

Petra Černocká

Že je mi 70?
 Asi vypadám
 mladší, ale to
 číslo se mně
 stejně nelíbí



► ...str. 4 a 5

V Táboře letos slaví 600 let od založení

Rekonstrukcí bitvy, dokumentárním snímkem i koncerty si **druhé největší jihočeské město** připomene kulaté výročí.

■ LUKÁŠ MAREK

TÁBOR | V Táboře budou letos slavit. Proto se na jubileum začali chystat už vloni. Program připomínající 600 let od založení města zahrnuje několik desítek akcí. Některé jsou tradiční, jiné jsou extra naplánované právě pro výročí.

Jedním z vrcholů bude na 27. června naplánovaná rekonstrukce bitvy Obrana před Rožmberky. „Bude to velká akce s celodenním programem, trhem, řemesly, hudbou, šermíři a kejklíři. Bitva by se měla odehrát dvakrát, aby ji mohli vidět všichni,“ sdělil starosta Tábora Štěpán Pavlík. Místo a přesné časy ještě město upřesní.

„Slavit se chystáme po celý rok. Aktuálně je třeba v budově krajského úřadu v Budějovicích k vidění výstava o Táboru. Jsou tam fotografie dvouformátové i v 3D verzi, jsou tam i různé předměty, které se k městu vztahují. K vidění je do konce ledna,“ pozval mluvčí tábořské radnice Luboš Dvořák.

Radnice uvolnila na oslavy přes tři miliony korun a osu celoročního programu tvoří šest akcí, na které budou nabalené desítky menších událostí.

K výročí vznikl také téměř hodinový dokument s názvem Tábor – sen, symbol, město, který bude v březnu i v České televizi. Slavnostní premiéra se uskuteční 25. února v kině Svět.

Na programu je i 10. ročník Komediantů v ulicích, což je festival pouličního divadla. Odehraje se od 31. července do 2. srpna. A dalším z vrcholů bude



Mezi akce připomínající 600 let od založení města budou patřit i Tábořská setkání, která se odehrají od 11. do 13. září. FOTO | MAREK PODHORA, MAFRA

29. ročník Tábořských setkání, na která zájemci vyrazí od 11. do 13. září.

Přibližně v polovině roku bude rovněž hotová rekonstrukce staré tábořské radnice na Žižkově náměstí, postavené v letech 1440 až 1516. Náročná obnova vyjde na celkem 45 milionů korun. Nemá už svou původní podobu, současná je z let 1876–1878 a nyní je v novogotickém slohu. Radnice je v majetku města a v trvalé zápatčce ji má Husitské muzeum. To se po skončení prací chys-

tá zpřístupnit i místa, která návštěvníci dosud vidět nemohli.

Obyvatelé Tábora už také vloni vybrali svých 12 osobností, které budou tvářemi oslav 600 let od založení města. Favoritem ankety o NEJ Táboráky byl vojevůdce Jan Žižka, který ale na rozdíl od svých tažení zůstal tentokrát poražen. Nejvíce hlasů získal vynálezce František Křížík. Jan Žižka skončil na druhém místě, třetí je hudební skladatel Oskar Nedbal.



ŘEDITEL CZECHTOURISMU
 Herget: Jižní Čechy jsou ideální pro dovolenou ...str. 2



TRAGÉDIE ČESKÉ KRÁSKY
 Miroslava Šternová uchvátila filmaře, vzala si ale život ...str. 6



BIZARNÍ ZVÍŘECÍ SPORTY
 Šneci sprintují, velbloudi zápasí jako wrestleři ...str. 8



COSMOS DISCOVERY
 Poklady kosmonautiky poprvé v Praze ...str. 10

„Co je na jihu, je dobré a slunečné“

Ředitel agentury CzechTourism Jan Herget diskutoval na krajském úřadě v Budějovicích se zástupci Jihočeské centrály cestovního ruchu a turistických oblastí.

FOTO | CZECHTOURISM

Podle **Jana Hergeta**, šéfa CzechTourismu, jsou jižní Čechy skvělou destinací pro dovolenou. Ale říká, že nevýhodou Českých Budějovic i kraje je malá ubytovací kapacita.

■ DAVID NEBOR

JIŽNÍ ČECHY | Internetový portál Kudyznudy.cz loni zaznamenal přes 18 milionů návštěv. To z něj dělá nejoblíbenější cestovatelský web v Česku. Provozuje ho agentura CzechTourism zřizovaná ministerstvem pro místní rozvoj, kterou celý rok řídí Jan Herget. „Češi se přestávají stydět, když na letní dovolenou nejedou do zahraničí. Jižní Čechy jsou pro ně výbornou variantou,“ říká 40letý šéf agentury.

Proč je pro Čechy tolik atraktivní zrovna Jihočeský kraj?

Zvýhodňuje ho jeho poloha. Jelikož Česko nemá moře, platí pro nás, že co je na jihu, to je dobré a slunečné. Z Prahy to není daleko, kraj navíc sousedí s Rakouskem a Německem. Třeba takové Lipno je jednou z mála destinací rakous-

kého typu v zemi. Proto se tu potkávají jak Češi, tak Němci, Rakušané nebo Nizozemci.

Pro asijské turisty zůstává symbolem Český Krumlov. Řekl byste, že město trpí nadměrným turismem?

Netroufám si to tvrdit. Když jsem město navštívil loni v létě, večer bylo klidné. Problém pro Krumlov nepředstavuje nadměrný turismus. Potýkal se s neřízeným pohybem návštěvníků. Nekontrolovaně přijelo několik autobusů najednou, proto pak byla v určitou hodinu a na určitém místě hlava na hlavě.

Loni vedení města nařídilo za zájezdové autobusy vybírat peníze. Pomůže to?

Oceňuji odvahu radnice, že do toho šla. Podle mě se rozhodla správně. Je potřeba to brát jako jakýsi první krok. Důležité je mít systém. S ceníkem pak mohou dále pracovat a tím cestovní ruch usměrňovat. Třeba určit levnější nebo bezplatné měsíce nebo zavést nižší cenu pro některé časy příjezdu. Navíc z toho má město příjem.

Bude takové opatření stačit?

Je to dobrý základ, na který by se dalo v budoucnu navázat zpoplatněním vstupu do města pro ty, kteří se zdrží jen chvíli. Turisté zdaleka dají za cestu tisí-

ce eur. Zaplatit další čtyři eura by pro ně nebyl problém. A ti, kteří by nechtěli platit, navštíví jiná místa v regionu. Městu se bude lépe dýchat, zároveň si ekonomicky přilepší. Vstupné do centra by samozřejmě neplatili místní a turisté, kteří chtějí zůstat déle. Podmínky zpo-

“Oceňuji odvahu krumlovské radnice, že zpoplatnila vjezd zájezdových autobusů do města. Podle mě se rozhodla správně.

platnění by radnice jistě musela sladit i se zámekem.

Přesuňme se do Českých Budějovic. Jak funguje cestovní ruch tam?

Pro krajské město platí to, s čím má problém celý Jihočeský kraj. A to málo ubytovacích kapacit. V Budějovicích stojí pouze jeden skutečně velký hotel, pak několik menších. V centru města sídlí řada restaurací a podniků, o atraktivitu kolem náměstí není nouze. Ale možnosti ubytování zaostávají. V Budějovicích také nemají tolik možností rodiny s dět-

mi při špatném počasí. Určitě by prospělo nějaké tematické centrum s aktivitami, kde mohou rodiče s dětmi strávit zábavné odpoledne. Myslím třeba něco na způsob vědeckého parku a podobně.

V čem spočívá největší plus Budějovic i celého kraje? Tedy kromě výhodné polohy.

V kombinaci přírody, hradů a zámků. Je jedno, jestli vyrazíte na Šumavu, nebo do České Kanady. Daleké pochody dnes zažívají trend, proto je výborné, že se v Toulavě letos podaří otevřít stezku údolím Lužnice, která jako první v Česku získala evropskou certifikaci špičkové kvality.

Doporučíte nějaká neobjevená místa v kraji?

Loni jsme poprvé vyhlásili neobjevené skvosty. Na jihu Čech jimi jsou včelařská expozice v Pištině, hrad Pořešín a mlýn v Hoslovicích. Musíme si však dát pozor a lákat jen do míst, kde mají kapacitu a chuť na větší počet návštěvníků.

V prosinci jste při Kudyznudy.cz rozjeli novou mobilní aplikaci.

Není to zatím plnohodnotná verze webu, je však ideální například k vyhledávání tipů na víkend. Nabízí aktivity buď podle vzdálenosti od vás, nebo podle oblíbenosti.

Nechal práce a sedl na motorku

Sedmadvacetiletý cestovatel Ondřej Vlk se vzdal svého zázemí, aby mohl poznávat daleké země

DAVID NEBOR

CHLUMANY | Svou první cestu do Magadanu, ruského přístavního města na Dálném východě, ukončil předčasně zhruba ve dvou třetinách cesty kvůli problémům v bažinách u jezera Bajkal. Nyní chce sedmadvacetiletý Ondřej Vlk z Chluman na Prachaticku napravit, co se mu nepovedlo.

„Teď chci dojet po Bajkalsko-amurské magistrále až do Magadanu, jak jsem původně plánoval. Pak strávím několik týdnů v Mongolsku, chtěl bych se zdržet i v Kyrgyzstánu,“ říká odhodlaně dobrodruh, který na svých cestách rád fotí.

Právě do Mongolska vedla jeho první daleká jízda, kterou podnikl v roce 2017 na velkém motocyklu BMW. Přípravu příliš neřešil. V malíku neměl ani servis. „Poprvé jsem měnil olej podle návodu na YouTube,“ prozrazuje usměvavý rodák z Vimperka.

Vrátil se po dvou měsících a nastoupil zpět do zaměstnání. V Praze dostal příležitost zastupovat rakouskou firmu. V hlavě se mu začal rýsovat plán výjezdu do dalekého Magadanu.

A přestože jeho nadřízený ani přátelé nerozuměli, proč chce práci s různými výhodami opustit, na začátku roku 2019 v ní skončil. Pustil pražský byt, nábytek prodal. Tři týdny bydlel v hostelu, než ho ubytoval kamarád.

Na začátku června pak vyjel na novém motocyklu KTM směrem do Ruska. Na hranicích země se potkal s Markem Havlíčkem, se kterým si cestu přes Sibiř dohodl. Kolem jezera Bajkal vyrazili z východosibiřského města Jakutsk po jeho západním pobřeží. Jenže pak se



K Bajkalu dorazil Ondřej Vlk v pořádku. Když jezero objížděl, dostal se do bažin, kde se mu u motocyklu porouchala spojka. Jihočech se musel vrátit.



V Kyrgyzstánu ho děti přivedly do rodiny, kde viděl, jak se dojí dobytek nebo jak získávají alkoholický nápoj kumys z kobyliho mléka.

začala cesta komplikovat. „Dostali jsme se do bažin. Oddělal jsem spojku. Po kolena jsem se brodil ve vodě. Pak jsem jen stál, klepaly se mi nohy, byl jsem fyzicky naprosto na dně. Zažil jsem tam asi nejtěžší den v životě,“ vypráví. Nastaly další technické problémy, nepomohl ani navštívený servis. Nezbyvalo než výpravu ukončit dříve. Následoval let zpět do Česka z mongolského Ulánbátaru. Jeho spolujezdec cestu dokončil.

Ondřej Vlk cítil zklamání. Čtvrtý den po návratu na jih Čech se mu ozval jeho facebookový sledující z Ostravy. „Měl při svých cestách po Střední Asii nehotu. Řekl mi, že si mohu vypůjčit jeho plně funkční motorku,“ líčí. Ihned souhlasil a na druhý den už ho matka vezla na pražské letiště, aby odletěl do kyrgyzského Biškeku, kde na něj stroj čekal.

Následovala tři a půl měsíce dlouhá cesta zpět do Česka. Vlk projel Kyrgyzstán, Uzbekistán, Tádžikistán či Kazachstán. Viděl i Čečensko nebo Dagestán, kde ho často kontrolovali vojáci.

Zažil i příjemná setkání. „Přiběhla ke mně parta dětí a zavedly mě na čaj za svou rodinou. Viděl jsem, jak dojí dobytek nebo jak získávají alkoholický nápoj kumys z kobyliho mléka,“ vzpomíná Vlk na Kyrgyzstán. „Otec rodiny kumys popíjel pořad. Často přepočítával ovce, ale vždycky mu vyšlo jiné číslo,“ směje se cestovatel.

Půjčený stroj už vrátil do Ostravy, nyní opravil a prodává svůj, který ho kolem Bajkalu nepřevzl. Chystá se koupit nový motocykl a zopakovat cestu do Magadanu vzdáleného od Chluman vzdušnou čarou sedm tisíc kilometrů. Vyjet plánuje 1. června.

INZERCE

**Hledáme nové tváře do našeho týmu
ve výrobním závodě Veselí nad Lužnicí:**

- KONTROLOR KVALITY
- ELEKTRIKÁŘ/ELEKTROMECHANIK
- ŘIDIČ VZV
- DĚLNÍK VE VÝROBĚ

Chceš více informací? Kontaktuj nás:
nabor@ppfeurope.com

Jateční 470
391 81 Veselí nad Lužnicí



Když začne blbnout hlava,

Dvakrát do stejné řeky nevkročíš? Petra Černocká do ní hupsla dokonce potřetí. Čarodějnice Saxana je s ní zkrátka spojená celý život. Čtyřicet let po úspěšné Dívce na koštěti sice přišlo kritiky i diváky nepříliš příznivě přijaté pokračování s názvem Saxana a Lexikon kouzel, ovšem od konce roku se Černocká objevuje v divadelní verzi slavného příběhu. „Chodila jsem po ulici a neustále si opakovala text, abych to nezvorala. Vypadala jsem jako blázen,“ směje se.

5plus2
ROZHOVOR

■ VERONIKA STREJCOVÁ

ČR | Před pár týdny Petra Černocká oslavila sedmdesátiny, ale příznějme si – kdo by jí to hádal. „Krátkodobá paměť už mě ale trochu začala zrazovat,“ přiznává zpěvačka, která již potřetí spojila svůj herecký osud s čarodějnici Saxanou.

To, že na svůj věk nevyvádáte, určitě slycháte často. Cítíte se ale na sedmdesát vy sama?

Takhle, když se vyšňořím, hezky to všechno vymaluju, vyfoukám si vlasy, tak je mi nápadné, že zřejmě asi opravdu vypadám mladší, než jsem. Všichni ale víme, že tyhle věci se řídí někde jinde. Mám zřejmě nějaké geny, které zařídily, že se držím dobře. U nás v rodině vypadá mladší i můj bratr, dcera... Vnuče Coco je zatím osm, takže tam ještě není co vylepšovat. (smích) Člověk by ale na žádnou takovou výhodu od pánaboha neměl spoléhat, protože všichni víme, že zítra nebo pozítří se může stát cokoli. Beru to jenom jako dočasnou výhodu, protože přiznávám, to čísla 70 se mi tedy moc nelíbí.

