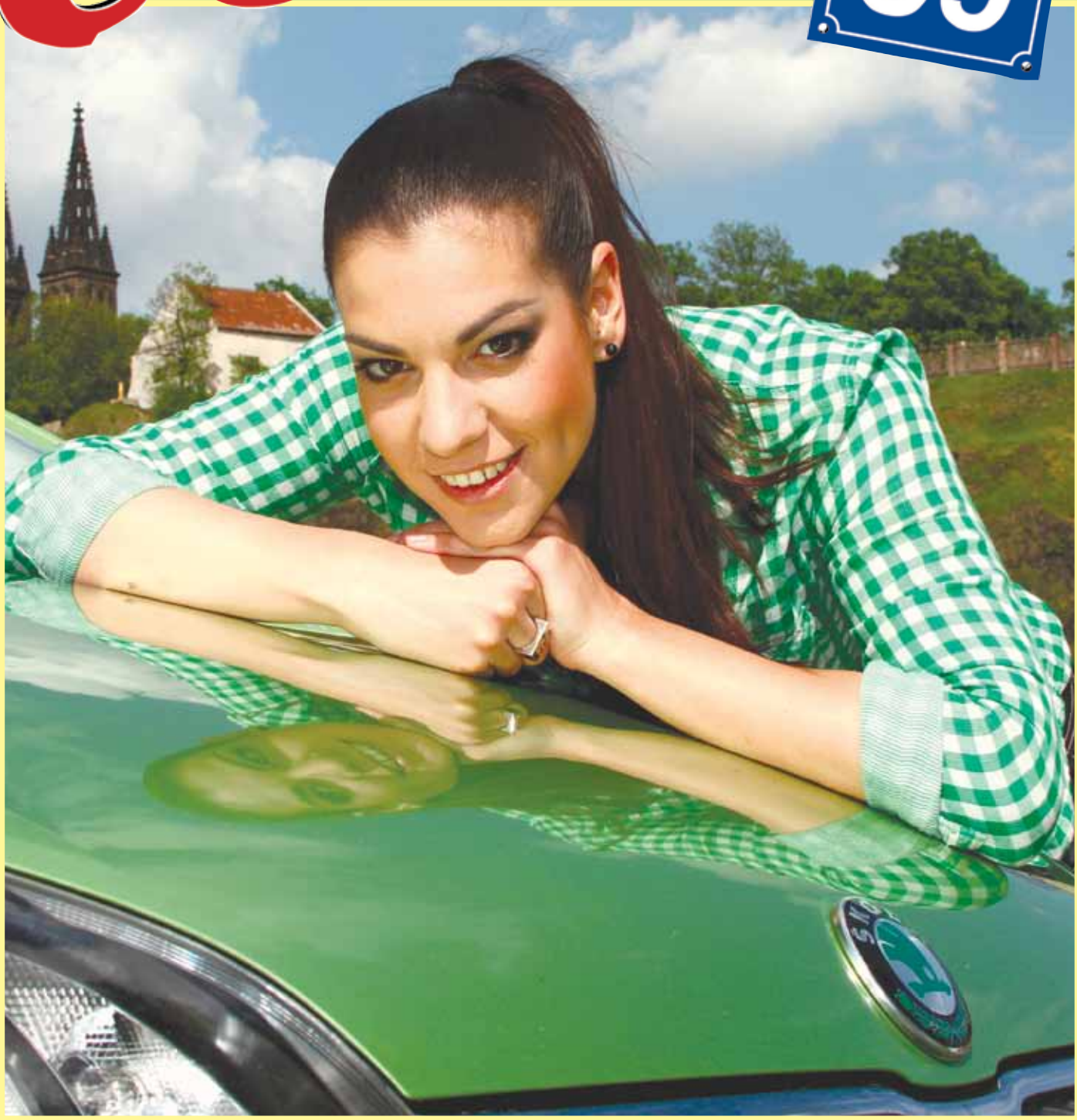
3/2013 MĚSÍČNÍK PRO VELESLAVÍN A OKOLÍ

ZDARMA

Veleslavín 39



Vstávání nesnáším, říká herečka a moderátorka

MARTA ONDRÁČKOVÁ

Z obsahu

Rozhovor s Martou Ondráčkovou

Od nemoci ke zdraví

Mladí horolezci v Ruzyni

Editorial

Milí čtenáři časopisu Veleslavín39,

22. březen je Mezinárodním dnem vody. Mám za to, že tento mezinárodní den je smysluplnější než řada jiných, známějších a slavenějších mezinárodních dnů, které jsou popularizovány víceméně z komerčních důvodů.

O tom, že základem veškerého života na Zemi je voda se ve škole učí už malé děti. To, že bez vody není života, není fráze. Zdroje vody nejsou nekonečné. Často se uvádí, že příští války budou o vodu. I když posledním velkým historicky doloženým ozbrojeným konfliktem, jehož přímým důvodem se stala voda, byla válka mezi městskými státy v Mezopotámii 2 500 před naším letopočtem, je napětí nebo i násilí spojené s nedostatkem vody stále lokálně přítomno i dnes. Někdejší indická premiérka Indira Ghándíová říkala, že civilizace je dialogem mezi člověkem a vodou. Ostatně slovo „rivalita" má základ v latinském výrazu „rivalis", což neznamená nic jiného než „ten, kdo sdílí stejnou řeku s ostatními".

V jedné superluxusní restauraci v Berlíně mají na nápojovém lístku 40 druhů vody z 18 zemí, a to včetně dešťové vody z Tasmánie. Profesionální vodní sommeliér hostům radí, k jakému jídlu je ta která voda nejlepší.

Vodu nepotřebujeme pouze k pití a hygieně, ale nepřímo při výrobě takřka všech věcí, na něž si vzpomenete, při pěstování plodin, při chovu zvířat, při výrobě energie. A paradoxně i při tom, když některé výrobky vody zbavujeme, abychom je mohli v prášku lépe skladovat a dopravovat. Před jejich použitím musíme ovšem opět vodu dodat.

V prášku si lze pořídit ledaccos. Když zmíním jenom potraviny, tak kávou počínaje, přes limonády, džusy a polévky, vajíčka, těsta, až po kompletní instantní jídla. Ivan Mládek zpívá dokonce o špagetách v prášku.

Koupit si můžete například i ústní vodu v prášku. Škoda, že ještě nikdo nevynalezl benzin v prášku. Dnes, kdy analytici předpokládají, že cena benzinu brzy opět vzroste na hodnotu 40 korun za litr, by se pár metráků benzinu v prášku koupeného do zásoby za současné „levnější" ceny později určitě hodilo. Na rozdíl od benzinu v tekutém stavu by se snadno složil i v malém panelákovém sklepě. (Kdysi jsem četl o chytrákovi, který ve sklepě naplnil pohonnými hmotami sud a jednou se chtěl podívat, kolik mu ještě zbývá. Aby dobře viděl, posvítil si zapalovačem. Patrně už potom neviděl nikdy nic…)

Majstrštykem pokročilé civilizace, za kterou se považujeme, by ovšem byla voda v prášku. Zdá se vám to nesmyslné? Kdepak. Princip suché vody byl objeven už v roce 1968, ale teprve v roce 2006 byla její struktura plně pochopena a realizována. Svojí podobou připomíná práškový cukr, z 95% ovšem obsahuje skutečnou kapalnou vodu. Skládá se z jejích droboulinkých kapiček, které jsou každá zvlášť obaleny jemným křemičitým pískem. Tento obal vodě brání, aby se slila a stala se opět tekutou. Voda v prášku v pravém smyslu slova to tedy není, i když tak vypadá. Ovšem vynález za všechny prachy to asi bude.

Jiří Hruška

Veleslavín 39 MĚSÍČNÍK PRO VELESLAVÍN A OKOLÍ • propagační bulletin

Registrace: MK ČR E 14105, 23.12.2002 • **Periodicita:** měsíčník • **Ročník:** třináctý • **Vydavatel:** Přerost a Švorc - auto, s.r.o., Veleslavínská 39, 162 00 Praha 6, IČ: 63073188 • **Redakce:** Miloslav Přerost, telefon: 602 248 494, veleslavin39@prerost-svorc.cz • **Inzerce:** veleslavin39@prerost-svorc.cz, Dagmar Čámská • **Grafická příprava:** Petr Mazný • **Titulní fotografie:** archiv Marty Ondráčkové • Za věcnou správnost a obsah článků odpovídají autoři • Za text a obsah inzerátů odpovídají zadavatelé inzerce. • **www.veleslavin39.cz** • **Uzávěrka podkladů: 27. 2. 2013**

ČÍM ŽIJE PRAHA 6
Zprávy z Městské části

Memorandum o spolupráci mezi MČ Praha 6 a FK Dukla Praha a. s. podepsali 19. února 2013 Ing. Marie Kousalíková, starostka MČ Praha 6, a Ing. Michal Šrámek, generální ředitel a člen představenstva FK Dukla Praha. V praxi se spolupráce projeví realizací konkrétních projektů, například založením sportovní třídy se zaměřením na kopanou na ZŠ na nám. Interbrigády, pořádáním letních fotbalových kempů pro děti z Prahy 6 a cyklem besed žáků s hráči Dukly Praha.

