

MAGAZÍN PRAŽSKÉ TEPLÁRENSKÉ A.S.

2/2021

Gabriela Dymešová

**SVĚT
ZŮSTANE
STEJNÝ.
MY ALE NIKOLI**



Hledáme nové kolegyně a kolegy na **technické pozice**

- Technik přípravy a realizace investic
- Specialista rozpočtář
- Specialista ekonomie provozu
- Elektrikář
- Zámečnick

Dejte přednost práci v Pražské teplárenské se zázemím mezinárodní energetické skupiny Veolia!

Více informací a nabídku dalších pracovních pozic najdete na www.ptas.jobs.cz nebo volejte na **tel. 266 752 154**. Rádi vám sdělíme více.

Zajistíme vám perspektivní zaměstnání a mnoho dalších výhod!



dovolená navíc – až 28 dnů



13. mzda v létě na dovolenou a 14. na Vánoce



zkrácená pracovní doba na 7 h 30 min denně



stravenky v hodnotě 100 Kč



benefity v systému caterie na pojištění, sport, cestování, kulturu a péči o zdraví a další benefity



**Pražská
teplárenská**

Vážené čtenářky a čtenáři,

poslední rok byl opravdu složitý. Určitě pro všechny. Jsem ale rád, že mohu přispět do našeho HOTu ve chvíli, kdy jsme se dostali do lepších časů. Celou dobu, kdy jsme prožívali opakované lockdowny, jsme si uvědomovali, že jsme součástí kritické infrastruktury a musíme učinit vše pro to, aby nedošlo k nedodávce tepelné energie vlivem vysoké nemocnosti.

Poznáte v dalších článcích, jak jsme na to šli. Zprvu byla jediná představitelná možnost akce Lazaret. O té píšeme v jednom ze článků, ilustrační foto berte jako humornou vložku k dnes již překonanému tématu. Postupně ale přicházely další možnosti, zavedli jsme povinné testování a následně bylo nebezpečí nákazy kompenzováno očkováním a naši pracovníci zajišťující nepřetržitý provoz dostali možnost být zařazeni v první vlně očkování. Podle mne ale byla zásadním momentem disciplinovanost našich zaměstnanců v jejich chování uvnitř i mimo pracoviště.

Do letních měsíců vstupujeme s novými členy ve vedení společnosti, kteří se vám krátce představí hned v úvodu našeho magazínu. Spolu s nimi vás provedeme i tím, jak se staráme o naše zařízení, a poté se dozvíte, co budeme provádět za práce v letošních letních odstávkách. Letos v HOTu nenajdete tabulku odstávek po lokalitách. Nahrazuje ji internetový přístup k informacím. Na stranách 8 a 9 představujeme zásadní okamžiky odstávkové sezóny a přidali jsme popis, jak vypadá postup při zajištění odstávky v oblasti od Třeboradice do Malešic.

Rozhovor s psychoterapeutkou Gábinou Dymešovou je klasickou ukázkou, jak je svět malý. Chtěli jsme poskytnout rozhovor o tom, s jakými psychickými problémy se potýkají lidé po konci tak dlouhého odloučení různého typu, a najednou se objevila odbornice, která je dcerou našeho dlouholetého kolegy Jiřího Žáčka, spravujícího zařízení v oblastech Dáblice, Kobylisy, Libeň a Invalidovna v 90. letech. Pana Žáčka jsem, jako pracovník Pražské teplárenské od roku 1987, znal a považuji ho za „srdcaře“.

Nabízíme vám cestování po České republice, tentokrát za jídlem, to myslím, že uspokojí všechny od milovníků sladkého po „masožrouty“. Čestr je podle mě čestr. Ale kdo má raději hořické trubičky, které mimochodem slouží jako náš podnikový dárek, nebráním mu v cestě do Hořic a okolí.

Přeji všem krásné prázdniny a příjemnou dovolenou

Ing. Milan Trojan
pověřený řízením výrobního úseku



Magazín HOT, číslo 2/2021. **Vydává:** Pražská teplárenská a.s., Partyzánská 1/7, 170 00 Praha 7. **Výroba:** Boomerang Communication s.r.o. Zaregistrováno MK ČR pod zn. E12558. **Šéfredaktorka:** Bára Dudková **Foto:** Luboš Wiśniowski, databáze společnosti Pražská teplárenská, Shutterstock. Časopis je distribuován zdarma. **Redakční rada (PT):** Ing. Bc. Pavel Maďar, Ing. Milan Trojan, Mgr. Marek Pšeničný, PhDr. Helena Dybová, Ph.D., Mgr. Vlasta Burešová, Mgr. Kristýna Mojdlová. Datum vydání: 29. 6. 2021. Tiskové chyby vyhrazeny. **Web:** www.ptas.cz **Twitter:** twitter.com/PTeplarenska **e-mail:** ptas@ptas.cz

HOT NEWS

Představujeme nového ředitele a finanční ředitelku, minigranty, dary pro nemocnice a Lazaret.

str. 4–6

HOT PROJEKTY

Vivus Kolbenova roste před očima.

str. 7

HOT MAPA

Seznamte se s harmonogramem letních prací na páteřním napáječi.

str. 8–9

HOT EKO

Při výkopech se snažíme chránit vzrostlé stromy.

str. 10–11



HOT ROZHOVOR

Psychoterapeutka Gabriela Dymešová v rozhovoru vzpomíná na svého tatínka a říká, že pandemie je příležitost pro celé lidstvo.

str. 12–15

HOT TRAVEL

Cestujte s námi po Česku za dobrým jídlem.

str. 16–17

HOT SOUTĚŽ

Gratulujeme vítězům fotosoutěže s naší tepnami opředenou tramvají.

str. 18



NOVÝ ŘEDITEL

V PRAŽSKÉ TEPLÁRENSKÉ

Novým ředitelem Pražské teplárenské byl k 1. červenci jmenován Martin Brůha, dosavadní ředitel regionu Čechy skupiny Veolia Energie v ČR. Zákazníkům i zaměstnancům nabídne své mnohaleté zkušenosti z oblasti teplárenství a energetiky.

Martin Brůha neporušil rodinnou tradici a po střední škole nastoupil na České vysoké učení technické v Praze. Vybral si obor kombinující techniku a ekonomiku. Titul inženýra získal v oboru řízení a ekonomika podniku.

VĚRNÝ JEDNÉ SPOLEČNOSTI

Do skupiny Veolia Energie v ČR nastoupil v roce 2003, a to do divize facility managementu. „Služby správy nemovitostí jsme poskytovali převážně pro hotely a administrativní budovy. Na starosti jsem tehdy měl náš hlavní kontrakt, kterým byl hotel Hilton,“ vzpomíná. V roce 2008 převzal řízení divize služeb a správy budov a hned o rok později se ujal vedení nově vzniklé divize distribuce a služby.

Na post ředitele Pražské teplárenské přichází z pozice ředitele regionu Čechy energetické divize Veolia, na níž působil od roku 2015. „Teplárenství a energetika je tedy něčím, co mě provází celou mou profesní kariérou a je mi to blízké,“ říká.