Takže s věkem nebojujete? A teď nemám nutně na mysli různé omlazovací procedury za asistence lékářů, které by leckoho mohly napadnout jako první.

To je zajímavá věc. Všimla jsem si, že hodně děvčat mého věku už podstoupilo různé plastické operace. Mají takové ty vypnuté obličejíčky, jsou si trochu podobné. My víme, co se na nich opravuje, takže si často všímám horního rtu a toho, jak moc jsou vystouplé líc. Ono je to hezké, proto-

že opravdu vypadají vyžehleně. Problém je, že když se potom člověk dostane do určitého věku, tak si nevpomene, kde má například výstavu obrazů, jako se to před narozeninami stalo mně. Krátkodobá paměť vás prostě začne zrazovat. Tak si říkám, proč mít vyplněný obličej jako andělíček, když vám hlava stejně bude blbnout? Já se teď soustředím na to záměrně si zapamatoávat různé věci. Celý život jsem spoléhala, že co potřebuju, mám někde v tom svém harddisku uložené. Teď už se na sebe úplně spolehnout nemůžu. Sice si nakonec vždycky po chvíli vzpomenu, ale není moc fajn, když stojíte proti někomu a nemůžete si vybavit, jak se jmenuje. To jsou věci, kterých se trochu bojím, a od těch vás vyžehlený obličej nezachrání.

S tou pamětí je to ošemetné u každého, nehledě na věk. Při premiéře muzikálu Saxana, ve kterém se mimochodem také objevujete, představíte mladé čarodějnice na vteřinu také zapomnělá text písně, která vás před lety prosadila.

Musím říct, že mladá Saxana je geniální. Víte, ta písnička má celkem svižnější tempo a i já, která ji zpívám spoustu let, mám někdy potíže všechno odříkat. Co teprve ona, když se dozvěděla, že by měla zazpívat druhou sloku teprve tři dny před premiérou? Nevěřila jsem,

že se to naučí. Jen při prvním představení se malinko přeřekla a potom už to nikdy nezakazila. Je úžasná! Pro porovnání, já v představení zpívám novou část téhle písně a učila jsem se ji tři neděle. Chodila jsem po ulici a neustále si opakovala text, abych to nezvorala. Vypadala jsem jako blázen. Občas jsem si všimla pozorných pohledů, kdy si kolemjdoucí lidé museli říkat: Vida, bába jde a už si chudák mumlá pro sebe. (smích)

Takže ptát se, jak muzikál pražského divadla Studio DVA hodnotíte, je asi zbytečné, že?

Neodvážuju se nikoho a nic hodnotit, já se vždycky zeptám svého muže. On je takový lakmusový papírek. Vždycky například pozná, který film je špatný, a je jedno, jestli je artový, nebo ne. Vždycky prostě pozná, když tam něco není v pořádku. Občas ho dovedu do divadla, což on sám nijak nevyhledává, protože si musí vzít sako, a to ho obtěžuje. Jednou, když jsme byli v Rokoku, tak během představení zjistil, že tam má jedna herečka krásného psa, který si chodil po foyer, no a už jsem ho neviděla. Nevěděl ani, jak ta hra dopadla, víc ho zaujala ta němá tvář. Proto jsem se v případě Saxany strašně bála, co řekne, až to uvidí.

Chválii?

Řekl, že se úžasně bavil. Že je to nápadité a v tom má pravdu, protože Šimon Caban je schopný zařadit do představení takové kousky, že žasnete nad jeho představivostí. Když jsem na jevišti viděla človíčka hrát hasicí přístroj, byla jsem nadšená.



Petra Černocká

- Narodila se 24. listopadu 1949 v Praze.
- Na konzervatoři vystudovala operní zpěv a hru na klavír.
- Hrála v divadle Semafor, dlouhá léta zpívala se skupinou Kardinálové (The Cardinals) Zdeňka Merty.
- Zatím poslední sólovou deskou je Souhvězdí střelce z roku 2006.
- V současné době vystupuje převážně v komorních recitálech s manželem Jiřím Pracným.
- Kromě dvou snímků o čarodějnici Saxaně se ve filmech objevuje jen zřídka, naposledy v roce 2015 v rodinné komedii Andělek na nervy.
- Její dcera Barbora Vaculíková je také zpěvačkou.

vyžehlený obličej vás nezachrání

S životním jubileem mívá člověk mnohdy sklony bilancovat. Když se ohlédnete zpět, které období pro vás bylo nejsložitější?

Možná se v tomhle shodnu s velkou částí našeho národa. Složitý byl přechod do svobody. Když jsem v roce 1989 stála na Václaváku, byla to obrovská euforie, která mě popravdě dodneška zcela neopustila. Krátce poté ale přišel takový seskok dolů, pro-

„Potřebuju něco dělat rukama, tak občas maluju obrazy.

tože – čistě prakticky, nebylo kde hrát a pro koho. Zapravě lidé milovali politiky, čemuž se nedivím, protože v té době opravdu přinesli něco jiného, a měli jiné modly. Zpěváci mého žánru to měli těžké, i když ono se nejspíš nechodilo ani na operu. Najednou nebyly kulturáky, ve kterých by byl člověk, jenž objedná interpreta a akci zařídí. Celý tenhle byznys – když to tak nazvu, se zhroutil. Umělci koukali, jak se uživit. Otevírali si například hospody, které pak většinou zkrachovaly, a tak dále.

Vy jste o nějakém takovém podnikání neuvažovala?

Napsala jsem si sice písničku Jednou ote-



Petra Černocká od listopadu hraje v divadelní adaptaci filmové komedie o mladé čarodějnici Saxaně. Snímek je ze zkoušek v divadle Studio DVA, režie se chopil Šimon Caban. A na dolní fotografii Černocká jako Saxana v Dívce na koštěti. Hádal byste, že oba snímky od sebe dělí téměř 50 let? FOTO | V. BERAN, ČSFD.cz



vřiu si cukrámu, ale naštěstí mě ani nenapadlo se do něčeho takového doopravdy pouštět. Jenže jsem se musela něčím živit. Můj Jiří šel tehdy prodávat do bazaru postarší kytary. Byl hrozně úspěšný, protože zákazníkům na ty nástroje z fleku zahrál. Takže si s nadšením přinesli domů kytaru a možná až tam si říkali, jestli to kouzlo nebylo spíš v rukách, co na ni hráli, než v té samotné kytáře.

Prodávala jste s ním?

Kdepak. Já jsem si tehdy koupila psací stroj, protože počítače ještě v domácnostech nebyly, a naučila jsem se na něm pořádně a rychle psát. Potom jsem dělala rozhovory se svými kamarády z umělecké branže. První, který potom vyšel v Mladém světě, byl s Bróďou (*herec Vlastimil Brodský, pozn. red.*), protože to byl můj slavný příbuzný. Byla jsem taková redaktorka na volné noze. Například do časopisu Vlasta jsem chodila ráda, protože tam byly bezva ženské. Postupně

jsem takhle obepisovala všechny mé známé, jenomže pak mi začali docházet a z redakcí mě začali posílat na rozhovory i s lidmi, které jsem neznala, což už mě tak nebavilo. V tu dobu se to ale v mé profesi začalo našťástí lámat na lepší stranu, protože jsme vymysleli, že budeme hrát pro děti. Pro děti se totiž kultura dělá vždycky a pořád.

U toho jste částečně zůstala dodnes.

Dnes s tímhle programem ještě občas jezdím také. Nejraději a nejvíce ale dělám recitály jenom s Jirkou a s kytarou. To je pro mě nejlepší, protože při tom se můžu vykecat. (*smích*) Když diváci vidí, že jsem sdílná, tak se také rozpořádají a nakonec je z toho vlastně taková talk show přímo s nimi.

Kam do všech vašich aktivit zapadá malování, kterému se také věnujete? K narozeninám jste si nadělila dokonce výstavu vlastních obrazů.

Potřebuju něco dělat rukama. Ale nebaví mě mýt nádoby a podobné věci, takže zaměstnávám ruce něčím trochu vznešenějším. Občas si jen tak namaluju obraz. Třeba si koupím nový koberec a řeknu si, že teď by to chtělo velké oranžové plátno na zeď, aby se to k němu hodilo. Takhle například vznikl obraz s ptáky. Nebudu si na nic hrát, to, co dělám, je přizemní, ale dělá mi to radost. To je pro mě důležité.

INZERCE

Česká republika právě přechází na DVB-T2

V posledních dnech velmi aktuální téma, které se týká většiny domácností, jež sledují své oblíbené televizní stanice „takzvané“ přes anténu. Běžný divák nemusí mít obavy, neboť společnost Digital Broadcasting s.r.o., provozovatel nové celoplošné pozemní vysílací sítě Multiplex 24 DVB-T2, nabízí velmi jednoduchý návod k tomu, jak v ní vysílané televizní programy naladit. Vše je jasně vysvětleno na webových stránkách www.multiplex24.cz

Pokud by si někdo nevěděl rady, může využít telefonní linky uvedené na těchto webových stránkách, kde získá kompletní informace k tomu, jak naladit své oblíbené televizní programy. Velkou výhodou sledování televizních programů z pozemních vysílačů je to, že tato služba nabízí jejich širokou nabídku bez jakýchkoli poplatků.

Nejžhavější novinkou je to, že i když je společnost Digital Broadcasting s.r.o., provozující vysílací síť Multiplex 24 DVB-T2, relativně velmi mladá, získává stále větší důvěru velkých hráčů na televizním trhu. Díky této důvěře byl do její programové nabídky nově zařazen televizní program „NOVA“, který má v České republice dlouhodobě největší sledovanost.

Součástí kompletní nabídky Multiplexu 24 jsou i další televizní programy, jako: Nova 2, Nova Action, Nova Gold, JOJ family, Prima Comedy Central, CS Mystery, TV Relax, hudební rocková TV Rebel a další atraktivní televizní programy.

www.multiplex24.cz

DŮVĚŘUJE NÁM STÁLE VÍCE TELEVIZÍ

NOVĚ VYSÍLÁME TAKÉ JEDEN Z NEJSLEDOVANĚJŠÍCH TELEVIZNÍCH PROGRAMŮ V ČESKU

Česká republika právě přechází na DVB-T2

PŘELAĎTE SI

nova

nova 2

nova ACTION

nova GOLD

DIGITAL BROADCASTING



Tragédie „české Marilyn“

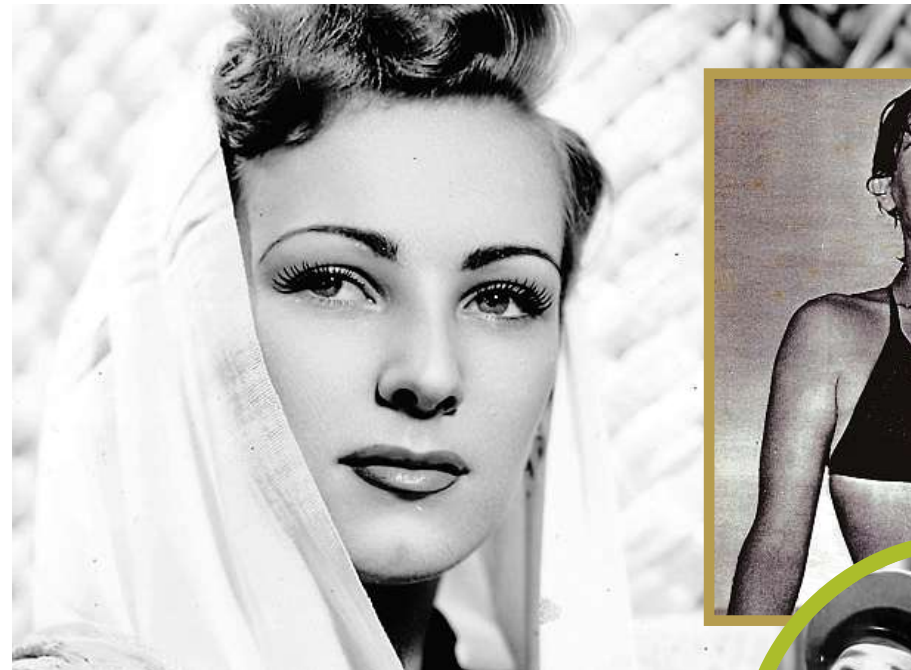
I první republika měla svou „Marilyn“. **Jedna z nejkrásnějších českých hereček Miroslava Šternová** byla jen o rok starší než americká krasavice Monroe. **Pocházela z Hranic na Moravě** a měla podobně tragický osud. **Narodila se před 95 lety.**

5plus2
ROZHOVOR

JOSEF HORA

ČR | Jestli nějaké své životní období mohla Miroslava Šternová označit za skutečně šťastné, bylo to dětství strávené na Moravě. S bratrem Ivem často recitovala a zpívala na školních akcích, a šlo jí to dobře. Maminka Mírka a otec Leo Štern, židovský lékař lázní Teplice nad Bečvou, chodili s dětmi na výlety a patřili k váženým občanům regionu. Leo umělec-ky nadanou dceru, která se narodila 26. února 1925, miloval, přestože věděl, že není jeho. Její matka totiž otěhotněla pár týdnů před tím, než se seznámili. Pohodový rodinný život v Hranicích na Moravě se začal hroutit s nacistickou okupací.

Židé začali být perzekvováni v každém momentě života. Miroslavy otce z lázní propustili a nesměl vykonávat lékařskou profesi. Rodina se dostala do neudržitelné finanční situace. Nedařilo se ani mla-



dinké Miroslavě. Studovala sice na reálném gymnáziu, ale ve školním roce 1939-1940 dostala, stejně jako dalších několik žáků, dvojku z mravů. Důvodem byly i stále se stupňující konflikty plynoucí z nenávisť vůči židovskému obyvatelstvu. Rodinu by jistě čekal trpký osud. Nejspíš takový, který potkal dvě spolužačky Miroslavy – Leu Baarovou či Věru Frankovou. Ty byly později v průběhu války nacisty zavražděny v koncentračních táborech. Jedna v Osvětimi, druhá v Malém Trostinci u Minsku.

Šternovi, zbaveni občanských práv i majetku, v roce 1940 na poslední chvíli z Československa odešli. A to do Mexika, kde tamní levicová vláda nabízela židovským emigrantům azyl.

Hvězdou v Mexiku

V 15 letech se tak Miroslava ocitla ve zcela jiném světě. Otec se i díky své profesi brzy začlenil do tamní společnosti, maminka učila mexické děti tancovat. Jenže onemocněla rakovi-

Miroslava Šternová natočila 30 filmů, zejména v Mexiku. Byla dokonce nominována na cenu Ariel, mexickou obdobu Oscara. Vždy trpěla, když jí někdo dával najevo, že úspěch získala jen díky své kráse, vždy upřednostňovala herecký talent.

