

www.imetropol.cz

MORAVSKÝ

## METROPOL



Nová pravidelná rubrika

## O NÁS - O LIDECH

na straně 7

Můžete si přečíst o třech zajímavých ženách:

Denise Kapitančíkové, Michaele Zachové a Nadě Jandové

## Igor Ondříček

Je mi moc dobře v Městském divadle

rozhovor

Charismatický Igor Ondříček vystudoval brněnskou JAMU a ještě téhož roku nastoupil do Městského divadla Brno, kde působí do dnešní doby. Od roku 2003 jako šéf zpěvohry. Je milý a sympatický a povídat si s ním byla radost.

■ **Od roku 2003 jste šéfem zpěvohry, jak jste se k této pozici dopracoval?**

V roce 2004 jsem zvítězil v konkurzu, který na tuhle funkci vypsal tehdejší ředitel Národního divadla Brno pan Zdeněk Prokeš.

Ke konci roku roku 2004 se připravovala v souvislosti s výstavbou Hudební scény Městského divadla Brno a rozhodnutí Magistrátu města Brna delimitace souboru zpěvohry Národního divadla do divadla Městského. Pracoval jsem pohostinsky ve zpěvohře Národního divadla I Městském divadle, oba divadelní domy sem tudíž znala mohl být při přesunu souboru nápomocen.

■ **Vedle šéfování však stále hrajete, co momentálně připravujete?**

Právě jsme ukončili práci na muzikálu Hello, Dolly! Hrajeme ji v současné době v předpremiérách, oficiální premiéra je naplánována na 6. února letošního roku. Velmi mě těší, že se krom novinek a

původních hudebních inscenací, uvádějí i díla ze zlatého muzikálového fondu, abych tak řekl, a tím Hello, Dolly! bezesporu je. Velkou radost mám z jevištního setkání s Alenou Antalovou, se kterou jsem studoval brněnskou JAMU a jako partneři v představení jsme se naposledy sešli před šestnácti lety v Mam'zelle Nitouche. Režiroval tehdy Gustav Skála, který režiruje i Hello, Dolly! Tohle setkání je pro mě o to radostnější. Však si s Alenkou Dolinu, jak představení důvěrně říkáme, pořádně užíváme. Doufám, že si jej podobně užijí i naši diváci.

■ **Máte nějakou „nejoblíbenější“ roli?**

Je to asi tak, když zkouším nějakou novou roli, je pro mě tou nejdůležitější a nejoblíbenější. Protože nejvíce energie věnuji právě jí. Teď je pro mě takovým úkolem právě Horác Vandergelder z Helou, Dolly! Samozřejmě mám moc rád role, které mají úspěch u diváků jako Babs v Charleyově tetě nebo Kamil z Brouka v hlavě. Svátkem je pro mě zahrát si dramatické role jako Pahlen ve Smrti Pavla I., nebo Krotitel ze Sily zvyku.

■ **Mě osobně jste nejvíce zaujal ve hře Brouk v hlavě? Jak vzpomínáte na postavu Kamila?**

Bylo mi tehdy 24 let. Tohle komedii hrajeme už čtrnáct let. Všichni v ní s úspěchem stárneme. Ani obsazení se za tu dobu příliš neproměnilo. Takže raději než vzpomínání, užívám si repríz, které hrajeme v současné době. Nevím, kolik divadel má na repertoáru takový, dalo by se říci evergreen. Režiséři, nové role, kolegové přicházejí a odcházejí, ale Brouk v hlavě zůstává. :-)

pokračování na str. 6



Igor Ondříček a Alena Antalová

Igor Ondříček jako Horác Vandergelder z muzikálu Hello, Dolly!

Text: Dita Brančíková, foto: Jef Kratochvíl



0105302

## Knihovničtí na Blanensku prominou čtenářům pokuty

**Internet zdarma, odpuštění pokut nebo bezplatná registrace čtenáře.** Tímto způsobem chtějí obecní a městské knihovny na Blanensku oslavit měsíc března, který byl pro letošní rok Svazem knihovníků a informačních pracovníků České republiky vy-

uložení jakýchkoliv sankcí vrátit vypůjčené knihy, časopisy a zvukové nosiče, jejich výpůjční doba již dávno uběhla. Na návštěvníky blanenské knihovny také v první půli března čeká internet zdarma. Ani čtenáři v Letovicích a Boskovicích



hlášen jako „Měsíc čtenářů“. Městská knihovna v Blansku například v první polovině března vyhlásí takzvanou „knihovnickou amnestii“, během níž budou moci čtenáři bez

nepřijdou zkrátka. Knihovny stávajícím čtenářům odpustí staré dluhy a novým zájemcům nabídnou čtenářskou registraci zdarma.

**Text: redakce, foto: archiv**

## Břeclav se pouští do oprav škoek, silnic i chodníků

**Pro letošní rok hodlá Břeclav investovat do oprav komunikací, zatraktivnění města a revitalizace školských zařízení na 145 milionů korun.** Nejdražší investiční akcí roku bude revitalizace zastaralého sportovního areálu na Základní škole Slovácká, která město vyjde na více než 25 milionů korun.

Mezi další investiční akce města pro letošní rok patří úprava zámeckého parku, zhotovení miniatur památek Lednicko-valtického areálu, zateplení Domova seniorů a Městského úřadu, výměna oken ve školských zařízeních města nebo rekonstrukce komunikací na ulicích Slovákova, Jungmannova či nábřeží Antonína Dvořáka.

**Text: redakce**

## V Brně-Slatině vznikne odpočinková zóna za 17 milionů korun

**Obyvatelé sídliště v Brně-Slatině se letos dočkají nového prostoru pro sport, hry i procházky. Radnice této městské části nechá za 17 milionů korun upravit nevzhlednou plochu v Hvězdoslavově ulici.**

Skruže, nevyhovující U-rampy a nevhodně zavezené stavební sutiny tak nahradí sportoviště a zelené plochy. Tento projekt nefinancuje pouze slatinská radnice, dvě třetiny celkových nákladů totiž pokryje dotace z fondů Evropské unie.