EKOLOGICKÁ VÝZVA

Za největší výzvu v oblasti teplárenství považuje ekologizaci celého oboru. „Čeká nás odchod od uhlí a nástup dalších alternativních paliv,“ uvádí a dodává, že společnost Veolia plánuje opustit uhlí jako palivo už v roce 2030.

RELAX HLAVNĚ AKTIVNĚ

Relaxovat umí Martin Brůha zatím jen aktivně. „Největším odpočinkem je pro mě sport a pobyt v přírodě, třeba někde na horách,“ prozrazuje. Od malička se věnoval tenisu, dnes hlavně jezdí na kole, lyžuje, běhá nebo hraje golf. Rád také sáhne po knížce ze žánru fantasy a sci-fi. ■

ANNA KOUŘILOVÁ JE NOVOU FINANČNÍ ŘEDITELKOU

V polovině dubna nastoupila na post finanční ředitelky Pražské teplárenské Anna Kouřilová. S řízením ekonomických činností má již téměř dvě desítky let zkušeností ze skupiny Veolia.

Anna pochází ze severní části Slovenska, konkrétně z nádherného regionu Orava, kam se stále velmi ráda vrací. „Někdy mám pocit, že se na některých místech zastavil čas,“ říká s příděchem nostalgie. Domovem je ale pro ni dům v krásném podhůří Beskyd, nedaleko Frýdku-Místku. „A především naše zahrada, na které trávím spoustu času a je pro mě obrovskou relaxací i vášní,“ dodává.

OD SPOJŮ K FINANCÍM

Vystudovala Vysokou školu dopravy a spojů v Žilině, obor provoz a ekonomika spojů. Proč si zvolila právě tento obor? „Tato škola byla jediná svého zaměření pro celou tehdy Československou republiku. Původně jsem se totiž chtěla věnovat oblasti spojů, ale po ukončení studia a sametové revoluci se situace změnila a moje pracovní kariéra nabrala jiný směr,“ prozrazuje.

Jako absolventka pak nastoupila na pozici mistra výroby do dnes již neexistujícího podniku Tesla Orava Nižná. Pamětníci si jistě vzpomenou na oblíbené televize Oravan, které se tu vyráběly.

Po přestěhování do Ostravy pracovala pro společnost AmplusServis, která je součástí skupiny Veolia. Téměř 20 let působil na pozici vedoucí ekonomicko-správního útvaru. Ve spolupráci s mateřskou společností Veolia Energie ČR byla zodpovědná za řízení ekonomických činností jako účetnictví, financování, reportování, zpracování plánů či správa majetku a také za řízení lidských zdrojů, včetně nábory zaměstnanců, jednání s odborovými organizacemi a strategie odměňování. ■

DOBROVOLNICTVÍ STÁLE ŽIJE!

Být součástí velké skupiny má své výhody. Jednou z nich je, že se zaměstnanci mohou zapojit do grantového programu a podpořit neziskové organizace, spolky či sdružení ve svém okolí. V roce 2021 získali zaměstnanci Pražské teplárenské celkem čtyři minigranty v celkové částce 122 000 korun.



MiNiGRANTY Veolia mají tradici už od roku 2008. Mohou se do nich zapojit všichni zaměstnanci skupiny Veolia, kteří se ve svém volném čase věnují dobrovolnictví nebo kteří se rozhodli vyzkoušet roli dobrovolníka u skupinou prověřených organizací. Důležité tedy je, aby se zaměstnanec sám také zapojoval do aktivit neziskové organizace, spolku či sdružení.

Na jeden projekt je možné získat podporu až 50 000 korun a škála podpořených aktivit je obvykle velmi pestrá. V minulých letech požádali zaměstnanci o finanční příspěvek například pro příbramskou nemocnici, místní dobrovolné hasiče, rodinná centra, různé sportovní kluby nebo organizace pro handicapované. V roce 2021 byl zájem pomáhat opravdu velký. Komise nakonec vybrala čtyři projekty zaměstnanců Pražské teplárenské, kterým minigranty přispějí na podporu provozu psího útulku v Kralupech nad Vltavou, založení klubu deskových her v Praze 7, vybudování komunitního centra v Kouřimi a pořízení prostředků k hasičskému sportu pro malé hasiče v Obříství. ■

O ZAŘÍZENÍ SE STARÁME NEPŘETRŽITĚ



Od vstupu tepla do Prahy až do Modřan na Beránek je to 35 km, stejně daleko jako od mělnické elektrárny do Třeboradic, tedy k hlavní čerpací stanici v Třeboradicích. Několik menších zařízení máme po trase, hlavní plynové zdroje v Malešicích, Michli, Krči a stovky kilometrů potrubí. O to se musí 24 hodin denně, 7 dní v týdnu a 365 dní v roce někdo starat.

Řídicí systémy dnes člověku samozřejmě pomáhají, ale zcela autonomně fungovat neumí a ani v mnoha případech nesmějí. Dojde-li k poruše, musí nastoupit lidská síla naše nebo několika desítek dodavatelů.

„Jedním z nejdůležitějších prvků při péči o zařízení je spolupráce a předávání si informací o aktuálním stavu,“ říká Milan Trojan, pověřený řízením výrobního úseku. A jeho zástupce, manažer rozvodného tepelného zařízení Jan Picka, k tomu dodává: „Na sítích jsme letos naplánovali mnoho oprav. Jako příklad uvedu dvě zásadní: opravu páteřního napáječe v ulici Pražská nebo opravu pevného bodu páteřního napáječe, ze kterého zásobujeme Fakultní nemocnici Bulovka.

Chceme, aby zákazníci byli spokojeni, proto se o technologická zařízení pečlivě staráme. Letos v dubnu došlo ke spojení dispečinku poruchové služby (DPS) a jednotlivých správců oblastí (SO) v jeden společný provoz rozvodných tepelných zařízení. Spojení bylo logickým vyústěním dlouholeté spolupráce při každodenním řešení poruch, stížností, nedodávek atp. Pochůzkovou činnost zajišťují strojníci energetických zařízení (dříve pod zkratkou SEZ). Je jedno, jestli pocházejí z okruhu SO, nebo DPS. Jejich náplň práce je stejná: starat se o společné zařízení Pražské teplárenské, abychom minimalizovali nestandardní stavy. ■

DARY PRO NEMOC- NICE

Pražská teplárenská se do pomoci nemocnicím, které v první linii sváděly boj s pandemií covidu-19, zapojila již na jaře loňského roku. Letos skupina Veolia věnovala nemocnicím nejen peněžní dary, ale i tolik žádané ochranné pomůcky.

Veolia v Praze, kde působí Pražská teplárenská, během zimy podpořila hned čtyři největší pražské nemocnice. Institut klinické a experimentální medicíny (IKEM) a Fakultní nemocnice Královské Vinohrady využily dar ve výši 100 000 Kč na boj s covidem-19, Fakultní nemocnice Bulovka plánuje stejnou částku využít při pořízení operačního světla pro oddělení dětské chirurgie a traumatologie a Psychiatrická nemocnice Bohnice za částku 50 000 Kč zakoupila pomůcky a materiál, který pomůže s terapií zdejších pacientů. ■

PROVOZ NEPŘERUŠEN JAK JSME SE VYPOŘÁDALI S PANDEMIÍ

↓ Během chřipkové pandemie v letech 1918 až 1919 zemřelo po celém světě asi 25 miliónů lidí. Fotka je z nemocnice ve Washingtonu.



