

Jedlíný  
čtrnáctideník  
v Praze 10 a 15



# NAŠE PRAHA

& 10  
15

Vršovice, Malešice, Strašnice, Záběhlice, Hostivař, Horní Měcholupy

21. 3. 2025

## Bývalí zaměstnanci ČKD, ozvěte se!

Historik Stanislav Jonák hledá bývalé zaměstnance ČKD, kteří pracovali v závodech Elektrotechnika, Trakce, Kompresory, Lokomotivka či automobilce Praga, a chtěli by se podělit o své vzpomínky.

Více na straně 6

INZERCE

### PLYNAŘ INSTALATÉR TOPENÁŘ

MONTÁŽ A OPRAVA ROZVODŮ,  
PLYNOSPOTŘEBIČŮ A PLYNOVÉ REVIZE  
Vladimír Tymeš, tel.: 603 937 032

SC-50311/14

- Výkup automobilů a motocyklů všech značek
- Ekologická likvidace vozidel

Nejlevnější odtahy  
Tel.: 604 868 055

SC-503375/08

### REKONSTRUKCE BYTŮ, BYTOVÝCH JADER A KUCHYNÍ

práce obkladačské, zednické,  
elektro, instalaterské, podlahářské,  
malířské, výroba nábytku

Svoboda a Nejtek s.r.o.  
604 203 243, 603 801 377  
www.svobodaanejtek.wz.cz

SC-503175/110

## Herec Josef Carda: Cenzura je vždy špatná!

25  
let jsme  
s Vámi

Rozhovor na stranách 8 a 9



nasepraha.cz

Foto: Divadlo Lucie Bílé

Vyhrajte pomůcky,  
které vám zlepšují  
milostný  
život!  
str. 10

INZERCE



## JSME TÝM! STAŇ SE JEHO SOUČÁSTÍ



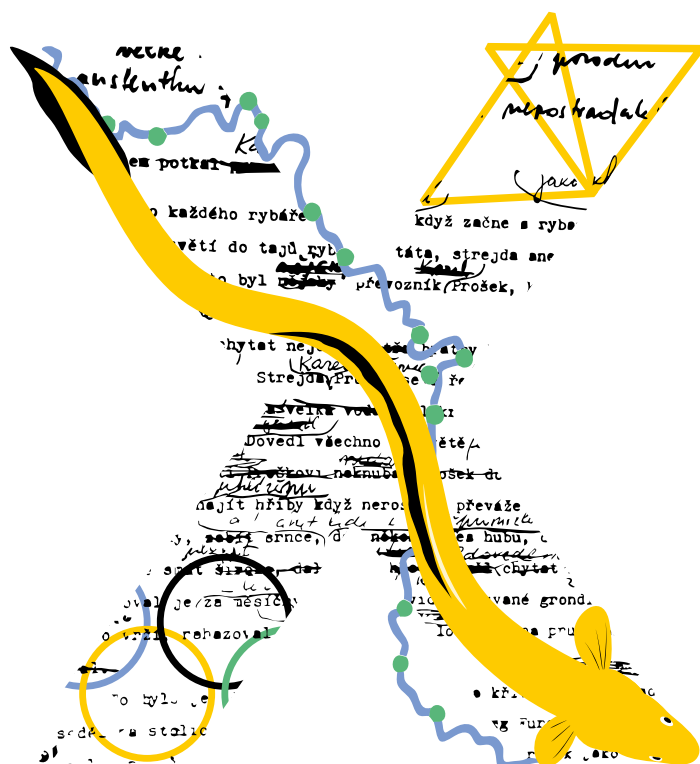
krpa.nabor@pcr.cz

nabor.praha@pcr.cz

703 823 840

SC-50715/09

## TEMATICKÝ ROK 2025



# OTA PAVEL

## OSOBNOST PRAHY 10

15. 4. | 16.00 | park Jiřího Koláře

**OTA PAVEL: PSÁT –  
TO JE MOJE PRÁCE**  
vernisaž výstavy

22. 5. | 17.30 | foyer Vzlet

**ŘEKA, CO NIKDY NEVYSCHNE**  
divadelně-literární večer Oty Pavla

15. 5. | 25. 6. | 24. 9. | 30. 10. | 27. 11.

vždy od 17.00

Městské knihovny – pobočky Prahy 10

**OTA PAVEL ZNÁMÝ I NEZNÁMÝ**  
přednáška a beseda s kurátorkou Mgr. Ivonou Kasalickou

12. 10. | 17.00 | kino Pilotů

filmová projekce absolventských filmů  
FAMU s besedou

**SMRT KRÁSNÝCH SRNCŮ**

režie Vladimír Merta | 31 minut

**KAPŘI PRO WEHRMACHT**

režie Karel Smyczek | 20 minut

1. 11. | 17.00 | KD Barikádníků

**MYSLIVECKÝ BÁL  
OTY PAVLA**

6. 11. | 17.30 | kino Pilotů

projekce celovečerního filmu

**ZLATÍ ÚHOŘI**

režie Karel Kachyňa | 84 minut

## TAK SI MYSLÍM...



Šéfredaktor:

Martin Dudek  
tel.: 774 820 075  
martin.dudek@-  
ceskydomov.cz

Mučení a vraždění syrských alavitů, kdy bez jakýchkoliv soudů byly postříleny rodiny včetně malých dětí. Rusko–ukrajinská válka, která se nevyvíjí tak, jak by si mnozí přáli. Bláznivé počasí, které sice v minulosti dělalo stejné alotrie, ale v současné hystericko-klimatické době se z výkyvů teploty někteří kácí do mdlob a polykají antidepresiva. A k tomu všemu americký prezident Trump, o kterém se rozhodně nedá říci, že by nudil jako jeho předchůdce. Suma sumárum, svět je ve varu.

A debatují o tom naši mladí? Podle toho, co jsem slyšel v tramvajích, tak ne. Jejich hlavním tématem bylo jídlo. Kam jít na oběd či večeři, kde dobře vaří, proč si třeba nedávat kebab na Barrandově... Z těch informací mi šla hlava kolem. Války, vraždy a spálená Země byly hodně daleko, ale musím říci, že to bylo pro mne osvěžující i přínosné. Asi dám na radu mladé studentky a zajdu do pražské restaurace, kde se vás nejprve zeptají, co nejíte, a pak vám bez jakéhokoliv výběru z jídelního lístku přinesou jídlo. Snad se tak zúročí moje cesty v MHD...

## Přihlaste děti na tábor, který je naučí samostatnosti

Praha – Cesta Česka, spolek věnující se zřizování poutních stezek, propagaci putování a organizaci mimoškolních aktivit pro děti a mládež, pořádá letní tábor pro děti od 7 do 15 let, který se uskuteční od soboty 26. 7. do soboty 9. 8. v základně Ledeta ve Zvůli u Kunžaku. Na táboru s názvem Rytíř a Dáma se děti učí samostatnosti, týmovosti, slušnosti, statečnosti a dalším dovednostem. Celotáborová hra je připravena s detektivní zápletkou. Letošní osmý ročník má kapacitu 40 dětí a závaznou elektronickou přihlášku je nutné zaslat nejpozději do 30. dubna. Cena za dítě je 8 900 Kč, částka se změní v případě přihlášení sourozenců. Více informací včetně přihlášky je k dispozici na webu spolku: <https://www.cestaceska.cz/cs/letni-tabory/letni-tabor-2025.html>. (red)



**HLAVNÍ** program tábora s detektivní zápletkou je vhodný zejména pro děti milující tajemství, záhady a dobrodružství. Foto: Cesta Česka

## Kocourkov: Praha žaluje samu sebe

Malešice – Ano, čtete správně. Spor o změny v projektu Areál Ford Na Homoli v Praze 10 ukazuje podle pražského zastupitele Ondřeje Prokopa (ANO 2011) naprostý rozklad řízení města. „Odbor stavebního řádu praž-

ského magistrátu odmítl námítky Institutu plánování a rozvoje a potvrdil rozhodnutí stavebního úřadu Prahy 10. Nyní náměstek primátora Hlaváček zachraňuje situaci tím, že město podá správnou žalobu proti rozhodnutí vlast-

ního úřadu. Pravá ruka neví, co dělá levá, a investor musí trpělivě čekat, co z této absurdní frašky nakonec vzejde. Pokud hledáte definici chaosu v řízení města, právě jste ji našli,” uvedl Prokop. (red)

## Sanitky. Houkají méně, když vidí kočárek?

Praha – V online prostoru lze zcela vážně diskutovat v podstatě na jakémkoliv téma. Není proto překvapením, že především matky na mateřské dovolené rozjely diskuzi, zda řidiči sanitek spěchající Pra-

hou k pacientovi ztlumí „jekot“ houkačky, jakmile uvidí na ulici či na přechodu matku s kočárkem. Protože tuto teorii zastávalo hodně maminek, Naše Praha začala pátrat, zda je to pravda. Výsledek však

rodiče s malými dětmi asi nepotěší – sanitky svoje houkačky kvůli kočárkům netlumí. Mají jen speciální hlasitost na den a na noc, stejně tak jinou barvu majáku pro denní a noční službu. (md)

## KOMENTÁŘ

## Bláznivé počasí? Kdepak, je stále stejné...

Letos se nám jaro probouzí velmi pomalu, v pohraničí zase nasněžilo. Pražáci mohou vyrazit na lyže. Tedy sezona ještě nekončí! V této souvislosti je zajímavé sledovat záběry naší země ze starých filmových týdeníků. Nyní se připomíná 86. výročí obsazení Československa. To se stalo 15. března a němečtí vojáci jsou na vozech, které projíždějí čerstvým sněhem. Tedy úplně jako by to bylo dnes. Připomíná nám to známý fakt, že počasí se nemění. Je stále stejné.

