

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

■ Setkání dopisovatelů	str. 2
■ Odbory a ekonomika	str. 3
■ Vedení NeRV informuje	str. 4
■ BOZP	str. 5
■ Na káfičku s...	str. 6
■ SON	str. 9
■ O zdraví...	str. 10
■ Tip na dovolenou	str. 11
■ Tip na výlet	str. 12
■ Blahopřejeme	str. 12



Na zasedání Ústředí OSŽ, které se konalo 23. října, byly vyhlášeny volby do ZV ZO OSŽ

Do konce března 2025 je třeba uspořádat volby do ZV ZO OSŽ



Připravil Milan Sedlák

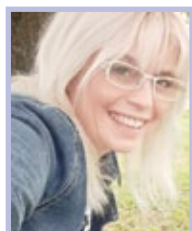


Foto: Daniela Houdková

Dnem 23. října 2024, tedy od zasedání Ústředí OSŽ, byly vyhlášeny volby do ZV ZO OSŽ. Volby se musí uskutečnit nejpozději do 31. března 2025. Protokol o volbě do ZV ZO OSŽ musí být doručen na sekretariát OSŽ - ústředí nejpozději do 15. dubna 2025. Na webových stránkách OSŽ budou všechny informace a dokumenty spojené s volbami a přípravou IX. sjezdu OSŽ, který se uskuteční ve dnech 7.-8. listopadu 2025 v Brně v hotelu Orea, postupně zveřejňovány v jedné záložce, aby se členstvo OSŽ dobře orientovalo.

„Brněnský hotel nabízí vše, co potřebujeme pro zajištění této významné akce: prostory, mo-

derní techniku i catering dle našich požadavků. To vše pod jednou střechou s ubytovací kapacitou pro delegáty i organizační tým,” řekl tajemník PV OSŽ SŽ a gestor Organizační komise pro přípravu IX. sjezdu Miroslav Maincl.

Manuál zásad pro organizaci voleb do ZV ZO OSŽ a RK ZO OSŽ

Úvodní ustanovení

Závodní výbor základní organizace OSŽ vychází ze zásady, že základní organizace (dále jen „ZO OSŽ“) je základním článkem OSŽ, která je oprávněna samostatně rozvíjet svoji činnost a rozhodovat o všech otázkách vnitřního života své organizace (Stanovy OSŽ čl. 24 a Organizační řád OSŽ čl. 24). Z toho vyplývá, že volební řád a další dokumenty pro činnost ZO OSŽ si stanoví základní organizace sama, při respektování obecně platných předpisů, Stanov OSŽ a dalších vnitřních předpisů OSŽ.

Pokračování na str. 2

Stalo se:

STANE SE:

► Na 14. řádném jednání NeRV OSŽ, které se bude konat 26. listopadu, proběhne rovněž tradiční turnaj v elektronických šipkách, který pořádá Odborové sdružení železničářů a organizačně zajišťuje NeRV OSŽ. Trénujte!



► Správa železnic vybrala projektanta nové budovy centrálního dispečinku pro vysokorychlostní tratě (VRT) v Praze na Balabence – zakázku získala společnost SAGASTA – dokončení stavby se plánuje v roce 2030

► Na 120 odborářů se ve čtvrtek 14. listopadu sešlo v pražském Hotelu Olšanka na celostátní konferenci Odborového svazu zdravotnictví a sociální péče ČR; potkali se zde zaměstnanci všech profesí působících ve zdravotnictví a v sociálních službách z celé republiky

► Drážní úřad připravuje návrh legislativních změn v návaznosti na nehodu na Ještědu – příčinou smrtelné nehody bylo přetržení tažného lana lanovky z důvodu skryté koroze

► Správa železnic začala instalovat na přejezdy nové reflexní štítky, které zvýší bezpečnost provozu – v nejbližší době jimi osadí všechna úrovňová křižení na své síti



Do konce března 2025 je třeba uspořádat volby do ZV ZO OSŽ

Dokončení ze str. 1

Zajištění a způsob voleb do ZV ZO OSŽ a RK ZO OSŽ (dosavadní) na svém jednání před zahájením voleb:

a) navrhuje strukturu ZO OSŽ (kolik bude členů ZV a RK) s ohledem na rozsah a počet pracovišť, odborových úseků apod.

Počet členů ZV ZO OSŽ by však měl být takový, aby odpovídal potřebám odborové činnosti. Stejný postup je u volby RK ZO OSŽ,

b) navrhuje členy volební komise a předsedu volební komise (členové volební komise nesmí kandidovat na žádnou volenou funkci),

c) předkládá ke schválení členskou schůzi nebo konferenci ZO OSŽ (před zahájením voleb do ZV a RK, tzn. projednat na předcházející schůzi ZV ZO OSŽ), návrh volebního řádu ZO OSŽ,

■ členská schůze = zvou se všichni členové ZO OSŽ (pro přijímání rozhodnutí a usnesení musí být přítomna nadpoloviční většina všech členů ZO OSŽ),

■ konference = ZV ZO OSŽ stanovuje klíč k určení počtu delegátů (doporučuje se u většího počtu členů ZO OSŽ a rozhoduje nadpoloviční většina přítomných delegátů),

■ zda konat členskou schůzi nebo konferenci je na rozhodnutí ZV ZO OSŽ a záleží na ustálené praxi a zkušenostech z minulosti,

■ pozvánka na členskou schůzi nebo konferenci musí v návrhu programu obsahovat mimo jiné bod volba členů ZV ZO OSŽ a členů RK ZO OSŽ,

d) stanovuje klíč k určení počtu delegátů na konferenci ZO OSŽ. Záleží na rozlehlosti a počtu členské základny ZO OSŽ. Všechny materiály, které budou předkládány konferenci/členské schůzi, musí být projednány a schváleny na jednání ZV ZO OSŽ,

e) volby řídí volební komise, která byla schválena na jednání konference/členské schůze ZO OSŽ a odpovídá za demokratický průběh voleb a postupuje dle schváleného volebního řádu ZO OSŽ.

Zpracování Volebního řádu ZO OSŽ

Návrh volebního řádu ZO OSŽ:

— zpracují a předkládají ke schválení dosavadní členové ZV ZO OSŽ, a to na základě rozhodnutí o způsobu a podobě voleb,

— schvaluje členská schůze/konference ZO OSŽ,

— obsahuje stanovení náležitostí a zásad pro volby do ZV a RK ZO OSŽ případně volbu předsedy ZV ZO OSŽ.

Ustanovující schůze nově zvoleného ZV ZO OSŽ (RK).

Termín konání ustanovující schůze se stanovuje co nejdříve po ukončení voleb (může se konat hned po jednání konference/členské schůze tzn. týž den). Ustanovující schůzi nového ZV ZO OSŽ řídí předseda volební komise.

a) v případě, že se předseda ZV ZO OSŽ volí

ze všech členů nově zvoleného ZV ZO OSŽ, předkládá předseda volební komise návrh kandidáta na předsedu ZV ZO OSŽ. (Při více kandidátech se postupuje dle volebního řádu ZO OSŽ),

b) v případě přímé volby předsedy ZV ZO OSŽ členy ZO OSŽ, uvede předseda volební komise zvoleného předsedu ZV ZO OSŽ do funkce,

c) nově zvolený předseda ZV ZO OSŽ podává návrhy na obsazení dalších funkcí v ZV ZO OSŽ (dle ustanovení Stanov OSŽ čl. 24, bod 8) musí mít ZV OSŽ povinně zvolené tyto funkce: předsedu ZV ZO OSŽ, místopředsedu ZV ZO OSŽ, hospodáře ZV ZO OSŽ,

d) stejný postup se uplatňuje také při konání ustanovující schůze RK ZO OSŽ.

