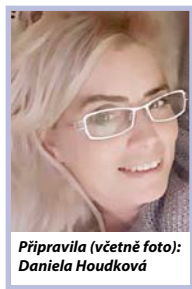


Internetový magazín Nedrážního republikového výboru
Odborového sdružení železničářů na www.osz.org

■ Odbory a ekonomika	str. 3
■ Bezpečnost i na silnicích	str. 4
■ Bydlíme	str. 5
■ Vedení NeRV informuje	str. 6
■ Tip na výlet	str. 6
■ BOZP	str. 7
■ Určeno nejen seniorům	str. 8
■ Sport	str. 9
■ O zdraví...	str. 10
■ Tip na dovolenou	str. 11
■ Blahopřejeme	str. 12



Výjezdní jednání NeRV OSŽ se bude konat 18.–20. září v Ostružné REKREAČNÍ STŘEDISKA OSŽ SE REKONSTRUUJÍ



Připravila (včetně foto):
Daniela Houdková

Jednání Nedrážního republikového výboru (NeRV) se konalo 28. května v Domě Bohemika v Praze. Zasedání zahájil a řídil místopředseda NeRV Tomáš Šlachta, informace průběžně poskytovala místopředsedkyně OSŽ a současně předsedkyně NeRV Bc. Renata Dousková.

Úvodem proběhla kontrola usnesení a zápisu z březnového jednání. Vše bylo bez připomínek. Je však dobré připomenout si úkoly, které je třeba řešit průběžně. A to „Dodávat podepsané kolektivní smlouvy a dodatky vedení NeRV“, „Zasí-

lat vedení NeRV OSŽ termíny členských schůzí a konferencí“ a „Sledovat situaci ve společnosti TRILEX i narovnání vztahů v Mladé Boleslavi“. Posléze se řešil problém se společností NYMWAG.

Renata Dousková poté informovala o obsahu jednání Představenstva a Ústředí OSŽ. Mezi klíčové body těchto jednání patřila Přestavba hotelu Skalka Rájecké Teplice, zde probíhají legislativní kroky a předpokládaný počátek přestavby je v roce 2025. Co se týče hotelu Ostrý v Železně Rudě, je v přípravě oprava terasy. Dalším rekreačním zařízením OSŽ je hotel Lesní chata Kořenov. Zde proběhla rekonstrukce wellnesu a šaten. Rovněž se plánuje rekonstrukce apartmánového domu Orion v Leptokárii v Řecku. Tato rekon-

Pokračování na str. 2

STALO SE:

► Jihomoravská seniorská akademie vznikla jako společný projekt Jihomoravského kraje a Mendelovy univerzity, studium je pro seniory a lidi blízcí se seniorskému věku (50+) zdarma. V tuto chvíli sbírá projekt přihlášky do prvního ročníku, který oficiálně odstartuje 16. září. Kromě Vyškova bude akademie dostupná také pro zájemce ze Znojma nebo okolí, každý další akademický rok přibudou další dvě města. Kapacita jednoho kurzu v daném městě čítá v tuto chvíli 30 studentů

► Český železniční průmysl patří k celosvětové špičce a je také jedním z lídrů inovací a výzkumu v České republice. Firmy sdružené v Asociaci českého železničního průmyslu (ACRI) plánují letos realizovat investice do inovací ve výši více než 5 miliard korun. Naprostá většina z nich má vlastní vývojovou a výzkumnou základnu a investice směřují nejen do inovací produktového portfolia, ale také do dekarbonizace výroby, budování vlastní energetické nezávislosti, do informačních systémů nebo kyberbezpečnosti. Inovace jim pomáhají posilovat také obchodní pozici na mezinárodních trzích

► Na Rail Business Days v Ostravě byl představen první vlak s bateriovým pohonem v ČR





Výjezdní jednání NeRV OSŽ se bude konat 18.–20. září v Ostružné

REKREAČNÍ STŘEDISKA OSŽ SE REKONSTRUUJÍ

Dokončení ze str. 1

strukce by měla začít po skončení letní sezony a dokončena by měla být před začátkem sezony nové. Výsledkem bude komfortnější ubytování pro rekreanty (členy OSŽ).

Na jednání Představenstva, které se konalo 7. května, přišel předseda ASO Bohumír Dufek s žádostí o podporu na chystanou demonstraci (21. 5. 2024). Představenstvo schválilo podporu ve formě poskytnutí zázemí a účast OSŽ na demonstraci individuálním zastoupením. Demonstrace byla nakonec zrušena v návaznosti k událostem na Slovensku.

Dále se na jednáních P OSŽ a Ú OSŽ řešila problematika týkající se uzavření smlouvy mezi ČD, a.s., a Jihomoravským krajem, kdy nebudou vlaky obsazovány vlakovým doprovodem. Hrozí propouštění zaměstnanců.

Předseda OSŽ Mgr. Martin Malý podal zprávu z jednání tripartity, kde se řešily finanční náhrady za zmrzlou úrodu zemědělcům, pracovní trh pro cizince – zjednodušení administrativy a propouštění ve společnosti LIBERTY Ostrava z důvodu insolvence majitele.

Další informace se týkaly volby do generálního sekretariátu USIC, kam kandidovalo také OSŽ – výsledek zatím není znám. Ve dnech 11.–12. června se bude konat konference ETF se zaměřením na MHD, P-OSŽ byla schválena účast Bc. Douskové a dne 28. května 2024 přijalo OSŽ delegaci odborového svazu železničářů z Dánska.

Předsedkyně NeRV OSŽ dále informovala, že 13. března 2025 se bude v Hotelu Olšanka v Praze konat oslava 35 let OSŽ. Přípravy na tuto akci probíhají a své vystoupení uzavřela tím, že čerpání rozpočtu OSŽ za 1. čtvrtletí letošního roku je vyrovnané a že v rámci poskytování právní pomoci byl předložen materiál, ke kterému nebyly vzneseny připomínky.

Zajímavé informace zazněly o mzdovém nárůstu u společností, které NeRV sdružuje. Nejvyšší nárůsty vykázaly akciové společnosti NYMWAG -15,08 %, DPMB 13,79 % a DZ 11,93 %. Dobře si vedou Elektrifikace železnic a OHLA ŽS. Společnosti s ručením omezeným Rail Cargo Operation ČSKD dosáhly nárůstu 10,76 % a ŽPSV 9,63 %.

Co se týče aktivit, rok 2023 byl velmi úspěšný pro ČD travel, jak ukázala výroční zpráva, přičemž celkem odbavili 1 800 klientů. Významné je, že při sledování pracovní úrazovosti nebyl u společností spadajících pod NeRV zaznamenán žádný smrtelný pracovní úraz. Rada hospodářské a sociální dohody České republiky pro zdravotníky se od-souvá na konec června.

V dalším průběhu byl projednán harmonogram týkající se oslav vzniku OSŽ a IX. sjezdu OSŽ, obě akce se budou konat v roce 2025, na jejichž přípravě Odborové sdružení železničářů začne postupně pracovat. V rámci přípravy IX. sjezdu OSŽ byly dány pokyny k harmonogramu volebních členských schůzí či konferencí, které proběhnou v období duben a květen, od začátku května do června 2025 budou probíhat konference jednotlivých PV a NeRV.

Do komisí na IX. Sjezd OSŽ byli zvoleni:

- Organizační komise – Tomáš Šlachta
- Komise pro strukturu – Bc. Renata Dousková
- Komise pro Stanovy – Oldřich Sobol
- Komise pro hospodaření – Tomáš Šlachta
- Komise volební a volební řád – MUDr. Gabriela Ritterová
- Návrhová komise – Luděk Šebrle
- Mandátová komise – Magdalena Stránská

Končíci ZO OSŽ při TSS Hradec Králové na podkladě schválení členské schůze věnovala NeRV OSŽ částku 74 tisíc korun jako sponzorský dar z prodeje jejich rekreačního zařízení. Tato ZO OSŽ je první, která se rozhodla jako poděkování za činnost NeRV, odeslat sponzorský dar pro Nedrážní republikový výbor OSŽ.

Bc. Renata Dousková, předsedkyně NeRV, jménem Nedrážního republikového výboru ocenila přístup ZO a dar jménem NeRV OSŽ přijala a ujistila přítomné, že finanční prostředky budou spravovány s péčí řádného hospodáře.

Další částku ve stejné nominální hodnotě tato základní organizace zaslala na účet Podpůrný fond OSŽ.

