



INSTALACE lávky Táferna proběhla hladce. Souhra těžké techniky a lidské dovednosti byla rychlá.

Foto: Lenka Kopčáková

Lávka Táferna na místě, čeká Bránská

V severní části města budou od jara sloužit dvě moderní lávky.

Každá má přemostit jedno rameno řeky Sázavy odtékající z Bránského rybníka. Lávky s názvy Bránská a Táferna tak od sebe nebudou daleko. Moderní vizuální podobu dostanou podle návrhu městského architekta Zbyňka Ryšky.

Pořízení obou lávek vyjde město zhruba 6,5 milionu korun. „S tím nám pomůže dotace, už přiznané prostředky z Fondu Vysočiny pokryjí 1,3 milionu korun,“ informuje městský dotační specialista Roman Přechtěl.

Důvodem stavby je zhoršující se technický stav stávajících dvou dřevěných lávek pod Bránským rybníkem, které tu slouží bezmála 50 let a snad vznikly ještě v akci „Z“.

Protože leží na evropské cyklistické trase EuroVelo 4, mají svoji důležitost pro turisty i místní. Převádí pěší a cyklistickou komunikaci. Dodavatelem nových lávek je žďárská stavební firma Aquasys. S pracemi začala letos v červenci, hotovo mělo být do konce roku.

Jako první měla být usazena na místo lávka Bránská, pro kterou je nachystané místo u rybníka blíže

k Táferně. Akce však byla 8. prosince nečekaně odvolána. Při nočním převozu lávky od výrobce měl přepravní tahač nehodu. Při průjezdu pod dálničním mostem na D1 došlo k nárazu a těžký osmimetrový kovový hranol se utřhl a spadl z podvalníku.

„Asi tam nebyl dostatečný průjezdový profil pro konstrukci lávky. Ta se pádem poškodila a musela znovu do výroby,“ konstatuje nepříjemnou komplikaci městský investiční technik Petr Fuksa. Těžká konstrukce Bránské lávky měla až na místě dostat dřevěnou pochozí plochu a zábradlí z kovové sítě. Žďár tedy na lávku zatím čeká.

Instalace druhé plánované lávky Táferna proběhla ve čtvrtek 14. prosince zcela hladce. Byla provedena ze strany cyklostezky. Ocelovou konstrukci o rozměrech 7 x 7 metrů zvedl jeřáb do vzduchu a přemístil ji nad vodu a pak hladce usadil do pobřežních podpěr. Asistující dělníci pak konstrukci pevně zajistili.

I tato čtvercová lávka Táferna dostane teprve na místě podlahu z dubových fošen. Má působit jako molo nad vodou s oddělenými krajními odpočinkovými prostory mimo hlavní průchozí část.

(Pokračování na str. 2)

VODASERVIS
DODAVATEL ČERPÁDEL
&
ÚPRAVEN PITNÉ VODY
Jamská 2362/53
591 01 Žďár nad Sázavou
www.vodaservis.cz

VP radon
měření a vyhodnocení radonu
Měření radonu
v půdách a místnostech
Květná 1030/13
Žďár nad Sázavou
tel./fax: 566 628 232
mobil: 603 486 822
e-mail: vp-radon@vp-radon.cz
www.vp-radon.cz

WinFAS
EKONOMICKÝ SOFTWARE
software
pro velké i malé
společnosti
www.winfas.cz

% TRADIČNÍ
NOVOROČNÍ %
VÝPRODEJ
SLEVA 50%
OPTIK
LÁLAL
WWW.OPTIKLATAL.CZ

Provazochodec ve výši balancoval bosý



Završením městské oslavy s názvem Baroko v srdci bylo v sobotu 9. prosince po setmění vystoupení provazochodce.

Balancoval patnáct metrů nad hlavami diváků, na tenkém 170metrovém laně, napnutém z jeřábu ve vrchní části náměstí až na střechu Staré radnice.

Panovalo mrazivé a nevlídné počasí, ovšem odvážný muž v kuželu světla si to ve své výši vykračoval bosý. Zachumlaní diváci obdivovali i houslistku, která akrobatický kousek provázela z vysokozdvizné plošiny, byt nám dole zalézal mráz za nehty.

Stovky objektivů namířených k nebi. Některým z nás po chvíli mráz znehybnil spouště. Nakonec se z plošiny spustila na fialových šálách akrobatka, aby předvedla poutavou sestavu. Takovou podívanou Žďár

snad ještě nezažil.

Barokně laděným programem oslavilo město s památkou UNESCO geniálního barokního architekta Jana Blažeje Santiniho Aichla. Od jeho smrti dne 7. 12. uplynulo 300 let.

Již od brzkého odpoledne žilo náměstí Republiky stylovými hudebními pořady v režii místních souborů a hudebníků, které vystřídal kapely Malina Brothers a Barock Santini. Poblíž vánočního stromu se konal trh s nabídkou designového zboží a ze stánků v Nádražní ulici zase voněly vánoční speciality.

Nové umělé kluziště bylo plné dětí, které si tu užívaly zdarma bruslení s pohledem na vánoční světelnou parádu.

Lidé se večer rozcházeli vymrzlí, ale plni dojmů. **-lko-**



PODÍVANÁ, jakou Žďár ještě neviděl. Nad výkonem provazochodce a vzdušné akrobatky se tajil dech. **Foto: Lenka Kopčáková**

Vážení čtenáři a klienti,

děkujeme za Vaši přízeň
a dosavadní spolupráci.

Do nového roku Vám přejeme
štěstí, zdraví a mnoho osobních
a pracovních úspěchů.

Těšíme se na Vás v roce 2024!

Pro naši redakci to bude rok jubilejní. Před 30 lety, v říjnu 1994, vyšlo naše první číslo pod názvem Noviny žďárské radnice.

Měsíčník koncipovaný zdarma do každé žďárské domácnosti, s aktualitami a zajímavostmi z města založil jihlavský vydavatel Parola. Obdobný měsíčník již vycházel od září 1994 v Jihlavě, v roce 1995 se přidal měsíčník v Třebíči.

Tehdejší žďárský starosta Otto Žurek v úvodníku zcela prvního vydání Novin žďárské radnice popřál novinám, ať jsou dobré.

První tři měsíce koncipoval noviny šéfredaktor Petr Klukan, od ledna 1995 až doposud je píše redaktorka Lenka Kopčáková.

První roky vycházely NŽR ve velkém formátu A3 a měly osm stran. V červnu 1999 se NŽR zmenšily na praktičtější současnou velikost a dostaly 16 stran. Vycházely v nákladu 10.000 ks.

V létě 2014 jsme se osamostatnili z vlivu radnice a již desátým rokem vycházíme jako nezávislé žďárské noviny v nákladu 10.400 ks, tradičně zdarma do žďárských domácností.

Vám čtenářům přejeme, ať Vás to s námi i nadále baví a nám všem přejeme hlavně dobré zprávy v roce 2024.

Vaše redakce Žďárských novin



Lávka Táferna na místě...

(Dokončení ze str. 1)

Střední průchozí část lávky dostane ocelové síťové zábradlí, které bude vybaveno vrátky pro přístup do krajních relaxačních částí nad vodou.

„Dřevěný povrch pro lávku je již připraven na dílně a za příznivého počasí proběhne instalace ještě letos. Je o suchý proces, dřevo se jen našroubuje,“ informuje Petr Fuksa.

Nové lávky budou přes louku propojeny hlinítopísčitou komunikací. Okolní terén upraven, obohacen humusem a ozeleněn.

Protože lávka Táferna leží u cyklostezky v záplavovém území řeky Sázavy, podle požadavku Povodí Vltavy byla posazena výš kvůli průtoku stoleté vody.

Lávka však zůstane až do jara pro veřejnost uzavřena jako staveniště. Čeká na svoji „kolegyni“. Obě lávky

i s cestou budou otevřeny najednou. Do té doby mohou lidé i cyklisté využívat stávající provizorní přemostění.

Jak informuje mluvčí radnice Blanka Sobolová, město Žďár nad Sázavou má v péči celkem 11 mostů a lávek.

„Loni jsme opravovali most v Kovářově ulici, letos prošel rekonstrukcí most na Strojírenské ulici a lávka na Dvorské ulici, hned vedle kamenného mostu. Lávka dostala zajímavé noční podsvícení,“ dodává Blanka Sobolová.

Podle jejích slov město uvažuje pro příští rok také o opravě lávky na Nábrežní ulici (od MěÚ ke Tvrzi). Projektová dokumentace je v procesu a zatím ještě není jasné, zda dojde k jejímu dříve uvažovanému posunu doprava. V roce 2024 se také bude opravovat most ve Studentské ulici.

-lko-

Práce lidí z firmy Teleflex dává obrovský smysl

Zdravotnické prostředky od firmy Teleflex používají lékaři po celém světě. V České republice má společnost dva závody – v Hradci Králové a ve Žďáře nad Sázavou. Jeden doplňuje druhý a díky skvělé spolupráci oba patří ke strategickým závodům globální firmy Teleflex. „Lidé u nás vědí, co a proč vyrábějí. Každý z nás si umí představit, že by naše produkty potřebovali sami, nebo někdo z jejich blízkých. Naše práce má velký smysl,“ říká personální ředitel českých závodů Pavel Beneš.

Jaký byl pro Teleflex rok 2023?

Pohybujeme se v oblasti medical byznysu, což je odvětví, ve kterém nejsou zásadní sezónní výkyvy. Naše produkce se každoročně zvyšuje o tři až pět procent. Jsme tedy stabilním zaměstnavatelem, který nevyužívá agenturních zaměstnanců a raději se zaměřuje na péči o své vlastní. Končí rok pro nás byl o něco dynamičtější než obvykle, protože to byl první rok bez epidemie covidu. Pracovali jsme na transformaci pro „nový pocovidový svět“.

Pro firmu je velice důležité budování firemní kultury a CSR aktivity. Jak se vám to daří?

Snažíme se naše zaměstnance vtáhnout do dění ve firmě. Naše poslání je jiné, než tomu bývá ve výrobních závodech. Vyrábíme zdravotnické prostředky, které jsou důležité pro záchranu lidského života. Nejde tedy jen o kvantitu, ale také o kvalitu – naše výrobky musejí být perfektní. Zároveň je pro nás důležitý region, ve kterém působíme a odkud jsou naši zaměstnanci. S nápady na různé aktivity přicházíme nejen my, ale i naši lidé. Pokud mají nápad, jak pomoci obci, ve které žijí, nebo někomu v nouzi, vědí, že se mohou na nás obrátit. Z našich 1400 zaměstnanců se do CSR aktivit v roce 2023 zapojilo více než 600 lidí a jejich počet se každý rok zvyšuje.

Zaměstnanci Teleflexu mají široké možnosti kariérního růstu. Využívají je?

Daří se nám udržovat stabilní tým a průměrná doba, jakou lidé ve firmě působí je osm let. Investice do lidí je pro nás zásadní, od školení přes zábavu, až po adekvátní mzdy, včetně vytváření příjemného pracovního prostředí. Profesní růst u nás může opravdu každý, kdo má zájem. Příběhy některých zaměstnanců a jejich profesních cest



najdete na našich webových stránkách www.praceteleflex.cz. Lidé u nás mají možnost získat vyšší místa nejen v závodech, ale začlenit se i do práce v korporátu. Pracovat přitom mohou jak z České republiky, tak odcestovat do zahraničí. Pro korporátní týmy v České republice aktuálně pracuje přibližně padesát lidí.

Oba české závody patří k těm strategickým a v letošním roce jste nastoupili na takzvanou kampusovou strukturu. Co to znamená?

Spolupráce mezi oběma českými závody je naprosto klíčová. Od března letošního roku mají jednotné řízení, ale zároveň mají management také přímo v závodech. Úkol obou je trochu jiný. Zatímco v Hradci se hlavně vyrábí, ve Žďáře se zejména kompletuje a balí. Každý má své poslání, ale spolupráce je pro ně zásadní.

Blíží se rok 2024. Jaké jsou plány pro následující rok?

Předpokládáme mírný nárůst výroby, chceme posílit pozici obou našich strategických závodů. Chceme hledat nové talenty a investovat do našich zaměstnanců. A pokračovat v našem poslání. Všem našim zaměstnancům bych chtěl poděkovat za práci v roce 2023 a popřát jim všechno nejlepší do toho nového. Čeká nás dobrý rok!

Pavel Beneš

Vystudoval ekonomickou fakultu a poté dále obor konstrukce strojů a zařízení. Má 20 let zkušenosti z oblasti HR. Třináct let pracoval v největší světové automobilce v České republice a v centrále v Bruselu, dva roky potom v americké firmě ve food industry. Je členem představenstva největší Asociace personalistů v České republice. Od roku 2018 v působí ve společnosti Teleflex na pozici EMEA HR Director.



Teleflex

Začněte svou kariéru v Teleflexu ještě dnes!