Volby ZO OSŽ do ZV a RK se provádějí

— přímá volba (tajná volba) – volby se provádí prostřednictvím volebních lístků, které se vzhazují do volební urny. Volby probíhají ve dnech voleb nebo přímo na členské schůzi nebo konferenci. Výsledky voleb se po ukončení zveřejní vhodnou formou dle místních podmínek a zvyklostí.

— veřejná volba – volby se provádí přímo na jednání členské schůze nebo konference, a to zvednutím ruky nebo delegačního lístku. Informace o výsledku voleb se zveřejní vhodnou formou dle místních podmínek a zvyklostí.

Dopisovatelé Obzoru řešili problematiku železnice

Jak se stalo již dlouholetou tradicí, sešli s v závěru roku dopisovatelé Obzoru s redakcí Obzoru. Setkání moderoval šéfredaktor Obzoru a editor jeho internetové přílohy Nedrážní Obzor **Milan Sedlák**, z pozvané dvacítky dopisovatelů se jen dva omluvili, přítomní setkání byli také předseda OSŽ **Mgr. Martin Malý**, místopředsedkyně OSŽ a předsedkyně Nedrážního republikového výboru **Bc. Renata Dousková** a tajemník PV OSŽ Správy železnic **Miroslav Maincl**. Ten v úvodu popsal současnou aktuální situaci v OSŽ, kde probíhá kolektivní vyjednávání u všech podniků. Zatímco kolektivní smlouva se Správou železnic byla podepsána již 11. listopadu, u ČD Cargo a u Českých drah zatím vyjednávání pokračuje. Miroslav Maincl spolu se svým kolegou **Jožkou Hlaváčkem** se vyjádřili i k obsahu Obzoru, přičemž zdůraznili, že prioritou jsou informace o dění v OSŽ. Připomněli i důležitost příměšené kritiky, která by měla být vyvážená a objektivní.

Dopisovatel Bohumil Pokorný potvrdil, že zaměstnanci železničního podniku měli vždy zájem o to, aby podnik prosperoval, o čemž svědčí nahlédnutí do archivních novinových materiálů i několik desítek let starých. „**Kritika by ale měla mířit, je-li to nutné, i do vlastních řad,**“ doplnil své vystoupení.

Na mnohé z otázek, které vyplynuly z diskuze, odpověděl předseda OSŽ **Martin Malý**. Připomněl důležitost Obzoru jako média pro informování o dění v OSŽ, jakož i prostoru pro svobodnou diskuzi, zdůraznil výhody „papírového“ vydání před elektronickým, neboť klasické noviny jsou pro některé kategorie čtenářů praktičtější než pouze informace v elektronické podobě. Zdůraznil, že kombinaci rychlých aktuálních informací na webu OSŽ, v mobilní aplikaci Moje OSŽ, v síti X a na Facebooku doplněnou o papírové noviny považuje za optimální pro zajištění kvalitní informovanosti různých kategorií čtenářů. V další části svého vystoupení se věnoval oslavám 35 let OSŽ a nadcházejícímu Sjezdu OSŽ v příštím roce. Přitom oznámil, že na sjezdu již nebude kandidovat na předsedu OSŽ v dalším období, především z důvodu potřebné obměny, která je pro zdravý chod jakékoliv organizace nutná.

Jednání pokračovalo vystoupením **Renaty Douskové**, která přiblížila otázky, jež se řeší



u nedrážních organizací, kterých OSŽ zastupuje 33. Některým společnostem se daří více, jiným méně, společným cílem OSŽ je však udržení zaměstnanosti a platových podmínek.

Připomněla, stejně jako šéfredaktor Obzoru, že NeRV má vlastní internetový magazín, a ten se za léta realizování plně zpravodajsky osvědčil.

V závěrečné diskusi se přítomní dopisovatelé zamýšleli nad otázkami režijního jízdného, nové techniky na dráze (ETCS), srovnání se zahraničními železnicemi a dalšími tématy. Dopisovatelé se také shodli na tom, že zatím nedostupným vzorem pro naši železnici jsou švýcarské dráhy a vyjádřili naději, že i díky Obzoru se snad v budoucnosti podaří alespoň o kousek zlepšit fungování naší železnice.

Miroslav Čáslavský, Foto: Daniela Houdková

DPMB NABÍZÍ TERAPEUTICKÉ PROGRAMY PRO ŘIDIČE

Řidičům, kteří žádají o navrácení řidičského průkazu a musí proto dle zákona projít terapeutickým programem, nabízíme možnost jej absolvovat u nás v DPMB. Naše akreditované terapeutky programy nabízí pro úzké skupiny tří až osmi zájemců až desetkrát ročně. Nejčastěji do programu vstupují řidiči, kteří odmítli zkoušku na alkohol nebo drogy. Program můžou zájemci absolvovat

i dobrovolně, pokud cítí své limity při řízení a chtějí spolu s lektorem hledat jejich příčinu.

Cílem programu je prevence dalšího rizikového chování v dopravě. Během pěti sezení se psychologové s klienty zaměřují na změnu postojů a životního stylu účastníků a na uvědomění si následků rizikového chování za volantem. Například jedno celé sezení věnujeme problematice alkoholu.

Zájemci se mohou objednávat prostřednictvím webu centra Unity.



TRIČKO 155 LET MHD

Přáli jste si stejná trika, jako měli naši organizátoři na oslavách 155 let MHD v Brně. Tak jsou tady! Limitovaná edice je v prodeji v informační kanceláři na Novobranské

18 nebo na našem eshopu. Nabízíme velikosti S–XL, abychom oblékli celou vaši rodinu. Cena je 280 Kč. Těšíme se, až vás v nich v Brně potkáme!

Váš DPMB



Zdroj Správa železnic

HLEDÁ SE ZHOTOVITEL PRO PRVNÍ ÚSEK RYCHLOTRATĚ MEZI BRNEM A PŘEROVEM

Správa železnic plánuje v příštím roce zahájit modernizaci trati z Brna do Přerova, nyní vyhlásila tendr na zhotovitele prací v úseku mezi Nezamyslicemi a Kojetínem. Stejně jako ostatní části důležité spojnice jižní a severní Moravy získá druhou kolej, traťová rychlost bude 200 km/h. Odstraní se všechny přejezdy, cestující získají bezbariérový přístup na nástupiště a pohodlný nástup do vlaků. S přestavbou prvního úseku se počítá od poloviny příštího roku do konce roku 2028.

Nejvýznamnějším stavebním prvkem bude nový Němčický tunel dlouhý 744 metrů, který povede pod kopcem Kozlov. Projekt dále zahrnuje výstavbu osmi nových železničních mostů, nejdelší z nich přes údolí potoka Žlebůvky bude měřit 122 m.

Stavbaři vybudují dvě nové zastávky s bezbariérovým přístupem, jednu jako náhradu za zrušenou stanici Němčice nad Hanou. Obě zastávky získají stání pro auta a cyklostanice. V případě provozních mimořádností bude možné přejet z jedné koleje na druhou v nové odbočce Hruška, která se bude nacházet v polovině modernizovaného úseku.

Oba stávající přejezdy budou zrušeny, v Němčicích díky přeložení železniční tratě do nové polohy, v Měrovicích ho nahradí nová objízdná komunikace. Součástí projektu jsou i částečné přeložky silnic III. třídy, které jsou v kolizi s novým vedením železniční tratě.

PROLONGACE ROK 2025

K prodloužení platnosti jízdních výhod ČD pro rok 2025 bylo stanoveno období od 1. 11. do 14. 12. 2024.