Během rekultivace Hvězdoslavovy ulice, která započne s jarním táním, se například vysadí nová zeleň a vznikne také několik míst pro trávení volného času jako třeba hřiště ohraničené živým



Pohled na sever z křižovatky ulic Tuřanka a Kikrleho

plotem pro nejmenší děti, různé houpačky a prolézačky pro starší děti a zpevněná plocha pro sportování nejstarších

děti a dospělých. V projektu se počítá i se zelenými plochami protkanými sítí cest, pítkem a skateparkem. **Text: redakce**

## Brněnské VUT se zapojilo do výzkumu osobní letecké dopravy

**Vysoké učení technické (VUT) v Brně se zapojilo do mezinárodního projektu, který zkoumá možnosti zavedení systému individuální letecké dopravy s názvem PPlane.**

VUT se v rámci projektu věnuje konstrukčnímu návrhu ekologicky šetrného osobního letounu. Na projektu PPlane se podílí 13 partnerů z 11 evropských zemí a Izraele. VUT je jediným českým zástupcem.

Projekt PPlane se klade za cíl, aby byl osobní letoun šetrný k životnímu pro-

středí, dalšími důležitými kritérii jsou jeho bezpečnost, spolehlivost, automatizace a nízká spotřeba paliva. V každé z těchto oblastí chce PPlane přinést nové poznatky. Projekt potrvá zhruba 30 měsíců, jeho celkový rozpočet 4,4 milionu eur bude financován ze zdrojů Evropské komise. **Text: redakce, foto: archiv**



## Při výkopových pracích v Hodoníně se našly zbytky středověkého osídlení

**Při výkopových pracích v hodonínské části Rybáře archeologové našli doklady o středověkém osídlení města.**

Objeví spoustu cenných předmětů, některé z nich pochází dokonce z 10. a 12. století. Jedná se především o úlom-

ky keramiky, k nejčastějším nálezům pak patří zelený skleněný kroužek a hrot šipy.

V Rybářích se podařilo pod zemí najít dokonce vyjeté koleje vozů, ztracené koňské podkopy a zejména četné navažky, jimiž se opravovala zničená silnice. Archeologický výzkum ukázal, že

na tyto práce se používaly například stará kachlová kamna ze zámku. Středověké Rybáře byly vždy pokládány za nejstarší část Hodonína, přesto jasně důkazy až dosud chyběly. Objevy nyní ukazují, že tvořily předhradí významného hraničního hradu.

**Text: redakce**

**SYNER**®

[www.syner.cz](http://www.syner.cz)

# Stavíme pro profesionály



Podnikatelský inkubátor, Vsetín



Rekonstrukce nemocnice, Nové Město na Moravě



Rekonstrukce fotbalového stadionu Bazaly, Ostrava

## Jihomoravský kraj chce zkvalitnit péči o seniory

**Jihomoravský kraj vynaloží milion korun na realizaci projektu gerontologické a organizační supervize v krajských zařízeních pro seniory.**

Tento projekt, který by měl výrazně posunout kvalitu péče o seniory v regionu, kraj hodlá uskutečnit ve spolupráci s Karlovou univerzitou, Gerontologickým centrem a Českou alzheimerovskou společností. Týmy odborníků budou navštěvovat všechna zařízení, zřizovaná Jihomoravským krajem, prozkoumají jejich konkrétní situaci z hlediska nejnovějších poznatků gerontologie, zejména s přihlédnutím k tzv. syndromu demence. Odborníci z organizací, spolupracujících na projektu, budou současně školit personál všech krajských zařízení pro seniory tak, aby se uměli o občany postižené syndromem

demence co nejlépe postarat. Prozkoumají i chod zařízení pro seniory, jejich podmínky, vybavení, strukturu klientů, aktivity, které tam probíhají. Dají svá doporučení k tomu, aby chod zařízení byl co nejbliže kritériím České gerontologické a České alzheimerovské společnosti.

„Jejich závěry využijeme i při výstavbě nových objektů pro seniory, aby prostorové uspořádání domů pro seniory, aktivity, které v nich budou probíhat a zařízení bylo přizpůsobeno nejnovějším světovým trendům. Chceme, aby se tento projekt stal projektem akreditovaným, a byl tedy použitelný i v jiných krajích ČR,“ uvedl jihomoravský radní Jiří Altman.

Text: redakce, foto: archiv



## První ročník „Vinařství roku 2009“ zná pěťici finalistů

**Na podzim loňského roku byl Svazem vinařů České republiky ve spolupráci s Národním vinařským centrem za podpory Vinařského fondu vyhlášen první ročník „Vinařství roku 2009“.**

Valtice, a.s., Vinselekt Michlovský a.s. a Znovín Znojmo a.s. Jedna z těchto vinařských společností převezme 16. března během slavnostního večera v pražském Divadle Gubernia ocenění „Vinařství roku 2009“. Záštitu nad touto akcí



Mezi úspěšné kandidáty, kteří se probojovali do samotného finále, patří vinařské společnosti Moravino s.r.o., Sonberk a.s., Vinné sklepy

převzal ministr zemědělství Jakub Šebesta a jihomoravský hejtmán Michal Hašek.

Text: redakce, foto: archiv

## Vysočina řeší nedostatek lékařů tzv. stabilizačním programem



**Komplexní stabilizační program by měl v letošním roce v kraji Vysočina vyřešit dlouhodobý nedostatek lékařů a dalších zdravotníků.**

**Kraj plánuje, že nemocnice budou lékařům a studentům poskytovat z vlastních peněz stipendia, náborové příspěvky a bezplatné stáže. Nemocnice pak budou moci kraj zpětně požádat o vyplacení příspěvku.**

V nemocnicích na Vysočině je nedostatek neurologů, rentgenologů, anesteziologů, anebo sester na odděleních ARO, jednotkách intenzivní péče či v dětských odděleních. Podle hejtmána kraje Vysočina Jiřího Běhounka mají problémy všechny nemocnice v kraji. Nikde však není situace tak kritická, že by hrozilo uzavření oddělení nebo zásadní omezení provozu.

V případě realizace stabilizačního programu může nemocnice studentovi lékařské fakulty za podmínky, že do ní po ukončení studia nastoupí do pracovního poměru, poskytnout stipendium 5 tisíc korun měsíčně, studentovi nelékařského povolání pak 2 tisíce korun měsíčně. Lékaři mohou dostat náborový příspěvek 100 tisíc korun a nelékaři pak 30 tisíc korun s tím, že se zaváží, že v dané nemocnici odpracují minimálně 5 let.