## Šířitelé strachu

V posledních letech se v Praze konalo několik vědeckých se-



JARO se probouzí... Ilustrační foto: Pixabay

minářů, jejichž závěr byl stejný: Žádná klimatická krize neexistuje. Je to hoax. Různí šířitelé strachu nám lžou ráno, v poledne i večer, že to je jinak. A jako obvykle, motorem jejich lži

jsou peníze. V Praze to dokonce došlo tak daleko, že vymysleli „Klimatický plán“, světe, drž se – za 200 miliard korun! To jsou dva roční rozpočty Prahy. Tedy dva roky nebudeme mít školy, policii, údržbu silnic, zeleně, nepojede MHD, nebudeme bydlet a opravovat a ani nic stavět. Budeme ale platit daně jako mourovatí, aby si pár spřízněných podnikatelů politiků na magistrátu namastilo kapsy takovým způsobem, že i Dozimetři blednou závistí. Jak se říká, ať je to ten, nebo ten, praštíme ho koštětem.

Jan Čížek, pražský patriot  
jan@cizekjan.cz



## Desítka chystá opatření proti školní turistice

■ Městská část Praha 10 připravila opatření, která mají omezit tzv. spádovou turistiku, tedy účelové přehlašování trvalého bydliště dětí před zápisem do základních škol. Tento krok má zajistit, aby školní kapacity primárně sloužily dětem, které v městské části skutečně bydlí. Radnice chce tímto opatřením vytvořit férovější a transparentnější podmínky pro všechny rodiny.

**Praha 10** – Každý rok se některé základní školy potýkají s přeplněností, protože část rodičů krátce před zápisem mění trvalé bydliště dítěte jen proto, aby získalo místo na preferované škole. Tento jev způsobuje nerovné rozdělení školních kapacit a může vést k situacím, kdy děti, které v dané oblasti skutečně žijí, se do své spádové školy nedostanou.

„Jsem přesvědčený, že základní školy by v první řadě měly sloužit dětem, které v jejich spádové oblasti opravdu bydlí. Nemůžeme přehlížet situaci, kdy rodiče účelově mění trvalé bydliště jen proto, aby jejich dítě získalo místo ve vybrané škole na úkor těch, kteří tam patří oprávněně,“ říká Ondřej Počarovský (TOP 09), radní pro školství MČ Praha 10. „Chceme zajistit spravedlivý a transparentní systém zápisů, který bude respektovat potřeby místních rodin a zároveň zabrání přeplňování některých škol na úkor jiných,“ dodal.

Praha 10 se proto rozhodla zavést opatření, která pomohou odhalit případy účelového přehlašování bydliště těsně před zápisem. Mezi hlavní změny patří přezkum délky pobytu dítěte na uvedené adrese, ověřování shody bydliště dítěte s bydlištěm rodičů a možnost požadovat dodatečné doklady, pokud se objeví nesrovnalosti.

„Musíme chránit děti, které v Praze 10 dlouhodobě žijí a jejichž rodiče spoléhají na to, že se dostanou do své spádové školy. Opatření proti účelovému přehlašování bydliště nejsou o zbytečné administrativě, ale o férovosti vůči místním rodinám,“ uvádí starosta MČ Praha 10 Martin Valovič (ODS).

### Musi to být férové

Navrhovaná opatření se zaměří na posílení ověřování trvalého bydliště u zápisů do základních škol. Pokud dítě získalo trvalé bydliště v Praze 10 méně než tři měsíce před zápisem nebo pokud



**RADNICE** chce opatřením docílit, že vzdělávání bude spravedlivě dostupné pro všechny místní děti. Ilustrační foto: Pixabay

jeho trvalá adresa neodpovídá bydlišti rodičů, škola může vyzvat rodiče k dodatečnému vysvětlení situace.

„Naším cílem je zajistit, aby se děti, které v dané oblasti skutečně žijí, mohly vzdělávat v místní škole,“ dodává Ondřej Počarovský a pokračuje: „Věříme, že správné nastavení systému pomůže ochránit spravedlnost v přístupu ke vzdělání. Nejde

o zbytečnou administrativu, ale o férové využívání školních kapacit.“

V nejbližší době bude MČ Praha 10 tato opatření konzultovat se školami tak, aby vedení školských zařízení v případě pochybností postupovalo v souladu se schválenou metodikou a vyzvalo zákonné zástupce k bližšímu vysvětlení situace. **Zdroj: MČ Praha 10**

## Letošní rok patří spisovateli a novináři Otu Pavlovi

**Praha 10** – Městská část Praha 10 věnuje rok 2025 literární legendě Otu Pavlovi. Program tematického roku je navržen tak, aby připomenul mimořádný přínos tohoto významného spisovatele, který měl hluboký vztah k Praze 10, kde žil a tvořil.

Tematický rok odstartuje v dubnu a přinese kulturní akce, literární večery, vzdělávací programy a další aktivity, které přiblíží život a dílo tohoto významného autora současné generaci.

„Ota Pavel byl nejen talentovaný spisovatel a novinář, ale také člověk s neobyčejným osudem, jehož dílo a příběhy jsou dodnes inspirací pro generace čtenářů. Jeho schopnost zachytit obyčejné životní okamžiky s nesmírným citem a lidskostí je něco, co by nemělo být zapomenuto. Jsem rád, že si letos připomeneme jeho odkaz a přiblížíme ho nejen obyvatelům desítky, ale i širší veřejnosti, protože jeho příběhy mají co říci i dnes,“ uvedl starosta Prahy 10 Martin Valovič (ODS).



**SPISOVATEL** Ota Pavel byl vášnivý rybář. Foto: archiv rodiny Pavlů

### Jeho knihy nejsou minulostí

Význam Oty Pavla pro Prahu 10 je nepochybnitelný. Od roku 1956 až do své smrti v roce 1973 žil v Říčanské ulici na Vinohra-

dech, kde psal svá slavná díla. Proslavil se vzpomínkovými knihami ze svého dětství v Beřounku, jako je Smrt krásných srnců, ale také sportovními

příběhy, mezi něž patří Dukla mezi mrakodrapy či Pohár od Pánaboha.

„Tematický rok nabídne bohatý program, který zahrnuje literární přednášky s besedou, divadelně-literární večer se známými herci, filmové projekce jak známého filmu, tak méně známých absolventských FAMU filmů ve slavných režii, výstavu nebo Myslivecký bál Oty Pavla. Cílem je nejen připomenout odkaz Oty Pavla, ale také inspirovat novou generaci ke čtení a hlubšímu poznání české literatury. Chceme ukázat, že jeho knihy nejsou jen součástí minulosti, ale že jejich poselství o přátelství, rodině, odvaze a kráse každodenního života má stejnou hodnotu i dnes. Program bude rozmanitý a věříme, že si každý najde to své,“ doplnil Pavel Šutka (ODS), místostarosta Prahy 10 pro kulturu a volný čas.

