

MÍSTNÍ NOVINY 7

Praha 7

Vánoce u Markéty Hrubéšové

Rozhovor s oblíbenou českou herečkou a spisovatelkou nejen o Vánocích a s nimi spojených tradicích, vaření a pečení, ale také zamyšlení o životě a vztazích.

Iva Janálová

Blíží se Vánoce a každá z nás chce pro svoji rodinu upéct to nejlepší cukroví, uvařit tu nejlepší štedrovecerní večeři. Jak je to u vás doma?

Vánoce jsou nejkrásnější svátky. Všichni se alespoň malinko zastavíme, popřemýšlíme a užijeme se navzájem. Taky se tak trochu vrátíme do dětských let a to je pro naše rozbourané duše učiněným pohlázením. Všude jsou světýlka a pohádky a taky dobré jídlo. Vánoce jsou zkrátka svátky klidu a míru. A já si je přesně tak snažím užít.

Nepropadám nákupním hořečkám ani reklamním masážím na cokoli. Přehnaný úklid neřeším. Není to závod... Takže hlavně na pohodu a s rodinou. A menu máme tradiční. Maminka dělá bezkonkurenční salát, já polévku a kapra a trochu cukroví připravíme spolu s dcerou. Prostě jen aby „zavoněl“ dům... Myslím, že rodina více ocení radostnou, usměvavou maminku než vysmýčený byt,



avšak s maminkou na prahu nervového zhroucení...

Markéto, známe se mnoho let a trůfám si říct, že

k sobě máme blízko. Řekni, jak se ti daří?

Děkuji za optání. Mám se krásně. A protože mě znáš dlouho, tak víš, že bych to neřekla nikdy jinak. Vážím si drobností a snažím se být v klidu. A taky se snažím ten svůj optimismus, radost a úsměv šířit dál. Na svých vystoupeních, rozhovorech i sociálních sítích. A ono se mi to krásně vrací! Lidé se na mne usmívají nebo mi pišou krásné zprávy, že jim to třeba moc pomohlo. To je prostě nejvíc.

Asi nejsem první, kdo se tě zeptá – čím jsi nejraději? Herečkou, moderátorkou, kuchařkou, nebo spisovatelkou?

Vším, čím jsem, jsem ráda! Všechno dělám s ohromnou láskou a na 100 procent. Řekla jsem si, že se budu snažit dělat jen věci, které mi přinášejí radost. A ty méně radostné si prostě v hlavě nastavím tak, aby mě bavily alespoň maličko. Nebo si třeba řeknu, že mě nějakým způsobem posouvají dál. Neznám horší pocit než dělat něco, co mě nebaví, a s lidmi, kteří mě nebaví. Pletichy, pomluvy, neúcta, nadřazenost, arogance – to všechno mi bere energii, a tak se tomu snažím maximálně vyhýbat.

Pokračování na straně 8

INZERCIE

Lze INZERCII zahrnout do režimu NÁHRADNÍHO PLNĚNÍ?

ANO / NE

Pro více informací nám napište na info@regionalnivydavatelstvi.cz



REGIONÁLNÍ VYDAVATELSTVÍ

RN230007/171

—společný koncert—

JAVORY BEAT & HRADIŠŤAN

16. 4. 2024

Divadlo Hybernia

Jiří Paulica
Hana a Petr Ulrychovi

Předprodej: www.topkoncerty.cz

RN230269/04

Šťastný Hlavák: Prostor kolem nádraží se promění

Dánské studio Henning Larsen Architects zvítězilo v soutěži na úpravu pražského hlavního nádraží. Návrh s názvem Šťastný Hlavák propojuje Vrchlického sady, odbavovací haly, tramvajové zastávky a Fantovu budovu. Hlavními rysy jsou udržitelnost, mikromobilita a navrácení života do těchto míst.

Pro místní i přespolní

Prívětivý a komfortní prostor pro obyvatele i návštěvníky města. To je něco, po čem volá pražské hlavní nádraží už léta. Dánští architekti mu proto navrhli propojující dřevěnou střešní konstrukci, která se po zveřejnění stala hned terčem vtipů. Vrchlického sady budou podle návrhu rozděleny na kulturní zónu, „nádražní náměstí“ a zónu pro doplňkové aktivity, což umožní pořádání trhů a zvýší přehlednost území.

„Dnes neoblíbené místo Pražanů mění v živý park a důstojnou



Dánští architekti promění pražské hlavní nádraží na Šťastný Hlavák. Vizualizace | Henning Larsen Architect

vstupní bránu do města. Zároveň se však nebojí přiznat, že park kvůli nárůstu počtu cestujících bude mnohem intenzivněji využíván a přizpůsobuje tomu například cesty pro chodce,“ sdělil radní pro územní rozvoj Petr Hlaváček.

Tramvaji přímo na vlak

Součástí návrhu je i nová tramvajová trať, která povede od

Národního muzea do ulice Wilsonova a Washingtonova k odbavovací hale a dále ulicí Opletalova. Nová trať zlepší napojení nádraží na pozemní hromadnou dopravu a uleví přetíženým trasám mezi Vodičkovou a Jindřišskou ulicí.

„Revitalizovaným parkem navíc povede zbrusu nová tramvajová trať se zastávkou pod střešinou. Ekologický aspekt tohoto

klíčového uzlu hromadné dopravy podtrhne také fakt, že základem celé proměny Hlavního nádraží bude jedna z největších dřevěných konstrukcí v České republice,“ říká náměstek pro oblast dopravy Zdeněk Hřib.

Projekt nyní čeká dopracování, které vychází také z druhého kola participace s obyvateli města a dalšími zájemci. Pak přijde na řadu projektová dokumentace a povolování. Podle odhadů by měla realizace začít v roce 2028 s předpokládanými náklady kolem 2 miliard korun.

Hlavní nádraží se tak se svou proměnou zařadí k dalším pražským železničním uzlům. Modernizace za čtyři miliardy čeká i smíchovské nádraží. Podobnou částku stojí i úprava Masarykova nádraží. Obyvatel Sedmičky se pak nejvíce dotýká modernizace trati na letišti v úseku mezi Bubny a Výstavištěm za tři miliardy.

pap

INZERCE

Vánoce na Mariánském

Zažijte sváteční atmosféru a pomozte dobré věci

1. 12. 2023 – 6. 1. 2024
Mariánské náměstí, Praha 1

Přijďte podpořit prodejce z řad příspěvkových a neziskových organizací a chráněných dílen nabízejících originální předměty s příběhem.

moje marianske

vanoce.praha.eu

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA



OČNÍ AMBULANCE

MediPort HOLEŠOVICE s.r.o.

- KOMPLEXNÍ OČNÍ PÉČE
- DĚTSKÁ OČNÍ PÉČE včetně ortoptického pracoviště
- SMLOUVY SE VŠEMI POJIŠTOVNAMI

**PŘIJÍMÁME
NOVÉ
PACIENTY,
včetně DĚTÍ**

V naší oční ambulanci poskytujeme svým pacientům komplexní oční péči pro dospělé i dětské pacienty. Naleznete u nás zkušený tým očních lékařů, příjemné prostředí a moderní diagnostické přístrojové vybavení.

