

■ Aktuální téma – stres	str. 1
■ Informujeme	str. 3
■ Zajímavosti	str. 4
■ Radíme odborářům	str. 5
■ Dějiny železnic	str. 6
■ O zdraví...	str. 7
■ Řidičům na cesty	str. 9
■ Toulky Miroslava Glosse	str. 10
■ Sport	str. 11
■ Na dovolenou za poznáním	str. 12
■ Blahopřejeme	str. 12



DESET KROKŮ K PREVENCI STRESU

Dojdeme-li k závěru, že naše organizace trpí zbytečným nebo nadměrným stresem omezujícím její výkonnost i personální stabilitu, měli bychom provést orientační analýzu identifikující hlavní stresové faktory, jejich příčiny a dopady.

Nejlepší cestou je zpravidla anonymní dotazníkový průzkum mezi zaměstnanci. Průzkum a rozbor jeho výsledků umožní zjistit nejdůležitější faktory stresu a odhalit i příčiny nadměrné zátěže, které lze odstranit nejsnáze. Patří k nim:

1. lepší vymezení náplně pracovních míst, jejich požadavků, pravomocí a odpovědností a informačních nároků. Nejčastějším zdrojem stresu plynoucího z vymezení pracovních míst jsou rozporné nebo nejasně stanovené pracovní požadavky a nízké rozhodovací pravomoci. K dalším může patřit přílišná specializace, nadměrné, ale i nedostatečné pracovní vytížení apod.

Pokračování na str. 2

Z ČERVNOVÉHO JEDNÁNÍ NEDRÁŽNÍHO REPUBLIKOVÉHO VÝBORU OSŽ

PŘÍŠTÍ ROK BUDE ROKEM VII. SJEZDU OSŽ

Řádné jednání Nedrážního republikového výboru OSŽ, tentokrát už třinácté, se konalo 14. června 2016 v Praze, a to v sídle OSŽ v Domě Bohemika.

Jednání zahájila a řídila tajemnice NeRV OSŽ Bc. Renata Dousková, pro účast na Tripartitě se z jednání omluvil předseda OSŽ Bc. Jaroslav Pejša.

Při kontrole zápisu bylo zjištěno, že se usnesení z minulých jednání plní, až na některé notoricky se opakující kauzy. Ale i s problematickými základními organizacemi (naštěstí se jedná o opravdové výjimky), je vedena diskuze tak, aby bylo možno dosáhnout stanovám odpovídajícím závěrům.

Zprávy z vyšších orgánů OSŽ a dalších institucí podali místopředseda OSŽ a současně předseda NeRV Miroslav Novotný, tajemnice NeRV Bc. Renata Dousková a místopředseda

NeRV OSŽ Pavel Štiller. Hlavním tématem byla příprava VII. sjezdu OSŽ, který proběhne v závěru příštího roku a v jeho intencích bude třeba připravit výroční schůze základních organizací a konference.

Členské schůze ZO OSŽ proběhnou začátkem roku, po nich bude následovat konference NeRV OSŽ.

Dále se jednání NeRV OSŽ mimo jiné zabývalo touto problematikou:

■ Někteří poslanci neustále předkládají návrhy na zrušení jízdních výhod, je třeba z toho vycházet pro budoucnost, neboť je jasné, že se tyto návrhy budou stále objevovat. Už nyní došlo ke zdražení a omezování jízdních výhod.

■ Dotace z MMR pro činnost SON byla snížena.

■ Žofínské fórum, nazvané Dopravní infrastruktura, klíčové legislativní normy a výhled

dopravního zástavby v letech 2014 až 2020, kterého se zúčastnili i zástupci NeRV, naznačilo, že v dohledné době bude stále dost zakázek pro firmy, které se podílejí na železniční infrastruktuře a na údržbě a modernizaci železnice po urychlení výběrových řízení a vyřešení EIA na některých nosných stavbách. Překvapila malá účast zástupců ČD.

■ Místopředsedové OSŽ dostali za úkol dohlédnout na zkvalitňování právní podpory členům základních organizací.

■ Podána informace o čerpání rozpočtu OSŽ za 1-5/2016.

■ Materiál předložený na Ú OSŽ ve zprávě útvaru BOZP k Vývoji pracovní úrazovosti vykazuje nepřesnosti. Postrádá informace poskytnuté firmou LEGIOS Loco o pracovních úrazech. Pavel Štiller k tomu dodal, že

Pokračování na str. 2

DESET KROKŮ K PREVENCI STRESU

Dokončení ze str. 1

2. úpravy pracovního prostředí omezující fyzický i sociální stres plynoucí z nevhodného prostorového uspořádání pracoviště, hluku, nepříznivého osvětlení apod.

3. úprava režimu pracovní doby umožňující lepší rovnováhu mezi pracovním a mimopracovním životem, například zavedením pružného uspořádání pracovního týdne nebo měsíce, zvýšením důrazu na vybírání dovolené apod.

4. posílení oboustranné komunikace nadřízených podniku se zaměstnanci za účelem zlepšení jejich informovanosti. Nedostatečné informace jsou častým zdrojem stresu zejména v situaci, kdy organizace prochází změnami, které většina zaměstnanců nechápe, nebo se jich obává. Řešením je zpravidla umožnit zaměstnancům účast na přípravě změn i jejich včasné vysvětlení a zdůvodnění.

5. prevence konfliktů anebo jejich včasné a objektivní řešení. Konflikty pramení zpravidla z odlišného zacházení se zaměstnanci, ale i z protichůdných cílů osob či organizačních útvarů. Zdrojem zbytečného stresu jsou i neřešené, nevhodně řešené konflikty, ke kterým dochází zpravidla pod vlivem špatně nebo nejasně upravených firemních pravidel, často v důsledku nevhodné personální politiky při obsazování míst.

6. zdokonalení výběru a rozmisťování zaměstnanců. Vhodný výběr snižuje výskyt stresu pramenícího z osobních konfliktů,

neuspokojené seberealizace, nebo také komunikace s nezralými řídicími pracovníky apod.

7. změny v řízení lidí. K prevenci stresu přispívá jasné stanovení výkonových a hodnotících kritérií, umožnění zaměstnancům podílet se na rozhodování, omezení rivality mezi zaměstnanci i vzájemné nedůvěry mezi nadřízenými a podřízenými.

8. změny ve způsobu hodnocení a odměňování. Faktorem pracovního stresu se odměňování stává především tehdy, nemůže-li zaměstnanec pracovní výsledky, na které se váže jeho odměna, plně ovlivnit, nebo provádět úkoly, se kterými vnitřně nesouhlasí apod. Zdrojem stresu je i neobjektivní hodnocení, které narušuje týmovou spolupráci.

9. tréninky manažerů i dalších zaměstnanců. Jde o tréninky překonávání "objektivních" zdrojů stresu, zaměřené na podporu komunikace, hodnocení pracovního výkonu, řešení konfliktů, řízení času, využívání pracovní doby apod., či o kurzy a relaxační programy zaměřené na zvýšení schopnosti překonávat stres.

10. omezení osobní pracovní nejistoty spojené s nedostatečnou informovaností o perspektivě vlastního místa nebo s nevhodným prováděním jeho změn, tj. bez informování zaměstnanců o jejich příčinách a dopadech anebo možnosti zaměstnanců se ke změnám v náplni pracovního místa vyjádřit.

Z ČERVNOVÉHO JEDNÁNÍ NERV OSŽ

PŘÍŠTÍ ROK BUDE ROKEM VII. SJEZDU OSŽ

Dokončení ze str. 1

poskytl v daném termínu všechny požadované údaje.

■ Prezidium USIC na svém jednání v Bulharsku nezvolilo prezidenta, ale rozhodlo, že sídlo sekretariátu bude v Praze v sídle OSŽ a řídit ho bude generální sekretář Miroslav Kaprálek.

■ Proběhlo jednání o školském zákonu – ten byl ze strany NeRV připomínkován.

■ Z pracovního týmu RHSD (zdravotnictví) byli zástupci NeRV vyřazeni, a tím připomínky nedojdou uplatnění.

■ Zástupci NeRV podali připomínky k novele Zákoníku práce – např. § 24; práce z domova, 5 týdnů dovolené pro všechny; v kolektivním vyjednávání vzniká rozpor s ASO, týkající se variant § 24 ZP.

Připravil Milan Sedlák



„Co tě nezabije, to tě posílí.“ F. W. Nietzsche

Dokončení z minulého vydání

Stres přináší tyto efekty:

- fyzické – poruchy spánku, bolesti hlavy, zvýšení krevního tlaku a bušení srdce
- psychické – deprese, vyčerpanost, úzkost
- a efekty z hlediska chování – zvýšené kouření, podrážděnost, sníženým pracovním výkonem.

Hlavním indikátorem stresu může být vysoká úrazovost, snížený pracovní výkon a zhoršené vztahy na pracovišti. Zaměstnavatel by se měl snažit snižovat úroveň tlaku na pracovišti, zadávat dobře zvládnutelnou práci atd.

