

Krajanské listy – Červen 2014

Vydává Velvyslanectví České republiky v Pretorii ve spolupráci s českými krajany
v Jihoafrické republice.

Náměty a příspěvky zasílejte na adresu: maria.ramsova@seznam.cz

Redakce a Velvyslanectví České republiky v Pretorii neručí za obsah zaslaných příspěvků.

Redakční rada: Radek Nedvěd, Mária Ramsová, Mirka Schullerová

Vážení a milí krajané,

přinášíme Vám další vydání oblíbených Krajanských listů, které tentokrát přináší nové rubriky o památkách UNESCO a o českém lázeňství. Dozvíte se také o tom, jak Češi šetří v bankách a jak se rozmáhá platba bezkontaktní kartou.

Podíváme se i na město Brno. Zajímavé čtení bude o rozdílném přístupu k zaměstnání u různých generací a přiblížení dvou pohledů „zvenčí“ na život v JAR.

Přejeme Vám pěkný červen!

Vaše redakce

INFORMACE VELVYSLANECTVÍ ČR V PRETORII	2
TERMÍNY KONZULÁRNÍCH DNŮ V KAPSKÉM MĚSTĚ	2
INZERÁTY / ŽÁDOSTI / OZNÁMENÍ	2
VÝBĚR ZE ZPRÁV	3
ČEŠI MAJÍ V BANKÁCH 1,8 BILIÓNU KORUN, ALE MOC S TÍM SPOKOJENI NEJSOU.....	3
BEZKONTAKTNÍ PLACENÍ SE ŠÍŘÍ ČESKEM, NOVĚ DO AUTOMATŮ S OBČERSTVENÍM	3
ČESKÝ MUŽ VYPIJE ROČNĚ 18 LITRŮ ČISTÉHO ALKOHOLU	4
ZEMŘELA IVETA BARTOŠOVÁ.....	5
ČESKÉ OSOBNOSTI: EMIL SMETÁNKA.....	5
PAMÁTKY UNESCO: BRNO.....	6
ZAJÍMAVOSTI.....	7
MLADÍ ZAMĚSTNANCI SE BRÁNÍ PŘESČASŮM V PRÁCI	7
V ČESKU SE VYRÁBĚJÍ SKLA PRO NEJRYCHLEJŠÍ I NEJLUXUSNĚJŠÍ AUTA SVĚTA.....	8
DO ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ V ČECHÁCH UNIKAJÍ ANTIBIOTIKA.....	8
ČESKÉ LÁZEŇSTVÍ: PODĚBRADY	9
ČEŠTINA.....	10
POHLEDEM ZVENČÍ.....	11
ZDRAVÍ.....	12
ZÁBAVA	13
RECEPTY	13
HUMOR.....	13
SPRÁVNÁ ŘEŠENÍ	14

INFORMACE VELVYSLANECTVÍ ČR V PRETORII

(Kontakt: Embassy of the Czech Republic, 936 Pretorius Street, Arcadia, Pretoria,
P.O. Box 13671, Hatfield 0028-Pretoria, e-mail : consulate_pretoria@mzv.cz, tel.: 012 4312380,
fax: 012 4312398)

TERMÍNY KONZULÁRNÍCH DNŮ V KAPSKÉM MĚSTĚ

Nejbližší konzulární dny v Kapském Městě se budou konat v následujících dnech:

červen 2014	13.6.
červenec 2014	11.7.

Úřední hodiny většinou mezi 8.00 – 15.00 na adrese Visegrádského domu (bývalého Generálního konzulátu ČR), Fleetwood Avenue 2, Claremont. Pro vyřízení Vašich žádostí je nutné si předem sjednat schůzku prostřednictvím Velvyslanectví ČR v Pretorii (consulate_pretoria@mzv.cz nebo na telefonním čísle 012 4312380).

Ve Visegrádském domě nelze podat žádost o vízum.

INZERÁTY / ŽÁDOSTI / OZNÁMENÍ

Výuka češtiny a angličtiny od začátečníků až po velmi pokročilé, od dětí až po důchodce.

Individuální přístup. Kontakt: Radka Hejmalová-Millar, mobilní telefon 0824681401, e-mail RadkaHej@gmail.com

Kvalifikovaná soudní překladatelka nabízí vypracování překladů z češtiny do angličtiny a z angličtiny do češtiny (případně z a do ruštiny a němčiny). Kontakt: Radka Hejmalová-Millar, mobilní telefon 0824681401, e-mail RadkaHej@gmail.com.

Naučte se šít jako profesionálové a oblékejte se podle svých představ.

HODINY ŠITÍ pro začátečníky i pokročilé

Individuální přístup a zdokonalení vašich dovedností jsou u nás zaručeny.

Specializujeme se také na **DESIGN A ZAKÁZKOVÉ ŠITÍ** svatebních šatů; večerních, business a vycházkových oděvů. Najdete nás v Centurion.

VOLEJTE 0834484795 – Petra



Villa Klara B&B nabízí ubytování v luxusně vybavených pokojích v srdci Johannesburgu v Northcliffu. Guesthouse je vhodně situován velmi blízko nákupního střediska Cresta.

Ideální pro byznysovou klientelu díky své poloze. (CBD 15minut, Sandton 20minut, N1 7 minut, nemocnice 10 minut)

Pokoje mají WiFi spojení.

VÝBĚR ZE ZPRÁV

ČEŠI MAJÍ V BANKÁCH 1,8 BILIÓNU KORUN, ALE MOC S TÍM SPOKOJENI NEJSOU



Podle údajů České národní banky rok od roku stoupá objem vkladů českých domácností. Ke konci loňského roku představovaly 1,812 biliónu korun. Češi patří v Evropě mezi nejspořivější národy, stranou si peníze ukládají více než tři čtvrtiny z nich. Přesto je s výší úspor spokojen jen každý pátý Čech.