FOTO | FACEBOOK

nou a v předvečer Štědrého dne roku 1944 zemřela. Dceru to uvrhlo do hluboké deprese. Aby změnila prostředí, otec ji poslal studovat do New Yorku.

Život ve velkém světě s nezkušenou dívkou z Moravy pořádně zamával. Co hůř, zamilovala se do amerického vojáka, který záhy padl na frontě. Ztrátu chtěla vyřešit sebevraždou, což se jí naštěstí nepodařilo.

Žalem zničená Miroslava se vrátila do Mexika a pokusila se o životní restart. Brzy vyhrála v hlavním městě soutěž krásy, čímž se jí otevřely dveře mezi tamní společenskou smetánku. A také do světa stříbrného plátna. Mexiko tehdy prožívalo zlatou éru svého filmu a krásné exotické slovanské děvče šlo z role do role. Lidé jí začali říkat „česká“ nebo také „mexická Marilyn“. Role posléze získala

i v Hollywoodu, navštěvovala večírky, usmívala se z titulních stran časopisů a její hvězda rychle stoupala.

Jenže jakoby se s mamčinou i partnerskou smrtí v dívce něco nadobro zlomilo. Kolotoč natáčení i bouřlivých románků s kolegy z herecké branže vyústil ve svatbu s Mexičanem Jesusem Gómezem Obergónem. Rychlý sňatek následoval ještě rychlejší rozvod, ukázalo se totiž, že Obergón je homosexuál.

Smrt z nešťastné lásky

Další partnerský nezdar Miroslava léčila novými vztahy i intenzivní prací na filmech, kterých natočila za celou svou krátkou kariéru třicet. Poslední a zároveň nejslavnější s názvem Pokus o zločin už při premiéře spatřit nemohla. Když se před ní v ranním tisku dočetla o sňatku jí milovaného toreadora Luise Miguela Dominguína s italskou herečkou, předávkovala se léky a zemřela. Bylo jí pouhých 30 let. Šokovaný toreador po její smrti řekl, že byli pouze přátelé a že netušil, že Miroslava za tím viděla něco víc...

V Mexiku Šternovou milují dodnes. Říká se jí Miroslava Mango nebo prostě Miroslava. Její slovanské jméno, které v Česku nosí téměř 50 tisíc žen a dívek, se od té doby stalo oblíbeným i v Mexiku – jako vzpomínka na krásnou českou herečku.

Místo slávy titulních stran zatracení

V červnu 1950 se Miroslava Šternová usmívala z titulní strany **prestižního amerického časopisu LIFE**. Pro její krásu si ji americký režisér Robert Rossen vybral do hollywoodského westernu *Brave Bulls* (Udatní býci) z roku 1951. Miroslava se s režisérem spřátelila, a tak neunikla pozdějšímu vyšetřování. Rossen byl totiž spolu s dalšími hollywoodskými umělci v 50. letech obviněn ze sympatií ke komunismu, policie se pro československý původ zaměřila i na Miroslavu. Prokázáno nebylo nic, ale stín podezření jí uzavřel možnosti dále točit filmy v USA.



FRANTIŠKOLÁZEŇSKÁ LÉČEBNÁ KÚRA **BONUS** SE SLEVOU AŽ **45%** A BONUSOVÝMI SLUŽBAMI NAVÍC!

14 nocí již od 17 330 Kč

14 DENNÍ LÉČEBNÝ POBYT ZAHRNUJE:

- garantovanou kvalitu Františkolázeňské léčebné kúry
- 18 léčebných procedur týdně předepsaných lékařem dle aktuálního zdravotního stavu
- vstupní a výstupní lékařské vyšetření
- ubytování ve vybraném lázeňském hotelu
- plnou penzi (snídaně, oběd a večeře)

BONUSOVÉ SLUŽBY NAVÍC!



nebo



nebo



NEOMEZENÝ VSTUP DO A@UAFORA

po dobu lázeňského pobytu¹⁾

VLAKEM I. TŘÍDOU

tam i zpět za 299 Kč²⁾

14x NÁPOJ

k obědu či k večeři³⁾

¹⁾ Aquaforum - největší a nejkrásnější akvapark českých lázní. ²⁾ Vlaková jízdenka je platná odkudkoliv z České republiky až do Františkových Lázní a je platná na jakýkoliv vlakový spoj Českých drah včetně Pendolina, na které je nutné si zakoupit místenku. Poukázku na přepravu je možné si objednat pouze u společnosti Lázně Františkovy Lázně a.s. v rámci pobytu Bonus, jízdenka vám bude zaslána po zaplacení zálohy. ³⁾ Vybrat si můžete z nealkoholických nápojů, vína či piva.

14 NOCÍ	02.02. - 16.02.2020 16.02. - 01.03.2020 01.03. - 15.03.2020 15.03. - 29.03.2020	AKČNÍ NABÍDKA 29.03. - 12.04.2020	12.04. - 26.04.2020 26.04. - 10.05.2020 10.05. - 24.05.2020
LÁZEŇSKÝ HOTEL	CENA SE SLEVOU*	Akční nabídka není kombinovatelná s jinými slevami včetně VIP Clubu Františkovy Lázně.	CENA SE SLEVOU*
2* lázeňský hotel Jesenius ** (pokoje s WC), Radbuza (Tourist)	17 710 Kč	17 330 Kč**	19 250 Kč
2* lázeňský hotel Royal ***, Jesenius **, Radbuza **, Tři růže (Tourist Plus)	19 180 Kč	19 220 Kč**	21 350 Kč
3* lázeňský hotel Metropol ***	20 930 Kč	21 480 Kč	23 870 Kč
3* lázeňský hotel Luisa ***	21 630 Kč	22 240 Kč	24 740 Kč
3* lázeňský hotel Dr. Adler ***	21 630 Kč	22 240 Kč	24 710 Kč
3* lázeňský hotel Belvedere ***	23 940 Kč	24 380 Kč	27 090 Kč
Spa Resort Pawlik - Aquaforum **** - budova B	27 440 Kč	26 960 Kč	29 960 Kč
Spa Resort Pawlik - Aquaforum **** - budova A	31 570 Kč	33 260 Kč	36 960 Kč
Doplatek za jednolůžkový pokoj na celý pobyt	3 500 Kč	1 000 Kč	3 500 Kč

*Uvedená cena se vztahuje na osobu ve dvoulůžkovém pokoji bez rozdílu kategorie vyjma kategorií Superior, Deluxe a Apartmá, které je možné rezervovat za příplatek. **Nabídka je platná pouze pro lázeňský hotel Jesenius **. V ceně je započítána sleva pro klienty partnerských zdravotních pojišťoven (VZP, OZP, ČPZP, ZPŠ, ZPMV, RBP, VOZP), při příjezdu na pobyt je potřeba předložit kartu zdravotní pojišťovny. Pobyt začíná v den příjezdu obědem a končí snídaní v den odjezdu. V ceně pobytu není zahrnut lázeňský poplatek dle aktuální vyhlášky města Františkovy Lázně platné v den nástupu na pobyt a kulturní poplatek ve výši 35 Kč/osoba a den. Kapacita omezena, změny vyhrazeny.



INFORMACE A REZERVACE

Tel.: 351 012 345

info@frantiskovylazne.cz

www.frantiskovylazne.cz

Nabídka platí pouze pro klienty českých partnerských pojišťoven.

Při rezervaci uveďte prosím kód: 217009



Bizarní zvířecí sporty

Sloni hrají pólo, šneci zápolí ve sprintu a králíci skáčou přes překážky. Zatímco tyto neobvyklé sporty jsou úsměvné, nad jinými se ochránci zvířat po právu vztekají. Třeba při **šílených holubích závodech** na 600 kilometrů **zemře devět z deseti opeřenců**.

Text: Veronika Strejcová, foto: Shutterstock, archiv MAFRA



VELBLOUDÍ WRESTLING

Dva a půl tisíce let stará tradice velbloudích zápasů **přitahuje v Turecku každoročně na tribuny tisíce křepčících diváků**. V aréně proti sobě stanou **dva silní a nápadně ozdobení samci**, kteří se do sebe za povzbuzování diváků pustí a **bojují o přízeň nedaleko stojící samice v říji**. Vítězem je ten, který soupeře dostane na zem, nebo jej vytlačí z vymezeného prostoru. Ochránci zvířat z téhle tradiční turecké zábavy zdaleka tolik nadšení nejsou. Velbloudáři se ale hájí tím, že jejich zvířata mají **částečně svázané tlamy, aby svého protivníka nemohla vážně pokousat**. O své svěřence, kteří představují často nejceněnější rodinný majetek, se navíc tak obávají, že většina zápasů končí remízou.

HOLUBÍ ZÁVODY

Historie holubích závodů sahá do 19. století, kdy se v Belgii a severní Francii těšily velké oblibě. Dalo by se říci, že v Evropě mají období největší slávy za sebou. Totéž ale neplatí o **Asii**. Tam se tento sport dostal až mnohem později a **dnes se těší ohromné popularitě**. Jen na Filipínách funguje na tři stovky klubů a **cena kvalitního holubího závodníka se pohybuje v řádu tisíců dolarů**. Právě na Filipínách se ale také pravidelně koná nejbrutálnější závod těchto opeřenců, který je po právu tmem v oku ochránců zvířat. Při závodech MacArthur dorazí do cíle vzdáleného neuvěřitelných **600 kilometrů** v lepším případě pouze desetina ptáků. **Devadesát procent holubů zemře** - vyčerpáním, vedrem nebo je usmrtí některý z predátorů, kterých je v této tropické oblasti podstatně více než v Evropě, kde závody vznikly. Mnoho holubů také končí v sítích pytláků.

KRÁLÍČÍ SKOKY DO DÁLKY I DO VÝŠKY

Králíčí **hop** nebo také králíčí **parkur**, při kterém chlupatí ušáci s doprovodem a podporou svého pánička zdolávají různé vysoké a náročné překážky, se v posledních letech **uchytil také v Česku**. Světově ale v tomto na pohled roztomilém sportu kralují seveřané v čele s Dány. Ve Skandinávii fungují desítky zavedených klubů, které se na králíčí parkur soustřeďují. Králíci na nejvyšší úrovni dokážou na soutěžích předvádět **skoky vysoké kolem 90 centimetrů**. Pokud jde o dálkaře, kteří se soustřeďují na **skoky do dálky**, opravdoví rekordmani pokoušejí až třímetrovou hranici.



PÓLO NA SLONECH MÍSTO NA KONÍCH

Klasické koňské pólo si před více než 30 lety v Thajsku přizpůsobili svým domácím podmínkám. A protože tamním národním symbolem není kůň, ale slon, **nahradili právě tyto obří savci tradiční lichokopytníky**. Základní pravidla zůstala stejná, ovšem **na sloni záda usedají hned dva lidé**. Jeden má plné ruce práce s ovládním slona, zatímco druhý upíná veškeré své soustředění na míček.



ŠNEČÍ RYCHLÍCI

Už téměř pět dekad je anglická vesnice Congham **domovem nejpomalejších rychlostních závodů na světě**. Své síly zde poměřují **hlemýždí „sprinteři“**. **Trať o délce 33 centimetrů** zdolávají ti nejrychlejší závodníci v čase pod tři minuty. Závody hlemýždů se konají v různých koutech světa, ale právě na anglickém venkově mají zřejmě nejbohatší tradici. **Závodní trať představuje látka s několika vyznačenými kruhy**. Šneci se z obvodu toho nejmenšího musí dostat k obvodu toho největšího. **V rychlosti závodí také švábi** ve svých vlastních soutěžích. Ti se však pohybují v jednotlivě oddělených barevných tratích. Také tyto závody jsou populární v mnoha zemích světa.



HOLUBÍ SALTA

Pády střemhlav, zastavení ve vzduchu a dokonce i kotrmelce. To vše zvládají holubi, kteří pro změnu vynikají v akrobatickém sportu. Pro něj se používají speciální plemena holubů, přičemž každé vyniká v jiné dovednosti. Jejich schopnosti jsou do velké míry vrozeným instinktem, a tak z klasického poštovního holuba akrobata nejspíš nikdy neuděláte. Například **jedno speciální anglické plemeno je šlechtěno přímo pro disciplínu pádu střemhlav k zemi**. Ptáci reagují na gesta a **zvukové povely** svého chovatele a předvádějí v rámci soutěží na obloze hotový cirkus.

Pozor na úrazy na horách!

Příčiny úrazů bývají u rekreačních a profesionálních sportovců různé. Ti, kteří se k aktivnějšímu pohybu dostanou jen párkrát za rok, mívají tendenci přeceňovat své síly. Bez předchozího dostatečného tréninku pak většinou jejich tělo nadměrnou zátěž neunesou.

Náhlý a nadměrný výkon často vede ke svalovým problémům, od drobných až po závažnější. Netrénovaný organismus se také rychleji unaví, ztratí potřebnou koncentraci a snadněji pak dojde k případnému úrazu.

Začínáte zvolna

U aktivních sportovců a profesionálů vznikají problémy spíše

z dlouhodobé fyzické zátěže, která vede k přetěžování šlach a svalů. Ani jim se během přípravné i závodní sezony nevyhýbají úrazy, které je vyřadí z tréninku a kolikrát jim znemožní startovat v závodech, na který se dlouho připravovali.

Samozřejmě že nejlepší je snažit se úrazům pokud možno předcházet. Rekreační sportovci by měli s dostatečným předstihem před odjezdem na hory začít nejprve s mírným tréninkem a zátěž postupně zvyšovat. Po příjezdu na vysněnou zimní dovolenou by se pak rozhodně neměli hned první den snažit dohnat fyzickým výkonem to, co v předchozích měsících zanedbávali. Zkušenosti a trénování lyžaři by

pak ani na okamžik neměli propadnout pocitu, že jim se nic nemůže stát. Nedostatečná pozornost je totiž vždy jedním ze základních předpokladů vzniku úrazu.

První pomoc po úrazu

Když už přece jen k úrazu dojde, jeho následky mívají často leccos společného. Ať už se jedná o poranění lehčí nebo vážnější, vždy se projevuje otokem, zánětem a bolestí různé intenzity. U lehčích úrazů zpravidla stačí ledový obklad, odlehčení a polohování končetiny, v závažnějších případech je pak nezbytné lékařské ošetření. Pro rychlejší hojení po úrazech se osvědčuje podávání enzymového léku Wobenzym. Působí proti

zánětům, urychluje vstřebávání otoků a krevních výronů a také zmírňuje bolest. Největšího účinku dosáhneme, když tento lék podáváme co možná nejdříve po vzniku úrazu. Proto je dobré mít Wobenzym pro jistotu přibaleno s sebou. V lékárnách je k dostání balení léku Wobenzym 300 tablet, které je malé, skladné, a proto ho lze bez problémů přibalit do jakéhokoliv zavazadla.