Do práce mohou zasahovat i stresy způsobené mimo pracoviště, jako je onemocnění někoho z rodiny, úmrtí, rozvod, nevěra, zklamání apod.

Související pojmy:

Frustrace – je nepříznivý stav organismu. Je daná zklamáním, neuspokojením důležitých

potřeby či touhy. Pokud se nám něco nepovede a není šance to napravit.

Deprivace neboli citové strádání – je nedostatečné uspokojení psychické a fyzické stránky jedince.

Může být stres nebezpečný?

Stres je reakcí našeho organismu na podněty, které mohou ohrozit náš život. V některých případech je stres dobrý a užitečný. Dlouhodobý stres však ohrožuje naše zdraví.

PSYCHICKÁ ZÁTĚŽ A STRES

Při stresu je vysoce zatěžován náš organismus. Příliš mnoho stresu a málo odpočinku tak může vést až k vážným zdravotním komplikacím. Stres může zvyšovat náš krevní tlak i riziko, že dostaneme infarkt.

Jak se může stres projevovat?

Stres na každého jedince působí individuálně. Dlouhodobý stres s sebou však přiná-

ší řadu zdravotních potíží. Mezi ty nejčastější patří:

- úzkost či deprese,
- únava,
- nespavost,
- bolesti hlavy či zad,
- problémy se zažíváním.

Dá se se stresem bojovat?

Dobrou zprávou je, že se dá stresu poměrně účinně bránit. Základem pro zvládání stresu je umění poznat, kdy stres přichází. Stres se dá léčit snahou o odstranění jeho příčin.

Je důležité odpočívat a relaxovat.

5 P proti stresu:

- **prevence,**
- **předvídání,**
- **příprava,**
- **percepce,**
- **poučení.**

V Brně jednaly Výbory OSŽ a redakční rada

V Brně 3. července proběhlo jednání Výborů NeRV OSŽ a konala se redakční rada magazínu Nedrážní Obzor.

Výbory OSŽ se scházejí pravidelně, magazín NeRV svou úlohu plní beze zbytku. Výrobní závody AŽD mají jistý útlum, netýká se to však závodů montážních. Odměny pro zaměstnance jsou ale odsouhlaseny, neměly by tedy nastat problémy s jejich vyplacením.

Společnosti OHL ubývají zakázky, čímž roste nespokojenost zaměstnanců. Aktivní jsou tu senioři, zrovna probíhalo setkání v rekreačním středisku OHL ŽS v Ratmírově. Zúčastnil se ho i přes svůj zdravotní handicap (jak jsme dříve informovali) bývalý předseda Rady předsedů (dnes Výbor OSŽ) Jiří Ceněk.

Dopravní zdravotnictví plní v rámci dodatku kolektivní smlouvy nárůst mezd, dohodnuté benefity. (navýšení penzijního připojištění)

Byla zahájena jednání se základními organizacemi OSŽ o zapojení Výboru OSŽ ČD Telematika do činnosti NeRV.

Členové redakční rady a dopisovatelé jednali o dalším zaměření magazínu Nedrážní Obzor za účelem zkvalitnění jeho působení na odboráře – dopisovatelská aktivita by tedy měla zahrnovat také zprávy z Výborů OSŽ a jejich prostřednictvím ze základních organizací.

– mis –

Příspěvek na péči lidí se zdravotním postižením vzroste poprvé od roku 2007

Poslanecká sněmovna schválila novelu zákona o sociálních službách, která pro lidi se zdravotním postižením zvyšuje příspěvek o deset procent. Návrh ještě musí posoudit Senát. Nově budou upravena i pravidla pro poskytování pobytových sociálních služeb – v případech tzv. nepřipustnosti držení osoby v zařízeních poskytujících sociální služby.

Výše příspěvku od 1. 8. 2016 za kalendářní měsíc

Stupeň závislosti	mladší 18 let	starší 18 let
I. lehká závislost	3 300	880
II. středně těžká závislost	6 600	4 400
III. těžká závislost	9 900	8 800
IV. úplná závislost	13 200	13 200

Novela zákona o sociálních službách se zabývá též poskytováním sociálních služeb bez příslušného oprávnění, tj. bez registrace. Sankce za poskytování nelegálních sociálních služeb se zvyšuje z jednoho na dva miliony korun. Zároveň bude stanoven rozsah pravomocí pro nově zřízené kontrolní orgány.

R. D.

Žlutá karta pro Brusel. Státům vadí návrh o vysílání pracovníků do ciziny

Deset členských států Evropské unie, včetně České republiky, vystavilo takzvanou žlutou kartu návrhu Evropské komise na nová pravidla pro odměňování pracovníků vysílanych zaměstnavatelem do zahraničí. Parlamenty zemí EU chtějí tímto způsobem přinutit Evropskou komisi, aby předložený návrh znovu přezkoumala a případně změnila.

Je to od počátku platnosti lisabonské smlouvy teprve třetí případ, kdy země tímto způsobem postupovaly.

Pokud podle nich návrh komise porušuje princip subsidiarity, tak to mohou učinit. Komise musí na takzvaná „odůvodněná stanoviska“ z jednotlivých zemí reagovat ve chvíli, kdy je předloží nejméně třetina národních parlamentů.

Svůj postoj do Bruselu oznámily nejen ČR, ale také Polsko, Maďarsko, Rumunsko, Bulharsko, Litva, Lotyšsko, Estonsko, Chorvatsko a Dánsko. Mezi zeměmi, které své stanovisko poslaly, je podle informací ČTK též Slovensko.

Mluvíci unijní exekutivy Christian Wigand novinářům řekl, že Evropská komise následně všechna došla stanoviska podrobně a odpovědně posoudí.

Navrhovaná směrnice o vysílání pracovníků může poškodit firmy a mohla by vést i ke snižování mezd. Nejde ale jen o dopady na firmy a zaměstnance, kteří jsou vysíláni.

Postoje parlamentů, zejména ze zemí střední a východní Evropy, naznačují, že návrh směrnice bude mít v Radě velké problémy a že v Ev-

ropě existuje v této otázce neshoda mezi starými a novými členskými zeměmi.

Některé europoslance ale vystavení žluté karty pobouřilo. Komise změnu pravidel pro dočasné vysílání zaměstnanců na práci do zahraničí navrhla v březnu. Na změnu tlačily zejména západoevropské země, podle nichž stávající pravidla zneužívají firmy ze států s nižšími platy, a vytvářejí tak „nekalou konkurenci domácím společnostem“.

Základem plánu je, že by zaměstnanci vyslaní do zahraničí dostávali mzdu srovnatelnou s platy místních pracovníků.

Země ze střední a východní Evropy se naopak obávají, že nové znění směrnice by mohlo ohrozit konkurenceschopnost místních firem. Ty by totiž byly nuceny platit svým zaměstnancům v zahraničí vyšší mzdy.

– RED –

Některé důležité osobní překážky v práci

Návštěva u lékaře

Návštěva lékaře v pracovní době je definována jako důležitá osobní překážka, přesto musíte dodržovat určitá pravidla.

Návštěvu lékaře byste si měli plánovat tak, aby do pracovní doby nezasahovala vůbec nebo jen minimálně. Jednou z podmínek poskytnutí volna je, že vyšetření nebylo možné provést mimo pracovní dobu.

Podle NV 590/2006 Sb. má zaměstnanec k absolvování takového vyšetření právo na pracovní volno v nezbytně nutném rozsahu, nejvýše 1 den, s náhradou mzdy nebo platu ve výši průměrného výdělku.

Zdravotnické zařízení, které navštívíte, by mělo být co nejbližší vašemu bydlišti nebo zaměstnání, abyste strávili co nejméně času na cestě. Zaměstnavatel je sice povinen omluvit nepřítomnost v práci, ale náhradu mzdy nebo platu poskytne pouze za nezbytně nutnou dobu. Za čas strávený nad rámec nezbytně nutného vyšetření nedostanete zaplacen. Zaměstnavatele byste také měli o plánované nepřítomnosti v práci informovat s dostatečným předstihem.

I přesto lze očekávat, že zaměstnavatel bude požadovat doklad o návštěvě lékaře, nebo si tuto informaci ověří u lékaře sám (v případě časových kontrol).

Ošetřování člena rodiny

Další důležitou osobní překážkou v práci je ošetřování člena rodiny (OČR), která se týká nejen rodičů malých dětí.

Nárok na ošetřování má osoba, která byla plátcem nemocenského pojištění, a která zároveň musela z důvodu potřeby péče nemocného člena rodiny zůstat doma.

Jedná se především o rodiče školních dětí, kdy dětský lékař vystaví žádost o ošetřování člena rodiny. Zaměstnanec má za povinnost o této skutečnosti neprodleně informovat svého zaměstnavatele.

