

Internetový magazín Nedrážního republikového výboru
Odborového sdružení železničářů



Jednání NeRV OSŽ

PODPŮRNÝ FOND JE VÝRAZ SOLIDARITY

Tradičně v zasedací místnosti sídla OSŽ v Domě Bohemika v Praze se v úterý 26. srpna konalo čtvrté řádné jednání NeRV OSŽ s následujícím programem:

1. Zahájení
2. Kontrola usnesení a úkolů z 27. května
3. Informace z jednání Ú-OSŽ a ASO
4. Informace o stavu členské základny
5. Příprava školení k NOZ a školení společnosti Partners k finanční gramotnosti
6. Informace ze ZO OSŽ
7. Různé – webové stránky OSŽ, magazín NeRV, zastoupení v dozorčích radách, propozice sportovních turnajů
8. Diskuze
9. Usnesení a závěr

Hostem jednání byl předseda OSŽ Bc. Jaroslav Pejša, zástupkyně ekonomicko-sociálního oddělení Bc. Alena Jeníková a zástupci tisku Milan Sedlák a Jan Buchta.

Řízením jednání byla pověřena tajemnice NeRV Bc. Renata Dousková, která jednání zahájila uctěním památky zesnulého kolegy Oldřicha Dařbujána.

Návrhová komise působí ve stálém složení, jako ověřovatelé zápisu byli navrženi a schváleni Miroslav Balatka a Martin Semirád.

Na začátku jednání vystoupil předseda OSŽ, který požádal z důvodu dalšího pracovního zaneprázdnění o možnost předřazení jeho informací.

Při kontrole zápisu a usnesení z 27. května letošního roku bylo zjištěno, že úkol zaslal

dopis ZO OSŽ Pars nova Šumperk byl splněn, ovšem doposud na něj tato základní organizace nereagovala.

Dalším úkolem bylo zaslání tiskopisů o zaměstnanosti a průměrných mzdách – také tento byl splněn, všechny ZO OSŽ tiskopisy zaslaly.

Zasílání článků a příspěvků do magazínu NeRV je úkolem trvalým.

Na základě zjištěných hrubých nedostatků v ZO OSŽ MUS Kolejová doprava Most, a to revizní komisí OSŽ, bude předseda ZO pozván na říjnové jednání Ú-OSŽ.

Zasílání kolektivních smluv jednotlivých společností je opět úkolem trvalým.

Dalším úkolem bylo odeslání plateb na podpůrný fond tajemnici NeRV – platby ZO OSŽ byly zjištěny na HFO OSŽ. ZO OSŽ, které do podpůrného fondu nepřispěly v těchto letech, budou vyzvány k příspěvku do podpůrného fondu.

V rámci hodnocení uložených úkolů je třeba upozornit na nedodržení příslibu ze strany předsedy OSŽ využít možností krajských poslanců k řešení ekologické situace ve firmě FEREX Liberec. Zástupci NeRV tedy využijí nabídky předsedy SON Ing. Taraby k zajištění schůzky s primátorkou Liberce.

V dalším bodě jednání byly podány informace z jednání Ú-OSŽ a ASO. Členové NeRV vyslechli tyto informace od předsedy OSŽ Bc. Jaroslava Pejši. Ve zkratce:

Pokračování na str. 2

KOLEKTIVNÍ SMLOUVA

JE ZÁVAZNÝ PRÁVNÍ DOKUMENT

Čas dovolených je nenávratně pryč a představitelé odborových organizací vstupují do kolektivního vyjednávání se zaměstnavatelem. Zkusme se zamyslet nad obsahem kolektivního vyjednávání a dalších navazujících faktorů.

Kolektivní smlouva je smluvní vztah mezi zaměstnavatelem a odborovou organizací. Tento právní akt má podporu ve schváleném zákoně o kolektivním vyjednávání a zákoníku práce. Ten umožňuje sociálním partnerům uzavírat dva typy kolektivních smluv, a to kolektivní smlouvu vyššího stupně (skupinová kolektivní smlouva), a podnikovou kolektivní smlouvu. Kolektivní smlouva vyššího stupně je z mého pohledu spíše metodický návod pro tvorbu podnikové kolektivní smlouvy. Kvalitně zpracovaná podniková kolektivní smlouva je přínosem nejen pro zaměstnance, ale i pro zaměstnavatele. Sociální partneři společně vytváří pracovní právní prostředí podle platné legislativy (ZP, NOZ). Existence podnikové kolektivní smlouvy má ve firmách v době krize pozitivní vliv na výdělkovou úroveň zaměstnanců a v případě propouštění ze zaměstnání i možnost vyššího odstupného (pokud je sjednáno v podnikové kolektivní smlouvě).

Pro úspěšné kolektivní vyjednávání je velmi důležitým faktorem připravenost, kvalita, zkušenosti a někdy i osobní odvahy členů vyjednávacího týmu. Je nutné mít na zřeteli fakt, že kolektivní smlouva zastupuje zájmy všech zaměstnanců, mnohdy rozdílných profesí. Při kolektivním vyjednávání se vyplácí znalost protistrany, tedy zaměstnavatele, dále jeho ekonomických výsledků a podnikatelských plánů.

Co by každá kolektivní smlouva měla obsahovat?

