodin po vystavení UV záření. Někdy trvá i několik dnů, než se na kůži objeví. Vzhledem k tomu, že puchýře jsou příznakem středně závažného nebo závažného spálení, mohou přetrvávat až týden. *Když máte puchýře, nestřhávejte je. Tělo puchýře vytvořilo proto, aby ochránilo kůži a umožnilo ji zahojit se.* Kdybyste je strhli, zpomalí se proces hojení. Zvyšuje se riziko infekce. Když se puchýře strhnou samy od sebe, místo očistěte jemným mýdlem a přikryjte mokřým obvazem. Puchýře nevystavujte slunci, ulehčíte hojení.

Po spálení se pokožka začne odlupovat a loupat za tři dny. Když se začnete loupat, může to trvat i několik dnů. Loupání ustane, když se pokožka úplně zahojí. Při mírném až středně silném spálení to trvá několik dnů. **Mírné loupání kůže však může přetrvávat i několik týdnů.**

Součástí závažného spálení od slunce může být **úžeh**. **Příznaky úžehu:** vyrážka, puchýře, rychlý puls, nevolnost, zvracení, horečka. Je vhodné navštívit lékaře. Ve vážných případech mohou problémy trvat 10 dní až několik týdnů.

Léčba. Dostatečné množství vody, takto pomůžete kůži, aby se rychleji zotavila. Buďte opatrní, při odstraňování odumřelých buněk loupající se kůže. Kůži nedřete drsnou houbou, pokožka se oloupe sama od sebe. Nová kůže je velmi jemná a náčelnější na podráždění. Odumřelé buňky pomůžete uvolnit, když si dáte teplou koupel. Účinná je hydratace pokožky, když vám **hydratační krém** nezpůsobuje pálení a dráždění kůže. **Lékaře vyhledejte, když budete mít spálení kůže s horečkou.** Opatrnost je na místě při dehydrataci, vyčerpání z tepla, známkách šoku (*pocit slabosti, *rychlý puls, *extrémní žízeň, *žádné močení, *nevolnost nebo zvracení, *zimnice, *puchýře pokrývající velkou část těla, *zmatenost, *příznaky zánětu puchýřů – hnis, otok, citlivost).

Prevence. Mějte na paměti – **Spálení od slunce má jen dočasné příznaky, poškození kůže a DNA je trvalé.** Mezi dlouhodobé účinky spálené kůže patří předčasné stárnutí, tvorba vrásek, tvorba tmavých skvrn na kůži a rakovina kůže. Na takový negativní dopad stačí jedno závažné spálení od slunce.

Chraňte si pokožku opalovacím krémem, noste klobouk, sluneční brýle a oděvy, které vás ochrání před sluncem při pobytu venku.





POVINNÉ RUČENÍ ● Kdy pojišťovna neplatí

Jsou případy, kdy pojišťovna za pojištěného škodu neuhradí. Tyto situace se nazývají výlukami z pojištění. Mezi ně patří porušení smluvních nebo zákonných povinností. Neznalost neomlouvá.

1. Bez řidičského průkazu

Jednou ze zákonných povinností je řídit vozidlo jedině s platným řidičským oprávněním. Je to podmínka toho, aby pojišťovna plnila z povinného ručení. Pokud by jste dovolili jet vašim vozidlem řidiči bez „řidičáku“ a on nashromáždil sousedovi plot, tak to uhradíte z vlastní kapsy – pojišťovna nezaplatí nic.

2. Bez lékařské prohlídky

Součástí řidičského oprávnění v případě ři-

dičů z povolání a seniorů je povinná lékařská prohlídka. Zapomněli jste na ni zajít? Pak nesedejte za volant, porušili byste zákon a tím riskujete výlukou z pojištění.

3. Bez technické kontroly

Dalším důležitým dokumentem je doklad, který musí mít každý vůz. Vozidlo bez technické kontroly není způsobilé k provozu na pozemní komunikaci. Jestliže jezdíte bez tohoto dokladu, provozujete vozidlo nezpůsobilé provozu. Porušujete zákon i podmínky povinného ručení. Pojištění, které platíte, je vám v případě škody k ničemu.