Co se týká činnosti dalších organizací, tak za pozornost stojí 1. června Den otevřených dveří v jihlavském depu společnosti CZ LOKO v rámci oslav Dne dětí. AZ Servis řeší problematiku STK, je zde nedostatek práce z důvodu omezení dopravy v tamní lokalitě. Co se týče navyšování mezd, probíhá individuálně. Dopravní podnik města Brna oceňuje, že zavedením nákupu jízdenky kartou ve vozidle se snížil počet černých pasažérů. JLV vykazuje velkou fluktuaci zaměstnanců. Společnost RYKO má vyplacené věrnostní odměny, proběhla zde obdobná akce jako v CZ LOKO, ale jako den pro zaměstnance a rodinné příslušníky. U Dopravního zdravotnictví v Plzni byla dokončena rekonstrukce 3. patra, byl odvolán ředitel, naproti tomu v Olomouci a Přerově je situace klidná, v Praze začne od června fungovat oddělení magnetické rezonance, kolektivní smlouva je plněna a byly vyplaceny odměny.

Nepříjemný je pokles členské základny o 104 členů, který se projevuje minimálním odlivem členů, ale především likvidací společností, kde členské organizace NeRV působily. Na druhé straně je zájem vstoupit do NeRV OSŽ. Zaměstnanci Priessnitzových léčebných lázní požádali o účinnou nápomoc při založení odborové organizace. Důvodem je nesouhlas s postupem Odborové organizace Vincenze Priessnitze vůči zaměstnavateli. Vedení NeRV na tomto setkání se zaměstnanci (neodboráři) zhodnotilo současný stav s tím, že upozornilo na možné odvetné akce od zaměstnavatele (vytýkáci dopisy). Dále je nutné splnit legislativní požadavky ČR. Zaměstnancům firmy byla nabídnuta účinná pomoc včetně vstupu do OSŽ jako individuální člen. Přítomní se rozhodli, že si ponechají čas na rozhodnutí.

Před závěrem jednání byly doplněny informace ohledně seniorských her, včetně změny disciplín. Seniorské hry se uskuteční ve dnech 27.–29. srpna v Kořenově, nově se bude hradit účastnický poplatek 500,- Kč/os. Reprezentanti NeRV budou převážně stejní, ale vedoucím výpravy tentokrát bude Oldřich Sobol. V rámci her by měla vystoupit i kapela JEDETO.

Kontrolní den: PRAHA-BUBNY–PRAHA-VÝSTAVIŠTĚ

Dne 16. května se uskutečnil Kontrolní den stavby modernizované trati Praha-Bubny–Praha-Výstaviště za účasti ministra dopravy Martina Kupky (ODS), generálního ředitele Správy železnic Jiřího Svobody a zástupců zhotovitele stavby: Metrostav TBR, a.s., **OHLA ŽS, a.s.**, a **Elektrizace železnic, a.s.** Na akci byli přizváni rovněž zástupci médií. Měl jsem tu čest stavbu projít a několik dotazů jsem položil po cestě i ministrovi dopravy i ohledně boření či zachování výpravní budovy v Kladně, Památníku ticha v bývalé výpravní budově Bubny či stavbě sousední budovy nových Buben, filharmonii. O demolici výpravní budovy Kladno není rozhodnuto – je varianta zachování stavby, před Památníkem ticha budou ponechány tři původní koleje pro výstavu dobových železničních vozů – koleje nebudou napojeny do nové tratě (takže nebude muzejní provoz pro různé vzpomínkové akce jako byly v minulosti – včetně parního vlaku ke hře A. Lustiga – funkční, bohužel).

Pro filharmonii se připravuje zázemí, aby nenarušila její uvažovaná stavba (bude-li kdy vůbec?) provoz vlaků. Původní Praha-Holešovice zastávka bude zrušena, náhrada je prý nové

nádraží Bubny. Nové nádraží Bubny bude prakticky zastávka, odstavit nebude kam – budou zde dvě koleje směr Dejvice, dvě koleje směr výhybna Bubeneč. O nouzovém odstavování souprav či strategické nakládky a vykládky se

vůbec v novém myšlení neuvažuje. Uvedení do provozu modernizované tratě je výhledově léto 2025. Od výhybny a zastávky Praha-Výstaviště směr Praha-Dejvice bude do dalšího postupu navazujících prací trať jednokolejná.



Výstavba nového vestibulu nádraží Praha-Bubny

Jan Jakovljevič, MD ČR

INSPEKCE SILNIČNÍ DOPRAVY BUDE HLÍDAT DODRŽOVÁNÍ PRAVIDEL BEZPEČNÉHO A FÉROVÉHO PODNIKÁNÍ V SILNIČNÍ DOPRAVĚ

Centrum služeb pro silniční dopravu se od 1. července 2025 změní na Inspekci silniční dopravy (INSID). Silniční inspekce bude kontrolovat např. technickou způsobilost vozidel, povinné přestávky a odpovídky, provádět kontrolní vážení, zaměřovat se na podvody s tachografy a používání zařízení, která zabraňují přímíchování AdBlue.

Kontroloři INSID budou moci za účelem kontroly zastavovat vozidla, ukládat pokuty příkazem na místě a vybírat kauce, zabránit v další jízdě či odebrat doklady nebo SPZ. Při kontrolách zejména nákladních vozidel na našich silnicích nebude INSID závislá na Policii ČR nebo Celní správě ČR.

„Kontrolní činnost Centra služeb pro silniční dopravu je v současné situaci plně závislá na asistenci příslušníků policie nebo celní správy, kteří jako jediní mohou zastavovat vozidla a vést kontroly. Silniční inspekce bude mít všechny pravomoci k provedení kontroly, takže bude moci provádět kontroly samostatně. Systém kontroly dodržování pravidel v silniční dopravě díky tomu bude mnohem efektivnější,“ říká ministr dopravy Martin Kupka.

Pro zahraniční dopravce jsme stále zemí, kde jim hrozí malé riziko v případě porušování předpisů. Důvodem je zejména omezená vynutitelnost právních norem upravujících podmínky provozování silniční dopravy. Vznik silniční inspekce bude významným reformním krokem z hlediska vymahatelnosti předpisů, a tím také zvýšení bezpečnosti na českých silnicích a dálnicích.

„Pozitivní je, že vznikem inspekce nevznikne žádný nový úřad, nedojde k navyšování počtu zaměstnanců a také provozní náklady budou na obdobné úrovni jako dosavadní provoz Centra služeb,“ upozorňuje ministr a uzavírá: **„Kontroloři budou při své práci využívat stejnorodost, jejich vozidla budou jasně označena a vzhledem k možnosti odklápění vozidel v provozu za účelem kontroly, budou součástí jejich výbavy modré majáky.“**

Pro samostatný výkon kontroly prostřednictvím INSID je nutné novelizovat zejména zákon o silniční dopravě, zákon o pozemních komunikacích (ve vztahu k nízkorychlostnímu kontrolnímu vážení) a zákon o silničním provozu (ve vztahu k technickým silničním kon-

trolám a kontrole víkendových zákazů jízdy). Do meziresortního připomínkového řízení Ministerstvo dopravy návrhy novel předložilo v květnu 2024, s platností a částečnou účinností norem počítá v dubnu 2025 a s plnou účinností od 1. července 2025.



Ilustrační foto Tomáš Pabík

ELEKTROKOLOBĚŽKY A DĚTI

Přibližovadlo, zábava či hazard?

„Je samozřejmě na každém z nás, zda se svému dítěti rozhodneme koupit elektrokoloběžku. Důležité je však znát základní fakta o bezpečnosti a používat ji na vhodném místě, kde nehrozí střet s dalšími účastníky silničního provozu,“ říká autorka článku Radka Osterová, ředitelka Prevencí pro život.

Elektrokoloběžky a věk

V ČR není určena věková hranice pro jízdu na elektrokoloběžce. Na trhu jsou tedy dostupné i elektrokoloběžky pro děti od 5 let. Tyto elektrokoloběžky mají sice většinou, oproti těm pro dospělé, méně výkonné motory, a tak i sníženou rychlost, není to však vždy pravidlem a existují i dětské elektrokoloběžky se zcela běžným výkonem 250 W a rychlostí 20 km/h.

Co na to dětský pohybový aparát

„Při jízdě na elektrokoloběžce je přínosem cvičení stability a posilování hlubokého stabilizačního systému. To lze však cvičit i jinými, daleko bezpečnějšími způsoby. Za mě je daleko přínosnější chůze nebo běh,“ uvádí fyzioterapeutka Helena Marzecová.