Prolongační částky pro rok 2025 jsou stanoveny takto:

Zaměstnanci	1657 Kč
Rodinní příslušníci zaměstnanců a důchodců (manželé, manželky, registrovaní partneři)	1877 Kč
Pozůstalí (vdovy, vdovci, vyjma sirotek)	1877 Kč
Důchodci	904 Kč
Děti do 26 let (dětí zaměstnanců, důchodců a sirotek)	904 Kč

Provedením úhrady prolongační částky je prodloužena platnost aplikace železniční průkazka na In Kartě na další období, a to do 13. 12. 2025.

Prolongační částka uhrazená pro rok 2024 je platná do 14. 12. 2024.

Úhrada prolongační částky:

Prolongační částku lze uhradit v e-shopu ČD (<https://www.cd.cz/e-shop/in-karta/drzitel-zeleznicni-prukazky/default.htm>) prostřednictvím platební karty nebo účtu ČD Kredit nebo u pokladní přepážky ČD s UNIPOK – hotově, platební kartou nebo EPIK.

Jestliže je prolongační částka uhrazena bez předložení In Karty nebo prostřednictvím e-shopu ČD, je nutné před první cestou na Slovensko aktualizovat In Kartu u pokladní přepážky ČD s UNIPOK nebo na příslušném personálním útvaru, kde je držitel v evidenci jízdních výhod.

Další informace k prolongaci roku 2025 včetně informací o uznávání jízdních výhod v rámci obvodu vymezeném objednávkou Jihomoravského kraje a v rámci obvodu vymezeném objednávkou Plzeňského kraje naleznete v Metodickém pokynu k prodloužení platnosti zaměstnaneckých jízdních výhod ČD pro rok 2025 (dokument č. j. 7617/2024-KNLZ, ze dne 14. 10. 2024). Pokyn, vč. přílohy, je k dispozici na personálních útvarech dle evidence držitele jízdních výhod a současně je pro zaměstnance ČD, a.s., zveřejněn v aplikaci Dokumenty k seznámení ČD. Informace najdete i na www.osz.org.

Digitální sledování zaměstnanců

Za pandemie se zaznamenala vysoká poptávka po nástrojích na sledování zaměstnanců a tento trend nadále pokračuje. Již byly i vypracované studie se zaměřením, jakého efektu se u firem a jejich zaměstnanců dosáhlo při jejich sledování.

Firmy si pochvalují možnosti monitoringu výkonu v reálném čase a zvýšení produktivity, kdežto u zaměstnanců jsou výsledky rozporuplné. Některé zaměstnance sledování motivuje k lepšímu výkonu, některým to způsobuje stres.

Studie se zabírají, zda skutečně sledování zvyšuje produktivitu, jeho etiku monitorování, dopady na psychiku zaměstnanců apod. Vesměs se studie shodují, že míra výkonnosti je vyšší s důvěrou zaměstnance k zaměstnavateli, než zda-li je sledován či nikoliv. Sledování totiž může vést k potlačení snahy o nové postupy, úmyslně tvořené činnosti pro zdání pracovní vytíženosti a může vést k tzv. „technologické stresu“ (stres spojený s tlakem na výkon a neustálou dostupností).

Praxe ukazuje, že digitální sledování zaměstnanci lépe přijmou, pokud jej pokládají za ochranu než kontrolu. Firmy by tedy měly zvážit při digitálním sledování zavádění různých monitoringů s ohledem na důvěru zaměstnanců, transparentním přístupem a zapojením zaměstnanců do tvorby pravidel pro sledování. Firmy, kterým zaměstnanci důvěřují, těžší z vyššího výkonu i bez nadměrného digitálního sledování. **T.Š.**

Limit benefitu pro rok 2025

S nárůstem průměrné mzdy dochází k navýšení limitu nepeněžního plnění benefitů poskytnutých zaměstnavatelem, které nepodléhají zdanění ze strany zaměstnance. V roce 2024 se při výpočtu benefitů vycházelo z průměrné mzdy ve výši 43 967 Kč, limit pro nepeněžní benefity v roce 2024 je 21 983 Kč. Na rok 2025 se počítá s průměrnou mzdou ve výši 46 557 Kč, od ledna 2025 bude limit pro volnočasové benefity ve výši 23 278 Kč. **T.Š.**

Je řešením bydlet v nebytových prostorách?

Zvyšující se ceny pronájmu bytů často lidi nutí k netradičnímu řešení bydlení. Vzhledem k jejich finančním možnostem proto hledají levnější variantu bydlení, kterou může být bydlení v mobilních domcích určených pro trvalé bydlení, nebo pronájem nebytových prostor.

Nebytové prostory jsou prostory určené především pro nebytové účely. Jedná se tedy o kanceláře, sklady, garáže apod. Zda se jedná o nebytové prostory, stanovuje na základě kolaudace stavební úřad.

Přestože se jedná o nebytové prostory, platí, že na každý pronájem je nutné uzavřít nájemní smlouvu, která kromě identifikačních údajů smluvních stran musí obsahovat popis nemovitosti a veškeré vybavení určené k pronájmu. Dále je nutné uvádět délku a trvání smlouvy včetně podmínek výpovědi z pronájmu, cenu pronájmu a další práva a povinnosti obou stran a smluvní pokuty.

Pro úplnost je nutno dodat znění nového občanského zákoníku: „**Ujednají-li si pronajímatel s nájemcem, že k obývání bude pronajat jiný než obytný prostor, jsou strany zavázány stejně, jako by byl pronajat obytný prostor.**“

Pak má nájemce i pronajímatel, v případě využívání nebytových prostor k bydlení, stejná práva a povinnosti jako v případě klasického nájmu obytných prostor.

Zda je bydlení v nebytových prostorách správné, nelze jednoznačně stanovit, protože zákony v ČR nemají souhlasné stanovisko. Nový občanský zákoník bydlení v nebytových prostorách povoluje, ale stavební zákon bydlení v těchto prostorách naopak zakazuje. V každém případě je na zvážení, zda chce nájemník podstupovat možnou pokutu a výpověď pronájmu z důvodu nepoužívání prostor k obvyklému účelu.

Jiná situace nastane v případě, kdy se rozhodnete koupit nebytový prostor s tím, že jej budete chtít změnit na prostory vhodné k obývání.

Zda bude prostor vhodný k bydlení, se nechá zjistit na stavebním úřadě. V případě souhlasného stanoviska od stavebního úřadu, budete muset podat oznámení o změně užívání. Toto oznámení musí obsahovat podstatu změny, rozsah a důsledky změny, popř. rozhodnutí příslušných orgánů včetně příslušné dokumentace. Po prostudování předložených materiálů stavební úřad rozhodne, zda je prostor vhodný k bydlení. V případě, že nebytový prostor nebude splňovat požadavky pro bydlení, je nutné na základě stavebního ohlášení či povolení nemovitost zrekonstruovat a následně požádat o rekolaudaci. **R.D.**

Jak postupovat při dědictví s dluhy

Smrt blízké osoby je smutná etapa v životě. Další záležitostí s ní spojenou je dědické řízení. Zde je nutná ostražitost, protože zemřelý může v dědictví zanechat dluhy, které pak mohou připadnout na dědice. A že zanechání dluhů dědicům není nic neobvyklého, nám dokládají statistiky.

Do pozůstalosti se započítává nejen majetek movitý a nemovitý, ale samozřejmě i dluhy zemřelého.

Zde je nutné uvést, že dědic odpovídá za dluhy zemřelého v plné výši.

Veškerá data by vám měl sdělit notář, který má ze zákona přístup k bankám, pojišťovnám, do katastru nemovitostí či do obchodního rejstříku a zjistí finanční zůstatky u zemřelého. V případě kladného zůstatku, problém není, ten nastává ve chvíli, kdy zemřelý zanechá dluhy.