- Inženýr dodavatelské kvality
- Seniorní inženýr kvality
- Elektromechanik s vyhláškou 50 (250)
- Vedoucí výroby



Experti na lékařskou techniku, kterým na lidech záleží

+420 566 510 410

kariera.zdar@teleflex.com

www.praceteleflex.cz



Prvorepublikový závodník, malíř i kustod

V roce 2023 proběhla dvě výročí žďárského malíře, někdejšího ředitele muzea a propagátora motoristického sportu.

■ Lenka Kopčáková

Josef Kosinka se narodil ve Městě Žďáře před 115 lety, 20. 8. 1908 a zemřel před 40 lety tamtéž ve věku 75 let, 8. 12. 1983.

Je znám coby autor Kosinkovy žďárské kroniky, která je vlastně autobiografickým vyprávěním žďárských událostí, jak si je pamatoval od útlého dětství, přes odchod žďárských mužů do 1. sv. války až po rok 1945.

Před lety obdrželo město Žďár nad Sázavou darem pozůstalostní sbírku Kosinkových obrazů od rodiny Bödefeld (jeho dcera Jitka provdaná v Německu). Mezi díly jsou i zvuková jména českých malířů. Regionální muzeum se ve svém archivu pyšní řadou dobových fotografií, které Josef Kosinka pořizoval coby nadšený fotograf.

Vzpomínka na Josefa Kosinku

Jeho obrazy nalezneme i ve sbírkách Galerie Vysočiny v Jihlavě a Horácké galerie v Novém Městě na Moravě.

Život Josefa Kosinky podle vyprávění jeho dcery Věry Horákové shrnula spisovatelka Věra Rudolfová. A tak si žďárskou osobnost můžeme dnes připomenout.

Nadšený malíř a závodník

Jeho otec obuvník v roce 1910 koupil na Havlíčkově náměstí dům pro rozšíření obuvnické dílny. Josef měl dva sourozence, Bohumila a Marii. Sám se vyučil ševcem, ale byl jen „příštípkářem“.

Měl uměleckou duši. Už jako školák ilustroval vlastní časopis. Také mu učarovala vůně benzínu a motocykly.

S bratrem Bohumilem si zařídili autodopravu. Od roku 1933 Josef jezdil mezinárodní závody na ploché dráze, dokonce za továrnu Jawa. Patřil k nejlepším československým jezdcům.

Od mládí fotografoval, sbíral známky, připravoval kulisy pro divadlo a dekorace pro plesy a zábavy. Od mládí byl členem Sokola. Mezi přáteli proslul jako výrobce domácího ovocného vína, známého jako čučo.

Za války se činil v partyzánském oddíle a zejména koncem války fungoval na motocyklu jako partyzánská spojka. Fotografoval poslední válečné dny ve městě i členy partyzánské brigády M. Jana Husa.

Po válce pokračoval v autodopravě. Vozil pražské malíře, kteří mu doporučovali vstup na Akademii výtvarných umění v Praze poté, co viděli jeho výtvarné práce. Nastoupil na AVU a studoval v krajinářské škole profesora Otakara Nejedlyho, který se svými žáky jezdil po republice v proslulém malířském autobusu.

Při prověrkách v roce 1949 byl z AVU vyloučen. Oficiální důvod zněl, že nechodil řádně do školy. Ale v realitě měl samé jedničky, ale odmítl se např. zapsat na občanskou nauku s tím, že už všechno ví. Měl radikál-



SNÍMEK z roku 1939, Josef Kosinka na motocyklu vlevo.

ní názory. Prof. Nejedly nesouhlasil s vyloučením. V. V. Štech jej hodnotil za jednoho ze svých nejlepších žáků po praktické i teoretické stránce.

Josef Kosinka v roce 1950 provedl přemalbu městského znaku na Staré radnici.

Jeho autodoprava však byla zestátněna a on jako bývalý živnostník nesměl být nikde zaměstnán. Rodinu tak dva roky živila jeho žena Božena, učitelka v Obyčtově a pak ve Žďáře. Měli spolu tři dcery - Věru, Jitku a Alenu.

Až v roce 1953 našel práci v bývalé stavební firmě Baraba, která stavěla železniční trať Praha-Brno. Poté byl rok domovníkem svobodárny ŽDA-Su.

Dublér Svatopluka Beneše

Zajímavé je, že v roce 1956 se zúčastnil natáčení filmu Dědeček automobil režiséra Alfréda Radoka. Byl dublér Svatopluka Beneše alias jezdce Jeana-Pierrea Demeestera.

V roce 1957 se stal ředitelem muzea v zámku. Objížděl okolí a sháněl exponáty. Když měl zařídit síň bojových tradic místního dělnického hnutí, řekl, že tu žádné dělnické hnutí nebylo, že si to pamatuje a odešel. Poté byl referentem Okresního domu osvěty, kde vedl malířský kroužek. Pořádal výstavy, přednášky pro školy, spolupracoval se žďárskou Lidovou školou umění.

V roce 1968 odešel do důchodu. Požádal o rehabilitaci a mohl dostudovat AVU u prof. Františka Jiřoudka. Absolvoval v červnu 1969 s diplomovou prací nazvanou Seriál krajin.

V březnu 1976 Josef Kosinka dokončil svou kroniku. Jeho karikatury motoristických závodníků vycházely v časopisu Motor revue. Málo se ví, že vyzdobil sgrafity domy v Přibyslavi, Polníčce, Dvorku a ve Žďáře.

Samostatné výstavy měl Josef Kosinka za svého života jen dvě: V roce 1958 před dokončením studia na AVU ve Velkém Meziříčí a



KOSINKŮV obraz malovaný z Farských humen.

Foto a retro: archiv Regionální muzeum Žďár n. S.



RAČÍN 8. 5. 1945 a Josef Kosinka coby partyzánská spojka.

v roce 1962 ve Žďáře. Po zisku titulu „akademický malíř“ obesílal různé výstavy, ale bezvýsledně. Byl nechtěný.

Situace se změnila až koncem 80. let, ale toho se již žďárský patriot nedomáhal. Kosinkova díla pak byla součástí výstav horáckých malířů v Jihlavě, Brně i v Hlinsku.

V létě roku 2013 Regionální muze-

um uspořádalo výstavu Kosinkových obrazů k 30. výročí jeho úmrtí.

Byla to část z pozůstalosti rodiny Bödefeld a Žďár tehdy viděl obrazy města Žďaru a jeho okolí, malebnou krajinu Vysočiny, ale také krásy cizích zemí. Jak známo, s malířským plátnem procestoval Jugoslávii, Rakousko, Švýcarsko, Francii i Německo.

Lávka pro Žďár havarovala na dálnici

Policisté dálničního oddělení Velký Beranov řešili v pátek 8. 12. 2023, krátce po jedné hodině ranní mimořádnou událost, kvůli které byl na čas zastaven provoz na D1.

Podle tiskové mluvčí krajského ředitelství Policie Kraje Vysočina mjr. Dany Čírtkové došlo k nehodě asi na 111. km dálnice D1 ve směru jízdy na Brno. Řidič nákladní soupravy, na níž převážel nadměrný náklad - železnou lávku, narazil do mostní konstrukce.

K tomu došlo proto, že náklad byl vyšší než podjezdová výška pod mostem. Převážený náklad se utřhl a zůstal ležet v levém jízdním pruhu.

„Při nehodě se nikdo nezranil, ale

celková škoda na přívěsu, mostní konstrukci i na převáženém nákladu činí téměř 600 tisíc korun. Policisté u řidiče provedli dechovou zkoušku s negativním výsledkem. Uložili mu pokutu v příkazním řízení,“ shrnuje mjr. Čírtková.

Na pomoc byl přivolán speciální jeřáb. Po dobu odstraňování následků nehody se doprava ve směru Brno zastavila a policisté ji vedli přes přilehlé parkoviště.

-lko-

POLICEJNÍ snímek z havárie návěsu na D1. Vlevo na vozovce utřená lávka pro Žďár.

Foto: archiv Policie ČR



Postaví přeložku Jihlavská-Brněnská

Plán rekonstrukce a staveb pro rok 2024 na Vysočině již má Ředitelství silnic a dálnic ČR (ŘSD).

Patří sem stavba přeložky silnice I/37 mezi ulicemi Jihlavská a Brněnská ve Žďáru nad Sázavou. Jejím hlavním účelem bude zklidnění dopravy ve městě.

Jak pro ŽN uvádí mluvčí ŘSD pro

Kraj Vysočinu Jiří Veselý, přeložka je v celé své délce 692 m navržena jako dvoupruhová směrově nerozdělená komunikace.

Její začátek je umístěn do středu nové okružní křižovatky na Jihlavské ulici. Poté trasa pokračuje jihovýchodním směrem dvěma protisměrnými kruhovými oblouky. Následně se trasa

stáčí na východ opět pomocí kruhového oblouku. Konec přeložky je uprostřed druhé okružní křižovatky na ulici Brněnská.

„Předpokládaná hodnota veřejné zakázky je 118,39 mil. Kč bez DPH. Doba pro dokončení stavby byla stanovena na maximálně 470 kalendářních dní. Na stavbu momentálně vybíráme zhotovitele,“ informuje Jiří Veselý.

východní obchvat města.

„Střízlivé odhady hovoří o tom, že intenzita dopravy na této nové trase by měla být cca 8 tisíc vozidel denně. Je postavena tak, aby snesla i vyšší zatížení. Díky ní došlo k propojení silnice I/38 na severním okraji města se silnicí I/34 na východním okraji a tím pádem i k odvedení podstatné části tranzitní dopravy mimo střed Havlíčkova Brodu,“ uvádí mluvčí ŘSD.

Zprovozněním JV obchvatu se změnily i dopravní poměry v H. Brodě a na příjezdech do něj. Proto je dobré bedlivě sledovat nové dopravní značení.

-lko-

Jihovýchodní obchvat H. Brodu

Dobrá zpráva pro řidiče mířící přes Havlíčkův Brod - nově jej nemusí projíždět. Motoristům již plně slouží jiho-

Připravuje se nový vstupní areál



STAVBA provizorního zastřešení, pod nímž poběží v lednu oprava původní střechy.

Foto: archiv Nemocnice NMnM.

Nad budovou vstupního pavilonu novoměstské nemocnice, který prochází třetí etapou plánované rekonstrukce, vzniká provizorní střešní konstrukce. Dělníci budují provizorní střešní konstrukci, aby mohli rozebrat tu stávající.

„Během opravy je nutné kompletně odstranit původní skladbu střechy a dostat se až na stropní podklad. Tato fáze bude náročná, protože se odehrává přímo nad prostory nově vystavěných laboratoří,“ vysvětluje technický náměstek Nemocnice Nové Město na Moravě Jiří Drdla.

Jedině tak bude moci být nová střecha správně zaizolována. Stavba je právě ve fázi přípravy opravy prostřední části střechy.

„Pochopitelně máme po odkrytí původní krytiny obavy z možného průsaku dešťové vody. Tomu se snažíme všemožně

zabránit,“ dodává náměstek Drdla.

Provizorní střešní konstrukce je dřevěná, vazníkového typu. Bude potažena plechovým krytem, přičemž prostory pod touto konstrukcí umožní dělníkům volně provádění stavebních prací. Ty mají být dokončeny podle harmonogramu v lednu 2024. „Provizorní střecha bude po splnění účelu demontována,“ dodává Jiří Drdla.

Projekt rekonstrukce vstupního pavilonu také počítá s rozšířením původního vjezdu, který bude bezbariérový a s doplněním chodníku pro pěší.

Kompletní dokončení modernizace vjezdového pavilonu Nemocnice Nové Město na Moravě je plánováno na druhou polovinu příštího roku. Rekonstrukce vyjde na 73 milionů korun a Kraj Vysočina, jako zřizovatel nemocnice, ji hraje ze svého rozpočtu a z evropské dotace.

-lko-

WinFAS SOFTWARE s.r.o.

Přihlášky a více informací na adrese
SKOLENI.WINFAS.CZ

pořádáme školení

DPH

Lektor: Ing. Jiří Klíma

Termín: 4.1.2024

Místo: Dům kultury, Dolní 183/30, Žďár n. Sáz.

DAŇ ZE ZÁVISLÉ ČINOSTI

Lektor: Ing. Hanuš Kytler

Termín: 10.1.2024

Místo: Dům kultury, Dolní 183/30, Žďár n. Sáz.

Přihlášky a více informací na adrese
SKOLENI.WINFAS.CZ

Kontakt: skoleni@winfas.cz, tel.: 731 150 655
 Pořádá: WinFAS software s.r.o.

Klub kardiaků

9. a 30. 1. (9-10.30) Klub seniorů, 2. p.

INFORMAČNÍ SCHŮZKY SE ČLENY: plán akcí a členské známky na rok 2024 (s sebou členský průkaz ke kontrole). Dále info a přihlášky na poznávací a rehabilitační pobyty (Luhačovice – březen a srpen; Šumava - Bavorský les – červen; Františkovy Lázně – červenec).