Loni na jaře jsme začali zažívat něco, co měli možnost zažít naši praprapředci po první světové válce – pandemii. Je nutno přiznat, že na ni nebyla připravena celá společnost a ani my jsme do detailu neměli stanoveny postupy pro tuto situaci. Ale zvládli jsme to na výbornou!

Jak zvládnout havarijní stavy nebo předcházet požáru, jsme měli detailně popsáno a natrénováno. Ale virus, o kterém pořádně nikdo nic nevěděl? Home office je dobrá obrana před jeho šířením, ale neřeší zajištění trvalého provozu našeho zařízení. Museli jsme se tedy zamyslet, jak ochránit tyto pracovníky, a přitom je mít trvale na svých místech.



↑ Práce v teplárně se nesmí zastavit ani v pandemii.

ŘEŠENÍM JE LAZARET

Pražská teplárenská jako společnost spadající pod kritickou infrastrukturu státu musela prostě nepřetržitě fungovat i během období pandemie. Proto byl už loni na jaře vybudován tzv. Lazaret, který by zajistil nouzové přespání a setrvání více než pěti desítek vytipovaných zaměstnanců na pracovišti i mimo pracovní dobu.

„Lazaret jsme našťastí nikdy nemuseli aktivovat, i když byla období, kdy jsme k tomu měli opravdu blízko. Například během ledna jsme měli v karanténě či izolaci kolem deseti procent klíčových zaměstnanců. Sice se to nezdá jako vysoké číslo, ale za každého z nich bylo potřeba najít náhradu, abychom zajistili nepřetržitý chod našeho úseku. Děkujeme proto všem kolegům, kteří se operativního zástupu ujali,“ popisuje nelehkou situaci Zdeněk Liška, manažer provozu DNS. Během třetí vlny pandemie na přelomu března a dubna se pak nákaza objevila hned u tří směn na jednom pracovišti. I díky zavedeným protiepidemickým opatřením se našťastí

nákaza mezi zaměstnanci nerozšířila a kolegové se mohli brzy vrátit zpátky do práce. „Velkou výhodou oproti obdobím před rokem bylo, že jsme již věděli, co od onemocnění čekat a jak se projeví. Sami zaměstnanci zodpovědně přiznávali příznaky onemocnění ještě dříve, než stačili přijít na pracoviště. Měli jsme také k dispozici dostatek respirátorů a dalších ochranných pomůcek,“ dodává Zdeněk Liška.

NADĚJE V PODOBĚ OČKOVÁNÍ

Očkování pro superkritické zaměstnance se povedlo zajistit hned na konci března. Zájem o něj projevilo přes 80 procent zaměstnanců, zbývajících již onemocnění prodělali nebo měli jiný důvod, proč se nedali očkovat.

LAZARET NERUŠÍME

Doufáme, že to nejhorší již máme za sebou. Přesto Lazaret nerušíme a ponecháme si ho v záloze do budoucna, kdyby se objevila další vlna pandemie nebo jej bylo potřeba využít například v případě živelních katastrof. ■

NOVÉ PŘÍRŮSTKY DO TEPLÁRENSKÉ SOUSTAVY

Jedním z dalších přírůstků, který právě připojujeme k naší ekologické soustavě, je developerský projekt Vivus Kolbenova v Praze 9. První obyvatelé by měl přivítat v roce 2023.



Bývalé průmyslové areály přiléhající k ulici Kolbenova se konečně dočkaly revitalizace. Do kdysi továrenské čtvrti se vrací život, i když se zcela novou náplní. Z ne zcela oblíbené lokality se tak stává, podobně jako v uplynulých letech z Karlína, perspektivní místo pro život.

Přímo u brány do parku Rokytka staví developerská skupina Vivus areál Vivus Kolbenova, který bude časem skýtat celkem devět moderních budov, ve kterých najdeme nejen nové byty, ale postupně přibudou také kancelářské a obchodní prostory. Místo pro novou občanskou vybavenost je tedy zajištěno. V rámci vnitrobloku mezi jednotlivými domy pak bude prostor pro značné množství zeleně nebo dětská hřiště. Vivus pamatuje také na potřeby majitelů elektrovozů a ve spolupráci

s jinými společnostmi chce v blízkém okolí vybudovat rychlonabíjecí stanice.

Aktuálně probíhá výstavba první dvojice domů, jejichž funkce je čistě obytná. Jde o část projektu, která je nejvíce vzdálena od vstupu do stanice metra Kolbenova, přesto jste u metra pěšky za tři minuty. Nezbytnou součástí bydlení jsou parkovací stání skrytá do dvoupodlažní podzemní garáže. Samozřejmostí je nízkoenergetický standard PENB – B, tj. velmi úsporný.

Do fáze hrubé stavby dospěje první etapa během letošního podzimu. Ke kolaudaci bude připravena do konce příštího roku, takže své první obyvatelé přivítá v prvních měsících roku 2023. ■



KROK ZA KROKEM

Je zajímavé sledovat celou stavbu od projektu přes skelet až po hotovou moderní budovu.



VIVUS KOLBENOVA

Celý developerský projekt byl rozdělen do pěti etap:

Předávací stanice	Počet bytů	Projekční příkon (kW)
A	125	324
B	385	1254
C	155	663
D	165	527
E	255	860

CHYSTÁME SE NA LETNÍ ODSTÁVKY

Letošní příprava akcí pro letní odstávkové práce na Pražské teplárenské soustavě (PTS) byla komplikovanější než v předchozích letech. Přesto děláme vše pro to, abychom zákazníky v dodávce teplé vody co nejméně omezili.



Důvodem náročnějších příprav je skutečnost, že se v jednom časovém období sešly práce hlavního dodavatele tepelné energie Energotransu, který je vlastníkem tepelného napáječe DN1200, a prací Pražské teplárenské. Zároveň bylo při kontrole zařízení zjištěno, že hlavní části PTS, tedy páteřní napáječe i zdroje, vyžadují údržbu.

„Všechny zmiňované faktory se sešly v lokalitě, která ovlivňuje dodávky do oblasti Černý Most, Lehovec, části Vysočan a Horních Počernic. Zde nám bohužel nezbylo nic jiného než pro zajištění další topné sezóny udělat odstávku od 8. do 18. července,“ říká vedoucí odboru investic a údržby Milan Trojan. Detaily událostí najdete schematicky popsané na protější stránce.

„Rád bych všechny zákazníky ubezpečil, že jsme skutečně pečlivě zvážili každou hodinu odstávky a že jsme časové rezervy nenašli zejména kvůli přečerpávání ohromného množství topné vody z napáječe do nádrží v Třeboradicích a zpět,“ popisuje situaci Milan Trojan. Hlavním bodem letních odstávkových prací jsou výměny kompenzátorů, tedy prvků soustavy, o kterých jsme již v minulosti psali.

Během léta se zaměříme také na Teplárnu Malešice, kde nás čekají práce zejména na jejich vnitřních rozvodech, které tvoří horkovody o světlostech desítek centimetrů. Tyto práce neumožní v termínu od 19. do 24. července dodávku do malešické průmyslové oblasti a Horních Měcholup a Petrovic.