Každá kolektivní smlouva má obsahovat především platnost podnikové kolektivní smlouvy, preambuli a další navazující kapitoly týkající se zaměstnanosti, pracovní doby, dovolené, náhrady výdajů, bezpečnosti a ochrany při práci, sociální fond a sociální program pro

Pokračování na str. 2

■ Pozvánka na školení	str. 2
■ Významné jubileum	str. 3
■ Vzpomínka	str. 4
■ O zdraví...	str. 5
■ Co přinesla tombola	str. 6
■ OHL ŽS relaxuje	str. 8
■ Itálie je překrásná	str. 10
■ Za přírodou do Alp	str. 12
■ Sport – Chlumecký triatlonek	str. 12
■ Blahopřejeme	str. 12

PODPŮRNÝ FOND JE VÝRAZ SOLIDARITY

Dokončení ze str. 1

– Byl předložen materiál na jednání vlády o liberalizaci železničního trhu bez projednání v tripartitě

– Dopad ukrajinské krize na stavební a opravárenské firmy

– Nezáměr zástupců zaměstnavatelů a Sva- zu dopravy ČR o jednání dopravní tripartity

– Nevyřešené podmínky majetku ČD na SŽDC

– Kolektivní vyjednávání na ČD, odboráři budou čekat na návrh zaměstnavatele

– Stav železničního opravárenství

– Vystoupení předsedy OSŽ Bc. Jaroslava Pejší doplnil místopředseda OSŽ a předseda NeRV OSŽ Miroslav Novotný o další body:

– Čerpání rozpočtu 1-6/2014 s nutností úspor

– Rozdělení hospodářského výsledku za r. 2013

– Inventarizace pohledávek a závazků

– Výroční zprávy společností Pacifik, a.s. a OSŽ Slovakia

– Dotace na rekreace Skalka, Orion

– Podpůrný fond pro člena OSŽ České Vele- nice – p. Stellner

– Stanovisko ASO vyjádřené JUDr. Večeřem k návrhu zákona o evidenci odborových organizací a organizací zaměstnavatelů

– 24. června 2014 schválen Jednací řád OSŽ

– Rejstříkový zákon – spolkový rejstřík najdete na stránkách www.justice.cz

– Reforma školství učňovské a technické vzdělávání

– Změna na postu zástupce ASO a OSŽ v RHSD

– Poskytnutí právní pomoci pro předsedu ŽOS Nymburk Miroslava Balatku

– Aktualizace seznamu členů OSŽ v dozor- čích a správních radách

– Postup při ukončení činnosti ZO OSŽ bude využit při školeních členů OSŽ

Tajemnice Bc. Renata Dousková informo- vala o:

– Dopadech NOZ pro základní organizace

– Připomínkování návrhu zákona o ochraně zdraví před škodlivými účinky tabáku, alko- hlu a jiných návykových látek

– Integrované politiky a o změně souvisej-ících zákonů

– Návrhu vyhlášky o hygienických požadav- cích na prostory a provoz dětské skupiny

– Podkladovém materiálu RHSD týkajícím se úrazového pojištění a systému financová- ní pojištění.

Členům NeRV také poskytla informace o dalším jednání PT RHSD, které se bude ko- nat 17. září 2014. K hlavním tématům patří ak- tuální situace ve zdravotnictví, řešení práce přesčas, finanční kompenzace za zrušené re- gulační poplatky atd.

(Obsahu čtvrtého řádného jednání NeRV se budeme věnovat také v následujícím vydání magazínu)

Přípravila

Bc. Renata Dousková

KOLEKTIVNÍ SMLOUVA

JE ZÁVAZNÝ PRÁVNÍ DOKUMENT

Dokončení ze str. 1

zaměstnance. Velice důležité je zaměřeni pozornosti na spolupráci zaměstnavatele s odborovou organizací. Přílohou podnikové kolektivní smlouvy má být mzdový předpis podniku a pravidla pro hospodaření se mzdovými prostředky.

O postupu kolektivního vyjednávání a prů- běhu je zpracováván zápis, se kterým by měli být informováni odboráři a zaměstnanci fir- my. Podpisem kolektivní smlouvy je uzavře- no kolektivní vyjednávání. V minulých letech se prokázalo, že kolektivní smlouvy uzavřené na delší časové období jsou vhodnější pro za- městnance i zaměstnavatele.

Závěrem bych chtěla podotknout, že schopní a kvalitní kolektivní vyjednavači jsou přínosem pro všechny zaměstnance daného podniku. Z tohoto důvodu jim patří dík, přestože si někte- ří zaměstnanci, kteří nejsou odborově organi- zováni, neuvědomují, jaké výhody nad zákoník práce jim uzavřená kolektivní smlouva přináší.

Bc. Renata Dousková

K MEZINÁRODNÍMU DNU SENIORŮ

Dne 2. října se v Praze pod záštitou předsedy Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR Jana Hamáčka koná konference k Mezinárodnímu dnu seniorů na téma Kvalita života čes- kých seniorů. Podrobnou informaci přinese- me v příštím čísle Nedrážního Obzoru.

SOCIÁLNÍ DIALOG A NOVÝ OBČANSKÝ ZÁKONÍK

Asociace samostatných odborů a OSŽ zvou čle- ny ZO OSŽ na školení, které pořádají na téma „Sociální dialog a nový občanský zákoník“, a které se bude konat 15. října 2014 od 8.30 do 15.30 hod. v Pardubicích, v hotelu Zlatá Šti- ka, Štrossova 127, a to formou diskusního fóra.

CÍLE DISKUSNÍHO FÓRA:

Hlavním cílem je diskutovat s cílovou skupi- nou o novém občanském zákoníku a za společ- ného úsilí moderátora a účastníků hledat cesty k vyloučení nebo alespoň minimalizaci výklado- vých a aplikačních nejasností spojených s no- vým občanským zákoníkem a s novelizovaným zákoníkem práce. Specifickým cílem je výměna zkušeností a příkladů dobré i špatné praxe a ze- jména shrnutí výstupů diskuse pro realizaci so- ciálního dialogu v jednotlivých odborových organizacích. V neposlední řadě budou výstupy diskuse využity k vytvoření závěrečného doku- mentu projektu a shrnutí výstupů pro konání závěrečné konference projektu. Součástí výše uvedených aktivit je využití sociálního dialo- gu na všech jeho úrovních ke zkvalitnění nové právní úpravy prostřednictvím iniciativního pří- stupu sociálních partnerů zapojených do Rady hospodářské a sociální dohody ČR.

gu na všech jeho úrovních ke zkvalitnění nové právní úpravy prostřednictvím iniciativního pří- stupu sociálních partnerů zapojených do Rady hospodářské a sociální dohody ČR.

