

SEVEROČESKÝ

## METROPOL



## Evička a Roman soupeří a fandí si

úspěch

Hrou na prestižním koncertu ve Vídni 24. června zakončili úspěšný školní rok Eva Strejcová a Roman Frič, vítězové národní klavírní soutěže Prague Junior Note, jejíž devatenáctý ročník se konal začátkem června v Praze. Úspěch slavila i Základní umělecká škola (ZUŠ) v Neštémicích na Ústecku, kde Evička a Románka vyučuje Renata Fričová. Dva vítězové v jedné kategorii, to tu ještě nebylo!

„Úspěchů máme celou řadu, před třemi roky jsme v celostátní soutěži v hudebních oborech pořádané ministerstvem školství obsadili dvě první místa, jedno třetí místo a jedno čestné uznání prvního stupně a před pěti lety místo třetí. Úspěchu jsme dosáhli i na mezinárodní soutěži Virtuosi per Musica a opakovaně i na Prague Junior Note,“ vyjmenovává Renata Fričová, která na neštémické ZUŠ vyučuje osm let. Mimo jiné svého syna Romana a Evičku Strejcovou z Krupky.

Oba pocházejí z hudebně nadaných rodin. Tatínek Romana je úspěšný klavírista, hudbě propadla i Romanova starší sestra. U Strejcových se muzikuje spíše pro radost než profesionálně, maminka Květa Strejcová je učitelkou hudební výchovy, učí se hrát na varhany, její muž hraje velmi dobře na klavír.

„Představte si, že Evička nechtěla vyhrát, první místo přála Románkovi. Pomýšlela na druhé třetí místo, čtvrté už ne. A když stála na stupni vítězů, ještě čtyřikrát se ptala paní učitelky: Jsem opravdu první?,“ líčí Květa Strejcová nesmírnou radost desetileté klavíristky z jejího vůbec prvního celostátního úspěchu. „Před tím vyhrála krajské kolo bez postupu, to ji Románek trumfnil,“ říká Renata Fričová a dodává: „Protože jsou zařazeni do stejné kategorie, jsou si navzájem i soupeři, ale oni to zvládají bravurně a fandí si. Románek chtěl být letos za každou cenu první. Loni soutěžil také, ale jeho sestra byla zařazena do stejné kategorie, zvítězila a on skončil druhý. Letos mu byla Evička těsně v patách s rozdílem šesti desetin bodu, a byla první také. Obě děti měly na pódiu velký úspěch, publikum je vytlaskávalo, Evička se vracela třikrát, Románek čtyřikrát.“

Oba hráli skladby z období klasicismu, romantismu a modernu, Roman ještě impresionismus. „Snažím se dětem sestavit repertoár pestře, aby ukázaly, že jsou všestrannými hráči,“ říká Renata Fričová. Na otázku, co nejraději hrají, oba svorně bez roz-

mýšlení odpovídají: „Romantismus!“ Klavír si začali otlukávat už ve čtyřech letech. Maminky Květa Strejcová a Renata Fričová se shodují na tom, že tomu nechaly volný průběh a čekaly, zda děti samy projeví hudební nadání. „Evička má dva starší bratry, kteří hráli na hudební nástroje, a ona chtěla také. Říkala jsem si, že od šesti let to bude stačit, ale ve čtyřech letech si hraní prosadila. Začala s flétnou, od šesti let hraje na klavír,“ vzpomíná na hudební začátky své dcery Květa Strejcová. Roman zdědil nadání po svých rodičích a má velmi dobře nakročeno na hudební kariéru.

Úspěšní klavíristé cvičí každý den, nevynechají ani o prázdninách. „Dbám na to, aby cvičení bylo soustavné, aby netrvalo déle než hodinu denně a aby děti měly čas i na něco jiného,“ říká Renata Fričová.

Na koničky a na kamarády si prý kromě hodin klavíru čas najdou. „Chodím na balet, dramatiky, sborový zpěv, ráda maluji a dřív jsem ještě chodila na keramiku,“ vyjmenovává Evička. Románek hrál fotbal, teď už si zakope do míče jen s kamarády, navštěvuje kroužek pohybových her a rád čte.

Oba dva se těší na prázdniny. „S rodiči a se sestrou jedeme už potřetí k Máchovu jezeru, tam se mi moc líbí, je tam bazén a hřiště, kde můžu hrát fotbal, basket a volejbal,“ nemůže se dočkat Roman. Evička si užije prázdniny na Vysočině u příbuzných.

Po prázdninách se začnou připravovat na mezinárodní klavírní soutěž Amadeus, která se koná v únoru 2011 v Brně. Romanova sestra Renatka má soutěž úspěšně za sebou, letos v únoru se v ní umístila jako první.

„Úspěch je zavazující, letos do toho dali oba dva hrozně moc a měli i své krize. Těmi se ve školním roce prochází, protože repertoár, který studovali, není tak obvyklý. Děti v tomto věku hrají věci, které jsme hrávali na konzervatoři. Úspěch je motivující, kdo jej okusí, chce ho znovu. Když něco dokážu a ochutnám, jaký to má úspěch, probouzí to ctižádost, která je potřebná,“ zakončuje Renata Fričová. Text: Alena Volfová

Foto: Miroslav Rada

## Jak vidí vítěze ředitel ZUŠ Jan Beneš?

- **Roman Frič** - přes svůj věk (10 let) není na soutěžních kolbištích nováčkem. Na celostátní soutěži ZUŠ v Praze získal první místo, v loňském roce na „juniorce“ obsadil místo druhé a letos se mu podařilo vyšplhat na příčku nejvyšší. V bodovém hodnocení poroty se u Romana objevily i nejvyšší známky (25!), které se udělují poměrně vzácně.
- **Eva Strejcová** - rovněž desetiletá - přišla na naši školu z Krupky v loňském roce. Dala by se označit za „skokana“ roku, protože pod vedením své učitelky na sobě velmi zapracovala a stala se novým objevem na letošní soutěži Prague Junior Note. Její první vystoupení na prestižní klavírní soutěži bylo maximálně úspěšné.



CENTROPOL

Dodavatel elektřiny a plynu  
s Garancí nejnižší ceny na trhu

Tel.: 840 222 222, www.centropol.cz



## Nové řízení Krajské zdravotní přinese milionové úspory

Ústí nad Labem | Optimalizace a řízení zdravotní péče, snížení nákladů všech obslužných procesů, zvýšení jejich kvality a zajištění dlouhodobé dostupnosti kvalitní služby pro obyvatele Ústeckého kraje je cílem projektu, který zahájila Krajská zdravotní, a. s. (KZ). Projekt představuje zásadní změnu v přístupu k řízení společnosti jako celku.

Dojde ke zjednodušení řízení, snížení administrativy a k centralizaci procesů do této doby roztržitých mezi odštěpné závody a centrálu. Tím pak k uvolnění zdrojů pro potřeby zdravotní péče. Očekávané úspory budou minimálně v řádech desítek milionů.

K 30. červnu byly zrušeny funkce ředitelů nemocnic - odštěpných závodů, od 1. července došlo k přeskupení odborných úseků pod vedení nových náměstků ředitele KZ. Příprava nové, efektivní, organizační struktury, založené na principech procesního řízení bude provedena od 1. července do 31. prosince. Start nového modelu řízení včetně procesních změn je plánován na 1. ledna 2011.

Ředitelem Krajské zdravotní je Eduard Reichelt. Dosavadní ředitel Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem Jiří Madar bude řídit Úsek zdravotní péče, dosavadní ředitel mostecké nemocnice Jindřich Zetek povede Úsek ekonomického řízení a controllingu, chomutovský ředitel Petr Hossner povede Systém řízení. Dosavadní náměstek Miloslav Řehák nadále řídí



Úsek řízení a správy majetku a Jan Lami povede Úsek řízení lidských zdrojů. Ředitel děčinské nemocnice Václav Čecháčekovi byla nabídnuta pozice v rámci Úseku řízení a správy majetku.

Motivací pro změnu byly pro Krajskou zdravotní dva hlavní parametry. Zásadní skutečností je riziko, vyplývající z redukce úhrad zdravotních pojišťoven za poskytovanou péči. Objem plateb relativně klesá a objem péče se reálně zvětšuje. I přes tento fakt je představenstvo KZ rozhodnuto zachovat rozsah zdravotní péče, její dostupnost a zvýšit kvalitu až do úrovně moderních center excellence.