Opravy se dočká i páteřní napáječ vedoucí kolem ulice Pražská, který zásobuje oblast Zahradního Města, celého Jižního Města včetně sídliště Košík a Chodovec a také sídliště Krč, Lhotka



a Libuš. „V této oblasti ale nebudou odstávky delší než několik dnů, protože dodávku zajistíme z druhé strany z výtopy Krč v ulici V Zálesí,“ slibuje Milan Trojan. ■

Konkrétní termíny odstávek oznamuje naše společnost oficiálními dopisy smluvním partnerům.

SLEDUJTE ODSTÁVKY NA WEBU

Na webových stránkách **www.ptas.cz** najdete letos kromě tradičního vyhledávače podle ulic také přehled odůvodnění nejdůležitějších odstavených lokalit s přehledem akcí, které jsou jejich příčinou.

HARMONOGRAM PRACÍ NA PÁTEŘNÍM NAPÁJEČI

1 8.–14. 7.

Odstaven bude zdroj EMĚ a začínají práce na čerpání vody z potrubí štolý hluboké 30 metrů pro výměnu kompenzátorů DN800. Uskladnění vody probíhá ve VTŘ do nádrží s kapacitou 4 500 tun. Pro daný úsek je potřeba vyčerpat 3 200 tun vody. Jedná se o velmi časově náročnou činnost. V tuto dobu současně také uskládňuje ČEZ další vodu ve VTŘ pro své opravy na napáječi mezi EMĚ a VTŘ. Po vyčerpání proběhne vlastní výměna kompenzátorů DN800.

2 12.–14. 7.

ČEZ ukončuje odstávku tepelného napáječe EMĚ–VTŘ a napouští uloženou vodu z VTŘ. Zároveň dochází k uskladnění vody z úseku napáječe mezi TMA a VTŘ pro výměnu kompenzátoru DN1200. Pro představu 1 m potrubí DN1200 = +-1 t vody.

3 15.–18. 7.

Probíhá vlastní oprava (výměna) kompenzátoru DN1200, dokončovací práce na výměně kompenzátorů DN800, vlastní napouštění a zprovoznění. Bezprostředně po výměně kompenzátoru dojde ke zrentgenování svarů, aby byla jistota, že po najetí do provozu se neobjeví netěsnosti a nebude se znovu vypouštět.

↓ Starý a nový kompenzátor.



ANI STROM NAZMAR

Skoro u každé realizace, kterou pro Pražskou teplotrenskou zajišťuje dceřiná společnost Termonta Praha, najdeme v místě opravy vzrostlý strom. Pokácení je ale až ta úplně poslední varianta. Vždy hledáme možnost, jak strom zachránit. Každý strom v městské zástavbě je totiž cenný.

Pojem vzrostlý strom je dán legislativou, rozhodně to tedy není tak, že někdo jen od oka rozhodne, která dřevina již je vzrostlá a která není. Pod ochranou jsou všechny stromy, jejichž obvod kmene ve výšce 130 centimetrů nad zemí má více než 80 centimetrů. Zároveň zákon říká, že povolení

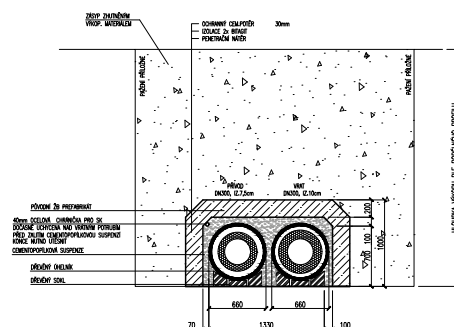
k odstraňování dřevin není potřeba v ochranném pásmu zařízení pro rozvod tepelné energie prováděném při provozování těchto zařízení. Toto ochranné pásmo je dva a půl metru na každou stranu od konstrukce potrubí. „Přesto se i v ochranném pásmu snažíme každý vzrostlý strom zachránit, protože v zastavěné části Prahy je zeleně stále nedostatek,“ upozorňuje generální ředitel Termonty Praha Michal Jirman.

ŘEŠENÍ VYBEROU ODBORNÍCI

Ještě před realizací zakázky si proto zastupce investora Pražská teplotrenská, projektanta a Termonty celou trasu osobně projdou a vytipují, které stromy do stavby zasahují. Následně odborníci vypracují dendrologický posudek, který hovoří o stáří a kvalitě stromů, a podají

VÁŽÍME SI STROMŮ

Naší snahou je zelen v maximální míře zachovat. Když se v blízkosti stavby nachází stromy staré třicet čtyřicet let, vždy hledáme řešení, jak je zachránit. Každého jednotlivého stromu v městské zástavbě si vážíme.



návrh řešení. Takovým řešením může být metoda odkrývání kořenů tlakovým vzduchem air spade, která se využívá také u archeologických výzkumů. Úzký proud usměrněného vzduchu působí na drobné komory v půdě, ty pod tlakem explodují a půda se uvolňuje. Arborista následně rozhodne, který kořen je možné zkrátit. Upravený kořen se pak ještě ošetří proti plísni a ováže geotextilií, která se pravidelně namáčí, aby kořeny nevyschly.

„K této metodě saháme, pokud kořeny rostou nad horkovodní kanál. Kdyby ale kořeny zasahovaly přímo k energetickému zařízení, nasuneme pod strom ocelové trubky a do nich horkovodní potrubí umístíme. Pod stromem tedy žádné stavební práce, které by mohly narušit kořenový systém, vůbec neproběhnou,“ vysvětluje Michal Jirman.

↑ Obnažený kořenový systém.



↑ Tahové zkoušky pro posouzení stability stromů před zahájením prací a po provedených pracích provádí pro Termontu společnost Arbonet.

Tuto technologii Termonta použila nedávno v Praze 4, kde rostl vzácný jerlín japonský přímo nad horkovodním kanálem.

Pokud by nepřicházelo v úvahu ani jedno ze zmiňovaných řešení, lze přemístit celý strom na jiné, příhodnější místo. „Na tuto službu bychom si najali externího dodavatele, který disponuje speciálním bagrem, jenž celý kořenový systém obejmě a opatrně ho ze země vyjme. Co ale moje paměť sahá, nikdy nebylo potřeba k tomu opatření sáhnout,“ uvádí Michal Jirman.

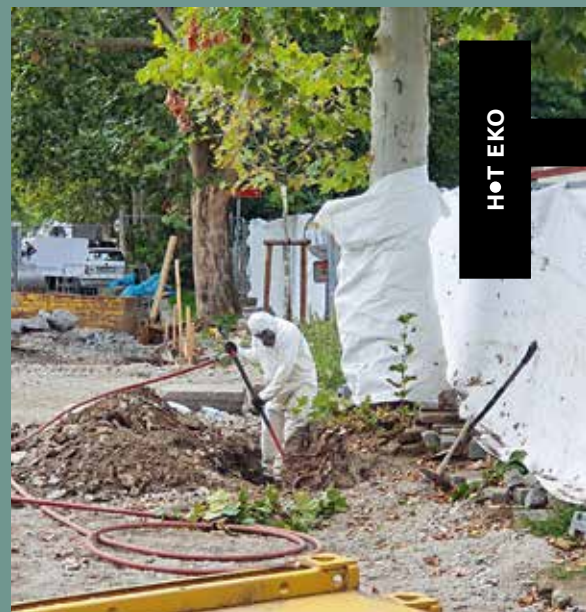
Ochrana zeleně se netýká jenom stromů, ale například také keřů. „V roce 2017 jsme řešili opravu přípojky pro ministerstvo životního prostředí. Horkovodní kanál tu byl v bezprostředním kontaktu s několika metry vysokým tisem červeným. Naštěstí jsme během výkopových prací zjistili, že lze použít metodu zkrácení kořenového systému, díky čemuž došlo k záchraně keře,“ popisuje Jirman.