Domácnosti mají více než tři pětiny úspor (zhruba 1,097 biliónu korun) uloženy na netermínovaných vkladech, z nichž většinu tvoří běžné účty (38 %, 688 miliard korun) a zbytek spořicí účty a další netermínované vklady (409 miliard). Na termínovaných vkladech (39 %) se Čechům zhodnocuje zhruba 715 miliard korun.

Česká republika patří v Evropě mezi finančně lépe zajištěné národy. Podle průzkumu ING Bank, který byl proveden ve 13 evropských zemích, mají tři pětiny českých domácností dostatečnou finanční rezervu, aby dokázaly financovat své potřeby na současné úrovni po dobu alespoň tří měsíců.

Stejný podíl domácností je například v Lucembursku, Rakousku, Velké Británii či v Nizozemí. V Evropě by v průměru s tříměsíční rezervou vyšlo kolem 55 % domácností. Oproti tomu více než polovina Rumunů (52 %) a Francouzů (54 %) by své potřeby na současné úrovni po dobu tří měsíců z úspor nepokryla.

Nejčastější důvody spoření jsou v České republice obdobné jako u zbytku Evropy. Více než polovina Čechů spoří na vytvoření finanční rezervy. Dalšími motivy pro odkládání peněz stranou jsou pro zhruba čtvrtinu obyvatel bydlení, dovolená a děti. Na nákup drahého zboží pak ukládá peníze stranou zhruba pětina českých domácností. Oproti tomu Evropané spoří častěji než my na dovolenou, zmínila v průměru třetina z nich. Další v pořadí je nákup drahého zboží, bydlení a o něco méně než my ukládají peníze na budoucnost svých dětí (21 %).

Zdroj: novinky.cz

BEZKONTAKTNÍ PLACENÍ SE ŠÍŘÍ ČESKEM, NOVĚ DO AUTOMATŮ S OBČERSTVENÍM

Při nákupu u některých nápojových a výdejních automatů se už lidé obejdou bez mincí. Zaplatit mohou přiložením platební karty. Jde o další možnost bezkontaktního placení, které v Česku banky

poprvé nabídl před více než dvěma lety a od té doby se rychle rozšířilo do obchodů nebo na čerpací stanice.

Zaplatit bezkontaktně je nyní možné ve 200 automatech Delikomat po celé České republice umístěných v různém prostředí – od veřejných institucí a škol, přes zdravotnická a sportovní zařízení, až po nádraží a letiště. Firma chce postupně rozšířit tuto možnost placení na všechny své automaty, takže bezkontaktně bude možné platit za kávu, studené nápoje, bagety nebo cukrovinky. Novinku zavedla ve spolupráci s karetní společností MasterCard a bankou ČSOB.

Polovina lidí používá kartu k placení několikrát týdně a nejčastějším zbožím, za které lidé platí kartami, jsou potraviny a věci každodenní spotřeby. Respondenti navíc vyjádřili zájem platit kartou třeba i u lékaře, na poště či ve veřejných institucích. ČSOB ráda do budoucna platby rozšířila i do dopravy či dalších automatů.



Bezkontaktní karty v současnosti nabízí většina bank, další to chystají. Banky obvykle klientům rovnou posílají bezkontaktní kartu, když mu skončí platnost předchozí klasické.

Zdroj: novinky.cz

ČESKÝ MUŽ VYPIJE ROČNĚ 18 LITRŮ ČISTÉHO ALKOHOLU

V roce 2012 zemřely kvůli alkoholu 3,3 miliony lidí. Tvrdí to experti ze Světové zdravotnické organizace, kteří zkoumali spotřebu alkoholu v jednotlivých zemích a tamní statistiky úmrtí. Mezi nadprůměrné pijáky se řadí i Češi, každý v průměru vypije přes 13 litrů alkoholu ročně. V celosvětovém průměru podle WHO každý člověk starší 15 let vypije 6,2 litru čistého alkoholu ročně. Ve skutečnosti ale alkohol pije jen 38,3 % světové populace, takže v průměru připadá 17 litrů čistého alkoholu ročně na každého pijáka.

Česko se v množství vypitého alkoholu drží vysoko, předloňských 13 litrů na hlavu znamená více než dvojnásobek spotřeby průměrného obyvatele země. Pokud se však do statistik zahrnou pouze čeští muži, průměrné množství vypitého lihu stoupne na 18,6 litru za rok. Ještě o dva litry více spotřebují Slováci. „Je třeba učinit více pro ochranu obyvatel před negativními dopady konzumace alkoholu na zdraví,“ konstatoval expert WHO Oleg Čestnov a varoval, že nadměrná konzumace alkoholu zabíjí stále víc mužů a žen.

Zvyšuje totiž riziko vzniku více než 200 nemocí, zejména cirhózy jater a některých typů rakoviny. Alkohol je také častou příčinou dopravních nehod a stojí v pozadí mnoha násilných trestných činů. Konzumace alkoholu byla v posledních pěti letech stabilní v Evropě, Africe a Severní a Jižní Americe. Je na vzestupu v jihovýchodní Asii a v západním Tichomoří. Velký problém představuje alkohol v Rusku. Jiná studie letos konstatovala, že čtvrtina všech ruských mužů zemře před dosažením 55. roku, a to většinou kvůli nadměrnému pití alkoholu. Někteří Rusové se v průzkumu přiznali, že vypijí tři i více lahví vodky týdně.

