

Holky nemaj rády povaleče na schodech, říká bojovník Lukáš Blažek

Tenhle rozhovor je trochu jiný. Padají tam hrubší slova, text je místy nespisovný a taky lehce umazaný od krve. Patří to k němu. Aby nedošlo k mýlce. Povídala jsem si s milým a inteligentním mužem. Jen je to drsnej bojovník, kterému nevdává dostávat nakládačku. Prostě Lukáš Blažek. Medailista z mistrovství světa a Evropy v bojových sportech, v současnosti trenér působící ve své tělocvičně GYM24 a spoluzakladatel organizace MMA pomáhá.

Text: Monika Langrová
Foto: Adéla Fialová
a archiv L. Blažka

Většina kluků řekne, že v šesti letech začali hrát fotbal nebo hokej, ale vy uvádíte, že jste v tomhle věku začal s bojovým sportem. Jakým?

Dělal jsem judo, táta byl trenér. Dneska se u dětí taky začíná s bojovými sporty brzy. Ale jde spíš o jakousi socializaci, aby se naučily fungovat dohromady. Vlastně tam žádný bojový sport pořádně není. Učíme se kotrmelcovat, padat a zaujmout základní postoje. Děti se v tom rychle zlepšují. Pohyby, které mohou jiným připadat nepřírozené, se pro ně stávají zcela přirozenými. Podobně to bylo i u mě. Ale když si vzpomenu na svoje zkoušky na žlutý pásek (označuje první pokrok v judu, pozn. red.), musím se smát. Táta mě stavěl do každé pozice, ve které jsem měl být. Já sám dneska používám podobnou metodiku. Při zkouškách v jiu-jitsu jsem nedávno své svěřence do pozic také nastavoval a pomáhal jim. Ale jak říkám, u dětí jde spíš o takové otukávání bojového sportu.

Později jste ale juda nechal a dal jste se na, řekněme, drsnější bojové sporty...

Zhruba v devatenácti letech jsem

přestal judo dělat aktivně. Změnila se pravidla, byla hodně osekáná a mě to přestalo bavit. Nevěděl jsem, kam bych v tomto sportu dál směřoval. Chtěl jsem se věnovat trochu surovější záležitosti. Začal jsem se sportovním sambem, které je judu podobné, ale smí se tam víc útočit. Pořád to nebylo ono, chtěl jsem boxovat, kopat, a tak jsem si k tomu přidal thajský box. Nakonec mě nejvíc nadchlo bojové sambo, tak zvané combat sambo. Můžete při něm používat kopy i údery, navíc na sobě máte vršek od kimona, což vám umožňuje soupeře lépe chytout a líp s ním hodit. Asi nejvíc se to podobá MMA, jen se perete na zíněnce a díky oblečení jsou v něm daleko hezčí hody. Šlo mi to, protože se v něm spojily všechny moje předchozí sporty a tak nějak dobře to spolu zafungovalo.

Opravdu vám to šlo, v combat sambu jste byl ve dvaadvaceti druhý na světě a třetí v Evropě. Navíc jste se stal mnohonásobným mistrem republiky v dalším bojovém sportu, a to v grapplingu. Oč tady jde?
Nesmí se v něm kopat a bouchat, můžete soupeře jen uškrtit nebo upáčit. O grapplingu se říká, že to je hlavně boj na zemi, ale každý zápas začíná v postojích a tam je možné ho ukončit.



Také lze soupeře vyautovat, když s ním správně hodíte na zem.

Neměl jste někdy cuky s bojovými sporty skončit? Třeba když jste začal chodit za holkama?

Měl jsem. V patnácti šestnácti se mi nechtělo nic dělat. Poznal jsem, že existuje alkohol, zábava a holky. Do té doby jsem přišel ze školy a šel na trénink, neznal jsem nic jiného. To bylo nepříjemný, protože spousta mých kamarádů na tréninku nebyla. Tohle je nejlibší období a vidím to i teď. Děti vydrží do patnácti, potom mají hluché období, a buď se vrátí, nebo nevrátí. A dál jde o to, jestli je sport baví, nebo ne. Když tréninku není moc, třeba dva do týdne, jsou často schopní to vydržet. Pokud dáte tréninků víc,

kolikrát to u nich vyhraju holky. Někdy jen na chvíli. Zjistí, že holky chtějí kluky, co něco dělají, a že nemaj rády povaleče na schodech. Každý mladý kluk si pak do tělocvičny holky tahá a ony na něj koukají, což je fajn. Měl jsem hluché období, ale přestože jsem pařil a měl holky, vždycky jsem si čas na tréninky našel. Jakmile jsme s kamarádem Tomášem, se kterým jsem později zakládal klub MMA Poděbrady, přešli do tvrdších disciplín, bavilo nás to a do tréninků jsme šli naplno. Už to nebylo tím způsobem, že by mi táta říkal „pojd... měl bys“. Sami jsme chtěli někam vyrazit a prát se, bylo to o nás. Stejně tak čekám od dětí, které teď trénuji, že jednou přijdou a řeknou „já bych chtěl“.

Táta judista vás v „tvrdnách“ podporoval?

Ano, podporoval, i když na mě nebyl. Já se v tom nějakým způsobem našel. Naplňovalo mě, když jsem mohl dát někomu nakládačku, ale i to, když mi soupeř namlátíl. Každý to má jinak. Někdo řekne, že by do toho v životě nešel, jiný, že je to super. Z tréninků jsem si nosil spoustu modřin, a když jsem trénoval denně, byl jsem furt celý modrý. Samozřejmě k tomu patřily omlácené uši čili „květáky“. Krev z nich jsem si tahal sám injekční stříkačkou.

Co na to vaše maminka?

Jednou na Vánoce, když jsem měl oteklý zlomený nos a lívance pod

očima, což vypadá na rodinných fotkách nádherně, na mě máma koukla a pronesla: „Tak hezkýho jsem si tě udělala a takovej debil seš.“ Tohle mi doopravdy řekla, doteďka si to pamatuju. Zrovna dneska za mnou v tělocvičně přišla maminka mého sedmnáctiletého svěřence, stejně stará jako já, a říká mi, že to syna hrozně baví, ale má furt ty uši a bude mu z nich muset tahat krev. Řekl jsem jí na to, že mu to vadit nebude, protože je spokojenej.

Ale u zlomeného nosu a krvavých uší asi nezůstalo...

Tím, že bojový sport už nějakou dobu děláte, víte, kdy zápas vzdát, abyste nepřišli k většímu zranění. Ale samozřejmě moje původní přední i zadní křížové vazy a menisky v kolenou jsou všechny pryč, jsou různě opravený. O zlomených žebrech nemluvě. To se v kontaktních sportech děje. V tomhle směru musím na sobě jako trenér zapracovat. Jsem vychovaný, že zranění a bolest beru jako samozřejmost. Když si něco udělám, dlouho se nelituji. Pobrečím si, pohnu si v tom, ale je to brzy za mnou. Po ostatních chci to samé. Ale všichni to nemají nastavené jako já a snázejí bolest různými způsoby. Proto se poslední dobou snažím být víc empatický a ne tak tvrdý jako dřív.

Pokračování rozhovoru na straně 8

SOUTĚŽ
o vánoční
cukroví
z Low carb
v srdci

Editorial

Milé čtenářky, milí čtenáři, tomu se říká kouzlo okamžiku... S Lukášem Blažkem jsem si dala sraz v Café Ritual na náměstí 5. května. Protože bylo krásné slunné odpoledne, napadlo fotografku Adélu vyfotit ho na schodech nedalekého lázeňského Hotelu Chariclea. No a při rozhovoru Lukáš říká, že holky nemaj rády povaleče na schodech. Bylo jasné, že v novinách nemůže být jiný titulček než ten, který tam je. Samozřejmě jestli má někdo do povaleče daleko, je to právě on. To, co zvládl a zvládá, je obdivuhodné. Ale kouzlo okamžiku sehrálo své a Lukáš je pro každou legraci. Na titulní straně jste určitě nepřehlédli, že opět můžete soutěžit o nízkosacharidové cukroví, což už se stává tradicí. Hance Martinkové za to mockrát děkujeme. Více o soutěži zjistíte na straně 3. Dále v dnešním vydání najdete rozhovor s paliativním lékařem Tomášem Julákem, který nově ordinuje v Jubilejním domě, jinak je už několik let vedoucím lékařem mobilní hospicové péče. Dozvíte se také, jaký byl životní příběh stavebního podnikatele Františka Tlapáka nebo čím je užitečný strom škumpa orobincová, jejíž karmínově zbarvené šišťice připomínají červené svíčky na vánočním stromečku. Co se toho týká, ty poděbradské se začínají rozsvěcet 29. listopadu. Krásný předposlední měsíc roku!

Monika Langrová,
vedoucí redakce

Svařák pro dobrou věc

Součástí adventních trhů na kolonádě bude tradiční stánek poděbradských rotary klubů – Rotary klubu Poděbrady a Rotary klubu Poděbrady Spa – kde bude možné si pochutnat na dobrém svařáku. Vybraná částka z jeho prodeje se opět stane součástí Andělské adventní sbírky pořádané městem a poslouží dobré věci. V příštím vydání přineseme informaci, o co se konkrétně bude jednat. Připomínáme jen, že adventní trhy jsou letos rozšířené o páteční prodej. Prodejní doba je v pátek od 14.00 do 18.00 a o víkendy od 10.00 do 18.00. Termíny adventních trhů: 29. 11. – 1. 12. | 6.–8. 12. | 13.–15. 12. | 20.–22. 12.