KLUB KAŠTAN PŘEDSTAVIL CESTOVATELSKOU VÝSTAVU BARVY 4 KONTINENTŮ

Dýmající islandskou sopku Eyjafjallajökul, podzemní řeku v Mongolsku, opice makaky jako vládce Gibraltaru, ale především tradiční kulturu domorodých obyvatel exotických koutů světa nabídla hostům Klubu Kaštan v Břevnově cestovatelská výstava Barvy čtyř kontinentů. Byla k vidění po celý únor v prostorách předsálí a kavárny klubové scény a jejími autory byli Václav Müller a Zdeněk Svánovský. A tak se návštěvníci klubu mohli před hudebním zážitkem inspirovat například fotografií barevného jídla na španělském tržišti nebo pozorovat mentawajskou ženu z indonéského ostrova Siberut, jak bání s děckem na klíně; mhouří před kouřem oči stejně jako čeští kuřáci.

Pokud jste se v únoru do Klubu Kaštan na výstavu cestovatelských fotografií nedostali, nevadí; pod názvem výstavy jsou přístupné na webu a můžete si je „vygůglovat…“

ZASTUPITELSTVO ODMÍTLO ZMĚNIT PLÁN

Zastupitelstvo městské části Praha 6 ve čtvrtek 14. 2. po více jak čtyřhodinové debatě zamítlo návrhy opozičních zastupitelů týkající se pozemku na Vítězném náměstí a změny územního plánu. Společnost PPF Real Estate chce na místě postavit nový dům. Opozice mimo jiné požadovala, aby Praha 6 vzala zpět žádost o změnu územního plánu.

Prodejní výstava starožitných zrcadel a dobových rámů probíhá od 4. ledna do konce března 2013 ve 4. patře polikliniky Cordeus v Praze 6, Na Dlouhém lánu.

5 procent z výtěžku výstavy bude věnován na konto Dary FN Motol – Klinice dětské hematologie a onkologie.

Foto: Miloslav Přerost
Zdroj: Bohumil Patlevič, restaurátor vystavených děl

ČÍM ŽIJE PRAHA 6
Zprávy z Městské části

Městská část Praha 6

19. BŘEVNOVSKÝ MASOPUST

12. 2. 2013

MASOPUSTNÍ REJ MEZI SNĚHOVÝMI VLOČKAMI Průvod maškar, českou zabijačku s posezením, hudbu a lidovou zábavu nabídl tradiční, již 19. břevnovský masopustní průvod, který se vydal 12. února v 16 hodin dolů Bělohorskou ulicí až k hotelu Pyramida. Masopustní veselice na pražském Břevnově skončila kolem 18. hodiny rozdáním dárečků dětem a oceněním nejpěknějších masek. Přirozeným pokračováním tanečního veselí, tentokráte v pohodlí hotelových sálů, byl tradiční Maškarní bál břevnovských živnostníků v sobotu 16. února opět v hotelu Pyramida. A tak pražané ze šestky doufají, že i napřesrok se uskuteční jubilejní 20. oslavy českého masopustu.

Text a foto: M. Přerost

ČÍM ŽIJE PRAHA 6
Zprávy z Městské části

Galerie Makráč, výstavní síň Ústavu makromolekulární chemie AV ČR, zahájila v prvním březnovém týdnu výstavu malíře Jakuba Sýkory **„Finská Berounka."**

Obrazy byly inspirovány hromadnou emigrací 211 vodáků z tehdejšího Československa během mezinárodních závodů ve Finsku v roce 1965. *„Vodáci zůstali většinou na malých sídlištích poblíž řeky Paikö. Infiltrovali tak československou vodáckou kulturu do kultury finské. Zrodila se tak finská Berounka…"* Výstava vznikla ve spolupráci s Ateliérem sochařství Vysoké školy uměleckoprůmyslové v Praze a potrvá do 29. 3. 2013.

NEJMENŠÍ TOULAVÝ DIVADELNÍ CIRKUS V EVROPĚ

Do Prahy na Ladronku přijíždí švýcarsko-česká, klaunsko-herecká dvojice Lenky Foletti-Machoninové a Alberta Foletti se svým Cirkusem Giroldon, „nejmenším v Evropě". Z jižního podhůří Alp, kde je dospělí i děti znají nejlépe, vyrážejí každoročně do několika evropských zemí a téměř pravidelně i do Čech. Je to však prazvláštní cirkus, riskantní a rizikový, jiný než ostatní, a to nejen formátem.

V sobotu 9. a v neděli 10. března v 15.30 zahrají ve svém vyhřívaném zimním stanu na trávníku před restaurací LADRONKA (Tomanova 1/1028, Praha 6) představeni "BLÁZEN". Pokladna je otevřena půl hodiny před začátkem.

Hostem nejmenšího toulavého divadelního Cirkusu Giroldon budou v pátek 8. března v 17.00 violoncellisté, sourozenci Anna Brikciusová a František Brikcius „Duo Brikcius" (Joseph-Hector Fiocco, Wolfgang Amadeus Mozart, Gioacchino Rossini, David Popper).

Koncert, stejně jako představení, je pro *VŠECKY*, a tak se nebojte, *VY VELKÝ*, přijít na představení „BLÁZEN" a stejně tak na druhou stranu nebojte se přivést na violoncellový koncert děti!

St. Patrick´s Day

In English-speaking countries, there is a celebration that brings mirth and joy to many people. It is Saint Patrick's Day, or Lá Fháile Pádraig in Irish Gaelic, a feast which commemorates the death of the patron saint of Ireland. The holiday is celebrated on the 17th of March every year.

Saint Patrick's Day is an official holiday in both the Republic of Ireland and Northern Ireland, but beyond that, it is widely celebrated in the United Kingdom, United States, Australia and other countries with high populations of Irish immigrants or descendants.

The day has become a celebration of Irish heritage and pride, and revellers usually wear green and drink Guinness. It is often accompanied by a parade, particularly in large cities. New York hosts the largest parade, typically with 150,000 marchers and more than 2 million spectators.

So this March, why not join in the festivities? Perhaps you can make a new Irish (or Ireland-loving) friend!

Vocabulary:
mirth – veselí, vzruch
joy - radost
feast - svátek
to commemorate - připomínat
heritage - bohatství
a reveller – slavící

jipka

S námi porozumíte!

2. kolo kurzů od 4. 3.2013

Vaše jazyková intenzivní péče

5 x v Praze

Národní | Butovice | Opatov | Palmovka | Flora

www.jipka.cz

Vstávání nesnáším, říká herečka a moderátorka MARTA ONDRÁČKOVÁ

Jsem stručný člověk, tvrdí o sobě čerstvá třicátnice Marta Ondráčková. Její krátké, mnohdy jednoslovné (leč obsahově výstižné) odpovědi v našem rozhovoru to potvrzují.

Herečka a moderátorka Marta Ondráčková pochází z Ostravy. Umělecké geny zdědila po obou rodičích: matka byla herečkou v Divadle Petra Bezruče a otec působil jako sólista baletu dnešního Národního divadla Moravskoslezského.

Martě vystupování na veřejnosti přišlo jako něco přirozeného, už jako desetiletá moderovala v České televizi dětský pořad Klubíčko.

Po přestěhování do Brna studovala humanitní větev gymnázia a ve třetím ročníku přestoupila na Janáčkovu akademii múzického umění (JAMU).

V moderování pokračovala, když v roce 2006 uváděla opět v České televizi soutěžní pořad AZ-kvíz Junior a o rok později další soutěžní pořad pro děti s názvem Věříš si. V roce 2008 jí TV Nova nabídla moderování Snídaně s Novou, v níž ji lze vídat doposud po boku kolegy Pavla Svobody. Na stejné stanici hrála ve druhé sérii seriálu Ordinace v růžové zahradě a vystupuje v hobby pořadu Rady ptáka Loskutáka.

Marta Ondráčková má na svém kontě i řadu divadelních úloh, z nichž je třeba vyzvednout zejména titulní roli Marie Stuartovny v inscenaci stejnojmenného Schillerova dramatu ve Slezském divadle Opava. V současné době je členkou Horáckého divadla Jihlava.

Mužem, kterého Marta Ondráčková několikrát v rozhovoru zmiňuje, je Jakub Dřímal, herec a frontman kapely One Life.

● Toužila jste se jako malá stát herečkou?