Detailnější program tematického roku Oty Pavla je zveřejněn na [www.praha10.cz/otapavel](http://www.praha10.cz/otapavel). **Zdroj: MČ Praha 10**

## Uklidte vajgly, získáte až 10 000 korun

ČR - Pokud nemáte rádi kuřáky, respektive pozůstatky jejich nezdravé vášně ve veřejném prostoru, můžete se zúčastnit soutěže „Vajglobrání 2025“. Pravidla jsou jednoduchá - vyberte místo znečištěné nedopalky a uklidte je. Pořídte dvě fotografie - jednu před úklidem a druhou po úklidu zvoleného prostoru. K fotografiím připojte krátké sdělení, kde se uklízelo, jak to probíhalo a proč jste se pro úklid rozhodli/a. Fotografie i s textem

zašlete na e-mail [soutez@neva-jgluj.cz](mailto:soutez@neva-jgluj.cz), uveďte své kontaktní údaje - jméno, bydliště, telefon a e-mail a odkaz na report v systému Uklidme Česko. Soutěže se mohou zúčastnit jednotlivci nebo skupiny dobrovolníků do 30. dubna, ti nejlepší získají věcné dary a finanční ceny do 10 000 Kč. Soutěžní příspěvky bude hodnotit porota a do konečného žebříčku lze získat body navíc. Jak, to se dozvíte na [cisteulice.cz/soutez-vajglobrani](http://cisteulice.cz/soutez-vajglobrani). (red)



**NEDOPALEK** se v přírodě rozkládá až 15 let. Obsahuje řadu chemických látek například jedovatý arsen, rakovinotvorný dehet, radioaktivní polonium, formaldehyd, kyanid, nebo toluen, které mohou přiotrávit děti nebo zvířata. Foto: Pixabay

INZERCE

### stanoviště velkoobjemových kontejnerů

#### BŘEZEN

Strašnice	V Rybníčkách (proti Šibřinské)	21. 3.	15:00-19:00
Malešice	Janderova x Chládkova	22. 3.	8:00-12:00
Strašnice	Dobročovická x Slapská	22. 3.	10:00-14:00
Vinohrady	Chorvatská x Dykova	24. 3.	14:00-18:00
Záběhlice	Topolová x Jahodová	24. 3.	15:00-19:00
Záběhlice	Práčská 101, parkoviště pod Jasminovou	25. 3.	15:00-19:00
Vršovice	Ruská x Tolstého	26. 3.	14:00-18:00
Záběhlice	V Korytech x Jesenická	27. 3.	15:00-19:00
Michle	Za Sedmidomky x Pod Bohdalcem I.	28. 3.	15:00-19:00
Záběhlice	Šafránová x Chrpová (okraj parku)	29. 3.	8:00-12:00
Vršovice	Kodaňská x Norská	29. 3.	10:00-14:00
Strašnice	Vrátkovská x Tuklatská	31. 3.	14:00-18:00
Strašnice	Přetlucká x Prusická	31. 3.	15:00-19:00

#### DUBEN

Vršovice	Rybalkova x Charkovská	1. 4.	15:00-19:00
Strašnice	Pod Strání, vedle č. o. 33	2. 4.	14:00-18:00
Strašnice	Hostýnská (u školy)	3. 4.	15:00-19:00
Malešice	Heldova x Niederleho	4. 4.	15:00-19:00
Strašnice	Michelangelova (v proluce)	5. 4.	8:00-12:00
Strašnice	Mokřanská x Běžná (u tříděného odpadu)	5. 4.	10:00-14:00
Vršovice	Dukelská x Volyňská	7. 4.	14:00-18:00
Záběhlice	Tulipánová x Želivecká	7. 4.	15:00-19:00
Záběhlice	Jesenická x Nad Trnkovem	8. 4.	15:00-19:00
Michle	Na Pahorku x Pod Sychrovem II.	9. 4.	14:00-18:00
Záběhlice	Platanová x Kapradová	10. 4.	15:00-19:00
Michle	Nad Elektrárnou u ČD	11. 4.	15:00-19:00



**Kouzelné školy**  
mateřská a základní škola

Kodaňská 54/10, Praha 10

## Chcete bydlet? A máte datovou schránku?

■ Vážné obavy v souvislosti s návrhem zavést možnost doručování písemností prostřednictvím datových schránek jako formy komunikace v nájemních vztazích vyslovilo Sdružení nájemníků ČR (SON). Návrh v rámci projednávání sněmovního zákona o podpoře bydlení je podle SON nevhodný a v rozporu se zájmy nájemců.

ČR – „Návrh neodpovídá aktuálním potřebám, a hlavně reálným schopnostem zranitelných skupin obyvatel. Zejména pak seniorů, osob se zdravotním postižením, rodičů samoživitelů a dalších občanů, kteří ve svém reálném životě nemají přístup k potřebné technice ani nemají dostatečné digitální dovednosti,“ říká předsedkyně SON Lenka Veselá.

Podle názoru SON by zřízení datové schránky nájemcem jen kvůli požadavku pronajímatele bytu představovalo automatickou zákonnou povinnost komunikovat touto formou i se státními orgány – soudy, úřady, obcemi a dalšími institucemi. „Že toho nebude reálně schopen, protože nebude mít přístup k potřebné technice, budou mu k tomu scházet potřebné kompetence apod., již nikdo nebude řešit,“ dodává Lenka Veselá. Argumenty SON sdílejí a podporují seniorsky orientované organizace, odborové svazy i organizace

pracující s lidmi, kterých se tento návrh dotýká.

### Obavy ze zneužití údajů

Podle slov předsedkyně Rady seniorů ČR Lenky Desatové 46 % seniorů nad 65 let nemá přístup k internetu. „Mnozí senioři se na nás dokonce obracují s upozorněním, že v odlehklých lokalitách mají problém i s mobilním signálem. Je třeba rovněž vzít v úvahu, že zdravotní stav řady seniorů jim neumožní datovou schránku ovládat samostatně. Může tak dojít k jejímu zneužití, pronajímatel může jejím prostřednictvím zjistit citlivé údaje seniora či jiné osoby, ale také odesílat například žádosti a podání na úřady práce, státní orgány, soudy apod. Jsme přesvědčeni, že u seniorů nad 75 let je povinnost komunikovat prostřednictvím IT špatné řešení,“ uvádí Lenka Desatová.

Ředitelka Platformy pro sociální bydlení Barbora Bírová



**ODBORNÍCI** varují, že někteří staří lidé vinou svého zdravotního stavu nezvládnou práci s datovou schránkou. Přijdou tak o bydlení? Ilustrační foto: Pixabay

vá poukazuje na skutečnost, že u velké skupiny sociálně slabých občanů, s nimiž platforma pracuje především, je šance pořídit si chytrý telefon mizivá. „A totéž platí pro schopnosti používat jej.

Cesta k bydlení se zamýšleným návrhem nové komunikace přes datové schránky by se lidem v bytové nouzi velmi zkomplikovala,“ upozorňuje Barbora Bírová. (red)

## Festival zaostří na rodinné vztahy

Praha – 32. ročník Festivalu Dny evropského filmu (DEF) zamíří také do kin v Praze. Diváci se mohou opět těšit na výběr současných evropských hraných, dokumentárních i animovaných filmů renomovaných režisérů, oceňované debuty i výrazné herecké osobnosti. DEF proběhne od 2. do 8. dubna v pražských kinech Světozor, Edison a Přítomnost. (red)

## Skončily parkovačky pro papaláše a jejich kamarády

Praha – Hlavní město změnilo pravidla pro parkování vozidel integrovaného záchranného systému (IZS) v zónách placeného stání. Cílem je, aby oprávnění měla pouze ta vozidla, která se na řešení krizových situací podílí a aby zároveň nedocházelo k nežádoucímu omezení činnosti složek IZS. Nová pravidla rovněž zabrání zneužívání parkovacích oprávnění vyhrazených pro

vozidla IZS. Oprávnění budou udělována pouze vozidlům, která se skutečně podílejí na řešení krizových situací. Změnu odsouhlasili pražští radní.

„Je to konec rozdávání parkovaček papalášům a jejich kamarádům. Výjimku v parkování si zaslouží pouze vozidla složek integrovaného záchranného systému, která denně zachraňují lidské životy. Za složku IZS se už

nebudou moci vydávat žádní poslanci, rodinní příslušníci úředníků ani podnikatelé, kteří získávají od Prahy zakázky. Nepamatují si, že by mi v minulém volebním období kdokoli z nich dorazil pomoci na krizový štáb, když se naše město potýkalo se dvěma globálními krizemi. Papalášské výsady tímto končí,“ prohlásil náměstek primátora pro oblast dopravy Zdeněk Hřib (Piráti). (red)

## Fotbalový nábor Nusle v tempu

Praha 4 – Fotbalové kluby SK Nusle a FC Tempo pořádají ve středu 23. dubna od 17.00 hodin na stadionu Děkanka sportovní odpoledne pro děti od 4 do 9 let (ročníky narození 2016 a mladší) pod názvem Nusle v tempu. Program volně navazuje na více než dvacet ročníků akce Tempo v tempu a jeho cíl je stejný – umožnit dětem vyzkoušet si nezávazně fotbalová cvičení a soutěže. V případě zájmu se pak zapojit do pravidelné sportovní přípravy v SK Nusle. Akce totiž slouží také jako nábor pro děti, kterým by jedno fotbalové odpoledne nestačilo. K účasti stačí málo – sportovní oblečení a chuť si hrát. Bližší informace na [www.sknusle.cz](http://www.sknusle.cz), [www.fc-tempo.cz](http://www.fc-tempo.cz), tel. 603 860 444. (red), ilustrační foto: Tempo Praha



## Bývalí zaměstnanci ČKD, ozvěte se!

Praha – Historik Stanislav Jonák hledá bývalé zaměstnance ČKD, kteří pracovali v závodech Elektrotechnika, Trakce, Kompresory, Lokomotivka či automobilce Praga a chtěli by se podílet o své vzpomínky a zkušenosti, aby pomohli uchovat průmyslovou historii devátého pražského obvodu. Vaše příběhy mohou významně přispět k oživení obrazu každodenního života a práce v těchto závodech a zároveň zachránit cenné informace, které by jinak mohly nenávratně zmizet.