Silniční provoz

Hlavním úskalím je pohyb v silničním provozu. Dítě ještě není schopné předvídat a vyhodnotit důsledky, které může jeho jízda na elektrokoloběžce zapříčinit. Malá kola elektrokoloběžky nezvládají nerovnosti tak dobře, jako ta u jízdního kola, jsou tužší a překonat výmol či strukturované povrchy je tak pro ně větším problémem. Jízda na elektrokoloběžce je také pro řidiče velmi obtížně čitelná. Jen těžko lze ukázat změnu směru jízdy, pokud cyklista není vybaven blinkry. To, co se tak děti naučí na dopravních hřištích, v případě elektrokoloběžky zcela aplikovat nelze.

Co tedy můžeme doporučit?

„Nejdůležitější je myslet na bezpečnostní přilbu, ta je pro jezdce do 18 let povinná, doporučovala bych ji ale elektrokoloběžkářům všech věkových kategorií,“ dodává ředitelka Prevencí pro život. Zajistěte dítěti prostor pro jízdu na elektrokoloběžce mimo silniční provoz, ať neohrožuje sebe ani jeho ostatní účastníky. S dítětem pečlivě projděte ovládání elektrokoloběžky a ujistěte se, že umí bezpečně zastavit. Elektrokoloběžku doporučujeme užívat nejdříve od 13 let.



Pro jízdu na e-koloběžce je rozhodující výška. Tato malá slečna na ni tedy zatím rozhodně nepatří!

Menší děti nechte šlapat na kole a udělejte něco pro jejich dobrou fyzickou kondici.

Poznámka redakce: Oslavili jsme Mezinárodní den dětí, a ty ho přežily ve zdraví... Ale pozor – před námi jsou ještě dlouhé letní prázdniny, kdy se nebezpečí úrazu radikálně zvyšuje. A nejen na elektrokoloběžkách!

Jan Jakovljevič, MD ČR

Žadat o řidičský průkaz fyzicky na úřadě NEMUSÍTE UŽ TŘI ROKY

Zažádat si o řidičský průkaz z pohodlí domova, bez ohledu na úřední hodiny, se slevou na správním poplatku a ušetřit tak jednu cestu na úřad i peníze. Již více než tři roky je taková možnost k dispozici řidičům v České republice. Za tuto dobu využilo takzvané ePodání více než 150 tisíc řidičů, kteří o řidičák žádali online přes Portál dopravy nebo Portál občana. Nejvíce možnost ePodání využívají řidiči v Praze, Brně a Plzni.

„Elektronická žádost o řidičský průkaz patří mezi nejvyužívanější služby v oblasti digitálních dopravních agend. O nový doklad je možné žádat nejen v případě jeho plánované výměny, ale také pokud dojde k jeho odcizení, ztrátě či změně osobních údajů,“ říká ministr dopravy Martin Kupka a připomíná, že ve všech těchto případech lze využít zkrácené pětidenní lhůty vyřízení.

Kromě ušetření jedné cesty na úřad a možnosti žádat o nový doklad kdykoli z pohodlí domova, ePodání také celý proces žádosti podstatně urychluje. Systém totiž automaticky předvyplní všechny známé informace o žadateli, a to včetně nejnovější fotografie a podpisu. Uživatel si tak už jen nastaví kontaktní údaje, přes které bude přijímat notifikace, pokud je již

nemá zadané v Registru obyvatel, a úřad, kde si průkaz převezme.

Mimo to může žadatel také ušetřit 20 % z výše správního poplatku, a to u žádostí zpoplatněných, tedy spojených s odcizením, ztrátou, změnou osobních údajů nebo při zrychleném vyřízení, kde díky tomuto ušetří až 140 Kč.

Elektronická žádost o řidičský průkaz byla také opakovaně oceněna odbornou veřejností. V roce 2021 byl projekt oceněn jako úspěšný projekt eGovernmentu, v roce 2022 získal čestné uznání projektu Český zavináč.

Nejedná se ale o jediný počín v oblasti digitalizace dopravních agend, který mohou již nyní řidiči využít k usnadnění jejich řešení a efektivnímu využití svého času.

Nabídka služeb Portálu dopravy zahrnuje také například možnost zjistit si stav bodového konta a nastavit si notifikace pro případ jeho změny, stáhnout výpis z evidenční karty řidiče, zjistit platnost řidičského průkazu, zobrazit informace o všech historicky vlastněných nebo provozovaných vozidlech či zjistit stav tachometru automobilů. Portál dopravy nabízí také spoustu služeb pro kapitány, letce nebo milovníky drážní dopravy.

Letos v únoru došlo k významnému rozšíření funkcionalit, mezi které patří například elektronické žádosti o změnu vlastníka nebo provozovatele silničního vozidla, vydání doplňkové tabulky s registrační značkou, zápis silničního vozidla do registru vozidel nebo možnost získat bezplatně výpisy z registru vozidel.

„Zájem o využívání elektronických nástrojů na Portálu dopravy stále roste. Právě v agendě řidičů si o sobě zobrazilo informace více jak 450 tisíc uživatelů, téměř 80 tisíc si zdarma stáhlo svůj výpis z evidenční karty řidiče nebo bezmála 40 tisíc si během půl roku nastavilo notifikace o změně bodového konta řidiče. Věřím, že větší informovanost veřejnosti a širší nabídka funkcionalit povede k dalšímu růstu počtů uživatelů i celkovému využívání služeb,“ dodává ministr.

Rozšiřování funkcionalit Portálu dopravy pokračuje i nadále. Chystá se například jeho zpřístupnění pro právnické osoby nebo novinky v agendě vozidel, například notifikace o platnosti STK či informace o pojištění vozidla. Připravují se ale také novinky v agendě řidičů jako je elektronická žádost o kartu řidiče do digitálního tachografu, elektronická úhrada správních poplatků a mnoho dalšího.



Zdroj: Právní magazín VÝBOR

Rekonstrukce kuchyně a bytového jádra bývá gró každé radikálnější proměny bytu. S tím souvisí i rekonstrukce rozvodů tepla a vody. V moderní koupelně se při rekonstrukcích často zmenšuje stavební otvor pro přístup ke stoupačkám, což může při jejich výměně způsobit rozkol mezi vlastníkem bytu, výborem SVJ a stavební firmou.

Před koupí bytu čtěte stanovy

Nákupem bytu v již zaběhlém SVJ či BD se nestáváte pouze novým vlastníkem, ale i členem právního subjektu – SVJ či BD. Proto vždy před koupí bytu doporučujeme zjistit si o daném SVJ co nejvíce informací. Stěžejní jsou stanovy SVJ.

Při koupi bytu požadujte po prodávajícím také možnost nahlédnout do tzv. prohlášení vlastníka, které jasně vymezuje, co je a co není společnou částí domu.

Proč je to důležité? Protože právě při rekonstrukcích bytů jsou velmi často nutné i úpravy společných částí, při nichž musíte výše uvedené dokumenty respektovat.

Velikost stavebního otvoru pro stoupačky

Technická stoupačka je společnou částí domu dle ustanovení § 6 písm. d) nařízení vlády č. 366/2013 Sb., který říká, že společnými částmi domu jsou rozvody vody teplé i studené včetně stoupacích šachet, ať jde o hlavní svislé rozvody, nebo odbočky od nich až k poměrovým měřidlům pro byt, nebo k uzavěrům pro byt, nejsou-li instalována měřidla pro jednotlivé byty, včetně těchto měřidel nebo uzavěrů; to se netýká rozvodů uvnitř bytu, včetně vodovodních baterií.

K technické stoupačce musí být zajištěn z jedné strany po celé stavební délce přístup, aby bylo možné provádět opravy, kontroly zde vedených technických sítí a výměny uzavěrů a měřidel, a to v souladu s vyhláškou č. 268/2009 Sb., o technických požadavcích na stavby.

Standardní velikost domovní plynoměrové skříňky je 650 × 600 mm. Dvířka jsou o cca 50 mm z každé strany menší.

Je-li ve stoupačce plynovod, případně plynoměr, tak kontrolní otvor – dvířka musí v souladu s předpisy a normami (TPG) pro plynová zařízení umožnit pravidelnou roční kontrolu plynovodu – umožnit kontrolu plynovodu po celé stavební délce a 1 × za 3 roky revizi. Tato technická šachta musí mít přirozené větrání – u země a u stropu.

Velikost otvoru tedy není upravena zákonem či podzákonným předpisem, jde o doporučení dané normami a technickými předpisy pro jednotlivé zařízení – voda, plyn, vzduchotechnika, případně normami stanovenými distributorem dané energie. Distributor určí, kde a jak má být velké servisní okénko včetně manipulačního prostoru kolem něj, aby mohli bezpečně servisovat, případně odečítat dané zařízení.