Úzce spolupracujeme s Očním centrem Praha, a pacientům tak dokážeme zajistit i navazující operační péči a další odborná či specializovaná vyšetření, která jsou prováděna nad rámec běžné oční ambulance.



OBJEDNEJTE SE:

+420 283 022 143, +420 771 258 988

MediPort Holešovice, s.r.o.
Tusarova 1152/36, 170 00, Praha 7 – Holešovice
holesovice@ocnmediport.cz

www.ocnmediport.cz

TIRAŽ

NOVINY KRAJE vydává Regionální vydavatelství s.r.o., K Žitkovu 282/9, 190 00 Praha 9, IČ 27846717, DIČ CZ27846717. Místo vydání: Praha 7. Neprodejné. Redakce: šéfredaktor Juraj Aláč, alac@regvyd.cz. Neoznačené fotografie jsou z archivu redakce. Náklad 32 000 výtisků. Registrace u MK ČR – MK ČR E 23002. Inzerce: Dana Brejchová 603 588 338, brejchova@regvyd.cz; Karel Dobiáš 739 300 390, dobias@regvyd.cz; Aneta Dobiášová 732 574 319, dobiasova@regvyd.cz; Štěpánka Hadravová 605 167 046, hadravova@regvyd.cz; Zuzana Tomaschková 605 405 799, tomaschkova@regvyd.cz; Libor Vrbický 603 786 170, vrbicky@regvyd.cz. Nevýžádané příspěvky nevracíme. Reklama na dodávky novin: reklamace@regvyd.cz. Tisk: MAFRAPRINT, Petr Turyna, tel.: 734 517 178. Korektury: Ilona Vlčková. DTP: Josef Omelka, Studio 87, spol. s r.o. Vydání 2023/11 vychází 15. 12. 2023. Uzavírka dalšího vydání 12. 1. 2024.

RV2300239/29

RV2302370/01



Betlémské světlo rozsvítí celou zemi

Plamínek zažehnutý v Betlémě se stal i pro Čechy dalším z moderních symbolů Vánoc. Už čtyřiatřicet let ho skauti rozvázejí po celé republice, aby si ho lidé mohli vzít do svých domovů a rozzářit je během Štědrého dne. Letos bude veřejnosti k dispozici od 16. do 24. prosince na řadě míst v Česku.

Juraj Aláč

Plamínek odebraný z věčného ohně, který hoří v jeskyni pod bazilikou Narození Páně v Betlémě v centrální části Palestiny, představuje symbol míru, lásky, naděje a přátelství. Rozvoz světla zajišťují skauti a skautky z celého světa. Do České republiky ho přivázejí brněnští skauti od roku 1990 každý rok vlakem z rakouského Lince. Plamínek si skauti převezmou po slavnosti ekumenické bohoslužbě. „Mít doma betlémský plamínek a nenechat ho zhasnout po dlouhé cestě znamená stát se součástí nekonečného řetězu míru a radosti,

jež zvláště v dnešní době tolik potřebujeme. Každá malá pomoc, každý jednotlivec může přispět k velkému cíli a udělat svět o něco lepší, i když cesta k tomu je opravdu dlouhá,“ uvedl k myšlence projektu hlavní koordinátor Betlémského světla Jiří Dorazil.

Betlémské světlo si lidé berou domů

Jakmile betlémské světlo rozvezou skauti po republice, lidé si mohou plamínek vzít rovnou na nádraží, nebo na některé z místních akcí. „Akt předání betlémského světla bývá obvykle spojen s místní akcí, kterou pořádají

dobrovolníci, dle pravidel po rozvozu světla skauty po ČR – zpravidla v týdnu před Vánoci nebo v přímo 24. prosince. Akce již z podstaty nesmějí být spojovány se žádnou charitativní či finanční sbírkou ani žádnými dobrovolnými příspěvky,“ dodal Jiří Dorazil. Pro vlastní plamínek je nejlepší přijít se svíčkou v zavařovací sklenici, nebo s lucernou. Betlémské světlo a jeho poselství se tak šíří mezi miliony lidí, aby jim v jejich domovech o vánočních svátcích připomínalo narození Ježíše Krista – mír, lásku, víru, naději a přátelství.

Seznam místních akcí a vlakových spojení, kdy bude možné betlémské světlo získat najdete i na webu novinykraje.cz.

www.betlemskesvetlo.cz

EDITORIAL

Kdo to tam dal?!

Vánoční dárky pod stromečkem musí být... otázkou je, kdo je tam ale dává. Američani v tom mají jasno – jejich korpulentní Santa Claus proleze komínem a do punčoch nadělí dětem cukroví a drobné dárky. O zbytek se postarají rodiče. U nás ale přeci máme Ježíška – nikdo však přesně neví, jakým způsobem dárky dětem pod stromek doručí. Každá rodina má vlastní legendu, a dokud na ni děti věří, jsou Vánoce, jak mají být. Je to nejoblíbenější období roku, na které se všichni těšíme. Je to čas klidu a pohody, který trávíme se svými blízkými. Nenechte si ho proto pokazit vnějšími vlivy, které nemůžete během Vánoc ovlivnit, a věnujte se hlavně sami sobě a svým nejbližším. Hezké svátky!

Juraj Aláč,
šéfredaktor



alac@regvyd.cz

ČÍSLO MĚSÍCE

252

Schodek státního rozpočtu v příštím roce dosáhne hodnoty 252 miliard korun. Poslanci měli k rozpočtu 120 pozměňovacích návrhů. Plánované příjmy se proti letošku zvýší o 12 miliard na 1,94 bilionu korun. Výdaje mají klesnout o 31 miliard na 2,19 bilionu korun. Celkové výdaje státu klesnou poprvé od roku 2016.



Nejnovější informace a mnohé další najdete i na našem Facebooku.
facebook.com/novinykraje





S novým rokem nový život?

Novoroční předsevzetí jsou těmi nejčastějšími, která si člověk dává – pokud si už nějaké dá, většinou je spojeno právě s příchodem Nového roku. Tak jako začíná další rok, může začít nová, skvělá etapa vašeho života z nové startovní čáry.

Juraj Aláč

Začnu cvičit, přestanu kouřit, budu jíst zdravě nebo budu víc času věnovat rodinným aktivitám – to jsou nejčastější předsevzetí, která lidé slibují sobě nebo svým blízkým, a chtějí je začít plnit hned od 1. ledna. Ať už patříte do kategorie těch, kteří si rádi něco slíbí, nebo naopak jste odpůrci všech možných předsevzetí, právě závěr roku je také dobou bilancování a zamyšlení nad svým životem. „Novoroční předsevzetí nám často připomínají životní koloběh zachycený v mýtu o Sisyfovi. Je to taková rituální, masochistická tradice, jejímž výsledkem bývá zhruba dubnové trauma ze selhání, a poté máme dalších osm měsíců na to, abychom ho dokonale vytěsnili z paměti a mohli si příští rok celý ten koloběh radostně zopakovat,“ glosuje novoroční nápady sportovní psycholog Michal Šafář.