OTESTUJTE SI NOVÉ VOZY

LOUDA AUTO+

PODĚBRADY

14. – 16. listopadu

Testovací jízdy s vozy

📍 Vrbová Lhota, 289 11 Pečky

SKODA



Superb

Passat

Q7, A5

Formentor,
Terramar

Rafale

Elektrický
Explorer, Capri

Santa Fe

CX-80

Navštivte nás **od 8:00 do 20:00.**

Představení nových modelů napříč značkami.
Nezmeškejte příležitost otestovat svůj vysněný vůz.



**Rezervujte si
testovací jízdu
předem**

Inzerce

EARLY BLACK FRIDAY

od 18. 11.
do 24. 11.

sleva 20 %
při nákupu nad 799 Kč

Sleva se nevztahuje na nákup dárkových poukázek, živých zvířat, akčního zboží a zboží označené jako „super cena“. Slevy nelze sčítat a neplatí pro členy chovatelského klubu. Pro uplatnění slevy předložte na pokladně kupón z mobilní aplikace nebo si o slevu stačí aktivně říci.

**super
ZOO**



**A naši mobilní
aplikaci již máte?**

Pokud ještě ne, tak si ji rychle stáhněte,
ať o nic nepřijdete. Na konci měsíce
pro vás totiž chystáme další překvapení.



Stáhněte si aplikaci



Plaček
PET PRODUCTS

Z MĚSTA

Text: Lukáš Hladký

Plán na dostavbu Nového Žižkova ožívá

Už před více jak deseti lety se objevily první informace o projektu Nový Žižkov, který měl za cíl postavit několik obytných budov v Koutecké čtvrti mezi ulicemi Za Nádražím a Nerudova. První z objektů se začal stavět v roce 2017, druhý o dva roky později. Další etapa byla ale neustále odkládána, problémy byly například s územním plánem, povolením stavby nebo s odlišnou představou města a investora o konečné podobě oblasti. Na posledním zastupitelstvu se ale jednu z významných překážek podařilo překonat. Neznamená to sice, že by se hned začalo stavět, zásadně se ale přiblížila možnost demolice bývalé a dnes již nevyužívané ubytovny, kde v současné době musí velmi často zasahovat městská policie. Na svém zatím posledním zasedání byly pro zastupitele

k tomuto tématu připraveny dva body. Ten první řešil změnu územního plánu, konkrétně zvýšení koeficientu zastavění, změnu počtu parkovacích stání nebo úpravu výšky zástavby, s čímž nakonec většina stran v zastupitelstvu souhlasila. Druhým bodem bylo uzavření smluvního dodatku se společností Nový Žižkov, která hodlá stejnojmenný projekt realizovat. V tom se především uvádí či potvrzuje, že město Novému Žižkovu věnuje pozemky, které v dotčené lokalitě stále ještě vlastní a na kterých se bude stavět, a na oplátku od společnosti získá 7 bytů v již postavené budově a dalších 7 bytů po zkolaudování připravované etapy. Investor se také zavazuje vybudovat novou infrastrukturu a zdemolovat budovy ubytovny a bývalé prodejny Jednota, přičemž k odstranění má dojít do srpna příštího roku. A jak by tedy měla oblast podle nejnovějšího projektu vypadat? Původně navrhovaná budova ve tvaru podkovy byla vypuštěna a nahrazena třemi menšími

obytnými bloky, ve kterých je navrženo dohromady zhruba 150 bytových jednotek. U ulice Za Nádražím propojí dvě jižní budovy jednopodlažní parter, kde bude navíc 5 komerčních provozoven, vyhrazen bude i prostor pro mateřskou školu. Severní budova bude mít čtyři patra, jižní budovy v jedné části pět pater a nad obchody pater šest. Vzniknout má 187 parkovacích míst v podzemních garážích s vjezdy z ulic Vrchlického a Máchova a 97 míst venku u ulice Za Nádražím. V minulosti uvažované parkoviště v zeleném pásu na západě lokality bylo zcela vypuštěno. V návrhu se také významně pracuje se zelení. Na vybraných střeších bude nejen travnatá plocha, ale také malé parčíky, kde budou moci volný čas trávit obyvatelé domů. Trávník na západní straně území se má proměnit v rozvolněný anglický park s velkými stromy, kopečky, cestičkami, lavičkami a herními, posilovacími či vodními prvky. Mezi ulicí Za Nádražím a parkovištěm je pak v plánu vysoké stromořadí topolů.

SOUTĚŽ O KRABÍČKU VÁNOČNÍHO CUKROVÍ Z LOW CARB V SRDCI

I letos můžete soutěžit o krabičku vánočního cukroví (1 kg) „exklusivně“, kterou pro Vás s láskou připravila Hanka Martinková z Low carb v srdci. Obsahuje široký výběr dobrot včetně oblíbených čokoládových lahůdek.

Cukroví je vhodné nejen pro vyznavače zdravého životního stylu, ale i pro KETO, LOWCARB, GLUTEN-FREE a DIA. Receptury jsou navrženy tak, aby byly zdravé, chutné a šetrné k línii a celkovému zdraví. Cukroví je speciálně vyvinuté s minimem sacharidů. Místo rafinovaného cukru Hanka při jejich výrobě používá přírodní sladidla s nulovým glykemickým indexem, která nezvyšují hladinu cukru v krvi. Všechny produkty jsou bezlepkové, což z nich dělá ideální volbu i pro ty, kteří trpí celiakií nebo mají citlivost na lepek. Nenajdete v nich gram mouky ani pseudo bezlepkové, jen mandle, pistácie, kešu, lískové a vlašské ořechy a kokos. Cukroví je vyrobeno z kvalitních přírodních surovin bez zbytečných chemikálií a konzervantů.



Práce je pro Hanku Martinkovou poselstvím, vyrábí LOW CARB a LOW SUGAR dorty, zákusky a dezerty, které jsou vhodné pro celiaky, diabetiky, lidi, kteří mají zvýšený cholesterol, drží dietu nebo prostě jen dodržují zdravý životní styl. „Všechny produkty vyrábím z kvalitních surovin, protože ty jsou základ. Každý kus a kousek, který vyrobím, je originál. Především s dekoracemi si dám práci a vyhraji si s nimi do posledního detailu. Je to pro mě obrovský relax, který vlastně ani jako práci nevnímám. Baví mě na tom také to, že lidem kromě výborných produktů předávám i kus zdravého životního stylu. Vlastně takové poselství, které mě nabíjí stejně jako zpětná vazba mých zákazníků,“ říká k tomu Hanka. Tu můžete navštívit v jejím krásném foodtrucku Low carb v srdci během adventních trhů na kolonádě.

Otázka: Co byste z krabičky vánočního low carb cukroví „exklusivně“ ochutnali jako první?

Obsah krabičky vánočního cukroví „exklusivně“ najdete na webových stránkách lowcarbvsrdci.cz. Na těchto stránkách je také možné si v e-shopu vánoční cukroví do 15. 11. objednat.

Svoji odpověď zašlete do 30. 11. 2024 na e-mailovou adresu: redakce@novinypropodebrady.cz. Nezapomeňte připojit své jméno a telefonní číslo a souhlas se zveřejněním jmen vylosovaných výherců. Z došlých odpovědí vylosujeme výherce, který získá krabičku vánočního low carb cukroví „exklusivně“ (1 kg) v hodnotě 1 550 korun.

OBCHODY

OC Pískovka otevřelo

Nové obchodní centrum u kruhového objezdu mezi Přední a Pískovou Lhotou jménem Pískovka zahrnuje tři prodejny. Dvě z nich, Action a Bene nápoje, již přivítaly zákazníky, Perfecta – Vše pro dům a zahrada otevírá 1. listopadu.



Text a foto: Redakce NPP

Je šestý den od zahájení prodeje v OC Pískovka, dvě hodiny odpoledne a na prostorném parkovišti před centrem lze jen těžko najít místo. Zajímavé obchody u lidí budují.

Třetí v pořadí a ze všech největší

Usměvavá pokladní v prodejně Bene nápoje si pochvaluje prvotní zájem a vysvětluje, že každý měsíc budou na zákazníky čekat nové slevové akce. Po Praze a Benešovu jde o třetí a doposud největší prodejnu společnosti Benecentrum. Na ploše přes 1 000 m² nabízí široký sortiment kvalitních nealkoholických a alkoholických nápojů,

včetně exkluzivních značek a balení, dále lokální speciality, pochutiny a třeba i drogistického zboží za výhodné ceny. Nutno podotknout, že nabídka překvapí, je velká a ceny zvláště vybraných výrobků přívětivé. „Jsme rádi, že můžeme rozšířit naši síť a přinést zákazníkům v Poděbradech a okolí ještě více možností, jak si vychutnat jejich oblíbené nápoje,“ uvedl jednatel

společnosti Benecentrum Lukáš Ježek. Kromě vlastních nákupů bude prodejna sloužit také jako výdejní místo pro online objednávky z e-shopu alkobene.cz. Otevřeno je sedm dní v týdnu od 7 do 20 hodin.