Pocházím z divadelnické rodiny a patřím mezi ta jevištní dítka, kterým vůně

šminek a jevištního prachu osudově a nevyléčitelně učarovala.

● Jaká byla Vaše cesta k tomuto povolání? Co Vás na něm lákalo?

Asi budu opakovat, to, co pronesla řada kolegů přede mnou. Možnost hrát si, posouvat své hranice, prožívat příběhy, které vás v běžném životě nepotkají.

● Naplnily se Vaše představy?

Až na brzké vstávání, dlouhé ponocování a dřinu jak fyzickou, tak psychickou má pro mě moje práce stále jistý nádech romantiky. Takže odpověď zní: ano.

● Po kom jste zdědila umělecké nadání?

Předpokládám, že jsem koktejlem kumštýřských genů obou rodičů. Ale základy řemesla, na kterých stavím dodnes, vybudovala s obrovskou trpělivostí maminka.

● Ve kterých divadlech jste hrála a kde působíte nyní?

Jako dítě jsem první zkušenosti získávala v Divadle Petra Bezruče, maminčině domovské scéně a v dnešním Národním divadle moravskoslezském. Během čtvrtého ročníku JAMU jsem hostovala v Městském divadle Brno a zároveň nastoupila do svého prvního angažmá ve Slezském divadle Opava. V Praze jsem si zahostovala v Divadle pod Palmovkou a v současné době jsem členkou souboru Horáckého divadla Jihlava.

● Ve svém profilu na webu Horáckého divadla uvádíte, že vzdělání na JAMU jste získala omylem v oboru muzikál. Vysvětlíte to?

Chtěla jsem jít na činohru, na níž jsem vyrostla. Ale paní docentka Zdena Herfortová mě přesvědčila, abych si vybrala muzikál, na který jsem si podávala přihlášku jen pro klid rodičovských duší. Jsem jí za to dodneška vděčná. Bylo to jedno z mých nejlepších životních rozhodnutí.

● Odkdy moderujete Snídani s Novou?

Je to právě pět let.

● Jak často Vás ve Snídani s Novou můžeme vídat?

V současné době jednou týdně. Ale ke Snídani mi přibyly ještě Rady ptáka Loskutáka, ve kterých mám na starosti rubriku Doktor byt.

● Pamatujete spolumoderátora Pavla Svobodu s dlouhými vlasy po ramena?

To víte, že pamatuju. S Pavlem Svobodou jsem vyrůstala a dnes po jeho boku stárnu…

● Šaty ve Snídani jsou Vaše vlastní nebo Vás obléká televize?

Obléká nás televize, ale na výběru kostýmů se podílíme. Občas se podaří do vysílání propašovat i kousek z vlastního šatníku.

● Nosíváte na krku výrazné šperky. Máte nějaký nejoblíbenější?

Nosívala jsem stříbrné talismany, které mi maminka vozila ze svých cest po Francii. Nejoblíbenější byl medailon sv. Terezie. V současné době nosím v civilu jediný šperk. Prsten, dárek ke třicetinám od mého muže.

● Nevadí Vám neustálé pendlování mezi Jihlavou, kde jste v divadelním angažmá a Prahou, kde v televizi moderujete a natáčíte?

Nevadí, ráda řídím a navíc mám v sobě kus nomáda. Jsem ráda v pohybu a na různých místech.

● Kde vlastně bydlíte?

V autě. Ale jinak jsme doma v Praze, tam je hlavní stan. K tomu často pobýváme v mém divadelním bytě v Jihlavě a samozřejmě se pravidelně přesouváme i do Brna za rodinou.

● Stává se často, že večer hrajete a ráno už jste v televizi? Jak se Vám vstává?

Téměř pravidelně. Vstávání nesnáším, je to doslova můj životní protiúkol.

● Ohledně vstávání nebo naopak ponocování jste spíše slavík nebo sova?

Sovička. Běžně chodím spát v čase, kdy vstávám na vysílání Snídaně. V noci tvořím, píšu, pracuju na rolích.

● Jak je naplněn Váš pracovní diář? Jste hodně zaneprázdněná?

Je plný na dva roky dopředu. V této souvislosti jsem zjistila, že je celkem problém koupit už dnes diář na rok 2015.

● Cítíte se lépe jako moderátorka nebo jako herečka?

To je nesrovnatelné. Každá z těch profesí si žádá něco jiného. Ale moderování beru spíš jako zpestření. Herectví jako hlavní pracovní a životní úběžník.

● Máte svoji vysněnou roli?

Mám. A nejsem troškař, je jich hned několik. Ale z pověrčivosti o nich nemluvím.

● V jakých divadelních představeních Vás v současné době můžeme vidět?

V Našich furiantech a v Ostře sledovaných vlacích. V současné době zkouším Aldonzu v nádherném muzikálu Muž z la Manchy a před koncem sezóny mě ještě čeká Bez roucha, americká komedie z divadelního prostředí.

● A co další příležitosti – televize, film, rozhlas atd.?

Další příležitosti jsou snad na cestě.

● Hrála jste někdy v reklamě? Přijala byste takovou nabídku?

Pokud by měla dobrý scénář a nápad, proč ne?

● Co do současné doby nejvíce změnilo Váš profesní život?

Toho není málo, vlastně to jsou pracovní a současně životní mezníky. JAMU

a Česká televize Brno. Odchod do Opavy a Marie Stuartovna. Praha a Snídaně s Novou. Jihlava a počátek spolupráce se spolužačkou a kamarádkou Míšou Noskovou na vlastních projektech.

● A co ten soukromý?

Můj muž.

● Jaké jsou Vaše kladné vlastnosti?

Upřímnost.

● Jakých vlastností si vážíte u jiných?

Upřímnosti.

● Jaké vlastnosti u ostatních nesnášíte?

Samolibost, sobeckost a nepřejícnost.

● Které špatné vlastnosti máte podle sebe Vy sama? Snažíte se jich zbavit?

Totální nedochvilnost. Na změnu už jsem rezignovala a mé okolí naštěstí taky.

● Máte smysl pro humor? Jaký humor je Vám blízký?

Celý život jsem si myslela, že ano, ale údajně je tomu naopak.

Humor mám ráda inteligentní, sebeironický, lehké dráždění bránice i mozkových buněk současně.

● Co nejraději děláte, když máte volno?

Spím.

● Jak si udržujete fyzickou kondici? Sportujete?

Musím, jinak bych nezvládla takové pracovní nasazení. Cvičím třikrát až pětkrát týdně. Běhám, plavu, propadla jsem běžkám a in-lineům, za což může můj partner. Nedám dopustit na power plate, který bych doporučila všem ženám, které mají náročný program a přitom chtějí makat. Jen mě mrzí, že v současné době nezbývá čas na mou velkou lásku - koně.

● Máte ráda sníh? Nebo se těšíte na jaro?

Sníh ano, zimu ve městě ne. Na horách jsem šťastná, ale jinak se spíš těším na jaro.

● Držíte diety? Máte nějakou osvědčenou?

Ne, miluju jídlo a hlavně musím jíst. Když potřebuju tělu trošku ulehčit, vynechám škroby a sacharidy a na pročištění jsem pár dnů na ovoci a zelenině. Před dietami ale preferuji pohyb.

● Jaký je Váš nejoblíbenější spisovatel?

Terry Pratchett, Shakespeare, Zola, Rilke, Schiller, Alberto Moravia, Remarque… Moje knihovna zabírá dvě stěny obývacího pokoje. Jsem velmi vášnivý čtenář.

● Jakou knihu čtete teď?

Po letech jsem znovu otevřela Petrolejové lampy, zároveň čtu Annu Kareninu a k tomu mě uchvátil norský spisovatel Jo Nesbø, takže na mém nočním stolku leží jeho Sněhulák. Ráda čtu víc věcí zároveň a volím podle nálady.

● Který film byste si hned pustila nebo na něj šla do kina?

Batman begins, celá Nolanova trilogie mě dostala.

● Jak jste na tom s hudbou? Jakou preferujete?

Klasiku, na té jsem vyrostla. Ale jinak poslouchám cokoliv, co má určité hudební kvality. A poslední dobou samozřejmě kapelu mého muže One Life.

● Hrajete sama na hudební nástroj?

Už dlouho ne. Ale hrála jsem na piano a na kytaru.

● Máte ráda cestování?

Ano, ale není na ně moc času.

● Vzpomenete si na nějaký mimořádně silný zážitek z cest?

Probouzení se pod horskými štíty.

● Jste také autorkou řady článků a glos. Kde nejčastěji publikujete a jaká témata Vás inspirují?

Momentálně mám psací pauzu, protože se soustředím na dokončení knihy. Jinak mé sloupky vycházely na portálech TV Nova. A inspirace? Život.

● Jaké je vaše oblíbené přísloví nebo životní moudrost?