Text: redakce

## Lávka přes řeku Moravu zlepši dostupnost archeologického parku



**V archeologickém parku Mikulčice - Kopčany vyroste lávka přes řeku Moravu, která propojí Českou republiku se Slovenskem.**

Jihomoravský kraj na tuto stavbu získal z evropského fondu regionálního rozvoje dotaci ve výši 348 tisíc Eur. Plánovaná lávka přes řeku Moravu má

výrazně zlepšit přístupnost archeologického parku Mikulčice - Kočany turistům jak z české, tak ze slovenské strany hranice.

Text: red., foto: archiv

## Evropská unie vyčlení na obnovu rybníků na Vysočině stovky milionů korun

**Na obnovu a budování rybníků na Vysočině přispěly evropské fondy v uplynulých dvou letech kolem 850 milionů korun.**



Do kraje plynula více než čtvrtina částky, která byla poskytnuta na zlepšení vodního režimu v krajině pro celou republiku. Celkové náklady

na úpravy rybníků 188 žadatelů z Vysočiny převýšily 960 milionů korun.

V současné době jsou dotace čerpány z operačního programu Životní prostředí, a to na rybníky, které pomohou zlepšit ekologické poměry v krajině. Z 244 projektů podaných v rámci tohoto projektu na Vysočině počátkem letošního roku, se právě 200 z nich týkalo právě obnovy a budování rybníků.

Text: redakce, foto: archiv

## Evropská unie vyčlení na obnovu rybníků na Vysočině stovky milionů korun

**Na obnovu a budování rybníků na Vysočině přispěly evropské fondy v uplynulých dvou letech kolem 850 milionů korun.**

Do kraje plynula více než čtvrtina částky, která byla poskytnuta na zlepšení vodního režimu v krajině pro celou republiku. Celkové náklady na úpravy rybníků 188 žadatelů z Vysočiny převýšily 960 milionů korun.

Text: redakce

V současné době jsou dotace čerpány z operačního programu Životní prostředí, a to na rybníky, které pomohou zlepšit ekologické poměry v krajině. Z 244 projektů podaných v rámci tohoto projektu na Vysočině počátkem letošního roku, se právě 200 z nich týkalo právě obnovy a budování rybníků.

## Znojmo zavede nový orientační systém

**Ve Znojmě vznikne nový orientační systém, který návštěvníkům i turistům usnadní pohyb po městě. Zvýší se tak počet informačních tabulí a rozcestníků s šipkami anebo přibudou nové navigační prvky jako třeba znaky rotundy přímo v zádlažbě chodníků. Na nový orientační systém získalo Znojmo dotaci z evropských fondů, a to v celkové výši tři miliony korun.**

Základní součástí nového systému bude navigace dominant Znojma a dalších důležitých turistických cílů pomocí rozcestníků. Projekt navíc počítá s vytvořením několika tras či okruhů v centru města a okolí. Návštěvník se tak bude moci vydat za moderní architekturou, pohádkovými příběhy, za osobnostmi Znojma

nebo za tajemnem, které skrývá znojemské podzemí. Každá trasa bude jednoduše a přehledně značena jinou barvou.

Podle slov znojemské radnice je stávající orientační systém ve svém rozsahu na potřeby dnešní doby omezený. „Počet rozcestníků je nedostatečný. Označení památek i rozcestníky jsou navíc mnohdy nečitelné z důvodu koroze. Vzhledem k velkému počtu historicky a kulturně významných pamětihodností bychom proto chtěli navigaci podstatně rozšířit a také upravit, aby reflektovala dnešní turistickou nabídku a zároveň byla zajímavá, celistvá a netradiční. Umožní to získaná dotace,“ vysvětlil starosta Petr Nezveda.

Text: redakce

## Potřebujete půjčit – Ferratum je řešením, více na [www.ferratum.cz](http://www.ferratum.cz)

Půjč si  
1000 Kč  
přes  
SMS



**Schází Vám 1000 Kč před výplatou?**

Vaši žádost o Rychlou půjčku zašlete na číslo 9001103 ve znění: FER MM Částka Jméno Příjmení/Rodné číslo Číslo OP Bankovní spojení Adresa Město PSČ

**Např.: Při žádosti o půjčku 1000 Kč:**  
FER MM 1000 Karel Novak 760426/2923  
123456789 1122334455/0800  
KRASNOHORSKA  
23 PRAHA 15000

Půjčená částka	Do 15 dnů vrátíte
500 Kč	625 Kč
1000 Kč	1250 Kč

Pozn.: Cena sms je 3Kč, pro nové zákazníky maximální výše půjčky 1000 Kč. Peníze Vám budou doručeny poštovní poukázkou prostřednictvím České pošty do 2-3 pracovních dnů. Pro stávající zákazníky možnost zaslání půjčky bank. převodem.

**Zákaznický servis:**  
Po-Pá 9-21 h, So 10-18h, tel. 224 454 222,  
[ferratum@ferratum.cz](mailto:ferratum@ferratum.cz) | TV Prima strana 557, 558  
[www.ferratum.cz](http://www.ferratum.cz)  
Při internetové žádosti použijte reklamní kód.

- Odpověď do 5 minut přes SMS
- Rychle, diskrétně, profesionálně
- Bez osobních schůzek a návštěv
- Ferratum – Finská SMS půjčka



## Příloha: ÚTULNÝ DOMOV

## Proč by nás mělo zajímat zateplení domů?

Útulný domov

Odborník Ing. Miroslav Hošna, majitel stavební společnosti, radí:

Důvodem jsou hlavně finanční úspory vynakládané dlouhodobě na vytápění. Zateplení je však nutno řešit až po stavebně a tepelně technickém průzkumu, provedeném odborníkem, nejlépe z oboru pozemního stavitelství, který vidí problémem komplexně.

řovala mikroklima uvnitř objektu. Zamezit vzlinající vlhkosti do starších objektů lze mnoha způsoby. O použití té které metody je dobré se vždy poradit s odborníkem. Nejlépe je provést celkové zateplení obálky objektu, tzn. zateplení podlahy nejnižšího podlaží, zateplení celé fasády - obvodového zdiva, zatep-

na typ okenních profilů tak na typ a kvalitu zasklení. Je dobré si nechat předložit provedené atesty ze státní zkušebny vztahující se jak k profilům, které tvoří rám, tak k zasklení dvojitému, nebo vícenásobnému. Profily z kterých jsou vyrobeny rámy oken a dveří mohou být dřevěné, plastové nebo kovové. V neposlední řadě je nutné také posoudit i způsob montáže oken a dveří do otvorů ve stavbě a zateplení ostění, parapetů a nadpraží. Zde lze ušetřit mnoho energie unikající z objektu.