Nejoblíbenější diskont v Evropě

Na velkorysý nákupní ploše prodejny Action je živo. Regály nabízejí



značné množství výrobků pro domácnost, DIY zboží (Do it yourself čili „Udělej si sám“) pro kutily a kreativní tvoření, hračky, oděvy, trvanlivé potraviny a mnoho dalšího. A samozřejmě už sem zavítal i vánoční sortiment – osvětlení a dekorace všeho druhu. Jedná se o v pořadí 75. prodejnu Action v Česku a devátou ve Středních Čechách. Také ona je součástí unikátního konceptu, jenž znamená: 6 000 kvalitních výrobků ve 14 kategoriích za nejnižší ceny. Řetězec každý týden představí 150 nových výrobků, přičemž více jak 1 500 položek tu stojí méně než 25 korun a průměrná cena produktu zde nepřesahuje 50 korun. „Otevřením prodejny u Poděbrad se přiblížíme ještě většímu počtu českých zákazníků. Jsem rád, že ve Středo-

českém kraji budeme mít již devět prodejen s pestrým a neustále se měnícím sortimentem,“ řekl generální ředitel společnosti Action pro Českou republiku Jan Štěpánek. Sympatické na tomto rychle rostoucím diskontním řetězci, který má více než 2 650 poboček

v 12 evropských zemích, je odpovědnost za snižování uhlíkové stopy a prosazování zásad oběhového hospodářství. Až 94 % dřevěných a 100 % bavlněných výrobků pochází z udržitelných zdrojů. Prodejna je otevřena každý den od 9 do 20 hodin.



Foto: archiv Action

KRÁTCE

Text: Lukáš Hladký

Sběrný dvůr chystá novinku

Z důvodu monitoringu množství dovezených surovin do areálu sběrného dvora probíhá u hlavního vjezdu instalace druhé mostové automobilové váhy. Díky tomu by mělo dojít ke zrychlení průběhu a nastavení bezobslužného procesu, kdy klient najede na váhu, prokáže se identifikátorem, dojde ke zvážení a vjezdu do areálu. Po odložení odpadu se celý postup zopakuje na výjezdu, kdy dojde ke zvážení a výpočtu odloženého odpadu. Tento systém po ukončení udržitelnosti dotace umožní komerční využívání sběrného

dvoru i pro právnické osoby. Váha s nosností 30 tun je navržena pro vážení nákladních automobilů. Bude 3 metry široká a 8 metrů dlouhá, zapuštěna bude do úrovně vozovky. Součástí stavby je dále posun oplocení a nová vstupní branka, přeložka dešťové kanalizace, instalace sledovacích kamer, ovládacích panelů pro rozpoznání SPZ a výjezdových závor před a za váhami včetně semaforů. Zakázku s cenou 2,8 milionu korun získala společnost HAVLÍK services, hotovo má být na přelomu roku.

Parkoviště na náměstí nebude

Na Jiřího náměstí vzniklo na pěší zóně vyhrazené parkoviště pro motocykly o kapacitě 6 míst, bílé vyznačená místa doplnily dvě značky umístěné uprostřed nového parkoviště. Úprava vyvolala zděšení

nejméně mezi občany, ale i mezi většinou zastupitelů. Ti konstatovali, že takové řešení je nedůstojné, především s ohledem na to, že hned vedle se nachází památkově chráněný pomník krále Jiřího. Vyzvali proto firmu, která značky instalovala, k jejich bezodkladnému odstranění, a to navíc na náklady této firmy, která k realizaci přistoupila ještě před tím, než opatření nabylo právní moci.

Pomoc po povodních

Město se rozhodlo pomoci krajům, které v září poničily povodně. Moravskoslezský a Olomoucký kraj získaly po 120 000 korunách. Na opravy přispělo také poděbradskému golfovému klubu, a to částkou 450 000 korun. Při povodních bylo zcela pod vodou 14 z 18 greenů, poškozeny byly nejen hrací plochy, ale i vybavení hřiště. Peníze pomo-

hou nejen s obnovou ploch, ale také například s opravou splavných mostků.

Odkládané stavby začínají

Hned dvě velké zakázky, o kterých se už řadu měsíců mluví, budou oficiálně zahájeny příchodem listopadu. V pátek 1. listopadu budou vítězným firmám předána staveniště pod nadjezdem a u Lupiče. Pod nadjezdem vznikne parkoviště o kapacitě 68 míst včetně 8 míst pro elektro vozy a 4 míst pro invalidy, u Lupiče se bude opravovat most. Oba projekty mají být dokončeny koncem dubna příštího roku.

Bronzová Babička roku

Text a foto: Vladimír Černý

Dne 8. 10. se v Obecním domě

Nymburk konala soutěž Babička roku 2024 pro Středočeský kraj. V soutěži uspěla i občanka města Poděbrady, paní Ludmila Mollová. Obdržela cenu jako zdaleka nejstarší babička v soutěži a v jejích nedávno oslavených 92 letech je i velký úspěch její celkové 3. místo.

Celý pořad moderoval Vladimír Hron, který obohatil program spolu se zpěvákem Bohušem Matušem písničkami zejména z období, které povětšinou starší obecnstvo v hledišti potěšilo. V pořadu vystoupily i dětské mažoretky.



ZDRAVOTNÍ PÉČE

Rozhovor s paliativním lékařem Tomášem Julákem

Je vedoucím lékařem hospicového týmu, který poskytuje paliativní péči pacientům v domácím prostředí. Nově působí v ambulanci podpůrné a paliativní péče v Jubilejním domě. To vše pod hlavičkou Centra sociálních a zdravotních služeb Poděbrady. Pamatují si jako dnes, kdy za mojí maminkou přišel domů sympatický dvoumetrový doktor Tomáš Julák.

Text a foto: Monika Langrová

Když se řekne paliativní medicína, mnozí si představí dlouhodobější péči o velmi staré nebo umírající lidi. Realita je trochu jiná. V rámci paliativní péče se lze starat o lidi všech věkových kategorií, včetně dětí. „Paliativní péče může běžet spolu s medicínskou klidně už od zjištění závažné diagnózy, kupříkladu když se pacient dozví, že má rakovinu. Onkolog mu sdělí něco ve smyslu: fajn, půjdeme do léčby, vy na to máte, ale příští týden nebudou vůbec jednoduché. Jestli chcete, vedle jsou dveře a za nimi je doktor paliatr, který vás tímto obdobím provede,“ říká na úvod rozhovoru Tomáš Julák. Kvítuje, že se paliativní péče teď šíří v nemocnicích i u praktických lékařů a že se klade důraz na důstojnost člověka, jeho autonomie a respektování jeho přání.

Pane doktore, co se děje dál, pokud nemocný paliativního lékaře navštíví?

Lékař nabídne pacientovi rozhovor



o tom, co ho přesně čeká, včetně toho, jak bude léčba probíhat, co přinese a co může naopak ubrat. Každopádně paliatr nemocnému nabídne, že se o něj bude starat, ať už léčba jeho onemocnění bude úspěšná či nikoliv. Je to někdo, s kým se lze bavit o prognóze, přáních i o tom, jak vypadá závěr života, pokud léčba selže. Ne každý se o těchto věcech bavit chce, a to by měl paliatr vždy respektovat. Často se lidé nebojí tolik smrti jako umírání. Proto jim v rámci paliativní péče nabídneme možnost, že je tímto nelehkým obdobím provedeme. Přičemž se nesnažíme život zkracovat ani ho nastavovat a vždy ctíme hodnotu člověka a celého jeho života.

Jak tedy paliativní péči nejlépe popsat?

V podstatě slovem podpůrný. Paliativní péče je podpora, pomoc v nemoci, doprovázení. Paliare znamená latinsky přikrýt. Původně se paliu říkalo antickému přehozu přes ramena, který později začali nosit biskupové coby znak své hodnosti. V angličtině je to comfort care, komfort jako pohoda.

No a v americké angličtině comforter znamená prošívanou deku. V každém případě se jedná o dobrý přístup. Znamená to poslouchat člověka, ctít jeho autonomii, jeho rozhodnutí a přání.

V Poděbradech je nově otevřena ambulance podpůrné a paliativní péče. Pro koho je především určena?

Ambulance by měla fungovat především pro lidi, kteří trpí závažným, život ohrožujícím či limitujícím onemocněním, ať už onemocněním onkologickým, srdečním či ledvinovým selháním, plicní chorobou nebo prostě stářím, stařeckou křehkostí a potřebují nějakým způsobem pomoci ulevit od různých nepříjemných příznaků, které nemoc či stáří mohou provázet. Také je určena lidem, kteří přišli s novou diagnózou, a nemyslím zrovna nádor. Je to pro ně nová přelomová informace. Říkájí si, jak tomu mám rozumět? Co s tím teď budou dělat? V ambulanci lze o tom všem hovořit. Lékař paliatr má na pacienta tolik času, kolik ho pacient potřebuje.

A mohou ji navštívit i rodinní příslušníci, že?

Ano, v ambulanci lze pořádát i rodinné konference. Klasickou situací je, že všichni včetně pacienta samotného o onemocnění vědí, ale moc o něm spolu nemluví. Rozhovor vše usnadní, jeho účastníci se mimo jiné dozvědí, na co mají nárok, kdo a jak jim může pomoci. To je hodně důležité.

Lidé asi mnohdy ani netuší, že tu takové možnosti jsou...