PROGRAM DISKUSNÍHO FÓRA:

Úvod do problematiky

Obecný úvod moderátora včetně předsta- vení cílů diskusního fóra

První diskusní blok

Pozitiva a negativa podpůrné aplikace ob- čanského zákoníku v pracovněprávních vzta- zích, autonomie vůle, základní zásady

Druhý diskusní blok

Postavení odborové a zaměstnavatelské or- ganizace ve vazbě na nový občanský zákoník a zákoník práce

Třetí diskusní blok

Sociální dialog a kolektivní vyjednávání, do- pady právních předpisů na jeho další rozvoj

Čtvrtý diskusní blok

Případy dobré a špatné praxe při uplatňo- vání vybraných oblastí občanského zákoníku

v pracovněprávních vztazích. Závěrečné shr- nutí výsledků moderátorem diskusního fóra

METODIKA:

Diskusní fórum bude zaměřeno na krátký úvod moderátora k problematice občanského zákoníku (cca 30–45 min.). Dále bude pokračovat formou otevřené řízené diskuse v jed- notlivých diskusních blocích, které budou ko- ordinovány moderátorem diskusního fóra z řad sociálních partnerů.

NÁKLADY:

Veškeré náklady spojené s organizací diskusní- ho fóra budou hrazeny prostřednictvím projektu, který je financován z prostředků ESF prostřednic- tvím Operačního programu Lidské zdroje a za- městnanost a státního rozpočtu ČR. Účastní- kům školení bude vydáno „Potvrzení o účasti na školení“ za účelem náhrady mzdy ve smys- lu ustanovení § 203 odst. 2 písm. c) zákona č. 262/2006 Sb., zákoník práce, ve znění poz- dějších předpisů, poskytnuta studijní literatu- ra a občerstvení.

VÝZNAMNÉ ŽIVOTNÍ JUBILEUM

V den jednání Nedrážního Republikového Výboru OSŽ 26. srpna 2014 si tajemnice NeRV OSŽ Bc. Renata Dousková našla chvíli, aby společně se svými přáteli oslavila i své hm... hm... nakonec, proč to neříci, přestože u žen se to nepovažuje za slušné, však při jejím středněvěkém mládí, si to přece jen dovolíme – své padesáté narozeniny.

Nálada byla výborná, všichni se bavili, pozdravit ji přišli představitelé odborů, spolupracovníci současní i bývalí a mnoho dalších hostů, kteří tak chtěli ocenit její práci v odborové činnosti. Ohlédneme se a připomeňme si její cestu dosavadním životem.

Bc. Renata Dousková pochází z Havlíčkova Brodu. Po ukončení základní školní docházky vystudovala Střední zdravotnickou školu v Českých Budějovicích – obor dětská sestra. Od roku 1997 byla zaměstnána v Železniční nemocnici Praha, nyní Nemocnice s poliklinikou Praha Italská, kde 13 let zastávala funkci vedoucí sestry na oddělení Centra preventivní péče. V roce 2007 úspěšně ukončila kombinované bakalářské studium na Zdravotně sociální fakultě – obor ošetrovatelství. V odborové organizaci aktivně pracuje od svých devatenácti let, nejprve jako členka, později jako členka závodního výboru a po několika uplynulých let zajišťovala zdravotnický dozor na dětských táborech pořádaných OSŽ. Od roku 2008 zastávala funkci předsedy základní organizace Nemocnice s poliklinikou Praha Italská a funkci předsedy Koordinační rady předsedů Dopravního zdravotnictví. V roce 2013 byla zvolena tajemnicí NeRV OSŽ.

Foto Jan Buchta, Karel Šimáček



KAMARÁD

Vážené kolegyně a kolegové, nekrolog o ztrátě jednoho z našich nejlepších přátel z NeRVu jste už jistě četli v tištěném Obzoru, dovolte mi však, zavzpomínat na našeho přítele a především kamaráda Oldřicha Dařbujána, Oldu, Olina, či jak jsme mu byli zvyklí říkat z toho veselejšího pohledu. Tak, jak by si to on osobně přál.

Dovolte mi vzpomenout začátků, kdy přišel do AŽD z vojny, kde sloužil u spojařů. V Kolíně pak pracoval 43 let. Se stejným zápallem s jakým scháněl materiál pro výrobu se pustil i do odborové činnosti. Kde se objevil, tak tam ho bylo plno. Se stále stejným, trochu plachým úsměvem, dokázal řešit i ty nejsložitější situace. Byl zářným příkladem pro mladší generaci. S velkým přehledem a zkušenostmi uměl jednat s dodavateli, s řediteli závodu i firmy (a že jich za tu dobu, co pracoval u AŽD, pamatoval).