Nárok na OČR se vztahuje:

1. na osobu žijící ve společné domácnosti s dítětem ve věku do deseti let, které onemocnělo nebo utrpělo úraz,
2. na rodiče dítěte mladšího deseti let, které nemůže navštěvovat školní nebo předškolní zařízení, protože je v karanténě; nebo pokud člověk, který se o dítě pravidelně stará, se o něj z důvodu nemoci starat nemůže. Tyto podmínky se vztahují i na osoby, které nejsou rodičem dítěte, ale žijí s ním v jedné domácnosti.
3. na osobu, která pečuje o člena rodiny, jehož stav vyžaduje ošetřování jinou osobou,
4. na osobu, která ošetřuje dítě svěřené po rozvodu manželství do střídavé péče obou rodičů.

OČR je poskytováno:

- na dobu maximálně 9 kalendářních dnů,
- u osamělých rodičů po dobu 16 dní. Toto je doba, kdy zaměstnanec náleží dávka nemocenského pojištění, vyplácená zpětně ve výši 60 % denního vyměřovacího základu.
- v případě delší nepřítomnosti v práci poskytuje zaměstnavatel nep placené volno.

Ukončení OČR vyplňuje opět ošetřující lékař, přičemž oba tiskopisy předává zaměstnanec svému zaměstnavateli.

R.D.

SŽDC se stará o koleje a je jedním z největších investorů staveb

Vznik: 1. ledna 2003; SŽDC vznikla v rámci liberalizace dopravního trhu oddělením od původní státní organizace České dráhy.

Právní forma: státní organizace.

Předmět činnosti: plní funkci vlastníka a provozovatele celostátní železniční sítě a regionálních drah ve vlastnictví státu; jejím úkolem je nejen zajišťování provozování a provozuschopnosti železniční dopravní cesty, ale i zajišťování jejího rozvoje a modernizace, SŽDC působí jako investor do výstavby tratí, také sestavuje jízdní řád a zajišťuje rovný přístup dopravců na železnici.

Organizační struktura: v čele SŽDC stojí generální ředitel, kterým je od května 2014 Pavel Surý, bývalý brněnský oblastní ředitel SŽDC; kontrolním orgánem je správní rada, kterou jmenuje a odvolává vláda a která mimo jiné rozhoduje o personálním obsazení vedení organizace včetně generálního ředitele; předsedou správní rady je bývalý náměstek hejtmána Vysočiny Vladimír Novotný (ČSSD); společnost má 17 organizačních složek, z toho sedm oblastních ředitelství (Praha, Plzeň, Brno, Ostrava, Olomouc, Hradec Králové a Ústí nad Labem).

Počet zaměstnanců: 17 200 (2015).

Délka tratí: cca 9400 kilometrů.

Hospodářský výsledek: společnost v roce 2014 hospodařila se ztrátou téměř 2,4 miliardy korun, kterou podle SŽDC způsobil rozdíl mezi účetními odpisy ve výši přes čtyři miliardy korun a oddlužením ze strany státu ve výši dvou miliard korun; SŽDC v roce 2014 utržila za použití dopravní cesty 1,9 miliardy korun od osobní dopravy a 2,3 miliardy korun od nákladní dopravy.

Ostatní:

– SŽDC patří k největším investorům do stavebnictví v zemi. Investiční výstavbu financuje především z veřejných zdrojů, hlavně z fondů EU. V roce 2014 činil objem přijatých investičních dotací 12,7 miliardy korun. V současnosti je jedním z největších projektů stavba dvoutubusového čtyřkilometrového tunelu na trati z Rokycan do Plzně za 3,9 miliardy korun.

– SŽDC není majitelem nádraží, ta patří Českým drahám. V současnosti se ale chystá převod těchto nemovitostí do majetku SŽDC. Převod nádraží z ČD na SŽDC schválila vláda loni a následně ji schválil řídicí výbor ČD. Zatím ale není jasné, jak se k transakci zhruba 1500 nádražních budov za 3,24 miliardy korun postaví vedení drah a dozorcí rada. Dráhy totiž mají několik protichůdných posudků o výhodnosti převodu.

– V posledních letech se objevilo v souvislosti s hospodařením SŽDC několik podezřelých případů. Nejvyšší kontrolní úřad (NKÚ) například v roce 2012 upozornil na údajné zbytečné utrácení za pronájem a nákup aut nebo právní služby. Až před soudem pak skončil někdejší ředitel organizace Jan Komár-

rek, kterého žalobce vinil z toho, že uzavřel nevýhodnou smlouvu na nákup elektřiny a způsobil tak stamilionovou škodu. Obvodní soud pro Prahu 1 Komárkovi nejprve udělil dvouletý podmíněný trest, v březnu 2014 odvolací pražský městský soud Komárka osvobodil.

– Loni v dubnu NKÚ oznámil, že polovinu zakázek SŽDC za 4,6 miliardy korun si rozdělilo pouhých sedm dodavatelů. Celkem se přitom na všech zakázkách podílelo 223 dodavatelů. NKÚ prověřoval, jak v letech 2010 až 2014 využila SŽDC peníze na údržbu a opravy drah. Právě v nastavení tendrů prý podnik chyboval. NKÚ také našel až stoprocentní rozdíly mezi cenami v katalogu SŽDC a u dodavatelů. SŽDC uvedla, že čísla NKÚ jsou nepřesná a že kontrola neodhalila žádná porušení zákona. – **RED** –

Rozprodej Českých drah – Čepro chce jejich pumpy

České dráhy mohou získat další stamiliony na splacení svých dluhů, ale současně přijít o další majetek. Desítky čerpacích stanic v lokomotivních depech po celé republice, které slouží hlavně k tankování dieselových jednotek a lokomotiv, zajímají státní firmu Čepro. Ta zatím Českým drahám dodává pohonné hmoty. Čepro už podalo Českým drahám nabídku na odkup, kterou začalo vedení státního dopravce řešit. Impulz k nákupu vzešel od Čepa.

Obchodní aktivity se snaží Čepro rozšiřovat ve všech oblastech. Jednou z cest je provozování podnikových čerpacích stanic. Provozuje už hospodářství s pohonnými látkami ve společnostech Česká pošta a ČEZ a oslovilo také České dráhy.

České dráhy nabídku neodmítly, ale zatím s Čepem nejednají. Nabídku je třeba velmi dobře zvážit vzhledem k tomu, že jde o důležitou součást činnosti, zda by případný prodej byl výhodný.

Jen loni podle výroční zprávy spotřebovaly České dráhy naftu za 1,6 miliardy korun. Přesun na externí firmu by mohl zlepšit kontrolu nad hospodařením s palivem a minimalizovat krádeže.

Odborářům Českých drah se nápad nelíbí. „Přijde mi to jako postupný rozprodej firmy, který ji dále oslabí,“ říká člen dozorcí rady a šéf Odborového sdružení železničářů Jaroslav Pejša.

Ve hře je totiž také vyčlenění opravárenství, odborům se nelíbí ani plán na státní půjčovnu vlaků, který by připravil České dráhy o vlastnictví vlakových souprav.

Ministerstvo dopravy si není jisté, zda je potřeba, aby České dráhy provozovaly čerpací stanice, to není jejich byznys.

České dráhy neuvědí, kolik čerpacích stanic mají přesně. Podle informací MF DNES se zatím mluví o možné prodejní ceně v řádu nižších stamilionů korun.

Prodejem čerpacích stanic by České dráhy zároveň přišly o jednu z výhod v soutěžích na provoz vlaků: ostatní dopravci většinou na železnici zázemí nemají a museli by

využívat pro tankování právě služeb Českých drah. Pokud se tankování dostane do rukou jiné firmy, nebudou už jiní hráči závislí na státním dopravci.

Hospodaření obou státních firem jen těžko může být rozdílnější: zatímco Čepro loni rekordně vydělalo, České dráhy se dál potýkají se ztrátovým hospodařením a vysokým zadlužením.

Čepro zatím Českým drahám dodává naftu. Na její dodávku na další tři a půl roku dopravce před několika týdny vypsal soutěž v hodnotě šesti miliard korun.

Nápady na přesun čerpacích stanic na jinou firmu se objevily už v minulosti, ale nikdy se nedostaly do fáze podání nabídky. – **RED** –



Sen všech mašinkářů – vlastní nádraží s parní lokomotivou

Mít kus trati, k ní vlakové nádraží, k němu ještě opravdovou parní lokomotivu, to je snem každého milovníka vláčků. Jen ti movitější si to mohou dovolit. Ve Velké Británii taková stanice existuje. V hrabství Lincolnshire u městečka Rippingale a je k mání za pouhých 20,4 miliónů korun.