Příliš si na přísloví nepotrpím. Snažím se žít tak, abych se nezpronevěřila sama sobě, dělala radost lidem kolem sebe a chodila spát s čistým svědomím, že jsem nikomu neublížila.

● Jaké máte další plány?

Pracovat, hrát, psát, milovat a spát.

Jiří Hruška

Foto: archiv M. Ondráčkové

HISTORICKÉ OSOBNOSTI v názvech ulic Prahy 6

GOETHEHO

Ulice leží v Dejvicích a vede od železniční stanice Praha – Bubeneč ke Krupkovu náměstí. Komunikace vznikla před rokem 1911 a od té doby nesla název Nádražní. Od roku 1933 se přejmenovala na Kotkovu (po českém novináři, který byl pro svou protirakouskou činnost roku 1914 zatčen, obviněn z velezrady a popraven). V roce 1940 dostala jméno Zítkova (po nejvýznamnější osobnosti české architektury 19. století), aby se v roce 1945 opět vrátila k názvu Kotkova. Dnešní název je od roku 1952.

J. W. Goethe

Johann Wolfgang Goethe byl německý básník, spisovatel, učenec a vůdčí osobnost německé klasiky. V literatuře pěstoval všechny žánry, věnoval se malířství, teorii umění a přírodním vědám.

Narodil se 28. července 1749 ve Frankfurtu nad Mohanem v měšťanské rodině. Otec byl císařský rada a velmi zodpovědně se staral o výchovu a vzdělání svého syna. Mladý Goethe se učil řecky, latinsky, hebrejsky, francouzsky, anglicky a italsky a dobře znal i literaturu psanou v těchto jazycích. Měl několik sourozenců, kteří ale zemřeli velmi brzo. Pouze sestra Christiana se dožila stáří a celý život ke svému bratrovi obdivně vzhlížela.

Vystudoval gymnázium a v letech 1765-68 studoval práva v Lipsku. Zde chodil také na přednášky poetiky a malby. Hostinec Auerbachs Keller a tamější pověst o Faustovi na něj udělaly takový dojem, že použil tuto hospodu jako jediné konkrétní existující místo ve svém dramatu Faust I. V devatenácti letech se těžce roznemohl a musel se vrátit domů. V té době se plně projevuje jeho jedinečné pozorovatelské nadání a schopnost vcítit se do psychiky druhých. Veškeré podněty z milostných vztahů, osobních setkání a rozhovorů uchovával ve své geniální paměti a později jich využil ve své tvorbě. Na otcovo přání dokončil v roce 1771 práva ve Štrasburku a působil jako právník, později byl dvorním radou a ministrem státní správy Sasko-výmarského vévodství. V roce 1775 přijal pozvání vévody Karla Augusta do Výmaru a přestěhoval se tam. Jako mladý se seznámil s Herderem, toto přátelství a zájem o magii velmi ovlivnilo jeho tvorbu. Byl členem skupiny, která měla vzdorovat civilizaci a odstranit faleš. Vzorem jim byl Wiliam Shakespeare. Goethe hodně cestoval, při návštěvách Itálie se seznámil s antikou, pokládal ji za vrchol kultury. Řecko považoval za nedostižný vzor. Ve Výmaru se seznámil s Fridrichem Schillerem, spolu stvořili mnohá díla a vzájemně se předháněli, kdo napíše lepší. V říjnu 1806 si vzal za manželku Christianu Vulpiusovou, která bohužel deset let po svatbě zemřela.

Zajímavostí je, že měl poměrně silný vztah k Čechám a Mariánským Lázním, zde se také seznámil se svou životní láskou (byl již velmi starý a ona velmi mladá, věkový rozdíl mezi nimi byl přes padesát let) Ulrikou von Levetzow. Sbíral také minerály, které pak věnoval českému Národnímu muzeu.

Zemřel 22. března 1832 ve Výmaru, kde je také pohřben. Již během svého života se stal uznávaným autorem, k jeho přátelům patřil i Ludwig van Beethoven, který mnohá jeho díla zhudebnil.

Mezi Goetheova nejznámější díla patří: Prométheus, Goetz von Berlichingen, Utrpení mladého Werthera, Elegie římská a hlavně Faust I. a II. díl.

Text a foto: M. Přerost

...od nemoci ke zdraví...

Staráme se o to, aby nemocniční prostředí bylo bezpečné, 2. část

říká MUDr. Dana HEDLOVÁ

MUDr. Dana Hedlová je autorkou mnoha odborných publikací v oboru epidemiologie, intenzivně se věnuje přednáškovým aktivitám a také vyučuje na 3. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Je aktivní členkou řady odborných vědeckých společností.

Na pozici nemocniční epidemiložky a vedoucí Oddělení nemocniční hygieny Ústřední vojenské nemocnice působí od roku 1995.

■ Čtenářům jsme minule z činnosti Oddělení nemocniční hygieny přiblížili dvě oblasti: nemocniční hygienu a také bezpečnost a ochranu zdraví při práci. K úplnému výčtu ještě schází činnost oddělení centrální sterilizace v ÚVN. Co bližšího můžete říci o něm?

Oddělení centrální sterilizace bylo uvedeno do provozu 26. dubna 1996 spolu s otevřením pavilonu CH2, v jehož suterénu je situováno. Provozně se oddělení centrální sterilizace člení na tři úseky: sterilizace, úpravna lůžek a skladové hospodářství. Poskytuje služby většině odborných a některým provozním oddělením nemocnice a rovněž několika mimonemocničním subjektům. Hlavní náplní jeho činnosti je sterilizace materiálu (včetně předsterilizační přípravy) z centrálních a oborových operačních sálů a sterilizace materiálu z odborných oddělení. Oddělení provozuje celonemocniční sklad jednorázového operačního krytí a plášťů a spotřebního zdravotnického materiálu (sterilní i nesterilní) včetně objednávání a výdeje. V rámci provozu úpravny lůžek zajišťuje dekontaminaci matrací, lůžkovin a jiných pomůcek včetně úpravy lůžek operantů velkých chirurgických oborů a provozuje sklad aktivních antidekubitních matrací.

Objem materiálu sterilizovaného pro centrální operační sály reprezentuje cca 60 % celkového objemu. Měsíčně projde úpravnou lůžek cca 800 nemocničních lůžek.

Pracoviště je také využíváno v rámci vzdělávání našich i mimonemocničních zdravotnických pracovníků, a to jak pro vstupní praxi našich zaměstnanců, tak pro praktickou výuku certifikovaných kurzů.

■ Jak je sledována hygiena v Ústřední vojenské nemocnici, jak funguje prevence a kontrola infekcí?

V loňském roce bylo provedeno více než 1 000 návštěv na různých pracovištích nemocnice, které byly spojeny s činnostmi, jež aktivně provádíme. Dovolte mi je vyjmenovat.

V rámci dohledu nad infekčními nemocemi zajišťujeme epidemiologické šetření při výskytu infekčních onemocnění, stanovujeme protiepidemická opatření a kontrolujeme jejich dodržování. Zajišťujeme hlášení infekčních onemocnění orgánu ochrany veřejného zdraví – hygienické službě.

Organizačně zajišťujeme a provádíme kontinuální shromažďování, analýzu, interpretaci a zpětnou distribuci všech údajů (surveillance), které mají vztah k účinné kontrole infekcí spojených se zdravotní péčí, podílíme se na organizaci prevalenčních studií. Na základě analýzy získaných dat navrhujeme cílená opatření a postupy.

Organizačně zajišťujeme a provádíme surveillance mikrobiologickou se zaměřením na původce infekčních onemocnění (bakterie) s antibiotickou rezistencí. Spolupracujeme na problematice antibiotické politiky nemocnice, a to zejména na racionální profylaxi v chirurgických oborech a racionální antibiotické terapii závažných stavů.

Organizačně zajišťujeme celonemocniční program zaměřený na hygienu rukou při poskytování péče a zpracování dat z jednotlivých pracovišť.

Kontrolujeme dodržování zásad hygienických a protiepidemických režimů na jednotlivých odděleních odborných i provozních včetně kontrol mikrobiální kontaminace prostředí, a to zejména v čistých provozech.

Odpovídáme za kontroly celkového režimu stravování. V naší gesci je i kontrolní činnost zaměřená na kvalitu některých druhů vod v rámci vodního hospodářství nemocnice. (Namátkou: na rehabilitaci je pacientům k dispozici bazén a speciální rehabilitační lázeň, pro provoz centrální sterilizace, intenzivní péče a operačních sálů je potřeba speciálně upravená voda, teplá voda pro všechny pavilony musí být nezávadná. Vše musí splňovat náročné požadavky legislativy na určené parametry.)

Při své činnosti spolupracujeme se zaměstnanci klinických a diagnostických oborů nemocnice a se zaměstnanci všech provozních oddělení.