„Zjistili jsme, že celosvětově si zhruba 16 % pijáků dopřává občasné těžké pitky, jimž se často říká 'pití do nemoty', což zdraví škodí nejvíce,“ řekl expert na duševní zdraví a návykové látky při WHO Shekhar Saxena. Obecně platí, že pití alkoholu má vážnější sociální a zdravotní dopady na chudší lidi. „Často se jim nedostává kvalitní zdravotní péče a jsou hůře chráněni funkční rodinou nebo komunitními sítěmi,“ uvedl Saxena.

Zpráva konstatuje, že některé země už přijaly opatření na ochranu obyvatelstva před škodlivou konzumací alkoholu. Patří mezi ně zvyšování daní na alkohol, omezování jeho dostupnosti mladistvým nebo regulace trhu. Podobná opatření by mělo přijímat více zemí, doporučuje WHO. Více by se podle organizace mělo dělat také pro zvyšování povědomí o zdravotní škodlivosti alkoholu.

Zdroj: idnes.cz

ZEMŘELA IVETA BARTOŠOVÁ



K dobrovolnému ukončení života se rozhodla zpěvačka Ivetta Bartošová na trati kousek od svého domu v pražské Uhříněvsi. Srazil ji osobní vlak. Někdejší trojnásobná zlatá slavice se v posledních letech potýkala se závislostí na alkoholu a lécích a pokoušela se navázat na svou úspěšnou kariéru.

Zdroj: idnes.cz

Rubriku připravily: Mária Ramsová, Mirka Schullerová

ČESKÉ OSOBNOSTI: EMIL SMETÁNKA

(14. října 1875 Horní Krupá u Havlíčkova Brodu – 6. ledna 1949 Praha) byl český bohemista, profesor češtiny a staré české literatury na Univerzitě Karlově v Praze.

Emil Smetánka se narodil 14. října 1875 v rodině evangelického faráře v Horní Krupě. Nejdříve studoval na havlíčkobrodském poté na kolínském gymnáziu. Po maturitě odešel na tehdejší Karlo-Ferdinandovu univerzitu studovat moderní filologii. Po absolvování učil na reálkách v Praze a Mladé Boleslavi. V roce 1904 se stal docentem, v roce 1915 profesorem. Na Karlově univerzitě působil jako profesor českého jazyka a starší literatury. Zde pracoval až do roku 1939.

Smetánka ve svém díle navázal na činnost svého učitele, profesora Jana Gebauera. Zabýval se staročeskou a novočeskou gramatikou a staročeskou literaturou. Jako hlavní redaktor Pravidel českého pravopisu prosazoval počestné psaní cizích slov. Byl také členem hlavní redakce Příručního slovníku jazyka českého. Po vzniku Československé republiky se zasloužil o vytvoření vojenské, poštovní a lékařské terminologie. Pro cizince vydal příručku české mluvnice a konverzace. Redigoval časopis Naše řeč. Po Janu Gebauerovi redigoval Staročeský slovník. S literárněhistorickým komentářem připravil k vydání některá významná díla staročeské literatury jako např. Postilu a Sít víry Pravé do Petra Chelčického a Kšaft umírající matky jednoty bratrské od Jana Amose Komenského. Spolu s Jaroslavem Vlčkem a Václavem Ertlem napsal Stručné dějiny literatury české.

Seznam děl

- Starší literatura česká, 1910
- Tschechisches Lesebuch mit Glossar, 1914
- Tschechische Grammatik, 1920
- Dějiny staročeské literatury, 1928
- Československé časování, 1928
- Vybrané části ze skladby jazyka československého, 1930
- Československé hláskosloví, 1931



Fara v Horní Krupé – rodný dům
Emila Smetánky

Zdroj: Wikipedie
Rubriku připravila: Mírka Schullerová

PAMÁTKY UNESCO: BRNO



Na území dnešního Brna žil člověk již ve středním paleolitu, před 70 tisíci lety. Kontinuitu osídlení zde sledujeme od příchodu Slovanů v 6. stol. přes období Velkomoravské říše. Okolo roku 1000 vznikla u brodu přes řeku Svatku osada, která dostala jméno odvozené od staroslovanského základu slova - brn (jíl, bláto, hlína). Osada se rychle rozrůstala. V roce 1243 obdařil král Václav I. již dobře fungující město privilegiem, kterým dostalo obšírný právní základ pro svůj další rozvoj. Od konce 13. století chrání město hrad Špilberk, který se v pol. 14. století stal sídelním hradem moravských markrabat z rodu Lucemburků.

V roce 1641 se Brno stalo zemským hlavním městem Moravy a po roce 1645 po úspěšné obraně proti švédským vojskům své postavení ještě posílilo. Na přelomu 18. a 19. století bylo Brno jedním z největších středisek textilního a strojírenského průmyslu habsburské monarchie. Svoji rozlohu výrazně rozšířilo v roce 1919 připojením řady předměstí. Dnes je Brno významnou městskou památkovou rezervací.

Za více jak deset století své existence prošlo město mnoha změnami. Asi nejvýrazněji se do jeho tváře zapsala dlouholetá průmyslová tradice. Tato kvalitní základna města dnes nabízí široké podnikatelské možnosti. Brno je také tradičním centrem mezinárodního obchodu a Brněnské veletrhy pořádají každoročně kolem padesáti specializovaných výstav a veletrhů s mezinárodní účastí. Brno nabízí také široké spektrum kvalitních možností, jak zde trávit volný čas.