CVIČENÍ A PLAVÁNÍ

■ od 8. 1. 2024 - a dále každé pondělí (od 9 hod.) pokračuje **cvičení v tělocvičně** - relaxační sál Active Clubu, vedoucí L. Nečasová.

■ od 9. 1. 2024 - a dále každé

úterý (od 11 hod.) pokračuje **cvičení a plavání v bazénu** - vedoucí M. Enkeová, skupina A.

■ od 9. 1. 2024 - a dále každé úterý (14-16) pokračuje **cvičení na židlích a cvičení paměti** - vedoucí E. Minářová a J. Doubková.

■ od 10. 1. 2024 - a dále každou středu (od 11 hod.) pokračuje **cvičení a plavání v bazénu** - vedoucí M. Klimešová, skupina B.

■ od 12. 1.2024 - a dále každý pátek (od 11 hod.) pokračuje **cvičení a plavání v bazénu** - vedoucí V. Stočková, skupina C.

Více o akcích a archiv na adrese: www.civilky.cz/zo-zdar

„...Slibuji věrnost České republice...“

Náš seriál Prezidenti uzavíráme Milošem Zemanem, posledním předchůdcem současné hlavy státu. Zeman byl prvním prezidentem v historii ČR zvoleným v lednu 2013 pří-
mou volbou.

■ Lenka Kopčáková

K představení Miloše Zemana se inspirováme ve Wikipedii a v dostupných zdrojích. V době existence Československa mezi lety 1918 a 1992 se v úřadu prezidenta vystřídal celkem devět mužů.

Kvůli rozpadu federace tehdejší prezident Václav Havel rezignoval dříve. Do léta 1992 byl posledním československým a k 1. 1. 1993 prvním českým prezidentem.

I český politik, ekonom a prognostik Miloš Zeman měl jedno prvenství. Již jej nevolili poslanci, ale občané ve vše-
lidovém hlasování.

Při prezidentských volbách v lednu 2013 byl soupeřem Miloše Zemana nedávno zesnulý předseda TOP 09 Karel Schwarzenberg, reprezentující konzervativní křídlo pravice.

Oba kandidáti postoupili do druhého kola prezidentské volby. Výsledný poměr odevzdaných voličských hlasů vyzněl v poměru 60:40 ve prospěch Miloše Zemana.

Seriál o našich prezidentech, IX. díl Miloš Zeman

V úřadu prezidenta tak Zeman vystřídal Václava Klause, též ekonoma Prognostického ústavu ČAV.

Zeman a Klaus byli předtím premiéry. I přes politickou rivalitu se vzájemně respektovali, v roce 1998 uzavřeli Opoziční smlouvu (ČSSD a ODS).

Při prezidentských volbách v roce 2018 Miloš Zeman znovu kandidoval. Vážným rivalem mu byl bývalý předseda Akademie věd Jiří Drahoš. Ve druhém kole Miloš Zeman zvítězil o 2,74 procentního bodu.

Dne 8. března 2018 složil ve Vladislavském sále svůj poslední slib prezidenta republiky na příštích pět let. Český zákon umožňuje být prezidentem nejvýše dvě po sobě jdoucí období.

Po deseti letech ve funkci tak 79letý Miloš Zeman mohl odejít do penze. Jeho nástupce Petr Pavel se ujal úřadu složením prezidentského slibu dne 9. 3. 2023. Svoji prezidentskou historii tedy začal psát nedávno.

Expresident nyní žije s rodinou v bezbariérovém domě v Lánech u Prahy. Trpí cukrovkou a s ní spojeným onemocněním nervů končetin. Kvůli ztrátě citu v nohou býval zprvu viděn s dopomocí doprovodu a v poslední době již úřadoval na vozíku.

Politik, ekonom a prognostik

Miloš Zeman se narodil 28. září 1944 v Kolíně, vyrůstal pouze s matkou.

Na Střední ekonomické škole napsal referát o Čapkově knize Hovory s T. G. Masarykem, což mu ohrozilo maturitu a znemožnilo studium na VŠ. Nastoupil do strojírny Tatra Kolín. Jako pracující se dostal na dálkové studium VŠ ekonomické v Praze, obor národohospodářské plánování. V roce 1968



VZPOMÍNKA na prezidentskou návštěvu Miloše Zemana 26. 6. 2014 ve Žďáře.
Foto: Lenka Kopčáková

vstoupil do KSČ, rok nato promoval s červeným diplomem. Téhož roku začal prognostický obor Futurologie a budoucnost vyučovat na VŠE v Praze.

V roce 1970 byl Miloš Zeman vyloučen z KSČ pro nesouhlas se sovětskou okupací a počínající normalizací. Rok byl bez práce a živil se příležitostnými studiemi pod cizím jménem.

Od roku 1971 v podniku Sportpropag vybudoval oddělení komplexního modelování označované jako „Slušovice výzkumu“.

Z prvního manželství, které v roce 1978 skončilo rozvodem, má syna Davida, lékaře - neurologa a biochemika.

V roce 1984 byl M. Z. na pokyn ÚV KSČ propuštěn za údajně protistranický sborník Metodologické problémy společenskovedního výzkumu. Nastoupil do zemědělského podniku Agrodát, kde se zabýval simulačními modely zemědělských systémů.

V roce 1986 se stal členem Světové prognostické společnosti (World Futures Research Society), ale v září 1989 byl opět propuštěn za kritizující článek „Prognostika a přestavba“ v Technickém magazínu.

Aktér sametové revoluce

Během sametové revoluce se zapojil do činnosti Občanského fóra a stal se jedním z řečníků na Letenské pláni. V lednu 1990 byl kooptován do Federálního shromáždění. V období 1993–2001 působil jako předseda České strany sociálně demokratické.

V srpnu 1993 se Miloš Zeman podruhé oženil se svou o 21 let mladší asistentkou Ivanou Bednarčíkovou, rodačkou z Nového Města na Moravě, která vyrůstala v Bystřici n. P. Na Nový rok 1994 se jim narodila dcera Kateřina Zemanová. Studovala a pracovala v Londýně.

Mezi lidi politik vyrazel populárním předvolebním autobusem Zemák. V období 1996–1998 byl Miloš Zeman zvolen předsedou Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR, v letech 1998–2002 předsedou vlády ČR.

Na prezidenta ČR neúspěšně kandidoval již v roce 2003, ale tehdy proti němu hlasovalo 27 poslanců ČSSD.

Miloš Zeman byl zklamán. Na sedm let se stáhl z politiky a jako penzista žil ve staré tvrzí v Novém Veselí u Žďáru. Vydal knihu „Jak jsem se mýlil v politice“, v níž poodkryl zákulisí vysoké politiky. Početem 135.000 prodaných

výtisků se kniha stala bestsellerem roku.

Ve Veselí si budoval image muže z lidu, přiznával své nedokonalosti v kouření, alkoholu a nezdravých zabijačkách – čímž imponoval spoustě obyčejných lidí.

V březnu 2007 Miloš Zeman vystoupil ze ČSSD pro nesouhlas s politikou jejího předsedy Jiřího Paroubka. V prosinci 2009 založil Stranu Práv Občanů a na březnovém sjezdu 2010 byl zvolen jejím předsedou. V dekadě mezi lety 2013 a 2023 byl třetím prezidentem ČR.

Když Miloš Zemanovi ještě sloužilo zdraví, měl rád pěší a lyžařskou turistiku. Je však i náruživým kuřákem. Baví jej četba science fiction, hra v šachy a je fanouškem švédské hudební skupiny ABBA.

Kontroverzní trojice

Podle politologů bylo největší chybou prezidenta Miloše Zemana, že se obklopil kontroverzní trojicí mužů: Vratislav Mynář, Martin Nejedlý a Jiří Ověčáček.

V roce 2018 se dokonce šéf ANO Andrej Babiš vyjádřil, že prezidentovi by pomohlo, kdyby se distancoval od některých svých nejbližších spolupracovníků. Přesto prezident jejich přelapsy toleroval.

Když Miloš Zeman těsně po volbách do Poslanecké sněmovny v říjnu 2021 vážně onemocněl, skoro dva měsíce strávil v Ústřední vojenské nemocnici. Prezidentské kanceláři bylo vyčítáno, že o stavu prezidenta mlží.

Předseda Senátu Miloš Vystrčil (ODS) požádal o informace přímo nemocnici, která uvedla, že prezident Zeman v danou chvíli není schopen vykonávat svoji funkci.

Přitom bylo nutné zahájit povolební vyjednávání a svolat novou sněmovnu k sestavení vlády. Politici začali řešit možný přesun pravomocí hlavy státu na premiéra a předsedu sněmovny podle článku 66 ústavy.

Vedoucí prezidentské kanceláře Vratislav Mynář do nemocnice bez vědomí lékařů pozval tehdejšího předsedu PS Radka Vondráčka z ANO. Média oblétko video, jak prezident na nemocničním lůžku podepisuje listinu o svolání ustavující schůze sněmovny. Policie později vyšetřovala, zda tím nedošlo ke spáchání trestného činu proti republice, ale případ odložila.

Prezident se vrátil do Lán, kde 28.

Ukázka mírnějších výroků Miloše Zemana:

■ „Pokud po mně chcete házet vajíčka, házejte i rajčata, občas přihodte nějakou tu klobásku a lečo si už udělám sám.“

■ „Dělat si legraci z druhých je možné pouze tehdy, když si ji děláte sami ze sebe.“

■ „Pravda se rodí v menšině, ale není pravda, že každý menšinový názor je pravdou.“

Více na <https://citaty.net/autori/milos-zeman>

11. jmenoval předsedu ODS Petra Fialu premiérem. Kvůli covidu, kterým onemocněl, tak učinil z prosklené kukaně.

Kancléř Mynář nařídil ještě koncem listopadu 2021 mimořádnou skartaci stovek tajných dokumentů. Byla mezi nimi i zpráva BIS o útoku příslušníků ruské vojenské rozvědky GRU na muniční sklady ve Vrbětčích. Při násilné operaci v roce 2014 zemřeli dva lidé.

V minulosti Miloš Zeman tvrdil, že prezidentské milosti bude udělovat jen ve výjimečných případech.

V březnu roku 2022 udělil milost šéfovi Lesní správy Lány Miloši Balákovi. Prominul mu tři roky vězení, pokutu i zákaz činnosti. Soud jej chtěl potrestat za stamilionové manipulace veřejných zakázek. Krátce před koncem svého mandátu Miloš Zeman omilostnil i bývalou vysokou státní úřednici Janu Nečasovou, odsouzenou za zneužití Vojenského zpravodajství.

Miloš Zeman byl coby prezident výraznou politickou osobností, se všemi svými klady i zápory. Měl spoustu kritiků, někdy jejich akce hraničily s projevy neucty nejen ke hlavě státu, ale i ke státním symbolům. Vzpomeňme na září 2015 a stažení prezidentské standarty na Pražském hradě a vyvěšení obrovských červených trenýrek. To na protest proti prezidentově politice.

Zeman se různými atakami a výzvami k rezignaci nedal zastrašit.

Coby kritický glosátor proslul svými bonmoty, ale i urážkami na adresu některých politiků a hlavně novinářů.

Prezident ve Žďáru

V roli prezidenta navštívil Miloš Zeman Žďár nad Sázavou ve svém prvním volebním období, dne 26. 6. 2014.

Protože náměstí Republiky bylo tehdy v rekonstrukci, jeho setkání s veřejností se uskutečnilo před Domem kultury.

Čekající dav prezidenta vítal potleskem, starostka Dagmar Zvěřinová (ČSSD) mu předala pugét v barvách města. Promluva probíhala v přátelském tónu, neboť Miloše Zemana na Žďársku brali jako krajana a souseda z nedalekého Nového Veselí.

Český prezident se slavnostně zapsal do kroniky města a na žďárský historický prapor připevnil prezidentskou pamětní šerpu.

Když přišla řeč na upadající sklárství, tak na dotaz z pléna, co chce dělat k záchraně sklárny v regionu, prezident konstatoval, že stejné problémy mají i hutě na severu Čech a nelze vyslat pomoc jen jednomu regionu. Radil inovaci výroby a přizpůsobení se poptávce. Sklárna ve Žďáře ale přesto zanikla.

Tým basketbalistů ze ZŠ Švermova vyhrál národní soutěž Jr. NBA

„Tak máme šampióny! Náš tým se vrátil z Prahy rozzářený, nadšený a mávající pohárem. Na prstech hráčů se leskly zlaté prsteny NBA,“ hlásí neobyčejnou sportovní novinku ředitel Základní školy Švermova Jaroslav Ptáček.

■ Lenka Kopčáková

Smišený tým s názvem Phoenix Suns, ZŠ Švermova, Žďár nad Sázavou, je vítězem 6. ročníku celostátní basketbalové soutěže Junior NBA League 2023 Česká republika.