Místní nádraží postavili jako součást Velké severní dráhy v roce 1872, ovšem už od roku 1964 přestalo sloužit. K nádraží patří pozemek o výměře takřka 5000 m². Jeho klenotem je ovšem právě cihlová stanice z 19. století. Na něm stojí mj. stodola a depo pro již zmiňovanou parní lokomotivu „Elisabeth“. Ta byla vyrobena v roce 1924. Díky v sousedství žijícímu farmáři zůstalo nádraží po celou dobu své existence v obyvatelném stavu a spousta jeho rysů se zachovala v původní podobě. Interiér zdobí prvky, které se zachovaly z doby, kdy nádraží sloužilo svému účelu. **M.N.**

VÝDAJE (NÁKLADY) DAŇOVĚ UZNATELNÉ

Daňové výdaje

Pokud vedeme daňovou evidenci, jsou naše výdaje daňově uznatelné, pokud

- jsme je vynaložili na dosažení, zajištění a udržení zdanitelných příjmů a
- máme k nim doklady, které určitou dobu archivujeme a
- uplatníme je v roce, kdy jsme je zaplatili (i zálohy uplatníme v roce, kdy jsme je zaplatili) a
- zaevidovali jsme je v daňové evidenci

Výdaje (náklady) vymezené jinak či zakázané

Pokud vedeme daňovou evidenci (nebo podvojný účetnictví), platí pro řadu výdajů (nákladů) výjimky či specifické podmínky:

- zřizovací výdaje
 - výdaje na auto uplatníme jedním ze způsobů
 - stravné při pracovních cestách zaměstnanců a nápoje pro zaměstnance
 - reklamní předměty, reprezentace
 - pořízení dlouhodobého hmotného majetku i technické zhodnocení uplatníme postupnými odpisy
 - zůstatková cena majetku prodáváného či jinak vyřazovaného - § 24 odst.2 b),c),t),zf), odst.5, § 25 odst.1 o)
 - leasing - § 24 odst.2 h), zl), odst.4, odst.6, § 25 odst.1 ze),zm)
 - cenné papíry, směnky - § 24 odst.2 r),w),-ze), § 25 odst.1 c)
 - výdaje na daně uplatníme podle § 24 odst.2 u),ch), § 25 odst.1 r),s), uplatnit můžeme i daň stanovenou náhradním způsobem (jinak řečeno náhradu za neuplatnění daně) při nesplnění registrační povinnosti k DPH
 - likvidace zásob - § 24 odst.2 zg)
 - zkoušky ověřující další vzdělávání - § 24 odst.2 zo)
 - penále, pokuty, úroky z prodlení - § 24 odst.2 zj), § 25 odst.1 f),y)
 - úroky z úvěrů a půjček, výdaje na zajištění úvěrů apod. - § 25 odst.1 w),x)
 - škody - § 24 odst.2 l), odst.10, § 25 odst.1 n), odst.2
 - umělecká díla - § 25 odst.1 za),zb)
 - pojistné na zdravotní a sociální pojištění je daňovým výdajem jen tehdy, pokud je platíme za své zaměstnance - § 25 odst.1 g)
- Více viz § 24 a § 25 zákona o daních z příjmů.

Výdaje i pro osobní potřebu

Výdaje sloužící zároveň pro osobní spotřebu (např. auto, počítač, papíry do tiskárny, telefon) můžeme uplatnit jen poměrnou částí připadající na podnikání.

Výdaje na opravu, údržbu i technické zhodnocení majetku používaného k podnikání, který jsme ale nezařadili do obchodního majetku, jsou také výdaje pro osobní spotřebu.

Výdaje nad rámec a dary

Výdaje které nejsou na dosažení, zajištění a udržení příjmů, můžeme uplatnit jen do výše příjmů s nimi přímo souvisejících, jestliže tyto příjmy zároveň zdaňujeme nebo jsme je už zdanili. Dary mají vlastní úpravu.

Podvojný účetnictví má náklady a výnosy

Pokud vedeme podvojný účetnictví, účtujeme náklady podle Zákona o účetnictví a navazujících předpisů, to znamená, že časové zařazení nákladů a výnosů se od daňové evidence v některých případech liší.

ÚPRAVY ZÁKLADU DANĚ, PŘECHOD NA PAUŠÁL

Základ daně upravíme

Pokud přecházíme z paušálních výdajů na skutečné nebo naopak, pokud končíme nebo přerušujeme svoji samostatnou výdělečnou činnost, většinou budeme muset upravit základ daně.

Přechod na výdaje procentem

Pokud jsme zatím uplatňovali výdaje podle skutečnosti pomocí daňové evidence a nyní chceme výdaje uplatňovat procentem z příjmů, upravíme základ daně předešlého roku. Většinou to provedeme dodatečným daňovým přiznáním, které vyplníme celé znovu, navíc oddíl 6 a tabulku E. Povinné úpravy základu daně viz § 23 odst. 8 písm. b) zákona o daních z příjmů – je to tam dost nepřehledné, musíme ten odstavec přečíst opravdu celý.

Jestliže změníme daňový základ, podáme i opravný přehled příjmů na OSSZ, neboť sociální pojištění se počítá z daňového základu. Opravný přehled pro zdravotní pojištění nepodáváme, neboť pojistné se počítá z rozdílu příjmů a výdajů. Údaje v přehledu pro zdravotní pojišťovnu tak mohou po několik let být odlišné od údajů, které uvedeme do daňového přiznání.

Přechod na skutečné výdaje

Pokud jsme dosud používali paušální výdaje a chceme začít uplatňovat výdaje podle skutečnosti (a tím pádem vést daňovou evidenci), měli bychom upravit (zvýšit) zá-

klad daně předešlého roku a podat dodatečné přiznání. Co všechno ale musíme vzít při úpravě v úvahu, v tom je zákon poměrně nejednoznačný.

Taky si posléze musíme dát pozor na úhrady závazků, které nám vznikly v době, kdy jsme ještě uplatňovali paušální výdaje. Tyto úhrady nebudou v období, kdy už vedeme daňovou evidenci, daňově uznatelnými výdaji.

Postup při podání opravných přehledů pro sociální a zdravotní pojištění je stejný jako při přechodu na paušální výdaje – viz výše.

Zákon

Přechod mezi způsobem uplatňování výdajů viz § 23 odst. 8 písm. b) odst. 3 a § 25 odst. 1 písm. zd) zákona o daních z příjmů.

Změna po podání přiznání

Pokud uplatníme skutečné výdaje a po podání daňového přiznání je chceme změnit na paušální, můžeme to udělat a podat dodatečné přiznání. Naopak (při přechodu z paušálních na skutečné výdaje) to není možné.

Ukončení nebo přerušení podnikání

Pokud se samostatnou činností končíme nebo ji přerušujeme, provedeme stejné úpravy jako při přechodu na paušální výdaje (viz nahore). Uděláme tak v případě, že jsme činnost neobnovili do termínu pro podání daňového přiznání za příslušný rok (většinou do konce března následujícího roku).

DARY SNIŽUJÍCÍ DAŇ Z PŘÍJMU

Dar či sponzoring

Dar nesouvisí s naším podnikáním, za své peníze nedostáváme protihodnotu (třeba reklamou), můžeme být nanejvýš uvedeni jako sponzor. Dar pro nás není daňově uznatelný výdaj, ale v určité míře nám sníží daň z příjmů, pokud zákonu o daních z příjmů vyhovíme co do příjemce a účelu daru.

Výše daru – kolik darovat

Chceme-li si snížit daň z příjmu, musíme za rok darovat alespoň 2% ze základu daně nebo alespoň **1000 Kč**. Maximálně můžeme v daňovém přiznání uplatnit **15 % ze základu daně**.

Dárci krve

Bezpríspevkový dárci krve si odečte za každý odběr 2000 Kč jako dar na zdravotnické účely.

Dokončení v příštím čísle

První světová válka zastavila rozvoj železnic. Využití vojskem však bylo enormní. Politický převrat v roce 1918 a vznik Československa zastihl železnici na našem území ve velmi neutěšeném stavu. První oběžník železničního zmocnění Dr. J. Zahradníka, vydaný před polednem 28. října 1918, dával pokyn úřadovat česky, udržovat provoz a zastavit vlaky směr Vídeň a Německo. Železnice tak i v nastalém zmatku uchovaly provoz téměř bezvadně.



Stavba mostu přes řeku Svratku

Na Slovensku však převzetí tratí hladce neprobíhalo. Prostý lid neměl informace o nově vzniklé republice a Maďari sabotovali železniční dopravu. Trati byly proto obsazovány vojensky, často se ve stanicích i střídalo. Současně s vojskem nastupovali do stanic čeští železničníři. Během bojů o stanice jich několik padlo. Ještě počátkem roku 1919 zahájili zbylí Maďari stávkou a poškozovali dráž-

ní zařízení. Hlavně na východním Slovensku byly poměry dlouho nejasné. Především díky osobní statečnosti a profesním znalostem dokázali čeští železničníři udržet pravidelnou dopravu.

Byl tak zajištěn pravidelný provoz v celé nové republice na zlomcích železniční sítě Rakousko-Uherska, nyní již dráhy československé.