4. Alkohol, drogy, zdravotní stav

Není třeba připomínat, že opilý člověk, ane-

bo ten, který požil alkohol, za volant nepatří.

Málo kdo ví, že člověk řídit nesmí ani v případě, že se necítí dobře. Snad neexistuje člověk, který by v případě, že mu není dobře, nesednul do auta a nezašel si k doktorovi. Také v tomto případě při nehodové události pojišťovna škodu neuhradí a nebo ji bude následně po Vás vymáhat. Stejně tak je to v případě, že užíváte léky, které mohou způsobit otupělost. Tady platí tato podmínka úplně stejně.

Dalšími povinnostmi, které zákon ukládá, je přivolání policie, nebo sepsání záznamu o nehodě.

Určeno nejen řidičům

CHOVÁNÍ NA PŘEJEZDU – TEST

O tom, že řidiči hazardují na přejezdech, není diskuzí. V médiích a také na sociálních sítích jsou k vidění desítky videí a fotografií, kdy řidiči fatálně porušují všechny předpisy a hazardují tak nejenom se svým životem, ale také se životy cestujících ve vlacích. Protože odborníci zjistili, že značná část řidičů vůbec netuší, jak se má chovat na přejezdu vybaveném přejezdovým zabezpečovacím zařízením s výstražníky a závory, který je v poruše či ve výluce, Správa železniční dopravní cesty uspořádala u Všechlap na Nymbursku preventivní akci.

Podle Správy železniční dopravní cesty (SŽDC) si řada řidičů myslí, že když na výstražníku u přejezdu bliká bílé světlo, jedná se vždy o poruchu. A když na výstražníku nic neblinká, znamená to, že vlak přes takový přejezd ne-

může projet. Anebo když jsou závory nahore, řidiči se nemusí zajímat o blikající červená světla na výstražníku, protože vlak na takový přejezd nesmí vjet. Pokud jste s čímkoliv, co bylo napsáno v předchozím odstavci, souhlasili, vraťte řidičský průkaz! Jste nebezpeční sobě, ale i ostatním jak na silnici, tak na železnici. Když to hodně zjednodušíme. Blikající červená výstražná světla vždy znamenají, že řidič nesmí vjet na přejezd. A je úplně jedno, zda jsou závory nahore. Závory jsou pouze doplněk přejezdu. A jak je to s oním bílým světlem? Blikající bílé světlo znamená, že můžete přejezd bezpečně přejet rychlostí maximálně 50 km/h. A když neblinká (v případě poruchy či výluky), musíte se na takovém přejezdu, přestože je vybaven přejezdovým zabezpečovacím zařízením, chovat, jako by byl

osazen pouze výstražnými kříži. Tedy jet rychlostí maximálně 30 km/h a pořádně se rozhlédnout, než vjedete na přejezd. I záchranka musí samozřejmě dodržovat pravidla a předsvědčit se, zda může přejet. I když jede do křižovatky i přes železniční přejezd.

JD



Foto: Jan Buchta

MČR VETERÁNŮ VE STOLNÍM TENISU ŽELEZNIČÁŘŮ

FRANTIŠEK ZÁDĚRA (OHL ŽS BRNO) OBHÁJIL LOŇSKÝ TITUL

Ve dnech 25. až 26. června proběhlo MČR veteránů ve stolním tenisu. Hostitelem bylo město Přerov. Organizačně celou akci zajišťovala Regionální sportovní komise Olomouc. Soutěže probíhaly za bedlivého dohledu Mirka Rampuly ve dvou kategoriích soutěže družstev (45+–60 let; 60-výše). Jednotlivci se pak utkali ve skupinách, kde byli hráči nasazeni podle loňského pořadí a ostatní přilosováni. Ohroženo bylo družstvo mladší kategorie z Prahy pro náhlé onemocnění F. Zacha. Vedoucí družstva Prahy/ Novotný/ Zaskočil, tak aby družstvo bylo kompletní. Díky výbornému výkonu hráčů Hrbka a Dolejše se Pražanům podařilo zvítězit. Jejich dobrou hru potvrdilo i umístění v jednotlivcích. Ve starší kategorii si vítězství zasloužilo družstvo Olomouce ve složení Záděra, Kovařík, Kubala. Ve stejném pořadí pak skončili v soutěži jednotlivců. František Záděra tak obhájil loňské první místo a jak sám prohlásil: „Obhájit je vždy těžší než vyhrát, protože to už se na vás všichni připravují“.