„Pokud jste ochotni podílet se o své vzpomínky formou rozhovoru nebo jiného příspěvku, velmi rád vás do projektu zapojím. Každá vzpomínka, technická poznámka či osobní pohled je neocenitelným dílkem do mozaiky, kterou chci zachytit pro budoucí generace,“ říká Stanislav Jonák, kterého můžete kontaktovat na e-mailu: [info@industrialnivyhazky.cz](mailto:info@industrialnivyhazky.cz) nebo na čísle 777 213 200.

Stanislav Jonák již napsal knihu o Kolbence, která dokumentovala zánik území podél Kolbenovy ulice a pak především továrnu malých strojů v letech 2018–2022. Nyní pracuje na rozsáhlejšímu projektu, jehož cílem je vytvořit archiv vzpomínek a materiálů, jenž poslouží jako základ pro připravovanou publikaci mapující průmyslovou minulost ČKD ve druhé polovině 20. století. (red)

## Milan Urban: Ztratíme strategickou soběstačnost



Podoba Lex OZE III byla špatně jak ve Sněmovně, tak v Senátu. Je to pouze zabetonování Green Dealu v energetice v praxi. Nemá navíc nic společného s malými uživateli a producenty, jak je tvrzeno médií veřejnosti, ale hrne to další miliardy vybraným a velkým

hráčům. V závěru to napomáhá jen umělému držení vysokých cen energií. Veřejnosti se namlouvalo, jak je návrh Senátu skvělý v tom, že oseká zisky solárníkům a tím stát ušetří pro blaho svých občanů (každý si však v realitě představí, že občané neuvidí ani korunu). Nikdo ze čtyřkoalice a Pirátů však v médiích nevysvětlil, že hlavní body Lex OZE III, totiž agregace, akumulace a systém výkonové regulace (SVR), jsou opakované multimiliardové investice přímo vyvolané Green Dealem a fanatickým rozvojem OZE (správně by to mělo znamenat „občasné zdroje energie“). Všechna tato opatření povedou k dalšímu razantnímu nárůstu distribučních poplatků, které půjdou z kapes nás všech. Co je na závěr však nejhorší, že touto pomatenou a fanatickou zelenou politikou popírající elementární přírodní zákony se během několika let změní ČR z exportéra elektrické energie na dovozce. Tím náš stát ztratí po století budovanou strategickou soběstačnost.

Dr. Ing. Milan Urban,  
předseda Zastupitelského klubu SPD hl. m. Praha

## Petr Lachnit: Nakrmte televizi. Povinně, i když nechcete



Po nedávném zvýšení „mediální daně“, kdy velká část občanů bude nedobrovolně platit za vládní Českou televizi a Český rozhlas ještě více, než si zaslouží, mě napadlo následující srovnání. Představte si chlápek, jak se z přílehlého lesíku dívá na provoz na dálnici a říká: „Pěkné, našťastí za to nemusím platit, nemám auto ani řidičák.“ Na to reaguje jeho nešťastný kamarád: „Nedívám se na Českou televizi, naprosto mě nezajímá, ale platit musím.“

I takto bizarně by se bohužel jen s mírnou nadsázkou dalo shrnout nedávné rozhodnutí vládních poslanců lidem prostřednictvím takzvané „koncesionářské daně“ ještě více zdražit život. K tomu si ještě připomeňme prohlášení šéfa České televize Jana Součka, že platit musí v podstatě všichni, protože lidé mají možnost se na čtět dívat. Tragikomická současná situace ještě podtrhuje někteří obháječi navýšení mediální daně tím, že jedním z důvodů je technologický pokrok, a tak nyní lze konzumovat obsah vysílání prostřednictvím nejrůznějších moderních přístrojů. To je jistě fakt, ale na zmíněný pokrok musíme nahlížet všeobecně, a je mi pak záhadou, jaký problém by byl se zakódováním České televize a Českého rozhlasu. Zkrátka aby na ně přispívali jen ti, kteří mají zájem. A nikoli ti, kteří mají možnost.

A k tomu všemu ještě před několika dny vyšlo na stránkách serveru [www.borovan.cz](http://www.borovan.cz) najevo, že obě zmíněná média jednoznačně straní vládní garnituře. Takže se ptám, proč mají voliči určitých politických stran či hnutí ze zákona přispívat na provoz médií, která jednoznačně podporují jejich konkurenty. Nedělám si iluze, že se redaktoři České televize a Českého rozhlasu nad tímto stavem zamyslí a svůj aktivismus ve prospěch „těch správných lidí a myšlenek“ alespoň trochu zkrátí. Pokud ne, tak sami citelně přispívají ke stále častějšímu kladení otázky, pro koho má cenu si platit takzvaná veřejnoprávní média.

Absurdita doby graduje. Hloupější část lidstva vede nesmiřitelnou válku s prvkem tvořícím základní stavební kámen všech organických sloučenin, máme papírová brčka a lidé platí za to, co nechťejí. A původem pirát Jan Lipavský bude kandidovat za ODS. Prostě si jen lehce upravil heslo „pusťte nás na ně“ na „pusťte mě k vám“. A to může být ještě hůř.

JUDr. Petr Lachnit (ANO 2011), místopředseda MČ Praha 5

INZERCE

**Když nejste doma v bezpečí,  
volejte linku  
116 016.**



ROSA centrum pro ženy

**Linka pro ženy zažívající domácí násilí.  
Bezplatně a nonstop.  
Dovoláte se do ROSA – centrum pro ženy.  
[www.rosacentrum.cz](http://www.rosacentrum.cz)**



**116 016**

# Herec Josef Carda: Cenzura je vždy špatná!

■ Do povědomí televizních diváků se dostal především díky postavě rádoby „přihřátého“ sportáka v nováckém pořadu Tele Tele. Herec Josef Carda (69) má však mnohem širší herecký rejstřík, což aktuálně dokládá i účinkováním v několika divadlech.

Martin Dudek

*Kdy jste se naposledy od srdce zasmál?*

Nedávno jsem viděl jednu z mých oblíbených filmových komedií Millerovi na tripu, u té se vždy zasměju.

*Doma prý ale moc zábavný nejste, spíše málo mluvíte. Je to daň za to, že se vlastně živíte i hlasem?*

Hlas si zatím šetřit nemusím. Ale spíše nejsem ten typ, co přijde do společnosti a hned ji celou musí bavit.

*Většina čtenářů si vaše jméno a přezdívku Carda Retarda, kterou vám vymyslela manželka, spojuje se zábavným pořadem televize Nova Tele Tele. Hypoteticky – kdyby za vámi někdo přišel s nabídkou na obdobný pořad, vstoupil byste podruhé do stejné řeky?*

Za stejných podmínek určitě ano. Se stejnými kolegy také. Ale obávám se, že dnes v „superkorektní“ době by nám asi spousta věcí neprošla.

*Co vás na herectví po těch x letech profesionální kariéry ještě baví?* Baví mě, že představení, ve kterých hraji, baví publikum.