Velkým problémem naší civilizace je skutečnost, že si neumíme říct o pomoc. Tady je třeba změnit povědomí lidí a naučit je to. Jako v případech již zmíněných rozhovorů o různých situacích či o konci života. Jdu od onkologa, mám plnou hlavu informací, které jsem opravdu nečekal. Co teď s tím? To je přesně moment, kdy zavolám do ambulance podpůrné péče. Současně si myslím, že ve společnosti není ideálně nastavena určitá gramotnost v péči o člověka na konci života. Pracuje se na tom, hledají se různé postupy, jak tyto informace dostat do povědomí lidí. A to je moc dobře.

Vraťme se k domácí hospicové péči. Ta je poskytována nejen v Poděbradech, ale i v okolních městech a obcích. Kolika pacientům se v současnosti věnujete a kdo všechno tvoří mobilní tým, jehož jste vedoucím lékařem?

Náš Mobilní hospic... doma nejlíp se stará v průměru o 15 až 20 pacientů. Za těmito pacienty dojíždí zdravotní sestry a lékaři do jejich domácího prostředí. Součástí našeho týmu, tedy mobilního hospice, je dále psycholog, sociální pracovník, právník a duchovní. Výhodou je, že jsme součástí organizace, která se v rámci sociální a zdravotní péče klientovi věnuje měsíce, někdy i roky a sestřičky či pečovatelky dobře poznají, kdy je čas,

abychom pacienta převzali do naší hospicové péče.

Pamatují si, jak skvělá byla při péči o maminku ona možnost si kdykoliv zavolat na pohotovostní telefonní číslo mobilního hospicu o radu nebo pomoc.

Pohotovostní telefon je pro pečující jistota, že nezůstanou sami v těžkých chvílích, že se mají na koho obrátit ve své nejistotě. Je k dispozici 24 hodin denně, zdravotní sestra je schopna po telefonu poradit, ale většinou vyjždí k pacientovi, kde řeší nastalou situaci. Zdravotní sestře je k dispozici lékař ve službě, který v případě potřeby také vyjždí k pacientovi.

Kdy jste se rozhodl, že budete paliativní lékař? Jaká byla vaše původní odbornost?

Původně jsem anesteziolog. Paliativní medicína mě zajímala a se svojí ženou, zdravotní sestrou, jsme začínali s kapesním hospicem, jak jsme mu říkali. Více méně ve volném čase jsme spolupracovali s domácí zdravotní péčí. Absolvoval jsem semináře a byl na přednáškách o paliativním přístupu v intenzivní péči. Velmi mě to zajímalo. Původně to byl obor algeziologie čili léčba bolesti spolu s paliativou. Říkal jsem si, že bych se do toho rád pustil, ale nedošlo k tomu. Když se paliativní medicína osamostatnila, což je více než deset let, přihlásil jsem se k atestaci a získal ji v roce 2019. V té době se prosadilo, aby mobilní specializovaná paliativní péče mohla být hrazena ze zdravotního pojištění a nemuseli ji lidé platit. O rok později se hospicová péče stala součástí Centra sociálních a zdravotních služeb Poděbrady. Pořád se to učím. Neustále potkávám nové momenty, se kterými jsem se ještě nesetkal. Mnohdy řeším situace, kdy se musím podívat do jiného oboru či se na někoho obrátit o radu.

Naštěstí mám kamarády lékaře na telefonu, kteří mi vždy poradí.

Co je na vaší práci nejtěžší?

Nesmím v ní být utopený, protože bych byl k ničemu. Je důležité, aby do atmosféry problémů a smutku přišel někdo zvenčí, kdo nebude situací pohlcený. Kdyby to potkalo mou rodinu, já sám medicínsko-sociálně-ošetrovací věci řešit nebudu. Rád poslechnu kolegu, který mi řekne, abych se do toho nepletl a byl za pečujícího blízkého. Prostě budu ten, co drží za ruku.

Závěrem, jak je to s kapacitou vaší zahrady?

S koncem života se pojí těžká existenciální úzkost či bolest. Někdo má spoustu nevyřešených věcí, někoho by ještě chtěl vidět, mluvit s ním, poděkovat mu. Stejně tak se to týká domácích mazlíčků, kteří jsou na dotýcného léta fixovaní. Jedna z mých pacientek se opravdu velmi trápila, co bude s jejími dvěma pejsky, až tady nebude. Chtěl jsem jí této bolesti zbavit a pejsky jsem si vzal domů, aby věděla, že je o ně postaráno. Hodně jí to pomohlo. Kapacita naší zahrady je sedm psů a nyní je naplněná.

Hospicová péče je v rámci Centra sociálních a zdravotních služeb Poděbrady dostupná v těchto městech a jejich okolí: Poděbrady, Městec Králové, Nymburk, Sadská, Lysá nad Labem, Milovice, Český Brod, Pečky. Více na webových stránkách centrum-podebrady.info.

Ambulance podpůrné a paliativní péče

MUDr. Tomáš Julák
Jiráskova 252, tel. 771 503 133
E-mail: ambulance@centrum-podebrady.info
Út 13.00–17.00 | Pá 9.00–13.00
Pro návštěvu ambulance je nutné se objednat

POZVÁNKY

Dobrodružné toulky světem Pavla Čecha

12. 11. 2024 – 31. 1. 2025 | Polabské muzeum Poděbrady

Výstava v Polabském muzeu v Poděbradech – „Dobrodružné toulky světem Pavla Čecha“ s podtitulem „pro všechny, kteří rádi sní a milují dobrodružství“ – zve především dětské návštěvníky, ale i všechny dospělé, kteří si touží připomenout svoje dětství, znova probudit svět fantazie a společně si pohrát. Připravená výstava je interaktivní s programem pro návštěvníky s názvem „Klíče do světa fantazie“, což umožňuje v průběhu procházení výstavou nacházet hry a indicie, pomocí nichž postupně objeví sedm klíčů a získají poklad.

Pro školky a školy I. a II. stupně jsou připraveny tři odstupňované edukační programy. Více na www.polabskemuzeum.cz, rubrika O NÁS – Nabídka pro školy – Edukace výstavy Pavla Čecha. Představujeme tvorbu autora, malíře i spisovatele Pavla Čecha, ve více jak pětadvaceti knižních titulech. Mnohé z nich získaly ocenění za dětskou literaturu, např. cenu Muriel za komiks

„Tajemství ostrova za prkennou ohradou“ i dětskou knihu „Dědečci“ a „Velké dobrodružství Pepíka Střechy“, které dostalo zároveň i cenu Magnesia litera. Pavel Čech, původní profesí zámečnický a profesionální hasič, se v průběhu třiceti let etabloval na mimořádně tvůrčího autora dětských knih a komiksů, vystavuje již od

roku 1994. Inspirací mu byly knihy Jaroslava Foglara, Julesse Verne, knihy Michala Ajvaze, ilustrace Maxfielda Parrishe, Gustava Doré, filmy o Vinnetuovi, kniha Ernesta Setona Dva divoši, film Karla Zemana „Cesta do pravěku“, ilustrace Zdeňka Buriana a současného Petra Modlitby...

Svoji fantazií a výtvarnou vypracovanost i originalitou je srovnatelný snad jedině s tvorbou dětských knih od autora Petra Síse.

Jeho knihy nás uvádějí zpět do dětských světů, dojmají nás a jsou prostě krásné. Jako by autor nestárl a zůstával stále se svojí dětskou duší.

Kurátorka a edukátorka výstavy Mgr. et Bc. Veronika Liptáková



Vánoční workshop: vazba adventních věnců

Sobota 23. 11. | Polabské národopisné muzeum – Skanzen Přerov nad Labem
Přijďte si vyrobit přírodní adventní věnec na stůl nebo jako vánoční dekoraci na dveře. Nad hrnkem voňavého čaje či dobré kávy se naladíte na slavnostní atmosféru adventu, klid a vánoční pohodu v jedinečném prostředí dobové chalupy ve skanzenu. K dispozici budete mít veškerý potřebný materiál na výrobu věnce, svíčky, pracovní pomůcky a drobné vánoční občerstvení. V ceně 990 Kč na osobu je zahrnuta i prohlídka skanzenu. Počet míst je omezen. Termín: 23. 11. v době od 9.00 do 13.00 hod – 10 osob a od 13.00 do 17.00 hod – 10 osob. Objednání na telefonu: 733 715 342. (pm)

NOVINY PRO PODĚBRADY

Tiráž

měsíčník • vychází první čtvrtek v měsíci

Vydává: Mgr. Monika Langrová • Korespondenční adresa: Hellichova 797, 290 01 Poděbrady • IČO: 09337067