Dalším důležitým a souvisejícím parametrem je zvyšující se tlak na kvalitu pracovní síly v kombinaci s nedostatečně nastaveným trhem práce. Představenstvo má enormní zájem vytvořit podmínky pro stabilizaci lékařů i středního zdravotního personálu a nastavit atraktivní pří-

ležitosti pro nové zaměstnance ve zdravotnických profesích.

K dosažení uvedených cílů je nutná dostatečná ekonomická výkonnost firmy, její dlouhodobá stabilita a flexibilita. K tomu má KZ posunout nový systém řízení, založený na procesních principech.

### Co je nového v KZ, a. s.?

- k 30. červnu byly zrušeny funkce ředitelů nemocnic - odštěpných závodů
- od 1. července došlo k přeskupení odborných úseků pod vedení nových náměstků ředitele KZ
- příprava nové, efektivní, organizační struktury, založené na principech procesního řízení, bude provedena od 1. července do 31. prosince
- start nového modelu řízení včetně procesních změn je plánován na 1. ledna 2011

## KZ spolupracuje s Ústavem experimentální medicíny AV

Ústí nad Labem | Slavnostním podpisem „Memoranda o budoucí spolupráci“ 21. června v Ústí nad Labem deklarovali navázání spolupráce ředitelka Ústavu experimentální medicíny AV ČR, v.v.i. Eva Syková a ředitel Krajské zdravotní, a. s., Eduard Reichelt. Obě strany tak vyjádřily společný záměr zahájit a dále rozvíjet výzkumně-vzdělávací spolupráci v oblasti moderních diagnostických a terapeutických metod v medicíně.

Předmětem zájmu obou institucí je komplexní mezioborová činnost, která sahá od výuky studentů přes základní výzkum, provádění náročných klinických studií až po bezpečné uplatnění moderních metod v praktické medicíně. Ústav experimentální medicíny Akademie věd ČR a Krajská zdravotní se rozhodly spolupracovat při realizaci dlouhodobého záměru KZ na vybudování nemocnice univerzitního typu v Ústí nad Labem jako střediska špičkové medicíny, zdravotnické vědy a výuky.

Obě strany budou společně usilovat o zřízení centra translační medicíny v Masarykově nemocnici v Ústí nad Labem (translační medicína je moderní lékařský obor, založený na přenosu výsledků základního výzkumu do kli-

nického výzkumu a do klinické praxe). Profesorka Syková se svými spolupracovníky navštívila v doprovodu představitelů vedení Krajské zdravotní a ústecké nemocnice vybraná pracoviště Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem a v odpoledních hodinách představila své pracoviště a jeho vědecko-výzkumný potenciál sboru primářů a výzkumných pracovníků ve výzkovném centru nemocnice.

Pracovníci Ústavu experimentální medicíny AV ČR, v.v.i. mají rozsáhlou zkušenost s mezinárodní spoluprací. Ústav se stal v roce 2000 jedním z Center excellence Evropské unie, v současné době řeší řadu mezinárodních projektů, podporovaných z rámcových programů EU pro vědu a výzkum a spolupracuje s mnoha zahraničními ústavy. (//)

## Světový kongres v režii ústeckých neurochirurgů

Ústí nad Labem | Neurochirurgická klinika Krajské zdravotní, a. s. - Masarykovy nemocnice v Ústí nad Labem pod vedením Martina Sameše zorganizovala v červnu v Praze jeden z nejvýznamnějších neurochirurgických kongresů pořádaných v České republice - Neurovascular and Skull Base Workshop Prague 2010. Zúčastnili se ho špičkoví odborníci a specialisté na cévní neurochirurgii

z dvaceti zemí světa. Úspěchem českých neurochirurgů je také organizace třetího anatomického kurzu před tímto kongresem. Kurz trval dva dny a jeho cílem byla intenzivní výuka náročných neurochirurgických operačních přístupů na věrných anatomických modelech s použitím operačního mikroskopu a vrtaček, kdy je věrně simulováno prostředí operačního sálu. (//)

## Plyn od Centropol Energy

Ústí nad Labem | Centropol Energy, jeden z předních nezávislých dodavatelů elektřiny a plynu, rozjel prodej zemního plynu také pro domácnosti.

Firma, která se soustředí především na malé a střední podnikatele a samosprávu, tak vstoupila do dalšího segmentu. Od konce loňského roku dodával Centropol Energy zemní plyn především pro stávající zákazníky z řad malých a středních podniků.

„Od druhé poloviny loňského roku jsme se začali více soustředit na dodávky elektřiny domácnostem. Nyní k tomu přidáváme také zemní plyn. Domácnostem tak můžeme poskytnout kompletní dodávku dvou nejdůležitějších energií na trhu,“ řekl člen představenstva a obchodní ředitel Centropol Energy Lukáš Pokrupa.

Zemní plyn začal Centropol Energy dodávat na konci loňského roku především stávajícím zákazníkům z řad malých a středních podniků. „V současnosti máme podepsány smlouvy s několika tisíci zákazníky. Objem dodávek se pohybuje kolem 80 milionů kilowatthodin plynu,“ doplnil Lukáš Pokrupa.

Centropol Energy má sjednány dodávky elektřiny a zemního plynu zhruba pro 70 000 zákazníků. Každý den přibývá 600 nových zákazníků. Do konce letošního roku plánuje společnost přesáhnout hranici 100 000 zákazníků. Kvůli tomu také firma rozšiřuje počet pracovních

míst především v oblasti služeb zákazníkům. V březnu bylo deset nových pracovních míst, do konce roku pak dalších 20 nových pozic.

Firma loni několikanásobně zvýšila tržby na 1,1 miliardy korun. Letos počítá Centropol Energy s tržbami na úrovni dvou miliard korun. (met)

### Centropol Energy a. s.

- patří k předním obchodníkům na domácím trhu s elektrickou energií
- elektřinu dodává několika tisícům zákazníků, především středním podnikům

## Plošina pro Davida

Dubí | Dvanáctiletý David, který navštěvuje Gymnázium Jana Amose Komenského v Dubí, se od svých osmi let pohybuje na invalidním vozíku. Díky nové schodišťové plošině zvládne přesuny během výuky bez obtíží. Na zakoupení plošiny postaral celý příspěvek Nadace ČEZ ve výši 537 600 korun.



Student gymnázia v Dubí David se kvůli onemocnění svalovou dystrofií pohybuje pouze na invalidním vozíku a přesuny po budově školy zvládá s pomocí asistenta a zapůjčeného schodolezu. „Pro Davida jsme upravili

rozvrh tak, aby nemusel zbytečně přejíždět do jiných učeben. Nyní ale tráví celý den v jediné třídě a o přestávkách nemůže být se svými spolužáky v jiných prostorách školy,“ vysvětluje situaci ředitelka gymnázia Jaroslava Turková. Škola vybaví díky nadačnímu příspěvku hlavní přístupové schodiště šikmou schodišťovou plošinou. Ta umožní Davidovi snadněji navštívit druhou část školní budovy, kde jsou odborné učebny.

Škola získala grant na plošinu v rámci projektu Nadace ČEZ Oranžové schody, který pomáhá školám odstranit architektonické bariéry. (met)

pomoc

# S NÁMI BUDETE VIDĚT

## BUS Promotion

reklama v pohybu

- polepy vozidel MHD
- navigační systém na sloupech trakčního vedení
- reklamní letáky
- televizní obrazovky v autobusech

Tel.: 475 207 457

www.buspromotion.cz

inzerce

# Detoxikace - generální úklid těla i ducha

zdraví

**Detoxikace těla vyjadřuje přirozený způsob pomoci tělu v odstraňování toxinů a nahromaděných zplodin, které mohou ovlivňovat kvalitu života člověka. V dnešním světě jsme zaplaveni chemikáliemi, které nejsme schopni bez pomoci zpracovat.**

Žijeme v prostředí, které je poznamenáno moderní civilizací. Do našeho těla se potravou, nápoji, léky, vzduchem i kůží dostává řada chemických látek. Z těchto sloučenin se uvnitř organismu může vytvářet spousta dalších zdraví nepříznivých sloučenin.

V zaměstnání, ale i doma, jsme všichni vystaveni tisícům různých toxických a chemických látek, které vdechujeme se vzduchem anebo přijímáme do našeho organismu například jídlem, pitnou vodou či přípravky farmaceutického průmyslu. Navíc spotřebujeme mnohem více cukru a synteticky připravených potravin, než kdykoliv dříve v historii lidstva a pravidelně si poškozujeme zdraví různými stimulačními a uklidňujícími přípravky.