Trochu ve stínu zůstaly zápasy žen. Je už pravidlem jejich menší účast.

Vítězům předala ceny místopředsdkyně OSŽ Bc. Renata Dousková a čestný ředitel Mgr. Libor Jemenka.

M.N.

Výsledky družstva:

muži 45+:

1. Praha
2. Olomouc
3. Plzeň

muži 60+:

1. Olomouc
2. Plzeň
3. Praha

ženy:

1. Olomouc
2. Plzeň
3. Praha

Výsledky jednotlivci:

muži 45+:

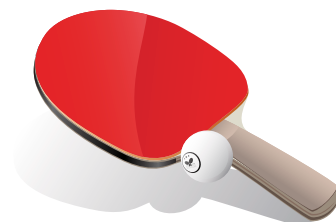
1. Jiří Hrbek
2. Martin Dolejš
3. Jeroným Běhal

muži 60+:

1. František Záděra
2. Josef Kovařík
3. Svatopluk Kubala

ženy:

1. Drahomíra Kropáčková
2. Jana Holá
3. Alice Pavlíčková



OTEVŘENÝ TURNAJ ŽELEZNIČÁŘŮ V BOWLINGU TROJIC PRO ROK 2018

Odborové sdružení železničářů ve spolupráci s ČD, a.s., ČD Cargo, a.s. a SŽDC uspořádá otevřený turnaj železničářů v bowlingu trojic pro rok 2018. Turnaj se bude konat 16. srpna 2018 od 9.00 hod. BOWLING ZONE Pardubice (cca 200 m vlevo od nádraží ČD, v OD ALBERT). Organizačně zajišťuje RSK OSŽ Praha. Sportovní akce se koná s příspěvkem ze SF ČD, a.s., SF ČD Cargo, a.s., C-FKSP SŽDC a prostředků OSŽ.

Řízení turnaje se ujme čestná ředitelka Eva Medunová, manažér ČD a.s. RP ZAP Pardubice. Ředitelkou bude Bc. Renata Dousková, místopředsdkyně OSŽ, technický ředitel Stanislav Nosek, předseda RSK OSŽ Praha, hlavní rozhodčí Vlastimil Friedl, organizátor Miroslav Novotný, dráhový rozhodčí Václav Slezák, Klaus Püschel Milan Držmíšek, Jaroslav Nastoupil.