Hlavní tratě v Rakousko-Uhersku směřovaly centricky k hlavním městům, Vídni a Budapešti. Spojení mezi Čechami a Slovenskem

Nejen, že nebyl dostatek lidí, ale chyběly také lokomotivy, vozy a začínalo docházet i uhlí. Pro dosažení normálního provozu předválečného stavu scházelo asi 1500 lokomotiv. Velké množství lokomotiv bylo díky válce ve špatném technickém stavu. Osobních vagonů bylo 5100, ale potřeba jich bylo 9800. Nákladní doprava potřebovala nejméně 136 tisíc vozů, ale skutečnost byla pouze 80 tisíc vozů, z toho použitelných jen 67 tisíc.

Nelze se proto divit, že nedostatek personálu a technických prostředků vedl na podzim roku 1919 k omezení dopravy.

Za těchto nezměrných obtíží se přetvářela československá železniční doprava pro potřeby nového státu. Územní tvar republiky přímo diktoval vnitrostátní dopravu podél rovnoběžek. Tomu ze státních drah vyhovovalo jen málo úseků tratí. Důležité články tak ve směru západ-východ představovaly soukromé dráhy: Košicko-Bohumínská, Buštěhradská a Ústecko-Teplická.

1. února 1921 byla vzata Košicko-Bohumínská dráha do státního provozu. Velké části Slovenska a Podkarpatské Rusi byly spojeny přes cizí státní území. Základní tratě sítě ČSD, Praha-Prerov-Bohumín-Košice-Jasina a Praha-Brno-Bratislava-Szob, byly vytvořeny z různorodých úseků starších drah.

Před novou Československou republikou byly hned na počátku na železnici nejen problémy s dopravou, ale i potřeba dostavby tratí dle potřeb státu, výroba nových lokomotiv a také osobních a nákladních vozů.

(Čerpáno z knih a zdrojů týkajících se železnice, lokomotiv a železné dráhy)

Připravuje Karel Šimáček

PŘÍSPĚVKY JSOU PRO SPEKULANTY?

Děje se to v čím dál větší míře, řekla ministryně práce a sociálních věcí Michaela Marksová, z jejíhož popudu jednájí i resorty zdravotnictví, místního rozvoje, vnitra a spravedlnosti. Příspěvky na bydlení vyšly loni stát zhruba na 13 miliard korun, část z nich přistála právě na kontech spekulantů.

„Ptám se, jak můžeme ochránit slušné nájemníky, kteří ve společném fondu přispívají na opravu domu nebo na nové výtahy, a teď jim tam spekulanti stěhují sociálně nejslabší. My jim platíme dávky a nemáme nástroj, jak říct, že dávky platit nebudeme,” uvedla ministryně Marksová.

Ta nedávno přišla s kontroverzně pojatým návrhem, že by společenství vlastníků muselo schvalovat nové nájemníky, což funguje například ve Švýcarsku. Připustila ale, že její ministerstvo nemůže takovou úpravu navrhnout, začala tedy jednat s dalšími resorty o společném postupu.

„Postrádáme třeba hygienické standardy pro byty, které byly zrušeny v roce 2006,” uvedla.

Materiál, který vzešel z jednání, zahrnuje úkoly pro jednotlivá ministerstva. Resort spravedlnosti by podle něj například mohl revidovat právní předpisy tak, aby majitel bytu potřeboval k pronajmutí stanovisko společenství vlastníků jednotek.

Ministerstvo pro místní rozvoj by mělo mít možnost odejmout kolaudaci k dlouhodobému bydlení v případě zjištění nevyhovujícího stavu bytu či ubytovny a společně s resortem zdravotnictví by mělo stanovit podmínky, podle nichž je byt zdravotně nezávadný. Dokument je nyní v meziresortním řízení.

Kšeftaři přišli už před časem na zlatý důl, když skupovali vybydlené byty a ubytovny, do kterých sestěhovali především Romy. Tvořila se tak ghetta a docházelo k sociálním nepokojům, ty nejostřejší se odehrály před pěti lety ve Šluknovském výběžku.



Ministryně Michaela Marksová

ZDRAVOTNÍ SESTRY UŽ MOŽNÁ NEBUDOU POTŘEBOVAT VYSOKOŠKOLSKÉ VZDĚLÁNÍ

Zdravotní sestry už pro svou odbornost možná nebudou muset mít tříleté vysokoškolské vzdělání, stačilo by absolvovat rok studia na vyšší odborné škole. Počítá s tím novela o podmínkách nelékařských zdravotnických povolání, kterou vládě doporučila schválit její legislativní rada. Rada podpořila také novelu o specifických zdravotních službách.

Ministerstvo zdravotnictví chce první z novel vyřešit problémy s nedostatkem plně kvalifikovaných sester. Návrh především rozšíří možnost získání odborné způsobilosti pro výkon povolání všeobecné sestry zkráceným studiem na vyšších odborných školách, podobně jako pro zdravotnické asistenty, praktické sestry, porodní asistentky a zdravotnické záchranáře.

Novela by podle ministra zdravotnictví Svatopluka Němečka (ČSSD) mohla být přijata do konce letošního roku, takže od příštího školního roku už by se jí mohlo vzdělávání sester řídit.

Ministr Němeček již dříve připomněl, že změna je v souladu s požadavky EU i osvědčenou praxí například v Německu.

Výhrady k předloze má ale Asociace vysokoškolských vzdělavatelů nelékařských zdravotnických profesí v ČR, podle níž se zkrácením studia zdravotních sester jejich nedostatek nevyřeší.

Podle zdravotnických odborů chybějí v nemocnicích tisíce sester. Kvůli tomu se omezuje provoz a zavírají některá oddělení. Sestry odcházejí z nemocnic kvůli přetěžování, hledají si méně stresující práci, za kterou si vydělají stejně nebo i víc. Loni měly sestry ve státních

nemocnicích 28 tisíc korun, základní plat činil 19 680 korun.

Asociace navrhaný systém 4+1 (plné kompetence by sestry podle návrhu měly mít po čtyřech letech střední školy a roce vyšší školy) odmítá, návrh nemá podporu ani u Odborového svazu zdravotnictví a sociální péče, České asociace sester a Asociace vyšších odborných škol.

Asociace navrhuje rozšířit vzdělávací kapacity vyšších a vysokých škol pro vzdělávání sester, nastavit systém celoživotního vzdělávání a změnit minimální personální standardy tak, aby byla zajištěna kvalitní a bezpečná péče a sestry nebyly přetěžovány.

Novela by měla rovněž upravit podle zkušeností z praxe pasáže týkající se posudkové péče, včetně posuzování a uznávání nemocí z povolání.

– RED –

TRAGICKÉ PRACOVNÍ ÚRAZY Z NEDBALOSTI, KDO NESE FINANČNÍ ODPOVĚDNOST?

Smrt živitele rodiny, invalidita nebo dlouhodobá nákladná rekonvalescence, to jsou nejtragičtější následky pracovních úrazů, z nichž počet smrtelných překračuje v Česku pravidelně stovku ročně. Někteří zaměstnatelé dokonce na bezpečnosti práce šetří, místo aby ji sami zajišťovali.

Má vůbec zaměstnanec možnost se bránit, pokud není při rizikové práci dostatečně chráněn? Může takovou práci odmítnout? A jak vymáhat náhradu, pokud k úrazu již došlo?

Rok 2015 byl z hlediska smrtelných pracovních úrazů nejtragičtější za poslední tři roky. V informačním systému o pracovních úrazech je podle Státního úřadu inspekce práce (SÚIP) za rok 2015 evidováno celkem 123 smrtelných pracovních úrazů. V roce 2014 to přitom bylo 105 lidí, v roce 2013 zemřelo 108 pracovníků a o rok dříve 113 zaměstnanců. Časté jsou úrazy elektrickým proudem, a to především na železnici. Významnou roli zde hraje trakční vedení.

Kdy za pracovní úraz odpovídá zaměstnavatel

V případě, že zraněný zaměstnanec nebyl při práci řádně zajištěn, je třeba prověřit, zda neporušil své povinnosti ani předpisy bezpečnosti práce (BOZP). Pokud ne, pak za pracovní úraz odpovídá zaměstnavatel.

Zaměstnanec v tomto případě může uplatňovat vůči zaměstnavateli veškeré náro-

ky podle právních předpisů, tedy náhradu za ztrátu na výdělku, bolest a ztížení společenského uplatnění, náklady spojené s léčbou a věcnou škodu. Zaměstnavatel je povinen tyto nároky zaměstnanci uhradit.

Pokud však zaměstnavatel nezajistil řádně bezpečnost a ochranu zdraví při práci nebo ochranné pomůcky, neposkytne mu s největší pravděpodobností pojišťovna, u které musí být ze zákona pojištěn pro případy pracovního úrazu, pojistné plnění. Veškeré nároky zaměstnance tak bude zaměstnavatel hradit z vlastních prostředků.

Zaměstnance ohrožuje i vlastní lehkomyšlnost

V České republice je však poměrně častým jevem, že si pracovníci ochranné či jistící pomůcky nevezmou, ačkoli je mají k dispozici.