Novoroční předsevzetí jsou skvělá věc

Dát si nějaké předsevzetí je i tak podle odborníků skvělý nápad. Ne proto, že bychom je vždy dodrželi, ale proto, že nám ukazují, co je pro nás v našich životech

důležité. Totiž vědět, co chci, je polovina úspěchu. To, že většinou selžeme a naše předsevzetí nedodržíme, není chyba předsevzetí a dá se říct, že ani naše. „K tomu, abychom byli úspěšní, se musí potkat několik věcí najednou. První z nich je motivace – ta musí být hodně silná a nejsilnější motivaci máme, pokud se to týká našeho zdraví, financí anebo vztahů. Další je nutnost vykročit mimo naši komfortní zónu, a to bývá hodně těžké. Naše komfortní zóna je totiž místo, kde se cítíme bezpečně, je pro nás známá, vlastně by se dalo říct, že naše komfortní zóna nás charakterizuje, je plná našich zvyků a očekávání,“ tvrdí vztahový kouč Radek Osička. Udělat krok mimo komfortní zónu směrem k našemu předsevzetí je spojeno se stresem, který může být až nesnesitelný. Největší chybu lidé dělají, že se chtějí změnit rychle a radikálně. „Chceme udělat moc velký krok mimo zaježené koleje. Cesta je, naopak, udělat co nejmenší krok správným směrem a být vytrvalí. Malé kroky mimo komfortní zónu znamenají menší stres s tím spojený, takový, který dokážeme snášet. Místo toho, že uběhnou maratony za šest měsíců, začnu chodit každý den na krátké

procházky. Místo toho, že uspořím polovinu platu, odpustím si každý den jedno kafe. Místo toho, že budu mít nejšťastnější vztah, budu vděčný každý den za jednu malou věc,“ popisuje možnosti novoročních předsevzetí kouč Radek Osička. Právě malé kroky a konzistentnost jsou podle něho jediná cesta, která opravdu funguje.

Ke změně života potřebujete partáka

Ať už chcete zlepšit svoje zdraví, svoji finanční situaci, nebo svoje vztahy, není dobré být na to sám. Aby byla změna úspěšná, platí, že potřebujete „3K“. Koučink, konzistentnost a komunitu. „Koučink znamená, že mám někoho, kdo mě doprovází na této cestě, pomáhá mi překonat překážky, ukazuje alternativy a pomáhá udržet směr. Konzistentnost přináší výsledky a komunita znamená, že mám alespoň jednoho blízkého člověka, který mě na mé cestě podporuje. Každý z nás má tu sílu opustit komfortní zónu a splnit si svoje předsevzetí. Když vím, kam jdu, a mám motivaci dosáhnout svého cíle, cesta se vždy objeví,“ nabádá Osička.

Jak dodržet svá předsevzetí

Pokud už máte vymyšlené novoroční předsevzetí a nedáváte si stejné pravidelně každý rok, jsou tři základní kroky, jak si své sny

splnit. Nejdůležitější je nastavit si dobrou motivaci, reálná očekávání a plán. Cíl musí být vaší volbou a neplnit přání někoho jiného, jinak se budete jen trápit a předsevzetí vezme za své. Platí to jak o sportování, tak i učení cizích jazyků nebo při změně stravování či čehokoli jiného. Pouze vaše volba má šanci na úspěch. „Ke změně člověk musí dozrát, jejím prvním a nezbytným předpokladem je přijetí selhání a akceptace aktuálního stavu. Z toho poté vychází realistické nastavení drobných, postupných cílů, důležitá je i sociální opora – blízcí o mém stavu a cílech vědí, podporují mě a trochu slouží i jako sociální kontrola. Ideální je, pokud samotný proces změny není vnímán jako utrpení, které bude vykoupeno výsledkem, ale daří se zažívat radost, smysl a uspokojení už v tom samotném procesu změny,“ dodává k stanovění předsevzetí Michal Šafář.

I když řada předsevzetí končí po prvním selhání, je to naprosto normální a začít se dá vždy znovu a pokusit se svoje plány napravit nebo dohnat. Když si třeba slíbíte, že se denně naučíte deset cizích slovíček, a jednou to kvůli pracovními vytížením nestihnete, druhý den nezvyšujte dávku dvojnásobně. Naučte se slovíček 15 a další den pokračujte ve slíbeném předsevzetí. Pokud je váš úmysl pevný, časem si i nepohodlné zvyky plynule zcela osvojíte.

Konference představila možnou budoucnost evropského zemědělství



musíme vysvětlovat falešnost úsilí o řešení klimatických změn a současně představovat řešení reálných problémů reálnými prostředky včetně skutečných klimatických změn," dodal MUDr. Ivan David. Cílem by měla být potravinová bezpečnost a následně i soběstačnost v rozsahu přiměřeném podmínkám jednotlivé země. Vedle toho je potřeba připravit plán pro budoucí zdravější rozvoj zemědělství a spravedlivou obchodní výměnu.

Konference upozornila na nebezpečí pro české zemědělce

V rámci konference vystoupili se svými příspěvky nejen odborníci z Evropského parlamentu, ale i znalci českých poměrů. Přednášející se shodli, že pokud bude důsledně uplatňován projekt Green Deal – Zelený úděl, mohou se dostat evropské státy do deficitu potravin a budou závislé na dovozu potravin ze států mimo Evropskou unii. Tyto produkty ale nebudou muset splňovat současné evropské hygienické normy a při dlouhé přepravě klesne kvalita potravin, nehledě na obrovskou uhlíkovou stopu při jejich dopravě. Upozornili také na nebezpečí půdní degradace, její erozi, nedostatek vody v krajině či záboru kvalitní zemědělské půdy stavbami průmyslových a skladovacích hal.

V debatě pak prostřednictvím dotazů veřejnosti rozebírali možnosti českých farmářů a zemědělců, dotačních pobídek či dostatečnou kvalifikaci českých politiků, kteří hájí národní zájmy v Evropském parlamentu.

Skupina Identita a demokracie v Evropském parlamentu uspořádala 30. listopadu v pořadí pátý ročník mezinárodní konference Budoucnost evropského zemědělství 2023. Kvůli příspěvkům ze zahraničí a co největšímu dosahu pro posluchače byla konference opět pořádána online formou a živě streamována. Ve dvou přednáškových blocích vystoupilo šestnáct odborníků z České republiky, Itálie, Francie, Německa či Spojených států amerických. Stěžejním tématem byly hrozby při snaze o dosažení klimatické neutrality pro české zemědělství.

Vývoj zemědělství je v posledních letech spíše nepříznivý, a to zvláště v zemích východní části Evropské unie. Zemědělci musejí čelit nejen dravé konkurenci, která svými nízkými cenami umožněnými národními dotacemi zaplavuje trh, ale také snaze obchodních řetězců maximálně srazit výkupní cenu potravinářských komodit. Po celé Evropské unii se tak stále častěji objevují místa, kdy lidé opouštějí tradiční zemědělské oblasti a hledají si lépe placenou práci ve městech.