Závazné přihlášky posílejte nejpozději do 31. července 2018 Stanislavu Nosko-

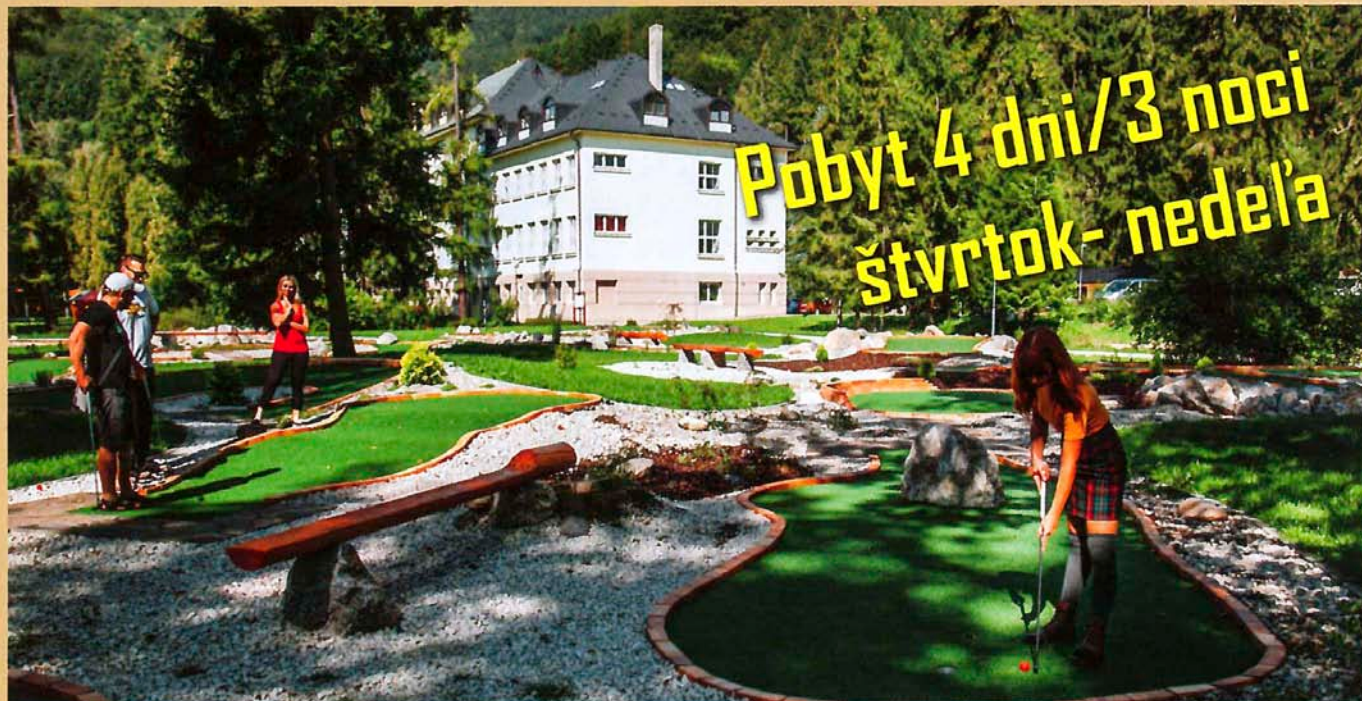
vi na e-mail stanislav.nosek@osz.org (mobil: 737 275 164), se kterým si účastník turnaje dohodne čas startu. Zaměstnanci SŽDC nahlá-

sí osobní číslo. **Hráči musí být k dispozici 45 minut před startem.**





Predĺžený víkend so zľavou



Pôvodná cena: 167,- € /osoba/pobyt

Cena po zľave: 121,- € /osoba/pobyt

Pre členov OSŽ dodatočná zľava 10% zo zľavnenej ceny

V cene pobytu pre 1 osobu je zahrnuté:

- 3 x ubytovanie v dvojlôžkovej izbe
- 3 x polpenzia
- 1 x balíček 4 wellness procedúr (1 x vstup do wellness, 1x masáž klasik 15, 1x kombimechanická masáž, 1 x oxygenoterapia)
- Wifi pripojenie zdarma (negarantovaná rýchlosť)
- Parkovanie v areáli hotela zdarma (parkovisko chránené kamerovým systémom)
- Zvýhodnené vstupy do novovybudovaných vonkajších termálnych bazénov v KD Aphrodite

6.9 - 9.9 2018
20.9 - 23.9 2018
4.10 - 7.10 2018
18.10 - 21.10 2018
1.11 - 4.11 2018
15.11 - 18.11 2018
29.11 - 2.12 2018



skalkahotel@skalkahotel.sk
www.skalkahotel.sk



+421 911 57 57 33
+421 41 51 75 100



ZAHRANIČNÍ MÍSTA, KTERÁ STOJÍ ZA TO VIDĚT

Milujete cestování po světě a poznávání zajímavých míst? V každém státě existuje nepřeberné množství unikátních lokalit, která se nalézají v přírodě a která stojí za návštěvu. Snad Vám tato další nabídka (první část byla uveřejněna v magazínu č. 5/2018) pomůže k inspiraci a výběru příští dovolené.

Mizející pláž (Irsko)

O tom, že si příroda dělá, co chce, se můžete přesvědčit v Irsku, konkrétně na ostrově Acaill, kde se najednou u městečka Dooagh objevila romantická pláž, která před 33 lety zmizela po silných bouřích. Důvod vědci vysvětlují tím, že vlny a silné proudy mají za jistých okolností schopnost přemísťovat mořské dno a odnést písek do oceánu či zpět. I když se to stalo »přes noc«, už před dvěma lety hlásili surfaři, že vidí v moři písek. Pláž ovšem nezmizela poprvé, stejně »utekla« už v roce 1890. Klimatologové tvrdí, že k tomu časem zase dojde!