Vila Tugendhat

Nejvýznamnější evropská stavba architekta Ludwiga Miese van der Rohe byla na Seznam světového kulturního dědictví UNESCO zapsána v roce 2001.

Vila Tugendhat byla postavena v letech 1929-1930 pro manžele Tugendhatovy v Brně - Černých Polích. Projektováním domu byl pověřen jeden z nejvýznamnějších evropských architektů té doby Ludwig Mies van der Rohe. Architekt rozvrhl vilu do tří úrovní. Hlavní podlaží rozčlenil na vstupní, společenskou, pracovní a jídelní část. V suterénu byla prádelna, sklady, fotokomora a kotelná. Horní podlaží mělo obytný charakter, tj. byly zde ložnice, pokoje dětí a chůvy. Také zahrada byla součástí architektonického návrhu. V roce 1938 manželé Tugendhatovi emigrovali do švýcarského St. Gallenu. Během války byl dům zabaven gestapem a při osvobození Brna byl poničen.

Provedené opravy a nevhodné úpravy se architektonické podstaty stavby naštěstí nedotkly. Dnes je přístupná veřejnosti jako muzeum.

Možná nevíte, že...

Když se řekne v Brně hrad, vybaví se nám jen Špilberk. Ale Brno mívalo hrady dokonce tři. První je ovšem zahalen rouškou tajemství. Jeho podobu ani umístění neznáme, i když právě on má pro dějiny Brna zcela zásadní význam. Zmiňuje se o něm už Kosmas (1045-1125) ve své kronice, která se považuje za vůbec první věrohodnou písemnou zmínku o Brně vůbec.

Proč na Petrově zvoní zvony poledne už v jedenáct? Mnozí turisté, kteří procházejí poledním Brnem, nad tím jen nechápavě krouť hlavou. Příčinou tohoto zvonění bylo obléhání města roku 1645 Švédy, kteří byli přesvědčeni, že ho dobudou za méně jak týden. A ono nic. Armáda byla před Brnem už čtvrtý měsíc, a proto velitel Torstenson rozhodl naposledy udeřit 15. srpna, a než na Petrově budou zvonit poledne, musí Brno obsadit. Jestli ne, odtáhne. Hospodský, který Švédy obsluhoval, vyslechl jejich plán a okamžitě ho sdělil obráncům.

Ráno začala bitva, a když už začali Švédové prorážet hradby a dostávat se do města, velitel obrany generál Souches poslal zvoníka na svatopetrský chrám zvonit poledne.

Bylo právě jedenáct hodin, když zazněl zvon, který ohlašoval poledne. Švédové přestali bojovat, a než nastala noc, byli pryč. Brno bylo zachráněno a od těch dob se na Petrově zvoní poledne už v jedenáct.

Zdroj: unesco-czech.cz
Rubriku připravila: Mária Ramsová

ZAJÍMAVOSTI

MLADÍ ZAMĚSTNANCI SE BRÁNÍ PŘESČASŮM V PRÁCI

Ochota zaměstnanců českých firem pracovat přesčas se každým rokem snižuje. V posledních pěti letech většina zaměstnanců svoji práci hodnotí jako nepříjemnou. A nejvíce ženy pod 35 let. Mladá generace už začíná vzdorovat a svoji nespokojenost dává nadřazeným najevo.

Podmínky si klade i u pracovních pohovorů. Výsledky přináší průzkum mezi více než 6500 zaměstnanci českých firem o průměrném věku 35 let. Profily zaměstnanců společnost Engage Hill nasbírala v letech 2008-2012 v rámci projektu Balance Management.

Práce jako taková, bez ohledu na věk a pohlaví, je pro zaměstnance stále motivujícím prvkem. Od roku 2008 ji ale hodnotí stále častěji jako nepříjemnou. Na to, zda pro nás práce je či není příjemná, má největší vliv klima na pracovišti, konkurenční prostředí a podmínky k práci. Významnou roli za posledních 5 let samozřejmě hraje i propouštění. V rámci stejné pracovní doby jsme nuceni zvládnout více práce, narůstá i zodpovědnost. Hlavní zlom nastal v roce 2010, kdy u nás vrcholila ekonomická krize. V jejím důsledku se rozvinulo i neetické jednání zaměstnanců, kteří začali více jednat ve svůj prospěch, na úkor firmy i kolegů.

Průzkum potvrdil, že dnes už většina lidí nestíhá svoji práci v klasických 40 hodinách za týden. To, co kdysi dělali dva, dnes už musí zvládnout jeden až jeden a půl zaměstnanec. Přibývají pravidla a administrativa, ubývá kreativita a potěšení z práce. „Při déle trvajícím tlaku pak už není možné dělat práci s radostí a těšit se z ní. Lidé se cítí spíše jako stroje na vydělávání peněz, než jako kreativní pracovníci s vlastní přidanou hodnotou,“ konstatuje Filip Brodan, ředitel společnosti Engage Hill.

Mladší generace však začíná „vzdorovat“. Nejvíce se vnímání přesčasů změnilo u zaměstnanců pod 35 let, a zejména žen. Ještě před pěti lety jim přesčasové hodiny tolik nevadily, dnes už je hodnotí jako nepříjemné. Zaměstnanci pod 35 let si mnohem více hlídají work-life balance a nezakrývají to. Při odpracování více hodin, než mají ujednáno v pracovní smlouvě, ihned požadují odměny či náhradní volno. Dokonce i u přijímacích pohovorů se nestydí přiznat, že všechn svůj osobní život nehodlají obětovat pouze práci. Pro generaci čtyřicátníků už je většinou nemyslitelné, aby si při přijímacích pohovorech kladli takové podmínky.

