

SEVEROČESKÝ

METROPOL

Váš kompas

pro návštěvu

Chomutova

informace o městě
tipy na výlet
cyklostezky
videoreportáže

severozápad



www.eChomutov.cz



Jsem rebel a rád provokuji

Tvář herce a moderátora Mirka Šimůnka lze v současném showbiznisu sotva přehlédnout. Přestože mu mediální profil, bez ohledu na jeho zahraniční i domácí úspěchy, vytváří především bulvární informace, věří, že bude mít dost pracovních příležitostí k vlídnější reputaci.

■ Z rodné Jilemnice v Podkrkonoší jste odešel za herectvím do Prahy. I ta vám byla po čase malá a šest let jste strávil v USA. Co vás přimělo k návratu?

Změna v soukromí, nabídka práce v seriálu tady v Čechách...

■ Před odjezdem jste přerušil veškeré pracovní závazky, uvědomoval jste si, že tím riskujete svoje slibné postavení v showbiznisu?

Byl jsem si toho vědom. Stejně tak jako toho, že každá zkušenost z profesionální zahraniční produkce mě může po návratu jenom posunout. Měl jsem i ten správný věk, navíc k tomu má dobrodružná povaha, touha poměřit své síly s nabízející se konkurencí. Byl jsem plný ambicí, a to mě zatím nepřešlo. Bohužel pak opět silněji zafungoval bulvár než seriózní média, pro která byl důležitější fakt, že další z českých herců získal hlavní roli v zahraničním filmu, než to, s kým jsem seděl na baru.

Ale to už je standard, který provází mou práci i mě samotného. No, nejsem sám.

■ V jednom rozhovoru jste řekl, že nechcete, aby vás Češi považovali za stupidního krasavce. Věříte, že se tenhle boj s českým naturelem, kdy pohledný se automaticky rovná hloupý, dá vyhrát?

Vy čtete tyhle články? To už je dávno. Bylo to cenzura redakce, ale s přimhouřenými očima jsem něco přibližně podobného vyslovil. Odpověď ohledně boje s českým naturelem by byla na samostatný rozhovor. Nemyslím ale, že otázka pohlednosti versus chytrosti je předsudek výhradně jen českého národa.

■ Na druhou stranu, ruku na srdce, bylo by vám milejší, kdybyste byl nenápadný, vážený a nikoho neprovokující?

Bylo by mi milejší, kdyby ze mne bulvární novináři nedělali, co nejsem. A vůbec by bylo moc fajn, kdyby se nějakým zázrakem mezi lidmi snížila míra závisti a zvýšila zodpovědnost za to, co si sami doma vaří v kuchyni. Jsem rebel a jako takový rád zdravě provokuji, takže ode mne v žádném případě nenápadnost nečekejte.

■ Překvapilo by vás, kdybyste se nezeptala na váš vztah k ženám?

Už jste mě překvapila. Tím, že se zmiňujete o tématu ženy až nakonec.

■ Jak dlouho vydržíte o ženách nemluvit nebo na ně alespoň nemyslet?

Dalo by se to počítat na sekundy. Stejně jako každý chlap, který zjistil, co vše se v ženách skrývá. Jak by se dalo na ně nemyslet. Zajdu si na oběd, dám si skvělou svičkovou a hned mě napadne, že je za ní žena. A následně, jak by bylo příjemné mít takovou, co ji umí, doma. A kdyby uměla i všechno ostatní tak, jako vařit, měl bych doma nejspíš anděla.

■ Myslíte, že se dokážete přiblížit hranici ideálního partnera?

Vzhledem k tomu, že hranici termínu ideál si dáváme my sami, potažmo ve vztahu si ji určují partneři, určitě ano a nejen přiblížit. S ideálními partnerkami jsem už dvakrát žil, nebo jsem si to tehdy alespoň myslel, což je v podstatě to samé. I nedokonalost může být pro někoho představou ideálu. Věci se mění, my, postrkování časem a ophlavkování zkušeností také a s tím vším asi i tyto pomyslné hranice ideálu. Něco jiného jsou priority a hodnoty, ty se, alespoň u mě, zas tak moc časem nemění.

Text: Jana Lupoměská
Foto: TV Prima

Mírek Šimůnek

- narodil se v r. 1978 v Jilemnici
- vystudoval střední průmyslovou školu strojní a Vyšší odbornou školu hereckou a moderátorskou
- divadelní zkušenosti sbíral např. na scénách Národního divadla, Divadla na Vinohradech, Divadla na Fidlovačce nebo v A-Studiu Rubín

- na filmové plátno ho uvedly Troškovy pohádky Z pekla štěstí I. a II.
- kromě rolí v českých filmech spolupracoval i na filmech německé, korejské a italské produkce, po boku slavných herců si zahrál např. i v americkém historickém snímku Tristan a Isolda nebo

- v oblíbeném Casinu Royal
- za zlom ve své kariéře považuje hlavní roli v britském televizním filmu A Good Murder
- v současné době kromě moderování účinkuje v seriále Cesty domů, nastudoval také dvě divadelní role v představeních Divčů válka a Oskar

AUTODÍLY • OPEL • FORD
Kladruby u Teplic

Otevírací doba: Po - Pá 9.00 - 17.00

- náhradní díly použité i nové
- výkup vozů a dílů
- pneumatiky a disky
- drobný servis

Nabízíme servis a bazar čtyřkolek

+420 608 403 709

www.opeldily-tp.cz

SLEVA 15 %
na veškerý sortiment volně prodejných přípravků

Akce platí do konce června 2011
v obou nemocničních lékárnách a zdravotnické prodejně v areálu KNL

KRAJSKÁ NEMOCNICE LIBEREC, a. s.

Sleva bude poskytnuta po předložení tohoto kuponu

Sleva se nevztahuje na zboží v akční nabídce, slevy nelze sčítat a nelze je kombinovat s dalšími slevami!

Návrat k tradici v České Lípě

z regionů

Česká Lípa | Navázat na historii tržního náměstí v centru města a nabídnout občanům České Lípy čerstvé produkty od regionálních producentů bylo hlavním důvodem, proč vedení města kývno na pravidelné pořádání farmářských trhů na Škroupově náměstí.



Premiéru měly farmářské trhy na Škroupově náměstí v České Lípě ve čtvrtek 26. května. Foto: MÚ

Farmářské trhy, které se v ČR těší stále větší oblibě, se v České Lípě konají od 26. května každý čtvrtek od 8 do 13 hodin. „V první řadě chceme zjistit, zda je o podobný prodej v našem městě zájem,“ říká starostka města Hana Moudrá. „Pokud se ukáže, že stanovená provozní doba nevyhovuje, budeme s organizátorem jednat o změně, neboť i nám jde o to, aby farmářské trhy mohlo navštívit co nejvíce zákazníků,“ dodává starostka. Organizátor slibuje pestrou nabídku, kde nebudou chybět mléčné či uzenářské výrobky, zelenina, ovoce,

květiny, sazenice či speciální výrobky z rakytníku. Své klasické produkty tu budou nabízet rovněž kořenáři, vina-

ři a košíkáři. Trhovci nebudou platit poplatek za užívání veřejného prostranství. (od dop.)

Doubledecker míří do kraje

Liberecký kraj ožije v následujících dnech olympijskou atmosférou. Stanou se tak prostřednictvím kampaně Českého olympijského výboru Liberecký kraj ožije v následujících dnech olympijskou atmosférou. Stanou se tak prostřednictvím kampaně Českého olympijského výboru Liberecký kraj ožije v následujících dnech olympijskou atmosférou. Stanou se tak prostřednictvím kampaně Českého olympijského výboru

„Cílem tohoto projektu je prezentovat veřejnosti myšlenky olympismu, podpořit české reprezentanty na olympijských hrách v Londýně, informovat fanoušky o možnostech, jak zakoupit vstupenky do Londýna a motivovat mládež ke sportu a pravidelným pohybovým aktivitám,“ říká Milan Jirásek, předseda Českého olympijského výboru.

Kromě dalších aktivit budou součástí kampaně také propagační jízdy legendárního londýnského doubledeckeru regionem. Ten do Libereckého kraje záměří ze své cesty po jižní Moravě, Olomouckém, Pardubickém a Královéhradeckém kraji a ve čtvrtek 9. června zavítá do Turnova (Náměstí Českého ráje). Zde bude všem zájemcům k dispozici od 9 do 17 hodin. „Olympijský“ doubledecker tovární značky Bristol byl vyroben v roce 1959. Dlouhá léta sloužil v Londýně, jeho maximální konstrukční rychlost dosahuje 85 kilometrů za hodinu.