Cílem již zmiňovaného Programu prevence a kontroly infekcí je průběžné omezování rizika vzniku infekcí spojených se zdravotní péčí u pacientů, profesionálních

Předsterilizační příprava

infekcí u zdravotnických i nezdravotnických pracovníků, případně dalších osob vystavených riziku infekce v jeho působnosti.

■ Mají všechna oddělení ÚVN z hlediska hygieny stejnou zátěž? Je mezi nimi rozdíl?

Je nutné si uvědomit, že nemocnice určuje prioritní oblasti Programu podle spektra ošetřovaných pacientů, povahy jejich onemocnění, podle rizikovosti používaných zdravotnických i nezdravotnických technologií a prováděných diagnostických a léčebných procedur. Samozřejmě nelze srovnávat riziko spojené s hospitalizací pacienta na pracovišti intenzivní péče s rizikem spojeným s hospitalizací na standardním lůžku. Ale je nutné, aby si zdravotnický personál při poskytování péče vždy jasně uvědomoval a dodržoval stanovené postupy.

Na základě pravidelného, v našem případě obvykle ročního, hodnocení rizika vzniku infekcí spojených se zdravotní péčí je zpracováván Plán prevence a kontroly infekcí. Jejich sledování se zaměřuje na prioritní skupiny infekcí spojených se zdravotní péčí a na epidemiologicky významné mikroorganismy. Systém časného varování se zaměřuje na vyhledávání a urgentní hlášení epidemiologicky závažných případů, které vyžadují neodkladná protiepidemická opatření - např. izolaci pacienta. Systém kontinuálního sledování se zaměřuje na hodnocení trendů ve výskytu významných skupin infekcí spojených se zdravotní péčí. Jeho výsledky se vyhodnocují ve čtvrtletním, pololetním a ročním intervalu a využívají se pro provádění systémových preventivních opatření. Součástí kontinuálního sledování je hodnocení indikátorů.

■ Jak se dají charakterizovat infekce spojené se zdravotní péčí?

Infekce spojená se zdravotní péčí (nozokomiální infekce) je definována jako infekce vzniklá v souvislosti s interakcí se zdravotní péčí, která nebyla přítomna, ani nebyla v inkubační době na začátku této interakce. Interakcí se zdravotní péčí se rozumí poskytnutí nemocniční, ambulantní i následné péče. Nemocniční infekce představují významnou komplikaci zdravotní péče, která má negativní důsledky ve smyslu zvýšené morbidity, mortality a nákladů na péči. Negativně ovlivňují kvalitu života pacientů a celkovou výkonnost zdravotního systému.

Z rozsáhlé studie SENIC (Study of Efficancy of Nosocomial Infection Control), která byla zorganizována v USA v sedmdesátých letech minulého století, vyplynulo, že přibližně 30 % všech nozokomiálních infekcí může být příznivě ovlivněno prevencí. Předpokladem však je dobře zorganizovaný systém jejich účinné kontroly založený na systému surveillance – kontinuálního sledování.

■ Jaké jsou hlavní skupiny těchto infekcí?

Pro klasifikaci a definici jednotlivých skupin nemocničních infekcí existuje více systémů. Celosvětově nejrozšířenějším je americký definiční systém CDC, který uvádí základní skupiny, které mají další, podrobnější klasifikaci:

a) infekce krevního řečiště,

b) infekce v místě chirurgického výkonu (infekce spojené s operací),

c) nozokomiální pneumonie (zápal plic),

d) infekce močového systému.

Vzhledem k tomu, že nemocniční infekce může postihnout libovolný systém, existuje řada dalších, méně frekventovaných skupin (infekce zažívacího ústrojí, infekce oka, infekce centrálního nervového systému atd.)

Definice nemocničních infekcí a jejich přesný klasifikační systém je nezbytný pro jakékoliv epidemiologické analýzy a zejména pro jejich sledování. Přísné uplatňování definičních kritérií je podmínkou pro hodnocení trendů ve výskytu nemocničních infekcí a srovnatelnosti výsledků mezi zdravotnickými zařízeními. Bez důsledné aplikace definic nelze hodnotit nemocniční infekce jako indikátor kvality zdravotní péče. Koncem loňského roku vydala Evropská komise prováděcí rozhodnutí, kterým se stanoví definice případů pro hlášení přenosných nemocí do sítě Společenství podle rozhodnutí Evropského parlamentu a Rady č. 2119/98/ES. V tomto rozhodnutí jsou zahrnuty i definice případů infekcí spojených se zdravotní péčí.

■ Nakolik nemocniční infekce ohrožují zdraví nebo i život pacientů?

Důsledky infekcí spojených se zdravotní péčí mohou mít značný negativní dopad nejen pro samotné pacienty, ale i pro celou společnost. Mohou významně zasáhnout bezpečí pacientů a kvalitu zdravotní péče, ekonomickou situaci i provozní stabilitu zdravotnických zařízení a v konečném důsledku finanční udržitelnost zdravotních systémů jako celku. Jejich účinnou prevencí a kontrolou lze docílit významného snížení úmrtnosti, zlepšení kvality života pacientů, i podstatného snížení celkových nákladů na zdravotní péči.

V nemocnicích členských zemí EU získá infekci spojenou se zdravotní péčí průměrně každý dvacátý pacient. Uvádí se, že v zemích EU zemře v souvislosti s těmito infekcemi téměř 150 tisíc obyvatel, což je více obyvatel, než kolik jich zahyne při dopravních nehodách. Podle evropské bodové prevalenční studie provedené v roce 2012 je situace ve výskytu infekcí spojených se zdravotní péčí v České republice srovnatelná.

Účinné omezování rizika vzniku těchto infekcí vyžaduje zavedení komplexního programu jejich prevence a kontroly, který může omezit jejich výskyt v průměru o třetinu, u některých skupin infekcí i více.

Jiří Hruška

Foto: archiv ÚVN

Třetí část rozhovoru s vedoucí Oddělení nemocniční hygieny a nemocniční epidemiložkou ÚVN MUDr. Danou Hedlovou přineseme v příštím čísle časopisu VELESLAVÍN 39.

SEMAFOR

březen 2013

01. 03.	PÁ	A DNES HRAJEME JAZZ (HARMCORE JAZZ BAND)	
02. 03.	SO	LEVANDULE	16:00
06. 03.	ST	MAM'ZELLE NITOUCHE	
07. 03.	ČT	KAM SE PODĚLA VALERIE?	
08. 03.	PÁ	RYTÍŘI Z BLANÍKU A KRASAVICE LÍDA	
09. 03.	SO	LAURA A OLIVER: REALITY SHOW	16:00
13. 03.	ST	VČERA VEČER POŠTOU RANNÍ	
14. 03.	ČT	HODINY JDOU POZPÁTKU	
15. 03.	PÁ	RYTÍŘI Z BLANÍKU A KRASAVICE LÍDA	
20. 03.	ST	HODINY JDOU POZPÁTKU	
22. 03.	PÁ	RYTÍŘI Z BLANÍKU A KRASAVICE LÍDA	
23. 03.	SO	VČERA VEČER POŠTOU RANNÍ (ZÁJEZD: BRNO)	
28. 03.	ČT	KAM SE PODĚLA VALERIE? (ZÁJEZD: ČESKÝ KRUMLOV)	
29. 03.	PÁ	LEVANDULE	
30. 03.	SO	MAM'ZELLE NITOUCHE	16:00

HOSTÉ :

04. 03.	PO	GOSPEL TIME PARTY
05. 03.	ÚT	FELIX HOLZMANN - VČERA DNES A ZÍTRA (OBNOVENÁ PREMIÉRA)
10. 03.	NE	SEDMERO HAVRANŮ
11. 03.	PO	VŠECHNOPÁRTY
12. 03.	ÚT	VŠECHNOPÁRTY
19. 03.	ÚT	JSME TÝM (HRA JIŘÍHO ŠTĚDRONĚ)
21. 03.	ČT	SEDMERO HAVRANŮ
25. 03.	PO	VŠECHNOPÁRTY
26. 03.	ÚT	VŠECHNOPÁRTY
27. 03.	ST	MANŽELSKÉ ŠTĚSTÍ ANEB HOSPODYNĚ NA ZABITÍ
28. 03.	ČT	SHAKESPEAROVY SONETY (MARTIN HILSKÝ A DAN DOBIÁŠ)