Vědci se již celá desetiletí věnují studiu znečišťujících látek, které se nacházejí ve vzduchu, v pitné vodě, v potravinách a v půdě.

Výzkumy jednoznačně potvrzují, že náš organismus není schopen neutralizovat všechny ty toxické a chemické látky, které denně vdechujeme anebo přijímáme spolu s potravou. Jednoduše se hromadí v našich buňkách (obzvláště v tukových), v našich tkáních, krvi, orgánech (jako jsou například tlusté střevo, játra a mozek) a usazují se na neomezenou dobu, způsobující posléze různá onemocnění.

Naštěstí máme částečnou schopnost se těchto škodlivých látek zbavovat močí, stolici, dechem, potem. Stravujeme-li se vyváženě, dáváme-li přednost po-

travinářským průmyslem minimálně opracovaným potravinám, konzumujeme-li dostatek čerstvé zeleniny, ovoce, luštěnin, vlákniny, pijeme-li čistou vodu, denně se věnujeme fyzicky náročnější činnosti, při které se zapotíme, udržujeme tělo v „čistém stavu“. Ale se zvyšujícím se věkem klesají samočisticí schopnosti těla, postupně se kumulují odpadní produkty látkové výměny a v těle se usazují toxiny. Nevyloučené škodlivé látky, ukládající se v těle, přispívají k rozvoji mnoha onemocnění. Zrádné je, že na první pohled na sobě nepozorujeme, že bychom se nějak „zanášeli“, ono to nijak nebolí.

Proto je pro naše tělo pravidelná vnitřní očista nutným předpokladem pro uchování (či navrácení?) zdraví. Dopřejme si jednou za čas „generální úklid“, kdy může dojít k normalizaci tělesných funkcí, k vylepšení stavu látkové výměny. Během tohoto detoxikačního období konzumujeme méně kalorická jídla, což přispívá i ke snížení nadbytečných tukových zásob v těle.

### Detoxikační dieta

Pro očistu těla je možno absolvovat detoxikační dietu, pít vody, ovocných a zeleninových šťáv, bylinných čajů, travinových doplňků, očistu střeva (klystýry, hydrocolon terapie) a v neposlední řadě rozumnou tělesnou aktivitu. Během detoxikačního týdne se zřekneme stimulantů jako je kofein, alkohol, nikotin, cukr, aby mělo tělo dostatek klidu a energie pro vnitřní očistu. Velký úklid trvající po dobu jednoho týdne



Pro očistu těla je možno absolvovat detoxikační dietu.

je potřebný aspoň čtyřikrát do roka. Vedle této důkladné očisty je dobré si dopřát každý týden jeden detoxikační den. V tomto dni je vynikající zařadit buď totální půst s pitím vody, nebo půst s pitím ředěných ovocných a zeleninových šťáv. Kdo si ze zdravotních či jiných důvodů nemůže celodenní

hladovění dovolit, může využít ovoze-leninového dne, kdy konzumujeme jen ovoce, zeleninu či zeleninové polévky. Další méně náročnou alternativou je zařazení veganského dne, ve kterém se zřekneme veškerých živočišných potravin, přičemž dáváme přednost opět zelenině, ovoci, šťávám, luštěninám,

celozrnnému pečivu, obilným kašim, ořechům.

Výhodný je také vegetariánský den, kdy vynecháme maso a veškeré masné výrobky. I v tomto dni určitě dojde k částečné úlevě pro organismus, podpoří se čistící funkce těla.

Během detoxikačního dne je zvláště důležité hodně pít. Nařadí se tím koncentrace nepříznivých látek v těle a přes ledviny se pak vyloučí z těla ven. Nejlépe je pít čistou vodu nebo již zmiňované ovozeleninové šťávy a bylinné čaje. Ty obsahují mnoho látek, užitečných pro detoxikaci, jako jsou vitamíny, alkalicky působící minerální látky, stopové prvky, chlorofyl, antioxidanty, flavonoidy a jiné tzv. sekundární rostlinné látky. Dopřejme si při detoxikaci i psychickou pohodu, relaxujeme, snažme se vystříhat stresovým situacím. Den je nejlépe trávit v přírodě na čistém vzduchu. Tím vším umocníme detoxikační proces.

Co je odměnou za provedení vnitřní očisty těla? Zvýší se obranyschopnost organismu, vylepší psychika, upraví stav látkové výměny (pokles hladiny krevního cukru a tuků, cholesterolu, stresových hormonů), vyčištěný trávicí trakt napomůže činnosti vnitřních orgánů, zlepší se stav pleti, zvýší se celková energie a životní pohoda. Pokud má očista být smysluplným a efektivním procesem, je třeba vědět, co od ní očekáváme. Věnovat jí patřičnou pozornost tím, že si uspořádáme po dobu procesu život natolik, abychom očistu nepopírali chováním a zlozvyky jdoucími proti čistění, usměrnit příjem potravy, zredukovat popř. eliminovat stresové a zátěžové situace. (met)

S použitím serveru: [www.nutrivia.cz](http://www.nutrivia.cz) a [www.drnatura.cz](http://www.drnatura.cz)

## MS centrum na úrovni klinických pracovišť

Krajská zdravotní, a. s.

**Teplice | Teplické MS centrum, které je specializovaným pracovištěm zaměřeným na diagnostiku a léčbu roztroušené sklerózy, vzniklo při neurologickém oddělení Nemocnice Teplice v roce 2005. Svým klientům poskytuje takovou péči, která se vyrovná úrovni klinických pracovišť a za dobu své pětileté existence si v severočeském regionu vybudovalo nenahraditelné postavení.**

Přestože se tady léčí závažné a nevyléčitelné onemocnění centrálního nervového systému, panuje na tomto oddělení neobvykle pozitivní a vlnící atmosféra, která pomáhá pacientům vyrovnávat se s touto nemocí a zpřijemňuje jim její léčbu. Svědčí o tom i množství poděkování prostřednictvím internetových stránek, kde pacienti vyjadřují kolektivní spokojenost s kvalitní péčí o jejich zdraví a zvláště oceňují odborný, ale také neobyčejně lidský přístup **vedoucí lékařky centra MUDr. Marty Vachové.**

„Do teplické nemocnice jsem nastoupila hned po studiích v roce 1996. Vzhledem k tomu, že můj otec je neurolog a celý život se zabýval právě problematikou roztroušené sklerózy, začala jsem se také věnovat neuroimunologickým onemocněním. Tady v okrese Teplice byl největší výskyt roztroušené sklerózy už v době výzkumů profesora Jedličky, který Teplice považoval až za jakousi zónu epidemie. Prevalence nemoci tady byla v osmdesátých letech dvě stě pacientů na sto tisíc obyvatel a my se k tomuto číslu pomalu znovu dostáváme. V mezinárodních studiích je uváděno číslo prevalence pro ČR sedmdesát šest na sto tisíc obyvatel, ale v posledních letech se minimálně zdvojnásobilo. Podle našich odhadů, které vychází z databáze všeobecné zdravotní pojišťovny, je v současné době prevalence v našem kraji přibližně sto osmdesát na sto tisíc obyvatel,“ vysvětlila MUDr. Marta Vachová.

„Je pravděpodobné, že na toto onemocnění má svůj vliv také špatné životní prostředí. Právě na základě dlouhodobých studií a pozorování, které se provádí například v severovýchodních zemích Dánska a Norska, kde mají velmi dobré registry pacientů založené už po druhé světové válce, se nakonec vykrystalizovaly tři základní zevní rizikové faktory. Vnitřním faktorem

je genetická dispozice, ale ta ovlivňuje pouze čtyři procenta, zatímco zbytek mají na svědomí zevní podmínky. V první řadě se hovoří o nedostatku vitamínu D, druhým faktorem je kouření a poslední z vlivů jsou infekce,“ doplnila informací vedoucí lékařka.

Od svého založení se MS centrum rozšířilo z původní jedné ordinace na tři ambulance, které pracují po celý týden. Střídá se v nich tým čtyř specializovaných lékařů a o pacienty se starají tři zdravotní sestry.

Vzhledem k tomu, že některé nové léčebné preparáty se podávají formou infuzí, bylo oddělení nově rozšířeno o infuzní místnost. V současné době je v teplickém MS centru sledováno přes tisíc pacientů ze spádové oblasti tří krajů - Ústeckého, Libereckého a Karlovarského.