Dvacetiletí se už nezdáráhají potenciálnímu zaměstnavateli přiznat, že nebudou pracovat na úkor svého osobního života. Otevřeně říkají, že si chtějí udržet své koníčky, vztahy a kamarády. „Starší generace“ je překvapena, kde zcela nezkušení absolventi při prvním pohovoru berou takovou drzost. Jejich změna postojů k přesčasům a work-life balance je však velmi důležitým signálem pro celou společnost. Věřím, že se dnešním dvacátníkům podaří vyvážit pracovní a osobní život lépe, než jejich rodičům,“ popisuje Egita Renovica, HR ředitelka společnosti Engage Hill.

Zato pro zaměstnance starší 35 let se každodenní přesčasy staly stereotypem. Zejména to platí pro muže. A to i přesto, že za ně většinou nedostávají příplatky ani náhradní volno. Dokonce už to ani jako „práci přesčas“ nevnímají. Nejmarkantnější je to u větších mezinárodních společností, kde dnes téměř nenajdete manažery pracující pouze 40 hodin týdně.

Zdroj: <http://zdravy-domov.doktorika.cz/>

V ČESKU SE VYRÁBĚJÍ SKLA PRO NEJRYCHLEJŠÍ I NEJLUXUSNĚJŠÍ AUTA SVĚTA

Po celém světě existují čtyři hlavní výrobci čelních skel na automobily. Továrna z českých Hořovic, vlastněná francouzským koncernem Saint-Gobain, se může pyšnit výrobou čelních skel na modely nejluxusnějších značek světa. Nahlédli jsme do továrny, ze které odebírá Rolls-Royce, Porsche nebo Ferrari. Malé, zakulacené a docela lehké, ale ne nikterak extrémně. Takové byly dojmy autora článku, když mohl vzít do rukou unikátní čelní sklo z modelu LaFerrari, nejrychlejšího ferrari všech dob. Sklo vyráběné v sedmitisícových Hořovicích nedaleko Berouna váží 9,2 kilogramu, což je o 1,3 kilogramu méně, než by pro takto velké sklo bylo obvyklé.

Většina běžných předních autoskel váží 12 až 13 kilogramů. Jeho cena činí 123 tisíc korun. V současné době se nový odlehčený typ připravuje pro další čtyři sportovní modely různých automobilek. Které to budou, ale vedení závodu vcelku logicky nechtělo prozradit. To, že v rámci koncernu Saint-Gobain dostala hořovická fabrika možnost do Maranella postupně posílat tento typ skla, svědčí o výborné kvalitě zdejšího závodu a je to i skvělou reklamou pro český automobilový průmysl. Kromě skla pro LaFerrari ve zdejší továrně vyrábějí pro Bentley, Rolls-Royce, Porsche či Maserati. Zákaznické portfolio čítá celkem dvacet automobilek, nechybí Audi, BMW, Jaguar či Škoda, nejvíce – čtvrtinu z celkového počtu vyrobených skel – má Ford pro model Focus. Výrobou autoskel se v celosvětovém měřítku zabývají čtyři velké firmy. Jen v Česku jsou dva významní výrobci – kromě hořovické továrny se druhá firma nachází v Teplicích (AGC Automotive Czech).

Zdroj: novinky.cz

DO ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ V ČECHÁCH UNIKAJÍ ANTIBIOTIKA

Do životního prostředí v Česku proniká z odpadních vod znepokojivé množství antibakteriálních látek. Nasvědčují tomu první průběžné výsledky výzkumu specializované skupiny vědců, která vznikla na Masarykově univerzitě v Brně.

Úkolem skupiny je monitorování látek, které se do prostředí dostávají z čistících nebo kosmetických prostředků a léčiv. Komplexní data k této problematice v Česku momentálně neexistují, sdělila ČTK mluvčí univerzity Tereza Fojtová. „V tuzemských vodách nacházíme

opakovaně vysoké koncentrace sulfonamidů, antibiotik, které se často a ve velkém používají v chovech hospodářských zvířat, nebo triclosanu, antibakteriální přísady používané v prostředcích domácí chemie,“ uvedl řešitel výzkumného projektu Luděk Bláha.

Čističky odpadních vod sice dokážou upravit vodu tak, že je vhodná k pití, zbytky znečištění v ní ale přesto zůstávají. „Koncentrace, ve kterých se látky vyskytují, se mohou samy o sobě zdát zanedbatelné, jednotlivě jsou chemikálie pod bezpečnými hladinami, ve skutečnosti ale tvoří v přírodě vysoce složité a dlouhodobě působící směsi, které se projevují velmi nebezpečnými účinky,“ uvedl Bláha.

Některé chemické látky mohou způsobovat například poškození imunitního systému nebo poruchy učení a chování. Vědci varují také před takzvanou antimikrobiální rezistencí. „Běžně máme v prostředí bakterie, které nám pomáhají vodu čistit. Tím, že je neustále vystavujeme tlaku různých antibakteriálních přípravků, způsobujeme ovšem jejich evoluci a vznik nových vlastností organismů, které se pak obrací proti nám,“ popsal Bláha. Specializovaná výzkumná skupina vznikla v Centru pro výzkum toxických látek v prostředí (RECETOX). Na její činnost, a především na mezinárodní spolupráci, univerzita získala 26 milionů korun z evropských fondů.