Musí vlastník jednotky umožnit přístup do bytu?

Stavební úpravy jednotky jsou řešeny v ustanovení § 1182 NOZ, který stanoví, že upravuje-li vlastník jednotky stavebně svůj byt, umožní do bytu přístup pro ověření, zda stavební úpravy neohrožují, nepoškozují nebo nemění společné části, pokud byl k tomu předem vyzván osobou odpovědnou za správu domu.

Toto ustanovení ukládá vlastníku jednotky umožnit přístup do bytu na předchozí výzvu osoby odpovědné za správu domu v případě, kdy vlastník stavebně upravuje svůj byt. Ustanovení navazuje na oprávnění vlastníka jednotky podle § 1175 odst. 1 NOZ, podle kterého vlastník může svůj byt svobodně spravovat, nesmí však ani ohrozit, natož pak poškodit nebo i jen změnit společné části. Osoba odpovědná za správu domu musí mít právo prověřit, zda vlastník svou povinnost neporušuje. Konkrétně jde o to, že osoba odpovědná za správu domu vyzve vlastníka jednotky k umožnění prohlídky jeho bytu vždy, pokud bude mít za to, že vlastník svůj byt upravuje, aniž by však o tom musela mít nějaké konkrétní doklady či důkazy, bude zřejmě stačit jakýkoli důvodný podnět, resp. podezření. Mělo by například stačit, že se z bytu budou ozývat zvuky odpovídající uvedené činnosti, příp. by osoba odpovídající za správu domu dostala zprávu o vnesení stavebního materiálu do bytu atp. I v takovém případě vznikne vlastníku jednotky povinnost byt této osobě zpřístupnit. Forma výzvy není stanovena, ale optimální bude písemná forma výzvy zasláná na vlastníkem uvedenou adresu podle § 1177 NOZ. Zákon nestanoví ani lhůtu ke zpřístupnění, která by měla podléhat obecným pravidlům zmíněným u § 1179 NOZ, bývá však standardně upravena ve stanovách SVJ.

Ve vztahu k otvorům pro vodoměry, resp. stoupačky lze doporučit, aby v případě rekonstrukce bytového jádra SVJ upozornilo vlastníka jednotky na požadavky distributora na velikost otvorů, případně zkontrolovat takovéto plnění ze strany vlastníka jednotky.

V případě již vyzdřeného jádra, kde vlastník jednotky zmenšil otvor pro měřáky, resp. stoupačky a úpravou neporušil ani zákon, ani stanovy či usnesení SVJ, máme za to, že náklady na úpravu koupelny po zvětšení (vybourání) jádra nese SVJ.

Opravy společných částí domu

Ustanovení § 1183 odst. 1 NOZ říká, že

1. Vlastník jednotky se zdrží všeho, co brání údržbě, opravě, úpravě, přestavbě či jiné změně domu nebo pozemku, o nichž bylo řádně rozhodnuto; jsou-li prováděny uvnitř bytu nebo na společné části, která slouží výlučně k užívání vlastníka jednotky, umožní do nich přístup, pokud k tomu byl předem vyzván osobou odpovědnou za správu domu. To platí i pro umístění, údržbu a kontrolu zařízení pro měření spotřeby vody, plynu, tepla a jiných

energií

2. Při poškození jednotky prováděním prací podle odstavce 1, nahradí vlastníku jednotky škodu společenství vlastníků, a nevzniklo-li, nahradí ji poměrně spoluvlastníci domu. Prováděl-li však tyto práce ve svém zájmu jen některý vlastník jednotky, nahradí škodu sám.

Odstavec 1 reaguje na poměrně časté případy, kdy vlastníci bytů nejsou ochotni spolupracovat ani při řádně schválených změnách v domě, a tak maří provádění legálních stavebních úprav. O takových pracích musí být řádně rozhodnuto v rámci společenství, příp. spoluvlastníky. Osoba odpovědná za správu domu by měla na zahájení schválených prací všechny vlastníky jednotek předem upozornit.

Poruší-li vlastník jednotky tuto povinnost, nemůže si společenství přístup nijak násilně vynucovat a nemá tak jinou možnost než se splnění této povinnosti domáhat žalobou u soudu. Vznikne-li v příčinné souvislosti s tím škoda, odpovídá za ni vlastník podle obecných ustanovení občanského zákoníku o odpovědnosti za škodu, např. tehdy, jestliže došlo k poruše rozvodu tepla a vlastník jednotky odmítl umožnit přístup do jednotky, v níž má být porucha opravena.

Odstavec 2 upravuje případ poškození jednotky pracemi podle odstavce 1. Jedná se vlastně o zvláštní případ náhrady škody. Jsou upraveny tři případy. Pokud práce provádělo společenství vlastníků, bude za škodu odpovídat společenství vlastníků. Pokud společenství v domě nevzniklo, pak za škodu odpovídají poměrně spoluvlastníci domu. A konečně pokud se jednalo o práce, které prováděl ve svém zájmu jen některý vlastník jednotky, nahradí poškozenému vlastníkovu škodu tento vlastník jednotky.

Zkušenost z praxe

Nedávno jsme řešili jedno poměrně mladé SVJ, dům starý asi pět let. Vypršel termín funkčnosti vodoměrů i kalorimetrů a bylo třeba zorganizovat společnou výměnu. Developer namontoval kalorimetry do rozvodných skříní na chodbách, to bylo v pořádku. Velký problém nastal v koupelnách, kdy velká část vlastníků při individuálních úpravách koupelen postupovala tak, že otvory pro přístup ke stoupačkám buď úplně zazdili, nebo ponechali jen velmi malé. V SVJ se v rámci shromáždění strhla vášnivá debata, kdo úpravu stavebních otvorů uhradí. Spor nakonec vyústil v rozhodnutí uhradit veškeré náklady ze stavebními úpravami v koupelnách z dlouhodobých záloh na opravy a investice, tedy z prostředků SVJ. Poučení pro toto SVJ? Došlo u nich ke změně stanov, kde podrobně popsali postup při veškerých pracích zasahujících do společných částí domu.

Pavel Richter (Klusák Advokátní Kancelář)

Novinka v zaměstnávání cizinců v ČR

Na květnové tripartitě vláda rozhodla o změně, která se dotýká pracovního trhu v ČR. Konkrétně se jedná o rozšíření seznamu zemí, jejichž pracovníci u nás nepotřebují zaměstnaneckou kartu nebo modrou, a dokonce ani povolení od úřadu práce.

Rozhodnutí vlády se zapracuje do Sbírky zákonů včetně seznamu zemí, který může kabinet upravovat podle aktuálního trhu práce v ČR.

Nyní mají zaměstnanci a jejich rodinní příslušníci z EU, Evropského hospodářského prostoru a Švýcarska volný vstup na trh práce, proto nepotřebují pracovní povolení.

Od 1. července 2024 dochází k radikální změně a zaměstnavatelé budou vyplňovat elektronickou informační kartu třemi možnými způsoby.

Další skupinou jsou cizinci, kteří tento volný vstup na trh práce nemají. Zde čeká zaměstnavatele rovněž změna v hlášení o zaměstnávání těchto osob. Tato volná místa budou navíc evidována jako volná pracovní určená pro cizince se zaměstnaneckou kartou nebo modrou kartou. Základním předpokladem je splnění legislativy, v tomto případě se jedná o doložení pracovní smlouvy nebo dohody o provedení pracovní činnosti.

Od 1. července 2024 se povolení k zaměstnání, zaměstnanecká karta, karta vnitropodnikově převedeného zaměstnance nebo modrá karta nevyžaduje pro výkon práce cizince, který je občanem:

- A) Australského společenství
- B) Japonska

- C) Kanady
- D) Korejské republiky
- E) Nového Zélandu
- F) Singapurské republiky
- G) Spojeného království Velké Británie a Severního Irska
- H) Spojených států amerických
- I) Státu Izrael
- J) Tchaj-wanu

Důvodem pro rozšíření seznamu zemí pro zaměstnávání cizinců je usnadnění situace expertům a manažerům z cizích zemí. Pro ČR je zásadní prioritou podpora přijímání kvalifikovaných pracovníků ze zemí s minimálním stupněm bezpečnostního rizika. Tato opatření mají zásadním způsobem usnadnit vstup na trh práce nadprůměrně placeným cizincům.

R.D.

Pracovní cesta vs. Přeložení

Pracovní cesta a přeložení mají velkou podobnost, několik rozdílů si povíme. Na pracovní cestu můžete být vysláni i mimo pracoviště zaměstnavatele, kdežto přeložení můžete být jen na pracoviště zaměstnavatele. Pracovní cesta je za účelem splnění určitého úkolu, takže je brána jako časově omezená, kdežto přeložení není časově omezeno nebo vázáno na nějaký úkol.