Odolnost zemědělství v posledních letech prověřila epidemie covid-19, k tomu se připojily požadavky projektu Green Deal a nejen jeho části

„Z pole na vidličku“, ale i další technické normy. Současná válka na Ukrajině a sankce proti Rusku se také zákonitě promítají do ceny všech komodit. „To vše vede ke zdražení vstupů – od ceny pohonných hmot, hnojiv, pesticidů, vody až k cenám práce. Dalším problémem jsou nové normy v oblasti blahobytu zvířat, často neodborně koncipované. Unie dokonce prosazuje nová stravovací doporučení. Všechna tato opatření se zaštiťují dlouhodobou udržitelností, ochranou klimatu, zachováním biodiverzity, ale ve skutečnosti jsou dlouhodobě neudržitelná,“ uvedl v úvodní řeči poslanec Evropského parlamentu, člen Výboru pro zemědělství a rozvoj venkova MUDr. Ivan David, ČSc. Podle něho však řada nových opatření neovlivní globální vývoj, ale pouze poškodí zemědělství v Evropské unii.

Potravinová soběstačnost a bezpečnost je řešením do budoucna

Politici v celé Evropě by se měli zamyslet nad tím, jak změnit prostředí pro nutné hlubší změny. Veřejnosti by měli vysvětlovat, a ta by měla pochopit, že zemědělci nejsou škůdci životního prostředí, jak se tomu stalo třeba v Německu, kde jsou vystaveni všeobecné nenávisti. „Musíme podpořit společenskou prestiž zemědělství a potravinářství,

Záznam konference Budoucnost evropského zemědělství 2023 je přístupný online a zhlédnout ho můžete z pohodlí domova na sociální síti Facebook po načtení QR kódu.



Účastníci konference Budoucnost evropského zemědělství 2023 a jejich příspěvky:

MUDr. Ivan David, ČSc., poslanec Evropského parlamentu, koordinátor ve Výboru pro zemědělství a rozvoj venkova (AGRI)

Ing. Zdeněk Jandajsek, ČSc., generální ředitel společnosti RABBIT Trhový Štěpánov a.s., člen představenstva Agrární komory ČR – téma: Budoucnost živočišné výroby

Mgr. Ing. Jarmila Dubravská, Ph.D., generální ředitelka českého masozávodu SKALIČAN a.s., Česká Skalice, členka Evropského hospodářského a sociálního výboru – téma: Dosažitelnost potravinové soběstačnosti v zemích EU

Bohumír Dufek, předseda Odborového svazu pracovníků zemědělství a výživy – Asociace svobodných odborů ČR – téma: Budoucnost českého zemědělství

Doc. Ing. Jan Vopravil, Ph.D., vedoucí oddělení Pedologie a ochrany půdy ve Výzkumném ústavu meliorací a ochrany půdy v Praze, vysokoškolský pedagog na České zemědělské univerzitě v Praze – téma: Degradace zemědělské půdy a možnosti, jak jí předcházet

Doc. RNDr. Jan Pokorný, ČSc., vědecký ředitel společnosti ENKI, o.p.s. – téma: Úloha vody a vegetace v distribuci sluneční energie a utváření klimatu

Nikola Zbořilová, poradkyně Evropského parlamentu ve Výboru pro zemědělství a rozvoj venkova (AGRI) – téma: Jsou zájmy zemědělců skutečně zastoupeny na úrovni EU?

Gilles Lebreton, poslanec Evropského parlamentu, člen Výboru pro zemědělství a rozvoj venkova (AGRI) – téma: Nebezpečí dohod o volném obchodu pro evropské zemědělství

Paola Ghidoni, poslankyně Evropského parlamentu, členka Výboru pro zemědělství a rozvoj venkova (AGRI) – téma: Obrana tradičních zemědělských produktů proti novým, umělým potravinám

Elena Lizzi, poslankyně Evropského parlamentu, členka Výboru pro zemědělství a rozvoj venkova (AGRI) – téma: Nové genomické techniky: Rozhodne se Evropská unie pohlédnout do budoucnosti a vyjít vstříc potřebám zemědělců?

Alessandro Panza, poslanec Evropského parlamentu, člen Výboru pro regionální rozvoj (REGI) – téma: Zemědělství v Evropě: Výzva pro hory

Ing. Jan Ulrich, ředitel Zemědělského svazu – téma: Perspektiva evropského zemědělství v kontextu Zelené dohody

Sylvia Limmer, poslankyně Evropského parlamentu, členka Výboru pro životní prostředí, veřejné zdraví a bezpečnost potravin (ENVI) – téma: Z farmy na vidličku: hrozba pro evropské zemědělství

Loïc Saliou, asistent poslankyně Evropského parlamentu Aurélie Beigneux pro Výbor pro životní prostředí, veřejné zdraví a bezpečnost potravin (ENVI) – téma: Zákon o obnově přírody – utopický projekt potravinové bezpečnosti

Immanuel De Reuse, člen vlámského parlamentu, Výbor pro zemědělství a rozvoj venkova, Vlaams Belang (Vlámsko) – téma: Zemědělství ve Vlámsku: Hrozba EU

Samuel H. Clovis, Jr., bývalý hlavní poradce Bílého domu pro Ministerstvo zemědělství Spojených států amerických a doktor veřejné správy – téma: Globální výzva – Světové zajištění potravin v roce 2050

Rybovka na Sedmičce nebude chybět

Vánoční atmosféru si obyvatelé sedmé městské části mohou opět připomenout díky koncertu České mše vánoční. Městská část Praha 7 si připravila na středu 20. prosince v kostele sv. Antonína na Strossmayerově náměstí Českou mši vánoční od Jakuba Jana Ryby a také další sváteční melodie.

Tato předvánoční akce je součástí Adventu na Sedmičce, do které patří rozsvěcování vánočních stromů, adventní bruslení či sportování na velkém kluzišti na Letné, které se otevřelo v pátek 1. prosince.

Zakladatelka hospice dostala od Prahy ocenění



Martina Špinková, zakladatelka a dlouholetá ředitelka Cesty domů, dostala stříbrnou medaili hl. m. Prahy za mimořádný přínos v oblasti hospicové a paliativní péče.

Martina Špinková obdržela stříbrnou medaili od vedení Prahy za mimořádný přínos v oblasti hospicové a paliativní péče. Tato ocenění uděluje metropole každoročně jako zvláštní projev úcty osobnostem, které mají úzký vztah k hlavnímu městu Praze.

„Praha ocenila Martinu Špinkovou a s ní pražský mobilní hospic Cesta domů, který začínal v Praze 7 a doteď tam má dobročinný obchod. Mám z toho ocenění radost. Hospicovou péči jako Sedmička pro naše občany podporujeme, a to i finančně,“ uvedl starosta Jan Čížinský. Na medaili ji podle jeho slov navrhl proto, že si to zaslouží jako málokdo.

Pražští radní pozvali na slavnostní večer celkem osm osobností. Čestná občanství předali Ivě Janžurové, Františku Němcovi a Pavlu Zajíčkovi. Stříbrnou medaili dostal také Jiří Lukšíček, Bořivoj Nechvátal a Zuzana Strnadová, bronzovou pak záchranářka Nikol Ría Doláková.