V České republice je registrován jako historické vozidlo na veteránských značkách. Je vybaven multimediální technikou a představuje komplexní informační základnu o všem, co souvisí s Českým olympijským týmem a olympiádou v Londýně. (od dop.)

Šedesát let Svobodné Evropy

Praha | V sídle Senátu Parlamentu ČR se v květnu uskutečnila mezinárodní konference k šedesátému výročí vzniku Radia Svobodná Evropa. Přípravily ji Český rozhlas, Senát PČR, Filozofická fakulta UK a Ústav pro studium totalitních režimů pod záštitou 1. místopředsedy Senátu Parlamentu ČR Přemysla Sobotky.

Ten ve svém zahajovacím vystoupení mimo jiné uvedl, že „nejdelším působením v boji proti totalitě se může pochlubit rozhlasová stanice Svobodná Evropa, která svým vysíláním byla často jediným zdrojem pravdivých informací pro Čechy a Slováky.“ Na konferenci vystoupil rovněž předseda vlády České republiky Petr Nečas a předsedkyně vlády Slovenské republiky Iveta Radičová. Oba ve svých

projevech zdůraznili nezastupitelnost Svobodné Evropy nejen v době studené války, pozdější normalizace a při pádu komunismu, ale i při formování nové české i slovenské postkomunistické žurnalistiky. Součástí konference je rovněž výstava dobových dokumentů a fotografií o práci a životě ve Svobodné Evropě, která se koná ve Valdštejnské zahradě v Senátu do 17. června. (od dop.)

Rozhlasové vysílání se zapsalo významným způsobem do historie

Když se podíváme do novodobých českých dějin, rychle zjistíme, že rozhlasové vysílání se zapsalo v historii českého národa významným způsobem do řady zlomových historických okamžiků. Připomněl bych pozitivní občanskou reakci na vyhlášení mobilizace čs. armády v době ohrožení republiky hitlerovským Německem v září 1938, explozivní sílu bojového signálu výzev pražského rozhlasu 5. května 1945 či podobnou roli budovy Československého rozhlasu na Vinohradech i řady dalších regionálních rozhlasových studií v srpnu 1968.

I po letech asi pamětníkům také zamrazí při vzpomínce na charakteristickou dunivou znělku BBC v letech nacistické okupace naší země, kdy bylo vysílání zahra-

ničního rozhlasu nacisty trestáno i trestem smrti, a přesto to české občany neodradilo v poslechu zpráv naděje. Nejdelším působením v boji proti totalitě se však

O koridoru Liberec - Praha

Liberecký kraj | Náměstek hejtmána LK pro dopravu Martin Sepp jednal 25. května s náměstkem hejtmána Středočeského kraje pro dopravu Robinem Povšíkem o možnosti vybudování železničního koridoru mezi Libercem a Prahou.

„Liberecký a Středočeský kraj vyvine aktivitu, které budou směřovat k podnětům pro vyvolání jednání a realizaci železničního koridoru mezi Prahou a Libercem. Začneme pracovat na přípravě Memoranda o spolupráci a oslovíme se žádostí o pomoc také poslance a senátory zvolené za naše kraje,“ řekl po jednání Martin Sepp. Téma vybu-

ování nové dopravní železniční trasy zaznělo již na setkání členů Rady LK s představiteli Generálního ředitelství Českých drah, které proběhlo 17. května v Liberci. Obě strany se shodly na tom, že vybudování koridoru napomůže k rychlejšímu cestování občanů mezi Prahou a Libercem. (od dop.)



Přemysl Sobotka, 1. místopředseda Senátu PČR.

může pochlubit rozhlasová stanice Svobodná Evropa, která svým vysíláním byla často jediným zdrojem pravdivých informací pro Čechy a Slováky v letech 1951 – 1989 po dobu dlouhých třiceti osmi let.

Komunistická diktatura se snažila Svobodnou Evropu umlčet rušícími stanicemi, někdy i pokusy o teroristické útoky, ale především a hlavně zuřivou kontrapropagandou. Jejím symbolem se stal především termín „štvavá vysílačka“. Zastavme se na okamžik u tohoto faktu. Sou-

METROPOL

krátce

Parkovné formou SMS

Jablonec n. N. | Platit parkovné prostřednictvím zprávy SMS se bude v Jablonci už na všech parkovacích plochách, a to od 1. července, kdy začne platit nové nařízení města o výši parkovného. Výhodou tohoto způsobu placení je, že pokud vyprší placená doba, přijde majiteli vozu upozorňující SMS a on si ji může operativně prodloužit.

Lesní koupaliště

Liberec | Jednou ze záležitostí, kterými se zabývá vedení města, je i využití Lesního koupaliště. Přestože kvůli hygienickým normám a finančním nákladům není možné provést přestavbu zpět pro využívání ke koupání veřejnosti, vedení města nechce ponechat jeho stav, v jakém se momentálně nachází. „Již jsme obdrželi náměty na využití Lesního koupaliště, kterými se v současné době zabýváme. Prověříme možnosti realizace jeho využití pro veřejnost, především pak možnosti dotačních titulů. A to zejména s ohledem na krásu prostředí, ve kterém se bývalé koupaliště nachází,“ uvedl Jiří Rutkovský, náměstek primátorky pro územní plánování.

Seniři nebudou platit

Jablonec n. N. | Od 1. července začnou platit nové tarify městské dopravy v Jablonci nad Nisou. Nejvýraznější změnou je fakt, že od tohoto data budou moci senioři nad 70 let jezdit místní MHD zdarma a město bude tento provoz dotovat částkou 750 tisíc korun za rok.

Proti povodním

Liberecký kraj | V rámci svého týdenního pobytu v České republice, navštívila v úterý 24. května Liberecký kraj delegace předních amerických a kanadských odborníků na protipovodňovou problematiku. „Ukázalo se, že ačkoliv se na první pohled zdá, že řízení práce složek krizového řízení při úderu hurikánu v USA je diametrálně odlišné od povodně v České republice, lze najít řadu situací, jejichž řešení je obdobné a je velmi přínosné si o nich popovídat a vyměnit si zkušenosti,“ řekl hejtman LK Stanislav Eichler.

Dotovaný svoz odpadu

Česká Lípa | Občanům, kteří potřebují zlikvidovat již nepotřebné vybavení domácnosti a nemají možnost dopravy na sběrný dvůr, nabízí město Česká Lípa již od roku 2009 jako pomoc dotovaný objednávkový svoz takového odpadu za symbolický poplatek 100,- Kč. Vloni tuto službu využilo 450 občanů a za čtyři měsíce letošního roku dalších 130 občanů. Přesto se na mnoha místech města stále objevují nehezká zákoutí s odloženým nábytkem, koberci a vysloužilými elektrospotřebiči, za což hrozí pokuta až do výše 30 000 korun.

Hejtman se zúčastnil Memoriálu Ludvíka Daňka

Hejtman Libereckého kraje Stanislav Eichler se v Turnově zúčastnil 12. ročníku Memoriálu Ludvíka Daňka. Nejprve se zapojil do soutěže osobností ve vrhu koulí a poté společně s osobnostmi Turnova a sportovních legend jako je například Dana Zátová zahájil memoriál.



„Dvanáctý ročník tohoto závodu byl opět vzpomínkou na atletickou legendu - olympijského vítěze Ludvíka Daňka, který v srpnu 1964 v Turnově hodil svůj první světový rekord výkonem 64,55 m a stal se poté čestným občanem města Turnov, kam velmi rád často jezdil a měl zde celou řadu přátel,“ připomněl hejtman. Na jeho disciplínu hod diskem se pořadatelům podařilo zajistit start nejlepších diskářů světa včetně Poláka Piotra Malachowského, mistra Evropy z Barcelony 2010, Maďara Roberta Fazekase, bronzového z ME v Barceloně a stříbrného z OH Maďara Kovágy. V hodu diskem startoval rovněž vítěz OH v desetboji Roman Šebrle a náš nejlepší současný diskář Jan Marcell, který opakovaně na začátku letošní sezóny hodil 66,00 m. V rámcových disciplínách mítinku startovali nejlepší čeští atleti ve vypsaných disciplínách. (lan)

Disciplíny ve vrhu koulí osobností se zúčastnili kromě hejtmana Stanislava Eichlera, který obsadil třetí místo, ještě zastupitelé města Turnova Tomáš Hudec, který byl druhý, Milan Kratochvíl a Oto Jarolímek. První místo vybojoval bývalý poslanec Parlamentu ČR Michal Kraus. Foto: KÚ

Užitečné a veselé partnerství

Již dva roky trvá partnerství mezi ZŠ Rynoltice a pohraniční školou v Německu ZŠ Mittelherwigsdorfu. Projekt začaly školy realizovat na Vánoce 2009, kdy proběhlo první společné setkání na německé straně. Od této doby následovalo mnoho dalších společných akcí.