Zdroj: Jan Tomandl - ČTK
Rubriku připravila: Mária Ramsová

ČESKÉ LÁZEŇSTVÍ: PODĚBRADY



Starodávné město Poděbrady se rozkládá v úrodném údolí řeky Labe pouhých 50 km od Prahy. Zdejší lázně byly založeny už v 17. století. Poměrně nízká nadmořská výška (189 m n. m.), okolní rovinatá krajina, stabilní počasí po celý rok a prameny minerálních vod – to vše garantuje popularitu lázní u pacientů s kardiovaskulárními chorobami. Idylické poklidné okolí Poděbrad přitahuje jak pacienty sanatoria, tak milovníky procházek a cyklistických projížděk.

Kromě toho, Poděbrady jsou díky své strategické poloze ideální místo pro konání nejrůznějších konferencí a kongresů.

Přírodní léčivé zdroje - silně mineralizovaná kyselka (pH 5,83) hydrogenuhličitano-chlorido-sodno-vápenatého typu, studená (14 °C), hypotonická se zvýšeným obsahem alkálií a koncentrací některých prvků.

Léčebné indikace - dospělí + děti a dorost - nemoci oběhového ústrojí, nemoci z poruchy výměny látkové a žláz s vnitřní sekrecí, nemoci nervové, nemoci pohybového ústrojí, nemoci onkologické.

V Poděbradech najdete všechny podmínky pro aktivní strávení vašeho volného času.

Tenisové kurty, hřiště na golf i minigolf, bazén, možnosti pro surfování, jachting, volejbalová hřiště, střelnice, kuželky, jezdecký klub (možnost projíždky na koni po břehu Labe), squash, turistické i cyklistické stezky nebo výlety do Českého ráje. Pro zájemce o kulturu jsou v Poděbradech otevřeny galerie moderního umění, středověký hrad a muzeum.

Zámek Chlumec nad Cidlinou: Barokní zámek Karlova Koruna s přilehlým parkem o rozloze 18 ha.
Kladruby nad Labem: Světově známý hřebčín, specializující se na chov starých španělských a italských plemen, známých nyní jako kladrubský bělouš.

Kutná Hora: Město zapsané v seznamu UNESCO.

Poděbrady: Barokní zámek s dochovanými freskami na stěnách gotické kaple. V zámku je umístěna stálá expozice věnovaná slavnému českému králi Jiřímu z Poděbrad.

Hrubý Jeseník u Nymburka: Z hlediska architektury velmi pozoruhodná železná rozhledna, z níž se otevírá výhled na široké prostory Polabské nížiny.

Zdroj: lecebne-lazne.cz
Rubriku připravila: Mária Ramslová

ČEŠTINA

Pokračujeme ve vyjmenovaných slovech. Dnes si připomeneme a probereme vyjmenovaná slova po S

Vyjmenovaná slova po S:

sytý – syn – sýr

syrový – sychravý – usychat

sýkora – sysel – sýček

syčet – sypat

Nezapomeňte, že tvrdé Y se píše i ve slovech příbuzných, jako například:

synovec, zlosyn, nenasytný, syreček, syrovátka, sýřiti, syřidlo, syrovinka, Sychrov, osychat, prosychat, zasychat, sýkorka, sýkořčí, sýčkovat, syslík, sykot, sykavka, syčák, syknout, přesýpací, sypký, sýpka, sypek, sypkovina, osypky, zásyp, násyp...

Tvrdé Y se píše i v těchto cizích nebo přejatých slovech a názvech: Bosyně, Syneč, sympatie

POZOR NA ROZDÍLY:

sýrový (ze sýra)

syrový (neuvařený)

sírový (ze síry)

dost sýra

síra (na sirkách)

sypat (něco)

sípat (mít nemocné hlasivky)

syrý (studený, vlhký)

sirý (osiřelý)

Cvičení

Doplňte I / Í nebo Y / Ý:

Na sporáku s-čela voda v hrnci. Najedl jsem se dos-ta. V kapse mám tři s-rky. Venku houká s-ček. Dostal jsem os-pky a lékař mi předepsal zás-p a b-l-nkový s-rup. S-lnice už os-chají, ale je stále s-chravo. Nechci s-čkovat, ale s-rky jsou nebezpečné. S-lva s- koup-la s-lonové punčochy s-vé barvy. Pep-k je s-rotek. Dnes půjdu na hrad S-chrov a cestou budu sb-rat houby. Rostou tam hlavně p-chavky a s-rovinky. S-sel s-čí na s-korku. Bos-ně je velmi s-mpatické městečko. S-n pana m-sl-vce zas-pal díru p-skem. Nachladil jsem se a dnes můžu jen s-pat. Půjč m- to s-tko, mus-m přes-t suchou s-rovátku a přes-pat ji do větší m-sy. Rozb-l jsem přes-pací hodiny. S-knul bolestí.

Připravila: Radka Hejmalová-Millar

Jazykolamy

Revolvery se revolverují v revolverárně.

Roli lorda Rolfa hrál Vladimír Leraus a na klavír hrála Klára Králová.

Řehoř Řehořovic řeže řeřichu.

Řízní dřív dřevo z bříz.

Řapík řebříčku řízl Řinu do prstu.

Rubl, dolar, libra

Zdroj: <http://jazykolamy.funsite.cz/>
Připravila: Mária Ramsová

POHLEDEM ZVENČÍ

Moje první zkušenosti s dopravou v JAR

Základem zvládnutí jízdy autem v levém pruhu, je schopnost nastoupit do auta s volantem na pravé straně - a to myslím skutečně vážně.

Po třiceti letech jízdy autem, s nastupováním z levé strany, najednou nevím čeho se chytit, jak zkroutit levou nohu, jak natočit zadek... Pro první kilometry jízdy mi určitě pomůže automatická převodovka, ale ani manuál k mému překvapení není až tak složitý. A znovu změna - levá ruka, řadíme od sebe, před křižovatkou přemýšlím kdo, kde, kdy, jako v autoškole. A když si už začínám být trochu jistý, najednou se na kruhovém objezdu řítí auto zprava.