Jeskyně Reed Flute (Čína)

Červená opona, Palác krystalů nebo Borovice ve sněhu – to je jen několik poetických názvů krasových formací, které se zrcadlí na hladině podzemního jezera v jeskyni Reed Flute, jež patří k nejkrásnějším na světě a jejíž název lze přeložit jako Rákosová flétna. Kromě toho je navíc podle odborníků také pořádně stará – zhruba 180 milionů let. Samotný název je odvozen od druhu rákosy, který roste nedaleko vstupu a z něhož se dají právě flétny zhotovit. Jeskyni pod čínským městem Guilin nejprve vyplňovalo podzemní jezero, ale postupně se s poklesem hladiny odhalil celý dóm hluboký 240 metrů a uhličitán vápenatý tu během staletí vytvořil, ba doslova vykouslil, nádherně krápníkové scenérie – stalagmity, stalaktity,

sloupy, kamenné záclony i květy v různobarevných odstínech.

Ostrůvek Vaadhoo (Maledivy)

Jste romanticky založení a rádi pozorujete hvězdy, ale vadí vám, že vás po chvíli vzhlížení k noční obloze bolí za krkem? V tom případě vám můžeme doporučit jedno řešení, a tím je výlet na ostrov Vaadhoo. Proč zmiňujeme právě tenhle ostrůvek, který je součástí atolu Raa, tedy souostroví Maledivy? Návštěvníci sem míří především kvůli »Moři hvězd«. To pochopíte v okamžiku, kdy se v noci ocitnete na písčité pláži. Při procházce zjistíte, že moře kolem vypadá jako obloha posetá zářícími hvězdami. A pohlížet na tuhle nádhru můžete zcela přirozeně, aniž byste si namáhali své krční obratle. Takřka mystický jev není dílem magie ani mimozemšťanů, ale vzniká díky fytoplanktonu, který má schopnost bioluminiscence.

Záliv Spirits Bay (Nový Zéland)

Izolovaný, dvanáct kilometrů široký záliv v jedné z nejsevernějších částí souostroví Nový Zéland působí trochu mysticky a také nese lehce strašidelný název. Říká se mu Spirits Bay, tedy Záliv duší. Maorové, kteří ho považují za posvátné místo, jsou původem polynéští obyvatelé Nového Zélandu se specifickou kulturou, vlastním jazykem a množstvím legend. Podle jedné z nich se zde shromažďují duše mrtvých a opouštějí tento svět. Místní lidé vyprávějí, že tu můžete podivné stíny, duše zemřelých, spatřit v nočních hodinách. Pohybují se naprosto nehlučně po pláži až k určitému bodu, kde následně beze stopy zmizí. Nikdo a nic je nedokáže zastavit, odcházejí odtud po větru vstříc posmrtnému životu. Těžko říci, co je na tom pravdy. Jisté je, že se Spirits Bay stal poměrně oblíbenou turistickou destinací.

Útes Chan Dan Ya (Čína)

Čínu jsme již zmínili, ale ještě se k ní vrátíme. Pozornost světových médií přitahuje tajemný skalní útes v provincii Kuej-čou. Tamní obyvatelé ho nazývají Chan Dan Ya, což znamená »útes, který snáší vejce«. Z dutin kamenné stěny se totiž »líhnou« hladké kulaté kameny tmavomodré barvy. Každé takové vejce »dozrává« tři desítky let, než se uvolní a spadne na zem. Jejich velikost se pohybuje od 30 do 60 cm a těžké jsou až 300 kg! Vědci se zatím neshodli na jednotné teorii. Jako nejpravděpodobnější se jeví výklad geologa Wang Šang-jena. Podle něj kameny vznikly z molekul uhličitanu vápenatého asi před 500 miliony lety v hlubinách moře. Po čase je voda vyplavila k horám, v nichž uvízly. A protože povrch skalních masívů postupně zvětrává, kameny se objevují na povrchu a vypadávají.