To všechno je jen několik dobře miněných rad pro případ, že se něco stane. My Vám samozřejmě přejeme, abyste nic z toho nepotřebovali a užili si letošní zimu ve vši spokojenosti podle svých představ.

Wobenzym je tradiční lék z přírodních zdrojů k vnitřnímu užití. Pečlivě pročtěte příbalovou informaci.

Pro všechny, kteří rádi sportují



Lék Wobenzym®
urychluje hojení po úrazech
zkracuje dobu léčby

Účinná pomoc při zranění

Ve vrcholovém sportu se už řadu let osvědčuje především k urychlení hojení po úrazech a při léčbě poruch imunity enzymový lék Wobenzym. Velmi dobré zkušenosti s ním mají fotbalisté, atleti, lyžaři, hokejisté, boxeři, cyklisté a mnozí další. Také tisíce rekreačních sportovců mohou z vlastní zkušenosti potvrdit, že jim Wobenzym pomohl urychlit hojení po úrazu a návrat do zaměstnání a že díky tomuto léku mohli začít dříve znovu sportovat.

Pomáhá už přes 50 let

Lék Wobenzym byl poprvé uveden na trh před více než 50 lety v tehdejším západním Německu, a před více než 25 lety u nás. Jen v ČR si lidé za rok koupí kolem 200 000 balení tohoto léku, mnozí z nich opakovaně. Potvrzuje to, že jsou s ním spokojeni a že pomáhá.



Informujte se u svého lékaře.
Více na www.wobenzym.cz

Let do kosmu z Holešovic

Expozice Cosmos Discovery mimo jiné ukazuje unikátní části rakety mise Apollo.

■ JOSEF HORA

ČR | Když se v roce 2013 vypravili potápeči nedaleko Floridy do pětikilometrové hloubky Atlantského oceánu, hledali zbytky kosmických lodí. Právě do těch míst totiž padaly z oblohy motory nejsilnějších amerických raket Saturn V, modelu, který vynesl do vesmíru z nedalekého Mysu Canaveral několik posádek.

K úžasu všech průzkumníků z hloubky vylovili části rakety, která v roce 1969 nesla legendární misi Apollo 11. Po více než čtyřiceti letech, kdy byly zakonzervované v moři, se objevily části stroje, který dopravil první lidskou posádku na počátek cesty k povrchu Měsíce. Kusy motorů byly vyčištěny a vystaveny. Američané na ně stály fronty a pak se slavný vesmírný „šrot“ vydal kolem světa – v největší putovní vesmírné výstavě Cosmos Discovery, která v těchto dnech dorazila do Prahy.

Stav beztlíže i kokpit raketoplánu Columbia

Kromě nejsilnější americké rakety Saturn V (v historii dobývání vesmíru je nejsilnější sovětská raketa *Eněrgija*, pozn. red.), nabídně pavilon na Výstavišti v Holešovicích velkou podívanou.

INZERCE

KOUPÍM PAROŽI, TROFEJE I CELÉ SBÍRKY.
Tel.: 773 191 811, trofejeeu@gmail.com

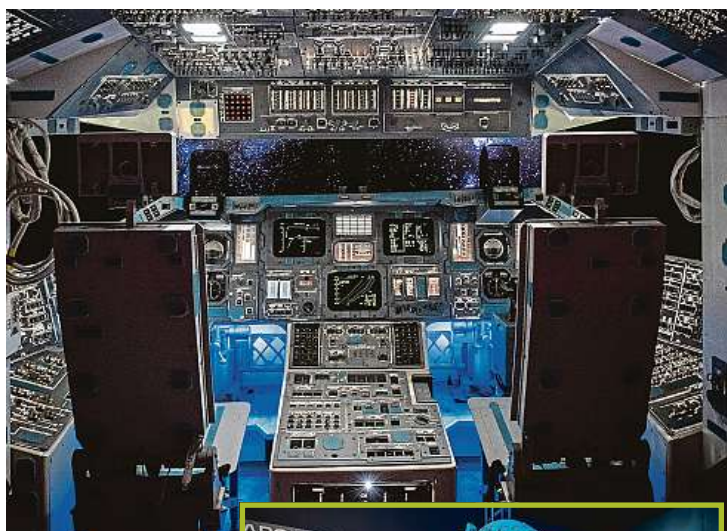
Na obří ploše vzniklo celé vesmírné městečko se sovětskou i americkou technikou, originály i modely vesmírných lodí, raket a raketoplánů, nechybí měsíční a martánská vozítka či celé sady skafandrů. A samozřejmě kameny z Měsíce i Marsu. „Jedním z nejzajímavějších exponátů může být průchozí vesmírná stanice MIR. V ní zažijí návštěvníci pomyslný pocit stavu beztlíže a přitom prohlédnou takové vybavení stanice, jaké bylo na oběžné dráze zeměkoule. Stejně zajímavé je originální řídicí centrum Houston nebo návštěva kokpitu raketoplánu Columbia,“ zve na výstavu jedna z organizátorek Květa Havelková.

Skvělá podívaná je i na reálný model ruské rakety Sojuz, kde si návštěvníci mohou ověřit, jak náročné muselo být stoupání k vesmírné stanici, kdy tři kosmonauti ve skafandrech seděli v Sojuzu i několik dnů. Dnes stejnou cestu na orbitální stanici zvládnou ruské rakety za šest hodin, ve výstavbě je už superychlý model, který dopraví člověka na stanici za pouhé tři hodiny.

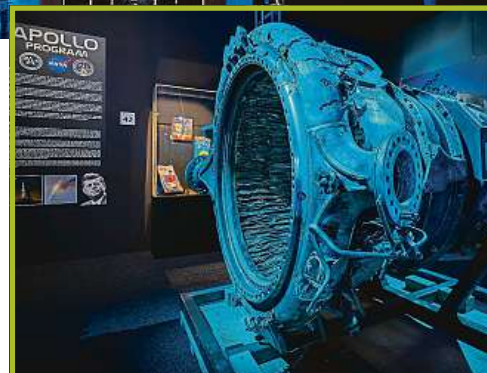
Zkouška vesmírného života

Pro zvědavé či odvážné návštěvníky jsou v Cosmocampu připraveny vesmírné atrakce. Například tzv. gyroskop, přístroj, který zájemce otáčí v několika osách. Připravena je i virtuální realita.

„Jsou to brýle, ke kterým je připojené speciální křeslo, jež se naklání na všechny strany, takže virtuální let do vesmíru je včetně fyzických vjemů,“ popsala Havelková. Výstava Cosmos Discovery putuje po světě od roku 2016 a je největší svého druhu v Evropě. Před dvěma lety se poprvé objevila i v Česku, kdy zavítala do Brna. Otevřena bude do konce května.



„Dříve letěli kosmonauti k vesmírné stanici několik dní, teď jde jen o šest hodin.“



Nahoře pohled do kokpitu raketoplánu Columbia. Uprostřed část motoru nejsilnějších amerických raket Saturn V, kterou po více než čtyřiceti letech vylovili průzkumníci ze dna moře a nechali restaurovat. Dole děti v kabině simulující stav beztlíže.

FOTO | COSMOS DISCOVERY

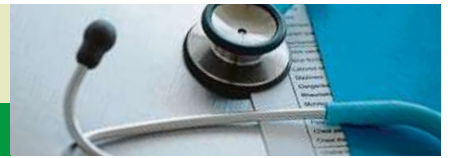
sanremojunior

Mezinárodní dětská pěvecká soutěž
Finálový večer za doprovodu
Bon Art Pops Orchestra v divadle Hybernaria
19. 2. 2020
Vystoupí hosté: Helena Vondráčková, Miro Žbirka,
Jaroslav Svěcený, Lenny a další.
Moderuje: Jan Čenský
Vstupenky v síti TICKETPORTAL
sanremojunior.cz | sanremojunior.sk

JIŽ 11 LET DRŽÍME AUKČNÍ REKORDY NEJDRÁŽE
PRODANÝCH UMĚLECKÝCH DĚL V ČESKÉ REPUBLICĚ.
 PŘIJÍMÁME KVALITNÍ UMĚLECKÁ DÍLA DO NAŠÍ DUBNOVÉ AUKCE – AUKČNÍ SÍNĚ ADOLF LOOS APARTMENT AND GALLERY

TVOŘÍME MIMORÁDNÉ REKORDY:
OSKAR KOKOSCHKA
PRAHA – POHLED Z KRÍŽOVNICKÉHO KLÁŠTERA
DOŠAŽENÁ CENA: 78.487.500 Kč

E: loos@alooos.cz
 www.alooos.cz



Bakterie, která může i zabít

Streptokok **pneumonie** umí být **velmi zrádný**. Nebezpečný je především pro **děti a seniory**.



ČR | Dostane se vám do plic nebo i do krve a nadělá tam pořádnou neplechu. Pneumokokové bakterie můžou způsobit i zánět mozkových blan. „Nákaza pneumokoky může zanechat dlouhodobé až trvalé následky ve formě hluchoty, ochmutí a dokonce způsobuje také úmrtí,“ říká lékař Rastislav Maďar, odborný garant a předseda Lékařské rady Centra očkování a cestovní medicíny Avenir Brno. Co je dobré o pneumokoku vědět?

Co pneumokok může způsobit?

Pneumokok je druh bakterie – streptokoka, který je schopný způsobit zánět tkání a orgánů přístupných z vnějšího prostředí, jako například plic, středního

ucha, vedlejších dutin dýchacích cest a má také schopnost dostat se do krevního oběhu člověka a vyvolat nebezpečnou infekci, například zánět mozkových blan.

Jak se člověk nakazí?

Pneumokoky se přenášejí vzdušnou cestou, především od bezpříznakových nosičů, kteří se bez známek potíží pohybu-

jí v populaci a nevědomky šíří bakterie na jiné osoby. Nosiči tvoří v průměru 10 procent populace, v dětských kolektivních jich však může být až 60 procent. Potkat je můžeme kdykoliv a kdekoliv, zejména v kolektivech s výskytem neočkovaných dětí. Epidemiologicky významný je právě přenos od dětí na rizikovou dospělou populaci, to znamená na osoby s poruchou imunity, ať už z důvodu nemoci, nebo léčby oslabující imunitní systém, například chemoterapie. Velmi riziková je i skupina seniorů.

Dá se proti němu bránit?

Nespecifickou prevencí pro rizikovou část populace je co nejvíce se vyhýbat místům s možným výskytem neočkovaných nosičů bakterie, kam patří i herní koutky, kina, divadla nebo různé akce pro děti. To však lze v běžném životě dodržet úplně jen stěží. Rodiče by však rozhodně neměli brát zatím neočkované nebo nedostatečně očkované malé kojenky v prvních měsících života do míst

s vysokou koncentrací osob na malém prostoru, jako jsou obchody, nákupní centra apod. Důležitá je i hygiena rukou. Jedinou cílenou a specifickou ochranou proti pneumokokům je preventivní očkování.

Je očkování vhodné také u seniorů?

Seniory jsou společně s dětskou populací nejvýznamnější rizikovou skupinou. Lidé ve věku 65 let a starší mají nárok na bezplatné očkování u praktického lékaře. Výkonnost naší imunity s věkem klesá a zejména po šedesátce může mít pneumokoková infekce těžký průběh i u do té doby zdravého a neléčeného seniora. Zřejmě každý starší člověk se obává zápalu plic. Když v zimním období uklouzne a zlomí si krček stehenní kosti, nemusí se z nemocnice, i přes úspěšnou operaci, kvůli komplikující se infekci už nikdy vrátit. Velkou část těchto nebezpečných stavů způsobují právě pneumokoky. KAMILA HUDEČKOVÁ

INZERCE

Nedopustte, aby zápal plic pokazil vaše plány

Chraňte se proti pneumokokovému zápalu plic očkováním!

Ve zvýšeném riziku onemocnění jsou především pacienti s:

- chronickým onemocněním srdce,
- chronickým plicním onemocněním (astma, chronická obstrukční plicní nemoc),
- diabetem,
- nádorovým onemocněním,
- a dále kuřáci a lidé starší 65 let.

Požádejte svého lékaře o vakcínu proti pneumokokovým infekcím.

1 dávka vakcíny Prevenar 13 přispívá k dlouhodobé ochraně, nutnost přeočkování nebyla stanovena!



OD 65 LET ZDARMA!

Prevenar 13

Pneumokoková polysacharidová konjugovaná vakcína (13valentní, adsorbovaná)

Prevenar 13 je registrovaný léčivý přípravek (vakcína proti pneumokokovým infekcím), jehož výdej je vázán na lékařský předpis. Přečtěte si, prosím, pečlivě příbalovou informaci. Prevenar 13 neposkytuje 100% ochranu proti typům pneumokoka, které vakcína obsahuje, a nechrání před typy neobsaženými ve vakcíně ani jinými mikroorganismy, které způsobují zápal plic.



Pfizer PFE, spol.s r.o., Stroupežnického 17, 150 00 Praha 5, tel.: +420 283 004 111, www.pfizer.cz

Osudová žena slavných mužů

Legendární krasavice Jana Brejchová slaví osmdesátku. Začínala jako sekretářka, pak se málem utopila. Česká filmová legenda **přišla na svět v Praze 20. ledna 1940.**



Jana Brejchová s Vlastimilem Brodským ve slavném muzikálu Noc na Karlštejně (nahore). S Janem Werichem v komedii Král a žena (vpravo). FOTO | ARCHIV MAFRA



■ JOSEF HORA

ČR | Jeden z nejhezčích českých muzikálů Noc na Karlštejně pěkně zamotal milostný život hlavním protagonistům. Zejména překrásné Janě Brejchové (hrála Elišku Pomořanskou, manželku krále Karla IV., pozn. red.), Vlastimilu Brodskému (ten si zahrál Karla IV.) a Jaromíru Hanzlíkovi (hrál císařského šenka). Film se natáčel v roce 1973 a tehdy 33letá Jana Brejchová byla provdána za Brodského, kterému bylo přes padesát. Herečka měla už dvě manželství za sebou, čtyři roky s režisérem Milošem Formanem a dvouletý vztah s německým hercem Ulrichem Theinem. Vlastimil Brodský byl třetí, jenže filmovou královnou, jež lámala meče, okouzлил právě „císařský šenk“ Jaromír Hanzlík. A to tak, že spolu nakonec několik let žili. Přesto si dodnes Jaromíra Hanzlíka lidé spojují v lásce s úplně jinou herečkou, s Danielou Kolářovou. Spolu tvořili milenecky pár nejen v Noci na



Karlštejně, ale hlavně v dalším legendárním českém filmu Léto s kovbojem. V reálném životě spolu ale prý nikdy nic neměli.