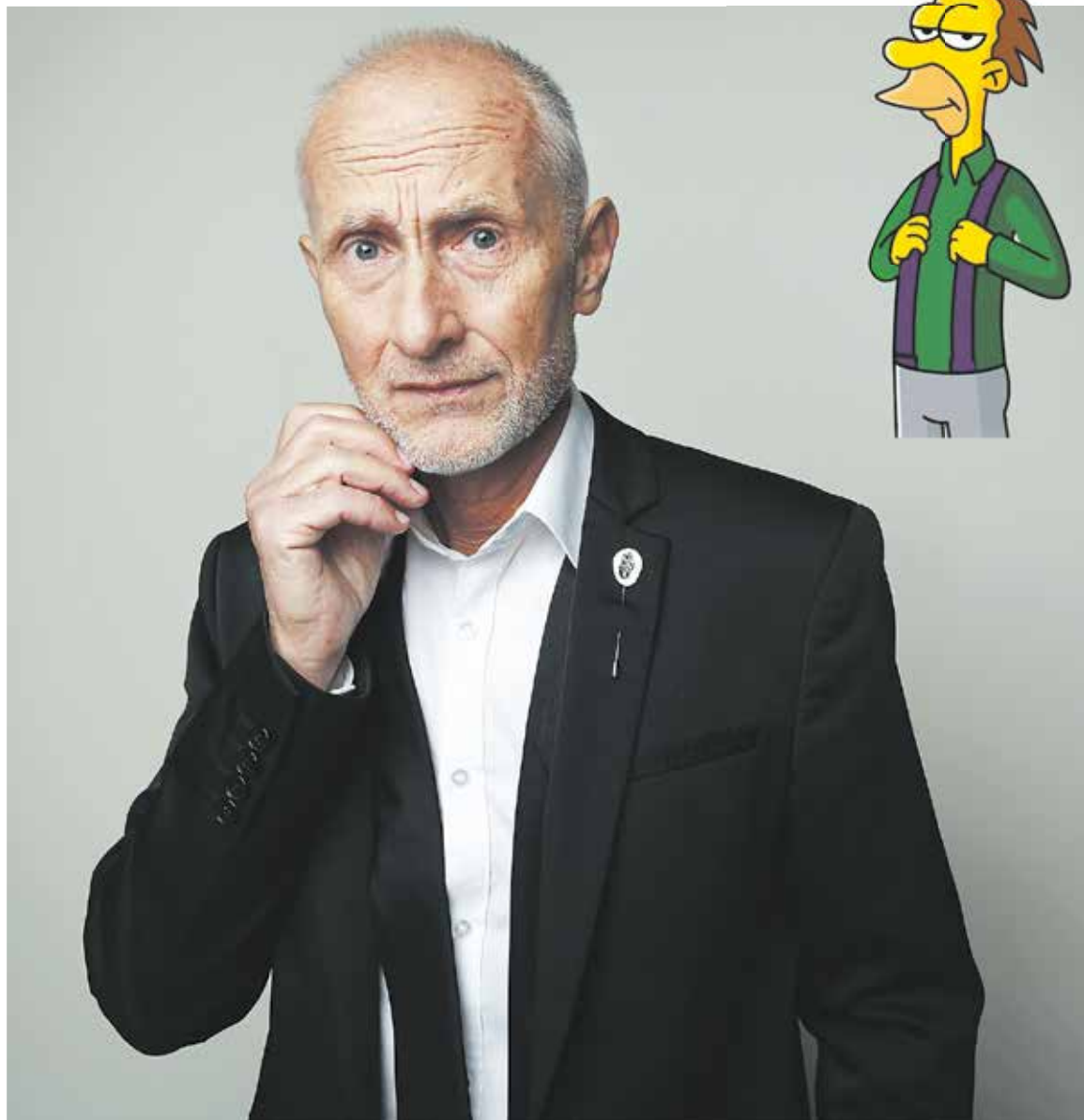
*V Divadle Bez zábradlí hrajete hlavní roli v komedii Apartmá v hotelu Plaza, kde vám partnerku dělá Dana Morávková. Děj hry se točí kolem vztahů, a tak mě napadlo se vás zeptat – byl jste v mládí velký svůdník?*

No comment (úsměv). Tento rozhovor bude asi čist manželka...

*Ptám se proto, že jste se se svou budoucí manželkou seznámil už jako student v prvomájovém průvodu a vydrželi jste spolu dodnes. Prozradíte ten váš záračný recept na dlouhotrvající manželství?*

Nebýt moc doma. Na roky to vychází, že se známe 50 let. Nicméně dá se říci, že jsme spolu strávili polovinu toho času. Díky práci jsem se doma moc často nevyskytoval. Klasické manželství bychom asi nevydrželi.

*Vaše žena v jednom rozhovoru prozradila, že jste za volantem děsný cholerik a dost neslušně u řízení řvete. S léty se to zklidnilo, nebo naopak zintenzivnilo?*



**JOSEF CARDA** je i špičkový dabér a jeho hlasem promlouvá například postava Lennyho Leonarda z amerického seriálu Simpsonovi.

Foto: Petr Kozlík

Dříve jsem řval a nadával v celých větách, teď už se nenamá-

zkušenosti, takže prozradíte – kde jsou nejhorší řidiči?

kdysi přemýval nádobí a možná si dodnes sám žehlíte?

Po ženě jsem nikdy nepřemýval nádobí, ale dělal jsem to po myčce. A žehlím, jelikož bych musel po manželce přezehlovat (smích).

## „Politiku už radši nesleduji

hám. Ubral jsem a vystačí mi jedno slovo a jsem v klidu.

*Iste severočeský rodák, pocházíte z Ústí nad Labem, ale nežijete ani tam a vlastně ani v Praze, kde v podstatě jen přespáváte. Během pendlování mezi domovem a prací jste určitě nabral na silnicích*

Žiju napůl v Praze a napůl v Českém středohoří. Jsem ale bývalý Ústečák a o nich se myslím říká, že jsou nejhorší řidiči. Ale já si to nemyslím.

*Také se o vás ví, že jste na jednu stranu bordelář, ale na druhou stranu velký pedant. Po ženě jste*

*Pobavilo mne, když jsem se dočetl, že jste byl v základní škole rekordmanem na počtu poznámek. Už tehdy jste se před třídou předváděl a vlastně si nevědomky budoval hereckou kariéru?*

Já často komentoval to, co řekla učitelka či někdo z pedagogického sboru. Ale nesetkalo se to s pochopením pedagogů, ti to

brali jako vyrušování. Když se na to podívám zpětně, asi to moc vtipné nebylo (úsměv).

**Kromě zmíněného Divadla Bez zábradlí, kde ještě vás mohou Pražané vidět na divadelních prknech?**

V současné době hrají v Divadle Lucie Bílé v představení Jen pravdu, drahý. Ve Studiu dva vystupují v muzikálu Starci na chmelu. V divadle Palace hrají v představení Hledám ženu, nástup ihned, a ještě také v Divadle U Hasičů hrajeme komedii Na poslední chvíli. S Divadlem Bez zábradlí i s ostatními hrami jezdíme hrát i mimo Prahu, v podstatě po celém Česku a Slovensku.

**A co rád děláte ve volném čase? Sledujete politiku a rovněž nadáváte, nebo se raději rýpete v hlíně či se honíte za tenisovým míčkem?** Sportu se věnuji, ale spíše jen občasněmu posilování a rád chodím na dlouhé procházky se psem. Politiku už radši nesleduji.

**Ještě ale u ní zůstaneme – americký viceprezident zkritizoval Evropu, že v podstatě omezuje svobodu slova. Na něco podobného jste kdysi také poukazoval se**



**DIVADLO** Bez zábradlí právě uvádí komedii Apartmá v hotelu Plaza s Danou Morávkovou a Josefem Cardou v hlavních rolích. Foto: Tereza Křenová

**slovy, že nechápete, proč vás mají kamenovat za váš názor...**

Já se k politice nevyjadřuji, ale omezení svobody slova jsem

zažil v minulém režimu a nerad bych to zažíval zas. Cenzura v jakékoli podobě je dle mého špatná.

**Co si myslíte, že nás, Evropu a potažmo celý svět letos čeká?**

Já už tak maximálně doufám, že bude aspoň hezké léto.

INZERCE

# BRENO

PODLAHA DĚLÁ DOMOV

Od  
**89**  
Kč/m<sup>2</sup>

## Umělá tráva

Zmate i experta



Umělé trávy pro interiér/exteriér

**KOBERCE • PVC/LINO • VINYL**

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

# Vyhraďte pomůcky, které vám zlepší sexuální zdraví

■ Sexualita je přirozenou součástí lidského života již od narození až do pozdního věku. Proto bychom měli dbát na naše sexuální zdraví, abychom nejen měli sílu na erotické hrátky, ale vyvarovali se třeba i sexuálně přenosných nemocí. A právě různé podpůrné pomůcky z e-shopu Růžový slon můžete vyhrát v naší soutěži.

Dnešní doba zdravému intimnímu životu příliš nesvědčí. Může za to především hektický životní styl, pracovní vypětí a následné vyčerpání, nedostatek spánku a všudypřítomný tlak na výkon. Výsledkem je pak psychická nepohoda, kterou podporují i další starosti, jako je ekonomická nejistota. Stres, úzkosti, poruchy spánku či deprese ovlivňují hladiny mnoha hormonů v těle, což má za následek snížené libido či poruchy erekce. Přitom právě fungující intimní život je vhodným nástrojem, jak bojovat se špatnou náladou, nepohodou i nadměrným stresem. Jak tedy zvýšit libido a zlepšit celkové sexuální zdraví?

## Erotická kosmetika

K nabuzení libida a zvýšení sexuální touhy je vhodná erotická kosmetika – na [www.ruzovyslon.cz](http://www.ruzovyslon.cz) najdete například různé

masážní svíčky, oleje, šumivé bomby s feromony do koupele nebo krémy, které dodají kůži vláčnost spolu s další stimulací – prokrví intimní partii, zpevní prsa a třeba upevní erekci mužů. Slíbatelná stimulační kosmetika zase příjemně předejde nebo orální sex a okoření sexuální hrátky s partnerem. Kromě toho může příjemně naladit erotická četba.