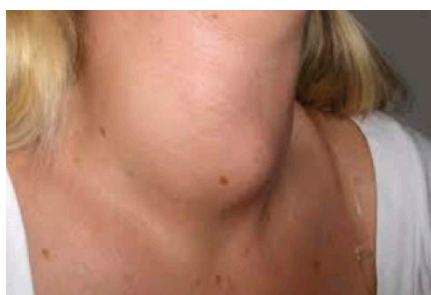
Věděli jsme, kolik zálib a koníčků Olda měl. Jen připomenou některé. Například koně. Byl stálým návštěvníkem a organizátorem Velké pardubické. Zajímala ho i zahrádka a pěstování zeleniny. A jak uměl vyprávět o víně, jeho výrobě, také proto zájezděl na Moravu, kde měl řadu přátel. Poslední dobou potom s naší partou „Nerváků“ jezdil rád do Chorvatska. Tady jsme Olina poznali do posledního detailu, jaký byl, pro co žil a co plánoval. Rád vyprávěl zážitky ze života a bylo jich opravdu hodně. Těšil se, že s námi opět vyrazí k moři, tentokrát do Itálie, s optimismem jemu vlastním, věřil, že nemoc, která dnes postihuje většinu z nás, překoná. Nestalo se tak. Jeho odchod nás zarmoutil a bude nám chybět. Byl to opravdový kamarád.

Miroslav Novotný



Podivné léto se pomalu končí, možná podzim přinese ještě několik teplých dnů. Letní dovolená je již minulostí. Vracíme se k přerušenému povídání o nemocech štítné žlázy – ŠŽ. Probrali jsme poruchy funkce – hyperthyreózu (zvýšenou) a hypothyreózu (sníženou) funkci, záněty štítné žlázy. Dnes se soustředíme na morfologické změny, uzly a nádory.

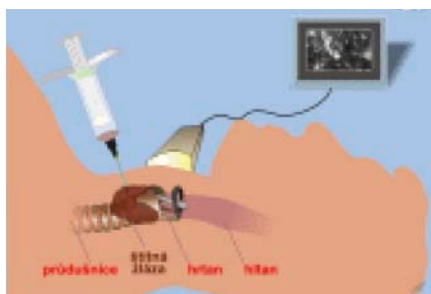
Struma – vole – je pojem popisný, označuje **zvětšení štítné žlázy** z jakýchkoliv příčin a nesouvisí s její funkcí. Může být spojena s hypothyreózou, hyperthyreózou, normální funkcí. Je-li ŠŽ **zvětšena jako celek** a neobsahuje uzly, jde o **strumu difúzní**, jsou-li **přítomné mnohočetné uzly**, jde o **strumu polynodózní**, nebo může být přítomný jen jeden uzel. Zasahuje-li uzlově změněná ŠŽ do hrudníku, hovoříme o **retrosternální strumě**.



Uzly – jsou jakýkoliv kulovitý (uzlovitý) útvar ve ŠŽ bez ohledu na biologickou povahu. Jsou častým nálezem, vyskytují se až u 30-40% žen starších 50 let. Naprostá většina 90-95% je benigního nenádorového charakteru – jde o koloidní, hyperplastické uzly nebo pseudocysty. Jen malá část uzlů 5-10% jsou pravé nádory – benigní adenomy nebo zhoubné karcinomy, lymfomy, sarkomy, metastázy. **Uzly mohou být příčinou zvýšené funkce (hyperthyreózy), pak jsou téměř vždy nezhoubné.**

Pseudocysty jsou dutiny vyplněné tekutinou, jsou časté v oblastech s nedostatkem jodu. **Nález uzlu ve ŠŽ není důvodem ke zbytečným obavám, pravděpodobnost, že se jedná o zhoubný nádor, je velmi malá.**

Diagnostika uzlů. Základní vyšetřovací metodou je **palpační vyšetření (prohmatání)** štítné žlázy a krku a **ultrazvuk** (sonografie, sono) této oblasti, včetně vyšetření krčních lymfatických uzlin. Ultrazvuk je metoda široce dostupná, a proto by **každý**



hmatný uzel ve štítné žláze měl být **ultrazvukem vyšetřen**. Pokud zasahuje zvětšená ŠŽ do dutiny hrudní (tzv. retrosternální struma), nelze použít ultrazvuk a je indikované CT vyšetření – počítačová tomografie. Ultrazvuk ve většině případů rozhodne, zda stačí uzel zkontrolovat s časovým odstupem, nebo zda je nutné provést **punkci uzlu** (tzv. **FNAB** – biotická aspirace tenkou jehlou). Punkce je jednoduché vyšetření, bolestivost je minimální, srovnatelná nebo menší než při běžném odběru krve. Provádí se po lokální dezinfekci krku, vpichy tenkou jehlou do uzlu pod ultrazvukovou kontrolou. Tím je získán materiál na **cytologické vyšetření** (vyšetření shluků buněk pod mikroskopem). V případě **negativního nálezu** správně provedené a zhodnocené FNAB lze s velmi vysokou pravděpodobností (více než 95%) zhoubný nádor vyloučit. Je-li **výsledek pozitivní** nebo **podezřelý**, je **nutná** operace (odstranění jednoho nebo obou laloků štítné žlázy). Velikost uzlů má být pravidelně kontrolována ultrazvukem, při zvětšování či jiném podezření z malignity je indikována kontrolní punkce nebo operace. Pokud uzel roste nebo je jinak podezřelý, je doporučena operace, i při negativní punkci. FNAB nemá nikdy 100% diagnostickou výtežnost. Je-li punkce nediagnostická opakovaně, je doporučena operace.

Léčba. Většina uzlů **nezpůsobuje svým nálezem žádné obtíže**. Spokojíme se s pravidelnými **ultrazvukovými kontrolami**. Zpočátku po 3-6 měsících, když se uzly nezvětšují, po 1-2 letech i později, méně často. Léčíme poruchu funkce štítné žlázy, pokud je přítomna. Pacienti by měli mít přiměřený příjem jodu v potravě (mořské produkty, mléčné výrobky). Kromě operace neexistuje účinná léčba, která by vedla k vymizení uzlů ve štítné žláze. Výjimkou jsou pseudocysty, které se odsátím tekutiny významně zmenší nebo i vymizí. **Operace** nezhoubných uzlů je nutná, když se zvětšují, zasahují do dutiny hrudní a tlačí na okolní orgány, podezření na malignitu, způsobují zvýšenou funkci – hyperthyreózu, z kosmetických důvodů.