„Roztroušená skleróza patří mezi autoimunitní onemocnění, kdy vlastní imunitní systém ničí různé struktury těla. V tomto případě myelinový obal nervového vlákna, jehož důsledkem je přerušování centrálních nervů. Věkový průměr nemocných s roztroušenou sklerózou je celostátně 31,7 roku a také náš soubor pacientů této statistice odpovídá. Máme hodně mladých pacientů, protože ti dnes díky

internetu mají mnohem větší přístup k informacím, a proto se snadněji a rychleji do MS centra dostávají. Zároveň je to cílová skupina, kterou my můžeme naší léčbou ovlivnit nejvíce, protože RS umíme nejefektivněji léčit právě v jejím začátku. Když nemoc trvá deset až patnáct let, nervový systém začíná mít pomalu ztráty, které není možné nijak nahradit a neumíme je vrátit zpátky. Proto je důležité začít s léčbou

včas, nejlépe hned po takzvaném klinicky izolovaném syndromu (první atace),“ zdůraznila MUDr. Vachová.

Po několikaletem úsilí byla v loňském roce v České republice schválena léčba nejmodernějšími preparáty - interferony beta - léky první volby, které jsou hrazeny ze zdravotního pojištění již pacientům s prvními klinickými příznaky, kteří mohou zahájit léčbu ihned po stanovení diagnózy. Interferony beta a glatirameracetát (Copaxone) jsou poskytovány a hrazeny pojišťovnami rovněž pacientům, kteří už mají dvě ataky ročně. Jsou tu ale také pacienti, kteří ještě nesplňují kritéria na zařazení do léčby hrazené ze zdravotního pojištění. Tito

nemocní však mají možnost získat léky, které se používají v rámci různých mezinárodních klinických zkoušení, kterých se zúčastňuje i teplické MS centrum. Díky tomu se mohou dostat mnohem dříve k vysoce účinným preparátům, které budou mít ještě vyšší účinnost než standardní léky, v současnosti již používané.

Od poloviny devadesátých let, kdy přišly na trh léky první volby, se rapidně změnila prognóza onemocnění RS. S využitím nejmodernějších preparátů je dnes možné udržet nemoc pod kontrolou, proto může většina pacientů s touto diagnózou, pokud se zahájí léčba včas, prožívat normální život, včetně těhotenství u mladých žen.

V současné době přichází na trh nová skupina léků, která na rozdíl od té předchozí nebude v injekční podobě, ale jsou to výrazně účinnější infuze, které se aplikují méně často nebo stejně účinné tabletové preparáty, což bude opět posun v zajištění životního komfortu nemocných RS. Pokud tyto léky schválí FDA (Americká asociace pro léčbu), dva z nich - Fingolimod a Cladribine, by přibližně během jednoho a půl roku mohly být u nás k dispozici.

„Existuje také velké množství podpůrných preparátů, jedním z populárních léků z poslední doby je Sativex. Je to výtažek z přírodní marihuany, která je pěstována za přesně stanovených podmínek. My jsme s tímto preparátem pracovali v rámci celostátních studií a máme s ním velmi dobré zkušenosti. Tato látka sice neovlivňuje aktivitu nemoci jako takové, ale je to vynikající symptomatická léčba. Byla prokázána účinnost jak na bolesti, tak na spasticitu, která bohužel k této diagnóze patří. V posledních měsících byl lék registrován v Anglii, proto by se mohl brzy objevit i na našem trhu,“ prozradila MUDr. Vachová.

Teplické MS centrum je maximálně podporováno svými nadřazenými institucemi, tj. Nemocnicí Teplice a Krajskou zdravotní, a. s., Ústí nad Labem, proto se jeho činnost může stále rozvíjet. Přestože je pro každé zdravotnické zařízení vždy velmi složité domluvit s pojišťovnami dostatečný objem peněz na nákup léků pro své nemocné, tomuto pracovišti se to naštěstí, až na malé výjimky, stále daří. Text a foto: **Luďmila Petřiková**



# Třetí Den záchranářů Ústeckého kraje

**Most | Jednotlivé složky integrovaného záchranného systému Ústeckého kraje, ale nejen ony, se představily na třetím Dnu záchranářů Ústeckého kraje. Uskutečnil se v neděli 13. června v prostorách výcvikového Centra bezpečné jízdy v areálu Autodromu Most.**

Jak zdůraznila při slavnostním zahájení hejtmanka Jana Vaňhová, naše společnost si váží nezastupitelné, obětavé a vysoce náročné práce zdravotnických záchranářů, profesionálních i dobrovolných hasičů, policie i práce všech dalších lidí, kteří ochraňují a velice často také přímo zachraňují naše životy a majetek. Početné zástupy návštěvníků zaujaly asi nejvíce likvidace simulované dopravní nehody, slaňování policistů z vrtulníku, výcvik služebních psů, ale také ukázka dobové práce četnické pátrací stanice Praha. Součástí Dne záchranářů 2010 bylo i tradiční předávání darů Ústeckého kraje složkám IZS. Zdravotnická záchranná služba dostala šek na 2,453 milionu korun (výukové modely figurín, defibrilátory či letecké přilby pro záchranáře), Hasičský záchranný sbor Ústeckého kraje šek na 2,229 milionu korun (soustavy dýchacích přístrojů, call centrum a další zařízení) a Krajské ředitelství policie Ústeckého kraje si za 2,2 milionu korun pořídí mimo jiné záchranný člun, dalekohledy, kameru pro práci za snížené viditelnosti, GPS navigace a další vybavení. Ústecké Krajské sdružení Hasičů Čech, Moravy a Slezska pořídí z daru 350 tisíc korun překážky pro hasičskou mládež a dorost a LCD monitor.



Hejtmanka Jana Vaňhová se svým zástupcem Pavlem Koudou předává symbolický šek řediteli Hasičského záchranného sboru Ústeckého kraje plk. Jaroslavu Novotnému.



Jedna z pěti nových stříkaček zn. Tohatsu pro jednotky sborů dobrovolných hasičů.

Jednotky sborů dobrovolných hasičů z ústeckého obvodu Neštěmice a z obcí Klapý, Lubenec, Černovice a Hora

Sv. Kateřiny si navíc odvezly z Mostu motorové požární stříkačky Tohatsu VC85BS s dalším vybavením. Hodno-

ta každého z darů byla téměř 239 tisíc korun. V Mostě tak rozdělil Ústecký kraj 8,447 milionů korun. (krz)

## Doprava, nezaměstnanost, kriminalita

**Teplice | Další ze série hejtmanských dnů se uskutečnil 8. června v zasedacím sále zastupitelstva Magistrátu Statutárního města Teplice.**

Starostové měli možnost již dopředu upozornit na oblasti, jež je trápí či zajímají. Hejtmanku Janu Vaňhovou na jednání doprovodili odborníci kompetentní k zmíněným oblastem, vedoucí odborů krajského úřadu, ale i ředitel teplického Úřadu práce Oldřich Staněk a ředitel okresního ředitelství Policie ČR Teplice Petr Sytař. Hlavními tématy setkání byla doprava, nezaměstnanost a kriminalita a extremismus. Hejtmanka ve své prezentaci na téma dopra-

va připomněla důležitost dostavby klíčové infrastruktury, především dálnice D8. Zároveň apelovala na starosty, aby se připojili k výzvě Ústeckého kraje na urychlenou dostavbu dálnice. „Ústecký kraj vyzývá premiéra Jana Fischera k přijetí opatření včetně legislativních změn, které podpoří dokončení stavby v nejkratším možném termínu. Proto se obracím k vám, starostům, abyste se k našim požadavkům připojili a vyjádřili tak solidaritu s obcemi dotčenými stavbou nebo objíz-

nými trasami,“ vysvětlila představitelka kraje. Živá diskuse se rozvinula k problematice vzrůstajících projevů extremismu v oblasti Teplicka. K těmto podnětům se hned na místě vyjádřil i ředitel okresního ředitelství Policie ČR v Teplících. Starostové se s hejtmankou shodli, že je třeba proti těmto jevům bojovat, a to komplexními systémovými změnami proti příčinám extremismu. Ústecký kraj v této souvislosti předložil poslancek sněmovně návrhy legislativních úprav, aby docházelo k lepší vymahatelnosti práv obcí a obyvatel kraje. (krz)