## Afrodiziaka

Dalším způsobem, jak zvýšit sexuální chtíč, je vyzkoušet afrodiziaka. Sílu přírodních afrodiziak znali už naši dávní předkové. Tyto přírodní suroviny zvyšují chuť na sex, prokrvují intimní partii a tím je dělají citlivější na doteky a dráždění. Mezi přírodní afrodiziaka se řadí například čokoláda, ryby, ořechy, kakao, ústřice, avokádo nebo česnek. Pro silnější sexuál-

ní touhu jsou vhodné zejména španělské mušky či různé afro-diziakální parfémy s přírodními feromony.

## Silné pánevní dno jako základ

Správně fungující pánevní dno obstarává řadu životních funkcí – ovlivňuje činnost močových cest, podílí se na fungování opěrného systému a umožňuje chůzi. Oslabené svaly pánevního dna se mohou projevit bolestí pánve, zad nebo nepříjemným až bolestivým pocitem při pohlavním styku. Hlavními příznaky jsou ale zdravotní potíže – močová inkontinence. Stejně jako jiné svaly i svalstvo pánevního dna je tedy třeba pravidelně posilovat. Silné pánevní dno totiž výrazně zlepšuje i sexuální prožitky. Přímou na tuto oblast jsou zaměřeny tzv. Kegelovy cviky, které fungují jako posilovač pánevního dna. Na posilování jsou vhodné také vaginální činky nebo Venušiny kuličky, případně Venušiny kuličky s možností elektro stimulace. (red)

## Soutěž

Odpovězte na soutěžní otázku do 10. 4. 2025 na e-mail: [soutez@ceskydomov.cz](mailto:soutez@ceskydomov.cz) a do



**ZPESTRĚTE** si milostné chvíle erotickými pomůckami. Foto: Růžový slon

předmětu e-mailu napište SLON. Deset výherců získá dárkový voucher na nákup v e-shopu Růžový slon v hodnotě 2 000 Kč, o výhře budou vyrozuměni e-mailem.

## soutěžní otázka

Kolik produktů Růžový slon nabízí aktuálně ve svém e-shopu?  
a) 3 876 b) 5 363 c) 6 970

INZERCE



## GUARANAPLUS

### ÚNAVU Z TĚLA VYŽENE ENERGETICKÁ BOMBA!

Jaro střídá zimu, a i když už se těšíme na teplejší sluneční paprsky, změně ročních období předchází také jarní únava. Naštěstí ale existují různé možnosti, jak se s tímto problémem poprat. Organismus můžete „nahodit“ například přípravkem, který spojuje dva životabudiče - guaranu a ženšen. Guarana je v amazonské medicíně využívána už po staletí. Používá se pro podporu jakéhokoli fyzického výkonu a bez nadsázky ji můžeme označit jako přírodní nakopávač. Její semena totiž obsahují více kofeinu než kávovník! Kromě toho má velmi dobrý vliv i na mentální výkon, rádi ji proto užívají studenti například před přijímacími zkouškami a lidé s náročným pracovním programem. Ženšen zase zlepšuje paměť, pomáhá redukovat pocit únavy a vyčerpání, a navíc je také velmi přínosný pro náš imunitní systém. Spojením guarany a ženšenu tedy vznikla energetická bomba, která váš organismus opravdu probudí!

Prvotřídní výrobky z guarany produkuje rodinná česká firma GuaranaPlus, kterou v roce 2009 založili bratři Bronislav a Miroslav Hábl. Ti těží z dlouhodobých pobytových zkušeností v Brazílii, odkud si se znalostí místních poměrů nechávají dovážet jen špičkovou kvalitu guarany.

„Naši zákazníci od nás mají suroviny v té nejčistší přírodní kvalitě, protože celý proces, od nákupu surovin, přes výrobu až po doručení k zákazníkovi, si řídíme sami,“ uvedl Bronislav Hábl. (red)



# www.guaranaplus.cz

## Nová sezona Truck Trialu odstartuje v Milovicích

■ Bahno, kameny a ostré svahy, řvoucí motory i fanoušci, to jsou závody seriálu Truck Trial. Každý slibuje nezapomenutelné zážitky plné adrenalinu, které potěší všechny motoristické nadšence.

ČR - Truck Trial je adrenalinová motoristická soutěž, kde se týmy závodních nákladních vozidel utkávají na náročných terénních tratích. Každý závod je navržen tak, aby prověřil schopnosti řidičů i jejich vozidel na maximum. Soutěž je proto oblíbená díky své neuvěřitelné podívané a technické náročnosti. Závody přitahují návštěvníky, kteří chtějí vidět, jak se silné nákladní vozy vyrovnávají s extrémními podmínkami a překážkami. „Úkolem posádek je projíždět trialovou sekci, ve které jsou umístěné branky a řidič s navigátorem musejí projíždět bez dotyku. Dále musí dodržovat i další pravidla, a pokud je nesplní, naskakují jim trestné body. Čím méně trestných bodů při soutěži posádka nabere, tím lepší má pak celkové umístění,“ vysvětluje pravidla z týmu pořadatelů Karel Fiala. Otázkou, zda se v sekci, kde je plno bahna i vody, „utopíte“, nebo

úspěšně projedete, si většinou závodníci pokládají až po závodě. Pro toho, kdo projede, je to otázka zcela jasná, pro toho, kdo neprojde, je to výzva, jak takové náročné úseky pokořit příště.

V pořadí 27. národní šampionát odstartuje 5. a 6. dubna na tankodromu Teleček v Milovicích a následovat pak bude ještě šest podniků po celé republice. Kromě divácky atraktivních soutěží bývá oblíbená i sobotní noční diskotéka. Více informací najdete na [www.trucktrial.cz](http://www.trucktrial.cz) a na FCB trucktrialczech. (red)

### kalendář letošních závodů

5. 4. - 6. 4. Milovice u Nymburka  
26. 4. - 27. 4. Braňany u Mostu  
24. 5. - 25. 5. Mohelnice  
(Pořádá Velká cena Mohelnice)  
14. 6. - 15. 6. Jihlava  
9. 8. - 10. 8. Kunštát  
30. 8. - 31. 8. Valašské Meziříčí  
20. 9. - 21. 9. Vřesová u Sokolova



**V ZÁVODECH** nejde o rychlost, ale především o jezdecké umění. Foto: Truck Trial

INZERCE

WWW.HDK.CZ

MÚDRA A TEXTY  
EDDIE PERFECT

LIBRETTO  
SCOTT BROWN  
& ANTHONY KING

**BEETLEJUICE**  
MUZIKÁLOVÁ KOMEDIE

HUDEBNÍ DIVADLO  
KARLÍN

PRAHA  
PRAGUE  
PRAGA  
PRAG

SC-503299/01

### CHCETE TELEVIZNÍ REKLAMU?



efektivní



regionalizovanou



cenově dostupnou

### MÁME ŘEŠENÍ

## REGIO TV 1

UNIKÁTNÍ SÍŤ 11 NEJSILNĚJŠÍCH  
KRAJSKÝCH TELEVIZÍ



11

regionálních televzí



100%

pokrytí v ČR



2 487 250+

diváků týdně

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

Primetime Media  
Unique Connection

## Zakladatelka Muzea čokolády Lada Bartošová: Kvalitní čokoládu poznáte po hlase!

■ Lada Bartošová (40), původně vystudovaná divadelní historička, je zakladatelkou Muzea čokolády nedaleko chrámu svatě Barbory v Kutné Hoře. Spolu s manželem Pavlem před devíti lety obnovila slavnou prvorepublikovou značku čokolády Lidka a v rodinné manufaktuře dnes čokoládu ručně vyrábí i balí.

Martin Dudek

*Jaké hvězdné konstelace se u vás sešly, že jste založila Muzeum čokolády?*

Konstelace byly vlastně studijní. Sbírala jsem podklady pro svou dizertační práci v kutnohorském archivu a zjistila, že v místě dříve stála čokoládovna a vyráběli tu bonbóny a čokolády. Čokoláda mě od studia nakonec odlákala. Příběh značky Lidka mi přišel tak fascinující, že jsem ho prostě nemohla nechat upadnout úplně v zapomnění. Nicméně srdce historika si chtělo vytvořit místo, kde by mu bylo dobře, a tím je období první republiky. Vzniklo tak muzeum, ve kterém je spousta prvorepublikových exponátů a hraje skvělý jazz. No a tuto místo muselo být z něčeho financováno a logicky to mohla být jen čokoláda.