No a blinker i stěrač? Pravá levá, levá pravá, záleží na výrobci. V prvopočátku jsem měl možná nejčistší čelní sklo v celém okolí. Afričtí starousedlíci asi krouť hlavou a také světoběžníci si už na to „poprvé“ nevzpomenou, ale když jezdím denně vpravo a pak se to najednou ze dne na den celé otočí, tak nastane problém. Navíc je tu pro mne nový element teroru na silnici - bílý taxík. Je to pro mne skutečně pozoruhodné, jak vlastně ty bílé taxíky fungují. Dle znatelného počtu na cestách musí denně přepravit statisíce lidí. Asi bych musel být součástí tohoto přepravního systému, abych pochopil, jak to vlastně funguje a možná že najdu i odvahu je někdy použít. Zatím se jen snažím najít způsob, jak bezpečně vedle nich přežít. Z okna mého auta nepoznám, kde taxík zastaví, kdy zastaví, asi tak kde chce a kdy chce. Nejčastěji uprostřed křižovatky v levém odbočovacím pruhu.

Zelená na semaforu pro ně znamená STOP a na červenou vystartují, pokud jsou pruhy plné aut, nastává čas jízdy po chodníku nebo žlutých pruzích. Jezdí si podle vlastních dopravních předpisů a policie to asi dávno vzdala. Pořád troubí zleva - zprava, to já jezdím tak špatně? Ne, to si právě taxikáři zajišťují pozornost chodců a to právě proto, že nejsou pevné zastávky. A tak zákon podnikání velí, že chodec je potencionální zákazník a co když by chtěl právě někam odvézt? Že má plný auto, to nevadí, „veď dobrých lidí sa všade veľa zместí“. I když má Toyota 9 sedaček, zvládne i 20 lidí. Pak není divu, že si sednou i na kolena a mají k sobě blíž.

A tak si tady hezky jezdím vlevo a po přiletu do Evropy si to zase zkusím v hlavě přehodit.

Příspěvek Jozefa Ramse z Johannesburgu

Čeští turisté v JAR – blog: Nelson Mandela Square

... zase jsem se jednou rozhodla psát ze svých cest! Tentokrát je cílovou destinací JAR, první den, první zážitky, první stránka blogu... na první přečtení možná nezajímavé, ale ono to přijde! Jak jsme se vydali na největší a nejznámější náměstí v Johannesburgu!

Člověk si na to pomalu vezme „turistickou obuv“, ale ve své podstatě projde obchodákem, který v jistém úseku oznamuje vstupní bránou, že přijde ono slavné Mendelovo náměstí. Člověk průchodem projde a před ním se ukáže plácek asi tak 20 x 20 metrů, jehož dominantou je socha slavného Mendely v mnohokrát nadživotní velikosti. Proti němu je jakási knihovna, která ukazuje na funkcionalistický pokus. Uvnitř sice moc lidí neproudí, ale zajisté je důležitá. Uprostřed pak

„leží“ jakási vodní plocha s fontánami, já nevím... ale určitě tahle návštěva stojí za to! Jak se totiž postupně dozvídám, ono tady toho k vidění opravdu moc není! Anebo je?

Vraťme se ale k náměstí. Čeho je tu opravdu dost, jsou restaurace! Krom strany, kterou zabírá knihovna jsou vlastně všude a jelikož náměstí je malé, většinou jsou plné... Přeci jen je lepší si někde dřepnout (mimo chodem jídlo je tu celkem fajn a snaží se - dezert na účet podniku potěší) než se tlačit u sochy, i když... vlastně tam ani žádná tlačnice nebyla!

To jest můj první pohled na Johannesburg, který nepochází ze zahrady našeho domu, ani ze sedadla auta. Těším se, co bude dál!

Zdroj: <http://lenkavolfova.blog.idnes.cz/>
Rubriku připravila: Mária Ramsová

ZDRAVÍ

Hektický život současnosti zvyšuje nároky organismu na jód

Při pomalejším tempu života před šedesáti lety stačilo lidskému organismu ke zdraví 50 mikrogramů jódu denně, dnes vyžaduje čtyřnásobek. Podobně dramaticky, současně se zrychlováním životního stylu, vzrostla četnost civilizačních chorob. Deprese, chronická únava a náhlé fyzické projevy stárnutí bývají často prvním varováním před vážnými zdravotními problémy. Tělu chybějí důležité stopové prvky.

„Spotřeba jódu stoupá úměrně s hektičností našeho života. Jsme jako automobily, které ve vyšší rychlosti spotřebují více paliva. Jde hlavně o stres, neustálé řešení problémů a každodenní shon. Psychická a fyzická zátěž klade na organismus vysoké nároky a bez dostatečného množství jódu, který skrze štítnou žlázu řídí veškeré biochemické procesy a metabolismus, to nemůže zvládnout,“ tvrdí specialistka na výživu Zuzana Hlinecká ze společnosti PKR Slovakia.

Organismus je vinou jodového deficitu unavený a opotřebovaný, což dává znát i navenek - nabíráním váhy, suchou pokožkou, vypadáváním vlasů, otoky a lámavostí nehtů. U dětí se nedostatek jódu projevuje poruchami učení, pomalými reflexy a špatným soustředěním.

„Děti, a to i v prenatálním stadiu, patří mezi nejohroženější skupiny, následují těhotné a kojící ženy, v jejichž případech jsou nedostatkem jódu ohroženy obě generace, senioři a chronicky nemocní lidé.