## Kraj přestal hradit regulační poplatky

**Ústecký kraj | Rada kraje doporučila Zastupitelstvu Ústeckého kraje rozhodnout o odvolání veřejného příslibu z loňského roku, na jehož základě hradil za občany regionu regulační poplatky v krajských zdravotnických zařízeních, a to 1. července 2010. Ústecký kraj aktivně podporoval veškeré legislativní iniciativy mající za cíl zrušení či podstatné omezení poplatkové povinnosti. Poněvadž i přes snahy Rady asociace krajů ČR nebyly iniciativy úspěšné a nelze ani očekávat, že by v blízké budoucnosti byla povinnost platit regulační poplatky celostátně zrušena, byl veřejný příslib odvolán. Definitivně zrušení úhrady regulačních poplatků za pacienty k 1. červenci letošního roku schválili zastupitelé Ústeckého kraje na jednání 23. června. (krz)**

## Fotě České středohoří

**Propagovat krásy Českého středohoří je smyslem fotografické soutěže, kterou vyhlašuje Město Litoměřice ve spolupráci s Ústeckým krajem.**

Půjde o jednu z doprovodných akcí konference cestovního ruchu Stop and Stay s mezinárodní účastí, která se v litoměřickém Domě kultury uskuteční na konci března 2011. Oficiální název soutěže je „Život a cestovní ruch v Českém středohoří“. Vyhlášeny jsou dvě soutěžní kategorie. Jednou je volná kategorie, druhá je určena žákům a studentům do osmnácti let. Tématem fotografií je „Pozvánka mýma očima“. Uzávěrka soutěže je 10. února 2011. Podrobnější informace a propozice stránek [www.litomerice.cz/fotosoutez](http://www.litomerice.cz/fotosoutez). (krz)

## Akce cihla pomáhá potřebným

**Ústí nad Labem | V celostátní benefiční sbírce s názvem Akce cihla se za deset let prodalo již téměř sto padesát tisíc šamotových cihel a celkem bylo vybráno více než šestnáct milionů korun.**

Výtěžek je věnován na integraci lidí s mentálním postižením do běžného života, tedy například do budování chráněného a tréninkového bydlení a vytváření pracovních příležitostí pro lidi, kteří by jinak byli odkázáni na život v ústavech sociální péče. Na přelomu května a června byl prezentační stánek občanského sdružení Jurta v Děčíně, Teplících a také v Ústí nad Labem. Jak řekla radní Ústeckého kraje Jana Ryšánková, jež má v regionu v gesci právě oblast sociálních služeb, kraj podporuje svým vlastním programem transformaci sociálních služeb, rozvoj terénních a komunitních metod a snaží



se, aby tyto služby byly humánnější a umožnily mentálně postiženým občanům zapojovat se do normálního života, pracovat a žít mezi lidmi. Nikoliv jen v ústavech. Sama Ja-

na Ryšánková (na snímku vpravo) si spolu s náměstkyní ústeckého primátora Zuzanou Kailovou v krajském městě cihlu za 100 korun koupila. (krz)

## Krizový portál

**Ústecký kraj |** Takzvaný krizový portál, tedy společný projekt Ústeckého kraje a Saska ve Spolkové republice Německo, konkrétně jeho Zemského okresu Východního Krušnohoří a Saské Švýcarsko, se už druhým rokem realizuje v rámci operačního programu Cíl 3 / Ziel 3 a úplně zpřístupněn bude v průběhu roku 2013.

Portál, který využijí složky krizového managementu, soustředí detailní informace o možných rizicích a aktuálních krizových situacích na obou stranách hranic. Mezi projektovými partnery v ČR je také Ústecký kraj jako lead partner. Projekt je z 85 procent financován Evropským fondem pro regionální rozvoj a celkově si vyžádá v Ústeckém kraji a v sousedním Sasku 3,37 milionu euro. Uvažuje se, že se do něj zapojí též Liberecký a Karlovarský kraj i některé další oblasti Saska na druhé straně Krušných hor. (krz)

## Pozvánky

### Prázdniny na Novém Hradu

V obci Jímlín na Lounsku je zámek Nový Hrad, jenž je majetkem Ústeckého kraje. V sobotu 3. července tu otevírají hlavní zámeckou sezonu. Prohlídky v červenci a v srpnu budou vždy od středy do neděle od 10 hodin, ale s jedinou výjimkou: zámek i většina jeho nově zrekonstruovaných sálů budou přístupny také o státních svátcích v pondělí a úterý 5. a 6. července. Návštěva stojí za to, že zámecké věže se vám otevře překrásný pohled na do širé krajiny jihozápadní části kraje. (krz)

### Atletická Grand Prix



Po dvou letech nastoupí v Ústí nad Labem znovu Noah Bryant z USA s letošním výkonem 20.68 m.

Městský stadion v Ústí nad Labem - Bukově bude už v úterý 13. července svědkem mimořádné přehlídky českých i světových atletů. Po Zlaté třetě v Ostravě a pražském memoriálu J. Odložila je ústecká soutěž nejvýznamnější v celé ČR. Mezinárodní atletický mítink podpořil rovněž Ústecký kraj a zahajovat jej bude hejtmanka Jana Vaňhová a její náměstek Arno Fišera. Pořadatelé z Athletic Clubu z Ústí nad Labem počítají s účastí borců z dvaceti zemí, a to i z USA, Japonska, Egypta nebo Saudské Arábie. Mítinku se zúčastní samozřejmě i špičky naší atletiky, neboť bude jednou z posledních šancí splnit limity blížícího se Mistrovství Evropy v atletice v Barceloně. Šestá ústecká Grand Prix 2010 začíná v 16 hodin a k jejím vrcholům bude patřit soubor nad vysokými překážkami, v hlavní disciplíně - vrchu koulí mužů, ale také ve zbývajících 11 disciplínách. Vstup bude zdarma. (krz, rh)

METROPOL horoskop

benefice

**Beran 21. 3. - 20. 4.**  
Pokud hledáte nějakou, jedno jakou, paži, již byste se mohli zachytit - dejte si pozor, ať nenarazíte na zelené oči, protože ty jsou pro vás víc než nebezpečné. Jakmile podlehnete jejich kouzlu, jste ztraceni.

**Býk 21. 4. - 21. 5.**  
Léto je tu a vy jste jako obvykle plní očekávání, co vám přinese. Toužíte však po něčem skutečném a konkrétním, co si můžete vychutnat prostřednictvím svých pěti smyslů. Virtuální realita není nic pro vás.

**Blíženci 22. 5. - 21. 6.**  
Abyste si udrželi obdiv svých miláčků, používáte často rafinované slovní triky. Nevěšte jim ale bulíky na nos příliš často, nejsou tak naivní. Místo slovních hříček by někdy více ocenili nějaký pěkný dárek.

**Rak 22. 6. - 22. 7.**  
Čeká vás příjemné setkání s přáteli, pokud se ovšem vyhnete vzpomínkám a budete si užívat jen přítomnost. Také neflirtujte s jejich partnery, nemuseli by pochopit, že jde jen o nevinou zábavu.

**Lev 23. 7. - 23. 8.**  
S okolím jednáte vždy až úzkostlivě pociťově, což není zrovna trend dnešní doby. Občas se musíte umět přizpůsobit situaci a jednat stejně „lišácky“, jako to dělají ostatní. Nesmí se to stát pravidlem.

**Panna 24. 8. - 23. 9.**  
Věřte na osudová setkání, není to nesmysl. Pokud na vás někdo od první chvíle působí magickou přitažlivostí, skutečně jde o něco mezi nebem a zemí. Je snadné tomu podlehnout, ale pozor!

**Váhy 24. 9. - 23. 10.**  
Vždy se dokážete vyrovnat s většinou náročných situací. Co vás však pravidelně rozhodí, je příprava na dovolenou. Nechte letos všechny starosti na partnerech, ono to nějak dopadne.

**Štír 24. 10. - 22. 11.**  
Nesvěřujte se svým kolegům s každým dobrým nápadem. Jsou často rychlejší a pohotovější a než vy se stačíte rozhoupat, oni už vaše nápady klidně realizují. Přímocarost a důvěřivost nejsou vždy výhra.

**Střelec 23. 11. - 21. 12.**  
Hlídejte si svůj rozpočet. Neroztácejte bezhlavě své finance, jak máte často ve zvyku. Šetřete na energie, bydlení nebo školné. Dokážete sice snadno vydělat peníze, ale ještě snadněji je umíte utrácet.