Družstvo žďárských holek a kluků nenašlo v celostátní basketbalové soutěži přemohitele a dosáhlo úžasného úspěchu. Naši porazili i vyhlášené basketbalové školy jako Nymburk či Děčín.

Úspěch je to podle ředitele Jaroslava Ptáčka výjimečný. Na celostátních stupních již stáli školní florbalové týmy, ale v basketbalu je to poprvé takto vysoko.

„Blahopřejeme a máme ohromnou radost, že to dokázali. Jsou to zkrátka



ŽďÁRŠTÍ hráči korunovanými šampióny Jr. NBA 2023! Jedinečný projekt pro děti ve věku 10 - 11 let, které tak mohly na jednu sezónu zažít atmosféru „pravé“ NBA.

Foto: archiv BK Vlci.

borkyně a borci,“ vzkazuje ředitel.

Soutěž Jr. NBA League probíhala od jara a vrcholila v prosinci. Žďárš-

tí při ní čelili konkurenci asi 70 týmů z celé ČR, se 14 týmy se utkali.

Při semifinále, které se odehrá-

valo ve Žďáře, nemohli chybět spolužáci i sám ředitel školy, kteří svůj školní tým společně povzbuzovali. Phoenix Suns, ZŠ Švermova postoupil.

Do dvoudenního finálového programu 6. a 7. prosince se probíjalo osm nejlepších z původního počtu účastníků zastupujících všech třicet účastnických klubů „pravé“ NBA.

Basketbalový turnaj v pražské hale Královka kopírující herní systém NBA má za úkol propagovat mezi českými dětmi basketbal.

Tým ZŠ Švermova soutěžil jako Phoenix Suns (Phoenix Suns je arizonský tým hrající severoamerickou ligu National Basketball Association).

„Pohár šampiónů je nyní v ředitelně, putuje po třídách, ze kterých jsou naši reprezentanti. Jsme domluveni s trenérem, že nám pomůže na začátku ledna s novým koutkem úspěchů a pohárů ve vstupních prostorách školy,“ informuje Jaroslav Ptáček.



**VOŠ a SPŠ
Žďár nad Sázavou**

**DNY
OTEVŘENÝCH
DVEŘÍ
2023 - 2024**

Za každými dveřmi je příležitost k učení!

Pracoviště Studentská
Maturitní obory M

Středa 17.01.2024 15:00 - 18:00 h

Pracoviště Strojírenská
Maturitní obory L, L0+H
Učební obory H

Pátek 26.01.2024 08:00 - 16:00 h
Středa 01.05.2024 08:00 - 12:00 h




 www.spsr.cz 



SZŠ a VOŠ Žďár nad Sázavou
Dvořákova 4, 591 01 Žďár nad Sázavou, tel: 566 623 446
e-mail: informace@szszdar.cz, web: www.szszdar.cz

Obory vzdělání Střední zdravotnické školy:
53-41-M/03 Praktická sestra
 čtyřleté denní studium zakončené maturitou
78-42-M/04 Zdravotnické lyceum
 čtyřleté denní studium zakončené maturitou

Obory vzdělání Vyšší odborné školy zdravotnické
53-41-N/1. Diplomovaná všeobecná sestra
 tříleté denní pomaturitní studium a 3,5leté kombi studium (při zaměstnání) zakončené absolutoriem

Zkrácená forma vzdělávání 4+1
 nástup do vyššího ročníku

Dny otevřených dveří: 9. 11. 2023, 12. 1. 2024



z11-sšz



AGRO ŠKOLA
SOULISKOVÁ STŘEDNÍ ŠKOLA ZEMĚDĚLSKÁ S. R. O.

MATURITNÍ OBORY
 • ROSTLINOLÉKAŘSTVÍ
 • CHOVATELSTVÍ

UČEBNÍ OBOR
 • ZEMĚDĚLEC - FARMÁŘ

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ
15. 1. 2024

OD 15:00 DO 18:00



WWW.AGROSKOLA.EU
POZDATÍN 83



VÝUKA VEDENÁ ODBORNÍKY Z PRAXE
MOŽNOST STIPENDIA
ŘIDIČSKÉ OPRAVNĚNÍ T, B

UBYTOVÁNÍ NA DOMOVĚ MLÁDEŽE

 www.spsr.cz 

Chloubou šampiónů jsou prsteny NBA

Školní basketbalový tým s názvem Phoenix Suns, ZŠ Švermova zvítězil v národní soutěži Jr. NBA 2023. Na otázku ŽN odpovídá trenér Roman Bednář.

Člen BK Vlci je zároveň i koordinátorem pohybových kroužků na žďárských základních školách.

Při soutěži hráli v týmech společně chlapci a dívky?

Jedná se o soutěž smíšených týmů dětí ze ZŠ (6. 5. 4. třídy), tedy chlapců a dívek. Při hře musí být na hřišti v každém okamžiku aspoň jedna holka. V našem týmu nastupovalo děvčat více díky sportovnímu programu BK, ve kterém jsou jak chlapecké, tak dívčí týmy.

Jde čistě o školní družstvo ZŠ Švermova, nebo trénuje pod hlavičkou Vlčat BK Žďár?

Všechny děti musí být žáky ZŠ Švermova. To je základní podmínka Jr. NBA. V případě tohoto týmu jsou současně všechny děti i členy BK Vlci Žďár. Většina z nich totiž do klubu „přišla“ skrz pohybové a sportovní kroužky pro děti 1. - 3. tříd, které ve spolupráci a s podporou ZŠ Švermova pro děti zajišťuje basketbalový klub.

Konkurenci kolika družstev Žďáráci čelili a jak dlouho se na soutěži připravovali?

Letošního ročníku Jr. NBA se účastnilo přes 80 školních družstev z celé ČR. Ty jsou v úvodu soutěže rozděleny do kvalifikačních skupin a postup do základní části.

Do té se probíjelo 64 týmů. Tyto týmy, opět rozdělené do menších skupin (vesměs regionálně) sehraji v základní části dva až tři turnaje o postup do konferenčních finále (dvě skupiny Čechy resp. dvě skupiny Morava).

Těchto osm týmů pak hraje o postup do velkého finále, kam postoupí jen



ATMOSFÉRA v ředitelně 4. ZŠ, kam se čerství šampióni vtrhli pochlubit a vypovědět své zážitky. Jejich pýchou jsou prsteny NBA. Foto: archiv školy

osm nejlepších z republiky.

Velké finále je dvoudenní turnaj, z osmi týmů jen čtyři postupují do druhého dne, kdy se hraje o titul Šampiona Jr. NBA. Celou tuto cestu týmy absolvují od května do prosince.

Jaký mají záci ze soutěže největší zážitek? Setkali se v Praze např. z nějakou známou basketbalovou osobností?

Děti se setkaly se hráči KNBL (nejvyšší české soutěže). Hlavním zážitkem je ale samotné utkání a veškerá organizace kolem něj. Úvodní světelná show, nástupy týmů s prezentací jednotlivých hráčů, hymna před zahájením utkání, speaker pro utkání, hudba... Veškerá organizace v rámci utkání probíhá na stejné úrovni a ve stejném rozsahu jako při utkáních národního

týmu nebo Eurology. Obrovská show v pražské hale Královka, jedné z nejlepších hal v ČR.

Zlaté prsteny pro šampiony vidíme ve vysokých basketbalových soutěžích? Kdo může takový prsten nosit a je na něm vyryt název a ročník soutěže?

Prsten je tradice samotné NBA, kdy vítězové NBA nedostávají medaile, ale prsteny šampiona. Ty jsou vždy zpracovány jako umělecké dílo s motivy klubu atd. Děti tak dostaly prsteny s motivy Jr. NBA 2023.

Současně ve spolupráci klubu a školy dostávají dresy Phoenix Suns, ve kterých hrály, a na které jsou jim dotisknuty jejich jména a přezdívky.

Toto je tradice školy a klubu, kterou jsme zavedli již v minulých ročnících

soutěže s předchozími týmy. Děti tak mají památku na daný ročník soutěže v podobě NBA dresu se svým jménem.

Co šampióny čeká po vánočních prázdninách?

Šampióni určitě na vavřínech neusnou. Už druhý den po vítězném finále je čekal trénink a následovala víkendová utkání v klubu za Vlčata Žďár.

Jejich úspěch je především výsledkem dlouhodobého zapojení dětí ve sportovním programu školy a klubu. Některé z nich tak kromě soutěží ČBF čekají další velké turnaje např. CEY-BL (středoevropská liga v basketbalu mládeže). A je velmi pravděpodobné, že podobně jako v předchozích letech se velká část z nich se žďárskými týmy Vlčat zúčastní Mistrovství ČR v minibasketbale. **-lko-**

Kulinářské finále vyhráli Žďáráci

Daňčí hřbet s kaštanovou omáčkou a babičiny povídkové buchtíčky. To bylo vítězné menu při české prestižní soutěži žáků středních škol s názvem Trophée Mille. Zvítězili v ní Žďáráci.

■ Lenka Kopčáková

Eliška Havlíková a Tomáš Petera jsou studenty žďárské Střední školy gastronomické Adolpha Kolpinga. Coby vítězové české soutěže postupují do světového finále gastronomického klání, které se uskuteční 25. března 2024 ve francouzské Remeši.

Prestižní soutěž středoškolařů Trophée Mille byla 4. listopadu součástí již čtvrtého ročníku Gourmet dne s Krajem Vysočina. Odehrála se v jihlavském CityParku. Improvizovaná

kuchyně uprostřed nákupní pasáže, neúprosná ubíhající časomíra a desítky očí, které nahlížely pod ruce začínajícím kuchařům a v přímém přenosu sledovaly, jak vznikají lahodné dezerty i hlavní chody...

Své kulinářské dovednosti měřilo šest dvojic mladých talentů z celé země, vždy dívka a chlapec. Vysočinu zastupovaly čtyři dvojice z Jihlavy, Havlíčkova Brodu, Velkého Meziříčí a Žďáru nad Sázavou. Zbylé dvojice přijely z Litoměřic a Znojma.

„Úkolem týmů bylo v časovém limitu 140 minut vytvořit slavný a sladký pokrm. Při přípravě musely využít čtyři povinné lokální suroviny z Vysočiny,“ ohlíží se za pravidly soutěže radní Kraje Vysočina pro oblast školství Jan Brižďala. Dvojice doprovázeli jejich vyučující, kteří jim v průběhu soutěže mohli slovně radit.

Porota byla složená z pěti předních

V březnu odjíždí na světové finále ve Francii

českých šéfkuchařů a cukrářů, vařilo se a peklo z regionálních vysočinských surovin. Vítězové Eliška a Tomáš ze Žďáru si odnesli putovní trofej Philipa Milla a hlavní cenu soutěže – broušenou vázu z přibyslavské sklárny Valner Glass. Byla naplněna vzácnými květy šafránu.

Podobné menší trofeje získaly ještě dva týmy. Druhý nejlepší výkon předvedli Věra Schusterová a Martin Havlíček z brodské OA a HŠ. Třetí se umístili Alžběta Součková a Erik Mareš z OA, SZŠ a SOŠ služeb Jihlava.

Čtvrtý ročník národního kola je výsledkem dlouholetého partnerství a spolupráce Kraje Vysočina s francouzským regionem Grand Est.

Soutěž založil dvouchelinský šéf-

kuchař z oblasti Champagne, Philipp Mille. Osobně se věnuje předávání kuchařského umění mladým lidem. Od roku 2019 se tak jako první koná francouzské národní kolo a české národní kolo, v závěru pak mezinárodní kolo Trophée Mille International, na němž pod dohledem světové kulinářské elity soutěží týmy všech kontinentů.

Jak pro ŽN dodává mistr odborné výuky Petr Chalupa, žďárská gastronomická škola plánuje účast i v dalších profesních soutěžích. Nejbližší je lednová kuchařská soutěž Bernard Chef. „Právě zde jsme loni postoupili do finálního kola. V březnu se chystáme na mezinárodní soutěžní výstavu pro kuchaře i cukráře Gastro Hradec. A někdy na jaře pojedeme do Havlíčkova Brodu na soutěž Kuchař Vysočiny,“ naznačuje Petr Chalupa.

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ VYSOKÉ ŠKOLY POLYTECHNICKÉ JIHLAVA

ČTVRTEK 1. ÚNORA 2024
9.00 - 14.00 hod.