Po Jaromíru Hanzlíkovi se stala Brejchová ženou herci Jiřímu Zahajskému, a to až do jeho smrti v roce 2007. Poté se slavná herečka stáhla do ústraní, v pohybu i životě ji omezovaly neurologické potíže.

Zmizela i z veřejného života, nejméně času trávila sama ve svém pražském bytě. Jenže pád a zlomený krček v roce 2015 ji upoutal na nemocniční lůžko a domů už se nevrátila. Zůstala v pražské LDN, kam za ní chodí rodina na návštěvy, Jana Brejchová se prý už nezvedá z lůžka a potřebuje dohled 24 hodin denně.

Dvě zajímavosti nakonec. První zaměstnání Jany Brejchové: když ještě nebyla známou filmovou hvězdou, bývala sekretářkou.

Teprve v 17 letech nastoupila do podniku Laktos, který dodával na trh mléčné výrobky, pozici opustila kvůli natáčení

filmu Vlčí jáma. Rok nato se ve filmu Touha režiséra Vojtěcha Jasného málem utopila.

V jedné scéně skočila do hluboké vody, jenže nikdo se jí nezeptal, zda umí plavat. Musel pro ni skočit pomocný režisér Václav Vorlíček. Od té doby si prý tykali, topící se krasavice totiž křičela „Pane Vorlíčku“ a budoucí režisér pohádkové Arabely, kde si Brejchová zahrála královnou, jí nabídl, ať příště raději křičí kratší „Vašku“, jinak by se mohla utopit.

NOVÝ OPEL 100% NĚMĚC



Proč o něm mluvit,
když ho můžete řídit.

Již za 289 990 Kč

5 let
záruka*

opel.cz infolinka: 800 101 101

Kombinovaná spotřeba a emise CO₂: 3,2–4,7 l/100 km, 85–106 g/km. Zobrazení *Dvouletá výrobní záruka a dále tříletá smluvní záruka Opel. Více informací

CORSA

KÝ



zžený model je pouze ilustrativní.
na www.opel.cz nebo u prodejce vozů Opel.

Prokletý „Modi“

Od smrti italského malíře Amedea Modiglianiho uplyne 24. ledna přesně sto let. Životem se stěžl protloukal, teď za jeho obrazy platí miliardy.

ZÁBLESK HISTORIE

PAŘÍŽ | Toskánský malíř Amedeo Modigliani zemřel půl roku před svými šestatřicátými narozeninami. Není se čemu divit, bez absintu a drog nedal ani ránu. „Pracoval opilý a také pod vlivem hašiše. Měl své demony,“ prozradila o geniálním umělci kurátorka Serena Bacaglioni. Zůstalo po něm jen něco málo přes 300 obrazů. Paříž tehdy „válcoval“ jiný cizinec – divoký Španěl Pablo Picasso, který za život udělal desítky tisíc obrazů, kreseb a soch. Dokonce v okamžiku, kdy neměl čisté plátno, vzal jeden z Modiglianových obrazů a přemaloval ho svým dílem. Bohém „Modi“, jak říkali Amedeovi jeho nejbližší přátelé i podle francouzského výrazu maudit – prokletý, vytvořil pouze kolem třicátky aktů. A právě ty dnes trhají rekordy aukčních síní.

Nahotinky s ochlupením

Modiglianiho zpodobnění svlečených žen jsou třetím a čtvrtým nejdražším obrazem v historii světových aukčních domů. Za jednu z nahotinek zaplatil před pěti lety čínský miliardář v dražbě newyorské síně Christie's sumu odpovídající částce 4,3 miliardy korun. Dal ji za Modiglianův portrét nahé spící ženy nazvaný Nu couché. Další obraz aktu ležícího na levém boku Nu couché (sur le côté gauche) koupil zájemce před dvěma lety v aukci Sotheby's za 3,4 miliardy korun. Obraz se poprvé objevil v roce 1917 na pověstně skandální „hanbaté“ výstavě „Modiho“ v pařížské galerii Berthe Weillové. Tehdy stál pár franků. Samotnou expozici nechal pruděrní policejní komisař zavřít ještě v den vernisáže. Nařídil galeristce, aby „okamžitě sundala všechny ty oplzlosti“, někteří hosté i kolemjdoucí si totiž stěžovali, že „nahé ženské na obrazech jsou chlupaté“. Amedeo Modigliani tak skoro nic neprodal a musel dál

živořit za svých 15 franků na den. Většinu z nich ale stejně utratil za láhev alkoholu a povolnou ženskou.

Zapomněl i na svou dceru

„Modi“ zůstával „prokletý“ i v osobním životě. V roce 1918 mu jeho láska Jeanne Hébuterneová porodila dceru, jenže on se cestou na matriku tak opil, že maličkou ani nenechal zaregistrovat. Později ji adoptovali příbuzní. S Amedeem to šlo od desíti k pěti. Po divoké pijatice okolo Nového roku 1920

ho našel soused v deliriu. Trpěl tuberkulózní meningitidou. Přesto měl objímat svoji milovanou Jeanne, která s ním čekala druhé dítě. Amedeo Modigliani zemřel na následky nemoci, přepracování, alkoholismu, drogové závislosti i chudoby 24. ledna

1920. Třebaže byla Jeanne Hébuterneová v devátém měsíci těhotenství, za dva dny po Amedeově smrti skočila z pátého patra domu svých rodičů. Ještě jí nebylo 22 let. Epitaf na jejím hrobě zní: „Oddaná družka až do krajní oběti.“ (kor, zr)

Amedeo Modigliani



Nahore obraz Ležící akt (na levém boku) byl vydražený za 3,4 miliardy korun. Dole Ležící akt za 4,3 miliardy korun. Kdysi zakázaný obraz se dnes objevuje skoro ve všech učebských výtvarného umění.

REPROFOTO | MAFRA



Sklípek s vínem

Amatérští kuchaři v pořadu **Prostřeno! na jihu Moravy**

ČR | Prostřeno! míří tentokrát do Jiho-moravského kraje. O výhru 60 tisíc jako první v pondělí zabojuje zlatník Michal (47 let). Kvůli cukrovce se vyhýbá sacharidům. Jeho menu je lehké a zdravé, ale hosté se shánějí po příloze.

V úterý se k plotně postaví operátor výroby Ondra (30). Nemůže se vzpamatovat z posledního rozchodu. Hosty pozve do sklípku, jenže ocení moravský večer zrovna Moraváci? Zlatník Michal Ondru nešetří. Ledy se však uvolní a nakonec se ke slovu dostane i košťář.

Ve středu uvaří tetovaná Natálka (23). Mladá maminka pozve soupeře do bytu, kde žije s přítelem. Jako zábavu nechá pány vyrábět utopence do skleniček. Vystrčí o večeru někdo růžky?

Ve čtvrtek bude u plotny důchodce a trenér juda Jirka (65). Hosty vytáhne na chatu. Pronajatou. Chvillemi zavládne celkem chaos. Nuda to rozhodně nebude. Ale příjemné podmínky také ne.

V pátek připraví menu skladník Martin (21). Rodiče ho nechali ve velkém domě a odstěhovali se za prací. A jak po-

slední večer dopadne? Vyhraje dobré jídlo, nebo zvítězí jiné pohnutky? Sledujte Prostřeno! na Primě každý všední den od 17.50 hodin. (kot)

Dýňová polévka se skořicí



Ingredience:

1 až 2 dýně hokaido, extra panenský olivový olej, cejlonská hořčice, muškátový květ, římský kmín, máslo, smetana, parmazán, sůl, pepř.

Postup: Dýni umyjeme, rozkrojíme, vyjmeme střed a dužinu nakrájíme na kostky. Zakápneme olejem, osolíme, opepříme a dáme péct do trouby na 180 °C asi na 30 minut. Po upečení přendáme do hrnce, přidáme vývar (jakýkoliv) a tyčovým mixérem rozmixujeme. Provaříme na mírném plameni a podle chuti přidáváme koření a máslo. Při podávání polévku ozdobíme smetanou, hoblinami parmazánu a dýňovými semínky.



Natálka, jediná dívka mezi soupeři, udivuje tetováním. FOTO | FTV PRIMA

Kuřecí supreme se štouchaným bramborem



Ingredience:

5 ks kuřecího supreme (vykostěná a kůže zbavená prsa), koření na steak, 1 kg

brambor, 200 g slaniny, 2 cibule, sůl. **Postup:** Dáme vařit brambory, mezitím si nachystáme kuřecí supreme, přidáme koření na steak a vložíme do trouby na 180 °C. Pečeme přibližně 15 minut. Vezmeme si slaninu, cibuli, nakrájíme najemno, přidáme k uvařeným bramborům, rozmačkáme a můžeme podávat.

Dezert: Pečená domácí zmrzlina

Ingredience: 3 vejce (jen bílky), 175 g cukru krystal, 200 g dětských piškotů, špetka soli, 2 lžičky (kolečky) zmrzliny.

Domácí jahodová zmrzlina: 250 g čerstvých jahod, 70 g cukru, 100 ml mléka, 100 ml smetany ke šlehání, šťáva z půlky citronu. **Postup:** Troubu rozehrájeme na nejvyšší stupeň. Z bílků, cukru a soli ušleháme tuhý sníh. Piškoty rozdrťme válečkem a naspeme do žáruvzdorné misky. Navrch položíme kolečky zmrzliny a vše zakryjeme sněhem. Rychle strčíme do trouby a hlídáme – jakmile jsou špičky sněhu lehce nahnědlé, je hotovo a můžeme ihned podávat.

Jahodová zmrzlina: Všechny přísady vzájemně promícháme a vlijeme do výrobníku zmrzliny, který je již v chodu. Mícháme přibližně 20 až 30 minut.

INZERCE

Technika, elektrotechnika

Testovací inženýr	25 000 - 30 000 Kč / měsíc
Elektroúdržbář	35 000 - 45 000 Kč / měsíc
Technický pracovník v energetice	30 000 - 35 000 Kč / měsíc
Technický pracovník kotelný	30 000 - 45 000 Kč / měsíc

Více na www.jobdnes.cz

Doprava, logistika

Pracovník námořního a leteckého provozu	25 000 - 45 000 Kč / měsíc
Brigáda ve skladu 150 Kč/hod	150 - 150 Kč / hodinu
Team leader výrobní logistiky	30 000 - 35 000 Kč / měsíc
Řidič VZV	

Více na www.jobdnes.cz

Reality

Statik/Projektant	30 000 - 50 000 Kč / měsíc
Statik - vhodné pro absolventy	25 000 - 50 000 Kč / měsíc
Přípravář rekonstrukcí panelových a cihelných...	20 000 - 40 000 Kč / měsíc
Realitní makléř/ka - Beroun	25 000 - 50 000 Kč / měsíc

Více na www.jobdnes.cz

Personalistika, HR

Team leader v personální agentuře	30 000 - 60 000 Kč / měsíc
Specialista lidských zdrojů	37 000 Kč / měsíc
Specialista interních HR procesů	
IT talent sourcer	

Více na www.jobdnes.cz

jobDNES.cz

Vaše cesta do práce

CHCETE UŠETŘIT?

- Porovnejte si během minuty nabídku finančních produktů z celého trhu.

FIN MARKET.CZ

V roce 2017 nám důvěřovalo více než 31 000 klientů.

I takovou klasiku, jakou jsou bábovky, můžeme **vylepšit a ozvláštnit**. Stačí přidat **marcipán, cuketu** nebo do těsta **přilít trochu rumu**.

Bábovkové speciality

5plus2
V KUCHYNI

Cuketové minibábovky s mákem

Na šest minibábovek potřebujeme - těsto: 200 g oloupané cukety, 2 vejce, 100 g mandlové mouky, 75 g mletého máku, 40 g cukru, 5 g prášku do pečiva.
Krém: 40 g krémového smetanového sýru (Goldessa, Philadelphia aj.), 40 g másla, 10 g cukru, půl vanilkového lusku. **Postup:** Oloupanou cuketu nakrájíme na kostky a ty rozmixujeme dohladka s vejci a cukrem (nebo jiným sladidlem). Smícháme mandlovou mouku, rozemletý mák a prášek na pečení. Sypké suroviny přidáme do cuketové směsi a jemně ručně vypracujeme v řídké těsto. Tím naplníme formy na mini bábovky (nebo muffiny) a dáme je péct na 25 až 30 minut do trouby předem vyhřáté na 180 °C. Zatímco se bábovičky pečou, připravíme si krém.

Rozměkklé máslo smícháme s krémovým sýrem, sladidlem a zrníčky z vanilkového lusku. Krém dáme vychladit. Upečené a vychladlé minibábovky vyjmeme z formiček a ozdobíme krémem.
Recept a foto: Lucie Grusová (Lidovky.cz)



Marcipánová bábovka

Potřebujeme: 5 vajec, 100 g hladké mouky, 100 g marcipánu, 250 g másla, 100 g moučkového cukru, 70 g solamylu, balíček vanilkového cukru, 7 g prášku do pečiva, polévkovou lžici kakaa, pro lepší chuť můžeme přilít i 50 ml ovocného likéru amaretto.
Postup: Z bílků vyšleháme sníh a přidáme dvě třetiny cukru. Do změkklého másla vmícháme zbytek cukru, nastrouhaný marcipán, vanilkový cukr a vše vyšleháme do pěny. Poté zapracujeme žloutky. Mouku, prášek do pečiva, solamyl přidáme do máslové hmoty a přilijeme trochu amaretta. Opatrně vmícháme i ušlehaný sníh. Formu na bábovku vytřeme tukem, vysypeme a naplníme půlkou těsta. Do druhé půlky těsta vmícháme kakao a zbytek likéru. Přilijeme do formy a nejlépe nožem promícháme, aby se vytvořily barevné pruhy a nikoliv jednolitá šedivá hmota. V troubě pečeme na 180 °C asi 45 minut.

„Opilá“ bábovka

Potřebujeme: vrchovatou hrst rozinek, 100 ml tuzemáku, 1 hrnek krupicového cukru, 1 sáček vanilkového cukru, 4 vejce, špetku soli, 2/3 hrnku mléka, 1/2 hrnku oleje, 200 g zakysané smetany, 2 hrnky polohrubé mouky, 1 prášek do pečiva, 2 lžice kakaa, máslo a hrubou mouku na vymazání a vysypání formy, moučkový cukr na poprášení. **Postup:** Rozinky nasypeme do misky a zalijeme tuzemákem. Necháme odležet přes noc. Pak je scedíme a tuzemák si dáme stranou – použijeme ho do těsta. Oba cukry utřeme se žloutky, přidáme špetku soli a postupně zašleháme mléko, olej, zakysanou smetanu a tuzemák. Poté přidáme mouku promíchanou s práškem do pečiva a důkladně promícháme. Mouku vymažeme máslem a vysypeme hrubou moukou. Nalijeme do ní asi polovinu těsta. Do druhé poloviny zapracujeme kakao a nalijeme ji také do formy. Pečeme v předehřáté troubě na 180 °C asi hodinu. Před vyjmutím vyzkoušíme špejli, zda je bábovka dobře propečená. Necháme ji chvíli stát ve formě a pak ji opatrně vykloupíme. Počkáme, až zcela vychladne a pak ji bohatě poprášíme moučkovým cukrem. **Zdroj: iDNES.cz**

INZERCE

KORUNNÍ
LUKR®
ZNAČKA SKUPINY AGRANA

OVĚŘENÁ KVALITA S NOVÝM VZHLEDEM.