V současné době Státní fond životního prostředí České republiky spustil program Zelená úsporám, jehož cílem je mimo jiné umožnit za příspěví státních dotací realizovat účinná opatření vedoucí k úsporám energie. Podpora v rámci programu Zelená úsporám je nastavena tak, aby prostředky mohly být čerpány v průběhu celého období od vyhlášení programu do 31. prosince 2012.



Před zahájením vlastních zateplovacích prací starších staveb se provede zajištění stavby proti zemi a ostatní vlhkosti pronikající do stavebních konstrukcí, která má negativní vliv na tepelný odpor. Po vytvoření zateplení, by tato vlhkost značně snižovala tepelné technické parametry a také by i negativně ovliv-

lení střechy a samozřejmě i zateplení všech otvorů jako oken a dveří.

Okena a dveře jsou místa na objektu s největšími úniky tepla. Špatná okna jsou obrovským zdrojem ztrát tepelné energie na plášti budov. Z tohoto důvodu je nutno při výběru dodavatele oken a dveří se odpovědně zaměřit jak



Text: redakce, foto: archiv

## Zateplení oken

Velký podíl na celkových tepelných ztrátách domů mají okna. Snižování ztrát tepla přes okna by proto mělo být jednou z priorit každého stavebníka, investora nebo majitele domu. Když uvážíme, že 70 - 80 % plochy okna tvoří prosklená část, pak se nabízí možnost vyměnit původní nevyhovující zasklení za kvalitní termoizolační dvojskla. Tímto můžeme ušetřit až 60 % tepla, které

uniká okny, což je až 25 % celkových tepelných ztrát. Montáž skel je navíc výrazně levnější než výměna za okna nová. Kromě toho tato výměna sníží hluk až o 30 % a také případné rosení oken. Montáž je rychlá, bez bourání a následného úklidu a lze ji provést bez narušení provozu v místnostech. Není přitom nutná výměna vnitřních žaluzií nebo venkovních rolet, což znamená další úspory. Text: redakce

## Technologie zateplování

Technologie zateplování oken je ve výměně jednoduché tabulky za izolační dvojsklo.

Toto dvojsklo je pomocí plastové lišty vloženo do venkovního křídla po vyjmutí staré tabulky skla a je přišroubováno po celém obvodu. Nic se nefrézuje, vnitřní sklo a celé dřevěné okno zůstává bez zásahu, čímž vzniká tzv. trojitě zasklení. Pro zlepšení celkové izolace okna se montuje v případě potřeby těsnění mezi křídlo a rám a akapový plech na odvod vody.

Metoda zateplení se používá především u dřevěných oken zdvojených a špaletových, které jsou v dobrém stavu, nejsou příliš zkrížená nebo shnilá. Lze ji použít i do kovových rámu a konstrukcí.

V dnešní době se zabýváme nejen zateplováním starých dřevěných oken, ale i výměnou dvojskel, které již nevyhovují požadavkům normy a jsou použity v plastových, střešních či eurooknech. Tyto dvojskla se projevují nedostatečnou izolací a výskytem



nadměrného rosení. Proto je možné vyměnit tabulku dvojskla za izolační dvojsklo lepších kvalit dle přání a požadavků zákazníka. Tuto vynikající izolaci nám poskytne nejen trojsklo, ale i dvojsklo o síle 24 mm, které má v meziskelním prostoru napnutou speciální fólii, tzv. tepelné zrcadlo. Proto je možné i ve starších plastových oknech aplikovat dvojsklo s vlastnostmi trojskla. Text: redakce, foto: archiv

Kopečky 680, 691 25 Vranovice

EUROOKNA LUDVÍK s.r.o.

Dřevěná okna IV-68, IV-78, IV-88, dřevohliníková okna, dveře, posuvné a skládací stěny, balkonové dveře, zimní zahrady, parapety, žaluzie, rolety, sítě proti hmyzu, doplňky

!!! Doprava, zaměření a vybourání starých oken ZDARMA !!!

Jednoduchá možnost financování Sporoservísem. Přímá platba 20% (bez doložení příjmů 30%) a zbytek na splátky

CLPR  
CERTIFIKACE  
ISO 9001

zelená linka

800 160 017

www.eoludvik.cz

PORTAS®

JEDNIČKA NA RENOVACE V EVROPĚ

- renovace dveří, zárubní, schodů a kuchyňských linek
- vhodové i bezpečnostní
- vysoká kvalita, dlouhá životnost
- dodávka nových dveří
- posuvné dveře



Odborný závod PORTAS®

Jilkova 126, Brno-Židenice, tel.: 547 230 018

Bratislavská 9, Hustopeče, tel.: 519 413 250

mobil: 608 808 096

e-mail: info@surman.portas-renovace.cz

Harmonie celku, síla detailu

Vestavěné skříňe a nábytek na míru

LIBOVICKÝ  
PRO VÁS DOMOV

PRINTGLASS | potištěné výplně skříní | novinka na trhu | výhradně u firmy Libovický



AKCE - zvýhodnění skleněných výplní

www.libovickyskrine.cz

Táborská 125, Brno | tel.: 548 210 390, 777 735 825 | e-mail: brno@libovickyskrine.cz

## M METROPOL REVUE

## Vrátí se pozapomenuté oděvní doplňky našich předků proti mrazu?

To nám tedy paní zima po novém roce pěkně zatápí! Sníh, tuhý mráz, sníh, mráz – a tak stále dokola. Česko se před nedávnem octlo v zajetí arktických mrazů, které již mají na svědomí více jak dvě desítky obětí – umrzlých bezdomovců. Padají obrovské návaly sněhu se střech zranily těžce malé děti, pojišťovny nestačí registrovat škody na autech a domech. Televizní zpravodajství hlásí



rekordních téměř – 31° C v Šindelově na Sokolovsku v Krušných horách. Pamětníci však vzpomínají, že roku 1929 dosahovaly mrazy až 40° C, což je pro nás dnes, po dlouhodobém výskytu mírných zim, jen těžce představitelné. V mrazech takových kalibrů prý museli lidé na tvářích nosit tzv. futrály, aby neomrzli. Sibiřský studený proud nás začíná opět strašit a pomalu nutit, abychom začali pracovat na reorganizaci svého zimního šatníku, respektive jeho doplňků proti mrazu. Bude-li totiž postupovat tento trend i nadále a budou nás čekat tuhé zimy (které jen doufejme, nebudou předzvěstí další

doby ledové), dojde bezesporu k renesanci dávných doplňků našich předků proti mrazu.