Na koncertě si připomněli Pavla Jurkoviče



Hudební skladatel, instrumentalista a zpěvák Pavel Jurkovič

Hudebník, pedagog a čestný občan Prahy 7 Pavel Jurkovič by se letos dožil 90 let. K uctění jeho památky se proto konal na konci listopadu v aule FZŠ Umělecká slavnostní koncert. V rámci programu vystoupili žáci hudebních tříd FZŠ Umělecká, dívčí komorní sbor Vokalion a dětský pěvecký sbor Radost Praha. Pozvaná byla také jeho dcera Barbora nebo starosta z jeho rodné obce Starého Poddvora.

Více než polovinu svého učitelského života prožil Pavel Jurkovič v Praze 7 v ZŠ v Umělecké ulici. Narodil se sice na Hodonínsku, ale zpěv začal studovat ve svých dvanácti letech na pražské Scholae cantorum při břevnovském klášteře. Od roku 1967 spolupracoval, s rozhlasem, založil Českou Orffovu společnost a byl redaktorem dětského časopisu Sluníčko, Květy či autorem děl Zpívánky. Založil několik sborů a kapel a s dalšími spolupracoval nebo je vedl. Je autorem mnoha učebnic i odborných publikací.

Na památku výjimečného pedagoga a člověka, který odešel před osmi lety a nejen v Praze 7 zanechal svou nesmazatelnou stopu, byla aula FZŠ Umělecká přejmenována na aulu Pavla Jurkoviče. Škola naplňuje jeho odkaz tím, že v každém ročníku nabízí jednu třídu zaměřenou na hudební výchovu.

Výstaviště odhalí zákulisí a auta Jamese Bonda

Pětatřicet vozidel, ve kterých se vozili herečtí představitelé legendárního Jamese Bonda. To je nová výstava v Křižíkově pavilonu, která je k vidění od prosince na pražském Výstavišti.

Návštěvníci mohou vidět na jednom místě 85 ikonických automobilů. Například Goldfinger Aston Martin DB5, No Time To Die Supercar Aston Martin DBS, Q Boat z The World Is Not Enough a Little Nellie z You Only Live Twice. Jde o autentická vozidla, která byla použita ve filmech. Návštěvníci se dozví o jejich výrobě a také, jak za 60 let existence filmové série lidé z kreativního týmu vymýšleli nejen auta, ale také vrtulníky, motorky, letadla a ponorky a další rekvizity včetně modelů a fotografií kulis.

Po celou dobu trvání výstavy Bond in Motion se budou kolem ságy 007 pořádat setkání a akce. Základní vstupenka pro dospělého stojí 445 Kč od úterý do čtvrtka, jinak 495 Kč. Lze si zaplatit i komentovanou prohlídku v angličtině nebo francouzštině. VIP přednostní vstup kdykoliv se sklenkou šampaňského stojí necelých tisíc korun.

Děti ze Sedmičky se věnují dobrovolnictví

Od začátku školního roku se nebojí děti ze ZŠ TGM Ortenovo náměstí přiložit ruku k dílu. Ve spolupráci s nadačním fondem Agora 7 staly dobrovolníky. Například se setkávají s osamělými seniery, organizují pro ně program, předčítají mladším spolužákům, dbají na pořádek v okolí školy, dobrovolníčí i v Národní galerii.

Nadační fond jim za to chce poděkovat společným vánočním večírkem, který chystají 12. ledna. Založili proto sbírku, která pomůže se zajištěním programu, občerstvením, tombolou a dalšími zážitky.

„Děti i jejich paní učitelky a vychovatelky věnují spoustu energie tomu, aby se nám všem v Praze 7 žilo lépe. Děti zjišťují, že dokážou velké a užitečné věci, překonávají své obavy, učí se vnímat potřeby lidí ve svém okolí, osvojují si důležité kompetence pro život,“ uvedli ve výzvě zástupci fondu Agora 7, který pečuje na Sedmičce o zkvalitnění života seniorů a lidí sociálně znevýhodněných.

Botanická zahrada láká na projekt bratří Formanů



Příběh Vánoc a tvořivé dílny mohou lidé absolvovat v Betlémské jurtě Divadla bratří Formanů.

Betlémská jurta. To je překvapení, které si v předvánočním čase připravila Botanická zahrada v Praze. Spolu s týmem Divadla bratří Formanů vzniklo několik rezbářských uměleckých zastavení vytvořených z přírodnin získaných právě z této botanické zahrady. Představují čtyři témata, která provedou narozením Ježíše.

Putování za betlémským příběhem je tematická stezka, která návštěvníky zavede přímo do jurty. Každé jedno zastavení na stezce bude spojené s vánoční symbolikou. Zájemci se mohou těšit na panorama s vyobrazením betlémského příběhu narození Ježíše, vánoční čaj a básně z pera Radka Malého. Expozice bude interaktivní, takže se každý může stát její součástí a vlastnoručně vyrobit další figurku.

Každý víkend se v Betlémské jurtě konají adventní dílny, během nichž si celé rodiny mohou vyrobit vánoční ozdoby z recyklovaných materiálů nebo dřevěné hračky a figurky. 16. a 17. prosince se otevře speciální dílna s výrobou dřevěných figurek s vánoční tematikou.

Betlémská jurta bude umístěna v expozici Stráž blízko Ornamentální zahrady až do 7. ledna. Workshop se pak uskuteční v krytém výstavním sále, tedy za každého počasí. Vstup je součástí vstupenky do zahrady, na workshopu se hradí materiál na výrobu.

Stavbou roku je Štvanická lávka

38 projektů se probojovalo do finále 31. ročníku soutěže o titul Stavba roku 2023. Zvítězila nakonec nová lávka na Praze 7.

Na Štvanické lávce v Praze spojující Holešovice s Karlínem porotci ocenili trvanlivost konstrukce, která je podle nich oproti standardu více než dvojnásobná. Celkově vyzdvihli jak architektonickou a urbanistickou hodnotu lávky v rámci pražského centra, tak její unikátní technologické řešení.

Kombinace unikátních technologií

Stavba, jejímž investorem je hlavní město, vzešla z první veřejné mezinárodní soutěže pořádané IPR Praha. Vítězný design byl vybrán ze 48 odevzdaných návrhů. Pro veřejnost se otevřela letos v červenci.

Výstavba lávky vyšla celkem na 352 milionů Kč. Autory její podoby jsou Petr Tej, Marek Blank, Jan Mourek a Vít Najvárek, realizaci



Zatím v žádném případě nebyl použit ultra vysocehodnotný beton na tak velké stavbě, navíc v bílé barvě. Foto | IPR Praha

provedla společnost Skanska. Autory soch a ornamentů jsou Aleš Hvízdal a Jan Hendrych.

Okolí čekají úpravy

„Na rozdíl od mostů z běžných typů betonu jsme na této stavbě použili materiál, který nenasakuje vodu, která by v zimě zamrzala a lávku postupně narušovala. Subtilní konstrukce je zároveň citlivá k panoramatu Vltavy. Spolu s použitím vysokopevnostního betonu

to znamená, že most vydrží déle a bude mnohem jednodušší na údržbu než jiné stavby,“ řekl náměstek primátora Petr Hlaváček s tím, že se plánují změny v okolí, jako například vznik příjemného posezení u vody.