SOBOTA 3. ÚNORA 2024
9.00 - 14.00 hod.



prohlídka budovy školy, odborných učeben a laboratoří
představení studijních programů a pracovišť
doprovodný program

Světla
[VELKÉ MEZIRŘÍČÍ]

Hotelová škola Světlá
a Střední odborná škola řemesel
Velké Meziříčí, U Světlé 36

Tel.: 566 331 911 www.svetlavm.cz
E-mail: admin@svetlavm.cz
www.facebook.com/svetlavelkemezirici/
www.instagram.com/skolasvetla/

STUDIUM MATURITNÍCH OBORŮ:

- Hotelnictví 65-42-M/01
- Dopravní prostředky 23-45-M/01
- Mechanizace a služby 41-45-M/01

OBORY S VÝUČNÍM LISTEM – 3leté

- Kuchař – číšník 65-51-H/01
- Elektrikář 26-51-H/01
- Elektromechanik pro zařízení a přístroje 26-52-H/01
- Mechanik opravář motorových vozidel 23-68-H/01
- Opravář zemědělských strojů 41-55-H/01

NÁSTAVBOVÉ STUDIUM S MATURITOU

- Podnikání 64-41-L/51 - denní forma

Naši školu můžete navštívit kdykoli individuálně – stačí domluvit termín

- Zahraniční praxe: VB, SRN, Rakousko, Itálie, Francie, Řecko, Španělsko, Slovensko
- Cizí jazyky (ANJ, NEJ, FRJ, RUJ)
- Nadstandardní vybavení školy
- Odborné kurzy pro žáky (gastronomie, svařování, autoškola)
- Strava a ubytování v domově mládeže

Z01-sšvmM

Dny otevřených dveří

19. 1. 2024 - 13:00-16:00, 1. 2. 2024 - 13:00-16:00

Na Vaši návštěvu se těší žáci a zaměstnanci školy

Gymnázium Žďár nad Sázavou

Dny otevřených dveří

pátek 12. 1. 2024

15:00-18:00

sobota 13.1.2024

9:00-12:00

- Setkejte se s vedením školy, s učiteli i se studenty.
- Zeptejte se, na co chcete.
- Prohlédněte si prostory školy a experimentujte.
- **Zažijte GymZR!**

Eliška a Tomáš: Do třetice všeho dobrého...

Pro světové finále soutěže Trophée Mille International v Remeši chystá vítězný český tým zbrusu nové menu. Více pro ŽN Eliška Havlíková a Tomáš Petera.

Oba: Menu musí vycházet ze zadaných povinných surovin. Budeme pracovat s husím prsem, šafránovým medem, hořkou čokoládou a šampaňským. Každá z těchto surovin musí být použita alespoň v jednom našem pokrmu, ať už slaném nebo sladkém.

Co bylo pro vás v CityParku, při soutěži v improvizované kuchyni nejtěžší?

Eliška: Pro mě byly nejtěžší dvě věci: málo prostoru a hodně lidí, kteří mi koukali pod ruce.

Tomáš: Mě mírně znervózňovala porota. Když si člověk uvědomí, že vaří před očima těch nejlepších českých kuchařů a cukrářů, nechce dělat zbytečné chyby.

Využili jste při soutěži rad svého kouče?

Oba: Ano! Byly to pro nás „oči navíc“, které se v kuchyni vždycky hodí. Informoval nás o zbyvajícím čase, dohlížel na věci „v procesu“: probublávající omáčku, čistotu pracoviště... Dával nám zpětnou vazbu o estetice pokrmu. A hlavně sloužil jako psychická podpora, dokázal nás zároveň uklidnit i popohnat, co bylo zrovna potřeba.

Kdybyste měli tu možnost, na co byste se zeptali zakladatele soutěže - dvouchelinského šéfkuchaře Philippa Milla?

Oba: Zeptali bychom se, co ho inspirovalo při založení této soutěže, popřípadě co by dnes udělal jinak.



ZVÍTĚZILI v české verzi kulinářské soutěže Trophée Mille. V březnu 2024 Eliška Havlíková a Tomáš Petera odjíždí na světové finále do francouzské Remeše. Foto: archiv SŠ A.K.

Už jste se nějaké profesní soutěže dříve účastnili?

Eliška: Já jsem se před pár lety zúčastnila specializované cukrářské soutěže Pohár Adolpha Kolpinga, kde se mi podařilo vybojovat bronz.

Tomáš: Já jsem byl v roce 2021 v soutěži Kuchař Vysočiny druhý. Loni se mi při soutěži Bernard

Chef podařilo probojovat do finále. A s Eliškou jsme letos na Trophée Mille byli už potřetí. Předloni získala Eliška zvláštní cenu poroty za sladký pokrm, vloni jsem dostal ocenění za slaný pokrm já. A letos, do třetice všeho dobrého, jsme vyhráli celkové prvenství. -lko-

Česko hledá Sestru sympatie 2023

Leona Pivková z chirurgického oddělení novoměstské nemocnice je v národní soutěži o nejsympatičtější zdravotní sestru roku 2023.

Jde o již 13. ročník soutěže Sestra sympatie, do níž mohly nemocnice, veřejnost i sestry přihlásit sebe nebo svou oblíbenou sestřičku.

Druhou vysočinskou sestřičkou v soutěži je Helena Kostková z ortopedie jihlavské nemocnice. Hlasování formou SMS běží od 1. prosince a potrvá do konce ledna 2024.

„Nejedná se o klasickou soutěž krásy, my hledáme výjimečnou zdravotní sestru! Mottem celého projektu je: Krása má mnoho podob,“ vzkazují pořadatelé projektu Sesterna.

Ten vznikl s cílem ocenit obětavou a vyčerpávající práci zdravotních sester a zdravotních asistentek, rozptýlit je v době volna, alespoň částečně je odvést



LEONA PIVKOVÁ, adeptka v soutěži Sestra sympatie.

Foto: archiv Nemocnice NMnM

od jejich povinností, a předejít tak tzv. syndromu vyhoření při jejich nároč-

Žďársko má želízko v ohni

Leona Pivková je z Nového Města na Moravě a ve zdejší nemocnici pracuje 31 let, stále na chirurgii.

Pro ŽN se krátce představuje:

Do soutěže mě přihlásily mé dvě dcery. Na naší chirurgickou ambulanci jsem jezdila už jako malá holka se svým pradědečkem na výměnu katetru. Později jsem asistovala u výměny jeho katetru i jako zdravotní sestra, jelikož pradědeček se dožil 105 let.

Práci na ambulanci mám moc ráda, je rychlá a dynamická, stejně jako já (smích). Chirurgie mi voněla od dětství. Jak říká jeden lékař, je velmi vonná. Vše vnímám čichem.

Myslím, že jsem se pro práci na chirurgii narodila. Zde musí být člověk rychlý, rozhodný a určitě nesmí být líný. Mám svou práci velmi ráda a neměnila bych.

ném povolání.

A jaká by měla Sestra sympatie být? Především sympatická a srdečná, empatická a stylová.

Široká veřejnost může rozhodnout o dalším postupu adeptek na tento titul.

Na stránkách www.sestrasympatie.cz se k soutěži dočtete více.

Velké finále soutěže se uskuteční 8. března 2024 v pražském paláci Žofin, u příležitosti reprezentačního plesu sester s názvem Sestry na sál! -lko-

Žďár je nově v systému Nevajgluj

Město Žďár se účastní nového kolektivního systému s názvem Nevajgluj, který pomáhá obcím s náklady na úklid.

Filtrové nedopalky se mohou zdát někomu maličkostí, ovšem s velkým dosahem na životní prostředí.

Jak informuje místostarosta Jaroslav Hedvičák (ANO a NEZ), kolektivní systém vznikl na základě dohody výrobců tabákových výrobků s filtry. „Pomůže obcím s náklady na úklid nedopalků a zároveň bude usilovat o zvýšení ochrany životního prostředí, právě omezením odhazování nedo-

palků a osvětovou činností,“ říká místostarosta.

Dodává, že ministerstvo životního prostředí vydalo společnosti Nevajgluj a. s. oprávnění k provozování kolektivního systému podle zákona č. 243/2022 Sb., známého jako zákon o jednorázových plastech.

Účelem kolektivního systému Nevajgluj je zajištění úhrad nákladů obcím na úklid, soustředování a další nakládání s nedopalky. Osvětová činnost má být zaměřena na omezení odhazování nedopalků v obcích mimo určené sběrné nádoby.

Společnost Nevajgluj postupně uzavírá smlouvy s obcemi a jejím cílem je uzavřít do tří let spolupráci s minimálně 90 % obcí v Česku. Pokud obce uzavřely smlouvu ještě v závěru letošního roku jako Žďár n. S., náleží jim úhrady již i za rok 2023.

Podle Jaroslava Hedvičáka to představuje roční příjem do rozpočtu města kolem 207 tisíc korun.

Jak na závěr dodává, celkové náklady na úklid veřejných prostranství ve městě činí 4,26 mil. Kč za rok a náklady na provoz pouličních odpadkových košů činí celkem 170.000 Kč za rok. -lko-

Zubaři o víkendech

1. 1. MUDr. Lenka Bencová, Varhánkova 227, Polná (725 474 928)
 6. 1. MUDr. Beáta Bílková, Strojírenská 6, ZR 1 (566 642 545)
 7. 1. MDDr. Radka Prouzová, Radostín n/O. 71 (799 505 925)
 13. 1. MDDr. Věra Šírová, Vratislav. nám. 12, N. Město n/M. (566 616 901)
 14. 1. MDDr. Simon Jiří, Studentská 7, ZR 1 (603 298 447)
 20. a 21. 1. Zubní péče MUDr. Konečný, Žďárská 73, N. Město n/M. (566 618 060)
 27. 1. MUDr. František Koukal, Žďárská 73, N. Město n/M. (566 618 060)
 28. 1. MUDr. Beáta Bílková, Strojírenská 6, ZR 1 (566 642 545)
 3. 2. MDDr. Radka Prouzová, Radostín n/O. 71 (799 505 925)

Ordinační doba: 9.00-12.00, aktuální LPS sledujte na www.nnm.cz




**NEMOCNICE
JIHLAVA**
 PŘÍSPĚVKOVÁ ORGANIZACE

DO
PRACOVNÍHO
POMĚRU PŘIJMEME
 • KUČAŘE/KUČAŘKY
 • POMOCNÉ KUČAŘE
 / KUČAŘKY

NABÍZÍME

- stabilní příjem
- příjemné pracovní prostředí
- práce na jednu směnu
- závodní stravování
- zaměstnanecké benefity
- pracovní poměr na dobu neurčitou (po zapracování)

POŽADUJEME

- chuť pracovat
- výuční list v oboru
- případně rekvalifikační kurz v oboru

Bližší informace: vedoucí provozu OLVS
 pan Martin Kanswohl,
 e-mail: kanswohlm@nemji.cz,
 telefon: +420 739 481 472

Pisemné žádosti zasílejte na adresu:
 Pysková Ludmila-vedoucí OPM
 e-mail: pyskoval@nemji.cz

- náborový příspěvek 30 000 Kč

SUDOKU

lehčí

	9	8	2	7				3
7					4	9	1	
		1	8				5	7
9	3		4	1		5		
								4
				6		7	9	
6	4	9					3	5
	8		5	3	9	6		1
			7	4				

Vaším cílem je doplnit tabulku sudoku o zbývajících čísel 1 až 9 tak, aby se neopakovala žádná čísla ani ve sloupci, ani v řádce, ani v jednom z devíti čtverců o hraně tři čtverečky.

Řešení:

2	6	8	9	7	1	5	1	5
1	7	9	6	5	2	8	2	2
5	5	2	8	2	1	6	7	9
6	2	1	2	9	5	7	5	8
7	2	5	8	6	9	2	1	1
9	8	5	2	1	7	2	5	6
2	5	2	5	6	8	1	9	7
8	1	6	7	9	5	5	2	2
5	9	7	1	2	2	8	6	5

těžší

	8		5			7	6
				3			
1		2			8		5
		1					
	6		2		9		
2	9		3	8			
		9					
7	1		9		5	3	
			2	7	9		8

Řešení:

8	9	6	2	2	1	5	7
2	5	7	9	6	8	1	2
2	1	7	5	8	6	2	9
7	5	9	1	8	5	2	6
1	8	2	6	7	2	9	5
5	6	2	5	2	9	1	7
5	7	8	9	6	2	2	1
6	2	1	8	5	7	9	2
9	2	5	2	1	5	7	8

LUŠTĚNÍ PRO VOLNÝ ČAS

Víte, kde na Vysočině můžete vidět "malý Karlův most", který je hned druhý největší most s nejbohatší sochařskou výzdobou u nás?