Osada Dallol (Etiopie)

Za trvale nejteplejší (a do roku 2005 i obydné) místo světa se považuje osada Dallol v severní Etiopii. Leží na okraji Danakilské prolákliny, poblíž se nachází i sopka Dallol. Osada byla založena v roce 1906, kdy zde italská firma Montecatini zahájila těžbu sylvínu, z něhož se získával draslík. Průměrná roční teplota je 34,6 °C. Zdrojem tepla jsou unikátní geologické podmínky. Nejnižší položené sopečné útvary na Zemi (45 metrů pod hladinou moře) jsou obklopené hydrotermálními poli s horkými prameny. Z nich se vylučují chlorid železnatý a hydroxid železitý, které na vzduchu tvrdnou a barví solné usazeniny i jezírka nazele. Po určitém čase neaktivní prameny oxidují a jejich barva hnědne. Tento proces se neustále opakuje a oblast získává neuvěřitelné zabarvení.



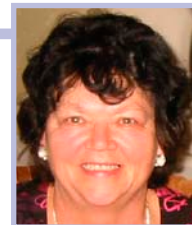
MUZEUM PRŮMYSLOVÝCH ŽELEZNIC VE ZBÝŠOVĚ

Dne 19. května se konalo zahájení sezóny a muzejní noc v Muzeu průmyslových železnic ve Zbýšově. Návštěvníci mohli využít jízdu parních vlaků s oběma parními lokomotivami (BS80 i Henschel) doprovázenou programem

„Zbýšovská muzejní noc“. Vlaky úzkorozchodné železnice jezdily ze Zbýšova do Zastávky u Brna a zpět. Pravidelné vlaky byly doplněny mimořádnými vlaky pro „horníky“. Dále se bude jezdit 14. a 28. července a 11.

a 25. srpna. Více informací naleznete na stránkách muzea www.mpz.cz.





PRÁZDNINOVÝ RELAX S PAŽITKOU NA CHLEBĚ

Určitě ještě nejsou ty tam doby, kdy jsme téměř všichni pojídali čerstvý chleba s tvarohovou pomazánkou bohatě posypanou pažitkou. No, to bychom v rámci občerstvení mohli opět zařadit nyní o prázdninách. Proč?

Protože pažitka je malý zázrak přírody! Chrání před rakovinou jícnu, žaludku, prsu i plic!

Pažitka není náročná na pěstování a měl by ji mít každý doma. Je totiž nejen chutná, ale i velmi zdravá.

Pažitka je nenápadná zelenina, která by neměla chybět v žádné domácnosti. Pěstovat se dá venku na zahradě, ale i v panelákovém bytě někde na okně. Má velmi široké využití a je výtečným pomocníkem hlavně ve studené kuchyni. Kromě toho, že je dobrá, má v sobě obrovské množství zdravých látek a dokáže vaše tělo chránit i proti mnoha druhům rakoviny!

Pažitka je hojně rozšířená v Evropě, Asii i na severu Ameriky. Chutná a voní jako jemná cibulka. V kuchyni má široké použití. Dá se jí ochutit chléb s máslem (sádlem) nebo polévky. Vylepšuje chuť brambor, vaječných jídel, polévek a omáček. Přidává se i k lehkým rybím specialitám nebo do omáček. Pažitka povzbuzuje chuť k jídlu, podporuje trávení, usnadňuje zažívání při rekonvalescenci a má protizánětlivé účinky. Je ceněna pro velký obsah bílkovin, je zdrojem vitamínu C i B2 a celé řady minerálů, jako je sodík, vápník, železo nebo fosfor. Doporučuje se konzumovat jen v syrovém stavu, neboť sušená ztrácí své chutě a aroma.

Proč jíst pažitku?

1. Pažitka výborně podporuje chuť k jídlu a tvorbu trávicích šťáv.
2. Je účinná proti střevním parazitům.
3. Snižuje krevní tlak.
4. Obsahuje vysoké množství vitamínu C, riboflavinu, draslík, vápník, fosfor, sodík, železo a betakaroten.

5. Nať pažitky má mnohostranné využití. Je neocenitelnou hlavně ve studené kuchyni.

Účinné látky v pažitce

Obsahuje vysoké množství vitamínu C, dále riboflavinu, draslík, vápník, fosfor, sodík, železa a beta-karotenu.

Význam pažitky pro zdraví

Pažitka je výborné stomachikum – podporuje chuť k jídlu a tvorbu trávicích šťáv. Je účinná i proti střevnímu parazitům a snižuje krevní tlak. Chrání před rakovinou jícnu, žaludku, tlustého střeva, prsu i plic. Má také protisklerotický, dezinfekční a imunostimulační účinek.