PRO VĚTŠÍ BEZPEČNOST

U opravdy velkých stromů je potřeba mimořádně dbát na bezpečnost občanů, a proto se využívá metoda tahových zkoušek. Před zahájením prací umístí specializovaná firma na strom kotvící ocelové lano a ohýbá strom na určitou mez síly. Díky tomu zjistí, jakou má strom stabilitu. Po provedení výkopové práce a zasypání stromu tyto tahové zkoušky zopakuje, takže lze porovnat stav stromu před zahájením prací a po jejich dokončení. V případě potřeby pak navrhne třeba prořezání koruny, aby se strom odlehčil, nebo přehutnění podloží. „Účelem je, aby při silném poryvu větru nedošlo k pádu stromu, a tedy ohrožení bezpečnosti kolemjdoucích,“ uvádí Michal Jirman.

NEJLEPŠÍ JE PREVENCE

Chce-li Pražská teplárenská připojit ke své soustavě nový objekt, pečlivě zkoumá výkresy od architektů a případně je upozorní, kudy nelze vést stromořadí.



HOT EKO

↑ Provedení podtahu potrubím dvou vzrostlých stromů v ulici Olešská v roce 2018.



↑ K obnažení kořenového systému v ulici Šrobárova jsme využili metodu air spade (neboli pneumatický rýč).

„Architekti mnohdy zohledňují jiná hlediska než my, například chtějí udělat řadu stromů poblíž parkoviště. My jim sdělíme, že právě zde povede horkovod a v případě havárie, k níž může dojít v horizontu třeba dvaceti třiceti let, by hrozilo pokácení již vzrostlého stromu. Na základě této informace pak architektonická kancelář v dané lokalitě prvky zeleně přemístí,“ popisuje jednání generální ředitel.

„Pokud i přes veškerá zavedená opatření dojde k neúmyslnému poškození či vykácení stromů v zasaženém území stavby mimo povolení, jsme vždy připraveni vzniklou situaci řešit a přistoupit jak k nápravným opatřením v naší společnosti, aby se situace neopakovala, tak k případnému náhradnímu plnění například ve formě náhradní výsadby,“ doplňuje za Pražskou teplárenskou vedoucí odboru investic a údržby Milan Trojan. ■

Gabriela Dymešová

SE VŠÍM SE DÁ

NĚCO UDĚLAT

Od listopadu 2020 se zvýšil počet lidí s psychickými problémy o 30 %, stoupl počet předepsaných antidepresiv a antipsychotik. Každý třetí člověk v České republice pociťuje, že se jeho psychika změnila a vinou pandemie má nějaké psychické následky. Proto jsme tentokrát k rozhovoru oslovili psychoterapeutku.

Jak pandemie covidu-19 ovlivnila vaši práci?

V soukromé praxi máme nyní obrovský tlak. Týdně volá několik lidí, zda máme volné termíny. Jsme všichni zahlceni a také my začínáme vytvářet podpůrné skupiny sobě navzájem více než dříve.

Kolika klientům se denně můžete věnovat?

Mám svoji hranici na pěti až šesti lidech. Podle mě se nedá kvalitně pracovat pět dní v týdnu. Psychoterapie je náročná – 50 minut se intenzivně věnujete klientovi, máte 10 minut pauzu a pak další.

Je normální chodit k psychologovi nebo psychoterapeutovi?

Dříve by to byla ostuda, ale dnes je to normální. Že si z toho dělají lidé legraci, je spíše obranný mechanismus. Je normální jít k psychologovi, ale je fajn, když se mě to netýká, a proto si z toho raději dělám legraci. Co kdybych tam potřeboval jednou jít i já!? Ať je to jakkoli, důležité je vědět: když vám není dobře, klidně přijďte. Psychoterapie jako taková tady není jenom pro nemocné, je to perfektní nástroj pro sebezorození člověka, který se například cítí v životě nedostatečně doceněný, nespokojený, má problémy v manželství, nemůže se seznámit. V tu chvíli nejde o psychické onemocnění, ale o téma, na kterém je potřeba pracovat, porozumět mu v kontextu vlastního života, zjistit jeho příčiny a najít často odvahu k jeho řešení.

Jak dlouho k vám klienti docházejí?

Mám klienty, kteří chodí do terapie třeba několik let. A pak jsou lidé, kteří přijdou na deset sezení a stačí to. Záleží na tématu a jeho hloubce.

Jak dlouho se čeká na termín?

U psychoterapeutů v běžné praxi se vždy do dvou tří týdnů termín našel. Nyní se tento interval prodloužil, přijímám lidi až po měsíci. Covid nám ale přinesl do naší praxe nově online sezení.

Online sezení, to je novinka...

Dříve jsem si neuměla představit, že bych terapeuticky pracovala online. Kontakt s klientem tváří v tvář je úplně něco jiného. Online sezení se stalo dobrou náhradou, když nám zavřeli praxe, otevřené zůstaly jen praxe klinických psychoterapeutů ve zdravotnictví. Naši klienti, kteří byli již v péči, by bez ní zůstali. Řada z nás na online přešla. Nicméně jela jsem nedávno s taxikářem, který mi prozradil, že je psychoterapeut, ale zavřel ordinaci, protože online pracovat nebude. Od začátku května už jsme našťastí otevření.

Takže jste zase přešla na terapii tváří v tvář...

Když jde o klienta, se kterým už jsem předtím pracovala osobně, je online v pohodě, může šetřit čas a mohl pracovat i s lidmi z jiného města. Pro sezení s novým klientem je ale složitější vzájemné vyladování. Nejzásadnější pro úspěch terapie je vztah mezi psychoterapeutem a klientem, na něm vzniká důvěra. To se mi pocitově bude online hůře. K emocím se dostáváme složitěji.

S čím se lidé v této době potýkají nejčastěji?

Škála symptomů nebo problémů je obrovská. Stoupá nárazové pití alkoholu ve větším množství. Potom všechny poruchy vyvolané stresem, stoupají depresivní rozlady nebo deprese, úzkosti, domácí násilí, konflikty v rodinách,

3 OTÁZKY NA TĚLO

Jak si nejlépe odpočínáte od práce?

Mám práci, která mě naplňuje. A dvě děti, což není vždy relax, protože jedno je v pubertě a druhé sedmileté. Snažíme se být venku, věnuji hodně pozornosti jejich vzdělání, přála bych si, aby měly přirozený společenský rozhled. Chodíme na výstavy, hodně si užíváme Prahu, a když jsme venku, sportujeme. Ráda cvičím jógu, hodně čtu a sem tam si sednu s přáteli, dáme si víno a úplně obyčejně pokecáme.