**Kozoroh 22. 12. - 20. 1.**  
Připravujete-li se na exotickou cestu, nezapomeňte se nechat naočkovat, vzít s sebou zápisník nebo skicák na postřehy z cest, fotoaparát a dobré rady od maminky. Nesmějte se, jsou moudré a užitečné.

**Vodnář 21. 1. - 19. 2.**  
Dopřejte si zasloužený odpočinek. Nemusíte to být vždycky vy, kdo lýchá nápady, energií a humorem. Trochu snění, meditování a ponoření do sebe vás uklidní a nabije. Léto prožijete opět na plné pecky.

**Ryby 20. 2. - 20. 3.**  
Tragickým podtextem vašeho charakteru je strach ze života, který vás nikdy neopouští. Bojíte se, že ztratíte lásku, přijdete o majetek nebo vůbec o štěstí. Začněte brát všechno z té lepší stránky.

Připravila: Žofie Mašková

MARTIN PRODUCTION  
Martin Production uvádí pod záštitou primátora Hl. města Prahy Pavla Béma a pod záštitou starostky města Česká Lípa Hany Moudré  
12. ročník benefičního koncertu  
**NOC S HVEZDAMI**  
NA HRADĚ HOUSKA



Dále vystoupí: JAREK ŠIMEK, MARTINA BALOGOVÁ, MICHAL PENK, KAREL ŠTEDRÝ, PAVLÍNA FILIPOVSKÁ, LÁĎA SPILKA, RADEK SALIEE, JOLANA SMYČKOVÁ, RUDA Z OSTRAVY, NADĚŽDA KRUPSKÁ, SIMONA POSTLEROVÁ, TWO VOICES.  
Moderují: SLÁVEK BOURA A MARKÉTA MAYEROVÁ. Od 21.00 hodin na 1. nádvoří koncert kapel: MARTIN PÍSAŘÍK & AKUSTIK, MEZCLA, BAGR, TAM.

**7. SRPNA 2010 OD 18.00 HOD.**

Vstupenky za 300,- Kč v předprodeji v prodejně hudebních nástrojů Milana Anděla na nám. T.G.M. 131 v České Lípě nebo na hradě Houska. Bližší info na www.hradhouska.cz, www.martinproduction.eu nebo na tel: 315 693 321. Změna programu vyhrazena.

křížovka

Na ono místo	Chodidlo	Úskoky	Adamova družka	Povel kočího	Vých	Výrobce čistíren odpadních vod	Prášek k hubení blech	Někdejší náměstí	Pookřátí	Skřípek	Palivo	1	Výstelka
Otočný nosník nákladních aut					Horko					Živočišné tuky			
												2	
Rod tropických mravenců				Úslužní						Manželky			
Německy „květen“			Znamení osudu				Značka vysavačů z Hlinska			Prvočíslo			
	Prominout	4	Jméno Adamovské tarifní seznam	Hlína			Značka syra			Manželka primáře Blažeje			Protože
Domácí zvíře													Avivážní prostředek
Marmeláda										Kovový prvek			
Mužský titul			Varianta výrobku							Které (nářečné)			Minutková jídla
Ubrat tekutinu										NAPOVÍME: Toma, DDT, Ekona, Atta, kolatura, ně.			Brzdny systém aut
Vady dřeva				Jméno prozaika Pavla	Příze	Polní míra (40,5 aru)				Chránit			Těžit uhlí
Zkratka Tylova divadla		Rostlina kalaba					Farnost			Malá fordka			
Název hlásky X		Náš východní soused					Kód Rumunská						Vysokoškolský učitel (slangově)
Přežvýkavec				Jed z ruličky zlomocného									Zde

K dobrým mravům patří do jista zvyk se jimi řídit (Martialis) bylo správné znění tajenky v minulém čísle. Vstupenky na Air show Bájecni muži na létajících strojích obdrželi Zdenka Holubová z Ústí nad Labem, Eva Štovičková z Děčína a Josef Rantosz z Teplic. Pro úspěšně vylosované luštělite dnešní křížovky máme připravené vstupenky do ústecké zoo. Těšíme se na vaše odpovědi na adresách: SEVEROČESKÝ METROPOL, Beethovenova 215/24, 400 01 Ústí nad Labem, nebo krizovka@tydeniky.cz (napište telefonní spojení, abychom vás mohli kontaktovat) nejpozději do 9. července 2010.

inzerce

## Sportovní elegance značka Audi a golf

Teplice | Význam spojení sportovní elegance značky Audi a golfu potvrdil turnaj AUDI GOLF OPEN 2010, který pro klienty a obchodní partnery v příjemném prostředí Golf Resortu Barbora v Oldřichově uspořádala 18. června společnost Autocentrum Elán Teplice. Golfový

společnosti Ladislav Dvořák, je i toto cesta, jak neformálně udržovat přátelské vztahy a komunikaci s firemní klientelou. Jemu samotnému golf pomáhá udržet dobrou fyzickou kondici a je mu blízká také nepsaná etiketa této hry – ohleduplnost a slušnost.



turnaj zároveň odstartoval akce k 20. výročí založení firmy. Pozvání přijalo přes pět desítek hráčů, jejich výborné sportovní výsledky a dobrou náladu ještě umocnilo pěkné počasí. Jak prozradil spolujednatel

Společnost Autocentrum Elán podporuje v regionu po celou dobu své činnosti řadu charitativních a sportovních akcí, určených především dětem a mládeži. (met)



Ladislav Dvořák a Petr Ocásek při vyhlášení výsledků turnaje

## Turnaj pomohl řešit potřeby handicapovaných dětí z Ústecka

Ústí nad Labem | Také 2. ročník Charitativního golfového turnaje o pohár primátora města Ústí nad Labem má vítěze. Jsou jimi sedmnáctiletý Karel, který potřebuje na cestu do Jedličkova ústavu automobil s plošinou, malý Ondrášek získá příspěvek na pořízení speciálního lehátka na koupání, desetiletá Hanka se těší na notebook, který jí pomůže zvládat učivo, a žák 6. třídy Matěj brzy bude mít elektrický vozík. Jak sdělil primátor Jan Kubata, příjemce charitativní pomoci navrhla Komunitní nadace Euroregionu Labe. Padesátka hráčů, která přijala na 18. června pozvání primátora na Golf Club Terasy, věnovala do kasiček u golfových jamek celkem 29 000 korun, stejnou částku poskytli partneři turnaje a dalších 100 000 korun uvolnilo zastupitelstvo statutárního města pro dětské domovy na Sřtekové a Severní Terasě a pro Dobrovolnické centrum.



Primátor Jan Kubata při předávání finančního daru.

## Hole in one na Centropol Cup



Na snímku zleva jeden z oceněných hráčů Ivan Soukup a Aleš Graf při vyhlášení výsledků.

Ústí nad Labem | Výjimečná událost provázela Centropol Cup, další ze série golfových turnajů, který se konal 19. června v areálu hřiště Terasy v Ústí nad Labem. Jednomu z hráčů Zdeňku Gon-

siorovskému se podařilo zahrát hole in one. Centropol Cup byl otevřeným turnajem pro veřejnost se sedmdesáti přihlášenými účastníky, o pohár soupeřilo 62 hráčů. Věcné ceny a poháry věno-

val partner turnaje Centropol Energy. „Turnaj se povedl, přálo mu pěkné počasí a účastníci i hosté se velmi dobře bavili,“ zhodnotil předseda představenstva a. s. Centropol Energy Aleš Graf. (sev)



Členky promo teamu Metropolu K. Kotřčová, L. Jeníková, M. Strohová a E. Bělová se ujaly role hostesek.