Pracovní cesta § 42 Zákoníku práce

(1) Pracovní cestou se rozumí časově omezené vyslání zaměstnance zaměstnavatelem k výkonu práce mimo sjednané místo výkonu práce. Zaměstnavatel může vyslat zaměst-



nance na dobu nezbytné potřeby na pracovní cestu jen na základě dohody s ním. Zaměstnanec na pracovní cestě koná práci podle pokynů vedoucího zaměstnance, který ho na pracovní cestu vyslal.

(2) Vysílá-li zaměstnavatel zaměstnance na pracovní cestu k plnění svých úkolů do jiné organizační složky (k jinému zaměstnavateli), může pověřit jiného vedoucího zaměstnance (jiného zaměstnavatele), aby zaměstnanci dával pokyny k práci, popřípadě jeho práci organizoval, řídil a kontroloval; v pověření je třeba vymezit jeho rozsah. S pověřením podle věty první musí být zaměstnanec seznámen. Vedoucí zaměstnanci jiného zaměstnavatele však nemohou vůči zaměstnanci jménem vysílajícího zaměstnavatele právně jednat.

Přeložení § 43 Zákoníku práce

(1) Přeložit zaměstnance k výkonu práce do jiného místa, než bylo sjednáno v pracovní smlouvě, je možné pouze s jeho souhlasem a v rámci zaměstnavatele, pokud to nezbytně vyžaduje jeho provozní potřeba.

(2) Pracovní úkoly přeloženému zaměstnanci ukládá, jeho práci organizuje, řídí a kontroluje a pokyny mu k tomu účelu dává příslušný vedoucí zaměstnanec organizační složky (útvary), na jejíž pracoviště byl zaměstnanec přeložen.

T.Š.

Tip na výlet

OH LA ŽS

Členové Klubu seniorů neustále hýří aktivitou

Hlavním posláním tohoto letošního výšlapu Klubu seniorů z OH LA ŽS byla návštěva přírodní rezervace Liščí vrch s chráněným „hlaváč-

kem jarním“. Bohužel si letos příroda pospíšila a všechny hlaváčky byly již po odkvětu.

Naše pěší osmikilometrová trasa začínala v Mikulově a přes Procháskův lesopark jsme zamířili k Mariánskému mlýnu postaveném na Mušlovském potoce. V 19. století zde byla v provozu plovárna se dvěma bazény a i mletí záleželo na vydatnosti vody v potoce.

Text a foto: Draga Váchová

V sousedství mlýna se rozprostíral masivní vápencový Janičův vrch. Během krátké doby byl vápenec vytěžen (těžba zastavena v roce 2004) a zatopený. „Lom Janičův vrch“ slouží v současnosti jako přírodní koupaliště.

Cestou jsme navštívili soukromou farmu VICAN, o které jsme se dozvěděli v komentované prohlídce, že byla postavena v místě staré vojenské střelnice. Ochutnávka vína a hlavně ovčích a kozích sýrů byla výborným osvěžením.

V Sedlci jsme již směřovali na zpáteční vlak, někteří zabloudili i do milé hospůdky „Mezi vraty“.

Důležitá byla cesta, počasí a dobrá nálada. Zároveň jsme uvítali i „hlídací psy doprovod“.





Oleandr II – jedeme dál!

Jedna z těch kytetek, které milujete, když kvetou, ale jejich stěhování jaro podzim je trochu oříšek, a tak každým rokem uvažujete, jestli to vlastně stojí za to. Plán zněl jasně... pomalu sundat ze skříňky, pak rudl. V minulém článku jsme si společně zopakovali něco málo o pracovních úrazech, o tom, jak se posuzují, šetří, a ta část, která vás pravděpodobně nejvíc zajímá, jejich odškodňování, zůstala zcela bokem. V dnešním článku se tedy pokusíme své znalosti doplnit a je lhostejné, zda je použijete k obhajobě členů nebo pro přátele mimo prostor OSŽ, kteří se dostali do problémů... BOZP a legislativa, která je jedním z jejich pilířů, má totiž platnost na všech místech naší republiky stejnou, liší se pouze interní předpisy a celkový přístup zaměstnavatelů.

Začneme tím, že zaměstnavatel má za pracovní úrazy tzv. objektivní odpovědnost, což znamená, že podle § 269 zákona č. 262/2006 Sb., zákoník práce (dále v textu ZP), odst. 1 a odst. 4, je mj. povinen nahradit zaměstnanci škodu nebo nemajetkovou újmu vzniklou pracovním úrazem, a to i v případě, že dodržel povinnosti vyplývající z právních a ostatních předpisů k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, pokud se povinnosti nahradit škodu nebo nemajetkovou újmu zcela nebo zčásti nezprostí. Podmínky, za kterých zaměstnavatel může snížit svoji odpovědnost, a tím i finanční plnění poškozenému, jsou velmi přísné a souvisejí s prokázanou přítomností alkoholu, návykových látek, excesů či totálního porušení bezpečnosti práce a souvisejících předpisů, ačkoliv s nimi byl poškozený zaměstnanec řádně seznámen a jejich znalost a dodržování byly soustavně vyža-

dovány a kontrolovány zaměstnavatelem (§ 271 ZP). Podle § 271 odst. 4 ZP při posuzování, zda zaměstnanec porušil právní nebo ostatní předpisy anebo pokyny k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, se zaměstnavatel též nemůže dovolávat všeobecných ustanovení, podle nichž si má každý počínat tak, aby neohrožoval zdraví své a zdraví jiných.

Pokud zaměstnavatel uzná úraz jako úraz pracovní, je náhradu za ztrátu na výdělků, příp. náhradu nákladů na výživu pozůstalých, povinen vyplácet pravidelně jednou měsíčně od vzniku škody, pokud nebyl dohodnut jiný způsob výplaty (§ 271 m odst. 2 ZP) – tady pozor na písemné dohody se zaměstnavatelem o způsobu vyplácení, zejména u úrazů, u nichž je předpoklad dlouhodobé pracovní neschopnosti, a též velký pozor na to, že případné stanovení míry odpovědnosti zaměstnance (v %) znamená krácení všech peněz, které kdykoli v budoucnu poškozený (nebo jeho pozůstalí) obdrží. Toto krácení se pak bude týkat vzniklých škod ze všech pracovních poměrů (i OSVČ), dalších doložených škod a nákladů na léčení, následné související pracovní neschopnosti, bolestného a trvalých následků apod.

Ted', když máme za sebou všechny právní náležitosti, které odškodňování předcházejí, musím upozornit ještě na jednu nesmírně důležitou věc – nikdy nezapomínejme na to, že náhradu mzdy dostaneme víceméně automaticky a nárok na ni nikdy nezaniká, ale nárok na ostatní položky se ztrácí po třech letech a zaměstnanec se musí o ně zasloužit vlastní iniciativou – tzn. předložit zaměstnavateli všechny ty účtenky, dobrozdání, posudky, čestná prohlášení, doklady a formuláře (náklady na jejich poří-

zení jsou též součástí náhrad).

Trochu jsem se roze-psala, a to zdaleka není vše, co vám chci říct o pracovních úrazech a jejich odškodňování... třeba to, jak je důležitá práce odborové organizace a práce někoho z jejího středu, kdo je alespoň trochu znalý věci, že odškodnit jde i pracovní úraz bez pracovní neschopnosti, že je zaměstnavatel proti úrazům pojištěn a hlavně to, že i když je pracovní úraz vždy zásahem do života, nikdo v tom není sám. Právě pro to existujeme – odborová organizace, oddělení BOZP a vaši svazoví inspektoři bezpečnosti práce, a taky všechna ta školení, letáčky a brožurky, co vám OSŽ nabízí.

A kdo si počká, ten se dočká – v připravovaném třetím dílu Oleandru si konečně důkladně rozebereme jednotlivé druhy náhrad, bodové ohodnocení a jeho výši... Zkrátka se pobavíme o penězích.