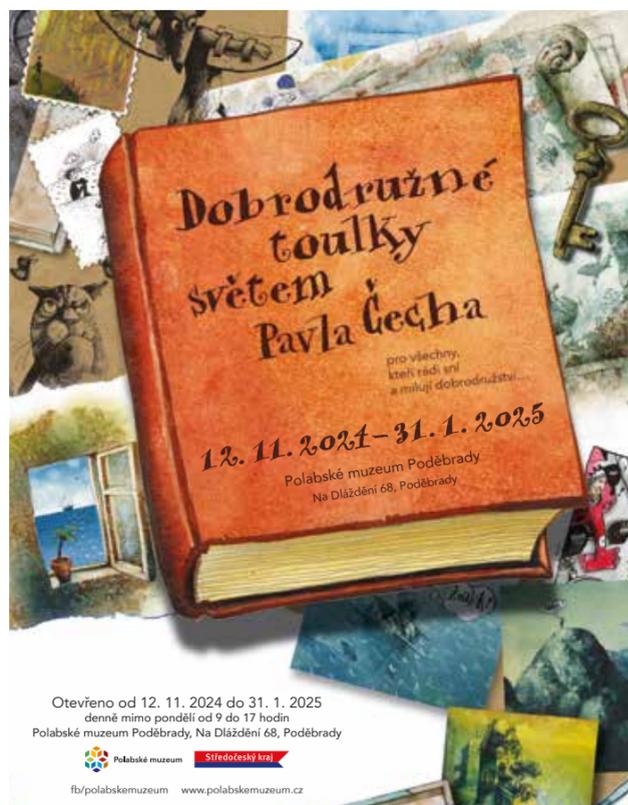
- Registrace: MK ČR E 23991
- Telefon: 723 550 281 • E-mail: redakce@novinypropodebrady.cz
- www.novinypropodebrady.cz
- Redakce Mgr. Monika Langrová (vedoucí redakce), Lukáš Hladký, stálí spolupracovníci: PhDr. Jana Hrabětová, Milan Čejka, MUDr. Roman Kostinek, Ing. Boris Cacara
- Grafická úprava: Tomáš Čivrný
- Inzerce: viz výše uvedené kontakty
- Náklad: 1 200 výtisků
- Tisk: Tiskárna BOFTISK, s. r. o.

Příští číslo vyjde ve čtvrtek 5. 12. 2024

TERMÍNY VYDÁNÍ V ROCE 2025
č. 1 – 2. 1., č. 2 – 30. 1., č. 3 – 27. 2.

UZÁVĚRKA DODÁNÍ PŘÍSPĚVKŮ A PODKLADŮ
PRO INZERCÍ JE VŽDY K 15. PŘEDCHOZÍHO MĚSÍCE

CENÍK INZERCE | PŘEDCHÁZĚJÍCÍ ČÍSLA K PŘEČTENÍ
VE FORMÁTU PDF najdete na www.novinypropodebrady.cz.



Otevřeno od 12. 11. 2024 do 31. 1. 2025
denně mimo pondělí od 9 do 17 hodin
Polabské muzeum Poděbrady, Na Dláždění 68, Poděbrady

Polabské muzeum Středočeský kraj
fb/polabskemuzeum www.polabskemuzeum.cz

PRÍBĚHY

František Tlapák (1885–1967)

Někdy je snazší psát o postavě z hlubokého středověku než o člověku z minulého století. To platí i pro stavebního podnikatele Františka Tlapáka. V jeho životě je sice hodně bílých míst, ale přesto je třeba tuhle osobnost, která výrazně ovlivnila Poděbrady v první polovině 20. století, připomenout. Rodák ze Stracovské Lhoty u Hradce Králové se nejprve vyučil zedníkem a fasádníkem, později dělal na stavbě políra a nakonec i stavbyvedoucího. Jeho narození mělo hodně dramatické okolnosti. Maminka odešla za prací do Prahy, kde otěhotněla s neznámým mužem, vrátila se ke svým rodičům, tam syna Františka porodila a nechala ho svým rodičům. Více ji nikdo neviděl, a tak se o výchovu nečekaného vnuka starali prarodiče. Protože mu práce šla od ruky a dokázal u ní přemýšlet, tak prarodiče moudře usoudili, že by mu měli umožnit studovat. Odešel do Prahy na stavební průmyslovku a bylo to správné rozhodnutí,



kteřé završilo absolutorium vysoké školy. František byl cílevědomý, ctízádnostivý, snažil se vyniknout a věděl, že bez vysoké školy neuspěje. Protože ho na vysoké škole už prarodiče nemohli podporovat, vydělával si na živobytí i na školu nejrůznějšími brigádami a hlavně kondicemi, které dával jiným studentům, až se dopracoval k diplomu promovaného architekta. Mladý architekt se rozmýšlel, kde by zapustil rodinné i podnikatelské kořeny. Při svém hledání objevil mladé a bouřlivě se rozvíjející lázně Poděbrady. Tady byl za první republiky mimořádný stavební boom. František Tlapák usoudil, že by to mohlo být místo zaslíbené.

Od konce dvacátých let se tak v Poděbradech objevila na fasádě penzionu Rádio v dnešní Hakenově ulici nová mosazná tabulka – Architekt František Tlapák – podnikatelství staveb, technická stavební kancelář. Jeho manželkou se stala Marie Belzová (1891–1954), která se především našla v manželově největší realizaci v Poděbradech, kterou byl jeho luxusní funkcionalistický hotel Tlapák (po roce 1948 hotel Fučík) na kolonádě, poblíž květinových hodin. Měla na starosti celý hotelový provoz a svou péčí se zasloužila, že patřil k nevyhledávanějším ubytovacím zařízením se skvělou vyhlášenou kuchyní. Pro rodinu Františka Tlapáka (měl jedinou dceru) a zvláště pro něj osobně byla velká životní rána, když byl hotel v červenci 1948 znárodněn. Bylo to rodinné stříbro, kam s velkou radostí zval své slavnější kolegy a přátele, jako byl architekt Josef Gočár, ba dokonce i věhlasný geniální francouzský samouk Le Corbusier, neformální zakladatel funkcionalismu, který si několikrát zajel do Poděbrad odpočinout od svých rozpracovaných projektů v Moskvě. Známy je apel architekta pověstných širokých kolonád a bulvárů, aby budoucí přestavba Divadelní ulice

vždycky respektovala, že socha Jiřího z Poděbrad musí být vidět z hloubky kolonády celá a nejen ocas jeho koně. Tlapák byl přítomen diskusím, když velcí architekti rozmlouvali o architektuře a Josef Gočár, architekt, který změnil vzhled Hradce Králové, ho považoval za svého přítele a spolupracovníka. Ještě před druhou světovou válkou společně domlouvali se sociálně demokratickým ministrem sociálních věcí Jaromírem Nečasem nezbytnost realizace nové železniční tratě Pečky, Poděbrady, Městec Králové, Nový Bydžov, Hořice, která by významně přispěla k zaměstnanos-

ti v regionu. Leč slibně se rozvíjející projektovou přípravu ukončila německá okupace. Mnohokrát přišla řeč i na urbanismus samotných Poděbrad a byl to právě Gočár, který už koncem třicátých let vizionářsky předvídal, že Poděbrady potřebují druhý most v západní části města v návaznosti na Mánesovu ulici, aby v budoucnu nedocházelo ke kolapsu dopravy. Stejně tak se shodli, že je třeba zachovat starý železný most pro místní dopravu. Za okupace však Němci zcela vážně plánovali most zbourat a nahradit ho mostem betonovým. Tlapák dokonce přesvědčil architekta

Gočára, který byl velmi respektovanou osobou, aby v roce 1940 společně navštívili říšského projektora Konstantina von Neuratha a aby u něj orodovali za zachování starého mostu a za výstavbu nového betonového na jiném místě. Prý jejich mise byla úspěšná, dostali příslib v obou žádostech, leč splněna byla jen polovina. Most nebyl zbourán. Samozřejmě František Tlapák dle urbanistických vizí měl i klasickou stavební firmu. V Poděbradech postavil dnešní hotel Golfi, mateřskou školu v Palachově ulici, řadu rodinných domů, podle projektu architekta Kerharta postavil dnešní zemědělskou školu, pro rodinu postavil impozantní bytový dům a sídlo firmy v Tyršově ulici naproti penzionu Luxor, má také řadu dalších realizací v Lomnici nad Popelkou, v Kouřimi, Hořících, v Jilemnici, na Vysočině. (LL)

Zpracováno s využitím textu Miroslava Malovce v Poděbradských novinách z roku 1997 a vzpomínek vnučky Heleny Kováčové. Foto: archiv H. Kováčové

Převzato z velké encyklopedie poděbradských osudů, které si lze přečíst na webových stránkách podebradskeosudy.cz.



PRÍRODA

Známa neznámá škumpa

Škumpa orobincová (Rhus typhina) je zajímavá nejen svým jménem, ale především svými dekorativními karmínově zbarvenými šišticemi, které připomínají červené svíčky na vánočním stroměčku.

Text a foto: Ing. Boris Cacara



Škumpa orobincová je nejen dekorativní, ale také užitečný strom.