Není-li uvedeno jinak, začátky představení v 19.00 hodin.
Pokladna - *Opchod* Klokočí
Po - Pá: 11:00 - 19:00, So - Ne 2 hod. před představením
Dejvická 27, Praha 6, **tel: 233 901 384**

březen2013

divadlo Spejbla a Hurvínka

02.03.	so	14:00 16:30	Hurvínkova Nebesíčka
03.03.	ne	14:00 16:30	Hurvínkova Nebesíčka
05.03.	út	10:00	Hurvínkova Nebesíčka
06.03.	st	10:00	Hurvínkova Nebesíčka
07.03.	čt	10:00	Hurvínkova Nebesíčka
09.03.	so	14:00 16:30	Hurvínkova Nebesíčka
10.03.	ne	15:00 17:00	Hurvínek mezi osly (Pardubice)
11.03.	po	08:30 10:30	Hurvínek mezi osly (Pardubice)
13.03.	st	10:00	Hurvínkova Nebesíčka
14.03.	čt	10:00	Hurvínek mezi osly
14.03.	čt	14:30	Hurvínek mezi osly
15.03.	pá	10:00	Dějiny kontra Spejbl pro studenty SŠ
16.03.	so	14:00 16:30	Hurvínek mezi osly
17.03.	ne	14:00 16:30	Hurvínek mezi osly
19.03.	út	10:00	Hurvínek mezi osly
20.03.	st	10:00	Hurvínek a zrcadlo
21.03.	čt	10:00	Hurvínek a zrcadlo
23.03.	so	14:00 16:30	Hurvínek a zrcadlo
24.03.	ne	14:00 16:30	Hurvínek a zrcadlo
26.03.	út	10:00	Hurvínek a zrcadlo
27.03.	st	10:00	Hurvínek a zrcadlo
30.03.	so	14:00 16:30	Hurvínek a zrcadlo

PRO DOSPĚLÉ:

Tato představení jsou určena dospělým divákům.Tematicky jsou pro děti nevhodná, nezajímavá.

06.03.	st	19:00	Dějiny kontra Spejbl
08.03.	Fr	13:00	Das Beste von Spejbl und Hurvínek Na toto představení se nevztahují žádné slevy
20.03.	st	19:00	To nejlepší se Spejblem a Hurvínkem

www.spejbl-hurvinek.cz (najdete zde i internetový prodej) ● pokladna: **224 316 784** ● otevírací časy pokladny: **po 13.00-18.00, út-pá 9.00-14.00 a 15.00 až 18.00** ● hrajeme-li v Praze, je pokladna otevřena i o víkendu **so-ne 9.30-11.30 a 12.00-17.00**

SOUTĚŽ! OTÁZKY REDAKTORA OTAZNÍKA ?

Správná odpověď z minulého čísla zní: c) v Indickém oceánu

Z došlých správných odpovědí jsme vylosovali 3 výherce, kteří obdrží knížku z nakladatelství FRAGMENT: WIMBLEDON a světové tenisové legendy.

1. Roman Tumpach, Praha 5 ● 2. Irena Poláková, Rudná ● 3. Marie Vocelová, Praha 6

Ceny si vyzvedněte do konce března 2013 v autosalonu PŘEROST A ŠVORC AUTO, Veleslavínská 39, Praha 6 v pracovní dny od 8 do 19 hodin nebo v sobotu od 8 do 13 hodin.

OTÁZKA 3/2013

JAKÉ VÝROČÍ SLAVÍ V LETOŠNÍM ROCE DEJVICKÉ DIVADLO?

a) 10 let od založení
b) 20 let od založení
c) 30 let od založení

Své odpovědi zasílejte na adresu: Veleslavín39, redakce, Veleslavínská 39, 162 00 Praha 6, e-mail: veleslavin39@prerost-svorc.cz, SMS: 602 248 494, nejpozději do 20. března 2013, nezapomínejte k odpovědi připojit také své kontaktní údaje.

V únoru soutěžíme o tři nově vydané publikace z nakladatelství FRAGMENT: ZÁBAVNÉ KŘÍŽOVKY A OSMISMĚRKY. Spousta stran skvělého luštění - švédské křížovky v sobě skrývají zábavné i poučné tajenky, osmisměrky odhalí přísloví a vtipy.

TĚŠÍM SE NA VAŠE ODPOVĚDI. **VÁŠ REDAKTOR OTAZNÍK**

O VODĚ V PRAZE 6

3. část

Potoky a potůčky

HOROMĚŘICKÝ POTOK

je tokem Prahy-západ, pramení v Kněževsi, teče přes Tuchoměřice a vlévá se do Únětického potoka. Délka toku je 2,6 km, povodí má rozlohu 6,6 km^2. Asi kilometr jeho délky sleduje při úpatí Kozích hřbetů hranici místní části Prahy 6 – Suchdola, to je důvod proč je ve „vodopisu" také uveden.

KOPANICKÝ POTOK

má pramen na území letiště Václava Havla asi tři sta padesát metrů od silničního obchvatu Prahy, podtéká ho a míří k severní části Předních Kopanin. V této oblasti přijímá vodu několika studánek, se kterými byli naši čtenáři seznámeni v „Procházkách za studánkami". Cesta podle potoka poskytuje příjemnou procházku obcí, pokračující chatovou oblastí a lesem až k hranicím Prahy, kde Kopanický potok vtéká do potoka Únětického.

Kopanický potok

Romantiku popisovaného prostředí někdy narušuje při větru vanoucího z východu hluk motorů letadel startujících z letiště, přistávají-li tímto směrem je jejich hlučnost podstatně nižší.

KRUTECKÝ POTOK

pramení za novou výstavbou na svahu vpravo od Vokovické ulice, po několika desítkách metrů propustkem podtéká ulici Na Krutci, krátce sleduje ulici Horoměřickou a od zdevastovaného památníku osvobození Prahy v květnu 1945 odbočuje do údolí Divoké Šárky. V údolí pod ostrohem chráněného přírodního výtvoru Jenerálka, do jehož úpatí je vyrubána průzkumná štola, zatáčí opět doprava a po stovce metrů zprava vtéká na jeho pátém kilometru do Šáreckého potoka. Ale ještě před touto zatáčkou přijímá vodu bezejmenného potůčku pramenícího v zahrádkářské kolonii.

Zamrzlé koryto Kruteckého potoka

Délka Kruteckého potoka je 677 metrů, plocha povodí 830 m^2. Jeho koryto podél ulic Na Krutci a Horoměřická bylo v době předchozího režimu napřímeno betonovými žlabovkami a degradováno tak na stoku k rychlému odvedení vody. Minimální hloubka vody ztratila schopnost poskytnout životní prostředí pro ryby a jiné vodní organismy. Na prudkém svahu od ulice Na Krutci k potoku rostl pás hustých křovin, ve kterém hnízdili drozdi, kosi a pěnice. Žel, současně sem z projíždějících aut odhazovali řidiči odpadky a prostor se stal dlouhou skládkou. Na jaře roku 1978 tady pracovníci Sadů, lesů a zahradnictví zahájili likvidaci skládky. Pokáceli křoviny, náletové stromky i s hnízdy, vajíčky i holátky ptáků a vše i s odpadky na místě spálili. Oheň opálil i kmeny aleje topolů a spálil jejich nově vyrašené listy. Těžko bylo pochopit, proč tato velmi necitlivá akce nebyla provedena na podzim.

V roce 2007 byla na Kruteckém potoce provedena revitalizace koryta. Z potoka byly odstraněny betonové žlabovky a koryto bylo upraveno tak, aby potok meandroval údolnicí. Byla tak získána nová členitá břehová čára a získáno břehové pásmo. Na několika místech byly vyhloubeny tůně, břehy potoka byly osazeny vlhkomilnou vegetací a zpevněny kameny. Přechod chodců přes potok umožňuje nový brod z velkých oblázků. Vysazená vegetace se ujala, nad tůňkou se příští rok objevilo šídlo. Ovšem v horkém létě roku 2012 potok na několik dní zcela vyschl, což se před revitalizací nestalo. Popsaná revitalizace Kruteckého potoka byla první z akcí přírodních revitalizací potoků provedená v Praze.