Do finále soutěže Stavba roku byl nominován ještě jeden projekt z Prahy 7, a to výstavba sídla Nejvyššího kontrolního úřadu. Z Prahy se pak do úzkého výběru dostal i parkovací dům

Petržilkova v Nových Butovicích, Rezidence Oliva u Brumlovky, volnočasový areál Jammertál v Parku Folimanka, Nadační fond Dům Ronalda McDonalda v Motole, Jinonický dvůr, Agel Tower v Košířích a Rezidence u Kazínských skál v Černošicích. Porota nicméně udělila stejný titul jako Štvanické lávce ještě pavilonu péče o rodinu v nemocnici Pelhřimov a multifunkční sportovní hale Kapka ve Vsetíně. pap

ČOVka na Císařském ostrově dostane labyrint

Nátokový labyrint na levém břehu. To je název další etapy přestavby a rozšíření Ústřední čistírny odpadních vod na Císařském ostrově. Plánovaná stavba, kterou schválilo vedení Prahy, bude trvat necelé tři roky. Tuto veřejnou zakázku bude mít na starost Pražská vodohospodářská společnost.

„Jedná se o mimořádně důležitou stavbu. Kvůli rozloze Císařského ostrova je nutné vybudovat

čerpací stanici, která bude mít menší rozlohu. Jedná se o kompaktní řešení, které umožní propojit několik důležitých kmenových stok tak, aby je bylo možné přímo napojit na hrubé předčištění,“ vysvětlil pražský radní pro oblast infrastruktury Michal Hroza.

Čerpací stanici lze laicky nazvat jako jakýsi šnek, který umožní efektivnější čištění. Voda se totiž bude čerpat na příhodnější místo,



a tím může být její proud o polovinu silnější než předtím.

Celý projekt bude také zkoordinován s další etapou celé přestavby. Půjde o stávající vodní linku. Cílem je minimalizovat provozní ruchy a zajistit hladký průběh obou staveb najednou. pap

Praha spustí další etapu celkové přestavby a rozšíření Ústřední čistírny odpadních vod na Císařském ostrově. Foto | Praha.eu

ROZBAL TO VE SPURU!

Přijmeme **operátory/operátorky** pro výrobu obalových materiálů v **Libčicích**.

Mzda od **37 500 Kč**
Nástupní bonus **10 000 Kč**
Bonusové volno
Stravenkový paušál



www.spur.cz

+420 233 090 600 | Personální oddělení

Vánoce u Markéty Hrubešové

Dokončení ze strany 1

Když dovolíš, začnu tím posledním – spisovatelka.

V roce 2011 jsi začala vydávat knihy plné skvělých receptů. Můžeš, prosím, vyjmenovat tyto knihy a kde si je případně můžeme zakoupit, protože by to mohl být skvělý tip na vánoční dárek.

Má spisovatelská dráha začala kuchařkou „Tak vařím já“ a ta už je v druhé reedici, protože první vydání bylo zcela vyprodáno. Má podtitul „Kuchařka pro vytížené ženy“, a tak je stále aktuální. Pak přišla „Rebelka“, to byla pivní kuchařka. Ale ta už je taky zcela vyprodaná. A pak „Markéta vaří Rettigovou“. V té jsem vzdala hold naší nejlepší kuchaře. Přečetla jsem všech asi 1700 receptů a vybrala ty, které se hodily do dnešních dnů. Bylo to úžasné dobrodružství. S veškerou úctou a péčí

v nakladatelství. A tam byli nadšeni. Tak jsem to celé napsala a knížka už žije svým životem. A nejhezčí na tom je, že se líbí dalším a dalším dětem. Dokonce tak, že jsem napsala další knihu „Koko a jeho kamarádi“. Obě knihy jsou pohádkové, obsahují však také úplně jednoduché recepty, které si mohou děti uvařit s maminkami, babičkami nebo prostě blízkými. A pak už třeba i samy. Je to jako zlatá medaile, když mi rodiče pošlou fotku svého syna nebo dcery s jejich vlastnoručně uvařeným jídlem podle mého receptu. Ta radost a taky hrdost na jejich dílo! To je taková krása! A další nespornou výhodou je, že když si to děti uvaří, tak si to i snědí..., neb to je jejich výtvor. A to že se děti dozvědí spoustu zajímavých věcí a pravdivých historek o jídle, že čtou a na chvíli pustí mobil z ruky, už je jen třešinka.

Pohádky z knihy „Pan Brambora a jeho kamarádi“ jsem vlastně začala vyprávět své dceři před spaním. Až pak jsem ji začala psát a zkusila ji nabídnout v nakladatelství.

„převařit“ 200 let starý recept do dnešního jazyka. Těhle kuchařky mám ještě pár kusů, tak není problém ji poslat i s věnováním.

Napsala jsi ale také pohádky...

Ano, přesně tak. Pohádky z knihy „Pan Brambora a jeho kamarádi“ jsem vlastně začala vyprávět své dceři před spaním. Až pak jsem ji začala psát a zkusila ji nabídnout

Vím, že vytváříš vlastní recepty. Jaký tip bys dala právě teď ženám, které by chtěly překvapit svoji rodinu o Vánocích?

Hlavně nikoho nepřekvapujte! Držte se tradic! Ty jsou totiž nejen krásné, ale i nesmírně důležité. To, co vaříte ve vaší rodině, je vaše rodinné stříbro. Tak recepty uchovávejte a snažte se, aby pokračovaly dál. To je totiž to, co



máte ve své (nejen) chuťové paměti a budete to tam mít celý život. A to je přesně to, co dělá vaši rodinu úžasnou a jedinečnou! Važte si každého jednoho dne, co můžete být spolu.

Já tě samozřejmě znám ve všech rolích a myslím, že v každé z nich jsi skvělá. Spoustu let jsi jezdila do Zlína moderovat Zlín Film Festival a také Reprezentační ples Zlínska. Byla jsi ve Zlíně i na gastrofestivalu. Čím ti Zlín učaroval?

Zlín mám moc ráda. Nikdy nepřestanu obdivovat tu nadčasovost a genialitu pana Bati. Od architektury po sociální vazby. Vážím si lidí, kteří dokážou i přes značné majetky zůstat normální. A zanechat nějaký odkaz dalším generacím. Něco vytvořit, opravit starý dům, pomoci potřebným, pomoci vývoji nějakého léku nebo technologie, prostě něco smysluplného. Peníze fakt nejsou všechno a ti, kteří jen hamouní a pak dávají své jmění okatě na odív, mi přijdou směšní a je mi jich vlastně líto.

Co tě v současné době nejvíce zaměstnává a kde tě mohou lidé potkat nebo vidět?

Já pořád něco dělám. Moderuji, hraji, natáčím, píšu, vařím na mých kuchařských vystoupeních, jezdím na kuchařské workshopy se studenty gastronomických škol a na workshopy v mateřských školkách s mými knihami. Kdybych se zastavila, tak bych se lekla. Ale to jen v legraci. Svůj

čas pečlivě rozděluji na pracovní a soukromý. Jsem samozřejmě hlavně maminka. Mám skvělou dceru a úžasnou maminku a taky báječného muže. S těmi se snažím trávit co nejvíc času. To je totiž to nejdůležitější.