Nela Eberl Friebová, Správa železnic

Kdo uteče, vyhraje

Anebo taky ne. Statistiky o pracovních úrazech jsou pokaždé neradostné a smrt si každoročně vybírá svou daň bez ohledu na opatrnost zaměstnanců, snahu zaměstnavatelů a jejich bezpečáků a snahu nás, svazových inspektorů oddělení BOZP OSŽ-Ú. Ani rok 2023 nebyl výjimkou, a tady si dovolím připomenout tu skutečnost, že ne všechny úrazy se stanou náhodou. Figurují v nich *porušení právních a ostatních předpisů*, pracovní stres a rizikové prostředí, lidská lenost a neakceptování pravidel BOZP – jak jsme mj. psali v **Informaci o vývoji pracovní úrazovosti v roce 2023** (máte ji nově ke stažení na webu OSŽ a v aplikaci MOJE OSŽ, a to v příhrádce BOZP – ke stažení <https://www.osz.org/index.php/ke-stazeni>) – přílišná tolerance k porušování předpisů a pravidel bezpečného chování, nedůsledná či chybějící kontrolní činnost a mnohdy i podfinancování oblasti BOZP, zažitá a roky opakovaná chování, nesoustředěnost, nepozornost a porušování předpisů na straně zaměstnance navyšují riziko úrazu v drážním i nedrážním provozu. Státní úřad inspekce práce v roce 2023 evidoval 36 125 pracovních úrazů,

z toho 78 s následkem smrti, ke kterým dvěma mrtvými bohužel přispěli i drážní zaměstnavatelé.

Statistiky jsou a budou neradostné – i přes všechna školení, předpisy a pokyny, i přes práci našeho oddělení – vždyť jen v loňském roce jsme pro vás provedli **472 kontrol nad zaměst-**

navatelem dle § 322 zákona č. 262/2006 Sb., zákoník práce, při kterých bylo zjištěno 775 závad a nedostatků na úseku BOZP. Navzdory statistikám se však nevzdáváme a pokaždé si říkáme, že každá nalezená (a odstraněná) závada má smysl a třeba někoho ochrání – před úrazem, těžkým poškozením zdraví nebo před smrtí...



Ilustrační foto: Daniela Houdková

Moudrá Sít' a agentura JINAG pomohou seniorům s moderními technologiemi

Jihomoravská agentura pro veřejné inovace **JINAG** společně s platformou **Moudrá Sít'** propojí seniory s digitálními asistenty. V rámci projektu „**Sít' digitálních asistentů**“, který si dává za úkol pomoci seniorům s používáním chytrých zařízení, proběhne v dubnu a květnu série vzdělávacích akcí na téma používání moderních technologií a bezpečnosti na internetu.

První setkání proběhla 4. dubna v brněnských Žabovřeskách a v Lesné. Poradenství mohli senioři využít také 23. dubna v rámci **Dne zdraví ve Slavkově u Brna**. Správně a bezpečně ovládat moderní technologie pomohli studenti seniorům 24. dubna v **Moravském Krumlově** a 25. dubna proběhla v **Brně** přednáška o bezpečnosti na internetu. Senioři mohou také využít pomoci individuálně při osobní návštěvě digitálního asistenta nebo prostřednictvím vzdálené IT pomoci. Služba je pro osoby starší 60 let zcela zdarma.

„Pro seniory je stále důležitější umět se orientovat v digitálním světě. Proto jsme spojili síly s Moudrou Sítí a prostřednictvím sítě digitálních asistentů podporujeme starší lidi ve využívání moderních technologií. Může jim to usnadnit komunikaci s blízkými, přístup k informacím a službám nebo i práci.“

Cílem Jihomoravské agentury pro veřejné inovace JINAG je podporovat inovace a rozvoj měst a obcí v Jihomoravském kraji. Zaměřuje se na poskytování know-how, metodickou podporu a konzultace veřejným institucím a organizacím, aby mohly efektivněji řešit výzvy a inovovat své služby a procesy. Doménami JINAG jsou participace a podpora občanské společnosti, zdravotnictví, energetika a ochrana klimatu, digitalizace a sociální služby. V rámci projektu propojuje JINAG platformu Moudrá Sít' se subjekty Jihomoravského kraje jako jsou školy, obce, místní akční skupiny, senior pointy nebo sociální služby.

Moudrá Sít' je inovativní platforma, která se zaměřuje na pomoc seniorům v používání digitálních zařízení a služeb prostřednictvím digitálních asistentů. Digitální asistenti jsou dobrovolníci ze jména z řad studentů středních a vyšších odborných škol, gymnázií, vysokých škol a univerzit.

Digitálním asistentem se může stát kdokoli, třeba i samotný senior. Pomoc spočívá například s výběrem, instalací nebo nastavením zařízení a řešením technických problémů, se kterými si senior neví rady. Senioři tak mají možnost zapojit se do digitálního světa a digitální asistenti si zde rozvíjí nejen technické, ale i komunikační dovednosti, emoční inteligenci a trpělivý přístup ke starším lidem.

„Zpětné vazby od seniorů potvrzují, že díky Moudré Sítí se cítí sebevědoměji při používání moderních technologií. Jsou velice vděční za péči a podporu, kterou jim digitální asistenti věnují. Máme i zpětné vazby od digitálních asistentů, kteří získávají dobrý pocit z toho, že to, co umí a jde jim úplně přirozeně, někomu tak moc pomáhá. Při setkáních dochází k jedinečnému mezigeneračnímu propojení, mění se náhled na starší a mladší generaci v pozitivním směru,“ uvedla Mirka Hubálková z Moudré Sítě.

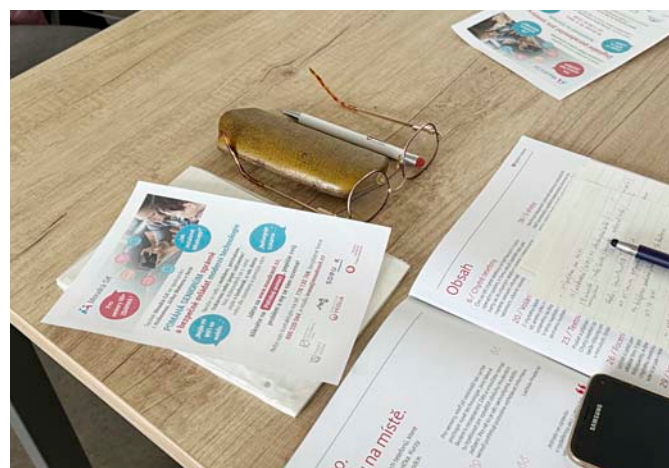
Zájemci mohou využít i **mapu digitálních asistentů**, která je zveřejněna na stránkách Moudré Sítě. Jsou zde také knihovny, které slouží jako místo pro setkávání a další spolupracující organizace a školy. Garantem projektu je spolek **Moudrá Sovička**, za finanční podpory Google.org a Nadace Vodafone.

Kontaktní osoba:

Eva Nečasová, doménová specialista na sociální a zdravotní služby, agentura JINAG
tel.: 773 252 377

e-mail: eva.necasova@jinag.eu

Poznámka redakce: Věříme, že to může být zajímavé pro seniorské kluby našich odborných organizací, a to nejen v Jihomoravském kraji. Předpokládáme, že podobné iniciativy existují i v dalších oblastech České republiky. Tak hurá na internet, kde – jak říkají moudří – se najde všechno.



IDEÁLNÍ FOTBALISTA

Italský příznivec kopané Angelo Bottoni po večerech sestavil kartotéku nejslavnějších světových fotbalistů, údaje o tisícovce znamenitých fotbalistů sečetl, pak zase vydělal a dostal údajně ideální míry pro fotbalistu světového formátu. Vyšlo mu, že ideální fotbalista má 170 cm výšky, 69 kg váhy, je mu 25–26 let, má středoškolské vzdělání. Hned se objevily komentáře, že na tom bude hodně pravdy, protože Pelé měl 171 cm, Puskas 170 cm, Garrincha 169 cm a našlo se samozřejmě mnoho nejznámějších hráčů, kteří odpovídali „průměru“.

STAVITELÉ

Tak už to bývá. To chce klid! Když usedli si k pivu, hned chvalozpěvy začaly znít na sílu kolektivu.

V žilách krev byla junácká, dost mluvilo se hrubě, na stole byla dvanáctka, a jedenáctka v hubě.

Sklenice vzlykly ke stropu, z úst mluvila i pěna, jak fotbalovou Evropu, nechat padnout na kolena.

Jak v pobíjení cizích hvězd, nepropást ani chvíli a jak si na věky věst, čile jak tenkrát v Chile.

Až Vám to nejde pod vousy, tak bylo jest a bude, když se to kapánek přibrousí, máte holt respekt všude.

Z křidel to musí jít, rychle – a ne zas kvapně – a vnitřní trio ať má klid na práci ve velkém vápně.

Zleva to házet na pravou, to fotbalistu živí, já zkrátka s jinou sestavou, udělám ve světě divy!