*Kvůli muzeu jste se také přestěhovala z Prahy do Kutné Hory?*

Z Prahy jsme se stěhovali nepatrně dřív, hlavně kvůli synovi, který býval často nemocný. Rozhodli jsme se přestěhovat na venkov a o pár let později přímo do centra Kutné Hory, kde jsme sami vyrostli a která nám maximálně vyhovuje. Bydlíme sice v centru, ale zároveň jsme



LADA Bartošová v Muzeu čokolády, které je zřejmě nejmenším na světě. Foto: Mediatraining

za pár minut pěšky v údolí říčky Vrchlice a můžeme jít kilometry nerušeně mezi skálami a k Velkému rybníku. Navíc tu žijí fajn lidi. Za nás ideální místo pro život.

*Pamatujete si na první muzejní exponáty ve vaší sbírce? Byla jste je nakoupit v zahraničí, nebo je sháněla u známých?*

Základem expozice byla sbírka mojí kamarádky, sběratelky

řád. Docela často se nám stává, že nás sami návštěvníci muzea upozorní na zajímavý exponát. Jsme za to moc vděční.

*Kolik tabulek čokolády návštěvníkům prezentujete?*

Našich tabulkových čokolád máme kolem dvaceti různých druhů. Málokdy se ale všechny v prodejné potkají, často se jedná o limitované série. Třeba teď ak-



**„Dubajská čokoláda? Jen módní trend, který přejde“**

místních kuriozit Lenky Choutkové. Ostatní exponáty jsme postupně sháněli po starožitnostech, antikvariátech, aukcích i v pozůstatostech či od soukromých dárců...A sháníme je po-

tuálně máme čokoládu s moruší, která se historicky pěstovala v centru Kutné Hory. Čokoláda vznikla ve spolupráci s městem při příležitosti oslav neskutečných třiceti let v UNESCO.

*V poslední době je spotřebitelským hitem dubajská čokoláda. Vysvětlíte proč?*

To je pro nás záhada. Nás čokoláda chuťově nějak zvlášť nezaujala. Myslím, že je to hlavně doklad toho, že se lidé nechávají příliš ovlivňovat tím, co vidí na sociálních sítích. Je to módní trend, který přejde stejně jako spousta dalších. Hodně lidí se na tom snaží zbohatnout, my se této hře neúčastníme. Raději vymýšlíme vlastní receptury a děláme kutnohorskou čokoládu. Tu dubajskou klidně přenecháme jiným, nejlépe jejím původním výrobcům v Dubaji.

*Prý lze kvalitní čokoládu poznat sluchem. Tipují, že musí při rozlomení nějak zvláště lupnout...*

My říkáme, že čokoláda má mít svůj hlas. Je to čistě technologická záležitost. Když čokoláda obsahuje skutečně kakaové máslo (a ne nějaké náhražky) a je technologicky dobře zpracovaná, dojde při temperaci k tomu, že začne kakaové máslo tát nejdříve při teplotě 35 stupňů. To doma určitě nemáte, takže čokoláda vám musí krásně lupnout ve zlomu.

*Jaká je vlastně budoucnost výrobců čokolád? Kakaové boby prý prudece zdražily...*

Tuto otázku si teď klademe čím dál tím častěji. V Evropě už začaly krachovat i velmi tradiční rodinné čokoládovny s mnohaletou tradicí, situace je opravdu složitá a jen velmi nepravděpodobně by se mohla v následujících letech výrazně zlepšit. Cena kakaava na burze je za poslední dva roky i více než pětinasobná. Všichni už určitě zaznamenali rostoucí ceny cukrovinek a nejen tomu bude i v tomto roce. Někteří výrobci chtějí jít cestou zmenšování produktů či snižování kvality. To je pro bean to bar výrobce ale většinou neakceptovatelné. Nám nezbyvá, než vysvětlovat a vzdělávat naše zákazníky, že pokud chtějí kvalitu, čokoláda už prostě nemůže stát pár korun. Ostatně i v moderní historii byly časy, kdy čokoláda nebyla úplně dostupná, třeba za hospodářské krize či v průběhu světových válek.

*Máte pochopení pro rodiče, kteří se i za pomoci dětí a online návodů snaží čokoládu vyrábět svépomocí?*

Všeobecně mám radost z každého rodiče, který dneska něco zkusí vytvářet doma s dětmi. Když si děti vyzkouší, jak je to složitá výroba, budou pak čokoládu brát více jako odměnu a vzácnost než jako samozřejmost. Z pohledu rodiče ale musím vyslat jedno varování. Při výrobě s dětmi musíte počítat s tím, že vám nebudou chtít spát a budou lehce hyperaktivní. Čokoláda jim totiž dodá hodně energie, protože obsahuje spoustu látek, které mají povzbuzující účinky.

*Na závěr prozradte – kterou čokoládou vás nikdy nikdo neurazí? Jakoukoliv bean to bar čokoládou, kterou jsem ještě předtím neochutnala.*



MANŽELÉ Bartošovi vyrábí okolo 25 000 tabulek čokolády ročně. Foto: Mediatraining

## Představení monografie o práci fotografa Jasanského

■ Archiv výtvarného umění představí ve čtvrtek 27. března (17.00 hod.) první monografii fotografa Pavla Jasanského (1938–2021). Publikaci, která vyšla na konci roku 2024, připravil historik umění a fotografie Pavel Vančát. Po představení knihy na adrese Pod Terebkou 1139/15 se uskuteční jeho přednáška věnovaná osobě a dílu výrazného českého fotografa.

**Nusle** - Pavel Jasanský fotografoval již během studií geologie na přelomu 50. a 60. let, kdy začaly vznikat jeho první fotografické cykly. Ve své volné tvorbě se již od cyklu Paristorry (1967–1976) profilel jako fotograf s výjimečnou empatií a postřehem. Ten uplatnil i ve volné dokumentární fotografii, dlouhodobě zobrazující emotivně vypjaté mikrosvěty ústavů a nemocnic, hřbitovů či masopustů. Pavel Jasanský žil od roku 1974 v Braníku a stal se významnou kulturní figurou nejen této části Prahy. Byl důležitým kulturním aktérem, který propojoval mnoho aktivních

osobností zejména z pražské hudební, divadelní i literární scény a tyto aktivity dlouhodobě dokumentoval. Fotil pro Poetickou vinárnu Viola, Balet Praha, Divadla za branou a Na zábradlí. Fotografoval také pro hudební průmysl, zejména pro Supraphon a Panton, veřejnosti jsou tak známé desítky přebalů gramofonových desek s Jasanského fotografiemi. Vedle fotografické tvorby se začal postupně věnovat volné tvorbě, která se od asambláží a grafik posunula až k velmi pozoruhodným prostorovým instalacím. Tato tvorba je veřejnosti v podstatě neznámá. (red)



**PAVEL** Jasanský se věnoval také pozoruhodným prostorovým instalacím. Foto: archiv PJ

## Fotografové zachytili postupnou proměnu Prahy

**Hůrka** - Výstava Granty Prahy vznikla u příležitosti 30. ročníku soutěže Czech Press Photo a autory fotografií jsou renomovaní čeští fotografové. Výstava měla svou premiéru na Mariánském náměstí v Praze 1, kde ji zahájil primátor Prahy Bohuslav Svoboda (ODS). Nyní se přemístila do prostor radnice Prahy 13, kde si fotografické projekty na 16 panelech mohou návštěvníci prohlédnout až do 3. dubna.

„Výstava představuje unikátní kroniku proměn Prahy, která nám dává možnost připomenout si nejen architektonické proměny mnoha míst, ale také

okamžiky běžného života. Fotografie jsou nezaměnitelným uměleckým prvkem, který dokumentuje fakta i emoce,“ řekl starosta Prahy 13 David Vodrážka (ODS).