V tomto případě existuje několik způsobů řešení, jak se může dědic chránit. V prvé řadě je možné se zříknout dědického práva, které lze učinit již za života zůstavitele. Tento administrativní krok se pak vztahuje i na potomky budoucího dědice.

Další možností je, že se vzdáte dědictví ve prospěch jiného dědice, který s tím musí souhlasit. Doplňme, že daným způsobem je možné vzdát se celku, ale i jen části dědictví.

A nyní nastává asi nejjednodušší způsob řešení, s tím, že do jednoho měsíce, kdy vás kontaktoval notář, odmítnete dědictví kvůli dluhům jako celku.

Ještě je důležité upozornit na asi poslední možnost odmítnutí dědictví, a to s výhradou povinného dílu, což je výjimka, kterou mají pouze nepominutelní dědicové.

Na tomto místě je nutné ještě uvést, že existuje výhrada soupisu pozůstalosti, kterou musíte uplatnit ve lhůtě jednoho měsíce. Pokud k ní dědic přistoupí, odpovídá sice za dluhy zemřelého, nicméně pouze do výše hodnoty svého podílu. V případě existence většího množství dědiců, hradí dluhy zůstavitele společně a nerozdílně.

V případě úmrtí manžela či manželky, a to při společném jmění manželů, nelze žádný z výše zmíněných kroků uplatnit a pozůstalý partner se stává spoludlužníkem, kromě odmítnutí dědictví či výhrady soupisu pozůstalosti. **R.D.**

Možná nepřišel pozorovat vlaky...
... možná nevidí světlo na konci tunelu.

Nenastupuje do vlaku
Stojí na konci nástupišť
Odkládá osobní věci
Působí zamyšleně

Někdy stačí jen pozdravit. Zkuste s dotyčným navázat kontakt nebo informujte nádražní personál.

Necítíte se dobře? Nejste na to sami. Volejte Linku první psychologické pomoci **116 123**

V krizové situaci volejte tísňovou linku **112**

Opatruj-se
P.S. IJ
NUZ
SPRÁVA ŽELEZNIC

Pochvala před tabulí

Od první chvíle bylo jasné, že nás čeká nevšední školení. My z oddělení BOZP OSŽ-Ú už na to máme za ty roky prostě čuch... I když se snažíme BOZP představovat i s humorem a pomocí interaktivních prvků, ne vždy se setkáme s tolika lidmi na jednom místě, kteří naši snahu oceňují. BOZP možná není nejzábavnější téma na světě, ale jsme přesvědčeni o tom, že s dobrým přístupem a špetkou humoru může být překvapivě zajímavé a poučné jak pro naprosté laiky, tak pro inspektory BOZP ZO OSŽ – stávající i ty budoucí. Zkrátka pro lidi, kteří mají trpělivost a vůli pomáhat lidem navzdory jejich opakujícím se chybám, chránit je před riziky nebo spolupracovat se zaměstnavatelem na zajištění bezpečného pracovního prostředí či šetření a odškodňování pracovních úrazů. Tato práce má hluboký smysl – a je k nezaplacení. Dělat něco konkrétního pro podporu bezpečnosti a ochrany zdraví na pracovištích, a tím pádem i pro ostatní, je zároveň projevem lidskosti a zájmu o okolní svět – a za to vám všem děkujeme!

Velkým plusem i povzbuzením pro nás je, když se zapojíte, diskutujete a odpovídáte na dotazy, kterými se snažíme udržet vaši pozornost, a té se nám od vás v plné míře dostalo. A jako vždy, nakonec ty nejpozornější a nejlepší



ší z vás, kteří se prokousali závěrečným testem s největším počtem bodů a s rozhledem rozeneho bezpečáka, jsme ocenili. Pro tentokrát jsou to tři NEJ: **Václav Bureš (ZO OSŽ DKV Trutnov), David Čtvrtník (ZO OSŽ SOKV České Budějovice), Martin Pechát (ZO OSŽ Rakovník).**

Odjížděli jsme s pocitem, že bezpečnost na pracovišti pro vás není jen povinnost, ale i zábava a způsob, jak se vzájemně podporovat a chránit. Rádi bychom podobné školení zažili znovu... a znovu a znovu...

Tímto vás srdečně zveme na další!

Vaši svazoví inspektoři BOZP



Pavla Straková, tisková mluvčí DÚ

DRÁŽNÍ ÚŘAD VYDAL VÝROČNÍ ZPRÁVU O BEZPEČNOSTI ZA ROK 2023

Drážní úřad vydal pravidelnou výroční zprávu o bezpečnosti na českých železnicích za rok 2023. Rok 2023 potvrdil přetrvávající vývojové trendy českého železničního sektoru. Klesající počet evidovaných platných licencí strojvedoucích, mírně stoupající počet dopravců nebo vysoký počet železničních nehod v čele se střety na přejezdech. Pozitivně se v roce 2023 vyvíjel počet projetých návěstí zakazujících jízdu, který podle údajů provozovatelů drah a dopravců meziročně klesl o 44 na 132 případů. Pracovníci Drážního úřadu vykonali v roce 2023 celkem 1083 státních dozorů, což je nárůst oproti roku 2022 o 18,75 %.

„Počet osob usmrcených při vážných nehodách se bohužel vyšplhal na číslo 30, což je o 8 více než v roce 2022, ale zároveň o 5 méně než v roce 2021,“ říká Jiří Kolář, ředitel Drážního úřadu a doplňuje: **„V případě poklesu počtu projetých návěstidel si všichni přejeme, aby se jednalo o dlouhodobější trend. Každý případ projetího návěstidla zakazujícího jízdu může znamenat ohrožení pro ostatní účastníky drážní dopravy. Proto nechceme zodpovědnost ponechávat jen na strojvedoucích, a proto je prioritou sektoru zavádění systému evropského zabezpečovače ETCS, který je schopen včas zasáhnout a vlak zastavit ještě před návěstí STÚJ.“**

Důvodem projetí návěstí zakazujících jízdu bylo podle statistik Správy železnic, která je provozovatelem největší části české železniční sítě, v 16 případech nerespektování odjezdového návěstidla, ve 26 případech nerespektování návěstí při rozjezdu po zastavení vlaku a projíždění, ve 37 případech nedobrzdní a v 50 případech nerespektování návěstí při posunu.

Od října roku 2023 se pravidelně schází expertní pracovní skupina ETCS pod vedením Drážního úřadu a ministra dopravy. Díky velkému zapojení všech jejích členů se daří eliminovat nedostatky systému, který jednoznačně směřuje ke spuštění výhradního provozu na vybraných úsecích koridorových tratí od ledna 2025. To bude znamenat zásadní zvýšení bezpečnosti na české železnici.

Klíčové jsou také podmínky v oblasti osvědčení o bezpečnosti, které provozovatelé drážní dopravy i dráhy musí naplňovat a které podléhají průběžným kontrolám ze strany Drážního úřadu. Železniční sektor stále prochází transformací od systému založeného na pravidlech k systému, který je založen na řízení rizik. Klíčem k dosažení systémové bezpečnosti je poučit se z chyb a systém vylepšovat. To je úkolem každého subjektu v rámci českého, ale i evropského železničního sektoru.

Ve výroční zprávě jsou zároveň přehledně zpracována bezpečnostní doporučení Drážní inspekce z vyšetřených mimořádných událostí doplněná informací o návazných bezpečnostních opatřeních Drážního úřadu.