Vyvrcholením letošní spolupráce bylo pozvání českých dětí do německého projektu CIRKUS v Mittelherwigsdorfu. Nápad na tento projekt pochází od místního učitele religionistiky Tobiase Richtera, který sám vystupuje s dětským cirkusem Applaudino. Děti z Rynoltic měly možnost zúčastnit se této akce, kterou partnerská škola v Německu pořádá pouze jednou za 4 roky. Projekt je financován především z evropských peněz Traupalastu - Ziel 3., část prostředků hraje obec a honoráře platí místní škola. Tématem celého cirkusového programu byla cesta do džungle Afriky. České děti si vybraly akrobaci, klauny, balanc na laně a míči. Během pobytu v Německu bydlely v rodinách, které jim zajis-

tily stravu, ubytování a odpolední program. Po týdnu trénování proběhla v pátek 13. 5. předpremiéra v šapitó určená především pro mateřské školy, rodiče a seniory. V sobotu 14. 5. pak v 16 hodin děti vystupovaly na velké premiéře v kostýmech zvířat, na kterou byli pozváni i čeští rodiče a učitelky ze ZŠ Rynoltice.

„Na obě vystoupení bylo šapitó zaplněno do posledního místa a vystoupení dětí i jejich dospělých kamarádů odměněno bouřlivým aplausem. Pro české děti byla tato akce nezapomenutelným zážitkem na celý život. Příští školní rok budou následovat další společné projekty, které podpoří spolupráci obou našich škol,“ přeje si ředitelka rynoltické školy Andrea Gardoňová.

Text a foto: Rudolf Dlouhý

Vítězové Zlaté popelnice

Na vysílání ještě byly 26. května slavnostně vyhlášeny výsledky šestého ročníku soutěže „Zlatá popelnice“ za rok 2010. Ceny vítězům – obci Bedřichov a městu Jablonec nad Jizerou předával krajský radní pro zemědělství a životní prostředí Jaroslav Podzimek s tím, že největší posun v umístění dosáhla obec Pertoltice a stala se Skokanem roku.

„V roce 2010 obyvatelé Libereckého kraje průměrně vytrídili 39,9 kg na obyvatele/

rok, z toho 22,8 kg papíru, 6,2 kg plastů 9,3 kg skla 0,5 kg NK. Opět tedy patříme k nejlepším v rámci celé České republiky,“ uvedl radní a připomněl, že projekt se koná ve spolupráci Libereckého kraje a autorizované obalové společnosti EKO-KOM již šestým rokem.

Vítězové obdrželi poukázku v hodnotě 50 tisíc Kč na venkovní herní prvky na dětská hřiště, která budou za odměnu sloužit obyvatelům města i obce. (rd)

Foto: archiv KÚ



Radní Jaroslav Podzimek (vlevo) a starosta Bedřichova Petr Šmaus.

V LIBERECKÉM KRAJI SE NA ŘADĚ MÍST STAVÍ A REKONSTRUUJE



Na řadě míst v Libereckém kraji panuje čilý stavební ruch. Příkladem je výstavba okružních křižovatek v Mimoní, rekonstrukce ulic v Turnově nebo oprava silnice na trase Kokonín – Bratříkov.

VÝSTAVBA OKRUŽNÍ KŘÍŽOVATKY V MIMONÍ

Již dva měsíce probíhá stavba první okružní křižovatky na Kozinově náměstí v Mimoní. Výstavba je v současné době v plném proudu a probíhá za plného provozu. Práce postupují dle naplánovaného harmonogramu a stavba bude dokončena do poloviny října 2011. Celkové náklady na stavbu se vyšplhají přibližně na 14 mil. korun.

Projekt výstavby okružní křižovatky je součástí širšího záměru Libereckého kraje, který by měl postupně dojít k přestavbě tří současných křižovatek a vybudování přeložky s cílem odklonit velkou část dopravy z centra města. Realizace projektu přinese zlepšení průjezdnosti městem, zvýšení plynulosti dopravy a bezpečnosti provozu a pohybu chodců na komunikacích II. třídy, jež zde tvoří významný regionální dopravní uzel. Nemalé pozitivní dopady bude mít projekt i na životní prostředí a život obyvatel města díky snížení emisí a hluku.

V souvislosti se stavbami musíme očekávat dopravní omezení a objízdné trasy. V Mimoní bude od 16. 5. 2011 do 30. 9. 2011 tranzitní doprava vedena po náhrad-

ních objízdných trasách a to po silnicích I. třídy přes Doksy, Českou Lípou, Nový Bor a Cvikov. Osobní doprava včetně zásobování a veřejné hromadné dopravy bude probíhat po celou dobu výstavby za částečného dopravního omezení po stávajících komunikacích.

REKONSTRUKCE ULICE 5. KVĚTNA V TURNOVĚ

Další velkou investiční akcí je „Rekonstrukce ulice 5. května v Turnově“, s náklady 52 mil. korun. V rámci projektu bude opravena ulice 5. května v úseku od Havlíčkova náměstí až po křižovatku ulic Hruštic – Károvska. V místě původní silnice bude vybudována nová vozovka. Součástí rekonstrukce je také vybudování jedné miniokružní křižovatky na rozcestí ulic Husova a Kinského a výstavba okružní křižovatky na křižovatce Hruštic – Károvska. Rekonstrukce ulice 5. května v Turnově obsahuje i napojení a úpravu stávajících křižovatek v celé délce této ulice, zejména úpravu křižovatky u nemocnice a napojení nové komunikace propojující Zelenou Cestu s ulicí 5. května, kde bude stávající napojení zrušeno pro automobilovou



Rekonstrukce ulice 5. května v Turnově

dopravu a zúženo pouze pro pěší. Dále budou rekonstruovány stávající přilehlé chodníky, vybudovány chodníky, nové parkoviště u hřbitova a umístěno nové veřejné osvětlení.

Dopravní omezení čeká řidiče i zde. Objízdná trasa v I. a II. etapě bude vedena ulicí 28. října a Havlíčkovým náměstím. Ve III. etapě výstavby objízdná trasa povede ulicemi Husova, Žižkova, Alej Legii, Šetřilovsko a Károvska.

OPRAVA SILNICE BRATŘÍKOV – KOKONÍN

Začátkem května byla zahájena také rekonstrukce silnice „II/287 – Kokonín – Bratříkov“ v délce přibližně 7 km. Jedná se o rekonstrukci komunikace směřující z Jablonce nad Nisou do Železného Brodu. Rekon-

struovaný úsek vede přes obce Maršovice, Jistebsko, Pěnčín a Bratříkov až před křižovatkou se silnicí I/10 vedoucí do Železného Brodu. Rekonstrukce bude zaměřena na opravu lokálně poškozených míst, vyrovnání povrchu vozovky, vyřešení řádného odvodnění komunikace a optimalizaci dopravního značení s cílem zlepšit dopravní obslužnost a zvýšit bezpečnost a plynulost provozu v tomto úseku.

Po dobu rekonstrukce bude komunikace průjezdná v jednom jízdním pruhu. Celkové náklady na tuto

rekonstrukci představují částku asi 45 mil. korun. Stavba by měla být dokončena nejpozději do konce září letošního roku.

„Všechny tyto zmiňované stavby jsou financovány z Regionálního operačního programu NUTS II Severovýchod, kde 92,5% nákladů je hrazeno z prostředků EU prostřednictvím Regionálního operačního programu NUTS II Severovýchod a zbývajících 7,5% nákladů bude kryto z rozpočtu Libereckého kraje,“ říká Martin Sepp, náměstek hejtmana pro dopravu.



Investice do vaší budoucnosti
Spolufinancováno Evropskou unií
z Evropského fondu pro regionální rozvoj

Kardiocentrum chce udržet kvalitu i kvantitu péče

Liberec | Kardiologické centrum při Krajské nemocnici Liberec, a. s., se řadí mezi jeho nejmladší pracoviště. Vzniklo v roce 2003 pod vedením Doc. MUDr. Františka Holma, CSc., dnes je jeho přednostou MUDr. Rostislav Polášek, kterého jsme v minulých dnech navštívili. Kardiocentrum jako jediné v Libereckém kraji poskytuje lidem specializovanou kardiologickou péči. Léčí nemocné s akutními život ohrožujícími stavy, jako je infarkt myokardu, poruchy srdečního rytmu a srdeční selhání, odesílá sem z ostatních nemocnic v regionu nebo jsou přímo přiváženi záchranou službou. Kromě akutních nemocných jsou do Kardiocentra referováni pacienti odbornými lékaři k plánovaným výkonům - k srdeční katetrizaci, implantaci kardiostimulátoru a provedení radiofrekvenční ablace.