Jaký je váš recept na dobrou náladu?

I když mám špatnou náladu, směju se na lidi a oni na mě. Když jsem laskavá k lidem a k světu, svět mi to vrací. Dokonce se dá laskavě vynadat vlastnímu dítěti. Pokora a laskavost se staly mými alfou a omegou. Nemůžeme být pořád jenom šťastní nebo v euforii, o co usilují, je kontinuální spokojenost.

Máte nějaké motto, kterým se řídíte?

Mám jich několik. První je: téměř se vším se dá něco udělat, existuje nějaké řešení. A moje osobní zkušenost: téměř ve všem, po čem v životě toužíme, ale neuděláme to, nám zabránil strach. Strach je z hlediska evoluce nesmírně důležitý, chrání nás, abychom přežili, ale také je mnohdy zbytečný. Někdo se chce naučit něco nového třeba ve 45 letech, ale dopředu si říká, že je na to starý nebo že už to nedokáže. Pak přijde do školy a zjistí, že je to fajn. Lidský věk se prodloužil, už neumíráme v 65 letech, ženy mají průměrný věk dožití 82 let, muži o trochu méně, ale nikde není napsáno, že svoji profesi či koníčky dvakrát třikrát za život nemůžeme úplně změnit.

→
Poznáte, kde jsme
Gábinu fotili? Kdo
si myslí, že u jedné
z našich výměníkových
stanic v Bohnicích, má
pravdu. Její tatínek
by měl radost.

”

PANDEMIE BUDE DOBRÁ PRO TY, KTEŘÍ SI Z NÍ TO DOBRÉ VEZMOU.

partnerské a vztahové problémy a úplně samostatnou kapitolou jsou děti. Myslím, že jsme jako společnost v rámci možností skvěle opečovali seniory, kteří mají přístup k vakcíně, měli prostor chodit do obchodů v jiný čas než ostatní lidé, dostali dobré informace o tom, jak se o sebe postarat. Víím, že to pro ně bylo složité z hlediska sociální izolace, ale v rámci všech možností, které jsme měli, jsme jako společnost pro seniory udělali, co jsme mohli.

Jaký očekáváte vývoj?

Dvě velké skupiny nyní začínají mít velké problémy – děti a lidé ve středním věku, kteří se dostali do mlýnskéhokola v péči o děti doma, o svoje seniory, a ještě k tomu jsou v produktivním věku, takže drželi ekonomiku. Ti nyní začínají do našich ordinací chodit a vykazují jemné příznaky posttraumatické stresové poruchy, vyhoření a tak dále. Projevuje se to silnou vzrušivostí nebo naopak apatií, neproduktivitou v práci, únavou, přicházejí poruchy spánku, nadužívání alkoholu, pocit, že se nikde nedokážu dobít. Už se nic neděje,

mohli bychom fungovat normálně, ale ono to nejde. Těhle generaci se nedaří naskočit zpět do životního rytmu. Rytmus mají narušený stejně jako děti.

Jak jsou na tom děti?

I když se třeba rodiče snažili doma zachovat nějaký běžný denní režim, děti se rozvolnily a jakoby „rozkydly“ v domácnostech, špatně se jim vrací do normálu.

Dospělí už se těší na „normální“ život...

Těšíme se do práce a právě na ten rytmus – ráno vstát, namalovat se, před odchodem si vyčistit boty, to je spousta úkonů, které se nám vrátí do života. A také se těšíme na běžný lidský kontakt třeba v kuchyňkách u kafe. Někteří lidé dříve na práci nadávali, ale nyní do ní budou rádi docházet. Také nám vstoupily do života nové návyky, o které nechceme přijít. Je potřeba si všimnout, co nám covid dal, co si chceme zachovat a zároveň co budeme do svého života rádi vracet s tím, že je to fajn, i když nás to dříve otravovalo.



Gabriela Dymešová

Vystudovala jednooborovou psychologii a speciální pedagogiku na Pedagogické fakultě UK. Má dlouhodobý komplexní psychoterapeutický výcvik v systému hlubinné psychoterapie a řadu dalších kurzů. Psychoterapii se věnuje už 14 let. Spoluzaložila Rafael Institut, který se zabývá transgeneračním přenosem psychického traumatu z holokaustu. Je členkou České asociace pro psychoterapii, která podporuje psychoterapeuty v různých rezortech, například ve školství, v sociální oblasti, ale samozřejmě i ve zdravotnictví. Najdete ji také v redakční radě časopisu Psychologie dnes a zároveň pracuje už 18 let ve firmě Kantar CZ, kde pomáhá velkým českým a světovým značkám, aby byly úspěšné. Má dvě děti. Její tatínek pracoval celý život v Pražské teplárenské.

GÁBINA VZPOMÍNÁ NA SVÉHO TATÍNEKA JIRÍHO ŽÁČKA

Tatínek byl v Pražské teplárenské na praxi už v patnácti letech, někdy kolem roku 1961, protože se původně vyučil zámečníkem. Pak tam hned po učňáku nastoupil, při zaměstnání vystudoval průmyslovku a večerně gymnázium. Co si pamatuji, tatínek (narozen 1946) vždy pracoval hodně, dnes by ho okolí vnímalo jako workoholika. V Pražské teplárenské byl až do důchodu.



Jeho zaměstnání mám spojené s mnoha vzpomínkami. Když ještě neměl služební auto, jezdili jsme občas v zimě večer na Prosek autobusem značky Ikarus, který se hrabal myší rychlostí, abychom se podívali do výměňkové stanice, jestli je všechno v pořádku a lidé mají teplo. To je pro mě Pražská teplárenská. On těch výměníků měl na starosti víc, a když se dělala nějaká revize, také jsme se tam zastavovali i o víkendech, aby tatínek zkontroloval, jestli všichni všechno udělali pořádně.

Také jsme jako děti jezdily na letní pionýrský tábor Takonín u Divišova. Táta tam občas brigádníčil. Hlavní vedoucí se myslím jmenoval pan Satrapa, miloval Beatles a pouštěl je na celé údolí. To jsou opravdu nostalgické vzpomínky. (Poznámka redakce: Letní dětský tábor v Takoníně stále funguje.)

Dříve mě otravovalo dělat dětem snídani, ale teď je můžu vypustit do školy a mám na šest hodin klid na práci. Pandemie bude dobrá pro ty, kteří si z toho to dobré dokážou vzít. Je to výzva pro každého z nás, jestli to překloupíme do něčeho pozitivního, nebo ne. Pokud nic pozitivního nenajdeme, je možná čas na psychoterapii...

Říká se, že už nic nebude jako dřív. Je to pravda?

Svět bude jako dřív, my ale nikoli. Máme novou zkušenost a můžeme se na to dívat dvěma úhly pohledu: prožili jsme něco strašného, všechny nás to změnilo a prošli jsme velkým stresem, nebo jsme dostali jedinečnou příležitost naučit se o sebe pečovat. Zjistit, kdo je moje rodina, jaké máme vztahy, co musíme udělat pro to, abychom spolu vydrželi. Covid nám ukázal, kde jsou ty pravé hodnoty v našem životě. Že jsme všichni spolu zavření v 60 metrech čtverečních, je sice příšerné, a s pubescenty je to otravné, ale na druhou stranu jsme to museli zvládnout. A to, že něco musíme, nás

naučilo hledat nová řešení. Zvýšili jsme si psychickou odolnost.