Sopka chrlila hity aneb Šťastná léta Karla Svobody

Geniální skladatel Karel Svoboda se zastřelil v roce 2007. Jeho život a dílo připomíná film, který je právě v kinech. Natočil ho jeho syn.

■ JOSEF VLČEK

V úterý 28. ledna uplyne 13 let od tragické smrti nejúspěšnějšího českého skladatele popového středního proudu Karla Svobody. Vyčerpaný osmašedesátiletý skladatel, trpící maniodepresivními stavy a fobiemi ze stáří a pocitem, že mu vysychá inspirace, se zastřelil na zahradě své jevancké vily v době, kdy jeho manželka nebyla doma.

Skončila tak více než čtyřicetiletá kariéra opravdového hudebního velikána. Svoboda vpadl do české populární hudby v šedesátých letech s celou „válečnou generací“ nových českých pop hvězd, narozených na začátku čtyřicátých let.

Jeho první studiovou nahrávkou byla píseň Slunce za oknem, kterou napsal v roce 1965 pro zpěváka Jaromíra Mayera. Ale respekt doma i za hranicemi v Německu získal až o několik měsíců později dvěma instrumentálkami Start Gemini a Návrat Gemini.

Mladý muzikant se proměnil ze studenta stomatologie v tvůrčí sopku, která v následujících desetiletích dokázala v Československu i Německu vychrlit

několik výrazných hitů ročně, složit obrovské množství televizní a filmové hudby a zkomponovat hudbu i pro úspěšné muzikály, v čele s Nocí na Karlštejně.

Býval považován za klíčového autora Gottova repertoáru, ale jeho skladby přinesly úspěch skoro všem českým zpěvákům středního proudu. Jeho poslední velký hit Ještě, že tě lásko mám z roku 2003 zpíval o dvě generace mladší Petr Kolář. Podle pravidelných výzkumů Rádia Impuls se ještě dnes vejde do prvního tučtu nejoblíbenějších Svobodových písní.

Mimochodem ani úplně nejoblíbenější Svobodova píseň není od Karla Gotta. Song Lásko má, já stůňu, kterou v Noci na Karlštejně zpívá Helena Vondráčková, má v oblíbě 83 procent impulsiho publika. Dvacítku jeho nejoblíbenějších písní uzavírá Včelka Mája, a i tu má rádo nebo dokonce velmi rádo kolem sedmdesát procent posluchačů.

Král muzikálů velkolepého Rasputina nestihl

V době, kdy dobývala bohatě klenutá Svobodova melodie Ještě, že tě lásko mám české hitparády, se skladatel zabýval hlavně muzikálovou tvorbou. Tři velkoryse pojaté muzikály z posledního desetiletí jeho života – Dracula, Monte Christo a Golem – měl korunovat efektní Rasputin, ale k jeho realizaci se už Svoboda nedostal...

Letošní výročí Svobodovy smrti je zajímavé i tím, že v kinech právě běží celovečerní dokumentární film Karel Svoboda – Šťastná léta, který natočil

spolu se svou partnerkou Svobodův syn Petr. Je to citlivá rekonstrukce skladatelova vrcholného tvůrčího období mezi roky 1965 a 1993. Svoboda mladší k tomu využil materiály z rodinného filmového archivu, záznamy televizních pořadů a úryvky z filmů, pro něž napsal jeho otec hudbu. Vše doplnil vzpomínkami a výpověďmi i Svobo-

dových přátel. I když jde o velmi osobní film, snímek má nostalgické kouzlo a neotřelým způsobem vystihuje život velkého českého hitmakera.

Karel Svoboda byl velkým přítelem a dvorním skladatelem Karla Gotta.

FOTO | ARCHIV MAFRA



■ ■ PESTRÁ KRAJINA PETRA HAVLA

Nešíříte i vy invazivní druhy?



Petr Havel
komentátor
a zemědělský
analytik

Poslední novela zákona o ochraně přírody a krajiny, jejímž cílem je regulace invazivních druhů rostlin a živočichů, se nerodila lehce. Předmětem diskusí byl přitom hlavně výčet invazivních druhů, ne už ale opatření, která budou s bojem proti organismům na „blacklistu“ uplatňována.

Ta totiž dopadnou nejen na zemědělce či lesníky, ale třeba i na zahrádkáře nebo akvaristy. Ti všichni (a v zásadě úplně každý z nás) se totiž mohou teoreticky na šíření invazivních nepůvodních druhů podílet a záležet tak bude především na úmyslu a míře ohrožení životního prostředí. Za úmyslné šíření přitom hrozí nemalé pokuty, jenže prokázání úmyslu bude na jednu stranu obtížně dokazatelné, na druhou stranu snadno zneužitelné. Zvláště, když jsou mezi invazivní nepůvodní druhy zařazeny obecně oblíbené (a prostředím se samovolně šířící) rostliny jako barota, klejicha hedvábná či stolís-



Klejicha hedvábná

tek různolistý. Nebo akvaristy chované (a do přírody často vypouštěné) želvy nádherné nebo američtí raci.

Tikající bombou je ale především deklarovaný úmysl Ministerstva životního prostředí pomáhat vlastníkům pozemků s likvidací, především tedy zřej-

mě invazivních rostlin. Ty by sice měli vlastníci pozemků likvidovat sami „v rozsahu běžné péče o pozemky“ (například kosením), nebo ve spolupráci s orgány ochrany krajiny, pokud se to ale nepodaří, může orgán ochrany přírody provést potřebná opatření sám.

To by ovšem v praxi znamenalo vstup na soukromé pozemky a především legitimní možnost likvidátorů invazivních organismů na takových pozemcích provádět akce i proti vůli vlastníků. Je to samozřejmě bráno jako veřejný zájem – hranice mezi ním a možným aktem třeba sousedské msty je ale velmi tenká...



ČT1

6.00 Co naše babičky uměly a na co my jsme zapomněli 6.25 Jak se ševcem šlí čerti 7.35 Nebojte se na Česnečce 8.10 Gejzír 8.45 Otec Brown VII 9.30 Columbo 11.05 Všechnopárty 12.00 Z metropole. Týden v regionech 12.25 Hobby naší doby 12.50 Postřehy odjinud 13.00 Zprávy 13.05 Stín 14.05 Chudák muzika 15.10 Divá Bára. Drama 16.25 Zlatí úhoři. Drama (ČR, 1979) 17.55 Kočka není pes 18.25 Kluci v akci 18.55 Události za okamžik a počasí 19.00 Události 19.53 Branky, body, vteřiny 20.05 Peče celá země

Soutěž o nejlepšího amatérského pekaře a cukráře. V této epizodě si zavzpomínáme na poezii chutí mléčných barů

21.15 Policajt, nebo rošťák Krimikomedie (Fr., 1979). Hrají J.-P. Belmondo, M. Laforetová, M. Galabru, J.-F. Balmer

22.59 Výsledky losování Šťastných 10 a Euromiliony

23.00 Inspektor Banks V Proti proudu. Krimiseriál (VB, 2016)

0.30 Bolkoviny
1.25 Banánové rybičky
1.55 Sama doma
3.25 Malá farma
3.55 Bydlení je hra
4.15 Rájské zahrady
4.35 Přes nový práh
5.00 Kulinařská soutěž
5.30 Z metropole



Nova

7.05 Looney Tunes: Nové příběhy (2, 3) 7.55 Show Toma a Jerryho II (18) 8.15 Kosmáček 9.30 Láska v pizzerie 11.15 Volejte Novu 11.55 Výměna manželek XII 13.20 Americký prezident 15.35 Byl jednou jeden princ 17.15 Zpívej. Animovaný film (USA, 2016) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí



20.20 Mamma Mia! Muzikál (USA/N/VB, 2008)
22.25 Gravitace Sci-fi thriller (USA/VB, 2013)
0.05 Vražedná modlitba Thriller (USA/Kan., 2014)
2.00 Mentalista II (22)
2.40 Specialisté (51)
3.40 Kosmáček



Prima

6.20 Chlupatá rota (9) 6.50 Super Wings II (25) 7.00 Olympiáda Bolka a Lolka 7.30 M.A.S.H (202) 8.00 M.A.S.H (203) 8.30 M.A.S.H (204) 9.00 Autosalon 10.20 Máme rádi Česko 11.55 Vražedné záhady slečny Fisherové (11) 13.05 Vražedné záhady slečny Fisherové (12) 14.25 Můj splněný sen. Romantický film (Kan., 2016) 16.20 Hudba z Marsu. Filmová komedie (ČR, 1955). Hrají: J. Marvan, O. Nový, J. Bek 18.55 Velké zprávy 19.40 Dívkožij 19.55 TOP STAR
20.15 Poldina III (2)
Ve jménu otce. Krimiseriál (ČR, 2018). Hrají D. Matásek, I. Orozovič, O. Pavelka, J. Vyoralék, J. Kolesárová
21.30 Discopříběh Hudební komedie (ČR, 1987). Hrají R. Hrušínský ml., L. Potměšil, K. Vochoč, J. Krausová, P. Nový. Režie J. Soukup
23.25 Zabijákův osobní strážce Akční komedie (USA, 2017). Hrají R. Reynolds, S. L. Jackson, G. Oldman, S. Hayeková, J. de Almeida. Režie P. Hughes
V oku hurikánu Akční film (USA, 2018). Hrají T. Keibell, M. Graceová, B. Cross. Režie R. Cohen
4.00 Vražedné záhady slečny Fisherové (11) Krvavý cirkus. Krimiseriál (Austr., 2012)



Prima cool

6.00 X-Men: Nová generace II (10) 7.00 Námořní vyšetřovací služba L. A. VIII (12) 7.55 Top Gear 2011 9.10 Pevnost Boyard (2) 11.45 Re-play 12.15 COOL e-sport 12.45 Futurama II (9) 13.15 Simpsonovi XVIII (18-21) 15.15 Futurama II (10) 15.35 COOLfeed 15.45 V oku hurikánu 17.45 COOLfeed 17.55 Simpsonovi XVIII (22) 18.30 Simpsonovi XIX (1-3) 19.50 COOLfeed 20.00 Želvy ninja 2 22.30 X-Men 3: Poslední vzdor 0.35 Smrtící virus (6)



Nova Cinema

5.40 Dej mi domov 7.25 Mentalista II (21, 22) 9.10 Jak se krotí krokodýli, komedie (ČR, 2006) 12.15 Zelená je tráva, komedie (USA, 2005) 14.05 Mravenčí polepšovna, animovaný film (USA, 2006) 15.40 Happy Feet 2, animovaná komedie (Austr./USA, 2011) 17.30 Harry Potter a relikvie smrti (1), fantasy (USA/VB, 2010) 20.00 33 životů, drama (USA, 2015) 22.25 Dábel, horor (USA, 2010) 0.00 Gran Torino, krimifilm (USA/N, 2008)



Prima Max

6.15 Super Wings II (24) 6.35 Chlupatá rota (8) 7.05 Zpravodajství FTV Prima 8.25 Vítejte doma! VIII (21, 22) 10.20 Šílený rande 12.00 Obraz lásky 13.55 Pohled na lásku 15.50 Love Story 18.05 20 000 mil pod mořem (1/2), dobrodružný film (Austr./USA, 1997) 20.00 Lepší teď než nikdy, romantická komedie (USA, 2014) 22.05 Pomsta mravenců, sci-fi horor (USA, 2006) 23.55 X-Men 3: Poslední vzdor, akční sci-fi film (USA, 2006)



Joj Family

SOBOTA 5.10 Noviny 5.45 Krími 6.10 Noviny 6.45 Policisté v akci 7.50 Policisté v akci 8.50 Na chalupě 9.50 Nové bydlení 10.55 O zvířatech a lidech (3) 12.00 Dnes v jednom domě (4/9) 14.05 IQ Taxi CZ 15.55 Extrémní případy 17.00 Extrémní případy 18.05 Nová zahrada 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 Velitel (1/6), seriál (ČR, 1981) 22.05 IQ Taxi CZ 23.55 Dědictví (7/34), seriál (SR, 2013)

NEDĚLE 5.25 Krími 5.50 Noviny 6.25 Policisté v akci 7.15 Policisté v akci 8.20 Policisté v akci 9.15 IQ Taxi CZ 11.05 Na úpatí sopky, drama (N/Šp., 2007) 13.10 Velitel (1/6) 14.55 Prodloužený čas, tragikomedie (ČR, 1984) 16.50 Na chalupě 17.55 Nové bydlení 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 V sedmém nebi 22.35 Léto na Syttu, romantická komedie (N, 2010) 0.30 Záchranáři v akci

PONDĚLÍ 5.15 Krími 5.35 Noviny 6.15 Ranní noviny 8.35 Soudní síň 10.30 Policisté v akci 11.30 Záchranáři v akci 12.20 Pod povrchem (17, 18) 14.30 Soudní síň 16.45 Policisté v akci 17.50 Nové bydlení 2 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 Prodloužený čas 22.15 Policisté v akci 23.15 Nové bydlení 2 0.20 Ve jménu zákona (67)

ÚTERÝ 8.35 Soudní síň 10.30 Policisté v akci 11.35 Záchranáři v akci 12.25 Pod povrchem (19, 20) 14.50 Soudní síň 16.55 Policisté v akci 17.55 Nové bydlení 2 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 Extrémní případy 21.20 Soudní síň - cz 22.05 Policisté v akci 23.05 Nové bydlení 2

STŘEDA 10.35 Policisté v akci 11.35 Záchranáři v akci 12.25 Pod povrchem (21, 22) 14.50 Soudní síň 15.50 Soudní síň 16.50 Policisté v akci 17.55 Nové bydlení 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 O zvířatech a lidech (4) 21.25 Policisté v akci 22.25 Nové bydlení 23.30 Ve jménu zákona (69)

ČTVRTEK 8.35 Soudní síň 10.30 Policisté v akci 11.35 Záchranáři v akci 12.20 Pod povrchem (23, 24) 14.35 Soudní síň 16.50 Policisté v akci 17.50 Nové bydlení 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 Extrémní případy 21.25 Soudní síň - cz 22.25 Policisté v akci 23.25 Nové bydlení