Vydaná výroční zpráva vychází z údajů dopravců a provozovatelů celostátních a regionálních drah i Drážního úřadu. Předkládána je vždy k 30. září Evropské železniční agentuře (ERA), která shromažďuje veškeré výroční zprávy od národních bezpečnostních úřadů členských zemí EU a využívá je k analýzám bezpečnosti a dalšímu plánování v evropském železničním prostoru.

Výroční zpráva o bezpečnosti za rok 2023 je ke stažení na webových stránkách Drážního úřadu:

<https://ducr.cz/informace-pro-verejnost/vyrocní-zpravy/>



...S PŘEDSEDKYNÍ VÝBORU OSŽ DOPRAVNÍHO ZDRAVOTNICTVÍ MUDr. GABRIELOU RITTEROVOU

Odborové sdružení železničářů včetně Nedrážního republikového výboru OSŽ je živým subjektem, který se neustále mění a rozvíjí. Některé základní organizace se ruší, nové vznikají, ale především je v nich pohyb, který se týká obměny členské základny a samozřejmě v rámci ní také jejich funkcionářů. A protože už uběhl nějaký čas, kdy jsme funkcionářům a především předsedům Výborů a základních organizací dávali na stránkách Nedrážního Obzoru slovo, nyní se k tomu vracíme zavedením rubriky „Na kafičku s...“

Říjen jsme věnovali školství. Je tedy na místě přejít zase do jiné nevýrobní oblasti, ovšem takové, bez které se nikdo z nás neobejde. Tou je zdravotnictví a v našich podmínkách Dopravní zdravotnictví. Kafičko si tedy tentokrát dáme s MUDr. Gabrielou Ritterovou, internistkou a také předsedkyní Výboru OSŽ DZ.

Pár stránek tedy věnujeme jejímu pěknému půlkulatému výročí, které právě v tento barevný měsíc oslavila. Sama znám paní Gabrielu především z jednání NeRV, kde si zodpovědně bere na sta-



Ve své odborové funkci se MUDr. Gabriela Ritterová zúčastňuje veškerých aktivit Nedrážního republikového výboru OSŽ. Na druhém snímku jedná s místopředsedkyní Odborového sdružení železničářů a předsedkyní NeRV OSŽ Bc. Renatou Douskovou v rámci Výboru OSŽ Dopravního zdravotnictví



Na výjezdních jednáních NeRV zbyde vždy chvíle na sport – tentokrát je to pétanque ... a vítězství ve dvojici s Oldřichem Sobolem!



rost usnesení z jednání. I proto je nasnadě vyzpovídat další ženu ve vedení základních organizací, respektive už proto, že předseda Výboru OSŽ Dopravního zdravotnictví.

Moje první otázka je stejná pro všechny předsedy základních organizací. Jaká je Vaše osobní cesta odborů a jaký k nim máte vztah?

Ach jej, to už mi je dost let. Ale vlastně není, jsem zralá dvacítká, tolik let budu slavit v odborech ☺. A přišla jsem k odborům jako slepý k houslím. Do OSŽ mne přihlásila moje první sestřička (v té době již byla dlouhodobá členka), když jsem začala pracovat v interní ambulanci železniční polikliniky v Olomouci. Netušila jsem, která bije, co odbory obnášejí a co se po mně bude chtít. Poliklinika byla součástí Českých drah, a.s., všechno plynulo poklidně, co se dohodlo v ČD, a.s., platilo i pro všechny železniční polikliniky, hlavně kolektivní smlouva. Až do roku 2007.

Železniční zdravotnictví České dráhy, a.s., pronajaly společnosti AGEL na dvakrát deset let. A odborová organizace začala jízdu tobogánem. Ještě stále jsem byla obyčejná členka. Železniční zdravotnictví bylo v rámci OSŽ přesunuto do Nedrážního republikového výboru, v té době se jmenoval jinak. Předsedu dělal kolega lékař. Přestala platit kolektivní smlouva Českých drah, a.s., bylo nutno domluvit novou kolektivní smlouvu s novým zaměstnavatelem. Nastala obtížná spolupráce s agelovskými odbory. Hodně členů v té době opustilo polikliniku i odborovou organizaci. V tomto čase jsem se stala místopředsedkyní základní organizace. Na předsedkyni jsem povýšila velmi rychle, okolnosti byly velmi nepříjemné, když byl kolega – předseda propuštěn. Nikdo mi neřekl, co mám dělat, co obnáší práce předsedy. Člen ZV mi na stůl položil krabici s materiály základní organizace a odešel. V krabici byly evidenční listy členů ZO, materiály k pojištění odpovědnosti škody, zápisy ze zasedání ZV a členských schůzí. Všechny tyto „papíry“ mám odložené dodnes. A tak začala moje práce v základní organizaci a postupně práce v NeRV a Výboru OSŽ při DZ, a.s., práce v magazínu Obzoru (Nedrážní Obzor) a při kolektivním vyjednávání. Velmi mi pomohl Mirek Novotný, dnes emeritní před-

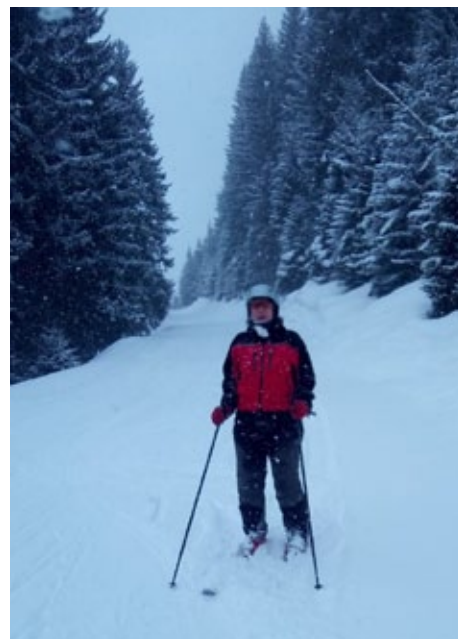
seda NeRV OSŽ, ale stále jeho čestný člen a člen redakční rady našeho magazínu. Z toho vyplývá, že Odborové sdružení železničářů je součástí mého života.

Do konce minulého roku jste přispívala do přílohy Obzoru (našeho měsíčníku pro „Nedrážní“) pravidelnou rubrikou „O zdraví...“ Proto budu tuto otázku směřovat i na Vaši pracovní profesi lékařky a na to, jaké to je skloubit tuto práci s vedoucími funkcemi v odborech.

Na začátku mé cesty odbory jsem si myslela, že nepůjde skloubit odbory, práci lékařky a soukromý život. Moje povolání lékařky totiž vyžaduje nepřetržité vzdělávání. Každých pět let musím doložit Diplom celoživotního vzdělávání, získám ho po předložení 150 kreditů, kredity se získávají za absolvování vzdělávací akce (1 akce 2–3 kredity, vícedenní akce nebo přednáška 7 kreditů). Vzdělávací akce jsou po pracovní době, ve volném čase. Pracuji v interní ambulanci, moji klientelu tvoří pacienti se srdečním selháním, s ischemickou chorobou srdeční po infarktu myokardu, po angioplastice a zavedení stentu, bypassu, s umělou chlopní, s vysokým krevním tlakem, s vysokým cholesterolem, s cukrovkou, s různým typem arytmií, s poruchou funkce štítné žlázy, s osteoporózou.

Zasedání ZV ZO OSŽ máme jedenkrát měsíčně většinou v obědové přestávce, členská schůze je v odpoledních hodinách, zasedání NeRV je jednou za dva měsíce. Všechny materiály – zápis ze zasedání ZV, usnesení z NeRV, příprava a závěry členské schůze – zpracovávám, jak jinak, ve svém volném čase. Moje příspěvky do přílohy Obzoru souvisely většinou s mou prací, bylo to opakování ale i studium vnitřního lékařství i dalších odborností z medicíny, o kterých jsem psala. Opět ve volném čase. Na medicíně jsme měli hlášku, kterou používám dodnes: „**Den má 24 hodin a ještě máme noc, spánek je projev změkčilosti.**“ Zase toho volného času tolik nemám. Rozdělení volného času vyžaduje dobrou logistiku.