NÁPOVĚDA: ALA, DEGU, KEAN, MDA, NEGATRON, RASCH, RONE	OBUTÍ AUT (SLANGOVĚ)	NĚMECKÝ "RYCHLÝ, POHOTOVÝ"	ČÁST VOZÍKU	KÓD MOLDAVSKA	SILNÁ VLNĚNÁ TKANINA	POHYB TÁGEM V KULEČ- NÍKU	DUMASOVO DRAMA	ZKRATKA AMPÉR- HODINY	PROUD		DRUHÝ DÍL TAJENKY	MOŘSKÝ PTÁK	KONEC MODLITBY	VÝROBCE OHYBANÉHO NÁBYTKU	ARABSKÉ MUŽSKÉ JMÉNO
PROCVIČIT UČIVO (HOVOROVĚ)										ROZMĚRNÉ DVEŘE					
PRVNÍ DÍL TAJENKY										VELMI OPILÝ ŠVÉDSKÉ SÍDLO					
ODDÍL LODÍ NEBO LETADEL								ZKRACOVÁNÍ PRVNÍ MUŽ							
SOUCÁSTI HRNCE				ČÁSTI DOMU					OSUDOVÉ ZNAMENÍ LATINSKÝ "KŘÍDLO"					TŘETÍ DÍL TAJENKY	SYMETRÁLA
PAROHATÝ PŘEŽVÝ- KAVEC													OZNAČENÍ MOUKY POSMĚŠNÉ VYJÁDRĚNÍ		
ČESKÝ MALÍŘ (MIKOLÁŠ)												HLAS HADA NEVYŘÍZE- NÝ SPIS			
ZN. MILI- AMPÉRU									POPĚVEK OSMÁK CHILSKÝ						
	OSOBNÍ ZÁJMENO	VÝŽIVA NEMOCNÝCH SIRNÍK ŽELEZNATÝ													ZKRATKA SOUHVĚZDÍ VÝVĚVA (ANTLIA)
ÚTOČNÁ AKCE (-S-)															
ZÁPORNÉ NABÍVY ELEKTRON (ŘÍDCE)															
ÚDĚL												ZÁMEZÍ VE FOTBALE			

Novými rytíři jsou manželé-pediatři

Titul „Rytíř lékařského stavu“ pro rok 2023 získali MUDr. Jindřich Hauk a MUDr. Mirka Hauková (ta in memoriam).

I letošní závěr slavnostního zasedání České lékařské komory OS Žďár nad Sázavou patřil udělování nejvyššího ocenění. Lékaři, kteří tímto aktem vstoupili do pomyslné síně slávy, jsou pediatři MUDr. Jindřich Hauk a jeho zesnulá manželka MUDr. Mirka Hauková. Oba celý život pracovali v novoměstské nemocnici. Na tamním dětském oddělení léčili malé pacienty téměř čtyři desítky let.

Podle stanovského předpisu však může ČLK OS Žďár n. S. udělit pouze jednu medaili ročně. Byli ovšem nominováni dva lékaři, kteří spolu velmi těsně spolupracovali, a to jak v pracovním, tak i osobním životě.

„Řekli jsme si, že udělení dvou medailí je pouze aritmetickým součtem zásluh. Když oba lékaře oceníme jednou medailí, tak tím exponenciálně zvýšíme její hodnotu. Což daleko lépe vystihne jejich společnou činnost,“ vysvětluje k nominaci MUDr. Pavel



PEDIATŘI Mirka a Jindřich Haukovi v roce 2020.

Foto: Helena Zelená Křížová

Jenerál, předseda ČLK OS Žďár n. S. Spolupráce obou pediatrů byla podle jeho slov příkladná. Právě z ní vyšel obrovský přínos nejen pro novoměstskou nemocnici, ale i pro celý žďárský okres. „MUDr. Jindřich Hauk je emeritním primářem dětského oddělení a zároveň jedním z polistopadových ředitelů novoměstské nemoc-

nice. Paní doktorka Mirka Hauková, která bohužel již není mezi námi, byla emeritní vedoucí lékařkou úseku neonatologického na dětském oddělení. Přivítala na svět spoustu novorozenců, včetně mé dcery,“ připomíná si s úsměvem na rtech MUDr. Jenerál. Ocenění lékaři v novoměstské nemocnici zakořenili hned po stu-

diích a zanechali zde nesmazatelnou stopu. Jak v jejich medailonku připomenula pediatrička MUDr. Marie Košťálová, vchovali řadu lékařů, kteří pod jejich vedením atestovali a nyní pracují v nemocnici i na obvoděch.

„Díky Mirčině úsilí a Jindřichově postavení bylo možno vybudovat moderní novorozenecké oddělení, včetně jednotky intenzivní péče. Nejvíce jsem si ale na nich vážila toho, s jakou láskou, obětavostí a pokorou vykonávali svoje povolání,“ řekla v závěru svého vystoupení Marie Košťálová.

„Manželé Haukovi byli skvělí pediatři s hluboce lidským přístupem k pacientům i k jejich rodinám. Patří jim velká úcta i veliké poděkování,“ přidala se ředitelka Nemocnice Nové Město na Moravě Věra Palečková.

Pak již oceněný lékař za zvuků fanfár převzal pamětní medaili. Krom toho i podle tradice ručně vyrobené pero z olivového dřeva, starého dva tisíce let, diplom a další dárky.

„Velice si vyznamenání vážím. Hlavně proto, že se vzpomnělo i na Mirku. Bez ní bych si vůbec nedovedl představit, že bych tady kdy stál,“ poděkoval nový „rytíř lékařského stavu“ Jindřich Hauk. -lko-

Včasná diagnóza mírní průběh nemoci

Alzheimerova nemoc je dnes nejčastější příčinou demence středního a vyššího věku a zásadním způsobem ovlivňuje kvalitu života pacienta a jeho okolí.

Včasná diagnostika nemoci je tak velmi důležitá. Opakovanou otázkou na naši největší zdravotní pojišťovnu je, jak probíhá vyšetření na Alzheimerovu nemoc.

Problematicku vysvětluje tisková mluvčí VZP Viktorie Plívová.

Tato nemoc se nedá vyléčit, ale čím dříve je onemocnění rozpoznáno, tím dříve může být stanovena léčba léčivými přípravky zmírňujícími průběh nemoci, případně terapiemi u psychologa či psychiatra.

„To může pacientovi zvýšit kvalitu života a oddálit rozvoj dalších příznaků onemocnění,“ uvádí.

Při podezření na Alzheimerovu nemoc či jinou formu demence by tedy měl pacient nejprve navštívit svého všeobecného praktického lékaře. Ten s ním projde osobní, rodinnou, sociální i pracovní anamnézu, aktuální zdravotní obtíže či užívané léky.

Rozhovor se také zaměřuje na změny v chování pacienta v posledních měsících a letech. Lékař může také pohovor absolvovat s příbuznými pacienta.

Jak dále Viktorie Plívová vysvětluje, praktický lékař provede fyzikální vyšetření (pohledem, pohmatem, poslechem, poklepem), EKG, laboratorní vyšetření – krve a moči, glykemie, hladiny hormonů štítné žlázy atd. Následně pacienta otestuje pomocí diagnostických testů (Mini-Cog test, MMSE).

Na základě posouzení celkového

zdravotního stavu pacienta a výsledků diagnostických testů může praktický lékař doporučit pacienta k podrobnému vyšetření.

Na specialistovi v oboru neurologie, psychiatrie, geriatrie či endokrinologie je případně vyloučit, že pozorované změny zdravotního stavu nejsou způsobeny jiným onemocněním, např. neurodegenerativním či vaskulárním.

„Specialista také může pacientovi doporučit další komplexnější vyšetření. Použity mohou být např. zobrazovací metody jako CT (počítačová tomografie) nebo magnetická rezonance,“ vysvětluje mluvčí pojišťovny.

Časný záchyt Alzheimerovy nemoci či jiné formy demence je klíčový. Získání přesné diagnózy je předpokladem pro zahájení cílené léčby.

Časný záchyt demence v ordinaci praktika

U pojištěnců ve věku 65-80 let by měl všeobecný praktický lékař jednou za dva roky provést v rámci preventivní prohlídky tzv. screeningové vyšetření s cílem časného záchytu demence. Součástí je tzv. Mini-Cog test.

Lékař provedený test vyhodnotí a v případě pozitivního výsledku stanoví další léčebný postup.

„Pokud bezpříznakovému pacientovi



ALZHEIMEROVA nemoc bývá častým neduhem středního a vyššího věku. Ilustrační foto: Pixabay

vyšel pozitivní výsledek Mini-Cog testu, provede praktický lékař zpřesňující diagnostiku v podobě standardizovaného testu mentálních funkcí (MMSE),“ vysvětluje Viktorie Plívová postup.

Péče o pacienta s demencí

Pacienta, kterého vyšetřil specialista a potvrdil u něj konkrétní diagnózu (Alzheimerovu nemoc či

jinou formu demence), si převezme do dispenzární péče všeobecný praktický lékař, u kterého je pacient registrován.

Z veřejného zdravotního pojištění jsou hrazena všechna vyšetření, ke kterým je pacient indikován všeobecným praktickým lékařem či specialistou. „Vyšetření musí být provedena u smluvního poskytovatele zdravotních služeb, tzn. u takového, který má uzavřenou smlouvu se zdravotní pojišťovnou pacienta,“ dodává mluvčí VZP a na závěr má radu.

Pojištěnci VZP starší 65 let mohou čerpat příspěvek 500 Kč na kognitivní pomůcky pro trénink paměti doporučené Českou alzheimerovskou společností, o.p.s. nebo na testování paměti ve vybrané síti lékáren uvedené na lekarnici.cz.

V Knihovně Matěje Josefa Sychry již řadu let funguje Alzheimer poradna. Je odbornou pomocí pečujícím, přátelům i samotným nemocným (viz str. 15).

(Redakčně upraveno)

-lko-

Nemocnice omezila návštěvy

Z důvodu zhoršené epidemiologické situace platí až do odvolání zákaz návštěv na neurologickém a interním oddělení a na chirurgické JIP.

Tak informuje Nemocnice Nové Město na Moravě na svém webu z 18. 12. 2023. Návštěvníci nemocných na ostatních odděleních by měli být ohleduplní k pacientům i personálu a používat ochranné prostředky. -lko-

Služby

Angličtina a němčina

■ Skupinové a individuální kurzy anglického a německého jazyka všech pokročilostí. Příprava na maturitu a zkoušku FCE. Skupinové kurzy zahajujeme vždy v únoru a září v 18 výukových blocích a před zahájením máte možnost účastnit se zdarma 1 následové hodiny. Individuální výuku nabízíme v průběhu roku dle dohody včetně Business and Technical English.

Systémy jakosti s.r.o., Horní 30, Žďár n.S. (HOTEL FIT, 4.p.), tel: 727 882 103, 566 620 261, www.systemy-jakosti.cz

Klimatizace

■ KLIMATIZACE-TEPELNÁ ČERPADLA-VZDUCHOTECHNIKA

Prodej, montáž, servis, pravidelné kontroly.

www.svetklimatizaci.cz

Tel.: 728 385 371

Jihlavská 1148/16, Žďár nad Sázavou

Malíři

■ Chromý Pavel, Na Úvoze 16, Žďár nad Sázavou, tel: 604 327 730. Malby, nátěry. Malby včetně úklidu. Nátěry oken, střeš, dveří. Drobné zednické a obkladačské práce. e-mail: pavelpajos@seznam.cz

■ MALBEST, Nádražní 37/2, Žďár nad Sázavou, tel: 603 225 457. Veškeré malířské a natěračské práce. www.malbest.estranky.cz

Návrhy interiérů

■ Návrhy dispozičních schémat bytů nebo rodinných domů. Vhodné např. při přípravě rekonstrukce nebo před koupí nemovitosti.

Ing. Jaroslava Sobolová, www.navrhdispozic.cz

Zahradnictví

■ Zahradnictví u Chlubnů přeje všem hodně zdraví, štěstí a lásky v novém roce 2023. S novým slunkem se těšíme na další setkání.

Tel. 607 285 194, 724 960 317, www.uchlubnu.cz

OZNAMOVATEL

KOUPĚ:

■ Koupím škrdlovické sklo - vazy, mísy a jiné druhy i celé komplety. Tel 704 787 323

RŮZNÉ

■ Výkup STARÝCH peřin. Tel.: 721 469 234

I když už nejsou mezi námi, neznamená to, že na ně nemyslíme. Připomeňme si ty, co nás již opustili, hezkou vzpomínkou.

Vzpomeňte si na své blízké



Žďárské noviny

www.jihlavske-listy.cz/zn, e-mail: nzr.reklama@centrum.cz



EROTIC CITY®

RADOST NA DOSAH

Jak silně pulzuje?

JAK TO OPRAVDU JE, VÍME V PRODEJNĚ EROTIC CITY

OC CITYPARK Jihlava **1.** patro

Několik „Nej“ roku 2024

- 200. výročí narození (2. 3. 1824) a 140. výročí úmrtí (12. 5. 1884) skladatel **Bedřich Smetana**
- 120. výročí úmrtí (1. 5. 1904) skladatel **Antonín Dvořák**
- 170. výročí narození (3. 7. 1854) skladatel **Leoš Janáček**
- 140. výročí (28. 5. 1884) narození bývalý čs. prezident

Psychoterapeutické okénko



Ilustrační foto: pixabay.com

Zvířecí pomocníci

Kdo máte doma nějaké zvíře, tak víte, že vám může být velkým pomocníkem v životě, jelikož tiše snáší vaše nálady, starosti a stíznosti. Zvířata k vám dokážou přijít, aniž byste je přemlouvali, a přenést na vás svůj klid a pohodu. Jsou to v podstatě takoví malí terapeuti (občas i hodně velcí, pokud máte doma např. koně), které nezajímá váš stres ani to, co říkáte, ale jak se k nim chováte. Vnímají vás pravdivě a reagují naprosto spontánně, takže dokážou být skvělým zrcadlem vašich momentálních nálad.