PÁTEK 8.35 Soudní síň 10.45 Policisté v akci 11.45 Záchranáři v akci 12.25 Pod povrchem (25, 26) 14.55 Soudní síň 15.50 Soudní síň 16.55 Policisté v akci 17.55 Nové bydlení 19.00 Krími 19.30 Noviny 20.20 Dnes v jednom domě (5) 22.20 Tři zkoušky lásky 0.25 Policisté v akci



Relax

SOBOTA 6.30 Na červeném koberci 7.20 Labyrinty vášně 8.20 Doktor z hor 9.20 Stéfanie 10.20 Zvěřinec 10.50 Teleshopping 11.10 Luxus store 14.35 Paní domu 15.15 Pralinky 15.55 Nespoutaný anděl 16.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Stéfanie 19.55 Nespoutaný anděl 20.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Top Relax 23.20 Luxus store

NEDĚLE 6.30 Paní domu 7.20 Labyrinty vášně 8.20 Doktor z hor 9.20 Stéfanie 10.20 Na červeném koberci 10.50 Teleshopping 11.10 Luxus store 14.35 Zvěřinec 15.15 Pralinky 15.55 Nespoutaný anděl 16.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Stéfanie 19.55 Nespoutaný anděl 20.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Top Relax 23.20 Luxus store

PONDĚLÍ 6.40 Pohodové zprávy 7.20 Labyrinty vášně 8.20 Doktor z hor 9.20 Stéfanie 10.20 Pohodové zprávy 11.10 Luxus store 14.30 Top Relax 14.55 Stéfanie 15.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Pohodové zprávy 19.25 Zvěřinec 19.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Pohodové zprávy 23.20 Luxus store

ÚTERÝ 9.20 Stéfanie 10.20 Pohodové zprávy 11.10 Luxus store 14.30 Top Relax 14.55 Stéfanie 15.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Pohodové zprávy 19.25 Na červeném koberci 19.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Pohodové zprávy 23.20 Luxus store

STŘEDA 8.20 Doktor z hor 9.20 Stéfanie 10.20 Pohodové zprávy 11.10 Luxus store 14.30 Top Relax 14.55 Stéfanie 15.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Pohodové zprávy 19.25 Paní domu 19.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Pohodové zprávy 23.20 Luxus store

ČTVRTEK 8.20 Doktor z hor 9.20 Stéfanie 10.20 Pohodové zprávy 11.10 Luxus store 14.30 Top Relax 14.55 Stéfanie 15.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Pohodové zprávy 19.25 Zvěřinec 19.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Pohodové zprávy 23.20 Luxus store

PÁTEK 9.20 Stéfanie 10.20 Pohodové zprávy 11.10 Luxus store 14.30 Top Relax 14.55 Stéfanie 15.55 Nespoutaný anděl 17.55 Esmeralda 18.55 Pohodové zprávy 19.25 Na červeném koberci 19.55 Nespoutaný anděl 21.55 Esmeralda 22.55 Pohodové zprávy 23.20 Luxus store

SÉRUM PRAVDY

KRESBY | ŠTĚPÁN MAREŠ ČÍSLO 297



„Byty, sociální služby, turismus. Pro lidi se dá udělat hodně“

Když se do něčeho pustím, chci v tom vytrvat a dělat to pořádně, říká jihočeský poslanec a krajský zastupitel **Jan Kubík**, který je také dlouhá léta starostou Loučovic.

Co vás vůbec před deseti lety přivedlo k politice?

Jsem mladší generace, v listopadu 1989 mi bylo 11 let. Divoká 90. léta jsem prožil na studiích. O politiku jsem se začal zajímat, až když jsem se vrátil do Loučovic a začal s podnikáním. Přátelil jsem se s tehdejší starostou. Fajn chlap, měl spoustu nápadů, co v obci zlepšit, to on mě přemluvil, abych kandidoval. Dostal jsem se do zastupitelstva a stal se starostou, kterým jsem dodnes. Když se do něčeho pustím, chci v tom vytrvat a dělat to pořádně. Do kraje a následně Poslanecké sněmovny jsem kandidoval s tím, že chci pokračovat a využít své zkušenosti z komunálu, kterých si velmi cením. Pomáhá mi to lépe porozumět problémům lidí a díky napojení na celostátní politiku posazovat věci důležité pro náš region.

Starostou jste se stal uprostřed ekonomické krize. Jaké to tehdy bylo?

Těžké. Těsně předtím zkrachovaly zdejší papírny, největší zaměstnavatel v obci. Bohužel ho následovaly další přidružené provozny, například pila. Loučovice se nacházely v dost velkém rozvratu. Nejen hospodářském, ale v důsledku i psychologickém a sociálním. Lidé se cítili být podvedeni bývalým vedením papíren, mnozí z nich ani nedostali odstupné. Po vesnici pobíhali různí půjčkaři a exekutoři. V obci se dlouhodobě neinvestovalo, mizely služby, včetně třeba bankomatu. I to je problém, když najednou musíte jezdit peníze vybírat někam jinam. Posiluje to ve vás pocity deprese a krize.

Tedy situace nic moc. Jak to vypadá v Loučovicích dnes?

Myslím, že jsme s tvář obce docela pohuli. Zmizel bývalý areál papíren, který svým stavem Loučovice jen hyzdil. Dnes jsou tyto plochy určeny pro rozvoj, mají své majitele a jen čekají, až se do nich bude investovat. Opravili jsme a dali do pořádku hodně obecního majetku, pracujeme na plynofikaci, na stavbě cyklostez-



Starostou Loučovic je Jan Kubík už od roku 2010. Momentálně slouží lidem také jako krajský zastupitel a poslanec.

FOTO | HNUTÍ ANO 2011

ky do Lipna nad Vltavou, která bude součástí velké povltavské cyklotrasy. Letos začneme stavět 18 nových obecních bytů, které chceme využít pro naše seniory. Jde o první vlnu a věřím, že budeme stavět i dál. Když se vrátím k bankomatu, tak jsme domluveni s bankou a měl by se letos v obci zase objevit. Je to svým způsobem symbol, že se věci zlepšují. Znovu se otevřela lékárna. Chci, abychom pokračovali dál a z Loučovic se stala malebná turistická obec, kde se i místním bude dobře žít.

Když mluvíte o místních, co pro ně vaše obec dělá?

Jsem pyšný na naše sociální služby. Ty tady mají dlouhou historii a v poslední době se nám je podařilo posílit personál-

ně i materiálně. Ještě nedávno se obědy rozvázely ručně na dvoukoláku. Dnes naše pečovatelky mají dvě vozidla a své služby poskytují třeba i ve vedlejším Lipně nad Vltavou. Zřídili jsme senior klub, který několikrát do měsíce organizuje aktivity pro seniory, vyjíždí na výlety a dává lidem příležitost se potkávat. Na ten máme skvělé ohlasy.

Jste starosta, krajský zastupitel a poslanec. Není to kumulace funkcí?

Naopak, skvěle se doplňují. Když se něco projednává na kraji nebo v Poslanecké sněmovně, nemusím se spoléhat jen na teorie nebo úřední elaboráty, ale jako starosta vím, jak se to projevívá v životě konkrétních lidí, a v duchu toho se snažím ovlivnit výslednou podobu daného opat-

Jan Kubík

- Narodil se 29. října 1978 v Kaplici na Českokrumlovsku.
- Vystudoval Jihočeskou univerzitu, podniká ve stavebnictví a provozuje rodinný penzion.
- Od roku 2010 je starostou Loučovic, navíc už čtyři roky je za ANO krajským zastupitelem.
- Již sedm let předsedá Svazku lipenských obcí.
- V roce 2017 se stal poslancem, zasedá v zahraničním výboru a výboru pro veřejnou správu a regionální rozvoj.

ření či zákona. Můžu tak udělat víc pro občany v kraji, republice i v Loučovicích.

Jak přesně se vaše zkušenosti starosty promítají do práce poslance a výběru témat, jimž se věnujete?

Jsem členem zahraničního výboru a výboru pro veřejnou správu a regionální rozvoj. V něm je gros mé činnosti. Působím v podvýborech pro cestovní ruch a bytovou politiku. Obojí se i nás v Jihočeském kraji úzce dotýká. Třeba nedostupnost bydlení už není problém jen Prahy, ale celé republiky. Najednou na slušné byty nedosáhnou nejen senioři a mladí, ale ani střední třída. Jedním z řešení je znovuoživení družstevní výstavby. Její podpoře se věnovala velká konference, která nedávno proběhla pod mou záštitou a na níž jsme spolupracovali třeba s panem Tarabou ze Sdružení na ochranu nájemníků. A k cestovnímu ruchu máme v jižních Čechách blízko všichni. Je to odvětví, které má před sebou velkou budoucnost. Mimo jiné může výrazně pomoci rozvoji příhraničních oblastí. Musí se ale dbát na to, aby se turismus neomezil jen na dvě či tři místa v kraji. Právě Jihočeský kraj je v tomto lídrem a náš systém destinačního managementu přebrala celá republika.

Zůstává vám i nějaký volný čas pro sebe?

Politická práce mě baví, a protože mi záleží na výsledcích, zabírá mi dost času, hodně ho musím trávit také v Praze. Ale doma jsem pořád v jižních Čechách a v Loučovicích. Jakmile mám volno, trávím čas s rodinou. Rád si vyrazím mezi lidi nebo třeba do lesa, kde si vždy pročistím hlavu.

(PR)

Kodras čerpá inspiraci v zámoří

Osobní trenér Dominik Kodras je jedním z největších odborníků na fyzickou přípravu v České republice

PAVEL KORTUS

ČESKÉ BUDĚJOVICE | Spousta kluků si v mládí přála být profesionálním fotbalistou. Prohánět se s Messim a Ronaldem po trávníku, hrát před tisíci diváky. Dominik Kodras nebyl jiný. Hrával za českobudějovické Dynamo, talent mu nechyběl, ale postupem času zjistil, že fotbal ho nikdy živit nebude. Kdo někdy dělal jakýkoliv sport, ví, jak těžké to muselo být uvědomění. „Dospěl jsem k tomu v Americe. Uvědomil jsem si, že fotbal je skvělý, bude v mém srdci celý život. Ale v životě by mě nezabezpečil. Proto jsem se dal jiným směrem. Tehdy jsem ještě přesně nevěděl kterým,“ začíná 26letý Kodras svůj příběh.

K jeho dnešnímu řemeslu ho zavedly zdravotní problémy v průběhu kariéry. „Bylo mi 15 let a měl jsem neúnosné problémy se zády. Pomohl mi fyzioterapeut Tomáš Skrbek. Od té doby jsem začal cvičit a mohl jsem pokračovat v poloprofesionální kariéře dál. Ale věděl jsem, že do zahraničí se nedostanu, abych se fotbalem zabezpečil. Mohl bych v Česku hrát druhou nebo třetí ligu. Ale rozhodl jsem se, že když ze mě nikdy nebude profesionální sportovec, tak profesionálům budu alespoň pomáhat,“ říká současný fotbalista Roudného v I. A třídě.

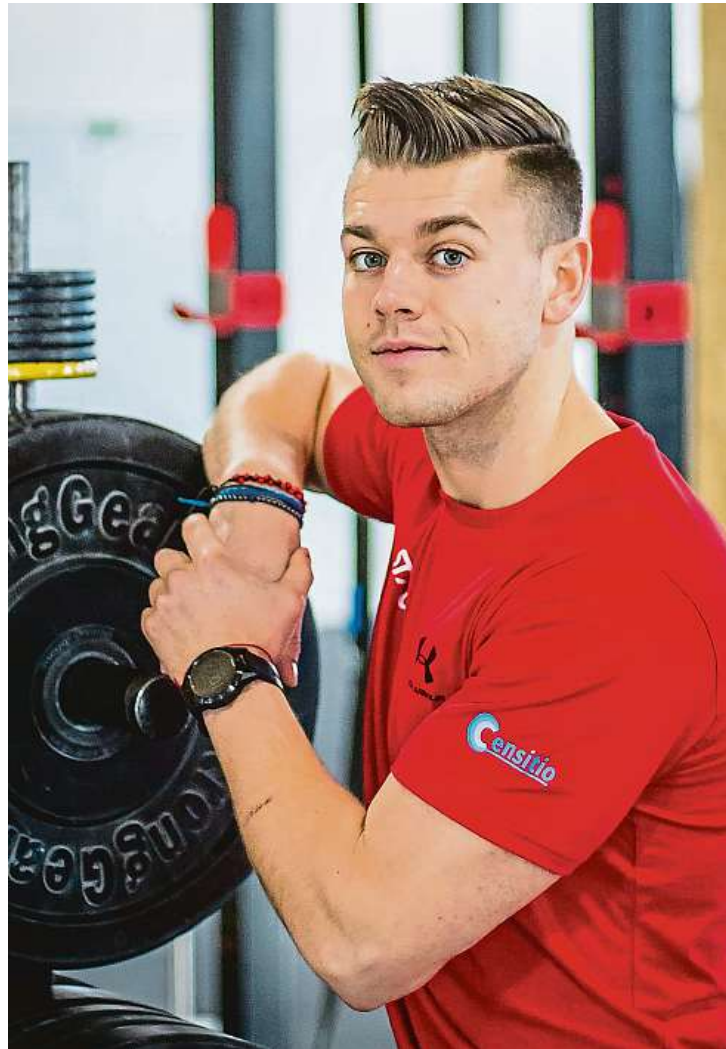
Trénuje hlavně hokejisty

A tak se začal rodák z Trhových Svinů na Českobudějovicku ve fitness tréninku vzdělávat. „Od začátku jsem hledal zdroje ze zahraničí, protože v Česku je počet špičkových fyzioterapeutů omezený. Učil jsem se napříč obory, protože ve světě jsou mnohem dál, i co se týče výživy a tréninku celkově,“ vysvětluje, proč hledal inspiraci za hranicemi republiky.

„Česká úroveň je oproti zahraničí opravdu nízká. Hlavně v Americe jdou s dobou. Edukační materiály zde stále vylepšují na základě nových studií. Když se u nás učíme z publikací z 80. let, tak je velká pravděpodobnost, že už to bude zastaralé. Možná to je jeden ze základních důvodů, proč celkově ve sportu v posledních letech zaostáváme. Postaru už to prostě nefunguje,“ nabízí vysvětlení stagnace českého sportu.

V dnešní době uznávaný fitness kouč začal trénovat lidi před čtyřmi lety a věnoval se silovému tréninku, tedy tréninku s externí vahou. „Trénoval jsem lidi zadarmo, tak jsem získal klientelu. Zpětně to byl nejdůležitější krok. S lidmi jsem měl výsledky, dobré ohlasy mi budovaly jméno. Těžším z toho dodnes,“ vrací se na začátek kariéry.