■ Měli jsme možnost sledovat jeden plánovaný výkon, oč se jednalo?

U pacientky s jednou z nejčastějších srdečních arytmií zvanou flutter siní jsme prováděli právě radiofrekvenční ablaci, což je moderní metoda, která má velmi vysokou úspěšnost např. ve srovnání s léky, je bezpečná a problém trvale řeší. To znamená, že pacientům můžeme z 90 procent zaručit, že se jim tato konkrétní arytmií nevrátí. Jedná se o katetrizační zákrok. Katetry zavedenými do srdce místo vzniku arytmie elektricky izolujeme. Touto metodou se léčí různé druhy arytmií, často vrozené, které trápí jinak zdravé lidi většinou už od dětství. Druhá početná skupina arytmií, která je složitější a procento úspěšnosti je nižší, bývá u lidí starších, kteří mají nemocné srdce.

■ Kolik radiofrekvenčních ablací do roka provedete?

Ročně děláme zhruba 120 radiofrekvenčních ablací. V příštím roce budeme rozšiřovat spektrum těchto výkonů a počet těchto ablací chceme zdvojnásobit.

■ Jaké jsou vůbec nejčastější výkony v oboru invazivní kardiologie, která

vydává chirurgické zákroky?

Nejčastější jsou zákroky na věnčitých tepnách, angioplastiky, kterých provádíme ročně zhruba 1 200, často u pacientů s akutním infarktem myokardu. Mezi početné výkony patří zákroky u pacientů s pomalou srdeční akcí, kde naopak nahrazujeme vlastní srdeční rytmus kardiostimulátory, těch ročně implantujeme přes 400. Dalším zhruba 160 pacientům ročně, kteří jsou ohroženi náhlou srdeční smrtí, dáváme defibrilátory, jež dokážou dát srdeční vnitřní výboj a zachránit jim tak život. Novým oborem je kardiostimulace u lidí, kteří mají pokročilá selhání srdce. U těch můžeme určitým typem stimulače výrazně zlepšit příznaky, jako je dušnost či fyzická námaha, a tím jim zlepšit kvalitu života a také významně prodloužit život.

■ Jak úspěšný byl loňský rok z pohledu Kardiocentra?

Rok 2010 byl pro nás významný z pohledu investic, které byly klíčové a otevřely nám cestu k budoucímu rozvoji kardiologie v naší nemocnici. Získali jsme nové vybavení, ale museli jsme se na to připravit i stavebně a tetinu roku jsme pracovali v provizorních pod-



Přednost Kardiocentra KNL, a. s., MUDr. Rostislav Polášek kontroluje stav pacientky po provedení radiofrekvenční ablace.

mínkách. Původně jsme měli dva operační sály, což pro rostoucí počty výkonů byla nedostatečná kapacita. Proto jsme jeden z nich rekonstruovali a vybudovali třetí.

■ Přesto letošní rok bude z pohledu financí i pro vaše pracoviště hodně náročný?

My jsme si na našich pracovištích stanovili určitý cíl, že dokážeme i při nezvyšování prostředků do zdravotnictví udržet kvalitu i kvantitu medicíny. To znamená, aby pacienti dostali zákroky a nemuseli čekat na výkony a aby jim byly implantovány přístroje, které potřebují. Myslíme si, že nemocnice byla na takové období dobře připravena po stránce investic i personálního obsazení.

Představujeme nové vedení KNL

Ing. Aniko Špičková



V minulém čísle Metropolu jsme z nového vedení Krajské nemocnice Liberec, a. s., představili především představenstva a generálního ředitele MUDr. Zdeňka Konráda, místopředsedkyni představenstva

a ekonomickou ředitelku Ing. Danu Kašovicovou, MBA, a lékařského ředitele MUDr. Jana Mečla. Technickou ředitelkou KNL, a. s., je Ing. Aniko Špičková, absolventka dvou vysokých škol na Slovensku a v ČR, která sbírala zkušenosti z manažerských postů u firem spolupracujících se zdravotnickými zařízeními na Slovensku i v ČR. Pomáhala budovat robotická centra a má zasluhu na uvedení nejmodernějších operačních technologií ve střední a východní Evropě. Prošla řadou mezinárodních kurzů souvisejících se zaváděním certifikace, auditů a metod projektového managementu.

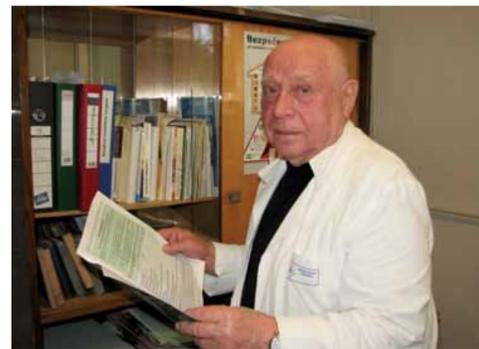
proto školíme zaměstnance nemocnice ve správném mytí a dezinfekci rukou. Mytí rukou se provádí před vstupem na pracoviště, při viditelném znečištění a po skončení práce. Důležitá je však opakovaná dezinfekce rukou, a to správnou technikou a po dobu alespoň 30 sekund. Využíváme velmi citlivé prostředky, které nepoškozují kůži. Jsou na pracovištích v naší nemocnici citlivější než v ostatních. Důležitá je také osobní hygiena, která zahrnuje nejen ochranný oblek, ochranné pomůcky, ale zejména dezinfekci. Naším úkolem je provést kontrolu a na základě výsledků studia navrhuje, realizuje a následně kontroluje účinnost preventivních opatření k ochraně a podpoře zdraví. Oddělení kontroluje celý komplex nemocnice včetně stravovacího zařízení, sterilizačního centra a prádelny. „V naší nemocnici máme vytvořen systém, který stanovuje povinnosti všech lékařů činit hygienická a protiepidemiická opatření proti nemocným ná-

Dermatologické změny na kůži není radno podceňovat

Liberec | Evropského dne melanomu se letos na kožním oddělení KNL, a. s., zúčastnilo 180 zájemců u vyšetření. Je to o 60 více než v předchozím roce. Zastoupení měly všechny věkové skupiny. Přicházeli muži i ženy, proti předchozím rokem bylo prohlédnuto méně dětí. Trojice lékařů, která se při vyšetřování po celý den střídala, zjistila patologický nález v osmi případech. Jednalo se o kožní karcinomy a bylo doporučeno jejich chirurgické odstranění, histologické ověření a následná kontrola.

„Mimo to jsme vytipovali zhruba 50 osob, které mají rizikové projevy na kůži. U nich doporučujeme preventivní sledování v kožní ordinaci. Letos jsme nezachytili žádný melanom, ale každý rok pozorujeme dozvuk zájmu o vyšetření po melanomovém dni. Začátkem léta přicházejí další zájemci, kteří reagují na zkušenosti svých přátel. Tam bývají pozitivní záchyty kožních nádorů i melanomů častější. Ramatují se na paní učitelku, u které jsme právě při melanomovém dni zjistili maligní melanom. Byla odoperována a převezata do preventivních kontrol. Tato žena se nebdala svěřit se svou starostí kolegyni, které jí podpořily a současně se rozhodly, že vyšetření také podstoupí. U jedné mlá-

de kolegyně byl zjištěn melanom v počínající stadiu, kterého si sama nebyla vědoma. Byl úspěšně odstraněn a dnes má tato učitelka dvě zdravé děti a těší se dobrému zdraví. V tomto případě se ukázalo, jak je důležitá osvěta a příklady, kdy se o zdravotních problémech otevřeně hovoří. I takovou malíčkostí může člověk pomoci zachraňovat životy jiných. Ne všechny případy mají optimistický konec. Někteří osudy jsou smutné. Dokonce u lidí vzdělaných, u kterých se předpokládá, že svému zdravotnímu stavu věnují patřičnou pozornost. Přes osvětu k nám přicházejí lidé, kteří mají už pokročilý nález,“ říká MUDr. Dana Frydrychová, primárka kožního oddělení KNL, a. s.