Pokud se prokáže, že zaměstnanec, ochranné pomůcky prokazatelně svěřeny má, je poučen o jejich používání, je kontrolován, že je používá, ale v konkrétním případě si je nevezme, může se zaměstnavatel odpovědnosti zprostit.

Zaměstnanec přitom má právo nebezpečnou práci nevykonat, pokud se o ní důvodně domnívá, že bezprostředně a závažným způsobem ohrožuje jeho život a zdraví, popřípadě život a zdraví jiných osob. Takové odmítnutí se podle zákoníku práce nepovažuje za nesplnění povinností.

To znamená, že zaměstnanec může sám usoudit a oznámit zaměstnavateli, že výkon práce je rizikový, nemá k němu poskytnuty řádné prostředky či není řádně proškolen, a proto práci nevykoná. Vždy však záleží na konkrétních okolnostech.

I proto se doporučuje, aby byl konkrétní problém konzultován ještě s osobou odborně způsobilou v oblasti BOZP, kterou musí mít většina zaměstnavatelů v tomto oboru angažovanou.

Ani ochranné prostředky nemusí snížit riziko

Bohužel ani prozíravější firmy, které svým zaměstnancům ochranné prostředky pořídí, nemají v tuzemsku jistotu, že budou správně fungovat, a to ani v případě, že jsou opatřeny bezpečnostním certifikátem.

A tak je možno, že býváme svědky toho, že certifikací získaly i jistící systémy pro práci ve výškách, jejichž popruhy mohou při pádu zaměstnanci poškodit zdraví. Podle bezpečnostních norem přitom musí jistící systém člověka sám zajistit na 20 minut.

Během dvaceti minut totiž může dorazit pomoc. Systém musí být plně ergonomický, aby nehrozila žádná zdravotní či bezpečnostní rizika. A nutností je také pečlivé proškolení lidí na záchrannou spolupracovníka.

– RED –

Dobrý den, poslední komplikací akutní hepatitidy je hepacelulární karcinom. Nebudu a ani nechci vám letní čtení kazit, tak závažným onemocněním, přesuneme jej na podzim. U jater však zůstaneme a snad na léto zajímavým tématem:

Alkohol a játra

Alkohol je jednou z nejdůležitějších příčin jaterních onemocnění. Odbourávání alkoholu se děje výhradně v játrech oxidací na acetaldehyd. K tomu slouží: *alkoholdehydrogenáza, *MEOS (Microsomal Ethanol Oxidizing System), který je adaptačním mechanismem, neboť jeho aktivita stoupá při chronickém alkoholizmu, *jaterní kataláza. Při chronickém abúzu alkoholu dochází k řadě metabolických změn. Mezi nejdůležitější patří: zvýšená tvorba lipoproteinů, laktátu a pyruvátu (vznikají v organizmu při spalování cukrů za nepřítomnosti kyslíku), hyperurikemie (vyšší hladina kyseliny močové). V játrech klesá zásoba glykogenu (zásobní sacharid cukr v lidském těle), zabrzdí se glukoneogeneze (tvorba cukru). Stoupá obsah tuků a železa v játrech. Přechodně může dojít k zlepšení odbourávání některých léků (naopak ke zhoršení po vynechání alkoholu).

Tolerance alkoholu u žen je menší než u mužů. Pro muže se za nebezpečnou považuje dávka nad 60g/den (tj. asi 2 litry piva, 0,7 litra vína nebo 0,2 litra tvrdého alkoholu po dobu 20 let), pro ženu jen 20g/den.

Diagnóza: potvrzená je **nález**: alkohol v krvi, zvýšení ALT, AST a GMT, AST je 2násobně vyšší než ALT, lehce zvýšeny bilirubin, zvýšení kyseliny močové, cholesterolu, triacylglycerolů, v krevním obraze – makrocytoza (velké červené krvinky). Při abstinenci GMT a AST rychle klesají.

K hlavním jaterním alkoholickým poškozením patří **jaterní steatóza**, **alkoholická hepatitida** a **alkoholická cirhóza**.

Alkoholická steatóza (ztukovatění jater) je první změnou, krátkodobou komplikací v játrech při chronickém abúzu alkoholu. Je výsledkem zvýšené mobilizace tuků z periferie, pokleslého uvolnění lipidů z jater při jejich současné zvýšené syntéze (tvorbě) a poklesu lipooxidací (okysličování). Při abstinenci rychle mizí, jde o změnu reverzibilní.

Klinický obraz – onemocnění může být zcela němé, upozorní na ně jen hepatomegalie (zvětšení jater) nebo laboratorní nález. Jindy si nemocný stěžuje na pokles výkonnosti, tlak pod pravým obloukem žeberním a břišní diskomfort. Při **diagnostice** je nejběžnější **sonografické vyšetření břišních orgánů**. Prognóza je dobrá, pokud bude nemocný abstinovat. Nález se znormáluje již za několik týdnů.

Terapie: je nezbytný absolutní **zákaz alkoholu**. Je vhodné upravit **stav výživy**. Al-

koholici trpí často nedostatkem bílkovin a vitamínů.

Alkoholická hepatitida jde o jaterní lézi, která se rozvíjí v terénu poškozeném alkoholem. Je důležitým momentem pro rozvoj chronických závažných poškození. Nejčastěji jsou postiženi muži středního věku po mnohaletém chronickém abúzu alkoholu, hlavně koncentrátu. Bezprostředním impulzem bývá větší alkoholický excés, ale i interkurentní infekce (infekce, postihující člověka již trpícího jinou základní chorobou).

Klinický obraz: při **lehčí formě** dominuje únava, psychická labilita, nechutenství, zvracení, návaly na zvracení (nauzea), hubnutí, bolesti pod pravým obloukem žeberním. U těžkých forem se stupňují hlavně bolesti v břiše, přidružují se teploty, ikterus (žluté zbarvení kůže), ascites (voda v břiše), otoky nohou, poruchy krvetvorby, kožní příznaky.

Diagnóza: nezastupitelné místo má anamnéza (i od příbuzných či ošetřujícího lékaře).

Laboratorní vyšetření – nález je výraznější. Musíme vyloučit virové hepatitidy, onemocnění žlučniku, poškození žlučových cest. **Jaterní biopsie** je plně na místě. Prognóza je vážná u těžkých forem již z hlediska krátkodobého přežití. Rozhodující je abstinence. **Je nutné nemocnému opakovaně vysvětlit, že o dalším osudu si rozhoduje sám.**

Terapie: podmínkou je absolutní **abstinence**. Je třeba dobrá **realimentace** (výživa) – vysoké dávky bílkovin, vitamíny, anabolika.

Alkoholická cirhóza – nevzniká u všech alkoholiků, proto se předpokládá, že se spoluúčastní další faktory – genetické, imunitní změny, infekce hepatotropními viry (hlavně HCV), poruchy výživy, vliv abúzu léku. Cirhóza vzniká velmi snadno u člověka, který se třeba ani neopije do nemoty, ale každý den si dá v hospodě několik piv. V naší zemi, kde třeba i každodenní vysedávání v hospodě není nijak neobvyklé, je cirhóza častým problémem. Denní dávku alkoholu, při které cirhóza časem vznikne lze jen odhadnout. Tato dávka bývá nižší u žen než u mužů. Platí zde ale individuální rozdíly v toleranci. Něčí játra vydrží 5 piv denně, něčí se těžce poškodí již při dvou. Nelze to předem odhadnout. U excesivního (nárazového) pití může dojít ke vzniku cithózy velmi rychle již během 18 měsíců.

Klinický obraz může probíhat zcela asymptomaticky, jindy na ni upozorní hepatomegalie (zvětšení jater), ale často až známky dekompenzovaného jaterního onemocnění (sklon ke krvácení, ikterus, ascites, encefalopatie). Častější jsou pankreatitidy a kardiomyopatie. Při vyšetření je špatná výživa, nápadná hepatomegalie, menší splenomegalie (zvětšená slezina), kožní změny, příznaky závažné avitaminó-



za (chybění vitamínů hlavně B a C).

Laboratorní vyšetření – nález svědčí pro alkoholizmus a jaterní cirhózu. Ikterus cholestatického typu (špatné odtékání žluče) s hyperlipotroteidemií (vysoké parametry lipidového souboru) a hemolytickou anémií (rozpad červenýchrvinek) jsou součástí Zieveho syndromu.

Diagnóza je postavená na sonografickém vyšetření a histologickém obraze (dlouho přítomná velká složka steatózy). Prognóza je příznivější u těch, co dokážou abstinovat. Často i velice pokročilý nález ustoupí, choroba se na dlouhou dobu stabilizuje.

Terapie: základem je úplná **abstinence** a **úprava životosprávy**, zlepšit **stav výživy** a upravit chybějící **vitamíny**. Podáváme **hepatoprotektiva**, **ostropěstec mariánský** (obrázek). **Transplantace** je možná po 6 měsících abstinence.

Příčinou úmrtí u alkoholika s jaterní chorobou jsou jaterní selhání, krvácení do trávicího ústrojí, karcinom v cirhóze, úrazy a sebevraždy.