Opět tedy můžeme vytáhnout ze skříně jelenicové spodky po pradědovi a jeho koženou beranici s kožíškem uvnitř a s velkými uchy k zapnutí pod bradu. K dobru přijdou také ušanky, které byly oblíbeným doplňkem do mrazu u vojáků německé armády. Ke slovu se budou hlásit také boty – sněhule, lehká zimní obuv z vody odolných materiálů, vybavené kožíškem, i domácí obuv z ovčí vlny – mrazovky. Také tradiční vlněné vysoké boty s ovčí kůží – válenky, mají svou dlouholetou tradici a zažívají dnes svůj comeback. Staly se přímo symbolem tuhých zim, zvláště těch v ruských končinách, přesto, že jde původně o obuv australských stříhačů ovcí. Mnozí již dávno válenky odepsali jako relikvii minulosti, ale šlo zřejmě o omyl. Obrat jejich prodeje prý vzrostl v posledních letech o 70% a opět se vyrábí ve velkém. Zřejmě se staly populární módní obuví zásluhou celebrit z řad slavných žen, které si je oblíbily – Madonna, Uma Thurmann, Sarah Jessica Parker, Pamela Anderson a další.

Téměř neznámými prostředky proti mrazu jsou dnes již zmiňované futrály. Slovo futrál pochází z německého Futteral a značí obal, či pochvu. Lidé si koženými futrály museli chránit ty části obličeje, které vyčnívaly z hlavy, hlavně nos a uši. Oč jednodušší to měli Eskymáci! Natřeli si celý obličej vysokou vrstvou velrybího, nebo tuleního tuku – a fungovalo to! Našinec si musel do mrazu nasadit kožený futrál na nos a navléknout jej za uši, které opatřil koženými klapkami, paráda, neparáda! Čelo si chránil kožešinovými čelenkami a krk nákrčníky.

Také názvy ochranných doplňků k oteplení rukou nám dnes prakticky již nic neříkají. Objevíte-li ve skříní nejrůznější kožešinové vaky po prababičce - z persiá-

nu, lišky, či angorské kožešiny, možná se vám vybaví, jak říkávala: „ Mrzne,



jenom praští, vezmu si štucl!“ Štucl neboli štucl, se správně česky jmenuje rukávnik. Zřejmě jde o zkomolený název německého Schutz – ochrana. Do rukávniku prababička vsunula obě ruce a vyšlápala si na procházku. Obě ruce pěkně v teple odpočívaly a tahat současně nákupy nepřicházelo v úvahu. Proto se stal štucl jakýmsi symbolem movitějších občanů. Odtud pochází i štuclík, český nátepníček, teplý pletený návrh na ochranu zápěstí. Rukávniky byly v minulosti oblíbené nejen u bohatých žen, nýbrž i zámožných mužů.

Tak! A ještě se zbývá navléknout do kožichu, natáhnout palčáky a do kožených holínek si proti mrazu nacpat slámu, jak bývalo zvykem na venkově a jsme do nepohody - 40° C dokonale vyzbrojeni.

Dita Brancíková

Fotografie: velké kožešinové rukávniky, módní výstřelek 18. století (dle ilustrované encyklopedie odivání, od tógy po krinolínu, Perfekt, a. s., Bratislava 2009)

## Neocenitelná pomoc při dopravní nehodě

Měli jste dopravní nehodu a jste poškozeným? Nemáte čas, peníze ani potřebné znalosti na to, abyste jednali s pojišťovnou a zajistili si náhradu škody, na kterou máte ze zákona právo? Nic není ztraceno! Máme pro vás řešení.

prostředky a hlavně se sami nemuseli o nic starat.

Takže vaši klienti nemusí s pojišťovnou vůbec jednat?

Ano přesně tak. Veškerá jednání provádí výlučně naše společnost, která je k tomu klienty pověřena a oni sami



Ilustrační foto

Na trhu existují specializované a nezávislé subjekty, které vás v jednáních s pojišťovnou zastoupí. Na podrobnosti jsme se zeptali Petra Krabce jednatele společnosti HELP Car, která tuto službu na našem trhu zavedla a poskytuje ji již více než 10 let.

Kdy a s čím se na vás motoristé mohou obrátit?

Nejvíce se na nás obracejí řidiči, kteří jsou při dopravní nehodě na straně poškozeného, neboť těm zajišťujeme kompletní a bezplatné vyřešení celé pojistné události s pojišťovnou viníka dopravní nehody. V rámci této naší služby za ně vyřešíme veškeré administrativní úkony a věci technického rázu, jako je např. odtah vozidla z místa nehody, oprava poškozeného vozidla či bezplatný pronájem vozidla náhradního. Samozřejmostí je také případné právní zastoupení či možnost odkoupení pohledávky za pojišťovnou. Celý komplex služeb je nastaven tak, aby naši klienti nemuseli vynakládat žádná vlastní finanční

opravdu nemusí vůbec nic dělat.

Rozumím tomu správně, že i zapůjčení náhradního vozidla je zcela zdarma?

Ano, naše společnost po dobu řešení celé pojistné události standardně a bezplatně zapůjčuje vozidlo odpovídající třídy a vybavení vozidla poškozeného.

Tyto služby poskytnete všem motoristům nebo jen u vás registrovaným klientům?

U naší společnosti není žádná registrace nutná, stačí pouze kontaktovat naši firmu bezprostředně po havárii a veškeré následné řešení již převezmeme a naši klienti se můžou bezstarostně věnovat svým běžným záležitostem.

V praxi to skutečně znamená jediné. Od dopravní nehody stačí zavolat na telefonní číslo firmy **HELP Car 605 245 090**, jejíž pracovníci se následně o vše potřebné postarají. Více informací o řešení pojistných událostí naleznete také na [www.helpcar-nl.cz](http://www.helpcar-nl.cz).

PR

Konečně něco, co funguje!!!

## ROUSÍNŮV

## Rousínovští oslaví příchod jara Dálkovým pochodem Drahanskou vrchovinou

Každoročně se v Rousínově o třetím březnovém víkendu koná tradiční dálkový pochod na oslavu příchodu jara. Ani letošní rok není výjimkou.