Podnikáte společné aktivity se členy základních organizací, popřípadě vaší ZO, nebo... co například nabízíte vašim členům za bonusu?



V soukromí nechybí ani zimní sporty – sjezdové či běžecké lyžování

Členky naší základní organizace jsou zdravotní sestry a zaměstnankyně THP úseku, střední nelékařský personál. Připravujeme sportovní, kulturní i společenské akce. Každá z nás má jiné záliby a jiné věci ji baví. Na bowlingu jsme se všechny shodly a byla to bezva akce, zasportovaly jsme, smlsly jsme si i pokecaly. Na plesy železničářů si určitě všichni pamatujete. I na jejich organizaci a přípravě se podílely členky naší základní organizace. Pro všechny členky máme benefit sedm kusů Flexy Passu v hodnotě sto korun. Členky je využívají na úhradu vstupenek do Moravského divadla nebo kina, na bazén nebo do posilovny. Podle zálib se členky mezi sebou dohodnou a vyrazí za kulturou, sportem či zábavou s využitím Flexy Passu.

I u Vás si neodpustím obligátní otázku na Vaše soukromí, i když předpokládám, že pro spoustu členů Nedrážního republikového výboru jste již po těch letech známá tvář. Prozradíte například čtenářům, kam například ráda cestujete se svou rodinou?



Mezi pohybové aktivity patří rovněž turistika, včetně zahraniční

Volný čas?! Co to je? ☺ Bydlím v rodinném domě a nemám paní na úklid, vaření, praní a žehlení. Všechnu tuto práci musím udělat sama. Moje „velká“ záliba je zahrada za domem. Pěstuji rajčata, papriky, dýně a cukety, okurky, velkoploché fazole, jahody. Všechny přísady si sama vypěstuji od začátku ze semínek, které když vyklíčí, rozsadím do kelímků a potom venku do záhonů. Pěstuji jen to, co se dá sníst. Kytka je v mé zahradě velmi málo. Netroškařím, takže těch přísad je několik desítek, někdy mám problém všem rostlinkám najít místo na zasazení. Následná péče je důležitá, aby byla bohatá úroda, kterou je nutné na podzim zpracovat.

Na podzim a v zimě chodíme s manželem tancovat do tanečního kurzu pro dospělé. Tančujeme již několik let a tanec se zalíbil i naší dceři a jejímu příteli a jeho rodičům. Našli jsme si hodně nových přátel, kteří mají stejnou zálibu jako my. Na plese to vypadá velmi pěkně, když tančujeme tanec na hudbu, kterou kapela hraje. Krásná společenská událost. Pokud je zima, jak

má být, se sněhem, ta pravá Ladova, ráda lyžuji a běžkuji. V posledních letech je na Moravě málo sněhu, situaci zachraňuje Slovensko. Vyrosla jsem na severu východního Slovenska a tam každou zimu sníh byl a je. Lyžovalo se a běžkovalo až do května. Velmi ráda se tam vracím, i když je to daleko. Nádherný kraj a hodní lidé. Rodiče mám ve Spišské Nové Vsi, pět kilometrů do Slovenského ráje. Je to jedna z nejkrásnějších oblastí Slovenska bohatá na přírodní krásy – jeskyně, termální prameny, rokliny, ferraty. V každém ročním období je kam jít a co obdivovat.

Už se mi však začínají ozývat klouby. Na řadu tedy přichází lázeňská regenerace alespoň jednou za čas – je vhodná, oblažá člověka na těle i na duchu. V létě tedy jezdíme na týden do lázní. A druhou dovolenou máme turistickou a poznávací. Rozhodli jsme se cestovat po českých lužích a hájích. Posledních několik let poznáváme zajímavosti, přírodu, hrady, zámky a zříceniny. Pokud je v dané oblasti rekreační zařízení OSŽ, tak jej využijeme. Většinou cestujeme všichni, dcera s přítelem,

manžel a já. Připravíme si itinerář, určíme datum a vybereme, co chceme vidět a navštívit, kde budeme bydlet a stravovat se. Nádherná poznávací a odpočinková dovolená...

Určitě jsem na spoustu věcí, které jsem chtěla o sobě prozradit, zapoměla.

Nevidí, vždyť se nevidíme naposledy a určitě to není ani naše společné povídání pro Nedrážní Obzor.

Ještě však chci dodat, že všem čtenářům přeji krásné Vánoce plné lásky, klidu a pohody a v novém roce pevné zdraví, porozumění a svižný krok!

Děkuji za rozhovor!

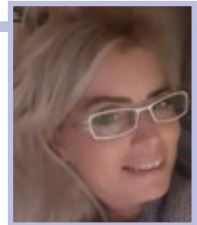
Daniela Houdková

Foto: Milan Sedlák, Filip Houdek, Daniela Houdková, Alena Šimáčková a archiv MUDr. Gabriely Ritterové



Pétanque, elektronické šipky – a opět stupně vítězů





ROK 2024 – historický milník pro dostupné bydlení v ČR



Na konferenci Dny nájemního bydlení se zajímavou prezentací vystopila předsdkyně Sdružení nájemníků ČR Lenka Veselá



Jednání byla přítomna také místopředsdkyně OSŽ a předsdkyně NeRV OSŽ a rovněž členka představenstva SON ČR Bc. Renata Dousková

Výbor pro územní rozvoj, veřejnou správu a životní prostředí Senátu Parlamentu ČR spolu se Sdružením nájemníků České republiky (SON), z. s., uspořádalo 7. listopadu v jednací síle Senátu Parlamentu ČR, konferenci „Dny nájemního bydlení v ČR“.

Úvodní prezentaci přednesl Vít Lesák, ředitel odboru politiky bydlení Ministerstva pro místní rozvoj ČR. V prezentaci zhodnotil posun v dostupném bydlení v roce 2024 a nově připravované změny v oblasti bydlení a nájemních vztahů. Zdůraznil, že rok 2024 byl historický milník pro dostupné bydlení v ČR. Mezi klíčové úspěchy patří notifikace veřejné podpory pro dostupné bydlení, legislativní ukotvení rámcové definice dostupného byd-

lení, start 8 regionálních center SFPI – investiční podpora obcím, masivní dotační podpora projektové přípravy pro obce, program SFPI na podporu výstavby, rekonstrukcí a výkupů dostupných bytů.

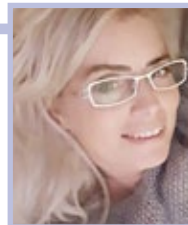
Zajímavou prezentaci měla připravenou **Lenka Veselá**, předsdkyně Sdružení nájemníků České republiky, z. s., která se zaměřila na téma „Nájemní bydlení a ochrana nájemce v praxi“. Upozornila především na často projednávané dotazy v poradách jako jsou například zvyšování nájemného, zvyšování plateb za služby, vyúčtování služeb, platby za energie, jistota/kauce (vrácení, vyúčtování, úroky), závady v bytě, opravy a údržba bytu, sleva z nájemného, práva a povinnosti nájemce a pronajímatele. V prezentaci také Lenka Veselá zdůraznila, jaké jsou nejčastější omyly v oblasti nájmu, mezi které patří nová nájemní smlouva, protože se změnil vlastník bytu nebo zákon, pokud podnájemník nepřistoupí na zvýšení nájemného, může dostat výpověď z nájmu bytu, nemůže členy své domácnosti do bytu přihlásit k trvalému pobytu bez souhlasu pronajímatele nebo pronajímatel má právo mít klíče od bytu. „**Praxe ale ukazuje, že právo nájemníka se jen těžko uplatňuje, neboť pronajímatel často uzavírá v posledních letech smlouvu na dobu určitou na jeden rok a může tak smlouvu s nájemníkem ukončit či vypovědět s měsíční výpovědní lhůtou. Krátká nájemní smlouva je jedním z nejčastějších důvodů nespokojenosti nájemců s bydlením a důvod, proč nájemní bydlení v ČR není považováno za stabilní formu bydlení,**“ kon-

statovala předsdkyně SON Lenka Veselá, která byla jmenována do funkce předsdkyně začátkem letošního roku. Sdružení SON ČR působí v ČR od roku 1991 a zastupuje a hájí práva nájemců a uživatelů bytů a domů v ČR a spolupracuje se státními orgány, kraji a obcemi.