MUDr. Josef Šámal se věnuje epidemiologii od roku 1959. V Liberci „zakotvil“ v roce 1989 a poslední léta věnuje rozjezdu oddělení ústavního hygienika v KNL, a. s.

Kouření podléhá stále víc mladých lidí, hlavně dívky

Boj proti kouření se zdá být nekonečný, je to projev svobodné vůle člověka, za kterou zaplatí během života obrovské sumy peněz, ale bohužel často si způsobí zdravotní problémy, které obvykle končí předčasným úmrtím. Kouření, pokud mu nepodlehne a potom „neocuzujeme“ příjemné pocity z nikotinu, nepřináší člověku žádný užitek, naopak mu odvádí pravidelnou daň. Statistiky říkají, že kouření způsobuje zhruba tři čtvrtiny všech chronických plicních chorob, čtvrtinu všech kardiovaskulárních chorob, třetinu nádorových nemocí a asi 50 diagnóz nemocí přímo s ním souvisí.

Protikuřácká osvěta boje proti kouření nepolevuje, ale její účinnost vůči zákeřné závislosti není tak razantní. Boj proti kouření se vede po celém světě a jedním z kroků Světové zdravotnické organizace (WHO) bylo vytvoření Rámcové úmluvy o kontrole tabáku, která zahrnuje řadu doporučení včetně začlenění diagnostiky a léčby závislosti na tabáku do systému zdravotní péče. Bohužel ekonomická situace v ČR, která vede ke škrtům v hrazení zdravotní péče, právě toto doporučení oddaluje. Léčba závislosti totiž není bezplatná a kuřák se jen těžko smíruje s tím, že by měl hrdit doporučené léky. Od roku 2004 vzniklo v ČR na 40 poraden pro odvykání kouření. Tři z nich jsou v Libereckém kraji, jedna v Jablonce u ulici pod areálem Krajské nemocnice Liberec, a. s., kterou jsme nedávno navštívili.

„Přes všechny problémy kuřáků každoročně přijímáme v naší poradně Centra léčby závislosti na tabáku, které vzniklo před pěti lety při plicním oddělení KNL, a. s., kolem sta nových pacientů. Většina z nich přichází na doporučení svých známých, kteří odvykání absolvo-



MUDr. Miladu Šípkovou jsme zastiňili na plicním oddělení, kde právě prováděla poslech plic jednoho z pacientů, který svou okolností byl v minulosti kuřákem, odvykl kouření sám, bez pomoci poradny.

vali, část přichází na doporučení odborných či praktických lékařů. Každého z pacientů, když se rozhodne v odvykání pokračovat, zvede do poradny šestkrát až osmkrát za rok. Někteří opravdu přestanou kouřit, rok je sledujeme, předáme jim diplom, bohužel, někteří po roce opět přijdou, že se ke kouření vrátili. Ono opravdu záleží na člověku, zda se pevně rozhodl skončit s kouřením, zda je dostatečně motivovaný a zda má podporu ve svém okolí. V ČR kouří stále přibližně stejné množství lidí, odvyká si většinou střední a starší generace, a to převážně muži, ale naopak začínají kouřit mladí ještě v dětském věku, a mezi nimi hlavně dívky. Mě zaujal švýcarský program zavedený speciálně pro dívky ve věku 13 až 15 let, který simuluje vývoj jejich portréty s příbývajícími roky, a to jednak bez kouření a poté při závislosti na cigaretě. Porovnáni vzhledu obličejů u dívek, které dbají na svůj zevnějšek, je velmi účinné. Metod odvykání kouření je i v Česku využívána celá řada od těch vědeckých po méně probádané. V naší poradně využíváme výhradně metody doporučené WHO, a to s využitím léčebných prostředků, kte-

ré po konzultacích a prohlídkách pacientů doporučíme. Díky tabletám pacient lépe snáší abstinenci příznaky, které v průměru trvají tři měsíce. Tablety však nikdo nevyvíší, pokud pacient není pevně rozhodnut, že chce se závislosti skoncovat. Z každého člověka, který to dokázal, máme obrovskou radost. Dokázali to lidé v produktivním věku, ale i důchodci. Vzpomínám si na jednoho sedmdesátile-

tého pána, vášnivého kuřáka, který jednou s partou obeploval na jachtě evropské pobřeží. Stalo se, že jim došly cigarety a oni museli plavbu přerušit a večer zakotvit v přístavu. V noci těžko hledali „záchranu“ a když jí konečně našli, museli za pár krabiček zaplatit horentní sumu. Starosti s takovou nicotností a možností přemýšlet o ní na moři, vedly tohoto pána k tomu, že nakonec přestal kouřit. Ur-

Nemocnice hostila významné medicínské osobnosti

Liberec | Knihovna Krajské nemocnice Liberec, a. s., byla místem řady setkání významných osobností české i zahraniční medicíny. Jejich palata se rozšířila 12. května, kdy se tu uskutečnila jedinečná akce – křest odborné lékařské publikace s názvem Reconstruction of Upper Cervical Spine and Craniovertebral Junction čili Rekonstrukční operace v oblasti horní krční páteře. Jejimi autory byly kapacity z oboru neurochirurgie doc. MUDr. Petr Suchomel Ph.D., přednost Neurocentra KNL, a. s., a MUDr. Ondřej Choutka z neurochirurgické kliniky univerzity v americkém Cincinnati.

„Výjimečnost této publikace tkví v tom, že je úzce spjata s mým působením v liberecké nemocnici i s mým významem v oboru překračuje středoevropský region. Zajímavé je, že se jedná v neurochirurgii o první v zahraničí vydanou monografickou vědeckou práci po neuvěřitelných 35 letech. Choutka vznikla v úzké a plodné, více jak desetileté, spolupráci s MUDr. Choutkou. Ta nadále pokračuje a určité z ní vznikne další dílo,“ uvedl docent Suchomel. Tato významná událost a přítomnost vzácných hostů z české a slovenské medicíny využili pořadatelé k rozšíření odborného programu, ve kterém se účastníci vyslechli devítipřednášek a v diskuzi se podělili o své zkušenosti. Na řadu otázek týkajících se současnosti i budoucnosti neurochirurgie odpovídal prof. MUDr. Vladimír Beneš, DrSc., z pražské Ústřední vojenské nemocnice, o komplikacích v oboru chirurgie páteře hovořil doc. PaDr. Petr Kolář, CSc. Mezi přednášejícími byl i přednost Traumatologicko-ortopedické kliniky MUDr. Richard Lukáš, Ph.D., který se věnoval tématu Současné koncepce ošetření zlomenin zubu čepovce II. typu, jeden z problémů, na jehož řešení se pracoviště liberecké nemocnice zaměřují. Poblahopřát docentu Suchomelovi k dokončení vědecké práce, podpořit jeho celoživotní aktivity a pozdravit přítomné hosty přišli generální ředitel KNL, a. s., MUDr. Zdeněk



Jak nám prozradila knihovnice Blanka Martinková, čerstvá monografická práce docenta Suchomela je zařazena v knihovně KNL, a. s., kde si ji může vypůjčit každý čtenář.

Konrád a lékařský ředitel MUDr. Jan Mečl. „Potěšilo nás nejen samotná narození knihy, ale především fakt, že liberecká neurochirurgie je v oblasti me-

dicíny pojmem, což dokazuje zástup odborníků, kteří neváhali přijet v čase svého volna a pro mnohé do desti vzdáleného Liberce,“ uvedl MUDr. Mečl.

Desatero Bud'Fit menu

Od jara letošního roku přispívá stravovací provoz KNL, a. s., k boji proti obezitě nabídkou odlehčené stravy Bud'Fit. Menu pod číslem 7 se prodává za 85 Kč pro všechny strážníky, zaměstnanci KNL, a. s., hradí 43,10 Kč s příplatkem. Pokrm pod názvem Bud'Fit splňují požadavky zdravé výživy, to v praxi znamená, že se při jejich přípravě řídíme následujícími zásadami:

1. TUKY - Maximálně omezujeme používání živočišných tuků při přípravě celého menu. Zcela výjimečně může být použito v některém pokrmu másto.
2. MLÉKO, VEJCE - Tyto suroviny nalezneme v našem jídelníčku jen výjimečně. Mléko pouze

kvalitní, v bio kvalitě nebo sojové.