V sobotu 20. března si tak v rámci pochodu, který pořádá rousínovský turistický oddíl mládeže Kačeny, výletníci vyšlápnu napříč Drahanskou vrchovinou a pokochají se její překrásnou jarní přírodou.

Dálkový pochod Drahanskou vrchovinou se letos uskuteční již po pětadvacáté. Pochod startuje v sobotu 20. března mezi sedmou a desátou hodinou ve společenském sálu rousínovské Svornosti. Na pořadu dne bude celkem šest tras. Od nejkratší a nejméně náročné osmikilometrové trasy vhodné pro malé

děti, rodiny s dětmi či těhulky až po padesátakilometrovou pro otrlé a vytrvalé turisty.

Specialitou Dálkového pochodu Drahanskou vrchovinou budou energeticky hodnotné svačinky z křupavého chleba z Tučap s cibulkou a domácím sádlem od rousínovského řezníka, jimiž se budou moci výletníci posilnit na každém z kontrolních stanovišť. Na kontrolních stanovištích se turisté budou moci osvěžit také čajem, na osmikilometrové trase si budou moci navíc zakoupit špekáček k opečení.

Text: redakce



kostel svatě Maří Magdalény, foto: archiv



Stará radnice, foto: archiv

Máte přání  
my možnosti

**FEROBET®**  
Rousínov  
tel. 517 370 766

Výroba betonových prvků, zahradní architektury, zakázková výroba

**HXX ELEKTRIK s.r.o.**

EZS elektronická zabezpečovací signalizace  
EPS elektronická požární signalizace  
CCTV kamerové systémy  
přístupové a docházkové systémy  
elektroinstalace (domácí telefony, videotelefony...)

**HXX ELEKTRIK s.r.o.**  
Tučapy 31  
Rousínov  
Tel.: 773 608 044  
e-mail: [hxxelektrik@seznam.cz](mailto:hxxelektrik@seznam.cz)

# Igor Ondříček - je mi moc dobře v Městském divadle

Pokračování rozhovoru ze str. 1

## Městské divadlo je velice úspěšné, jedíte i do světa, s jakými kousky?

V zahraničí se nejčastěji prezentujeme hudebními inscenacemi našeho repertoáru jako Jesus Christ Superstar, Evita. Jsou to díla, která jsme schopni nastudovat v cizím jazyce a nabídnout je zahraničním divákům. Díky divadlu jsem procestovalo pravdu důkladně kus Evropy – Německo, Španělsko, Portugalsko, Holandsko, Švýcarsko, Rakousko, Slovinsko, Finsko ale třeba i Slovensko a Rumunsko. Myslím, že je dobré ověřit si, jestli naše divadla a poetice rozumějí i diváci mimo Českou republiku. Zatím dobrý, jak říkáme u nás v divadle. :) Naši Evropané nám rozumějí.

## Vašimi profesory na škole byl Stanislav Moša, současný ředitel divadla a Zdena Herfortová, Vaše kolegyně, co Vás zrovna tihle dva naučili?

Moc. Po těch letech u divadla si stále víc uvědomuji, jak je nutné vybavit herce dobře technicky – tedy, aby správně mluvil, pohyboval se po jevišti, zpíval, zvládal různé taneční techniky. Nejdůležitější je ovšem, podle mého názoru, jak vás pedagogové nasměrují lidsky. A musím říct, že od paní Herfortové i pana Moši je právě tohleto velká škola. A hlavně jsme spolu všichni v jednom divadle, takže mám pocit, že jejich pedagogická činnost nikdy nekončí. :)

## Ve Vašem životopise jsme se dočetli, že Váš výchovný poradce na gymnáziu do Vás velké naděje co se herectví týče nekládal? Nezměnil později svůj názor?

Nikdy mě divadlo hrát neviděl a já jej po škole už také ne. Výstřižky z novin, jsem mu opravdu neposílal. :)

## Nelákala Vás někdy kariéra v Praze?

Ne. Za prvé, jsem nikdy žádnou nabídku

ných žánrech, od absurdního dramatu, přes komedii až po operetu a neznám v Praze divadlo, které by takto široký žánrový repertoár nabízelo. Pro herce je to výzva a nesmírně motivující zkoušet nové a nové věci. Nesedět na zadku a neříkat si jak jsem geniální

## Můžete nám popsat Váš běžný pracovní den?

Ráno kolem půl deváté, jdu „pouřadovat“ nejnmutnější agendu jako šéf souboru, od desíti hodin zkoušíme nové inscenace. To trvá do čtrnácti hodin. Potom se vracím k šéfovským

představení, pokud nehrají tak na večerní zkoušku, která trvá do 22hodin. Představení končí různě mezi 22-23 hodinou. Potom z kolegy „zhodnotíme“ uběhlý den v klubu a kolem jedné hodiny se dostávám domů. Nemá to takhle pořádku, na velikonoce a na vánoce máme volno. :)

## Kdyby Vám přijela vzácná návštěva, kam byste ji v Brně vzal?

Kdykoli někdo do Brna přijede a já se chci pochlubit naším městem jdeme klasické kolečko Špilberk - muzeum, kasematy, Kapucínská hrobka, Petrov, vila Tugendhat (když ještě byla otevřená). Stará radnice s brněnským drakem, divadlo Reduta, náš divadelní dvoreček. Nesmí chybět návštěva Macochy, míst spojených s bitvou tří císařů - Slavkov, Mohyla míru, Žuráň, Santon a hrad Veveří. Absolvoval jsem tohle turistické kolečko již několikrát a myslím, že jsem docela zdatným průvodcem.

## Na jaká představení k Vám nejraději chodí návštěvníci?

Diváci nejraději chodí na komedie a samozřejmě muzikály. Je to jev, který je ve všech divadlech našeho typu stejný. Velkou radost mám, ale z toho, že právě tituly jako Smrt Pavla I., Síla zvyku, Tři sestry najdou své diváky, kteří se na ně nebojí přijít a přemýšlet. I touto cestou, chci poděkovat našim divákům, že k nám najdou cestu. K čemu by bylo naše snažení, kdyby na nás nikdo nechočil. :) Díky a těším se s vámi nashledanou na našich scénách.