Škumpa orobincová nepatří sice mezi původní evropské rostlinstvo, letos slavíme 400 let od doby, kdy byla v roce 1624 převezena do Evropy, ale za tu dobu ji snad můžeme považovat za dostatečně zdomácněnou. Naši předci používali červené bobule škumpy orobincové pro výrobu fermentovaného ovocného octa, odtud také starší název škumpa octová. Recept je stejný jako na výrobu ostatních fermentovaných octů, balzamického, rybízového, bezinkového, rýžového atd., na internetu ho určitě najdete. Ocet se dá použít i na škumpovou limonádu, když škumpu naředíme vodou. (Pozn. autora: neplést si s lihovými octy – ty jsou vyráběny kvašením ředěného etanolu!) Škumpa upomíná také na zapomenutá řemesla, jako je koželužství. Listy a kůra škumpy mají daleko vyšší obsah tříslovin než tuzemské dřeviny, dub a smrk, a proto byly používány ke zpracování kůží. A co výroba historického inkoustu? Považením drtě bobulí a listů s přidáním zelené skalice – siranu železnatého – si díky obsahu tříslovin můžeme vyrobit černý inkoust, podobně jako z dubových duběnek. S názvem škumpa nebo také Sumah, Sumaq se můžeme setkat rovněž v kuchyni, kde jsou

sušené a drcené plody škumpy používány jako koření pro přípravu orientálních pokrmů. Tyto plody pocházejí především ze škumpy koželužské (Rhus coriaria), jediného druhu (škumpy, který v Evropě původně roste. V neposlední řadě je škumpa orobincová používána v lidovém léčitelství, proto i v našem lázeňském městě Poděbrady má své místo. Až město Poděbrady jednou zainvestuje do informačních cedulek u významných léčivých stromů, u škumpy orobincové může být tento text: Škumpa orobincová je v lidovém léčitelství používána při léčbě revmatismu, pohlavních chorob, průjmů, kašle a bolení v krku, proti střevním parazitům, má protizánětlivý účinek, snižuje krevní tlak atd.



Tmavě purpurová šišticeová plodenství škumpy jsou složena z ochlupacích bobulí.

Fotografie našich čtenářů

Pan Miloslav Beránek nám do redakce zaslal několik hezkých fotografií přírody. Jednu z nich jsme vybrali. Třepenitka svazčitá je dokladem toho, že hub se letos urodilo nadbytek. Tuto třepenitku vzhledem k její hořkosti určitě nebudete jíst. Městské lesy i ostatní lesy v okolí Poděbrad však stále nabízejí příležitost přinést si domů něco dobrého na houbovou smaženici.



Třepenitka svazčitá

TURISTI

Park DinoLive

Text: Marian Zůra

Na výlet se nás po ránu sešlo šest členů KČT Poděbrady všech věkových kategorií. Společně jsme vyrazili rychlíkem ČD do Prahy na Hlavní nádraží, poté tramvají až téměř na konečnou, odkud to bylo již jen kousek pěšky ke vstupu do naučného a zábavního parku DinoLive. Tento park měl obsahovat 70 modelů dinosaurů různých velikostí i kategorií, všechny pohy-

livé, a naučnou stezku s popisem, jak si sami škodíme naší přírodě a co můžeme pro okolní přírodu udělat lépe. Po vstupu do areálu jsme byli hned na počátku u prvního exponátu velmi překvapení, mile překvapení. Provedení dinosaurů bylo naprosto úžasné, daleko dokonalejší, než jsme očekávali. Postupně jsme procházeli přírodou vytyčenou trasou a byli stále více a více překvapeni. Skutečně se hýbaly všechny modely. Mimoto většina z nich vydávala zvuky, a ozvučené bylo i celé okolní prostředí. Z lesa se ozývalo volání mláďat, běh skupinky lovců svoji večeři, souboj samců,

zvuky páření a mnoho dalšího. Ztvárnění byli jak býložravci, tak masožravci, jedinci žijící samostatně i skupinové druhy. Suchozemští dinosaurů, létající, a dokonce i jejich detailní kostry. Vše vkusně zasazené do okolní přírody. Překvapilo nás také velké množství laviček a odpočívadel na trase. Z prohlídkové trasy jsme plynule přešli na naučnou stezku, kde jsme si mohli prohlédnout také skupinku lidí neandertálských, jak táboří, a dorazili do zábavního centra s množstvím atrakcí pro děti. Výlet se nám moc líbil, na procházku po chráněné rezervaci Divoká Šárka vyrazíme zase příště.

Inzerce

Netradiční dárky od
ROBOTY S CHOBOTY s.r.o.
pouze na
www.kupsicaj.cz

HISTORIE

PROMĚNY MĚSTA
VE 20. STOLETÍText: PhDr. Jana Hrabětová
Foto: archiv Polabského muzeaPoděbradské
hřbitovy

1. Od středověku až do roku 1784, do nařízení Josefa II., že hřbitovy nesmí být ve městě, se pohřbívalo uvnitř i kolem kostela Povýšení sv. Kříže.



2. Nový hřbitov proto obec založila v polích za městem při staré pátecké cestě. Na konci 19. století, kdy už byl ze všech stran obestaven domky a zemědělskými usedlostmi, vymohli si okolní obyvatelé přeložení hřbitova do katastru obce Kluk, kde už dříve byl založen hřbitov židovský a evangelický.

3. Naposledy se zde pohřbívalo v roce 1903. Většina náhrobků byla pak přenášena na nový hřbitov v Kluku postupně od hlavního vchodu. Ze starého hřbitova se zachoval na místě původní hlavní kříž a náhrobek dr. Františka Boučka. Z celého hřbitovního areálu se stal park (dnešní Purkyňovy sady), kde byla v roce 1928 slavnostně odhalena původní socha T. G. Masaryka.

4. O projekt na nový hřbitov byl v roce 1902 požádán známý



secesní architekt Josef Fanta. Ten navrhl i dekorativní severní zeď s plastikami Františka Bílka a hrobku rodiny Hellichů. Při této zdi jsou i hrobky řady dalších významných poděbradských rodin a mnoho umělecky hodnotných náhrobků.



5. Z rodinného archivu dr. Bohumila Boučka pochází snímek z budování kenotafu Ing. Vojtěcha Birbauma v roce 1904 ve východní části hřbitova. Byl to první manžel Boženy Boučkové, rozené Schnirchové. Pomník navrhl Boučkův bratranec a významný architekt Antonín Engel. Při devastaci pomníku v roce 2012 byla ukradena krásná secesní výzdoba od dalšího příbuzného Franty Anýže.

6. Pískovcový náhrobek dvouleté dcerky manželů Vojtěcha a Boženy Birbaumových Aničky zhotovil její strýc sochař Bohuslav Schnirch. Po zrušení starého

hřbitova byl náhrobek přestěhován do Boučkovy zahrady na Nymburském předměstí. Při její likvidaci byl uložen v muzeu až do doby, než byla na hřbitově založena rozptylová loučka.



KULTURA

Chrámem se
nesl zpěv

Collegium 2010 – hudební soubory studentů a absolventů Gymnázia Jiřího z Poděbrad se představily veřejnosti úspěšným koncertem k Roku české hudby 5. října v husitském kostele Poděbrady. (jd)

Foto: Zdeněk Suchánek



Pozvánky

Zimní slunovrat v Galerii
Ludvíka Kuby

Mladý výtvarník Jirka Houska představí ukázky ze své tvorby v Galerii Ludvíka Kuby. V podstatě nabídne výběr z několika tematických cyklů. Slavnostní zahájení za účasti autora se uskuteční v sobotu 2. listopadu od 19 hodin. K výstavě promluví ředitel galerie Vojtěch Odcházal. Vernisáž hudebně obohatí členové NeoKlasik orchestru. Návštěvníci si budou moct prohlížet obrazy s náměty dávných Vikingů, starých Slovanů, skřítků a dalších bájných nebo mytologických bytostí. Další náměty se týkají krajiny, oblastí sci-fi a fantazie inspirované přírodními vědami. Výstava potrvá do 26. ledna 2025. (čej)

Výstava Prolínání
v Polabském muzeu
v Poděbradech

Akademická sochařka a malířka Blanka Proksková není poděbradskému publiku neznámá, vystavovala zde v roce 2008 v Galerii Ludvíka Kuby ucelený retrospektivní výběr třiceti sochařských portrétů. Jako malířku, přetavující do barvy a plastických tvarů jak

témata biblická, tak i témata ovlivněná vnímáním přírody, ale i reflexi války na Ukrajině, ji bude mít možnost poděbradský divák poznat na připravené výstavě v Polabském muzeu. Architektka a malířka Oksana Vasylyeva z Prahy přesídlila do Polabí a vedle své profese designové návrhářky začala rozvíjet nesporný malířský talent. Její abstrakce jsou jak expresivně pulsující, tak i do detailu propracované. V jejích obrazech se opět zrcadlí poctivé řemeslné zpracování a v jejím případě i myšlení designérky. Obě dámy velmi působivě používají abstraktní malbu, v barevné škále se v některých dílech „prolínají“. V tématech, technice a způsobu provedení jsou však obě velmi originální. Věříme, že konfrontace obou umělkyní právě proto bude ve společném výstavním prostoru muzea jedinečná. Výstava Prolínání bude probíhat od 5. 11. 2024 do 31. 1. 2025.

Mgr. et Bc. Veronika Liptáková – kurátorka výstavy

Libický divadelní podzim
pokračuje

Třiadvacátý ročník festivalu Libický divadelní podzim nabídne další dvě inscenace. Nejprve se v sobotu 23. listopadu v 15 hodin v libickém kulturním domě představí poděbradské Divadlo U Váňů s Pohádkou tak trochu na hlavu. Soubor se nechal inspirovat Nezbednými pohádkami Josefa Lady. Malí i velcí diváci se mohou těšit na několik obvyklých pohádkových bytostí, ale i netradičních postav a také na řadu veselých situací. Večer v 19 hodin nabídne DS Vojan Desná – Mladá haluz komorní hru s detektivní zápletkou od Pavla Kohouta nazvanou Kyanid o páté. Jedná se o osudové setkání dvou žen, které svedly dohromady netušené vazby z minulosti. (čej)

Pozvánka

KOMENTOVANÁ
PROCHÁZKA
PO PODĚBRADSKÉM
HŘBITOVĚ V KLUKU

„Nenechte si ujít další komentovanou procházku poděbradským hřbitovem v Kluku. Sraz u hlavní brány.“

DR. LADISLAV LANGR

1. místostarosta Poděbrad

Vstup volný.