Máš nádhernou dceru, která brzy oslaví 18. narozeniny. Já ji znám od malička a řekla bych, že je to tvoje kopie. Jakým směrem se Christel Lilly vydává. Je tam něco, co se blíží k tobě?

Christel studuje Obchodní akademii. Sama si školu vybrala a je na ní spokojená. A to je nejvíce! Svět divadla ani filmu ji vůbec nezajímá a já jsem za to ráda. Je pohodová a vždycky se na ni mohu spolehnout.

A co sny? Máš v životě něco, po čem toužíš, a mohli bychom to nazvat jako „nesplněný sen“?

Sny jsou přece od toho, aby se snily, a ne aby se o nich psalo v novinách. Ale já jsem se naučila velké pokoře. A беру to jako nejlepší věc, kterou jsem se kdy naučit mohla. Pokoře k životu osobnímu i pracovnímu. Vážím si každé hezké nabídky a snažím se svou práci udělat nejlépe, jak dovedu. Taky vždycky hezky poděkuji za každý nový den a každý den, kdy můžeme být všichni pohromadě. Život je moc krátký na to, aby se člověk hnal za čímkoli. Rolemi, penězi, slávou... Nejdůležitější je se na sebe moci podívat ráno do zrcadla a mít klidné spaní.



Máme vyhráno. Stará se o nás Veolia

Všichni zákazníci se mohou spolehnout na naše stabilní dodávky elektřiny, plynu, dálkového tepla a teplé vody. Energie vyrábíme ekologicky a poskytujeme k nim nepřetržitý servis.



energiespolehlive.cz

Ptačí hodinka zabaví děti i rodiče

Tradiční zimní sčítání ptáků na krmítkách naplánovala Česká společnost ornitologická na první lednový víkend 5.–7. ledna. Tato doba je podobným časem jako v jiných evropských zemích, a dává tak odborníkům přesný obrázek, jak se daří ptákům v konkrétních lokalitách.

Program nazvaný Ptačí hodinka je určený všem zájemcům o přírodu a ptačí dění v jejích okolí. Ačkoli se jedná o vědecký výzkum, zúčastnit se může úplně každý bez předchozích zkušeností. Veřejnost se do pozorování zapojuje už od roku 2019. Podobně sčítají ptáky stovky tisíc lidí v USA, Velké Británii, Irsku, Nizozemsku a v dalších zemích. „S kolegy z Bavorska, Rakouska a Švýcarska při sčítání úzce spolupracujeme, díky čemuž můžeme porovnávat výsledky i přeshraničně. Od roku 2023 se k nám přidali i slovenští a srbští partneři. Metodika sčítání, stejně jako technické řešení, je

společná pro všechny,“ uvedla ke sčítání Eliška Konopáčová, koordinátorka Ptačí hodinky z ČSO.

Většina účastníků sčítá ptáky na svých krmítkách a jejich okolí. „Během víkendu si vybereme ta-

kové místo, na kterém rádi strávíme hodinu pozorováním ptáků. Po dobu sčítání zůstáváme na vybraném místě – nesčítáme na procházce, abychom nezakreslili výsledky. Během této hodiny si zaznamená-

váme vždy nejvyšší počet současně pozorovaných jedinců každého druhu,“ upřesnila metodiku Eliška Konopáčová.

Čím pestřejší strava tím více druhů ptáků

Vlastní krmítko je pouze jednou z možností, jak udělat okolí atraktivní pro ptáky. „Pokud na stromě nebo pod ním necháte pár jablek, uděláte radost košům a drozdům kvícalám. Na semena bodláků, pcháčů a nezastřížených trvalek



zase létají stehlíci a další pěnkavovití ptáci. Jeřabiny, šípky, hložíny, ptačí zob i plody břečťanu, přísavníku a brsleny, to je pochoutka pro mnoho druhů ptáků. Nažky jasanů a javorů si oblíbili hýlí obecní a na žaludy rády chodí sojky. Vlašské ořechy jsou pak lákadlem pro strakapoudy či sýkory,“ vysvětlila Dita Hořáková z ČSO. Krmítko je potřeba pozorovat a pravidelně čistit, aby se nestalo zdrojem nákazy. Ptáci mají nejraději slunečnici, vlašské ořechy, oves, proso, pšenici a další obiloviny či luštěniny. Musíme mít

ale na paměti, že umístěním krmítka na sebe bereme zodpovědnost a ptákům můžeme v případě nesprávného krmení paradoxně ublížit. „Ptáci jsou tu v těsném kontaktu a snadněji se mezi nimi šíří případné choroby, jako je například trichomonóza, přezdívaná krmítková choroba. Pokud pořizujeme nové krmítko, raději zvolíme několik menších než jedno velké,“ dodala Hořáková.

ala

www.ptacihodinka.cz

KŘÍŽOVKA | Tenhle závod prostě musíte zažít! 2. června 2024 se poběží už 9. ročník Festivalového půlmaratonu MONET+ Zlín 2024. Už proto, že se jedná o zcela unikátní běžecké klání v kulisách filmového festivalu, které slibuje tradičně zajímavou trať hlavními zlínskými dominantami, jako jsou tovární areál, 21. budova nebo třeba čtvrti s baťovskými domky. Novinkou bude (znění v tajence). Vylosovaní výherci získají poukaz na startovné na čtvrt- nebo půlmaraton dle vlastního výběru.

POMŮCKA: ABLACE, ANOLI, PARNASIE	INDIÁN	CITOSLOVCE NABÍZENÍ	ZEMĚDĚLSKÁ VOZIDLA	ANGL. INKOUST	POPĚVEK	DRUH PCHÁČE	BALKÁNSKÝ POKRM Z RÝŽE	EINSTEINOVY INICIÁLY		DRMOLITI	INIC. ZÁTOPKA	PROUD (BÁSNIČKY)	ANGL. TRAMVAJ	9. FESTIVALOVÝ PŮLMARATON MONET+ ZLÍN			
AFRICKÝ PŘEŽÝKA-VEC									ŠPRÝM								
DÍLO A. HEYDUKA (1900)									VZOREK NEOMÁMENÍ					CITOSLOVCE ODPORU	ŽLUTOHNĚDÉ BARVIVO (SLOVENSKY)	CHEM. NEKOVOVÝ PRVEK	MOUCHY SAJÍCÍ KREV
NÁPOR CHOROBY					NÁZEV HLÁSKY ROUCHO			TU MÁŠ V DOBRÉ KONDICI			BEZ OBUVI SPISOVÁ ZNAČKA						
ŠEK (ŘÍDCE)				TAJENKA 1 IDOL								KOŘENOVÁ ZELENINA					
	SPIS	TEMNOTA OKOLNOST				HUDEBNÍ NÁSTROJ HRÁT FALEŠNĚ						ANGL. ONO	BREPTA	POBÍDKA AMER. JEŠTĚR			
ANGL. HLADKÝ							SPZ. TEPLIC ZABÍJAČ-KOVÉ POCHOUTKY				ODRŮDA JABLONĚ						
ČLEN ANGL. VYSOKÉ ŠLECHTY					ZN. UNIVER-SÁLNÍHO ORCHESTRU			OBŘNĚNÝ TRANSPORTÉR (ZKR.) PRUŽNÉ ŽELEZO			HROT KOMPLETNÍ				BÁSNIČKÝ ZÁPOR JEDNODUCHÝ DROBNOHLED		
ZMÝLENÁ					TAJENKA 2 SPZ. BLANSKA							JEDNOTKA PRO LÁTKOVÉ MNOŽSTVÍ POHLED (KNIŽNĚ)				STUD	BASKICKÝ A
ČÁSTICE ZVOLACÍ			ODSTRANĚNÍ ČÁSTI TĚLA NEBO TKÁNĚ VZOREK OXIDU SÍRNATEHO							VÝVOJ							
KRAJSKÝ NOHEJBA-LOVÝ SVAZ				CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO						JEDNA ZE ZEMÍ, KTEROU NAVŠTÍVIL GULLIVER							
NOTA BENE				OBÉZNÍ						DOMÁCKÝ ADOLF				DOMÁCKÝ ADOLF			