NOVÁ PAST NA VYBODOVANÉ ŘIDIČE – ÚŘAD UŽ NEBUDE MUSET ČEKAT NA SOUD, PRŮKAZ JIM SEBERE HNED

Ministerstvo vnitra vyškrtlo z chystané novely přestupkového zákona paragraf, který dnes umožňuje řidičům jezdit i přesto, že nasbírali dvanáct trestných bodů a mají na rok odevzdat řidičský průkaz. Stačí zažalovat úřad, který pak doklad nesmí zabavit a musí čekat na rozhodnutí soudu. Od příštího roku už taková praxe neprojde. Úřad sebere řidičák hned. Vnitro tak chce bránit současným obstrukcím recidivistů. Specialista na dopravní delikty ale tvrdí, že stát zásadně omezí základní práva řidičů. Prý proto, že řidič nedostane šanci obhájit se před soudem a trest, s nímž nesouhlasí, bude muset vykonat dopředu. Navíc pak v případě výhry řidičů u soudů může státu hrozit, že zaplatí odškodnění.

Stačilo z přestupkového zákona smazat kratičký paragraf a stát získá účinnější zbraň proti agresivním řidičům, kteří i přes zákaz úřadů dál jezdí.

Umazání dvou právnických vět zařídí, že řidiči, kteří nasbírali za opakované prohřešky 12 trestných bodů a mají na rok přijít o řidičský průkaz, už nebudou moci zákaz řízení oddalovat soudem. Podle současných pravidel totiž stačí, aby si vybodovaný řidič najal dobrého právníka a zažaloval úřad, který o zákazu

rozhodl. Automaticky pak o průkaz nepřijde až do pravomocného soudního verdiktu, který navíc může předchodit rozhodnutí zvrátit. Nově už ale úřady nebudou muset měsíce nebo roky čekat a řidičák seberou hned.

Nepříliš známá novinka, která je součástí novely zákona o odpovědnosti za přestupky a má začít platit přesně za rok, nyní leží u poslanců. Vrátila se tam sice ze Senátu, ovšem jen s mírnými změnami, které se zrovna tohoto bodu nedotýkají.

Novelu připravilo ministerstvo vnitra a chce tím zabránit zneužívání žalob, které zahlcují soudy a také působí obstrukčně. Řidiči se podle úředníků jen snaží zdržovat.

Podle mluvčí ministerstva vnitra Martiny Němcové je současný zákon zastaralý. Nevychovuje především proto, že nutí úřady nechat řidičský průkaz automaticky každému, kdo ho zažaluje, a vůbec přitom neřeší detaily případu: třeba kdo tím silničním recidivistou je, jaká je jeho životní situace a jak velké škody mu zákaz řízení způsobí.

Chystanou novinku ale kritizují někteří právníci. Je tu však možnost kolize s Ústavou. Údajně proto, že řidič nedostane šanci obhájit se před soudem a trest, s nímž nesouhlasí, bude muset vykonat dopředu. Jedná se tedy

o zásadní zásah do základních práv řidičů, podle kterého hrozí napadení zákona u Ústavního soudu.

Podle autorů novely zákona ale úřad nebo soud budou smět ve sporných případech trest odložit až do vyřešení kauzy. Takové řešení je vhodnější i z hlediska zamezení možným obstrukcím ze strany účastníka řízení, který podáním žaloby může sledovat neoprávněný prospěch. Například nezaplacení pokuty, neboť se nemusí jednat pouze o zadržené řidičské průkazy.

Může však docházet k žalobám na stát v případech, při nichž by soud zpětně řekl, že úřad chyboval a řidiči neměl zakazovat jezdit. Stát by pak musel vyplácet až stamilionová odškodnění ročně. Může to mít nedozírný dopad na veřejné rozpočty, neboť vítězství řidičů u soudů není v praxi nijak vzácné.

Za deset let existence bodového systému se vybodovalo zhruba 70 tisíc řidičů. Kolik z nich se ale poté úspěšně soudilo, statistiky neevidují.

Jisté řešení našli mnozí polští řidiči. Najímají si cizince, kteří za úplatu berou přestupky na sebe, a tak jim vybodování nehrozí. Jenže – znáte to... Tak dlouho se chodí se džbánem pro vodu...

– RED –

ZMĚNY PLÁNU PRO DOSTAVBU DÁLNIČE NA VÍDEŇ MAJÍ BÝT NA PODZIM

Zásady rozvoje Jihomoravského kraje potřebné pro dostavbu dálnice Brno–Mikulov–Víděň budou hotové na podzim. Po setkání s dolnorakouským hejtmanem Erwinem Pröllem to oznámil ministr dopravy Dan Ťok. Oba politici projednali i stav příprav mezistátního spojení mezi Znojmem a Vídní přes Hollabrunn a chystané železniční spojení regionálním expresem z Vídně do Českých Budějovic.

Na dlouhodobě připravovaném dálničním spojení Brno–Víděň se zatím pracuje zejména na rakouské straně. Rakouská dálnice A5 nyní končí za dolnorakouskou obcí Schrick. Do roku 2017 by měla být podle plánů prodloužena k Poysdorfu. V téže roce by mohly začít stavební práce na dalším úseku sahajícím od Poysdorfu k hraničnímu přechodu Drasenhofen/Mikulov. Ten by měl být v prvním kroku dvouproudý, rozšíření na čtyřproudou komunikaci plánuje Rakousko až v závislosti na krocích české strany.

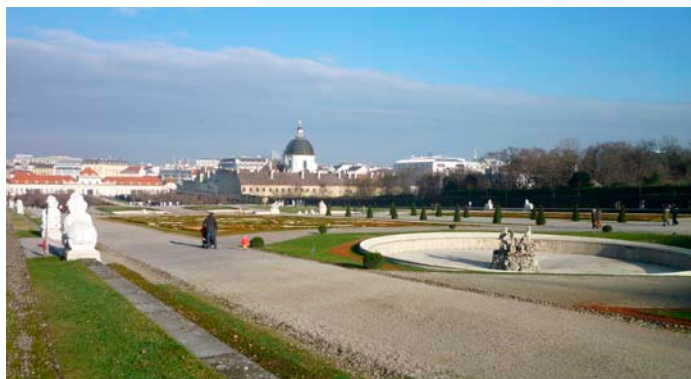
Podle ministra Ťoka je rychlostní spojení do Rakouska přes Mikulov rukojmím neexistujících zásad územního rozvoje kraje, bez kterých se v přípravě nadá pokročit. Česko se tak nyní zaměřuje na výstavbu obchvatu Mikulova.

Jižní Morava je jediným krajem, kterému zásady územního rozvoje chybí, a kvůli tomu tam nelze stavět žádné důležité dopravní stavby. Od vstupu do Evropské unie se v kraji nepostavil ani kilometr dálnic. Kraj nemá žádné zásady územního rozvoje, protože původně vytvořený dokument zrušil v roce 2012 Nejvyšší správní soud pro nedostatečné posouzení některých vlivů.

Plánované železniční spojení České Budějovice–Víděň by podle Prölle mohlo

fungovat jako prodloužení současného spoje, který končí na českých hranicích. Do budoucna by podobně mohlo sloužit i spojení z Veselí nad Lužnicí do Gmündu, které by bylo potřebné elektrifikovat, dodal Dan Ťok.

Spojení z Vídně na Hollabrunn a dále do Znojma je podle Prölle také z rakouské strany v posledních fázích přípravy. Začít stavět by se tak mohlo na jaře 2017, dodal. (red)



Další z cest za zajímavými místy naší země nás zavede do Polné další trasou směrem na Jihlavu, kterou volím při cestě do Telče. Není tak dávno, kdy běžel v televizi seriál, který rekonstruoval události z roku 1899, kdy tady došlo k vraždě devatenáctileté Anežky Hrůzové. Za tuto údajně rituální vraždu byl odsouzen židovský mladík Leopold Hilsner. Po Hilsnerově odsouzení se v aféře angažoval i budoucí prezident ČSR Tomáš Garrigue Masaryk, který 11. prosince 1899 navštívil TGM Polnou. Hilsner byl sice krátce nato propuštěn, ale brzy přišel druhý proces, ve kterém mu byla vina potvrzena nejen za Anežku Hrůzovou, ale i druhou dívku z Horní Věžnice, Marii Klímovou, která byla zavražděna o rok dříve a Leopold Hilsner si odseděl celkem osmnáct let.