Debata rostla s počtem pív, vzrušená byla a čilá, zazněl i hlas, kdo z českých niv nahradí Vytlačila. ...

Jak je to pěkné, všude mít takové rozumbrady! Z večera často až po úsvit národní tým nám stavi.

Povaha nejsme chlubit, což potvrdí i vědci, dokážeme však u piva, vyřešit úžasně věci.

A v sousedském tom blábolu, je každá pravda vratká, přičemž v té rachotě u stolu ani fotbal nepijde zkrátka.

Recept na fotbalistu byl tady. Přidali se sportovní lékaři s tvrzením, že 170 cm je především pro útočníka skutečně ideálních – pro rychlost, obratnost, vedení míče atd.

Bylo by určitě snadnější hledat, kdo ideálním fotbalistou není. Počínaje těmi, kteří posílají „malou domů“ svému brankáři z poloviny hřiště. Základní otázka je ovšem opačná: kdo ideální je.

Dost se s tím natrápili na britských ostrovech a hledala se ideální míra nohy fotbalisty. Počítač vydal výsledné míry, které nejlépe odpovídaly americké filmové hvězdě Raquel Welchové – leč takovou nožku nevlastní žádný fotbalista.

Nohy jsou ostatně největším fotbalovým problémem – jak by ne, když jde o fotbal, v angličtině složeninu nohy (jak říká slovník od kotníku dolů) a míče. Nohy páně Beckenbauera byly pojištěny dvojnásob vysoko, než je měla v dobách největší slávy Marlene Dietrichová. Co noha, to milion, u Marlen obě dohromady. Někteří trenéři odmítají uznat za dobrého fotbalistu hráče, který nemá obě nohy fotbalově stejně dobré.

Znovu Anglie. Zrodil se nápad, že nejlepšími fotbalisty jsou vlastně ti, kteří na hřišti nejvíce běhají, pracují, čili nejvíce se vypotí a ztratí během zápasu na váze. Manchester United si vedl dobře, v měřeném – vlastně váženém – utkání ztratil 27 kg. Nejméně uznávaný zálož-

Ve dnech

14. 6. – 14. 7. 2024

proběhne v německých městech Mistrovství Evropy ve fotbale. V dnešní době, kdy skoro každý z Čechů je znalcem, trenérem a expertem na fotbal, dovolte mi z pozice bývalého hráče, funkcionáře a laika několik humorných příspěvků a postřehů z dob minulých i současných k tomuto právě začínajícímu mistrovství.



ník přišel o 3,7 kg. Cesta nevede asi ani tudy.

Americká firma Optimum nabídla fotbalovým klubům počítač, který roztřídí talenty, vybere nejvhodnější, rozškartuje nejlepší jedenáct i z dvou tisíc jmen.

V portugalské Vitorii Setubal to zkusili, koupili počítačem vytipované hráče. Stroj se nespolehl, posily se uvedly, jenže trenér nadával, ať tedy mužstvo sestavuje počítač, hráči se smáli, noviny vtípkovaly. Počítač začal žít v „ofsajdu“.

Nebo snad dát přednost názoru zkušených fotbalových expertů. Co člověk, to názor.

Nezbývá než v závěru jít s vlastní kůží na trh a vyslovit se. Tak tedy... Budete mít brzy možnost srovnávat.

Mistrovství Evropy vám dá nepřebornou možnost zvolit si ideálního fotbalistu. Na německé trávníky vyběhne nespočet hráčů – jeden malý, jeden velký, jeden tenký, druhý zaoblenější. Jen mi dovolte při hledání ideálu poznamenat, že v každém případě musí uchaže o tento titul umět sám sobě i druhým rozdávat fotbalovou radost. A jednotlivé kapky tohoto chutného nápoje se přece nedají měřit!

HISTORICKÉ VÝROKY O ČESKOSLOVENSKÉM FOTBALE

Pelé: „Na útočnicích je vidět, že od nás nic nekopírují.“

Herberger, německý trenér: „Na stará kolena mám strach, že některý československý trenér překoná mých třicet let u národního mužstva.“

George Best: „Netoužím po jejich lize, místo obránců tam hrají brouskové.“

Lev Jašin: „Kde jsou ty časy, kdy jsem se setkával s přáteli.“

Helenio Herrera, trenér: „S takovou „železnou“ disciplínou bych se uznávaným trenérem nestal!“

Šlapáky ligové i druhotřídní

Jeho forma klesala.

Zatímco v poledne zvládnul bezpečně pět dvanáctek, na hřišti si neporadil ani s jedinou desítkou.

Překvapili soupeře i diváky systémem 3-2-3. Víc se jich totiž nesešlo.

Na ruce měl pásku kapitána a řečí jak armádní generál.

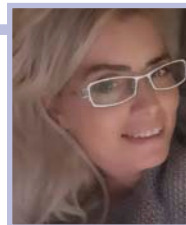
Zvláště dobře zahrála záloha. Měla také největší dobírku.

Jsem prý nekorunovaným králem střelců.

Spíše stokorunovaným, odpověděli.



Ilustrační foto: Oldřich Sobol



I DĚTI MOHOU MLSAT ZDRAVĚ

První červen je věnován dětem. Myšlenka na Mezinárodní den dětí se objevila již v roce 1925 na Světové konferenci pro blaho dětí, ale oficiálně byl tento den zaveden až o 26 let později. Vzhledem k tomu, že je červen, zaměříme se tento měsíc na několik cviků na posílení pánevního dna, které mohou nejen podpořit plodnost, ale také pomáhají zmírnit bolesti hlavy, bolestivou menstruaci a bolesti bederní páteře. Po cvičení nás čeká sladká odměna, protože je sezóna jahod a třešní. Tyto plody jsou ideální pro lehké recepty, které potěší jak děti, tak i dospělé.

Cviky pro pánevní dno se doporučují cvičit nejméně 4x týdně. Často máme pánevní dno příliš stažené (stres, sedavé zaměstnání, zátěžový sport) nebo příliš ochablé (málo pohybu, sed, časté cestování autem). Proto je opravdu důležité relaxovat i posilovat pravidelně.

Začneme lehkou masáží. Položíte se na záda, pokrčíte kolena a dáte si masážní míček pod kost křížovou (pokud nemáte masážní míček můžete použít i srolovaný ručník do klubíčka) a přejíždíte po míčku na různé strany zprava doleva, anebo provádíte kroužení. Jedná se o malé pohyby, kdy se snažíte, aby se kolena nehnula z místa (obrázek č. 1).

Poté zůstáváte ve stejné poloze, míček stranou, kolena více od sebe a každé zvlášť pokládáte dovnitř směrem k podložce (obrázek č. 2).

Další cvik se provádí stále ve stejné poloze, ale pravé koleno dáte přes levé koleno a opět pokládáte několikrát směrem k podložce a zpět a nohy následně vyměníte (obrázek č. 3).



Obrázek č. 1



Obrázek č. 2

Pod bederní páteří se nachází „esíčka“ neboli sakroiliakální skloubení, které je většinou blokové a málo pohyblivé. Důležité je ho rozpohybovat. Klekněte si na všechny čtyři, do tzv. pozice kočky, a jedno koleno si podložte destičkou nebo složeným ručníkem. Druhou nohou kloub malými pohyby rozpohybujete směrem nahoru, dolů, do sešikmené pánve a také do kroužků (obrázek č. 4).

A pokud jste si hezky zacvičili, je na čase připravit něco dobrého na zub jak pro vaše ratolesti, tak i třeba pro tatínky, ti totiž mají Den otců v neděli 16. června.

Ovocná bublanina: (obrázek č. 5) 3 vejce, 100 g xylitolu nebo jiného sladidla, 270 g špaldové mouky, kypřicí prášek, 200 ml kefíru a třešně nebo jahody.

Postup: vejce vyšleháme s cukrem do pěny a pak už jen přidáme zbytek surovin. Pečeme na 180 stupňů asi 40 minut.

Drobenku můžete vytvořit z vloček, čekankového sirupu a másla.

Tvarohové knedlíky bez laktózy: (obrázek č. 6) 500 g tvarohu bez laktózy, 150 g dětské krupice, 1 vejce, troška soli.

Postup: Ze surovin vypracujeme nelepivé těsto, případně můžeme přidat krupici a vytvoříme placičky, které naplníme jahodami a vytvoříme plněné knedlíky. Dáme do vroucí vody a vaříme, dokud nevyplavou. Servírujeme s tvarohem a sladit můžeme čekankovým sirupem.