3. CUKRY - Nepoužíváme rafinovaný cukr, pouze přírodní třtinový, a to v omezeném množství, dále přírodní sladidla jako med či rýžový sirup.
4. MOUKA - Strava je odlehčená od běžné pšeničné hladké mouky, používáme žitnou, špaldovou, sojovou, pohankovou a kukuričovou mouku. Poslední tři jsou bezlepkové.
5. ZELENNINA - Je technologicky setrně připravována s maximálním ohledem na zachování všech důležitých látek - kratší tepelná úprava a krájení na větší kusy. K menu je vždy podávána čerstvá zelenina v podobě jen lehce ochuceného sa-



látu nebo zelenina lehce nakvašená pro lepší zažívání.

6. MASO - Přednost je dáována masu kuřecímu, krůtímu, mírně libovému, rybám, v menší míře libovému zádumíu hovězímu, vepřovému kytě, telecimu a jehnědnu. Polévky jsou převážně zeleninové - bezmasé.
7. ĚČKA - V pokrmeh jsou výlučně používány suroviny bez chemické konzervace, sladičel, glutamátů, barviv a jiných potravinových aditiv.
8. KOŘENÍ, SŮL - Charakter pokrmů je spíše šetrčí. K ochucení polévek je používána mořská sůl, mořské řasy, čerstvý zázvor, česnek, široká škála zeleniny a bylinek, koření pouze jednodruhové.
9. PESTROST - Jídelní lístek je sestaven vždy tak, aby v něm byl zastoupen dostatek zeleniny, luštěnin a obilnin. Pokrm jsou vyvážené.
10. BIO - Snažíme se využívat nabídky regionálních bio farem a zařazovat jejich produkty do jídelního lístku.

Bud'Fit menu vám napomůže změnit vaše stravovací návyky a udělat první krok k nižší tělesné hmotnosti. Určitě odlehčí vašemu zažívání a pomůže vám třeba s vysokým krevním tlakem a nebo vysokým cholesterolem v krvi. Nezapomente však, že ke zdravému způsobu života patří i pohyb.

UPOZORNĚNÍ: Bud'Fit menu se rozumí Bud'Fit polévka s Bud'Fit hlavním jídelm. Nelze kombinovat s denní nabídkou jídel a polévek. Případné náměty, dotazy a připomínky prosím pište našemu šéfkuchaři na email: radek@nemlib.cz

Stránky připravil: Václav Sedláček

horoskop

Astrohled
HOROSKOP
na období 3. – 16. 6. sestavila
zkušená astroložka Eva

nyní na internetu
www.astrolinka.cz
Tel.: 906 706 506

Beran 21. 3.–19. 4.
Úspěch v zaměstnání oslavíte pořádně jedině s dobrými přáteli, kteří vám ho přejí. Spolupracovníci vám totiž teď půjdou po krku ještě víc než předtím.
více na tel.: 906 706 506

Býk 20. 4.–20. 5.
Když se pořádně rozhlédnete, zjistíte, že máte na blízku někoho, kdo velmi stojí o vaši pozornost a lásku. Nemůžete ho přehlédnout, je velice sexy.
více na tel.: 906 706 506

Blíženci 21. 5.–21. 6.
Při plánování dovolené se s rodinou nepohodnete, protože vaše představy se od těch jejich budou radikálně lišit. Kompromis budete hledat jen těžko.
více na tel.: 906 706 506

Rak 22. 6.–22. 7.
Nového kolegu si oblíbíte hned na první dojem. I když to nebude zrovna vzorný pracant, zažijete spolu hodně legrace a nikdy vás nenechá na holičkách.
více na tel.: 906 706 506

ŘEŠÍTE DILEMA?
Nevíte, jak se rozhodnout?
Ráda vám poradím! Astroložka
Vanda na tel.: 906 706 506

Lev 23. 7.–22. 8.
V zaměstnání vám teď ubude práce, což se ukáže být dvojitě. Šéf začne mluvit o propouštění, a tak by bylo asi lepší, kdybyste si hledali jiné místo.
více na tel.: 906 706 506

Panna 23. 8.–22. 9.
Uznání od starších a zkušenějších lidí, které získáte poté, co se slušně zachováte k jisté konfliktní osobě, vás utvrdí v tom, že jste konali správně.
více na tel.: 906 706 506

Váhy 23. 9.–23. 10.
Váš vztah začne nebezpečně nabírat vodu a bude se pomalu potápět, pokud necháte žárlivost, aby vám ve vaší ložce udělala díru a zkazila vám život.
více na tel.: 906 706 506

Štír 24. 10.–22. 11.
Zase se začnete těšit z práce domů, neboť ve vašem soukromí se začíná blýskat na lepší časy. Zabrat ale budou muset taky obě zainteresované strany.
více na tel.: 906 706 506

PŘEROSTE VAŠE NOVÁ LÁSKA VE VÁŽNÝ VZTAH?
Dám vám odpověď! Vaše kartářka
Hanka! Tel.: 906 706 506

Střelec 23. 11.–21. 12.
V zaměstnání na vás jako kostlivci ze skříní vyskočí zapomenuté resty. Mysleli jste si, že šéf je sklerotik, ale to jste se bohužel přelice spletli.
více na tel.: 906 706 506

Kozoroh 22. 12.–19. 1.
Současný stav vašeho vztahu by potřeboval vylepšit a upevnit. Máte ovšem štěstí, že hvězdy vám v tomto ohledu budou přát a vše se v dobré obrátí.
více na tel.: 906 706 506

Vodnář 20. 1.–18. 2.
Na svoji kariéru budete právem hrdí a obětujete jí i veškerý volný čas. To se ukáže být kamenem úrazu, rodina se vám totiž začne sypat pod rukama.
více na tel.: 906 706 506

Ryby 19. 2.–20. 3.
V novém partnerském vztahu budete chvíli poněkud tápat, ale nakonec si v tom labyrintu najdete tu správnou cestu k srdci svého milovaného protějšku.
více na tel.: 906 706 506
Poskytuje E.M.A. Europe s.r.o., 70Kč/1min, www.platmobilem.cz

Já píši vám, co mohu více

Nejúspěšnější dějový balet 20. století, slavný Oněgin, se téměř po třech letech objeví na prknech Národního divadla v obnovené premiéře.

V nastudování souboru Národního divadla si diváci užijí romantické milostné duety, dramatický soubor s pistolemi i plesy v dobových kostýmech ruské aristokracie 19. století. Motivy z Puškinova milostného, veršovaného románu v dopisech, z nichž známé vyznání: „Já píši vám, co mohu více,“ znají snad všude na světě, převedl ve výstižnou baletní báseň světově proslulý choreograf John Cranko. O živou hudbu Čajkovského (klavírní skladby a fantazie Francesca

di Rimini) se skvěle postaral orchestr Národního divadla pod taktovkou Sergeje Poluektova. „Oněgin byl úspěšný titul, a to je důvod, proč jsme se rozhodli ho vrátit zpátky,“ řekl Petr Zuska, umělecký šéf baletu ND a dodal: „Myslím, že i pro diváky to bude fajn zážitek. Jde sice o starý balet, ale neví se mi jako voustatý, i když byl vytvořen už někdy v roce 1969.“ Obnovená premiéra bude 9. června, přízvy 10., 29., 30. 6. 2011.

Text: Sárka Janšová, foto: 2media



Dovolená v Chomutově nemusí být jen o slunění

Pokud vás nebaví polehávat při dovolené na pláži a patříte mezi milovníky sportu a zábavy, neměli byste si nechat ujít dovolenou v Chomutově. Výjimečné sportovní zázemí i krásná příroda Krušných hor umožní každému z výletníků namíchat si dovolenkový koktejl podle své chuti.

Středobodem volnočasových aktivit v chomutovském regionu je Kamenec jezero, přezdívané Perla Krušných hor, které mimo širokého sportovního zázemí nabízí také kvalitní ubytování. Dobrodružnější povahy mohou zvolit kemp, jenž v posledních letech pravidelně boduje v anketách o nejoblíbenější kempinku roku. Ti, co před karimatkou dávají přednost posteli, určitě uvítají možnost ubytovat se v menším hotelu vedle kempu. I díky pohodlnému ubytování si pak můžete naplno užít dovolenou v are-

álu Kamenecového jezera, který rovněž obsazuje přední příčky v nejrůznějších turistických anketách a minulý rok byl společností Independent Original zařazen mezi pět nejlepších lokalit pro letní radovánky v celé ČR. Pokud vás nebaví plavání, můžete se projet po hladině jezera na zapůjčeném šlapadle nebo potrénovat svaly při šplhání na nafukovací horolezeckou stěnu. Milovníky adrenalinových sportů určitě přiláká nejdelší vodní vlek v republice, ti klidnější si mohou odpálit pár míčků na golfovém trena-

žeru nebo se spokojit s minigolfem. Příznivci kolektivních sportů rádi navštíví hřiště na volejbal či nohejbal. A pokud vás přece jen areál omrzí, není nic jednoduššího než si udělat výlet do Bezručova údolí. Tato Brána do Krušných hor, jak se údolí přezdívá, otevírá cestu k mnoha kilometrům cyklostezek i turistických tras pro pěší i jezdce na kolečkových bruslích. Jednotlivé tipy na výlety z Bezručova údolí, stejně jako na další zajímavosti v okolí Chomutova naleznete na internetových stránkách eChomutov.cz.