KALENDÁŘ AKCÍ

Pátek 1. 11. | Jan Bakeš (Iranon) – kytara a zpěv | Kavárna HeArt Cafe na 1. nádvoří zámku | 17.30 | 80 Kč | Hudební podvečer plný autorských a převzatých písní známých interpretů

Sobota 2. 11. | „Můžem, co chcem“ – charitativní podnikatelská konference | Divadlo Na Kovárně | 15.00–18.00 | Program: Inspirace lidmi, kteří dělají, co je těší a dává jejich životu smysl. Investuj do svého růstu na podnikatelské konferenci, kde načerpáš inspiraci, navážeš cenné kontakty během networkingu a získáš praktické rady pro tvé podnikání. Pomož svou účastí na konferenci splnit přání těm, kteří si ho sami splnit nemohou. Veškerý výtěžek poputuje na podporu projektu Sanitka přání. Pořadatel: Podnikatelky SOBĚ. Vstupné na stránkách podnikatelkysobe.cz

Neděle 3. 11. | Měla babka čtyři jabka – pohádka | Divadlo Na Kovárně | 15.00 | 90 Kč | V každém jablíčku je skrytá jedna pohádka. Tyto čtyři pohádky tvoří díky vtipné propojovací lince, tedy hře na babky a dědky, hravý celek, který malé diváky vtáhne do pohádkového děje. Nechybí ani melodické, notoricky známé dětské písně a velké loutky zvířátek. Hraje: DS VOJAN Libice nad Cidlinou

Sobota 9. 11. | Svatomartinské trhy | 1. nádvoří zámku a Jiřího náměstí | 11.00–18.00 | Vstup zdarma | Tradiční událost spojená s ochutnávkami prvních vín aktuálního ročníku. Součástí akce bude jarmark řemeslných produktů a pochutin, vinařská zóna a doprovodný program v podobě příjezdu Martina na bílém koni (11.00), slavnostního otevření prvního mladého vína a vystoupení cimbálové muziky Réva (14.00–18.00). Víno se bude nalévat výhradně do festivalových sklenic.

Čtvrtek 14. 11. | Blázinec – abonentní představení | Divadlo Na Kovárně | 19.00 | 590 Kč | Napínavá groteska o světě, ve kterém se vlády zmocní blázni z jednoho psychiatrického ústavu. Jeden herec, patnáct rolí. Účinkuje: Miroslav Táborský

Úterý 19. 11. | Podzimní koncert | Divadlo Na Kovárně | 18.00 | Vstupné dobrovolné | Vystoupí žáci, studenti i pedagogové ZUŠ Otakara Vondrovce Poděbrady v pestrém programu ze všech studijních oborů

Čtvrtek 21. 11. | Beseda se spisovatelkou Petrou Soukupovou | Městská knihovna | 18.00 | 80 Kč | Autorka je nositelkou hlavní ceny Magnesia Litera. Předprodej vstupenek v oddělení čítárny

Čtvrtek 21. 11. | Křeslo pro hosta s hercem Igorem Chmelou | Kongresové centrum Lázeňská kolonáda | 19.00 | 250 Kč | Předprodej vstupenek na lazne-podebrady.cz

Pátek 22. 11. | MyLenky – viola, klavír | Kavárna HeArt Cafe na 1. nádvoří zámku | 17.30 | 100 Kč | Hudební pásmo romantických melodií v nádherném zvuku a podání dvou sympatických interpretů

Neděle 24. 11. | Sluncomrak – pohádka | Divadlo Na Kovárně | 15.00 | 90 Kč | Tajemná kupa na jevišti skrývá svět, kde kytky tančí, ptáci swingují, včelka bzučí a jedno telátko objevuje život. Připojte se k pohádkovému dobrodružství Sluncomraka, kde se humor, hudba a každodenní „překvapení“ podílí na koloběhu života. Pro malé diváky i jejich rodiče – příběh o růstu, lásce a věčném obnovování. Hraje: Divadlo Máj Praha

Rozsvícení vánočních stromů

Pátek 29. 11. | 17.00 | Žižkov

Sobota 30. 11. | 17.00 | Přední Lhota / 17.30 | Velké Zboží / 18.00 | Kluk

Neděle 1. 12. | 17.00 | Jiřího náměstí – rozsvícení vánočního stromu s dlouhonohými vánočně osvětlenými anděly, 16.45 Dětský pěvecký sbor Sedmikráska, 17.45 na kolonádě koncert Míši Noskové s kapelou (vstup zdarma)

Zámecký biograf

Není-li uvedeno jinak, začátek promítání je v 19.00. V pondělí a úterý se nepromítá.

Pá 1. 11. **THE APPRENTICE: PŘÍBĚH TRUMPA** | So 2. 11. v 16.00 **BUFFALO KIDS** | So–Ne 2.–3. 11. **VÝJIMEČNÝ STAV** | St 6. 11. **KONKLÁVE** | Čt 7. 11. **ARCHITEKTURA ČSSR 58-59 – ČTVRTEČNÍ FILMOVÝ KLUB** | Pá 8. 11. **MEGALOPOLIS** | So–Ne 9.–10. 11. **POKLAD** | Ne 10. 11. v 16.00 **VELKÝ PÁN** | St 13. 11. **TAJEMSTVÍ SMRTI** | Čt 14. 11. **GLADIÁTOR 2 – PREMIÉRA** | Pá 15. 11. **GOEBBLES** | So 16. 11. v 16.00 **200% VLK** | So–Ne 16.–17. 11. **AMERIKÁNKA** | St 20. 11. **ROK VDOVY** | Čt 21. 11. **HERETIK – PREMIÉRA** | Pá 22. 11. **KDYŽ SE SVĚTLO ZLOMÍ** | So 23. 11. v 16.00 **TRANSFORMERS JEDNA** | So–Ne 23.–24. 11. **POKLAD** | St 27. 11. **ANETA** | Čt 28. 11. **ÚSMĚV 2** | Pá 29. 11. **VLASTNĚ TĚ MÁM RÁDA, TATI** | So 30. 11. v 16.00 **ŽIVOT K SEŽRÁNÍ** | So–Ne 30. 11. – 1. 12. **VLNY**
Více informací na www.zameckybiograf.cz

Lázně Poděbrady, a.s. pořádají

KŘESLO PRO HOSTA



s Marií Tomsovou
čtvrtek 7. 11. 2024
 od 19:00 hod.

Kongresový sál Lázeňská kolonáda Poděbrady
 Moderace PhDr. Jiří Vaníček

Vstupné: 200 Kč (lázeňští hosté),
 250 Kč (veřejnost a na místě)

Vstupenky k zakoupení v recepcích hotelů
 a na webu: www.lpdz.cz/tomsova

MEDIÁLNÍ PARTNER
 Střední Čechy
 Česká republika
 FM 102.7



Foto: Lenka Hrabáková

Lázně Poděbrady, a.s. pořádají

Martina KREIBICH  Ludovít KAŠUBA



sobota 23. 11. 2024
 od 19:00 hod

Kongresový sál Lázeňská kolonáda Poděbrady

Vstupné: sekce A – 450 Kč, sekce B – 350 Kč
 Vstupenky k zakoupení v recepcích hotelů
 a na webu: www.lpdz.cz/kasuba124

MEDIÁLNÍ PARTNER
 Střední Čechy
 Česká republika
 FM 102.7



Inzerce



SOŠ Multimediálních studií Poděbrady

Začni svoji kreativní cestu u nás

- ▶ **MULTIMEDIÁLNÍ TVORBA**
- ▶ **DESIGN A NOVÁ MÉDIA**

Dny otevřených dveří:
21. 11. a 30. 11. 2024



www.mm4you.cz

Pokračování rozhovoru z titulní strany**Odbočme od sportu.****Co jste studoval?**

Neuměl jsem matiku, ale byl jsem šikovný na ruce. Šel jsem na zdravotnickou školu, na zubního technika.

Opravdu?

Ano, jsem zubní laborant, umím protézy, můstky. A proto, jak vidíte, mám ve třicetiletí rovnátka, protože si uvědomuji, že to je důležité.

Dělal jste to někdy?

Ano, dělal. Ale zjistil jsem, že to je strašná řehole a že se na to nehodím. Nemohu sedět na zadku. Šel jsem do tátovy malé firmy na nápojové automaty a postupně ji rozvíjel. Přitom jsem si udělal vysokou hotelovou školu v Praze.

A k tomu jste zápasil a získával ony zmíněné tituly...

Měl jsem firmu, dělal školu a sportoval jsem. Pamatuji si, jak jsem přišel na závody do Ruska a povídal si se soupeřem. Zeptal jsem se ho, jak často trénuje. Odvětil, že je policajt a trénuje třikrát denně. Zmohl jsem se jen na „aha“. Byl jsem v té době rád, když jsem se do tělocvičny dostal každý den. Přesto se mi s ním dařilo na žíněnce držet krok.