Za laloky štítné žlázy jsou uloženy přštítné tělíska a prochází tzv. zvrtný nerv.

Poškození ***přštítných tělísek** (projeví se poklesem vápníku v krvi, brněním a křečemi) a ***zvrtného nervu** (projeví se chraptivostí), byla dříve obávanými komplikacemi operace štítné žlázy.



Léčba **radioaktivním jódem** využívá schopnost buněk štítné žlázy vychytávat z krve radioaktivní jód, který způsobí ozáření buněk a jejich zničení. Radiojód představuje šetrnou alternativu „operace“ např. G-B choroby nebo nezhoubných uzlů. Principem léčby je „vnitřní“ ozáření štítné žlázy izotopem jodu 131 I, podává se v tabletách. Dojde k zničení buněk uzlu a snížení tvorby hormonů a zmenšení štítné žlázy. Radiojód se přednostně vychytává ve štítné žláze, ozáření ostatních orgánů je zanedbatelné, je nižší než při RTG vyšetření a CT.

Karcinom štítné žlázy je relativně vzácné onemocnění, představuje však nejčastější nádor v endokrinologii. Většina karcinomu ŠŽ jsou karcinomy **tzv. diferencované (papilární, méně často folikulární)**, které jsou v časných stádiích velmi dobře léčitelné, ne příliš časté jsou karcinomy **nediferencované** (anaplastické a medulární), jejichž prognóza je mnohem horší. Ve štítné žláze lze diagnostikovat i **metastázy** karcinomu plic, prsu, ledvin. Klinicky se karcinom projeví **hmatným**, většinou **nebolestivým uzlem** na krku. Uzel je **tuhý, fixovaný** k okolí a na krku mohou být zvětšeny lymfatické uzliny. Často drobný karcinom nemusí být vůbec hmatný, nezpůsobuje žádné obtíže a objeví se jako náhodný nález na ultrazvuku (např. krčních tepen). Při velikosti do 1 cm v průměru hovoříme o tzv. mikrokarcinomu, který má dobrou prognózu. **Funkce štítné žlázy nebývá zhoubným nádorem narušena.** Medulární karcinom je částečně dědičné onemocnění a může se vyskytovat i ve spojení s nádory jiných endokrinních orgánů (trv. syndrom mnohočetné endokrinní neoplazie 2. typ).

V **léčbě karcinomu štítné žlázy** je na prvním místě **operace** – úplné odstranění ŠŽ – **totální thyreoidektomie** s následnou **léčbou radiojódem a tzv. supresní léčbou** (léčba vysokými dávkami tyroxinu / Euthyrox, Letrox/ s cílem potlačit tvorbu TSH).

Základním preventivním opatřením nemoci štítné žlázy je **přiměřený přísun jodu** v potravě (dostatek mléčných výrobků, 1-2x týdně mořské produkty). Nejen nedostatek, ale i nadbytek jodu může mít negativní vliv. V praxi uvážlivá indikace expozice ionizujícím zářením během života – rentgenové a CT vyšetření. Pacienti by měli informovat lékaře, že se léčí se štítnou žlázou před RTG, CT vyšetření, před podáním kontrastní látky, katetrizačním vyšetřením, před podáním některých léků (amidaron, lithium, biologická léčba). Každá hmatná rezistence na krku musí být odborně vyšetřena, včetně ultrazvuku, který rozhodne o dalším postupu. Vhodné je pravidelné samovyšetření krku.

JAK SE VYPLATÍ CHODIT NA ŽELEZNIČÁŘSKÝ PLES

Poslední únorový den letošního roku jsme s ženou opět zabodovali a na plesu železničářů vyhráli prodloužený víkendový pobyt v RZ Železničář v Potštejně.

A tak jsme se jeden květnový víkend sbalili a vlákem z Olomouce vyrazili směr Ústí nad Orlicí. Tady na nás čekalo osobní auto a pan Jiří Faltýnek nás dovezl do rekreačního zařízení Železničář v Potštejně patřícího ZO OSŽ žst. Olomouc hl. n.

Pan Zdeněk Poklemba nás ubytoval v hlavní budově na pokoj. č. 1 ke vši spokojenosti manželky.

Potštejn (německy Pottenstein neboli Půtův kámen) je jméno slavného hradu i přilehlé obce. Hrad stojí na vysokém kopci, je zdaleka viditelný a nabízí krásný rozhled po okolí. V obci se nachází barokní zámek, vystavěný jako nové sídlo hradních pánů.

Dnešní podobu mu dali páni z hraběcího rodu Harbunal – Chamaré. Až do roku 1948 patřil zámek rodu Dobřenských. Dnes je v soukromém vlastnictví a je otevřen veřejnosti.

U prvních dochovaných hradeb spatříte kalvárii kapličkové křížové cesty, která začíná v obci. Místní obyvatelé si hrad opravují sami. Vstup do hradu je možný pouze s průvodcem a prohlídka trvá zhruba tři hodiny. V areálu hradu vyniká na samotném vrcholu obdélníková kaple sv. Jana Nepomuckého zakrytá novou střechou. V hradu je k vidění také barokní kaple Svatých schodů – po jejím vnitřním schodišti se smí stoupat výhradně po kolenou

a na každém schodě musíte odříkat modlitbu! Pro „neznabohy“ jsou tu ovšem dvě boční „obyčejná“ schodiště.