Rudolf Dlouhý

Čára symetrie	Značka pravtek	Národ	Eheh	Malo-měšťák	Náše zpěvačka feckého původu	Zářný vzor	Tohleto	Odplata	Obyvatel Florencie	Silný provaz	Plocha o rozměrech 10 x 10 metrů	Oblouha	Zničit jízdu	Byvalý fotbalista Sparty	O co	3	Jméno právnicka Motejla
Zkrátit větev								Severo-italské město					Hračka s kotouči				
2								Obráncé					Vzdělávat				
Angličtá spojka			To další				Plymný uhlovodík			Metropole Švýcarska					Turnáš		
			Tajně připravovat												Pusinko- vaná		
	Litá stavební hmota	Odhadem	Sáček či krabice				Ziráta kapalín při přepravě				Značka našich vysavačů			Medika- ment			
Velký šef (z angličtiny)														Násady seker			
Ráj														Tlak			
Dostihové sázení														Okruh činnosti			
Nádoha u studny														Dětský pozdrav		Oříhat strom	Zádné
Zolův román					Pražský železár	Arabské mužské jméno	Usazenina v komině	Autor výroku: Karel Čapek	Hrabalův hrdina	Uzenka	Značka sportovního oblečení	Černý kůň	NAPOVÍME: Alea, tras, Ra, Ki, Hma, Jun, Tena, rap, ej	Jméno herce Racka	Účastníci utkání		
	Zkratka velké pražské strojíny	Umělý mezi-národní jazyk	Pórovitá hornina	Květní prasek				Chorvatský ostrov					Mýšlenka			Zavýsknutí	Úložný telefonní obvod
Integrovaný obvod počítače					Olga (domácky)			Metamorfóvaná hornina					Hon			Soused Kanady	
1					Protože			N					Zkratka Evropského poháru			Kód Kiribati	
Dosah vrtulníku						Staročeská pohřební oběť											Vlastenci

Tisková reklama funguje. Zaručeně.



Jedině rozum nám ukazuje, co máme a co nemáme dělat bylo správné znění tajenky v minulém čísle. Film na DVD obdrží Marie Plechatá z Liberce. Úspěšný vylosovaný luštitel dnešní křížovky obdrží turistického průvodce. Těšíme se na vaše odpovědi na adresách: Severočeský Metropol, Kostelní 10/5, 460 01 Liberec, nebo krizovkaliberec@tydeniky.cz (napíšte telefonní spojení, abychom vás mohli kontaktovat) nejpozději 10. června 2011.

ASTROPORADNA
VYBĚŘTE SI SVOU OSOBNÍ ASTROLOŽKU
nebo KARTÁŘKU!
Volejte hned na tel.: 906 706 506

Eva specializace astrologie partnerské vztahy
KDY POTKÁTE SVOU OSUDOVOU LÁSKU? Odpovím vám, zavolejte mi! Astroložka Eva!
Tel.: 906 706 506

Denisa specializace výklad karet, kyvadlo povolání, kariéra
BUDETE V NOVÉM ZAMĚSTNÁNÍ SPOKOJENI? Mé karty vám odpoví! Volejte Denisu!
Tel.: 906 706 506

Nikola specializace výklad karet nevěra, láska
ŽÁRLÍTE NA PARTNERA ZBYTEČNĚ? Společně najdeme odpověď! Kartářka Nikola!
Tel.: 906 706 506

Alan specializace astrologie, numerologie finance, rodina
JSTE STÁLE BEZ PENĚŽ? Povím vám, kdy se vám začne dařit lépe! Váš Alan!
Tel.: 906 706 506

Alena specializace astrologie, jasnozřivost vize do budoucnosti
CHCETE NAHLÉDNOUT DO SVÉ BUDOUCNOSTI? Tak mi zavolejte! Vaše Alena
Tel.: 906 706 506

We want You!

MSBI

www.msbi.cz

MAKLER SERVICE®

www.idif.cz

INSTITUT DIGITÁLNÍ FOTOGRAFIE

IDIF

PROGRAM NA ČERVEN 2011

Neděle 5. června

Show taneční skupiny Takt Liberec

Pátek 10. června od 20 hodin



Sobota 18. června od 14 hodin



Dům kultury dále nabízí:

Fitness centrum FITMEXX - vchodem „A“
FITMEXX info na www.fitmexx.czDiskotéky A-klub - vchodem „C“
Pravidelné diskotéky pátek - sobota
Info na www.a-klub.cz**PRO AKTUÁLNÍ INFORMACE O ČERVNOVÝCH PROGRAMECH
SLEDUJTE WWW.DKLIBEREC.CZ - ZMĚNA PROGRAMU VYHRAZENA!****PŘEDPRODEJ VSTUPENEK: V POKLADNĚ DK PONDĚLÍ - STŘEDA 14.00 - 17.30 HOD. DÁLE V MIC LIBEREC
A VŽDY HODINU PŘED ZAČÁTKEM AKCE. REZERVACE A PRODEJ VSTUPENEK: WWW.EVSTUPENKA.CZ****Změna programu vyhrazena!**
Předprodej vstupenek dle uvedených termínů a hodinu před začátkem pořadu.
Předprodej vstupenek v DK po - st 14.00 - 17.30 hod. a v Městském informačním centru Liberec.
Rezervace a prodej vstupenek www.evstupenka.cz • vybrané programy na www.ticketpro.cz

arena
TipSport

Tipsport arena v Liberci
Jeranýmova 570/22 • Liberec 7

PROGRAM AKCÍ ČERVEN 2011

VIRTUALITA - taneční show
11. 6. 2011 17.00 hod.
Na výroční show, jež si pro veřejnost připravila největší taneční škola v regionu A-STYL LIBEREC, se představí v různých tanečních stylech a věkových kategoriích více než 500 tanečníků.

Liberecké Všeho Trhy
11. a 26. 6. 2011 6.00 - 11.00 hod.
I v letošním roce můžete navštívit tradiční liberecký blešák, který se usadí na ploše centrálního parkoviště u Tipsport areny. Druhý červnový termín je výjimečně přesunut na neděli.

IX. ME veteránů ve stolním tenisu
20. - 25. 6. 2011
Evropského šampionátu pro sportovce nad 40 let se zúčastní více než 2100 závodníků. Mezi přihlášenými nechybí ani několik mistrů světa a Evropy či legendární fotbalista Antonín Panenka.

Svatojakubská pouť
30. 6. - 3. 7. 2011
Stejně jako v minulých letech se na centrálním parkovišti u areny usadí pouťové atrakce a k tomu stánky s občerstvením či cukrovinkami, které k tradiční pouti neodmyslitelně patří.

PŘIPRAVUJEME

SPORT LIVE 2011
10. 9. 2011 10.00 - 16.00 hod.
Již po šesté Vás srdečně zveme na sportovní show a veletrh SPORT LIVE, v jehož rámci se otevřou brány Tipsport areny i indoorových a venkovních sportovišť v areálu Sport Parku Liberec.

The Beatles Night
21. 9. 2011
Český národní symfonický orchestr se tentokrát pod vedením p. Carla Davise představí se symfonickým nastudováním oblíbených písní nejslavnější skupiny v historii populární hudby.

Volejte zdarma 800 800 007

info@tipsportarena.cz
www.tipsportarena.cz

TICKETPRO
www.ticketpro.cz
Vstupenky v síti Ticketpro
www.ticketpro.cz

↓
kultura



Vážení a milí čtenáři a příznivci Metropolu,

také míváte, stejně jako já, někdy pocit, že se svět zbláznil? Honíme se a pachtíme, nestihnáme povinnosti, mezilidské vztahy jsou napjaté, chybí tolerance a tolik potřebný čas, abychom se zastavili, vydechli a na okamžik se „hodili“ do klidu.