S Alanem Novotným a Alešem Slaninou, foto: Jef Kratochvíl

ku z Prahy nedostal, což je podmínkou k nastartování závažné kariéry v Praze a za druhé, je mi moc dobře v Městském divadle. Hraji ve všech mož-

díky tomu, co jsem už udělal. Protože u nás začínáte vždycky úplně znova a navíc třeba v žánru, o kterém víte jen z dějin divadla.

povinností. Kolem šetnácté hodiny odcházím z divadla na oběd, připravit se na zítřejší zkoušku apod. V 18hodin přicházím na večerní

Dita Brančíková

↓	Náše největší zdravotní pojišťovna	Česká pravicová politická strana	Lok	Malá fordka	↓	Partnerka táty	Záchvat zuřivosti	Charakteristické znaky	Název sykavky	Přednost	↓	Vpravení míče do hry nohou	Chemická značka america	Povrchový dům	1	Noemovo pravidlo							
Parafín					Jméno herce Vašuta						Prací deska ze zvlíněného plechu												
2					Násep						Hlava mafie												
Potom				Jméno Komenického					Souhlas				Část dud										
				Aplaudovat									Zvuk při lámání										
↓	Řemen (knižně)	3	Síly						Známý herec USA (Johnny)					Německý souhlas									
			Poplach											Náš kreslíř (Edmund)									
Koupelová sůl																Pobídka							
Polovina																							
Dvakrát snížená nota a																							
Úder tágem																							
↓	Japonská lovkyně ústřic					Starší vztahné zájmeno	Politik ČSSR (Stanislav)	Na onom místě	Jméno malíře Chagalla	NAPOVÍME: Marc, Rázi, area, Ozal, sial, ama.	Nerv	Lov				1609 metrů	Lyžařský výtah						
	Odvětví											Otok (lékařsky)											
Tamten			Rumunské aerolinie													Rímských 1005							
			Chlapec z pohádky													Hrůza							
Fotbalový obránce				Panenka												Část							
				Latinský „ze“												Ono							
Obtížná moucha					4																		
Taneční víry						Na různorodá místa										Město na Teplicku							

Nikdy není pozdě na cestu k dobrým mravům, bylo správné znění tajemky v minulém čísle. Na dárkový balíček vlasové kosmetiky se může těšit Prokeš Ladislav Helfertova 37, 613 00 BRNO. Pro úspěšného vylosovaného luštitel dnešní křížovky je připraven dárkový balíček přírodní kosmetiky RYOR. Těšíme se na vaše odpovědi na adresách: **Moravský Metropol, Tůmova 3, 616 00 Brno**, nebo [krizovkamorava@imetropol.cz](mailto:krizovkamorava@imetropol.cz) (napište adresu a telefonní spojení, abychom vás mohli kontaktovat) nejpozději do **10. 3.** Příjemnou zábavu a hodně štěstí všem přeje redakce.

**SLEVA až 5000 Kč**

NA NOVÉ POVRCHOVÉ POŠKOZENÉ

- CHLADNIČKY •
- PRAČKY •
- MYČKY •
- SPORÁKY •

**KUCHYŇSKÉ VESTAVBY**

VYSTAVENO SPOTŘEBIČŮ **500**

**AEG ZANUSSI**

Electrolux

**Electrolux**

PRODEJ, OPRAVY A NÁHRADNÍ DÍLY

**chladservis**

Brno, Křenová 19  
(areál bývalé Mosilany) tel.: 543 235 156  
[www.chladservis.cz](http://www.chladservis.cz)

**ZDARMA**  
odvoz starého spotřebiče

**PROSTOR PRO VAŠI REKLAMU**

[www.imetropol.cz](http://www.imetropol.cz)





„Brno je zlatá loď, za děvčaty z Brna chod...“, radí a zpívá ve své populární písni Ivan Mládek a já mu dávám za pravdu. Každopádně alespoň jednou do roka pronese někdo z naší rodiny láskyplně vyznání, s očima upřenými k nebi: „Zlatý Brno!“ To vždy, když slyšíme z médií o pohromách, které stíhají tu či onde Českou republiku. Jednou je to stoletá voda, podruhé katastrofální záplavy, potřetí ničivé víchřice, beroucí lidem střechy nad hlavou. Brno se díky Bohu všechny pohromy vyhýbají (musím to raději zaklepat na dřevo), je to zkrátka oáza klidu a míru. Znovu jsem si tento fakt uvědomila, když se můj přítel před měsícem rozhodl „zrevitalizovat“ svoji unavenou tělesnou schránku a odjet na dovolenou

do teplých krajín. Proto si natruc zimě, která mu začínala lézt pořádně na nervy, zakoupil rekreaci na ostrově San Andreas v Karibském moři. Šlo o testovací zájezd a letělo se na tento Bohem zapomenutý ostrov poprvé. Šlo však o „all inclusive“ pobyt, kdy všechno jídlo, včetně alkoholu bylo poskytováno zdarma! Turisté z Česka však záhy zjistili, že se nejspíše vůbec neopálí a nebudou krásné čokoládové a to jednoduše proto, že jim více jak půl dovolené přšlo a přšlo. Nezbyvalo než se potápět a kamaráditi s podmořskou havětí. Postupně vyšlo najevo, že zde nefunguje ani spojení se světem. Aby vůbec mohli svým nejbližším v Česku sdělit, že jsou v pořádku, museli utíkat do vedlejší vesnice a poté vyšplhat na kopec, kde byl slabý signál.

Také bylo doporučeno odložit při toulkách po okolí všechno, co vypadalo, nebo bylo ze zlata, mimo zubů, neboť zdejší obyvatelé jsou velmi, velmi chudí. Druhou část dovolené zmrazilo jejich náladu zpráva o tragickém zemetřesení na Haiti. Přesto, že je ostrov San Andreas vzdálený od Haiti pár set kilometrů, řekla bych, že snad pouze jediní bažiči po adrenalinovém prožitku, si mohli nyní, v této tektonicky neklidné oblasti v klidu běhat po plážích jakoby nic. Vždyť stále tvrdím: „Všude dobře, v Brně nejlip“. Počasí se nám také umoudřilo, sněh a mráz vystřídaly deště, které rozpouští hory napadaného sněhu. Každý den se tím pádem musím přebrodit přes řeku stojící před našim domem a hrozit bezohledným řidičům, kteří

dvaceticentimetrovou špinavou obří kaluži přejíždějí s gustom a v nejvyšší rychlosti. Předpověď počasí ovšem napovídá, že paní zimě ještě není zdaleka odzvoněno. Ale co bychom nakonec chtěli? Staré pranostiky přece praví že: „Březen, za kamma vlezem, duben, ještě tam budem“. Teprve až „Na svatého Jáchyma skončila se už zima“ (sv. Jáchym, 20. 3. - Svatý Jáchym a svatá Anna byli údajně rodiče Panny Marie a v tom případě byl svatý Jáchym dědeček Ježíše Krista). Tato pranostika upozorňuje tedy na příchod astronomického jara, zajímavé však je, že na základě dlouhodobých měření pražského Klementina, přichází jaro až 25. března! A to si ještě chvíli počkáme.