Stanislav Srnský

Městská část Praha 6

Velikonoce

v Písecké bráně

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 6 VÁS ZVE NA TRADIČNÍ OSLAVY VELIKONOC

17. března – 1. dubna 2013

● výstava o historii Velikonoc a jejich zvycích, symbolech a obyčejích ● vystoupení dětských i profesionálních divadelních a hudebních souborů ● rukodělné dílny pro výrobu ozdob z tradičních materiálů za pomoci odborníků ● ukázky lidových zvyků a řemesel

17. 3. SMRTNÁ NEDĚLE

13–16 hod **Velikonoční dílny**

14 hod **Zahájení velikonočních oslav** starostkou MČ Praha 6 **Marií Kousalíkovou**

VYNÁŠENÍ MORANY – průvod a přivítání jara s dětským souborem **Sedmihlásek**

19. a 20. 3. 9–12 hod **Velikonoční dílny** pro školy

21. 3. 17 hod **Pašije – jarní písně / CHOREA BOHEMICA** a hostem **Bárou Munzarovou**

24. 3. KVĚTNÁ NEDĚLE

13–16 hod **Velikonoční dílny**

16 hod **Divadlo CIRKUS ŽEBŘÍK** – Velikonoční pohádka **Jak se budí země**

26. 3. 16 hod **Velikonoční dílny** pro seniory

27. 3. 17 hod **JARNÍ HUDEBNÍ NÁLADY** – velikonoční koncert ZUŠ Petřiny – Händel, Telemann, Mozart

28. 3. ZELENÝ ČTVRTEK

17 hod **CONCERTO MOZARTIANO** – skladby W. A. Mozarta v provedení Komorního orchestru **Praga Sinfonietta**, soprán **Monika Brychtová**, varhany **Vítězslav Podrazil**, diriguje **Miriam Němcová**

31. 3. BOŽÍ HOD VELIKONOČNÍ

1. 4. VELIKONOČNÍ PONDĚLÍ

Otevřeno denně od 13 do 19 hodin (kromě pondělí)

NA VŠECHNY AKCE VSTUP VOLNÝ

Písecká Brána

Písecká brána, K Brusce 5, Praha 6 – Hradčany, www.piseckabrana.cz

Čapek
HAND MADE
bluegrass & jazz instruments

Rosťa Čapek
uvádí / presents

EUROPEAN BLUEGRASS MUSIC ASSOCIATION

European Bluegrass Summit 2013

USA

Czech republic

Italy

USA

Czech republic

Bulgaria

Norway

Pete Wernick(USA), Joan Wernick(USA), Bill Keith(USA)
Lilly Drumeva(BG), Martino Coppo(IT), Brokeland Bullets(NO)
Cop(CZ), Petr Brandejs(CZ) a další...

16. 3. 2013 – 19:30 – Hotel OREA Pyramida, Praha 6

Lístky od 290,- do 490,-/Tickets from 290 - 490CZK e-mail: iva@capek.us www.capek.us

Připravujeme: 25. 4. 2013 - Chris Jones a Ned Luberecki & The Night Drivers (USA)

OREA HOTEL PYRAMIDA
REINVEST
PŘEROST A ŠVORC AUTO
muzikus.cz
DALI JSME HUDBU DOHROMADY
Country RADIO
HAVEL HOLÁSEK PARTNERS

DD WANTED

Galerie Chodník představuje 20 let Dejvického divadla

Rekvizity, figuríny, ukázky kostýmů, divadelních masek a loutek, plakátů a programů představení, fotografií a dalších zajímavostí ze života Dejvického divadla nabízí letem světem výstava, kterou ke 20. výročí vzniku této přední české divadelní scény otevřela Galerie Chodník. Projdete-li kolem Skleněného paláce na nám. Svobody 1 v pražských Dejvicích, bude před vámi defilovat kus velkolepé historie a výrazných hereckých osobností současného divadelního umění.

V osmi segmentech výkladních skříní Galerie Chodník se zrcadlí nejen atraktivní rekvizity, ale i cenné informační tabule vystihující realitu 20 let Dejvického divadla. Najdete zde dokument o zahájení provozu této scény s datem první odehrané inscenace 14. a 15. října 1992, úctyhodný seznam všech dosud uvedených inscenací podle jednotlivých sezón, současných členů souboru a vedení Dejvického divadla a také významná ocenění, která divadlo získalo v letech 1992 – 2012: Ceny Thálie, Cenu Alfréda Radoka, ceny za nejlepší herecké výkony, Cenu Divadelních novin, Cenu časopisu Svět a divadlo, Cenu kritiky, ale například i Cenu Mezinárodního bienále divadelního plakátu.

Pozornost ale budou nejvíce přitahovat fotografie dvorních fotografů Dejvického divadla Hynka Glose, Aleny Hrbkové, Michaela Tomeše a Milana Chrdleho. Tyto skvostné mistrovské momentky přibližují atmosféru divadla, jeho hereckých osobností a také kouzlo současné divadelní fotografie. Významnou součástí výstavy jsou i reprodukce plakátů k inscenacím Dejvického divadla od výtvarnice Tanii Stránské.

Výstava byla zahájena vernisáží 31. ledna spojenou s autogramiádou členů uměleckého souboru DD a prezentací knihy FOTOALBUM DEJVICKÉ DIVADLO 20 LET. Výstava vznikla za podpory Městské části Praha 6. Je otevřena 24 hodin denně do 8. 3. 2013. Text a foto: Marie Kohoutová

80 PROCENT ÚSPĚCHU JE ZAČÍT

Fitness FactoryPro otevřelo novou pobočku na Hradčanské

Energizující koncentrovaná čerň železa, vyrovnané řady činek, běžecké pásy, steppery, crosstrainery, posilovací stroje, pákové systémy, celý peloton rotopedů, veslařských trenažérů a mnoho dalších vychytávek pro posílení těla i ducha nabízí nové fitness FactoryPro, které zahájilo provoz v atraktivní lokalitě přímo u stanice metra Hradčanská. FactoryPro Hradčanská je už několikátou pobočkou, kterou toto exkluzivní fitko v Praze nabízí, jeho starší provozovny můžete najít od r. 1999 na pražském Smíchově, Černém Mostě, v Karlíně, ale také v Českých Budějovicích a v Bratislavě.

Že to FactoryPro Hradčanská myslí se zvyšováním vaší kondice doopravdy, poznáte hned při vstupu. Do fitness vede pouze úzké schodiště, žádný výtah, to je první „cardio zóna." A pak už se vás zmocní vůně železa, cvakání posilovacích strojů, rytmické údery nohou na běžeckých pásech a vůně poctivě prolévaného potu, nejlépe toho vašeho.

„Budete se divit, ale našimi klienty jsou ze 45 procent ženy," směje se v záplavě všeho toho železa club manažerka společnosti FactoryPro Eva Austová, „což je vysoké číslo, které ukazuje, že se ženy mohutných posilovacích strojů nebojí a i podle výzkumů fyzioterapeutů je posilování na těchto strojích pro ženy účinnější a šetrnější než třeba dnes tolik populární zumba, která může být naopak riziková kvůli ne vždy zcela kontrolovanému pohybu těla."

Eva Austová

FactoryPro ale musí obstát v konkurenci mnoha dalších fitness center sídlících na Praze 6. Chce jim konkurovat především kvalitou nabízených služeb a příznivou cenou. Inspirací pro odlišný koncept tohoto fitness byly nízkonákladové fitness centra v západní Evropě. Vždy je to celá síť, nikoli jedna pobočka, a především využívá výhod klubového členství. „Zaplatíte pouze roční členský poplatek 5760 korun," vysvětluje Eva Austová. „Zvýhodněné vstupné na základě ročního poplatku sice mají třeba BBC fitness i jiné společnosti, jenže my nenutíme naše klienty k žádným dalším závazkům jako je například uzavření smlouvy o členství i na tři roky. Klubové členství vás pak opravňuje k využívání našich center kolikrát týdně, měsíčně, ročně si budete přát a můžete posilovat jak dlouho chcete bez omezení času. Pokud máte například permanentku na deset vstupů, řeknete si – nejprve to vychodím a pak uvidím, jestli budu pokračovat. Pokud ale máte vstup bez omezení, víc vás to motivuje dlouhodobě a cílevědoměji pracovat na svém zdraví a své kondici. Takže my sice uvádíme, že vás pak měsíční vstupné stojí 480,- Kč, ale ve skutečnosti, vezmete-li v úvahu všechny tyto skutečnosti, vás to stojí mnohem méně. Navíc," dodává club manažerka Eva, „se členové klubu mezi sebou navzájem znají, navazují zde kontakty, přátelství, a i tento osobní přístup jak klientů, tak našeho personálu zmírňuje nebo spíše zcela eliminuje různá rizika, která se v těchto zařízeních, bohužel, někdy vyskytují.

Proti fitness clubu FactoryPro na Smíchovském nádraží, který zaujímá plochu 900 m^2, je ten na Hradčanské menší, „jen" 80 m^2, je tedy komornější, vhodný pro ty, kteří se lépe cítí v menších prostorách, nicméně vybavení je stejně kvalitní od špičkových světových výrobců v hodnotě mnoha miliónů korun.

Takže pokud se dáte do cvičení a budete chtít naplno využít svých investovaných peněz a pokaždé se pořádně „zrychtujete," úzké schodiště ven z fitka FactoryPro Hradčanská se vždy stane vaší poslední kondiční zkouškou.