Mini jahodový cheesecake: (obrázek č. 7)

Korpus: 160 g ovesných vloček, 40 g ořechů, 40 ml kokosového oleje, 30 ml čekankového sirupu. Vločky a ořechy rozmixujeme na mouku a promícháme se změkklým kokosovým olejem a sirupem. Tuto směs

namačkáme na dno silikonových forem a pečeme na 160 stupňů 10 minut.

Mezitím si připravíme tvarohovou směs ze 180 g žervé, 150 g řeckého jogurtu, 2 odměrek proteinu, 2 vaječných bílků a 1 lžičky čekankového sirupu, kterou vyšleháme.

Vyndáme vločkový korpus z trouby a naplníme ho připravenou směsí. Snížíme teplotu trouby na 140 stupňů a pečeme dalších 20 minut.

Připravíme si jahodový topping. Jahody, 1 lžičku čekankového sirupu, šťávu z půlky citrónu a trochu vody, necháme na sporáku probublat, dokud se jahody nezačnou rozpadat. Poté přidáme 1 lžičku škrobu rozmíchaného s trochou vody.

Vyndáme cheesecaky z trouby, nahoru dáme připravený topping a dáme na hodiinu odležet do ledničky.

Dobrou chuť!

Cvičení od **My fitness life – Karolina Jarošová** najdete na: https://www.youtube.com/watch?v=hMI_-S6ZrQc&t=564s

Více zdravých receptů podle **Veroniky Nohelové** najdete na Instagramu: [jednoduchost_na_talíři](#).



Obrázek č. 5



Obrázek č. 6



Obrázek č. 3



Obrázek č. 4



Obrázek č. 7



INDONÉSIE –

ZEMĚ NEKONEČNÝCH MOŽNOSTÍ

Tentokrát jako tip na výlet či dovolenou mi dovolte pouze v krátkosti představit Indonésii, zemi nekonečných možností a hlavně rozdílů. Malebná a v současnosti hlavně mladou populací navštěvovaná Indonésie dokáže zcela uchvátit. Posudte sami...

Indonésie neboli **Indonéská republika** je stát v jihovýchodní Asii a Oceánii, který je tvořen 17 508 ostrovy. Patří mezi čtvrtý nejlidnatější stát světa s více než čtvrt miliardou obyvatelstva. Hlavním městem Indonésie je Jakarta. Na pevnině hraničí Indonésie s Papuou Novou Guineou, Východním Timorem a Malajsií. Na moři sousedí se Singapurem, Filipínami, Austrálií, Palau, Thajskem a indickým územím Andamany a Nikobary.

Indonéské souostroví bylo od 7. století významným obchodním centrem, kdy království čile obchodovalo s Indií a Čínou. Místní vládcí postupně začali přebírat indickou kulturu, náboženské a politické modely a docházelo k rozkvětu země. Historie Indonésie byla ovlivněna snahami cizích mocností o ovládnutí jejího přírodního bohatství. Evropští kolonialisté v době zámořských objevů bojovali o ovládnutí obchodu s kořením, dále následovalo tři a půl století nizozemské nadvlády a po druhé světové válce konečně Indonésie získala nezávislost. Turbulentní moderní historie země se potýkala nejen s přírodními katastrofami, ale i s obdobím prudkých ekonomických a politických změn.

Obyvatelstvo souostroví patří k mnoha etnickým, jazykovým a náboženským skupinám, kdy nejvyšší zastoupení má islám, dále pak hinduismus či buddhismus. Minoritně je zde zastoupeno i křesťanství. Navzdory hustému zalidnění se v zemi nacházejí rozlehlé oblasti překrásné divočiny a často máte pocit, že jste se ocitli v ráji. Pestrost přírodních krás jak na zemi, tak i v moři či Indickém oceánu je ne-



přeborná a slovy těžko popsatelná. Ta barevnost jak květin, keřů a další vegetace vás zcela uchvátí nejen pestrostí květů a plodin, ale i jejich vůní. Při pobytu na ostrovech se zcela automaticky stáváte součástí této krásy. Stejně tak, jak pestrá je vegetace, najdete zde nepřehlednou škálu hmyzu a zvířat, přičemž se asi nejčastěji setkáte s gekonem. Je to malá ještěrka lezoucí po svislých stěnách a vydávající zcela charakteristické zvuky.

Podmořský svět mezi ostrovy Indonésie patří k nejkrásnějším na světě. Vstup do národního parku Komodo je regulován nejen vstupným, ale i dalšími požadavky, které musí návštěvníci plnit. Jedná se především o omezená místa pro kotvení lodí, vymezený prostor pro možnost potápění nebo šnorchlování. Důvodem je nejen regulace návštěvníků, ale především zachování přírodních krás podmořského světa. Ta

nepřeborná variace korálů, sasaneček, mořských živočichů zastoupených nejen žraloky, rejnoky, hvězdicemi, ale i rybami všech možných druhů a barev je pestrá.

Přes veškerou krásu nelze v Indonésii nezaznamenat výraznou proporcionální kupní síly obyvatelstva. Platí se zde indonéskou rupií. V této zemi, snad častěji než jinde, vás zarazí chudoba obyvatelstva, která má za následek jejich fyziognomii. Tito lidé jsou velice drobní a poměrně nízkého vzrůstu, jako výsledek nedostatečného příjmu potravy a vysokého podílu fyzické práce. Mechanizaci při obdělávání polí s kukuřicí nebo rýží skoro neuvidíte. Prakticky veškeré zemědělské práce se vykonávají ručně za vydatné pomoci domácího skotu. Jsou oblasti, kde máte pocit, že jste se přenesli do minulého století. Některé zemědělské nástroje známe pouze z muzea nebo z vyprávění



našich rodičů či prarodičů. Přes tato negativa jsou ostrovy Indonésie protkány poměrně dobrými silnicemi. Na ostrovech nejčastěji potkáváte motorky v rozdílném technickém stavu. Méně často se na silnici setkáte s osobními automobily a pro nás Evropany je nezvyklé, že se jezdí vlevo.

Jinak doprava po Indonésii je různorodá a záleží na velikosti a bohatství ostrova. Existuje ostrov Gilli Meno, který je tak malý, že se místní pohybují ve čtyřkolce tažené koněm, a dále existují obydlené ostrovy, kde místní doprava není vůbec. Jinak standardní přesun mezi ostrovy je buď letecky, nebo po moři, kde si můžete zvolit jakoukoliv dopravu, od motorového člunu po trajekt. Každá varianta má své kouzlo.

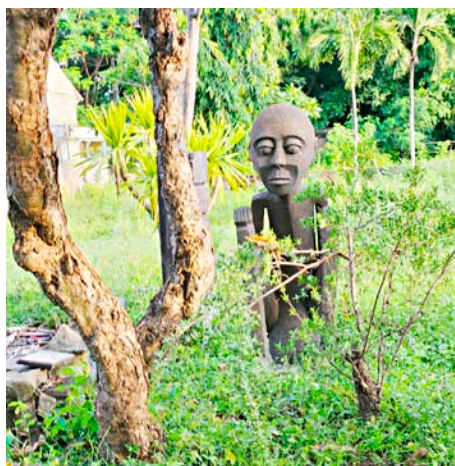
Pokud Indonésii navštívíte v době končícího ramadánu, zažijete nejen veselí a hodování, ale také od západu do východu slunce je slyšet z každého minaretu hlasité muezínovo předčítání pasáží z Koránu. Na spánek zapomeňte, spát se nedá...

Dále jsou v Indonésii ostrovy, které jsou převážně buddhistické nebo hinduistické, a zde zase vidíte velké množství drobných obětín se zapálenými vonnými tyčinkami společně s květinami všeho druhu. Každá malá svatyně je denně ozdobena čerstvými květy, nejčastěji afrikány. Větší chrámy mají výzdobu honosnější, proto zde vidíte třeba květy strelície, frangipani či další, pro nás exotické rostliny.

Indonésie je země, která vás určitě zaujme nejen pestrostí přírodních krás, ale také kulturní rozdílností. Je to země, kterou si buď zamilu-

jete napoprvé a budete se chtít vracet, anebo je pro vás tak plná rozporů, že do těchto míst už nikdy nepojedete. V každém případě určité sto-

jí za to tuto zemi navštívit a poznat jinou kulturu. Stejně tak je vhodné podívat se, jak se dá žít v těsném spojení s přírodou.



Blahopřejeme

V tomto měsíci slaví narozeniny:

Ilona Kačová – SKANSKA

Petr Dvořák – SKANSKA

Zdeněk Maar – JLV

Alena Kapounová – OHLA ŽS TAPS Brno

Lukáš Chromek – OHLA ŽS Elektro

Zdeňka Prucková – DZ Olomouc