Konference se dále zúčastnili například přednášející **Jakub Vysocký**, prezident Asociace nájemního bydlení, z. s., nebo **Michal Němec**, Dostupné bydlení České spořitelny, a. s., který přednášel na téma: „**Jak maximálně využít potenciálu projektů dostupného bydlení pro města**“ anebo Benjamin Činčila, vedoucí oddělení strategických činností MPSV ČR, s přednáškou zaměřenou na revizi sociálních dávek.

Na konferenci „Dny nájemního bydlení v ČR“ bylo možné se seznámit jak s informacemi z oblasti nejen financování bydlení, smluvními podmínkami u nájemního bydlení, s možnostmi bydlení v družstevních bytech, s připravovanými projekty do budoucna, ale i s institucemi, které řeší sociální postoje a trendy či nové technologie zateplování domů a použití reflexních nátěrů a folií.

Pro členy OSŽ je zásadní informace, že se bezplatně mohou obrátit na SON ČR o poskytnutí právního a jinak odborného poradenství v oblasti bytové problematiky formou osobních konzultací v regionálních centrech na celém území ČR, e-mailových konzultacích prostřednictvím info@son.cz, telefonických konzultací tel. 733 604 828, 605 209 587. Poradenství poskytují advokáti s dlouholetou praxí a jiní odborní poradci s praxí v nemovitostech.



LISTOPAD – sezonní zelenina a ovoce plné vlákniny



I když je léto pryč a na čerstvý zeleninový či ovocný salát není moc chuť, je potřeba je z jídelníčku nevynechávat. Zelenina a ovoce patří mimo jiné i mezi velmi **důležitý zdroj vlákniny**, která je důležitá pro naše trávení a najdeme ji v potravinách rostlinného původu. Vzhledem k tomu, že vlákniny máme dva druhy, a to rozpustnou a nerozpustnou, plní v našem trávicím traktu především dvě funkce.

Potraviny jako například hrách, fazole, oves, jablka, kořenová zelenina, mrkev, brokolice, brambory obsahují **rozpustnou vlákninu**, která má schopnost absorbovat vodu a tím vzbuzuje pocit nasycení.



Obrázek č. 1



Obrázek č. 2

Naopak **nerozpustná vláknina** se nachází v celozrnné stravě, ořechách, rajčatech, celeru, cuketě a pomáhá k rychlejšímu trávení a čištění střev od nežádoucích odpadních látek. Navíc také podporuje růst potřebných střevních bakterií jako je Bifidobacterium a Lactobacillus.

Pravidelná konzumace vlákniny – denní doporučená dávka 25–30 gramů – předchází riziku vzniku cévní mozkové příhody, ischemické choroby srdeční, vysokého krevního tlaku, obezity nebo napomáhá kontrole cukru v krvi. Při nedostatku příjmu vlákniny lidé trpí nadýmáním, plynatostí, špatným vyprazdňováním, hemoroidy a špatnou imunitou.

V chladném podzimním počasí se nabízí spousta receptů, které nejen zahřejí zkrhlé tělo, ale také příznivě působí na trávicí ústrojí a dodají našemu organismu potřebnou vlákninu. Vhodné jsou například krémové polévky, teplá zeleninová či luštěninová příloha nebo i sladké jablečné dezerty se skořicí.

Batátová polévka: 1x batát, 2x mrkev, 1x červená paprika, 2x červená cibule, 3x stroužek česneku, zeleninový bujón. V hrnci orestujte nakrájenou cibuli a česnek, přidejte nakrájený batát, mrkev a papriku, zalijte vodou, přidejte bujón a přiveďte k varu. Vařte pod pokličkou 20 minut. Závěrem polévku rozmixujte tyčovým mixérem, dochuťte a přidejte trochu smetany (obr. č. 1 a 2).



Obrázek č. 3

Dýňová omáčka: 1x dýně hokaido, 3–4 stroužky česneku, 1x cibule, olivový olej, cottage, sůl, pepř, těstoviny. Vydlanou dýni nakrájíme na kostičky, dáme spolu s cibulí a česnekem na pečicí papír, pokapeme olivovým olejem a osolíme. Pečeme na 180 stupňů cca 20 minut. Rozmíxujeme do hladka, přidáme cottage a pepř. Smícháme s uvařenými těstovinami (obr. č. 3)



Obrázek č. 4

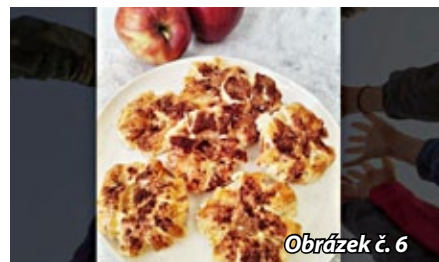
Dýňová sekaná: 500 g kuřecí mleté maso, půlka menší dýně, 1x vejce, sůl, pepř, tymián, majoránka, mletá paprika, 2x stroužek česneku, 1x cibule. Na marinádu je potřeba 50 ml vody, 1 lžička papriky, 1 lžice olivového oleje. Půlku dýně upečeme v troubě kůrou nahoru na 180 stupňů cca 30 minut. Upečenou, vychladlou dýni nakrájíme na kostičky a rozmixujeme na pyré. Do mísy dáme maso, pyré, koření, česnek, cibuli, vajíčko a vše pro-

mícháme. Dáme do pekáče na pečicí papír, potřeme marinádou a pečeme 180 stupňů cca 40 minut (obr. č. 4).



Obrázek č. 5

Mrkvová pomazánka: 80 g žervé nebo palouček, 140 g odtučněného tvarohu nebo řeckého jogurtu, 2 střední mrkve, 2–3 stroužky česneku podle chuti, 150 g 30% eidamu. Nastrouháte sýr a mrkve. Všechny ingredience smícháte a poslední se přidá sýr. Pomazánku dáte na krajíce chleba, který se zapeče na 180 stupňů 10–15 minut (obr. č. 5).



Obrázek č. 6

Jablíčka v těstíčku: 2x jablko, listové těsto, skořice, vajíčko. Jablka oloupeme, vykrojíme prostředek a nakrájíme na kolečka. Listové těsto nakrájíme na proužky a obalíme přes jablíčko. Nahoru potřeme vajíčkem a posypeme skořicí. Pečeme na 170 stupňů cca 15–20 minut (obr. č. 6).



Obrázek č. 7

Chia pudink: 500 g odtučněného tvarohu, 20 g proteinu, 100 ml sójového mandlového mléka, 3 lžice chia semínek, čekankový sirup. Vše smícháme a necháme 15 minut nabobtnat. Mezitím si připravíme jablko a hrušku na kostičky a necháme karamelizovat, přidáme skořici a perníkové koření a čekankový sirup. Necháme pak uležet aspoň 2 hodiny v lednici (obr. č. 7).