Dodnes ale zůstaly pochybnosti o tom, kdo byl opravdu vrahem. Polná má pět tisíc obyvatel, najdete zde zajímavý, monumentální kostel Nanebevzetí Panny Marie z roku 1707, jeho součástí je církevní muzeum. Městské muzeum je v prostorách hradu v Polné a má několik prohlídkových tras. V roce 1840 se do Polné přistěhoval i Josef Němec se svou manželkou spisovatelkou Boženou Němcovou. Oba se zde stýkali s místními vlastenci a zůstali zde do června 1842. Ještě můžete navštívit městečko Přibyslav, které je pár kilometrů od Polné a je spojeno s Janem Žižkou z Trocnova, který město v roce 1424 obléhal. V nedaleké vsi, dnes nazvané Žižkovo Pole i zemřel. Tady můžete navštívit mohylu, kterou postavil havlíčkobrodský stavitel Josef Šupich, žák Josefa Zítka. Ta byla odhalena 20. září 1874.



Sport

18. ročník podnikových her AŽD Praha

Ve dnech 17. až 19. června proběhl v Zadní Třebáni 18. ročník sportovních her AŽD Praha. Účastníci ze všech koutů republiky zápolili v rekreačním kempu především v kolektivních sportech. Ředitelem podnikových her byl personální manažer společnosti Ing. Miloslav Sovák.

Pozvaným zástupcům NeRV potom řekl: „Není důležité, kdo zvítězil, ale že zaměstnanci firmy se mohou setkat i mimo pracovní

prostředí a změřit si své síly v oblasti sportu.”

Soupeření proběhlo ve třech sportech, volejbale, kopané a nohejbalu. O zápalu Vás přesvědčí několik snímků.

Miroslav Novotný



Turnaj v elektronických šipkách

Odborové sdružení železničářů uspořádalo 14. června v Praze, v Domě Bohemika celorepublikový turnaj nedrážních členů OSŽ v šipkách mužů a žen pro rok 2016.

Organizace turnaje tedy připadla Nedrážnímu republikovému výboru OSŽ a gró organizačních povinností zajišťovala tajemnice NeRV OSŽ Bc. Renata Dousková.

Čestný ředitelem byl jmenován výkonný tajemník OSŽ Martin Vavrečka a ředitelem turnaje pak místopředseda OSŽ Miroslav Novotný. Pravidla byla stanovena směrnicemi OSŽ pro organizování sportovních akcí.

– mis –

Kategorie žen – finále

1. **Magdalena Stránská** (CZ LOKO)
2. **MUDr. Gabriela Ritterová** (DZ Olomouc)
3. **Hana Tábořská** (AŽD Praha)
4. **Renata Dousková** (Ú OSŽ)

Kategorie mužů – finále

1. **Rudolf Rozbořil** (AZ servis Brno)
2. **Martin Budějický** (Skanska EMD)
3. **Stanislav Knejp** (ČSKD Intrans)
4. **František Záděra** (OHL ŽS EES)
5. **Pavel Štiller** (Legios Loco)
6. **Karel Mlejnek** (JLV Praha)



Káhira nabízí turistům mnohem více než pyramidy



Egyptské hlavní město je obvykle vnímáno především jako synonymum pyramid v Gíze a Sfingy. Je nespravedlivé omezovat Káhiru jen na tyto legendární památky. Stačí navštívit magická místa, zabloudit do těch správných ulic a najdete tu mnohem víc.

Na světě najdete jen málo srovnatelných míst. Se svými asi pětadvaceti miliony obyvatel je totiž Káhira pulzujícím největším městem Afriky. Novější bohaté dějiny se tu střetávají s bohatou historií starých Egyptanů, ale především se snoubí s dobrosrdečností většiny obyvatel, vůněmi a zvuky.

Není asi lepší místo pro pokus pochopit živelnost města než bazar Chán Chalílí. Složitý labyrint těsných uliček ve stínu mešity al-Azhar. Ty se prakticky nezměnily od 14. století. V nabídce jsou vodní dýmky, pomalované papýry, stříbrné šperky, koření nebo i blyštivé šaty pro břišní tanečnice.

Lepší je vždy vyrazit na trh s místními přáteli, kteří znají reálné ceny, protože trhovci jsou vždy připraveni obrátit vás o poslední egyptskou libru.

Nebojte se proto smlouvat, pokud se nedostanete alespoň na polovinu původně nadhozené ceny, odejděte. Smlouvání je hra, kterou Egyptané milují – běžně při něm dostanete i čaj, vyměníte si vizitky a seznámíte se s celou obchodnickovou rodinou.

Ibn Túlúnova mešita

Na konci 9. století ji nechal postavit Ahmad ibn Túlún, guvernér Káhiry. Mešita stojí uprostřed nádvoří lemovaného kolonádami, na nichž se dodnes dochovaly původní, v některých případech zlaté ornamenty.

Po 173 schodech vystoupáte na ochoz minaretu a výhled na starou islámskou Káhiru za tu námahu opravdu stojí. Dávná legenda navíc praví, že mešita byla postavena na místě, kde po potopě „zakotvila“ Noemova archa. Tato legenda umocňuje zážitek z tohoto pohledu.

Koptské, raně křesťanské město

Koptské muzeum nabízí nepřehledné množství informací o životě raných křesťanů v Egyptě. Přímo naproti stojí úchvatná ukázka koptské architektury, Visutý kostel. V dnešní podo-

bě pochází z 9. století, byl postaven na římské opevněné bráně zvané Babylon a jeho loď je zavěšena nad pasáží.

Za vrchol návštěvy koptského města považuje většina křesťanů chrám svatých Serhije a Bakcha. Koptové dnes tvoří asi 15 procent z 90 milionů obyvatel a v Káhiře jsou soustředěni v centru města, ve čtvrti Šubra, která má tři a půl milionu obyvatel.

Zamálík

Proplétání se davy v centru, neustálé troubení tisíců aut, dopravní zácpy a vzduch plný písku z pouště si žádá místo pro nabrání nových sil. Právě takovým je ostrov Zamálík ležící mezi Káhirou a Gízou. Kýžený klid a celou Káhiru jako na dlaní můžete nalézt právě tady. Většinou tiché a klidné ulice Zamálíku, dýchající koloniální érou 19. století vyplňuje nespočet butiků, restaurací a kaváren i uměleckých galerií.

Mnohé ze zdejších podniků zcela samozřejmě nabízejí i alkohol, vesměs z produkce nizozemského Heinekenu, který před pár lety ovládl tento segment trhu v Egyptě. Nicméně je jasné, že národním nápojem Egyptanů je silný a voňavý, takřka čaj, po němž následuje káva, stejně silná a chutná. Jen jí tu poněkud paradoxně neříkají arabská, ale turecká.

Říká se, že duši národa poznáte podle jeho jídla, Egyptská kuchyně odráží charakter spíše chudé země, a tak je jejím základem zelenina na sto způsobů a maso bylo vždy vnímáno jen jako jakási „nadhodnota“. A dobře míněné varování – nedejte na vůně a objednávejte si s rozumem: porce bývají velké a hutné a pohled na hromady nedojedených zbytků tristní.

M.N.

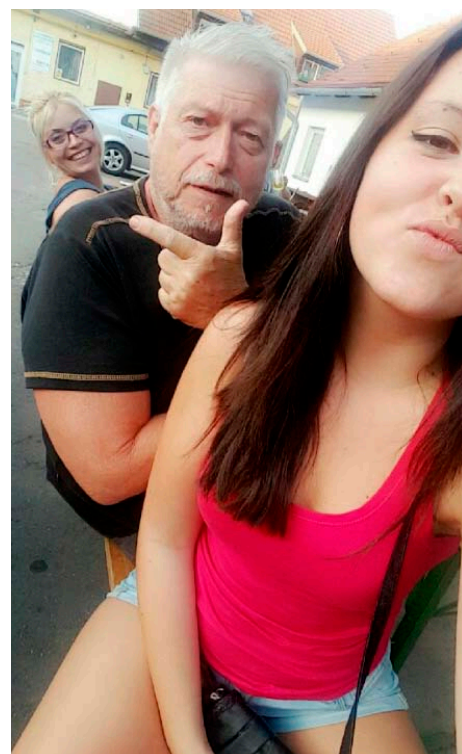


Co nedělat v Chorvatsku

V chorvatském národním parku Plitvická jezera návštěvníci při pořizování selfiček padají do vody a musí jim z ní pomáhat záchranáři.

Národní park, zařazený na seznamu UNESCO, ročně navštíví přes milión lidí, při nebezpečném focení zahyne minimálně jeden turista a záchranných operací se uskuteční kolem 1200, což je pětkrát vyšší číslo než v minulých dekádách.

Vedení národního parku se proto rozhodlo rázně zakročit a selfička (a také nevhodnou obuv – žabky) zakázat.



Ilustrační selfie Chiara Turčanová

Blahopřejeme

V tomto měsíci slaví narozeniny:

Pavel Štiller – Legios Louny

Karel Mlejnek – JLV

Ing. Eva Malá – OHL ŽS řed. spol.

Vlastimil Zaspal – ČD Telematika Ústí n. L.

Zuzana Sehnalová – žst Šumperk (Ariva)

Zdeňka Cupalová – OHL ŽS řed. spol.

Olga Ludrovská – AŽD MZ Olomouc

Luboš Nový – Skanska EMD

Alžběta Vlčková – OHL ŽS Brno