Čistí střeva

Je ideální jako dobrá uklízečka našich střev. Měli by ji jíst lidé s vysokým krevním tlakem. Obsahuje prospěšné vitamíny, vápník, železo i betakaroten.

Zdravotní výhody pažitky

Pažitka má velmi nízký obsah kalorií, 100 g čerstvých listů obsahuje pouze 30 kalorií. Nicméně, bylina obsahuje mnoho významných flavonoidů, antioxidanty, rostlinné vlákniny, minerální látky a vitamíny, které mají osvědčené přínosy pro zdraví.

Podobně jako jarní cibulka obsahuje pažitka více rostlinné vlákniny než ostatní zástupci cibulovitých rostlin jako cibule, šalotka, pórek a podobně. 100 g čerstvých listů vám poskytne 2,5 g, což je 7 % z denní doporučené dávky vlákniny.

Obsahuje alicin. Laboratorní studie ukazují, že alicin snižuje produkci cholesterolu. Dále se také potvrdily antibakteriální, antivirové a antihoubové účinky.

Alicin také snižuje tuhost cév a tím pažitka snižuje celkový krevní tlak. Kromě toho má fibrinolytické účinky, které odstraňují sraženiny v cévách, což pomáhá snížit celkové riziko ischemické choroby srdeční (IČS), periferní cévní onemocnění a mrtvice.

Pažitka překvapivě obsahuje více vitamínu A než jakákoliv jiná cibulovitá zelenina. 100 g čerstvých listů obsahuje 145 % denní doporučené dávky. Kromě toho zelené listy obsahují jiné flavonoidy, fenolové antioxidanty, jako jsou karoteny zeaxanthin a lutein. Společně tyto sloučeniny pomáhají chránit lidské tělo před rakovinou plic a ústní dutiny.

Pažitka má také některé další důležité vitamíny, jako je vitamin C a K, ve skutečnosti, pažitka je jedním z nejbohatších zdrojů vitamínu K. 100 g čerstvých zelených listů obsahuje 212,7 mikrogramů nebo 177 % doporučené denní dávky tohoto vitamínu. Vědecké studie ukazují, že vitamin K má potenciální úlohu pro zdraví kostí, a to podporou tvorby kostí a jejich posilování. Vitamin-K v potravě pomáhá předcházet poškození neuronů v mozku, a tím se podílí při léčbě a zpomalení postupu Alzheimerovy choroby.

Čerstvá pažitka je bohatým zdrojem folátů. 100 g listů pažitky zajišťuje 105 mikrogramů nebo 26 % denní doporučené dávky folátů. Kyselina listová je nezbytná pro syntézu DNA a buněčného dělení. Přiměřené množství kyseliny listové v potravě během těhotenství může pomoci zabránit defektem neurální trubice plodu dítěte.

V listech pažitky jsou zastoupeny i vitamíny ze skupiny B-komplex, stejně jako některé základní minerální látky, jako je měď, železo, mangan, zinek a vápník. Listy zeleniny obsahují několik důležitých vitamínů, jako je pyridoxin, kyselina pantothenová, niacin, riboflavin, thiamin, a to vše ve zdravých poměrech.

V listech pažitky jsou zastoupeny i vitamíny ze skupiny B-komplex, stejně jako některé základní minerální látky, jako je měď, železo, mangan, zinek a vápník. Listy zeleniny obsahují několik důležitých vitamínů, jako je pyridoxin, kyselina pantothenová, niacin, riboflavin, thiamin, a to vše ve zdravých poměrech.

Blahopřejeme

V tomto měsíci slaví narozeniny:

Pavel Štiller – Legios Louny

Karel Mlejnek – JLV

Ing. Eva Malá – OHL ŽS, řed. spol.

Zdeňka Cupalová – OHL ŽS, řed. spol.

Olga Ludrovská – AŽD MZ Olomouc

Bohuslav Bek, Dis. – AŽD DTI

Bohumil Dráb – TSS

Ivana Libichová – Drážní úřad

Hana Bartošová – OSŽ-Ú



Foto: Milan Sedlák