CHORVATSKO SE MĚNÍ V CELOROČNÍ DOVOLENKOVOU DESTINACI

Chorvatsko postupně přestává být doménou letních dovolených pro období od června do září. Stále více turistů, stejně jako místních hoteliérů, zaměřuje svou pozornost také k podzimním či jarním pobytům, které jsou ideální například pro sportovní aktivity jako pěší turistiku a cyklistiku, ale také pro návštěvy vyhlášených historických či filmových lokalit. Ty v období mimo hlavní sezónu nabízejí větší klid bez davů turistů a také výhodné mimosezónní ceny.

Kromě hotelů jsou zároveň otevřeny další zařízení důležitá pro strávení příjemné dovolené. Týká se to například vinařství, která jsou populární právě pro cykloturistické výlety. Stejně tak zůstávají otevřeny restaurace a bary zejména v hlavních turistických centrech.

Další výhodou pro turisty jsou mimo sezónu obecně nižší ceny. Netýká se to jenom ubytování, ale například i trajektové dopravy mezi pevninou a ostrovy, kdy ceny jízdenek na podzim klesnou až o 20 %. Také například vstup do oblíbeného národního parku Plitvička jezera se razantně sníží. Od 1. 10. základní cena denního vstupu pro dospělého klesne o více než 35 % ze 40 na 23 EUR, u studentů pak z 25 na 14 EUR a u dětí od 7 do 18 let (mladší děti mají vstup zdarma) z 15 na 6 EUR. V restauracích se pak častěji objevují cenově výhodnější obědová menu a výprodejové slevy mají i klasické obchody například s oblečením.

Istrie nabízí skvělou kombinaci právě pro ty, kdo chtějí vyrazit do Chorvatska s kolem. Výhodou je nejen relativní blízkost z Česka, což umožňuje pobyty i na prodloužený víkend nebo na podzimní prázdniny, ale i vybavenost pro cykloturistiku, stejně jako atraktivita míst.

Cestovat na kole je možné jak na cyklostezkách podél moře od Novi Gradu, přes Poreč, úchvatné historické město na seznamu UNESCO, dále přes další historickou perlu Rovinj přes Lidský fjord až po Pulu na samém jihu Istrie. Kvalitní cyklostezky jsou nejen podél moře, ale i směrem do vnitrozemí. Navštívit na kole je tak možné například vnitrozemský Motovun, malebné městečko na návrší přezdívané chorvatské Monte Carlo.

Podél moře jsou zároveň kvalitní kempy, kde je možné si během cyklovýletu zajistit ubytování.

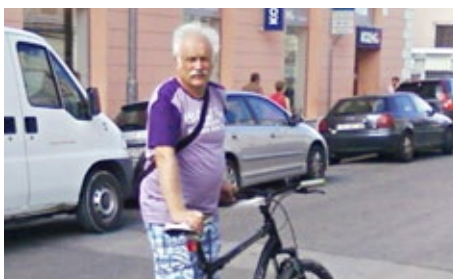
V Chorvatsku navíc platí tolerance 0,5 promile při jízdě na kole, což je ideální pro cykloturistiku spojenou se zastávkami v lokálních vinařstvích s ochutnávkou vín, místního pršutu či sýrů.



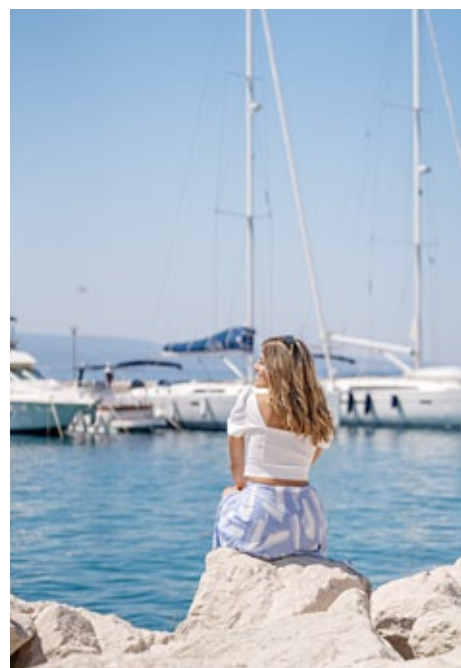
Pobyt v Dubrovniku je po sezóně ideální; vyhlášené město je bez davů turistů a ceny jsou výrazně příznivější



Baška Voda – i zde je možno užít si mimosezónní dovolenou



Na své si přijdou také cyklisté



VÁNOČNÍ TRHY V JIHMORAVSKÉ METROPOLI – EVROPSKÉM HLAVNÍM MĚSTĚ VÁNOC

Vánoční trhy v jihomoravské metropoli Brně začaly na „Morávku“ či „Zelňáku“ letos už 15. listopadu. Nabízejí mnoho novinek, například světelnou stezku, nový betlém a dětskou vesničku. Dominantou svátečně nazdobených prostranství jsou ozdobené smrky, které se rozsvítily 22. listopadu. Nejprve v osmácti hodin na Zelňák, o hodinu později na Moravském náměstí. Většina atrakcí je zdarma, pořadatelé kladou důraz na dobročinnost a program pro rodiny s dětmi.

Na Zelňák trhy vznikla dětská vesnička o rozloze 600 metrů čtverečních, umělci ze studia Visualove nasvítily kašnu Parnas a na nádvoří radnice stojí dřevěný betlém od uměleckého řezbáře Tomiše Zedníka. Na Baštách potěší kolemdoucí světelná stezka vedoucí až do Denišových sadů.

Letos Brno zdobí smrky ztepilé, které radnici věnovali dárci z jižní Moravy. Návštěvníci najdou na prostranstvích bezmála 150 prodejních stán-



ků. Nejvíce jich stojí na Zelňák, kde mohou navštívit celkem 111 stánků. Polovinu prodejních míst obsadili řemeslníci a nositelé lidových tradic. Další stánky jsou u sochy Jošta, tam je plocha zdarma vyčleněná pro zástupce neziskovek a charit. Nově najdou lidé také čtyři stánky na terase na Baštách.

Brno loni získalo titul Evropského hlavního města Vánoc, a to mimo jiné díky lokálnosti a solidaritě vánočních trhů, autentické atmosféře a pojetí trhů v moderním duchu propojeném s tradičními hodnotami. Jihomoravská metropole titul získala v kategorii měst nad 100 tisíc obyvatel, v kategorii menších měst ocenění získal **irský Waterford**. Obě města budou po celý advent propojená. Na „Svobodák“ pracovníci umístili virtuální teleport, který patří k hlavním lákadlům. Velký portál s kamerou i obrazovkou spojuje obyvatele i návštěvníky Brna a Waterfordu, kteří si mohou zamávat nebo posílat různé vzkazy a nakouknout, jak to na dva tisíce kilometrů vzdáleném místě vypadá.

Vizuální styl Brněnských Vánoc letos zůstal v rukou umělkyně Venduly Pucharové Kramářové. Hlavním motivem jejího ornamentálního stylu je brněnský drak v pruhovaném svetru, který se loni stal miláčkem místních i turistů.

Zdroj: Infocentrum Brno



Na brněnském hradě Špilberk mohou zájemci navštívit výstavu „Světelný park“, a to každý den až do 12. ledna 2025 od 17:30–22:00 hod.



Blahopřejeme

V tomto měsíci slaví narozeniny:

Renáta Hořejší – ČD Travel

MUDr. Gabriela Ritterová – DZ Olomouc

Radek Lacina – JLV

Jana Handrejchová – ČD Travel

Oldřich Sobol – OHLA ŽS