Z vyhlídky u východních hradeb máte před sebou jako na dlani tábořiště Vochláňka, kde v létě stojí bílá indiánská típí. Celé údolí se jmenuje Anenské a můžete se z něj vrátit na potštejnské náměstí po břehu Divoké Orlice, nádhernou jírovcovou a lipovou alejí.

Syn zakladatele Půty, Mikuláš z Potštejna, byl proslulý loupeživý rytíř. Zahynul v sutinách hradu, když jej dobyl Karel IV. Z Potštejna se potom stala nedobytná pevnost, které přinesl zkázu teprve hrabě Jan Antonín Harbunal – Chamaré. Rozhodl se tenkrát najít bájný poklad loupežníka Mikuláše. Čtyřicet let kutal pod hradem chodby, až se zdi začaly hroutit a rozpadat. Žádný poklad však nenašel. Tento příběh inspiroval Aloise Jiráska při psaní knihy Poklad.

Samotný pobyt v „táboře“, kterému celkem přálo počasí, byl vyplněn procházkami po malebné krajině Orlických hor a také koupáním v bazénku i když teplota vody byla pouze 19 stupňů Celsia. Jinak je v zařízení výborná klasická kuchyně, která byla doplněna večerním grilováním, opékáním selete v restaura-



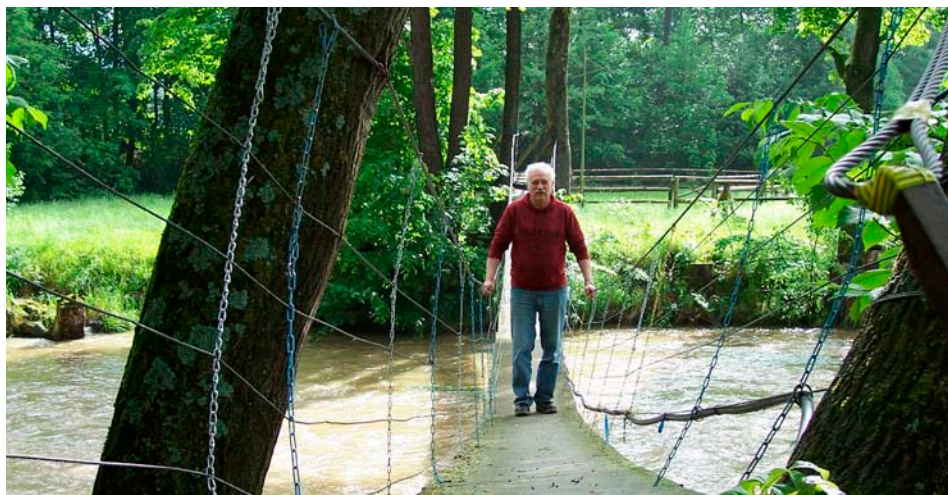
ci zvané „Pendolino“. Sobotní přeháňky, které se také nevyhnuly Potštejnu, nás nezabrzdily a využili jsme je k „lezení“ po horolezecké stěně, fotbálku či střelbě na koš.

Závěrem bych rád poděkoval všem, kteří nám zpříjemnili tento víkendový pobyt. Byli to zejména manželé Zdeněk a Martina Poklembovi, hospodář Jiří Faltýnek, správce Miroslav Skuček a celé osazenstvo kuchyně, jejichž „buchtičky se šodou“ cítím ještě na jazyku.

P. S. Už se těším na další ples a možnou výhru. I když někteří známí „fírové“ říkají, ať už nechodím...



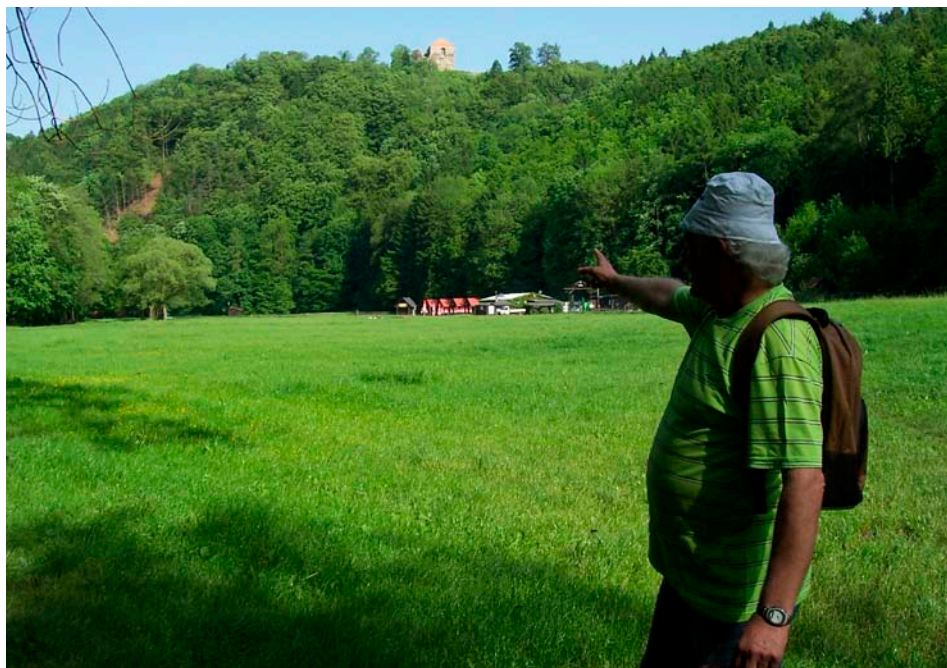
Je potřeba udělat i něco pro své tělo



Jak málo stačí k radosti



Do tohoto vozičku na kolečkách se vejde celé prase



Tak vzhůru k Potštejnu



Tady objímám stromy jako ten „důchodce“ z Vysočiny



Napřed zámek a potom hrad



Z Potštejna jsou krásná panoramata



Vyzkoušel jsem i krásný „ledový“ bazének v areálu



Divoká Orlice má svoje kouzlo

RELAXUJTE V HOTELU REZIDENCE AMBRA V LUHAČOVICÍCH

Přeji všem krásný den!