Je známo, že zvířata na sebe mohou přenášet lidské nemoci a trápit se se svým pánčkem, proto buďte obezřetní, a při jakýchkoli potížích vašeho zvířátka zpozorněte a zkuste dát do pořádku především sebe.

V době mého dětství jsme měli na hájovně spoustu zvířat, mezi nimi i třicet ovcí, jednoho divočáka, krocan, husy, kočky, psy a také jednoho jelena. Ten, jelikož vyrůstal s ostatními zvířaty, postupně naznal, že je buďto pes nebo kočka, a začal se tak i chovat.

Hlídal dům, chodil s námi na procházky a jednou se dokonce snažil odjet se mnou autobusem do školy. Bohužel se nevešel do dveří kvůli parohům, a také panu řidiči se tento pasažér nějak nezdál.

Jindy zase přinesl ze své procházky domů diplom, na kterém stálo: „Za páté místo v pětiboji,“ jelikož byl zrovna navštívit školu v přírodě a zapojil se do soutěže. Ve volném čase relaxoval v nedaleké bažině nebo se honil kolem hájovny s námi, dětmi.

Díky tomuto velkému mazlíčkovi jsme zjistili, že je jedno, jaké zvíře doma máte, hlavně že ho máte rádi a staráte se o něj. Mimochodem, jelen je poměrně nenáročný zvíře, kterému nemusíte kupovat žádné granulace, jelikož se pase, a tak ho stačí mít venku na trávníku. I když ten náš měl přece jen jednu závislost, a to na bonparech a nedopalcích od cigaret, pro které si chodil každý den do nedaleké hospody. Tady vidíte, že i jeleni mohou mít své závislosti, stejně jako lidé :)

Mgr. Lucie Poláková
Psychoterapeutka a astroločka

Kotlům z minulého století odzvonilo

Stačí jen pětina českých domácností, které netopí správně a do ovzduší vyprodukuje víc než polovinu emisí. Alarmující! Do boje se vydal Smokeman.

■ Lenka Kopčáková

„Topte tak, jak chcete, aby topili vaši sousedé,“ radí doktor inženýr Jiří Horák z Výzkumného energetického centra na Vysoké škole báňské a Technické univerzitě Ostrava. Bývalý horník je známý pod přezdívkou Smokeman a jak o sobě říká, je hlavně chlap, co nemá rád kouř. Dělá vše pro to, aby naše komíny méně čoudily a přitom jsme se více ohřáli.

Ve zkušebně kotlů a kamen, kterou má Jiří Horák na starosti, provedl se svým týmem přes sedm tisíc reálných spalovacích zkoušek a jejich výsledky shrnul do „Smokemanova desatera správného topiče“. O problematice dokáže srozumitelně přednášet dětem, studentům i laikům.

Malé komíny podle Smokemana neznamena malý kouř. Přibližně 20 % českých domácností, které jsou vytápěny pevnými palivy, vyprodukuje více než 80 % všech „českých“ emisí jemného prachu a více než 95 % rakovinotvorného benzo[a]pyrenu. Proto se i malé zmenšení kouře může výrazně projevit na čistším ovzduší.

Smokeman vnesl nový pohled na vytápění

Smokema má dokonce v ČT EDU svůj odborný seriál nazvaný „Smokemanovo desatero správného topiče“, který slouží jako námět do výuky ekologie pro 2. stupeň ZŠ i střední školy.

Pomocí hravých videí představuje, jak ušetřit za palivo a snížit vliv našeho vytápění na zhoršenou kvalitu ovzduší. Pro nás dospělé může být přínosné zadat do vyhledávače stejný název. Objevíme spoustu témat, která nám pomohou porozumět nejasnostem kolem topení.

Letos na podzim dorazil Smokeman se svým týmem do Žďáru. Hlavním důvodem, proč jej radnice pozvala, je chystaná změna. Od září 2024 totiž už nebudeme moci topit v kotlích třídy 1 a 2 a v kotlích podomácku vyrobených, které nemají žádnou třídu. Vytápět naše obydlí bude možné jen kotli tříd 3, 4 a 5. Jinak riskujeme velkou pokutu.

Smokeman si u nás na náměstí postavil pojízdnou kotelnu a vedl celodenní vzdělávací show. Pomocí praktických pokusů a modelů ukazoval, jak lépe topit. Dětem přednášku ozvláštnil efektními chemickými pokusy k tématu. Lidé se u stánků zastavovali na radu.

ŽN byly při tom a zajímavé postřehy dnes opakujeme.

Dozvěděli se např., co nejvíce ovlivňuje kouř, jaký vliv má druh paliva a zvolený typ kamen či kotle. Jak stanovit vlhkost dřeva a vůbec jak nejlépe topit.



JIŘÍ HORÁK alias Smokeman radí Žďárákům, jak na záludnosti topení.

Foto: Lenka Kopčáková

Jak se vyznat v kotlích

V souvislosti s chystaným zpřísněním tříd kotlů vysvětluje pro ŽN rozdíl mezi jejich kategoriemi technik z Výzkumného energetického centra Martin Chmelař.

Podle jeho slov jsou nyní nejstarším typem kotle prohořivací. Říká jim kotle minulého století.

„Prohořivací znamená, že když topíme na roštu, tak oheň a spaliny musí prohořet celým nasypáním palivem než odejdou do komína. A po celou tu dobu vlastně špatně hoří a produkuje vyšší koncentrace emisí. Kvůli tomu nemohou splnit vyšší třídu kotle,“ vysvětluje technik.

I nadále bude možné používat kotle zplynovací, které již mají přívod vzduchu a jsou vyložené keramikou. „Když se rozežehřejí, dokážou dřevo i nežádoucí emise spálit velmi dobře. Vždy z komína něco jde, ale splňují limit dané třídy,“ říká.

Povolene zůstanou i kotle odhořivací, které dokážou splnit 4. třídu na uhlí. „Výrobce zatím ještě může odhořivací kotle prodávat, ale nejsou na ně dotace. Ty můžeme získat např. na kotle vytápěné biomasou,“ dodává odborník.

Certifikace kotlů provádí největší Státní zkušební ústav v Brně a Vysoká škola báňská v Ostravě. Kotel je zařazen do třídy 1 až 5 podle toho, jaké splňuje emise.

Certifikaci dostanou jen kotle splňující třídu 3-5. Krom toho musí splňovat i limity ekodesignu, kdy se ve zkušebně měří oxidy dusíku. Bez ekodesignu se nesmí daný typ kotle prodávat.

Zatímco odhořivací a zplynovací kotle jsou na ruční příkladku, moderní automatické kotle si palivo samy podávají a hoření si regulují.

„Stačí palivem naplnit násypku. Nejčastěji šnekovým dopravníkem putuje palivo do hořáku, kam ventilátor fouká vzduch a palivo hoří,“ popisuje odborník.

Bez elektřiny už to nejde

Nové typy kotlů se však neobejdou bez elektrického proudu, který pohání ventilátor, dopravník paliva i čerpadla. Laika napadne, co se stane při výpadku elektřiny, zda to při naloženém kotli není nebezpečné.

Martin Chmelař vysvětluje, že u starých typů prohořivacích a odhořivacích kotlů se dalo topit na samotný provoz. Žádná čerpadla tam nebyla. „Systém měl hrubé rozvody, tedy velké dimenze trubek a jak se začala zvedat teplota v kotli, sama horká voda svou roztažností putovala do topení a vracela se bez potřeby elektrických čerpadel,“ popisuje.

To ale již takto nejde v kotli, kde potřebujeme, aby se točil ventilátor a vodu rozhánělo čerpadlo.

„Zákony a normy pamatují na případný výpadek el. proudu, kdy má kotel v sobě palivo. U automatů se okamžitě přerušuje dodávka paliva. Když se zastaví podavač, uvnitř v hořáku zůstane tak málo paliva, které není nebezpečné,“ ujišťuje.

Navíc součástí instalace musí být tzv. dochlazovací ventil nebo smyčka proti přetopení kotle. Při hrozcím přehřátí spustí proud studené vody z hřadu, vychladí kotel a horká voda odejde do odpadu. Podobný ventil s čidlem mají např. i křbová kamna.

Podle Martina Chmelaře existuje pro případ výpadku proudu ještě nadstandardní řešení, a tím je záložní zdroj elektřiny. „Pokud je naložený kotel, po nějakou dobu drží v chodu čerpadla. Toto bezpečnostní zařízení je nepovinné a musí se dokoupit, výrobci dodají jen

SMOKEMANOVO
DESATERO SPRÁVNÉHO TOPIČE

- Top tak, jak chceš, aby topil tvůj soused.
- Suš dřevo minimálně jeden až dva roky.
- Nespáluj odpadky!
- Nastav regulační klapky tak, aby vzduch mohl k palivu, oheň nedus.
- U starých kotlů přikládej méně a častěji, u automatů a zplynovacích kotlů vždy do plna.
- Pravidelně čistí kotel, kouřovod a komín.
- Používej moderní kotel či kamna.
- Udržuj teplotu spalín za kotlem mezi 100 až 250 °C.
- Nevyhazuj teplo oknem, nepřetápěj a top jen tam, kde potřebuješ.
- Nebud' lhostejný k sobě ani ke svému okolí, zajímej se o to, co jde z tvého komína.

kotel,“ upozorňuje technik.

Podle jeho slov jsou na našem trhu krom českých kotlů k dostání hlavně kotle z Polska a Slovenska.

Dřevo pořádně vysušit!

Jak se Smokemanův tým shoduje, každý kotel potřebuje jiný způsob topení. U kotle na dřevo je důležité nechat palivo řádně vysušit, nejméně rok, optimálně dva roky.

„Mokrý dřevo špatně hoří, a vznikajícím dehtem jsme schopni si zničit kotel i komín, takže ve finále víc škody jak užít,“ varuje Chmelař.

Po dvou letech sušení má dřevo vlhkost pod 20 % a pak není rozdíl ve výhřevnosti mezi měkkým a tvrdým dřevem. Rozdíl je ale v tom, jak často musíme přikládat. Je jasné, že pomaleji hoří tvrdé dřevo, např. buk, které je hustější a má tak více hmoty.

(Pokračování na str. 15)

Kotlům z minulého století...

(Dokončení ze str. 14)

Pro ty, kdo topí plynem, je úspornou variantou kondenzační plynový kotel, který umožňuje pro ohřev využít navíc i teplo vzniklé kondenzací vodní páry ve spalínách. Její proměnou na vodu se uvolní takzvané kondenzační teplo sloužící k ohřevu otopné vody.

Kdy nechat kotel zkontrolovat

Na dotaz ŽN, jak je to s kontrolou kotlů a spalínových cest, odpovídá hlavní Smokeman Jiří Horák.

U plynového nebo kondenzačního kotle by měl odborník zkontrolovat spalínové cesty jednou za dva roky.

A kdy už je čas na vyčištění kotle?

To podle Smokemana poznáme podle teploty ve spalínových cestách. Doporučuje tedy nechat nainstalovat teploměr do komína. Jak podotýká, teploměr na kotli měří jen teplotu vody.

„Např. peletový kotel by měl mít teplotu spalín od 120 do 150°C. Jak spaliny zanesou výměník, tím jej izolují a již nepředávají dostatečně teplo do vody v systému a unikají horké bez užítku.“

Pokud zjistíme v komíně teplotu nad 140°C, je čas na vyčištění kotle. Do všech otvorů důležitých k údržbě kotle se dostaneme,“ vysvětluje Smokeman.

Oficiální kontrolu spalovacího zařízení musíme z pohledu úřadu nechat odborně provést jednou za tři roky. Podle typu kotle kontrolu provede „autorizovaná oprávněná osoba“.

„Spalínové cesty vedou od hrdla kotle, přes kouřovod, sopouch až do ústí komínu. Ty si můžeme čistit sami, ale jednou ročně je dle zákona musí zkontrolovat komíník,“ informuje Horák.

Komíník nám také dá potvrzení s razítkem, že jsou spalínové cesty v pořádku.

V případě požáru bude pojišťovna požadovat potvrzení, že každý rok probíhala kontrola spalínové cesty.

A kdyby při požáru shořelo i potvrzení, dodá jej sám komíník.

„Dnes existuje databáze, v níž lze dohledat veškeré zanesené kontroly kotlů - jednou za tři roky i kontroly spalínových cest - jednou ročně,“ informuje Smokeman.

Vyplatí se tedy mít vše správně a díky udržovanému zařízení co nejvíce využít energii při spalování paliva.