Text a foto: Marie Kohoutová

SKÁLY PLNÉ PUNTÍKŮ

I takové byly pololetní prázdniny v Praze 6

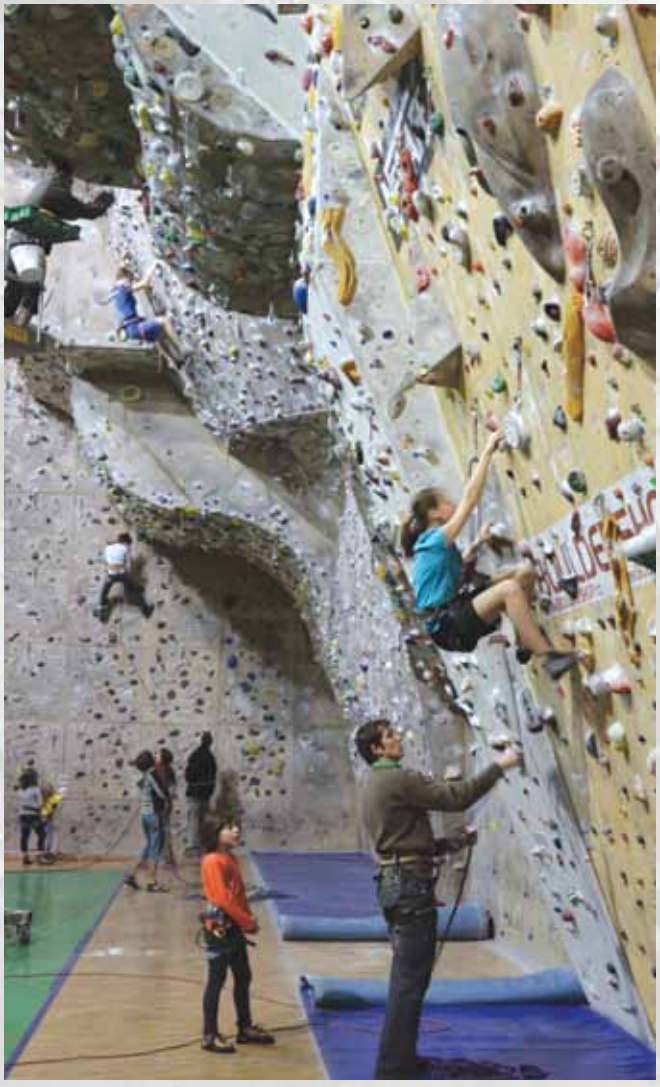
Dětem od 6 let ale i dospělým a těm, kteří si chtěli vyzkoušet pavoučí perspektivu, byl určen Příměstský lezecký tábor. Na dobu pololetních prázdnin 1. 2. a 18. - 22. 2. od 8 do 17 hodin ho zorganizovalo Lezecké Centrum Ruzyně (Drnovská 19). Den tak děti prožily lezením po stěně kolmo, šikmo, nahoru i dolů dle libosti, a to vše v bezpečí za asistence lezeckých instruktorů.

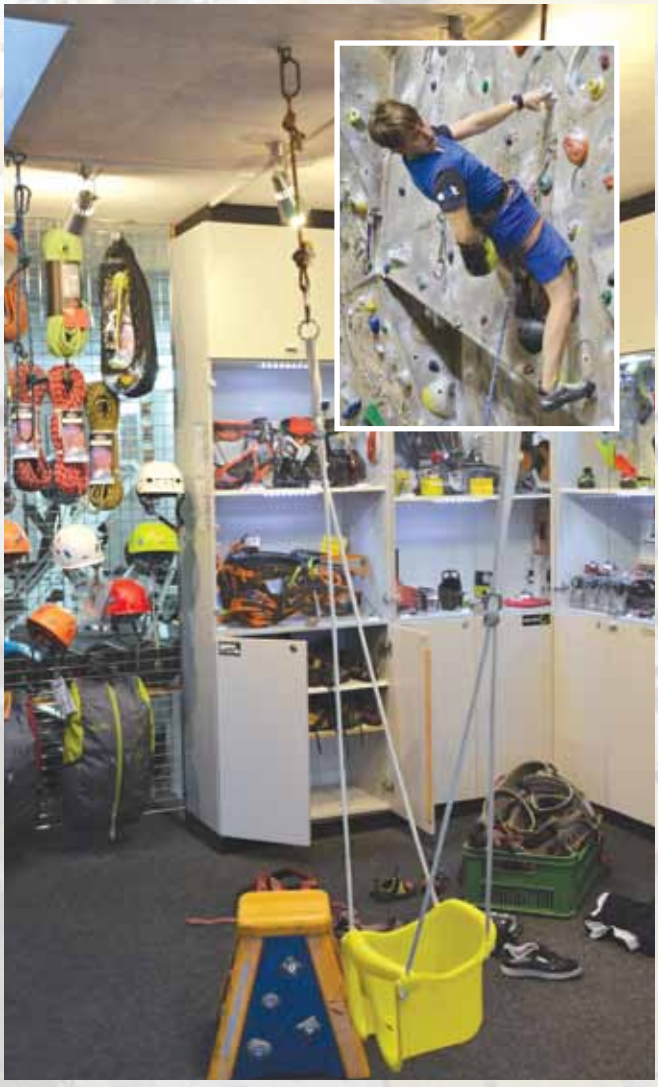
Lezecké Centrum Ruzyně má s organizováním takových akcí zkušenosti. Centrum je součástí lezeckého oddílu místní TJ Ruzyně od r. 2001 a kromě lezení na stěně vnitřní i venkovní, kterou vloni nově otevřelo a která je magnetem pro lezecké aktivity dětí i dospělých zejména v létě nebo kdykoli při příznivém počasí, pořádá i lezecké expedice; jednodenní pro děti, dvoudenní pro už zkušenější, na skály u Srbska na Berounsku. Dvěma dětem se vždy věnuje jeden instruktor.

„Děti si to tu moc užívají," říká vedoucí lezeckého oddílu Lucie Motalová, „nepotřebují k tomuto sportu vůbec nic, vybavení, včetně sálové obuvi, jim půjčíme. Potřebují jen cit pro rovnováhu, stejně jako v gymnastice, a nebát se výšek. Lékaři i fyzioterapeuté lezení doporučují pro jeho všestrannost. Děti i dospělí tak mohou otestovat svou tělesnou i psychickou kondici."

O pololetních prázdninách si do Lezeckého centra našla cestu dvacítka dětí denně a na stěnách se docela hemžilo. Pokud s nimi přišli i mladší sourozenci ještě v batolecím věku a nelezli zrovna po zemi, byli posazeni do houpaček zavěšených pomocí karabin na horolezecká lana. I takhle se rodí noví horolezci…

Text a foto: Marie Kohoutová





UNIQA

Výhodný pronájem skladových prostor

Evropská 136, Praha 6, budova UNIQA pojišťovny.

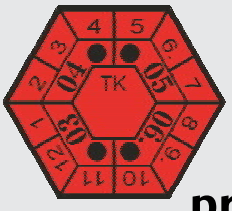
Lokalita:	křižovatka Evropská – Horoměřická
Výměra:	137 m^2
Umístění:	1. podzemní podlaží
Přístup:	vjezd do budovy 24 hodin denně
Určení:	vhodný k uskladnění dokumentace, skladové regály k dispozici
Vjezd:	vozidla do maximální výšky 2 m

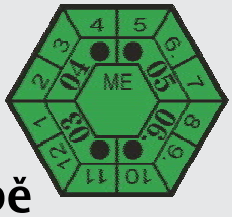
Další informace na vyžádání:
pí Iveta Nováková, tel: +420 225 393 490, e-mail: iveta.novakova@uniqa.cz

STK HOLEŠOVICE

Technické kontroly

Měření emisí





pro osobní a dodávková vozidla

pro vozidla dovezená a po přestavbě

Kompletní příprava vašeho vozu

Praha 7-Holešovice, Za Elektrárnou 19
Telefon: 267 052 285, 777 208 680
po-čt: 7,30-18,00 pá: 7,30-17,00
stk@stkholesovice.cz **www.stkholesovice.cz**

100% péče není hračka

Servisní prohlídka Vašeho vozu ŠKODA.

Možná se Vám to zdá snadné, ale profesionální provedení servisní prohlídky vozů ŠKODA opravdu není hračka. Vyžaduje špičkové technologické zařízení a kvalifikované, výrobcem proškolené pracovníky. Servisní prohlídky v našem autorizovaném servisu ŠKODA navíc prodlouží Vaši záruku mobility, která Vám zajistí pomoc v případě náhlé poruchy vozu kdekoliv na cestách. Pro objednání kontaktujte naše servisní poradce na telefonním čísle 800 10 12 12 nebo využijte elektronický objednávkový formulář, který je k dispozici na www.prerost-svorc.cz

ŠKODA Service®
ŠKODA Originální díly®
ŠKODA Originální příslušenství®

Váš autorizovaný servisní partner ŠKODA:

PŘEROST A ŠVORC AUTO
Veleslavínská 39
162 00 Praha 6
Tel.: 800 10 12 12
www.prerost-svorc.cz

PŘEROST A ŠVORC AUTO
Nušlova 4/2515
155 00 Praha 5
Tel.: 235 518 867
www.prerost-svorc.cz

PŘEROST A ŠVORC AUTO