V současnosti jste trenérem zmíněného grapplingu a MMA v tělocvičně GYM24, kterou jste**v suterénu obchodního domu „Růžový slon“ otevřel přesně před pěti lety. Jak k tomu došlo?**

Pod klubem MMA Poděbrady jsme nejprve trénovali v DDM Symfonie, kde začínali současní úspěšní MMA zápasníci Miloš a Ondra Petráškoví, Vít Vávra a Jan Turek. Pak jsme byli v „bunkru“ na základní škole, kde je dnes Boxing Poděbrady Daniela Vencla, a následně jsme odešli do fitness klubu Evo na Žižkově. Po pěti letech jsme chvíli byli v Nymburce a potom se objevila možnost pronajmout si prostor pod Albertem. Dnes jsem za to nejradši na světě. Mám dvě děti, které chodí do základní školy Václava Havla. Tělocvična je v podstatě před školou, což je velmi praktické. Rozjezd GYM24 se díky tomu, že mám kolem sebe skvělé lidi a podporující rodinu, dobře vydařil.

Zmínili jste své děti. Dá se říct, že vyrůstají v tělocvičně?

To zas úplně ne, ale jsou tam hodně často. Dcera dělá mimo MMA i pole dance, který má v GYMu také své zázemí. Trénuje ji Pavlína Ottová a je perfektní, co spolu už dokázaly. Syn se zatím se mnou „jen pere“. Vnímám, jak postupně sílí. Je to dobrák a moc hodnej kluk. Já byl v jeho věku stejný. Pak se to u mě zlomilo a najednou jsem se chtěl prát. Tím, že je mi podobný, možná u něj dojde k tomu samému. Ale nenutím ho, aby zákonitě dělal to, co já.

Tělocvična je nyní zajištěná, nabízíte mnoho lekcí různých bojových sportů a dalších**cvičení, osobní tréninky pro děti a dospělé. Na stránkách máte uvedené, že nejste běžný Gym, ale komunita, kde se k sobě i tak chováte. Co si pod tím máme představit?**

Je to něco, co mě doslova naplňuje. Jedná se opravdu o komunitní záležitost. Nejsem typický šéf, neumím to. Nemám rád konflikty, naopak mám rád dobré vztahy a chci v tělocvičně udržovat zdravou kamarádkou atmosféru. Snažím se, aby šlo o partu lidí, která spolu buduje další společnou velkou partu. Trenéry to baví a vydělávají si peníze. Jde o celoživotní sportovce, kteří toho ve svém odvětví hodně dosáhli. Nemusejí si dál nic dokazovat, ale mohou toho spoustu předat a já jsem za ně všechny rád. Nikdo je nevede, mají možnost za mnou s čímkoliv zajít, ale v zásadě nejsem jejich nadřízený. Jsme často spolu, pořádáme soustředění, závody. V GYM24 je skutečně přátelské prostředí a je tam pořad sranda. Jedna paní, co k nám chodila cvičit, řekla, že taková atmosféra jinde není. Dokud budu schopný tělocvičnu vést, chci, aby to tímhle způsobem fungovalo. V hlavě sice mám další projekty, kterým bych se chtěl věnovat, ale třeba jednou přijde můj syn a převezme to, nebo jiný vedoucí, který to bude cítit podobně jako já. Teď nás čeká velká party, tělocvična bude osvětlená jako diskotéka, poběží kruhový trénink, zápasení na žíněnce, do toho všeho bude hrát hudba jako na diskotéce. Kamarád bude mít v oktagonu mixážní pult, hudba bude nahlas a my se do toho budeme řezat.

Na tuhle část naváže večírek s diskotékou, v malém sále bude bar, lidi budou mít na sobě filmové kostýmy a i v těch si budou moct zacvičit. I díky tomu nejsme běžný Gym, ale báječně fungující komunita.

V roce 2016 jste s kamarádem Jarmilem Michalem založil organizaci MMA pomáhá a každoročně jste v rámci nymburského Galavečeru MMA pořádali sbírku pro postižené děti. Je to další věc, co vás naplňuje?

Baví mě dělat něco navíc, nechci skončit tím, že budu jenom trénovat, čímž to nechci nijak ponižovat. Proto jsem i v minulosti pořádal v Nymburce Galavečery MMA, které byly spojené se sbírkami pro postižené děti. K té vůbec první se váže zajímavý příběh. Rozhodli jsme se pomoci rodině z Křehlebs s dvojčaty s dětskou mozkovou obrnou. Vlastně kvůli nim jsme celý projekt spustili. Kamarád, profesionální hokejista Honza Stehlík, tehdy nastoupil do „Zápasu pro dobrou věc“. Byl to pro něj první MMA zápas. Zapojili jsme do toho zmíněnou rodinu, udělali jsme trička, plechovky s našimi jmény, všechno se to prodávalo. Podařilo se nám vybrat částku přes 144 tisíc na speciální rehabilitaci, která dvojčatům pomohla. Není to tak dlouho, co jsem do tělocvičny přijal nového trenéra, absolventa fakulty tělesné výchovy a sportu – fyzioterapeuta. Při našem prvním setkání se mě zeptal: „Ty nevíš, kdo jsem, víd?“ Odpověděl, jsem, že nevim. Řekl, že je starší brácha zmíněných

dvojčat, pro které jsme uspořádali první sbírku. Trénuje u nás, vede dětské posilování. Takhle krásně se kruh uzavřel. Celkově jsme během sedmi galavečerů vybrali přes čtyři miliony korun. Je to velká zodpovědnost a stojí to moc času, ale pusťte se toho v žádném případě nechceme.

Teda Lukáši, vypadá to, že na co sáhnete, to se vám daří...

V mém životě toho proběhlo strašně moc, vzestupy i pády. Stejně jako si pamatuji, co mi řekla máma, nezapomenu, co mi pověděl táta. Jednou jsem přišel

domů nadšený, protože se dokážu pro věci pořádně nadchnout. Ať už je to GYM24, nebo MMA pomáhá, teďka mám v hlavě další projekt. Tehdy jsem tedy přišel domů celý šťastný, protože se mi něco povedlo, a řekl jsem tátovi: „Ty, hele, mně se všechno vede, jsem prostě dítě štěstěny. A on na to: „Ne, tobě se nevede všechno, ty si jenom nepamatuješ, co se ti nepovede.“ Od té doby to mám takhle nastavený. Neúspěchů je plno, ale já je vždycky přeskočím a najdu si něco jiného, pro mě pozitivního.

Sportovní výsledky**Vydařené MČR ve sportovním aerobiku**

Ve dnech 19.–20. 10. se v Brně uskutečnilo Mistrovství České republiky ve sportovním aerobiku a fitness a závodnice Aerobic teamu Butterfly (ATB) i TJ Sokol Poděbrady (SP) byly velmi úspěšné. 1. místo: Aneta Bedrnová (ATB) – youth ženy a dospělé trio, Anna Vaněrková (SP) – juniorky, Barbora Novotná a Karolína Prokšová (ATB) – junior dua, Kristýna Fryšáková a Klaudivie Baborovská (ATB) – youth dua, tým s choreografií Disko (SP) – děti | 2. místo: Karolína Prokšová

(ATB) – juniorky | 3. místo: Eliška Podhajska (SP) – děti, Kateřina Novotná, Anna Třetinová a Barbora Nakládalová (ATB) – youth tria, tým Skotsko (SP) – kadetky.

Patrik opět nejrychlejší

V sobotu 12. 10. zvítězil Patrik Chlubna na běžeckých závodech ve Velkém Oseku v kategorii chlapci 14–17 let, když dvoukilometrovou trať zdolal v čase 00:06:31. Předtím v září absolvoval 59. ročník běžeckého závodu Mladé Běchovice, kde mezi dorostenci skončil na trase 1 300 metrů třetí s časem 00:04:22 a na 128. ročníku silničního běhu Běchovice – Praha dosáhl na 10kilometrové trati skvělého času 00:40:14. (red)

Plán výletů KČT Poděbrady na listopad

So 9. 11. Rtyněv Podkrkonoší – rozhledna Žaltman, 12 km | St 13. 11. Doksy – Muzeum Čtyřlístek, zámek, zámecký park, cca 5 km | So 16. 11. Pelhřimov, muzeum rekordů, 4 km | So 23. 11. Rumburk, Loreta – Křížová cesta – muzeum, 6 km

Inzerce

BENE
NÁPOJE

PODĚBRADY - PÍSKOVÁ LHOTA

NOVĚ OTEVŘENO

bene.cz

RYOR

ZNAČKOVÁ PRODEJNA RYOR PODĚBRADY

Vitaminové sérum s černým rybízem

Na naší prodejně máte možnost vyzkoušet novinku s vysokým obsahem vitaminů.

RYOR VITAMINOVÉ SÉRUM S ČERNÝM RYBÍZEM

Vitaminové sérum s černým rybízem – 261 Kč

Sleva 15% na produkty Ryor

Platí od 31. října do 30. listopadu 2024

Možné uplatnit v prodejně Ryor Poděbrady. Platí pouze pro maloobchodní zákazníky.

Kdy máme otevřeno?
Po–Pá 8:30–17:30 | So 9:00–13:00

Kde nás najdete?
Značková prodejna Ryor Poděbrady
Komenského 40 (kousek od kolonády)

www.ryor.cz Ryor Poděbrady