Znám to také a našla jsem recept, o který bych se s vámi ráda podělila. Je na čase, abyste pobyli sami

v přírodě, která je moudrá a laskavá, i kdyby to mělo být jen na chvíli. Na to, abyste se takto postarali o svou duši, nepotřebujete svolení druhých lidí. Jednoduše si svůj pobyt naplánujte a tohoto předsevzetí se držte.

Až budete sami v přírodě, dovolte své mysli, aby se toulala, kam se jí zachce. Možná jste byli v minulosti zvyklí spokojit se s tím, co neodpovídalo vašim touhám. Přát si lepší život není sobecké. Čím víc dostanete, tím víc budete

moci dávat druhým. Sledujte své myšlenky a pocity a zapamatujte si je. Po chvíli promluvte, lhostejno zda v duchu nebo nahlas třeba k andělům, elfům, nebo jen tak do vesmíru, který je všude kolem nás. Požádejte, aby se vaše tělo i aura očistily od veškerého stresu, který jste vstřebali. Pak přemýšlejte o svých tužbách a záměrech a několikrát si je opakujte. Jejich síla se působením přírody znásobí a až se vrátíte domů, budete se cítit velice osvěženi. Tim-

to způsobem znovu nabudete své důstojnosti a sebekontroly a zároveň se očistíte od nižších energií, které se usadily ve vaší mysli i srdci.

Co nejvíce klidných a spokojených chvil v příštích dnech vám za všechny tvůrce dnešního vydání přeje

Ladislava Richterová
šéfredaktorka

richterova@tydeniky.cz

Zapíšeš se vodníci do České knihy rekordů?

tip na výlet

Na Martinském mlýně u Trhových Svinů se v sobotu 11. června uskuteční dětský den spojený s charitativní akcí Kdo má rád. Výtěžek bude směřován na Dětské a novorozenecké oddělení nemocnice v Prachaticích. Do jižních Čech zve čtenáře Metropolu, který je mediálním partnerem akce, hlavní organizátor, zpěvák a herec Martin France.

Jaký je cíl benefice?

V loňském roce se majitelé Martinského mlýna byli podívat na benefičním koncertě „Noc s hvězdami“ na hradě Houska a zeptali se mě, zda by nějaká podobná tradice nemohla vzniknout i v Jihočeském kraji. Tak jsem se jel podívat na Martinský mlýn a začal jsem na tom od října 2010 pracovat. Nejdříve jsem začal shánět záštitu a pak jsem se postupně obracel na různé sponzory a oslovoval je, protože v této oblasti jsou pro mě zatím jižní Čechy neprobádanou oblastí. No a cílem celé akce je dětský den, který bude od 13 hodin a na něj naváže od 18 hodin benefiční koncert s názvem Kdo má rád.



Martin France

Proč jste si vybrali právě nemocnici v Prachaticích?

Původním záměrem bylo předat finanční šek dětskému onkologickému oddělení českobudějovické nemocnice, ale tam jsme byli odmítnuti, s čímž jsme ani v skrytu duše nepočítali a tak nám náměstkyň hejtmanky Jihočeského kraje Ivany Stráské, která má nad koncertem záštitu, po-



Na setkání s návštěvníky se těší účinkující.

mohla a vybrala Dětské a novorozenecké oddělení nemocnice Prachatic. Šek na jeviště si přijde přebrat ředitel nemocnice Michal Čarvaš.

Kdo všechno vystoupí a na co se návštěvníci mohou těšit?

V rámci dětského dne zde budou atrakce, soutěže, diskotéka, to celé pod vedením zkušeného moderátora dětských akcí Vlasty Věbra. Na koncertě zazpívají: Jitka Zelenková, Sisa Sklovská, Leona Machálková, Martin Maxa, Sámér Issa, Heidi Janků, Marcela Březinová, David Deyl, Martina Pártlová a Radek Salíe. Se svým číslem vystoupí i v současné době populární travesti moderátorka Naděžda Krupská. Přes soukromé rádio vyhlášíme soutěž o to, aby se ten den sešlo na mlejně co nejvíce lidí v masce vodníka a pokusíme se o zapsání do České knihy rekordů. Ten, kdo opravdu přijde v masce vodníka, získá dárek.

Jedná se o osobnosti, s nimiž dlouhodobě spolupracujete?

Ano, se všemi účinkujícími, kteří přijedou podpořit tento benefiční pro-

jekt, už spolupracuji dlouho, potkávali jsme se na spoustě akcí, takže to jsou vesměs kamarádi.

Chystáte se z této jihočeské akce udělat tradici?

Moc rádi bychom z této akce udělali tradici a každý rok ji zopakovali. Přejeme si, aby přišlo co nejvíce diváků a dobře se bavili. Už teď se modlíme za hezké počasí, i když v rámci koncertu budeme mít připraveny i velké párty stan, kdyby přišlo.

Jakou mají lidé, kteří přijedou a tím akcí podpoří jistotu, že se peníze skutečně dostanou k potřebným?

Jak už jsem řekl, finanční šek od nás na konci koncertu převzeme ředitel prachatické nemocnice a až se za výtěžek koupí slíbený přístroj na screening srdce, přijedeme se na něj do Prachatic podívat.

Text: Radek Kraus
Foto: archiv Martina France
a Šárka Jansová



Martinský mlýn v Hrádku u Trhových Svinů.

Křižanský Koloděj

Absolutním vítězem I. ročníku časovky jednotlivců na 7,5 km z dolních Žibřidic do horních Křižan se v sobotu stal Jiří Plašil ze Světlé v Podještědí, který trať do mírného i prudšího kopce (převýšení 135 m) směrem na Ještěd ujel za rovných 13 minut. Získal tak putovní cenu – plaketu s věncem vuřtů, a také čtrnáctikilogramovou uzenu krátu.

O 42 vteřin později dorazil do cíle Petr Janouš a o dalších 16 vteřin Jaroslav Tuž, oba z Liberce. Mezi ženami dominovaly domácí závodnice Ivana Maršáková (22:39 min.), Šárka Pokorná a Monika Baková, mezi veterány nad 50 let zabojovali Jiří Major (17:32), Jiří Lukášek a Václav Prskavec.



Pozornost diváků vzbudil Antonín Petrof z Liberce (na snímku), který na vysokém bicyklu zakoupeném od známého jezdce Josefa Zimovčáka dosáhl na 5. místě času 29:01 min. Součástí akce, na jejíž start se postavilo 57 amatérských závodníků všeho věku, byla Starostenská jízda, na kterou v malém pelotonu vyrazili jako předjezdci starostové a starostky Rynoltic, Hrádku nad Nisou, Kryštofova Údolí, Světlé p. J., Zdislavy a Křižan.

Závod uspořádalo Občanské sdružení Křižanský Trpaslík, o.s., spolupracující obec Křižany a SDH Křižany. Amatérský závod tohoto typu měl mezi účastníky úspěch, takže počítáme příští rok s 2. ročníkem, řekl za pořadatele z Křižanského trpaslíka Jan Zítka, který nyní zve do obce na dvě velké kulturní akce - Křižanský Mejdan (sobota 2. července - přehlídka hospodských kapel) a 7. ročník festivalu Dixieland v Křižanech (6. 8.).

Text a foto: Rudolf Dlouhý



Agentura Martin Production, Martinský mlýn a Jihočeský kraj uvádí pod záštitou náměstkyň hejtmanky Jihočeského kraje Ivany Stráské, starosty města Prachatic Martina Malého a starosty města Trhové Svině Radislava Buška 1. ročník Dětského dne a benefičního koncertu

11. června 2011
od 13.00 h Dětský den
od 18.00 h benefiční koncert 1. ročník

Kdo má rád...
na Martinském mlýně
Hrádek U Pečiny 18, Trhové Svině

DÁLE VYSTOUPÍ: RADEK SALIEE AD.MODERUJÍ: MARKÉTA MAYEROVÁ, VLASTA VÉBR, NADĚŽDA KRUPSKÁ OD 21.00 HODIN DISKOTÉKA DANIELA KOPÁLA

VÝTĚŽEK Z KONCERTU BUDE VĚNOVÁN DĚTSKÉMU A NOVOROZENECKÉMU ODDĚLENÍ NEMOCNICE PRACHATIC

Vstupenky za 190,- Kč v předprodeji v síti TICKETSTREAM včetně cestovních kanceláří ČEDOK, FIRO-tour a knihkupectví KANZELSBERGER www.ticketstream.cz, e-mail: info@ticketstream.cz nebo na Martinském mlýně - tel: 386 322 996. Blíží info na www.martinproduction.eu, www.martinskymlyn.cz Změna programu vyhrazena.