Chtěl bych se s vámi opět po určitém čase podělit o zajímavou informaci, a také vás včetně kontaktů informovat, že existuje možnost krásného relaxačního pobytu jak pro zaměstnance, tak pro rodiny s dětmi či seniory, a to v lázních Luhačovice, se kterými máme velice dobré zkušenosti, a odkud se nám vracejí naši zaměstnanci nadmíru spokojeni. Měl jsem po nějaké době spolupráce znovu možnost hotel Ambra navštívit a využít i nabídky procedur a bazénu a musím opravdu říci, že vše probíhá na vysoké úrovni a dá se říci v rodinné atmosféře. Určitě se vám v případě zájmu bude ráda věnovat paní Semelová, která nás jako firmu má na starosti, a která také dokáže pro vaše lidičky připravit slevy oproti normálním cenám, které uvádějí na oficiálních stránkách a balíčky pro pobyt, tak jak to máme i u nás. Prostě je stačí oslovit a klidně i pozdravovat mým jménem a budete určitě spokojeni.

Informace najdete na adrese:
www.hotel-ambra.cz

Wellness hotel Rezidence Ambra obhazuje v soutěži Czech Hotel Awards o Hotel roku v kategorii čtyřhvězdičkový hotel 1. místo ve Zlínském kraji z předchozích dvou let.

Mějte se moc hezky!

Olda Sobol



LEFKADA

Lefkada, někdy též Lefkáda, je řecký ostrov v souostroví Jónských ostrovů o rozloze 356 km², délka pláže je 117 km a na ostrově žije 23 000 obyvatel, je položen mezi ostrovy Korfu a Kefalonie. Nejvyšším bodem je vrchol Stavrota. Na ostrově je mírné středomořské podnebí. Ostrov je součástí řecké prefektury Lefkada a je rozdělen do dvou krajů a šesti okresů. S protější pevninskou Akarnánií je propojen umělou hrází a zvedacím mostem. Název ostrova je odvozen z řeckého slova Lefkos, které znamená „bílý“. Ostrov byl tak pojmenován díky bílým skalám, nacházejícím se na jihu ostrova.

Toto letovisko navštívili začátkem léta členové Výboru OHL ŽS i s předsedou Oldřichem Sobolem a podělili se s námi prostřednictvím fotoreportáže o zážitky ze společné dovolené.



Snímek z návštěvy nedalekých vodopádů



Na letišti nás přišel pozdravit i bývalý předseda Jirka Cenek



Poslední foto před odletem



Fotografie ubytování a okolí hotelu AVRA v letovisku Nidri



Záběr z výletu lodí



Pohled z vyhlídky na ostrově Meganissi



Foto z kláštera Panagia, kde je i malá zoo



Krásný pohled na ostrov Skorpio a další ostrůvky v okolí

ITÁLIE, PODLE NAŠICH PŘEDSTAV – PŘEKRÁSNÁ

Když jsem na jednom z jednání NeRVu vstřelil informaci, že loňské výjezdní jednání do Chorvatska bylo poslední, poklesla mi brada stejně jako mnohým zúčastněným. Vždyť to byla jejich jediná odměna za většinou dlouholetou práci v odborových funkcích, a ta si vždy vyžadovala opravdu pevné nervy. Zástupci odborů ve firmách bývají pro vedení společností černou skvrnou na jejich jinak pohodovém zajišťování výrobních procesů bez ohledu na oprávněné požadavky svých zaměstnanců.

Nějak mi tedy uteklo, že to neznamená konec společných odpočinkových aktivit, že se dá, tak jak to třeba realizuje OHL ŽS – viz předchozí stránky magazínu, vydat společně „za hranice snů“ soukromě, například s cestovní kanceláří Victoria. A když jsem byl pozván s tím, že by se hodil i jeden další spolehlivý řidič, nedalo se odmítnout.

A tak jsme vyrazili. Naším cílem bylo Lido Degli Estensi, konkrétně kemp Mare Pineta. Sraz byl v Praze, kde se účastníci – podotýkám soukromé, tedy bez poskytnutí jakékoliv dotace – akce rozdělili do aut a mohli jsme vyrazit. Počasí nám víc jak stoprocentně nepřálo. Mlha, déšť, mlha přes celé Rakousko... a když konečně vysvitlo slunce, v okolí Benátek náročnost cesty výsperkovala několikahodinová zácpa na dálnici. Inu, filmový festival – kdo by se divil.

Špatný začátek, dobrý konec, traduje se. No, myslím si, že tentokrát tento tradiční výrok byl postavený totálně na hlavu. Někteří jedinci možná už nechápou, co znamená soukromé a musí za každou cenu organizovat, prudit... a čert ví co všechno provádět pro své duševní uspokojení.

Ale to se stává všude. Není to nic nového. Tak to prostě chodí. My ostatní, si myslím, jsme to zvládli s grácií a dobře se bavili. Na sluníčku, pokud zrovna svítilo a hřálo, v moři, na výletech.

Pokud nám slunce odmítlo ukázat svou přítivou tvář, vydali jsme se navštívit okolní překrásná města Ravennu a Comacchio. Zážitek, na který se jen tak nedá zapomenout. A což teprve, když jsme vyrazili na výlet už zpočátku plánovaný, a to do svobodné republiky San Marino. Byl trochu opar a tak, když jsme dosáhli nejvyššího bodu hlavního města, připadali jsme si jako v letadle, kde mezi mraky vykukuje část města a také vesničky ve velikosti modelového kolejiště, když už vesměs máme co do činění s železnicí.