Znění tajenky pošlete s kontaktem na vás (jméno, příjmení, adresa a kontaktní telefon) na e-mail tajenky@regvyd.cz do 12. 1. 2024.
Luštitel odesláním znění tajenky uděluje správcovi (Regionální vydavatelství, s.r.o., IČ: 27846717) souhlas se zpracováním svých osobních údajů (jméno, příjmení, e-mail, telefonní kontakt a adresa), a to ve smyslu Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/679 ze dne 27. 4. 2016 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů (GDPR). Uvedené osobní údaje je nutné zpracovávat za účelem správy dat souvisejících s vyhlášením vybraných luštitelů křížovky zajišťované správcem. Tyto údaje budou správcem zpracovávány pouze po dobu nezbytně nutnou, po vyhlášení budou ihned odstraněny.

Hasiči radí – aby Vánoce byly v pohodě

Vánoční shon a s ním spojená spousta úkolů a starostí, ale také příjemných svátečních aktivit, jako je pečení, zdobení vánočního stromčeka, zapalování prskavek nebo adventních svíček. Hasiči ale varují, že bychom si během nich také měli uvědomit všechna rizika, která jsou s používáním otevřeného ohně v domácnosti spojená. Naše příbytky jsou doslova přeplněny vysoce hořlavými materiály. Koberce, čalounění, záclony – to vše je vyrobeno z umělých vláken, která snadno a rychle hoří. I malý oheň z adventní svíčky se tak může během okamžiku změnit v katastrofu.

Stále větší oblibě se těší zábavní pyrotechnika, která je ovšem spojená s řadou nebezpečí. Při jejím skladování a odpalování proto dodržujte návody výrobců, kupujte jen certifikované a kvalitní produkty a do rukou dětem je vůbec nedávejte.

Hasiči proto doporučují Vánoční desatero.



Vánoční desatero

Hasiči radí, jak se vyvarovat požáru o svátcích

-  Svíčky nikdy nenechávejte hořet bez dozoru. Pečlivě volte místo, kam zapálenou svíčku postavíte.
-  S prskavkami zacházejte vždy opatrně. Jde o otevřený oheň, nepodceňujte jej.
-  Elektrické svíčky nakupujte a používejte vždy jen s certifikací. Vyhněte se použití nekvalitních výrobků.
-  Pokud odcházíte nebo jdete spát, hořící svíčky vždy uhasťte. Pro jistotu vypněte ze zásuvky i elektrické osvětlení a nabíječky.
-  Dodržujte bezpečnou vzdálenost otevřeného ohně od hořlavých předmětů.
-  Zábavní pyrotechniku kupujte pouze certifikovanou. Skladujte ji tak, aby nemohlo dojít k její iniciaci.
-  Pyrotechniku odpalujte podle návodu na použití, zásadně venku na volném prostranství.
-  Dětem a osobám pod vlivem alkoholu nebo psychotropních látek pyrotechniku do rukou vůbec nepatří.
-  Nesbírejte a rozhodně se nepokoušejte znovu odpálit pyrotechniku, která již jednou selhala.
-  Balóny štěstí nikdy nepouštějte v obytných zónách, za větrného počasí a ani v blízkosti skladů sena, slámy, hořlavin nebo výbušnin.

Foto | HZS Olomouckého kraje

Tříkrálová sbírka šíří Boží požehnání

Tříkrálová sbírka 2024 je za dveřmi. Začátkem ledna se opět vydají do ulic skupinky koledníků, aby lidem roznášely radostné poselství o narození Spasitele. Zpívají či recitují koledy, rozdávají drobné dárky, křídou píší nad dveře požehnání a do zapečetěných pokladniček vybírají peníze na pomoc lidem, kteří se ocitli v tíživé životní situaci. Do nejrozsáhlejší sbírkové akce v České republice se opět zapojí tisíce dobrovolníků. Navážou tak na starodávny lidový obyčej tříkrálové koledy. Tříkrálová sbírka se u nás pořádá od roku 2000.

Peníze pomáhají konkrétním věcem

Výtěžek sbírky je každoročně rozdělen podle předem daného klíče, do regionů, kde byly peníze vykoledovány, se vrací téměř dvě třetiny výtěžku. Ostatní peníze podpoří větší „nadregionální“ projekty, desetina výtěžku směřuje na pomoc do zahraničí a pět procent je zákonem



stanovená režie sbírky. Podrobně jsou každoročně záměry

jednotlivých charit představeny na webu sbírky.

Pokud nepotkáte koledníky, můžete přispět i online

Do Tříkrálové sbírky lze přispět různými způsoby. Obvyklou možností je návštěva nebo setkání s malými třemi králi s pokladničkou s logem Charity Česká republika, další pokladničky jsou pak v kostelích, na úřadech nebo v některých obchodech. Darovat lze i celoročně prostřednictvím online koledy nebo poslat peníze přímo na účet Tříkrálové sbírky nebo zaslat dárcovskou DMS.

Hledá se potisk kolednického šátku pro rok 2025

Ke třem králům neodmyslitelně patří kolednický šátek. V roce 2025 bude sbírka slavit čtvrtstoletí, to je příležitost pro poděkování. Proto organizátor sbírky vyhlašuje soutěž o návrh na potisk kolednického šátku na krk, který jako dáreček dostávají všichni koledníci Tříkrálové sbírky.

ala

www.trikralovasbirka.cz

NEJ VĚTŠÍ NABÍDKA VOZŮ

Více než **12 000** vozů ihned k odběru



Slevy až
90 000 Kč



Financování
s akontací od **0 %**



**Ihned se stáváte
majitelem vozu**

cebia

Nezávisle
prověřeno

Uvedé počty vozů platí pro všechny pobočky AAA AUTO dohromady.

AAA AUTO

aaaauto.cz | ☎ 800 110 800

Praha, Dopraváků 874/15 | Po-Ne 8 - 22 h

RV2301821/10

ubn
development

Astrid Garden

žij svůj život v centru Prahy

- sklep zdarma k bytu 1+kk nebo 2+kk
- trendy lokalita pražských Holešovic v ulici U Průhonu
- uzavřený vnitroblok osazený zelení
- energeticky úsporné byty k bydlení i pro investici
- parkování v podzemních garážích

LEXXUS
-NORTON

+420 722 531 019 **astridgarden.cz**

RV2302259/01