Takže bychom měli v pandemii hledat příležitost?

Naučili jsme se být ohleduplní k seniorům ne proto, že nám to někdo přikázal, ale protože většina z nás rodiče má, nebo jsme je měli a chtěli jsme je ochránit. Všichni začali šít roušky, nosili jsme zdravotníkům koláče, přišli jsme na to, že si můžeme navzájem pomáhat, i když je nám špatně. Řada z nás v sobě mohla objevit obrovský růstový potenciál. A to je způsob, jak se s velkým stresem vyrovnávat, překloupit tu zkušenost do něčeho pozitivního. Říká se tomu posttraumatický růst a může se projevit třeba pomocí jinému nebo zjištěním, že moje práce mi nedává smysl a že smysluplnější bylo, když jsem začal pomáhat sousedovi. Tak tu práci změním. Co s novou zkušeností provedeme, je vlastně důležité nejen pro nás, ale pro celou společnost. Je to velká příležitost pro celé lidstvo, aby k sobě byli lidé laskavější, ohleduplnější a solidárnější. ■

PO ČECHÁCH, MORAVĚ A SLEZSKU ZA DOBRÝM JÍDLEM!

↑ Strakaté krávy se pasou na českých loukách od nepaměti. Kromě mléka jsou dobré také na maso, a to i na stejky, jen se to musí umět...

Blíží se čas prázdnin a dovolených, a protože to vypadá, že nejrozumnější bude necestovat moc daleko, vybrali jsme pro vás pár krajevých specialit, za kterými se vyplatí vážit cestu.



HOŘICKÉ TRUBIČKY

V Hořicích v Podkrkonoší stáčely ještě před šedesáti lety na kamnech z oplatek trubičky snad všechny babičky. A která babička byla první? Paní Líčková! Ta získala recept na trubičky od kuchaře císaře Napoleona, který táhl Hořicemi v roce 1812 po neúspěchu v Rusku. Bonaparte trpěl různými zdravotními neduhy a dietní trubičky byly jeho oblíbeným dezertem. Podle našich neodoborných, ale mlsných jazýčků jsou nejlepší ty nejobyčejnější, zato nešizené Hovorkovy trubičky, mají je na náměstí v cukrárně u Barborky. Seženete tam ale například i trubičky Kubištovy či Petráčkovy, polomáčené či plněné čokoládovou náplní.

MILETÍNSKÉ MODLITBIČKY

Jen pár kilometrů za Hořicemi leží malé město Miletín, ve kterém se narodil Karel Jaromír Erben. A Josef Erben, rodově spřízněný s vypravěčem strašidelných příběhů o vodnicích, polednicích a další místní havěti, začal už v roce

1864 nabízet modlitbičky na zdejších tradičních poutích. Perníčky plněné ořichovou náplní jsou ve tvaru modlitební knížky, mají na sobě cukrovou polevu, místo křížku půlku mandle a chutnají opravdu medově. Pan Erben modlitbičky ve svém domě na náměstí stále ručně vyrábí a prodává. Naproti přes náměstí mají Erbenovi už od roku 1920 zdatného konkurenta, perníkáře Laušmana. Nezbyvá než se tam zastavit a ochutnat od každého jednu! Věřte, nevěřte, lepší perník nenajdete ani v Pardubicích!

ŠTRAMBERSKÉ UŠÍ

V moravském městě Štřamberk se také peče z perníkového těsta, jejich štramberské uši jsou ale ve tvaru kornoutu. Podle místní pověsti se původ cukrovinky váže k mongolskému tažení v roce 1241, kdy si nepřátelské vojsko rozložilo tábor na úpatí blízkého kopce Kotouč. Místní obyvatelé po noční bouři prokopali hráz rybníka a ležení vytopili. Když voda opadla, našli na místě vaky s nasolenými lidskýma ušima, které Tataři



utínali křesťanům a posílali svému chánovi. Od té doby udržovalo místní obyvatelstvo každoročně ve výroční dny svátku Nanebevstoupení Páně slavné štramberské poutě, při kterých se pekly perníkové „uší a ruce“. Říká se, že nejlahodnější štramberské uší vyrábí Martin Bár a mají je v nenápadné trafice pod náměstím.

OLOMOUCKÉ SYREČKY NEBOLI TVARGLE

Jestli už jste přeslazení, přesuňte se s námi za známou vůni do Olomouce a Loštic. První písemná zmínka o olomouckých tvarůžkách pochází již z 15. století. Šlo o součást jídelníčku lidí na venkově. Označení olomoucké tvarůžky vzniklo díky trhům v Olomouci, kde se prodávaly. Dnes je s výrobou olomouckých tvarůžků spojeno město Loštice, kde tvarůžky vyrábí od roku 1876 firma pojmenovaná po zakladateli Aloisi Wesselsovi. V Lošticích sídlí také podniková prodejna a Tvarůžková cukrárna, nabízející mimo jiné Poštulkovy tvarůžkové moučníky – slané tvarůžkové kremrole, šátečky či dortíky a další speciality, jako je například tvarůžkový langos, hot dog či bramboráček. Mají tam i muzeum věnované syrečkům a ve vestibulu loštické restaurace U Coufalů najdete dokonce první automat na pravé olomoucké tvarůžky. Ten druhý stojí v infocentru v podloubí olomoucké radnice.

ZNOJEMSKÉ OKURKY

Na jihu Moravy ještě zůstaneme. Historie zdejších znojenských okurek se začala psát před 448 lety, kdy si opat a maltézský rytíř Šebestián Pátek z Čepirohu přivezl semena a jako první pěstoval v louckém klášteře okurky. Než se ale dočkaly obliby, trvalo to ještě sto let. Zpočátku se jedly pocukrované, jako dezert. Znojenské nakládané okurky jsou okurky zalité sladkokyselým nálevem – lákem a posléze zavařené. Důležité je, aby se zpracovaly co nejdříve po utržení. Se zeleninou a koprem je zavařuje už tradičně mnoho moravských

i českých rodin, ty nejznámější průmyslově vyráběné nesou název Znojmia. Loni se na Moravě moc okurek neurodilo, proto je prý velkovýrobce nakoupil v Turecku. Zákazníci si stěžovali, že jsou moc měkké, blátivé. Tak ať se letos povedou!

KAPLICKÁ CMUNDA

Z jižní Moravy se přesuneme na jih Čech. Autorem receptu na kaplickou cmundu, který vznikl teprve před šedesáti lety vlastně z nouze, je hostinský a rodák z Kaplice Oto Kořínek. Ten nechtěl ze svého podniku vyhodit hladové hosty přišedší po zavírače, a tak ze zbylých zásob v kuchyni vykouzil pokrm, který všem zachutnal. Bramborák plněný zelím s uzeninou dostal název kaplická cmunda a v nezměněné podobě se připravuje už po celé republice.