Grant Prahy je součástí každoročně udílené druhé hlavní ceny – jedná se o roční tvůrčí stipendium na monitorování proměn Prahy. Oceněného autora vybírá osobně primátor hlavního města Prahy na doporučení mezinárodní poroty a díky vzniklým fotografiím získává hlavní město jedinečný pohled na metropoli zachycenou z různých tematických úhlů i na její podobu postupem času. (red)



**NÁVŠTĚVNÍCI** výstavy se přesvědčí, že Praha má mnoho podob. Foto: Praha 13

## Ve Viole ožijí písně Luboše Sluky



**VEČEREM** bude provázet herečka Klára Cibulková, která ve Viole působí i jako její nová ředitelka a dramaturgyně.

Foto: René Volfík

**Staré Město** - Večer plný skvělých písní, krásných hlasů a živé hudby, který se ponese na vlně energie a radosti. Taková bude novinka v divadle Viola s názvem Hrajte mi můj blues, jejíž premiéra se chystá 20. května. Představení bude věnováno písním Luboše Sluky, vynikajícího autora klasické i filmové hudby a jednoho z nejvýznamnějších českých skladatelů 20. století. Některé skladby sedmašedesátiletého skladatele zde přitom zazní zcela poprvé. (red)

## Na Vyšehradě vystavuje malíř Roman Franta

**Vyšehrad** - První rok působnosti vyšehradské IN GALLERY je završen v pořadí osmou výstavou, která přináší nejnovější díla malíře Romana Franty. Současným cyklem obrazů Věci života představuje zcela nové malby různých formátů zaměřené na běžné a každodenní předměty. Autor je vnímá jako společníky člověka, které nás provázejí životem a které současně fungují jako metafory lidského života obecně. Příkladem je motiv mísy, dózy nebo nádoby. Může zastupovat lidské tělo, mysl, vědomí i nevědomí, v nichž se směšují jednotlivé podněty podobně jako barvy, konkrétní předměty, písmo, slogany i abstraktní tvary. Výstava potrvá do 24. dubna. (red)



**OLEJOMALBA** Empty Head. Foto: IG



# Péče o vaše buňky

PREVENCE DEMENCE BY MĚLA ZAČÍT KOLEM 40. ROKU



**Podle údajů Světové zdravotnické organizace (WHO) trpí demencí přibližně 55 milionů lidí po celém světě a každý rok přibývá kolem 10 milionů nových případů. Nejčastější formou demence je Alzheimerova choroba, která představuje až 60–70 % všech případů. Očekává se, že do roku 2050 by mohl počet lidí s demencí vzrůst na 139 milionů. Tento trend ukazuje na naléhavou potřebu prevence a podpory duševního zdraví již od středního věku.**

Rychlé životní tempo, nedostatek fyzické aktivity a stres ovlivňují zdraví našeho mozku. „Dnešní generace lidí žije pod obrovským tlakem, což se často projevuje zhoršenou kvalitou spánku a celkovou psychickou nepohodou,“ říká Viktoriá Procházková, CEO společnosti H2 Global Group. „Zároveň data ukazují na rostoucí výskyt neurologických poruch, což nás motivovalo k vývoji komplexního řešení na podporu duševní pohody a kognitivních funkcí.“

Společnost H2 Global Group proto vyvinula nový dvoufázový doplněk stravy H2 Brain®, který je navržen s cílem přispět k duševní kondici a mentální výkonnosti během dne i noci. „Při vývoji H2 Brain® jsme pečlivě studovali biologickou dostupnost a vzájemné působení jednotlivých složek, abychom dosáhli maximální účinnosti na buněčné úrovni,“ říká PharmDr. Milan Krajíček, vedoucí výzkumu a výroby H2 Pharm.

H2 Brain® je navržen jako dvoufázový systém, který pokrývá rozdílné potřeby během dne. Ranní tableta obsahuje extrakt šišáku bajkalského, astaxanthin a selen, přičemž

podporuje mentální výkon a soustředění. Večerní tableta obsahuje taurin, vitamíny B skupiny a ginkgo biloba – složení zaměřené na duševní relaxaci a kvalitní spánek.

Šišák bajkalský je tradičně využíván v přírodní medicíně v souvislosti s duševní pohodou. Astaxanthin je přirozeně se vyskytující karotenoid s antioxidačními vlastnostmi. Selen přispívá k ochraně buněk před oxidativním stresem. Taurin se podílí na metabolismu mozkových buněk a duševní relaxaci. Vitamíny B1, B6 a B12 přispívají k normální činnosti nervové soustavy a psychické činnosti. Ginkgo biloba je tradičně užívána pro podporu kognitivních funkcí a mikrocirkulace.

Nový doplněk stravy vodíkové značky H2 Vibe obsahuje patentovaný komplex HydrogenIQ®, který je zdrojem molekulárního vodíku. Molekulární vodík – jakožto nejmenší molekula ve vesmíru – je předmětem výzkumu pro svou schopnost pronikat přes hematoencefalickou bariéru k mozkovým buňkám. Výzkumy naznačují, že může hrát roli při podpoře buněčné regenerace a ochraně neuronů před oxidativním stresem.

H2 Brain® je určen pro široké spektrum lidí – od studentů, kteří chtějí zlepšit soustředění, přes manažery a rodiče čelící vysoké mentální zátěži, až po seniory, kteří chtějí podpořit svou duševní kondici a kognitivní funkce. „H2 Brain® byl navržen s cílem podpořit funkci mozku a dlouhodobě přispět k duševní pohodě a mentální kondici,“ uzavírá Krajíček.

Stále více odborníků upozorňuje na to, že prevence by měla začít již kolem 40. roku života. Právě v tomto období dochází k přirozenému poklesu kognitivních schopností, který je možné zpomalit vhodnou péčí o duševní zdraví. Pravidelný pohyb, vyvážená strava a cílená podpora mozkových funkcí tak mohou sehrát důležitou roli v udržení mentální kondice až do vysokého věku. Více na [www.H2Vibe.cz](http://www.H2Vibe.cz)



Vyzkoušejte sílu buněčné péče H2 Vibe! Sleva 100 Kč při nákupu nad 1200 Kč na první nákup s kódem: **H2NasePraha**



TOP WELLNESS V KARLOVÝCH VARECH PRO ROK 2025

# JARNÍ WELLNESS RELAX V KARLOVÝCH VARECH

50%  
SLEVA

AKČNÍ CENA  
9.990 Kč  
3 noci  
pro dva

TOP AKCE  
BŘEZEN  
- DUBEN

Platnost pobytové nabídky je pro měsíce březen a duben s využitím ve všech dnech včetně víkendů. Příjezdovými dny jsou neděle, úterý, čtvrtek.



Těšit se můžete na moderní wellness centrum s širokou nabídkou masáží a relaxačních procedur, gurmánský zážitek v restauraci, klidný spánek v hotelových útulných pokojích a procházky po rozkvetlých Karlových Varech.

#### NA CO SE MŮŽETE TĚŠIT:

- 3x ubytování v útulném dvoulůžkovém pokoji STANDARD COMFORT **pro dva**
- 1x welcome drink „Millénium“ **pro dva**
- 3x snídaně formou pestrého švédského stolu **pro dva**
- 1x servírovaný oběd výběrem z denních obědových menu **pro dva**
- 1x hotelová obědová specialita „Do křupava pečená Millénská kachnička s dvoubarevným zelím a dvěma druhy knedlíků“ **pro dva**
- 3x večeře formou vydatného bufetu spojeného s Grilováním OPEN KITCHEN před zraky hostů (předkrmy a saláty, polévka, čtyři typy hlavních jídel a mas, zmrzlinový bufet a moučníky) **pro dva**
- **Volná spotřeba INCLUSIVE rozlévaného vína a čepovaného piva** denně v čase večeře 18.00 - 20.00 hodin **pro dva** (Chardonnay, Pinot Gris, Merlot, Cabernet Sauvignon, Krušovice 10°, Bohém 12°)
- WI-FI po celém hotelu zdarma



#### SLADKÁ TŘEŠNIČKA V NAŠEM HOTELOVÉM LOBBY BARU:

- 1x lahodná palačinka s domácí marmeládou a šlehačkou **pro dva**



#### WELLNESS PROCEDURY:

- 1x 30 minut v moderním wellness centru pro dva (komfortní privátní vířivka se sklenkou ledového prosecca a relaxační chůze v Kneippově chodníku)
- 1x 20 minut teplý rašelinový zábal zad a šíje **pro dva**
- 1x 50 minut celková aromatická relaxační masáž vonnými oleji **pro dva**
- 1x 20 minut vonný parafinový zábal rukou **pro dva**
- 1x 20 minut Aquajet pro dva (moderní suchá masážní lůžka)
- 1x 60 minut v krásném saunovém světě v rámci společných vstupů pro dva (finská sauna, infra sauna, aromatická parní sauna a ochlazovna s odpočívárnou) nebo 1x 30 minut skvělý relax v kouzelné solné jeskyni s blahodárným účinkem na dýchací cesty a celkové uvolnění organismu **pro dva**
- 20% sleva na dokoupení dalších procedur a masáží



#### ZÁBAVA V HOTELU MILLENIUM:

- **Každé pondělí a pátek PÁRTY „BECHEROVKA A VY“.**
- **Každá středa a sobota PÁRTY „KARIBSKÝ VEČER“.**
- **Každý čtvrtek a neděle setkání v našem „VINNÉM SKLÍPKU“ s reprodukovanou cimbálou a ochutnávkou skvělých vín z Vinařství U Kapličky.**

**HOTEL MILLENIUM, 1. máje 27/49, 360 06 Karlovy Vary**  
Tel.: +420 353 449 801, +420 737 281 120, e-mail: [recepce@spahotel-millenium.cz](mailto:recepce@spahotel-millenium.cz)  
[www.spahotel-millenium.cz](http://www.spahotel-millenium.cz)