Prodej nemovitostí na klíč • Hypoteční a úvěrový servis • Právní služby zdarma



V.I.P. služby pro každého



Cena: 1 150 000 Kč

Nabízíme k prodeji byt 2+1 v ohlédové zástavbě ulici Kosmonautů v Ústí n. L. Jsou zde plavací podlahy, parkety, dlažba, nová plastová okna. Byt je světlý a prostorný. K bytu i sklep o rozloze 2,1 m<sup>2</sup>, je společným prostorem mandl, prádelna a sušárna. Byt je vybaven včetně nábytku – lednice, pračka, sporák, sedací souprava, TV, skříň, postel. Koupelna je kompletně zrenovovaná, rohová vana. Cena 1 150 000 Kč. Zak. č.: 010540



Cena: 1 275 000 Kč

Nabízíme k prodeji rekreační chatu se zahradou o celkové výměře 500 m<sup>2</sup> projektovanou jako rodinný dům, nacházející se v obci Libouchec nedaleko Ústí nad Labem. Chata disponuje třemi obytnými místnostmi a kuchyní. Chata má sociální zařízení včetně sprchového koutu. Lze využít k celoročnímu bydlení. Cena 1 275 000 Kč. Zak. č.: 010411



Cena: 1 250 000 Kč

Nabízíme k prodeji byt 2+1 s balkonem v osobním vlastnictví o celkové výměře 62 m<sup>2</sup>, který se nachází v Pasturové ulici v Ústí n. L. v blízkosti centra ve starší zástavbě, v klidné a žádané lokalitě. Byt částečně upraven, je zrekonstruovaná zděná bytová jádra. V kuchyni zůstává lednice v koupelně pračka a vestavná skříň. Součástí bytu je sklep, balkon na chodbě a malé zahrádka. Cena 1 250 000 Kč. Zak. č.: 010485



Cena: 650 000 Kč

Nabízíme k prodeji prostorný byt 3+1/L v osobním vlastnictví po celkové rekonstrukci v ulici Školní přelína v Chotutově. Byt disponuje v zádňovém jádru, novou dlabkou, plavacím podlahami je zde nová kuchyňská linka s vestavnými spotřebiči. Dům prošel kompletní rekonstrukcí, včetně výměny oken. Cena 650 000 Kč. Zak. č.: 010542



Cena: 890 000 Kč

Nabízíme k prodeji slunný byt o dispozici 2+1 upravený na 3+1 v osobním vlastnictví v ulici Pod Parkem v Ústí nad Labem na Severní Terasě. Byt je v původním dobře udržovaném stavu s drobnými úpravami. V bytě jsou nová plastová okna a nové rozvody vody – led. plastové. K příslušenství bytu patří samostatně uzamykatelný balkon a komora v mezipatře a také sklepní prostor. Cena 890 000 Kč. Zak. č.: 010599



Cena: 1 050 000 Kč

Nabízíme k prodeji bytovou jednotku v osobním vlastnictví o dispozici 2+1 v Pasturové ulici v Ústí nad Labem. Byt disponuje zrenovovanými dřevěnými okny, pouze v koupelně a kuchyni jsou okna plastová. Podlahy jsou plavací. V kuchyni je nová linka s novým elektrickým sporákem a záporný myčkový nádobník. V obývací místnosti je krb na biolo. Cena 1 050 000 Kč. Zak. č.: 010608



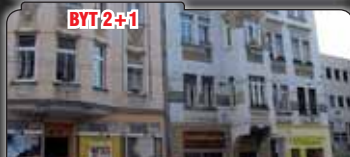
Cena: 990 000 Kč

Nabízíme k prodeji byt v podlízlovém vlastnictví o velikosti 2+kk o celkové rozloze 54m<sup>2</sup>. Byt se nachází v ohlédové zástavbě a jeho součástí jsou dva sklepy. Byt je po částečné rekonstrukci, okna jsou plastová, nové rozvody elektriny, zděná jádra – v koupelně obklad, plynové topení. Byt se nachází na klis. Za domem zahrádka a palouk s venkovním posezením. Cena 990 000 Kč. Zak. č.: 010621



Cena: 840 000 Kč

Nabízíme byt 3+1 o výměře 80 m<sup>2</sup>, který se nachází v obci Jilové u Dřhána v nejkvalitnější části. Dům prošel celkovou rekonstrukcí – plastová okna, vyláhšička. Je situován na východ a jih s krásným výhledem. Byt je v původním stavu, udržovaný a je včetně zahrádky 510m<sup>2</sup>, která je v osobním vlastnictví prodávajícího. Nachází se 10 minut od domu. Cena 840 000 Kč. Zak. č.: 010622



Cena: 1 150 000 Kč

Nabízíme k prodeji byt 2+1 v centru Ústí nad Labem v Masarykově ulici. V bytě jsou dva pokojy a jeden příchod, nové zřízení přepážkami velké předstěny. Byt má zděné jádro a koupelnu s keramickými obklady. Součástí bytu je částečně krytý balkon, sklep a část půdy. V okolí je vesměs občanská vybavenost. Při rychlém jednání možná sleva. Zak. č.: 010629



Cena: 1 150 000 Kč

Nabízíme byt o dispozici 3+1 v ohlédové zástavbě v centru města Ústí nad Labem. K domu náleží zahrádka. Byt je v dobrém stavu po rekonstrukci stoupaček a koupelny s kombinovaným plynovým kotlem. V kuchyni je nová kuchyňská linka s myslím pro myčku. V bytě jsou nová plastová okna, zrekonstruovaná původní dubové dveřní zárubně spolu s dveřmi. Cena 1 150 000 Kč. Zak. č.: 010638

## Petr Bartůněk chce obstát i mezi muži

Ústí nad Labem | Plavec Petr Bartůněk z TJ Chemička Ústí nad Labem patří ke sportovcům, kteří byli oceněni z Fondu Jana Kubaty olympijských nadějí Ústeckého kraje.

■ Přiznávám plavání tolik není jako u fotbalu či hokeje. Můžeš se čtenářům stručně představit?

Žiji v Teplících, kde jsem také s plaváním před jedenácti lety začal. Poslední rok, kdy jsem už v mužské kategorii, závodím za TJ Chemička Ústí nad Labem. Jsem ortodoxní prsař. V krajském městě také studuji třetím rokem elektrotechniku.

■ Ti, co sledují výkony plavců, vědí, že jsi v posledních dvou sezonách zaznamenal raketový růst výkonnosti?

Je to určitě výsledek mého vývoje a tréninkové připravenosti. Velkou zásluhu na tom má můj trenér Petr Thiel, bývalý československý reprezentant. Radost máme z vytvoření českých rekordů, kterých jsem dosáhl už v závěru mého působení mezi juniory, kdy se mně podařilo vylepšit na Mistrovství světa juniorů v Římě české rekordy na 50 a 100 metrů prsa, a ty mají hodnotu 27,57 a 1:01,58. Jsou to i rekordy v mužské kategorii.

■ Na co se v letošní sezoně připravuješ?

V jarním zhruba tříměsíčním období ještě převládá

la volnější přípravná část a po ní nastoupím do speciálního tréninku, který směřuje jednak k červencovému mistrovství ČR a jednak k srpnovému evropskému šampionátu v Budapešti, což je letošní vrchol. Naší snahou je v Maďarsku obstát a doplnit si pro limit pro světový šampionát, který se koná v prosinci v Dubaji.

■ Jak velkou částku jsi z fondu obdržel a na co ji využiješ?

Je tam napsáno 30 tisíc korun. Nedostanu je sám, ale budou využity k pokrytí nákladů, které vyžaduje moje příprava a pomůžou i k absolvování zmiňovaných závodů.

■ Není ti líto, že jiné sporty jsou podporovány mnohem většími částkami?

Já to tak neberu. Mám radost ze svých výkonů a za rozhodující považuji dosáhnout výtěžných cílů. V Ústí nad Labem jsou pro plavce vytvořeny opravdu ty nejlepší podmínky, jaké je možné v Česku navodit. Navíc mám velkou podporu i ve škole, kde mám vytvořen individuální plán. Z Teplíc je to do krajského města kousek, každý den vstávám v pět hodin a v šest už skáču do bazénu. Deně jsem v bazénu pět hodin.

Text a foto: Václav Sedláč

VOLEJTE ZDARMA 800 532 532

Fabiána Pulříř 4/117, Ústí nad Labem (naproti obch. centru FORUM), tel. 774 101 101

Další nemovitosti na [www.vipreality.cz](http://www.vipreality.cz)



golf

sportovní talent

**O úspěchu a pomoci**

Měla jsem tu čest seznámit se s mladým gentlemanem Romanem a milou malou slečnou Evičkou, které spojuje jednak kamarádství, jednak láska k hudbě. Společný mají zápis do historie významných úspěchů Základní umělecké školy v Neštémicích na Ústecku, kde navštěvují hodiny klavíru. Společný mají i věk. Je jim deset a už vědí, čeho chtějí v životě dosáhnout. Mají sakra dobře našlápnuto na profesionální dráhu uznávaných klavíristů. Že nic není zadarmo, co se úspě-

chu týče, už vědí. Na cestě k cíli je jim dobrou poradkyní a učitelkou Renata Fričová a oporou jejich rodiny, v nichž se hudba provozuje na profesionální úrovni, nebo jako záliba. Setkání s dětskými osobnostmi, se kterými jste se mohli seznámit prostřednictvím titulní stránky, bylo velmi oživující pro mě i pro kolegy v Metropolu. O úspěchu by se mělo vědět a psát o něm a je jedno, jestli jde o desetileté nadané děti (tím spíše), či o -cetileté osobnosti, které překonaly svůj zenit a přitom jsou stále na výsluní.