Všechny rizikové skupiny by měly jód užívat pravidelně,“ vyjmenovala MUDr. Sylvie Špitálníková, endokrinoložka z havlíčkobrodské nemocnice.

Nejvíce jódu obsahují mořské ryby a mořské řasy, takové pochutiny však v jídelníčku českého strávníka většinou chybějí. Odborníci proto doporučují vyvážit potřeby organismu doplňkem stravy.

„Naši pradědové si na prostatu začali stěžovat v sedmdesáti letech, dnes už stejné problémy trápí třicátníky. Podobně se situace změnila u žen, které trpí rakovinou prsu nebo děložního čípku. Civilizační onemocnění se v současnosti u lidí projevují mnohem častěji a dříve, než by měla,“ popsala Zuzana Hlinecká.

Podle MUDr. Sylvie Špitálníkové se zdravotní dopady nedostatku jódu na lidský organismus mohou projevit až po několika letech a v případě změny struktury štítné žlázy dokonce s trvalými následky.

„Nejprve vzniká zvětšení štítné žlázy, které je do určité míry reverzibilní.

Nevratné změny ve struktuře štítné žlázy, tedy její uzlová přestavba, vznikají až po čase. Ireverzibilní následky má také nedostatek jódu v graviditě a v dětském věku, kdy ovlivňuje vývoj plodu a dítěte,“ doplnila MUDr. Sylvie Špitálníková.

Zdroj: vitaminy.doktorka.cz

ZÁBAVA

RECEPTY

Brokolice s vejci

Suroviny:

500g brokolice, 200g hub (mohou být i žampiony), 40g másla, 40g hladké mouky, sůl, muškátový květ, petrželka.

Postup:

Brokolici napolo uvaříme, scedíme a rozdělíme na větší růžice. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zředíme vývarem z brokolice a rozšleháme.

Přidáme pokrájené, předem dušené houby, brokolici a společně dovaříme. Okořenímu muškátovým květem a nakrájenou petrželkou. Podáváme s rýží, houskovými knedlíky nebo nudlemi.

Hliva ústřičná jako chuťovka

Suroviny:

500g hlívy ústřičné (lze zakoupit ve Woolworth), olej, sůl, pepř

Postup:

Oddělit klobouky. Omýt, osušit. Smažíme klobouky hlívy na sádle bez jakýchkoli úprav. Když na spodní straně houby vzniká zlatový nádech, otočíme. Nepřesmažit!!! Křupavý efekt s udržením šťávy v houbě dává nezapomenutelný chuťový zážitek podobný jako u smažených ryzců. Nakonec opepříme, přisolíme (dle vlastní chuti). Snad trochu chleba zážitek nezkaží.

Houbový toast

Suroviny:

1 cibule, 100g eidamu, kari, máslo, sůl, veka, 300g žampionů.

Postup:

Na zpěněnou cibulku dáme houby a podusíme, přidáme trochu kari, rozmícháme a dáme na plátek veku, posypeme strouhaným sýrem, zapečeme v troubě nebo na grilu.

HUMOR

Den po svatbě manžel povídá manželce: „Miláčku, musíme si určit nějaká pravidla, aby mezi námi nevznikaly krizové situace a měli jsme se stále rádi.“

„Povídej, drahý.“

„Miláčku, přijdu-li a budu mít kšilt čepice dopředu, je všechno v pořádku, miluji tě, v posteli všechno bude, prostě jsem O.K. Ovšem budu-li mít kšilt dozadu, nemluv na mě, v posteli nic nebude, prostě mě až do rána ignoruj. Rozumíš?“

„Ano, drahý a teď jenom já doplním pár věcí za sebe.“

Budu-li stát s rukama založenýma na prsou, je všechno v pořádku, teplou večeři dostaneš, v posteli všechno bude, prostě tě miluju.

Ale budu-li stát s rukama v bok, tak je mi úplně jedno, na který straně máš kšilt!!“

Hádá se Čech s Irem, kdo má ve své vesnici lepší hospodu.

Ir říká: „Když si u nás objednáš dvojitou whisky, třetího panáka dostanu zadarmo.“

Čech kontruje: „To nic není, u nás v hospodě dostaneš dvojitou vodku zadarmo rovnou a, když ti to nebude stačit, tak nějaký rumy a bechery taky zadarmo, a když ti i tohle bude málo, pozvou tě dozadu do skladu na divoký sex.“

Ir nevěří: „A to se ti už jako fakt stalo?“

Čech: „Mně přímo ne, ale manželce jo.“

Rubriku připravila: Mirka Schullerová

SPRÁVNÁ ŘEŠENÍ

Na sporáku syčela voda v hrnci. Najedl jsem se dosyta. V kapse mám tři sirky. Venku houká sýček. Dostal jsem osypky a lékař mi předepsal zásyp a bylinkový sirup. Silnice už osychají, ale je stále sychravo. Nechci sýčkovat, ale sirky jsou nebezpečné. Sylva (i Silva) si koupila silonové punčochy sivé barvy. Pepík je sirotek. Dnes půjdu na hrad Sychrov a cestou budu sbírat houby. Rostou tam hlavně pýchavky a syrovinky. Sysel syčí na sýkorku. Bosyně je velmi sympatické městečko. Syn pana myslivce zasypal díru pískem. Nachladil jsem se a dnes můžu jen sípat. Půjč mi to sítko, musím přesít suchou syrovátku a přesypat ji do větší mísy. Rozbil jsem přesýpací hodiny. Syknul bolestí.