Dita Brančíková

## Nechte se rozmazlovat v lázních Jihomoravského kraje

Tip na výlet

**Máte za sebou náročný týden v práci? Chcete se nechat opečovávat a zažít chvíle uvolnění a pohody? Co třeba navštívit některé z lázní jižní Moravy, které se mimo jiné specializují na víkendové wellness pobyty?**

Určitě budete mile překvapeni, co s vámi dokáže takový wellness víkend strávený například v hodonínských nebo lednických lázních udělat. Nejen, že během příjemných lázeňských procedur zapomenete na starosti všedního dne, do sytosti si užijete třeba bazénů s prohřátou vodou, perličkových a vířivých koupelí, masáží, zábálů nebo návštěv sauny.

**Do Hodonína za relaxaci a odpočinkem**

K vyhledávaným místům, kde můžete několik dnů v klidu vypnout, odpočívat a nechat se opečovávat, patří Lázně

hodonínských lázních. Vyzkoušejte koupel v ovesném nebo koňopném extraktu A proč se do hodonínských lázní vypravit? Nejen, že se můžete nechat královsky rozmazlovat během různých lázeňských procedur, které jsou balzámem na tělo i na duši, večery vám také zpříjemní posezení u cimbálu a popíjení výborného moravského vína. Závěrem o krátký wellness pobyt Lázně Hodonín nabízejí tři až čtyřdenní relaxační a regenerační pobyty. Od typu daného pobytu se pak odvíjí různé typy běžných i speciálních procedur, při

lednic, které leží v těsné blízkosti proslulého Lednicko-valtického areálu, jenž byl v roce 1996 zapsán do seznamu Světového kulturního a přírodního dědictví UNESCO.

Lázně v Lednici jsou oproti hodonínským lázním o mnoho desítek let mladší, byly postaveny teprve nedávno, a to v roce 2007. Podobně jako v Hodoníně, je také v lednických lázních využívána blahodárná jodobromová voda, která pozitivně ovlivňuje třeba léčbu kožních nemocí nebo neurologických potíží.

Lázně Lednice zájemcům o krátkodobý relax nabízejí i víkendové pobyty. Během dvoudenního wellness pobytu, který vám zaručeně dobije energii, si tak můžete vychutnat třeba hřejivou masáž lávovými kameny, celotělový zábal z mořských řas nebo thajskou masáž nohou. Budete mít k dispozici také moderní saunu, relaxační a odpočinkovou místnost, ozdravné solárium, dvě plně klimatizované tělocvičny i kvalitní fit centrum.

Nechte se hýčkat dotekem sametu a čo-

koládovým snem Chcete-li v lednických lázních nejen „dobít baterky, ale vyzkoušet také něco neobvyklého, můžete vsadit třeba na speciální wellness balíčky, které vás rozmazlí dotekem sametu nebo čokoládovým snem. Takový wellness balíček čokoládový sen jistě ocení především milovníci čokolády, kteří během této procedury absolvují čokoládový peeling a celotělový zábal z čokolády a na její závěr dostanou na chuť šálek výborné horké čokolády. **Alena Štouračová**



Hodonín ležící v nádherném prostředí Slovácka, které je proslulé svým světoznámým folklorem, cimbálovou muzikou, překrásnými kroji, ale i dobrým vínem. Moderní komplex hodonínských lázní najdete na okraji jihomoravského Hodonína v nově zrekonstruovaném parku, jehož neobyčejný celek dotváří spousta originálních zahradních architektonických prvků.

Hodonínské lázně se také pyšní tím, že je příroda obdarovala rozsáhlými zdroji jodobromové vody zvané solanka. Tato voda patří díky svému speciálnímu složení mezi nejkvalitnější jodobromové vody v Evropě a dala by se přirovnat k vodě z Mrtvého moře. Hodonínská jodobromová voda má léčebné, preventivní a regenerační účinky, které jistě na vlastní kůži pocítíte i během krátkého wellness pobytu v

nichž si dokonale odpočinete, zbavíte se běžných starostí a nabere síly do dalšího pracovního týdne.

Během mrazivých zimních měsíců patří zcela jistě k nejoblíbenějším lázeňským procedurám masáž horkými lávovými kameny, které dokážou nejen výborně prohřát celé tělo, ale i stimulovat krevní oběh a lymfatický systém a skvěle detoxikovat organismus. V Hodoníně si lázeňští hosté dopřávají také regenerační koupel z Mrtvého moře, uklidňující koupel v rašelinovém, ovesném či koňopném extraktu nebo koupel s esencí čajové růže. Během krátkého wellness pobytu pravidelně docházejí zocelovat své tělo i do lázeňského fitness centra a do bazénu s vířivkou.

**Lázně Lednice nabízejí víkendový relax.** Za relaxaci a odpočinkem se můžete vypravit také do Lázní



# OKNO STYL

DOKONALÁ OKNA

## SLEVA 55%+7% NA VŠE

\*pro velký zájem prodlužujeme  
do 16.4.2010

Další pobočky: **BLANSKO**  
**BRNO**      **TIŠNOV**

SVITAVY

nám. Míru č.p.48  
733 539 151

PRAHA 6

Suchbolské nám.8  
733 642 585

HRADEC KR.

Habrmánova 240  
731 658 259

ŽDÁR n./SÁZ.

Strojírenská 371  
731 501 744

ŠUMPERK

Slovanská 3123/13  
775 575 820

VALAŠSKÉ MEZ.

Polášková 17/6  
774 310 363

ČESKÉ BUDĚJOVICE

O. Nedbala 8  
733 715 704

PARDUBICE

17. listopadu 236  
734 443 826

PVC  
HLINÍK  
DŘEVO

Zelená  
úsporám

KOMPLEXNÍ ŘEŠENÍ DOTACÍ

www.oknostyl.cz