Metropolit se pouze netváří jako noviny s vlídnou tváří. Je novinami, které chtějí pomáhat a v mnoha případech se mu to daří. Radujeme se, když můžeme napsat o dobrých věcech a ještě větší radost máme, když pomůžeme. V redakci se sešlo několik tipů od vás, čtenářů, kdo by si pomoc zasloužil a už nemá kde posbírat síly nebo dostatek prostředků anebo mu chybí lidské pohazení, třeba jen slovy. Napište nám o lidech, kterým se právě toho všeho nedostává. Budeme rádi a předejdeme děkujeme.

V příštím prázdninovém čísle znovu navštívíme paní Ivetu z Litvínova, se kterou si osud krutě zahrál. Ona se nevzdává a navíc svým příkladem dává sílu jiným. Nevíme, jak si osud zahráje s námi. I proto je třeba užívat si každého dne a radovat se z něj.

Hodně radostných prázdninových a dovolenkových dní a chvil přeje

Alena Volfová  
šéfredaktorka  
volfova@tydeniky.cz

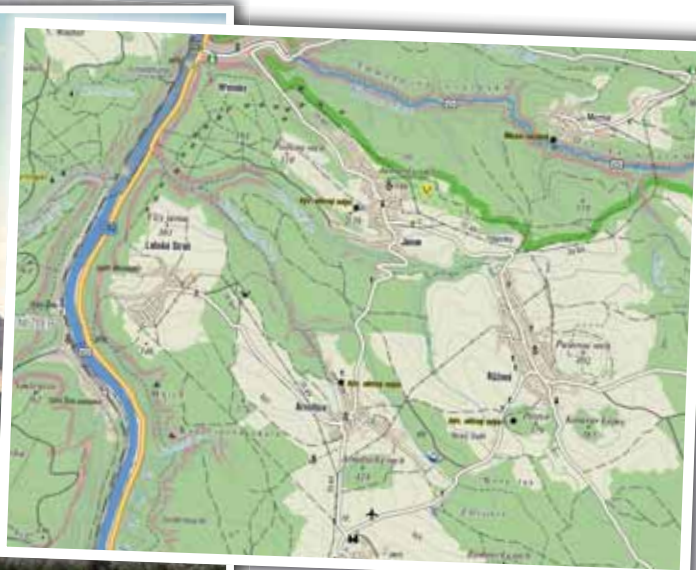
# České Švýcarsko, perla severních Čech

tip na výlet

České Švýcarsko se rozprostírá v severozápadním pohraničním cípu naší republiky několik desítek kilometrů od města Ústí nad Labem. Přestože je Ústecký kraj známý především průmyslovou produkcí, má tato oblast také svůj přírodní klenot. Tím je unikátní, člověkem téměř nedotčené přírodní území s jedinečnou flórou a faunou, které bylo v roce 2000 vyhlášeno za Národní park České Švýcarsko o rozloze 80 km<sup>2</sup> jako čtvrtý národní park České republiky.

**Svět skalních věží a tajuplných lesů**

České Švýcarsko by se dalo stručně charakterizovat jako svět skalních věží, mostů, bran, skalních masivů, hlubokého kaňonu řeky Labe a zalesněných kopců, jejichž dominantou je Růžovský vrch. Historie Českého Švýcarska se začí-



gionu, přírodě, nabídce ubytování i volnočasových aktivitách je nové návštěvnické a vzdělávací středisko regionu Dům Českého Švýcarska v Krásné Lípě. Najdete zde informační centrum, internetovou kavárnu, interaktivní expozici o regionu, v rámci které máte možnost zhléd-



ně jako neprostupné lesní komplexy či květnaté louky a drobná rašeliniš-

ni sezoně provázet návštěvníky na jednodenních i dvoudenních okruzích s nevhodnými názvy i následnými nevhodnými zážitky jako například Mysterium Labského kaňonu, České Švýcarsko v kostce, Dolský mlýn apod.

**S fotoaparát do Českého Švýcarska**

Těm, kteří jsou schopni vidět svět, jak se říká, v obrazech a zároveň se rádi touhlají s fotoaparát po krajině je určen zajímavý program - Fotoworkshop. V jedno i vícedenních workshopech určených jak začátečníkům, tak pokročilým se za odborného dohledu zkušených profesionálních fotografů naučíte nejen základy kvalitního fotografování, ale navštívíte i nejkrásnější místa a ještě se něco dozvíte o historii a přírodních zajímavostech kraje. O tom, že fotoworkshopy v Českém Švýcarsku patří hojně navštěvovaným programům svým svědčí i fakt, že ten-



nout v příjemném kinosále i dvacetiminutový emotivní film s názvem Krajina tajemství. Otevřeno je po celý rok, každý den od 9 do 17 hodin. Kompletní informace o regionu, turistických nabídkách, fotoworshopech, ubytování i další podrobnosti najdete na [www.ceskesvycarsko.cz](http://www.ceskesvycarsko.cz).

ná psát před více než 90 miliony let, kdy se v této oblasti rozprostíralo mělké křídové moře, na jehož dně se začala tvořit vrstva písčitého usazenin. Poté, co moře ustoupilo, zanechalo po sobě pískovcovou desku, jejíž tvary dodnes utváří porvy větru, dešť a mráz. Tak se zrodila krajina skalních měst, věží, stěn, roklí a soutěsek.

Při státní hranici České Švýcarsko sousedí s Národním parkem Saské Švýcarsko (Nationalpark Sächsische Schweiz) a jako celek představují oba národní parky území, které svou rozsáhlostí a minimálním osídlením nemá v Evropě obdoby. Mezi unikátní pískovcové formace patří skalní dominanta parku - Pravčická brána. Tento impozantní skalní útvar (délka 26m, výška oblouku 16m) reprezentuje největší pískovcovou skalní bránu v Evropě a stal se zároveň i symbolem národního parku. Minulý rok v červenci byla tato „skalní dáma“ nominována mezi 77 kandidátů celosvětové internetové ankety o sedm novodobých divů světa, kterou vyhlásila švýcarská Nadace New7Wonders s cílem zviditelnit nejzajímavější přírodní úkazy na světě. Ale Národní park České Švýcarsko není jen světem skal a panoramatických vyhlídek. Najdeme zde též hluboké kaňony a soutěsky řek stej-

tě. Toto území se tak znovu stává domovem nejrozmanitějších druhů živočichů a rostlin

**Certifikovaní průvodci - místní znalci**

Výstupy na skalní stěny, via ferraty, nejkrásnější výhledy do krajiny plné skalních věží a hlubokých kaňonů, střípky té nejzajímavější historie, na vlastní oči vnímat rázovitost jedinečné lidové architektury, skalní hrádky, jízdy tramvají, parníkem, přívozem i vlakem do atraktivních turistických oblastí, společně a netradiční zážitky se svými nejbližšími - to vše můžete zažít a poznat v Českosaském Švýcarsku - krajině plné tajemství na výletech s místními znalci - certifikovanými průvodci. Obecně prospěšná společnost České Švýcarsko připravila pro sezonu 2010 pestrou nabídku průvodcovských služeb a spolu se Správou Národního parku České Švýcarsko vyškolila průvodce, kteří budou především v hlavní letní ale i podzim-

saském Švýcarsku zajištěnou stezku plnou adrenalinových překvapení (komíny, strže). Po výstupu na skalní hřebeny přejdete neznámými místy ve skalách s vynikajícími výhledy do údolí Labe. Během tohoto jednodenního mírně náročného výletu, jďte samozřejmě pěšky (15 km skalami Saského Švýcarska, některé úseky po vysokohorských stezkách; jen pro osoby netrpící závratí), ale pojedete také hned několika dopravními prostředky: vlakem, přívozem, tramvají po trati z roku 1898. (Termíny: 5., 10. a 24. července, 7. a 21. srpna, 11. a 25. září a 9. října.)

to produkt získal v roce 2009 ocenění od Czech-Turismu za nejlepší turistický produkt.

**Kde začít?**

Ideálním místem pro získání přehledných a důležitých informací o re-