Pokud počasí přálo, mezi sluněním a koupáním přišly na řadu pétanque a tradiční elektrické šipky. Na vítězství záleželo pouze některým (vítězům?), všem ovšem na výborné zábavě. O tu nebyla nouze. Ani o dobré jídlo, které již tradičně připravoval Pepa Šlachta se svými pomocníky (pro upřesnění – tento výraz zahrnuje i pomocnice, i když je použit v mužském rodě). Pepovy zkušenosti postupně využijeme v našem magazínu, přislíbil to.

K nim přidáme ty vaše, milí čtenáři, pokud se s nimi budete chtít svěřit.

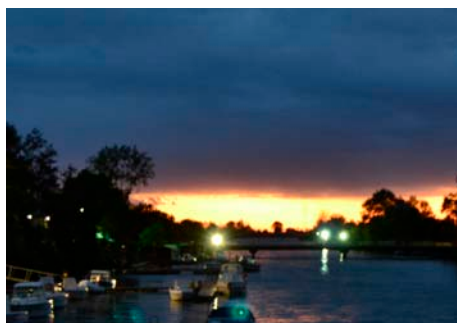
Ale to už odbočuji od tématu. Ve škole při slohové práci by to bylo na lepší pětku. Zůstávám tedy u tématu pohodového pobytu v mobilhomech, kde se sice někteří vyšší jedinci (většina, já byl v pohodě) „mydlili“ hlavou o dveře a někteří obéznější (to já už v pohodě nebyl) měli problémy se vtěsnat do dosti prostorově malých ložnic.

Ale co to vše je proti tomu pobýt se svými přáteli v poklidné atmosféře na břehu šumícího moře. To krásné vždy zvítězí a oblaží naše srdce, vyčistí mysl a rozzáří úsměvem naše tváře... a zanechá milé vzpomínky. Pohoda, relax, paráda – je třeba víc?!

Milan Sedlák

Foto: Karel Šimáček





Alpy jsou rozsáhlé evropské pohory, toto horské pásmo se táhne v šířce od 130 až 260 kilometrů a v délce kolem 1200 kilometrů celkem přes sedm států od francouzské riviéry a pobřeží Středozemního moře na jihozápadě až k Vídni na východě. Zaujímá rozlohu kolem 180 000 km². Řeka Rýn na švýcarsko-rakouských a švýcarsko-lichtenštejnských hranicích a přibližná spojnice Lichtenštejnska s italským městem Como vytvářejí hranici mezi dvěma základními podcelky: Západními a Východními Alpami.

Typickou květinou Alp je hořec, kterých se zde vyskytuje velké množství druhů.

V pohoří Ennstalských Alp je hora Hochtor, nachází se 4,5 km severovýchodně od Johnsbachu, v rakouské spolkové zemi Štýrsko.

V rakouské spolkové zemi Salcbursko je obec Krimml. Na jižním okraji obce se nacházejí Krimmelské vodopády, svým průtokem a celkovou výškou 380 m (ve třech stupních) se řadí k největším a nejnavštěvovanějším vodopádům v Evropě.

V národním parku Vysoké Taury, jednom z národních parků v Rakousku, se nachází obeh Rauris. Významnými lokalitami jsou pralesovité porosty a také rašeliníště s četnými jezírky u Uttendorfu.



Fulseck 2033 m



Hochtor 2504 m průsmyk



Hořec alpský



Krimml – největší vodopády v Evropě

Sport

CHLUMECKÝ TRIATLONEK

Dne 30. srpna uspořádalo Odborové sdružení železničářů ve spolupráci s ČD, a.s., ČD Cargo, a.s. a SŽDC, s.o. otevřené oblastní kolo železničářů v triatlonu mužů a žen pro rok 2014 pod názvem „Chlumecký triatlonek“.

Čestným ředitelem byl Ing. Karel Jahelka, přednosta SŽDC s.o. PO Hradec Králové, ředi-

telem Miloš Paleček, tajemník PV OSŽ SŽDC, technickým ředitelem Stanislav Nosek, předseda RSK OSŽ Praha a hlavním rozhodčím Vladimír Kubík, OS Splašená lokomotiva.

pořadí	stč	jméno	kategorie	čas	
1	99	Ondřej Šmehlík	Muži do roku 1974 ČD	1:28:39,60	Ú OSŽ
2	113	Miroslav Nádvorník	Muži do roku 1974 ČD	1:33:29,30	SŽDC OŘ Ústí nad L.
3	105	Jiří Urbánek	Muži do roku 1974 ČD	1:34:38,40	Splašená lokomotiva
1	114	Radek Šatný	Muži 1974 a starší ČD	1:23:52,90	ČD Cargo Česká Tř.
2	109	Zdeněk Doležal	Muži 1974 a starší ČD	1:24:09,20	ČD Cargo Ostrava
3	111	Jiří Martiňák	Muži 1974 a starší ČD	1:25:41,60	DKV Česká Třebová
1	133	Romana Bašková	Ženy 1974 a st. ČD	1:14:20,50	Splašená lokomotiva
2	137	Milena Hrozová	Ženy 1974 a st. ČD	1:32:28,70	důchodce ČD
3	136	Eva Cupalová	Ženy 1974 a st. ČD	1:36:24,40	důchodce ČD



Rauris a místní obsluha v kroji

Blahopřejeme

V tomto měsíci slaví narozeniny:

Jaroslav Procházka – ŽOS Nymburk

Stanislav Hošta – Skanska ŽS

Vlastimil Němec – ŽPSV Uherský Ostroh

Jana Geigerová – EMD Skanska

Jana Kešnerová – MOVO Plzeň

PhDr. Zdeněk Jílek – SŽDC