Pozor na úbytek kyslíku

Pokud máme v obytné části domova krbovou kamna či plynový kotel a náš dům prošel výměnou oken a zateplením, zpozorníme. Jak Smokeman vysvětluje, u starých oken vzduch do místnosti prostupoval z netěsností, což se nově již neděje.

Také většina nových kamen má dnes externí přívod vzduchu (který potřebuje k hoření), neodebírání jej tak z místnosti. Ale u starších typů kamen a kotlů musíme podle Jiřího Horáka přívod vzduchu zajistit. Lze provrtat otvor do sklepa, přes který trubkou přivedeme vzduch, nebo můžeme do dveří na chodbu vsadit mřížku a vzduch bude proudit. „Já sám mám v obývací krbové kamna a pro jistotu jsem si do místnosti nainstaloval měřák CO,“ podotýká odborník.

Zvláště obezřetní bychom podle Smokemana měli být, pokud máme v domě s novými těsnícími okny i kuchyňskou digestoř.

„Má elektrický ventilátor, který za určité situace dokáže přetlačit komín. Pak vsaje spaliny do místnosti a hrozí nám smrtelná otrava oxidem uhelnatým (CO),“ varuje Smokeman.

Ani to prý nepoznáme, jen možná ucítíme únavu a usneme. Tak pozor, ať to není napořád! Při nádechu se nám totiž v těle kyslík váže na červené krvinky, ale CO to dokáže mnohonásobně vydatněji.

Dobrá Smokemanova rada tedy zní: Při spuštění digestoře zároveň otevřete i ventilačku!

Putovní hra za betlémy

Těsně před svátky začala ve Žďáře putovní hra s názvem Půjdem spolu za betlémy, která reflektuje letošní 800. výročí vzniku tradice živého betléma a trvá do 7. ledna.

Je určena zejména pro rodiny s dětmi, ale účastnit se může kdokoliv. Putování za žďárskými betlémy mělo původně osm zastávek s jesličkami v různé formě. Ale protože se pokročilé datum a některé akce již proběhly, na přelomu roků lze navštívit již jen šest herních stanišť. Ale i tak to lze stihnout, protože naším úkolem je nasbírat minimálně šest razítek. Naše hrací karta tak může postoupit do vylosování.

Soutěžit můžeme do 7. ledna, kdy je vyhodnocení putovní hry od 14.30 hodin při dětském pásmu v kostele sv. Prokopa.

Kdo přinese hrací kartu vyplněnou alespoň šesti razítky, dostane malou

odměnu. Na místě bude ještě vylosováno deset výherců, na které čeká překvapení.

Vánoční hru pořádají žďarské římskokatolické farnosti, Regionální muzeum, městské infocentrum a Kolpingovo dílo ČR.

Doma si můžeme ze stránek www.prokopzr.cz vytisknout hrací kartu s políčky pro razítka. Její součástí je i mapa a otevírací časy sledovaných míst. Hrací kartu získáme i na betlémských staništích.

Kam pro razítka:

Kostel sv. Prokopa; Kaple sv. Barbory (otevřeno do 1. 1. 2024); Kostel Nejsv. Trojice (otevřeno 30. 12.–1. 1. a 6.–7. 1.); Poutní kostel na ZH (do 31. 12.); Slámový betlém před Starou radnicí (razítko v IC z boku radnice); Regionální muzeum na Tvrzi (otevřeno do 30. 12. a 1.–7. 1. 2024).

-lko-

Kam ve Žďáře

1. 1. 2024 NOVOROČNÍ OHŇOSTROJ - městské vítání nového roku, nám. Republiky: 17.30 vystoupení operního pěvce Jakuba Pustiny a zdravotní představitelů města, státní hymna; 18 hod. ohňostroj.

3. 1. ALZHEIMER PORADNA - pomoc pro pečující osoby, blízké a nemocné Alzheimerovou chorobou (nutná rezervace na tel.: 733 629 018) Knihovna M. J. Sychry (od 8 h.)

5. 1. ČECHOMOR: TŘÍKRÁLOVÝ KONCERT - českomoravská hudební skupina a její originální podání lidových písní. Dům kultury (19-21)

16. 1. NIKODÉMOVA NOC - večer otevřený kostel k rozjímání, modlitbě či tichému duchovnímu rozhovoru. Kostel sv. Jana Nepomuckého na Zelené hoře (19-20)

19. 1. TRANSFORMERS SHOW - horká novinka: Interaktivní show gigantických robotů Transformers ve Žďáře. Jediné turné v ČR. Městské divadlo (17-19)

25. 1. POUTNÍCI: PŘES 50 LET V COUNTRY - kapela oceněná Zlatou Portou a v USA za nejlepší neamerické bluegrassové CD udělované organizací SPBGM. Dům kultury (19-20.30)

16. 1. (16-17); 26. 1. (15-16) DNY OTEVŘENÝCH DVEŘÍ PRO UČITELE A PEDAGOGICKÉ PRACOVNÍKY - Zámek Žďár je místem vzdělávacích programů pro žáky MŠ, ZŠ i SŠ, s přesahem do historie, dějin umění i environmentální výchovy k občanství.

Žďarské noviny

Vydává: Parola spol. s r.o., IČ 18199283, Fritzova 1552/34, 586 01 Jihlava, www.jihlavske-listy.cz/nzr - Vychází 1x měsíčně v nákladu 10.400 ks, zdarma do každé domácnosti, č. 1 vyšlo 29. 12. 2023. Vychází od roku 1994.

Adresa redakce: Horní 28, 591 01 Žďár nad Sázavou - Redaktor: Lenka Kopčáková, mob.: 736 193 687, e-mail: nzr.redakce@centrum.cz - Inzerce: mob.: 732 235 415, e-mail: nzr.reklama@centrum.cz - Tisk: Czech Print Center a.s. - Registrace: MK ČR E, číslo indexu 11277 - Distribuce: RENVY Trade s.r.o., Grusova 413, Pardubice. Reklama: tel.: 567 578 027.

© Parola spol. s r.o. Jakékoliv užití a šíření částí nebo celku obsahu Žďarských novin bez písemného svolení vydavatele je zakázáno.

Ukázka aktivit.

27. 1. LORDI: Next picture - Tři rozpustilí lordi hrají mezi sebou hru, ve které si rozdělují dámy a přidělují si dle úspěšnosti červené a černé body. Až jednou jeden z lordů... Městské divadlo (19) -lko-

Senioři ČR

Klub seniorů, Dolní 165/1

16. 1. 16.30 Posezení s harmonikou a písničkou

30. 1. 16.30 Vzpomínky na naše pobytové zájezdy: Beskydy 2016, Spálené Poříčí 2019, Spartakiáda 1985.

Video promítá Jiří Dvořák.

Žďarský volejbal

■ Sportovní hala TJ

So 20. 1. v 10 a 13 hod. Hronov (2. liga - muži)

■ Tělocvična ZŠ Palachova

So 6. 1. v 9 hod. Pelhřimov, Příbrav (kraj. přebor - mladší žákyně)

So 13. 1. v 10 a 13 hod. Pelhřimov (kraj. přebor - ženy)

So 27. 1. v 10 a 13 hod. Třebíč (kraj. přebor - ženy)

Klub českých turistů

Výcházky pro veřejnost

1. 1. Novoroční výšlap na Peperk (15 km) 9.00 MěÚ

6. 1. Zatopené lomy, Prosetín, Skuteč (8 km) 7.20 vlak

13. 1. Pilák-Stržanov-Světnov-Škrdlovice (10 km) 9.00 Pilák

20. 1. Slavnostní oheň na Čeřínku (11 km) 7.15 vlak

27. 1. Hlinský, Hamry-Masopust (10 km) 7.30 bus/vlak

Regionální muzeum

■ Do Tří králů **VÁNOČNÍ KOMENTOVANÉ PROHLÍDKY MOUČKOVÁ DOMU** - pojďme si vyslechnout zajímavosti z historie Vánoc. V kupeckém krámkě najdeme vánoční sortiment zboží, nahlédneme do salonu bohaté měšťanské domácnosti. Chybět nebude ani lidové větštiny budoucnosti.

■ Do 31. 3. 2024 **S MYSLIVCEM KE KRMELCI** - oblíbené zimní vycházky s pracovníkem muzea a zároveň myslivcem Pavlem Elblem. Určeno hlavně pro děti MŠ a 1. stupně ZŠ. Myslivce však provede i zájemce z řad veřejnosti (min. skupinka pěti osob).

V lese se dozvíme proč, čím a v jakém čase myslivci zvěř příkrmuji a které druhy zvířat krmeliště navštěvují. Součástí je malá ukázka trofejí a vábení zvěře. Objednávky (566 688 116 a 604 317 797).

■ Od 1. 2. 2024 **DIVY FYZIKY** - hravá výstava pro všechny na Tvrzi.

Fyziku a matematiku zde objevíme coby zábavu. Ve velkém krasohledu budeme skládat obrovské souměrné obrazy a uplatníme



KRASOHLED. Na výstavu Divy fyziky se na Tvrzi můžeme těšit od února.

Foto: archiv RM

tak znalosti osově souměrnosti. A co myslíte, necháme si oklamat mozek u optických klamů?

Historik Miloslav Lopaur slibuje i vzhled do světa ultrafialového záření nebo zjištění, jak vidí svět hadi. „Pomocí polarizace rozpohybujete obrázky. Můžete skládat hudební pomoci laserové harfy. V elektrické laboratoři si zkusíte, jestli byste ušlapali provoz televize. Když spojíte síly jako elektrické vodiče, stanete se hudebním nástrojem,“ uvádí příklady za tým pořadatelů. A nakonec ještě jedna výzva: abychom se dostali k pokladu, budeme muset zvládnout laserové bludiště. -lko-



+420 730 150 207
 fve@elmont-invest.cz
 +420 604 959 666
 info@elmont-invest.com
 Jihlavská 2523/36
 Žďár nad Sázavou

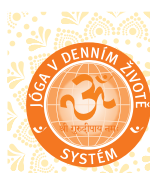
NABÍJECÍ STANICE | LED OSVĚTLENÍ | ROZVADĚČE

elmont-invest

ELEKTROMONTÁŽE | REALIZACE FVE | REVIZE

- ✓ fotovoltaika na klíč
- ✓ solární ohřev vody
- ✓ dodávka a montáž TČ
- ✓ vyřízení dotace
- ✓ elektromontáže
- ✓ revize a BOZP

 www.fvemontaze.cz
 www.elmont-invest.com



JÓGA V DENNÍM ŽIVOTĚ
 Harmonie těla, mysli a duše
 Systém paramhans svámího Mahéšvaránandy

JÓGACENTRUM ŽĎÁR NAD SÁZAVOU

KURZY JÓGY

30. 1. 2024 – 1. 6. 2024

Přihlášení do kurzů online na www.joga.cz nebo na tel. 724 279 158

JÓGACENTRUM ŽĎÁR NAD SÁZAVOU, Nádražní 1141/44 (bývalá knihovna na nádraží)

PONDĚLÍ

8:45-10:15	proti bolestem zad a kloubů	Mgr. Ilona Šerejchová
10:30-12:00	proti bolestem zad a kloubů + online	Mgr. Ilona Šerejchová
17:30-19:00	jóga pro ženy	Mgr. Ilona Šerejchová

ÚTERÝ

8:45-10:15	proti bolestem zad a kloubů	Bronislava Vinopalová
10:30-12:00	proti bolestem zad a kloubů - začátečníci	Bronislava Vinopalová
15:30-17:00	mírně pokročilí	Mgr. Ilona Šerejchová
17:30-19:00	proti bolestem zad a kloubů	Mgr. Ilona Šerejchová
19:15-20:45	pokročilí + online	Mgr. Ilona Šerejchová

STŘEDA

8:45-10:15	proti bolestem zad a kloubů	Mgr. Ilona Šerejchová
15:30-17:00	proti bolestem zad a kloubů	Mgr. Ilona Šerejchová
17:30-19:00	jóga pro ženy	Mgr. Ilona Šerejchová

ČTVRTEK

8:45-10:15	jóga pro ženy	Mgr. Ilona Šerejchová
16:00-17:30	začátečníci (2.-3.díl)	Mgr. Ilona Šerejchová
17:45-19:15	proti bolestem zad a kloubů	Mgr. Ilona Šerejchová

Cvičíme i ONLINE!

Změny na rozpisu jsou možné.

 Jóga v denním životě Žďár nad Sázavou, z.s. | Jógacentrum, Nádražní 1141/44, (bývalá knihovna na nádraží)
 tel. 724 279 158 | zdar@joga.cz | www.joga.cz

201-jogam



2JCP

+
**Získejte skutečnou
 práci a příspěvek
 50 000 Kč**

+
**PRÁVĚ HLEDÁME
 SVÁŘEČE, MISTRY VÝROBY
 A LAKÝRNÍKY**

+
 2JCP, Průmyslová 162, Třebíč
 tel.: 601 111 077
 e-mail: pracetrebic@2jcp.group


skutecnabudoucnost.cz