TŘEBOŇSKÝ KAPR

Třeboňský kapr je nejznámějším produktem třeboňského rybníkářství. To se může pochlubit historií chovu kaprů sahající až do 14. století. Název Třeboňský kapr, kterým se označují ryby se specifickými vlastnostmi, se používá již více než 100 let. Až budete mít cestu do Třeboně, zastavte se na proslulé kapři hranolky v restauracích Šupina a Šupinka. Prapůvodem dnes velmi populárního receptu jsou kapři škvarky, které připravovali naši dědové z masa kaprů nakrájeného na tenké plátky, obalovaného v okořeněné mouce a smaženého do křupava na sádlo.

PŘEŠTICKÉ PRASE

Přeštické černostrakaté prase je české plemeno prasat, které se odvozuje od původních klapouchých prasat z oblasti západních Čech. Chovalo se převážně jako genetická rezerva, ale poslední dobou mu gurmáni přicházejí na chuť. Však také už před druhou světovou válkou se z něj vyráběla Pražská šunka. Na jeho památku i k uctění vynikající práce přeštických zemědělců a plemenářů jsou v areálu bývalého zemědělského

← Olomouckým syrečkům se někdy přezdívá voňavé zlato. Inu proti gustu žádný dišputát!

družstva u hlavní cesty z Přeštic do Klatov umístěny na podstavci dvě prasata z kameniny. A už více než 100 let se přeštickým mládencům s posměchem říká „přeštický kanec“. Na to odpověděl známý herec, který do Přeštic jezdil na návštěvu příbuzných, když v bývalé restauraci U Brčků naproti kostelu po několika sklenkách vína napsal dne 29. září 1942 na zadní stranu obrazu: „Jsem rád, že mě počítáte mezi kance. Ať jsme kaneci, jen když nejsme svi... Nazdar, Váš Jindřich Plachta.“

ČESTR

Krátké slovo, dlouhá tradice. Čestr je české kombinované hovězí plemeno, jehož příbuzná plemena se začala chovat už ve středověku. Název český strakatý skot vznikl až koncem šedesátých let. I když v Česku ještě stále převládá představa, že nejlepší hovězí je z býka, šéf firmy Amaso Vlasta Lacina se drží svého přesvědčení, že maso musí být rovnoměrně mramorované tukem, který mu zajistí šťavnatost a plnou masitou chuť. Takové maso nemají býci, ale volci a jalovice. Například v Severní Americe tvoří stáda z velké části právě volci, protože Američané dávají přednost mramorovanému masu. Preference se začíná měnit i u nás, čeští zákazníci si na mramorování už zvykají. A kde si na čestru pochutnáte? Kromě pražských restaurací Ambiente prý i na Růžohorkách! ■



1. místo

DENISA SLAMIAKOVÁ

ZNÁME
VÝHERCE
SOUTĚŽE

V minulém čísle magazínu HOT jsme vyhlásili soutěž o nejhezčí fotku naší tramvaje. Děkujeme všem, kteří se zúčastnili, za krásné fotografie a gratulujeme vítězům!

Naše tepny opředená tramvaj dál brázdí město a někteří z vás vyslyšeli naši výzvu a vydali se na lov vyzbrojeni mobilním telefonem či profesionální technikou. A výsledek určitě stojí za to! Vítězná fotografie je natolik zdařilá, že ji rádi použijeme i do našich oficiálních promo materiálů.

3. místo

ROBERT DVOŘÁK



2. místo

HANA BORSKÁ



Prvních deset VYHRÁVÁ!

Vyluštěte tajenku křížovky, hned nám ji zašlete e-mailem a můžete se těšit na výhru.
Ti nejrychlejší od nás jako vždy dostanou věcné ceny.

	MPZ POLSKA	ANGL. LARVY	ANGL. LETECKÁ ZKRATKA		HLAS HADA	INDONÉS. SÍDLO	SLADKÉ PEČIVO	TISKOVÁ KANCELÁŘ		ZN. ARSENU	SPĚCH	OSOBNÍ ZÁJMEMO	TĚLESO PŘITAHUJÍCÍ ŽELEZO	ANGL. ZKR. ROKU
DŘÍVĚJŠÍ ZKR. POLSKA				KRÁTKÉ KABÁTY					HMOTNÉ ČÁSTICE					
RAKOUSKÉ SÍDLO				VELKOMĚSTSKÉ ZPLODINY ASI					KOJENECKÁ VÝŽIVA PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY					
	MPZ MOT. VOZIDEL KAMERUNU NAHÝ LIDSKÝ MODEL				KANAD. ŘEKA LOV					RUSKÝ VOJENSKÝ LETOUN ANGL. OSOBNÍ ZÁJMEMO				ESTONSKÉ SÍDLO
AKADEMIE VĚD			1. DÍL TAJENKY ČERNÝ PTÁK									ZN. SODÍKU SKLADBA PRO 2 NÁSTROJE		
KAKAOVÝ PRÁŠEK						ZKR. NAŠÍ TELEVIZE POVZDECH			ANGLICKÝ ČERNÝ BEZ SLOVEN. IR					
DOMÁCKÝ TEODOR				ZN. NEONU CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO			ZAKVIČENÍ VEPŘE POKRM Z RÝŽE			PLANETKA STOPKO- VÝTRUSNÁ HOUBA				
	JAPON. ŘEKA NA OSTROVĚ HONŠU	ZN. SELENIA POLEDNÍ JÍDLO			CITOSLOVCE CHRÁPÁNÍ ŘÍMSKY 49					MPZ RUMUNSKA INIC. OLMERA			DÉMON	PRACOVISTĚ V DOLECH
HOVOROVÝ SOUHLAS			ŘÍMSKY 51			NEJLEPŠÍ JAKOST JMÉNO HŘEČ. JANŽUROVÉ			OSOBNÍ ZÁJMEMO ČERT			OXID BORNATÝ RYBA		
SIBÍRSKÝ VELETOK			HLEN BUJAROST					MÍRA 2. DÍL TAJENKY						
DÍVKY (KNIŽNĚ)					BODAVÝ HMYZ VIDA					ANGL. VÝCHOD ITAL. PŘEKŁAD BIBLE				
PŘEDLOŽKA				TŘI BRANKY V JEDNOM ZÁPASE JMÉNO KOMENSKÉHO									JINÝM ZPŮSOBEM	MOJI
	PRAŽSKÁ STAVEBNÍ OBNOVA	TANEČNÍ MÍSTNOST EVROPAN				PRACOVAT S PLUHEM ZN. AUDIO-TECHNIKY					INDOEVRÓPAN CITOSLOVCE ÚDERU			
AKROBATICKÝ PRVEK						VYSÍLENÍ NÁZEV HLÁSKY								
RUSKÁ VESNICE					HOVOROVÉ JDĚME				OBEC U LEVICE					NÁPOVĚDA: LAA, RFC, ALEX, ELDER, UTE, LULA, AMAK, JODO, AMAR, ARE
ZÁŠKIMENÍ					SLONÍ ZUBY				OSTROV USA (STÁT ALJAŠKA)					

Podmínky soutěže: Deset věcných cen si rozdělí prvních deset luštitelů, kteří zašlou správné znění tajenky do 31. 7. 2021 na e-mail ptas@ptas.cz s předmětem „tajenka“.

Lepší vzduch pro Prahu

Díky tepnám Pražské teplotárenské soustavy má město teplo a může volně dýchat