Kodrase začali velice rychle vyhledávat sportovci v celém kraji. „Zlomové pro mě bylo setkání s hokejovým reprezentantem Jiřím Novotným před třemi



Fitness kouč Dominik Kodras připravuje špičkové české sportovce včetně hokejistů Milana Gulaše nebo Romana Willa. FOTO | PETR LUNDÁK, MAFRA

lety. On prodělal těžkou žloutenku, odehrál část sezony a po ní se vrátil s rozbitým tělem. V tělocvičně jsem si dovolil za ním zajít a nabídnout mu, že ho budu trénovat zadarmo. Jirka souhlasil, dal mi důvěru a na základě jeho dobrých referencí ke mně začali chodit další známí sportovci,“ vzpomíná osobní trenér, který se v současnosti věnuje například hokejistům Milanu Gulašovi, Martinu Růžičkovi, Petru Kváčovi, Pavlu Pýchovi nebo brankáři Romanu Willovi.

Kodras ale připravuje i fotbalisty českobudějovického Dynama, motokrosáře Martina Michka, desetibojaře Adama Sebastiana Helceleta či zápasníka MMA Josefa Talafouse. „Škála sportovců je široká. Ale v poslední době pracuji v 80 procentech s hokejisty. Za čtyři roky se mi z ničeho podařilo dostat na úroveň, kdy se starám o špičkové české hokejisty. Něco takového bych si před čtyřmi lety nedovedl představit,“ těší trenéra, jenž se věnuje hlavně hokeji, atletice a bojovým sportům. „U fotbalu je silový trénink v začátcích. Moc se

nevyužívá, i proto je v něm velký počet zranění,“ tvrdí.

Profesionální sportovci musí mít ke svému kouči velkou důvěru, protože je jejich tělo živí. „Každý si myslí, že pracovat s profesionálním sportovcem je sranda. Ale zodpovědnost je daleko větší. Musím jim vracet důvěru, kterou ve mně vkládají. Ale přistupuji ke každému stejně. Křičím i na hvězdy,“ usměje se.

Zázemí mají českobudějovičtí trenéři v Bcross Gym v Českých Budějovicích. Kodrasův tým tvoří ještě fotbalisté Kamil Hajdušek, Martin Held a v Brně s nimi spolupracuje David Skřivánek. „Den má jen 24 hodin. Když se chce člověk vzdělávat a dělat věci naplno, tak už to nešlo stíhat. Proto náš tým rozšířili Kamil s Martinem. Jsme dobří kamarádi, navzájem si věříme,“ pokračuje Dominik Kodras s tím, že do budoucna by chtěl přijmout ještě dalšího trenéra.

Zakladatel silového tréninku STACA (Strength Training Academy) v jižních Čechách komunikuje se svými svěřenci i přes aplikaci v telefonech. „Sestavujeme jim plány, pak přes aplikaci hodnotíme jejich výkony a progres. Komunikujeme s nimi. Perfektně se nám to osvědčilo,“ chválí si. Kodras řeší také stravu sportovců. „Neděláme jenom samotný trénink. Ke sportovcům přistupujeme komplexně. Po vstupní diagnostice řešíme jednotlivé plány. Jako první v republice děláme neurotrénink,“ popisuje Kodras novinku při práci s mozkem, která není běžná ani v Evropě.

Trenéři musí k jednotlivým sportovcům přistupovat individuálně dle jejich zaměření. Hokejista a atlet nemohou trénovat stejně. „Hodně se učím od lidí, kteří se specializují na jednotlivé sporty. Na stážích v zámoří se mi podařilo dostat k odborníkům, díky nimž teď mám v ruce data od kanadských a amerických národních týmů. A jsem v Česku jediný, který takové informace a data má,“ hovoří Kodras, který připomíná, jaké cvičení funguje. „Nejefektivnější metody jsou ty nejstarší, které existují. Ať už jde o mrtvý tah, shyby, či benchpress. Dnešní moderní techniky nemají takový účinek a přenos do sportu,“ tvrdí.

Uspokojení u pracovitěho sportovce nehrozí. Dominik Kodras se chce posouvat stále dál. „Mám hodně plánů a snů. Dlouhodobý cíl je být nejlepší v přípravě pro sportovce v České republice. Chci se dál vzdělávat a z kvalitativně náš trénink,“ uzavírá fitness kouč, který během stáže v americké Arizoně trénoval například s hokejovou hvězdou Austinem Matthewsem.

INZERCE

AUTOVRAKOV

Ekologická likvidace autovraků
Zdarma včetně odvozu a odhlášení

www.autovrakov.cz

777 816 749



Francouzský spisovatel Jules Vernes: Člověk nesmí...

POMŮCKA: MALE	STAVBY SILNIC A ŽELEZNIC ZKR.	VYPLŇOVÁNÍ SPÁR	BÁJNÝ KRÁL		FOUKAT	JÍL SLOVEN.	DĚLO-STŘELECKÁ ZBRANĚ		NICKY	ILONA DOMÁCKY	OZNAČENÍ KYSELOSTI ROZTOKŮ	CHLAPÍK	JINÝM ZPŮSOBEM ZASTAR.	SPOJOVACÍ SOUČÁSTKY
BÝVALÝ SVAZ MLÁDEŽE ZKR.				REJ				ZNAČKA ELEKTRO-NIKY						
KŘÍVKA SE ZÁVITY				MŘÍŽKA				NEMLUVÍCÍ PRAVDU						
1. DÍL TAJENKY						KILOGRAMY HOVOR.					ODĚV			
						HL. MĚSTO MALEDIV					KOMISE			
	POHODNÝ				CÍLE					JEDNODU-CHÉ STROJE				
	DRUH ZLODĚJE				SOUBOR DEVĚTI HRÁČŮ					CITOSLOVCE ULÉTNUTÍ				
VYHUBLÝ NA KOST								SYMFONICKÝ ORCHESTR HL. M. PRAHY					O NĚČEM	ODLIŠNÉ
								OŽEHNUTÍ						
INICIÁLY HERČKY VRÁNOVÉ			ROLETA					KANADSKÝ HOKEJISTA				ČÁST VOZU		
			SKUPEN-STVÍ VODY					OLGA DOMÁCKY				SRKNUTÍ		
DVORANA				2. DÍL TAJENKY										
				ŘÍMSKÝCH 11										
NÁSILNÉ ZABRÁNÍ							ČÁST ATOMU							
OVLÁDAT							SLOSOVÁNÍ			VYVRCHO-LENÍ NEMOCI				

Tajenka: ...žádat nemožnost.

INZERCE



... Váš český operátor ...

VOLEJTE
ZDARMA

NABÍDKA

PROSINEC 2019 / LEDEN 2020

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

KUPTE 3 ks JAKÝCHKOLIV PRODUKTŮ Z TĚTO NABÍDKY
A ZÍSKÁTE 10 VOLNÝCH MINUT
DO VŠECH SÍTÍ

1. NÁKUP produktů **V AKCI**
2. **10 min.** do všech sítí **ZDARMA**
3. **PRODLOUŽENÍ** platnosti kreditu o **7 DNÍ**

KOFOLA Vánoční koření, 2l



KOFOLA original, 2l

RAJEC jemně syceý, 1,5l



RAJEC nesyceý, 1,5l

PILSNER UROSELL ležák, 0,5l



MATTONI bílé brozo, 1,5l



MATTONI citron, 1,5l

MATTONI pomeranč, 1,5l



MATTONI perlivá, 1,5l



MATTONI jemně perlivá, 1,5l



MATTONI neperlivá, 1,5l

SEMTEX Original, 0,5l



SEMTEX Kvavý pomeranč, 0,5l

SEMTEX Power, 0,5l

SEMTEX Forte, 0,5l

VELKO POPOVICKY KOZEL světlý, 0,5l



VELKO POPOVICKY KOZEL Florián, 0,5l

 **COOPKA**

Pro každého s mobilním

ZIMNÍ NOVINKY

NĚomezený
TARIF
s 300 MB dat
za 399,- Kč

ZA KAŽDÉ DOBITÍ
VÁS ODMĚNÍME

300 MB nebo 100 minut

ODMĚNY za pravidelné nakupování na prodejních COOP

VOLNÉ MINUTY za nákup výrobků z pravidelných akcí

Platí pro zákazníky COOP Mobil.

Pro registraci nákupu a získání volných minut použijte věrnostní kartu COOP Mobil nebo pošlete SMS na číslo 8844 ve tvaru: COOP mezera DATUM NÁKUPU mezera ČÍSLO PRODEJNY (Např.: COOP 01122019 12345)

Účtenku s nákupem uschovejte pro kontrolu. Každý účastník může získat max. 1 odměnu denně. Akce platí od 1.12.2019 do 31.1.2020 ve vybraných prodejních sítích COOP. Dostupnost zobrazeného zboží z nabídky se může na jednotlivých prodejních COOP odlišovat.

* Více informací a úplná pravidla na www.coopmobil.cz

PŘENOS
ČÍSLA
ZDARMA

POŘÍDETE COOP MOBIL A NAKUPUJTE LEVNEJŠE

facebook

Slovenské křídlo patří Dynamu

Zářil ve Slovanu Bratislava, prošel čtyři maďarské kluby a teď zabouje slovenský záložník **Karol Mészáros** o místo v kádru Dynama České Budějovice.

■ PAVEL KORTUS

ČESKÉ BUDĚJOVICE | První zimní posila fotbalistů Dynama je ze Slovenska. Krajiní záložník Karol Mészáros se ve druhém týdnu přípravy připojil k týmu a těší se na další výzvu v kariéře. „Oslovil mě generální manažer Martin Vožabal. Pak mi zavolał přímo trenér David Horejš. Hodně pro mě znamenalo, že jsem mohl mluvit přímo s koučem. Domluvili jsme se na několikadenní zkoušce, aby trenéři viděli, jak jsem na tom. Nakonec jsme se dohodli na smlouvě na dva roky,“ popisuje svůj příchod na jih Čech šestadvacetiletý fotbalista.

Rychlonohý krajiní hráč je odchovancem slovenského klubu Slovan Bratislava, kde se dostal i do dospělého fotbalu.



Karol Mészáros je dvojnásobným mistrem Slovenska se Slovanem Bratislava. Po konci v Maďarsku bude hrát za Dynamo. FOTO | PAVEL KORTUS, MAFRA

Za Slovan odehrál 98 utkání v první lize, dvakrát s klubem získal slovenský titul. Pak zamířil do Maďarska, kde hrál postupně za prvoligové kluby Puskás Akadémia, Debrecin, Haladás a naposledy za Újpest, kde vydržel pouze půl roku. „Angažmá nevyšlo tak, jak jsem

si přál. Trenér měl jinou představu o systému hry, hrál jsem málo. V prvních čtyřech kolech jsem naskočil do tří zápasů jako střídající hráč, dohromady to nebylo ani 60 minut. Pak jsem zůstal na lavičce, nakonec jsem nebyl ani nominovaný na zápasy,“ vysvětluje Mészáros

nespokojenost ve svém posledním angažmá.

Kromě zájmu Českých Budějovic vybíral hráč i z dalších nabídek. „Oslovilo mě víc klubů. Ale česká liga je z okolních států nejlepší. Ani v Maďarsku nebo na Slovensku nejsou špatné podmínky, ale česká liga je o úroveň výš. Ještě jsem v Česku nehrál. Bude to pro mě další posun v kariéře,“ těší se na novou šanci.

Karol Mészáros sledoval výkony Dynama už během podzimu. „Mám přehled o řadě fotbalových soutěžích, i Budějovice jsem na podzim sledoval. Po postupu se jim vydařil podzim, uhrály hodně bodů a jsou ve středu tabulky. Myslím si, že mužstvo je dobře namíchané, jsou tu zkušení hráči i mladí fotbalisté,“ tvrdí rodák z Galanty.

V kabině Dynama se Mészáros potkal s třemi bývalými spoluhráči. „S Jirkou Kladrubským jsem hrával jako mladý ve Slovanu Bratislava. S Ivanem Schranzem se známě od mala. A s Michaelem Rabušicem jsem nastupoval v maďarském Haladásu. Pár kluků jsem znal, o to jsem se v kabině cítil hned od začátku lépe,“ pochvaluje si. „Chci sám sobě dokázat, že se ještě můžu posunout dál. Těším se na nové prostředí, novou soutěž,“ uzavírá Karol Mészáros.

INZERCE



srdečně zveme na

Tradiční zabijačkové hody



KDY? Přece v sobotu 25. ledna 2020 od 10 do 15 hodin
KDE? U prodejny TERNO Strakonice, Volyňská 192, Strakonice

Zastavte se a vychutnejte si s námi ... posezení s hudbou pod stanem, prodej teplých nápojů a samozřejmě i zabijačkových specialit (ovar, prdelačka, jelítka, jaternice, tlačěnka, paštiky, škvarky a mnoho dalších). Na programu je také komentovaná ukázka bourání prasete a výroby zabijačkových specialit.

Skvělé nabídky užitkových vozů Ford



- Legendární Transit na úvěr s úrokem 0 %
- Dvě servisní prohlídky zdarma pro Transit Custom



TRANSIT CUSTOM

TRANSIT

S námi vám poroste byznys ještě rychleji

Přijďte si pro osvědčené dodávky od evropské jedničky mezi výrobci užitkových vozů. Pořídte si model Transit s úvěrem Ford Credit bez navýšení a pro vybrané verze Transit Custom nabízíme dvě servisní prohlídky zdarma. Hybridní verze Transitu Custom získaly prestižní ocenění Mezinárodní dodávka roku 2020! Více na **ford.cz**.



Kontaktujte autorizovaného partnera Ford ve vašem regionu:

AUTO VINKLER, s.r.o.
Hradištská 2454
Písek
Tel.: 382 214 295
www.autovinkler.cz

MNC auto s.r.o.
Nemanická 1/446
České Budějovice
Tel.: 387 220 490
www.ford.mncauto.cz

Ilustrativní vyobrazení. Zvýhodněné nabídky platí od 15. 1. do 31. 3. 2020, nabídka financování Ford Credit platí pouze pro podnikatele od 15. 1. do 31. 3. 2020 a není závaznou nabídkou na uzavření smlouvy. Financování s úrokem 0 % jen pro model Transit, neplatí pro modelové řady Courier, Connect, Custom. Servisní smlouva FORD SERVICE PLAN – dvě pravidelné servisní prohlídky předepsané výrobcem během dvou let pouze při financování Ford Credit, neplatí pro plug-in hybridní verze. Pojem „zdarma“ znamená, že uvedené servisní prohlídky získáte bez příplatku. Nejprodávanější značka užitkových vozů od ledna 2015 do listopadu 2019 na dvaceti tradičních evropských trzích, na nichž je Ford zastoupen prostřednictvím svých národních prodejních organizací. Mezinárodní dodávka roku 2020 – International Van of the Year 2020.